Tomáš Vereš

IVAN BUCHINGER

MOTÝĽ



NECHAŤ V KLIETKE VŠETKO

IVAN BUCHINGER

Tomáš Vereš

IVAN BUCHINGER

NECHAŤ V KLIETKE VŠETKO



VYDAVATEĽSTVO MOTÝĽ

IVAN BUCHINGER: NECHAŤ V KLIETKE VŠETKO

Copyright © Tomáš Vereš, 2026
Zodpovedná redaktorka: Stanislava Jedináková
Grafická úprava a dizajn: Zuzana Ondrovičová
Fotografia na obálke: © Oktagon MMA
Čiernobiele fotografie: archív Ivana Buchingera, © Oktagon MMA
Farebná fotopríloha: prvé štyri fotografie © Dolly Clew for Cage Warriors;
zvyšné fotografie © Oktagon MMA
Vydalo: Vydavateľstvo Motýľ, s. r. o.
www.vydavatelstvomotyl.sk
Vydanie prvé. Rok vydania 2026
Tlač: TBB, a. s., Banská Bystrica, Slovensko

Vydavateľstvo Motýľ, s. r. o.
Dunajská 48, 811 08 Bratislava, Slovensko
Telefón: 02/381 045 81
e-mail: info@vydavatelstvomotyl.sk

Vydavateľstvo Motýľ, s. r. o., ďakuje spoločnosti Oktagon MMA za poskytnutie fotografií, ako aj za súhlas s ich publikovaním. Ivan Buchinger bol zápasníkom organizácie Oktagon MMA.

Všetky práva vyhradené. Žiadna časť tejto knihy sa nesmie reprodukovať ani šíriť akýmkoľvek spôsobom vrátane elektronického, mechanického, fotografického či iného záznamu bez predchádzajúceho písomného súhlasu vydavateľa. Žiadna časť tejto knihy nemá slúžiť na účely trénovania systémov umelej inteligencie.
Ďakujeme, že ste si kúpili legálne vydanie tejto knihy a rešpektujete autorské práva.

Poznámka vydavateľstva: Redakcia vydavateľstva sa pri prepise ruských mien z azbuky rozhodla rešpektovať ich anglickú podobu s cieľom zachovať jednotnosť s praxou zaužívanou v slovenských médiách.

ISBN 978-80-8164-470-2

Venovanie

Táto kniha je venovaná všetkým bojovníkom bez opaskov.
Tým, ktorí bojujú potichu a bez divákov,
pretože najťažší súper nestojí oproti tebe. Sedí v tebe.
A ak si s ním ešte neprestal bojovať, táto kniha je aj o tebe.

Obsah

Predslov		**11**
Prológ		**13**

DNA ŠAMPIÓNA: Korene a drina

Kapitola 1	Ruky od hliny	**18**
Kapitola 2	Nevyformovaná duša	**21**
Kapitola 3	Tisíc metrov a nekonečno krokov	**23**
Kapitola 4	Gabčíkovo, koniec sveta	**26**
Kapitola 5	Jó reggelt, diákok!	**30**
Kapitola 6	Bratia v boji	**33**
Kapitola 7	Väzenie v Komárne	**36**
Kapitola 8	Roky v montérkach	**40**
Kapitola 9	Metrans a šetrenie na sen	**44**

ZROD BOJOVNÍKA: Pivnica, krv, prvý oheň

Kapitola 10	Pivnica bohov	**52**
Kapitola 11	Modeling vs. tanky	**55**
Kapitola 12	Krst ohňom a krvou	**58**
Kapitola 13	Bohovia na kazete a dno temnoty	**60**
Kapitola 14	Sparťanské srdce	**63**

BRATSTVO A SVET: Attila a prvý veľký vzostup

Kapitola 15	Brat v zbroji (očami Attilu Végha)	**70**
Kapitola 16	Švédska nespravodlivosť	**73**

