



PETRA DVOŘÁKOVÁ  
JÁ JSEM HLAD

PŘÍBĚH O ZÁPASU S MENTÁLNÍ ANOREXIÍ,  
HLEDÁNÍ, CESTĚ A NÁVRATU  
K ŽENSKÉ DUŠI

H O S T



PETRA DVOŘÁKOVÁ / JÁ JSEM HLAD



PETRA DVOŘÁKOVÁ

# JÁ JSEM HLAD

PŘÍBĚH O ZÁPASU S MENTÁLNÍ ANOREXIÍ,  
HLEDÁNÍ, CESTĚ A NÁVRATU K ŽENSKÉ DUŠI

BRNO 2014

© Petra Dvořáková, 2009

Photography © Věra Stuchelová, 2009

© Host — vydavatelství, s. r. o., 2009, 2014

(elektronické vydání)

ISBN 978-80-7491-060-9 (Formát PDF)

ISBN 978-80-7491-061-6 (Formát ePub)

ISBN 978-80-7491-062-3 (Formát PDF pro čtečky)

ISBN 978-80-7491-063-0 (Formát MobiPocket)

*Nikdy jsem nevladnula panenku Barbie, nikdy jsem netoužila stát se modelkou, a dokonce pro mě nikdy nebyla otázka vlastního vzhledu nijak zvlášť důležitá. Přesto jsem ve svých šestadvaceti letech onemocněla mentální anorexií. A málem zaplatila životem.*

15. 2. 2008





---

*Dear Joss,*

*někdy si myslím, že všechno to moje psaní a novinářina je jen taková hra, která by nikdy nemohla existovat, kdyby můj život nebyl takový, jaký je. Zdá se mi, že nepíšu vlastně nic, co bych neprožila. Budu ti vyprávět všechny, i nepatrné události, které utvářely mé ženství, přepisovaly se v mé duši do jeho konkrétních projevů a přivedly mě až k hranici mezi životem a smrtí. Ani já, ani ty však nesmíme zapomínat, že náš život díky naší schopnosti pamatovat si podléhá neustále různým formám interpretace, které pod vlivem dalších událostí takřka kontinuálně reinterpreтуjeme. Podstatné je, že tyto neustálé interpretace a reinterpreтуace ovlivňují naše myšlení a chování. Dříve než ti začnu o sobě vyprávět, chci, abys tohle měla neustále na mysli. Protože tak, jak ti jednotlivé události sděluji, tak jsem je prožívala, tak si je interpreтуji a na základě svých interpreтуací hledám své cesty i své uzdravení.*



# V HLÍNĚ

---

věk 24 hodin | výška 52 cm | váha 3 000 g

Pro svoji mámu jsem začala existovat dnem narození. Později mi vyprávěla, že těhotenství do posledního okamžiku prožívala jako *pouze svoji* existenci. A břicho bylo na ní něco divného — přidaného a přilepeného. Nepřemýšlela prý o tom, že uvnitř je dítě, které ji vnímá. Že je tam nějaká nová bytost, se kterou by měla komunikovat nebo ji alespoň brát na vědomí. Byla jsem prý neplánované dítě, i když to rozhodně neznamenalo, že jsem byla odmítaná. Rodiče si další dítě přáli, jen jsem se narodila v době, kdy se oba hodně honili a dřeli. Starší sestře byl rok, bydleli jsme v rozestavěném domě, stěhovali se z místnosti do místnosti. Rodiče mi o mém dětství moc nevyprávěli, a tak jsem byla vždycky pyšná na to, že jsem si uchovala několik velmi časných vzpomínek. Ta první je na můj dudlík ve tvaru modré kytky se žlutým středem. A potom si zřetelně vybavuji, jak stojím doma na chodbě, která je vydlážděná modrobílými dlaždicemi. Držím v rukou dětskou skleněnou láhev a ona mi pomalíčku vykluzuje. Snažím se ji ještě zachránit a přitlačit si ji na kolínko. Ale láhev přesto padá na zem a roztříští se na tisíc kousků. Připadá mi to jako katastrofa, pláču, ale babička mě chlácholí. A pak další vzpomínka: ležím v postýlce a mám na sobě jen punčošky. Zedníci pracují na fasádě a jeden z nich na

mě kouká přes okno. Rychle se začnu v postýlce schovávat, aby mě neviděl.

