

Šťastie je len **2** v našich rukách

POŠLI
TO
ĎALEJ

PRÍBEH JEDNEJ RODINY, KTORÁ SA ROZHODLA ZMENIŤ SVOJ ŽIVOT

Každý je strojom svojho šťastia. Každý máme inú predstavu o šťastí. Rôzne obete, ktoré pre to šťastie vieme priniesť. Podstatné je, že za to šťastie bojujeme. Nesedíme so založenými rukami. Nenecháme sa unášať prúdom, ak s tým nesúhlasíme. Žili sme život plný zhonu a stresu. Celé mesiace sme ho chceli zmeniť. Nevzdali sme sa. Pre šťastie v rodine sme urobili jednu odvážnu obeť – odišli sme na tri mesiace dobrovoľníčiť na novozélandské ekofarmy.

NÁŠ ŽIVOT NA OPAČNEJ STRANE PLANÉTY

S našimi dvoj- a trojročnými synmi sme sa vďaka veľmi veľkej snahe dostali až tam, kde slnko vychádza, kým u nás zapadá, kde autá jazdia naľavo a ešte aj zámky sa otvárajú opačne ako doma na Slovensku. Tri mesiace sme prostredníctvom programu www.wwoof.net dobrovoľníčili na ekofarmách a vhupli sme tak do života fariem i rodín. Na ekofarmách sme len za nocľah a stravu pomáhali farmárom s ich hospodárstvami a nasávali vzácne informácie o ekologických postupoch. Zároveň sme sa stali súčasťou ich rodín, čo bolo pre nás ako rodičov najmladších dobrovoľníkov na farmách veľmi inšpirujúce. Aké sú tie rodiny? V prvom rade menej úzkostlivé. Prvé, čo sme si všimli, boli veľmi ľahko obľebené deti na detských ihriskách. Kým my sme mrzli v bundách, malí kivi (ako sa Novozé-

landania nazývajú podľa národného symbolu – jedinečného nočného vtáka kivi) mali len letné šatôčky, krátke nohavice a, najmä, boli bosí! Deti a celkovo Novozélandčania chodia bosí. Nielen plážach, detských ihriskách, ale často aj po meste, či v obchode. Môžu si to v ich neuveriteľne čistej krajine dovoliť. Moje pobúrenie a obavy z prechladnutia som interpretovala rodinám a tie na mňa nechápavo pozerali. Ich odpoveď bola – „deti sa hýbu, netreba ich toľko obliekať, ale, naopak, otužovať ich“.

SLOBODA A PRIRODZENOSŤ

Deti si môžu voľne pobežovať kdekolvek, nikde ich nepovažujú za rušivý element. V kostoloch pre ne majú detské kútiky. Ak aj dieťa vybehne do chodbičky uprostred kostola počas bohoslužieb a začne sa tam hrať, nikto to nerieši. Práve naopak, s láskou

VIZITKA:

Ján Matúš (31) je stavebný inžinier a Zuzana (28) je novinárka. Majú dvoch synov – trojročného Jakubka a dvojročného Maroška. Spolu tvoria rodinu, ktorá sa rozhodla reštartovať svoj život a odísť na tri mesiace dobrovoľníčiť na opačný koniec sveta – na novozélandské ekofarmy. www.lifereset.sk



a úsmevmi ich pozorujú. V jednom kostole som nervózne napomínala mojich chlapcov, aby nerušili. Farár prerušil kázeň a oslovil ma – „Prosím, nechaj ich tak. Som šťastný, že tento kostol sa naplnil hlasom detí.“ Červenala som sa, no vtedy pre zmenu nie preto, že mám hlučné deti, ale preto, že ich vôbec napomínam. © Novozélandčania podporujú deti v ich prirodzenom správaní sa. Len zriedkavo sme rodičov počuli kričať na svoje ratolesti – „nerob to, lebo spadneš, neskáč, lebo sa udrieš“... Zažili sme napríklad maľických Maorov (pôvodní obyvatelia Nového Zélandu), ktorí skákali z pódia na zem. Bola to riadna výška, no ani jeden rodič nezasiahol do ich hry. „Maorčatá“ skákali ako malí Tarzani a žiadne sa nezranilo. Rovnako ako deti aj matky vyzerajú veľmi uvoľnene, vôbec nie ustráchané či utrápene.



Počas nášho dobrovoľníčenia sme navštívili šesť rôznych rodín. Stali sme sa súčasťou ich života a vytvorili sme si obraz o novozélandských rodinách.



Väčšina rodín má tri deti v krátkych vekových odstupoch, niekedy je skutočne len rok medzi dvoma deťmi. Matky však nevyzerajú zničené. Keď som sa jednej na to opýtala, povedala mi – „Mala som tri deti po sebe a nevnímala som to nijak výnimočne. Prečo by som mala?“ Z nášho pozorovania, matky, ktoré sme stretli, berú deti ako prirodzenú súčasť života a nestresujú sa pre každú maličkosť. Rodičia im v zdravej miere dožičia slobodu, vďaka ktorej sú menej zatažení aj oni sami.

