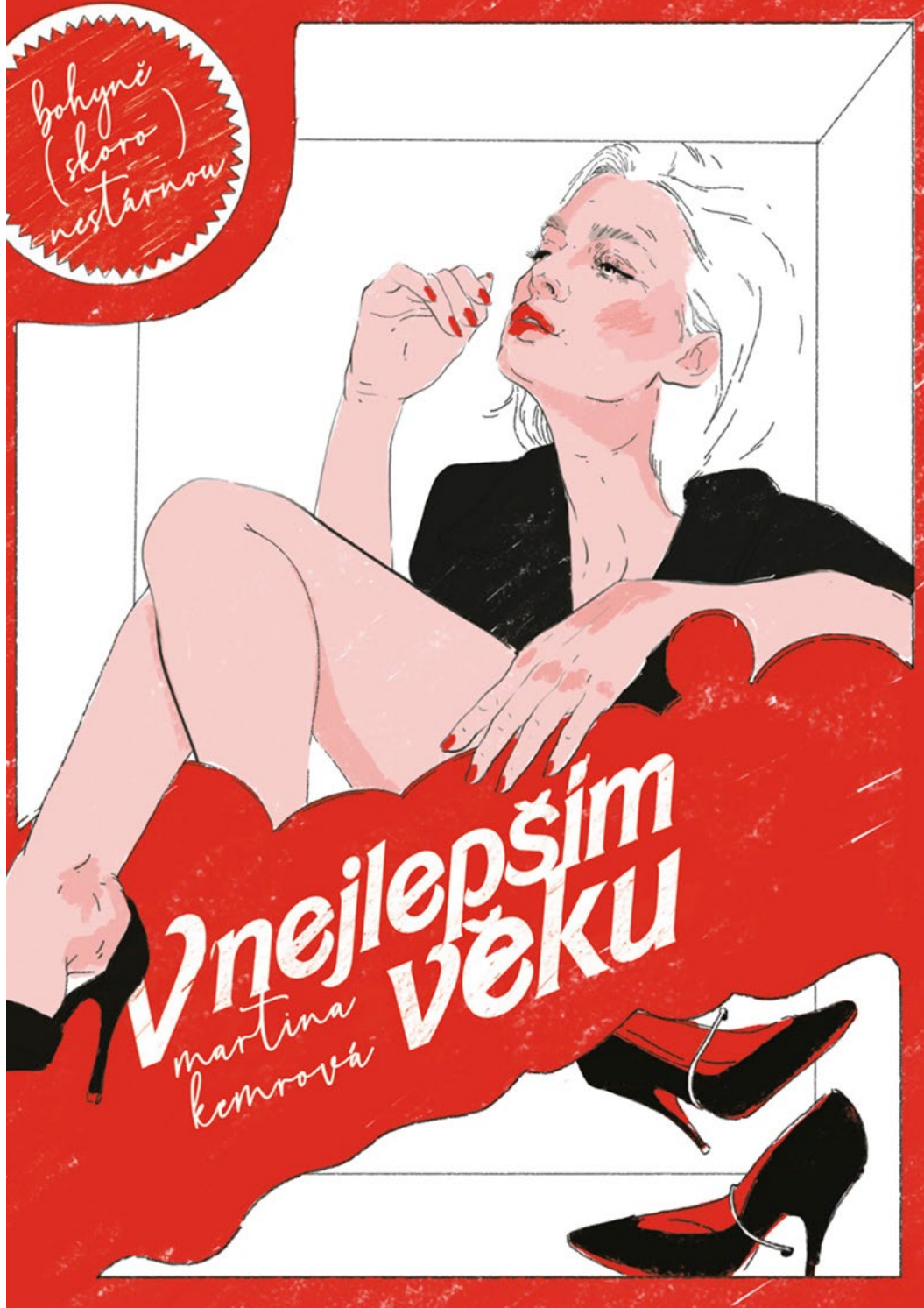


bohyně
(skoro)
nestárnou

V nejlepším
věku

*martina
kemrová*



V nejlepším věku

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na
www.cpress.cz
www.albatrosmedia.cz



