

LHALA JSEM

VERONIKA KAŠÁKOVÁ



Lhala jsem

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na
www.bizbooks.cz
www.albatrosmedia.cz

Bizbooks®

Veronika Kašáková
Lhala jsem – e-kniha
Copyright © Albatros Media a. s., 2021

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

ALBATROS  **MEDIA**

LHALA JSEM

Veronika Kašáková

Obsah

5	Předmluva
9	Ukradený hrad
14	Smyčka
18	Cesta může být cíl
25	Nevítání hosté
28	Bolest, která mění
33	Další level
36	Svatba
46	Nové začátky jsou často skryté za bolestivé konce
54	Transformace
59	Vesmírná objednávka
62	Co je domov, zjistíme ve chvíli, kdy ho ztrácíme
67	Kým jsem dnes, je výsledkem toho, kým jsem byla včera
76	Výš než ego
88	NFVK
111	Odpustit
117	Zrcadlo
126	Restart
137	Pocit viny
162	Rituály
170	Neschopnost být sama
175	21 dní
178	Trenéři
187	Rodiče v nás
194	Potřebuji se svěřit
198	Experiment
211	Hluk cizích názorů
216	Doma
220	Regrese
229	Těhotenství
246	Závěr

Předmluva

Vítám tě, příteli, čtenáři milý,

moc ti děkuji, že držíš v ruce tuto knihu. Vážím si toho a také doufám a pevně věřím, že v ní najdeš to, co hledáš. Byla napsána s pokorou a tak, aby z mých slov byla cítit veškerá křehkost lidských příběhů. Snad i na tebe tato kniha dýchne klidem, ve kterém byla stvořena. Jsem vděčná za naše společné chvíle, jsem vděčná, že budu chvíli s tebou, že ty budeš chvíli (se) mnou. Že budeme společně u tebe doma a na tento příběh nebude na chvíli nikdo sám. Budeme v něm spolu. Jsem ti vděčná, že jsi mi to umožnil. Že můžu. Děkuji ti.

Dovol mi první řádky této knihy věnovat své první knize *Zpověď: Z děcáku až na přehlídková mola*.

Milá *Zpovědi*, tak odvážná a nezkušená jsi a v tom je tvá síla a hloubka. Kolik témat jsi otevřela. Mnoho jsi mě naučila. Tisíce pochval si jistě zasloužíš – stejně jako pokárání. Mám na srdci jednu věc, kterou bych chtěla říci a věnovat ji hlavně těm lidem, kteří jsou součástí právě mé první knihy. Lidem, kteří jsou součástí mého dětství. Těm, kteří své jméno našli v mé knize, a všem těm, kteří cítili bolest, když četli můj příběh. Ráda bych se jim zde upřímně a hluboce omluvila za jednu podstatnou věc, která se bez jejich dovolení neměla stát. V mém příběhu zazněla jejich reálná jména. Příběh, který se mi stal, se nemusel ve vašich duších odehrávat ve stejném znění, a proto přijměte mou omluvu za mou nevědomost a za roli, kterou jsem vám ve svém příběhu dala. Můj příběh není smyšlený, zakládá se na mých pocitech a na rébusu, který život poskytl k rozluštění právě mně. Po vydání *Zpovědi* se celá hádanka najednou rozpadla a pak znova skládala a účastníci mého příběhu přidávali nové a nové scénáře, otevírali nová témata a vhledy. Stejný okamžik byl najednou pro každého úplně odlišný. Přijměte, pokud můžete a chcete, mou omluvu – netušila jsem, co tím způsobím. Přijměte mé poděkování za

to, co jste mě díky tomu naučili. Děkuji za obrovskou lekci sebereflexe a v neposlední řadě za odpovědi na mé celoživotní otázky.

Děkuji ti, milá *Zpovědi*, že jsi byla tak odvážná a vstoupila jsi do několika rukou, životů a domácností, a otevřela tak rány, které dlouho bolely. Děkuji také za mnohá pohlazení, která jsi jistě zprostředkovala. Jsi můj veřejný terapeutický deníček.

”

Jsou momenty, kdy
na sebe musíme vzít riziko,
že nebudeme pochopeni.

Polly Mellen, bývalá módní ředitelka
amerického časopisu Vogue

Musíme věřit, že to, co
chceme sdělit, je důležité. Bez
ohledu na to, jestli budeme
vytleskáni nebo vypískáni.

Tuto knihu věnuji Tobě...



Dokud se nevzdáte myšlenky, že štěstí je někde
jinde, nikdy nebudete tam, kde máte být.

