

Univerzita Palackého v Olomouci
Fakulta tělesné kultury

RODOVÝ STATEK A ZDRAVÝ ŽIVOTNÍ STYL (KVALITATIVNÍ ANALÝZA)
Diplomová práce

Autor: Tereza Nosková, Rekreatologie
Vedoucí práce: Mgr. David Másilka, Ph.D.
Olomouc 2021

Jméno a příjmení autora: Bc. Tereza Nosková
Název diplomové práce: Rodový statek a zdravý životní styl (kvalitativní analýza)
Pracoviště: Katedra rekreologie
Vedoucí diplomové práce: Mgr. David Másilka, Ph.D.
Rok obhajoby diplomové práce: 2021

Abstrakt: Téma práce je zkoumání života na rodovém statku (koncept z knih Vladimíra Megreho). Cílem práce je zjistit, co život na RS přináší svým obyvatelům v oblasti zdraví, resp. zdravého životního stylu. Pracuje s poznatky, čerpanými z hloubkových individuálních rozhovorů (na základě diskuzních scénářů) s respondenty žijícími na rodovém statku. Dále práce s textem probíhá prostřednictvím kódování, trsování a kvalitativní obsahové analýza dat. Výsledkem práce je, že lze doporučit jako zdravý, holistický a udržitelný životní styl. Výsledky jsou porovnány s odbornou literaturou a vědeckými články.

Klíčová slova: rodový statek, Vladimír Megre, holismus, udržitelnost, soběstačnost, životní styl, životní prostředí, enviromentální krize

Authors' first name a surname: Bc. Tereza Nosková
Title of the master's thesis: Family farm and healthy lifestyle (qualitative analysis)
Department: Department of recreology
Supervisor: Mgr. David Másilka, Ph.D.
The year of the presentation: 2021

Abstract: The topic of the work is the study of life on the family farm (concept from the books by Vladimír Megre). The aim of the work is to find out what life at MS brings to its inhabitants in the field of health, resp. healthy lifestyle. He works with the knowledge drawn from in-depth individual interviews (based on discussion scenarios) with respondents living on the family farm. Furthermore, work with the text takes place through coding, trimming and qualitative content analysis of data. The result of the work is that it can be recommended as a healthy, holistic and sustainable lifestyle. The results are compared with professional literature and scientific articles

Key words: family farm, Vladimír Megre, holism, sustainability, self-sufficiency, lifestyle, environment, environmental crisis

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci zpracovala samostatně pod vedením Mgr. Davida Másilky, Ph.D., uvedla všechny použité literární a odborné zdroje a dodržovala zásady vědecké etiky.

V Olomouci dne

.....

Děkuji všem za podporu při tvorbě této práce. Hlavně pak tatínkovi, mamince, mému vedoucímu práce a Jiříkovi.

Obsah

1. Úvod.....	8
2. Přehled poznatků.....	9
2.1. Co je to Rodový statek	9
2.1.1. Kvalifikační práce na téma RS.....	12
2.2. Rekreeologie a zdravý životní styl.....	13
2.3. Filosofie rodového statku a její vliv na člověka.....	16
2.4. Rodový statek jako prevence a léčba civilizačních onemocnění	18
3. Cíle a úkoly diplomové práce	22
4. Metodika	23
4.1. Charakteristika skupiny respondentů	23
4.3. Metody analýzy dat	23
4.4. Presentace dat.....	24
5. Výsledky	25
5.1. Podněty k rozhodnutí pro tvorbu RS.....	25
5.1.1. Nastavení hodnot.....	25
5.1.2. Počáteční impulz	27
5.1.3. Anastázie	28
5.1.4. Zisk informací	29
5.1.5. Diskuze zjištění	30
5.2. Vznik a důležité milníky	31
5.2.1. Výběr pozemku	31
5.2.2. Příprava	32
5.2.3. Bydlení	33
5.2.4. Administrativa.....	34
5.2.5. Finance	37
5.2.6. Diskuze zjištění	41
5.3. Popis pozemku	42
5.3.1. Permakulturní Zahrada.....	43
5.3.2. Tvoření x dřina	48
5.3.3. Voda	51
5.3.4. Elektřina	52
5.3.5. Dům	53

5.3.6.	Budoucnost konkrétního statku	53
5.3.7.	Diskuze zjištění	55
5.4.	Životní styl na RS (versus město)	57
5.4.1.	Životní styl na RS.....	57
5.4.2.	Město x RS	61
5.4.3.	Strava.....	64
5.4.4.	Pohyb.....	67
5.4.5.	Překážky	69
5.4.6.	Odezva okolí	72
5.4.7.	Diskuze zjištění	74
5.5.	Udržitelnost a soběstačnost	76
5.5.1.	Udržitelnost	77
5.5.2.	Soběstačnost	80
5.5.3.	Diskuze zjištění	82
5.6.	Co naše budoucnost?	84
5.6.1.	Diskuze zjištění	89
6.	Diskuze.....	91
7.	Závěr	93
8.	Souhrn	94
9.	Summary	95
10.	Referenční seznam	96
11.	Přílohy	101

1. ÚVOD

Rodový statek (dále RS), popřípadě rodový prostor (RP), jakožto životní styl by mohl nabídnout jednu z možností, jak se přiblížit k zdravému, holistickému, udržitelnému a soběstačnému přístupu k životu, který nám přináší pocit štěstí, radosti a naplnění. Přístupem k ekologické stravě, dostatkem PA a možností trávení času v přírodě by mohl přispívat k dosažení wellbeing člověka a jeho kvalitě života. Prostor, jakým je RS by mohl nabízet takové zkušenosti a zážitky, které vedou k celistvému rozvoji osobnosti.

Zájem o holistický přístup ke zdraví a touha po jiných zdrojích štěstí, než je materiální uspokojení, je aktuální, moderní a rozšiřuje se. Jonas Salk - nejlépe známý pro vývoj účinné vakcíny na pomoc při vymýcení obrny – byl častý host na holistických lékařských konferencích a již v roce 1977 potvrdil, že vstupujeme do nové epochy, ve které bude dominantní model celostní medicíny.

Koncept RS je komplexně zaznamenán v desetidílné sérii knih Vladimíra Megreho, Zvonící cedry Ruska. Tvorba pozemku se shoduje s permakulturními zásadami. Důvod, proč zmiňují rodové statky v kontextu s holistickým zdravím je ten, že základem obou dvou konceptů je rovnováha a balanc všech přítomných složek zdraví (nebo alespoň těch, které známe). A to s využitím všech dostupných informací - od moudrosti předků po současné znalosti.

V této práci budu zjišťovat, jaké přínosy má RS v oblasti životního stylu obyvatel. S rozšířenou optikou na současné enviromentální otázky, které, zdá se, s životním stylem souvisí. V teoretické části se budu věnovat vztahu: RS a civilizační onemocnění. Jakým způsobem může takový životní styl hrát roli v prevenci a léčbě? Budu se též věnovat filosofii, která princip žití na rodovém statku ukotvuje a dává mu přesah.

2. PŘEHLED POZNATKŮ

2.1. Co je to Rodový statek

V této kapitole čerpám ze série Zvonících cedrů Ruska od Vladimíra Megreho, který princip RS ukotvil a umělecky ztvárnil v desetidílné sbírce.

Poslání rodového statku spočívá ve třech slovech. **Zdokonalovat životní prostor.**

S tím jde ruku v ruce tvrzení: „Zdokonalovat životní prostor znamená zdokonalovat sebe.“ (Megre, 2010) V knihách se pohlíží na člověka jako na hybnou sílu reality. Velmi podobně, jak takový vztah popisuje kvantová fyzika. „Samotný člověk není nic jiného, než materializovaný obraz. A také sám dokáže vytvářet svou myšlenkou obrazy a materializovat je... Pokud si nějaký člověk neuvědomuje schopnosti, které mu daroval stvořitel, blokuje v sobě svoji majestátní sílu a spadá pod vliv jiných obrazů...“ (Megre, 2010)

Co se týče zdokonalování RS. Jeho dílčí části se shodují s permakulturními zásadami tvorby pozemku. Můžeme zaznamenat vyloženě stejná slovní spojení a oblasti zájmu v permakultuře a knihách Megreho: jedlý les, prales, líný zahradník, bezúdržbové hospodářství, jedlé plevele, design, plánování, infrastruktura, řízení přírodních zdrojů, řízení rostlin a zvířat, koloběh energie nebo přírodní vzory (Aranya, 2018). Jeho rozloha má být minimálně 1 hektar, kvůli uspořádání (uvedeném v knihách Megreho i dle permakultury) pro soběstačné zásobování. Jak je pozemek menší, hůře se nastavuje rovnováha ekosystému a paradoxně je třeba více práce a času na obhospodaření (Deppe, 2017). Na pozemku o rozloze 1 ha se většinou nachází dům (nebo jiné obydlí), studna, záhonoviště, jezero, popřípadě včelí úly, květnatá louka, skleník, kompost, v případě většího pozemku, se zakládá smíšený les, ovocný les, tvrdý sad, prales, lze pěstovat zvířata (Hemenway, 2019).

Pozemek je ohraničený živým plotem, který má svou promyšlenou úlohu. Skládá se z volně rostoucích, původních druhů keřů, které mohou být doplněny o další řadu vyšších dřevin fungujících jako větrolamy (Svoboda, & Svobodová, 2018). „Kraj lesa, který je ve styku se zbylou částí pozemku, osázíme živým plotem z nepropustného křoví, aby se přes něj nedostala zvířata a nezašlapala osetou zahradu.“ (Megre, 2010) Plot může také vyjadřovat důraz na soukromí a individualitu, symbolicky odděluje rajskou zahradu od okolní divočiny, řád od chaosu, také může dodávat ovoce, ořechy, krmivo a pyl pro včely (Mollison, 1994). Také údajně chrání před škodlivými okolními vlivy a je zdrojem éterických vůní (Megre, 2010).

V knihách Megreho můžeme nalézat konkrétní plány zahrady, jako například tento: „...čtvrtinu nebo polovinu osadíme lesem, zasadíme v něm různé stromy...V lese, z živých sazenic, zasazených blízko u sebe, uděláme ohradu pro dobytek, kde posléze bude žít kupříkladu koza, nebo dvě. Ještě lze ze sazenic udělat úkryt pro kuřata – nosnice. Na zahradě vykopáme nehluboký rybník, velikosti asi dvou arů. Mezi lesními stromy zasadíme keř maliny a rybízu, po kraji – lesní jahody. Potom, až stromy trochu vyrostou, lze mezi větvemi v lese postavit tři duté klády pro včely. Vysadíme ze stromků besídku, kde se budeš moci schovat před horkem a povídat si se svými dětmi nebo přáteli. A také uděláme živou letní ložnici a tvou tvůrčí dílnu. Ložnici pro děti, místnost pro hosty. Bude to živý, věčně rostoucí zámek. Tak všechno vymyslel Tvůrce a člověk má jen tomu všemu dát úkol. Dát podle svého vkusu, úmyslu a smyslu...“ (Megre, 2010)

Člověk by měl tvořit a ne pracovat. Proto někdo upřednostňuje název „Rodový prostor“, oproti „Rodovému statku“, který z historického hlediska v lidech vyvolává pocit dřiny (Svoboda, & Svobodová, 2018). Člověk má spíše hravou formou zkoumat zákonitosti přírody a důmyslně je využívat (Holzer, 2012). „Máš jakoby všemu zadávat program a korigovat jej podle svého vkusu... Zahradu lze také udělat tak, že tě nebude silně obtěžovat. Stejně tak, jako všechno roste v trávě v lese, může růst i zelenina, překrásná rajčata, okurky.“ (Megre, 2010). Taková myšlenka provází i permakulturní přístup k zahradě a slibuje určitou bezúdržbovost, když se člověk pečlivě a chytře věnuje počáteční tvorbě (Mollison, 1994).

Tvorba zahrady je založená na samotných zákonitostech přírody a využívá se potenciál každé plodiny, není třeba chemických přípravků na hubení, potlačování, odpuzování, naopak je všem procesům dán prostor a člověk se snaží ho následovat a využít ke svému prospěchu (Hemenway, 2019). Stroje je možné využít, když už jsou vyrobené, ať poslouží k přeměně půdy v krásnou zahradu (Megre, 2010). Toto tvrzení jde opět ruku v ruce s permakulturou (Svoboda, 2009).

Vztah ke zvířatům je v knihách Megreho čistě nemajetnický, kdy konkrétní situace poustevnice v Tajze ukazují sice určitou nadřazenost člověka, ve smyslu, že zvířata chtějí člověku sloužit výměnou za lásku, kterou jim člověk je schopen dát. Ale zároveň je patrná velká úcta a respekt ze strany člověka a jeho strava je přirozeně rostlinného původu (Megre, 2010). A opět v porovnání s permakulturou nacházíme podobný vztah ke zvířecí říši. Při veganském nebo vegetariánském způsobu stravování si může člověk ušetřit spoustu práce a být velmi snadno potravinově soběstačný (a zřejmě i zdravější), doporučují se zvířata, které prospívají pěstování zeleniny (Deppe, 2017). Například kachny indické, běžci, vášniví požírači slimáků

(chovají se i pro vejce), slepice mohou pomáhat při tvorbě záhonků, vhodná plemena psů ohlídnou prostor proti lidem i větší zvěři, která požívá mladé stromky (Svoboda, 2009). V praxi jsou obyvatelé rodových statků převážně vegetariáni, již rozhodnutí, nebo postupně přecházející. Souvisí to se sezónností stravy, psychickým nastavením a vztahem k přírodě, jaký je lidem na rodových statcích vlastní.

Dům by měl být postaven pro současnou generaci, nikoliv pro potomky, počítá se s tím, že děti budou potřebovat jiný dům. Budoucím generacím máme raději přenechat vzrostlé stromy, z kterých si postaví vlastní obydlí a dům je pak bude chránit a léčit (Megre, 2010). Je doporučena dřevostavba bez užití chemických přípravků. Přičemž dřevo, ošetřeno přírodními oleji a vosky, díky své struktuře filtruje vzduch a reguluje vlhkost (Svoboda, & Svobodová, 2018). Strom zasazený našimi předky, nebo jim věnovaný, má též sloužit namísto náhrobku, vzpomínky na zesnulého mají být laskavé a radostné, například ve formě radosti ze vzrostlého stromu a jeho plodů.

Jeden z důležitých činů, ke kterému se může člověk rozhodnout ještě, než RS založí, nebo i když na statku už pobývá, je sepsání deklarace o založení RS. „...aby každý zakladatel rodového statku a ten, kdo jej chce založit, deklaroval své záměry a úsilí.“ (Megre, 2010) Níže uvádím úryvek deklarace z 10. dílu Zvonících cedrů Ruska:

„Myšlenka založení rodového statku mě nadchla a přiměla k jednání. Pořídil jsem si na pustém místě za městem pozemek o velikosti jednoho hektaru s cílem vytvořit dokonalejší životní prostor pro mou rodinu, mé potomky a na památku mých předků... Na pořízené půdě jsem založil sad, vykopal rybník, pořídil jsem si několik včelích rodin a pěstuji ovoce a zeleninu. Půdu mám v plánu hnojit výhradně přírodním hnojivem. Pokládám za pozitivní tu skutečnost, že mnohé rodiny, jež vlastní svou půdu a zvelebují rodové statky kolem velkých a malých měst, budou moci plně zajistit městské obyvatelstvo ekologicky čistými produkty a zlepšit ekologickou situaci v regionech. Pokládám za nepřipustné, že se desítky milionů hektarů půdy v našem státě neobdělávají a zarůstají plevelem. Přitom nakupujeme v zahraničí 60% potravin, které jsou mnohdy nekvalitní a škodlivé pro člověka... Ve vzniklé situaci by se měl každý zamyslet, co konkrétně může udělat pro zlepšení již v nejbližší budoucnosti... Na rodovém statku rodina žije, pěstuje produkty pro vlastní potřebu a potřebu svých blízkých, kteří žijí ve městě. Tedy rodina, jež žije na rodovém statku, má zásadně jiný vztah k půdě... potřebujeme zcela novou ideologii způsobu života rodin, která by byla

lidem srozumitelná... Myslím si, že tyto pozemky by neměly být menší než jeden hektar, jelikož na menším pozemku není možné vytvořit relativně dokonalý a sebeobnovující se ekosystém... Tisíce ruských rodin již potvrdily v praxi pozitivní vliv projektu „Rodový statek“. Podobnou deklaraci podepsalo více než 1500 ruských rodin, které již zakládají své rodové statky. Shromažďování podpisů pokračuje.“ (Megre, 2010)

Myšlenka knihy je taková, že člověk zakládající rodový statek má napsat podobný dokument pro budoucí generace, aby znaly jeho záměr a mohly v něm pokračovat, nebo ho zdokonalit. Pokud není svědectví konkrétního člověka dohledatelné, je možné se pouze domnívat co měl v úmyslu.

Na to navazuje další spis – rodová kniha. Je to kniha, kterou začne psát současná generace pro svoje děti, které v ní budou pokračovat opět pro své potomky. Tím se vytvoří kniha bez možných dezinformací a pokrucování historie. „... Uplyne jen málo dnů a miliony otců a matek, v různých koncích Země, budou tvořit Rodovou knihu, zaplňující stránky svou rukou. Bude jich velké množství – Rodových knih. A v každé – pravda, jdoucí ze srdce, pro děti své. Záludnost v těchto knihách nebude mít místo. Před nimi padne historická lež.“ (Megre, 2010) Zároveň mohou současní obyvatelé pokračovat v myšlenkách a výtvorech svých předků. Například nepokácí strom, protože stíní na pozemek, když v rodové knize zjistí, že je to cedr, který má po 30 letech od zasazení plodit vydatné ořechy.

2.1.1. Kvalifikační práce na téma RS

Je důležité zmínit, co bylo o RS již zjištěno. Uvádím kvalifikační práce na téma RS, z toho dvě diplomové, jednu práci bakalářskou.

Při vyhledávání prací jsem použila katalog knihovny UP, STAG a portál Theses.cz. Klíčová slova, která jsem při vyhledávání používala, byla: rodový statek, Zvonící cedry Ruska, Vladimír Megre. Podařilo se mi nalézt jednu bakalářskou práci a dvě diplomové práce.

Diplomová práce Jiřiny Kramosilové (2009) zkoumá charakter knih jako takových a srovnává je s prvky spirituálních, enviromentálních a utopických ideových konceptů. Zdůrazňuje rozporuplnost těchto knih a zvažuje přínos, jaký mohou mít knihy na enviromentálně příznivější životní styl. Tato práce otevírá otázku jaký typ lidí se na základě této literatury rozhodne ke změně životního stylu, pro jaké konkrétní změny, jaké jsou aktivity daných sdružení a jestli je jejich cílem zlepšit stav životního prostředí, nebo jde-li o individuální duchovní hledání.

Dále jsou RS zkoumány Nikolou Světlíkovou (2015) v její diplomové práci jako fenomén východoslovanského areálu. Práce na základě rozhovorů zkoumá rodové vesnice ve východolovanském areálu, s otázkou, zda se dají označit za sektu, či hnutí, nakonec jsou hodnocené kladně a nejsou shledány sektou. Tato práce srovnává ekozahradu s RS, že jsou totéž, popisuje historii vzniku ekologických vesnic ve zmíněné oblasti a uvádí jejich význam pro současnou společnost – možné východisko z krize společnosti, zlepšení mezilidských vztahů, návrat k pravým lidským hodnotám, možný příspěvek k revitalizaci státu a zkvalitnění života občanů v Rusku, na Ukrajině a v Bělorusku, v neposlední řadě může přispět ke zlepšení životního prostředí. Z rozhovorů je patrné že nejčastějšími obyvateli rodových vesnic jsou lidé s vyšším vzděláním, všichni dotazovaní potvrdili, že RS pro ně znamená výhodnější investici, než běžný dům a že jsou nyní šťastnější než před životem na RS.

Václav Brom (2013) zkoumá RS v ČR, jejich současný stav a budoucnost. Ale nejedná se o RS založené na základě filosofie Zvonících cedrů Ruska. Těm je věnovaná kapitola konkrétně o rodových osadách v Rusku, srovnává rozlohu ruského státu s ostatními a uvádí, že je jednoznačné, že alespoň částečné pokrytí rodovými osadami je možné i VČR, kde je 2 702 568 ha státní orné půdy a 852 740 ha trvale travního porostu.

Z prací je patrné, že při bližším ohledání textu se nejspíš nejedná o inovativní myšlenku, ale o kombinaci různých myšlenkových konceptů a že i přes určitou rozporuplnost a kontroverznost knih, se jedná o literaturu na základě, které je velká část populace ochotná učinit radikální změnu životního stylu. V Rusku, na Ukrajině a v Bělorusku vznikají rodové osady, které po kontaktu s obyvateli nepůsobí sektářsky, jelikož mohou kdykoliv odejít z osady a dodržují pouze pravidla slušného chování a zdravého životního stylu (oproti jiným ekovesnicím).

Práce mají jinak stanovené cíle a zkoumají RS v rámci jiných oborů. Tím pádem tato práce rozšiřuje již zaznamenaná data. Zároveň tato práce tematicky navazuje na otázku, jací lidé se rozhodli pro takovou změnu životního stylu a co se skrývá za tímto rozhodnutím. Také rozšiřuje bádání na českou populaci.

2.2. Rekreologie a zdravý životní styl

Pro úplnost teoretického ukotvení práce je třeba věnovat pozornost otázce zdravého životního stylu z pohledu rekreologie.

Rekreologie (z latinského re-creare + logos) je teoretická disciplína, která se zabývá obecnými problémy rekreace. Spojení re-creare naznačuje bádání, zaměřené především na

problém obnovy (zde lidských) sil. Tzn. znovu-vytváření něčeho, co zde již bylo. Jde tedy o kompenzaci negativních vlivů činnosti člověka i prostředí. Rekreeologie se ale taktéž snaží o další rozvoj a další zdokonalování (Hodaň & Dohnal, 2008).

Z hlediska optiky této práce lze rekreologii prohlásit za obor, který se zabývá mimo jiné i studiem a výzkumem ZŽS.

Zdraví můžeme dle Světové zdravotnické organizace (WHO) definovat jako stav fyzické, psychické a sociální pohody, a nejen nepřítomnost choroby či vady. Celostní přístup ke zdraví pak zahrnuje stránku fyzickou, duševní, sociální i spirituální. Dle Křivohlavého je zdraví celkový (tělesný, psychický, sociální a duchovní) stav člověka, který mu umožňuje dosahovat optimální kvality života a není překážkou obdobnému snažení druhých lidí. Kebza (2005) shrnuje kvalitu života jako „kombinaci prožitku úrovně vlastního zdraví, úrovně osobní pohody, životní spokojenosti a často též určitého postavení v sociální stratifikaci“. Pojem osobní pohoda (wellbeing) je dlouhodobý emoční stav reflektující spokojenost člověka s životem (Blatný, 2005) a taktéž zahrnuje harmonické vyvážení fyzické, mentální, sociální a spirituální stránky zdraví. Do kvality života dle Křivohlavého (2009) dále patří: vnímání smyslu svého života, pocit energie, plnění cílů a potřeb, morální hodnoty.

Životní styl „je soubor dobrovolných činností člověka, reakcí na vnější podněty, chování v různých situacích, způsob řešení problémů, ale také uspokojování osobních potřeb, které jsou založeny na individuálním výběru z různých možností“ (Kopecký, 2012) Životní styl je založený na individuálním výběru z různých možností. Můžeme se rozhodnout pro zdravé alternativy nebo pro ty, jež zdraví poškozují. Dohnal a kolektiv (2009) uvádějí, že „zdravý způsob stravování a přiměřená pohybová aktivita zvyšují pocit dobrého zdraví (wellness), dokáží redukovat úzkost a depresi“. Zásah, vedoucí k pozitivní změně vede k optimalizaci životního stylu. Optimalizace je proces výběru nejlepší varianty z množství možných jevů. Optimalizace životního stylu pomocí prevence vede ke zdravému životnímu stylu. Faktory zdravého životního stylu jsou především: dodržování pravidelného cvičení (nejméně 20 minut, pravidelné opakování, mírnou intenzitou, aerobního charakteru nejméně od tří do čtyř dnů za týden), dodržování vyvážené stravy (přírodní, „čisté“ potraviny, střídmost), udržování optimální tělesné hmotnosti (vhodné cvičení a dieta), dodržování adekvátního dořinku (spánek trvající okolo 7–8 hodin každou noc), omezení nebo absence alkoholu a kouření, pobyt v čistém prostředí.

Mezi negativní jevy dnešní doby patří pokles pohybové aktivity a s tím spojené snižování fyzické zdatnosti, junk food, přejídání, stres a návykové látky. Za tím stojí řada

faktorů, jako je nezadržitelný rozvoj automobilové dopravy, zvýšená dostupnost moderních technologií, negativní projevy urbanizace a technický pokrok (Ng & Sutradhar & Yao & Wodchis, & Rosella, 2019). Značný vliv na inaktivní chování má rovněž zásadní změna v pracovní náplni, způsob dopravy a formy trávení volného času (Kaleta & Kalucka & Szatko, & Makowiec-Dabrowska, 2017). Nízká úroveň PA má za důsledek rozvoj civilizačních onemocnění (kardio-vaskulárních onemocnění, diabetes mellitus 2. typu, nadváha, obezita a onkologická onemocnění) (Chandrasekaran, & Ganesan, 2021).

Život na RS by mohl vést k optimalizaci životního stylu. Jedná se o holistický koncept zahrnující pravidelnou PA, čerstvou lokální stravu, pohyb v čistém prostředí, přítomnost zeleně a další (viz. praktická část práce).

2.3. Filosofie rodového statku a její vliv na člověka

Dle studie New Age komunity, zvané „Anastasians“ (tedy příznivců ideologie Megreho), v průběhu festivalu Child of Nature, nejsou ideologické rozpory a nejasnosti znakem teoretického zmatku, ale znakem stálé otevřenosti, živosti a složitosti tématu. Je proto hodnotnější pohlížet na New Age spíše jako homogenní soubor myšlenek, než jako na lidovou víru. Jedná se o neustálou snahu odhalování pravdy, bez následování dogmat, které zahrnuje otevřenou diskuzi i následování individuální duchovní cesty (Sadovina, 2017).

„Chceme-li být šťastní, nezbyvá nám než plně vnímat, otevřít každé ráno své oči, své srdce, zažívat sílu přítomného okamžiku, dovolit si cítit svou pravou životní sílu a zhmotňovat každodenní realitu dle svých nejkrásnějších vizí a tužeb.“ (Svoboda, & Svobodová, 2018)

Život na rodovém statku (společně se správnou výživou) má člověku navrátit zdraví a božské schopnosti, pak je mu otevřen přístup do vesmírné informační databanky – k pravdě, podstatě, k energii, bohu, lásce, harmonii (Megre, 2010).

V knihách se objevuje informace o schopnosti samoléčitelství a „sebeobnovy“. A to jak v rovině vypořádání se s jakoukoliv nemocí, čímž je jedinec schopný prodloužit svůj život (této otázce je věnována následující kapitola). Tak i ve smyslu reinkarnace, kdy je schopný se vrátit zpět do rodového prostoru. S tímto stavem, kterého je člověk schopen dle Megreho dojít pouze pobýváním v přírodním prostředí (ideálně na svém RS), kniha zároveň srovnává způsob života lidí ve městech: „Samotný člověk, jenž žije v umělém světě, se také stává smrtelným. Jelikož je pro něj těžké dívat se na množství rozkládajících se předmětů, které nemají schopnost sebeobnovy, a přitom představovat věčný život, vytvořit obraz vlastní věčnosti a materializovat jej.“ (Megre, 2010)

Součástí filosofie RS je vnímání statku jako „Prostoru lásky“. Prostor lásky je zavedeným termínem v knihách Megreho a znamená hluboký pocit lásky a respektu k partnerovi, partnerce a k osobám, s kterými sdílím tento prostor a k prostoru samému, a to ke každé z jeho dílčích částí. Tato láska, podle Anastazie, kterou vložím do každé rostlinky v prostoru, se mně, i lidem sdílejícím RS, vrací v podobě plodů - zeleniny, ovoce, bylin (Megre, 2010). Studie, že je člověk schopný ovlivnit kvalitu stravy myšlenkou k dispozici doslovně nejsou, ale to, že je člověk schopný ovlivnit svým nastavením molekuly vody dokazuje Masaru

Emoto (2013), nebo studie zaměřená na účinky vzdáleného úmyslu na tvorbu vodních krystalů (Radin, 2008). Kdy se vzhledem k pocitu, který daný člověk prožívá, mění tvar krystalů vody. Filosofie RS také spočívá v tom, že vědění pravdy, není ve slovech, ale v činech.

Nabádá k praktickým činům, které jsou pak samy spiritualitou. Oproti tomu náboženství a jiné duchovní praktiky, které nesměřují k tvorbě ráje na Zemi, člověka od pravdy odvádějí (Megre, 2010). Z praktického hlediska můžeme přispět k tvorbě ráje na zemi: snížením spotřeby energie, vody, nebo samozásobováním (Mollison, 1994), dbát na snížení produkce odpadu, obalů. Je to změna z konzumního života v tvořivý a produktivní, když by takovou změnou prošlo 10% lidí, přineslo by to hojnost pro každého (Mollison, 1994). „Hrajeme o samotný život. V sázce je Země. Když to nedokážeme my, nedokáže to nikdo. Dnes jsme my lidé jedinou existující silou, která je s to zabránit rozkladu civilizace a nastolit civilizaci lepší“ (Lužný, 2004)

„Rodové statky jsou další možnost, jakým způsobem se dá na této planetě žít. Možná to není cesta pro každého, ale možná patříte k lidem, kteří ke svému každodennímu životu potřebují pravidelný kontakt s přírodou, čerstvý vzduch, zdravé potraviny, kvetoucí louku, stromy, jezírko a dostatek prostoru, který patří jenom vám a vaší rodině, a zůstane i mnoha příštím generacím.“ (Svoboda, 2009)

Obyvatelé rodových statků vypadají jako možné řešení současného stavu životního prostředí. A to je nedílnou součástí zdraví jednotlivce. „Optimální stav zdraví určité osoby závisí na stavu souboru podmínek, které jí umožňují žít a pracovat tak, aby byly splněny její realisticky zvolené a biologické potenciály.“ (Seedhouse, 1995, cit. in Křivohlavý, 2001, s. 39) Začíná nová epocha, v které holistická medicína bude dominantním modelem zdravotnictví, nelze separovaně opravovat jednotlivé části, ty pouze dávají impulz, signál, že je třeba něco změnit, zdraví je celek (Prescott, & Logan, 2019). A celkem je myšlena naše planeta. Změny ekosystémů na mikro a makro úrovních mají za následek non-communicable diseases (kardiovaskulární onemocnění, rakovina, cukrovka), proto je třeba změnit přístup, je třeba se přeorientovat na integrativní medicínu, jako nový lék, která spojuje pacienta s ekologií (Prescott, & Logan, 2019).

2.4. Rodový statek jako prevence a léčba civilizačních onemocnění

Jako prekurzor nemocí a ekologické krize, která má vliv na zdraví člověka, uvádí Megre především dopravu a průmyslovou stravu.