Osem- a deväťročné dámy sa ma zvedavo pýtali – „Ako miesiš to cesto? Ukáž! Nadiktujes mi postup? Ako vieš koľko múky...“

Po pobyte v tejto rodine sme sa inšpirovali prístupom rodičov k deťom. Keď varím, Jakubko si teraz priniesie stoličku k sporáku a pýta sa ma, ako varím polievku. Trpezlivo mu to vysvetlím, kým o tieto veci má záujem. Neskôr ho možno nebude mať, no to už bude dobre vedieť nielen ako navariť, ale aj ako si oprat', či nakrámť zvieratá alebo pripraviť pôdu na sadenie.



maličké deti sú pozorovatelia života na farme, vďaka čomu si budujú vzťah k prírode a zvieratám. Nikde nenájdete odpadky! Aj preto si Novozélandčania môžu dovoliť chodiť bosí. Nešliapnu do ničoho nepríjemného. Na turisticky veľmi frekventovaných miestach, ale aj v odľahlých častiach sme nenašli odpadky. Rieky a jazera sú kryštálovo čisté a je úplne prirodzené, že sa v nich deti bez obáv kúpajú. Toto prírodné kúpalisko sme pri našich potulkách využívali aj my. Dobrodružné cestovanie je v mnohom nevyspytateľné. Jeden deň sme mali sprchu na luxusnej farme pri pláži, druhý deň sme sa osviežili len v jazere a ten tretí sme deti osprchovali záhradnou hadicou. J Naším trojmesačným dobrovoľníčením sme si uvedomili, koľko málo pre život skutočne potrebujeme.



VZŤAH K PRÍRODE

Nový Zéland je raj farmárov. Podmienky na pestovanie a chovanie zvierat sú veľmi dobré, keďže po celý rok prevláda mierne teplá klíma. Zvieratá nepotrebujú byť ustajnené, nepotrebujú ani krmivo na zimu. Zéland je totiž stále zelený. Farmárom sa veľmi darí a farmárčenie je veľmi rozšírené. Tunajší farmári patria medzi najproduktívnejších výrobcov kvalitných a bezpečných potravín na svete. (Zdroj: <http://www.nzfeatrust.org.nz/>) V krajine je preto veľmi silná tradícia rodinných fariem. Podľa oficiálnych štatistík je 8 500 registrovaných fariem a v tomto čísle nie sú zahrnuté malé rodinné farmy. Väčšina detí má preto skúsenosti s farmárskym životom, s kontaktom so zvieratami či pôdou. S tým súvisí celospoločenský rešpekt k prírode. Už

SAMOSTATNÉ A SEBETAČNÉ

Rodičia a celá spoločnosť pripravujú deti na sebestačnosť. Bodaj by aj nie, keď Nový Zéland sa nachádza na dvoch izolovaných ostrovoch v Tichom oceáne. Už školský systém je postavený tak, aby deti viedol k samostatnosti s dôrazom na sebestačné prežitie. Dôkazom toho sú záhrady a skleníky na školských dvoch. Žiaci sa učia vypestovať si vlastnú zeleninu. Na hodine prírodovedy sa neučia len zloženie rastlín, ale aj kedy sadiť a na čo je konkrétna rastlina užitočná. Majú hodiny varenia, šitia aj plávania. To, čo sa na praktických hodinách naučia, prezentujú rôznymi projektmi, napríklad módnou prehliadkou. Jedna z našich hostiteľiek farmárka Donna mi pri spoločnej večeri referovala jej krásny deň v škole, do ktorej chodí dvakrát do týždňa dobrovoľne učiť. „Urobili sme si medzinárodný deň. Deti mali navariť národné jedlá a spoznať tak nielen kuchyňu, ale aj kultúru danej krajiny. Skvele sme sa zabavili, aj najedli.“ Tomu sa hovorí učenie zážitkovou formou. J Filozofiou je, aby deti ktoré opustia brány škôl boli pripravené na život – ako teoretický, tak aj praktický. Rovnako prístupujú k deťom aj rodičia. Pre mňa bolo zo začiatku nepríjemné, keď mi v jednej z rodín, dve malé dievčatá stále stáli za chrbtom pri každom varení.

PREMENA NAŠICH DETÍ

Uvedomili sme si aj to, koľko veľa lásky od oboch rodičov naše deti potrebujú. Na za-





RADIKÁLNE ZMENY

Tri mesiace na Novom Zélande boli našou prípravou na veľké životné zmeny. Naše očakávania sa naplnili. Mali sme dostatok času aj inšpirácie pripraviť sa na nový život. Aby sme boli aj po návrate viac spolu, rozhodli sme sa pre druhé radikálne riešenie. Predali sme náš dom, pretože na polovicu domu sme mali hypotéku. Kúpili sme pozemok, na ktorom chceme postaviť menší slamenný dom. Cieľom je, že radšej v menšom a spolu, ako vo veľkom a sami.