Kapitola 17 Írsky tanec smrti 76
Kapitola 18 Bez pozlátka (očami Mariána Nagya) 79
Kapitola 19 Syn, dom a facebook 82
Kapitola 20 MMA Spirit a ozveny minulosti 85
Kapitola 21 Najväčší génius alebo hlupák? 88
Kapitola 22 Škola varenia a bicykel z blšáka 91
Kapitola 23 Ruská odveta a cesta mentora 94
Kapitola 24 Obed s UFC a odmietnuté prvenstvo 97
Kapitola 25 Temné tiene reflektorov 100
Kapitola 26 Jazyk, ktorému som nerozumel 103

CENA SLÁVY: Najtemnejšie tiene

Kapitola 27 Rozpad, covid a návrat domov 110
Kapitola 28 Buchingerovci vs. Maďarsko 114
Kapitola 29 Biznis, ego a slina menejcennosti 117
Kapitola 30 Päť kôl v pekle 120
Kapitola 31 Gladiátor, robokop a Mike Tyson 123
Kapitola 32 Čierna a biela 127
Kapitola 33 Sloboda v rukaviciach 130
Kapitola 34 Keď telo povie dosť 133
Kapitola 35 Moment, ktorý ma zastavil 137

VNÚTORNÁ VOJNA: Psychológia, strach, maska

Kapitola 36 Mimóza a predtuchy 144
Kapitola 37 Strach z ticha a vôňa potu 147
Kapitola 38 Maska vysmiateho Bukiho 150
Kapitola 39 Nemecká škola a povalové myši 152
Kapitola 40 Cena, ktorú neukazujú kamery 155
Kapitola 41 Keď som sklamal sám seba 157
Kapitola 42 Sebec, Xbox a vôňa zakázaného 160
Kapitola 43 Veci, ktoré neviem ovládnuť 163
Kapitola 44 Disciplína, ktorú nikto nevidí 165
Kapitola 45 Boj, ktorý nevidno 169

VRCHOL A PÁD LEGENDY: Frankfurt a Ilja

Kapitola 46 Monštrum z Frankfurtu (očami Nielsa Schlaegela) 176
Kapitola 47 Krstný otec (očami Ilju Škondriča) 180
Kapitola 48 Invalid s čistým svedomím 183
Kapitola 49 Čas a iné víťazstvá 186
Kapitola 50 Ticho po opasku 188

RODINA A ODKAZ

Kapitola 51 Dovolenky, ktoré som si nikdy nevybral 196
Kapitola 52 Naučený nemilovať nahlas 200
Kapitola 53 Očami syna (Ivan junior) 204
Kapitola 54 Pevnosť (očami Zuzky) 207
Kapitola 55 Tvrdohlavá krv (o otcovi) 211
Kapitola 56 List pre Lanu a Ivka 214

MANUÁL BOJOVNÍKA

Kapitola 57 Tréning, ktorý ťa nezlomí 220
Kapitola 58 Jedálniček bojovníka 225
Kapitola 59 Regenerácia bojovníka 228

Epilóg 239
Poďakovanie 241
Hovoria o Ivanovi 243
O autorovi 247

Predslov

Tomi Kid Kovács – bývalý profesionálny boxer, majster sveta organizácie WBF a majster Európy WBO v poloťažkej váhe. Dnes je rešpektovaným trénerom a kľúčovou osobnosťou slovenského boxu.

Na naše prvé stretnutie s Ivanom nikdy nezabudnem. Priviedol ho ku mne môj bratranec, aby som ho trénoval v boxe. Bol to mladý chalan plný snov. Spolu s Attilom Véghom a Mariánom Nagyom tvorili nerozlučnú trojicu – stále usmiati, plní energie a odhodlania.

Vtedy sme ešte netušili, kam ich táto cesta zavedie. Nevedeli sme, čo všetko bude znamenať MMA pre slovenskú scénu. Videli sme len chlapcov, ktorí milovali boj a boli ochotní preň urobiť všetko.

Dnes za Ivanom stoja svetové tituly, zápasy proti najväčším menám a rešpekt fanúšikov doma aj v zahraničí. Napriek tomu zostal tým istým človekom, ktorého som spoznal na začiatku – pokorným, pracovitým a veriacim v tvrdú robotu viac než v reči.

