

LUCIE ŠILHOVÁ

BERU TO



NA SEBE

motto

Beru to na sebe

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na

www.motto.cz

www.albatrosmedia.cz



motto

Lucie Šilhová

Beru to na sebe – e-kniha

Copyright © Albatros Media a. s., 2019

Všechna práva vyhrazena.

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


ALBATROS MEDIA

LUCIE ŠILHOVÁ

BERU TO

NA SEBE

Praha 2019

OBSAH

Úvod.....	5
I. V lednu zhebnu.....	15
II. Únor bílý, srdce šílí.....	31
III. Březen, pod koberec vlezem	45
IV. V dubnu zblbnu	63
V. V máji jsem v háji.....	81
VI. V červnu se nehnu.....	97
VII. Červenec, místo pupku pupenec.....	113
VIII. V srpnu Ve stanu záchvat dostanu	131
IX. Září učeně se tváří.....	151
X. V říjnu po ránu budu za dámu	169
XI. V listopadu koše s jídlem nepokladu	187
XII. Prosinec, v pohádkách mám blázinec ...	207

ÚVOD

Na sexu po dvaceti letech manželství je nejlepší, když ho odložíte na zítra, říkám si s úlevou, když slyším z vedlejšího lůžka první zachrápnutí. Po pětadvaceti letech, opravím se v duchu.

Většinu pravd si říkám v duchu. Protože jakmile je vyslovím nahlas, změní se pravdy ve velmi poťouchlé bytosti. Ve spánku mi kreslí pod oči kruhy a dělají dolíky do stehen, přes den v dokladech přepisují data narození. Nevím, co by se dělo, kdyby teď můj hlas vypustil do světa pravdu, že jsem vdaná přesně polovinu svého života. Našla bych ráno na nočním stolku klaunský nos? Svatozář? Telefonní číslo na psychiatrii? Poukázku na neomezenou konzumaci alkoholu? Účinný jed? (A komu z nás dvou bych ho měla podat?) Nebo jednosměrnou jízdenku do stanice *Dejte-mi-všichni-pokoj?*

Možná by ta nahlas vyslovená pravda mohla tentokrát vyvést nějakou zlomyslnost chlapovi, co mě dojal. Vlastně pojal. Jenže jakou? Vlasy už mu

vypadaly tak dávno, že mu slovo „hřeben“ připomíná nějakou mladickou nerozvážnost, ale zaboha si nemůže vzpomenout, o co tehdy šlo, a vrásky na čele si hýčká.

„Díky nim je hned poznat, že jsem přemýšlivý typ,“ zapřemýšlel tuhle.

Mohu potvrdit, přemýšlení mu jde fakt dobře. Jenže zatímco jiní muži používají přemýšlení jako odrazový můstek k činům, ten můj ho povýšil na čin samotný. Takže už mu na nic jiného nezbývá ani čas, ani energie. Ale stejně ho podezírám, že usilovnou činnost mozku jenom hraje. Protože pokud se od přemýšlení skutečně dělají vrásky na čele, vypadal by dávno jako šarpej.

Vida, kam se moje myšlenky dostaly cestou z ložnice na toaletu. Tím vůbec nechci říct, že je všechno v hajzlu. Ale asi brzy bude. Dneska mě v tramvaji minuli dva revizoři a automatické dveře budovy, kde pracuji, mě ignorovaly taky. Otevřely se, až když před nimi stanula mladší kolegyně.

Zítřka mi bude padesát. Netušila jsem, že to půjde tak rychle.

„Ujišťuju tě, že se vůbec nic nezmění!“ haleká do telefonu energicky máma.

Té se to říká, když je jí pětasedmdesát. Ale co si mám s padesátkou počít já, když mě ještě bolí

hlava ze včerejší narozeninové oslavy? Byla to taková přátelská generálka na ty další, oficiální, trochu nečekaná, o to však lepší. Ačkoliv jak se to vezme. Ve tři ráno jsem se ovíjela kolem pouliční lampy přesvědčená, že je to tyč v baru, okolo které tančím lépe než Mata Hari. A možná to tak dokonce i bylo, protože mi ráno přišla velmi lichotivá SMS:

„To byl teda tanec! Nic podobného jsem v životě neviděl. A doufám, že už nikdy neuvidím.“

No dobrá, lichotivá byla ta zpráva jenom napůl. Ale když dá Mirka Spáčilová filmu padesát procent, taky je to vlastně úspěch. Mě teď spíš zajímá, kdo mi tu SMS poslal. A proč. Kde vzal moje telefonní číslo? A kde se vzala lampa, u které jsem se svíjela? Marně se snažím přeplavat řeku Pinot Noir a překonat kaskádu rumů Diplomático, abych dosáhla bodu, kdy byla moje mysl ještě jasná. A to je trochu problemático.

Naštěstí mám externí paměť.

