



# ZNOVUZROZENÁ

Soňa Kolmanová

# ZNOVUZROZENÁ

VĚNOVÁNO TĚM, KTERÉ HLEDAJÍ

Copyright © 2016 Soňa Kolmanová

<http://www.sonakolmanova.cz>

Grafická úprava a sazba © Lukáš Vik, 2016

1. vydání © Lukáš Vik, 2016

ISBN ePub formátu: 978-80-7536-062-5 (ePub)

ISBN mobi formátu: 978-80-7536-063-2 (mobi)

ISBN PDF formátu: 978-80-7536-064-9 (PDF)

Konverze do elektronických formátů:

webdesignér Lukáš Vik

<http://www.lukasvik.cz>

# PODĚKOVÁNÍ

Za podporu, lásku a trpělivost děkuji svému manželovi Petrovi, bez kterého bych nenašla odvahu stát se sama sebou. Dětem Lauře a Oliverovi děkuji za to, že vůbec jsou a že jsou, jací jsou. Neobešla bych se bez pomoci a podpory své tchyně Dáši, které tímto děkuji, že pravidelně a svědomitě hlídá a je ochotná přijet, když ji nejvíce potřebuji, čímž mě nepřímo podporuje v mých aktivitách. Tchánovi Petrovi děkuji za respekt k našemu soukromí, zachovávání zdravého rozumu a všechno to skvělé jídlo, které nám vaří. Svoji sestře Ditě děkuji, že se vždy upřímně snažila se mnou udržovat vztah a mírnila vyhrocené situace. Tatškovi děkuji, že mě učil síle podvědomí svým vlastním životním příběhem. Mamce děkuji za životní postoj, že léčit by se člověk měl v první řadě sám a k doktorovi jít, až už si vůbec neví rady. Jim oběma děkuji, že si mě vůbec pořídili a nějak se mnou doklepali těch prvních nejtěžších třicet let rodičovství. Děkuji kamarádce Marušce za podporu při sportování, tradiční nedělní návštěvy a všechny ty úžasné zákusky, které naší rodině pravidelně nosí. Kamarádce Lucce děkuji za letitou podporu, ochotu absolvovat se mnou některé kurzy, wellness víkend a

respekt k mému rozhodnutí rodit doma. Mnohokrát se mi dostalo pomoci od starších, informovanějších a zkušenějších žen. Mé porody proběhly dobře také díky práci mnoha žen, které pořádaly semináře, ženské kruhy, festivaly, psaly články, příručky, knihy. Jim vděčím za své krásné porodní vzpomínky. Jmenovitě děkuji Evě Labusové, dule Monice Morsteinové, Petře Sovové, Lilii Khousesnoutdinové a Lucii Suché Groverové. Fyzicky jsem v momentě porodu byla sama, ale ony mě dovedly až na jeho práh, a tím mi umožnily ho takto prožít. Má kniha by nevyšla bez podpory mnoha žen. Děkuji Evě Labusové, Karle Mikové, Petře Sovové, Johance Kubaňové, Anně Kohoutové, Monice Morsteino vé, Alici Kirš, Pavle Malinovské, Janě Šafránkové, Elišce Müllerové, Anně Škvorové, Barbaře Kubániové, Lence Kubištové, Lence Vinohradníkové a mnoha dalším.

# PŘEDMLUVA

Po tisíciletích socializace porodu se stále občas najdou ženy, které porodí autentickým “reflexivním vypuzením plodu“. Povinností těchto žen je sdílet s námi svoji zkušenost. Naší povinností je jim naslouchat. Jsou to tyto ženy, které ukazují cestu z propasti, ve které se lidstvo nachází.