„Špatné je to, že při stavbě a využívání silnic, potrubí a letišť se ničí půda: dochází k sesuvům a sesedání, zvyšuje se eroze... podél dálnic, železnic a potrubí s ropou a plynem, které je na povrchu země, se velké plochy znečišťují sloučeninami olova, síry a ropných produktů. Jako nejnebezpečnější pásmo vědci shledávají 200 metrů po obou stranách nejfrekventovanějších silnic. Vzhledem k tomu se přísně zakazuje pěstovat podél těchto komunikací zemědělskou produkci, sbírat houby a plody, pást dobytek, obzvláště mléčný skot... Podél komunikací je téměř metrová vrstva půdy znečištěná prachem, jež tvoří částice asfaltu, gumy, kovu a jiných látek, jež mají rakovinotvorný a mutagenní účinek... A velkoměsta jsou pyšná na své mnohoproudové silniční okruhy, jež zabíjejí život.“ (Megre, 2010)

To potvrzuje studie, zabývající se emisemi z vozidel. Údajně vytvářejí koridory se zvýšenou koncentrací uhlíku a dusíku poblíž dálnic, které ovlivňují okolní ekosystémy. Výsledky ukázaly významně vyšší koncentrace C a N v blízkosti silnic jak v rostlinách, tak v půdě. Výsledek byl takový, že zvýšená hladina sloučenin C a N může mít nebezpečné dopady na životní prostředí, zejména na zemědělské půdy kolem hlavních dálnic. V blízkosti silnic by se proto neměly provozovat zemědělské činnosti (Khalid & Noman & Masood & Tufail, & Hadayat, 2020). Na to navazuje další studie s tvrzením, že s rychlou urbanizací a industrializací se v posledních několika desetiletích zvýšil vstup těžkých kovů do zemědělské půdy prostřednictvím intenzivní lidské činnosti a následné znečištění půdy je na pozoruhodné úrovni (Bulut, 2020). S přihlédnutím ke všem parametrům rizika pro lidské zdraví spojených s požitím zeleniny pěstované v městských oblastech (poblíž spalovny nebo dálnice) bylo prokázáno, že látky mohou mít potenciální kumulativní účinek rizika pro lidské zdraví. Spotřeba určitých typů potravin (např. rýže), nebo pitné vody, popřípadě požití půdy, a vdechování částic aerosolu mohou také zavádět znečišťující látky do těla člověka, účinek může být chronický, větší pozornost by měla být věnována citlivým osobám a dětem (Youning & Dexiang & Lijing & Xinping, & Bin, 2014).

Co se týče pozitivních dopadů spojených se snížením frekvence dopravy, je tu hned reálný příklad převedení do praxe. Studie zabývající se vztahem mezi dopravou a infekčním

onemocněním potvrzují, že v průběhu lockdownu z důvodu šíření viru COVID-19 došlo k významnému snížení mobility, ke změně provozu, konkrétně ke snížení jejích vrcholů, ke zlepšení bezpečnosti provozu a lidé upřednostňovali aktivní druhy dopravy. Tyto změny ukázaly pozitivní dopady na znečištěné ovzduší a znečištěnou vodu (Muley & Charitha & Dias, & Abdullah, 2020).

Megre jako možné řešení civilizačních chorob a ekologické krize uvádí přesun části obyvatelstva z měst na RS. „Změna způsobu života významné části obyvatelstva odstraní možnost ekologické katastrofy planetárního měřítka.“ (Megre, 2010) Lidé žijící na RS mohou nadprodukcí (kterou rodina nevyužije), prodávat lidem do měst. Ve městě bude polovina aut. Tím selepší ovzduší a obyvatelé měst budou mít přístup k lokálním ekologickým potravinám.

„V Rusku již existuje více než sto padesát osad, jež tvoří rodové statky založené čtenáři knih z edice Zvonící cedry Ruska. Podobné osady jsou také na Ukrajině, v Bělorusku a v Kazachstánu... Nejdůležitější však bylo, že tito lidé na svém hektaru vysazovali sady a zvelebovali zahrady. Dříve opuštěná půda na Dálném východě, na Sibiři a ve středním pásmu Ruska se proměňovala v kvetoucí oázy. Stát, který má podobné oázy, vyřešil otázku zásobení obyvatel potravinami, jelikož rodiny, které změnilý způsob života, nejenže plně zajistily prvotřídními potravinami sebe, ale mohly také zásobovat městské obyvatele. Z velkoměst zmizela hrozba dopravního kolapsu. Kvůli snížení počtu aut o polovinu se ve městech významně zlepšilo ovzduší.“ (Megre, 2010)

Rychlá, člověkem vyvolaná změna klimatu, která právě probíhá, představuje vážná nová rizika pro geopolitickou a společenskou stabilitu – oba základní předpoklady pro globální prosperitu, well-being a zdraví. Snížení dlouhodobých rizik změny klimatu pro planetární zdraví vyžaduje zásadní snížení globálních emisí skleníkových plynů (Morisetti, & Blackstock, 2017). Je před námi potřeba opatření na globální úrovni k řešení hraničních problémů, jako jsou změna klimatu, vyčerpání ozonu nebo perzistentní organické znečišťující látky (tři příklady, pro které byly nedávno uzavřeny mezinárodní dohody). Bohužel je taková akce na globální úrovni obvykle časově náročná. Místní samosprávy mezitím prokázaly větší odhodlání a byly rychlejší (Hancock & Capon & Dooris, & Patrick, 2017).

Lidská populace Země je nyní převážně městská, přičemž téměř 55% lidí žije ve městech, očekává se, že do roku 2050 vzroste tento podíl na 66%, s tím, že města produkují přibližně 80% globálního hrubého domácího produktu a jsou odpovědná za více než 75%

spotřeby přírodních zdrojů, 60–80% spotřeby energie a 75% celosvětových emisí uhlíku. Jedním ze způsobů, jak porozumět rozsahu dopadu člověka na Zemi, je ekologická stopa. Globálně ekologická stopa překročila biologickou kapacitu Země (schopnost Země vyrábět zdroje a ekologické služby), konkrétně lidé žijící ve velkoměstech vyžadují k udržení současného způsobu života v průměru 3–4 biologické kapacity planety (Hancock & Capon & Dooris, & Patrick, 2017).

Tato situace je neudržitelná, musíme se naučit žít na jedné malé planetě, která je naším domovem, ale způsobem, který také zajišťuje dobrou kvalitu života a dlouhý a zdravý život pro všechny.

Tyto nesnáze vedly ke konceptu takzvaného života na jedné planetě, ve kterém všichni jednotlivci, komunity a národy musí dodržovat inherentní omezení zdrojů. Tato výzva je obzvláště těžká pro lidi žijící ve velkých městech, protože je třeba snížit jejich ekologickou stopu až o 75%. (Hancock & Capon & Dooris, & Patrick, 2017) Součástí tohoto konceptu je také řešení ekologické krize pomocí plánování měst, které též snižuje nepřenositelné nemoci a zároveň zvládá rychlou urbanizaci. Doporučené zásahy pro vytvoření zdravějšího a udržitelnějšího kompaktního města, které snižuje environmentální, sociální a behaviorální rizikové faktory, jsou tyto: spravedlivé rozdělení zaměstnanosti mezi města, řízení poptávky snížením dostupnosti a zvýšením nákladů na parkování, navrhování pohybových sítí vhodných pro chodce a cyklisty, dosažení optimální úrovně hustoty bydlení, snižování vzdálenosti k veřejné dopravě, a posílení vhodnosti aktivních způsobů cestování - např. bezpečná, cenově dostupná a pohodlná veřejná doprava (Giles-Corti & Vernez-Moudon & Reis & Turrell, & Dannenberg, 2016). Mezinárodní hnutí jsou již založena na místních přístupech k těmto otázkám, jako jsou Zdravá města, Udržitelná města a Transition Network, ale integrace zdraví a udržitelného rozvoje často není upřednostňována (Hancock & Capon & Dooris, & Patrick, 2017).

Studie tedy potvrzují znečištění půdy podél silnic a negativní dopad na zdraví člověka a také nutnost změny plánů a politiky města ve prospěch snížení transportu automobily (potažmo zvýšení možnosti aktivní dopravy) a dosažení optimální úrovně hustoty bydlení.

Tím máme hypoteticky vymezené dvě cílové skupiny, co se týče prevence a léčby civilizačních chorob. První jsou obyvatelé RS, druhou obyvatelé města. Práce se věnuje zdravému životnímu stylu na RS a eventuální vhodnosti jeho popularizace.

Pobyt na RS zahrnuje každodenní pohyb po zahradě, který se charakterem pohybuje mezi lehkým aerobním zatížením (chůze), přes střední intenzitu zatížení (projevuje se

začínajícím pocením, prohloubeným dýcháním, subjektivním pocitem zahřátí organismu a zvýšením SF: přenášení lehkých předmětů, úklid, plení, sázení, rukodílná výroba..), po posilovací cvičení (projevuje se intenzivním pocením, zrychleným dechem a značným zvýšením SF: stavba domu a jiných projektů na pozemku, zvedání těžkých předmětů). Tím obyvatelé RS splňují doporučení pro PA dle WHO: 30 min PA střední intenzity 5x týdně, nebo 25 min PA vysoké intenzity 3x týdně + posilovací a protahovací cvičení 2x týdně. A je u nich tím pádem snižené riziko kardiovaskulárních onemocnění, cukrovky 2. typu, rakoviny prsu, prostaty a tlustého střeva, vysokého krevního tlaku a osteoporózy, vzniku nadváhy a obezity a snižuje stres, deprese a úzkosti (zvyšuje kvalitu spánku). Nadstavbou pohybu na RS je pobyt v zeleni. Cvičení v přírodě zvyšuje sebevědomí, zlepšuje náladu a redukuje hněv (Barton, & Pretty, 2010), má pozitivní vliv na zdraví člověka a celkový pocit pohody (Pretty & Peacock & Sellen, & Griffin, 2015). Ukázalo se také, že cvičení v zeleni je ve srovnání s „indoor“ aktivitou, účinnější při zlepšování funkce kardiovaskulárního systému (Barton, & Pretty, 2010). Už jen samotný pohled do přírody má ozdravující účinky pro naše tělo i mysl (Roger, 1984).

Strava na RS je ovlivněná tím, že lokalita takových pozemků je v určité vzdálenosti k infrastruktuře, obyvatelé RS jsou do značné míry potravinově nezávislí a jejich obživa se skládá z vypěstovaných plodin na vlastním pozemku, sklizeň je ekologicky čistá od emisí, které jsou spojené se silniční dopravou a odvíjí se od ročního období.

„...způsob života na vlastním statku, v jimi vytvořeném přirozeném Prostoru lásky, úplně reguloval jejich stravování. Organismus člověka byl zásobený vším nezbytným v potřebném množství a v nejvhodnější dobu pro požití produktu...ne nadarmo je to v přírodě zařízeno tak, že v průběhu celého jarního, letního a podzimního období v určité posloupnosti dozrávají a dávají své plody různé rostliny... jež přesně vybírají své období a vynasnaží se upoutat lidskou pozornost svým neobvyklým tvarem, barvou a vůní.“ (Megre, 2010)

Prostředí, v kterém se nacházíme nás ovlivňuje po psychické stránce, budeme-li se zdržovat v lese, u studánek, v horách, na zahrádce, bude jednodušší se mentálně očistit (Hamerský, 2017). A duševní hygiena je další součástí holstického modelu zdraví člověka. Studie prokázali, že frekvence onemocnění obyvatel se snižuje s přítomností zeleně, nejočividnější byly výsledky u úzkostných poruch a depresí (MAAS et al., 2009).

Tím, jaké má přínosy pro zdravý životní styl RS se dále věnuje praktická část práce.

3. CÍLE A ÚKOLY DIPLOMOVÉ PRÁCE

Cílem práce je zjistit, co život na RS přináší svým obyvatelům v oblasti zdraví, resp. zdravého životního stylu. Dílčí otázky řešené v práci zní: Lze život na rodovém statku doporučovat jako zdravý životní styl? Jakým způsobem rodina přispívá ke zdravému životnímu prostředí? Jak vypadá praktická realizace projektu RS – výběr pozemku, administrativa, finance?

4. METODIKA

V kapitole Charakteristika skupiny respondentů popisují skupinu respondentů, jaká kritéria museli splňovat a jakým způsobem byli osloveni. Dále uvádím, jakým způsobem jsem získávala data a popisují jejich zpracování.

4.1. Charakteristika skupiny respondentů

Respondenti výzkumu byli vlastníci RS ve věku 17-69, 4 ženy a 3 muži. Na část respondentů jsem měla kontakt v rámci přátelských vazeb, část jsem vyhledala jakožto projekt na internetové stránce permakulturacs.cz na jejichž doporučení jsem navštívila ostatní statky, tedy metodou snowball sampling (Miovský, 2003). Respondentů bylo celkem sedm, respondenty jsem označila R1–R7. Každá citace obsahuje odkaz na konkrétní rozhovor, viz přílohy. Pro zachování anonymity neuvádím jména respondentů.

4.2. Metody získávání dat

Data jsem získala pomocí hloubkových individuálních rozhovorů, které měli stejnou kostru zachycenou v diskuzním scénáři (viz přílohy). Vzhledem k typu a formě získávání dat, byl nutný souhlas etické komise (schválený od ledna 2021). Obsahoval hlavní témata, na které jsem vyžadovala odpověď a vedlejší pomocí kterých jsem se dotazovala na rozvedení problematiky. Rozhovory probíhaly spíše neformálně v domácím prostředí s možností provedení po pozemku. Všichni respondenti jsou nadšeni tématem a šířením této myšlenky, z toho důvodu často „odbíhali“ od tématu čímž rozšiřovali diskuzní scénář o vlastní poznatky, často se jednalo o duchovní rovinu takového životního stylu. Můj úkol pak byl v udržení rozhovoru na téma holistického přístupu k ŽS (tedy včetně fyzické, sociální a duševní roviny) a doptávání se, aby bylo téma vysvětleno i lidem netčeným tematikou RS.

4.3. Metody analýzy dat

Každý rozhovor jsem doslovně přepsala. Dále jsem pokračovala kódováním, selektivní kódování zahrnuje výběr jedné klíčové kategorie, kolem které je organizován základní analytický příběh, všechny ostatní kategorie jsou potom vztaženy k této jediné centrální kategorii. Tato centrální kategorie by měla odpovídat zkoumanému jevu a dobře jej popisovat (Strauss, & Corbinová, 1999). Kódování probíhalo formou papír a tužka. Každý kód jsem označila jinou barvou či jinou linkou, abych je od sebe odlišila. Celkem vzniklo 52 kódů. Po opětovném přečtení jsem několik kódů sjednotila. Při třetím zpracování kódů, již v elektronické podobě, jsem vytvořila 8 hlavních tematických skupin, kódy jsem rozdělila do dílčích podkapitol – tzv. trsováním (Reichel, 2009). V následující práci s textem jsem sjednotila tematické skupiny do 6 hlavních kapitol. Použila jsem techniku zvanou kvalitativní obsahová

analýza dat. Což je „subjektivní interpretace obsahu textových dat prostřednictvím systematického třídícího procesu kódování a identifikování témat nebo vzorů“ (Hsiu, & Shannon, 2005).

4.4. Prezentace dat

Prezentují 6 hlavních kapitol s dílčími podkapitolami. Kapitoly jsou vzájemně tematicky provázané. Výroky vztahující se k cíli práce jsou zvýrazněné tučně. Z hlediska stanoveného hlavního cíle práce je stěžejní je kapitola Životní styl na RS (versus město). Respondenti odpovídali na otázku: Jaké přínosy pro tebe má RS v rámci ŽS? Nicméně bylo potřeba dodatečného dotazování z toho důvodu, že odpovědi se často nedotýkali celého komplexu této otázky. Jak se ukázalo, tak právě to vnímají respondenti jako nejdůležitější téma ve vztahu RS x ŽS.

Každá kapitola začíná shrnutím. Dále jsou tvrzení ze začátku kapitoly rozpracována a dokládána konkrétními důkazními citacemi z rozhovorů. V závěru každé hlavní kapitoly diskutují své nálezy s daty z teoretické literatury.

5. VÝSLEDKY

Kapitola je rozdělena dle hlavních témat: Podněty k rozhodnutí pro tvorbu RS, Vznik a důležité milníky, Popis pozemku, Životní styl na RS (versus město), Udržitelnost a soběstačnost, Co naše budoucnost? Ty zahrnují ještě dílčí podkapitoly.

5.1. Podněty k rozhodnutí pro tvorbu RS

Kapitola zachycuje úplný počátek vzniku RS, který obsahuje zprvu rozhodnutí k takové změně na základě vytyčení si vlastních hodnot a cílů, které chtějí následovat. Dále impulzy které podnítily toto rozhodnutí a informační kanály, z kterých bylo čerpáno (s věnování jedné celé kapitoly knihám Megreho)

5.1.1. Nastavení hodnot

Lidé, kteří se rozhodli k takovému životnímu stylu procházeli **transformačním obdobím v podobě životní krize**, které vyústilo k přeskupení hodnot a životní změně. Respondenti se shodují, že je stěžejní rozklíčování motivace k takové změně, rozhodnutí, **proč to chci udělat, co je za tím?** Jelikož se jedná o způsob života, vytvořený na základě individuálních prožitků a vjemů člověka, oproti konvenčním většinovým dogmatům, je důležitá upřímnost člověka k sobě samému, aby si nevytyčoval cíle na základě planých chimér. Na základě těchto intimních vstupních rozhorů se pak člověk rozhoduje pro životní cestu, která dává smysl jeho existenci. Dotazovaným respondentům dává smysl tvorba RS a šíření této myšlenky. Respondenti pozorovali jakési **vnitřní pnutí, v období, kdy žili ve městě**. Také se zpravidla se u respondentů objevuje již počáteční vztah k přírodě většinou i nějaká zkušenost se zahradou.

Před zakládáním RS je třeba motivace k takové změně. Jelikož se jedná o způsob života, vytvořený na základě poslouchání vnitřních pochodů a emocí, je třeba být k sobě maximálně upřímný a zjistit proč to chci udělat, co je za tím a co mě na tom přitahuje.

„... je prvotní ta vnitřní transformace, motivace a pochopení některých věcí a je tam ten otazník: Proč to vlastně chci udělat? Co za tím je? Protože to není o byznysu, není to o úniku, je to o novém způsobu života, který je v souladu s nějakou duší a v souladu s přírodou a i když to člověk vnímá, že to tak má, tak stejně vidím zpětně, že na začátku jsem o tom nevěděl vůbec nic, byl to nějaký pocit. A teď čím dál tím víc, je to v realitě. A to je tím, že ten život je v té pravdě, je to autentický...“ (R3)

Obyvatelé RS se shodují, že na počátku jejich příběhu, je změna hodnot, ke které došlo ať už větší, či menší katarzí. „...než člověk, teda já, než jsem došel k tomu vytvořit RS a vůbec začít vnímat samotnou hodnotu, tak jsem sám musel projít nějakou transformací.“ (R3)

„... tak jsem najednou začal pociťovat na sobě, že mi začíná ubývat energie a to mi bylo 35 ... Já si myslím, že máme všichni ty odpovědi v sobě. Tak já jsem si fakt sám se sebou sedl v klidu a rozhodl jsem se, že musím něco změnit, nevěděl jsem co, ale že musím.“ (R1)

Jedná se o hledání životní cesty, která by člověku dávala smysl a odpověděla na otázky. „Tak to úzce souvisí s mou dcerou a též se synem... že on je autista a stále mi nic na tom nesesedělo, proč, proč, proč? Tak hledá člověk cestu, nějakou udržitelnou, smysluplnou a celkovou“ (R5)

„... já jsem totiž , jak jsem měl takový těžký období od těch jednadvaceti do mých 27 to bylo takový období, že člověk hledal, co se s ním děje, něco se semnou dělo na venek logicky nevysvětlitelného. Tak jsem vycestoval a po různých nějaký seminářích člověk chodil, tak jsem utratil, co jsem měl našetřeno za nějaká dá se říct hledání, za nějakou odpověď. (R6)

Většinou zakladatelé RS prožívali určité vnitřní pnutí v období, kdy žili ve městě. „Bylo tam obrovsky silný pnutí a motivace, žít ten pravej život, naplněnej a svobodnej.“ (R3) A pociťově cítili směr, kterým se mají vydat. „... když jsem odcházel z Olomouce, tak jsem cítil, že chci žít takhle nějak, že nemůžu dělat tu práci, teda nechci dělat , co jsem dělal...“ (R6)

Také se u výpovědí shoduje počáteční vklad v podobě vztahu k přírodě a zkušenosti s pobytem v ní, popřípadě i se zahradou. „Tak prvotní byla otevřenost, k novým věcem a inklinace k tý samotný přírodě... My jsme měli farmu, tak jsem inklinoval k nějaký zahradě a pěstování zeleniny a permakulturní zahradě“ (R3) „... když člověk pod pojmem RS, když člověk jde takhle žít, tak mají určitý vztah k přírodě, chtěj tu přírodu podpořit, chtěj vytvořit místo na zemi, kde je příroda, která tam není nějak omezovaná.“ (R2)

„U nás to bylo takové už vlastní, přítel v tom vyrůstal celý život v hospodářství, tak automaticky to tak berem, že všechno je pro něco. I ty zvířata přináší určitou energii do toho statku, stejně tak ty rostliny, že to není jen tak, ale má to svůj smysl všechno.“ (R4)

I když předchozí vztah a počínání se lišily od současného stavu.

„... já jsem to věděl dřív, když mi bylo těch dvacet, tak jsem to cítil, co tam je, k čemu má člověk ten předpoklad, ale ještě pro to nebyla připravená půda, člověk nebyl zralejší... Já jsem to tak neměl propojený, že jsem si vůbec neuvědomoval, to propojení třeba s tou zahradou a celým tím, já jsem vždycky prostě jel do lesa.“ (R6).

Někteří respondenti pocházeli z rodiny, která nabízela možnost pro zkušenosti v oblasti zahradnictví. *„...jezdil jsem na chalupu deset kilometrů na kole, kde jsme pěstovali zeleninu a kde jsme měli zvířata, králíky, slepice, tak jsem je tam jezdil krmit.“ (R1)* Nebo i z rodin vlastníků RS, i když na konkrétním statku dál nepokračovali v tvorbě. *„Ne, my jsme měli a máme rodový statek na Slovensku a tam několik generační mlýn a pole...“ (R5)*

„Já žiju od narození na rodovém statku... kilometr odsud a tohle patřilo do majetku mých rodičů, tento pozemek, nebyl tu dům nic. Já jsem se narodila jako jedináček, tak jsem si suverénně myslela, že to převezmu po mamce, už jsem si na to dělala projekty, že jsem stavařka, chlapa už jsem si vymýšlela a kde budu mít tu část svojí.“ (R4)

5.1.2. Počáteční impulz

Počáteční impulz se u respondentů lišil, každopádně nejčastěji byly zmíněny knihy Vladimíra Megreho a přesvědčení o smyslu takového života pro sebe i své děti.

Jako počáteční impulz se opakovaly knihy Vladimíra Megreho a touha po smysluplném životě, který bude udržitelný a holistický.

„Ano, Anastázie, přesně tak... hledá člověk cestu, nějakou udržitelnou, smysluplnou a celkovou, a to mi došlo takové, jako že ano, toto má smysl. A stále si to myslím, víc a víc do konce.“ (R5)

Dalším impulzem pro změnu bylo i řešení rodinné situace. „... *objevení permakultury, rozhodnutí prozatím odložit další cestování a hledat pro nás a děťátko domov.*“ (R7) „*A nějaká smysluplná pomoc pro syna, že on je autista...*“ (R5)

5.1.3. Anastázie

Anastázie, neboli série knih Zvonící cedry Ruska, byla jakýmsi informačním ukotvením toho, co dotazovaní už „věděli“ a chtěli dělat. Zároveň knihy poskytli čtenářům **vyšší smysl jejich počínání a zpětné porozumění.**

Ke knihám Megreho se respondenti vyjadřovali jako o literatuře, která jim ukotvila představu, jak chtějí žít a dala jejich tvorbě smysl.

„To všechno, co je za tím, člověk právě díky tomu, že to četl, ty knížky, tak víc chápe některý souvislosti, že to tak líp zapadá do sebe. Před tím tak podvědomě člověk něco chytl a teď je to takový hodně čitelný a dává to takovej hlubokej smysl.“ (R6)

„My jsme měli farmu, tak jsem inklinoval k nějaký zahradě a pěstování zeleniny a permakulturní zahradě až následně teprve přišla ta informace celostní, z hlediska toho rodovýho statku, prostřednictvím té Anastázie a pak to začalo dávat smysl.“ (R3)

Přečtení knih Megreho dává vlastně lidem zpětné porozumění tomu, co chtějí dělat.

Lidé se po přečtení knih snaží často bez velkého finančního či materiálního zázemí vytvořit prostor, na kterém budou soběstační. Tvoří prostor lásky, který znamená specifický vztah k partnerovi, dětem a také k přírodě, což se váže i k celistvějšímu porozumění zákonitostí a cyklů přírody.

„... kteří jsou ovlivněni Anastázií a jdou si za tou ideou a svou životní cestu nazývají tím, že budujou rodový statek, že vycházejí z ničeho, vycházejí jenom z toho, že se potkají s někým, začnou spolu žít a přemýšlí jak. Je to cesta, kdy hledají pozemek, kdy chtějí být soběstační, chtějí tvořit prostor lásky pro ty děti, žít v souladu se zemí s přírodou, aby tomu rozuměli, je to cesta porozumění cyklům přírody, hledat způsoby, jak žít v tom souladu a nenarušovat tu matku Zemi, aby byla plodná a vzájemně to bylo v harmonii, hledat cestu harmonie v žití s tou přírodou...“ (R4)

Respondenti se ke knihám vyjadřují, že se jedná o myšlenky, které v sobě nějakým způsobem už měli, že ještě před setkáním s touto myšlenkou tušili nadcházející životní změnu a kniha jim tuto predikci „pouze“ potvrdila.

„Ale mě ta knížka oslovila možná trošičku jiným způsobem, než by to člověk možná očekával. Já jsem tyhle informace v sobě měl, já jsem věděl, že chci něco v životě změnit. Ta knížka mi jenom potvrdila, že to je přesně to co já chci, jestli mi rozumíš. To nebyla pro mě novinka, ani takhle já to chci, ale bylo to pro mě spíš potvrzení.“ (R1)

A že se jedná o myšlenkový koncept, který jim je velmi blízký, hlavně co se týče formy psaného textu, jelikož se jedná o „jednoduchý“ a prostý jazyk. „... já jsem ty knížky četl několikrát, mě to je tak blízký, protože mě přijde, že to je úplně jednoduše psaný, právě tím srdcem, že v tom není žádná učenost, a to mi je blízký, taková ta prostota.“ (R6)

5.1.4. Zisk informací

Informační zdroje se u respondentů lišily, kromě Zvonicích cedrů Ruska byly zmíněné permakulturní kurzy od Jaroslava Svobody a Seppa Holzera, dále byl uveden koncept Kontinua (Liedloff, 2007) a výsevni kalendář manželů Thunových.

Informace zakladatelé RS získávali často z permakulturního směru, převážně byl zmiňován Jaroslav Svoboda, jakožto průkopník v ČR. „... začali jsme jezdit na kurzy k Jardovi Svobodovi, ktorej je takovej průkopník těch RS...“ (R3) „...kurzy Jedlý les a Rodový statek u Jardy Svobody...“ (R7) Dále byl uveden též Sepp Holzer, rakouský spisovatel a poradce pro přírodní zemědělství. „My jsme byly u toho Seppa Holzera, v Rakousku na exkurzi a já jsem četl nějaký jeho knížky, tak se člověk tak inspiroval.“ (R6) Další praktické rady byly čerpány z výsevniho kalendáře Marie Thun, což je koncept práce se zahradou dle lunárních fází a dle postavení planet.

„... Já používám výsevni kalendář od manželů Thunových, to jsou lidi, co se zabývají, oni teda už nežijou, teď to dělá jejich syn s manželkou a jmenuje se to výsevni kalendář Marie Thun, ona to byl Němka, nebo Rakušanka. Tak to je kalendář, kde máš na celý měsíc stránku a jsou tam, oni to rozdělují na kořenovou, na květy, lístky a plody a tam já už podle toho dělám fakt dlouho, protože tam máš třeba, oni tam ukazují období výsadby, pak vysazovat, pak tam jsou i rozdělený dny, kdy je dobrý dát do země semínka

plodových rostli, kdy kořenovejch, nejenom kdy je dáš do země, ale kdy se o ně starat, když je okopáváš, když mám okopávat mrkev, tak ji nebudu okopávat, když se mám starat o plodový, jako o okurky. A mě se to moc líbí. Tam je ta podstata, že oni řeknou, že když to semínko v tu dobu, ten výsevní den, tak to semínko se dostane do půdy a jsou pro něj ty nejlepší podmínky, myslím kosmický. Když vezmeš ty síly těch planet a všeho. Tak dávají tomu semínku ty nejlepší podmínky k tomu aby rozklíčilo. A ona to není teorie, oni to zkoumají 70 let a říkám, teď v tom pokračuje jejich syn a ty zkušenosti jsou obrovský. Pak ukazují, jak vypadá mrkev, kterou sadili v jiný dny, než když měli, starali se o ní jiný dny, než měli a ta mrkev je pokroucená, různý kořeny všelijak a pak tam je mrkev kterou se starali přesně v tý době podle těch planet a nádherná mrkev.“
(R1)

Dále jako možný zdroj byl uveden Koncept Kontinua, který se zabývá vývojem lidské bytosti. „*Takhle se mi vlastně objevily i další knížky, jako třeba Koncept Kontinua od doktorky, která žila v amazonském pralese mezi indiánama a tam představuje, jak ti indiáni zacházej s dětma.*“ (R1) Taktéž respondenti zmiňují nutnost dalšího seberozvoje, s tím, že knihy Megreho vnímají jako prvotní podnět ke změně, nikoliv jako finální fázi tvorby osobnosti. Uvádí, že jejich nástroje byly: meditační semináře, adekvátní literatura, další lidé.

„...kterou jsem podpořil nějakým dvouletým, jako meditačníma seminářema, který to celý totálně přeskládaly, a to nastartovalo kompletní změnu... samozřejmě to celý probíhá, koresponduje to , s celkovou prací a transformací osobní. Čtu adekvátní knížky, přichází mi do života úplně nový věci vibračně v souladu, jsem s dalšíma lidma, který jsou otevřený, který tě obohacujou a knížky duchovní, kteří ti ještě rozšiřujou ten obzor. Že jsem zjistil, že to není jen o Anastazii, která to nastartovala a má úžasnou myšlenku, ale já jsem dál v tom pokračoval a nezůstal jsem jenom u toho a otevřel jsem se dalším informacím...“ (R3)

5.1.5. Diskuze zjištění

Slovo krize značí rozpor, který vede k vyvrcholení a rozsudku – co je podstatné a co ne (Kast, 2010). Jedná se o stav, kdy selhávají adaptační mechanismy jedince nutné k přežití, ten je pak nucen k tvorbě nových strategií a vnitřních struktur k zvládnání (Simon, & Stierlin, 1995), pokud tedy krize proběhne úspěšně a člověk ji víceméně zvládne sám, aby si vytvořil zkušenost a nový

vnitřní systém ke zvládnání obdobných situací. Krize může vzniknout narušením rovnováhy v oblasti biologické (spánek, jídlo) psychické (smysl života, sny) či sociální (vztahy, role, postavení) (Eis, 1994). V současném nahlížení na zdraví se krize může projevat také v rovině spirituální (bio-psycho-socio-spirituální model).

Krize probíhá v několika fázích (Kast, 2010), tzv. přípravná a inkubační fáze jsou spojovány s vnitřním napětím a desorientací v informacích. Fáze vhledu (nalezení smysluplného řešení a následné uspořádání) lze přirovnat k momentu kdy lidé čtou knihy Megreho. Fáze verifikace (pocit radosti a úlevy, formulace nového poznání, převádění do praxe, sdílení) je období kdy člověk opět pevně chytá děj svého života do svých rukou, tuto chvíli lze propojit s momentem koupě pozemku.

Krize má také svůj vývojový stupeň, který je již chronický - může trvat až roky, v této fázi je možné zpracování emocí prostřednictvím katarze (Novotná, & Honzák, 2021). Údajně lidé prochází neustálým „kolečkem“ různých vývojových fází krize, a to i v několika oblastech najednou (Novotná, & Honzák, 2021), přičemž mají-li kvalitní nástroje (v podobě zkušenosti s řešením krize) tento cyklus může být urychlen, jelikož krize nezajde do chronického stavu a je řešena při téměř nepatrných náznacích.

