



Monica Foris Kvasničková:  
Zajímá mě vhled



## Nechci svět hodnotit jako špatný nebo dobrý, ale jako mnohovrstevnatý

**Potkala jsem ji před několika lety na semináři osobního rozvoje. Připadala mi drobná a křehká, zároveň však odhodlaná na sobě pracovat. Přišla se starším synem a společně řešili ty nejniternější oblasti života. Moje děti by se mnou na takový seminář nešly... Monica Foris Kvasničková v rozhovoru pro REGENERACI velmi otevřeně popisuje nejen dětství před filmovou kamerou, ale i svou nelehkou životní cestu.**

### Kdo je Monica? Jak by ses popsala?

Cítím se být bytostí, kterou proudí život a inspirace vším, co ji obklopuje. Nehledám, co není, ale dívám se dobře na to, co mám před očima. Vycházím z toho, že všechno, co potřebuji k životu, už mám, a hledám způsob, jak vše nejlépe uchopit, zpracovat a poslat dál. Pokud jsem například nemocná a necítím se dobře, inspirace neproudí, cítím nechuť objevovat a prožívat. A pak se ptám: Kde je Monica? Ale vím, že mou součástí je i tenhle pocit. Mívala jsem období, kdy jsem nebyla schopna přijímat nic, žádné informace ani nové lidi či příležitosti. Bylo toho dost ke zpracování. Snažím se a učím být stále ve svém středu, v přítomném okamžiku a v plné pozornosti. Pak jde všechno.

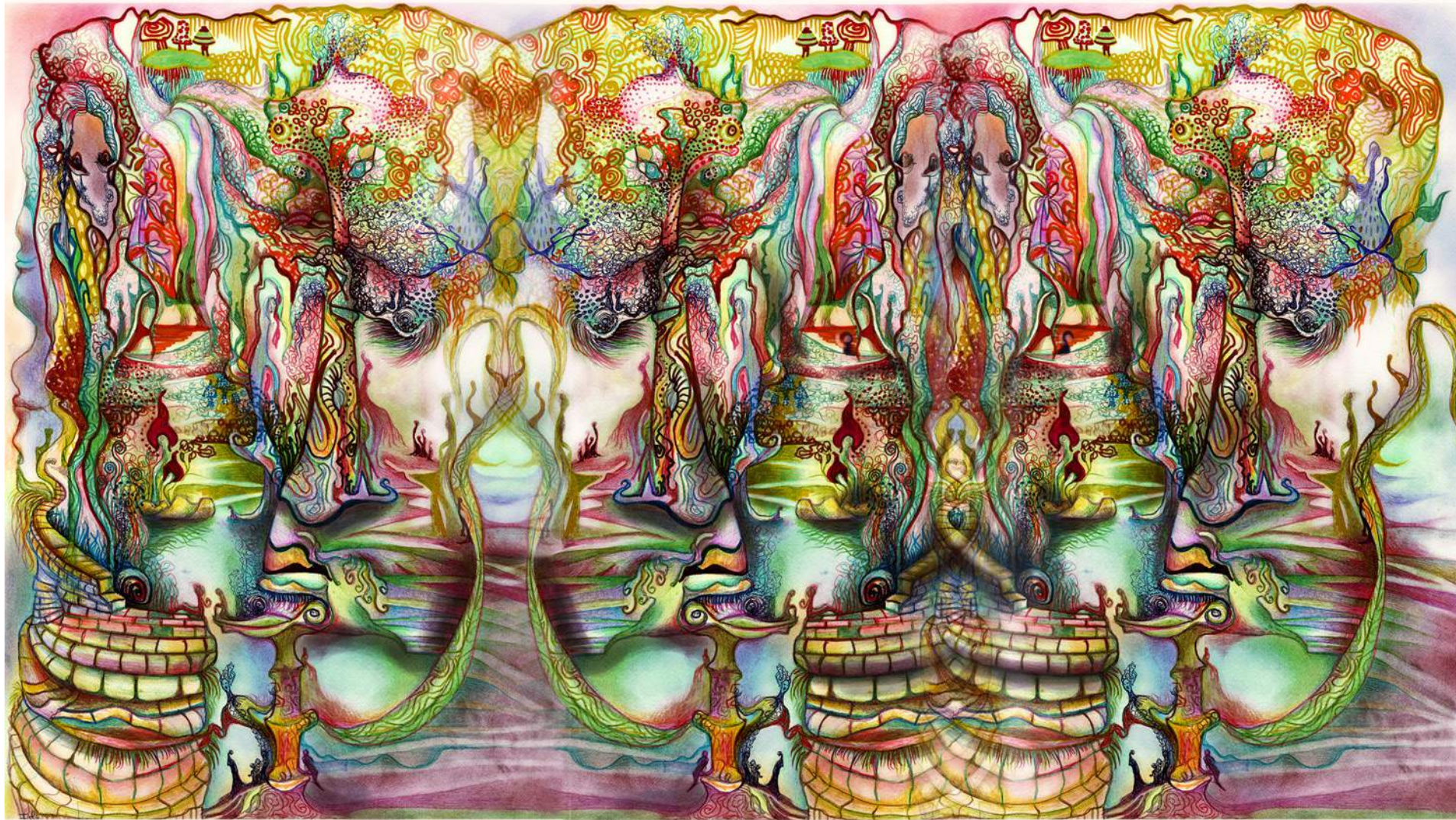
Hlídat si svůj střed však není zrovna lehké, zvláště když žijete s rodinou a blízkými lidmi ve vzájemné každodenní interakci, kdy se snažíte slyšet jeden druhého a podporovat se. Léta studuji, jak fungují muži a ženy a jak spolu při vzájemné odlišnosti vycházejí. Všechny vztahy jsem vždy hodně prožívala, pohlcovaly mě – a já nevěděla proč.