Myslím, že jsou to vzpomínky z období před třetím rokem života, protože nepředpokládám, že bych ještě ve třech letech pila z kojenecké láhve a měla dudlík.

Z pozdějších let si vzpomínám na to, jak jsem strašně ráda vařila. Jako malička jsem vždycky nasypala do misky nudle, nalila na ně vodu a usilovně míchala a míchala, rukávek od košilky vykasany... A připadala jsem si dospělá, velká a silná. Jako moje máma nebo babička, když vařily.

V pěti letech jsem upekla svoje první buchty. Neměla jsem to tenkrát vůbec promyšlené. Jen jsem začala něco kutit z mouky a vody a najednou mi to připadalo jako těsto. Přidala jsem kvasnice, jak jsem to vídala u babičky, a položila misku na topení. Když to doopravdy začalo kynout, nadšeně jsem za ní běžela. Pomohla mi zamotat čtyři buchty a upekla je v malém kastrůlku. Byla jsem šťastná. Od malička jsem byla kutilka, ale dobrá hospodyňka už ne. Bavilo mě vymýšlet, tvořit; v tom jsem byla umělec. Ovšem běžné domácí práce moc tvůrčí nebyly, takže jsem je šidila, jak jsem mohla. Například uklízení hraček mi od raného dětství dělalo problémy. Pokud už ke mně tehdy patřila nějaká jednoslovná charakteristika, tak máma do mě vtiskla slovo „bordelářka“.

Můj problém však nepředstavovala jen nepořádnost, ale hlavně můj temperament. Byla jsem tvrdohlavá a zbrklá. Všechno jsem chtěla mít hned, udělat to hned, dokázat to okamžitě. Nikdy jsem neuměla být mírnou, kultivovanou holčičkou. Když mi máma dala sukýnku, klidně jsem si v ní sedla na cestu před domem, házela do ní hrstičky prachu a potom ho s požitkem vysypávala a dělala, že čurám. Ale nemyslím si, že bych byla klučičí typ. Jen jsem prožívala přítomnost s plným nasazením, *absolutně*. Tohle je asi nejlepší charakteristika. Když jsem jedla, tak jsem prostě jedla. S otevřenou, umazanou pusou, mlaskala jsem a srkala. Nedokázala jsem to zvládnout jinak, ani když mě za to rodiče napomínali. Abych se aspoň

trochu ovládla, musela jsem se strašně soustředit. A to se, zvláště u dítěte, nedá dlouho vydržet.

Jako dítě jsem žila ze svých fantazií. V nich existoval můj skutečný svět. Často jsem si představovala, jak někde venku hrozí neznámé nebezpečí a my, celá rodina i s příbuznými, jsme pohromadě v jedné místnosti. Máme tam všechno potřebné k životu a je nám spolu dobře. Tohle snění ve mně vždycky vyvolávalo nádherný pocit bezpečí. Líbila se mi pevná pospolitost.

A taky si vzpomínám, že jsem jako malá holčička, snad čtyřletá, mívala erotické představy. Dnes už si nevybavuji konkrétní obrazy, spíš jen pocity, které jsem tehdy prožívala. Byly hodně intenzivní a uklidňovalo mě to. Vnímala jsem při tom své tělo a cítila se s ním úplně spojená. *Já* bylo totéž co *tělo*. Byl v tom silný pocit vlastní identity.

Když se vracím do minulosti, neuvědomuji si, že bych jako dítě zažívala skutečný strach z ohrožení. Spíš jakousi nesoudržnost. Často se mi zdávaly strašné sny. Budila jsem se z nich s křikem a pláčem. Jeden sen se opakoval. Stojím na dvoře u našeho domu, jdu do stodoly a tam všechno hoří. Vidím tam u hromady dřeva polonahého umučeného muže. Vyběhnu ven a naráz mám křídla. Obrovská musí křídla. Chci se rozběhnout, abych mohla vzlétnout a letět za mámou. Rozbíhám se, utíkám k vrátkům — už už se vznáším — a v té chvíli se objevuje babička a křídla mi utrhne. Rázem jsem bezmocná. Ještě chvíli se držím vrátek, ale vím, že už je prohráno.