Respondenti se nevyjadřovali k délce trvání jejich krize, ale u všech proběhla úspěšně, dle jejich následných výroků (viz. Životní styl). **Rozhodli se pro takový adaptační systém, který jim nadále funguje.** Nachází se teď naopak ve stavu **osobní pohody – wellbeeing** (Křivohlavý, 2009), vypadá to, že **filosofie knihy Anastazie, pomáhá lidem k dosažení takového stavu.** Poskytuje jim totiž takový **vhled do budoucnosti, který dává jejich každodennímu počínání smysl.** A bez pevného bodu v budoucnosti, člověk v podstatě nemůže existovat (Frankl, 1994). „Dejte mi pevný bod a pohnu zeměkouli.“ (Archimédes)

5.2. Vznik a důležité milníky

Pozemky si respondenti vybírali spíše na základě pocitů k danému místu. S RS se vážou různá alternativní řešení bydlení, ta mají svá úskalí v legislativním ustanovení. Respondenti tuto skutečnost buď neřeší, nebo vyřizují administrativu zpětně. Obyvatelé RS se snaží o takový způsob obživy, aby nemuseli opouštět pozemek, nebo jen minimálně. Tomu napomáhá značná míra samozásobitelství. Respondenti vnímají veškerou svou činnost jako součást jejich filosofie – tedy že chtějí ze země udělat opět krásné místo k žití (viz. Kapitola Budoucnost).

5.2.1. Výběr pozemku

Výběr pozemku byl sice zmíněn jako podstatná součást zakládání RS, ale nelze popsat jako rozhodnutí zvážené na základě racionálních argumentů, ale spíše jako spontánní nadšení pro konkrétní prostor. Pozemek respondenti vybírali na internetových portálech, přes realitní kancelář.

Výběr pozemku u většiny respondentů probíhal s určitou lehkostí, až samozřejmostí. „... jen se nám to líbilo a byla ta možnost, tak jsme to vzali.“ (R3)

Vždy také probíhal na základě pocitů, nikoliv dle racionálního rozhodnutí.

„...já jsem sem přišel skrz ten les, tady byla jenom louka prostě posekaná, taková ošklivá svým způsobem, protože tady byly jen bodláky a kopřivy. A moje srdce mi řeklo, ne já, ne hlava, ale moje srdce mi řeklo: tady. Já jsem věděl, že už nikam jinam nepůjdu, nikam jinam se hejbat nebudu, že tady. ... já jsem tady chodil dva měsíce, protože on tady měl skoro osm hektarů louku a on mi řek at' si vyberu v kterým místě to chci ... vybíral jsem a mě to, tohle místo mě pak úplně uchvátilo, tak jsem tady.“ (R1)

Respondenti využívali internetové portály.

„Výběr pozemku byl pro nás jasný, my jsme si napsali, co chceme – číslo popisné, samotu, polosamotu, svůj vlastní les už hotový a potoky. To jsme si napsali a hned jak jsme si to napsali, tak mi přišel tento pozemek, sice 120 km od nás, ale přišel... Normálně jsem si to takto zadala do googlu a přišel mi tento pozemek na výročí naší svatby. To jsme si napsali, co chceme, co je pro nás důležité, a tak to vyšlo.“ (R5)

Nebo realitní kanceláře. „Na internetu ani neumím, tenkrát přes realitní kancelář akorát nějakou. Tenkrát ten internet nebyl jak dnes, před těmi sedmnácti lety to začínalo úplně, to nebylo tak běžný, že by to každý měl doma, jak je to teď.“ (R6)

5.2.2. Příprava

Před tvorbou RS se lidé často sblížovali s prostorem tak, že bydleli na pozemku v maringotce, ve stanu, nebo na pozemek dojížděli z místa jiného bydliště, popřípadě se s prostorem sblížovali dříve ještě, než byl vůbec administrativně v jejich vlastnictví.

Před tím, než docházelo k tvorbě permakulturní zahrady a RP, procházeli si respondenti různými fázemi sblížení se s prostorem. S tím, že administrativně pozemek ještě nebyl ve vlastnictví budoucího majitele:

„Takže sedm let jsem byl bez pozemku, ale mohl jsem si tu postavit ty včely a nějaký úly a stejně se člověk s tím prostorem nějak sžíval i když to nebylo moje, tak jsem se tu cítil doma, protože jsem to tu znal, jsem si to tu trochu tak choval, i když to nebylo papírově moje. ...To mi právě donesla ta kamarádka, ta Ukrajinka, ta mi donesla takový sazeničky, maličky, roční cedříky, tak jsem si je nejdřív dal do květináčů, to jsem ještě neměl ten pozemek. A pak až byl pozemek, tak se vysadily.“ (R6)

Nebo byl, ale majitel bydlel na jiném místě a pozemek sloužil jako zahrada pro částečné zásobování.

„...jsme tu v tom prostoru, který jsme koupili na konci vesnice, my jsme bydleli uprostřed vesnice a tady to se nám líbilo a bylo to k dispozici, tak jsme ucítili příležitost, že tady byly nějaký louky, tak jsme to koupili a vytvořili jsme tady zahradu a záhony bez užití permakulturní zahrady, protože jsme měli restauraci a chtěli jsme si pěstovat vlastní zeleninu co nejvíc a já jsem měl touhu udělat farmu zvířat a cítil jsem, že mě to naplňuje, bylo to velký přání.“ (R3)

Každopádně se obyvatelé RS shodují, že začínali na louce, na které žádné zázemí pro tvorbu zahrady, či bydlení nebylo. *„Začínali jsme na mýtině, kde nic nebylo a vše jsme si dělali svépomocí, tak je vidět, že to není ještě dokonalé, vytvořené.“ (R5)*

„... já jsem tady zryl takový 2x2 metry, tři rajčata jsem tam zasadil, jednu cuketu, urodily se nám jen dvě ty rajčata, protože to bylo pozdě už a ta zem byla vyschlá, protože tady předtím to tady jezeďáci léta drancovali tu zem, ale byli jsme tady! Jo! Pro vodu jsem chodil do studánky vodu na koupání jsme si chytali dešťovku a takový věci a začali jsme tady fungovat a pořád to bylo lepší a lepší. A vidíš jak to vypadá dneska po těch 13 letech, teda spíš 14.“ (R1)

5.2.3. Bydlení

Budoucí obyvatelé RS začínali na louce, bez minimálního zázemí pro tvorbu zahrady, nebo bydlení. Nicméně tuto fázi hodnotí kladně a jako součást procesu, nikoliv jako negativum.

Až na výjimky, počáteční fáze obydlí RS probíhala v podobě přístavění maringotky, nebo stanu a fungovali tak za „provizorních“ podmínek, často RS pouze navštěvovali a posléze dostavěli dům.

„...pak jsme teda hledali pozemek, pak jsme ho našli a chodili sem občas, pak jsme tu bydleli ve stanu, v maringotce a před sedmi lety jsme se sem nastěhovali, že jsme dostavěli... Dva měsíce ve vojenském stanu, tady u potoka, bez elektřiny, jen jsme si to tu tak zažívali.“ (R5) „... to bylo už takový, že jsme tady měli maringotku... Tak jsme odjížděli sem na víkendy... a mezi tím jsme si postavili tu roubenku z toho cedru.“ (R3)

Ale i tato fáze je hodnocena kladně a jako součást procesu. „... a už v té době jsme tady zažívali ten totální klid a cítili jsme z toho prostoru něco hodně pozitivního...“ (R3)

„... koupili jsme si maringotku, koupili jsme tady ten pozemek, odjeli jsme sem a začali jsme žít tady úplně z nuly... Ale budem tady žít v maringotce a budem se tady starat o sebe takovým způsobem, ale my jsme to chtěli, takže to nebyl pro nás žádný problém.“ (R1)

V bodech počátky budování bydlení na RS například vypadaly takto: „zakoupení a rekonstrukce maringotky, trvalé přestěhování na pozemek, získání stavebního povolení, začátek stavby“ (R7)

5.2.4. Administrativa

Lidé na RS bydlí převážně nelegálně, jedná se totiž o pozemky vzdálené od civilizace, se záměrem soběstačnosti – tedy o rozměru minimálně jeden hektar půdy. Takový stavební pozemek je finančně náročný a lidé souznící s myšlenkou RS často odmítají koncept hypotéky. I přes to se velká část respondentů rozhodla jít „snazší“ cestou a pořizují si půjčky (hypotéka, úvěr, pomoc přítele). Část respondentů ale hledá řešení alternativní (takzvaně čistokrevné dle filosofie knih Megreho) a začíná „od nuly“. Z důvodu ekonomického, z hlediska polohy pozemku a na základě odmítání konceptu hypotéky, se nabízí možnost koupě louky, trvale travnatého porostu nebo sadu (oproti stavebnímu pozemku). Na tomto pozemku chtějí

respondenti stavět přírodní domy, bez ekologického zatížení, esteticky zapadající do krajiny, často s ostrovním systémem. S přístupem permakulturním, s myšlenkou zadržování vody v krajině, což by mohlo být řešením současné situace ohledně životního prostředí a neudržitelného zemědělství. I tak mají problém legislativní, ohledně zasahování stavbou do krajiny. Když není možné získání stavebního povolení, vznikají na rodových statcích stavby o rozloze 25 m², stodoly pro hospodářská zvířata, nebo na pozemku zůstávají maringotky. Takový trvalý pobyt je ale nelegální. Respondenti se ale shodují na výroku, že s určitou dávkou trpělivosti, „paličatosti“ a lingvistických schopností je možné se s úřady domluvit, důležité je vnitřní přesvědčení, že dělají správnou věc.

Až na výjimky zakladatelé RS nesouhlasí s konceptem hypotéky a půjček „*Když se to zatěžuje těma půjčkama, to je právě problém.*“ (R4) „...*v tom ráji v tom případě se stáváme svobodnými a nejsme navázáni na systémy a na druhý lidi.*“ (R5) Proto si většina mladých zakladatelů RS prochází fází alternativního bydlení na pozemku. „*Když člověk vstupuje do toho života vlastně ze svojí síly, z ničeho nic vybudovat, naspořit si to na ten pozemek, naspořit na barák, to nejde ani nic většího.*“ (R4)

Dále je zde zákon, který neumožňuje na pozemku, pokud se nejedná o stavební parcelu, stavbu domu svépomocí, pro trvalé obývání. Tuto legislativu obyvatelé RS často obchází a žijí na pozemku „nelegálně“, nevnímají to ale jako zločin, hodnotí toto nařízení jako nesmyslné a nesouhlasí s ním. Údajně si za tímto překročením mohou stát, jelikož se nejedná o čin, který je proti přírodě, životu nebo tvoření, ale naopak se jedná o tvorbu v souladu s přírodou, a proto se za to dokáží vnitřně postavit.

„...že tam člověk žije, ještě dost často nelegálně, protože na to není uzpůsobený zákon stavební, ale to věřím, že se změní... Ale pro mě to je vnímaný, že jdu proti tomu zákonu, protože ten zákon, kterej je teď, je v podstatě nesmyslný, nemá logiku, nesouhlasím s ním ... Kdybych dělal něco, co je proti – přírodě, nebo životu, proti tvoření, tak samozřejmě to je špatně. Ale když to je něco pro tvoření a pro přírodu, tak za to se dokážu vnitřně postavit a v uvozovkách bojovat, já to nevnímám jako boj a nechci aby to byl boj, protože boj nelze nikdy vyhrát, je to jenom o tom, že se nenechám vyhodit ...“ (R3)

Někteří obyvatelé RS administrativu jednoduše neřeší.

„Povolení na pozemek, tím že jsme si to postavili na černo, tak mi nejdeme přes povolení. Je tu číslo popisný, ale teď chtějí na stavebních chtějí vše, každý metr a chtějí povolení a my jsme to postavili tak, je to v územním plánu, tak by to mělo být i košer, když by k tomu přišlo, ale muselo bychom si asi dodělat papíry a doufáme že k tomu nedojde. Tak tyhle povolenky jsme neřešili.“ (R5)

Někteří se snaží o povolení stavby legální formou. Pokaždé se ale vyplatila zakladatelům RS trpělivost, až „paličatost“. *„Papírování bylo peklo a krom stavebního projektu jsem ho zařídila já, protože muž býval v práci a zároveň tohle nesnáší. Ale jde to zvládnout s trochou snahy, pozorného čtení každého listu a velké dávky paličatosti.“ (R7)*

„... stodolu vlastnil jiný člověk, než pozemky a teď se to vlastně domluvilo, že od toho budu mít stodolu a od toho pozemky a při koupi té stodoly ten pán normálně v poslední chvíli toho podpisu u toho odstoupil... Takže sedm let jsem byl bez pozemku... tak jsem se tu cítil doma, protože jsem to to tu znal, jsem si to tu trochu tak choval, i když to nebylo papírově moje.“ (R6)

A ve finální části rozhodují lidé, s kterými se na úřadech setkáte, proto záleží na lingvistických dovednostech a vnitřním přesvědčení.

„... protože jsem se přesvědčil, že když něčemu věřím a s pokorou a vnitřním nadšením a když trochu přeženu, tak s láskou, tak ty lidi, i když jsou úředníci, tak najednou zjistíš, že oni ti jdou najednou naproti, nejdou proti tobě. A kdybych tam přilít někam na úřad a byl jsem hubatej, tak oni mají tu moc... já mám tak obrovskou vnitřní motivaci, že když něco strašně chci, to ale není o tom, že si dupnu a jsem rozmazlenej fracek, nebo bohatej snob, kterej si to zaplatí, to je právě o totální pokoře a vnitřním obrovským pnutí ...a pro mě neexistuje překážka a jdu si za tím a když mě někdo vyhodí dveřma, tak tam vlezu oknem a najdu řešení a když to nevymyslí oni, tak to vymyslím já a dokázal jsem, že to tak funguje... ale co jsme tu dokázali mi, ve finále nelegálně a stalo se to v pořádku a našla se cesta jak z toho ven, tak to jsou neuvěřitelný věci. Dokázal jsem něco, co předávám dál, těm lidem, aby měli tu sílu a nevzdávali to. Aby nešli podle zákona vždycky, ale našli cestu, protože vždycky existuje.“ (R3)

Jako možné legální řešení se nabízí rozměr zástavby domu 5x5 m², nebo jiný název objektu, například stodola.

„...když jsme stavěli ten dům, což bylo v první fázi stodola pro hospodářská zvířata. Protože je takovej zajímavěj zákon, že nesmíš stavět domek na louce, kde není stavební území, ale nechají ti tam postavit 200 m² stodolu obrovskou, protože to je pro ty zvířata. Tak jsme šli tou cestou, že jsme postavili stodolu, kterou jsme měli od obce povolenou, akorát jsme pak změnili plán a udělali jsme z toho roubenku a šli jsme tam bydlet.“ (R3)

Další variantou je cesta volby starosty, který je takovému způsobu bydlení nakloněný, popřípadě sám na starostu kandidovat.

„Tak když by se našel dobrej starosta... byla přednáška o permakultuře a měla to taková osoba, taková hlavní postava a pozval si ho tam starosta z jedné vesničky a chtěl zpracovat to území nějak v souladu s přírodou a dát to dohromady a sten starosta i přitahuje lidi, že jim dá možnost, můžete tady mít třeba hektarovej pozemek, ale má nějaký podmínky, musíte být dva, nebo tři vedle sebe, cesta bude takto. A on je takovej to mu otevřenej, že tohleto mu je blízky. A snaží se těm lidem napomáhat. A má dobrý smýšlení... Tak si myslím, že toto může jít přes nějakýho starostu, on to může být pozvolnej proces, kdy se ty lidi po kouskách měněj, on to může být proces na 200 let, kdy se ta vesnice rozroste. Třeba Vlachovice mají spoustu lesů, 150 ha lesů, že tu plochu obec má, ještě jako nějaký. Ale jenom to se musí sejít to, ta kolektivní mysl.“ (R6)

5.2.5. Finance

Finanční zdroje byly čerpány z předešlé nemovitosti či podnikání, z kterého byla rodina schopna několik let žít bez nutnosti zaměstnání. Konkrétněji se založení RS pohybuje okolo 400 tisíc (5 let starý údaj). I přes výše zmíněný nesouhlas se ve výpovědích objevuje hypotéka, úvěr, nebo půjčka od známých. Obyvatelé RS volí takový způsob příjmu, aby zůstávali veškerý čas na pozemku. Práci, kterou na pozemku tito lidé provozují, vnímají jako součást životní filosofie - co člověk šíří, to se mu zpětně vrací. Obyvatelům RS se takový přístup k práci a životu osvědčil.

Část respondentů čerpala z prodeje již nabyté nemovitosti, z toho byli schopní koupit nový pozemek i chvíli finančně vycházet bez nutnosti zaměstnání.

„...a to si myslím, že je i řešení pro spoustu lidí, kteří si myslí, že nemají peníze, ale mají třeba byt, kde bydlejí, tak jsme zjistili, že můžeme tržít jako značnou sumu peněz pro nás v tu dobu za to bydlení tady zaplatíme z toho jenom minimum, jenom mini částičku víc za koupi té louky... Naopak jsme si zjistili, že v podstatě se můžeme rozkouskat, jsem si to tak propočítali tenkrát, že máme na osm až devět let, že máme finance při naší spotřebě, ze kterých můžeme normálně čerpat, než bychom se chodili někam zaměstnat...“ (R1)

„...prodali jsme dům, kde jsme bydleli, kde byli dvě hypotéky, tím jsme zaplatili jiné hypotéky, nějaké peníze nám zůstaly na koupi pozemku, to bylo super... Tak nám to tak pěkně vycházelo a měli jsme spočítané, že tu dva roky můžeme žít bez toho, abychom byli oba zaměstnaní.“ (R5)

Nebo využili nabyté zdroje do podnikání, které mohou provozovat, aniž by opouštěli pozemek. *„Pak jsme se ani nezaměstnali, ale vytvořili jsme ten klub, co máme – taková zdravá výživa, bezobal a takové něco. Není to úplně výdělečné, ale pokryje to celou naši rodinu a plus máme něco navíc.“ (R5)*

„Pak jsme měli zdroj z toho, že jsme prodali restauraci, ze zbytku, co nám zbylo jsme vytvořili to centrum pro to setkávání těch lidí ... vytvořili tady na té už funkční zahradě to centrum meditační, duchovní, který slouží k tomu abychom předávali těm lidem ten náš život a inspirovali tím druhý“ (R3)

Byly zmíněné i konkrétní částky, v kterých se může založení RS pohybovat. S tím, že maringotka stojí 100 tisíc, pozemek (louka) 200-300 tisíc/1ha.

„...ta samotná zahrada nebyla o velkých investicích. Koupili jsme si maringotku, to bylo za 100 tisíc s opravou... Tak ta louka jako taková, orná půda, tak je pořád v cenách rozumných a přijatelných, Ha za 200, 300 tisíc ... Tak to vlastně nebylo tolik o těch penězích, ten barák už pak jo a to centrum vzniklo, ale to už je takovej luxus, že v tom můžeme dál podnikat a mít v tom příjem...“ (R3)

I přes výše zmíněný nesouhlas s konceptem hypotéky, se i taková možnost ve výpovědích objevovala „*Finanční zdroje - hypotéka na pozemek a peníze na dům z prodeje bytu*“ (R7) Popřípadě úvěr: „...*cena byla nízká a vzali jsme si na to úvěr*“ (R3). Nebo půjčka od známých:

„...Takže našetřeno bylo nic. Pak kamarád jeden mi říká, hele máš na to peníze? Ne ještě nemám, ale potřebuju vědět, kolik je na to potřeba. Já si v tom chci udělat vždycky jasno. Tak on mi říká, tak kdybys potřeboval, tak já ti je půjčím. A pak říká.. a kolik jsi mi schopnej splácet, vrátit, kolik bys chtěl. Tak k tomu nějak tak došlo. Já mu řekl, že strop by byl půl milionu. A nakonec jsem si půjčil jenom těch stopadesát tisíc, tím, že se ty pozemky neprodaly. To jsem za dva roky tak nějak splatil.“ (R6).

Dle výpovědí snaha o zaměstnání mimo RS s dojížděním do města neprospívá ani majitelům, ani RP, s časem stráveným v práci, ubývá čas na volný na investování a naopak. Údajně se vstupem do systému, tedy do zaměstnání a koloběhu vydělávání peněz, se začalo všechno „hroutit“, včetně manželství.

„Co bylo potřeba koupit, my jsme chodili do práce, začínali jsme teda bez koruny, to je teda mazec, vždycky se koupilo, udělalo, vydělalo, udělalo. To bylo to období, když jsme chodili do práce a nebyl ten čas to tady investovat a když jsme to proinvestovali a nebyli v tom pracovním procesu, tak nebyly ty peníze... s tím že nás to začalo tahat do toho systému, jak děti začali chodit do školky, do školy a mě to vůbec nefungovalo, ten odchod z toho domu, mě to nutilo jít aspoň na chvíli do práce, aby byl aspoň nějaký příjem a hned bylo cítit, jak je to zlé, pro ten prostor, že najednou jsem tu v něm nebyla, tak se to všechno začalo nějak hroutit. Až se nám zhroutilo i to manželství, a tak člověk s odstupem času ví, že je to v pořádku, že to člověka akorát posunulo na jinou cestu.“
(R4)

Ale převážně se respondenti snaží volit takový příjem, aby na pozemku mohli trávit veškerý čas.

Tak jsem to opustila a začala jsem tehdá vyrábět šperky ze hlíny a mědi, tak jsem byla na živnostáku, to bylo pěkné, že jsem neměla velké výdaje, tak to fungovalo... teď tu

nějakou dobu žiju tady, celodenně, s tím že mám živnost, tvořím dekorační perníky, tak mám něco co dělám rukama.“ (R4) „Já jsem mu řekl, co tu budu dělat, budu tady žít, budu dělat se dřevem... A začal jsem dělat drobný řezbářský práce, nebo příležitostnou práci jsem vzal, tak jsem si tak chystal tu půdu, než sem přijdu, abych se mohl živit nějakou prací, kterou dělám doma...“ (R6)

Obyvatelé RS nesouhlasí s finančním příjmem v podobě podpory od státu, i v tom vidí nedostatečnou soběstačnost. *„Jinak to jsou takový extrémní projevy a pak je vidíš, se odstěhovat, pak zjistí, že ten člověk žil celou dobu na podpoře, na sociálce a není vůbec soběstačnej. Jenom tvrdí, že žije v lese.“ (R6)* Ve chvíli, kdy mají obyvatelé RS zahradu, která je schopná je uživit, finanční stránka není už tolik zatěžující.

„Já si fakt dovolím říct, že si 70% potravy, si já tady vypěstuju...Možná někdo řekne, no jo ty nemusíš do práce, já už jsem v důchodu to je pravda, ale důchod žádnéj neberu. Já jsem se po tom ani nepídil, i když už jsem tři roky v důchodu. Teď to budou vlastně čtyři.“ (R1)

A to i v případě, když je produkce třeba větší. *„...že díky tomu centru co máme a vaříme tu pro ty lid, tak v podstatě jsem na to nastavili i tu produkci tý zahrady a je obrovská.“ (R3)* Dle výpovědí, lidé žijící na RS zažívají opravdu nadprodukcí a hojnost všeho.

„... já jsem přidával každý rok úly, já jsem chtěl mít nejprve jenom dvoje včely pro sebe, že jsem měl rád med. Jenomže ze dvou byly čtyřery, šestery, osmery, teď každéj a máš ještě med a koupil bych od tebe. Tak jsem prodával med a pořád ho bylo málo, když ho bylo 200 kilo, tak ho bylo málo, když 300, tak ho bylo málo, furt všichni chtěli med. Medu bych mohl prodat tunu. Lidi říkaj, jak prodáš tolik medu, jak prodáš 600 kilo medu, kam s tím jezdíš, na jarmarky, .. říkám já nikam nejezdím, lidi sem prostě chodijou. Tak je to takový, že ten osud, když ho poslechneš, tak on ti pomůže takhle.“ (R6)

A práci, kterou na pozemku tito lidé provozují, vnímají velmi osobně a čestně. Neoddělují ji od přístupu, jaký mají k životu, naopak i v této oblasti se snaží o soběstačnost.

Práci vnímají jako součást životní filosofie, s tím, že co člověk šíří, to se mu zpětně vrací a dle výpovědí, to tak funguje.

„...jsem měl takový vnučení, že se mám žít jenom těma včelama. A podvědomě jsem viděl, co zatím je úplně. No tak jsem to tak pojal a uvědomoval jsem si, že když se budu žít jenom těma včelama, tak nechci jít cestou komerčního včelaře, tak dobrá, tak tu budu mít padesát úlů, teď to valit a prodávat, tak to už bych mohl dělat cokoli jinýho, to je špatná cesta. Tak jsem cítil, že člověk musí být takovej soběstačnej i v tom jídle. No a v momentě kdy člověk vyslal tuhle myšlenku, tak se začaly dít zázraky... Ale myslím si že to v tom životě funguje tak, že když člověk pomáhá druhým a nemyslí jen na sebe, tak ten Vesmír prostě, tak to tak funguje. Ale v momentě, kdy chce člověk jenom brát a jenom kalkuluje, tak se k němu dostává jenom ta kalkulace. To tak je.“ (R6)

A v porovnání s komerčním přístupem k podnikání, které bylo zdrojem stresu, je současná činnost spojována s myšlenkou, že přispívají pozitivním vlivem na okolí.

„byl to ten protipól toho života v tom totálním nasazení v tý restauraci, že to nebyla hospoda, ale restaurace, kde jsme nabízeli steaky a byl to takovej ten život, ten opačnej, ten pařící, ten stresovej a o egu, a tyhle ty okolnosti nás nakopli a takový podnikatelský problémy... my máme teď aktuálně to centrum organic-farm, kde pořádáme kurzy, pro 20 lidí ubytování přírodní a je tu vytvořenej takovej prostor krásný zahrady s jezírkiem, stromy, záhony, takže ty lidi maj možnost nacítit, byť nejsou v tom našem RS, ale my to tak vnímáme, že to je komplexně celý a oni to už vnímaj i v tý jedný části a má to na ně obrovskej dopad a vliv.“ (R3)

5.2.6. Diskuze zjištění

Dle stavebního zákona, část 3, hlava III, díl 4, § 79 rozhodnutí o umístění stavby ani územní souhlas nevyžadují:

„o) stavba do 25 m zastavěné plochy a do 5 m výšky s jedním nadzemním podlažím, podsklepená nejvýše do hloubky 3 m na pozemku rodinného domu nebo stavby pro rodinnou rekreaci, která souvisí nebo podmiňuje bydlení nebo rodinnou rekreaci, neslouží k výrobě nebo skladování hořlavých látek nebo výbušnin, nejedná se o jaderné

zařízení nebo stavbu pro podnikatelskou činnost, je v souladu s územně plánovací dokumentací, je umístována v odstupové vzdálenosti od společných hranic pozemků nejméně 2 m, plocha části pozemku schopného vsakovat dešťové vody po jejím umístění bude nejméně 50 % z celkové plochy pozemku rodinného domu nebo stavby pro rodinnou rekreaci, ...“

Důležitá je poznámka, že stavba má vzniknout na pozemku rodinného domu, přičemž se musí jednat o stavební pozemek, nebo louku, která je zahrnuta v územním plánu jako prostor pro výstavbu rodinných domů. Pokud taková stavba vznikne na louce, která v územním plánu takto vedena není, je nutné zažádat o územní souhlas nebo územní rozhodnutí. Taková stavba je ale také nelegální, slouží-li k trvalému pobytu. Podobný případ jsou maringotky, ty je možné bez povolení postavit i na louku (vlastníme-li ji), ale je nutné na vyžádání prokázat, že je pojízdná a i ta nemá sloužit k trvalému pobývání. Jedinou legislativně správnou variantou je tedy koupě stavebního pozemku, žádost o územní rozhodnutí a stavba domu, který je schopen projít kolaudací, což zahrnuje projektovou dokumentaci (od 100tis. Kč) a stavbu takového domu, který je od izolace přes požární bezpečnost po nezávadnost z hlediska životního prostředí (tepelné čerpadlo) schválen k trvalému pobývání.

Jsou tedy dva postoje, které je možné zaujmout. Být přesvědčen o správnosti svého počínání a bez pochybností postavit nelegální stavbu - tu se budu snažit zpětně legalizovat, nebo ne (čímž pádem budu žít ve stavbě bez čísla popisného a „na černo“). Na takovou variantu postačí úvěr, či půjčka od známého. Nebo z toho nebudu mít dobrý pocit a koupím stavební pozemek, projektovou dokumentaci a zařídím takový materiál a stavbu, aby splňoval všechny podmínky ke zkolaudování. Zde se pohybujeme v řádech několika miliónů a je nezbytná hypotéka.

Je tedy možné že pro určitou skupinu lidí je administrativa negativním faktorem ovlivňujícím založení RS. Všichni respondenti se ale s těmito faktory byli schopni vypořádat. Ať už se rozhodli pro legální či nelegální stavbu, rozhodli se pro realizaci svého projektu. Nejspíš právě proto, že jim takový způsob života dává existenciální smysl a jsou pak schopni pohnout zeměkouli.

5.3. Popis pozemku

RS vznikají na loukách, po 5-10 letech jejich přítomnosti se na daném místě vyskytují relativně samostatně fungující ekosystémy, které bez velkého úsilí člověka plodí ovoce, zeleninu a

byliny, jsou esteticky příjemné a pozitivně působí na členy přítomné rodiny (viz kapitola Životní styl) i ty, kteří RS navštíví (viz Odezva okolí). Tím se RS nabízí jako možná budoucí alternativa k současnému zemědělství, která je udržitelná a řeší současné ekologické otázky (kapitola Udržitelnost a soběstačnost).

Před koupí

Z výše uvedených finančních důvodů vznikají RS na loukách, které jsou plné plevele, nicméně v řádu několika let (5-10) lze na pozemku vytvořit rovnováhu a samostatnou zahradu.

Stav pozemku před zásahem obyvatel RS se značně lišil od současného stavu, zpravidla se jednalo o louky plné bodláků a kopřiv. „*Jako když si uvědomím, že před 13 lety tady byla louka, s kopřivama a s bodlákama, jsou to taky rostliny, chraň bůh, kopřivy rád na jaře piju, ale nebyl tady jedinej strom, všechno to vždycky sekali kvůli dotacím.*“ (R1) „*Tady nikde nebyly žádný stromy, toto všechno jsme roubovali, třešně... Ale je úžasný že tady nebyly žádný rostliny, žádný stromy, starý jabloně....*“ (R6)

Ale po (5-10) letech práce a péče dotázaní potvrzují progres a vytvoření samostatné zahrady.

„*Já bych řekla, že rodiče těch 8 – 10 let tady fakt na tom pracovali a že až teď poslední roky to je takový, že si to tady člověk fakt užívá, to jsme si samozřejmě užívali vždycky, ale tak se vědělo, že tady je třeba vysadit stromy a furt něco je potřeba...*“ (R2)

„*...a najednou pochopíš, že to má nějaký smysl a důvod, že ta zahrada vnímá, že neexistují škůdci. Že když vytvoříš rovnováhu, tak to funguje, to už jsou detaily. Takhle vnímám ráj na zemi, když vidíš, že tady se vytváří, před 5 lety tu byla jenom louka a nic, samotná louka je fajn, ale najednou tu roste stovky a tisíce keřů a stromů a je tu najednou nějaký záhonoviště a nějaký sad...*“ (R3)

5.3.1. Permakulturní Zahrada

Lidé žijící na RS, vnímají tento způsob bydlení a přístup k zahradě (založený na základě principů permakultury) jako **alternativu k současnému systému zemědělství**, které naopak

hodnotí jako neudržitelné a kolabující. Jako příklad rozdílného přístupu k okolní krajině je vytěžování materiálu, čehož se dopouští právě komerční zemědělství. Samotné přírodní prostředí změnilo přístup lidí k přírodním zdrojům a učí je, že nelze jenom brát, ale je třeba dávat, aby to na tom světě vypadalo hezky. Také vnímají **člověka jako součást koloběhu přírody, který je třeba respektovat**, jinak je možné zmařit několika generační práci na pozemku.