Moje identita se nakonec projevila skrze mateřství. Kdysi dávno mi předpověděla vědma, že pro mě bude prioritní rodina. Tehdy jsem si říkala: Fajn, po dětech toužím. A tak jsou teď děti i mými učiteli a partáky.

### Jaké máš vzpomínky na dětství?

Byla jsem v podstatě zakřiknutá holčička, i když navenek to tak nevypadalo. Od dětství jsem hrála v mnoha filmech a seriálech, rodiče mě podporovali a povzbuzovali, zpívala jsem, tančila, kreslila, hrála na klavír. Vypadalo to, že jsem divoká, ale zažívala jsem i velmi introvertní chvíle.

Naši rodinu postihla velká tragédie, která vzájemné vztahy určitě poznamenala. Když mi byly tři roky, zemřela má roční sestra. Udusila se zrníčkem hroznového vína, když u ní byl otec. Následkem toho byl pak táta ve vztahu ke mně uzavřený. Cítila jsem občas úzkost a strach. Maminka pak párkrát potratila, než se narodil vytoužený bratr. To mi bylo asi osm. Mezi rodiči nepanovala jen pohodová atmosféra, přesto jsem mezi nimi vnímala neviditelné pouto a lásku.



Velkou část dětství a dospívání jsem prožila na natáčení, vesměs v přátelské atmosféře. Filmový štáb byl mou druhou rodinou. Potkala jsem tu děti, s nimiž jsem si mohla normálně povídat, byly jiné než ty ve škole. Snad že měly dostatečné sebevědomí, nebály se mluvit, byly otevřené. Filmový svět sestával z lidí, kde se jeden staral o druhého, což byla pro všechny důležitá hodnota. Nejvíce jsem tehdy kamarádila s Míšou Kudláčkovou. Jak jsme měly chvíli volna od natáčení, lítaly jsme po ateliérech na Barrandově. To byl náš svět. Ve volném čase jsem navštěvovala dramatický kroužek, sborový zpěv, klavír, abych si zkusila všechny polohy svých talentů. Musela jsem ale kvůli škole ubrat. Někdy jsem se nemohla na domácí úkoly soustředit, takže jsem tajně brala do ruky pastelky a kreslila si, abych se uklidnila. Máma byla sportovní gymnastka, dělala trenérku a choreografku, jezdila po světě na závody, neměla moc času. Ale rozhodla se, že nepropadnu z matiky, a po večerech se mnou všechno dohnala!

