

Monika Benešová

MŮJ MOUNT EVEREST



motto

Můj Mount Everest

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na
www.motto.cz
www.albatrosmedia.cz

motto

Monika Benešová

Můj Mount Everest – e-kniha
Copyright © Albatros Media a. s., 2025

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


ALBATROS MEDIA

MŮJ MOUNT EVEREST

Monika Benešová

MŮJ MOUNT EVEREST

motto

© Monika Osičková Benešová, 2025

ISBN tištěné verze 978-80-267-2972-3

ISBN e-knihy 978-80-267-2989-1 (1. zveřejnění, 2025) (epub)

ISBN e-knihy 978-80-267-2990-7 (1. zveřejnění, 2025) (mobi)

ISBN e-knihy 978-80-267-2973-0 (1. zveřejnění, 2025) (ePDF)

*Mužům mého života, zejména mému tatínkovi
s jeho památnou větou: „Sereš mě, ale dokaž to.“*

Monika pohlédla na svět z vrcholku Everestu smutným, ale zároveň těma nejšťastnějším očima.

Abych řekl pravdu, mimořádných bytostí se potuluje světem málo. S jednou takovou jsem měl štěstí se potkat. Toto setkání – pro nějž se mi stále nedaří najít vhodné adjektivum – bylo nejen obdivuhodné a bláznivé, ale daleko nejvíc skrznaskrz neuvěřitelné.

Ona naprosto unikátní bytost se jmenuje Monika Benešová.

Cestující novinářka, píšící ošetrovatelka, současně tak trochu vinařka, ale také naprosto neuchopitelný organismus. A především žena, která s tak vážným onemocněním, jakým je Crohnova choroba, vystoupala na nejvyšší bod planety. Na legendární, tragickými příběhy proslulý Mount Everest.

Když jsem o tomto téměř sebevražedném výkonu slyšel poprvé, napadla mě nesmyslná slovní eskamotáž o Chucku Norrisovi, jenž zdolal na kole Everest bez kyslíku, a teprve potom zjistil, že má spadlý řetěz...

Jenomže Monika Benešová dává v tomto smyslu panu Norrisovi bez problémů na zadek, neboť informaci o spadlém řetězu obdržela už v okamžiku, kdy jí lékaři před mnoha lety oznámili, že má Crohnovu chorobu.

Jenomže Monika se nedala a pomyslně spadlý řetěz nasadila. Nevzdala to i přesto, že daň, kterou si Everest každoročně vybírá, je smrtelně vysoká. Od roku 1988 do roku 2025 se do základního tábora nevrátilo 128 horolezců. Celková mortalita nejvyšší hory světa se však pohybuje nad číslem 340. Strážlivý odhad pak hovoří až o dvou stovkách tělesných ostatků těch, kteří uvízli v tak nepřístupném terénu, že není možné – kvůli nedostatku kyslíku – je odtamtud transportovat. Čomolungma

v těchto výškách bere dech i vrtulníkům, neboť na střeše světa panují podmínky, které neurčují lidé, nýbrž samotná Sagar-mátha, která nad člověkem slitování nemá.

Ani tato strašidelná statistika však Moniku neodradila.

Někde hluboko v jejím nitru totiž bdí mocná himálajská božstva, jež nad ní drží ochrannou ruku od chvíle, kdy se jako malá treperenda sedící před televizní obrazovkou rozhodla, že tam, odkud pro mnohé nebylo návratu, vyšlape po svých děj se co děj. Stala se důkazem rčení, že budoucnost patří těm, kdo svou víru v krásné dětské sny neztratí ani v dospělosti...

Monika Benešová je křehká, a přitom silná osobnost, což prozrazují její tmavé posmutnělé oči se stínem čehosi, co nelze popsat, ale pouze tiše a s pokorou vnímat.

Co jsem z nich vyčetl?

Ozvěnu depresivních pádů na samé dno, palčivé pochybnosti, bolestivé hledání, ale také soustředěné úsilí vyšplhat se zpátky tam, kde létají ptáci a svítí slunce. Mezi lidmi. A mít svůj osud ve vlastních rukou. Byly to právě tyto oči, jež vnímaly svět takřka z atmosférické výšky Everestu tím nejradostnějším pohledem.