Michel Odent

# MŮJ ŽIVOT JE MÝM SDĚLENÍM

Není pro mě snadné přiznat, jak krásný byl můj porod, přesněji řečeno, druhý porod. Nevěřila bych, že to může být tak jednoduché, slastné, rychlé. Je to dávno, co jsem si kladla otázku, proč by nás příroda chtěla trestat za to, že přivádíme na svět nové životy. Pro mě je dnes odpověď jasná, příroda nás netrestá, příroda nás odměňuje. Trestáme se samy. Proč tedy věříme, že porod bolí? A proč většinu žen skutečně bolí? A proč mě bolel ten první porod taky? Pokusím se popsat to, co mě na mých přípravách zajímalo nejvíc. Jak to udělala? Čemu to přikládá? Jak žila? Co četla? Jak o těhotenství, porodu a dětech smýšlela? Co z toho si můžu převzít pro sebe? Jelikož nevím, co vše je důležité, a protože v životě vše souvisí se vším, vezmu to trochu ze široka už svým zrozením, přes svoji cestu k těhotenstvím, jejich průběh a porody samotné. Pokusím se popsat to, co se mi přihodilo. Nejedná se o žádný návod ke krásnému porodu ani obhajobu toho, jak jsem rodila, nebo jak žiji. Spíš bych si přála zachytit myšlenky, motivaci a prožívání své ho ženství a mateřství, které je silně vedeno intuicí. A má intuice mě teď nutí své nejniternější prožitky a zážitky sdílet, i když o většině z nich jsem byla přesvědčená,

že o nich nikdy mluvit nedokážu. Píšu, protože z očí do očí o ničem z toho nemluším. Nazvala bych to zpovědí.

1983

## JAK JSEM SE NARODILA, MAMI?

Moje maminka měla svůj první porod těžký. Po rod se sám hezky rozběhl, ale vzpomíná, jak za ní po příjezdu do porodnice hrozivě zaklaply železné dveře, za kterými zůstal tatínek. Padla na ni úzkost. Nevím moc podrobností, ale porod ukončil doktor, který mamce bez varování skočil na břicho. (Jedná se o Kristellerovu expresi, která se přes zákaz dodnes hojně používá.) Při prvním pokusu šel tlak směrem k obličejí, kde jí popraskalo mnoho žilek. Při druhém pokusu vypudili plod, čili mě. Narodila jsem se odborně vedeným úderem. Veliké na tržení se bralo jako běžná součást porodu. Porodník byl překvapený, že vůbec dýchám, protože jsem měla třikrát omotanou pupeční šňůru. Druhý den se novopečený tatínek nějakým zázrakem propracoval k tomu, že maminku na pět minut viděl, a byl v šoku z toho, jak po porodu v obličejí vypadala. Já jsem první 24 hodin byla na novorozeneckém oddělení, naprosto bez kontaktu s rodiči. Dokonce i sestřičky mamince opakovaně zmiňovaly můj neustálý pláč. Byla jsem údajně nejhlasitější. Není toho mnoho, co o svém zrození vím, jen že jsem ho nesla velmi těžce.



## 2012

# PRAVDA OSVOBOZUJE

Jak můžu vědět, že jsem to těžce nesla? Vždyť si to nemůžu pamatovat. Já už bych něco takového tvrdit nedokázala. V době, kdy už byla na světě má první dcera, jsem prožívala krásné období svého života. Dceři byl rok. Neměla jsem si na co stěžovat, sama jsem nenacházela racionální důvody pro ten vnitřní pocit nestability, neklidu, nespokojenosti. Ty stavy mě pronásledovaly zas a znova. Nic podobného jsem do té doby nezažila. Opakovaně jsem si kladla otázku: „Co je to?“ „Co mi vadí?“ Nemohla jsem na nic přijít. Dobře, takže je to ve mně. Chápu, mám dobré období, takže vyvstávají staré běsy. Pamatuji si, jak jsem si říkala: „Jsem připravená se na to podívat, chci to vědět, ať už je to cokoliv. Chci to vědět!“ A když jsem si to říkala, ještě jsem si k tomu dupnula. Na radu kamarádky jsem se objednala na kineziologii, ale k neznámé terapeutce. Paní mi tvrdí, že můj problém spočívá v tom, jakým způsobem jsem se narodila. Z našeho setkání jsem odcházela s pocitem, že si to terapeutka možná i vymyslela. Nic se neděje. Je pátek 28. 9. 2012. Setkání ve mně nechalo pouze pocit, že jsem pravděpodobně narazila na

