

# TOMÁŠ ŘEPKA



D Ě K U J U

& JANA  
CIGLEROVÁ

# Tomáš Řepka: Děkuju

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na  
**www.xyz.cz**  
**www.albatrosmedia.cz**



**Jana Ciglerová**  
**Tomáš Řepka: Děkuju – e-kniha**  
Copyright © Albatros Media a. s., 2017

Všechna práva vyhrazena.  
Žádná část této publikace nesmí být rozšiřována  
bez písemného souhlasu majitelů práv.

  
**ALBATROS MEDIA** a.s.

# TOMÁŠ ŘEPKA

A stylized, handwritten signature in grey ink, appearing to read 'T. Řepka'.

D Ě K U J U ■

& JANA  
CIGLEROVÁ

Veronice, Tommasovi, Markusovi – mým dětem  
Kateřině, která je mým andělem



Namaloval Jakub Dzura [6 let]

## Úvod

---

Na první pohled to byla taková normální, slunečná sobota.

„Čaaaaaaau, Řepooo! Heléééé, chlapi, Řepa je tady! Jak se máš, kapitáne?“ směje se ten chlápek na celé kolo a chystá se mě obejmout. Na sobě má červené tričko, kolem krku spartánskou šálu a jde ke mně tak samozřejmě, jako bychom byli starý kámoši. Baví mě, jak je na něm zřetelný, že mě strašně rád vidí. Nevybavuju si, že jsme se někdy v minulosti potkali, ale to vůbec nevadí.

Na srážech spartánských fanoušků jsme všichni tak trochu jako jedna velká rodina. Nechám se obejmout, prohodím s ním pár slov a podepíšu se mu fixou na ruku, hned vedle místa, kde má vytetovaný spartánský esko. Poplácáme se po ramenou a popřejeme si všechno dobrý. Na chvílku zůstávám sám. Rozhlížím se po těch lidech, usmívám se a je mi strašně dobře. Mám tahle setkání fandů Sparty hrozně rád. Tak tohle jsou lidi, pro který

jsem ten fotbal hrál, říkám si v duchu. Vědí o mně všechno, znají každou moji chybu a byl jsem pro ně modla, když se mi dařilo. Teď se všichni dívají směrem ke mně a já pozoruju, jak se těší, až se se mnou taky přijdou pozdravit. Jako vždycky probereme, co je novýho ve Spartě, já jim podepíšu kartičky a uděláme si spolu fotku. Na chvíli zapomenu na všechno venku. A oni taky. Není žádný podraz v Budějovicích, žádná kasa, žádný červený karty v první minutě. Je to jako za dob, kdy jsem hrál naplno a pomáhal Spartě k titulům. Skvělá doba.

Podívám se na Kačku, která stojí vedle mě. Je vidět, že to dostalo i ji. Úplně září a usmívá se na všechny strany. Potkala mě už jako bývalého hráče, fotbal nikdy nesledovala a teď jí trochu dochází, že jsem asi možná i něco uměl. Baví mě ten její nadšeně udivený výraz. Jak tam stojím, dojde mi, že ještě před rokem by mi nic z toho, co tady teď zažívám, nepřipadalo ani možný. Dost pravděpodobně bych tady ani nebyl. Neměl bych důvod ani sílu sem dojít. Byl jsem odpojený od světa, takže by se mi nikdo ani nedovolal, aby mě sem pozval. Rozpadla se mi druhá rodina, kvůli který jsem ublížil tý první. Přišel jsem o všechny svoje děti, nehrál jsem fotbal, starý kamarádi se ode mě kvůli další partnerce odvrátili. Nevěděl jsem, co mám dělat, co mě čeká a ani jak se mi to celý vlastně stalo.

A teď jsem tady a všechno je jinak. Je mi dobře, mám vedle sebe nádhernou holku, o který vím, že se mnou není kvůli penězům nebo slávě, a vedle který jsem se zase postavil na nohy. Děti se mi vrátily zpátky do života a vynahrazujeme si všechny ty dny,

o který jsme mojí blbostí přišli. Dokonce to vypadá, a nechci to zakřiknout, že se pracovně vrátím zase k fotbalu, i když v trochu jiný roli. Jsem normálně šťastnej. A vám, mojí fotbalový rodině, dlužím vyprávění, jak se to vlastně stalo.





## 1.

Do třetice a naposledy.  
Aspoň zatím.

---

Za dobu, co jsem napsal tu poslední knížku, se stala spousta věcí. A spousta věcí byla jinak už tehdy, když jsem ji psal, ale to jsem neuměl nebo se spíš bál přiznat. Dva roky jsem byl zavřený doma a nedal jsem lidem o sobě vědět. Narovnávat věci ve svém životě obecně, tak mám potřebu narovnat i tohle. Rozhovor do novin není nikdy dost dlouhý, abych měl pocit, že jsem řekl všechno tak, jak bych to říct chtěl. Je to jenom nějaká výseč, která možná postihne jeden moment, ale ne celý život. Taký mám pocit, že tím, že řeknu pravdu, se s určitými událostmi, a samozřejmě taky lidmi, vyrovnám i osobně. Dávám si život do pořádku po všech stránkách, a to přeneseně i doslova. Mám pocit, jako bych byl dřív na nějaké odbočce, možná spíš slepé

cestě, kde jsem to ani nebyl já. Teď se vracím zpátky sám k sobě, ale jinak. Posílený o to těžké, čím jsem si prošel. Vyprávět celou tu story a některými věcmi procházet znovu není nic příjemného. Je to silný prožitek, ale mnohem radši bych měl život tak obyčejný a srovnaný, že by nebylo co vyprávět.