Som hrdý, že som mohol byť súčasťou jeho cesty. A ešte viac ma teší, že on zostáva súčasťou tej mojej.

Nagyon kedvellek, Buki.

Tomi Kid Kovács

Prológ

Nevstupujem do tejto knihy ako víťaz ani ako legenda. Vstupujem do nej ako chlap, ktorý veľa vyhral – a za každé víťazstvo dostal mastnú faktúru.

Stojím v klietke. Tu je všetko jasné. Žiadne výhovorky, žiadne úniky. Len pravda, bolesť a rozhodnutia v zlomku sekundy. V tomto momente to už nie som ja. Prepínam. Prichádza mimóza. Odpájam sa od sveta, emócií a rodiny. Musím. Teraz nie som otec. Som mechanizmus na prežitie.

Mimo klietky je to však iný boj. Tam sa nebije na tri kolá. Tam sa boj nikdy nekončí.

Táto kniha nie je o opaskoch ani o rekordoch. Je o tom, čo zostane, keď zhasnú svetlá a v prázdnej aréne sa usadí prach. Je o strachu, ktorý nevidno. O tom tichom tlaku, keď v noci zízam do stropu a cítim, ako mi pod kožou pulzuje úzkosť. Strach, že o všetko prídem. Dom a budúcnosť mojich detí sú len také pevné ako moje koleno v ďalšom zápase. Ten strach tam je. Počuť ho v každom tichu ako hlodanie niekde v základoch domu. Nedá mi spať.

Ak hľadáš hrdinu bez jaziev, si na zlom mieste.

Ľudia vidia lesk titulov, ale nie sú so mnou ráno v kúpeľni. Nepozerajú sa do zrkadla na muža, ktorý sa hýbe ako starec.

Ramená mi vŕzgajú tak hlasno, že ten zvuk prehlušuje aj tečúcu vodu. Nedokážem si bez bolesti ani opláchnuť tvár.

Som vyučený strojár, ktorý vie opraviť cudzí motor, ale ten môj vlastný mi každé ráno vystavuje nekompromisnú faktúru za bolesť. Práve v nej je ukrytá pravda, ktorú som roky hľadal.

Ak chceš vedieť, koľko v skutočnosti stojí byť silný, tento príbeh ti to ukáže.

MÔJ KÓDEX

Pokora: Moje sebauvedomenie. Vedieť, odkiaľ som prišiel a kým budem, keď zhasnú svetlá.

Strach: Môj tieň. Kráča so mnou všade, ale ja určujem jeho smer.

Bolesť: Môj učiteľ. Nikdy neklame a vždy ukazuje pravdu.

Víťazstvo: Vytrvalosť premenená na zlato. Odmena za to, že som to nevzdal, keď ostatní spali.

Prehra: Najtvrdšia lekcia. Rana, vďaka ktorej človek buď zmúdrie, alebo sa zlomí.

Peniaze: Nástroj. Prostriedok, aby som zaistil pokoj a bezpečie tým, ktorých milujem.

Domov: Istota. Miesto, kde sa stroj mení späť na človeka.

Rodina: Moje putá. Jediné, čo ma drží pri zemi, keď mi svet tlieska, a jediné, čo ma dvíha, keď padám.

Klietka: Cieľ cesty. Bod, kde sa končia reči a začína sa realita.

Gabčíkovo: Môj domov. Korene, ktoré mi nikto nevytrhne.

Súper: Moje zrkadlo. Ukazuje, ako dobre som pripravený na vlastné slabosti.

Drina: Cena. Jediná mena, ktorou sa platí za nesmrteľnosť.

DNA ŠAMPIÓNA

Korene a drina

Kapitola 1

RUKY OD HLINY

Moje ruky sú dnes iné. Sú to zbrane. Obalené v tejpoch, schované v rukaviciach, naprogramované na jedinú vec – prežiť a zlomiť. Stačí, že na sekundu zavriem oči, a opäť na nich cítim zaschnutú hlinu z gabčíkovského trhu.