Jitka, která je přesvědčená, že absence milého muže v jejím životě – vlastně jakéhokoliv muže – způsobuje předimenzovaný zadek, zatímco my všichni víme, že jsou to spíš předimenzované nároky, které nemůže splnit žádná lidská bytost, natož chlap, totiž zase držela dietu. Takže celý večer pila jen vodu a přikusovala k ní kůžičku kolem nehtů. To dělá vždycky, když má chuť na víno. Možná její

kůžička obsahuje antabus nebo náhražku alkoholu, kdoví. Každopádně to, že drží dietu, poznáte spíš na Jitčiných prstech než na její zadnici. A těmi svými okousanými prsty mi Jitka vyťukala do mobilu dlouhou zprávu, která mě uvrhla do těžké morální kocoviny.

„Potkaly jsme ho cestou z baru. Měl na hlavě klobouk, a když nás míjel, s úsměvem ho pozvedl. Tys ho zarazila a řekla, že chlapa v klobouku jsi ještě nikdy nelíbala. On na to, že dobře děláš. Tys mu ten klobouk sebrala a nedala jinak, než že mu ho vrátíš, až když si s tebou zatančí. Pak ses začala ovíjet kolem lampy. Kde vzal tvoje číslo, nevím. Ale mám takový dojem, že když jsem nasedala do taxíku, zrovna jsi mu vnucovala vizitku.“

Ježišmarjá. Zná moje jméno. Ví, kde pracuji. Možná už si našel můj profil na LinkedIn, fotky na Facebooku, komentáře na Twitteru a videa na InstaStories. Ještě že jsem si na WhatsApp nedávno nahrála profilovku, na které mi to fakt sluší, napadne mě iracionálně. Ty seš úplně padlá na hlavu, okřiknu se. Ten chlap tě viděl zlitou jak zahradu po májovém dešti, a ty řešíš, jak vypadá tvůj elektronický otisk. Další dvě hodiny si střídavě přikládám na hlavu mokrý hadr a k uchu telefon, jako že mu zavolám a omluvím se. Jenže co když je ženatý a já mu vpadnu do nedělního oběda s tchyní nebo intimní chvílky s manželkou? (Jen to nepoplést!)

Mohla bych mu napsat. Krátce, vtipně, neotřele. Aby věděl, že umím být zábavná i ve střízlivém stavu. Jenže všechny použitelné mozkové buňky právě leží na ARO. Ježišmarjá podruhé! Doufám, že jsem mu na zprávu neodpovídala ještě v noci! Hypnotizuji mobil v naději, že vyšle nějaké zname- ní. Nebo že sám čestně spáchá androidí harakiri, než aby vydal děsivé svědectví, že vůbec nejsem taková dáma, za jakou se považuji.

„Zdtacim! Vráতিকакsem to klůbjouk... nísí ti?“
Nejsem.

Vypínám mobil. Jak je chytrý, tak je hloupý! Proč ještě nikdo nevymyslel telefon, který podle toho, jak často zvednu ruku se sklenkou s alko- holem k ústům, vyhodnotí, kolik mám promile, a jakmile dosáhnu hodnot zavánějících trapnost- mi, zablokuje všechny moje funkce? Tedy kromě těch tělesných...

V šest večer vyskočí kocour na botník, pes zved- ne ucho a klíče zachrastí v zámku. Polovina naší manželské dvojice (vida, taky padesát procent, ne vždycky však mohu s Mirkou Spáčilovou souhlasit) se vrací z víkendu.

„Proč máš mobil, když se ti stejně nikdy nedo- volám?“ zahaleká místo pozdravu. „Co ti je, na co koukáš, máme něco k jídlu?“ shrne pak jed- nou větou situaci na domácím kolbišti. Ve snaze zamaskovat svůj stav pustím v televizi sportov-

ní kanál, který vždycky spolehlivě odvede pozornost od zelené ženy a prázdné lednice. Dneska mě zklamali. Parkur by mi nespoknul, ani kdyby byl kůň.

„No ty vypadáš,“ zalichotí mi a opře o čerstvě vymalovanou zeď čerstvě zablácené kolo. A mě poprvé v životě napadne, jestli můžou cyklistovi selhat brzdy.

Zase lžu. Napadlo mě to už několikrát. Na mou obranu však třeba říci, že to bylo vždy ve vypjatých situacích. Jako třeba tenkrát, když jsme se s dcerou vrátily z Alp, celé natěšené, že po sedmihodinové jízdě ve sněhové vánici sebou konečně praštíme do postele. Jenže ouha. Klíče v zámku. Kolikrát jsem říkala, ať to nedělá! Zvoníme, ticho. Prdlajs ticho, chrápání. Nereagoval ani na mobil. V půl druhé v noci, notabene v neděli, kdo by v takové situaci nepřemýšlel o vraždě? I naše dcera tu myšlenku připustila. Možná dokonce byla první, kdo ji vyslovil. Holka je to učenlivá, to se musí nechat.

Nutno konstatovat, že brzdy se vyrábějí spolehlivé. Pořád je naživu. Dobrému zdraví se ostatně kromě něj těší i pes a kocour. Asi se jim u mě daří dobře. Pravidelné krmení, pravidelná péče, pravidelné čištění kožichu i pelechu plus pravidel-

ně dávkovaná pozornost, to všem třem náramně svědčí. Mně už méně.