Jenže já svůj příběh tehdy nevyprávěl celý. Některé věci jsem nevěděl, jiné jsem říct nechtěl, další jsem neměl srovnané ani sám v sobě. Součástí toho, že člověk jde dál, je nejen vyrovnání se s minulostí, ale hlavně pochopení toho, proč jsem některé věci dělal. Něco o sobě vím, že nikdy nezměním, třeba svůj temperament, a spíš než bojovat proti němu ho chci přijmout a pracovat s ním. Jiné věci tu ale ke změně jsou – třeba to, že uznám chybu, a omluvím se za ni. V mém případě spíš za ně, jak uvidíte na dalších stránkách. Když s novináři nemluvíte, píšou o vás sami. Vytvoří vám tím nějakou image, pod kterou vás už veřejnost pak automaticky bere. Já jsem ve škatulce „zuřivý cholerik, co opustil rodinu kvůli prsaté holce, která ho nakonec o všechno obrala“. Přitom pravda je taková, že jsem plachý introvert, který by z nefunkčního manželství odešel tak jako tak, a na mizině rozhodně nejsem. Působím jako tvrdohlavý bouřlivák, ale v životě jsem mírný člověk, se kterým je snadné se dohodnout, někdy možná až příliš snadné. A takhle je to se vším. Ve chvíli, kdy se něco děje, zůstávám stranou a nekomentuju to, jenže pak po čase zjistím, že jsem prezentovaný jako někdo úplně jiný, než ve skutečnosti jsem. Tahle moje zpověď je o tom, jakou cestu jsem ušel od doby, kdy jsem napsal svoji první knihu, co se mnou udělaly moje

pády, které pak přišly, a jak jsem se s nimi vypořádal. Hotovým člověkem nebudu do smrti, ale teď jsem to opravdu já. Je to pět let, co nehraju fotbal, ale mně někdy přijde, že to je aspoň jednou tolik. Protože i když profesně jsem už nic moc zajímavého nezažil, v osobním životě to je jeden životní zlom za druhým. Jako bych se snažil dožít všechno to, na co jsem kvůli fotbalu neměl čas. Za těch pár posledních let jsem se stačil rozvést, zplodit syna, vymanit se ze závislosti, oženit se a zase rozvést. I proto je tahle knížka jiná než ty předchozí – není moc o fotbale, protože už ho nehraju, ale je víc o mně jako o člověku. Je to moje osobní zpověď, ve které se vydávám všanc, ale kterou cítím, že vám dlužím.



## 2.

### Jak to bylo [a je] u mě s alkoholem

---

V předchozí knize jsem tuhle kapitolu svého života přešel na pár řádcích, ale ve skutečnosti to bylo mnohem horší, než jsem byl tehdy ochotný přiznat. Dlouho jsem pil sice hodně, ale pořád to bylo v rámci zábavy. Možná proto, že jsem s pitím začínal pozdě, až v jedenadvaceti letech, jsem to pak v další dekádě s takovou odhodlaností doháněl. Propařili jsme se Spartou neuvěřitelný mejdany a je dobře, že naše jízdy s kamarádama nikdo nenatáčel. Dneska už mám i tuhle fázi za sebou a piju jen někdy a jen trochu. Mám rád pivo, nikdy jsem se nenaučil pít víno ani bublinky, ale panáka si dám rád. Dřív jsem pil vodku, dneska si nejradši objednáám rum. Ale žádný fajnový, ten nejobyčejnější Božkov. Je v něm něco, co mi strašně chutná a co žádné ty drahé sofistikované rumy nemají. Lidi tím často překvapím, čekají, že

budu pít něco načančaného, ale to já ne. Mám zkrátka rád jasné a jednoduché chutě. Moje období, kdy jsem flašku potřeboval a těšil se na ni, začalo před pěti lety.

Tehdy jsem pil hodně každý den a nikoho jsem k tomu nepotřeboval. Začalo moje nejtěžší období v životě, které následně trvalo několik let. Na konci roku 2011 jsem skončil ve Spartě a v roce 2012 se mi narodil syn Markus, což byly dvě zásadní události, které výrazně ovlivnily můj další život. Jenže místo toho, abych byl plný energie a možností, co teď začnu dělat, když nemusím hrát ani trénovat, jsem začal pít. Dalších osm měsíců jsem každý den dojížděl do Budějovic. To bylo sto padesát kilometrů jedním směrem, takže tři sta kilometrů denně. Mohl jsem tam být přes týden a vracet se po sobotních zápasech, ale já měl novou rodinu a malého kluka, se kterým jsem chtěl být. Moje první děti jsem si nemohl tolik užít, když byly v tomhle věku, a nechtěl jsem o to období s Markusem přijít. Taky jsem chtěl pomoct Markusově mámě a mojí pozdější manželce, aby toho na ni nebylo tolik. Když jsem pak skončil s fotbalem, Markus se stal mojí hlavní náplní. Místo nových začátků na mě všechno padlo. Nevěděl jsem, co bude dál, co bude se mnou, jak budu pokračovat. Třiadvacet let jsem byl zapřáhnutý každý den, měl jsem jasnou představu, co budu dělat dneska, zítra, za měsíc nebo za rok. Čas byl organizovaný za mě, na všechno byl plán, který mi sestavili trenéři a manažeři klubu. A najednou nic z toho nebylo. Ráno mě nic nečekalo a já nemusel vstávat. Nemusel jsem se připravovat na trénink ani na zápas, neměl jsem povinnosti