začátečníci a příště dám na doporučení. Když už nepomohla, alespoň neublížila. V úterý 2. 10. 2012 mi na email přijde vyrozumění z městské knihovny, že na mě čeká rezervovaná kniha Tibetské umění pozitivního myšlení od Christophera Hansarda, kterou jsem si rezervovala úplně náhodou. Cestou do knihovny nechávám dceru část cesty řapat, aby se trochu unavila. Po příchodu domů se naobědvá a usíná. Mám chvílku pro sebe. Cvičit jsem byla předchozí večer, takže můžu žehlit, nebo si číst. Otevřu knížku a listuji. V životě člověka jsou klíčové momenty a první z nich je zrození, dozvídám se. Meditujte na téma porodu, doporučují. Nemám žádné zkušenosti s meditací, ale ta paní říkala, že je to můj problém. Proč to tedy nezkusit. Sednu si na postel a zkouším si – podle zadání – představit světlo. Jsem neklidná a vůbec se mi to nedaří. Po dvou pokusech si říkám, že to není nic pro mě.

## ZASUNUTÉ VZPOMÍNKY

Lehám si a doufám, že usnu a trochu se dospím. Mám zavřené oči. „Aha, oni tím světlem mysleli moment početí. Co kdybych byla ta vítězná spermie“, říkám si z legrace a zkouším si představit scénu z filmu: Kdopak to mluví. Moje tělo se samo od sebe rozvlní takovým způsobem, jak bych to záměrně vleže na zádech nedokázala. Není to mé vědomí, které by tělu dávalo impulz. Pohyb je nebývale koordinovaný a ladný. Prostě se děje. Buší mi srdce. Spěchám. Najednou se ve mně rozhostí pocit božského klidu, jaký jsem nikdy nezažila, a se zavřenýma očima se blaženě usmívám od ucha k uchu. Vtom začnu lapat po dechu, zmocní se mě pocit, že se nemůžu udržet, a začnu plakat. Napadá mě „ona mě nechce“. Držím se zuby nehty, starostmi mám pokrčené čelo, je to velice obtížné, ale vydržím. Strach o to, jak to se mnou bude, už zůstává. Mám intenzivní pocit, že jsem se otočila o 180°. Jsem z toho dezorientovaná, otevírám oči, abych se ujistila, kde vlastně ležím. Pocitově je to totiž, jako by se mi prohodila pozice hlavy a nohou. Vnímám tlak, jako bych měla těžkou korunu na hlavě. Tlak postupně sílí. Hlavu mám lehce na stranu. Přichází napětí, zrychleně dýchám.

Najednou intenzivně pláču. Celý obličej tvoří škleb, jako tomu bývá u novorozenců, a do toho mi po tvářích teče jedna slza za druhou. Pláč ne a ne ustát. Cítím, jak mám uši plné vody z vyplakaných slz. V pláči jsou pauzy, kdy si mlaskám a polykám. Než se ale stihnu trochu uklidnit, už jsem opět sama a pláču. Vzdávám to, jsem rozhodnutá, že nechci žít. Mám pocit, že to tady nezvládnou. Přichází jisté období klidu, po kterém měním názor. Nevím, co se stalo, ale v duchu si říkám, „dobrá, zůstanu, ale citově se toho ne můžu účastnit, nevydržela bych to“. Ležím, ale už se nic neděje. Jsem zpět. „Co to bylo???“ Vstanu. Chodím po bytě a snažím se posbírat zbytky rozumu. „Asi jsem si vybavila z paměti svůj nitroděložní vývoj, porod a poporodní období. Co jiného by to bylo? Je to vůbec možné?“

