

S.O.S.
SPOKOJENOST
OPTIMISMUS
SVOBODA

www.vlastislavmacik.cz

S.O.S.

Spokojenost

Optimismus

Svoboda

Předmluva

Je čtvrtek 1. srpna 2019 dopoledne.

Právě jsem pár metrů od ubytovny ve Velkých Karlovicích přeparkoval auto, které řídil můj osmnáctiletý syn.

Předešlý den mě poprosil, jestli bych ho mohl zavézt na fotbalové soustředění, a mimo jiné se zeptal, jestli by mohl auto řídit.

Bylo mi to hned jasné, ale rád jsem do něj vložil důvěru, že těch 72 kilometrů za volantem zvládne levou zadní, i když má řidičák teprve od března.

Přezul jsem se do pohorek, převlékl tričko za prodyšné, a protože radarové aplikace hlásily dešťové přeháňky, vydal jsem se po okruhu dlouhém pouhých pět kilometrů, abych nepromokl.

Miluju hory. Ač jsem po každé túře zpocený jako vrata od chléva, ač se po dvaceti kilometrech ozývají moje kolena, že už nemohou,

užiju si to za každého počasí. Přitom příjemně zrelaxuji a hlavně mám čas přemýšlet.

Procházka do útrob pralesa Razula byla vážně luxusní. Na začátku jsem míjel mladou rodinku s malým dítětem, která procházela naučnou stezku. Pak ještě asi dvě skupinky lidí, které se vydaly na stejnou trasu z opačné strany.

Cestou jsem potom fotil horská panoramata, lesní cesty, motýly, bodláčí i lesní jahodu, jejíž chuť mi připomněla moje dětství.

S dědou od souseda Luboše jsme totiž často chodili do lesa na procházky. A vlastně ještě se sousedy z třetího patra jsem absolvoval několik výletů za sběrem lesních plodů.

Ale zpět na Razulu. Žasnul jsem nad tím, jak je ta příroda neuvěřitelná.

Například že takový obyčejný malý pavouček je schopný utkat svoji pavučinu a propojit ji mezi rostlinami vzdálenými od sebe skoro pět metrů.

Možná mi to nebudeš věřit, ale stál jsem u toho dobrých patnáct minut, nevěřícně kroutil hlavou a nakonec celou vzdálenost odkrokoval. :-)

A taky jsem přemýšlel nad tím, proč motýly nebo včely bodláčí nepíchá, když na něm přistanou. Každopádně, měl jsem velkou radost také z toho, že předpověď počasí se podle aplikací nenaplnila.

Přiznávám, že byl ještě jeden důvod, proč jsem tu maličkost pro svého syna udělal.

Tento týden jsem se chtěl pustit do další knížky a hory vyhledávám i proto, že jsou pro mě taková „pracovní" kancelář, kde najdu klid, inspiraci a vyčistím si hlavu.

Ale především jsem přesvědčený o tom, že: „**Hory jsou naše lékárna, která pro nás má zboží zadarmo**!"

Takže, o čem má být moje třetí knížka?

A komu je vlastně určena?

Bude o myšlenkách, o rozhodnutích, o neuvěřitelných náhodách (i když náhody prý neexistují) a o životě jako ty dvě předešlé. A bude taky o tom, že si máme užívat života za jakýchkoliv situací, abychom mohli být spokojení, optimističtí a svobodní. **Je to taková sbírka jednoduchých triků a tipů na to, jak opravdu žít a nejen přežívat, a je doplněná o opravdové životní příběhy.**

Příběhy lidí, na které si můžete sáhnout, protože jsou z České nebo Slovenské republiky, a jsou to příběhy, které se opravdu staly. A co je hlavní, jsem si jistý, že tě zaujme, stejně jako zaujala tahle témata posluchače na mých přednáškách.

Tato kniha je určena prostě všem, kteří hledají smysl života. Těm, kteří už několikrát vyslali SOS někam do vzduchu, protože hledali záchranu a oporu v těžkých životních chvílích a situacích. Věř mi, že tuto záchranu najdeš ve spokojenosti, optimismu a svobodě.

Já se zamýšlím nad smyslem života už poněkolikáté. A také jsem sám osobně několikrát volal SOS. Do prostoru v mém 1+KK, do nebe, v autě, do peřin, do vesmíru, v prázdném vlakovém kupé nebo jen tak v lese, ale tady samozřejmě tišeji.

Ne, není to o tom, že bych rád skoncoval se životem, ale o tom, že jsem hledal cesty, řešení, východ z těch situací, které se nám denně dějí, a že jsem si čím dál víc uvědomoval, že smysl života je někde úplně jinde, než nám bylo povětšinou předkládáno.

Jedna moje kamarádka tento můj stav popsala jako „krizi středního věku“, jenže já to vidím z té lepší stránky. Pro mě je to takové „prozření“. Uvědomění si hodnot našeho života. Možná i takové štěstí, které můžu předat těm, kteří jsou ve stejném věku jako já, kteří mají tento věk už za sebou, ale i těm, na které toto období teprve čeká.