ani žádnou rutinu. Jediné, co jsem měl, byl malý syn. Když se na to období dívám zpátky, vidím, že jsem všechnu svoji energii a systematickosti nasměroval do něj. Stal jsem se na něm až přehnaně upnutý, nikomu jsem ho nechtěl půjčovat, chtěl jsem být pořád s ním, protože on byl moje jediná jasná náplň dne. A večer jsem trávil čas s alkoholem. Pokaždý jsem si otevřel lahev vodky, dal si pět nebo šest panáků a šel spát. Díky kondici, jakou jsem měl, a ibuprofenu před pitím jsem druhý den fungoval úplně normálně a nic na mně nebylo znát. Jenže moje pití se stupňovalo. Vnímал jsem to, ale omlouval jsem si to a dělal si vnitřní alibi. To je jen takovej ten meziplýn, říkal jsem si, mezistupeň po sportovní kariéře a před tím, co přijde. Potřebuju si to všechno zrekapitulovat a vybalancovat, vysvětloval jsem si to. Měl jsem dole v domě udělanou takovou trucovnu, velký krásný bar, který byl kompletně zařízený. Prostě jako kdybyste šli do normálního veřejného baru, tak takový jsem měl doma. To věci moc neulehčovalo. Měl jsem tam velkou televizi, koukal po večerech na fotbal a další sporty, seděl na baru a popíjel. Závislost jsem poznal tak, že jsem se na toho panáka večer těšil čím dál víc. Nemohl jsem se dočkat. Nechtěl jsem si to samozřejmě přiznat, nikdo si to v tomhle stádiu nechce přiznat. Pořád jsem si to nějak omlouval a vymlouval se na něco. Přestal jsem ty panáky počítat a ztrácel tím přehled, kolik jsem toho doopravdy vypil, ale často jsem vypil i celou flašku. S rostoucím počtem standardního množství panáků za večer se mi začala rozpíjet realita. Stalo se ze mě něco, co jsem nebyl já. Těšil jsem se na večer, až si zase dám panáka.



Pil jsem dvojitou vodku s ledem. Jakmile jsem se napil, celodenní napětí a podrážděnost povolily a já se najednou uklidnil. Byl jsem nad věcí, necítil jsem problémy ani jsem si je nepřipouštěl. Měl jsem dobrou náladu, bylo mi příjemně a nic mi nevadilo. Přestával jsem vnímat urgenci toho, že svůj život musím nějak pořešit. Že se musím rozhodnout, co bude, a začít tomu dávat nějaký jasný tvar. Realita se mi vytrácela, byl jsem za takovou mlhou. Přestal jsem racionálně uvažovat, ponořil jsem se do svého světa, ve kterém jsem byl jenom já a vodka. Nedokázal jsem rozlišovat základní věci a stal se ze mě člověk, který ubližoval svému okolí. Choval jsem se jako hlupák. Nevěděl jsem si s budoucností rady a vodka mi to pomohla oddálit, nemusel jsem to řešit a na chvíli jsem na to mohl přestat myslet. Jenže já si nevěděl rady ani s přítomností. Občas jsem si uvědomil, že nejsem v dobrém vztahu, ale když se na to dívám teď zpátky, vidím, že tohle bylo daleko těžší si připustit než to, že jsem závislý na alkoholu. Dlouho to na mně nebylo znát. Ani lidi, kteří mě znali dobře, to na mně nepoznali. Když jsem pil, tak jsem měl dobrou náladu a byl jsem veselý. Dokonce i po flašce vodky jsem vypadal tak, jako kdybych v sobě měl jen pět šest panáků. Nikdy mi nebylo z alkoholu špatně, nezvracel jsem a mohl jsem vypít, co jsem chtěl, neměl jsem záklpekku. Pil jsem třeba do jedenácti nebo dvanácti v noci a přestával až ve chvíli, kdy už nic nezbylo. Moje tehdejší manželka buď nebyla doma, nebo už spala. Šel jsem prostě spát a druhý den vstával v půl sedmé jakoby nic. Vypadá to jako výhoda, ale ve výsledku to výhoda nebyla, protože se jen oddalovala doba, kdy

