

ELLE

WWW.ELLE.CZ

HEIDI KLUM:

„JDE TO I BEZ HUBNUTÍ.“

REPORTÁŽ
Z ČESKA
MILÁČKU,
BAL KUFŘY.
JEDEME NA
KURZ SEXU

TOHLE
JE VAŠE
NEJLEPŠÍ
LÉTO!

JAK PROŽÍT NAPLNO
ZBÝVAJÍCÍCH 42 DNŮ
PRÁZDNIN

TAK TROCHU
JINÉ HOBY:
VYZKOUŠEJTE
SI BÝT DJkou

33

NEJKRÁSNEJŠÍCH
LETNÍCH ŠATIČEK
OD 400 Kč
DO 3000 Kč

SRPEN 2003 • 114 Kč



UVÍTÁNÍ

Vše začíná tantrickým pozdravem, při němž se díváte s partnerem do očí. Zapózovala nám Liana, která je spoluautorkou článku.



MILÁČKU, JEDEME NA KURZ SEXU!

ANO – EXISTUJÍ UŽ I U NÁS, V ČECHÁCH. ROZHODLI JSME SE, ŽE PRO VÁS JEDEN TAKOVÝ TAJEMNÝ VÍKEND S TANTROU OTESTUJEME.

Když mi šéfredaktorka dala tenhle 'vypečený' úkol, byla moje reakce stručná: Nikdy! Odpovědí mi byl úsměv, s nímž se přechází trucování dětí v předškolním věku. Takže jsem byla nucena vysvětlit, proč se mi na takovou 'služebku' nechce. Proboha! Proč asi! Za a, bylo to podezřelé už samo o sobě. O tantře dohromady nikdo nic neví. Snad jen to, že souvisí se sexem a pochází z východu. Z toho vyplývá za bé: na takové akce jezdí jen nadřzení zoufalci, nebo páry, které chodí v beztvarych hávech, živí se zrním a vedou blouznivé řeči. A co je nejhorší: Budu se muset svlékat a nechat si líbit... (raději nedomyšlím). Tak jed' s přítelem, bylo mi navrženo. Ulevilo se mi asi tak, jako kdyby vám řekli, že vám tu nohu neuříznou hned u kyčle, ale jen nad kolenem.

Po prozkoumání stránek www.tantra.cz jsem začala zvažovat, že bych se přece jen obětovala. Kurz vedla Denisa, holka v mém

věku, se svým přítelem Richardem; na fotce vypadali nečekaně normálně. Přesto jsem Denisu nejdřív raději pozvala na kávu, abych na nezávislé půdě něco vysondovala. Odcházela jsem lehcí o metrák předsudků. Když jsem se přítele odvážila zeptat, zda by do toho se mnou šel, k mému úžasu souhlasil. Takže – jo, zkusíme to. Začala jsem být zvědavá.

Existuje jen teď a tady

Místo určení bylo u Vysokého Mýta, na samotě u lesa. Vypadalo poněkud kuriózně: byl to přesně ten typ budovy, jíž se s přílehavou odpudivostí říká ubytovací zařízení. Dovedu si tady představit školu v přírodě nebo sraz sběratelů nálepek od sýrů, ale těžkou erotiku? Podivný dojem vyprchal ve chvíli, kdy jsme vkročili do 'tantrického chrámu', který tu vytvořili naši zasvěcovatelé. Provi-



VLNÍME SE, HRAJEME SI, CHVÍLEMI SE SMĚJEME. CITLIVOST JE OBNAŽENÁ NA KOST.

zorní oltář s oranžovým přehozem, kytky, svíčky, vonné tyčinky... to vše obklopené závěsy, symbolickým předělem dvou světů. Stres odplouvá a já jsem jenom teď a tady. Se svým nejbližším a s dvacítkou neznámých. Ženy a muži ve zhruba stejném poměru, jsou tu i nezadaní, mezi nimi Liana, autorka rámečku Sama na tantře, kterou také vidíte na fotkách. Na uvítanou jsme vyzváni, abychom se všichni vsedě chytli za ruce, zapěli óm (přítel aktivuje veškeré síly, aby nad tou obřadností nevyprskl smích) a provedli drobnou osobní zpověď. Je tu blondatá učitelka matematiky; budoucí právník, velmi hezký; krajově známý podnikatel se ženou; nastávající maminka s citlivými očima... Někteří z nich vůbec netuší, co je čeká, jiní přijeli už poněkolkáté. Dozvídáme se, že hlavní náplň víkendů je dělat si navzájem dobře. Masáž, hlazení, intimním rozhovorem. Můžeme si říct o to, po čem toužíme („můžu si ti lehnout do klína?“, „drbej mi záda“), a naopak odmítnout, co nechceme.