Takže pokud také patříš mezi ty, kteří už mají doma moje první dvě knížky, a během těch dvou let (možná už i víc), kdy jsme se

potkali na ulici nebo si psali na sociálních sítích a kdy několikrát padla otázka: „Kdy už bude konečně další knížka, Vlasťo?“, můžeš zvesela zvolat: „To to trvalo!“ :-)

Nelhal jsem ti. Měl jsem ji napsanou už dlouho, ale pořád jsem ji nepovažoval za dokončenou. Proto jsem od ní pořád odbíhal a zase se k ní vracel. Všechno má svůj čas a teď ten čas dozrál k tomu, aby tato knížka spatřila světlo světa.

A myslím, že je to dobře, že nastal ten čas až teď. Mělo to tak být.

Tuhle myšlenku mi potvrzuje i slovenský zpěvák Adam Ďurica, kterého jsem na konci června 2019 poprosil o krátký rozhovor.

Jedno z jeho hesel, které má vždycky na mysli, je tohle: „Keď sa dejú zlé či dobré veci, má to tak byť!“

A protože jsem od vydání své poslední knížky zažil několik dalších nových příhod a sešlo se i dost zajímavých příběhů, nechci si je nechat pro sebe a rád se s tebou o ně podělím. Nikomu svůj názor

nevnucuji, ani tobě ne, ale věřím tomu, že mi v mnohém dáš za pravdu.

Přeji ti hezké počtení, spokojenost, optimismus, svobodu a správné investování toho, co je v našem životě zatím nejdůležitější. Co to je? To si mimo jiné přečteš na stránkách této knížky.

S úctou Vlasťa Macík


30

P.S.: Jenom krátce k tomu, jak vznikl název této knížky, na který jsem náramně pyšný.

Blížil se termín odevzdání podkladů pro vydání knihy a já pořád neměl název. No, měl, ale nebyl to ten pravý a ani správný. Kamarád Aleš po přečtení několika málo kapitol přišel s nápadem, že by to mohlo být „Štěstí středního věku“. Tohle se mi líbilo, ale nebyl jsem s tím úplně spokojený, takže jsem hledal dál.

Nový nápad ovšem nepřicházel. Slovo štěstí se mi moc líbilo a přemýšlel jsem nad tím, jak jej zakomponovat do názvu knihy. Marně.

A pak, jednoho dne, když jsem se znovu nad názvem knihy zamýšlel, ptal jsem se sám sebe, o čem vlastně kniha je? Co má tobě, jako čtenáři, dát? Věděl jsem, že má pomáhat v nelehkých životních situacích. A to bylo ono!

Na mysl mi padl mezinárodní signál volání o pomoc. Pátral jsem po tom, co vlastně znamená zkratka SOS, a zjistil, že vlastně

neznamená nic. Není to zkratka žádných slov! Ač se spousta lidí domnívá, že jsou to počáteční písmena vět „Save Our Souls“ (Spaste naše duše) nebo „Save Our Ship“ (Zachraňte naši loď), skutečnost je jiná. Tato tři písmena Morseovy abecedy si dokážeme zapamatovat a hlavně v případě nouze naťukat co nejrychleji. A o to přece při záchraně života jde.

Potom jsem ještě přemýšlel nad tím, kterých slov v češtině by se to mohlo týkat. Napadlo mě: Strach, Obavy, Stres. A pak jsem si řekl, že bych rád vytvořil zkratku z českých, ale hlavně **pozitivních** slov. **Spokojenost, Optimismus, Svoboda**! A název byl na světě! Přesně o tom je totiž tato kniha.

BONBONIÉRA OD MARTINA

Textem skladby Bonboniéra od slovenské skupiny **Gladiator** začínám psát svoji třetí knížku. Už potřetí...

Je ťažké na vlastných nohách stáť.
Aj slamky sa chytám, keď život ma láme.

Mám odreté kolená,
keď snažím sa nájsť, svoj osobný raj.

Snažím sa, aby môj svet, za niečo stál,
aj keď nie vždy sa mi to darí.

Snažím sa žiť, naplno ako sa dá,
po kúskoch vyberám svoj svet z bonboniéry.

Je ťažké na vlastných nohách stáť,
keď túžiš po láske z románov a piesní.

Unavený a sám, snažím sa nájsť svoj osobný raj.
Snažím sa, aby môj svet, za niečo stál.

Aj keď nie vždy sa mi to darí.
Snažím sa žiť, naplno, ako sa dá.
Po kúskoch vyberám svoj svet z bonboniéry.

(*Juraj „Georgio“ Babulic, bubeník Gladiator, hudební skladatel a textař, 2006*)

Tyto stránky věnuji svému kamarádovi Martinovi Kratinovi. Nejen proto, že mě k této písničce přivedl, ale také jako takové poděkování za podporu a pomoc v časech, kdy jsem se rozhodl pro úplnou svobodu, a za společně strávené (tvořivé, inspirující) a při výletech po ČR také filozofické a relaxační chvilky. A taky za to, že jsem

několikrát makal na zvelebování okolí jejich domu. :-) Ale nevadilo mi to. Bylo to moc fajn.