Ukradený hrad

Okny do mého bytu prosvítá teplé slunce a já si uvědomuji, že už je to pět let. Pět let, co ve své knihovně vídám svou prvotinu, knihu holky z děcáku. Pořád mám smíšené pocity, když ji přejedu pohledem nebo když ji otevřu. Pokaždé se na mě dívá jinak a já se jinak dívám na ni. Někdy je to příběh někoho pro mě velmi vzdáleného, jindy příběh, který je zaryt hluboko ve mně. Někdy zas je to příběh někoho, kým jsem kdysi byla, a někdy jsem to prostě stále já. Já, Veronika Kašáková – holka z děcáku.

Když jsem byla malá, ta malá holka z děcáku, budovala jsem si ve své hlavě svůj dokonalý svět, kam jsem nikoho nepustila. Postavila jsem si svůj hrad a kolem dokola obrovské zdi. Svě království, ve kterém jsem žila jako milované dítě vesmíru. Byla jsem nádherná princezna, kterou lidé milují. Měla jsem mnoho jmen, ale hlavně jsem byla „milovaná“. Lidé mě zdravili: „Dobrý den, milovaná.“ Byla to moje virtuální realita, svět, kde jsem byla sama sebou, kde všechno bylo v pořádku. Nejčastěji jsem tam tančila a zpívala. Celý svět byl najednou hezčí, já byla ve svém světě hezčí. Milovala jsem se. Byla jsem dokonalá. Tahle iluze, tenhle můj dětský pohled se mi moc líbil a já měla pocit, že jsem díky němu v bezpečí. Že jsem ve svém hradu doma.

Jednoho zimního nedělního rána jsem se probudila brzy, protože si pro nás do děcáku přijel táta. Jediný muž v mém životě. Člověk, který vzbuzoval respekt. A já se vnitřně tak bála, že budu jeho největším zklamáním. Když si nás odvážel domů z vesnice do velkoměsta, do Prahy, jako bych se svému světu vzdalovala na tisíce mil. Upadala jsem najednou do nějaké pozice, do role dcery. A ta role mi nebyla blízká. V děcáku jsem nebyla něčí dcera, byla

jsem jedno z těch dětí, které rodiče odložili. A byla jsem tak sama sebou. Ne-
být nikoho, to bylo to, co jsem znala a uměla jsem v tom chodit. Možná jsem
se bála být dcera. Co je to za roli? Jak to v ideálním světě vypadá? Nevím, zda
to umím, co má taková dcera dělat? Může zpívat a tančit? Proč mám pocit, že
se nemůžu dostat do svého světa iluzí? Co mi v tom brání? Nemohu dýchat,
zpívat a tančit. Chybí mi můj hrad s velkým tanečním sálem uvnitř.

Pamatuji si, jak se mě jednoho pozdního odpoledne táta zeptal, zda mu
zazpívám nějakou lidovku, ale mně se zrovna nechtělo. Styděla jsem se. Tam,
kde jsem zrovna byla, tam nezpívám. On ale trval na svém a já začala zpívat.
„Hm, zpívat neumíš,“ znělo jeho strohé hodnocení. Má pravdu? Asi jo, vždyť
je to můj otec. Musí mít pravdu.

Celá tato situace mě nakonec úplně odzbrojila. Doslova, protože v mé
hlavě byl zpěv a tanec přece tou nejsilnější zbraní, kterou můj hrad dispo-
noval. Vypadalo to, že otec, ten nezvaný host, vyhodil do vzduchu celý můj
dokonalý svět. S pláčem jsem běžela do pokoje a nakonec jsem obvinila sama
sebe, že jsem si nechala ukrást svůj svět jako trest za něco, co jsem provedla.
Jako by se zamkly další dveře mého hradu.

Dodnes nechápu, co se to přesně stalo. Na tom místě s tátou i v mé hla-
vě. Už předtím jsem zažila různé krutosti, ale nikdo mi doposud nic doslova

neukradl. A najednou mi někdo sebral něco,
díky čemu jsem se cítila milovaná. Nechala
jsem se okrást o svůj dětský pohled na svět
a o svoje doma. Začala jsem nedůvěřovat
sama sobě a přestala jsem zpívat.

Můj otec byl vždy schopen vytvořit si
podmínky k životu, kde běží vše tak, jak si
představuje. Vždy byl schopen se o vše po-
starat. V jednu dobu si ale poradit neuměl –
když se narodil můj bráška a pak já. Ten

velký muž, pro kterého je důležité, aby vše mělo svůj řád, najednou nevě-
děl, co má dělat. Snažil se vše zvládnout, ale stával se netrpělivým, podráž-
děným a vzteklým. I když o nás bylo v děcáku dobře postaráno, pociťoval
velkou vinu za to, co se kolem nás semlelo. Přesto se k nám choval stále
méně přívětivě, neměl s námi trpělivost a já jen seděla a cítila, jak ve mně
roste hněv. Tolikrát jsem mu chtěla říct, že se na tom velkém světě bojím,

Rodina by měla být
naším nejbezpečnějším
rájem, ale velmi
často je to místo, kde
najdeme hluboký
smutek.

ale tak odvážné děvče jsem bohužel nebyla. Jen jsem se v tichosti modlila za lepší časy.