Že bych se zkusila proměnit v domácího mazlíčka, aby mě aspoň občas vzal někdo na procházku? Ostatně, moji hrdince z dětských let, fence Fifince z komiksového *Čtyřlístku*, už je taky pade. A víte, co prý dostala k narozeninám? Koloběžku! Doufám, že mě takhle nevytrestají. Nevidím jediný důvod, proč bych ve svém věku drandila na vratkém kovu, když mě to nebavilo ani v dětství. Já vím, teď jsou koloběžky trendy, a jezdí na nich i mnohem starší bytosti, než jsme my s Fifinkou. Ale jedna věc je na mém věku skvělá – už nemám potřebu být u všeho. Dřív jsem se bála, že mi něco uteče. Když se dívám zpětně, neuteklo by mi vůbec nic. A ještě bych získala čas naučit se spoustu užitečných věcí. Třeba šít. Nemusela bych pak hořekovat, že v obchodech s konfekcí visí kilometry klonovaných modelů, které odlišuje jen cedulka výrobce. Uměla bych si vyrobit svůj vlastní originál, který podtrhne moji osobnost, a ne sebevědomí, jak se to někdy povede konfekci.

Taky bych se mohla naučit hrát na flétnu a přiblížit se tak aspoň spirituálně idolu s uhrančivým pohledem, divokým hlasem a nekonečným dechem, díky němuž vyluzuje ze svého nástroje ďábelské tóny. Za lístky na koncert Jethro Tull s Ianem Andersonem v čele bych ve dvaceti upsala

duši. Žádný pekelník však o ni nestál. Což je vlastně dobře, protože víte, jací mamlasové v peklech přebývají. Všechno popletou a zkazí. Moje duše by určitě skončila v prackách nějakého echt nemotory, který by ji vypustil neznámo kam. A chodit světem jako tělo bez duše, to teda děkuji pěkně. Zejména v té slastné etapě života, kdy už se konečně začínám se svým tělem smiřovat. Ono mi totiž nic jiného nezbyvá. Ale nemyslete si. Pořád usiluji o to vypadat dobře. Moje máma totiž měla pravdu. (Jako vždycky.) Fakt se toho zase tolik nemění. Jenom svůdné krajky pomalu vytlačuje stahovací prádlo a místo lodiček nosím tenisky. Tvrdím, že to vypadá mladistvě. Ve skutečnosti mě v nich ze všech bot nejméně bolí haluxy.

Brzy prý taky přestanu menstruovat, nechal se slyšet můj gynekolog a po očku mě sledoval, jak tu „ztrátu“ přijmu. Nevím, jaká reakce se v danou chvíli očekává. Hysterické štkání? Rituální zažehnutí krabičky menstruačních tamponů? Pokrčila jsem rameny a potlačila nutkání opáčit: „No a co. Tobě už je pětasedesát, dědku. A jak se držíš.“

Moje pocity jsou neutrální. Mně je to totiž fuk. Od přiblblých reklam na intimní pomůcky si stejně neoddechnu. Jenom se z cílové skupiny „fertilní“ přesunu do skupiny „inkontinentní“. Tam

si s nabídkou dozajista užiju taky dost srandy. Ostatně, smíchy jsem se počurala už v osmnácti s kamarádkou Martinou na lyžařském vleku. Teď mě aspoň nebudou studit šponovky, když budu nosit „extra dry“ plenkové kalhotky. (Sakra, dostala jsem chuť na martini. To se mi v gynekologické ordinaci ještě nestalo.)

Z mého kalendáře sice zmizí menstruační hieroglyfy, ale kromě bolesti kyčlí zatím větší zásek do života nečekám. I bez menstruace budu na jaře řešit špeky, v létě dovolenou a na podzim depku. A celoročně chlapy, rodiče, děti, chlapy, práci, kamarády, kamarádky, psy, kočky, chlapy, morčata, vnoučata, vztahy, manžele, milence, milenky, chlapy, jídlo, peníze, dluhy, chlapy, radosti, starosti, domy, byty, chalupy, nemoce, emoce... a chlapy a taky sex, ex, líbí–nelíbí, slíbí–neslíbí, dá–nedá...

Já vím, že o některých věcech se nemluví a některé pravdy je lepší nevyslovovat nahlas. Ale víte co? Mně už je fuk, co si o mně kdo myslí. Takže to беру na sebe. Řeknu to za vás. A za vás taky. A za vás, co támhle schováváte pod slunečními brýlemi první vrásky, taky.

Beru to na sebe za všechny ženské, které jsem v životě potkala a jejichž zážitky, prožitky a požitky se ve mně zabydlely tak přirozeně, že vytvořily jednu univerzální ženu, která právě teď na jeden rok ožila. Protože když muži mohou mít své

dny, my klidně můžeme mít své měsíce. (Když už nemáme ty měsíčky.) A klidně i s pranostikami navrch.

I.