jsem to musel začít řešit. Trvalo mi rok, než jsem k tomu momentu dospěl. Určitě to není nic, na co bych byl pyšný. Ale součástí toho, že se s tím vyrovnávám a posouvám se dál, je i to, že o tom dokážu mluvit. Nevybírám si jen ty hezké a příjemné části svého života, o kterých vyprávím. Jsem tu před vámi se vším všudy, i s tím těžkým, slabým a nelichotivým. Protože vím, že to, co se stalo mně, se může stát komukoliv. Vidím případy lidí kolem sebe, které závislost potkala taky, a důležitější než to, že se to stalo, podle mě je to, že jsem se z toho dostal ven. Sám, bez většího průšvihů, jako součást cesty k sobě samotnému a k tomu, kdo doopravdy jsem. Protože zrovna to, kdo jsem, jsem určitě období svého života nevěděl, nebo to posunul stranou. Dneska vím, že většina opravdových problémů, do kterých jsem se kdy dostal, souvisela s tím, že jsem sám sebe vypnul. Už bych nikdy nechtěl, aby se mi to stalo znovu, proto o věcech mluvím. Co je vědomé, to nad námi ztrácí sílu. To je velká životní pravda, kterou dneska vím a které se držím. I proto jsem rád, že mám vedle sebe holku, se kterou můžu mluvit úplně o všem. Která nehraje hry a která o věcech potřebuje mluvit tak moc, že mě někdy v noci i vzbudí. Ale i k ní jsem musel dojít. Kdybych tehdy věděl, že mě na konci toho všeho čeká, strašně by se mi ulevilo, protože bych si v tom celém nepřipadal tak sám. Na druhou stranu, a tak to v životě chodí, bez toho, abych opravdu dopadl na dno, bych si nevážil toho všeho, co dneska mám. Čekaly mě těžké měsíce a bylo vlastně dobře, že jsem nevěděl, že jich bude tolik.



### 3.

## Přestal jsem úplně

---

Můj konec s alkoholem je učebnicovým návodem, jak přestat pít. Opravdu jsem prošel všechny položky toho postupu, i když jsem to dělal intuitivně a vůbec si to dopředu neplánoval. Zpětně vím, že právě díky tomu to všechno do sebe zapadlo. První připomínky přišly od mého okolí. Kamarádi a mí blízcí mi říkali, že mě nepoznávají, že jim se mnou není dobře, že se chovám divně a že jsem jiný, než jsem byl. Byl jsem otupělý, řešil jsem malichernosti a mrhal jsem časem. Trvali na tom, že bych takhle neměl žít, protože to nejsem já a není mi to vlastní. V knihách o odvykání alkoholu je tohle bod číslo jedna – negativní zpětná vazba od nejbližšího okolí. Jestli máte kolem sebe někoho, kdo je na něčem závislý, to nejhorší, co pro něj můžete udělat, je, že se budete tvářit, jako že to není. Naopak. Mluvit o tom, popisovat ty

rozdíly v chování, připomínat, že takový ten člověk nebyl a že to není on. On si to totiž neuvědomuje. Když budete jeho problémy zahlazovat a žehlit pro okolí, jenom prodlužujete dobu, než si připustí, že má problém. A to je ten první a zároveň nejdůležitější moment – uznat, že mi to přerostlo přes hlavu a že to nezvládám. Když vám nevyjde společný plán, protože se ten druhý opil, tak nemá cenu říkat, že leží doma a není mu dobře. Všem a narovinu pravdu. Okolí závislého člověka má sílu s ním pohnout, i když ten jeden nejzásadnější krok zůstane na něm. Mně to kamarádi říkali a poukazovali na to, že mým hlavním problémem není alkohol, ale partnerský vztah, a ať z něj odejdu.

Pamatuju si, jak mi jeden kamarád výslovně říkal, že jsem si k sobě nenašel správného člověka a že náš vztah je jen jako. To bylo asi to nejpřímější, co mi k tomu kdo řekl. Mí přátelé viděli to, co já jsem nechtěl vidět a před čím jsem se vlastně upíjel. Když o tom teď přemýšlím, tak si uvědomuju, že tyhle proslovy ke mně sice tehdy dolehly, ale abych si je nemusel připustit, ještě víc jsem se proti nim obrnil, a tím se uzavřel do sebe. Abych to nevnímal, pil jsem ještě víc, čímž jsem se dál potápěl níž. A protože jsem se vztahem ani s pitím nekončil, nechali mě kamarádi být a část z nich se tehdy ode mě i odvrátila.

Ještě silnějším důvodem ale pro mě byl Markus. Nepil jsem, když jsem byl s ním, ale díval jsem se na něj a věděl jsem, že se nechci upít a že chci být s ním. Probudil jsem se jedno ráno a tohle všechno se mi honilo hlavou. Jako kdybych ten svůj pomyslný rybník už vypil a najednou to viděl naprosto jasně. Padlo to na mě.