Dlouho ve mně zůstával pocit strachu a nejistoty. Když jsem jako dospělá začala k otci jezdit na návštěvy, vždy se ve mně probudily ty samé pocity, které jsem zažívala v dětství. Stejně bolesti v žaludku, strach a zvláštní úzko. V osudový den, kdy jsem opět přemohla sama sebe a jela popřát svým mladším sourozencům k narozeninám, jsem to udělala jinak. Když opět táta začal křičet, zarazila jsem se a zhluboka se nadechla. Co jsem musela okamžitě udělat, bylo odejít z místnosti. Věděla jsem, že pokud bych řekla nebo udělala cokoli jiného, způsobila bych tím sobě i celé své rodině jen další utrpení. Chtělo se mi křičet a brečet zároveň. Řekla jsem tehdy jen, že se jdu projít ven. Venku jsem dýchala při chůzi. Nádech střídal výdech a zase dokola. Rychle jsem se dostala do kontaktu se svým dechem. Po několika minutách jsem se uklidnila a po chvíli jsem byla schopna přijmout ten vztek ve mně. Dýchala jsem společně s ním a ponořila se do něj tak hluboko, abych mu porozuměla. Můj vnitřní pocit mě vedl zpět do minulosti. V tom okamžiku jsem pochopila, že je to reakce na chování mého otce. Byla jsem v tu chvíli stejná jako tenkrát. Když se ke mně choval se stejnou netrpělivostí a hněvem. Tehdy jsem sice byla malá, těžce zraněná holčička, ale mé reakce zůstaly stejné. Od chvíle, kdy na tomhle světě vznikneme, je v naší mysli uloženo vše, co jsme cítili, co naše oči viděly a uši slyšely. Možná si často myslíme, že si na některé věci nepamatujeme, ale naše mysl o nich ví a někdy se setkáme se spouštěči, které nám je připomenou.

Táta si zakládal na tom, že má věci kolem sebe pod kontrolou, své děti samozřejmě také. Tentokrát to však bylo jiné. To já jsem se o své vnitřní dítě, o holčičku ve mně, postarala. Objala jsem ji a řekla jí vše, co v tu chvíli potřebovala slyšet. Řekla jsem jí, že otcova netrpělivost a hněv se jí netýkají, ale protože je ještě moc malinká, nemůže vědět, že si to nemá brát osobně. Že ve skutečnosti to má spojitost pouze s tím, že je její otec nešťastný. V tom okamžiku by se stejně choval ke komukoli jinému.

Když jsem to pochopila, pocítila jsem ke svému otci jediné soucit. Na vlastní kůži jsem pocítila uvědomění, které vede k soustředěnosti. Jejím důsledkem je vhled, vhled přináší porozumění a porozumění pak vede k soucitu.

Spousta z nás před těmito pocity celý život utíká. Zkusme jen dýchat, pomalu a zhluboka. Dech nás vrací k sobě samotným a dýchání je proces

Moje milé vnitřní dítě, vše, co se Ti stalo, mělo svůj důvod. A Ty ten důvod už znáš a tím osvobodíš sebe i ostatní. Ve svém životě najdeš tolik radosti, že se Tvé srdce otevře dokořán, aby pojalo a objalo celý svět. Stane se z Tebe mezinárodní symbol odpuštění a svobody. Nemáš tušení, jak moc Tě miluji a jak jsi nádherné. Nikdo Tě nezachrání – zachráníš se samo. Tvá fyzická krása je jen odrazem nádhery, která se skrývá pod povrchem. Nikdy Tě neopustím. Ty ses rozhodlo respektovat sebe, respektuj Tě tedy i ostatní. Jsi hodno lásky se svými přednostmi i nedostatky. Kdybych Ti teď prozradila, co se stane ve Tvém životě, jistě bys mi nevěřilo. Jen žij jako doposud a věř mi! Naučím Tě mít se rádo a Ty to na oplátku budeš učit druhé. Život, který je před Tebou, Ti vše vynahradí. Věř, že nejsi nikomu nic dlužno, ani nikdo další není dlužen Tobě. Ve Tvém životě není ani nebyl den, kdy jsem Tě hluboce a kompletně nemilovala! Jsem tu!