Když se narodil bráška, ráda jsem se o něj starala, včetně přebalování, krmení a uspávání. V pozdějším věku mě bavilo poslouchat desky, nejraději Dvořákovy *Slovanské tance*, pak Pink Floyd a Abbu. Vytahala jsem ze skříně mamčiny šaty a hrála si na umělkyni. Můj život se změnil, když jsem šla na konzervatoř studovat hudebně-dramatický obor. Tady jsem měla pocit, že jsem mezi svými. Socialistickou éru jsem nevnímala nijak špatně, protože jsem žila na „své bohémské planetě“, na prknech, která znamenají svět. Učily nás skutečné osobnosti – Jiří Vala, Gabriela Vránová, Miroslav Zounar, Vladimír Ráž, Štěpán Rak. Naše průprava byla široká, zahrnovala například i šerm, jízdu na koni či základy psychologie. U maturity jsem pak nadšeně zpívala šansony Hany Hegerové. Dostala jsem od profesora jevištního pohybu úžasnou příležitost, totiž vytvořit choreografii pro celou třídu na Vivaldiho kytarovou variaci, kterou jsme pak museli pro velký úspěch zopakovat. Pochopila jsem, že

pohyb a hudba jsou absolutní součástí mého života.

#### Jak probíhal tvůj život dál?

Konzervatoř jsem ukončila v pátém ročníku po maturitě, i když škola byla na šest let. Tehdy jsem ale dostala nabídku z divadla Semafor. Musela jsem si vybrat – buď škola, nebo divadlo. Vyhrálo angažmá, ale jen na rok. Bylo to v roce 1990, těsně po revoluci, a já si uvědomila, že je mi Praha malá a že musím cestovat. K devatenáctinám jsem dostala letenku do Ameriky a ocitla se rovnou v Los Angeles, kde jsem potkala spoustu skvělých umělců všech možných národností.

Začala jsem tam žít a spolupracovat s jedním producentem na hudebně-dokumentárním seriálu, který byl obdobou muzikálu *Vlasy*. Natáčení probíhalo mezi Prahou a L.A. Tehdy se ve světě dělaly různé charitativní projekty. Jeden proběhl mezi Paříží a Prahou s názvem *La course pour la vie* – běh pro život –, jehož vítězka v podobě nových inkubátorů teh-



dy putoval do mostecké porodnice. Právě v nemocnici v Mostě pak vznikla nová verze klipu *Let the Sunshine In* z muzikálu *Vlasy*.

Co se osobního života týče, byl silně propojený s pracovním. V tomto období mě přitahovali takzvané starší muži. Až mnohem později jsem si uvědomila, že jsem v nich hledala tátu, který mi nějak chyběl, i když byl v rodině přítomen a dalo se o něho opřít. Jako dítě jsem sice vnímala, že v naší rodině je láska, ale máma mi občas vysvětlovala otcovy složité podmínky v dětství. Někdy se snažila tlačit ho k větší komunikaci se mnou, takže byla tak trochu naším „pošťákem“. Táta ale v některých chvílích překvapoval svým humorem.

Těsně před tátovou smrtí jsem potkala svého prvního muže Joseffa, otce prvorozeného syna Simona. Cestovali jsme po Asii a těšili se, že budeme žít v Indii s miminkem v krásném prostředí státu Goa, v domě na pláži Anjuna Beach, otevření svobodnému životu, mezi lidmi stejné frekvence. Najednou jsem se ocitla někde, kde mě neznali z televize, a nastoupila tím cestu sebepoznávání. Za pomoci psychedelických látek tak, jak to popisuje ve svých dílech profesor Stanislav Grof, jsme zkoumali sebe i vesmír. Zúčastňovali jsme se tanečních festivalů, které zde mají dlouholetou tradici. Speciální dýdžejevé za pomoci nočních šamanů – „hlídačů energie“ na každé světové straně v prostředí džungle – odváděli dobrou práci pro lidi, kteří se tancem během noci utkají každý se „svým stínem“ a u východu slunce se pak, už očištěni, propojí v lásce. Energie stoupá a mnohdy dochází i ke „kolektivním vizím“. Zažívala jsem nádherné chvíle sounáležitosti, pocit domova. Nepamatuju se, že by tu