Budiž akce

Zazní hudba, kupodivu žádné záhrobní mumláni, ale Enigma. Tančujeme, každý po svém. Soustředíme se jen na rytmus a náladu, která nás ovládá. Ne každý se ovšem cítí ve své kůži. Tantra je hodně (po)citová záležitost, takže několikrát slyšíme i pláč.

Máme si za hudby náhodně vybírat partnery a... například spolu tančit zády. Nikdy by mě nenapadlo, že to může být tak erotické! Při tanci nevidím muže, kterého jsem si zvolila, do tváře – a tak vše záleží na řeči těla. Uhaduju z jeho pohybů, co bude dál, vlníme se, hrajeme si, chvílemi se smějeme. Citlivost je obnažená až na kost. Počkat... Jak to, že to vůbec jde s cizím člověkem? Nejspíš proto, že atmosféra je brzy důvěrná, řeklo by se domácká.

První večer všichni meditujeme jen za mihotavého světla desítek svíček. Denisa s Richardem předvádějí, jak mají být dvojice do sebe zaklesnuté: ovjíjeme se nohama jako při sexuální poloze 'oba vsedě'. V mystickém a erotickém oparu si s přítelem najednou připadáme jako ve filmu a okamžitě nám začnou cukat koutky. Ostatní ovšem berou noční seanci naprosto vážně, takže nás uta-



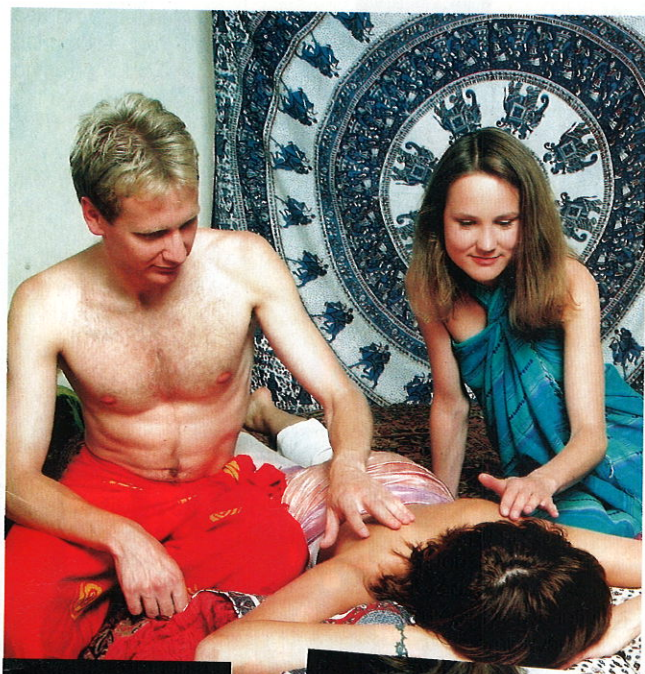
ODBORNÉ VEDENÍ Denisa (vpravo), učitelka tantry, zasvěcuje Lianu a jejího partnera pro tuto chvíli do tajemství masáže probouzející smyslnost

jovaný smích působí poněkud nevhodně. Avšak po velmi, velmi dlouhé době mezi námi cítím příjemné spikleneckví.

Druhý den si máme s vybraným partnerem – rychle volím svého přítele – vzájemně zavázat nejdřív pravé oko a odpovídat na otázky, jež nám dotyčný položí, a pak totéž zopakovat s levým. Nesmysl, bráním se, ale kupodivu na tom něco je! Nejdřív vyplouvá na povrch rozumová stránka, pak hravá, bezstarostná. Můj drahý se

ovšem zarputile drží reality a na předpisový dotaz „Jak je ti, když se díváš na svět levým okem?“ odpovídá: „Předtím jsem viděl na dveře, teď ne.“ Každopádně právě on otvírá témata, kolem kterých jinak našlapujeme s opatrností provazochodce. Uf! Nikdy bych nepomyslela, že se budeme navzájem tak otevřeně zpovídat ve tři odpoledne, v místnosti plné lidí, které známe od včerejška, a ještě ke všemu oba naprosto střízlívi. Mimochodem, Denisa mě upozornila, že na tantře se už spousta párů dala dohromady (odkud myslíte, že zná Richarda?), ale dost se jich tu také rozpadlo.