## CO VÍM O SVÉM POČETÍ A PRENATÁLNÍM OBDOBÍ

Věděla jsem, že asi ve třetím měsíci těhotenství jeli moji rodiče s fotbalovým mužstvem na výlet na Pálavu. Tam trenér vyhlásil soutěž o to, kdo bude první na kopci. Můj otec je velmi soutěživý a rozhodl se, že se zúčastní, i když měl s sebou těhotnou ženu na konci prvního trimestru. Nejdřív šla mamka sama, poté jí docházel dech, a tak ji taťka tlačil před sebou. Nahoře prý byla celá zelená a sama si myslela, že snad potratí. Trenér to komentoval slovy „to bych nečekal, že ty budeš až třetí“ a kroutil nad výkonem mého otce hlavou. Z tohoto období by mohlo být lapání po dechu a pocit, že se mě chtějí zbavit. Je možné, že by mě nechtě li? Podle toho, co vím, jsem byla plánované dítě. Narodila jsem se deset měsíců po svatbě. Rodiče spolu dlouhá léta chodili. Po porodu jsem údajně plakala tak, že to komentovaly i sestřičky na novorozeneckém. Po příchodu domů jsem nepřestávala a během několika dní jsem skončila na dětské JIP se zánětem středního ucha. Že by z uší plných slz? Bohužel jsem opakovaně zvracela antibiotika a situace se moc nelepšila až do doby, kdy mi léky zamíchali do banánu, který zklidnil

zažívání. To by mohlo odpovídat období, kdy jsem se rozhodla zemřít, ale nakonec z neznámých důvodů zůstala. Rozhodnutí nic intenzivně neprožívat by také odpovídalo. Celé roky jsem prožila bez jediné slzy, nic se mě nedotýkalo, ale také mě nic ne nadchlo, nezajímalo, nedojalo, nebavilo. Byla jsem vnitřně mrtvá. Něco prožívat jsem si dovolila pouze o samotě. Asi mě to rozhodnutí hodně ovlivnilo, ale co teď s tím?

## TO VÍŠ, ŽE TI VĚŘÍM, ALE...

Ještě před tímto zážitkem jsem věřila, že si dítě svůj nitroděložní vývoj pamatuje, proto jsem se snažila dceru v průběhu těhotenství ujišťovat o tom, že je chtěná a že se na ni těšíme. Nečekala jsem ovšem, že bych si ně kdy vzpomněla na svůj nitroděložní vývoj. Neměla jsem o něco takového zájem. Večer jsem svůj prožitek popsala manželovi. Díval se na mě dost zvláště. Tvrdil, že mi věří, ale divil se, že jsem se pozměněného stavu vědomí nebála. „Mám zkušenosti z konstelací,“ odvětila jsem, „bylo to podobné, jen jsem prožívala svůj příběh.“ Zkušenost jsem ještě tentýž týden popsala nejlepší kamarádce a reagovala podobně jako manžel. Potom jsem o zážitku přestala mluvit. Nevěděla jsem jak a s kým. Otázky, proč se to stalo a jak s tím teď naložit, ale zůstávaly nezodpovězeny.

## 2013

# LIMBICKÝ OTISK

Život si šel dál svým tempem. Nejlepší kamarádce jsem k třicetinám darovala oslavu Samhaimu u Lilie Khousesnoutdinové. Ze zvědavosti jsem šla s ní. Byl to pro mě velmi silný a krásný zážitek, a když jsem hledala další její kurzy, našla jsem večerní seminář – Porodní trauma a limbic recoding. Bylo to v den mých 30. narozenin, což bylo symbolické. Narodit se znovu a lépe, když ten první pokus moc nevyšel. Lilia měla připravenou meditaci. Abychom se dostali do nálady a uvolnili se, tančili jsme na jednu píseň. Na další skladbu jsme se měli pohybovat jako vodní rostlina v proudu. Třetí úkolem bylo dělat výrazné mimické pohyby včetně zapojení dolní čelisti a vydávat opičí skřeky. Při tomto cvičení se během pár vteřin něco velmi primitivního ujalo vlády a já se do ničeho nemusela nutit. „Jak to zastavím?“, ptám se sama sebe, ale po odeznění písně to samo brzy ustane. Poté si leháme a Lilia nám popisuje ideální průběh našeho vlastního těhotenství i porodu, který si máme vizualizovat. Je to těžké. Mám spoustu rozporuplných pocitů, připomínek, ale snažím se. „Chci přeci přenastavit ten svůj



