

● ■ pointa

DOŠT MÁLO

MARKÉTA KUBÍNOVÁ

Dost málo

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na
www.pointa.cz
www.albatrosmedia.cz

● ■ **pointa**

Markéta Kubínová
Dost málo – e-kniha
Copyright © Albatros Media a. s., 2026

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

ALBATROS  **MEDIA**

● ■ pointa

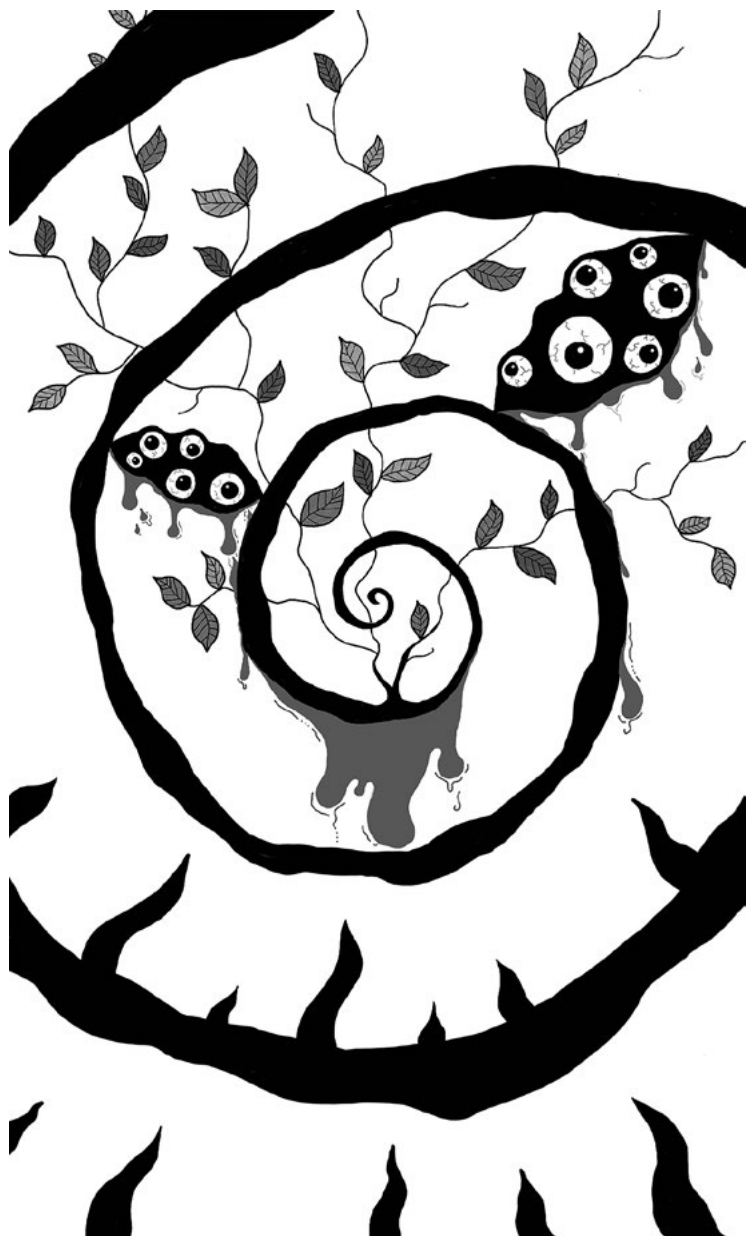
DOŠT MÁLO



MARKÉTA KUBÍNOVÁ

Trigger warnings: poruchy příjmu potravy,
sebevražda, sebevražedné myšlenky,
sebepoškozování, ztráta blízké osoby.

Vzhledem k citlivému tématu je kniha
doporučena čtenářům od 13 let. Prosím,
dbejte však při čtení na své duševní zdraví,
pokud by pro vás bylo téma příliš náročné,
knihu odložte.



Z deníku autorky

*Věnováno těm,
kteří tu pro mě byli vždycky,
i když jsem to kolikrát neviděla,
mé mámě a tátovi.*

Děkuju za všechno!

DOST MÁLO
PŘÍBĚH NA MOTIVY SKUTEČNOSTI



*„Žádné jídlo není škodlivé tak,
jako nezdravý vztah k němu.“*

PROLOG



Každého člověka mám spojeného s nějakou rostlinou. Květinou.