Monika sama na ten okamžik vzpomíná jako na něco, co je sdělitelné jen velice obtížně: „Pocitově bylo minus čtyřicet, ale já si najednou uvědomila, že všechny moje trable jsou náhle pode mnou. A existuju jenom já, víc než osm kilometrů vysoký kopec a nad ním už jenom hvězdy. Bylo to pro mě cosi neuvěřitelného...“

Když jsem vyslechl Moničino vyznání, uvědomil jsem si, že ona nadvládou nebezpečné nemoci netrpí. Ba naopak, tato choroba musí strpět Moniku, protože na ni nestačí. Se zatraceným Crohnem se Monika pere bez cavyků a poráží

ho každý den. Možná to vypadá jako sisyfovský úděl, ale je to boj, který dává Monice smysl života – aby to, co ji potkalo, nebrala jako neporazitelnou karmu, nýbrž jako výzvu. Monika se nepokoušela vstát a jít, ona vstala a šla.

Jak to ale tato éterická žena dokázala? Nemám nejmenší tušení. Nadlidské odhodlání, které z ní číší, vyvěrá z podstaty její duše, ze sebezapření nehodit flintu do žita.

Horolezci zanechávají na vrcholku Mount Everestu vlaječky svých mateřských zemí. Monika ve výšce 8 848 metrů zářila úsměvem i nápisem: *Hlavně se z toho neposrat!*

Tajný sen malé holčičky se po deseti letech tvrdého tréninku a příprav stal skutečností. Ještě před nedávnem byla bledou a vyčerpanou pacientkou s nesnázemi, které dokážou člověka ubezdušit. Začala se však cepovat brutálními metodami, které hraničily se sebepoškozováním. S automobilovou pneumatikou v závěsu se škrábala do kopce ve Velkých Bílovicích, s dvacetikilogramovou zátěží písku na zádech klopýtala přes Pálavu a zkoušela, co vydrží v Tatrách nebo v Alpách. Otušovala se ledovou vodou, běhala půlmaratony, dennodenně hodinu skákala přes švihadlo, absolvovala náročné kardio tréninky...

Zajímalo mě, jak se na tuto svou – takřka venclovskou umanutost – dívá s odstupem. I tentokrát byla Monika přímočaře upřímná: „Mohla jsem udělat víc, to musím říct na rovinu, mohla jsem se ještě víc zmáčknot.“

Nazíráno profesionální optikou však ze sebe takhle moravská holčina, co má ráda utopence a slivovici z durancí, vymáčkla maximum. Se svým Šerpou DoRzem čelila omrzlinám, sněžné slepotě a nejistotě výstupu v prostředí, kde to mnozí lidé vzdávají.

V květnu 2024 se pak Moničin sen stal skutečností. Everest, žárlivě střežící svá vysokohorská tajemství, naučil Moniku tomu nejpodstatnějšímu: O svůj život a štěstí se člověk musí prát vždycky a za všech okolností, třebaže je sám.

A kterak je možno interpretovat ono – samotným Himálajem posvěcené – prostořeké životní krédo slečny Benešové? Onu nevysychající víru, která ji provází neprobádanými končinami s neomylnou jistotou?

Když jsem před více než třiceti lety hovořil s legendárním Karlem Krylem o tom, co je v žurnalistice nepostradatelné, lakonicky prohlásil, že novinář musí být hlavně zvědavý a trénovat v sobě odolnou schopnost, která soustavně nabádá: Jenom se hned ze všeho neposrat!

Vlastimil Mrva,
Regionální týdeník Znojemska

REGIONÁLNÍ TÝDENÍK
ZNOJEMSKO

Jen tak stojí, v tichu, už tisíce let. Pozorují, naslouchají, vnímají. Stojí s náručí otevřenou pro všechny. Pro nás, kteří to potřebujeme. Zažily miliony příběhů lásky, zažily potoky slz, bolesti, radost i zklamání.

Hory.