nešťastný vstup na tento svět,“ říkám si v duchu. Když o návštěvě semináře říkám další kamarádce, která mi telefonuje, aby mi popřála k narozeninám, nechápavě se ptá, proč jsem tam šla. „Nevím, zdálo se mi, že to tak má být, a taky teď mám v souvislosti s porodem zvláštní pocit. Možná že to, jak jsem porodila dceru, nebylo dost dobré.“ Je to pro mě novinka. Myslela jsem, že jsem dosáhla maxima. Že jsem pro ni i pro sebe udělala to nejlepší. Tolik jsem se na její příchod připravovala. Co všechno jsem přečetla a jaké psí kusy jsem dělala jen proto, aby se narodila přirozeně. Dokonce se mi podařilo dodržet většinu bodů z mého porodního přání. Co víc si přát? Na konci semináře nás Lilia prosí o porodní příběhy pro její plánovanou knihu Ženské příběhy II. Druhý den se chystám napsat pouze děkovný mail za včerejší seminář, ale bezmyšlenkovitě sepisuji i porodní příběh narození mé dcerky. Je veliká úleva to téma otevřít. Proč? Vždyť vše proběhlo v pořádku! Skutečně? Ale jistěže! Jak tedy proběhl můj první porod? Abych mohla rodit, mu sela jsem nejprve otěhotnět a tomu jsem se vyhýbala jako čert kříži. Já nechci děti, říkala jsem často a všem. Říkala jsme to i sama sobě.

## 2010

# PROČ BÝT VŮBEC MATKOU?

O dětech jsme s manželem teoreticky mluvili už několik let, ale stále jsme si říkali, „za dva roky“ a termín odsouvali. Bydleli jsme spolu pět let, když jsme se v srpnu 2009 brali. V červenci 2010 jsme byli na dovolené, na kterou jsem si s sebou vzala knihu 7 návyků skutečně efektivních lidí od Stephena Coveyho. Bylo to těžké čtení. Po každém odstavci jsem se zamýšlela nad vlastním životem a musela si přiznat, že nežiji dobrý život. Určitě ne takový, na který bych byla hrdá. V druhé kapitole Začněte s myšlenkou na konec, bylo cvičení, kdy si čtenář má sepsat, co by si přál, aby o něm řekli na pohřbu zástupci rodiny, přátel, spolupracovníků a členů komunity. Toto cvičení nám má pomoci uvědomit si své vlastní priority a zbavit nás přesvědčení, které nám nejsou vlastní. U všech skupin jsem měla tři charakteristiky, které byly vždy stejné. Co mě ale zarazilo, byli zástupci rodiny. Vidím skupinku lidí u rodinné hrobky. Pozorují především ženu a za ní stojícího muže. Nikdo jiný mě ne zajímá. Víím, že jsou to mé dospělé děti. Úplně jim visím na rtech a doufám, že řeknou jediné „měli jsme šťastné dětství“. Rozpláču se. Jak

je to možné? Děti jsem nikdy nechtěla. Odsouvám je, jak jen můžu. Nejsem mateřský typ. Děti jsem považovala za něco, co ve svém živo tě snad ani nepotřebuji. Byla to pro mě „brzda“, jak jednou děti označila má matka. Nikdy jsem nesnila o tom, že budu maminkou. Na základní škole jsem se bláznivě zamilovala do jednoho spolužáka a mým ideálním scénářem bylo, že žiji sama až do čtyřiceti, kdy on se rozvede. On bude mít děti z prvního manželství a teprve poté spolu budeme žít. Jeho děti bych každý druhý víkend přežila. Já bych mezitím studovala, pracovala, cestovala a možná bych měla dva psy. To byla moje představa. Chtěla jsem si užívat a mít klid. V porovnání s původním plánem jsem si vzala někoho jiného a ten zatím žádné děti nemá. Já si ale stále nedovedu představit, že bych se na mateřství těšila. Z tohoto přesvědčení mě jednou týdně vytrhávaly pouze komentáře Evy Labusové, kterou jsem poslouchala na Českém rozhlasu i ze záznamu. Zdály se mi sice takové mravokárné, ale něčím mě oslovovaly. Vždy jsem si je pustila a přemýšlela. Pořad se jmenoval Hovory o rodině a později Hovory o vztazích. Paní Labusová byla evidentně věřící a často horovala pro rodinu a tradiční hodnoty. Já jsem ateista a děti a rodina jsou pro mě synonymem problémů, ne-li rovnou