Nejspíš si říkáte, že je to nesmysl, ale když se nad tím zkusíte zamyslet, možná objevíte něco, co jste dosud nevnímali. Tátovy oči v květech pomněnky. Mámin úsměv v poupatech růže. Výlet s přáteli v bílých lístcích kopretin.

Jedna psycholožka mi kdysi řekla, že si mám i samu sebe představovat jako rostlinu. Jako něco krásného. Něco, co mám ráda.

Protože krásné kapradině bych přece neublížila?

Jenže ostatní je snadnější si představovat jako něco jemného. Něco půvabného. Pečovat o ně jako o rostlinky v keramických květináčích. Zalévat je každý den vodou.

Aby sílili. Blíž a blíže ke slunci.

Ale co moje rostlinka? Kdo dá vláhu jí, aby mohla růst?

A tak vznikl tento příběh.

Příběh mé kapradinky...



1. ČÁST

PÁD DO TMY

*Pustit si písničku do uší,
ať srdce mi tolik už nebuší.*

*Pustit si písničku do uší,
ať slova v mé mysli přehluší.*

*Slzy tečou, srdce bolí,
jinak prázdno uvnitř je.*

*Bez emocí, bez nálady
tiše se třást v černé tmě.*

*Stíny ruce natahují,
Hudba křičí proti nim.*

Je to boj, co vidět není.

*Boj, co jen v mé hlavě je,
každý den hned po setmění*

*pustit si písničku do uší,
ať slova v mé mysli přehluší...*

1. KAPITOLA



Bylo parné odpoledne. Vzduch byl těžký. Téměř hmatatelný. V plících tlačil jako balvan, až měl člověk pocit, že se nemůže pořádně nadechnout.

„Ta kráva je na mě určitě zasedlá!“ prohlásila už po několikáté Kiki a rozhodila rukama. Vykročily jsme z budovy školy a zamířily přes ulici do jídelny. „Viděla jsi, jak se na mě celou hodinu dívala? Proč jinak by mi dala tak špatnou známku?“

„Hm,“ odtušila jsem. Mohla jsem namítnout, že dvojka je úplně v pohodě. Že se naše fyzikářka dívá divně na všechny. Ale nemělo cenu to nějak vyvracet a na hádku jsem byla moc utahaná. Podle ní totiž jakákoliv jiná známka než jednička spadala do kategorie označené nálepkou špatná. Jako by známka vypovídala o její vlastní hodnotě.

A tu musela mít Kiki vždycky bez poskvrny.

Vždycky.

„Aaa... to je zase vedro! Nemá být už podzim?“ zlostně zastavila na přechodu a uhodila do tlačítka na semaforu. *Prásk*. Jako kdyby za to snad mohl on. Její průzračně modré oči se do mě zabodly. Jako šipky plné jedu. „Co jsi vlastně dostala ty?“

Tohle byla nebezpečná otázka. Ať už bych odpověděla cokoli, bylo by to pokaždé špatně. Na ten test jsem se učila do jedné ráno. Na rozdíl od Kiki mi fyzika dávala hodně zabrat a po většinu času jsem se točila kolem trojek. Tohle byl můj první úspěch, ale v očích Kiki zrada. Zaváhala jsem a nejistě přešlápla. „No, jedničku, ale...“

„Vidíš!“ Její rozhořčení se v tu ránu obrátilo na mě. Prudce potrásla hlavou. Blondřaté vlasy sepnuté do vysokého pevného ohonu jí pleskly do zad. „Ty jsi fakt hrozná šprtka!“ Chtěla jsem podotknout, že to *ona* je tady ta jedničkářka, ale nenechala mě promluvit.

Pobaveně jsem se usklíbila. Tyhle drobné hádky byly s Kiki na denním pořádku.

„Nechápu, proč se s tebou ještě vůbec bavím.“

„Taky nechápu,“ zašklebila jsem se.

Spolu s davem spolužáků jsme konečně vykročily na zelenou. Dřív, než jsme všichni stačili dojít na druhý konec přechodu, blikla opět červená. Klasika.

Zatímco jsem si v duchu stěžovala na pražské semaforey, netušila jsem, jak velkou pravdu jsem tehdy měla.

Nechápala jsem vůbec nic.

Byla jsem slepá. A Kiki v mých očích bezchybná.

Koutkem oka jsem na ni pohlédla. Svižnými kroky krájela vzdálenost před sebou. Její tváře se stále zlostně škubaly, takže jsem se ani nepokoušela vést rozhovor.