Sny o létání mě provázely až do dospělosti, vznášela jsem se třeba jen kousíček nad zemí. Ale letěla jsem.

I když to tak nemusí podle mého snu vypadat, ke své babičce z matčiny strany jsem měla od dětství silné pouto. Dokonce mám daleko jasnější vzpomínky na babičku a dědečka, kteří s námi v domě žili, než na své rodiče. Babička byla ta ustananější, vážnější, dědeček se nám věnoval, četl pohádky, hrál s námi Člověče, nezlob se!, vyprávěl o svém mládí a o válce. Byl to především on, který mě ovlivnil v mém zájmu o malování.

Sedávala jsem s ním a se sestrou v kuchyni a kreslila. Dědeček často kreslil podle předloh, hlavně podle Ladových nebo Alšových obrázků. Čas od času jsem ho přemluvila, aby mi ukázal věci, které dělal v mládí. Připadalo mi to kouzelné — Žižka na koni nebo realistický portrét prezidenta Masaryka. Nejraději jsem měla jednu jeho kresbu tužkou, na které byla postava mladé ženy, dnes bych řekla vyloženě prvorepublikové konstituce. V dospělosti jsem si na tu kresbu vzpomněla a chtěla si ji pověsit na zeď, ale už jsem ji nenašla. Moje máma taky zdědila výtvarné nadání, ale nikdy nevybočila z kreslení podle předlohy. Já už tvořila ze své fantazie, obkreslovat mě nebavilo. Zajímaly mě různé techniky, kombinovala jsem temperu s pastely, vyráběla jsem modelovací hmoty, ze kterých jsem lepila plastické obrazy. Na klasickou kresbu jsem naopak nikdy nebyla dost precizní.

Babička s námi netrávila zdaleka tolik času jako dědeček. Přesto pro mě byla nejdůležitější ženou v životě. Byla silná a tvrdá vůči bolesti, dokázala ji skrývat a nikdy nenaříkala. Máma občas tvrdila, že v tomhle jsem po ní. Jako mladičká měla babička těžce nemocnou maminku. Nikdo z rodiny už pořádně nevěděl, co jí vlastně bylo. Věděli jsme jen, že mívala strašlivé bolesti hlavy. Říkalo se, že se jí kdysi nachladily nervy a od té doby nesnesla hluk a musela ležet. Babička jako malá holka vstávala ve tři ráno, prala a uklízela, potom teprve mohla jít do školy. Myslím, že vychodila pět tříd obecné školy. A kvůli své mamince taky opustila svou životní lásku. On chtěl, aby se za ním odstěhovala, ale ona zůstala doma. Když se později vdala, byl to sňatek spíš z rozumu. Dědeček mi vyprávěl, že na sebe s babičkou tak nějak zbyli. Byl o osm let starší, bydleli kousek od sebe. Jejich první holčička zemřela, když jí byly čtyři měsíce. Dostala bronchitidu, babička ji odvezla do nemocnice a za dva dny přišel telegram, že holčička je mrtvá. Nikdy se s tím nevyrovnala. Nedokázala o tom ani mluvit. Jen jednou, to už jsem sama měla děti, přinesla babička malou fotku. Byla na ní její holčička v rakvičce. S věnečkem na hlavě, vypadalo to, jako by spala. Bylo to jedinkrát, co jsem tu fotku viděla.

U babičky jsem především nacházela útočiště. I když byla tvrdá a já jsem nepatřila k jejím nejoblíbenějším vnoučatům, vždycky když mě rodiče seřezali, zachránila mě a chlácholila. Bývala jsem ubrečená, usoplená a ona mě vzala k sobě a strčila mě do postele. Měla takovou obrovskou teploučkou duchnu, zabalila mě až po uši, utřela sople, který mi kapal až do pusy, a donesla mi čaj a chleba se škvarkama. Ten jsem mezi vzlyky žmoulala a postupně se uklidnila.

Byla v ní tvrdost i soucit zároveň. Za tvrdostí bylo srdce, a to jsem jako děcko neomylně vycítila. Bylo v ní něco ženského — jakási zemitost, ale ne jednoduchost. Byla zvláště špinavá prožitou bolestí. Jako by rodidly seděla v hlíně, jako by se krev z rodidel pojila se suchou hlínou na poli. Taková byla. Tak ji dodnes cítím jako ženu.

