

Barbora Šťastná

Jak jsem sebrala odvahu



motto

motto

Barbora Šťastná

*Jak jsem
sebrala
odvahu*

Praha 2015

© Barbora Šťastná, 2015

Cover Illustration © Lela Geislerová, 2015

ISBN 978-80-267-0439-3

*Pro Pavlu, Moniku, Rebeku, Kamilu, Renatu a Renatu,
Báru a všechny ostatní odvážné dámičky*

Tohle není návod, jak se nebát

Vždycky jsem záviděla našemu Rudolfovi. Rudolf byl kříženec rotvajlera a německého ovčáka, kterého jsme si přivedli z psiho útulku, když mu bylo půl roku, a prožil s námi celých deset let. Záviděla jsem mu, že se skoro ničeho nebojí.

Samozřejmě se vyskytly situace, kdy i Rudolf sklopil uši, stáhl ocas mezi nohy a tvářil se vystrašeně. Třeba když na něj v obýváku v bytě naší mámy zavrčela Aila, stará fena, která mu nehodlala přepustit svoje místo na gauči. Nebo když jsem ho přistihla, jak před Vánoci sežral půl plechu vanilkových rohlíčků, a vrhla jsem se k němu s výkřikem: „Fuuuuuj!“ V takových chvílích vypadal jako ten nejbázlivější pes na světě. Kňučel a odplízl se stranou. Asi tak na pět vteřin. A potom zavrtěl ocasem a vrátil se do svého normálního stavu někde mezi pohodovou lhostejností a radostnou, důvěřivou zvědavostí.

Rudolf neznal všechny ty různé jiné druhy strachu, které provázejí můj každodenní život. Když vyjedl svou misku psích granulí a šel žebrať zbytky od večeře, nepřemýšlel nad tím, že by se neměl tak přejídat. Žádná dobrůtka mu nezhořkla v tlamě ze strachu, že z ní ztloustne.

Když se v noci přišel rozvalit do nohou naší postele, nebál se, jestli nesmrdí a nezabírá moc místa.

Když se sápal na Terezku, bílou boxerku našich přátel, nepochyboval o tom, jestli je pro ni dost sexy.

Když ho čekalo vyšetření u veterináře, nestrachoval se týden dopředu a nemaloval si v duchu ty nejčernější scénáře.

A když mi toho dne už popadesáté přinesl míček, abych mu ho házela, nestyděl se a nepřemítal o tom, jestli s tím už není trochu otravný.

Rudolf se zkrátka bál jenom tehdy, když mu něco doopravdy bezprostředně hrozilo, nebo si to alespoň myslel. (A v případě toho vánočního cukroví mám stejně podezření, že to jenom předstíral, aby mi udělal radost.) Nezatažoval se tou spoustou jiných neužitečných strachů: Jsem dost dobrý? Mají mě rádi? Z čeho zaplatím daně? Co bude po smrti? Sluší mi tenhle účes? Neprobouzel se nad ránem se sevřeným žaludkem z toho, jestli stihne uzávěrku, a strašidelné zprávy o globálním oteplování mu taky byly fuk.

Znal vlastně jenom čtyři myšlenky:

HURÁ!

OUVEJ!

TOHLE CHCI!

a

DEJTE MI VŠICHNI POKOJ!

Samozřejmě je mi jasné, že Rudolf, díky tomu, že byl pes, byl sice ušetřen všech těchhle nikam nevedoucích obav, ale taky o spoustu věcí přicházel. Nemohl se těšit na prázdniny, dojmout se nad starou fotografií nebo se smát kreslenému vtipu. Takže ne, nechtěla bych si to s ním vyměnit, ani kdyby to šlo. Uvědomuju si, že různé druhy strachu patří k tomu, že jsem člověk, a ne pes. Ale stále přemýšlím o tom, jak být aspoň o trošičku víc jako on.