Na mluvení jsem stejně neměla sílu. Tu jsem už vložila do testu z fyziky.

V jídelně bylo jako vždy k prasknutí. Příbory a talíře řinčely uprostřed bouřlivého halasení obědvajících studentů. Prudce se mi rozbušilo srdce. Nesnášela jsem velké davy lidí. Vždycky jsem se mezi nimi cítila jako malá šedá myška lapená do pasti. Jako to nejmenší smítko prachu zadupané do země.

Což byla vzhledem k mé výšce naprostá blbost.

Nikdy dřív jsem do jídelny nechodila. Vadilo mi jíst s tolika dalšími lidmi. Měla jsem pocit, že se na mě všichni dívají a soudí. Že třeba budu moc mlaskat nebo mi ukápnou omáčka na triko. Ale s Kiki jsem to zvládala. S ní jsem byla silná a odvážná.

Nebo jsem si to tak aspoň nalhávala.

Vmáčkly jsme se k poslednímu volnému stolu. „Už se nezvedám. Že mi přineseš pití?“ Z představy, že znovu budu muset projít kolem tolika lidí, se mi zhoupl žaludek. Nedostatek spánku se na mě začínal značně projevovat a teplé počasí tomu vůbec nepřispívalo. Ale svoji *královnu* jsem zklamat nemohla.

To nikdy.

„K vašim službám,“ donutila jsem končetiny k pohybu a co nejrychleji zamířila k pultu s nápoji. Samozřejmě, že jsem se z toho spěchu bolestivě nakopla o roh stolu a polila se.

Samozřejmě.

Výborně, Žofie. Jsi vážně jednička.

Zrudla jsem ve tváři jako rak. Aspoň že jsem polila jen sebe a ne někoho jiného. S pohledem soustředěným na dřevěné parkety podlahy jsem zaplula na svoji židli. V hlavě mi slabě dunělo.

Trapas, trapas, trapas.

Kiki se zatím prohýbala smíchy. Nechápala jsem, jak i při tom dokáže vypadat povzneseně. Byla jsem ještě trochu otrěsená, a tak jsem se začala smát taky. I když v duši jsem se propadala studem.

„Hrom do police,“ neodpustila si nakonec a pustila se do jídla. Elegantně si namotala kus špaget na vidličku a zhodnotila ji kritickým pohledem. „Ale fuj, to je zas břečka.“

„Mmmh...“ Zamumlala jsem už s plnou pusou, abych zahнала tu nepříjemnou aféru s vodou. „Je to výborné. Boloňské špagety miluju.“

Kiki pohoršeně zkrivila rty. „Ještě by ses je měla naučit jíst. Špagety se nikdy nekrájí. Nikdy! To je barbarské. Opravdu nevím, proč se s tebou kamarádím. Děláš mi ostudu.“ Pronesla dnes už po několikáté a já se zasmála nad svojí vlastní neschopností.

Zasmála.

Smích byl můj ochranný mechanismus.

Moje maska.

„Přemýšlím, jestli pojedu letos s rodinou do těch Benátek,“ přešla můj smích a s nefalšovaným odporem spolkla další sousto. Samozřejmě z *nenakrájených* špaget. Jak jen to *krucinál* dělá?

„Určitě jeď,“ horlivě jsem přikývla, až mi dlouhý cop sklouzl na rameno. „Takovou příležitost bych si nenechala ujít!“ Kiki pochybovačně našpulila rty. Nechápala jsem, jak by někdo mohl takovou vyhlídku odmítnout. Jenže finanční možnosti naší rodiny se pohybovaly někde úplně jinde, takže jsem si takové chutě mohla nechat zajít. „Proč se ti tam vlastně nechce?“

„Jezdíme tam přece každý rok,“ podotkla. „A je to trapný pořád jezdit s rodinou. Navíc moje matka je naprosto neschopná, takže bych zase musela naplánovat všechno sama. A o tátovi ani nemluvě.“ Zlostně natočila další špagety. „Ten nedělá nikdy nic.“

„Tak to si aspoň můžeš vymyslet, co budeš chtít. Projet se gondolou, jít na náměstí svatého Marka,“ zasnila jsem se.

„Jo, jenže oni si budou zas stěžovat, že moc chodíme, že je to nuda... a bůhví co ještě.“ Kiki frustrovaně vydechla a znovu vrátila svoji pozornost ke špagetám. Mlčky jsem pozorovala, jak jí.