---

*věk 4 roky | výška 105 cm | váha 18 kg*

Vzpomínky na rodiče mám spíše než s konkrétními událostmi spojené s pocity. Nejsilněji s tím, že moje máma neustále trpí, že se jí pořád děje nějaká strašná nespravedlnost, ze které se nedokáže vymanit. Neustále si stěžovala na svého vedoucího v zaměstnání nebo naříkala, že ji něco bolí. Mám před očima výjev, jak přináší domů výplatní pásku, plácne s ní o stůl a se zoufalým gestem bezmoci vyjede: „Do prkynka!“ V jejím pojetí života měli všichni na světě nějaké výhody, jen vůči ní bylo všechno nespravedlivé. Jako dítě jsem tomu absolutně věřila.

Teprve mnohem později, až jsem byla dospělá a měla už leccos za sebou, jsem začala poznávat, že ve skutečnosti máma nějak zvlášť těžký život neměla. Ale v mnoha ohledech se k němu nedokázala vůbec dospěle postavit. Možná ani nechtěla. Snad jí ta trpitelná póza nakonec vyhovovala. Ale tenkrát jsem i já její život nahlížela jako jedno velké neustávající drama, jednu obrovskou křivdu.

A táta? Jako bych ve svých vzpomínkách vůbec neměla jeho jasný, samostatný obraz. Byl pro mě potlačený a skrytý za postavou mámy. Jako by všechno bylo spojené s máminým vyhrožováním, že mě táta potrestá. A on taky většinou potrestal. Aby mu máma už dala pokoj. Jeden z intenzivních pocitů, které jsem vůči němu zakoušela, byla bezmoc. Při bití jsem před ním utíkala a věděla, že stejně nemám šanci uniknout. Vyplácel mě nejčastěji bejčákem. Tak jsme té věci říkali. Byl to dlouhý bič spletený z tenkých řemínků, který se kdysi používal na krávy. Pamatuju si, že jednou, když jsem dostávala výprask, začal se bejčák na konci rozplétat. Přišlo mi to i při tom bití legrační. Cítila jsem se jako vítězka. Věděla jsem, že s bejčákem je ámen, a chtělo se mi smát. Později jsem dostávala rukou. Bolest byla asi stejná, ale potupa daleko větší. Vnímala jsem jako neskutecně ponižující, že mě fyzicky ovládl muž, že na mně uplatnil svou sílu. Tohle náš vztah do budoucna poznamenalo nejvíc. Táta nebyl necitlivý člověk, měl laskavé srdce a současně příjemný temperament, v něčem byl zvláště měkký a hřejivý, ale tohle všechno bylo zastíněné konflikty s mámou. Na mě ale její výhrůžky a tresty stejně neplatily. Naopak, přiváděly mě k ještě větším bojům s ní. Tátu, jako muže a jako mužský vzor, jsem vnímala jako velkého medvěda s hnědýma očima, který chce mít klid. Není zlý, ale také není radno ho rozzlobit. Byl někde v pozadí mého života. Byl tím, kdo všechno *technicky* zajišťoval. Z mámina podání vyplývalo, že on je ten, na kom doslova závisí naše přežití. Věčně doma něco spravoval, s něčím se dřel a u toho sakroval. Byl nám představován jako síla a autorita. Bohužel hlavně v negativních situacích. Jako ten, komu se bude žalovat a kdo pak vykoná trest, kdykoliv si neuklidím hračky nebo nesplním své povinnosti.

Jako děcko jsem se přehnaně bála fyzické bolesti. Asi proto jsem se navzdory všem konfliktům a křiku citově dobývala spíš k mámě a tátovi jsem nedůvěřovala. Když přišlo na očkování, nebyla jsem u lékaře k utišení, a dokonce ještě ve školním věku jsem se vzpírala a prala. Máma se na mě za to pak vždycky



hrozně zlobila. Uřvaná jsem za ní utíkala po chodníku, a když jsem ji konečně doběhla, musela jsem slíbit, že lékaři přinesu kytku a omluvím se. Nemohla jsem potom několik nocí spát. Pořád jsem myslela na to, jak to s tou kytkou a omluvou provedu. Když mi jednou máma řekla, že narození dítěte moc bolí, byla jsem přesvědčená, že miminko nikdy chtít nebudu.