Za minimální rozměr RS se považuje jeden hektar půdy. Na něm má být **obydlí, jezírko, záhonoviště, stromy, vše poskládáno tak, aby byl vytvořen vlastní ekosystém** a tím byla zahrada rok od roku samostatnější, bez většího vkladu práce a času. Zpravidla bývají RS rozsáhlejší, s tím že na dalších hektarech mají vlastní **lesy**, které slouží jako větrolamy, zdroj obživy a dřeva.

Respondenti potvrzují **součinnost ze strany fauny**, například ptáci se živí eventuálními „škůdci“ (jako jsou třeba bělásci), nebo že koně při hledání potravy porývají kopyty půdu a tím dávají prostor růstu jiným druhům rostlin a bylin.

Stejně jako v permakultuře, tak na RS se snaží lidé **pracovat s vlastnostmi terénu** a přírodním materiálem. Zároveň respondenti vnímají nutnost některých zásahů do půdy z důvodu, že je třeba nějaký čas obhospodařovat půdu, než začne být soběstačná a úrodná. Pokud se s půdou v řádech několika let hospodařilo formou vytěžování v podobě konvenčního zemědělství, nelze čekat změnu ze dne na den, pouze na základě dobré víry. Proto i na RS má své místo rýč, bagr, nebo traktor. Respondenti ale nevnímají tento stav za finální a věří, že budou moci od těchto technologií postupně opouštět.

Lidé žijící na RS vnímají současné zemědělství jako neudržitelné a před krachem. RS pak hodnotí jako systém, který ho bude schopen s větší úspěšností (z hlediska úrody a soběstačnosti) nahradit.

„...systém současného zemědělství je absolutně neudržitelný dlouhodobě, a to že je tady, že se nabízí systém permakultury á la RS, tak je něco, co vytvoří nejenom soběstačnost ale i obrovskou hojnost... Kdy zemědělství jako takový musí krachnout jednoho dne. Toto není negativní černá budoucnost, spíš pozitivní stránka věci, že už nebude to plošný ničení a degradace půdy, ale naopak že ta půda bude umožněná pro vytvoření toho ráje.“ (R3)

Rozdíl v udržitelném a neudržitelném přístupu vidí v krátkozrakém vytěžování materiálu, opět jako alternativu uvádí permakulturní přístup RS.

„...ale i v tom hospodářství to člověka nutí, to jinak nejde. Nevytěžovat. Protože za chvíli by nemohl fungovat, takže musí nějakým způsobem, když bere z té louky něco, tak zase to tam vracet. I přes ty zvířata, přes ten hnůj, přes tu energii. Není to tak jednoduché to brát odněkud a dávat to sem. Nebo přímo, tak z luk prodávat seno. Člověk si z těch luk najednou vytěžuje, dává z ní něco pryč a nic jí nevrací...“ (R4)

Zacházení s přírodními zdroji přirovnávají k celkovému přístupu k životu, který je naučilo samotné prostředí přírody, s tím že když člověk pouze bere a nic nedává, tak se to promítne na jeho okolí a životě. A pokud chce, aby jeho okolí a život vypadaly hezky, je třeba dávat.

„...tak si člověk tak uvědomil, jak vlastně když třeba jezdil do přírody, bydlel ve městě, tak v té přírodě jenom bere, nic nedává. Tak to mě tady naučilo, ta příroda tě naučí, že nemůžeš jenom brát. Ono by to na tom světě, aby to vypadalo hezky, tak člověk musí i dát.“ (R6)

A vnímají člověka jako součást koloběhu, který je třeba respektovat, jinak je člověk schopen zmařit vícegenerační práci, která byla prostoru věnována.

„Do toho koloběhu patříte, jak je v lese strom, který tam roste, tak z něho padá listí, jehličí, dělá se ta půda, která se vyživuje, je tam to tlející, ten věčný koloběh a v lese v kterém nic nenechám, všechno vytěžím, tak vznikne ta holina... To úplně stejně funguje i s tou půdou, jednoduché je ji ztratit a docela složité ji získat. Že to je mnohdy práce mnohých generací a za několik let to člověk dokáže zmarnit.“ (R4)

Myšlenka uskupení zahrady a spolupráce s přírodou pro trvalou udržitelnost je stejná jako v permakultuře, s tím, že RS se skládá z principů a systému permakulturní zahrady.

„...od větrolamu, je dýholesá z tvrdýho sadu, záhonoviště, tuňky a smíšenýho lesa a nějaký džungle, tak to jsou prvky perma zahrady, který logicky patří do rodovýho statku.“

Já to vnímám tak, že RS se skládá z principů a systému permakulturní zahrady a permakulturní znamená trvale udržitelný. “ (R3)

Jako minimální rozměr je uveden jeden hektar půdy, ideálně větší, například z toho důvodu, aby si mohl člověk vysadit vlastní les, nebo sad, na samotný hektar se má poté vejít dům, jezírko, záhony.

„...a lidem to říkám, minimálně hektar, ideálně tři, aby měli možnost si zasadit třeba hektar stromů, který pak můžou mít na svůj dům, to nemusí být všechno zelenina, to je docela pak náročný, ale může to být jedlej les, nebo sad, nebo kdyby to byl les z dubů, tak je to lepší, ono ten hektar to není moc veliký, tam se vysadí pár stromů, udělá se záhonoviště, jedno jezírko a dům a je po hektaru. Určitě minimum. “ (R6)

A po 13 letech je možné těžit z vlastního lesa, ten může zároveň sloužit jako ochrana před severním větrem a jako zdroj potravin, kterými jsou například ořechy.. *„Na severní straně si nechávám zarůst les, který mě chrání od severu, mám tam ořešáky, duby na kraji a z něho já po těch 13 letech už těžím dřevo. “ (R1)* Poté je možné vytvořit zahradu, které není třeba věnovat mnoho práce a času a která směřuje k samostatnosti. *„...mým cílem je, dostat tady tu půdu do takový kvality, že já budu chtít, aby to rostlo samo, už se mi to teď děje, všude možně mi rostou rajčata, který já tam nedávám, oni se tam vysemněj... “ (R1)*

Při spolupráci s přírodou a navázáním bližšího vztahu s ní, objevujeme obrovskou hojnost, kterou nám může poskytnout.

„...myslím si, že to je něco, co si čím dál tím víc uvědomuju, jak obrovsky mocná je ta příroda. Může být mocná tak, že nám ukáže tu sílu, ale zároveň ti ukáže i tu hojnost, když se ti otevře a ty s ní začneš spolupracovat. “ (R3)

Opět ve srovnání s přístupem k životu, když se k okolí chová člověk pěkně, ono se pak chová pěkně k němu. *„Když je tomu člověk otevřejnej a chová se k tomu pěkně, tak ono se to chová pěkně k němu, to je jak mezi lidma, to je stejný. “ (R6)*

Po letech začali obyvatelé RS pozorovat součinnost přírody ze strany fauny, například kdy se ptáci živí eventuálními škůdci, nebo koně hnojí a porývají půdu a tím umožňují růst různým druhům rostlin.

„...to mě obrovsky nadchlo, ta pestrost, ta vzájemná spolupráce se zvířaty. To já tu už zažívám... A ta udržitelnost je nádherná. Ty koně, oni to tu zaprvé hnojí pořád, protože se tu pohybují po celém tom prostoru, za druhý jakmile je vlhko, to jsou věci, kterých si člověk teprve všimne, jak ono je vlhko, tak oni to těma svýma kopytama prohnětou tu zeminu a najednou se třeba ty semínka, co byly někde zastrkaný a čekaly na tu šanci se dostanou vejš a vyrazej.“ (R1)

Stejně jako v permakultuře se na RS pracuje s využitím koloběhu ekosystému, kdy se hmyzu a ptákům nechá zarostlá plocha, útočiště, aby docházelo k přirozené regulaci „škůdců“. *„Co bych řekla u nás, že je hezký, že v létě sekáme trávu a děláme si cestičky k těm záhomí, tak to mi přijde hezký a kouzelný, v tom létě, když ta tráva je pomalu vyšší než já...“ (R2)*

„... kdy já tady se vůbec nemusím starat o zeleninu, mě tady přilítne bělásek, já se toho vůbec neobávám, on si tady naklade vajíčka, vylezou housenky a druhý den ty housenky tady nejsou, protože ty ptáčkové se najedí a všechno se to uvádí do té rovnováhy viš. A to je ta zahrada pro mě, zahrada soběstačná, co dává radost...“ (R1)

Snahou obyvatel RS, stejně jak uvádí někteří poradci pro přírodní zemědělství a tvorbu permakulturních zahrad, je pracovat s vlastnostmi terénu, namísto využívání umělého materiálu. *„Mě se líbilo jak to říkala taková hlavní postava permakultury, že když dáš fólii do jezírka, tak to není zadržení vody v krajině, ale zadržení vody ve fólii. Ta spodní voda je pak úplně odřízlá, je to tam igelitem.“ (R6)*

„Každý rok je úplně jiný, v zimě už není tolik sněhu, ten vítr odnáší tu ornici. Tady, kde byl ten sníh půl roku, tak najednou je tu takový problém, tak zas na to člověk reaguje, že začne něco dělat, začne sázet keře, aby tam nebyl ten průvan, aby to tolik nešlo.“ (R4)

Zároveň respondenti vnímají nutnost některých zásahů do půdy z důvodu, že je třeba nějaký čas obhospodařovat půdu, než začne být soběstačná a úrodná. Pokud se s půdou v řádech několika let hospodařilo formou vytěžování v podobě konvenčního zemědělství, nelze čekat změnu ze dne na den, pouze na základě dobré víry. Proto i na RS má své místo rýč, bagr, nebo traktor. „*Ta zahrada tady vlastně pak, to bylo dobagrovaný bagrem... S rytím, já reju, v rámci nějaké nutnosti... Spoustu lidí si myslí, že najednou ze dne na den to najednou začnou dělat všechno po přírodnu a najednou tomu všemu rozuměj.*“ (R6)

„Po pravdě tady ta půda byla tak zdevastovaná tím zemědělstvím a tím vším, že já ještě teď.. teď třeba nedělám že bych ryl každý rok, ryju ob rok, nebo dva, většinou když neryju, tak na to navezu vrstvu koňského hnoje.“ (R1).

Přiklání se i k využití strojů a moderní technologie, když už byly vyrobené. Aby posloužili dobré věci, konkrétně k vytvoření ráje na zemi budováním RS, s tím, že ale člověk má postupně směřovat k opuštění těchto technologií.

„Ta moderní technologie je ok, ale součinnost s přírodou, spolupráce ne ničení ale využití obrovského potenciálu samotný přírody, která vytváří obrovskou hojnost.... tak v podstatě tenhle systém je pro udržitelnost a opravdu ten ráj na zemi, jak já vnímám ten rs, se postupně vytvoří.“ (R3)

„Jak jsem mluvil o té permakultuře, tak se mi vybavil ten Sepp Holzer, který sklízel velkou kritiku, co se týče toho, že on používá bagry. Při tvorbě pozemku, jezer. Ale on říká... když se to tu po sto let těžkou technikou dělalo, spoustu věcí se dělalo špatně, tak na to teď nemůžeš jít s rýčem. I Anastazie to říká dobře, ať poslouží, když tu je, ať poslouží i tomu dobrému. Že není úplně proti tomu. Ale člověk by měl postupně směřovat k tomu, že to bude postupně opouštět.“ (R6)

5.3.2. Tvoření x dřina

Historicky je statek a práce na zahradě spojována s dřinou a obětováním volného času. Koncept RS se ale liší od těchto dogmat, jedná se sice o takzvaný návrat ke kořenům, **bylo by ale chybné**

označovat ho za krok zpět ve vývoji. Součástí tvorby RS je vidina, že **zahrada bude samostatná, bez nutnosti těžké práce.** Uvedením prostoru do rovnováhy, **obnovením fungujícího ekosystému** se vytvoří prostor, který není zdrojem dřiny a námahy, ale v podstatě naopak pracuje pro člověka. Tento počin zahrnuje sice letitou práci a plnou pozornost člověka, ale jedná se o prvotní vklad, který respondenti vnímají jako tvorbu a pomoc konkrétnímu pozemku, potažmo společnému prostoru než jako dřinu. Je nutné následovat cykly přírody, přičemž některé období vyžaduje více pozornosti, v takzvané světlé části roku, naopak zimní měsíce nabízí prostor pro vize a projekty. Každopádně **RS nabízí nastavení vlastní „pracovní doby“ a s přibývajícimi léty na RS práce ubývá.**

Součástí tvorby RS je vidina, že zahrada bude samostatná. Když je zahrada, uvedena do rovnováhy za využití biologických zákonitostí, nemusí pak člověk vynaložit tolik fyzické práce, jakou bylo třeba vynaložit na klasickém statku. Respondenti vnímají takovou práci jako tvorbu a pomoc konkrétnímu pozemku, než jako zátěž. „... *a vlastně si uvědomuje co do toho prostoru přináší, jestli je to pro něho zátěž. Nebo pomoc.*“ (R4)

„... že člověk nejde proti nim, ale naopak využívá samotnou přírodu, využívá k nastolení rovnováhy a hlavně využívá to, že se nemusí udít k smrti, že to není ten systém selskej, jo hospodaření, kdy 90 procent času se trávilo tím, aby se dělali plodiny, aby se nakrmil dobytek, aby ho potom hospodář sežral...“ (R3)

Obyvatelé RS vnímají prvotní vklad třeba i těžké práce, jako znovuoobnovu bezúdržbového fungování zahrady, vytváří z luk plných plevele zahrady, které jsou jednak esteticky pěkné a za druhé schopné zásobování těch, kteří je obývají.

„Já bych řekla, že rodiče těch 8 – 10 let tady fakt na tom pracovali a že až teď poslední roky to je takový, že si to tady člověk fakt užívá... teď je to v tom bodě, že jasně, každý jaro je potřeba vysázet novou zeleninu, ale to už jsou takový ty poslední věci, co se musej, aby to v létě bylo, ale už je to tady takový hezký, útulný k žití...“ (R2)

„...je to samozřejmě víc práce, musíš všechno přeorat, všechno zasadit a teď čekáš. Teď samozřejmě tady se nic neděje, tady něco uschne, tak jako trošku se v tom učíš a pak najednou se to otočí a začne to vzkvétat a teď tu začnou ty ptáčci se zabydlovat a zpívaj ti tady, vidíš tu užovky a ještěřky a ježky a další zvířata a říkáš si, tady se něco

odehrává... najednou tu roste stovky a tisíce keřů a stromů a je tu najednou nějaký záhonoviště a nějaký sad... vaříme tu pro ty lidi, tak v podstatě jsem na to nastavili i tu produkci té zahrady a je obrovská, co se týče zeleniny a bylinek, tak jsme soběstačný“ (R3)

Myšlenka samozásobení pomocí RS se liší od dřiny na polích z minulých století, nejedná se o krok zpět, jak někteří takový návrat ke kořenům mohou vnímat.

„...že se nabízí systém permakultury a la rs, tak je něco, co vytvoří nejom soběstačnost ale i obrovskou hojnost, kdy se lidi vrátí ke kořenům, ale ne úplně zpátky, jak to občas slyším kolem sebe. To je když tomu člověk úplně neporozumí, tak má člověk pocit, že se má vracet někam do 17., zapřáhnout koně a tak dále. Tak jim vždycky vysvětluju, né, tak to vůbec není.“ (R3)

Nemá nic společného ani s bližší historií, jakou byl například komunismus. *„Je pravda, že se to proměnilo nějakým způsobem, protože moje rodiče chodili víc do práce a spoustu času trávili mimo rs, to bylo v podstatě za komunistů, kdy to jinak ani nešlo. A teď už tohle nemusíme dělat...“ (R4)*

Naopak RS nabízí prostor pro nastavení vlastní „pracovní doby“. *„včera, to zrovna tak bylo, byla mlha, vylezlo sluníčko až nějak ve tři, tak jsem celý den proležel...“ (R1)* A prostor pro vlastní zájmy.

„Dřív to bylo tak, že mě to zabralo ten den. A teď už si nenechám zabrat ten den. Spíš někdy mám pocit, že zanedbávám tu práci, že si spíš dělám to svoje a spíš někde mezi tím svým rychle uklízím a rychle vařím a doběhnu do zahrádky. Že jsem si dala sebe za tu větší důležitost. A je to jiné než dřív. Tak se to učím zas jinak všechno skloubit... Bývalo to dřív jinak, tady na Valašsku se tu rodily takzvané valašské roby, to byly takový chlapy, bývala jsem jednou z nich. Ale teď se to učím jinak, protože jinak to nejde. Jednak člověk dochází různým poznání, a tak se to mění.“ (R4)

S tím, že některé měsíce vyžadují více práce, některé umožňují člověku soustředit se na své vize.

„Pak už je víc, přes tu světlou polovinu roku, víc práce, tak na to není čas. Tak to je potřeba. Je to v těch myšlenkách a té pozornosti a těch vizích, že člověk chodí a tvoří. A teď už jenom dělá zase... A to je taky ta škola se učit správně si to rozvrhnout a dokončovat něco a naplňovat to kolo toho roku, nějak to celé nechat proběhnout.“ (R4)

5.3.3. Voda

Voda je na RS řešená vykopáním studny, na základě zjištění polohy pramenu. Jedná se o jeden ze stěžejních prvků RS a je vnímána jako dar. Součástí pozemku je buď již přítomné jezírko, nebo je v brzkém plánu, má sloužit jako útočiště pro místní živočichy i ke koupání a je zbudováno na základě zadržení vody v krajině, bez využití fólie.

Lidé na RS řeší otázku vody vykopáním studny. *„A vodu standardně vrt a čerpadlo.“ (R3)* Voda je jedním ze stěžejních prvků RS, je vnímána jako „základ“ a jako „dar“. *„Výběr pozemku byl pro nás jasný, my jsme si napsali, co chceme – číslo popisné, samotu, polosamotu, svůj vlastní les už hotový a potoky.“ (R5)* *„Naše studánka, voda, pramenitá voda, to je základ... No tady je studna, vykopaná a hned pod ní to vyvěrá, vlastně nad pramenem. Je to sice dole pod domem, tlačí se ta voda nahoru, ale je to obrovský dar...“ (R4)* Někdo je schopen poznat pramen, kde je třeba studnu založit.

„Tak tady jsem měl ten sen, tady jsme kopali tu studnu, já jsem sem přišel a říkám, tady je to. A on, to máš pravdu, tady je přesně pramen.... Že to není rozhodnutí, že se zavolá proutkař, ten najde, kde je nejvíc vody a tam se kope. Ale vlastně se vykopala studna, kde je nejlepší voda, ale není ji nejvíc. A místo, kde to tomu pozemku jakoby neškodilo. Že sám tu vodu chce odevzdat. Ato jsou věci, které spoustu lidí ani netuší zatím.“ (R6)

A součástí pozemku je často jezírko. *„To je další prvek toho rodovýho statku, to jezírko tu bude pátý rok... Jak se to jezírko udělalo a na ten pozemek se dostal živel vody, tak ten pozemek začal pulzovat, najednou se to změnilo, začlo to tu víc žít.“ (R6)* Zadržením vody v krajině, nikoliv ve fólii. *„když dáš fólii do jezírka, tak to není zadržení vody v krajině, ale zadržení vody ve fólii. Ta spodní voda je pak úplně odřízlá“ (R6)* Minimálně často bývá v plánu. *„...jsou tady velký plány, chceme tady udělat jezírko.“ (R2)* Ať už pro živočichy, nebo určené ke koupání *„...ale jinak máme v plánu ještě jedno jezírko, kde by se dalo plavat...“ (R3)* *„Akorát, že teď děláme tůňky pro živočichy, pro žabičky a bude tam plovací jezírko...“ (R5)*

5.3.4. Elektřina

Jsou RS, které na pozemku elektřinu mají zavedenou, a dokonce byla i rozhodujícím faktorem pro koupi pozemku, její míra může být ovlivněna typem živnosti. Druhou variantou je ostrovní systém. Lidé, kteří tak fungují prošli fází uskromnění z hlediska elektronických spotřebičů, ale toto rozhodnutí vnímají jako krok k soběstačnosti.

Elektřinu na pozemku dotazovaní mají. *„Vzhledem k tomu, že to je na konci vesnice, tak jsme se napojili na elektriku, to znamená, že jsem kopali, kupovali přípojku a elektřinu a byli jsme napojení...“* (R3) Míra elektrifikace je odvislá i od typu živnosti a její přítomnost může být rozhodujícím faktorem.

„Tak člověk pořád žije v téhle době, tak jsem rád, že tu elektřinu mám. Protože kdybych ji asi tenkrát neměl, tak bych se sem asi nenastěhoval, aby ch mohl dělat nějaký věci a žít se tím. Asi bych to neudělal, našel bych si jiný místo.“ (R6)

Někteří se v budoucnu snaží o soběstačnost i z hlediska energií v podobě ostrovního systému za využití solárních panelů či větrné elektrárny. *„...ale plán je takovej, že chci do roka a do dne ostrovní systém, který bude na baterky a chci to kombinovat s větrnou elektrárnou, abychom byli co nejvíc nezávislý.“* (R3) Kdo se z respondentů k takové cestě rozhodl, došel i uskromnění v této oblasti a jeho spotřeba energie je minimální. *„Jo, na solár,, mám tu dvě zásuvky, abych nabil mobil a na letky, ty svítí parádně... pak si svítím jenom takovou malou lampičkou na solární takovou baterku.“* (R1) To znamená, že spotřebiče, jako je třeba pračka, v takové domácnosti své místo nemají, jedná se ale o přesvědčení konkrétního člověka a rozhodnutí pro soběstačnost.

„Mám tu kamínka venku, sehnal jsem si velké, 50, 60 litrové hrnce. Jako to dělala jako moje máma, přivedu vodu k varu, dám tam prášek, používám mýdlo s jelenem, tam to vyvařím, na valše, když je to něco špinavějšího, ale to nemáme většinou. Mám tam dvě vany, do dvou van dám vodu, vymáchám, pověsím a je to. To jak jsem říkal na začátku.. že chci být soběstačnej a chci všechno umět, představ si, že tu budu sám a čekat, že mi to někdo vypere.“ (R1)

„To je o tom, jak si to člověk dokáže zařídit. Buď si to může zařídit hezky, chytře, i když tam nevede elektrina, voda, tak určitýma vynálezama si to dokáže udělat pohodlný, tak to je na každým, jak si to přizpůsobí, jak on chce.“ (R2)

5.3.5. Dům

Materiál na stavbu domu je z přírodních zdrojů, popřípadě je zrecyklován materiál z původní stavby. Přírodní materiál je volen z důvodu ekonomického, ekologického a kvůli možnosti svépomoci.

Co se týče stavby obydlí na RS, je volen přírodní materiál.

„Materiál byl jasný – přírodní zdroje. A co tu bylo poblíž – dřevo, z hlíny se to velmi nestaví a zateplujeme ovčí vlnou. A ovčí vlnou, tu na pasekách má každý ovce, a my máme sandwichovou stavbu – dřevo uvnitř, zvenčí a mezi tím je ta ovčí vlna s tím že jsme ji ošetřili borom proti molům a usušila jsem spousty bylin, je tam velmi levandule, komonice, a různých takových na ochranu, protože s tím pracuju tak a zároveň na to aby ty moli nebyli. Netvrdím, že to je úplně nej, myslím, že jsme tam měli natlačit více té vlny, ale jsme spokojení.“ (R5)

V případě, že na pozemku zůstala stará osada, materiál se recykluje. *„Spoustu materiálu je okolo nás, i na tom statku byly navezené nějaké kostky, cihly, dřevo dlouho leželo, dole je les součástí tohodle. Takže se vycházelo z toho základního materiálu z tohodle.“ (R4)*

Majitelé z velké části staví dle přírodní architektury z důvodu ekonomického a kvůli možnosti svépomoci. *„Slamák proto, že si v něm Milan přál bydlet a pobyt ve slaměném domě mě atmosférou i vzhledem přesvědčil, že to stojí za to. A je z přírodních materiálů nejlevnější a nejsnazší na svépomoc.“ (R7)* Jak bylo výše uvedeno, stavba čehokoliv k trvalému obývání je zakázána na jiném než stavebním pozemku, proto z ekonomických důvodů vznikají na RS stodoly pro hospodářská zvířata, nebo domy 5x5 m *„...jsme postavili stodolu, kterou jsme měli od obce povolenou, akorát jsme pak změnili plán a udělali jsme z toho roubenku...“ (R3)* *„A teď chceme stavět synovi domeček, 5x5 a zase půjdeme do ovčí vlny...“ (R5)*

5.3.6. Budoucnost konkrétního statku

Často se v rozhovorech objevovala zmínka o budoucnosti konkrétního RS, byl zdůrazňován **nikdy nekončící proces tvorby**, i když se často jednalo o estetické úpravy, přičemž vše

důležité a potřebné k životu je již zbudováno. Většina respondentů je ve fázi, kdy má možnost se po letech věnovat různým projektům jako je festival RS, nebo různé kreativní úpravy pozemku, jako je remízek, háj, altán nebo i prales.

Všichni respondenti potvrzují, že nejsou ve finální fázi tvorby, že se jedná o nekončící proces „*To je nekonečný proces, já mám pocit, že stavíme celý život. Pomaličku. Jedno když je hotové, tak na druhém konci člověk zjistí, že ještě tohle a tamto. Teď chceme třeba bagrovat, zahrady dělat, terasy.*“ (R4)

„Je to taková nekonečná tvorba a po letech to k člověku začne promlouvat. A jak jsem mluvil o tom smu, tak se voda ozvala znovu.. to už sice není můj pozemek tam za tím plotem, ale tam je místo, když se kopne, tak bude vyvěrat na povrch. A to voda se pak dá rozvést po celém pozemku.“ (R6)

I když už v této fázi zaznamenávají určitý vývojový stupeň, kdy je vše potřebné k životu hotové a teď je na řadě „práce na kráse“.

„Asi to, že to teď tady není konečná, jsou tady velký plány, chceme tady udělat jezírko. Já bych řekla, že teď jsme v bodě kdy je tady všechno k životu na RS potřebný hotový a teď už to spíš bude ta práce na kráse, tady byla práce s tou půdou, vysázet ty stromy, to je z většiny za náma a teď náš čekaj ty estetický hezký věci, aby to líp začlo pracovat a chce to jenom udržovat, chceme dělat jezírko, záhony víc upravit.“ (R2)

A začínají mít prostor na různé projekty, jako je například festival RS... „...dokonce jsem psala, abychom se potkali, aby tu vznikl rodový festival. Ale všechno to chce sílu, čas... teď děláme tůňky pro živočichy, pro žabičky a bude tam plovací jezírko, tak to bych hodně teda vyzdvihla...“ (R5) nebo různé kreativní úpravy pozemku, jako je remízek, háj, altán, prales, u kterých je třeba trpělivosti s růstem stromů.

„A ten ráj na zemi je ještě v plenách, ale už teď má obrovskou sílu. Jednoho dne, až budou stromy vzrostlý, tak pak to teprve bude ještě úplně jinej level. A je to úžasný, jak se to každý rok bude měnit... tam je dost prostoru, aby se tam vytvořilo něco co mám v plánu a to je třeba nějaké remízek, nějaké háječek, nějaká cestička, ale to závisí právě na vzrůstu těch stromů, kdy oni tam vyrostou, tak se tam dá dál tvořit, nějakéj

altánek, nebo nějakou část, kde je trochu prales a vím, že to může být mnohem rozmanitější, teď je to trochu holý, trochu to začíná vzkvétat, ale není to úplně ono, ale jinak máme v plánu ještě jedno jezírko, kde by se dalo plavat, je toho ještě hodně otevřeného, hodně možností, jak se s tím dá naložit a pracovat.“ (R3)

5.3.7. Diskuze zjištění

Respondenti uvádí **permakulturu** (popřípadě přímo zakládání RS – na to ale studie zatím nejsou publikovány) **jako vhodnou alternativu současného zemědělství**. Jelikož je to způsob **udržitelný a řeší soudobé ekologické otázky** (k tomu více v kapitole Udržitelnost a soběstačnost). To potvrzují nejnovější studie, které tvrdí, že je potřeba kompletní renaturalizace planety Země a přísná dekarbonizace energetických systémů a zabránění klimatické katastrofě (Simonis, 2021). Lidé se stali závislími na systému, který není udržitelný. Soudobé zemědělství je spojeno s četnými enviromentálními problémy: degradace půdy, znečištění vody, emise skleníkových plynů, obrovské výdaje na fosilní paliva, narušování ekosystému, zahrnuje zvýšenou mechanizaci a snižuje ekonomickou návratnost zemědělcům. Základní příčinou je dominance jednoletých rostlin pěstovaných v monokulturách. Jednoleté plodiny vyžadují každoroční čištění vegetace, což má za následek degradaci půdy a ekosystémů, monokultury jsou náchylné na škůdce a plevely (Crews & Carton, & Olsson, 2018).

Permakultura (tedy přístup využívaný na RS) se nabízí jako vhodná alternativa jelikož **spočívá ve spolupráci člověka s přírodou, ne v bojování s ní**. Nabádá k dlouhodobému pozorování zákonitosti fauny i flóry a bere v úvahu všechny její funkce (Fukuoka, 2019), namísto zbytečné fyzické práce s podmaňováním krajiny ve prospěch člověka (Holmgren, 2006). Technika se zpravidla používá hlavně při zakládání permakulturního systému, poté už minimálně či vůbec (Holzer, 2012), to potvrzují i výpovědi respondentů. Tento přístup odmítá nadvládu člověka nad přírodou s takovým přesvědčením, že ničí-li jiný živý organismus či jiný projev života, bude tato činnost zákonitě obrácena proti němu (Holmgren, 2006) – to se nám v tuto chvíli děje.

Permakulturní přístup vede k lepším ekonomickým, ekologickým a sociálním výsledkům (Fiebrig & Zikeli & Bach, & Gruber, 2020):

Permakultura vytváří takové prostředí, které slouží k výrobě většího množství potravin pro člověka, než volná příroda (Mollison, 1994), tento princip ale není zaměřen na přeměnu celého světa v ekosystém jedlých rostlin (Whitefield, 1996). Z knih Megreho a výpovědi respondentů by mohl člověk mít pocit, že vidina budoucnosti spočívá právě v přeměně světa

v ráj na Zemi tím, že se bude skládat pouze z RS. O zachování divočiny se hovoří pouze v kontextu rozestupů mezi RS od sebe navzájem.

Nicméně permakultura dle vědeckých prací dokáže zvýšit produkci tak, aby byla lidem zajištěná potrava a část přírody přitom mohla zůstat v přirozeném stavu – čímž bychom zachovali divokou přírodu (Whitefield, 1996) (proč to má význam uvedu v kapitole Udržitelnost a soběstačnost). Tato informace je vědeckým dodatkem k romantické představě o budoucnosti Planety.

Proč trvá 5-10 let „rozpohybování“ produkce RS? Permakultura není o rychlých výhodách a výtěžcích – vytváří ekosystém - v prvních letech nejsou dosahovány velké výnosy, ale poté má větší produktivitu než konvenční zahrada nebo statek. Dokonce i více než konvenční zemědělství: 45 ha půdy uznávaného přírodního zemědělce Seppa Holzera produkuje 18krát více ovoce a zeleniny než je světový průměr (Holmgren, 2006). Koncept permakultury slibuje ekonomickou revitalizaci zemědělství, potažmo venkovských oblastí (Crews & Carton, & Olsson, 2018), je sice náročnější na pracovní sílu než průmyslové zemědělství, ale může tak poskytnout smysluplná pracovní místa (Suh, 2017).