Jsou tajemné, někdy zahalené do závoje mlhy a mraků, někdy se zářivě vypínají k nebi a vyhřívají se, jako by se slunce dotýkaly. Jejich energie je až hmatatelná, každá hora má tu svoji a každá je jiná. Mají svoji dynamiku, chuť i vůni. Všechny mají svůj jedinečný příběh, který se jako vlákno vine příběhem každého jednotlivého horolezce, který tam stanul, byť jen na úpatí. Některá hora je posvátná, některá nikdy nezlezená, krásná, shlížející na nás ze svojí vesmírné výšky.

Mezi nimi je pro mě svět takový, jaký ho potřebuju mít. Bez pomluv, lží, bez zlosti, bez přetvářek. Můžu tam nekonečné hodiny chodit, lézt nebo jen sedět a koukat. Jsem proti nim tak nicotná, malý lidský červík, který je na světě jen na krátkou návštěvu a zase zmizí.

Nechávají mě pocítit nekonečnou svobodu, nekonečné štěstí táhnoucí se přes kopce, sedla i údolí.

Hory nesoudí.

Nesoudí mě za chyby, hloupost, za všechno, co jsem v životě pohnojila a komu jsem ublížila. Nechají mě se vybrečet, vyvztekat, nechají mě všechno si prožít, v jedné chvíli padnout na dno a v té druhé mě donutí, abych se zase zvedla, utřela si slzy a šla dál.

Dívají se na mě se svojí tisíciletou moudrostí a jsou mým tichým rádcem a společníkem ve chvíli, kdy se ztratím – v životě

i v sobě. Kdy se zničeně vracím s hlavou pokorně skloněnou a nemám zase absolutně tušení, kdo jsem.

Síla hor je tak obrovská, že v tom naprostém pocitu ztracení tam přes slzy vždy zahlédnu cestu. Může být uzounká, vedoucí klikatě k vrcholu, nebo se může vlnit do údolí. Může být prašná, kamenitá, zarostlá trávou, náročná. Ale vždycky tam je.

Tak, jako v životě, protože hory jsou můj život.

Princezna se zlatým špuntem v zadku ←

Jsem Monika, princezna se zlatým špuntem v zadku a toaletní královna. Naprosto obyčejná holka, která vyrostla na Vysočině, studovala v Ústí nad Labem a pracovala v Praze. Jenže jsem taky holka, která takový život nezvládla. Neposlouchala jsem svoje tělo ani svoje srdce a myšlenky. Běhala jsem ze školy do práce, z práce v noci do lednice, abych se jednou denně nacpala k prasknutí, a od lednice ráno do práce.

A tak pořád dokola.

Postupem času se ze mě stal jen jakýsi šedivý stín, nenaplněný potenciál mých vlastních představ o životě. Udýchaný křeček zavřený v roztočeném kruhu, naoko spokojený s tím, jak důležitý a nenahraditelný je. Jak jsem byla naivní.

Tělo mi dávalo signály. Byl to jasný ukazatel, že můj život se stal jen jakýmsi maratonem za materialismem, za hranou důležitostí a za pošetilostí. Tím vším jsem se nakonec stala, žila jsem tím.

Jednoho deštivého dne jsem stála v rohu chodby v nákupním centru kdesi v Praze. A stalo se to. Moje střeva už to nevydržela a mně se přihodilo asi to nejtrapnější, co se mladé holce může stát. Stála jsem tam v slzách, zhroucená studem

jsem koukala na posměšné výrazy kolemjdoucích s pocitem, že se chci ztratit. Už navždycky. V té chvíli jsem jednoduše nechtěla být. Nemohla jsem se hnout, byla jsem paralyzovaná přítomností.

Změnil se mi život, v tom jednom okamžiku, v tom jednom popršeném dni, v tom obchodním centru, v tom rohu.

Lékaři kroutili hlavou, všichni kroutili hlavou. A já se ztratila. Ve všech těch diagnózách i ve svém životě. Moje tělo jako by mi najednou nepatřilo. Nemohla jsem do práce, nemohla jsem nastoupit do metra, do autobusu, nedokázala jsem jít po ulici, pokud jsem v dohledu neměla toaletu. Stala se ze mě toaletní královna, která má svůj trůn mezi čtyřmi stěnami. Kralovala jsem i dvacetkrát denně, bez možnosti dojít kamkoliv dál.