Uvědomil jsem si, že mí lidi už kolem mě nejsou. Byli tam jiní, její, a ti byli součástí problému. Udržovali mě v tom, abych věci neřešil, protože se na mně přizívovali a vyhovovala jim moje snížená schopnost kontroly. Jezdili za mnou domů, dávali si se mnou panáky a já se vedle nich potápěl čím dál níž. Když mě pak začala partnerka podvádět, přikyvovali jí a kryli ji. V to ráno mi došlo, že takhle už nemůžu dál. Tehdy to byl ten hlavní pocit, který si zpětně vybavuju. „Tohle nejsem já a takhle to nechci.“ Nevěděl jsem, co s tím udělám, ale když jsem o tom pak mluvil s psychologem, pochopil jsem, že tohle byl ten rozhodující moment. Byl to totiž okamžik, kdy jsem se rozhodl, že svůj život musím změnit, a hlavně, že ho změnit chci. Postupně jsem si uvědomil, že jsem to přestal být já. Že žiju v nějakém oparu a iluzi a že nejsem sám sebou. „Takhle jsem si svůj život nepředstavoval. Co se mi to stalo?“ honilo se mi hlavou tam a zpátky. Najednou jako kdybych vystřízlivěl. Procitnul jsem a podíval se kolem sebe. Vůbec jsem svůj život nepoznával. Začal jsem vnímat, že problémy, před kterými jsem se snažil otupit, nemizely. Už chápu, proč se někdy o někom říká, že se propil do střízliva. Byl to přesně můj případ.



## 4.

### Psycholog

---

Psycholog, za kterým jsem začal chodit, byl skvělý chlap. Přišel jsem k němu poprvé, on se na mě dívá a říká mi: „Mně je úplně jasné, pane Řepko, proč sem jdete.“ Věděl všechno. Nebyl jsem první známý člověk, který k němu přišel. Pomohl mi pochopit, kde jsem se ocitnul. Dostal jsem se sem kombinací stresu, vyhoření a nulové budoucnosti. Naprosto jsem přišel o svůj svět tak, jak jsem ho znal, a v tom novém nebylo nic tak, jak jsem si představoval. Z vrcholového fotbalisty jsem se stal tátou na plný úvazek. To byla totální změna identity.

„Četl jsem vaše rozhovory, kde jste říkal, že jste na konec kariéry připravený. Věděl jsem své. Na konec kariéry nejste nikdy připravený, pane Řepko. Nemůžete být,“ říkal mi ten psycholog. „S tím vzduchoprázdnem se musí poprat každý – a každý po svém.“



My, vrcholoví sportovci, představujeme velkou rizikovou skupinu pro závislosti. Nemáme finanční omezení, které může pro hodně lidí působit jako záklopka, a máme potřebu adrenalinu. Ještě většího adrenalinu než zažíváme při sportu, nebo aspoň podobného. Když v jednu chvíli stojím na stadionu plném lidí, kteří nadšeně křičí moje jméno, protože já nás právě dostal k titulu, jak je potom těžké jet domů, obout si bačkory a posadit se při šálku čaje k televizi, jestli mi rozumíte. Jsem stejný jako všichni ostatní – ve volném čase se chci bavit a zároveň vypnout. A protože v mojí práci nepřekládám na úřadě lejstra, ale bráním góly, ten volný čas chci naplnit ještě něčím silnějším, než je to, co jsem zažil „v práci“. Tím chci říct, že dobře chápu, proč většina slavných zpěváků a kapel bere drogy. Já nikdy drogy nebral, ale pařil jsem slušně. Stejně jako já i oni stojí na stadionu před lidmi, kteří jim v nadšení tleskají, a protože tohle je jejich práce, po koncertu chtějí dělat něco ještě silnějšího. Takových věcí není moc. Takhle silné zážitky se dají vypnout jen zenovou meditací, nebo alkoholem a drogami. Kdo mě viděl na hřišti, ví, že nejsem úplně zenový typ, abych tak řekl. Drogy nikdy nebyly moje krevní skupina, takže jsem měl ten chlast. Ten mi pomohl na chvílku vypnout, pustit hlavu, povolit to napětí, které jsem prožíval. Navíc jsem neměl omezení díky své fyzické kondici. Ostatní musí brzy domu, já mohl pařit do rána a v deset už jsem se vyklusával na hřišti jakoby nic. Po čtyřech sezeních s mým psychologem jsem došel k tomu, že musím úplně přestat pít. Chtěl jsem mít zase čistou hlavu a začít svoje problémy řešit. Viděl jsem, že skrz alko-

hol se k nim nedostanu a nemám šanci je rozmotávat. Naopak jsem si je přiděloval. A tak jsem přestal. Ze dne na den a úplně. Když to dneska někomu říkám, většinou je překvapený. Jenže já mám i díky fotbalu silnou vůli. Jsem zvyklý na překážky a jsem nastavený je zdoávat. Tohle mají vrcholoví sportovci všichni, protože se každý z nás mnohokrát ocitnul v bodě, kdy už nemohl, a prostě musel. To je hodně podobný proces. Prostě jak si řeknu, tak to je. A bylo. Zvláštní je, že tak, jako jsem přestal s alkoholem a hraním, jsem nikdy nedokázal přestat s cigaretami. Chtěl bych to dokázat úplně stejně ze dne na den, rozhodnu se a končím, ale vůbec mi to nejde. Už jsem zkoušel i náplasti, omezování, nic. Ale nebojte, mám to jednoho dne v plánu. Kačka nekouří a někde jsem si přečetl, že líbat se s kuřákem, je něco jako vylizovat popelník. Tak to je pro mě silná motivace, chápete.