Pracuje s kombinací nových a starých rostlin čímž vytváří vyváženou bilanci ekosystému. Rostliny tak mají větší odolnost a více živin. Vznikají tak vegetační patra (v tzv. jedlém lese až pralese) tímto způsobem je dosahováno produktivity na menším území (Holmgren, 2006). Víceleté polykultury založené na přírodních ekosystémech jsou udržitelné (Pimentel, & Pimentel, 2008), skládají se z odolných víceletých druhů, čímž se sníží rizika spojené s povětrnostními jevy a napadení škůdci. Chrání ekosystémy před erozí půdy a předchází znečištění životního prostředí, omezuje využití techniky (tedy fosilní paliva) a zvyšují sekvestraci uhlíku v půdě. Taková změna v zemědělství by velmi přispěla ke změně klimatu (Crews & Carton, & Olsson, 2018).

Přechod na permakulturní koncept je jednoznačně nutné provést, máme na to schopnosti i dovednosti, je to zcela proveditelná vize budoucnosti (Crews & Carton, & Olsson, 2018) Jako první krok vědci navrhuji spojit koncept permakultury s organickým zemědělstvím, přičemž by tak vznikala centra biologické rozmanitosti, která by taktéž sloužila jako demonstrační centra k vytváření povědomí o enviromentální a potravinové krizi. Získáme tak měřitelná data o ekonomické návratnosti a dopadu na životní prostředí (Fiebrig & Zikeli & Bach, & Gruber, 2020). Za taková centra by se daly prohlásit i již existující RS a dalo by se tak přispět ke vzniku nových RS. Vznikají stále nové vědecké články o vhodnosti až nutnosti takového přístupu ke krajině. Mohly by tak být základem pro **výjimku v legislativě ohledně stavby ekologického**

soběstačného domu na hektaru půdy s permakulturními prvky, který by sloužil jako prostor pro získání měřitelných dat a osvětu.

5.4. Životní styl na RS (versus město)

Respondenti potvrzují několikaletou absenci nemoci bez návštěvy lékaře i ve vyšším věku (70 let). Přínosy v oblasti životního stylu reflektují respondenti po stránce fyzické: kvalitní ekologická strava, aktivní trávení volného i pracovního času (není hranice mezi VČ a PČ, práce je koníčkem a posláním), pobyt v přírodě. Psychické: prostor na třídění myšlenek, změny hodnot a seberealizaci, čas kdykoliv na cokoliv, zklidnění, vyhýbání se stresu, absence destruktivních myšlenek, dny bez stereotypu. Sociální: kvalitní vztahy, čas na rodinu. I duchovní: pocit svobody, propojení s přírodou, vnímání sebe jako celku, smysluplná práce, přispívání kolektivnímu blahu a krásnu.

Dobu, kdy současní obyvatelé RS žili ve městě komentují jako období nespokojenosti, které zahrnovalo zdravotní potíže. Jednalo se v podstatě o protipól současného života. Život ve městě komentují respondenti jako neudržitelný a současnou situaci jako zlomový bod pro změnu.

Jako možné překážky jsou uvedeny finance, administrativa a nepřijetí okolí. Jednalo se ale o výzvy v počátcích tvorby, které byly překonány. Například pozdější odezva okolí na RS je natolik pozitivní, že se jim lidé po návštěvě ozývají, že jim tato zkušenost změnila život (v podobě motivace k takovému či podobnému životnímu stylu a absence toxických látek či myšlenek).

5.4.1. Životní styl na RS

Jako přínosy do životního stylu po přestěhování se na RS lidé uvádí: **pocit svobody, prostor na třídění myšlenek, změny hodnot, seberealizaci a tvorbu, „čas kdykoliv na cokoliv“, pobyt v přírodě**, který poskytuje pocit propojení s přírodou, vnímání sama sebe jako celku, **cestu k absolutnímu zdraví, zklidnění, dny bez stereotypu, kvalitní vztahy, kvalitní ekologickou stravu.**

Pro respondenty bylo složité se vyjadřovat k otázce zdraví, jelikož ji jednoduše neřeší a **potvrzují několikaletou absenci nemoci** bez návštěvy lékaře, či braní léků. Způsob, jakým respondenti přistupují k řešení nemoci je psychosomatika, zastávají pravidelnou očistu, **vyhýbání se stresu, budování zdravých vztahů, absenci destruktivních myšlenek a pravidelný pohyb.**

Obyvatelé RS uvádí potřebu probuzení určitého citu k sobě a svému okolí oproti následování logických argumentů a pravidel, co zdravé je a co není. Konkrétně uvádí například otužování, že si nastavují dobu a intenzitu pocitově, že každodenní činnosti na zahradě využívají jako prostor pro otužování s tím, že se méně oblečou, než aby se cíleně a pravidelně chodili otužovat. Taktéž uvádí nutnost určitého citu ve spojení s **odpovědností za vlastní zdraví**, s tím že není třeba se pokaždé ptát někoho na radu, když cítím například úbytek energie, že je nejprve třeba si „sednout sám nad sebou“.

Dále komentují respondenti kvalitu života, s tím že **pocit štěstí je samozřejmostí**, a že ve zkratce, jedním slovem ŽIJÍ, že se jedná o život, který člověk víc prožívá a že je život krásný. **Kvalitu života vidí respondenti převážně ve** výše zmíněném **pocitu svobody**. Svoboda je pak spojována hlavně s absencí povinnosti chození do práce, ale zároveň s vědomím odpovědnosti za svůj život. Nabytý pocit svobody poskytl respondentům například zlepšené vztahy s lidmi.

Jako přínosy do životního stylu po přestěhování se na RS lidé uvádí: pocit svobody, prostor na třídění myšlenek, změny hodnot, seberealizaci a tvorbu, „čas kdykoliv na cokoli“, pobyt v přírodě, který poskytuje pocit propojení s přírodou, vnímání sama sebe jako celku, cesta k absolutnímu zdraví, zklidnění, den bez stereotypu, kvalitní vztahy, kvalitní ekologická strava.

„Přínosy jsou evidentní, je to absolutní pocit svobody a absolutní propojení s přírodou a je to cesta k absolutnímu zdraví a pochopení hodnot... je to čím dál větší vnímání sám sebe jako součást toho celku a celkový propojení a napojení... takový hodně velký zklidnění...“ (R3)

„Po: bydlení v přírodě s takřka každodenním pobytem na zahradě, "dobrodružství" jako součást života, milující muž a děti, mnoho jídla z vlastní produkce a zbytek z ekologického zemědělství nebo domácí produkty ze sousedství, prostor pro viditelnou seberealizaci (výsadby, tvary záhonů, dům...), mohu si kdykoli udělat čas na cokoli (v rámci možností s dětátkem), třídění myšlenek a změny postojů/názorů na to, co je skutečně důležité (pro mně), snáze ke mně přicházejí různé tvořivé (a jiné) nápady...“ (R7)

„Učení jednak ve smyslu seberozvoje, protože to všechno, co je kolem nás je nějakým způsobem naším obrazem a na tom se můžeme poznávat sebe...“ (R4)

Pro respondenty bylo složité se vyjadřovat k otázce zdraví, jelikož ji jednoduše neřeší a potvrzují několikaletou absenci nemoci bez návštěvy lékaře, či braní léků. „...ale taky nejsem nejmladší, ale musím říct, že zdravá asi budu, zatím nic se neprojevuje.“ (R4)

„Co se týče toho mojeho zdraví to víš Terko, roky přibývají, ale já se pořád cítím stejně... já jsem třicet let už nebyl u doktora... nevím, asi to není běžný, že by lidi, za chvíli mi bude 70 a nevím, že by lidi jako v tomhle věku moc léků nepoužívali, nebo vůbec třeba. Ale tím se nechci chlubit. Já jsem k tomu měl vždycky jiný vztah, já jsem nikdy lékaře extra nevyhledával.“ (R1)

Způsob jakým respondenti přistupují k řešení nemoci je psychosomatika, zastávají pravidelnou očistu, vyhýbání se stresu, budování zdravých vztahů, absenci destruktivních myšlenek a pravidelný pohyb.

„Ty zdravotní věci my už řešíme psychosomaticky... spíš jde o to, že člověk je zanesený a potřebuje se čistit. Ten stres tady není, ta strava je určitý díl, který ovlivňuje, ale není to jenom strava. Člověk může žít zdravě, ale pokud nemá zdravé vztahy, přemýšlí destruktivně, tak je to k ničemu. To samé pohyb, když člověk tráví spoustu času bez pohybu, tak zas, se to projeví, když by jedl sebezdravěji, je to dalek toho celku.“ (R4)

Respondenti uvádí potřebu probuzení určitého citu k sobě a svému okolí oproti následování logických argumentů a pravidel, co zdravé je a co není.

„...podle mě je to důležitý jako lidi přes ty city oslovit, nějakým způsobem. Jinak si myslím, že to jinak, když to všechno bude logický, tohle je zdravý, tohle je nezdravý, tak máme jíst... pokud se tam neprobdí takový ten cit vůči té planetě, že jí vlastně nechceš škodit, tak vlastně, pokud tam není ten cit, pokud je tam jen ta logičnost, tak je to takovej pomalej proces a je takovej jenom tvrdej. Takže podle mě je to důležitý v lidech probudit cit.“ (R6)

Konkrétně uvádí například otužování, že si nastavují dobu a intenzitu pocitově, že každodenní činnosti na zahradě využívají jako prostor pro otužování s tím, že se méně oblečou, než aby se cíleně a pravidelně chodili otužovat.

„Koupu se venku, neotužuju se jakoby cíleně, já vůbec se neotužuju cíleně abych chodil pravidelně někam, já se otužuju pocitově, třeba tuhle zimu přišlo těch pár dní kdy byly mrazy, ale já Terko, víš jak tady chodím, já tady chodím nahej, a celou tuhle zimu jsem chodil ven, takový ty krátkodobý, jako ke koňům, uklidit, dát jim tam seno, támhle sundat kosti, dojit támhle někam, tak celou zimu chodím jen takový galoše na boso, jsem nahej, jen mám nahoře tričko, když foukal vítr tak na to tričko jsem si hodil bundu ale na těch nohách nic a nádhera. Teď v únoru jak bylo to sluníčka, tak jsem seděl na lavičce nahatej a normálně se opaluju. Ale já to dělám fakt pocitově, to tělo se přizpůsobuje.“ (R1)

Taktéž uvádí nutnost určitého citu ve spojení s odpovědností za vlastní zdraví, s tím že není třeba se pokaždé ptát někoho na radu, když cítím například úbytek energie, že je třeba si „sednout sám nad sebou“.

„A to jsem si tenkrát sedl sám nad sebou. A to si myslím, že je obrovsky důležitý pro každého, aby si , když mu něco takovýho začne vrtat hlavou, tak aby si sedl a sám se sebou, ne aby někam šel a říkal, hele mně chybí energie, co s tím mám dělat. To mu každý bude radit všelijaký věci. Já si myslím, že máme všichni ty odpovědi v sobě.“ (R1)

Dále komentují respondenti kvalitu života, s tím že pocit štěstí je samozřejmostí, *Tak pocit štěstí, to je... To je jasný. Já bych neměnil, mě by odsud nikdo nedostal. I kdyby mě platili, abych ve městě bydlel, tak tam nejdu.“ (R6)* a že ve zkratce, jedním slovem ŽIJÍ, že se jedná o život, který člověk víc prožívá. *„Ta kvalita života je jiná. Je to o tom, že ŽIJEŠ. Je to jedno slovo.“ (R1)* „...opravdu tohle je život, kterej člověk víc prožívá...“ (R2) *„Já bych řekl, že život je krásnej, když člověk se do něho ponoří. Spoustu lidí má představu, že život je hrozně těžkej.“ (R6)* *„Nemám v tom jen důvěru, ale mám v tom absolutní vztah...“ (R3)* Kvalitu života vidí respondenti převážně ve výše zmíněné svobodě. *„...takže ta kvalita života je neuvěřitelná v tomhleto směru, protože to je svoboda...“ (R1)* Svoboda je pak spojována hlavně s absencí povinnosti chození do práce, zároveň s vědomím odpovědností za svůj život. *„A hlavně ta svoboda, že jsem nenastoupila do práce a nechodím na osmičky od rána do nevim kolika, je to svoboda. Zároveň odpovědnost za svůj život.“ (R5)* Nabytý pocit svobody poskytl

respondentům například zlepšené vztahy s lidmi. „*tou svobodou, kterou tady mám, se zvedla i moje láska k lidem, že fakt miluju lidi, mám rád s nima mluvit...*“ (R1)

5.4.2. Město x RS

Život ve městě komentují respondenti jako **neudržitelný a současnou situaci jako zlomový bod** pro změnu. Ve spojení s životem ve městě zmiňují, že taková existence pro ně **pozbývá smyslu, konkrétně kvůli ekologické stopě**. Současná situace ohledně COVID-19 je pak hodnocená jako **pandemie životního stylu, ke které došlo ignorováním přírodních zákonů**.

Dobu, kdy současní obyvatelé RS žili ve městě komentují jako období nespokojenosti, které zahrnovalo zdravotní potíže a volný čas pouze o víkendech. Jednalo se v podstatě o **protipól současného života**, který obsahoval stres a totální nasazení. Lidé, kteří za nimi na RS přijíždějí z měst jsou **roztěkaní a ve stresu**. Ve spojení s takovým životem začali pociťovat úbytek energie i v produktivním věku. Proto docházelo k rozhodnutí, že život v kanceláři, nebo ve stresovém zaměstnání trávit nechtějí.

Ve srovnání s městem mají lidé na RS neustálou **volnost pohybu**, na pozemku, který je jejich, což jim dává **pocit svobody a prostor pro seberealizaci**. Tuto svobodu také vnímají v tom, že nejsou „navázáni na systém“ a na druhé lidi, tím pádem s nimi není manipulováno. Co se týče dětí, které vyrůstají na RS, tak obava, jestli budou „použitelní“ do současného života je zbytečná, samy komentují, že pro ně nikdy nebyl problém pochopit umělý svět, v kterém lidé žijí. Naopak mají navíc znalosti ohledně přírodního světa a zkušenosti s prací na zahradě a okolo domu. Hlavně se děti na RS naučí pracovat samy se sebou, což je možná to nejlepší, co člověka může potkat.

Život ve městě komentují respondenti jako **neudržitelný a současnou situaci jako zlomový bod** pro změnu. „... *v těch městech už se nebude dát žít. Vždyť ta situace je přesně ten zlomovej bod, kdy to maj lidi pochopit...*“ (R1) Také ve spojení s životem ve městě zmiňují, že existence pozbývá smyslu, konkrétně kvůli ekologické stopě v podobě tvorby odpadu. „*To město vůbec nedává smysl tomu životu. ... jak někomu může dávat smysl, když za někým zůstává ta hromada odpadků, to přece nemůže dávat smysl. To dává nesmysl.*“ (R6) A údajně by se k životu ve městě již nevrátili. „*I kdyby mě platili, abych ve městě bydlel, tak tam nejdu.*“ (R6) Jelikož jim při současném způsobu života nic nechybí. „... *nechybí mi vůbec nic, protože si uvědomuju, že všechno můžu mít, spíš převažujou ty bonusy.*“ (R3)

Dobu, kdy současní obyvatelé RS žili ve městě komentují jako období nespokojenosti, zahrnovala zdravotní potíže, volný čas pouze o víkendech. „*Před: bydlení v bytě, práce na plný*

úvazek a volno jen o víkendech, nákupy v běžném obchodáku, zdravotní potíže a vnitřní nespokojenost“ (R7) Jednalo se v podstatě o protipól současného života, který obsahoval stres a totální nasazení. „byl to ten protipól toho života v tom totálním nasazení v té restauraci... byl to takovej ten život, ten opačnej, ten pařící, ten stresovej a o egu“ (R3) Sebe samotné pak přirovnávají k automatu, když žili ve městě, pravidelné vstávání do práce, příchod z práce, dovolená, každý den, každý měsíc, každý rok.

„V podstatě jsem byl automat, věděl jsem, když mám ranní, v kolik mám vstát, v kolik tam mám být, v kolik jdu domů. Věděl jsem, že když bude léto, tak si naplánuju nějakou dovolenou, že někam pojedeme... A prostě automat, každý rok, každý den, každý měsíc, pořád do kola, pořád stejný.“ (R1)

A zároveň potvrzují, že v případě života na RS, k takovým stereotypům nedochází, že se každý den rozhodnou, co chtějí zrovna dělat a čekají, co si je „přitáhne“.

„Další zkvalitnění je, že nežiju ty stereotypy... Ale taková ta možnost, co mě obrovsky nadchne je, že neplánuju já vyjdu ven a říkám si, co já budu dneska dělat. Někdo by řekl, že to je plán, když řeknu: dneska jdu postříhat stromy, vyjdu ven a uvidím něco úplně jinýho. Ne jenom že to vidím, ale mě to přitáhne a já dělám něco úplně jinýho a k těm stromům se vůbec nedostanu. Protože jdu támhle a dělám tohleto, pak si sednu a pozoruju psi, pozoruju koně...“

Ve spojení s takovým životem začali pociťovat úbytek energie i v produktivním věku. *„...jak jsem sportoval, tak jsem najednou začal pociťovat na sobě, že mi začíná ubývat energie a to mi bylo 35 a já jsem si říkal, to přece není možný.“ (R1) Proto docházelo k rozhodnutí, že život v kanceláři, v práci, trávit nechtějí. „... to jsem dělala nějakou dobu v kanceláři a tam jsem si uvědomila, že tak život trávit nechci, že být většinu dne zavřená v kanceláři, čumět do počítače...“ (R4)*

Teď když se setkávají s lidmi, kteří za nimi na RS přijíždějí z měst, reflektují, že jsou roztěkaní a ve stresu. *„...Když vidíme ty lidi jak přijíždí z Matrixu, jak jsou roztěkaný a ve stresu a my žijeme takovej... je to o takovým zklidnění a důvěře a takový pokoře a zlidnění z hlediska přístupu k životu.“ (R3) To vnímají jako určitou pohodlnost člověka, že následuje ostatní a dělá to, co většina. „...jestli to není jenom takovej ten relax, že člověk dělá to, co dělá většina, víš.“ (R6) Také zaznamenávají rozdíl oproti lidem z města, že ani v důchodu, kdy nemusí chodit do práce, stále nedělají, co chtějí.*

„To bylo tak smutný poslušání. Jak ty lidi, oni třeba říkají, no teď jsem v důchodu a teď konečně si můžu dělat, co chci. Ale to bylo v tom, že nemusej chodit do práce, ale v zápětí tam bylo, ale to víte a mám 7 vnoučat a mám toto a tohle dělám, takže zase si nedělaj, co chtěj, oni si to myslej, ale není to pravda. To si ty lidi namlouvaj. Ale já se tomu nedivím, protože ten tlak je obrovskej. A mě mrzí, protože miluju děti, že to odnášej děti, že ten tlak se pořád zvyšuje a zvyšuje, všichni mluvěj o tom, jak ty generace jsou horší a horší. Ale nikdo si neuvědomuje, že tu dobu, v který ty děti vyrůstaj, vytvořili oni. To přece nevytvořil někdo před 50 nebo 100 lety, to vytvořili oni. A teď ty jejich děti v tom vyrůstaj, tak za co je kritizujou?“ (R1)

Ve srovnání s městem mají lidé na RS neustálou volnost pohybu, jelikož se pohybují ve volném prostranství, které je jejich, což jim dává pocit svobody a prostor pro seberealizaci. Kdežto lidé ve městě jsou ovlivňováni svým okolím.

„Když člověk žije na RS, tak kykoliv kamkoliv může odejít. Když žijeme ve městě, tak jsme hodně ovlivňovaný tím okolím. Takhle v přírodě, kde okolo sebe má člověk to prostředí, který je jeho, kde může být a není tam ovlivňovanej nějak, tak to mi přijde, že je ta svoboda. Že tam může tvořit to, co si přeje a tak.“ (R2)

„A já jsem to dlouho ani nevnímal, až teď tady pocítuju, co je to svoboda.“ (R1) Tuto svobodu také vnímají v tom, že nejsou „navázáni na systém“ a na druhé lidi, tím pádem s nimi není manipulováno.

„...v tom ráji v tom případě se stáváme svobodnými a nejsme navázaní na systémy a na druhý lidi a nebudeme manipulovaní a my nebudeme manipulovat a když budem mít všechno na tom pozemku a spojíme se s tím Vesmírem jako s nějakým biogooglem, biointernetem, tak jsme absolutně svobodní.“ (R5)

Co se týče dětí, které vyrůstají na RS, tak obava, že nebudou „použitelní“ do současného života je zbytečná, samy komentují, že pro ně nikdy nebyl problém pochopit umělý svět, v kterým lidé žijí.

„... pro mě nikdy nebyl problém pochopit ten umělej svět, ve kterým žijeme, ve kterým žije většina lidí, města, vesnice, proto mě opravdu přijdou naprosto normální oba světy... Jako je mnohem složitější cesta z města do přírody, než naopak, protože ten člověk se v přírodě naučí pracovat s živějma věcmá a pak je pro něj zákonitě mnohem jednodušší pochopit mrtvej svět.“ (R2)

Naopak mají navíc znalosti ohledně přírodního světa a práci se zahradou, které si jinak lidé musí nastudovat, oproti dětem, které v přírodě vyrostly.

„V tom bych řekla, že jsou všechny ty děti, co tu vyrůstají na rs, že moc dobře vědí, jak funguje město a moc dobře vědí, jak funguje příroda, co kolikrát neví dospělý člověk. ... tak vím, jak naroubovat strom, kdy se co vysazuje, jak o ty rostliny pečovat... proto aby tyhle věci věděli, tak se o tu přírodu musí zajímat a přímo po tom jít, což já jsem nemusela.“ (R2)

Hlavně se děti na RS naučí pracovat samy se sebou, což je údajně možná to nejlepší, co člověka může potkat.

„... žítí s tou přírodou mi přijde jako to hlavní, kde ten člověk rychlejc vospěje a když žije takhle v tý přírodě, tak se mnohem rychlejc naučí pracovat sám se sebou... na těch dětech je to taky vidět, jak jsou obrovsky samostatný, oni za to dětství se naučili pracovat samy se sebou, možná jim nic jinýho nezbejvá, než poznávat samy sebe. Ale na druhou stranu to je asi to nejlepší, co toho člověka může potkat.“ (R2)

5.4.3. Strava

Ať už je to možností porovnání plodin vlastnoručně vypěstovaných a zakoupených v supermarketu, či pouhým pobytem na RS, kdy člověk prochází určitou transformací, **s pobytem na RS se výlučně váže konzumace rostlinné / raw stravy.**

Na „nezdravé“ produkty nemají chuť, pociťují, že **strava zakoupená v obchodě je pro obyvatele RS prázdná, bez energie, nepřínosná**, kvůli tomu již ani nevědí, co v marketu nakoupit, ocitnou-li se uvnitř. Nakupují-li dávají přednost bio potravinám a farmářským výrobkům. Jedná se pak spíše o rozšíření rozmanitosti jídelníčku než o nutnost (viz kapitola soběstačnost). Stravovací zásady nedrží ortodoxně a rozhodnou-li se, mohou si dát cokoliv z konvenčních produktů, nicméně takových okamžiků ubývá. Tím, že jsou obyvatelé RS převážně na rostlinné a raw stravě, jejich **tělo prochází pravidelnou očistou a je odolné vůči škodlivým vlivům**, čímž hradě zvládne výjimečnou konzumaci „nezdravých“ pochutin. **Strava rostoucí na RS** dává svým majitelům **zdraví, pocit síly a bystrost**. Ve srovnání se zakoupenými výrobky v marketu, po kterých je člověk údajně tupější, nevnímavý, ztrácí jemnocit k okolnímu dění a sobě.

Kromě výživové hodnoty má sklizeň vlastních plodin duchovní přesah s tím, že člověk vkládá lásku do sazených semínek a do péče o rostliny, kterou se posléze živí on i jeho rodina (viz kapitola prostor lásky). Dle Anastasie také tím, že člověk před sadbou vloží semínko na 9

minut do úst, mu předá potřebné informace k tvorbě takových látek a v takovém poměru, aby zralé plody daného člověka léčily. Ve městě lidé nakupují, vaří a připravují takové produkty, které jsou k dispozici, bez ohledu na jejich kvalitu. Člověk se stává domestikovaným a ztrácí přirozený instinkt výběru takových bylin a rostlin, které jsou pro něj vhodné a v jakém množství. Konzumuje to, co mu je v obchodě předkládáno jako norma. **Po delším čase stráveném na RS se lidé přeorientovávají na divoce rostoucí rostliny, byliny a kořínky. Na základě toho pěstují méně a méně plodin**, čímž jim ubývá práce a profitují z kvalitní půdy, kterou si vytvořili na svém pozemku.

S pobytem na RS se výlučně váže konzumace rostlinné stravy, „*Maso já jsem jedl naposled, to bude taky těch 30 let. A dcera vůbec.*“ (R1) člověk údajně prochází určitou transformací pouhým pobytem v RP.

„...*přemýšlím, jestli znám někoho, kdo má rs a jí maso... ale určitě to má ta změna stravování celkově, že se člověk nějakým způsobem transformuje, byť to může být z různých důvodů, tak se transformuje na to, že je na rostlinný stravě přirozeně, že se stává nějakým způsobem veganem.*“ (R3)

Vliv má též jednoduše porovnání kvality plodin vlastnoručně vypěstovaných a koupených v obchodě. „...*a až dneska na základě toho poznání, že když doma mám tu stravu domácí a pak když ji nemám a jím to co vlastně nabízí to prostředí toho města, tak to cítím, jaký je v tom rozdíl.*“ (R4) Obyvatele přirozeně přechází také na živou stravu (raw), přičemž na „nezdravé“ produkty nemají chuť, komentují to jako tvorbu jakéhosi vztahu. „...*čím víc tomu je člověk otevřenější, čím víc je na té živé stravě, tak o to míň máš vůbec chuť na to nezdravý, že se to samo přetváří, samo se to vytvoří, nějaký ten vztah.*“ (R3)

Také pociťují, že strava zakoupená v obchodě je pro obyvatele RS prázdná, bez energie, nepřínosná, kvůli tomu již ani nevědí, co v marketu nakoupit, ocitnou-li se uvnitř. „...*a už je to tak, že když jdu do obchodu tak nevím co si tam koupit, protože ty věci pro mě už nejsou přínosné, necítím v nich tu energii, je to už takové prázdné.*“ (R4) Nakupují-li dávají přednost bio potravinám a farmářským výrobkům. Jedná se o rozšíření rozmanitosti jídelníčku než o nutnost (o této otázce dále v kapitole soběstačnost). „...*když ta možnost je, tak si tu rozmanitost rozšíříme, že si koupíme nějakou zajímavost, ale vždycky je to o tom, že když si něco kupujem, tak řešíme, jaká je to kvalita, jestli bio, nebo přímo farmářský a tak dál.*“ (R3) I když stravovací zásady nedrží ortodoxně a rozhodnou-li se, mohou si dát cokoliv z konvenčních produktů. „*A to neznamená, že člověk musí být blázen nějaký ortodoxní, že si jako nikde nic špatného trochu*

nedáš... “ (R3) Nicméně takových okamžiků ubývá. „Tak samozřejmě člověk někde něco.. ještě koupí. Ale ubývá toho, až mě to fascinuje. “ (R4)

Nicméně tím, že jsou obyvatelé RS převážně na rostlinné a raw stravě, jejich tělo prochází pravidelnou očistou a je odolné vůči škodlivým vlivům, čímž hravě zvládne výjimečnou konzumaci „nezdravých“ pochutin. „...jde o to, že to tělo je tak celkově vyčištěný a tak odolný, že když si teda jako dá nějakou tu „nezdravou věc“, tak se s tím v pohodě popere... “ (R3) Strava rostoucí na RS dává svým majitelům nejen samotné zdraví, ale také pocit síly.

„...ve chvíli kdy člověk pochopí a uvědomí si a uvěří a ucítí a ochutná ty plody z té zahrady, kdy ti roste během roku spousta věcí a zjistíš kolik divokých bylin roste samo. Tak ti to dává nejenom to samotný zdraví a tu sílu... “ (R3)

Také komentují, že v souvislosti s takovými návyky to člověku jinak myslí, je bystřejší. Ve srovnání se zakoupenými výrobky v marketu, po kterých je člověk údajně tupější, nevnímavý, ztrácí jemnocit k okolnímu dění a sobě, pouze má plné břicho.

„Má to vliv hlavně na mozek. Člověku to jinak myslí. Že když člověk jí takovou tu...marketovou stravu, tak je takovej tupej. Tak fakt nevnímá, nemá ten jemnocit, nezachytí, že tam se někde něco děje, že je takovej, že si zaplní břicho a to je všechno. “ (R6)

Kromě výživové hodnoty má sklizeň vlastních plodin duchovní přesah s tím, že člověk vkládá lásku do sázených semínek a péče o rostliny, kterou se posléze živí on i jeho rodina (viz kapitola prostor lásky). Dle Anastasie také tím, že člověk při sadbě vloží semínko na 9 minut do úst, předá mu potřebné informace k tvorbě takových látek a v takovém poměru, aby zralé plody daného člověka léčily.

„Máme vlastní stravu, část vlastní, co pěstujeme zeleninu, a to si myslím, že je zdravé nejen z toho důvodu, že jsme si to vypěstovali v ekologickém prostředí, ale z toho důvodu, že to roste pro nás a máme každý svoji léčivou zahrádku, takový malý kousek, podle Anastasie, ano 9 minut v ústech semínko. “ (R5)

Ve městě lidé nakupují, vaří a připravují takové produkty, které jsou k dispozici, bez ohledu na jejich kvalitu. „*Když jsem byla ve městě, tak jsem tam kupovala, vařila z toho, co tam bylo. A tehda to nikdo nic moc neřešil, co v těch obchodech je...*“ (R4) Člověk se stává domestikovaným a ztrácí přirozený instinkt výběru takových bylin a rostlin, které jsou pro něj vhodné a v jakém množství. Konzumuje to, co mu je v obchodě předkládáno jako norma.

„...včera tam jedí, dneska už si jen čuchnou a už tam nejí. Takže jí o dvacet metrů dál a já si říkám, jak oni to ty koně vlastně dělají. Oni pořád jedí, když mají tu možnost, když nemají tak žerou co jim lidi hoděj, ale tady tu možnost mají, mají tři hektary, to je aspoň něco a oni jedí to, co to tělo ten den potřebuje. To je nesmírně důležitý pro život člověka. My tyhle schopnosti máme daleko vyvinutější bych řekl, jenomže jsme je zahrabali. A nic takovýdleho by tady nebylo, co je tady dneska, protože lidi jedí to, přesně jako ty zvířata ve stáji, prostě jedí to, co jim je předhozeno v obchodě a kdekoli jinde.“ (R1)

Údajně k takovým schopnostem má člověk stále přístup, ale žije a rozhoduje se na základě všeobecných dogmat oproti naslouchání výše zmíněnému jemnocitu. „*...ne úplná ztráta, ale zasypání těch schopností nějakajma dogmatama někde hluboko uvnitř oni tam pořád jsou, to je zakódovaný v těch buňkách a ten kód nezmizí, ale je zahrabaný.*“ (R1)

Po delším čase stráveným na RS se lidé přeorientovávají na divoce rostoucí rostliny, byliny a kořínky. Jako například cedrové výhonky nebo kořínky orobince. „*Včera jsem jedl cedrový výhonky, tak člověk tak zkouší, a tak se k tomu přibližuje, že pojídá různé rostliny, včera jsem zrovna vytrhal orobinec a ty kořínky jsem jedl z toho a ty byly fakt dobrý.*“ (R6) Na základě toho pěstují méně a méně plodin, čímž jim ubývá práce a profitují z kvalitní půdy, kterou si vytvořili na svém pozemku a sklízají plané plodiny. „*...samozřejmě se tu starám o tu zeleninu, ale mě víc a víc začíná chutnat, co tu roste divoce a tak pěstuju ty zeleniny míň a míň.*“ (R1)

Jako obohacení jídelníčku vegetariánské/raw stravy slouží kvašená zelenina. „*...ještě jsem zapomněl zmínit, že jsme nakládali zelí, máme vynikající i s červenou řepou a nezavařovaný, jenom naložený, tak jak se to dělá zkvašený, tak to je další obrovská potravina, která je úžasná.*“ (R1)

5.4.4. Pohyb

Pohyb je odvislý od ročního období a práce na zahradě. V zimě, kdy se tráví méně času obděláváním pole, je prostor na sport. **Lidé pečující o RS mají většinou dostatek PA v rámci ohospodaření půdy a úpravy terénu pozemku.** V souvislosti s vnímáním svého života jako spoluúčasti na rodovém projektu v rámci několika generací (kapitola rodová kniha) jsou obyvatelé RS schopni ocenit svůj příspěvek (kterým je například koupě pozemku, či tvorba vodní plochy) bez větších tlaků na svou osobu v podobě touhy po větší výkonnosti. I v pokročilém věku se **obyvatelé RS těší dobré fyzické kondici.** Mají **každodenní PA v podobě péče o zahradu, tvorby zásob, někteří v podobě domácích prací,** jelikož nevlastní elektrospotřebiče (např. ruční praní). Vzhledem ke vzdálenosti pozemku od civilizace je vhodný pohyb například na kole pro obstarání zásob (z hlediska ekonomického i ekologického oproti vozu).