Já

uzdravování. V mém případě mě hněv přivedl zpátky k sobě, k pětileté holčičce, která zažívala stejné pocity, jaké jsem právě v tu chvíli cítila i já. Když k tomu došlo, věděla jsem, že se něco změnilo. Konečně jsem se cítila v pořádku. Mohla jsem se vrátit do místnosti, kde byl můj otec s rodinou.

Když jsem předtím odcházela, můj otec byl zvířetem, příšerou, monstrem. Když jsem se ale vrátila, jediný pohled na něj mi stačil, abych viděla veškeré jeho utrpení. Bylo tak silné, že se skoro nedalo snést. Viděla jsem, jaký má strach, a cítila jen soucit. A z hloubi toho soucitu jsem mohla říct jen jediné: „Moc mě to mrzí. Jak ti mohu pomoci?“

Do té doby jsem byla uvězněna ve svém vlastním utrpení, nebyla jsem schopna vidět utrpení druhých. Nebyla jsem schopna vidět jasně. Musela jsem se nejdříve postarat o sebe, do té doby jsem se chovala pokrytecky. Chtěla jsem vlastně po otci, aby se vzdal svých pocitů, a proto na mě reagoval další kritikou a nepochopením. Měl zřejmě sám pocit, že je souzen a kritizován, a proto se tak choval.

Když nemůžeš ovládat to, co se děje,
můžeš kontrolovat to, jak na to odpovíš.
V tom je naše síla.

Můj milovaný otče...

Píši Ti znova a znova a věřím, že moje slova pochopíš. Jsi můj nejvzdálenější přítel, cizinec, kterého stále poznávám. Chci Tě objevovat znova jako poprvé. Chci Tě slyšet, jako by to bylo poprvé. Transformuji svou představu o Tobě. Prohlížím si Tvou tvář, počítám Tvé vrásky, dívám se do Tvých hlubokých očí. Do toho nejkrásnějšího úsměvu. Vidím sebe. Jsi tak krásný, laskavý a milující. Tvé silné ruce mě drží, už je cítím, tati. Dovoluji si to. Je to moc hezké, neznámé, nové, voňavé. Snažila jsem se tak tvrdě skrýt vše, co jsem cítila, ale teď už jsem pochopila, že Ty ze všeho nejvíce potřebuješ znát to, co vlastně doopravdy cítím. Jsem tu, abych pojmenovala vše, co stojí před námi i za námi, protože Tvůj vlastní mír je důležitější než snaha pochopit, proč se něco stalo tak, jak se stalo. Minulost je jen to, o čem se vypráví. Nechme to být. Nedělám asi vše dobře, ale snažím se velmi tvrdě. Nic nečekám, nic nežádám, jsem tu pro Tebe navždy. Jsi moje láska přes všechny vesmíry, jsi můj vnitřní mír, jsi má celoživotní cesta, jsi mé pochopení, mé poznání, jsi můj zprostředkovatel, jsi mé odpuštění. Jsi všechno, co můžeš být, jsi všechno, co žiji, jsi všechno, co miluji, jsi tam, kde žiju, jsi hlas v mých uších, jsi všudypřítomný. Děkuji Ti! Najdi klid, má lásko!

Veronika,
30. června 2019, 18.53, Istanbul

Smyčka

Život ti bude stále znovu vkládat do cesty situace, které ti jsou nepříjemné, dokud se nenaučíš nastavit svou mysl tak, aby ti přestaly být nepříjemné. Jakmile se to naučíš, přestanou se tyto situace objevovat.

Je to podobné jako ve škole. Jednu zkoušku splníš na jedničku, postoupíš dál. Když ne, dáš si opakování. Reparát. Ten bude ale těžší, protože je potřeba zjistit, jestli ses pro tentokrát správně naučil. Nebo poučil, pokud jde o ty smyčky trochu jiného druhu. Někdo se v nich motá i celý život. A co třeba já? Bývala jsem v životě hodně nešťastná a hledala jsem viníka svého neštěstí. Viníka, na kterého budu moci hodit všechno, co se mi nepovedlo. A dařilo se mi to, našla jsem jich hned několik. Nejdříve za mé pocity mohli rodiče, poté vychovatelé z děcáku, pak učitelé, můj první kluk, druhý kluk. Potom můj první zaměstnavatel, můj spolubydlící a taky Bůh a osud – samozřejmě. Protože kdyby mě rodiče nedali do děcáku a kdyby mě vychovatelé nekritizovali, kdyby mě učitelé nehodnotili a kdyby na mě můj kluk nekřičel... A ten kluk, který mi dal tenkrát facku, kdyby mi ji nedal, a kdyby mě jeho rodiče měli rádi...