Boli to deväťdesiate roky. Na juhu Slovenska to vtedy fungovalo inak. Neboli to časy istoty, skôr taký malý divoký východ. Každý sa snažil nejako prežiť, niečo zarobiť, niečo predať. Gabčíkovo nebolo mesto. Bola to dedina, kde sa všetci poznali. Lenže na trhu sa nepoznal brat s bratom, keď išlo o cenu.

Ráno sa nezačínalo budíkom. Začínalo sa zimou. Tma bola ešte hustá, vzduch vlhký a ťažký, zalepený pachom z dvora. Otec choval prasnice a ten smrad sa ti dostal pod kožu. Nebol to len zápach, bol to signál – robota už čaká. „Vstávaj." Žiadne dlhé reči, žiadne „ešte päť minút". U nás slovo *potom* neexistovalo.

Zatiaľ čo moji rovesníci spali a snívali o futbale, ja som už stál pri prepravkách. Paprika, rajčiny, zelenina. Studené kovové rukoväti režúce do dlaní, prsty stuhnuté od zimy. Hlina

za nechtami, ktorá nejde dolu ani kefou, hoci ju drhneš, ako najlepšie vieš. Trh v Gabčíkove nebolo pekné miesto. Bol surový. Ľudia tam nechodili obdivovať farby zeleniny. Chodili počítať peniaze. Každá koruna mala váhu, každá rozhodovala. Babky prevracali papriky v rukách, skúmali ich, hľadali chybu, dôvod zjednať cenu nižšie. Pozerali sa na teba tak, akoby si im chcel niečo vziať. A možno aj áno. Možno som im chcel zobrať posledné drobné, aby sme my mali na večeru. Tam som sa učil taktike, ktorú v žiadnom gyme nenájdeš.

Nebolo to o technike, ale o prežití. Rýchlo som pochopil, že nestačí len stáť a čakať. Musíš si ľudí pritiahnuť. Naučil som sa rozprávať, presviedčať, pozerať sa im do očí. Vedieť, kedy zatlačiť a kedy ustúpiť. Kedy znížiť cenu, aby si predal všetko, a kedy ju držať, aj keď riskuješ, že ti to ostane na stole. Moja detská tvár bola nástroj. Zľava bola nástroj. Úsmev a ticho boli nástroj. Nebolo to o tom, či chcem, ale o tom, že musím. Domov som sa nesmel vrátiť s plnými prepravkami. To nebola možnosť. Musel som prísť s prázdnymi rukami a aspoň s niečím vo vrecku. Koruny cinkali, ale nikdy ich nebolo dosť. Nikdy nebolo „vyhrané“. Vždy to bol len ďalší deň, ktorý sme prežili.

A tam niekde, medzi hlinou, zimou a pachom dvora, som pochopil jednoduchý zákon: Ak chceš jesť, musíš si to vydrieť zo zeme. Doslova. Vtedy som ešte netušil, že tie isté ruky, popraskané od mrazu a špiny, budú raz držať majstrovské opasky.

Strih. Oslepujúce svetlá. Klietka. Rev ľudí, ktorý sa ti dostane až do kostí. V ústach cítim kovovú chuť krvi. Súper mi tlačí koleno do rebier, vzduch mizne, akoby mi niekto

uťahoval slučku okolo krku. Toto je moment, keď väčšina ľudí zavrie oči a vzdá to.

Sekunda. Len jedna sekunda rozhodne, či ostaneš alebo padneš. A v tej sekunde sa mi v hlave neprehráva žiadna technika, žiadny tréning ani plán. Vidím trh. Cítim hlinu za nechtami. Ten smrad, zimu a tlak, že musím. A vtedy to príde. Ten, kto prežil Gabčíkovo, sa nenechá zlomiť v klietke. Zatnem zuby. Nejde o to vyhrať. Ide o to prežiť ešte jednu sekundu. A potom ďalšiu.