Vrchol programu je avizován na sobotní večer. Přicházíme oděni v sárí či lungi (mužská varianta), které leckomu odhalují nohu až po kyčel. Muži mi takto netypicky oblečení připadají naprosto asexuální – stejně jako rituál, při němž za zvuku bubínků a se svíčkami v rukou chodíme do kruhu a nejdřív odháníme, co v 'tantrickém chrámu' nechceme, a pak přivoláváme to dobré. Výkřiky jako 'odejdi, nejistoto' či 'přijď, krásó' jsou na mě trochu příliš. Připadám si jako při pohanském obřadu. Snažím se vnímat, co dělám, užít si to sama pro sebe a zároveň své pocity kvůli článku analyzovat – a ještě při tom všem sledovat ostatní. Točíme se zběsilou rychlostí v kružích (ženy uvnitř, muži vně), a když přestane Richard bubnovat, zastavíme se. Kdo na mě vyjde? Můj přítel? Tatka od rodiny? Anebo kluk, který by mohl z fleku dublovat Banderase? S náhodným partnerem pak tančujeme, dotýkáme se, necháme se hýčkat a pak zase rozmazlujeme my jeho. Neshledávám nic divného na tom, že hledím po tváři a pažích cizího muže, a kupodivu nežárlím na svého milého, momentálně s jinou ženou. Na zá-



ROZMAZLOVÁNÍ V tantrě jde o prožití každého okamžiku. Můžete si říct o cokoli, co je vám příjemné.

věr chlapům všechny dohromady tančíme, oni se smějí jen dívat. A víte, co nám k tomu hrají? Čechomor! Píseň Ach Bože z nebe, ve které se Lenka Dusilová s gusem odvažuje... Následují jemnější skladby. Nevnímáme se jako konkurentky, naopak, navzájem se povzbuzujeme ke svůdnějším pohybům. Krasavice španělského typu i 'šedivá myš' s věčně utrápeným výrazem jsou si najednou naprosto rovny. Že by v nás opravdu kolovala jediná 'ženská energie'?

Bylo napětí, musí být i uvolnění: meditace. Richardův hlas i pokyny jsou tak sugestivní, že se místností brzy rozléhá tiché chrápání... Když si máme při závěrečném uvolňovacím rituálu představit 'své vnitřní dítě', vidím se na louce s asi čtyřletou holčičkou, která mi podává jablko. Je červené, božsky voní a chutná. Asi jsem blázen – anebo mě povážlivě poznamenaly reklamy typu 'rodinná idylka s naším džusem'.

Co z toho?

Jak vidno, žádné orgie se nekonaly, hromadný sex už vůbec ne. Nikdo mě k ničemu nenutil. Ještě pár dní jsem se cítila zrelaxovaná jako po čtrnáctidenní dovolené u moře. Ověřila jsem si, že chlap, se kterým žiju, je totálně jiný než já – a že právě proto nás to spolu baví. Že jeho ruce poznám i poslepu, v naprostém tichu, uprostřed lesa a mezi dvaceti dalšími lidmi. Že se můžu cítit stejně bezpečně a dobře jako u něj ještě se spoustou mužů, a právě proto mu nepotřebuju být nevěrná. A co bylo nejpřekvapivější: nasměli jsme se spolu jako nikdy!

Mimochodem, přítel musel o prožitém víkendy vyprávět všem kolegům – a oni ho doted podezřívají, že jim to nejzvrhlejší zatajil.

12.–21. září si můžete užít tantrickou dovolenou u moře na Istrii. V ceně (7490 Kč) je doprava, hotel plus polopenze, zdravotní pojištění a lektorné. Kontakt: www.tantra.cz, dionyska@volny.cz □

SAMA NA TANTŘE

Na podobný kurz se můžete vypravit i tehdy, pokud zrovna nejste zadaná – tak jako Liana. Jaký to byl pocit?