Byla jsem jako posedlá hrou na kočku a myš. Jednoho dne, celkem nedávno, jsem se při této hře na honěnou zastavila. Byla jsem už unavená ze všech těch útěků od sebe samé. Ten vztyčený prst, který jsem měla namířený na všechny okolo, jsem otočila směrem k sobě a zeptala se sama sebe, co ve mně způsobuje, že se ke mně všichni takhle chovají. Byl to pro mě významný



moment, protože na této otázce toho bylo mnohem víc. Najednou jsem cítila, jak mi život utíká pod rukama, že všechny ty události a dramata se mění

Pokud vidíš na druhém chybu, je to tvá vlastní chyba. Kdybys ji totiž neměl, na druhém ji neuvidíš.

a jediný, kdo zůstává, jsem já. Mé pocity a mé vnitřní nastavení. Čas, zaměstnání, domov, spolubydlící, přítel – to vše se měnilo, jen já se cítila stejně. Začalo mě zajímat, jak bych mohla tuto smyčku zastavit. A ona se významně pozastavila, a to jen tímto otočením prstu směrem k sobě. Kdo jsem a kým jsem ve všech těch životních situacích? Komu do-

voluji narušovat své hranice? Nejsem to já sama? Kdo sakra jsem? A co tu dělám?

Kde jsem obětí a kde stojím na druhé straně, kdy jako neustálý „pachatel dobra“ svou zahlcující aktivitou prohlubuji závislost své oběti?

Kdysi mi jeden přítel pověděl, že naše tělo je jako odpadní potrubí. To je na základě svého života znečištěno přijímáním neprospěšných vzorců. Říkal mi, ať si představím, že do toho potrubí nalévám čistou vodu. Ptal se mě, jaká voda vyteče jako první. Odpověděla jsem, že kalná, podle míry nečistot uvnitř, a on mi řekl, že to je přesně ta správná odpověď. Chvilí potrvá, než po-teče průzračně čistá voda. Takhle je to i s poznáváním sebe samého, tak se na své cestě nelekej: až potkáš něco, co tě vyděsí, je to nedílná součást tvého léčení. Je to kus nás samotných, co volá o pozornost. Můj kamarád také tvrdí, že všechny tyto zkoušky jsou šité na míru. A že i když se to zdá jakkoli složité, máme dostatek síly vše zvládnout, protože to stojí před námi, před nikým jiným – před námi – před tebou. Tak se pojďme společně uklidnit. Protože když neztratíš sebe, nemůžeš ztratit nikoho.

” Nehledejme svou druhou polovinu; každý jsme kompletní.



Když nevíš, ještě není
čas na odpověď...

Cesta může být cíl

Potkala jsem během života spoustu kvalitních lidí, kteří mě posunuli, kteří mě inspirovali, motivovali. Také jsem ale potkala ty, kteří mě brzdili a štváli, *ale jako bych se mījela sama se sebou*. Poslední roky jsem byla soustředěná na výkon, chtěla jsem výsledky, úspěch. A tak jsem je tvořila.

Moje současná situace totiž nebyl můj cíl. A pak jsem si řekla, že na půli cesty je to lepší, než zůstat na místě. Udělám to hned. Založila jsem nadační fond. Ale možná že kdyby mi tenkrát někdo řekl, kolik sil k tomu budu potřebovat, nikdy bych si netroufla. Odvážná už jsem trochu byla, a hlavně jsem moc chtěla. Chtěla jsem pracovat s dětmi. Měla jsem odhodlání a nezapomenutelnou zprávu od Lenky, dívky z dětského domova z Litoměřic, která četla mou první knihu:

„Potřebujeme Tě, nepřestávej nás inspirovat.
Kvůli Tobě jsem to v životě nevzdala!“

Tentokrát jsem šla správně, cítila jsem to, ten způsob, jakým se pod mou kůží mísily světlo a tma. Bylo to ono. Každý potřebuje najít své místo. *Nemělo by to být uvnitř někoho jiného.* A ano, můj život není ani dobrý, ani špatný. Je to neuvěřitelná řada emočních a duševních extrémů s nádhernými bouřkami a úžasnými východisky.

Je květen, rok 2016, uklízím ve svém novém bytě, utírám hrnky od prachu, kochám se prostorem, který mě obklopuje. Nemohu uvěřit, že když vyjdu z ložnice, mám další dvě místnosti, nemohu uvěřit, že mám dřez. Ten obyčejný dřez, kde umyji nádobí.



Už to, co mám teď, stačí,
takto je to v pořádku.
Zároveň jsem otevřená
hojnosti vesmíru.