Martina Kemrová
V nejlepším věku – 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**

— věnování —

Chtěla bych poděkovat všem,
kdo jsou pro mě důležití,
a bez nichž by tahle kniha nevznikla.
Doufám, že víte,
že je řeč právě o vás. :-)

— obsah —

- 8 Vím, kdo jsem a nemusím se hledat
- 12 Stará? Figu borovú!
- 16 Mám splněno, ať dřou ty mladší!
- 20 Jsem ženská, a těší mě to
- 26 ... ale chlapi mě inspirují
- 30 Jaký si to uděláš...
- 35 Všechno zlý je pro něco dobrý
- 40 Carpe Diem aneb Tady a teď
- 45 Mám čas
- 51 Ave Cesar, Ave já!
- 56 Zním nejdůležitější otázku života,
vesmíru a vůbec, heč!
- 60 Inteligentní úsilí

- 64 Krasava inteligentní? Jo!
- 68 Neber si to tak aneb Věci se dějí, jak mají
- 71 Děti si můžu jen půjčovat
- 74 Víím, co chci, a co ne
- 77 Mám se ráda... radši
- 82 Pravidla jsou ok (když je druzí dodržují)
- 87 Nehodnotím, neočekávám (skoro)
- 91 Na čem opravdu záleží?
- 95 „A celá se otočit můžete?“
- 99 Velký debil = Velký Učitel
- 104 Základ slovníku: NE!
- 108 Nic netrvá věčně aneb O nelpění
- 112 Čím méně, tím líp
- 115 Umím nevědět
- 118 Šťastná samota
- 121 Chvála maličkostí

Od: Tyna

Komu: zuzka005@gpost.com

Předmět: Ty kozo pitomá!

– *ty kozo pitomá* –

Ahoj, teda spíš – No nazdar!

Co to vyvádíš? Tvůj poslední mail mě fakt vytočil. Jasně, chápu, je ti padesát, což není šestnáct, a máš pocit, že jsi stará, život skončil a čeká tě už jen cesta pouští všednosti do hrobu. Ale tohle vyprávíš, co tě znám! Napadlo tě někdy, jak jsi tím otravná? (Minimálně proto, že takový pocity mám taky a ty mi je vždycky připomeneš. :-))

Taky, a ani nevíš jak často, si připadám jak vyfoukaná pampeliška. Tělo bolí, kůže povoluje, nezdá se, že by svět byl ústřice, která se nechá jen tak vysrknout. (*Btw, to je tedy hnusná představa! Jedlas někdy ústřice? Já jo, a už nikdy nebudu!*) Zkrátka, není lehké nacházet motivaci vyskočit ráno z postele a s úsměvem na rtech čelit realitě. Na druhé straně, je pořád dost věcí, které za to stojí. Jsou jiné, než když nám bylo dvacet, ale zato jsou prověřené časem.

Říká se, že nový zvyk se ukotví, pokud ho budeš dodržovat 28 dní. Tak jsem si řekla, že hodím na papír (tedy spíš někam do virtuálna) 28 důvodů, proč je zrovna padesátka, když ne boží, tak fajn věk. Každý den ti pošlu jeden a ty si ho přečteš a zkusíš splnit úkol na konci. Prostě to jen zkus, jo? Když budeš chtít, můžeš mi napsat, jak to jde. Nebo se se mnou můžeš hádat a přít, tím líp; každá reakce dobrá! No, a jestli 29. den budeš furt tak trudnomyslná, tak si to klidně hoď, není ti pomoci. A taky se na to můžeš vybodnout dřív, máme demokracii, že jo. I v tomhle případě se jako ideální řešení jeví urostlá sosna nebo koupačka v betonových přezůvkách. Snad nemusím psát, že tahle varianta by mě netěšila a že bys mě dost našňupla.

Tak co, jdeš do toho?

Martina

PS: Opovaž se říct, že ne!!!