Pohyb je odvislý od ročního období a práce na zahradě. V zimě, kdy se tráví méně času obděláváním pole, je možné chodit na procházky.

„Pohybu je dost, ale mohlo by být i víc, někdy si ho i ordinuju, chodím na procházky. Prostě někdy je to potřeba. Někdy vyběhám do zahrádky, tak není čas. Ale v tu zimu se projdu s tím psem a taky pokomunikovat s tím okolím. Pak už je víc, přes tu světlou polovinu roku, víc práce, tak na to není čas.“ (R4)

Lidé pečující o RS mají většinou dostatek PA v rámci ohospodaření půdy. *„Pohybu je tu dost, když se musí ten pozemek obhospodařit, tak si myslím, že to má každý.“ (R5)* A úpravy terénu pozemku. I když v řádu let se postupně učí šetřit síly.

„No právě s tím tvořením jsem to někdy přehnal, s tou fyzickou zátěží, tak se to snažím teď vyrovnat, už jsem tak stáhnul nohu z plynu.. ale bylo to dobrý, ale už bych to nechtěl, dělat některý věci znovu... Třeba kopat další studnu bych nechtěl. Už jsem kopal tři jako za život a pak tady dělal jezero a třeba v jezeře je uležených třeba padesát tun kamení... každý ten kamen mi prošel rukamam několikrát.“ (R6)

V souvislosti s vnímáním svého života jako spoluúčasti na rodovém projektu v rámci několika generací (kapitola rodová kniha) jsou obyvatelé RS schopni ocenit svůj příspěvek

(kterým je například koupě pozemku, či tvorba vodní plochy) bez větších tlaků na svou osobu v podobě touhy po větší výkonnosti či kvantitě práce.

„Jak to říká Anastazie, že když bude člověk psát tu rodovou knihu, tak že člověk nemusí všechno servat, tady nachystat, že třeba napíše, za svůj život jsem stiml právě koupit ten pozemek a vydělat třeba udělat to jezírko a víc jsem nestihl...“ (R6)

I v pokročilém věku se obyvatelé RS těší dobré fyzické kondici. Mají každodenní PA v podobě péče o zahradu, tvorby zásob, někteří v podobě domácích prací, jelikož nevlastní elektrospotřebiče (např. ruční praní). Vzhledem ke vzdálenosti pozemku od civilizace je vhodná schopnost pohybu například na kole pro obstarání zásob (z hlediska ekonomického i ekologického).

„Jsem pohyblivej, v podstatě cítím se výborně. Jezdím na kole, dnes jsem byl na kole v Doksech, teď nemůžu jet přes les, tam je to zmrzlý, tak jezdím oklikou, tak to mám přes 10 km, mám na řídkách nákup, na zádech batoh plnej kostí pro psi, 12 kilovej batoh, jedu tam a zpátky, jako v pohodě.“ (R1)

5.4.5. Překážky

Převážně lidé žijící na RS vnímají překážky spíše jako výzvu než jako zabraňující okolnost. Naopak se k překážkám vyjadřují jako k příležitosti a pozitivní okolnosti, která člověka nasměruje ideálně správným směrem, nebo ho alespoň motivuje ke změně životní situace, která je již třeba opustit. Díky takovému přístupu současní majitelé RS zpětně v podstatě nehodnotí nic jako překážku. Jako možné výzvové situace pak uváděli **nepřijetí okolí (popř. i partnera), finanční situaci a administrativu.**

Převážně lidé žijící na RS vnímají překážky spíše jako výzvu než jako zabraňující okolnost.

„No tohleto téma je hodně individuální, protože já jsem nastavenej tak, že překážka je vlastně výzva a neberu překážku jako něco, co by bylo nepřekonatelný, ale beru to jako něco: ok, nic se neděje, to zvládnou.“ (R3)

Zároveň se snaží překážky vnímat jako pozitivní podnět a prostor pro zrekapitulování myšlenek. „*Takže bych tu nadělal i víc chyb, možná takový né citlivý vůči tomu prostoru. Takže všechno zlé k něčemu dobré.*“ (R6) „*Samozřejmě co chvíli něco vyskočí, nějaký problém, tak člověk aspoň se posouvá dál, hurá.*“ (R4)

Díky takovému přístupu současní majitelé RS zpětně v podstatě nehodnotí nic jako překážku. „*Takže ty překážky v zásadě nebyly, protože navíc jsme se ženou hodně schopný a pracovitý, tak pro nás v zásadě nebyl nic velkéj problém.*“ (R3) A celý proces budování RS vnímají plynule až samovolně. „*Jinak si neuvědomuju, že by něco bylo těžkého, to tak všechno přicházelo samo, až neuvěřitelně.*“ (R4)

Jako výše zmíněné výzvy pak popisovali například nepřijetí okolí. Kdy lidé předpokládali nižší intelekt, nebo vědomosti člověka, který vyrostl na RS, nebo hleděli na člověka, který se pro takový život rozhodl jako na podivína.

„S čím sem se ještě setkávala, bylo, že jsem to na lidi rychle vysypala, tak chvíli lidem trvalo, než pochopili, že nemusím být úplný blbec, když takhle žiju... tak asi půl roku trvalo, než mi přestala vysvětlovat, co je to policajt, nebo co je to atentátník, měla obrovskou tendenci mi vysvětlovat tramvaje, jak fungujou jízdní řády, no co... některý lidi se mnou jednali jako s blbečkem, protože si nedokázali představit, že člověk, co takhle žije by mohl mít relativně stejný vědomosti, jako mají oni, co žijou ve městě. Já bych řekla, že naopak je snazší pro člověka poznat mrtvej svět, tak bych řekla, že jsem tam měla výhodu, že jsem věděla něco, o jejich světě, nebo o tom světě co tu je, o městech a tak. Ale nevěděli nic moc o přírodě, co jsem věděla já.“ (R2)

„...jsme pro mnoho lidí trochu podivíni, nebo blázni, to je ale v pořádku naprosto, protože kdo tomu věří a žije to, tak takovou myšlenku už ani nepřijme a ani nepotká takovýho člověka, který by tu myšlenku znehodnocoval, to se může stát člověku, který ještě sám jako je úplně ještě v rozpacích a úplně tomu nevěří.“ (R3)

Až ve smyslu, že lidé, kteří chtěli založit RS byli hodnoceni jako sekta. „*Na Slovensku vznikla škola podle vzoru Ščetinina a oni ji celou rozmetali, normálně policie, kukli a tak. A vím, že kdo zakládal rodový statek, tak tam byly opravdu ty útoky.*“ (R5)

„...i v té Anastazii je to popsany, jak těm lidem bylo bráněno, jak se k těm čtenářům kladli překážky, že nemohli hned založit ty svoje rs, říkalo se o nich, že jsou sektáři. Oni několik let nemohli ten pozemek zrealizovat v tom praktickém...“ (R6)

Jako další situace, s kterou bylo třeba se vypořádat byla administrativa „*Papírování bylo peklo a krom stavebního projektu jsem ho zařídila já, protože partner býval v práci a zároveň tohle nesnáší.*“ (R7) a finance. Když se lidé chtějí věnovat RS nebo své rodině, chybělo jim finanční zázemí a naopak.

„Jenomže když se měla dcera narodit, já jsem se ženě plně věnoval... A to znamená, že já jsem omezil svoje podnikání, protože to je právě problém dnešní společnosti, že buď vyděláváš peníze a zabezpečíš rodinu, ale nejseš s rodinou, nebo seš s rodinou, ale pak se teda musíš hodně uskromnit. My jsme se teda hodně uskromnili... A teďka my jsme neměli peníze my jsme žili tak, že jsme zaplatili nájem, měli jsme na jídlo a na všechno to bylo v pohodě, ale nebylo to takový že bych měl peníze abych si mohl někde koupit byt.“ (R1)

„... není to jednoduché začít někde úplně jinde a vstávat a vydělávat nějaké peníze, protože nějaké stále potřebujeme... A taky když se věnujeme pozemku, nevyděláváme peníze a ty jsou pro nás stále důležité, protože se dosazují stromy, děti chodí do školy, samozřejmě žijeme v systému, byť částečně. To jsou ty překážky finanční. A ostatní asi nevím.“ (R5)

Posledním výzvodným faktorem byly partnerské vztahy v podobě rozdílných názorů, problémů v komunikaci i rozvodu. „*já jsem to měla jako svou vizi a můj manžel, když jsem za ním přišla, že se odstěhujeme, si klepal na čelo, že jsem se zbláznila. Za mě teda byla překážka ten rok, než na to přišel i on.*“ (R5)

„...iluze cizí i naše, emoce (vztek, smutek, zklamání, nespokojenost), touha aby vše probíhalo rychleji, problém v komunikaci (odlišný způsob vyjadřování, když jsme hovořili o téže věci nebo na ni měli stejný názor).“ (R7)

„Spíš jako člověk možná potom, jak si začíná spoustu věcí zvědomovat, tak najednou některé ty věci se děly v rozporu, než co člověk chtěl v tom srdci, tak se to začalo oddělovat, to byl takový ten rozvod, ten proces toho vyčištění, tak to bylo asi nejtěžší...“
(R4)

5.4.6. Odezva okolí

Jelikož lidé žijící na RS vnímají přesah takového životního stylu do budoucnosti, podporují budoucí zakladatele RS. Svou úlohu, jelikož jsou jedni z prvních v ČR, vidí v inspiraci druhých, a to jednoduše tím, že „jdou příkladem“. **Odezva okolí je pozitivní** až do takové míry, že se jim lidé po návštěvě RS ozývají, že jim to **změnilo život**. Sílu takového působení vidí majitelé RS v autentičnosti a pravdě, že oni sami takový život žijí a jsou spokojeni do takové míry, že vnímají svůj pozemek jako rajskou zahradu, jelikož nepotřebují nic, co by jim nenabídl, těší se pevnému zdraví a mají prostor na rozvoj svých zájmů a osobnosti (viz kapitola životní styl). Obyvatelé RS věří, že taková odezva povede k rozšíření tohoto fenoménu, protože věří, že taková budoucnost má smysl (viz kapitola budoucnost). Někteří uváděli i reálné příběhy, kdy **na základě návštěvy RS, lidé mění svůj životní styl**, který znamená obrat k lepšímu v podobě změny hodnot a následně motivaci ke koupi pozemku. RS nabízí prostor pro podnikatelský záměr ve formě přírodního ubytování a seberozvojových kurzů, které mají též pozitivní ohlas.

Lidé na RS vnímají že rozhodnutí pro takový způsob života má svůj význam, proto podporují budoucí zakladatele RS. *„Že to má význam a že žehnám všem, kdo se do toho pustí, kdo to jen trochu cítí.“* (R5) A vnímají svou úlohu v inspiraci druhých lidí. *„...mám pocit, že jsem tady ten první a jsem takovou tou inspirací pro ty druhé...“* Hlavně i proto, že se nejedná o konvenční, běžnou cestu, která by byla „prošlapaná“, ale v podstatě o cestu, která není zákonem ukotvena. *„... ty první to mají trochu těžší, ty který se nebáli jít trochu proti, vlastně i trochu proti tomu zákonu.“* (R3) S tím, že se ale sami nevydělují ze společnosti, ale považují se za součást celku. *„jsme pořád jeden celek, já jsem se neoddělil od společnosti, já vím, že nejsem nějaká extrémnost, protože pořád patřím do skupiny lidí, do týhle republiky, na tuhle planetu, do tohodle vesmíru.“* (R1)

Jako součást tvorby RS uvádí i tvoření v rovině mentální.

„Dar. Ten prosto je pro mě dar, pro tvorbu a pro učení. Tvorba materiální, co je propojené s duchovnem, ono to je vidět jenom to materiální, ale člověk tam tvoří i v jiných rovinách, tou pozorností, téma myšlenkama“ (R4)

A už jen tím, že autenticky žijí svůj život, pro který jsou přesvědčení, působí na své okolí tím, že jim jednoduše ukáží jak žijí. „...*pak sem přijdou lidi a oni jsou úplně hotový a úplně udivený, když to vidí tu autentičnost, jak vlastně my jim nic nehrajeme, jenom žijeme samy sebe...*“ „*Lidem to nevysvětluj, lidem to ukaž. Ukaž jim jak žiješ.*“ Takový postup paradoxně přirovnávají i k ideální výchově dětí - jít příkladem.

„...*to je jak to pořekadlo, nedávej člověku rybu, ale nauč ho chytat. Tak tohle je to samý, ukaž to lidem. Vždyť to vidíme od mala, nejlepší pro děti není říkat jim, hele nedělej támhleto, ale jít jim tím nejlepším příkladem. Oni to okoukaj, oni se chtěj vzdělávat a jít nahoru*“ (R1)

A setkávají se s obrovsky pozitivními reakcemi až po takovou zpětnou vazbu, že lidé po pouhém pobytu na RS píší, že jim návštěva změnila život.

„*A to nejsou jednotlivci, to jsou téměř všichni... Oni říkají, hele já jsem odjel a mě to změnilo najednou jako život a najednou jsem něco pochopil, něco mi to řeklo, různě to popisujou ty lidi, ale samotný prostor, aniž bychom komukoliv cokoliv řekli o tom, hloubš, jenom, že tu jsme a žijeme to, tak v podstatě to má dopad pozitivní, lidi to mění.*“ (R3)

Obyvatelé RS věří, že taková odezva povede k rozšíření tohoto fenoménu. „...*rozhodně se jim to líbí a zanechává to v nich určitéj pocit. A to semínko, co v nich je, se bude krůček po krůčku otvírat, až jednou vyklíčí a ono jim to docvakne a půjdou za tím.*“ (R1) Někteří uváděli i reálné příběhy, kdy na základě návštěvy RS, lidé mění svůj životní styl, který znamená obrat k lepšímu a motivaci ke koupi pozemku.

„*To že sem spoustu lidí přijede a inspiruje se a začnou nějak podobně žít a udělaj nějaký životní změny. Mám tu jednoho takovýho klučimu, ten se tady objevil... On před tím žil ve Zlíně, potloukal se ve Zlíně s klukama, kouřili trávu, nevěděl, co se životem a dneska to je pět let asi a to je, on má našetřeno 700 tisíc na pozemek a úplně v sobě nosí jiný myšlenky a změnil způsob života, hodnoty a dává mu to smysl a už se nemůže dočkat až bude mít pozemek. Tak i to mi dělá radost, to mi dává smysl pak to žítí...*“ (R6)

„...když jim o tom řeknu na plno, jak to tady všechno funguje a tak, tak mám plno kamarádů, který strašně se sem chtějí podívat a chtějí to vidět a začínají se věnovat přírodě a mám kamarádku, co má doma velké barák, je to pražanda a sem se chtěla moc podívat, už tu byla a líbí se jí tady a došlo jí, že je to hodně zajímavý a hodně příjemný život s tou přírodou...“ (R2)

Zároveň RS nabízí prostor pro podnikatelský záměr ve formě přírodního ubytování a seberozvojových kurzů, které mají též pozitivní ohlas.

„...my máme teď aktuálně to centrum organic-farm, kde pořádáme kurzy, pro 20 lidí ubytování přírodní ... a pak jim tady něco předáváme v nějakém konkrétním kurzu a oni odjíždí úplně rozložený, do slova a do písmene ale v tom nejlepším slova smyslu.“ (R3)

5.4.7. Diskuze zjištění

I když ve výpovědích termín wellbeing nezazněl, jsou přítomny všechny jeho složky. Wellbeing (osobní pohoda) je definován subjektivně na základě kognitivního a emocionálního vnímání jako dlouhodobý emoční stav reflektující spokojenost člověka s životem (Blatný, 2005). Respondenti komentují **zdravotní přínosy po stránce psychické, fyzické, sociální i spirituální. Především zdůrazňují pohyb v přírodě, čerstvou lokální stravu a smysluplnou činnost, což jsou základní stavební kameny osobní pohody** (Wilkins, 2002). Subjektivně se hodnotí jakožto **šťastné, zdravé jedince, vnímají pocit svobody a smysluplnosti jejich existence, život hodnotí jako krásný**. Na míře osobní pohody se také odráží pozitivní vztah k sobě i druhým (Křivohlavý, 2004; Kebza, 2005). Respondenti zmiňují jako pozitivum současného života i **čas na rodinu a kvalitní vztahy** (dochází i k zlepšení vztahů s lidmi pobytem na RS). Vztahy v rodině mají „pufrovací“ schopnost vůči stresu, jakožto negativnímu vlivu osobní pohody (Corona & Campos & Rook & Biegler, & Sorkin, 2019). Rodina se tak může stát pevným stabilním základem pro potenciální úspěšné zvládnání stresových podnětů. Další součástí osobní pohody je sebevědomí, tedy pocit vlastní kompetence a zvládnání nároků (Kebza, 2005). Jelikož jsou respondenti přesvědčeni, že jsou zakladatelé nového přístupu k zemědělství, společenství a Planetě vůbec, zdá se, že se jedná o **sebevědomé jedince s vědomím vlastní kompetence**. Dále má vliv na vnímání osobní pohody postoj k životu a celkové vnímání světa (Macek, 1999; Křivohlavý, 2004). Je tedy možné, že **přístup k životu,**

jaký popisuje Megre ve svých knihách, pomáhá lidem dosažení optimálního životního stylu, pocitu štěstí a celkové osobní pohody. Motivuje lidi k založení RS, který má sám o sobě blahodárné účinky na zdraví člověka – pocit svobody, vlastního prostoru, bezpečí, seberealizace, pohyb, pobyt v zeleni. Prostředí hraje v úrovni osobní pohody velkou roli (Probst et al., 2018).

Lze také zkoumat kvalitu života lidí žijících na RS. Hodnocení kvality života souvisí s holistickým vnímáním člověka (Balcar, 2005; Kebza, 2005; Křížová, 2005). Kebza (2005) shrnuje kvalitu života jako „kombinaci prožitku úrovně vlastního zdraví, úrovně osobní pohody, životní spokojenosti a často též určitého postavení v sociální stratifikaci“. Což by kvalitu života stavělo nad wellbeing. Zdraví a osobní pohoda jsou komentovány výše. Sociální stratifikace by u respondentů mohla být naplněna z hlediska vlastnictví RS. Co se týče společenského postavení, úhel pohledu je dvojitý. Respondenti zmiňují odezvu okolí jako možnou překážku a že mohou být vnímáni jako podivíni. Jedná se ale především o počáteční fáze zakládání RS, nebo prvotní reakce okolí. Z dlouhodobého hlediska hovoří respondenti o velmi kladném přijetí okolí, už jen z toho hlediska, že dokáží svůj způsob života lépe prezentovat. Jako další možnou překážku zmiňují finance, opět ale v počátečních fázích, s krystalizací v pozdějších letech, kdy jsou spokojeni se současným zabezpečením (vyvážením samozásobitelství a finančního příjmu z činnosti, která umožňuje obyvatelům být co nejvíce času na pozemku). Dále respondenti ve spojitosti s otázkou na životní styl zmiňovali, že vnímají **smysl svého života, pocit energie, plnění cílů a potřeb** (ve smyslu že žijí takový život, jaký chtějí a mají čas kdykoliv na cokoliv), vše zmíněné do kvality života dle Křivohlavého (2009) patří, stejně jako morální hodnoty, které bych také chtěla vyzdvihnout. Především: **převzetí odpovědnosti za svůj život (tvorba takového světa, v který věřím, viz udržitelnost a budoucnost) a své zdraví (holistický pohled na zdraví, prevence), apel na důležitost rodiny a kvality vztahů** (láska, respekt, svoboda)

Respondenti potvrzují fyzickou zdatnost, letitou nepřítomnost nemocí a léků, a to i ti kteří dosahují téměř 70 let. Je vědecky prokázáno, že **zahradničení jakožto pohybová aktivita je efektivní prevencí chronických onemocnění** (Soga & Gaston, & Yamaura, 2016). Ve spojení s konzumací vypěstované zeleniny, kontaktem se sousedy a pobytem v zeleni zahradničení **přispívá k pocitu štěstí, pěstuje pohybový návyk, snižuje sedavé chování a dodává chuť do života** (Machida, 2019). Pro prevenci chronických onemocnění a jako podpora aktivního stárnutí se kromě aerobního cvičení, více doporučuje i odporové (posilovací) cvičení (McLeod & Stokes, & Phillips, 2019), kterým zahradničení je.

Co se týče srovnání města s RS z hlediska zdraví je možné prokázat negativní vliv urbanizace. Napříč vědeckými články byla zkoumána kvalita života ve městě, s rostoucí urbanizací se ukazuje lidské zdraví jako stále větší výzva. Je prokázán nárůst výskytu hypertenze, respiračních a duševních nemocí v místě se zvýšenou úrovní hluku a výparů z automobilů (Krefis & Augustin & Schlünzen & Oßenbrügge, & Augustin, 2018). Respondenti potvrzují, že lidé, co přijíždí z měst navštívit RS za účelem rekonvalescence jsou roztěkaní a ve stresu. Velké vědecké pozornosti ohledně zdravého životního stylu ve městě se těší možnost pohybu (pěší, kolo), s tím, že ve spojení s přítomností zeleně pozitivně působí na duševní zdraví obyvatel měst (celkově na wellbeing a kvalitu života) (Krefis & Augustin & Schlünzen & Oßenbrügge, & Augustin, 2018). Co se týče komentáře respondentů, že vnímají určitou nesoustředěnost a necitlivost lidí z měst, která by měla být zapříčiněna stravovacími návyky, je z části potvrditelná. **Častá konzumace nezdravého jídla může opravdu přispět k příznakům duševního onemocnění** (Hafizurrachman, & Hartono, 2021). Stav našeho mikrobiomu má dokonce velký **vliv na funkce mozku a chování** (Bodden & Hannan, & Reichelt, 2021). Vliv nezdravého jídla na intuici neboli zmíněný jemnocit a schopnost výběru takových plodin, aby blahodárně působily na fyzické zdraví jedince nelze prokázat.

5.5. Udržitelnost a soběstačnost

Vztah, jaký mají respondenti k přírodě je vede k takovému životnímu způsobu, kterým je RS. Je to jejich vnitřní motivace a odpovědnost, jelikož se vnímají jako součást přírody a jsou s ní v intimním kontaktu jakožto s Matkou Země – Pachamamou. Respondenti často hovoří o odpovědnosti člověka ke svému zdraví, životu i ke svému prostředí v souvislosti se svobodou, kterou tím člověk nabývá, jelikož nemusí být závislý na názorech ostatních, obchodech, doktorech, systému, vládě. Což neznamená úplné vydělení. Ale postavení se na své nohy a převzetí odpovědnosti za svoje činy. Tento postoj v souvislosti s chápáním principu příčiny a následku, je také součástí rozhodnutí pro takový životní styl.

Konkrétně se jedná o tyto příspěvky pro lepší životní prostředí: minimální užívání automobilu, energetická částečná či úplná samostatnost, ekologické prostředky, minimální produkce odpadu, kořenové čističky vody, přírodní stavby a materiál, příspěvek do procentuálního zastoupení zelené plochy s velkým počtem stromů a keřů, produkce eko potravin, podpora smíšených lesů, biodiverzita, zadržování vody v krajině, nevyčerpávání přírodních zdrojů.

Z důvodu převzetí odpovědnosti a nabytí svobody je záměrem obyvatel RS soběstačnost. Soběstačnost je umění, které je možné rozvíjet celý život, obnáší pozornost a bdělost k přírodě a jejím cyklům a přizpůsobení se, jelikož jsou to zákonitosti prastaré a moudré. Nějaký čas jsme se teď snažili jít proti nim a ovlivnit je, výsledkem je narušená rovnováha, která postupně vede pouze k záhubě lidské populace, ne přírody jako takové.

5.5.1. Udržitelnost

Soucit k životnímu prostředí je jedním z důvodů, proč vznikají RS, nejedná se o byznys nebo únik, ale o **touhu být v souladu s přírodou a být její součástí**. Co se týče příspěvku k lepšímu životnímu prostředí je to například **minimální užívání automobilu** (vše potřebné je na dosah pěší) Co se týče elektrifikace většina respondentů užívá **solární panely**. Dále respondenti kupují **ekologické prostředky** na udržování domácnosti. Neoddělují svou činnost od reality, chápou příčinu a následek, proto se snaží zanechávat co nejmenší stopu na životním prostředí, jelikož se vnímají jako jeho součást a rozumí tomu, že je nesmysl hledat zdraví na nezdravé planetě. Díky tomuto vhledu řeší zodpovědně i otázku odpadů. Jednak neprodukují tolik odpadů díky tomu, že **většina potravin je bezobalová, vypěstovaná** na zahradě. Na druhou stranu také řeší, jakým způsobem se s odpadem vypořádat, jsou to pak **kořenové čističky, septik na šedou vodu, ekologické záchody, komposty**. Co se týče materiálu použitého na stavbu (kapitola dům), obstarávají si **přírodní materiály**. Naprosto ekologickou úpravou je například živý plot (kapitola co je rodový statek), který se skládá z živých keřů a stromů – není tedy použito laků a mořidel na jeho údržbu, naopak se stává se stále pevnějším a není třeba výměny opotřebovaného materiálu. Často respondenti **vlastní smíšené lesy**, nebo napomáhají těm monokulturním k revitalizaci. Hektary, které jsou ve vlastnictví rodin s úmyslem vytváření RS nebudou nikdy součástí zástavby, tudíž představují **příspěvek do procentuálního zastoupení zelené plochy** v ČR (popř. ve světě). S tím že tam, kde teď rostou **stovky stromů a keřů**, bylo pole (udržované chemickými prostředky) nebo louka, která byla pravidelně sekána kvůli dotacím. Teď jsou to plochy, na kterých je možné poskytovat **útočiště fauně i flóře, podporovat biodiverzitu a celkově přistupovat k přírodním zdrojům udržitelně**.

Soucit k životnímu prostředí je jedním z důvodů, proč vznikají RS, nejedná se o byznys nebo únik, ale o touhu být v souladu s přírodou. *„Protože to není o byznysu, není to o úniku, je to novým způsobu života, který jev souladu s nějakou duší a v souladu s přírodou.“* (R3) *„To*

určitě, protože většina lidí co takhle žije, tak do toho s tím jde, že chce tý přírodě ulehčit, že chce žít víc v souladu s přírodou.“ (R2)

Také se jedná o touhu být její součástí. Lidé žijící na RS jsou neustále v těsné blízkosti s přírodou, přičemž dochází i ke vzájemné komunikaci s tzv. Matkou Zemí (Pachamama). „... a najednou začneš komunikovat s tou Pacha mamou, aniž by sis to naplánovala a najednou cítíš, jak k tobě promlouvají stromy, keře, ta zem, komunikuješ s lesem s vesmírem.“ (R3)

Co se týče příspěvku k lepšímu životnímu prostředí je to například minimální užívání automobilu. Je to tím, že vše potřebné je pro ně na dosah pěší, nebo prostřednictvím kola.

„I tím že člověk žije s tím okolím v tom jednom místě, tak je to minimálně zatěžující pro to životní prostředí... Když on člověk tak rád si pohodlně převáží ten zadek. A ještě pravda, že k sobě nejsme tak k sobě blízko, tak si vozíme ty zadky, abychom se setkávali. Prostě to může přijít čas, kdy tohle nebude potřeba, kdy budeme na dochozí vzdálenost. To, co potřebujem bude kolem nás. Už se to děje, že to je do těch dvou tři kilometrů.“
(R4)

I když respondenti také používají automobily, potvrzují, že ne s takovou frekvencí jako lidé ve městě. „Pak taky, když se někam přemísťuje, ale ve srovnání s bytem nebo barákem, tak je to pořád obrovský rozdíl.“ (R2) Většina dětí na RS má domácí výuku, není tedy třeba je dovážet každý den do školy. „...to že nechodí děti do školy přes tu základní školu, tak pohonné hmoty.“ (R5) Dále obyvatelé RS volí takový způsob příjmu, aby zůstávali veškerý čas na pozemku (viz kapitola finance).

Co se týče elektrifikace většina respondentů užívá solární panely. „...a elektrika, to máme solární panel, tak to je jediný, čím člověk uškodil, že si to musel koupit, a to je tak všechno, čím by jí zanášel.“ (R2) Dále mají respondenti kladný vztah k ekologickým prostředkům na udržování domácnosti. „V každém případě tím, že používáme ekologické prostředky – na mytí, umývání, čištění. To všechno má vliv na to prostředí, že je to udržitelnější.“ (R5) Vnímají totiž půdu jako celek, sebe pak vnímají jako součást tohoto celku. „Ta planeta je obrovskéj celek a vesmír je obrovskéj celek.“ (R1) Neoddělují svou činnost od reality, chápou příčinu a následek, proto se snaží zanechávat co nejmenší stopu na životním prostředí, jelikož se vnímají jako jeho součást a rozumí tomu, že je nesmysl hledat zdraví na nezdravé planetě.

„...i ty čistící prostředky a veškerá kosmetika, že když to má propojené s tím svým pozemkem, že si najednou uvědomuje, že to nemůže, jen tak si něco koupit, opláchnout se tím a pustit to na svoji zem a nechat to tady, že vlastně potom z toho zase rostou ty rostliny...“ (R4)

Díky tomuto vhledu řeší zodpovědně i otázku odpadů. *„Je velmi důležité když si člověk uvědomí i ten svůj koloběh toho života. Myslím to co tady jednak jí, ale i ten odpad svůj.“ (R4)* Jednak neprodukuje tolik odpadů díky tomu, že většina potravin je bezobalová, vypěstovaná na zahradě, kromě minima dodatkových produktů, které kupují v obchodech. *„...produkuje méně odpadu, protože nekupujeme tolik věcí z obchodu, my tady vyprodukuje jediný odpad - plasty a směs, a to je to, co si ještě musíme koupit v tom obchodě.“ (R2)* Na druhou stranu také řeší, jakým způsobem se s odpadem vypořádat, jsou to pak kořenové čističky, septik na šedou vodu, ekologické záchody, komposty. Jedná se údajně o finančně dosažitelné částky, v případě, že se jedná o domácí tvorbu.

„...máme kořenovou čističku, septik na šedou vodu, dokonce máme u baráku i takovej ekonomickej záchod, tak to nosíme na kompost, tak tam je takovej koloběh přirozenej a je to něco, co se dá vyřešit za pár korun, na to narážíme občas, že ty lidi jdou po tom, tam zjistí že firma kořenová čistička, 150tis, takže to tak není, jde to udělat opravdu jednoduchým způsobem...“ (R3)

Co se týče materiálu použitého na stavbu (kapitola dům), jedná se o přírodní materiály. Naprosto ekologickou úpravou je pak živý plot (kapitola co je rodový statek), který se skládá z živých keřů a stromů – není tedy použito laků a mořidel na jeho údržbu, naopak se stává se stále pevnějším a není třeba výměny opotřebovaného materiálu.