V té celé tmavé beznaději jsem hledala nitku, provázek, kterého bych se mohla chytnout a chvíli si vydechnout. A život mi hodil rovnou lano. Ale právě život mě musel zastavit proto, abych to lano uviděla.

Byla to Pacifická hřebenovka, rok 2017. Přes čtyři tisíce kilometrů pěšky napříč celým západem USA, třemi státy, nespočtem národních parků a lesů. Měla jsem strávit pět měsíců v divočině.

Jen jsem cítila, že tam mám být. Přestala jsem se litovat a sama pro sebe vyhrála už jen tím, že jsem se postavila na začátek. A tak jsem šla, krok za krokem, den za dnem, slabá, nemocná, s obrovským batohem. Bez myšlenek na cíl, na to, že bych cestu mohla dokončit zrovna já. Kolem mě byla spousta vysvalených nadšenců. Měli svaly, já měla průjem.

Bolelo mě to. Každý den. Spoustu nocí jsem proplakala. Ale něco mě hnalo dál, něco, co nedokážu nikdy předat. Bylo to

srdce. Byla jsem vyzbrojená šminkami a krátkými svatebními šaty, protože jsem byla čerstvě po rozchodu a chtěla se vrátit vdaná. Měla jsem s sebou i lopatičku, kterou jsem po sobě v divočině zahrabávala veškerou potřebu. Po téhle zkušenosti by ke mně krtkové mohli chodit do učení.

Nebyla to jen cesta, byla to životní škola – poznání samoty, spjatosti s přírodou, porozumění síle psychosomatiky a především svému tělu, jeho potřebám a jeho signálům. V tichu divočiny jsem se naučila naslouchat přírodě, a především sama sobě. Už jsem nebojovala, neptala se na tisíce otázek, nehledala jsem tisíce odpovědí, to neustálé napětí opadlo. Prostě jsem jen šla a žila přítomností.

A tak jsem po pěti měsících stanula v cíli. Moje zdravotní problémy samozřejmě úplně nezmizely, ale já si uvědomila, jak silná je lidská psychika. Jak silný člověk dovede být, i když se mu zdá, že ho vlastní tělo přestalo poslouchat. Omyl – to jen on přestal naslouchat svému tělu. Naučila jsem se se svým omezením žít. Už jsem se nebála vyjít na ulici, přestala jsem se klepat za každým rohem. Začala jsem se usmívat na lidi. To bylo pro mě obrovské vítězství.

Napsala jsem svoji první knížku: *Moje Pacifická hřebenovka*. Tehdy jsem ještě přesně nevěděla, jak se moje onemocnění jmenuje a jestli se ho vůbec kdy podaří zcela vyléčit. Pak přišla konkrétní diagnóza v podobě Crohnovy nemoci.

Netušila jsem, že jsem se ocitla na začátku dalšího životního příběhu. Tam, na konci Pacifické hřebenovky, jsem totiž reálně začínala psát něco, o čem jsem snila téměř celý svůj dosavadní život.

Začala jsem psát tenhle příběh.

„Mami, tati, to je velikánská hora! Tam bych si jednou moc přála být. Tam nahoře stát.“

A tak se to stalo.

Malá Monička, která tenkrát v roce 1995 seděla před televizí a sledovala dokument o Mount Everestu, se zamilovala. Nevinným dětským snem, který neví, že je to nejvyšší hora na světě a jak moc těžké to je. Netušila, že právě nahlas vyslovila přání, které bude udávat rytmus a melodii jejího života. Že se právě upsala přání, kterému jednou v budoucnu obětuje vše. A v neposlední řadě, že je to přání, které se musí narodit z bolesti. Z obrovské bolesti. Tehdy ale ještě seděla s rozzářenýma očima na Holubce v Novém Městě na Moravě s pusou oplácanou jogurtem. Plná snů. Oči hnědé jako laň, zuby jako kůň.

Přesně od té doby mě Everest začal provázet životem. Možná jsem si to namlouvala? Možná jsem to prostě jen chtěla vidět? Ale byl tam, celých těch dvacet osm let. Objevil se nečekaně, v podobě úspěšných výstupů českých horolezců, aby potom zase na nějakou dobu zmizel. Obrázek, zmínka, náhodné setkání lidí, kteří byli na vrcholu. Nechávala jsem to všechno jen proletět. Všimla jsem si, usmála se, ale věděla jsem, že ještě není čas. Že není můj čas.