zpackaného života. Proč si pouštím něco takového? Proč jsem se vdala za někoho, o kom vím, že děti chce a byl by skvělý otec? A proč se rozhlížím po dětských hřištích a říkám si, tam by si mohly hrát naše děti? A teď mi navíc v jakémsi testu vyšlo, že jsou pro mě děti důležité. Je možné, že jsem takto pomýlená? Lžu sama sobě? Přebírám názor, který se neslučuje s mými skutečnými hodnotami? Vždy jsem věděla, že můj manžel by rád měl děti. Tchyně s tchánem se na vnoučátka moc těšili a věděla jsem, že by nám i pomáhali. I proto jsem si před svatbou říkala, že se tedy přemůžu a jedno, maximálně dvě děti nějak „dám“. Odnosím to, porodím, najdu si hlídání nebo jesle, večer se s manželem podělíme o péči. V životě jsem viděla tolik ženských, které děti neberou za srdce a taky je mají. Moje děti by nebyly jediné, které by měly matku – studený čumák. Jenže proč jsem brečela u toho testu a chtěla pro ty parazity šťastné dětství? Takhle se neznám.

# PROČ JSME TO NEZKUSILI UŽ DÁVNO?

Nedalo mi to. Po příjezdu z dovolené jsem se při hlásila na konstelace na Vyšehradě. Na konstelacích jsem byla poprvé v lednu toho roku, protože jsem nedokázala rozdýchat, jak se moje původní rodina postavila k naší svatbě. Bez nadsázky mi to tenkrát zachránilo život. Tentokrát to také vypadá na rodinné téma. Neměla jsem žádné reference, ale když jsem do Starého purkrabství dorazila, věděla jsem, že jsem tady správně. Byly zde samé ženy a mateřská postava Seemy můj pocit umocňovala. Přihlásila jsem se jako první. Když jsem začala popisovat, že s manželem stále odkládáme pokus o otěhotnění, ač nám v tom vlastně nic nebrání, rozplakala jsem se. Předpokládala jsem, že největší problém bude u mě, ale jen se ukázalo, co už jsem dávno věděla. Ženy v mé mateřské linii vinily děti za své zpackané životy. Kde já bych byla bez dětí? Proto se mi kariéra jevila atraktivnější než rodinný život. Překvapivě se ale ukázalo, že i můj manžel se velmi bojí. Báł se pořídit si děti, protože by nám mohly zemřít. Věděla jsem, že manželovi zemřel mladší bratr ještě v porodnici a později proběhl nějaký potrat, ale nevypadalo to na rodinné tabu

nebo trauma. Občas se to mezi řečí zmínilo a zdánlivě to bylo vyřešené.

Po mém příchodu domů jsme byli tak zvláště nabití energií a měli jsme chuť si dítě pořídit ještě ten večer. Ale byl to jen měsíc, co jsem dobrala silná antibiotika po infekci od klíštěte. Fyzicky jsem se cítila velice slabá, a tak jsme vzali rozum do hrsti a ovládli se. Za dva měsíce, kdy už jsem se cítila lépe, jsme se do toho pustili. Byl to hodně zvláštní pocit „snažit se otěhotnět“. Už od léta jsme jeli v režimu žádný alkohol, žádná káva, žádná kola, žádné léky, pohyb a zdravá strava. Dokonce jsem přestala i se žvýkačkami kvůli aspartamu. A to ani nemluvím o tom, že jsem si nechávala vyměňovat amalgámové plomby a preventivně jedla kyselinu listovou. Při koupeli jsem si říkala, že chci děťátko, které se k nám bude hodit a bude u nás spokojené. Ne každému, by náš životní styl vyhovoval, ať se k nám tedy narodí někdo, komu u nás bude dobře.