*V Banco Casinu s kamarádem Pavlem Páskem*

## 5.

### Když už jsme u těch závislostí: Gambling

---

Když už se vypořádávám s jednou závislostí, musím zmínit i tu, ze které jsem podezříváný dodnes. A přitom už to dávno není pravda. Ale i můj vztah s Kačkou se prozradil proto, že mě fotografové sledovali, když jsem šel po Václaváku. Je tam kasino, do kterého jsem tehdy rád chodil, a oni si mysleli, že si jdu zase zahrát. Místo toho jsem mířil na naše první rande. Dohromady jsem na automatech hrál pět let. Nejsem na to období vůbec pyšný a mluví se mi o tom nelehko, protože jasně vidím, jak zbytečné to bylo a že mi to i ublížilo. Dneska už automaty nehraju stejně tak dlouho a vysloveně se jim vyhýbám. Chodil jsem do herny v Dejvicích, v Budějovicích a sem tam do kasina. Někomu to možná bude připadat zvláštní, ale já měl ten svět heren rád. To tmavé doupě plné kouře a blikajících přístrojů, to byl pro mě takový

relax. Neměl jsem potřebu utrácet peníze, potřeboval jsem si buď vypnout hlavu po zápase a úplně se vyresetovat, nebo se naopak nastartovat před tréninkem. Nejčastěji jsem hrál ovoce, takové to mechanické mačkání čudlíků. Někdy jsem měl chvíle, a to bylo po zvlášť náročných zápasech, kdy jsem si jenom zapnul mašinu a nechal automat, ať mi hraje před očima sám. Já se na hřišti strašně vydal, emocionálně i mentálně, takže mi pak to vypnutí a nastavení se do normální hladiny chvíli trvalo. Potřeboval jsem si odpočinout, povolit ten stres a zapomenout na všechno. Upustit ventil. Automaty k tomu vedly rychle. Taková zkratka k odreagování a vyčištění si hlavy. Někdy jsem taky hrál poker nebo ruletu. Pobyl jsem vždycky dvě tři hodiny, dal jsem si k tomu drink a šel jsem spokojeně domů.

Kromě Dejvic jsem ještě chodil do Cottonu a někdy, výjimečně, do toho kasina na Václaváku. Peněz jsem měl dost a nechodil jsem si tam pro výhry. Nepatřil jsem mezi ty, které jsem tam kolem sebe někdy viděl, co dluží peníze a doufají, že je v automatech vyhrají zpátky. Já věděl, že automat nepřechurám. Ani jsem tam nikdy nenaházel žádné vysoké částky. Jasně, pro normálního člověka je dvacet třicet tisíc hodně, ale já bral tehdy milion měsíčně, takže to pro mě nebyly sumy, kterých bych si všimnul. Možná pak v součtu by mi to číslo asi radost neudělalo, odhaduju, že v průběhu let aspoň ten milion padl, ale taky jsem z toho část vyhrál zpátky, počítám zhruba tak třetinu. Bral jsem to tak, že jsou to peníze, které jsem si vydělal, a že je na mně, jak si část z nich utratím. Jak říkám, bylo to moje odreagování. Nora, kam

jsem si zalezl a byl v ní jen sám. Taková moje bublina, ve který jsem si upouštěl ten svůj papíňák. Nikdo mě tam neprudil, nikdo po mně nic nechtěl, a zároveň to byla hra, takže tu soutěživou část mě jsem si tam mohl uspokojit. Pak jsem vyšel ven a byl jsem jako nový člověk. Bylo mi jedno, jestli jsem prohrál dvacet tisíc nebo vyhrál deset, to jsem vůbec neřešil. Někdo si potřebuje platit soukromé lítání, jiný třeba sadomasochistické orgie, aby si srovnal hladinu adrenalinu, mně vyhovovalo mechanické mačkání čudlíků v oblíbené herně. Každý jsme jiný a oboje vyjde na podobné peníze, akorát že mě u toho samozřejmě fotili paparazzi. Ten automat, co jsem si tehdy vyřazený odkoupil od kamaráda, to byla dekorace do mého domácího baru. Sranda. Hrál jsem na něm jednou a z legrace, když za mnou přišli kluci. Ani vzdáleně to nepřipomíná to, co je v herně. Mě na tom hraní bavilo všechno to ostatní dohromady – to prostředí, atmosféra, lidi, mašiny. Sám doma si to zapnout, v tom čistém, hezkým prostředí domova, to je stejný, jako když si domů koupíte kulečnick. Stejně ho budete chodit hrát do kavárny.

Nikdy jsem si nemyslel, že automaty budou jednou součástí mého života. A zpátky tu epizodu vidím jako něco, k čemu si v duchu připojuju slovo bohužel, ale chápu to. Nebyl jsem ten bezhlavý hráč, který utratil všechno, co u sebe měl. Dával jsem si limity. Jsem systematický člověk. Pro mě byla herna ústupový prostor, kam jsem si zašel, když jsem potřeboval, ale nebyla v tom žádná patologie ani roztřesené ruce při pohledu na blikající světýlka. Byly chvíle, kdy jsem zašel do herny každý den třeba čtyři

dny za sebou. A pak zase nějakou dobu vůbec. Podle toho, jak náročný jsem to v tu chvíli v životě měl. A to jedno období bylo pro mě prostě peklo, to zpětně přiznávám naplno.