Dnes sedím doma v obývačke a pozerám sa na svoje deti. Majú čisté ruky, mäkké dlane. Hrajú Xbox, smejú sa a ich najväčším problémom je nepodarený level v hre. A ja som za to vďačný. Všetko, čo som robil, všetko, čo som vydržal, bolo aj preto, aby ony nemuseli stáť ráno v zime pri prepravkách.

A predsa… Keď je ticho, občas sa na ne pozerám a premýšľam. Budú mať niekedy ten istý hlad ako ja? Budú vedieť, čo znamená vstať, keď sa ti nechce? Keď si nahnevaný na celý svet, ale aj tak ideš, lebo musíš? Nechcem, aby mali môj život. Chcem však, aby mali moju odolnosť. Aspoň kúsok tej „špiny", pretože bez hliny za nechtami by som sa nikdy nestal šampiónom. Bol by som len ďalší chalan v rade.

Moja cesta sa nezačala v klietke. Začala sa pri prepravkách s paprikou. Tam som sa naučil, že život ti nič nedá zadarmo. Život si musíš vydrieť alebo ťa zožerie.

Kapitola 2

NEVYFORMOVANÁ DUŠA

14. február 1986. V Berlíne sa v ten večer rozsvietili svetlá slávnostných reflektorov. Červený koberec, kamery, obleky, šampanské. Filmový festival, kde ľudia tlieskajú príbehom, ktoré sa dajú napísať, zahrať a zopakovať. Svet, kde sa chyby dajú vystrihnúť. Kde má každý príbeh scenár.

A potom je tu celkom iný svet. Malá nemocnica vzdialená takmer dvetisíc kilometrov. Žiadne reflektory, žiadne kamery. Len biele steny, pach dezinfekcie a ticho, ktoré prerušuje plač novorodenca.

Moja mama leží na posteli. Je vyčerpaná, ticho dýcha. Otec čaká za dverami. Nemôže robiť nič, len vytrvať. V tej miestnosti sa nerodí film. Rodí sa tam realita. Tá moja.

Čo vtedy asi cítili? Neviem. Nikdy nebudem presne vedieť, čo sa v tej chvíli odohrávalo v ich hlavách. Radosť? Strach? Zodpovednosť, ktorá prišla oveľa skôr, ako na ňu boli pripravení? Možno všetko naraz. Ja som v tej chvíli necítil nič. Bol som len telo, ktoré sa prvýkrát nadýchlo. Nevyformovaná duša, čistý list papiera.

Lenže aj na čistom liste papiera sa prvé riadky objavia ešte skôr, ako si to človek uvedomí. Život mi už vtedy niečo položil do kolísky. Nebol to opasok ani sláva. Bola to realita. V tú noc mi rodičia nedali len meno Ivan Buchinger. Dali mi aj štartovaciu čiaru. Tichý záväzok, ktorý sa nepíše na papier, ale nosí vnútri. Že sa nebude čakať ani vyhovárať. Že ak niečo chceš, musíš si to vziať sám.

Zatiaľ čo v Berlíne sa oslavovalo umenie, ja som sa prvýkrát nadýchol vzduchu, ktorý o pár rokov bude smrdieť po hnoji, zváračke a pote z telocvične. Tam vonku bol svet filmu, tu sa rodil svet, kde sa nič nedá zahrať. Žiadne druhé pokusy, žiadne strihy. Buď vydržíš, alebo padneš.

Moja cesta sa nezačala potleskom v kine. Začala sa tichým sľubom v dunajskostredskej pôrodnici. Sľubom, že zo mňa nebude niekto, kto čaká na svoju šancu, ale niekto, kto si ju sám vybojuje. Že aj keď začínam od nuly, na nule neskončím.

Lenže skutočný dych som chytil až neskôr. V Gabčíkove. Vtedy to bola malá dedina, kde sa život nemeral snami, ale tým, čo si vedel spraviť vlastnými rukami. Bol to svet, kde sa nehovorilo o možnostiach, ale o robote. Tam som pochopil, že miesto na slnku nie je dar, ale boj. A ak nechceš bojovať, urobí to za teba niekto iný – a ty ostaneš stáť bokom.

Ja som bokom stáť nechcel. Ani keby som mal rukami rozbiť betón.