* * *

Před šesti lety mě potkaly dvě smutné věci. V březnu zkrachoval časopis, ve kterém jsem tenkrát pracovala, a v červenci nečekaně umřela moje máma. Nezhroutila jsem se. Neodnesla jsem si z ordinace psychiatra recept na antidepresiva. Navenek se se mnou nestalo vlastně vůbec nic.

Jenom jsem se začala bát.

Co přijde dál? Co hrozného se stane příště? Koho nebo co ještě ztratím?

Mírné svírání strachu v žaludku jsem cítila skoro pořád a občas mě úzkost zamrazila zezadu na krku jen tak, nečekaně, třeba na nástupišti metra. Ani nemusela mít nějaký reálný důvod, prostě mi jen připomněla, že tam je. Abych věděla, že špatné věci se mohou stát kdykoli, a abych si moc nevyskakovala.

Čím víc jsem se bála, tím víc jsem se snažila zabezpečit se proti jakýmkoli dalším zásahům osudu. Přála jsem si, aby už všechno zůstalo napořád stejné. Kdyby to šlo, obehнала bych celý svůj život tlustou zdí a udělala z něj skanzen, ve kterém se už nikdy nic nezmění. Hlavně neudělat žádnou chybu. Hlavně nemít průšvih. Hlavně někoho nenaštvat. Hlavně dělat věci správně, aby všechno zůstalo pořád při starém, v bezpečí, tak, jak to znám.

Bála jsem se hádat se svým mužem, tak jsem s ním skoro přestala mluvit. Bála jsem se, že mě vyhodí z mojí nové práce, a tak jsem raději nevyrukovala s žádným nápadem, který by se případně někomu mohl nelíbit. Když jsem byla s přáteli, říkala jsem stejné věci jako ostatní a souhlasila s nimi, aby mě nepřestali mít rádi. Bála jsem se o svoje děti a byla na ně o to protivnější.

Tahle kniha ale není o tom, jak jsem se bát přestala. Protože... jsem nepřestala. Bojím se pořád.

Jen jsem postupně začala přicházet na to, že i když

se strachu nikdy tak docela nezavím, nemusím ho za všech okolností poslouchat. Nemusím se řídit tím, co mi říká. I když mám strach, strach nemusí mít mě.

Na začátku téhle knihy byl workshop paní Ivety Clarkeové. Mluvili jsme na něm o strachu a o studu. Navenek odvážní a úspěšní lidé tam promlouvali o tom, jak se stydí ve zkušebních kabinách v obchodě, o věcech, které jim kdysi řekla jejich matka a pořád je to trápí, o strachu, že je bude někdo posuzovat a hodnotit. Tenkrát mě poprvé napadlo psát o odvaze, která se se strachem nevyklučuje.

Těsně před dopsáním téhle knížky jsem se nečekaně ocitla před velkým rozhodnutím. Dostala jsem nabídku na novou práci, o které bych si nikdy ani nepomyslela, že bych ji dělat mohla. Poprvé v životě bych měla šéfovat několika lidem. A z toho mám opravdu velký strach. Rozhodovala jsem se hodně těžce. A teprve až ve chvíli, kdy jsem řekla definitivní „ano“, jsem zjistila, že jsem se rozhodla správně. Zaplavil mě ten nejlepší druh strachu, strach smíšený s euforií z toho, že jsem to zkusila. Nevím, jestli to budu umět, možná mě za dva měsíce vyhodí pro neschopnost, ale nikdy nebudu muset litovat, že jsem to nevyzkoušela.

Strach namixovaný s radostí je ta nejomamnější kombinace, kterou znám. Třeba když se odhodlám sednout si na tobogán v akvaparku, odrazit se a jet dolů, anebo když řeknu „ano“ na věci, o kterých vím, že mi převrátí život vzhůru nohama. V takových případech může být strach ukazatelem správného směru: zrovna ta cesta, které se nejvíc bojím, je nejspíš ta pravá.

Tahle kniha je tedy o tom, jak se i se strachem občas snažím sebrat odvalu a dělat věci, které bych od sebe nečekala. Někdy se mi to daří a někdy taky ne.