Možná jsem byla příliš zaneprázdněná svým životem, touhou být potřebná, milovaná, obdivovaná, chválená. Možná jsem jen potřebovala padat do hlubin životních trhlin a těžce se drápat zpátky. Možná jsem potřebovala pochopit, co je to pokora a respekt. A možná mě to měl život naučit tím vším, čím jsem si musela projít, a tím se vlastně zamilovat do hor. Do hor, které mě nesoudí.



Takhle se zrodil sen a přání jedné malé holčičky. Nikdo o něm nevěděl.

Psal se rok 2018 a já v té době o Everestu snila už dvacet tři let. A pak do dveří najednou vešel ON!

Můj hrdina, Tashi Wangchuk Tenzing! Šerpa, horolezec a vnuk Tenzinga Norgaye, prvního člověka na vrcholu Mount Everestu v roce 1953. Vystoupil na něj společně s Edmundem Hillarym. Věděla jsem o něm a jeho rodině snad vše, co šlo dohledat.

No řekněte: jaká je pravděpodobnost, že sedíte v Praze na afterparty a do dveří vejde právě Tashi? Oči mi vypadly

z důlků a svoji chleběárnu jsem v té chvíli sbírala kdesi po zemi. Vešel s naší přední horolezkyní, se kterou před několika lety právě na Mount Everest vylezl. Obdivovala jsem je oba.

Už jsem ho nepustila. Ani pro drink, ani se vyčurat. Byl prostě můj. Loudila jsem informace o Himalájích, o Everestu a dalších osmách, aby nikdo nepojal konkrétní podezření. Hltala jsem každé jeho slovo, každý jeho úsměv. Měl v očích něco, co nedokážu úplně popsat – nádech obrovského dobrodružství, bolesti, laskavosti, silné životní zkušenosti.

A já si pomyslela: „Co vlastně chci víc? Jaké znamení by mi měl život dát, abych pochopila? Abych se pořád tak nebála a prostě to zkusila?“

Přesně ve chvíli, kdy jsme se ocitli u stolku sami, jsem vydyndala kontakt s tím, že bych se mu ráda ozvala. A to byl ten zlom! Věděla jsem, že se právě stalo něco, co vlivní můj život. Rozhodla jsem se pro Everest. Rozhodla jsem se věřit znamením, životu a sama sobě.

ŽIVOT PŘED EVERESTEM

Ležím v prachu, od krve, kolem houkají sirény, lidi křičí a zmateně pobíhají a nad námi zlověstně stoupá obrovský červený dým.

„Je to teroristický útok, určitě po nás začnou střílet,“ bleskne mi hlavou.

Píše se datum 4. srpna roku 2020 a já jsem na svojí první misi na Blízkém východě. Spolupracuju se zahraniční neziskovou organizací, která se snaží pomoci dětem a rodinám zasaženým válkou. Svět zažívá covidovou pandemii. Vláda v Libanonu omezuje pohyb, zavřené jsou banky, restaurace i kavárny a nejsou tu téměř žádní turisté. Lidi prochází těžkou finanční krizí, bouří se a každou chvíli tu dochází k velkým nepokojům. Celý Blízký východ hodně tepe a zvláštěně bublá.

Libanonská vláda ale na dva dny povolila covidové otěže. Otevřely se restaurace, kavárničky a celé centrum ožilo. Vrátil se klasický cvrkot a mumraj, ve kterém se Libanonci perfektně vyznají. Já ne. Neexistují tu totiž přechody pro chodce a jako by neexistovaly ani blinkry, zato tu existuje klakson. A to velmi hlasitě. Za každé situace a vždy. Za pár dní jsem měla místo mozku vytroubený cedník.

Ten den a v tu chvíli jsem stála v centru. Tam, kde jsou ty nejmalebnější kavárničky, poblíž přístavu, na té nejvyhlášenější ulici. Bylo krásně. Vedro a vlhko jako v pračce. Vyprávěla jsem přátelům o tom, jak moc jsem si toho uvědomila během hřebenovky. Především tu pomíjivost života. To, že v jeden moment je člověk na světě, usmívá se, žije, a ve druhé chvíli? Je prostě pryč. Tam někde. A stačí k tomu jedna jediná vteřina.