V LEDNU ZHEBNU

Je to měsíc bez chuti a bez zápachu. Nejšedivější, nejsmutnější, nejnudnější, nejospalejší, nejuna-venější, nejmrazivější, nejméně oblíbený a nejdelší. Jediná činnost, která v lednu dává smysl, je konzumace hořké čokolády (posiluje imunitu), konzumace severských detektivek (posilují vědomí, že by mohlo být hůř) a konzumace televizních reality show (posilují sebevědomí). Činnost, která naopak v lednu nedává smysl vůbec, je hubnutí. K tomu totiž potřebujete energii, veselou mysl a čerstvou zeleninu. Ani jednoho není v lednu nazbyt. Přesto jsou pár dní po Silvestru narvaná fitka, v temném parku o sebe zakopávají běžci a košíky nakupujících vypadají, jako by v kraji zavládla sacharidová prohibice. Ale ne, to je jen leden, měsíc, kdy všichni uvěříme zázraku, že tuk, kterým jsme se deset let systematicky obalovali, teď shodíme za deset dní.

Stejně jako se o svatojánské noci otevře zem, aby vydala své poklady, my otvíráme v lednu svoje vyhublé (vida!) peněženky a vydáváme bankovky. Ještě pořád jsme totiž ochotni uvěřit klamu, že permice do fitka je něco jako substituční terapie, pokud nám chybí pevná vůle. Když už té se nám nedostává, tak aspoň hrozba prošustrovaných peněz nás zvedne z gauče. Nezvedne. Všechna fitka světa by mohla být vytapetována propadlými permicemi, a možná by ještě zbylo na podpal ohně, ve kterém shoří všechny naše naděje, že za pár dní budeme k nepoznání.

Já jsem ve své víře v zázrak pevná. Pohříchu už mnoho let. A to navzdory vymítačům v podobě osobních trenérů, nutričních specialistů, výživových poradců, hypnotizérů, majitelů zkrášlujících salonů a distributorů proteinových tyčinek, hubnoucích pilulek a magnetických náramků. Nikdo z nich nevymýtil z mého těla ani gram tuku. Za ta dlouhá desetiletí, co se snažím zhubnout,

jsem objevila jediný spolehlivý způsob tvarování postavy: stahovací kalhotky. Můžete to brát jako podvod, ale já mám svědomí čisté. Fakt jsem se snažila. A rozhodně víc než moje sestra, která tvrdí, že nemá nadváhu, ale podvýšku. „Kdybych měřila tři metry, mám ideální hmotnost. Můžu snad za to, že jsem to dotáhla sotva na sto šedesát centimetrů?“

Jak říkám, snažila jsem se. Ale to by se museli snažit také jiní. Hned v raných začátcích mého hubnutí mě zklamal jakýsi doktor Středa. Ve všech tehdy dostupných tiskovinách inzeroval přístroj, který zhubne každého, kdo o to jen trochu stojí. Tady jsem věděla hned, že něco není v pořádku. Každý soudný člověk přece hubne od pondělí. Proč se doktor Středa, který se kasal, jak prostorově výrazným spoluobčanům rozumí, nepřejmenoval na Pondělí? Umělci přece mívají pseudonym! A přesvědčit lidi, že za vás nějaký přístroj zhubne, je sakra umění! Pokud doktor Středa nebyl s to udělat tento malý osobní ústupek, je mi líto, pro mě byl jakožto odborník nedůvěryhodný. Můj kamarád mi tuto domněnku za několik týdnů potvrdil. Do přístroje doktora Středy vrazil velké peníze a velká očekávání.

„Jak to dopadlo?“ ptám se dychtivě, protože mi je žinantní sklopit zrak k jeho džínům, abych odpočítala dírky na pásku u kalhot.

Kamarád si s klidem člověka smířeného se svým osudem pohladil břicho a řekl: „Jak vidíš. Zadělal jsem na pekáč buchet a vyšel mi z toho mazanec.“

Vždyť to říkám. Doktor Středa se měl přejmenovat na Pondělí.

Sama nevím, co je na pondělku tak zázračného. Podle mě je to ekvivalent ledna přepočítaný z měsíců na týdny. Proč by řízek nebo palačinky nedělně neškodné měly být najednou pondělním nepřitelem číslo jedna? A pardon, jedna palačinka tu ještě od včerejška zbyla. Tak já začnu v úterý. Jenže začínat hubnout v úterý je divné. Jako byste se milovali bez polibku. Od středy? Bez přede hry. Od čtvrtka? Pod peřinou. Od pátku? Oblečení. Od soboty? Bez předchozího představení. Od neděle? Jako byste se nemilovali vůbec.

Pondělí je jistota úspěchu. A když ne celé, tak určitě pondělní dopoledne. To mám totiž ještě v živé paměti – a někdy nejen tam – nedělní řízek z krkovice a makový závin se švestkami. Touto ještě nevybledlou vzpomínkou si dochutím vařené kuřecí maso. S odpoledním bílým jogurtem mi už dochází humor. Já, jejíž nejoblíbenější film je *Čokoláda*, nejoblíbenější politik francouzský prezident Macron a nejoblíbenější písnička *Sweet Dreams*, do sebe soukám kyselou hmotu a sním o Řecku, kde

si ji ochucují medem a ořechy. Když už mě honí mlsná z jednoho patra do druhého, snažím se ji utopit v ovocném čaji s umělým sladidlem. Příklad čaje: jahody se šlehačkou. Ale moje druhy tak bujná fantazie (hle, co vše je na mně bujné!) selhává. Ten nápoj nechutná jako jahodový koláč. Ani jako jahodový pohár. Chutná přesně tak, jak je napsáno na obou krabičkách. Ovocný čaj. Umělé sladidlo. Chutná zkrátka jako ovocný čaj s umělým sladidlem. Domů z práce dorazím tak frustrovaná, že přemýšlím, na jak dlouho mám vrazit do mrazáku bramboru, aby zesládla.