Od: Tyna

Komu: zuzka005@gpost.cz

Předmět: Den 1 – Nemusím se hledat

Nazdar!

Sice jsi mi neodpověděla, ale z doručky vím, že si to někdo přečetl. Doufám, že to nebyl vyšetřovatel podezřelých úmrtí nebo sousedka, která ti leze do mailu. Tak budu věřit, žeš to byla ty. Ráda bych přinesla první argument k teorii „šťastné padesátky“:

| 1 |

– vím, kdo jsem –
a nemusím se hledat

Znáš ten vtip o pejskovi a kočičce, ne? Jak přijde pejsek domů a najde lísteček: „Hádej, kde jsem? Když mě najdeš, pomějeme se! Tvoje Kočička. P. S.: Druhá zásuvka v prádelníku“.

Prvních zhruba 40 let života jsem strávila hledáním sebe sama. Na nejrůznějších místech, prostřednictvím hromady lidí. Po většinu toho času jsem plnila něčí nároky a očekávání – rodičů, učitelů, tanečních lektorů, chlapců/mužů, šéfů, kolegů, kamarádek, doktorů, ženských časáku... Měla

jsem za to, že musím být hubená, vždy upravená, v dokonale ladícím outfitu, příjemná, zdvořilá, zábavná, nápomocná, bezproblémová, neodporující, vždy naladěná na sex („víš, co je nejlepší na migrénu, mrk, mrk?“), optimistická („Martino, já tvou frustraci plně chápu, ale snaž se být trochu optimističtější, ano?!“), roztleskávačka, co rozproudí i tu nejnudnější konverzaci, plnící všechny úkoly včas a na jedničku s hvězdičkou, ba čtoucí přání z duhovek...

Skončilo to anorexií a celoživotním velmi podezřivým vztahem k jídlu, záchvaty zoufalství, když jsem v ranních červánkách zjistila, že tyrkysová kabelky je JINÁ než tyrkysová šatiček, skřípáním zubů, úsměvem ztuhlým tak, že na konci pracovní doby jsem si musela tvář namačkat do přirozenější podoby, nechutí k sexu v jakékoli podobě, sklonem vytěšňovat život prací nebo jakoukoli činností (musím být užitečná nebo aspoň cvičit!), únavou ze všeho, a hlavně ze sebe samotné. A depresí.

(Btw, víš, co je zásadním znakem deprese? Že nemáš žádné sny. Nic nechceš, po ničem netoužíš.)

Vůbec jsem netušila, kdo jsem a co chci. Dívala jsem se do zrcadla a ta ženská mi byla jen matně povědomá. A vůbec se mi nelíbila. Tady by to chtělo vylepšit, a tady... Každý neúspěch jsem prožívala jako selhání a tragédii, dokazující, jaký jsem lúزر. I když z pohledu zvenčí to nikdo nepoznal, všichni mě měli za tu výraznou, vtipnou (a když je v kondici), oslňující bytost. Pociť štěstí a vlastní hodnoty

jsem zažívala jen jako čerstvě zamilovaná nebo po podání nějakého extraordinárního výkonu. Ale takovéhle pocity nevydrží moc dlouho a po nich přijde prázdno. A sem tam pocit, že bych nejraději ode všeho utekla. Jenže on to byl vlastně útěk od sebe sama. Takže člověk utíká od sebe, aby se našel... To je ale blbost, že jo? *(Na to už upozorňuje můj oblíbený Jostein Gaarder v kouzelné knize Tajemství karet, to si musíš přečíst!)*

Trvalo to dlouho a nebylo to jednoduchý, ale konečně už vím (tedy většinu času), kdo jsem. Pod vším tím mejkapem, oblečením, aktuální rolí (údernice, matka, pečovatelka, milenka, manželka, kamarádka, učitelka, bláznivá kolegyně, paní ve frontě...) a nasazeným TV úsměvem č. 4.

Když vím, kdo jsem, vím tím pádem, i co chci. Dokážu už rozeznat, kdy žiju svůj a kdy cizí život. Není to super?