Ahoj cizinče,

chtěla bych psát o tom, co jsem zažila od našeho prvního setkání, jak jsem prožila posledních pět let. Jsem ale nyní tak zaneprázdněna vším, co přede mě život postavil, že cokoli bylo předtím, je nyní na míle vzdálené. Jako by to bylo podřadné. Ale není, je to jako s nemocí – chceme se dostat do stavu před ní, ale právě ten stav nás do ní dostal.

Jsi u toho se mnou, když sedím na letišti v Istanbulu, prázdná a rozhodnutá utéct, zmizet z povrchu zemského. Jsi také u toho, když znovu otvírám laptop a pokouším se začít zase psát. Jsi u toho, když škrtám svých prvních pětáctyřicet stran, které jsem už pro tebe měla napsané. Zajímá mě teď Tvůj názor. Stává se Ti také, že když čteš svá vlastní slova, že Ti přijdou najednou tak cizí? Čím to je? Je to opravdu tak, že to, kým jsme byli, jsme a budeme, jsou tři rozdílní lidé? Jako když potkáš sebe z minulosti a říkáš si, kým jsi vlastně byl a co jsi chtěl světu předat? Kroutím hlavou a nedokážu se zpětně pochopit. Nutí mě to k zamyšlení, jaké by bylo setkání s mým budoucím já. Když to píšu, cítím mírné vzrušení. Budu si představovat tu nejlepší verzi sebe samé. Je to praštěné, já vím, ale přitom vnitřně doufám, že alespoň trochu se trefím do reality. A tak na pár sekund přestávám psát a zavírám oči.

Hm, baví mě, jak je najednou vše dovoleno. Jak se meze nekladou, a já se usmívám, protože se cítím dobře ve svém virtuálním budoucím těle, duši i mysli. Je to tak příjemné, ještě chvíli tak zůstanu. Přesně tak jsem to dělala, když jsem byla malá... A ejhle, vidíš to? Už zase utíkám někam, kde ještě nic a nikdo neexistuje. Proto otvírám oči a vracím se k Tobě, cizinče, jsem tu, píšu tohle pro Tebe. Víš, co je na tom nejvíc vzrušující? Až mnou nyní na okamžik projel mráz. Že je možné, že ve chvíli, kdy Ty čteš tyto řádky, jsem já tam, kde jsem si přála být, když jsem tu teď před chvílí zavřela oči a snila o lepší verzi sebe samé. Kéž by...



Jak daleko můžete jít špatnou cestou, než se vrátíte na tu správnou?

Co jsem si to proboha udělala? Kde jsem byla celou tu dobu? Kde jsem se zapomněla? Kde jsem se toulala? Jsem si najednou na míle vzdálená. Jsem tak necitelná, tak sobecká. Opustila jsem se, zapomněla jsem na sebe. Stojím tady a rouhám se. Jsem sobě tak vzdálená, tak daleko od sebe samé. Tak daleko.

Kdo jsem?

Kdo jsem?

KDO JSEM?

Odpověď nepřichází. Nejsem si jista ničím. Bojím se. Bojím se, opravdu se bojím. Je v pořádku nevědět? Neznám svou identitu. Děším se toho. V noci se budím, křičím a ptám se, KDO JSEM? A nikdo mi neodpovídá...

KDO JSEM?

Nikdy jsem se nemilovala, to jsem.

Nikdy jsem si nebyla věrná, to jsem.

Nikdy jsem nebyla sama sobě oporou, to jsem.

Nikdy jsem si nebyla jistá, nikdy jsem nic nedělala pro sebe, to jsem.

Nikdy jsem nebyla dostatečně silná, abych sebe postavila na první místo. To jsem.

Nikdy, nikdy jsem nikoho nemilovala, to jsem taky.

Nikdy jsem nebyla s to být k sobě upřímná, to jsem.

Nikdy jsem si nevěřila, to jsem.

Nikdy jsem nedělala to, co opravdu chci! To jsem taky já!

TO VŠECHNO JÁ JSEM!

Taky jsem ten, kdo si myslel, že ostatní lidi vlastní, že mu patří, že to je láska. Nikdo a nic nám nepatří, proto je ani nemůžeme ztratit. A nikdy, a to za žádnou cenu, nemůžeme podržet nic, co nám nepatří.

Taky jsem ten, kdo vše dělá pro druhé na úkor sebe. Taky jsem ta, co lže. Sama sobě přede vším.

Lžu. To jsem JÁ.

Uf, to bolí, ráda se poznávám, těší mě. Teda upřímně – moc ne. Myslela jsem si, jak hluboce jsem v životě milovala, obdivovala, pomáhala, omlouvala se a prosila ostatní – nikdy jsem to však neuměla dát sama sobě. A proto to, co píšu, je opět lež, protože to, co sama nemám, nemůžu nikomu nikdy dát. Vyrůstala jsem v přesvědčení, že si nezasloužím být milovaná...