## JAK OTĚHOTNĚT A NEZBLÁZNIT SE

Nikdy jsem nebrala hormonální antikoncepci a poslední roky jsme už nepoužívali vůbec nic – jen přerušovanou soulož. Já jsem ani nevěděla, kolik dní má můj cyklus, nebo kdy mám ovulaci. Celé roky jsem to nechala běžet „na volno“, jak jsem to pro sebe pojmenovala. Dlouho jsem věděla, že kdybych se svým manželem otěhotněla, tak on bude rád, takže šlo spíše o srovnání mých cílů a myšlenek. Bylo to pro mě velmi pohodlné. Jen jsem si hlídala, abych měla po ruce tampon, a jinak nic neřešila. Právě proto, že jsme nepoužívali žádnou ochranu, tak jsme občas přemýšleli, jestli nebudu mít s otěhotněním problém. A když jsme se rozhodli to zkusit, padla na nás obava, jestli nám to půjde. Pamatuji se, jak jsem se po milování bála vstát, abych to třeba nezkazila, a hned první měsíc jsem byla přesvědčená, že se to povedlo. Měla jsem divné pocity, vše jsem cítila, bylo to jasné. Manžel se svěřil zkušenějšímu kolegovi v práci a ten mu doporučil koupit těhotenský test. „My jsme byli falešně těhotní tři měsíce za sebou, než se to doopravdy podařilo,“ říkal. To, že bych měla něco potvrdit testem, se mě dotklo, ale nakonec jsem svolila. Moje těhotenské sebevědomí bylo s jedním

čuráním rázem pryč. Potvrdila se slova kolegy, těhotná jsem nebyla. Jen jsem si to vsugerovala.

Byla to prohra. Je to jasné, jsme neplodní, co teď budeme dělat? Aby to neskončilo rozvodem! Dokonce jsem vše i obřečela. Celé roky jsem tím pohrdala, ale najednou mi to nešlo, a tím to pro mě stouplo na hodnotě a důležitosti. Manžel byl naštěstí trochu víc při smyslech a snažil se spočítat ovulaci pro další měsíc, a tak zjistil, že jsme se pokoušeli o početí až po skončení předchozí ovulace. Další měsíc jsme příznakům nechtěli věřit a čekali na test. Koupili jsme ho ve čtvrtek a byl opět negativní. Byla jsem z toho špatná, ale už jsem to snášela lépe. Pátek jsem měla příšerně pracovně nabitý a večer jsem slíbila kamarádkám jít bruslit na Štvanici. Přeci nebudu pořád trčet doma. Odpoledne jsem padala únavou, chvíli jsme si zdřímla a dobelhala se do restaurace na večeri a poté na půlnoční bruslení na Štvanici. Než jsem si stačila zavázat brusle, kamarádka donesla čaj s rumem. Včera mi vyšel negativní test. Kdo ví, jak dlouho to takhle půjde dál, a tak to do sebe bez řečí kopnu. Další rundu čajů kupuji sama, pro sebe ale bez rumu. V sobotu ráno jdu na konstelace na Vyšehrad a účastníci se mě ptají, jestli nejsem nemocná, zdám se jim dost pobledlá. V neděli



se přihlásím do fitka a upíšu se k roční smlouvě. Smutek je třeba rozptýlit, ale nějak zdravě. V úterý manžel přijde s dalším testem. Nechápu to, vždyť už mi ten předchozí nevyšel, proč to tedy zkoušet znovu? Test vyšel. Vzpomenu si na rum, konstelace a celý náročný program. Je 14. 12. 2010 večer. Právě nám vyšel pozitivní těhotenský test, ale jsme zaražení. Díváme se na seriál a jdeme brzy spát. Je cítit napětí, které mi není příjemné.

# 1. KONTROLA

Únava se postupně zhoršuje. Celý volný čas trávím spánkem. Hledám číslo své gynekoložky, abych zjistila, že odešla do důchodu a její ordinaci převzal doktor – muž. V životě jsem neměla gynekologa a teď s tím nehodlám začínat! Hledám jinou možnost. Až skončím 23. 12. 2010 v ordinaci gynekoložky na první kontrole.