Martin byl jeden z těch, kteří mě neustále „tlačili“ do toho, abych rozjel přednášky o tom, že v našem životě je nejdůležitější „náš čas“.

Vzpomínám si, jak jsme jednou jeli na výlet (hlavním cílem bylo jako vždy Martinovo umělecké vystoupení a výlet jsme k tomu jen připojili) a Martin tehdy v autě říkal: „Já tě prosím, já tě žádám! Rozjeď konečně ty přednášky. Obsah máš a mluvit umíš.“

Mimo jiné mě Martin seznámil se svým kamarádem a podporovatelem Patrikem, který mi ukázal, jak na webovky. Takže ta nádhera, kterou můžeš vidět na **www.vlastislavmacik.cz**, je díky Patrikovi Štipákovi a jinak celé stránky včetně obsahu a designu moje práce.

Martin mně druhý den po mojí první přednášce navrhnul, abych přijel k nim domů, že pro mě má překvapení.

Samozřejmě že jsem si toto překvapení nemohl nechat ujít, takže jsem souhlasil a ještě ten den jsem přijel na kafe.

Ale když jenom pro mě začal v podkroví jejich rodinného domu hrát skladbu Bonboniéra na kytaru a mně začaly vlhnout oči dojetím, myslel jsem, že ho zabiju. :-)

A po skončení jeho krátkého vystoupení jsem mu oznámil, že on určitě nebude na oslavě mých 50. narozenin (které mám sice až za 6 let), protože je nechci celé probrečet. :-)

Právě dnes (3. 4. 2020) jsem poprvé
v životě oslovil bubeníka skupiny Gladiator, hudebního skladatele a textaře v jedné osobě, Juraje Babulice. Právě on je autorem textu výše zmiňované skladby Bonboniéra.

Kromě toho, že jsem ho požádal o svolení zveřejnit text skladby v této knize, zajímalo mě také, co bylo námětem, co ho inspirovalo k napsání této písničky.

S laskavým svolením Juraje cituji jeho odpověď: „Film Forrest Gump“.

Musím se této stručné odpovědi pousmát. Přece jen jsem od hudebního skladatele čekal trochu obsáhlejší příběh. Ale o pár minut později jsem pochopil Jurajovu stručnost.

Dovol mi, abych se vrátil v kalendáři o šest dní zpět. V rámci pandemie, která tehdy řádila po celém světě, a díky karanténě, kterou jsem se snažil co nejvíce dodržovat, jsem se sám pustil do domácího stříhání vlasů na své hlavě.

Výsledkem tohoto amatérského kadeřnického počinu pak bylo to, že jsem v zrcadle koupelny spatřil „Forresta Gumpa“ naživo.



To je ale náhodička, že námětem skladby byl právě tento skvělý film, co?

A teď k tomu, proč byl autor skladby Bonboniéra Juraj Babulic takový stručný (alespoň podle mě). Hlavou se mi honilo několik dalších otázek. Proč jsem Juraje oslovil až dnes? Proč jsem mu nenapsal a nezeptal se už dávno, co bylo námětem skladby? Proč jsem mu nevědomky napsal právě v den jeho 45. narozenin?

Vypadá to, že moje zpráva byla mezi desítkami, možná stovkami nebo i tisíci gratulací, a Juraj měl určitě dost práce s tím, aby na každé blahopřání osobně odepsal. Proto ta stručná odpověď.

Ale víš co? Myslím, že moje zpráva o tom, že bych rád text jeho skladby uveřejnil ve své knize, pro něj byla také hezkým dárkem.

Tak ještě jednou všechno nej, Juraj, a Martínku, tobě ještě jednou velké děkuji.



Martin Kratina a já

O MNĚ

Promiň, neustále zapomínám na to,

že tuhle knížku mohou číst také ti, kteří mě vůbec neznají. Tak jen maličko něco o mně, stejně tak jako to vyprávím na svých přednáškách.

Jmenuji se Vlasťa Macík. Pro cizí jsem Vlastislav, jenom Vlastislav… A ač jsem

v mládí chodil k logopedovi, protože jsem neuměl říkat písmeno **R**, a jsem vyučený pouhopouhý (vždycky, když tuhle větu říkám, začnu přitom ráčkovat) unive**r**zální ob**r**áběč kovů a s úsměvem dodávám b**r**uska, f**r**ézka, soust**r**uh, v profesním životě jsem to dotáhnul až na programového ředitele zlínského rádia Kiss Publikum.

Pardon, programového asistenta.

Ředitel totiž bere úplně jiné peníze. :-)

A co víc, šestnáct let jsem dělal to, co jsem si v mládí vysnil, to, co mě bavilo a také živilo.