Ve Spartě mi tehdy oznámili, že už se mnou počítají jen jako se čtvrtým stoperem. To prakticky znamenalo, že jsem sezonu proseděl na lavičce. Byl to pro mě šok. Z kapitána týmu jsem najednou takhle spadnul. Byl to jasný náznak, že už se mnou víceméně nepočítají a že moje kariéra ve Spartě se blíží ke konci. To nebyla jednoduchá doba. I když jsem věděl, že to jednou musí přijít, když to přišlo, neuměl jsem se s tím srovnat.

Do toho vrcholily moje problémy doma. S Erbovou už jsme měli plně rozjetou aféru, kterou jsme tajili, ale bulvár nás vždycky nějak načapal. Dneska už mi je jasný, kdo tomu tehdy pomohl, ale tenkrát by mě to ani nenapadlo. Scény v herně, kam za mnou tajně přišla milenka, aby ji tam nachytala dcera Veronika, zavolala to mámě a Renata si to tam pak se mnou přijela i s Tommasem vyřídit, to bylo něco šílenýho. Strašlivý stres, vůči kterému se jde obrnit jenom tím, že se člověk vůči tomu všemu prostě uzavře. Takže jsem se zavřel a předstíral, že jsem nad věcí a že se mě nic z toho nedotýká. Ve skutečnosti jsem tím strašně trpěl, ale nevěděl si rady. Chtěl jsem tu situaci pro všechny uklidnit tak, aby v tom nastal nějaký mír, ale nevěděl jak. Myslím, že mě tehdy udal někdo z hostů. Bylo mi to strašně nepříjemný, ohromná ostuda.

Byl jsem kapitánem Sparty a hodilo to špatný světlo jak na moji rodinu, tak na ten klub. Bral jsem to jako zradu. Přišel jsem

domů a musel jsem to vysvětlovat. Nejdřív jsem doma tvrdil, že tam mám kamaráda na baru, za kterým tam chodím na kafe. Renata je chytrá ženská, takže si tu hernu našla a poptala se tam. Měla informace i od fotografů, kteří tam na mě taky čekávali. Podle zákona se uvnitř heren a kasin fotit nesmí, ale když si paparazzo sednul vedle mě a hrál u automatu taky, tak co já věděl, že si mě pod rukou fotí. Zapírání nemělo cenu a já musel Renatě říct pravdu. Bylo to velké faux pas. Tvrdý incident.

Hádaly se tam a vjely si do vlasů, já mezi nimi a uklidňoval je. Všichni na to koukali. No něco strašného. Renata pak odešla a rozbila mi zadní sklo u auta, když mi tam hodila cihlu. Erbové zase dcera pomalovala auto kosočtverci. Přijel jsem pak domů a Renata mě definitivně vyhodila. Lidi se rozcházejí a manželství se rozpadají, ale to, co se dělo tehdy, to bylo tak náročné, že nějaký ovoce míhající se přede mnou s blikajícími světýlky automatu byla jediná věc, která mě dokázala vypnout a toho všeho se aspoň na chvílku pustit.

Dobře si uvědomuju, že to nikdy nemohlo být v míru, protože člověk, se kterým jsem si začal, v míru nedokáže fungovat a potřebuje drama tak moc, že ho musí dovytvářet. Jakákoliv šance na klid a smíření nemohla proto nikdy vyjít. Jak jsem přestal? Stejně jednorázově jako jsem přestal pít. Ze dne na den. Jedinou úvahou. Já to takhle prostě mám. Jediná moje závislost, se kterou si opravdu nevím rady, jsou cigarety. Všechno ostatní potkám, pustím si to a projedu to až na svoji hranici, a ve chvíli, kdy jsem za tou svojí vnitřní hranicí, toho ze dne na den nechám.



Tak to bylo i s automaty. Stalo se to tak, že jsem tam jednou v té herně prostě seděl a všechno mi to připadalo stejné. Lidi, které jsem do té doby měl rád, mi začali vadit. Pozoroval jsem chlapíka, který přišel do herny, zasedl k automatu a cpal to tam. Za půl hodiny ho vidím, jak tam zkroušeně sedí, a ptám se ho, co se mu stalo.

„Já vám to snad ani nebudu povídat, pane Řepko,“ říká mi ten chlápek naprosto zoufale. „Nejsem z Prahy, manželka mě poslala, abych zajel koupit pračku, měl jsem na to třicet tisíc, a já to tady všechno prohrál. Teď nevím, co jí mám říct, až přijedu domů bez pračky.“

Koukám na něj a nemůžu tomu uvěřit. Neznal jsem nikoho, kdo by kvůli hraní neměl peníze na něco tak základního, jako je pračka. Bral jsem to jako povyražení a relax a neviděl v tom tu zoufalost někoho, kdo si nemůže pomoci. Navíc ten člověk nebyl žádný ubožák, byl to normální chlap jako já. Došlo mi, že bych mohl dopadnout jako on. No vážně. A to bylo pro mě prozření. Tak to teda ne. Tohle nechci. Byla v něm taková beznaděj, že si ani nejsem jistý, jestli tehdy nakonec přijel domů a jestli ještě vůbec žije.