Ve dvě v noci mě manžel přistihne v kuchyni se sítím v ruce, ana se snažím z müsli vydolovat pár hoblinek čokolády, poté co jsem vydlobala rozinky ze ztvrdlé vánočky. Jedním trhnutím otevře šuplík, kde má pes schované piškoty, rychle je přepočítá a pak ho uklidněn zavře.

„Už jsem se bál, že zítra půjdeme na cvičák s prázdnou.“

„Prosím tě, copak se neumím ovládat?“ Neumím. „Sníst psí piškoty by mě ani nenapadlo.“ Napadlo.

„Ale já vím, že umíš. Dokazuješ mi to už pětadvacet let.“ První rána. „Jenom nechápu, proč se pořád tak tejráš. Vždyť jsi furt stejná, ať držíš dietu, nebo ne.“ Druhá rána. Místo třetí z milosti pak pronese něžně: „Ženská bez prdele, tejdén bez neděle. Tak už se na to vykašli.“

Za pár minut už s nesmírnou úlevou rozbaluji sójový suk, který mám pro případ napadení schovaný pod polštářem. Tenhle týden na to už kašlu, ale od pondělí začnu, slibuji si. A zatímco se mi sladká chuť rafinovaného cukru, transportovaná na molekulách palmového oleje, zažírání do všech buněk v těle, přemýšlím, co dobrého uvařím a upeču v neděli.

Na to, jak jsem se ovrhla nad ovocným čajem coby lahůdkou, jsem si vzpomněla o rok později, kdy jindy než v lednu. Navíc to byl leden magický, protože na pondělí připadlo datum prvního. Tady nebyl prostor na výmluvy! Což jsem pochopila už o pár dnů dřív, když moje kamarádka Jitka dorazila do baru s narvanými igelitkami.

„Opožděný Ježíšek?“ napadlo mě jako první.

„Zbrojím na leden,“ mrkla na mě Jitka a nechala mě nahlédnout do jedné z tašek. Měla tam nákup potravin na celý měsíc. „Když budu jíst a pít jenom tohle, mám za čtyři týdny osm kilo dole.“ Tváře jí zahořely nadšením.

„Ráno koktejl, v poledne tyčinka a večer koktejl,“ přehrabuji se v tašce. „Kolik jsi za to dala?“

„Osm tisíc,“ zčervená ještě o jeden stupeň.

„Co kilo, to tisícovka?“ otevřu v úžasu ústa.

„Dala bych i dvě. Čím dražší, tím větší motiva-

ce,“ opáčí a zvedne k přípitku sklenku prosecca. Spolknu svou teorii o permicích a připiji si s ní na úspěch. O dvě hodiny a dvě lahve prosecca později mi už nepřipadá tak nemožný. Pak jsme si objednaly další prosecco, ale už jen decku. Vždycky když vypijeme dvě lahve, další neobjednáváme. Pijeme už jen po sklenkách. Zaplatíme sice víc, ale máme pocit, že jsme toho vypily méně. Pár sklenek prosecca zní rozhodně lépe než pár lahví prosecca. Tak po těch pár dalších sklenkách mi připadalo, že nakoupit předraženou umělou výživu je ta nejlepší motivace na světě.

Jitka ještě z baru brnkne své dealerce, já ještě z baru pošlu peníze, a než na druhý den stihnu vystřízlivět, stojí mi igelitky v předsíni. Zakopnu je do šatny. Zítra je přece Silvestr, čekají mě chlebičky a cukroví a bramborový salát a koleno a dršťkovka a pivo a víno...

Prvního ledna ráno si otevřu proteinový nápoj, i když bych si stokrát raději otevřela žlutou limonádu a utopence. Pak otevřu oči a přečtu si manuál k té dietě. Kromě průmyslově zpracovaných, průmyslově zabalených a průmyslově distribuovaných kilojoulů si jídelníček mohu zpestřit jenom černou kávou a černým čajem. Udělalo se mi černo před očima. Měsíc bez ovoce a zeleniny? To nepřežiju. A tak jsem si opět potvrdila, že moje teorie o permicích je správná. Jenom jsem netušila, že

ztroskotá zrovna takhle. Na čokoládě? Na chlebu s ořechy? Na štrúdlu? To klidně. Ale na řapíkatém celeru? Toho bych se skutečně nikdy nenadála.

Podle vymítačů kilogramů a výživových věrozhvěstů bych už dávno měla být samý sval a šlachy. Nejím chipsy, nepiju limonády, a když si dám čokoládu, mám výčitky svědomí. Pravidelně běhám, cvičím pilates a jógu. Přesto se stále pyšním postavou krev a mlíko. Ano, čtete správně. Pyšním. Mám ráda svůj zadek, protože je to kus poctivé české práce. Je to něco jako můj zadní airbag. Když upadnu na lyžích, vždycky je to do měkkého. Když do mě někdo na ulici vrazí, odletí stranou, ani nemrkne. Jediná nevýhoda velkého zadku je, že se do něj dobře trefuje. Ale já dobře vím, proč ho mám. Jsem totiž bytost složená z mnoha žen, jak prohlásil muž, který by rád dobyl aspoň jednu z nich. Takže abychom nemusely sedět jedna druhé na klíně, dopřála jsem nám takový zadek, na kterém můžeme pohodlně sedět všechny. A k tomu ještě silná stehna, aby nás všechny unesla, a široké srdce, aby se tam vešlo vše, co máme rády.