Když uslyšíte dupot kopyt, čekejte koně, ne zebry

Někdy mi připadá, že v mojí hlavě bydlí trpasličí filmový štáb. Kolektiv scenáristů s bezbřehou fantazií, režiséři, kteří mají vizi, nadaní kameramani a zvukaři, kteří dokážou vytvořit působivou atmosféru. Pracují neuvěřitelně rychle a zadarmo. Smůla je, že tenhle můj miniaturní Hollywood natáčí výhradně katastrofické filmy s depresivním koncem. A do hlavních rolí obsazují vždycky jenom mě a mé nejbližší.

Stačí jim málo. Tak třeba přijdu ráno do práce. Šéfová se netváří zrovna přívětivě, když procházím okolo dveří její zasklené kukaně. A když se posadím ke svému stolu, v e-mailu mi od ní naskočí zpráva: *Před poradou se u mě zastav.*

Scenáristé v mé hlavě okamžitě uspořádají rychlý brainstorming.

„Co po ní asi chce?“

„No, vzhledem k tomu, jak se na ni dnes ráno tvářila...“

„Nezapomeňte, že minulý týden jí hodila na hlavu dva články.“

„A pořád se mluví o snižování stavů.“

„Takže je to jasné. Chce ji vyhodit.“

Autoři scénáře se pustí do práce. „Kamera, klapka, jedem!“ volá režisér a jejich brilantní nápady okamžitě převádí do působivých obrazů.

OBRAZ 1, kancelář šéfové, interiér, den

Bára stojí v kanceláři svojí šéfky.

Šéfová: „Barunko, je to pro mě těžké rozhodnutí, ale...”

OBRAZ 2, chodba na úřadu práce, interiér, den

Bára sedí na lavici po boku dlouhodobě nezaměstnaných, propuštěných vězňů atd. Tupě zírá před sebe. Je vidět, že tady sedí už hodně dlouho.

OBRAZ 3, byt, interiér, dopoledne

Bára sedí v neuklizené kuchyni a tupě zírá před sebe. (*Vizážistky tady na mně odvedly kus práce. Ten opuchlý obličej! Ty kruhy pod očima!*) Jde do koupelny a z přetékajícího koše se špinavým prádlem vydoluje lahev vodky. Napije se a schová ji zpátky.

OBRAZ 4, byt, interiér, podvečer

Bára leží oblečená na posteli a chrápe. Vedle ní leží prázdná lahev od vodky. Její muž s dětmi stojí vedle postele a dívají se na ni, děti vyděšeně, manžel se směsí soucitu a znechucení.

Bářin manžel: „Maminka má těžké období, děti.”

OBRAZ 5, protialkoholní léčebna, interiér, den

Bára sedí v kruhu žen-alkoholiček v nevábnych ústavních pyžamech.

Terapeutka: „Teď vy, paní Šťastná. Povězte nám něco o sobě. Proč jste začala pít?”

Bára tupě zírá před sebe.

OBRAZ 6, byt, interiér, večer

Bára s kufříkem vstupuje do kuchyně, kde právě její

rodina večerí. (V léčebně jsem přibrala asi deset kilo a mám mastné, zplihlé vlasy. Díky, rejžo.) Na jejím místě u stolu sedí sympatická upravená mladá žena. (Hraje ji mladá Libuše Šafránková nebo nějaká jiná superroztomilá herečka, na kterou prostě nemůžete zaječet: „Ty mrcho!“ Dokonce ani ve filmu, který se odehrává ve vaší hlavě.) Všichni vypadají spokojeně. Bářin manžel: „Oni tě už pustili? Tak brzy?“

OBRAZ 7, park u Hlavního nádraží v Praze, exteriér, noc

Bára s kufříkem usedá na jedinou volnou lavičku. Na všech ostatních lavičkách popíjejí nebo pospávají další bezdomovci. Bára z kufříku vytahuje lahev vodky a tupě zírá před sebe.

