

---

# Žonglér na teologické fakultě

---

## Žonglér na teologické fakultě

Adam Jarchovský začal žonglovat v sedmnácti. Kdyby mu tehdy někdo řekl, že se z koníčku stane jeho povolání, těžko by tomu uvěřil. Adama ale nadchl nový cirkus a do žonglování se pustil naplno. A co víc. Brzy přišel na to, že žonglování může fungovat jako terapie. A odtud byl už jenom krůček k sociálnímu cirkusu. Ale radši popořádku...



### Co je vlastně sociální cirkus?

Sociální cirkus se dá asi nejjednodušeji popsat jako způsob využívání cirkusového umění jako nástroje pro práci se znevýhodněnými a marginalizovanými skupinami. Za posledních dvacet let se sociální cirkus dynamicky rozvíjí a profesionalizuje a je využíván po celém světě. Existují sítě sociálně cirkusových center v Evropě, Asii, Severní i Jižní Americe či Africe. Jsou ale i globální sítě jako třeba Caravan circus network. V této síti je velice aktivní pražský CIRQUEON, kde mám možnost pracovat.

Když jsem jednoho dne zjistil, že něco takového jako sociální cirkus existuje, moc se mi to líbilo. Tehdy jsem už byl zkušený žonglér a začínající cirkusový pedagog, a tak jsem se vydal studovat sociální práci na Evangelické teologické fakultě UK a voil?!

### **Jak sociální cirkus pomáhá a komu?**

Ve své podstatě má sociální cirkus stejné cílové skupiny jako sociální práce. Jak pomáhá, právě hodně záleží na konkrétních cílových skupinách a reflexi jejich potřeb. S ohroženou mládeží se budete soustředit na prevenci sociálně patologických jevů prostřednictvím například zlepšení sebevědomí, zdravé a bezpečné vybití energie, adrenalinové zážitky, pocit úspěchu a identity v bezpečné skupině. U seniorů půjde například o psychomotoriku, u lidí s postižením o boření předsudků a „posouvání limitů“, u zneužívaných žen o hledání cesty zpět ke svému tělu.

Zkrátka každé cílové skupině můžeme nalézt v konceptu sociálního cirkusu možnosti, jak jí být prospěšný, obohatit ji a reagovat na její potřeby. Kromě cirkusové pedagogiky se k tomu využívají metody sociální práce, speciální a volnočasové pedagogiky, principy neformální výchovy, ergoterapie nebo dramaterapie.

### **Na jakých projektech se podílíte?**

Ve spolupráci s neziskovou organizací Artists4children se podílím na dlouhodobém projektu Cirkus Senior. Je to aktivizační program pro seniory, v němž využíváme žonglování jako psychomotorického cvičení. Pod Cirqueonem potom realizuji Cirkus Naslepo – kurzy pro lidi se zrakovým postižením, Cirkus v Jedly – týdenní intenzivní kurzy v Jedličkově ústavu v Praze ve spolupráci se zahraničními lektory. Pracujeme také v Psychiatrické nemocnici v Bohnicích s dětmi i dospělými pacienty. Ve spolupráci s DAMU připravujeme cirkusově-divadelní představení s lidmi s mentálním postižením v centru Koniklec v Suchomastech u Prahy. V blízké době rozjedeme projekty s Člověkem v tísni pro děti ze sociálně vyloučených lokalit a s Nadějí chystáme projekt pro mladé lidi bez domova.

### **Dají se exaktně měřit pokroky nebo terapeutický efekt?**

To je těžká otázka. Nebo spíše je složité na ní jednoduše opovědět. V dnešní době existuje už celkem dost akademických humanitních studií, které dokazují proč cirkus funguje z hledisek psychologie, fyzioterapie, sociální práce, psychologie, psychomotoriky. Zájemcům doporučuji práci Reginalda Boltona Why Circus Works (Proč cirkus pomáhá). Stejně tak existují i vědecké práce, například [proč je žonglování jedinečnou aktivitou pro váš mozek](#).

Ale krásné malé výsledky jsou vidět během procesu samotného a jsou méně sofistikované. Seniorovi se podaří roztočit talíř a rozzáří se. Romský kluk poprvé zvládne náročný akrobatický prvek a stane se mnohem respektovanější mezi vrstevníky, i sám u sebe. Pacient psychiatrické nemocnice vystoupí na pódium se svým číslem a sklídí aplaus, nevidomý ujde několik kroků po laně.

### **Měl byste nějaký konkrétní příklad?**

Rád uvádím příklad našeho nevidomého studenta Cirkusu Naslepo, který začal s žonglováním až v důchodu. Vyvinuli jsme pro něj speciální tréninkovou metodu a nyní po třech letech dokáže i náročné žonglérské prvky se třemi a více míčky. Byl v médiích a mnoho lidí ho poznávalo na ulici. Jsme na něj hrdí a myslím si, že i on sám na sebe. Je inspirací pro ostatní lidi se zrakovým postižením, že dokáží víc, než si myslí. Pro ostatní lidi je to jasný vzkaz, že lidé s postižením jsou často a zbytečně podceňováni.

### **Co vás na vaší práci nejvíc baví?**

Především to, že je to týmová práce! Bez produkční Renaty Králové by nebyl Cirkus senior a bez produkčního esa Barbory Adolfové by nebyly ani domácí ani evropské sociálně cirkusové projekty. Také většinu projektů realizuji s Kateřinou Klusákovou, jsme sehraný tým.

Je to nesmírně pestrá práce! Mám možnost se potkávat s lidmi, které bych asi jinak nepotkal, na místech, kam bych se těžko jinak dostal a dělat s nimi věci, které s nimi nikdo nikdy předtím nedělal.

### **Kde berete inspiraci?**

Ve světě! Sociální cirkus je globální záležitost a já mám možnost hodně cestovat. Velkou inspirací byl třeba kurz, který pořádá CIRQUE DU MONDE, což je sociálně cirkusový program slavného CIRQUE DU SOLEIL. A mnoho dalších cest ať už praktických tak vzdělávacích.

Ale také vzniká mnoho odborné literatury. Všem, co se chtějí něco dozvědět doporučuji třeba stránky [Caravanu](#) nebo stránky česko-slovenské sítě [sociálního cirkusu](#).

### **Co byste poradil lidem, kteří by se chtěli žonglování zkusit?**

Jsem přesvědčen, že žonglování je vhodná pohybová aktivita opravdu pro každého. Myslím, že nejtěžší je začít. Vzít si do ruky tenisové míčky či si pořídit ty žonglérské a vyhledat si na internetu první krůčky. Myslím, že těm trpělivějším by internet mohl stačit. Jinak pořádáme v CIRQUEONU kurzy žonglování pro dospělé ať už pravidelné tak i nárazové. Tak ať vám to líhá!