byla jakákoliv agrese, že by se lidi neuměli navzájem doladit. Panovala tu důvěra. Během změněných stavů vědomí jsem si propojovala různé události v mém životě, které najednou začaly dávat smysl, získala jsem nové úhly pohledu na sebe i svůj život a také se objevil vnitřní pozorovatel, jenž mě dodnes neopustil.

#### Jak tvůj život ovlivnily změněné stavy vědomí?

Jsou jakousi Pandořinou skříňkou. Nikdo neví, co přinesou, a dokud je člověk nepozná, tak vlastně neví. Proto je velmi důležité bezpečné prostředí a sdílení zkušenosti. Tyto roky mi mnoho daly, ale také jsem za ně drazo zaplatila. Roky bohaté na objevování a dimenze, kam se lidé jen tak nedostanou, a také nalezení tajemství života přinesly totiž i nečekanou, nechtěnou ztrátu.

Krásné je, když z radostného stavu a čisté lásky vzniknou děti. V mých pětadvaceti letech se nám narodil syn Simon. Byla jsem šťastná. Jenže experimentování s psychedelickými látkami a rostlinami není dodnes legální, a tak se můj muž Joseff dostal do průšvihů kvůli převážení hašiše – konopí. Už se s námi do Evropy ten rok nevrátil a zůstal jedenáct let v indickém vězení. Přijela jsem domů sama s miminkem úplně rozsypaná. Tamní policajti mu řekli: „Už Joseffa nevidíš!“ Prožívala jsem silné trauma ze ztráty a hledala cesty, jak mu pomoci. A jak pomoci sobě, nám. Uklidňovala jsem se pivem, což sice uzemňovalo, jenže nestačilo. Přibýly panáky tvrdého alkoholu, k tomu sem tam bílý prášek – a najednou toho bylo moc. Uvědomovala jsem si, že potřebuju fungovat pro syna Simona, a tak jsem se rozhodla pro pomoc uvězení a nastoupila





### Monica Foris Kvasničková

Vystudovala konzervatoř v Praze se zaměřením na herectví, zpěv a tanec. Účinkovala ve filmech, seriálech, pohádkách, na divadle i v muzikálech, v dabingu i reklamách (např. *My všichni školou povinni*, *Hříchy pro pátera Knoxe*, *Pojišťovna štěstí*, *Prázdniny pro psa*, *Muž, který se směje*, *Kráska a zvíře*). Věnuje se i malování, grafice, designu, cestuje. Realizovala výstavy v Praze, Londýně a Los Angeles.

léčbu závislosti pro ženy v léčebně v Lojovicích. Pomohla mi zase máma, která péčí o Simona převzala a já se mohla za dva měsíce úspěšně vrátit do života. V léčebně jsem měla štěstí na lidi, hlavně na psychologa, profesora Hellera, který se mi velmi věnoval a v pár větách a úkolech mi opět pomohl zjednodušit život. Po léčbě jsem se do Lojovic vrátila už jen s šansonovým vystoupením pro další pacientky. V tak těžké chvíli, jakou závislost je, vám musí někdo připomínat světlé chvíle života, abyste nepropadli depresi. Pár přátel za mnou jezdilo a tu důvěru mi dalo. Neztratila jsem vše. Od té doby jsem se nedotkla alkoholu, ale nálepka alkoholičky mi zůstala. Bulvární novináři se tomu dodnes věnují, stále je to nepřestalo bavit.