Než ten celovečerní film dokoukám až sem, uběhne sotva pár vteřin, ale mně se už svírá žaludek a polévá mě studený pot. Filmaři v mé hlavě oslavují premiéru: zase odvedli svou práci na jedničku! Tentokrát to vypadá na Oscara, nebo minimálně na Českého lva!

Pak se částečně vzchopím a dojdou do kanceláře své šéfové vyslechnout si očekávaný ortel. A ona znechuceně usrkne řídké kafe z našeho firemního automatu a řekne mi něco jako: „Potřebuju, aby ses podívala na tenhle článek. Přečti si to a pověz mi, co si o tom myslíš.“

A teprve teď mi dochází, že ten film neměl se skutečností nic společného. Moje šéfka se tvářila nevrle, protože si nestihla koupit své oblíbené kafe ve Starbucks. Můj muž nemá v záloze mladší verzi Libuše Šafránkové, která by za mě kdykoli mohla zaskočit u rodinné večeře. A především, mou životní rolí není jenom sedět, tupě zírat před sebe a nechat se smýkat okolnostmi, jak mi to

moji filmaři předepsali ve scénáři. Ať už se stane cokoli, vždycky s tím můžu něco dělat.

Smůla je, že kdykoli se v mém soukromém kině rozjede promítání dalšího katastrofického filmu, na všechny tyhle očividné skutečnosti okamžitě zapomenu.

Vytvářet si ve své hlavě katastrofické scénáře, odvíjející se od miniaturních každodenních zápletek, je dost podivný koníček. Přesto jsou chvíle, kdy se mu věnuji velmi náruživě. Stačí, že mi někdo z rodiny chvíli nezvedá mobil (filmaři v mé hlavě už rozjíždějí natáčení akčních scén se skřípějícími brzdami a houkajícími sanitkami) nebo mi ve schránce přistane oznámení o doporučeném dopisu s modrým pruhem.

Moc dobrou záminkou jsou také neobvyklé zdravotní příznaky, zvláště když si o nich začnu hledat informace na internetu. Skoro cokoli na vašem těle může vypadat jako zárodek smrtelné nebo zohyzďující choroby, když tomu věnujete dost pozornosti a vygooglujete si pár nechutných obrázků postižených orgánů. Při pročítání příspěvků pacientů na různých diskusních fórech snadno dospějete k závěru, že vám už brzy vypadají zuby, po celém těle se vám rozšíří lupénka, podlehnete předčasné demenci nebo oslepnete. Jednou jsem skončila v ordinaci své gynekoložky, poté co jsem po večeru stráveném ve společnosti googlu (a kapesního zrcátka) nabyla podezření hraničícího s jistotou, že trpím počátečním stadiem odporných sexuálně přenosných bradavic, které se budou zvětšovat a zvětšovat a samozřejmě jsou nevyléčitelné. „Průvodním příznakem bývají deprese, potíže v partnerských vztazích a někdy i sebevražedné sklony,“ psali na lékařských stránkách. To sedělo. Část noci jsem strávila v temných úvahách, jestli jsem

to mohla chytit ze záchodového prkýnka a jak to řeknu manželovi. Doktorka mě po prohlídce trvající pár vteřin vyvedla z omylu, takže jsem se chvíli vznášela na obláčku blažené úlevy. Ale stálo mě to jednu probdělou noc a několik hodin nefalšované hrůzy.

„Když uslyšíte dupot kopyt, čekejte koně. Ne zebry.“ Tohle úsloví prý profesori opakují příliš snaživým studentům medicíny. Mladí horliví lékaři totiž mají sklon hledat za banálními příznaky exotické, vzácně se vyskytující choroby, i když by se nabízela mnohem obyčejnější diagnóza.

Úsloví o koních a zebrách nám naznačuje, že nejdřív máme brát v úvahu ty nejpravděpodobnější hypotézy, nikoli ty, které jsou sice barvité a senzační, ale stejně málo reálné jako zebra na louce za vaší chalupou.

Já ve svých každodenních diagnózách často vyhlížím zebry, hlavně ty katastrofické.