Když jsem se dověděla o tantrickém semináři, byla jsem nadšená. Tantrou jsem se kdysi zabývala a její energie ve mně pořád pulzovala. Zatočila jsem objevit něco nového z jejího tajemství, zjistit něco dalšího o sobě, o své zensкости, o své sexualitě. O bohyni ve mně přebývající.

Tantra, v sanskrtu znamenající nejhlubší podstatu, je duchovní cestou na východě praktikovanou již po tisíciletí. Vede nás k pochopení sebe sama, rozvíjení smyslnosti a probouzení sexuální energie. Hluboké sexuální prožitky, které tantra přináší, nás můžou dovést až k osvícení.

Vstupuji do místnosti naplněné zvuky indických manter – našeho tantrického chrámu. Uprostřed hoří svíčka, smysly omamuje vonná tyčinka. Svět venku nechávám za dveřmi. Prvním cvičením je masáž, při níž si každý z partnerů může říct o cokoli, po čem touží. Přede mnou stojí cizí muž a začíná mi masírovat záda. Hlavou se mi honí splašené myšlenky, mám chuť utéct. Do své intimní zóny totiž nepustím každého. Po chvíli se omlouvám, sedám si stranou a potlačuji slzy. Jsem na tohle připravená? Smyslem dalšího cvičení je naučit se proplovat mezi svým vnitřním světem a tím vnějším, bojovným a nevyzpytatelným. Ženy říkají „jsem muž“ a dívají se do očí mužům říkajícím „jsem žena“, pak 'máváme křídly', vyjadřujeme hněv, plujeme v sobě, tančíme. Je osvobozující prožívat tolik pocitů najednou. Cítím, že maska, kterou mi vytvořila společnost, začíná praskat. Je to zraňující i příjemné zároveň.

Ráno začíná tancem. Pak si zavazujeme oči šátkem a vydáváme se do neznáma. Vnímám měkký dotek listů, šum stromů a zpěv ptáků. Jsme v lese. Najednou mě něžně hladí něčí ruka. Kolem sebe slyším jemňoučký zvuk zvonků. Je to tak slastné. Večer se náš tantrický chrám naplňuje barvami a očekáváním. Všude hoří svíčky a zní indická chrámová hudba. Atmosféra je plná něhy, hravosti a rozkoše. Rituál vyzývání boha Šivy a bohyně Šakti se odvíjí v tanci, v předávání lásky, ve vzájemném dotýkání. Jak praví tantra, nic není náhoda, a tak ani setkání s muži proměněnými v Šivu nejsou náhodná. Pro mě jsou nejdůležitější dva poslední rituály se stejným partnerem. Jeho oči jsou naplněné poznáním a láskou, důvěřuji mu. První setkání s ním ve mně probouzí holčičku, která zapoměla žádat a brát si lásku od mužů. Po vnitřním boji a slzách si mu lehám do klína a nechávám se hladit. Jsem šťastná, cítím se milována a připravena nejen lásku dávat, ale také si ji brát. Naším druhým setkáním je symbolické odhazování masek a probouzení boha Šivy a bohyně Šakti v nás. Je to moc krásné. Dívám se mu do očí, cítím lásku, obdiv a vděk. Víím, že na něho nikdy nezapomenu. Celý rituál končí tancem žen-Šakti, doprovázený obdivnými pohledy mužů-Šivů. Jsem ráda, že jsem žena, toužím to vyjádřit tělem, sdělit to celému světu. Následuje tanec Šivů. Jejich energie je výbojná, drsná a ohromující. Vzrušuje mě. Uvědomuji si, že bych bez ní nedokázala žít.

Poslední společná meditace. Po ní si sedáme do kruhu, v němž hoří svíčka, držíme se za ruce a zpíváme óm. Každý má možnost vyslovit, co se mu líbilo a co ne. Některé příběhy jsou velmi smutné, jiné radostné. Některé pláčou a jiné se spokojeně usmívají. Tak to má být – tantra totiž bourá bloky v nás a vytváří prostor pro přijetí sebe sama, pro naplnění našich tužeb. A jaké je mé poselství? Čím víc miluji sebe, tím víc lásky mohu sdílet s druhými.