„...třeba ty ploty, který jsem vytvořil z těch keřů, tak ty jsou soběstačný, já tam nebudu muset jít za deset let jít natírat, nebo měnit plaňky, naopak oni zhoustnou. A budou krásný a budou v nich žít různý zvířátka. A to je přesně o tom. A oni si ke mně najdou vztah a bude to tu fungovat úplně jinak.“ (R1)

Často respondenti vlastní smíšené lesy, nebo napomáhají těm monokulturním k revitalizaci.

„S tím, že se staráme o ten les jinak než možná ostatní, kteří jsou sousedi, kteří nemají rodové statky a nevnímají ten celek. A tak mi tam sadíme třeba i jiné stromy, než jsou smrky a netěžíme tak jako oni, staráme se o něj tak nějak udržitelně.“ (R5)

Hektary, které jsou ve vlastnictví rodin s úmyslem vytváření RS nebudou nikdy součástí zástavby, tudíž představují příspěvek do procentuálního zastoupení zelené plochy v ČR (popř. ve světě) je RS prostředkem ke zlepšení životního prostředí. *„...my máme tři Ha, půdy, která nikdy nebude zalitá betonem, nebudou se zní tahat živiny, že by se oralo, nebo selo tam něco, máme tady stromy co slouží zvířátkům, tak i pro lepší vzduch, je tu prostě víc zeleně.“ (R2)* S tím že tam, kde teď rostou stovky stromů a keřů, před tím, než na místě vznikl RS, bylo pole (udržované chemickými prostředky) nebo louka, která byla pravidelně sekána kvůli dotacím. *„...nebyl tady jedinej strom, všechno to vždycky sekali kvůli dotacím. A já teď když jsem to vnímal, tak tady mám stovky stromů, keřů, což obrovsky tu krajinu, i ty keře vyrábí kyslík a to je obrovský přínos.“ (R1)* Teď jsou to plochy na kterých je možné poskytovat útočiště fauně i flóře, podporovat biodiverzitu a celkově přistupovat k přírodním zdrojům udržitelně. *„...vnímáme různé typy těch zvířat, které tu jsou a s nimi vlastně kooperujeme, tak to už je taková ta udržitelnost.“ (R5)* Respondenti volí cestu udržitelnosti s přáním vytvořit postupně z planety rajskou zahradu. *„Je to udržitelné v tom, že nebudeme těžit přírodní zdroje a dokážeme tu planetu přetvořit v rajskou zahradu...“ (R5)*

5.5.2. Soběstačnost

Častou otázkou je soběstačnost. Je pochopitelné, že s první úrodou se člověk nestane samozásobitelem. I když je soběstačnost většinou prvotním záměrem, je nejdříve nutné pozemek připravit a nastavit na potřeby rodiny. Právě časovost je nejdiskutovanější a zároveň velmi individuální. **Je RS, který se necítí být soběstačný po 7 letech a je rodina, která o sobě tvrdí, že po 5 letech pobytu na RS by byla schopná plné soběstačnosti, kdyby to bylo nutné** a za nastolení určité skromnosti. Samozřejmě na rostlinné stravě (která je značně ekonomičtější v rámci RS). Zpravidla je nejdříve rodina **soběstačná v rámci zeleniny, bylin a ovoce**, takovou úroveň soběstačnosti potvrdili **všichni respondenti**, s tím, že většina z nich je schopná polovinu zimy čerpat ze svých zásob. Většinou je třeba dokupovat obilí. Vhodnou alternativou může být mouka z ořechů a jedlých kaštanů, to je ale u dotázaných zatím plán do budoucna vzhledem ke stáří stromů. Soběstačnost může ovlivnit představa o rozmanitosti

stravy konkrétního člověka nebo rodiny. S tím že nákup v obchodě je zpravidla rozšířením zmíněné rozmanitosti. Ohledně energií je častým řešením solární panel (viz kapitola elektrika), což sebou nese taktéž nutnost uskromnění. **Soběstačnost obnáší následování koloběhu přírody a přizpůsobení se.** Je důležitá trpělivost i neotálení. Jedná se o nekončící pozornost a bdělost, nestačí pouze sklídit, je třeba zavařit a uskladnit a nestačí pouze sedět na zásobách, je třeba všechno zpracovat. To je umění na celý život.

Častou otázkou je soběstačnost. Je pochopitelné, že s první úrodou se člověk nestane samozásobitelem. I když je soběstačnost většinou prvotním záměrem, je nejdříve nutné úpzek připravit a nastavit na potřeby rodiny. „*Je to naším záměrem, ale ne všechno jde hned, ono to chce několik let určitou údržbu, než si ten RS zvykne, a začne pracovat, když to tak řeknu.*“ (R2) Právě časovost je nejdiskutovatelnější a zároveň velmi individuální. Je RS, který se necítí být soběstačný po 7 letech, „*Soběstační určitě nejsme za sedm let, to je ještě velmi málo.*“ (R5) A je rodina, která o sobě tvrdí, že po 5 letech pobytu na RS by byla schopná plné soběstačnosti, kdyby to bylo nutné a za určité skromnosti. „*...5 tím rokem bydlíme a... já si troufám říct, že když by přišla nějaká rána, v tom smyslu, že by byly zavřené obchody, tak v nějakým lehkým nekonfortu by se v tom pojetí ty zahrady dalo přežít...*“ (R3) Samozřejmě na rostlinné stravě (která je značně ekonomičtější v rámci RS) „*...samozřejmě za předpokladu, že člověk nejí maso a živočišný produkty a v nějaký jako skromnosti by se dalo v pohodě přežít.*“ (R3)

Zpravidla je nejdříve rodina soběstačná v rámci zeleniny, bylin „*...co se týče zeleniny a bylinek, tak jsme soběstační...*“ (R3) a ovoce, kterého když není tolik, je možno směnit se sousedem. „*No zeleninu tu mám všechnu svoji, nekupuju, nenapadlo by mě koupit zeleninu a vlastně ani ovoce. Ovoce s někým třeba vyměním, protože toho tady nemám ještě tolik.*“ Většina respondentů je schopná polovinu zimi čerpat ze svých zásob. „*Klidně půl zimy to člověk může využívat, tak bych řekla že už jsme samostatný dost, ale ne tak jak bychom si přáli.*“ (R2)

Většinou je třeba dokupovat obilí. „*...v podstatě mimo obilí jsme samostatní...*“ (R4) Vhodnou alternativou může být mouka z ořechů a jedlých kaštanů „*...že tu jsou obrovské stromy ořešáků a jedlých kaštanů a až všechny keře který plodí budou plodit v té míře v který mají, tak se dají vytvořit všechny možné mouky...*“ (R3)

Soběstačnost může ovlivnit představa o rozmanitosti konkrétního člověka nebo rodiny „*Soběstačnost je otázka sama o sobě do jaký chce člověk míry aby to bylo rozmanité...*“ (R3) Všichni respondenti potvrzují částečnou soběstačnost. „*Já si fakt dovolím říct, že si 70% potravy tady vypěstuju. Podle toho, jaká je úroda.*“ (R1) S tím že vnímají nákup v obchodě

jako rozšíření zmíněné rozmanitosti. „...a když ta možnost je, tak si tu rozmanitost rozšíříme, že si koupíme nějakou zajímavost...“ (R3)

Ohledně energií je častým řešením solární panel (viz kapitola elektrika), což sebou nese taktéž nutnost uskromnění.

Soběstačnost obnáší následování koloběhu přírody, přizpůsobení. Je důležitá trpělivost i neotálení. Jedná se o nekončící pozornost a bdělost, nestačí pouze sklídit, je třeba zavařit a uskladnit a nestačí pouze sedět na zásobách, je třeba všechno zpracovat. To je umění na celý život.

„Člověk začíná už v zimě tou vizí, že si naplánuje ten rok, co chce dělat, na jaře musí začít, když nezačne, tak nenaskočí a pak už to běží a člověk za tím běží a musí to všechno stihnout, zavařit, uvařit, naplnit ty všechny věci, aby to nezůstalo někde, je to pěkné, že to zavaří, pak to nikdo nejlí, leží to tam pět let, pak se to vyhodí. Tak aby se to nedělo a končilo to v tom koloběhu pěkně všechno bylo zařazené. To je taky umění, co se učí člověk celý život.“ (R4)

5.5.3. Diskuze zjištění

Obyvatelé RS mají velmi **intimní vztah s přírodou, který se ještě umocnil jejich životním stylem**. Respondenti se vnímají jako součást Planety - jednoho celku (Pachamamy – Matky Země). Tuto teorii potvrzuje Lovelock a Margulis (1974) hypotézou Gaia, kdy vysvětluje, že Země je živoucí organismus se svými samoregulačními procesy, které udržují homeostázu celku. Jak je zmíněno v předchozích kapitolách, permakulturní přístup taktéž nahlíží na přírodu jako na celek (se svými samoregulačními procesy a cykly) a spolupracuje s ní (Fukuoka, 2019). **Permakultura tak nabízí hlubší spojení s přírodou** na základě svých letitých zkušeností v pozorování, bádání a praxi. Je to **nástroj, který zvolí člověk s určitým primárním vztahem k přírodě**.

Lidé a příroda se dynamicky prolínají a ovlivňují (Folke & Polasky, & Rockström, 2021). Ať už znamenáme pro organismus Planety jakoukoliv součást. Je smutnou pravdou, že neurvalým způsobem již spoustu let **uvádíme její křehký ekosystém do nerovnováhy**. Již se nevyskytujeme v klimaticky stabilním Holocénu, kterého Země dosáhla po dlouhých letech bouřlivých změn a kolapsů. Postupně jsme se vlastním přičiněním ocitli v tzv. Antropocénu, který původní ideální podmínky pro život ohrožuje. Jsme nyní dominantní hybnou silou změn na naší Planetě (Steffen et al., 2020).

A v tuto chvíli si s touto nadvládou vůbec nepočínáme dobře. Žijeme v době kolapsu ekosystému, příroda má sice schopnost obnovy, ale některé změny v tuto chvíli vypadají nenávratně (Newton, 2021). **Tempo technologického rozvoje a lidský přístup ke zdrojům způsobily změnu klimatu a rychlou ztrátu biodiverzity** (Folke & Polasky, & Rockström, 2021). V tuto chvíli se nám začíná zužovat pole působnosti. **Způsob, jakým jsme si zvykli žít je neudržitelný**. Pokud chceme zachovat Planetu alespoň v takovém stavu, v jakém je teď – život podporujícím, nebo alespoň umožňujícím, je změna nevyhnutelná (Folke & Polasky, & Rockström, 2021).

Naše budoucnost záleží na schopnosti udržet globální oteplování výrazně pod 2°C (v důsledku vzrůstu koncentrace skleníkových plynů prudce roste průměrná teplota na zemském povrchu z předindustriální hodnoty 280 ppm), podporovat odolnost biosféry, rozvíjet rozmanitost biodiverzity... to vše v propojení se sociální dimenzí, která je dynamickou proměnnou tohoto problému (Rockström et al., 2021). Je nezbytná **transformace směrem k udržitelnosti** a rychlá spolupráce na více frontách (Folke & Polasky, & Rockström, 2021)

Globální oteplování (důsledkem technologického a industriálního rozvoje), nadměrný rybolov, deforestace, současné zemědělství, vytěžování, přehrazování řek, trávení jezer, odvodňování mokřadů... to vše souvisí se současnými změnami a kolapsy. Výsledkem je například zánik podstatné části Velkého bariérového útesu, požár v brazilské Amazonii, požáry v Austrálii (spáleno miliony ha lesa, zánik cca 1 mld zvířat) stejně jako v podstatě každodenní záplavy, tornáda a požáry po celém světě, nebo extrémní sucha (Madagarskar), tání ledovců, podpora šíření škůdců a chorob (Newton, 2021). Tyto změny však řetězově vedou dál, zánikem jednoho ekosystému vzniká jiný, to však ovlivní další na něm závislý... jak bylo zmíněno, je třeba na Planetu nahlížet jako na jeden živý organismus.

Respondenti chápou toto propojení, rozumí tomu, že jsou součástí přírodního světa a svou přítomností ho ovlivňují. Přebírají tedy odpovědnost za své činy a **snaží se být ku prospěchu harmonické koexistence**.

Pandemie COVID-19 odhalila těsné propojení a tím pádem i **zranitelnost globalizovaného světa**. (Folke & Polasky, & Rockström, 2021). Hyperkonektivita a homogenizace vede k zranitelnosti v období změn (kterým Antropocén rozhodně je) (Folke & Polasky, & Rockström, 2021). Jedná se o dovoz a vývoz surovin z druhého konce světa, nesoběstačnost v rámci státu, sdílenou ekonomiku. **RS jakožto ekologická centra nabízí vidinu samozásobitelství státu, snížení fosilních paliv, šetrnější hospodaření s přírodními zdroji (nevytěžování, čistá voda) i jejich obnovu (půdy, vody, stromů a biologické**

rozmanitosti), flexibilitu která povede k větší odolnosti a zlepšení zemědělského systému z hlediska ekologických, ekonomických a sociálních výsledků (Fiebrig & Zikeli & Bach, & Gruber, 2020). Po cca 5 letech práce je možné dosáhnout větší produktivity než skrze konvenční zemědělství (Holmgren, 2006). Nejedná se o transformaci ze dne na den, ale takovou změnu nenabízí zatím žádný program, ani zavedení elektromobilů či vysavačů CO₂ nepředstavuje efektivnější či rychlejší cestu k obnově rovnováhy na Planetě.

Permakultura se snaží o spolupráci s přírodou o následování jejích cyklů a jejího přirozeného chování. Člověk se má přizpůsobit moudrosti přírody, která ho přesahuje. Je to chrám i domov nás všech. Chrám ve smyslu očisty těla, duše i ducha. **Samotné prostředí působí blahodárně na psychiku a spirituální oblast zdraví jedince**, příroda nám poskytuje rostliny, které léčí naše tělo a **prostor pro přirozený pohyb**. Urputné vydělení se z přírody a snaha prokázat nadřazenost našeho druhu nás zavedla do současného bodu, kdy se přirozené mechanismy sebe obnovy Planety obrací proti nám. Lidstvo vede válku proti přírodě: musíme s tím přestat. Příroda je klíčový spojenec. **Jak budeme postupně navracet Planetě její divokost, sama znovu nastaví balanc (zastavením deforestace, navrácením biodiverzity docílíme přirozené dekarbonizace)** (Attenborough).

5.6. Co naše budoucnost?

Respondenti takový životní způsob, jakým je žít na RS vidí jako budoucnost planety, která bude **nutná pro přežití** a v podstatě o jejím průběhu nepochybují. I když potvrzují, že se nemusí jednat o konečnou fázi vývoje lidstva. Ale je to **vidina, která respondentům dává smysl**. Je tomu proto, že se jedná o **celistvou formu, jak uskutečnit ráj na zemi**, s tou myšlenkou, že Ráj nebyl nikdy nikde jinde, než tady, nebyl nám odebrán, ale zpusťovali jsem ho.

V takové představě budoucnosti je **každý majitel RS maximálně zodpovědný právě za tento kousek půdy** a snaží se z něho vytvořit kousek ráje, to mu dává pocit svobody a sílu dát svobodu i svému okolí. Tato jednoduchá myšlenka poskytuje lidem vidinu, že jsou odpovědní za svůj život, že neodevzdávají svou odpovědnost úřadům či zaměstnavateli, ale mají ji ve svých rukou. Konkrétně v podobě hektaru půdy, jakožto příspěvku k příznivému a zdravému prostředí a v podobě svého života. Respondenti, kteří již v řádu několika let žijí na RS potvrzují, že se jim takové pocity dostávají a své hektary vnímají jako ráj na zemi.

Ráj proto, že se jedná o **prostor, v kterém je člověk spokojený natolik, že nepotřebuje nic jiného, než je právě tam, má všeho dostatek**. A také proto, že se zpravidla

jedná o přeměnu louky s bodláčím, kde nebylo nic, na zahradu, kde rostou stovky stromů a keřů, která je **plodná, je plná různých druhů živočichů a bylin a přináší radost, mění životy lidem, které na ni žijí, i těm, kteří ji navštíví**. To vše dává respondentům natolik smysl, aby takový životní styl udržovali a šířili.

Dále respondenti hodnotí současnou situaci okolo pandemie jako možný zlomový bod, či prostor pro změnu po stránce individuální i globální. Hodnotí **aktuální dění jako krizi životního stylu**, přičemž se lidé **dlouhodobě odklánějí od přírody a ignorují ji** včetně jejich zákonů. Kolaps imunitního systému je zrcadlem takového přístupu ke svému okolí, jelikož jsme součástí planety, která je schopna života pouze ve stavu rovnováhy. Samozřejmě je třeba budoucí změny provádět postupně, bez fanatického svrhování systému, naopak dát prostor postupnému přechodu k jiným nástrojům s jiným zacházením a snažit se o pospolitost lidí oproti rozdělování.

Když by se postupně lidé stěhovali na venkov a zakládali RS, stačilo by 50% populace, s tím že druhá polovina by stále žila ve městě. Snížila by se tak vytíženost silnic, znečišťování ovzduší. Nadvýrobu RS, kterou by rodina nebyla schopna využít, může prodat lidem do měst a farmářské ekologické plodiny zkvalitní nabídku v obchodech. Dále je žádoucí se zaměřit na rozvoj města, na rozšíření zeleně (zelenými střechami, využití balkonů pro pěstování a estetický příspěvek, zpřístupnit město pěší chůzi a pohybu na kole, rozšiřování a výstavba parků atp.) Jako poslední bod změny vidí respondenti v určité sounáležitosti lidí. Přičemž již údajně vidí změnu, která nastává a sice, že lidé spolupracují mezi sebou ne na základě nutnosti, ale protože chtějí a přináší jim to radost.

Respondenti takový životní způsob, jakým je žít na RS vidí jako budoucnost planety (respektive přerod vyspělých zemí), která bude nutná pro přežití a v podstatě o jejím průběhu nepochybují. *„Začnou vznikat, teda už vznikají, rs a z toho pak vzniknou rodový osady... to je jedno jak to přijde, ale přijde to, a přijde úplně nový systém.“* (R3)

„A teď když vidím tady ty lány okolo, tak já už to dávno vidím, že si je rozdělí ty lidi, jiná cesta není. Lidi si to rozdělí a budou tady tvořit ty zahrady, jednu vedle druhý, a ta příroda se úplně změní...“ (R1)

I když potvrzují, že se nemusí jednat o jedinou možnou variantu budoucnosti. *„...já osobně vnímám, že to je opravdu jedna, neříkám jediná, ale jedna ze základních budoucích záležitostí pro přežití.“* (R3) Nebo konečnou fázi vývoje lidstva. *„Ne že by to byla konečná*

fáze... “ (R6) Ale je to taková vidina, která respondentům dává smysl. „Jo, úplně, mě nic jiného nedává smysl... “ (R6) Je tomu proto, že se jedná o celistvou formu, jak uskutečnit ráj na zemi, s tou myšlenkou, že Ráj nebyl nikdy nikde jinde, než tady, nebyl nám odebrán, ale zpusťovali jsem ho. V takové představě budoucnosti je každý majitel RS maximálně zodpovědný právě za tento kousek půdy a snaží se z něho vytvořit kousek ráje, to mu dává pocit svobody a sílu dát svobodu i svému okolí. Tato jednoduchá myšlenka poskytuje lidem vidinu, že jsou odpovědní za svůj život, že neodevzdávají svou odpovědnost úřadům, zaměstnavatelům, obchodům nebo vládě, ale mají ji ve svých rukou, konkrétně v podobě hektaru půdy, jakožto příspěvek k příznivému a zdravému prostředí a v podobě svého života.

„Ten ráj je pro mě, souzním s touto filozofií, vidím to jako, ne že jedinou, ale pro mě je to celistvá forma toho jak uskutečnit ten ráj na zemi a s tím, že si každý vezme svou půdu a bude se o ní starat a bude maximálně zodpovědný za ten prostor a za svůj celý život. Tak v tom vidím tu rajskou energii, která z toho proudí, protože má všechno, zároveň je svobodný a dává svobodu ostatním i tomu prostoru, který vytváří a ten prostor zase jemu. V tom je to božství a ten Stvořitel tak nějak zobrazený.“ (R5)

Respondenti, kteří již v řádu několika let žijí na RS potvrzují, že se jim takové pocity dostávají a své hektary vnímají jako ráj na zemi. Ráj proto, že se jedná o prostor, v kterém je člověk spokojený natolik, že nepotřebuje nic jiného než je právě tam, má všeho dostatek. A také proto, že se zpravidla jedná o přeměnu louky s bodlácím, kde nebylo nic, na zahradu, kde rostou stovky stromů a keřů, která je plodná, je plná různých druhů živočichů a bylin a přináší radost, mění životy lidem, které na ni žijí, i těm, kteří ji navštíví. To vše dává respondentům natolik smysl, aby takový životní styl udržovali a šířili.

„Takhle vnímám ráj na zemi, když vidíš, že tady se vytváří, před 5 lety tu byla jenom louka a nic, samotná louka je fajn, ale najednou tu roste stovky a tisíce keřů a stromů a je tu najednou nějaký záhonoviště a nějaký sad... začne to vzkvétat a teď tu začnou ty ptáčci se zabydlovat a zpívají ti tady, vidíš tu užovky a ještěřky a ježky a další zvířata a říkáš si, tady se něco odehrává, něco neuvěřitelného, to je prostě úžasný... Ta rajská zahrada, jako ráj na zemi, hodně souvisí s tou hojností, protože hojnost asociuje ráj na zemi a ráj na zemi já vnímám tak, že ti ten prostor nabízí úplně všechno, že nepotřebuješ už jako nic. Že mu je jedno, že je nějaký nesmyslný lockdown a ty jsi zavřená, protože

to tak v tom prostoru tak vůbec nevnímáš, protože jsi pořád v ráji a nepotřebuješ nic jiného, můžeš tam být a užívat si to. V tom spatřuju ten ráj na zemi, když by to bylo trošku v uvozovkách.“ (R3)

Z globálnějšího hlediska je především nutná změna v oblasti zemědělství, která ho může zachránit. Jedná se o permakulturní přístup, který bude udržitelný a bez vytěžování přírodních zdrojů.

„Ale hlavně je to budoucnost pro záchranu zemědělství. Kdy zemědělství jako takový musí krachnout jednoho dne. Toto není negativní černá budoucnost, spíš pozitivní stránka věci, že už nebude to plošný ničení a degradace půdy, ale naopak že ta půda bude umožněná pro vytvoření toho ráje.“ (R3)

Stávající přístup je sebedestruktivní, půda přestává být úrodná, je třeba stále více druhů chemických přípravků, vznikají polomy, jsou stále častější období sucha či záplav.

„...protože to, co tady teď je, je neudržitelný, to je sebedestruktivní, když vidíš, jak se to destruuje, jak ty pole přestávají rodit, lidi furt vymejšlej pořád nový a nový věci. Dál to už nepůjde a už to budou potřebovat pochopit.“ (R1)

„Ono, když by to bylo všechno funkční v minulosti, tak bychom se asi nedostali do této fáze, že?“ (R5)

Dále respondenti hodnotí současnou situaci okolo pandemie jako možný zlomový bod, či prostor pro změnu po stránce individuální i globální. *„Možná korona tomu dala tu korunu a možná se teď nějakým způsobem probouzíme.“ (R5)* Hodnotí aktuální dění jako krizi životního stylu, přičemž se lidé dlouhodobě odklánějí od přírody a ignorují ji včetně jejích zákonů. Kolaps imunitního systému je zrcadlem takového přístupu ke svému okolí, jelikož jsme součástí planety, která je schopna života pouze ve stavu rovnováhy. *„...pokud člověk není ve spojení s tou přírodou, tak je úplně ztracenej. Protože člověk je součástí přírody. A nemůže se z ní jako vydělovat.“ (R6)*

„Vždyť ta situace je přesně ten zlomovej bod, kdy to maj lidi pochopit, že se nejedná, teď odbočím, o nějakou pandemii nějakýho konoravira, ale že se jedná o pandemii životního stylu, už se lidi dlouhodobě odklánějí od přírody a dlouhodobě ignorují přírodu a ty přírodní zákony a dostali svoje tělo a svůj imunitní systém do takový situace, že se jim to teďka ukazuje, příroda není zlá, ona nezabíjí, ona je jenom spravedlivá a udržuje tady rovnováhu.“ (R1)

Samozřejmě je třeba budoucí změny provádět postupně, bez fanatického svrhování systému, naopak dát prostor postupnému přechodu k jiným nástrojům s jiným zacházením.

„Mně se to líbí, že ta změna nemůže přijít naráz, to je jak revoluce, když přijde naráz, tak to je příliš mnoho mrtvých, to jsou moc velký boje a tlaky, než když to člověk po kouskách, tak vlastně, tak to je takový přirozený přerod, přechod.“ (R6)

Když by se postupně lidé stěhovali na venkov a zakládali RS, stačilo by 50% populace, s tím že druhá polovina by stále žila ve městě. Snížila by se tak vytíženost silnic, znečišťování ovzduší a nadvýrobu RS, kterou by rodina nebyla schopna využít, může prodat lidem do měst a farmářské ekologické plodiny zkvalitní nabídku v obchodech.

„Jen si nemyslím, že to nutně musí být ve sto procentech lidech, ale kdyby 50 procent skončilo na rs a 50 bylo v těch městech, tak by tam byla proti současný populaci polovina lidí, polovina aut, míň těch zplodin, takže ve finále zdravý město, zdravý venkov, který by vytvářel takovou hojnost, že by těm lidem v tom městě, kdyby tam chtěli zůstat, mohli ty produkty svoje prodávat, vyměňovat, to už je jedno co to bude za systém.“ (R3)

Postupem času je možné se zaměřit na rozvoj města, na rozšíření zeleně. Například zelenými střechami, využití balkónů pro pěstování a estetický příspěvek, zpřístupnit město pěší chůzi a pohybu na kole, rozšiřování a výstavba parků atp.

„...někdo musí začít a na základě toho se ostatní podívají, inspirují se a utvoříme ten celek. Ale budou muset i ta města zůstat... I v tom městě se dají dělat zázraky, zelenými střechami, nebo balkóny s vysazením, i tam jsou kousky půdy, které se dají využít,

nemusí tam být nějaký strom, borovice, ale dají se tam fazolky pěstovat, nebo něco... “
(R5)

Jako poslední bod změny vidí respondenti v určité sounáležitosti lidí. Přičemž již údajně vidí změnu, která nastává a sice, že lidé spolupracují mezi sebou ne na základě nutnosti, ale protože chtějí a přináší jim to radost.

„...najednou vzniká ta spolupráce né z nutnosti, ale z té radosti. Že je to obrovský rozdíl, posun, že najednou to je v jiných rovinách a může to fungovat úplně jinak, než tehda, tak se na to těším, co se z toho vyvine, ono se tomu říká ta nová země, že to je ta cesta k nové zemi.“ (R4)

Údajně lidi zbytečně rozdělují takzvané nálepky (například vegetariánství, nebo příslušnost k jiné sociální skupině), přitom by měli naopak vyhledávat co je spojuje a nacházet k sobě cestu.

„...já jsem vegetarián já jsem tohle a každý si dá nějakou nálepkou a dá si ji pro to, v čem se odlišuje od těch druhých, ale my bychom právě měli hledat to, co máme společného, ne jinýho, jinak k sobě už nikdy nenajdem cestu.“ (R6)

5.6.1. Diskuze zjištění

Jako **ráj na zemi** vnímají respondenti svůj **RS. Je to místo, kde je člověk spokojený natolik, že nepotřebuje nic jiného k životu.** Je to prostor plný ovoce, zeleniny, bylin a různých druhů živočichů. Také se jedná o příspěvek k řešení současné ekologické situace, poskytuje tedy člověku **smysluplnou existenci** (proč a jak tomu je se věnuje kapitola Popis pozemku a Udržitelnost a soběstačnost).

Pandemie COVID-19 je označována jako pandemie životního stylu, jako odvrácení se od přirozených cyklů přírody. Pravdou je, že sedavým chováním, kouřením, alkoholem, obezitou, tedy takzvaně špatným životním stylem se zvyšuje riziko chronického onemocnění. Dochází tak ke snižování aktivního věku a zkrácení života u postižených jedinců (Ng & Sutradhar & Yao & Wodchis, & Rosella, 2019). **Současná situace by se tak v podstatě dala nazvat pandemií životního stylu.** COVID pandemie měla za následek další nárůst chronických onemocnění, pravidelným pohybem se ale výsledky zlepšují (Chandrasekaran, &

Ganesan, 2021). **Jde tedy již o zlomový bod, kdy riziko onemocnění životním stylem je tak vysoké, že donutí společnost ke globální změně, nebo plošně podnítí individuální transformaci?** Vypadá to, že jak přístup k životnímu prostředí, tak k vlastnímu zdraví volá po změně.

Pravidelný pohyb v zeleni, lokální čerstvou strava a smysluplná činnost jsou základními kameny zdraví a wellbeing člověka (Wilkins, 2002). Zapojením se do permakulturní přeměny zemědělství je možné podpořit tyto pilíře. Současně s tím se ideálně zaměřit o přivedení zeleně do měst. Takzvané městské zahradnictví, které nabízí možnost vypěstování si vlastních potravin zvyšuje duševní a fyzickou pohodu, propojení s přírodou a zlepšuje mezilidské vztahy (Dobson & Reynolds & Warren, & Edmondson, 2020).

Důležitá je naděje. I když někteří aktivisté tvrdí, že v tuto chvíli nemáme doufat, ale vskutku panikařit (Thunberg). Situace je velmi vážná. Ale než na různé scénáře zoufalství je třeba se soustředit na studie, které nabízí řešení a jednat (Newton, 2021). Toto je doba, kdy je věda potřeba víc než kdy jindy (Folke & Polasky, & Rockström, 2021). Je třeba transdisciplinárního úsilí zaměřeného na pochopení struktury a fungování Země jako komplexního, adaptivního systému. (Steffen et al., 2020) Během příštích 30 let musí synergicky fungovat ekologická ekonomika a inženýrství, ekologická obnova a podpůrné obory a profese (Newton, 2021).

Současná doba rozděluje lidi, jsou to všemožné názorové systémy, které ale všem slibují štěstí, radost, zdraví či spokojenost v různém poměru a různými způsoby. Je doba, která nabízí svobodu bez odpovědnosti. Bez přijetí odpovědnosti za svůj život svobody nedosáhneme. **Kdybychom teď měli přijmout plnou odpovědnost za svůj současný zdravotní stav a životní situaci, změnili bychom něco?**

6. Diskuze

Doménou RS jakožto ŽS je evidentně spirituální rovina zdraví. Nabízí respondentům smysluplnou životní cestu, díky které překonali větší či menší existencionální krizi a která jim i nadále přináší zdraví a pocit štěstí. Nicméně je důležité zmínit, že se jedná o jednotlivce s emocionálně silným vztahem k přírodě (ten se pobytem na RS prohloubil, ale byl již přítomný). To znamená že to jsou lidé, kteří cítí silné uspokojení z udržitelného přístupu k životnímu prostředí. Předpokladem, že každý člověk disponuje takovým vztahem k přírodě (alespoň skrytě uvnitř), bych se nejspíš dopouštěla konfirmačního zkreslení (Knobloch-Westerwick & Mothes, & Polavin, 2017). Respondenti hovoří (stejně jako je zmíněno v knihách Megreho) o alespoň 50% účasti obyvatel na transformaci zemědělství v permakulturní soběstačné celky (RS). Vědecké články potvrzují akutnost tohoto převratu – z hlediska enviromentálního, ekonomického i sociálního (Fiebrig & Zikeli & Bach, & Gruber, 2020).