Možná jsem tušila, jaký darebák vlastně jsem, a proto jsem se automaticky zavrhlá do celoživotního vězení. Do vězení, kde se snažím každý den zavděčit všem ostatním. Vedu celoživotní závod, koho a kdy předběhnu a kdy už budu lepší, abych mohla sbírat pochvaly do pomyslné kroniky s názvem sebevědomí. Taky jsem ta, co je nemocná, jsem závislá na pochvale, na lidech, které si myslím, že mám ráda, ale oni mě přitom jen zásobují tím, co sama nemám. Soutěžím celý život se všemi! Jsem pokrytec a lhář! Jsem bezbožná a krutá! Ano, jsem taková... Jsem taková sama k sobě!

Jak by mohl někdo milovat někoho, pro koho jsou všichni víc, než je pro sebe on sám?

A přestože jsem si teď nejdál, jak jsem kdy v životě byla, jsem si zároveň nejblíží. „Pro lásku lidé netrpí. Trpí pro pocit vlastnictví, který je opakem lásky,“ řekl Malý princ.

Musela jsem projít peklem, musela jsem pocítit bolest způsobenou někým, koho bezmezně miluji, abych poté pochopila, jak moc zraňuji sama sebe. Musela jsem umřít, abych se znovu narodila. Nadechla se a napila pravdy o sobě. Pochopila, že v té ukrutné bolesti, zrovna v tento okamžik, ucítím úlevu. Znovu ožiji. Rozpomenu se, kdo jsem.



Lhala.

Hlídám od jisté doby své myšlenky, snažím se být vpravdě jen s emocí, která je v tuto chvíli jediná skutečná! Jen lehce je. Otvírám své slepé oči, vidím svou pravou tvář a jednou se osvobodím. Vím to, cítím to. Dohlédnu už na svobodu. Jednou za život prý přijde vztah, který musíš z velké lásky opustit, z lásky k sobě! Přijímám tak konec začátku, který je pro mě přichystán. Doběhla jsem od sebe zpátky k sobě. Jsem vyčerpaná. Jsem pouhou *prázdnou konvicí, která květiny nezalije*. Pokud jsem se sem přišla učit lásce, pak jsem ze všeho nejdřív musela pochopit to, co láska není.

A tak se tohle stalo.
Protože nevědí, zda spolu budou,
a taky možná proto, aby spolu mohli být.

Nevítaní hosté

Právě paní Bolest nás učí lhát, a tak vám povím, jak se paní Bolest s paní Vinou a paní Lží zabydlely u mě – v mé duši. Byla jsem velmi malé děvče, když si vybavím náš první kontakt. Byla jsem vlastně před naším setkáním velmi svobodomyslná a zájem jsem měla o své vlastní dobro. Byla jsem sama sebou milovaná. Nezkažená a rozhodnutá žít pro sebe. Když mi bylo osm let, paní ředitelka v dětském domově mi oznámila, že se mě moje máma zřekla, že mohu jít do adopce. Nevěděla jsem, co slovo adopce znamená, ale neptala jsem se, nechtěla jsem vypadat hloupě. Můj otec adopci nikdy nedovolil, a tak jsem dále žila v děcáku. Táta velmi dbal na můj prospěch ve škole, denně mi do děcáku volal a ptal se, jaké jsem měla ten den známky ve škole. Byla jsem v šesté třídě, když jsem na vysvědčení poprvé dostala čtyřku. Táta se na mě velice zlobil. Chtěl mě potrestat, a tak mi řekl, že celé prázdniny zůstanu v děcáku, že nepojedu domů. A zavěsil. Netušil, že v tu chvíli jsem byla nejšťastnějším člověkem pod sluncem. Bála jsem se táty a nechtěla k němu jezdit. S radostí jsem to oznámila děvčatům, s kterými jsem v domově žila, a těšila se na bezva prázdniny. Můj otec mi ale po chvíli zavolal zpět a pověděl mi, že to od něj bylo moc kruté, že se unáhlil a že samozřejmě domů pojedu. Dodal také, že se tam budu od rána do večera učit a pak uklízet. Au, au, au. V ten moment se ve mně něco zlomilo. V tento aha-moment, ve svých dvanácti letech, jsem poprvé vyslyšela svůj vnitřní hlas a podpořila jsem ho. Odpověděla jsem otci: „Ne, tati, já chci zůstat v děcáku.“

Tato pravdivá věta paradoxně způsobila, že jsem dovolila paní Lži, aby navždy obýdlela můj vnitřní svět. Abych už nikdy neslyšela svůj vnitřní hlas.