Je zvláštní, že je člověk pokaždé s něčím nespokojený. Že každý vždycky touží po něčem, co má druhý, místo toho, aby si vážil věci, které má on.

Z dlouhých úvah mě vytrhl její hlas.

„Podívej se na Rozárii a ty další dvě bláznivky,“ sykla a trhla hlavou. „Jak tohle všechno můžou sníst?“ Zaostrila jsem pohled na protější stůl. Všechny tři spolužačky se něčemu divoce chechtaly. Před sebou měly už snědený oběd a otevřený pytlík preclíků v čokoládě, ze kterého střídavě uzobávaly. „Víš, kolik to má kalorií? To já bych na jejich místě byla už tlustá.“ Nepředpokládala, že jí na to nějak odpovím. Stejně jsem ani nevěděla, co na to říct, a tak jsem jen sklopila zrak zpět k našemu stolu. K talíři plnému horkých špaget. Kolik kalorií má *tohle*? Nasucho jsem polkla.

Proč nad tím *sakra* vůbec přemýšlím? Není to úplně jedno?

Jenže moje ruce se zasekly. Nedokázala jsem je donutit, aby opět uchopily příbor. Abych snědla další sousto.

Ne.

Talíř před Kiki byl už prázdný, zato ten můj téměř nedotknutý. „Tak co, můžeme konečně jít?“ Poklepala si na *Apple Watch*. „Nestihneme odpoledku. Strašně ti to trvá.“

„Jo, já stejně už nebudu,“ pokrčila jsem rameny.

„Výborně,“ popadla táč a odkráčela směrem ven. Vůbec se nepozastavila nad tím, že ještě před chvílí jsem prohlašovala, jak tohle jídlo miluji a teď ho celé nesu pryč. Sledovala jsem její plavý ohon, jak se houpá při každém kroku sem a tam. Cítila jsem

hrozný vyčerpání. „Tak jdeš už?“ křikla a já za ní poslušně vyběhla ven. S pitomým úsměvem na tváři. Cítila jsem pohledy spolužáků v zádech.

Co si o mě tak museli myslet?

Neschopná. Nemotorná. Hloupá. Nesamostatná. Kristýnina husa.



Odpolední vyučování uteklo v podivné mlze. Nebyla jsem schopná se soustředit na monotónní hlas naší profesorky matiky a jen tupě si opisovala příklady z tabule. Chtělo se mi spát a v myslí jsem se neustále vracela k incidentu v jídelně a k našemu rozhovoru.

Žaludek jsem měla podivně stažený. Srdce sevřené nepochopitelným strachem.

„Studentka Trnková je dneska během hodiny velmi aktivní.“ Svoje jméno jsem zaregistrovala, až když do mě Kiki šťouchla.

„Pardon, omlouvám se,“ zakoktala jsem a dneska už po druhé chytly mé líce červený odstín. Nejradši bych zalezla pod lavici. Celá pozornost třídy byla upřená na mě.

Fakt skvěle, Žofie, dneska si vedeš opravdu bravurně. Přímo na jedničku. „Ehm... jaká byla otázka?“ Pobavené zasmání spolužáků mě donutilo klesnout na židli ještě níž.

„Ptala jsem se, jaký je rozdíl mezi kruhem a kružnicí?“ Pomalu jsem zamrkala. V hlavě jsem měla zamlženo. Nebyla jsem schopná poskládat smysluplnou odpověď.

Kruh a kružnice.

Mozek pracoval snad na tisíc procent. Možná i víc.

Kruh.

Kružnice.

„Uvědomujete si, že jste studenty třetího ročníku výběrového gymnázia?“

Kruh.

„Očekávala bych, že už budete mít určitou úroveň znalostí.“

Kružnice.

„A že budete schopni zformulovat jednoduchou odpověď. Tak pomůže někdo studentce Trnkové?“

Neschopná. Nemotorná. Hloupá. Hloupá. Hloupá.

Mysl se mi zasekla na těchto slovech. Zběsile mi vířila hlavou.

„Á výborně, studentka Horáková, ještě že vás tady máme.“ Kiki se zářivě usmála. Tohle byla konečně její parketa. Na rozdíl ode mě milovala být středem pozornosti. Milovala, když mohla dokázat, že je lepší než já.

Klesla jsem ještě o kus níž.

V hrudi mi něco bolestivě prasklo.

Lavina, která mě měla zavalit, se začínala probouzet.