#### Jak se ti podařilo vrátit se do běžného života?

Po návratu z léčebny jsem nastoupila rovnou do muzikálu, se kterými se v té době roztrhl pytel. Vyhrála jsem konkurz na jednu z hlavních rolí do *Pomády*, i když jsem se tam objevila až ve druhém kole. Energie a chuť do života stoupaly. Se synem jsme byli báječně vyladěni, jako by nám nic nechybělo. V momentě, kdy jsem nic neočekávala, jsem potkala svého současného muže Pina – zakladatele jedenácti škol bojového umění taekwondo, který zároveň studoval hereckou školu, aby mohl stavět choreografie bojových scén ve filmu. Až po deseti letech vztahu jsme se vzali a přivedli na svět dalšího syna. Mezitím se vrátil můj první muž Joseff, kterého jsme také společně v Indii navštívili s tehdy pětiletým Simonem v době, kdy jsme hledali pomoc a jednali bezúspěšně s tannými právníky. Konečně se po dlouhých letech

komunikace prostřednictvím dopisů mohl potkat se svým synem.

Své druhé dítě jsem se rozhodla porodit mimo Česko. Dlouho jsme jezdili za tetou do Španělska k moři, a tak se nám ve městě La Vila Joyosa (Město pokladů), kdy na nebi nebyl ani mráček a nad horou se rozklenula duha, narodil Theodor. Ve světě začala ekonomická krize a my se rozhodli na čas tu zůstat. Pracovali jsme z domova na počítači na projektech, kdy můžete být kdekoli na světě. Cítila jsem se šťastná, ve zdravém prostředí. Zpětně si uvědomuji, že pro ženu je nejhezčí doba, když se jí narodí dítě.

#### Víš nebo tušíš, jaké je tvé životní poslání?

Vím to úplně jasně: absolutně nejvíc mě naplňuje pomáhat lidem rozvíjet jejich kreativní potenciál, popřípadě jim osvětlit něco, co sami nevidí. Nemám ale ráda, když se někomu něco vnucuje. To nefunguje, lidé si musí říci sami. Naplňují mě příběhy lidí, i ty moje. Hledání příběhu, který je vlastně lékem. V tom vidím klíč k léčení vztahů, k porozumění lidským vlastnostem prostřednictvím archetypů, kterými všichni procházíme a musíme je prožít naplno. Zajímá mě vhled, abych nemusela svět hodnotit jako špatný nebo dobrý, ale jako mnohvrstevnatý, s vyšším záměrem. Sama jsem hledající, a tak i já se jdu poradit s někým moudrým, kdo má více zkušeností. Buď si něco potvrdím, nebo se něco nového dozvím.

Jak život plyne, pořád se učím na ničem nelpět, dostat se z programů, které nefungují nebo nepřinášejí štěstí. Každá situace a každý člověk vyžaduje něco jiného. Všichni se však chceme podvědomě zbavit



nepravých pout. Směřuji k tomu, aby mě v každý moment – když to bude potřeba – napadlo, co mám udělat. A nebudu se na to nijak zvlášť muset připravovat. K tomu je potřeba se cítit, vnímat a být ve svém středu, jak jsem o tom hovořila na začátku. To je ona přítomnost. Proto také miluji improvizaci během teď a tady.

#### Kolem padesátky každý člověk trochu bilancuje. Co se ti povedlo?

Děti! Snažila jsem se – a to platí stále – být s nimi přítomná a být k nim upřímná, v lásce a komunikaci, s dávkou humoru. Jo, u nás je legrace, hudba i tanec. Moji kluci zatím neztratili zvědavost, i když léta školní docházky také vykonala své. Vedla jsem je k přijetí jejich citlivosti a k jejímu využití ve svůj prospěch, ne aby se proto cítili třeba slabí. Takže jsou kluci náram-

ně empatictí a nesobečtí. Jinak se mi asi povedlo, že život tak nějak pořád miluju, ale jsem tolerantnější, pokornější, a vlastně díky tomu i šťastnější. Mým životním přáním bylo také mít velkou rodinu, ale zároveň cítím, že to nemusí být jen rodina však jeho zemi, Tuvu, nenavštívila. Obraz vznikl jen v napojení, takže něco tady musí fungovat. Moje obrazy, jak mi po čase mí klienti říkají, jsou skutečně v pohybu. Proměňují se, vynořují se nové věci, které zaujmou. No aby ne, když se umíme promítat do čehokoli, zrcadlit sami sebe. Takže to přináší kouzlo vývoje a to mě na tom baví. I když nejsem od přírody technický typ, oblíbila jsem si ilustrační a animační počítačové programy, z nichž se stále učím a které mi přinášejí úžas nad novými dimenzemi umění.