Je k zamyšlení, zda současná situace je (nebo zda by alespoň měla být) zlomovým bodem vývoje technologií, urbanizace a celkového životního způsobu, na který jsme si zvykli a jsme na něm závislí. Zda vzdalování se přírodě a vydělování se z jejích cyklů a zákonitostí není primární příčinou chronických chorob populace. Pandemie COVID-19, kdy lidé takřka neopouštěli byty, pracovali a učili se na počítačích, trávili čas u televize byla další ukázkou nárůstu chronických civilizačních onemocnění takovým životním stylem – včetně nárůstu duševních nemocí (Chandrasekaran, & Ganesan, 2021). Také poukázala na těsné propojení a tím pádem i zranitelnost globalizovaného světa (Folke & Polasky, & Rockström, 2021), hyperkonektivita a homogenizace je nevýhodnou vlastností v období změn (Folke & Polasky, & Rockström, 2021). Lidskou činností se již neocitáme v klimaticky stabilním Holocénu, ale v období zvaném Anthropocén a to sebou přináší značné změny (Newton, 2021).

Tato linka poukazuje na vzájemné působení životního stylu a životního prostředí. Zmíněná hyperkonektivita, technologický a industriální rozvoj, nadměrný rybolov, deforestace, současné zemědělství, vytěžování, přehrazování řek, trávení jezer, odvodňování mokřadů... to vše souvisí se současnými změnami ale také s vytvořenou poptávkou na základě životního způsobu obyvatel.

Práce předkládá životní způsob, který je udržitelný a holistický. To znamená takový přístup, který neohrožuje životní prostředí ani zdraví obyvatel.

Naopak dle výpovědí lze soudit, že životní styl, který přináší RS, se vyznačuje vysokou kvalitou života, tito lidé jsou šťastní, cítí se zdraví a plní energie. Teoretická část práce uvádí

přednosti permakulturního přístupu k zemědělství, který by zároveň řešil i současné enviromentální otázky a apel četných studií, které vyzývají vědeckou půdu po multidisciplinárním přezkoumání celé situace.

Knihy Vladimíra Megreho, jako filozofický podklad tvorby RS mají své mezery v kvalitě literární i ve svých vyjádřeních (údajné protirečení), jak bylo prozkoumáno v jiných kvalifikačních pracích. Nicméně jedná se o publikaci, která motivuje jednotlivce a rodiny ke změně životního stylu, který dle výpovědí sebou přináší zdravotní benefity a životní spokojenost. Holistický přesah takového konceptu, jak se zdá sahá až do sfér industriálních, politických, sociálních, ekonomických a enviromentálních. Tato skutečnost vyžaduje dalších výzkumů. Stejně tak je třeba pokračovat ve zkoumání ohledně přínosů do životního stylu. Pro zvýšení validity dat je žádoucí větší počet respondentů.

S ohledem na to, že získaná data byla pořízena pouze od vlastníků RS, vidím hlavní limitu výzkumu právě zde. Názory a vnímání reality respondentů mohou být pro čtenáře z jiných subkultur vzdálené až cizí. Závěry výzkumu jsou tudíž platné především pro prostředí, z něhož jsme data sebrali, tedy pro lidi se zájmem o témata RS (permakultura, udržitelný rozvoj, soběstačnost, životní prostředí,...). Druhou limitu výzkumu vnímám v potenciální subjektivnosti analýzy a interpretací svou osobou. Tuto limitu jsem se snažila minimalizovat komparací nálezů s dostatečným množstvím teoretických zdrojů z ČR i zahraničních.

V případě, že bude jádro myšlenky Zvonících cedrů Ruska podpořeno odbornou literaturou může být zajímavým konceptem v oblasti pedagogické a osvětové. Konkrétně ohledně nastavení hodnot v dnešním světě (vtah k přírodě, respekt, odpovědnost), a k optimalizaci životního stylu člověka (pohyb venku, lokální čerstvá strava, smysluplná činnost).

7. ZÁVĚR

Enviromentální změny volají po jiném přístupu k životnímu prostředí. Civilizační choroby a nárůst duševních onemocnění volají po jiném přístupu k zdraví. Život na RS se jeví jako udržitelný holistický životní styl pro zdraví jednotlivce i populace globálně.

Jedná se o životní styl, který se vyznačuje zdravotními přínosy po stránce psychické, fyzické, sociální i spirituální. Především je třeba zdůraznit pohyb v přírodě, čerstvou lokální stravu a smysluplnou činnost. Respondenti se hodnotí jakožto šťastné, zdravé jedince, vnímají pocit svobody a smysluplnost jejich existence, život hodnotí jako krásný. Mají čas na rodinu a pěstují kvalitní vztahy. Jedná se o sebevědomé jedince s vědomím vlastní kompetence. Disponují silným hodnotovým systémem, jehož základem je převzetí odpovědnosti za svůj život a své zdraví, apel na důležitost rodiny a kvality vztahů.

Z toho vychází, že přístup k životu, jaký popisuje Megre ve svých knihách, pomáhá lidem k dosažení optimálního životního stylu, pocitu štěstí a celkové osobní pohody. Zvyšuje tak kvalitu života lidí, kteří se pro takovou změnu rozhodli. Dále se takový životní styl jeví jako kvalitní prevence civilizačních chronických onemocnění a může tak přispět k prodloužení aktivního věku. RS se z těchto důvodů jeví jako vhodný životní styl, který lze doporučit.

Konkrétně současné RS přispívají k zdravému životnímu prostředí takto: minimální užívání automobilu, energetická částečná či úplná samostatnost, ekologické prostředky, minimální produkce odpadu, kořenové čističky vody, přírodní stavby a materiál, příspěvek do procentuálního zastoupení zelené plochy s velkým počtem stromů a keřů, produkce eko potravin, podpora smíšených lesů, biodiverzita, zadržování vody v krajině, nevyčerpávání přírodních zdrojů. Oproti tomu soudobé zemědělství je spojeno s četnými enviromentálními problémy: degradace půdy, znečištění vody, emise skleníkových plynů, obrovské výdaje na fosilní paliva, narušování ekosystému, zahrnuje zvýšenou mechanizaci a snižuje ekonomickou návratnost zemědělcům. RS se z toho důvodu zdá být vhodným udržitelným životním stylem, který odpovídá na současné enviromentální otázky.

Jako zmíněné překážky tvorby RS byly zmíněny finance, administrativa a odezva okolí. Současné majitelé RS tyto okolnosti neodradily a řešili je s určitou lehkostí. Důležité hodnotili přesvědčení, že dělají správnou věc. Všichni jsou přesvědčeni že svým životem tvoří lepší budoucnost.

8. SOUHRN

V Přehledu poznatků definuji pojem Rodový statek. Dále okrajově představuji práce, které na toto téma již byly vytvořeny, jejich uvedením dokazuji, že práce podobného charakteru, jako je tato, ještě napsána nebyla. Rozšiřuji téma ohledně motivace k takovému životnímu stylu, zdravotní přínosy, a to v souvislosti s životním prostředím. Dále přibližuji filozofii RS a její vliv na člověka a následně RS jakožto prevenci a léčbu civilizačních onemocnění.

V kapitole Metodika popisuji, jakým způsobem jsem vybírala respondenty, získávala data, zpracovávala je a následně prezentovala.

V kapitole Výsledky popisuji, k čemu jsem na základě rozhovorů dospěla. S tím, že na začátku kapitoly je shrnutí zjištěných faktů, důvěryhodnost daných tvrzení, je možné si ověřit citacemi z rozhovorů, v závěru každé hlavní kapitoly je diskuze zjištění.

Hlavními tématy jsou: Podněty k rozhodnutí pro tvorbu RS, vznik a důležité milníky, popis pozemku, životní styl na RS (versus město), udržitelnost a soběstačnost, co naše budoucnost?.

V kapitole Závěry dávám práci do kontextu s cíli na začátku práce.

9. SUMMARY

In the Summary of Knowledge, I define the term family farm. Furthermore, I marginally present works that have already been created on this topic, by proving them, I prove that a work of a similar nature to this has not yet been written. I expand on the topic of motivation for such a lifestyle, health benefits, and in connection with the environment. I also approach the philosophy of MS and its impact on humans and subsequently MS as a prevention and treatment of diseases of civilization.

In the Methodology chapter, I describe how I selected respondents, obtained data, processed them and then presented them.

In the chapter Results I describe what I came to from the interviews. With the fact that at the beginning of the chapter there is a summary of the findings, the credibility of the statements, it is possible to verify the quotations from the interviews, at the end of each main chapter is a discussion of the findings.

The main topics are: Incentives for decisions for the creation of RS, the emergence and important milestones, land description, lifestyle in RS (versus the city), sustainability and self-sufficiency, what about our future?

In the chapter Conclusions I put the work in context with the goals at the beginning of the work.

10. REFERENČNÍ SEZNAM

- Barton, J., & Pretty, J. (2010). What is the Best Dose of Nature and Green Exercise for Improving Mental Health? A Multi-Study Analysis. *Environ. Sci. Technol.*, 44(10), pp. 3947-3955.
- Bodden, C., Hannan, A., & Reichelt, A. (2021). Of “junk food” and “brain food”: how parental diet influences offspring neurobiology and behaviour. *Trends in Endocrinology & Metabolism*, 32(8), pp. 566–578.
- Bulut, H. (2020). Protective effect of humic acid against heavy metal stress in barley grown near highways. *Fresenius environmental bulletin*, 29(8), pp. 6991-7001.
- Corona, K., Campos, B., Rook, K., Biegler, K., & Sorkin, D. (2019). Do cultural values have a role in health equity? A study of Latina mothers and daughters. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 25(1), pp. 65-72.
- Crews, T., Carton, W., & Olsson, L. (2018). Is the future of agriculture perennial? Imperatives and opportunities to reinvent agriculture by shifting from annual monocultures to perennial polycultures. *Global Sustainability*, 1(11), pp. 1-18.
- Daniš, P. (2016). *Děti venku v přírodě: ohrožený druh?: proč naše děti potřebují přírodu pro své zdraví a učení*. (1. tištěné vydání (aktualizované a doplněné vydání původního e-booku autora)). Praha: Ministerstvo životního prostředí.
- Deller, S., Canto, A., & Brown, L. (2017). Food access, local foods, and community health. *Community Development*, 48(5), pp. 657–680.
- Deppe, C. (2017). *Nezdolný zahradník: pěstování potravin a soběstačnost v nejistých časech : pět potravin nutných pro přežití a prosperitu: brambory, kukuřice, fazole, dýně a vejce*. Praha: DharmaGaia.
- Dobson, M., Reynolds, C., Warren, P., & Edmondson, J. (2020). “My little piece of the planet”: the multiplicity of well-being benefits from allotment gardening. *British Food Journal*.
- Eis, Z. (1994). *Krize všedního dne: Poznání, řešení, prevence*. (1. vyd). Praha: Grada.
- Fiebrig, I., Zikeli, S., Bach, S., & Gruber, S. (2020). Perspectives on permaculture for commercial farming: aspirations and realities. *Organic Agriculture*, 10(10), pp. 379–394.
- Fisher, J., Andersen, Z., Loft, S., & Pedersen, M. (2017). Opportunities and challenges within urban health and sustainable development. *CURRENT OPINION IN ENVIRONMENTAL SUSTAINABILITY*, 27, pp. 77-83.

- Folke, C., Polasky, S., & Rockström, J. (2021). Our future in the Anthropocene biosphere. *Ambio*, (50), pp. 834–869.
- Frankl, V. (1994). *Člověk hledá smysl: úvod do logoterapie*. (1. vyd). Praha: Psychoanalytické nakladatelství.
- Fukuoka, M. (2019). *Revoluce jednoho stébla slámy*. Alferia.
- Giles-Corti, B., Vernez-Moudon, A., Reis, R., Turrell, G., & Dannenberg, A. (2016). City planning and population health: a global challenge. *LANCET*, 388(10062), pp. 2912-2924.
- Gizaw, Z. (2019). Public health risks related to food safety issues in the food market: a systematic literature review. *ENVIRONMENTAL HEALTH AND PREVENTIVE MEDICINE*, 24(1), pp. 68.
- Hafizurrachman, M., & Hartono, R. (2021). Junk Food Consumption and Symptoms of Mental Health Problems: A Meta-Analysis. *Kesmas National Public Health Journal*, 16(1).
- Hancock, T., Capon, A., Dooris, M., & Patrick, R. (2017). One planet regions: planetary health at the local level. *The Lancet Planetary Health*, 1(3), pp. E92-E93.
- Hardin, J., & Kwauk, C. (2015). Producing Markets, Producing People. *Food, Culture & Society*, 18(3), pp. 519-539.
- Hemenway, T. (2019). *Zahrada Gaii: domácí příručka permakultury*. Praha: DharmaGaia.
- Holmgren, D. (2006). *Permakultura: principy a cesty nad rámec trvalé udržitelnosti*. (1. české vyd). Svojanov: PermaLot.
- Holzer, S. (2012). *Zahrada k nakousnutí: permakultura podle Seppa Holzera*. (Vyd. 2). Brno: Knihkupectví CZ.
- Chandrasekaran, B., & Ganesan, T. (2021). Sedentarism and chronic disease risk in COVID 19 lockdown – a scoping review. *Scittish Medical journal*, 66(1).
- Kast, V. (2010). *Krize a tvořivý přístup k ní: typy životních krizí, jejich dynamika a možnosti krizové intervence*. (Vyd. 2). Praha: Portál.
- Khalid, N., Noman, A., Masood, A., Tufail, A., & Hadayat, N. (2020). Air pollution on highways and motorways perturbs carbon and nitrogen levels in roadside ecosystems. *CHEMISTRY AND ECOLOGY*, 36(9), pp. 868-880.
- Knobloch-Westerwick, S., Mothes, C., & Polavin, N. (2017). Confirmation Bias, Ingroup Bias, and Negativity Bias in Selective Exposure to Political Information. *Communication Research*, 47(1).

- Krefis, A., Augustin, M., Schlünzen, K., Oßenbrügge, J., & Augustin, J. (2018). How Does the Urban Environment Affect Health and Well-Being? A Systematic Review. *Urban Science*, 2(1), pp. 21.
- Křivohlavý, J. (2009). *Psychologie zdraví*. (Vyd. 3). Praha: Portál.
- Liedloff, J. (2007). *Koncept kontinua: hledání ztraceného štěstí pro nás i naše děti*. (1. vyd). Praha: DharmaGaia.
- Lužný, D. (2004). *Hledání ztracené jednoty: průniky nových náboženství a ekologie*. (Vyd. 1). Brno: Masarykova univerzita.
- MAAS, J., VERHEIJ, R., VRIES, S., SPREEUWENBERG, P., SCHELLEVIS, F., & GROENEWEGEN, P. (2009). Morbidity is related to a green living environment. *Journal of Epidemiology & Community Health*, 63(2), pp. 967-973.
- Machida, D. (2019). Relationship between Community or Home Gardening and Health of the Elderly: A Web-Based Cross-Sectional Survey in Japan. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 16(8), pp. 1389.
- McLeod, J., Stokes, T., & Phillips, S. (2019). Resistance Exercise Training as a Primary Countermeasure to Age-Related Chronic Disease. *Frontiers in Physiology*, 10(10).
- McPhail, D. (2013). Weighing In: Obesity, Food Justice and the Limits of Capitalism. *Social & Cultural Geography*, 14(5), pp. 595–596.
- Megre, V. (2010). *Zvonící cedry Ruska*. (2., upr. vyd). V Praze: Zvonící cedry.
- Mioviský, M. (ed.). *Příručka k provádění výběru metodou sněhové koule: snowball sampling*. (2003). (1. vyd. v českém jazyce). Praha: Úřad vlády České republiky.
- Mollison, B. (1994). *Úvod do permakultury*. (2. uprav. vyd). Prešov: Permakultura.
- Morisetti, N., & Blackstock, J. (2017). Impact of a changing climate on global stability, wellbeing, and planetary health. *LANCET PLANETARY HEALTH*, 1(1), pp. E10-E11.
- Muley, D., Charitha, D., Dias, C., & Abdullah, M. (2020). Role of Transport during Outbreak of Infectious Diseases: Evidence from the Past. *SUSTAINABILITY*, 12(8), pp. 7367.
- Newton, A. (2021). *Ecosystem collapse and recovery*. (1). New York, NY: Cambridge University Press.
- Ng, R., Sutradhar, R., Yao, Z., Wodchis, W., & Rosella, L. (2019). Smoking, drinking, diet and physical activity—modifiable lifestyle risk factors and their associations with age to first chronic disease. *International Journal of Epidemiology*, 49(1), pp. 113-130.
- Novotná, V., & Honzák, R. (2021). *Krize v životě, život v krizi*. (Druhé, revidované a doplněné vydání). Praha: Euromedia Group.

- Passi-Solar, A., Margozzini, P., Cortinez-O'Ryan, A., Munoz, J., & Mindell, J. (2020). Nutritional and metabolic benefits associated with active and public transport: Results from the Chilean National Health Survey, ENS 2016-2017. *JOURNAL OF TRANSPORT & HEALTH*, 17(17).
- Pimentel, D., & Pimentel, M. (2008). *Food, energy, and society*. (3rd ed). Boca Raton, FL: CRC Press.
- Prescott, S., & Logan, A. (2019). Planetary Health: From the Wellspring of Holistic Medicine to Personal and Public Health Imperative. *Explore*, 15(2), pp. 98-106.
- PRETTY, J., PEACOCK, J., SELLENS, M., & GRIFFIN, M. (2015). The mental and physical health outcomes of green exercise. *International Journal of Environmental Health Research*, 15(5), pp. 2005.
- Probst, T., Sinclair, R., Sears, L., Gailey, N., Black, K., & Cheung, J. (2018). Economic stress and well-being: Does population health context matter?. *Journal of Applied Psychology*, 103(9), pp. 959-979.
- Radin, D. (2008). Effects of Distant Intention on Water Crystal Formation. *Journal of Scientific Exploration*, 22(4).
- Reichel, J. (2009). *Kapitoly metodologie sociálních výzkumů*. (Vyd. 1). Praha: Grada.
- Rockström, J., Gupta, J., Lenton, T., Qin, D., Lade, S., Abrams, J., & Jacobson, L. (2021). Identifying a Safe and Just Corridor for People and the Planet. *Earth's future*, 9(4).
- Roger, U. (1984). View Through a Window May Influence Recovery from Surgery. *Science*, 224(4647), pp. 220-221.
- Sadovina, I. (2017). The New Age paradox: spiritual consumerism and traditional authority at the Child of Nature festival in Russia. *JOURNAL OF CONTEMPORARY RELIGION*, 32(1), pp. 83-103.
- Shaw, C., Keall, M., & Guiney, H. (2017). What modes of transport are associated with higher levels of physical activity? Cross-sectional study of New Zealand adults. 7(B), pp. 125-133.
- Simon, F., & Stierlin, H. (1995). *Slovník rodinné terapie: přehled, kritika a integrace systémově terapeutických pojmů, konceptů a metod*. (Vyd. 1). Hradec Králové: Konfrontace.
- Simonis, U. (2021). Review of A Better Planet: 40 Big Ideas for a Sustainable Future. *Environment*, 63(4), pp. 36-40.
- Soga, M., Gaston, K., & Yamaura, Y. (2016). Gardening is beneficial for health: A meta-analysis. *Preventive Medicine Reports*, 5(5), pp. 92, 99.

- Steffen, W., Richardson, K., Rockström, J., Schellnhuber, H., Dube, O., Dutreuil, I., & Lubchenco, J. (2020). The emergence and evolution of Earth System Science. *Nature Reviews Earth & Environment*, 1(1), pp. 54–63.
- Suh, J. (2017). Agriculture and sustainable communities: Reflections from a comparative case study. *Community Development*, 49(1), pp. 34–49.
- Svoboda, J. (2009). *Kompletní návod k vytvoření ekozahrady a rodového statku*. (Vyd. 1). Praha: Smart Press.
- Svoboda, J., & Svobodová, L. (2018). *Zelenina z ekozahrady: pro radost i soběstačnost*. (Vydání první). Praha: Smart Press.
- Tuhkanen, E., Juhanoja, S., Myllymaki, T., & Haakana, A. (2018). Increasing the plant species selection in traffic environment. *INTERNATIONAL SYMPOSIUM ON GREENER CITIES FOR MORE EFFICIENT ECOSYSTEM SERVICES IN A CLIMATE CHANGING WORLD*, (1215), pp. 259-262.
- Whitefield, P. (1996). *Permakultura v kostce*. (Vyd. 1). Praha: Synergie.
- Wilkins, J. (2002). Consumer perceptions of seasonal and local foods: A study in a U.S. community. *Ecology of Food and Nutrition*, 41(5), pp. 415-439.
- Youning, H., Dexiang, W., Lijing, W., Xinping, Z., & Bin, S. (2014). Bioaccumulation of heavy metals in plant leaves from Yan'an city of the Loess Plateau, China. *Ecotoxicology and Environmental Safety*, 110(1), pp. 82-88.

11. PŘÍLOHY

Příloha 1 – ukázka přepisu rozhovoru R1

Příloha 2 – diskuzní scénář

Příloha 1 – přepis rozhovoru R1

Co se ti vybaví, když se řekne rodový statek? Zkus alespoň 5 asociací, které tě spontánně napadají.

- Vybaví se mi zahrada (hezka zahrada), vybaví se mi zvířata (domácí zvířata).
- Vybaví se mi to, po čem teď nesmírně toužím, a to vybudovat rodovou alej. Pro své předky chci teď vybudovat rodovou alej, protože já jsem sem teďka přivezl z hřbitova moje rodiče a mám je tady oba dva, zpopelněný. A chci si tady vysadit nové duby a dát si je pod ty duby, aby tady byli se mnou a přilákali sem i ty ostatní předky, který už nežijou, nebo pořád někde běhají, to já nevím.

A tento koncept je z Anastazie?

- Ne, to jsem jednou poslouchal takovej pořad, kde se zabývají takovýmahle věcmi a tam o tom někdo mluvil a mě to obrovsky zaujalo.
- Já bych tady chtěl vytvořit takovou dubovou alej, samozřejmě ne dlouhou, takovejch 20, 30 metrů, kde by byly duby ve dvou řadách a právě proto, že to jsou takový dlouholetý stromy, listnatý a tam bych chtěl pozvat svoje předky toho rodu, protože my pocházíme ze Slovenska, tak budou muset trochu zaletět kousek dál no. A já myslím, že se jim to povede a že se jim tu bude líbit. Má to obrovskou sílu, si myslím, protože pozvat ty svoje předky toho rodu k sobě a mít je tady a ty duby... jako můžou to být i Lípy, je to otázka, kdo jak chce. Ale ty stromy si obrovsky pamatují a oni přebírají tyhle informace a tak bych to chtěl vybudovat pro sebe, v podstatě pro sebe, samozřejmě, že to bude i pro moje potomky, ale já se sem chci vrátit každopádně.
- To je další věc, co já si vybavuju pod pojmem rodovej statek, že si tady budu pro sebe budoucí sídlo. Víš, až se sem vrátím. To má pro mě velkou sílu.
- Další, co chci říct, je to místo, kde chci ležet. Kam chci odevzdat svoje tělo. To je taky dost podstatný pro mě. Že tady zůstane, aby prostě něco tady ze mě rostlo, co bude mým potomkům mě připomínat. To já si myslím, že takový ty pomníky na hřbitovech, to mi připadá, jako smetiště, víš, při vši úctě ke všem mrtvým, ale tohle se mi nelíbí.

Můžeš teď rozvést všechny ty asociace, začni třeba tou poslední, když o ní mluvíme, jak souvisí s rodovým statkem?

- Souvisí to v tom, že si myslím, že to je ideální místo a já si myslím všeobecně, že by se lidi neměli nechávat zahrabat někam, nebo zpopelnit. Vnímám to, že se někde třeba

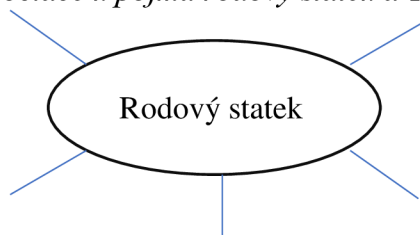
rozpráší ten popel. Ale právě proto si myslím, že je potřeba, aby ty vazby, mezi těma, co žijou a těmi předky, aby ty vazby byly založený na tom, že zůstanou pořád spolu, že ten rod zůstává pohromadě.

- To znamená, já chci zůstat tady, že z toho fyzického těla vyrostě třeba strom, což bude pro mě, nebo ty moje potomky daleko lepší, pomník, když to tak řeknu, nebo o ni v tom neuvidí pomník, jako ten smutek, ale uvidí tu radost, z toho nově rozkvetlýho stromu, z toho stromu, co se každý jaro probudí a je na něm listí a rozrůstá se, takže oni vidí, že já jsem neodešel se zahrabat do nějaký hrobky, ale že pořád žiju.
- Ono to souvisí s tou rodovou alejí, že? Že ty si tam přitáhneš duchy těch předků a oni tam budou chtít bydlet potom i v té fyzické schránce.
- Jo, ale hlavně sem přinesou obrovskou energii, ty duše s tou velkou silou, velkou energií, protože se jim tu bude líbit a budou to ochraňovat.
- Možná ještě šestou dimenzi toho rodovýho statku vidím, že ten kus svý země, kus svojí vlasti, kterou chci zvelebovat, kde je naprostý bezpečí. Já tady vůbec nezamykám, od začátku mě vůbec nenapadlo, že bych si tady měl něco chránit nějakým uzamykáním. Protože to bezpečí tady je v tý podstatě, v tý energii, jak já tady o tom přemýšlím.
- To souvisí s tou asociací zahrada?
- No krásná zahrada, protože já tady chci vytvořit zahradu, na kterou když se někdo podívá seshora z vesmíru, tak to bude nádhera. Tohleto mám rozhodně z tý Anastazie, to mě obrovsky nadchlo, ta pestrost, ta vzájemná spolupráce se zvířaty. To já tu už zažívám, kdy já tady se vůbec nemusím starat o zeleninu, mě tady přilítne bělásek, já se toho vůbec neobávám, on si tady naklade vajíčka, vylezou housenky a druhý den ty housenky tady nejsou, protože ty ptáčkové se najedí a všechno se to uvádí do tý rovnováhy víc.
- A to je ta zahrada pro mě, zahrada soběstačná, co dává radost a já ji mohu dotvářet, barevně ji dotvářet, různorodostí těch rostlin.
- Líbí se mi, že se mi tu už rýsuje ten živej plot, že už ty keře okolo začínají být tak velký, že začínají být tím plotem. Že za pár let budu moct odstranit tu pásku, já tady mám tu pásku kvůli koňům, aby neodcházeli, pak si lidi stěžujou, že se tady pohybují koně. Oni se zase vrátí domů, ale lidi to nemůžou vidět, takže nepotřebuju mít problémy, tak tu mám takovou slaboulinkou pásku, aby ty koně nešli pryč, jinak celá ta ohrada už se rýsuje z těch keřů.

- A ty keře jsou úžasný, že tam můžou bej ptáčkové, teď jsme tady objevili nádherný hnízdo dcera to vyfotila, tam byly ty ptáčata a když jsme se přiblížili a zahýbali jsme větvičkou , tak oni hned ty zobáky votvíraly a hned chtěly potravu, že si mysleli, že přilítla máma. To je úžasný, když se setkáváš takhle s životem. Předtím tady byla louka, předtím to tady sekali kvůli dotacím a nebylo tady nic takovýho a najednou tady je mraky stromů. A je to prostě živý.
- Já to vidím, když si tady vyjdu nahoru. My jsme tady mezi kopcema , krásný chráněný místo, klidný. A když se chci rozhlídnout, tak si vyjdu na kopec. A teď když vidím tady ty lány okolo, tak já už to dávno vidím, že si je rozdělí ty lidi, jiná cesta není. Lidi si to rozdělěj a budou tady tvořit ty zahrady, jednu vedle druhý, a ta příroda se úplně změní, protože to co tady teď je, je neudržitelný, to je sebedestruktivní, když vidíš, jak se to destruuje, jak ty pole přestávaj rodit, lidi furt vymejšlej pořád nový a nový věci. Dál to už nepůjde a už to budou potřebovat pochopit.
- Ani v těch městech už se nebude dát žít. Vždyť ta situace je přesně ten zlomovej bod, kdy to maj lidi pochopit, že se nejedná, teď odbočím, o nějakou pandemii nějakýho konoravira, ale že se jedná o pandemii životního stylu, už se lidi dlouhodobě odklánějí od přírody a dlouhodobě ignorujou přírodu a ty přírodní zákony a dostali svoje tělo a svůj imunitní systém do takový situace, že se jim to teďka ukazuje, příroda není zlá, ona nezabíjí, ona je jenom spravedlivá a udržuje tady rovnováhu. A to jsou prostě momenty, kdy se ta rovnováha nastoluje takovýmhle způsobem.
- Lidem to nevysvětluj, lidem to ukaž. Ukaž jim jak žiješ. Já sem dřív podnikal v životním stylu, ukazoval jsem lidem , jak si upravit jídelníček, upravit si váhu, dát si zdraví do pořádku. A mě to skoro vyčerpalo. Protože já jsem chtěl víc, než chtěli ty lidi. A jestli já chci aby oni něco dlouhodobě a trvale udělali.. to je jak to pořekadlo, nedávej člověku rybu, ale nauč ho chytat. Tak tohle je to samý, ukaž to lidem. Vždyť to vidíme od mala, nejlepší pro děti není říkat jim, hele nedělej támhleto, ale jít jim tím nejlepším příkladem. Oni to okoukaj, oni se chtěj vzdělávat a jít nahoru. Tak to je i pro dospělí dneska. Oni mi sem jezděj. Já zatím nevidím nikoho, kdo by se na to třeba viděl. Ale rozhodně se jim to líbí a zanechává to v nich určitej pocit. A to semínko , co v nich je, se bude krůček po krůčku otvírat, až jednou vyklíčí a ono jim to docvakne a půjdou za tím.

Příloha 2: Diskuzní scénář

- **Formální úvod** (přivítání, představení moderátora, cíle výzkumu, délky rozhovoru, informace o technickém zázemí, nahrávání, ujištění o zachování anonymity)
- Na začátek bych Vás poprosila, abyste mi řekl/a: Co se Vám vybaví, když se řekne rodový statek? Zkuste alespoň 5 asociací, které Vás spontánně napadají.
- *Moderátor si napíše asociace k pojmu rodový statek a Ty následně dotazuje*



- První asociací, kterou jste zmínil/a bylo XY, jak to souvisí s rodovým statkem?
- Druhou ... atd.
- Nyní se prosím detailně podíváme na Váš příběh. Zkuste si představit Vaši osobní cestu k rodovému statku a pokuste se ji co nejpřesněji zanést do časové osy, jakoby jste na ni hleděli z ptačí perspektivy.
 - Vzpomeňte si na první impuls, u kterého jste začal/a přemýšlet o pořízení vašeho statku a následně na všechny důležité milníky, okamžiky, které vás na vaší „statkářské“ cestě potkaly ... všechny prosím zakreslete na osu.

Počátek

Současnost

- Povídat si začneme hned od prvního impulsu, zkuste mi přiblížit tuto situaci.
 - Co byl pro Vás výchozí bod?
 - Jak jste přišli k tomuto nápadu?
- Teď se podíváme na druhý milník vaší cesty ... atd. až moderátor probere celou osu projektu
- Díky za představení klíčových milníků Vaší cesty.
 - Co Vám ještě na Vaší cestě pomohlo a doposud jsme o tom nehovořili?
 - Jaké další překážky bylo třeba překonat? Jak konkrétně?
- Jak jste konkrétně řešili provedení Vašeho plánu? *Pokud již nebylo zmíněno, moderátor doptává následující témata:*
 - Finanční zdroje
 - Výběr a pořízení pozemku
 - Výběr a pořízení materiálu
 - Administrativa
 - Ad.

- Jaké jsou přínosy rodového statku do Vašeho života?
 - Srovnajte životní styl před a po pořízení?

- Nakonec bych Vás chtěla požádat, zda byste mne mohli provést Vaším rodovým statkem a okomentovat mi, jak které části vznikaly a k čemu je využíváte.