„Přicházíte s nějakým problémem?“

„Vyšel mi těhotenský test.“

„Tak to je senzace! A dítě je plánované?“

„Ano.“

„Chtěné?“

„Ano.“

„Uděláme první ultrazvuk. Vše je v pořádku. Ale vy máte úplně prázdná střeva. Vidíte, jak se mrskají?“

„Trpím teď nechutenstvím, nemůžu jíst ani vidět,“ vysvětluji.

„Nějak to musíte přelstít, nemůžete úplně hladovět. Cestou odsud si zajděte na jídlo a přijďte opět mezi svátky.“

# PRVNÍ VÁNOCE

Doma začínám chystat podle receptu z internetu linecké. Nějak to spatlám dohromady ale jsem nesmírně unavená, a tak si jdu lehnout. Vstávám a říkám si, že rozválím to těsto. Neuvěřitelně se lepí. Zavolám manžela, jsem nesoustředěná, i čtení mi dělá problémy.

„Hmm, a není tam chyba v receptu? Je to samé máslo!“ Dosype mouku, ale já už jsem zase příliš unavená a jdu si lehnout. Vstávám a z kuchyně voní linecké. Manžel dělá většinu příprav sám, mně je ze všeho zle, občas zvracím a potom opět spím. Jsme poprvé na Vánoce sami a ve většině receptů tápeme.

„Musíme to nacvičit, aby – až budou děti větší – jsme byli za profíky!“ říkám.

## TEĎ UŽ SE BUDEME JEN BÁT

Jedeme do Hradce k manželovým rodičům. Ukazujeme jim fotky z našich Vánoc. Na jedné z nich jsou pod stromečkem tři linecká srdíčka.

„Jste těhotní, že?“ konstatuje tchán.

„Ano,“ odpovídám. Atmosféra houstne

„Gratulovat vám nebudeme,“ říká tchyně, „nám gratulovali a jak to dopadlo.“ Není moc co dodat.

Jdeme spát. Ráno se sejdeme všichni v kuchyni.

„Z té novinky jsme nespali,“ řekne tchyně. „Je to sice hezké, ale teď už se budete jen bát,“ dodá tchán.

Při mytí nádobí po obědě se tchyně rozvypráví o tom, že druhé dítě se narodilo poškozené, „asi to bylo podáním nevhodných léků v prvním trimestru, ale kdo ví, mohlo to být i genetického původu“.

Okamžitě mě na padá, jestli je nějaké riziko i pro mé dítě. Teď se začínám bát i já. Když jedeme zpět domů, řeknu o poškození jeho bratra manželovi.

Je překvapený, nic o tom nevěděl. Svěří se mi se svým velkým tajemstvím, za které se evidentně ještě teď stydí. Bylo toho svěřování na jeden víkend pro unavenou prvorodičku až příliš.

# KDYBYCH NEVĚDĚLA, ŽE JSEM TĚHOTNÁ, MYSLELA BYCH SI, ŽE UMÍRÁM

Jsem permanentně vyčerpaná, ospalá a z jakéhokoliv jídla mi je špatně. Je mi špatně, i když na jídlo jen pomyslím. Často mě bolí hlady žaludek. Je mi na zvracení. Když otevřu lednici, stejně nic nevyberu a v obchodě taky jen projdu.

A do toho všeho přemýšlíme nad tím, jestli i našemu dítěti hrozí poškození. Co když to bylo genetické ho původu? Zvládli bychom postižené dítě? Co když mi doporučí jít na potrat? Neměla jsem se tuto informaci dozvědět před svatbou? Je mi ještě hůř. Jdu zvracet.

Silvestra strávíme v klidu u kamarádky a hrajeme společenské hry. Jsme doma asi o půl druhé, ale i to je příliš pozdě. Zbytek noci zvracím a k ránu už jsem zoufalá. Nevydrží ve mně ani čaj, piškoty nebo kola. Naštěstí ráno manžela napadne udělat mi hovězí vývar a to je má záchrana.

Jak tohle můžou ostatní ženy zvládat? Nemá se jednat o radostné období? Proč je ale pro mě tolik náročné? Nikdy jsem se fyzicky necítila tak mizerně. Kdybych nevěděla, že jsem těhotná, myslela bych si, že umírám. Jednou sedím v kuchyni