Kdyby se mě někdo zeptal, kdo jsem, řekla bych, že jsem člověk, žena, která je mnohem vyrovnanější a spokojenější než ve 20. Mám ráda lidi, psy a vůbec zvířátka, tanec, jógu, hory, knihy, ranní ticho, válení ve vaně i hlubokomyšlné plkání o (ne)smyslu světa u sklenice vína. Pro úsměv potřebuju čím dál míň – kosa přetahujícího se se žízalou, roztomilé batole, slunce na tváři, pohled na cumlající se teenagery. Jsem zvědavá a zvědavá a přesvědčená, že konec pohybu = smrt. Dokážu se nadchnout pro nesmysly, plazit se s darem pro generálního sekretariátem (o tom ti napíšu někdy příště), zahrát etudu „ale na to bych já opravdu

nikdy nepřišla, pane kolego (máv máv řasami)“, preferuju
lidi s životní energií před píchými merunami...
A mám se po většinu času ráda!

M.

to do:

*Přečti si pár aspoň kapitol z toho Gaardera. Kdyby ho neměli
v knihovně, zavolej, půjčím!*

Od: Tyna

Komu: zuzka005@gpost.cz

Předmět: Den 2 – Na něco stará? Pche!

Ahoj!

Doufám, že sis početla a trochu rozptýlila. Budeš to potřebovat, dneska to bude o stáří. Tedy spíš o pocitu stáří, a to je tedy rozdíl. :-)

| 2 |
– stará? –
figu borová!

V 17 jsem si poprvé řekla, že jsem na něco stará a vyděšila se. Ten pocit nenahraditelné ztráty! Už nikdy, nikdy, NIKDY! Bůůůůů! Život skončil, světla posledního vlaku mizí v tmách doživotního zoufalství! (*Ptáš-li se, o co šlo, tak si nejsem jistá – buď o kariéru baletky, nebo – a to spíš – o ztrátu panenství. Všechny už to mají dávno za sebou, jen já tu uschnu a nikoho si nikdy nenajdu!*)

Stejný pocit mě pak přepadl ještě zhruba tisíckrát. Moc stará na to být tanečnicí, letuškou, na opravdový vztah, na dítě, na to, být nejmladší ředitelkou zeměkoule, na rozvod, na

opravdovou lásku, znova na dítě, na změnu kariéry, vlastně na jakoukoli změnu... V téhle disciplíně tedy nemůžeš najít povolanějšího experta.

Dnes, po padesátce, jsem mnohem klidnější. Beru věci míň osudově a s radostí sleduju lidi, co popírají obecné představy o tom, co se hodí/nehodí k jejich věku.

První věc, která mě s tím kapku srovnala, byla historka z naší rodiny. Moje máti, jinak velmi silná, životaschopná a samostatná žena kdysi usoudila, že je stará na řidičák. Bylo jí dvačtyřicet. Blbost, že jo? Dožila se pěkných 84 let, do poslední chvíle oči jako rys, srdce jako zvon. (Pravda, Alzheimer jako navigátor není ideální, ale myslím, že i třicet let za volantem by bylo bývalo stálo za to.)

Za druhé: Tuhle jsem na Facebooku viděla finskou dámu, která v 60 začala se skateboardem, hrdě nosí titul nejstarší skateboardistky široko daleko a pořádá kurzy. Nosí džíny s laclem a bejsbolku, učí se sprejovat a je fakt dobrá.

Do třetice: Po čtyřicítce se z pocitu „na tohle jsem stará“ člověk začne oklepávat rychleji a rychleji a těch oplakávaníhodných věcí ubývá. Proč by třeba, proboha, měl člověk chtít být letuškou? Nohy jako konve, turbulence, nerudní cestující, podpatky 14 hodin v kuse, hnusné jídlo, uzavřený prostor...???

Jedna věc je, že existuje něco jako společenský úzus a očekávání. Děti máš mít tehdy a tehdy, od 40 let nesmíš nosit