Kapitola 3

TISÍC METROV A NEKONEČNO KROKOV

Všetko to zariadil osud. Keď sa nad tým zamyslím, je to až bizarné.

Dve osoby. On a ona. Môj otec a moja mama. Obaja z tej istej obce, z rovnakých podmienok. Ich rodné domy v Gabčíkove stáli od seba sotva kilometer. Tisíc metrov. To je nič. Pár minút pešo. Jedna ulica, jedno detské popoludnie.

A predsa sa doma nikdy nestretli. Akoby medzi nimi stál neviditeľný múr. Akoby život čakal, kým ich oboch vytiahne z dediny, aby ich mohol konečne postaviť do jedného príbehu. Museli urobiť tisícky krokov do Bratislavy, aby sa ich cesty spojili.

On tam prišiel makať ako obyčajný inštalatér. Drsná slobodáreň na Miletičovej, ráno práca, večer únava. Ruky zodraté, hlava plná starostí, ako prežiť ďalší týždeň a priniesť domov pár korún. Ona tam prišla študovať. Učila sa za zdravotnú sestru. Už vtedy vedela, čo znamená slúžiť druhým. Jej domovom bol internát pri Centrálnom trhovisku. Knihy,

latinčina, anatómia. Bol to svet úplne iný než ten jeho. Zatiaľ čo ona sa učila zachraňovať životy, on sa učil len vydržať. Obaja sa ocitli v cudzom meste, stratení v anonymnom ruchu, ktorý ich pohlcoval.

Bratislava osemdesiatych rokov nebola žiadnym miestom snov. Bola to betónová džungľa, kde prežil len ten, kto mal ostré lakte. Ľudia okolo sa tlačili, ponáhľali. Niekedy bez cieľa, inokedy len preto, že jednoducho museli. Každý bol len ďalšia tvár v dave. Ďalší kabát, čo do iného vrazil na zastávke bez jediného slova. Všetci mali svoje starosti. Každý si niesol niečo vlastné, nikto sa na nikoho nepozeral. Riešil len to svoje – robotu, peniaze, ako prežiť ďalší deň. Ulice boli hlučné a neosobné. Zvuk starých ikarusov, klaksóny, klepot topánok po chodníkoch. Ten hluk ťa tlačil dopredu, aj keď si nechcel. Každý deň bol iný, a pritom rovnaký.

Boli tam sami. Chýbala im dedina, ticho, vzduch od Dunaja. Pocit, že niekam patria. V tom meste sa ľudia míňali na pár centimetrov. Stačilo málo a nikdy by sa nestretli. Otec so zodratými rukami od rúr a mama s hlavou v latinských slovách – dva svety, ktoré nemali nič spoločné. Okrem jedného. Hladu po domove.

A potom prišiel ten autobus. To špinavé, rozhegané vozidlo MDH, kde sa cez zápach nafty a mokrých kabátov zrazu ozvalo niečo, čo tam nepatrilo. Slovo. Prízvuk. Gabčíkovo.

Mali odlišné ciele. On chcel zarobiť peniaze, ona zas získať vedomosti. Netušili však, že ich skutočný cieľ má meno, ktoré ešte ani nevyslovili. Stačilo jedno náhodné stretnutie v bratislavskej MHD. Vonku sivé mesto, vnútri hluk a únava. A potom… jedna krátka konverzácia.

Možno sa začala zo slušnosti, možno z nudy. A možno len preto, že v tom chaose niekto začul známy gabčíkovský prízvuk. V tej sekunde sa niečo pohlo. Nie veľké ani dramatické. Bol to len malý posun, ktorý však pohol celým vesmírom.

Tá konverzácia sa začala na zadnom sedadle autobusu v Bratislave… V Gabčíkove však trvá dodnes. Bez toho momentu by nebol žiaden Buki. Neboli by opasky, rodina, nebolo by nič. Niekedy sa tie najväčšie víťazstvá nerodia v klietke. Niekedy sa zrodia v autobuse – keď ani netušíš, že práve stretávaš svoj domov.