čiatku našej cesty boli deti plačlivé rovnako ako na Slovensku. Mali panický strach z každého odchodu otca. Na Slovensku jednoducho odchádzal pričasto, kým jeho neskoré príchody už spiaci deti nestihli. Jakubko bol prvý mesiac ako lepidlo, stále bol zavesený na manželovi. Maroško mával výbuchy hnevu, ak nebolo po jeho vóli. Teraz je to všetko preč. Napriek tomu, že sme každý týždeň menili miesta, ľudí a každý týždeň bol iný, na deti mal náš pobyt na Novom Zélande nesmierne pozitívny vplyv. Kým sme boli doma, mysleli sme si, aké pohodové deti máme. Dovtedy sme to nevedeli porovnať. Teraz však vidíme, ako veľa im naše spoločné tri mesiace dali. Sú spokojnejšie, lepšie s nami spolupracujú, neodporujú tvrdohlavo našim požiadavkám, sú sebavedomejšie. Bezprostredne komunikujú s cudzím, čo ich naučil život v komunitách s množstvom rôznych ľudí. Sú prispôsobivejšie, preto si rýchlo zvyknú na zmeny. Na začiatku potrebovali dlhší čas, kým si zvykli na novú farmu, na konci sa na ďalšiu tešili.

NEBOJTE SA S DEŤMI CESTOVAŤ!

Na záver chcem rodičov povzbudiť – nebojte sa s deťmi cestovať. Deti nie sú železné okovy. Ich príchodom sa vaše cestovateľské kilometre nemusia skončiť. Práve naopak! Cestovanie dá deťom veľa, a to prevyšuje akékoľvek riziká a obavy. Možno si hovoríte, ale s mojím dieťaťom to nejde. Z vlastných skúseností viem, že to ide, len to chce veľkú dávku pohody, ktorá musí vychádzať od rodičov.

Výhodou cestovania s veľmi malými deťmi, ako sú tie naše troj- a dvojročné, je, že sú jednoducho prímale. Sú maličké na to, aby mali vlastných priateľov. Sú príliš mladúcké na to, aby si uvedomovali, že domov je len jeden a sú maličké na to, aby boli frustrované z toho, že nikomu nerozumejú. Ich celá komunikácia prebieha zatiaľ len s nami. Ak niečo chcú, pýtajú to od nás. Ak sa chcú niekoho na niečo opýtať, pýtajú sa to najprv nás. Sme ich mediátormi. Zároveň ešte nemajú silné sociálne väzby na iné deti, kamarátov. Psychológovia tvrdia, že deti do troch rokov sa nevedia ani spolu hrať. A domov je všade tam, kde sme my. Celá ich závislosť od nás však predstavuje aj veľkú zodpovednosť. Deti do päť rokov vnímajú len emocionálne, nie racionálne. Ak nie sme v pohode, vycítia to.

Najdôležitejší tip na cesty s deťmi od nás je – **buďte v pohode! Bez stresov, nervozity, nad vecou v rôznych prekvapujúcich i neľahkých situáciách.** Naše motto je, že len šťastní rodičia majú šťastné deti. Keď si cestu budete naplno užívať, bez negatívnych myšlienok (konštruktívne treba rátať s rôznymi situáciami, ale nie robiť si starosti) o tom, čo všetko sa môže stať a aké je to nebezpečné a čo ak... preniesie sa vaša radosť aj na deti. Ak si veríte vy, nebudú mať pochybnosti ani ony. A aj keď cestovanie s deťmi nie je vôbec jednoduché, stojí za tu námahu. Základom ale je – musíte byť v pohode.

Na tomto našom kúsku zeme chceme vybudovať celý systém bývania. Rozhodli sme sa znížiť si náklady aj dopestovaním vlastnej zdravej zeleniny a chovom zvierat. Lebo nižšie výdavky znamenajú menej času v práci a viac s rodinou. Oslovili sme odborníkov na permakultúru a alternatívne staviteľstvo, ktorý nám s projektom nášho nového životného štartu pomôžu.

Krok za krokom chceme o budovaní nášho domova písať na www.lifereset.sk. Možno bude naša cesta k šťastnému rodinnému životu inšpiráciou pre rodiny, ktoré sú na tom podobne, ako sme boli my. Pretože, ako som v úvode spomínala, každý je strojom svojho šťastia. Každý má inú predstavu o šťastí. Rôzne obete, ktoré preň vieme urobiť. Podstatné je, že za šťastie bojujeme. Nesedíme so založenými rukami. Nerezignujeme, ale stavíme sa problémom tvárou v tvár. Rezignácia je len odpílenie chorého konára. *Strom tým ale nevyľičíme.* My však chceme ochutnať plody, preto budeme na našom šťastí pracovať.

Zuzana Matúšová Girgošková
www.lifereset.sk
 Foto Ján Matúš
 a Zuzana Matúšová Girgošková

Tento projekt podporil

www.WCUT®.sk
 drevo je náš svet