Když se během jízdy po dálnici začne z útrobu auta ozývat nezvyklý zvuk, napadne mě spíš, že se stalo „něco s motorem“ (zebra), než to, že na silnici jsou boule a v zadu v autě mám bednu plnou řachtajících plechových konzerv (kůň).

Když potkám po ránu kamarádku s červenýma očima, vykonstruuju si nejdivočejší manželskou scénku završenou proplakanou nocí (zebra), než zjistím, že se jenom moc nevyspala a nestihla se namalovat (kůň).

Moje kamarádka Anička se bojí létání. Při vzletu i přistání letadla se strnule dívá před sebe, žmoulá v ruce papírový kapesníček a má pocit, že jenom svým ukrutným soustředěním zabraňuje tomu, aby se letadlo zřítilo. Kdyby se jenom na chvíli uvolnila, nedávala pozor a třeba by si luštila křížovku, letadlo by určitě spadlo.

Já to mám se strachováním podobně. Zdá se mi, že když nebudu dost ostražitá, může se stát něco strašného. Už jako malá jsem nabyla přesvědčení, že věci, které si představuju, se nikdy nestanou. Stane se obvykle něco úplně jiného. Takže jsem si usilovně snažila představit všechny katastrofické varianty budoucích událostí, abych je tím zázračně odehnala. A vydrželo mi to dodnes. Skoro jako by mě to permanentní úzkostné svírání okolo žaludku svým způsobem chránilo před tím, aby mě budoucí průšvihy zastihly nepřipravenou. Jenže výsledkem je, že v temném tušení katastrofy trávím mnohem víc času, než by bylo potřeba. V těch nejklidnějších a nejpohodovějších chvílích možná ještě o něco víc, protože zebra pravděpodobně už číhá za rohem! Stačí, abych chvilku přestala být ve střehu, a bude tady!

Jediný způsob, jak tomu čelit, je zhluboka se nadechnout a opakovat si: „Teď tady žádná zebra není. Dokonce ani neslyším dupání.“

Ona nějaká ta katastrofická zebra občas doopravdy přiběhne. Ale pokaždé se přizene z úplně jiné strany, než jsem ji čekala. A většinou přitom moc nedupe, takže připravit se na ni nedá.

Jednou z těch zebřích pohrom, které přicházejí zásadně potichu a bez ohlášení, jsou rozbité domácí spotřebiče.

Nám se rozbila pračka, hned na začátku roku, den poté, co jsme se s dětmi vrátili z blátivých vánočních prázdnin a koš na prádlo byl plný oteplovaček prosáklých zaschlým bahnem. Když jsem ji zapnula, začala vydávat podobné chraptivé zvuky jako ta posedlá holčička ve filmu *Vymítač ďábla*. I její drnčivé epileptické pohyby jasně nasvědčovaly tomu, že se v ní usadil pekelný démon.

Můj muž řekl, že vyhánět duchy ani spravovat prač-

ky neumí, a exorcista, teda vlastně opravář, po telefonu konstatoval, že možná v pátek.

Mé následující večery proto vypadaly následovně. V devět jsem dala spát děti, okolo půl desáté jsem část špinavého prádla nacpala do tašky a vyrazila z domu. Sešla jsem dolů na Seifertovu ulici a zastavila se ve vietnamské večerce, kde jsem koupila lahev vína. Ještě o pár vchodů níž jsem zazvonila u kamarádky Pavly. Celkem rychle jsme si prakticky ověřily, že vypít ve dvou lahev vína trvá přibližně stejně dlouho jako jeden cyklus praní v pračce.

(Někde jsem četla, že přátelé, kteří bydlí do jednoho kilometru od našeho bydliště, mají na naše štěstí výrazný pozitivní vliv. Zjistila to jedna vědecká studie a já to potvrzuji z vlastní zkušenosti.)

Už jsem si na ten pozdně večerní rituál – špinavé prádlo, vietnamská večerka, pračka, víno, s taškou mokrého prádla domů – začínala zvykat. A nejspíš bych takhle dokázala fungovat i dlouhodobě.