Všechny tyhle zážitky se samozřejmě projevovaly na mém sebevědomí. Byly oblasti, ve kterých jsem si věřila hodně, a oblasti, ve kterých jsem si nevěřila vůbec. Nikdy jsem neměla problém věřit si v tom, co se týkalo známek a školních povinností. V mnoha směrech jsem byla lajdák, ale o škole to neplatilo. Vše jsem měla v pořádku a své úkoly plnila na sto procent. Učila jsem se vždycky výborně. Máma říkávala, že mi učení nedá tolik práce jako sestře, ačkoliv i ta patřila mezi premianty. A taky jsem si věřila ve svých zájmech, především výtvarných. Nemusela jsem v tomto ohledu nic řešit, jen jsem tvořila, viděla jsem, že je to povedené, a tak jsem pokračovala stále dál. Ale byly i oblasti, ve kterých jsem si nevěřila vůbec. Hlavně jsem nebyla spokojená s tím, jak vypadám a jak se projevuji mimo školu. Styděla jsem se i při tak banálních záležitostech, jako je nakupování. Nebyla jsem často schopná přijít k okénku a koupit si zmrzlinu. Bála jsem se lidem o cokoli říct, něco po nich požadovat.

Nejzřetelněji se mé nízké sebevědomí projevovalo ve chvílích, kdy jsem před druhými lidmi udělala nějakou chybičku. Měla jsem pocit, že je to nesmazatelné a nenapravitelné, že si mě už vždycky budou pamatovat jen skrze tohle selhání. Odtud asi pramenil můj strach z toho, že selžu, že zklamau druhého člověka, strach, který mě pak provázel až do dospělosti. Současně jsem ale upadala do druhého extrému, kdy jsem se předváděla, rozumovala a vůbec neznala míru. Dělal jsem to hlavně tehdy, když u nás doma byla nějaká návštěva. Měla jsem pocit, že návštěva mi umožní beztrestně vyvádět. Samozřejmě to beztrestné nebylo, pokárání nebo konflikt přišel hned poté, co se za návštěvou zavřely dveře. Ale já se alespoň na chvíli mohla chovat spontánně. V těch chvílích jsem projevila svůj skutečný temperament.



# SESTRÍČKO

---

*věk* 10 let | *výška* 142 cm | *váha* 34 kg

V pěti letech už povahové rozdíly mezi mnou a sestrou vystávaly hodně ostře. Ona byla odpovědná, vytrvalá, houževnatá a hlavně pořádná. Kdežto já netrpělivá, vznětlivá, vzpurná a nepořádná. Zdédila jsem hodně z tátovy povahy a máma mi můj náruživý temperament vyčítala. I tělesnou konstitucí jsme se se sestrou lišily. Já jsem byla větší a silnější, i když věkem mladší. Sestra byla naopak drobceček, hrozně hubená. Ne že by měla s jídlem potíže, ale já jsem byla od přírody větší jedlík. Takový dravec. Sestra byla kultivovaná i v jídle. Zatímco já jsem k půlce krajíce spořádala dva párky, ona způsobně snědla k jednomu krajíčku sotva tři čtvrtě párku. Ona byla pevná, racionální, já neustále kolísala, oscilovala mezi dvěma póly, byla jsem nejistá ve svých rozhodnutích, nejistá v emocích.

Přesto jsem nepocítovala rivalitu. Neuvědomuji si, že by kdy mezi námi byla závist nebo žárlivost. Spíš jsem se snažila být jako ona, byla pro mě vzorem. A i když jsem velmi záhy pocítila, že je to vzor nedostizný, nepřestávala jsem se snažit. Měla jsem dojem, že mě pak ti ostatní — především máma — budou mít stejně rádi jako ji. Sestra se s mámou prakticky vůbec nedostávala do takových konfliktů jako já. Nevzdorovala, uklízela, spontánně naplňovala obraz vzorné holčičky. Byla pro

mě obrovskou autoritou. Když něco řekla, tak to taky platilo a nejel přes to vlak. S bratrem to bylo jiné. Narodil se šest let po mně a vyrůstal už skoro jako jedináček. Nikdy mě nenapadlo budovat si u něj autoritu, jakou měla sestra u mě.