Z toho momentu vzešel můj konec s hraním. Tehdy jsem skončil a už nikdy nezačal. Pak jsem si dával takové zkoušky. Už jsem nechodil hrát, ale přijel jsem do baru, kde byla herna, a pozoroval, co to se mnou dělá. Podíval jsem se na ty automaty, šel si sednout na bar a byl jsem úplně v klidu. Tehdy se mi ulevilo, protože jsem věděl, že kdybych byl závislý, nedokázal bych tam jen

tak sedět a nehrát. Na druhou stranu přiznávám, že tomu takzvaně nechodím naproti. Mnohokrát mě zvali na turnaj v živém pokeru, ale radši jsem to odmítl. Nechci už hrát, a proto předcházím tomu, abych to nějak pokoušel. My sportovci jsme nadprůměrně soutěživí lidi, a to v souvislosti s automaty nemůže dělat dobrotu. I můj psycholog mi vysvětloval, že sportovci jsou, co se závislostí týče, nejohroženější skupina. Výhoda, ale i nevýhoda automatů je, že ohromnou část jejich přitažlivosti dělá atmosféra prostředí, takže tam člověk může zajít, dát si kafe na baru a jen tak to beztréstně chvíli nasávat. I tak ale souhlasím s tím, že se herny zavírají. Už kvůli těm zoufalcům, kteří by ty peníze na pračky neutratili, kdyby cestou tu hernu nepotkali.



## 6.

### Jak jsem zase pít začal

---

Můj konec s alkoholem byl stejně jednoznačný, ale už nebyl tak trvalý. Nepil jsem rok a půl. Dokonce jsem se mezitím i oženil a měl rozlučku se svobodou, a na obou akcích jsem byl zcela střízlivý. Tady aspoň vidíte, že konec s alkoholem ještě neznamená, že neuděláte další životní kravinu, ale každopádně pro mě bylo důležité se o sobě dozvědět, že když chci, tak to dokážu. Jen ale nemůžu alkohol vydávat za polehčující okolnost mé druhé svatby. Byl jsem zcela při smyslech, bohužel. Aspoň ale v něčem mi ta absolutní střízlivost pomohla. Když jsme se brali, po zkušenostech s rozvodem z prvního manželství jsem trval na tom, že budeme mít předmanželskou smlouvu. Dneska za tu prozíravost děkuju pánubohu každý druhý den. Samozřejmě že se to tehdy nesesetkalo s nadšenou odezvou a chvíli jsme kvůli tomu byli i ve

sporu. Ale nakonec mi pomohl právě argument s nevypořádaným majetkem z prvního manželství a hrozícími exekucemi. Mé druhé manželky by se netýkaly mé zisky, ale ani dluhy. A to ve finále zabralo, takže jsme měli každý svůj majetek nejen před svatbou, ale i po svatbě. Žádné společné jmění manželů neexistovalo. Ani já sám jsem tehdy netušil, jak rád za to jednou budu.

Nicméně k alkoholu jsem se vrátil tak, že mě trochu ukecali kamarádi a trochu to byla výjimečná příležitost. Já se vždycky chtěl podívat do Las Vegas. Mám tu atmosféru kasin pořád rád a v tomhle ohledu je Vegas světová špička. Letěli jsme ještě s mojí tehdejší manželkou a jejími kamarády, bylo to pár měsíců po svatbě. Stojíme v Praze na letišti a oni mi říkají: „Dáš si s náma skleničku, ne?“

A já na to, že ne, protože přece nepiju.

„No tak letíš do Vegas, to si snad na to připijeme, ne? Co tam budeš jinak dělat? Dej si jednoho panáka!“

A exmanželka se přidala: „A tak si dej, jeden panák tě nezabije.“

A tak jsem si dal. Bral jsem to jako sváteční moment, výjimečnou příležitost. Tím okamžikem jsem se k pití vrátil, i když už nikdy ne tolik jako předtím. Čas bez alkoholu mi pomohl pochopit, jak moc mi alkohol bral, takže už jsem do toho nikdy nešel s takovou vervou. Naučil jsem se mít záklopku a korigovat to. Čekalo mě ještě jedno těžké období po rozpadu druhého manželství, ale už jsem do toho nikdy nespádl tolik. Dneska to mám tak, že někdy piju, většinou ne, a když piju, umím pít i málo, společensky a decentně. Prostě tak akorát, jako pijí normální lidi, kteří

s tím nemají problém. Mívám čtrnáct dní, kdy se nemám potřebu dotknout alkoholu, a pak si jdeme někam sednout nebo je nějaká oslava a já za ten večer vypiju pět šest panáků nebo pět šest třetin plzně. Největší rozdíl je, že si alkoholem nic nedokazuju. Nejsem frajer, protože si dám panáka, jsem frajer, když si ho nedám. Tak to teď беру. Když se pro něco rozhodnu, umím mít disciplínu, to mi dal celoživotní dril vrcholového sportu. Holt mi jen chvíli trvá, než se pro něco rozhodnu, a pro cigarety jsem se doteď pořádně nerozhodl. Chtěl bych to aspoň omezit, ale rozhodnutý pro to ještě vnitřně nejsem. Ale neříkejte to Kačce, dělá jí starosti, že pořád tolik kouřím a ničím si zdraví. Je to moje první ženská, která nekouří.