Mimochodem, nejsem zdaleka jediná fanyнка mého zadku. Moje kamarádka Jana by ho brala z fleku. Ona totiž nemá žádný. Což se jeví jako výhoda, jste-li nesnesitelný puberták a jediné, co

na vás platí, je rákoska. Jenže každý puberták jednou vyroste, zklidní se, a rád by si třeba jen tak na chvíli poseděl. A to je bída, když nemáte na čem.

„Moji předci mi dluží zadek,“ zavrtěla se kdesi nad Istanbulem na sedadle 23F Jana, když jsme byly napůl cesty do Emirátů. Zastyděla jsem se stejně, jako když mi paní učitelka v první třídě vyčetla, že se nerozdělím o svůj pytlík bonbonů.

Můj zadek má početnou fanouškovskou základnu rovněž mezi muži. O výroku mého manžela zde již byla řeč. O výrocih dalších bych ze solidarity ke svému čtvrt století trvajícimu manželství pomlčela. Samozřejmě že se najdou i tací, kterým je zatěžko se s tím nadělením srovnat. Jako třeba tehdy, když jsem se omylem přimotala do amatérského cyklistického závodu. Bylo to na začátku prudkého stoupání, závodníci měli v nohou minimálně šedesát kilometrů, a tak se s tím kopcem pral každý po svém. Nikdo nemluvil, kolem se ozývalo jen supění, funění a oddechování. A do toho jsem vlítla já, s necelými pěti kilometry v nohou, takže je jasné, že jsem za sebou nechávala postupně jednoho muže po druhém.

Nešlo si nevšimnout houstnoucího napětí a zlověstného ticha. Ti muži snad přestali dýchat nebo co. Já je chápu. Když chlapa předjede v těžkém

terénu ženská, je to vždycky zlá věc. Když ho ovšem předjede prdelatá ženská, která by se podle všech fyzikálních zákonů měla skulit z kola po prvním šlápnutí do pedálů, je to pro mužské ego těžká rána. Ale zase je to zásah čistý a bezbolestný, ego klesne k zemi, aniž vydá hlásku. Až teprve nahoře jedno z eg přišlo k sobě, zalapalo po dechu a pravilo směrem k druhému: „Ta ženská si z nás dělá prdel?“

Druhé ego se za dané situace zmohlo na obdivuhodně rychlou a vtipnou reakci, když opáčilo: „Ona si ji nedělá. Ona ji má.“

Já se proto na muže nehněvám. Podle mého nemohou za to, že mají prostě příliš úzké vidění ženského půvabu, než abych se jim tam se svou zadnicí vecpala. A já se o to popravdě ani nesnažím. Jednou mi to stačilo.

Bylo mi patnáct a měla jsem rande s klukem, do kterého jsem byla zamilovaná snad od první třídy. Konečně si toho všiml!

„Naskoč si,“ zavelel fanfarónsky a natočil ke mně řídítko svého závodního kola. Říkalo se jim „berany“ a v pravěku, kdy se kola dělila pouze na pojízdná a nepojízdná, je kluci mívali frajersky otočené nahoru. Naskočit metr a půl nad zem, abych se zadkem trefila přesně do prostoru mezi

berany a ještě u toho vypadala, jako že je to pro mě ta nejpřirozenější činnost na světě, bylo nad mé síly. Ale nakonec jsem se tam nějak vyškrábala a své již tehdy dost prostorově výrazné pozadí jsem mezi řídítka nakonec narvala. Místo abych si užívala jízdy mezi jeho mužnými sedmnáctiletými rameny, přemýšlela jsem celou cestu na koupaliště, jak svůj zadek vyprostím. Nebo řeknu, že se nechci koupat? Opravdu stojím o to, aby opřel kolo i se mnou o strom?

Málem to tak nakonec dopadlo. Zkuste se bez opory nohou a minimální možnosti vzepřít se rukama zvednout z křesla. Taky pohoříte. A nakonec budete rádi, že se najdou tři osvalení kamarádi, kteří si vzpomenou na pohádku o řepě a budou tahat tak dlouho, dokud váš zadek neudělá zvuk jako špunt právě vytažený z hrdla lahve. Tradovalo se dokonce, že to znělo jako zátka od sektu. Ale to jsou pomluvy. Každopádně jsme se pak váleli v prachu všichni – já, moji zachránce i kolo. Jenom moje superschopnost hned se ze všeho otřepat, vypěstovaná dvěma staršími sestrami, které mazánka vskutku nešetřily, mě zachránila od osudu zamlklé, zapšklé a koktající staré panny.