Můj muž ovšem pochopil, že pro samé praní mi nezbyvá čas ani energie na žádné jiné domácí činnosti. A ve čtvrtek pračku spravil. Celý exorcismus spočíval v tom, že vyndal z jejího odpadu figurku z lega, která způsobovala ty pekelné zvuky.

Skoro jsem byla zklamaná. Byla to jedna z nejzábavnějších katastrof, které jsem kdy zažila.

„Mami, já se ti bojím něco říct.“

Tahle věta, jak už jsem se ze zkušeností poučila, v překladu znamená: „Stalo se něco strašného a řeknu ti to, jakmile slíbíš, že nebudeš nadávat.“

Když ji Betyнка pronesla v pátek večer a upřela na mě pohled ztrápené laně, okamžitě mi v hlavě naskočily ty nejhorší možné alternativy. Vzhledem k jejímu

řetězci průšvihů z několika uplynulých týdnů (ztracené kimono na taekwondo, ztracených 450 Kč, které jim ve škole vrátili za školní výlet, skandální účet za telefon, ředitelská důtka za opuštění školní budovy o velké přestávce, když si šla k Vietnamcům pro koblihu) jsem čekala, že to bude něco ještě horšího. Taky bylo.

Betynka si ve zverimexu koupila bílou myš. Ukrývala ji v kyblíku na patře v dětském pokoji. Myš měla ohavné malé dráčky, strašidelné červené oči a pod bílými chloupky jí prosvítala růžová kůže.

Vždycky jsem si byla jistá, že se myši bojím. Byla jsem si tím jistá ještě o něco víc, když jsem si na internetu přečetla, že myši samečci „vydávají nepříjemný zápach“ a „velmi dobře skáčou“.

V pátek večer ale nebylo jiné řešení než s bílou myší v akváriu sdílet společnou domácnost.

Během víkendu jí můj ke všem zvířatům soucitný muž přidal do akvária piliny a pítka na vodu.

V pondělí ještě přibyl útulný domeček z půlky kokosového ořechu a pomalu začínalo být jasné, že myš se u nás doma zabydlela natrvalo.

A v úterý jsem si uvědomila, že mi to vlastně tak strašně nevadí.

Ne, myš mě svýma červenýma očkama nijak neobměkčila, nezamilovala jsem si ji, nenavázala jsem s ní žádný přátelský vztah. Uvědomila jsem si ale, že s ní vlastně docela klidně můžu žít a že snesu víc, než jsem si myslela. Na což bych nikdy nepřišla, kdyby ji Betynka svévolně nepřinesla do naší domácnosti.

Jedno z těch poplašných katastrofických světýlek mi začne v hlavě blikat pokaždé, když ponořím ruku do tašky a nemůžu najít peněženku. „Není tam!“ Tedy, ona tam

většinou nakonec je. Obvykle se ukrývá pod diářem, nákupem, oblečením na cvičení, obalem od sušenek nebo hromadou starých účtenek.

Ale jednou tam opravdu nebyla, asi dvacet minut poté, co jsem vystoupila z tramvaje a u okýnka v metru jsem si chtěla koupit kelímek s kafem. Zloděj mi ji vytáhl z polorozepnuté tašky zřejmě ve chvíli, kdy jsem s Rozárkou po cestě do školy diskutovala o tom, jestli na procházce s družinou musí nebo nemusí mít na hlavě čepici. Přišla jsem o platební karty, občanku, řidičák, opencard a všechny ty ostatní plastové kartičky, které nám dávají pocit, že opravdu existujeme, že někam patříme a že náš život má řád.

Po odeznění prvního šoku, paniky a sebelítosti jsem zjistila, že nechat si ukrást peněženku patří mezi ty katastrofy, které vypadají mnohem hůř ve chvíli, kdy si je jenom představujete. (Mimochodem: myslím, že většina každodenních pohrom spadá právě do této kategorie, ať už je to odtazené auto, chycení revizorem, když máte propadlou opencard, nebo zvracející dítě v úterý večer, když na druhý den nemáte hlídání.)