Ještě ani na prahu dospělosti jsem si příliš neuvědomovala, že tak těsná věková blízkost se sestrou měla podstatný vliv na utváření mého ženství. V dětském věku pro mě bylo naše sourozenecké soužití spontánní a přirozené. Byla to sestra, která ke mně patřila odjakživa. Dodnes vzpomínám na jeden, pro mě okouzující, zážitek. Jako malé holky, deseti nebo jedenáctileté, jsme spolu před koupáním dováděly. V té hře jsme se svlékly a nahé si na sebe lehly. Pamatuji si na svůj úžas z krásného pocitu hebkosti kůže druhého člověka, na tu zvláštní sametovou jemnost a tělesné teplo. Trvalo to jen krátce, ale mě to úplně ohromilo. Později jsem sestru prosila, abychom tak spolu ještě někdy byly. I když to už nikdy nepřipustila, věděla jsem od té doby, co je to *cítit něčí tělo*. Nebylo to erotické. Byl to intenzivní prožitek lidského těla. A ten jsem si dobře pamatovala.

Až teď si uvědomuji, že mě jako dítě vůbec nenapadlo hledat tělesnou blízkost, nenapadlo mě, že ji potřebuji. Mazlení, hlazení, laskání — u rodičů to pro mě byla velká neznámá. Později, v dospívání a dospělosti, jsem se fyzickému kontaktu s druhými lidmi vyhýbala. Případalo mi nepřirozené, když mě někdo objal. Nevěděla jsem, jak na to reagovat, cizí tělo mi bylo nepříjemné. Vysvětlovala jsem si to tak, že nejsem mazlivý typ. Nechácala jsem, že moje vnitřní trýzeň a prázdnota pramení právě z toho, že jsem necítila laskavou blízkost člověka, že jsem neznala bezpečí a teplo tělesného objetí.

Co je to menstruace, jsem se dozvěděla asi v deseti letech. Byla jsem zvědavá, a tak jsem si v knihovně půjčila knihu *Budeme mít děťátko*. Samozřejmě jsem se styděla jen tak si půjčit takovou knihu, a tak jsem knihovnici namluvila, že ji беру pro tetu. Doma jsem si v ní tajně četla, ale skoro ničemu jsem nerozuměla. Opakovaně se tam vyskytoval pojem *měsíčky*, ale nechápala jsem, co to je. Nakonec máma knihu objevila, ale naštěstí se zachovala klidně. Rozhodla se, že nám se sestrou vysvětlí, jak to je. Se sklopenýma očima a takovým divným studem nám začala vysvětlovat, co to je menstruace a k čemu jsou vložky. A při tom zvláště rychle přejížděla prstem po hraně stolu.

Tenkrát jsem si v duchu říkala, že nikdy měsíčky mít nechci. Představovala jsem si, jak musím vložky měnit, třeba i ve škole, a jak je tajně — aby to neviděli kluci — přenáším na záchod. A připadalo mi to hrozné. Máma mi zdůraznila, že o měsíčkách se před muži nikdy nemluví. Že všichni dospělí muži vědí, o co se jedná, ale nahlas se o tom mluvit nesmí. Menstruace se zařadila k dalším tématům, za která bylo třeba se stydět. Tenkrát jsem se styděla mluvit o čemkoli, co se týkalo intimních záležitostí. Kam až to zašlo, asi nejlíp ilustruje situace, když jsme ve třídě probírali, kdy se kdo narodil, a já se bála říct datum svého narození. Souviselo to s porodem a to už bylo tabu. Nacházela jsem se v neustálém duševním napětí. Zdálo se mi nemožné vůbec s druhými mluvit tak, abych se nepřiblížila něčemu intimnímu, něčemu, o čem se vůbec mluvit nemá. Potom tohle období samo odeznělo a já se o menstruaci a věci s tím související dlouho nezajímala.

Asi o rok později jsme si se sestrou hrály před domem. Zdálo se mi, že se chová zvláště. Nedokázala jsem říct v čem, ale cítila jsem, že se něco stalo, že se u ní něco důležitého změnilo. Vyprovokovala jsem na toto téma hovor. Nejdřív otálela, ale nakonec mi to řekla. Řekla, že dostala první menstruaci.