Domů z koupaliště jsme šli pěšky. Věřila jsem, že to bylo jeho gentlemanské gesto, když říkal, že má chuť se projít. A bývala bych tomu nejspíš věři-

la dodnes, kdyby mi na rozloučenou nepodal ruku se slovy: „Ale že to byla prdel, co?“

Když se moje tělo jednou rozhodne postavit si hlavu, tak neuhne. Vzdoruje statečně pokusům udělat z něj cokoli jiného, než mu matka příroda předurčila. Proto je mi k smíchu heslo „Sport je naše droga“. Já taky sportuji. A docela často. Dokonce i ráda. Ale rozhodně bych se neoznačila za pohybově závislou. Ne že bych nechtěla. Naopak! Já se těším, že jednou přijde den, kdy se nebudu muset k běhání přemlouvat. Zatím nepřišel. Zatím bych ještě pořád raději ležela na gauči s knihou, než běhala po lese s čelovkou. A tak se ptám: Kdy? Kdy se dostaví závislost, která bude silnější než moje záliba v nicnedělání?

Dávky endorfinů, které prý pohyb vyvolává, do sebe vpravuji už dlouho. Běhat jsem začala v dobách, kdy všichni ti, které dnes v lesoparku potkávám, za sebou ještě tahali squashovou raketu. Tehdy to bylo in. Nebylo manažera, kterému by netrčela squashová raketa z manažerské tašky. Dneska není manažera, kterému by netrčela žebra zpod košile, protože kdo hodně běhá, je hubený jako lunt. Kromě mě.

Běhat jsem začala ještě v době, kdy mi k tomu stačily obyčejné kecky a tepláky. Barevné oblečky

přišly až pak. Taky jsem si je pořídila. Třeba to nějak nakopne můj výkon. Nenašlo. Tak jsem přidala kompresní podkolenky, neonové boty na běh v terénu a čelovku pro běh v noci, aby mě v tom duhovém nadělení pokud možno nikdo neviděl. Pořád nic. Furt jsem se potila, furt jsem hekala, furt jsem to chtěla po prvních stovkách metrů vzdávat, furt jsem dýchala jako lokomotiva.

Tak jsem přizvala do party vědu a technologie. Tedy spíš vědu a byznys. Nechala jsem si spočítat, jakou mám mít tepovou frekvenci, abych během hubla, pořídila jsem si hrudní pás, který mi měřil tep, a hodinky, které mě nesmírně stresovaly. Ukazovaly totiž hodnoty, které se mi pranic nelíbily. Buď jsem běžela málo, nebo moc, buzerovaly mě, kdykoliv jsem zastavila, a každý den, kdy jsem nevyběhla, mi připomínaly, jaký jsem lajdák a kolik dnů mi zbývá do chvíle, než definitivně propadnu svou lenivou duší peklu. Kromě toho mě hodinky stále dokola nabádaly, abych svoje výkony sdílela. V tomto ohledu ale moc sdílná nejsem. Neumím si představit, že by někoho mohlo zajímat, že si čas od času nazuju kecky a jdu hledat vlastní plíce. Proč bych měla do světa vytrubovat, že jsem běžela v dešti, zatímco vy ostatní, hanbáři, jste trávili den sraabácky v suchu? Připadala bych si totiž jako idiot, že jsem na tom gauči neležela taky. Jediný příspěvek na sociálních sítích, který jsem –

pokud jde o běh – skutečně ocenila, jsem našla na Facebooku. Status zněl: „Víš, kolik lidí zajímá, kolik kilometrů jsi dnes uběhl?“ A pod tím byla coby odpověď na mapě krásně vykroužená trasa v podobě nuly.

A tak místo aby hodinky daly mému sportování řád, způsobily, že jsem začala vážně uvažovat, že začnu hrát šachy. Dřív mi běh přinášel aspoň uspokojení, když už ne kýženou závislost, teď jsem si však připadala jako nýmand, který není schopen na sobě ani trochu zapracovat. Běhala jsem pro hodinky, ne pro radost. A jestli si někdo myslíte, že jsem aspoň něco udělala pro své zdraví, tak vás musím zklamat. Jak jsem na ně pořád čučela v očekávání pochvaly, která se nikdy nedostavila, protože algoritmus hodinek nebyl na pochvalu nastavený, nedávala jsem pozor na cestu. Místo aby mně trčela žebra ze štíhlého těla jako těm uběhaným manažerům, trčela mi z nohy kost. To nebyl pěkný pohled. Ale ten pocit! Věděla jsem, že s běháním je na pěkných pár měsíců konec. Naposledy jsem tedy hodinky políbila a pak je obloukem poslala doprostřed remízku.

Jako bych se zbavila okovů. Nebýt zranění, možná bych se domů dovnášela, jak jsem si připadala najednou lehká. Díra v noze se zahojila, hodinky se nenašly. Díky tomu už zase běhám bezstarostně a s obrovským ulehčením, že když nebudu moct,

tak se prostě zastavím. To by s hodinkami nešlo. Ty mi vždycky tvrdily, že mám ještě devadesáti-procentní rezervu. Možná jsem ji i měla, ale copak hodinky vědí, na co všechno budu ještě dnes potřebovat energii, a že si musím dávat sakra pozor, abych ji hned po ránu nevyplácala na polních cestách mezi remízky? Nevím, jaká je moje průměrná rychlost (to se snad měří u aut, ne?), jaké tempo při běhu mám, jaké převýšení jsem zdolala (počítají i ponížení?), co u běhu cítím a na co myslím. Důležité pro mě je, že se vždycky vrátím tam, odkud jsem vyrazila.

