

Martin Šmahel

MOTORKY SI MA NAŠLI

Foto: Jena Šimková, Peter Frolo a archív MŠ



Fitnesstréner, model a majiteľ titulu Muž roka Martin Šmahel sa venuje samým príjemným veciam – športu, modelingu a najnovšie i dcérke Mii. Medzi jeho lásky však patria aj motocykle. Učarovala mu novinka od SUZUKI – V- Strom 1000. Porozprával nám o svojej práci, krásnej rodinke a svojich „motorkových zážitkoch“.

Venuješ sa športu aj zdravému životnému štýlu, aký by mal podľa teba byť životný štýl moderného muža? Darí sa ti ho spĺňať?

Určite nikomu nechcem vnucovať spôsob, akým by mal žiť svoj život. Ja si ho žijem tak, aby som bol spokojný, šťastný a vyrovnaný vo všetkých stránkach, ktoré považujem za dôležité. No a keďže ma živí okrem hlavy aj telo, štýl života by som nazval aktívny a pozitívny. Pre každého moderného muža by však mal byť dôležitý aj on sám, takže si treba medzi priority zaradiť aj svoje zdravie, kondíciu a spokojnosť so svojím vzhľadom. Ja si pre seba denne ukradnem aspoň hodinu na relax pri fitnese alebo behu. Popri tom si trochu strážim stravu a hneď sa mi lepšie „pláva“ dňom.

Ešte stále sú v spoločnosti považovaní muži, ktorí sa o seba starajú, za gayov alebo nenormálnych. Do akej miery si myslíš, že by sa mal muž venovať svojmu zovňajšku? Vidíš rozdiel medzi Slováckmi a mužmi z iných kútov sveta?

Áno, ja som pre niektorých pozorovateľov tiež zaručený homosexuál ... Odkedy som (rozumovo) aspoň čiastočne dospel, naučil som sa nehodnotiť výzor druhých a vypláca sa mi to. Zrejme by sa toho mali držať aj tí, ktorí tak vášnivo hodnotia ostatných a zrazu potom zistia, že majú viac času pre seba. Pracujem však často najmä v susednom Rakúsku a musím povedať, že keby sme mali podľa takéhoto pravidla o starostlivosti o seba hodnotiť rakúskych chlapov, tak by boli všetci gayovia a ako národ by dávno vymreli...

Čomu všetkému sa aktuálne venuješ?

Pracujem ako fitness tréner a výživový poradca. Občas si oddýchnem pri menej namáhavej práci modela. No a prednedávnom som spolu s kolegom získal licenciu pre výhradné zastúpenie nemeckej spoločnosti, ktorá už vyše 30 rokov vyrába športovú výživu a naplno som sa do toho zahryzol. Popri tom sa snažím aspoň trochu sledovať, ako nám doma vyrastá malá princeznička Mia.

Venuješ sa výživovému poradenstvu, takže aj variš? Kde berieš inšpiráciu?

Varím veľmi špecificky, chute ma veľmi nezaujímajú a dosť experimentujem so svojím telom. Takže to radšej jem len ja sám. Ale na chutné varenie mám doma šéfkuchárku, ktorej len nakúpim ingrediencie a výsledok je vždy kulinárskym skvostom!



S tvojou manželkou Miriam ste vzorom a inšpiráciou pre mnohé páry, čo priniesla do vášho života dcérka Mia?

To som netušil, ale ak je to tak, tak nás to veľmi potešilo! Ďakujeme. Mia nám ukázala, čo je zmysel života a nič viac asi povedať netreba.

Aký je tvoj recept na šťastný vzťah?

Partnera si treba hľadať tak, že nikoho netreba hľadať. To je prvé pravidlo. Druhé je, že stačí byť sám sebou a ten pravý/pravá skôr, či neskôr príde. No a zotrvanie vo vzťahu je už len o vzájomnom rešpekte, ústupkoch, pochopení a láske. Nič viac netreba. Krásne, že? >>