#### Mimo jiné maluješ. Jak ses k malování dostala?

Když jsem byla poprvé v Americe a neuměla ještě dobře anglicky, chodila



jsem s přítelem producentem na schůzky, učila se z poslechu angličtinu a u toho si kreslila. Lidé pak viděli množství pokreslených papírů, které se jim líbily. Uspořádali mi malou výstavu a kdosi mi nabídl, abych ilustrovala dětské knihy. A tak jsem zjistila, že moje malování nese něco zvláštního. K Vánocům jsem od přítele dostala první desky na obrázky s věnováním a přáním je naplnit, takže jsem začala kreslit své sny. Moje tvorba se různě mění a rozvíjí podle toho, jak se rozvíjím já a moje vědomí.

Kreslím pro lidi buď se zadáním, což představuje naladování na daného člověka, jindy chodím kolem bílého papíru a postupně se vydávám „na cestu“, začnu a vracím se do obrazu několikrát, jako to dělávají šamani, kteří se tak dostávají do hlubších vrstev a vyššího smyslu. Kreslila jsem například pro jednoho skutečného šamana, který se v obraze opravdu poznal a potvrdil vibraci tužkou zachycené krajiny své země. Nikdy jsem však jeho zemi, Tuvu, nenavštívila. Obraz vznikl jen v napojení, takže něco tady musí fungovat. Moje obrazy, jak mi po čase mí klienti říkají, jsou skutečně v pohybu. Proměňují se, vynořují se nové věci, které zaujmou. No aby ne, když se umíme promítat do čehokoli, zrcadlit sami sebe. Takže to přináší kouzlo vývoje a to mě na tom baví. I když nejsem od přírody technický typ, oblíbila jsem si ilustrační a animační počítačové programy, z nichž se stále učím a které mi přinášejí úžas nad novými dimenzemi umění.

Moje obrazy zobrazují pocity, ponor do vlastního mysteria. Obrazy se nedají

chápat rozumem, jsou v nich symboly, barvy, vtip i smutek. Záleží na každém konkrétním člověku. Obrazy zrcadlí to, co nese osobní vnitřní prostor každého z nás. Vzpomínám na svého kamaráda-fotografa, který chtěl namalovat obraz, na němž pluje na své lodi. Když byl obraz hotový, zdesil se, co že na lodi dělá invalidní vozík. Ale ten tam vůbec nebyl, šlo o kormidlo. Kamarád mi vysvětlil, že celý život žije v hrůze, že skončí na invalidním křesle. A tak to často je: máme tendenci vidět to, co není nebo co druhý nevidí. O to důležitější je pak vzájemné sdílení a nevytváření domněnek.

#### Máš nějaké poselství pro čtenáře REGENERACE?

Nejdůležitější ze všeho je láska. Díky rozšířeným stavům vědomí mi došlo, že nás ve vesmíru spojuje jedna věc, a tou je právě láska. Když tohle pochopíte, uvědomíte si, že jste pořád v bezpečí, stále doma. Někdy se v nás láska zasekne, objeví se stav strachu, ohrožení, umrtvení. Ale to jsme pouze ztratili kontakt sami se sebou, s láskou. Takže přeju lidem, ať si to včas uvědomí a najdou něco, za co by byli vděční, a vše se pak zas změní. Proto nikdy neházejte flintu do žita, každému se někdy stalo něco zlého. Zažila jsem také těžké chvíle, ale jakmile jsem se povznesla nad svou bolest a začala dávat ze sebe, mnohonásobně se mi vše navracelo zpět.

Renáta Kiara VARGOVÁ

Foto: Renáta Kiara VARGOVÁ a archiv Moniky Foris KVASNIČKOVÉ