A že mě cestou někdo doběhne? Nevadí, však se mi to během roku stane ještě mnohokrát. Nejen v lednu.

II.

ÚNOR BÍLÝ, SRDCE ŠÍLÍ

Je věčně druhý. Čas od času překvapí a trvá o trochu déle, ale po počáteční euforii, kterou pocítí všichni, co ve zdraví přežili leden, plný marných nadějí a zbytečných předsevzetí, sklouzne do nudných kolejí i únor. Chvíli se raduji, že je tady, ale pak mi dojde, že to zase taková výhra není. Dochází mi energie i nápady a slovo „vášeň“ ve mně vyvolává stejné pocity jako smažení chrousti. Je to škodolibá náhoda, že zrovna v tomhle měsíci slavíme Svátek zamilovaných? Myslím, že ne. Většina lásek má totiž podobný vývoj.

Upadnout se dá do lecčehos. Do dluhů. Do zapomnění. Do zajetí. Do závislosti. Do euforie. Do bezvědomí. Do rozpaků. Do deprese. Angličané, jindy tak neúsporní, pokud jde o počet významů jednoho slova, by to možná všechno shrnuli pod spojení „upadnout do lásky“. Protože tohle všechno se vám může stát, když se zamilujete. Pády to bývají strmé a leckdy nekontrolovatelné. V první fázi se většinou padá do peřin, protože tam už při seznámení všichni tak nějak míří. Láska je přece nemoc a – tady končí veškerá sranda – s ní se musí do postele. Některé pády jsou hluboké. Tak hluboké, že vyhrabat se zase nahoru je výkon hodný důlního mistra. V případě Markéty důlní mistryně.

Šéfredaktorka české mutace prestižního světového magazínu dostávala desítky e-mailů, jak už se tak šéfredaktorkám prestižních magazínů stává. A protože to byl magazín vědecký, psali jí hlavně vědci, aby ji pokárali za chyby. Taky jí psali vše-

vědci, aby ji pokárali za všechno. Spokojení čtenáři nepsali, ti se o svou spokojenost nehodlali s nikým dělit. Sami máme málo! Až na jednoho. Psal Markétě, že je spokojený s tím, jak časopis vede, že je spokojený s jejími články, a nejvíc spokojený je prý s její fotkou, kterou v časopise objevil.

„Vyzařuje z Vás energie a já mám rád energické ženy.“

„Vážený pane, děkuji Vám za e-mail. Já mám zase ráda muže, kteří mají jasný názor a neváhají se o něj podělit,“ dovolila si trochu zafirtovat Markéta a otřela si z čela pot. Být frivolní v osmapadesáti letech, to už přece jen stojí trochu úsilí.

„Podělil bych se s vámi o víc věcí než jen o názor,“ přistála vzápětí odpověď.

Markéta se lekla a zmáčkla Delete. Přece jen byla už patnáct let rozvedená a tohle nevinné elektronické laškování jí trochu narušilo mantru, kterou si opakuje každé ráno od té doby, co manžel utekl s krotitelkou lachtanů. Sice vycmrndlou, studenou a věčně nastydlou, leč čerstvě dvacetiletou. „Muž je nepochopitelný tvor,“ dělá Markéta, když krotitelku zahlédla poprvé. „Jedině takový může věřit, že oživí leklou rybu.“

Po třech dnech se spokojený čtenář osmělil a napsal znovu.

„Chtěl jsem se podělit, ne to podělat.“

A protože Markéta si okamžitě zamiluje každé-

ho, kdo prokáže schopnost hrát si s češtinou, kterou má i ona sama, odepsala obratem:

„Kdo nic nedělá, nic nepodělá.“

„Co s tím naděním teď nadělám?“

Nemá cenu se do toho dál zamotávat, důležité je, že po měsíci čilé korespondence, během kterého ti dva objevili, že existují ještě jiná slovesa, přišel muž s návrhem, že by se mohli o víkend s Markétou podělit o jeden pokoj v Krkonoších. Markétu zachvátila panika, protože rande naslepo v osmapadesáti je pro ženu značně nevýhodné už od samého začátku bez ohledu na drobný fakt, že muž, který zval Markétu na rande, byl o pět let mladší, zatímco její fotka v časopise o pět let starší. Pak ale převážilo jiné téma. Markéta, jako většina žen, které nedorostly málem ani na přední sedadlo automobilu, měla v oblibě vysoké muže. A jako většina intelektuálně založených žen nesnášela blbce.

„Co když bude malej? A co když to bude kretén?“ strachovala se.

„Tak to aspoň bude malej kretén,“ snažila jsem se ji uklidnit.

Na víkend Markéta odjela s nadějí, že snad nebude na prvním rande chtít sex, a fungl novým spodním prádlem.

„Není to kretén, má metr pětasměsát a tu tajemnou viktorku,“ tak Markéta říká podprs-