V tom okamžiku jsem ještě netušila, že ta slova si za pár minut tvrdě prožiju na vlastní kůži.

V přístavu vypukl požár a hasiči litali z jednoho konce Bejrútu na druhý. Viděla jsem sice kouř, ale všichni mě uklidňovali: prý jsem v Libanonu a tady je to přece normální. Nikdo se neznepokojoval, lidi dál popíjeli svoje kafička, arabsky po sobě hulákali a hlasitě se řehtali. Můj kobyli řehot stále přehlušoval všechny ostatní.

A pak přišla vteřina. Ta jedna. Ta, která mění životy a která změnila svět.

Třetí největší výbuch v historii. Bouchlo to a já cítila jen jeho ruku. Kamarádovu ruku, která mi zachránila život. Odhodila mě totiž z místa, kam dopadla výloha, která by mě pravděpodobně zabila. Pak přišla detonační vlna. Víc si nepamatuju.

Já přežila, on ne.

Ležím v té prachové tmě a nemám tušení, co se děje. Krev je všude. Další vteřiny sedím, jsou to možná celé minuty. Všichni kolem jsou v šoku, běhají, někteří sedí, další leží. Můj kamarád leží... nehýbe se. Pohnu se a snažím se pro něj něco udělat, cokoliv, co znám, co vím, co jsem se naučila ve škole i v první pomoci. Zastavují mě až nějací záchranáři, přebírají ho. Je to obraz, který si v sobě ponesu do konce života. Je to neskutečná bolest, kterou můžu jen napsat, ale nikdy ji nedokážu přenést a nikomu vysvětlit.

A tak běžím. Zoufale. Bezcílně.

Zastavuje mě dav lidí a já konečně začínám vnímat a fungovat. Srdce mi pumpuje do těla adrenalin. Vracím se, okamžitě si беру z rozmláceného obchodu lopatu a začínáme hledat zraněné a zasypané pod zničenými domy. Svého kamaráda jsem zachránit nedokázala, ale udělám všechno pro to, abych pomohla ostatním. Kdo může, ten pomáhá.

Začíná se stmívat. V ulicích jsou tisíce lidí. Zničené jsou čtyři nemocnice, všude lítají sanitky. Snažíme se lékařům svítit mobilem k jednodušším výkonům, další stovky lidí se sjíždějí do nemocnic, aby darovali krev.

Zoufalé rodiny stojí před nemocnicí, v rukou fotografie pohřešovaných blízkých ve snaze zjistit nějaké informace. To je naprosto nemožné. Všude panuje chaos, řev, brekot.

Tu noc vůbec nespím. Klepu se na ulici a pomáhám, kde můžu. Vlastně ani nemám kam jít, můj pokoj přestal existovat. Nemám v hlavě nic, prostě nic. Jen to, že musím pomoci. Že tohle je teď můj úkol a já neuteču. Zůstanu.

Svítá a já poprvé spatřím celou katastrofu v plné šíři. Jdu k přístavu, který vybuchl, a zastavuje se mi dech. Všude je spoušť, jen spoušť. Vybouchlo celé silo, zemědělská stavba, kde se skladují sypké materiály.

Lidi stojí, mlčí.

A já? Právě v té chvíli ve mně něco zemřelo. Něco velmi naivního. To, že tohle se přece nemůže stát mně, ani když cestuju do takových rizikových oblastí. To, že tohle se stává jen v televizi. Kousek srdce jsem nechala tam v té chvíli, při východu slunce, v tom přístavu, v těch troskách. Část mého srdce tam zůstala s kamarády.

Ozývám se české ambasádě, že jsem přežila a zůstávám na místě. Dávám vědět rodině i přátelům. Chtějí, abych nasedla do prvního letadla a odletěla domů. Odmítám. Musím pomoci. Píší mi média s prosbou o rozhovor. Odmítám. Nedokážu si představit, co bych jim měla říct. V dalších hodinách se na místo sjíždějí armády a lékařské týmy z celého světa. Téměř celý Libanon se sjel do Bejrútu, všichni pomáhají.