Ve chvílích následujících po ukradení peněženky jsem zažila dokonce i pár pozitivních momentů.

Jako první mě překvapila mírná škodolibá radost vůči zloději, který záhy po krádeži zjistil, že jsem v peněžence neměla žádnou hotovost. Ale až poté, co se prohrabal hromadou starých účtenek a dávno neplatných vizitek.

Být chvíli bez dokladů mi přineslo zvláštní, skoro existenciální pocit lehkosti. Jako bych se v tu chvíli mohla stát kýmkoli jiným, nasednout na vlak do Paříže (do letadla by mě, pravda, bez občanky nepustili) a prostě zmizet.

Všichni na mě byli hodní. Úřednice na zákaznické lince České spořitelny (opravdu!), službu konající poli-

cista, u kterého jsem krádež ohlašovala, i kolegyně v práci, která mi uvařila kafe na vzpomínání.

Konečně se vyřešil můj dlouho odkládaný problém s výměnou občanky.

Ale největší radost mi udělalo to, že na všech nových dokladech budu mít nový účes.

Některých věcí se bojíme možná jenom proto, že si myslíme, že se jich máme bát.

Například pondělí.

„Už sobota!“ vzdychá moje kamarádka Monika v sobotu večer, i když přitom sedí u skleničky vína a čeká ji nejpohodovější chvíle celého týdne. Protože zítra bude neděle s nevyhnutelnou nedělní depresí z toho, že následuje pondělí a opět bude třeba namazat svačiny, najít několik párů ponožek, nahnat děti včas do postele, dodělat resty do práce a čelit nadcházejícímu pracovnímu týdnu. Pondělí ji straší už od sobotního odpoledne, přestože to je přesně ta chvíle, na kterou se celý týden těšila.

Naopak nejoblíbenější den většiny lidí je pátek. Vídina nadcházejícího víkendu nám pomáhá proplouvat každodenními povinnostmi tak nějak vláčně, s větší lehkostí. V pátek se nemusí chodit brzo spát, v pátek se nepíšou úkoly, v pátek jsou ty nejlepší večírky, pátek je jako mít v kapse zabalenou čokoládu, do které jsem si ještě nekousla. Pátek je svým způsobem ještě lepší než samotný víkend, protože má v sobě jeho osvobozující pocit, i když samotného víkendu ještě neubýlo.

Jenže pak přijde sobota a...

Jedna studie, kterou provedli v Austrálii, přitom prokázala, že celá tahle mentalita „malých sobot“ a „malých pondělků“ je trochu mimo. Dvě stovky dobrovolníků měly po celý týden vždycky ráno a večer vědcům hlá-

sit, jakou mají náladu právě v tu chvíli. O týden později je psychologové požádali, aby si vzpomněli, jak se cítili v pondělí ráno a v pondělí večer, v úterý, ve středu a tak dále. Ukázalo se, že při zaznamenávání okamžitých pocitů se lidé každé ráno i každý večer cítili zhruba stejně. Ale když si měli po týdnu vybavit, jakou měli náladu, pondělí ráno bylo v jejich vzpomínkách nejhorší okamžik z celého týdne.

Co z toho vyplývá? Účastníci pokusu si po týdnu už nepamatovali, jak se v tu chvíli doopravdy cítili. Ale protože šlo o pondělí, předpokládali, že asi dost mizerně.

Takže je dost pravděpodobné, že pondělí za naši nedělní depresi nemůže. Vyrábíme si ji sami, protože si myslíme, že to bez ní nejde. Těšíme se na pátek, abychom se vzápětí začali bát pondělka.

Pořád jsme v očekávání něčeho, co teprve přijde. Stále jen odpočítáváme dny do nejbližšího víkendu, který si následně necháme zkazit chmurami z toho, že za chvíli skončí. Utvrzují nás v tom dokonce i moderátoři předpovědi počasí, kteří se tváří, že déšť o víkendu je tak nějak horší než v úterý nebo ve čtvrtek a že sluníčko ve středu není tak fajn jako v sobotu. Většina dnů v týdnu jako by se nepočítala, jako bychom je měli jenom tak nějak překlepat, bez naděje, že by se v nich dalo něco doopravdy zažít.