Paní Lež je totiž i velmi hlučná kráva. Lež vás dostane do potíží, ale u mě to byla i pravda, která mě dostala do problémů. To, co pokračovalo, a následky, které to přineslo, byly pro můj život devastující. Můj otec se na mě samozřejmě naštvál a přestal za mnou jezdit. Místo něj za mnou dorazila paní Vina, která mě každý den zásobovala myšlenkami, že jsem špatná dcera a zlý člověk, který ubližuje blízkým. V neposlední řadě jsem byla především nevděčná a nevychovaná. Po paní Vině dorazila paní Bolest. Bylo mi z ní blbě. Ze sebe a z toho, co jsem svou větou způsobila sobě i okolí. Na závěr přišla paní Lež, která už nechtěla odejít a zaklela mě. To kouzlo znělo asi nějak takto:

„Budeš celý život říkat to, co chtějí slyšet ostatní, protože pokud to neuděláš, opustí tě a ty zůstaneš sama!“

Au, au, au, dobrá, dobrá, paní Lži. Dohodnuto!
Od té doby lžu.

Srdce už bolí míň. Denně odpouštím všechen ten hněv vůči sobě samé. (Od)pouštím ho do oceánu, slunci, měsíci i větru. Stále mě však na srdci bolí. Už se ale chápu, potkala jsem sama sebe, když jsem vylezla ve dvě ráno na sopku Mount Batur. Viděla jsem sama sebe jako malé děvče, viděla jsem, kolikrát jsem v životě musela popřít sama sebe, jít proti sobě, ukryvat své emoce, utíkat sama před sebou jen pro letmý pocit lásky. Pro to málo, co se mi jako dítěti dostávalo, tolik popření sebe samé a tolik úsilí, které jsem musela vynaložit, aby mě měl „někdo“ alespoň na okamžik rád. Naivně jsem si začala myslet, že láska bolí. Vše teď měním, už vím, že můžu. Díky tomuto uvědomění jsem si udělila milost a obrovské pochopení. Je to velká úleva. Lépe se mi dýchá. Udělila jsem odpuštění a úplné rozhrěšení sobě i lidem, kteří se na tom všem podíleli. Odevzdávám své vzorce, už je nepotřebuji. Děkuji za tu zkušenost. Především však odpouštím sobě.

Veronika Kašáková, 24. prosince 2020, 7.22, Bali

Moje řeka slov mi teď připomněla pampelišku, do které děti foukají na konci léta. Chmýří se rozletí do okolí, některé usedne do louky a hezky zakoření, některé padne do louže a ten let byl jeho posledním zážitkem. Přesto je tak vše v pořádku, ve všem konání je láska a radostný smích dětí.

Vše je pomíjivé. Vše jednou pomine a zmizí ze života. Jak to těžké, tak i to nádherné. Zbývá být teď a se sebou, nic jiného není, nikoho jiného nemáme.

Bolest, která mění

Jak získáváme moudrost? Prožitkem
a zkušeností. To nelze obejít. Na to
nelze vytvořit tahák, nelze se to naučit
nazpaměť jako vyjmenovaná slova.

Dařilo se mi. Daří se mi. Rostu. Jsem úspěšná. Sbíráám ceny za své činy, sbírám pochvaly, užívám si slávu. Žiju si svůj sen plný obdivu a lesku. Chtěla jsem, aby všechno bylo krásné. Já i vše kolem mě. Třpytila jsem se ve všech zrcadlech a dělalo mi to dobře. Byla jsem přesvědčena, že vše špatné je za mnou. Že si vynahrazuji celé své dětství, má houževnatost a píle mě hnaly k výšinám neuvěřitelnou rychlostí. V jednom roce jsem dostala ocenění v kategorii Dobrý skutek v anketě Osobnost roku Ústeckého kraje. Od února 2017 jsem tváří kosmetické značky Oriflame. V roce 2018 jsem dostala ocenění v kategorii Sociální a zdravotní oblast včetně záchrany lidského života v anketě Ceny hejtmana roku Ústeckého kraje. Rovněž jsem se v roce 2018 dostala do časopisu *Forbes* do kategorie Mimořádné ženy a do kategorie 30 pod 30. V roce 2019 jsem také dostala ocenění od hejtmana Ústeckého kraje za společenskou odpovědnost.

Odměny, které přicházely, mi slušně polechtaly ego. Zájem o mou osobu a důvěra ve mě byly neuvěřitelnou odměnou za vše, čím jsem si kdysi prošla. Ovšem největší zásluhu na mém úspěchu měly stabilní domácí prostředí, láska a můj partner, který mě ve všem vždy podporoval. Byl to právě on, kdo ve