Uznávám, že oblíbit si pondělí, úterý, středu nebo čtvrtek chce trochu úsilí. Nemají, na rozdíl od pátku a soboty, samy od sebe do vínku danou popularitu. Ale když si začnu vymýšlet důvody, proč mít tyhle dny ráda, vždycky přijdu na spoustu věcí, které by se o víkendu stát nemohly. Ranní jinovatka v trávě (o víkendu nikdy nejdu ven tak brzy, abych ji viděla). Náhodné setkání s kamarádkou na zastávce tramvaje. Cesty s Rozárkou

z jejího cvičení v Sokole ve středu večer, kdy spolu jdeme přes park a povídáme si. A spousta jiných věcí, které se nedají předem naplánovat – všechny ty nečekané pondělní, úterní, středeční a čtvrteční radosti.

Těm filmařům, kteří v mojí hlavě natáčejí katastrofické filmy, asi nikdy nedokážu dát s konečnou platností padáka. Pořád mi budou čas od času pouštět bijáky, v nichž moje děti vbíhají pod rozjetý autobus, můj muž odchází „hledat sám sebe“ ve společnosti hubené blondýny a já sama končím jako osamělá tlustá alkoholička, nad kterou už všichni kamarádi zlomili hůl, v garsonce s výhledem na obří skladiště u dálnice. Vždycky, když mě posadí do kina a začnou promítat další ze svých povedených kousků, si ale můžu připomínat následující:

1. Je to jenom film.
2. Pravděpodobnost, že se něco podobného doopravdy stane, je nepatrná. Samozřejmě že marketingový tým, který s filmaři spolupracuje, v tuhle chvíli konstruje otázkou: „No jo, ale co kdyby?“
3. I kdyby! I kdyby se to doopravdy stalo, vždycky můžu něco dělat. Nemusím být jako ta Bára v jejich filmech, která vždycky jenom sedí a tupě kouká, jak ji okolnosti válčují.
4. I kdyby se to doopravdy stalo, v mém životě jsou i jiné věci a tahle jakkoli děsivá situace neznamená konec úplně všeho.
5. Je to jenom film.

Nechci se zebrami trávit víc času, než je bezpodmínečně nutné.

Protože není nutné dělat si život horší, než jaký doopravdy je.

Kdybych dělala jen to, co už umím, měla bych jen to, co už mám

V šestnácti letech jsem si byla naprosto jistá tím, že se nechci dožít čtyřicítky. Nebudu nadávat u televize, stát frontu v zelenině, luštit křížovky a jezdit na chatu, myslela jsem si. Což byl život, ke kterému byli v mých představách lidé po čtyřicítce odsouzeni.

Čtyřicet mi bylo loni. Křížovky neluštím, u televize nadávám spíše výjimečně, frontu u zelináře na farmářském trhu stojím občas vlastně docela ráda. A zemřít by se mi v dohledné době určitě nechtělo.

Taky jsem si v různých obdobích života myslela, že:

- Nikdy si nenechám propíchnout uši.
- Nikdy bych nemohla chodit s někým, kdo na záchoďe luští křížovky.
- Nikdy nepřestanu milovat Deana Reeda a taky Joffreye de Peyrac z *Angeliky*.
- Nikdy si nepořídím mobil, na co proboha.
- Nikdy se mi nezačnou líbit kluci, kteří jsou mladší než já.
- Nikdy nebudu mít děti. A pak, o pár let později: Nikdy nebudu na svoje děti ječet.

Všechny tyhle věci se mi později nějak přihodily a nad svými skálopevnými jistotami z doby, kdy mi bylo devět nebo devatenáct nebo devětadvacet, se dnes celkem pobaveně usmívám. A přece i teď, ve čtyřiceti, jsem si pořád spoustou věcí hrozně moc jistá. Jako například: