

JAK JSEM SE CHTĚLA ZABÍT

Martina Kratochvílová

Na památku výborného kamaráda Petra

Předmluva

Auto sviští po klikaté silnici a zlatavé slunce už míří k protinožcům, aby tam přerušilo tmou. Honza zkušeně řídí a Kuba si za mnou prozpěvuje.

Já bojuji s úzkostí a propadám se s ní do měkkého sedadla. V krku polykám slzy a beznaděj chvílemi vyhrává. Nutkavá myšlenka se vrací ke keříku rulíku zlomocného, který jsme na příjemné procházce potkali v lese. Velké jedovaté bobule byly tak blízko a já moc chtěla natáhnout ruku a mít je u sebe. Být tak připravená, kdyby nemoc přemohla náhle sílu léků a s novou silou znovu udeřila. Nic jsem si neutrhla a v zásobě nic tedy nemám.

Víkend byl nádherně pohodový a ta moje současná úzkost je něco jako daň. Pravidelně takhle „platím“ za chvíli klidu a spokojenosti. Asi to tak už bude napořád.

Vzadu v autě v tašce leží mé čtvrté „dítě“. Hanka mi na něm udělala korekce a já si ten popsany sešit vezu zase domů. Je psán trochu jako deník a taky trochu jako dopis. Dopis někomu známému, který mne neodmítne. Dopis směřovaný možná i mé realistické polovině, skryté kdesi v mé hlavě a utiskované směsicí strachu, zoufalství, beznaděje, ale i štěstí, důvěřivosti a naivity. Mé vzpomínky jsou občas zmatené a nesouvislé, protože jsem vše zapisovala tak, jak mne sama ruka vedla, ale nechci to nějak upravovat, protože už bych to nebyla já. Napsala jsem to na popud několika mých kamarádů a kamarádek, s kterými jsem se sešla během své cesty s nemocí. Moc bych si přála, aby mé vzpomínky a prožitky měly smysl a třeba někomu pomohly uvěřit všemu tomu, co se v hlavě děje. Uvěřit je asi moc silné slovo, já vím, tak alespoň vzít na vědomí, že jsou věci, které sice nechápeme a mnohdy odsuzujeme, ale ony přesto jsou.

Od 1. ledna 2007 si v západních Čechách sáhlo na život 116 lidí. Mužů bylo z toho 85 a žen 31. 45 lidí svůj pokus o ukončení života přežilo. Nejčastějším způsobem sebevraždy je oběšení, dále skok z okna a otrava léky. Tolik tisková zpráva.

Oranžová koule už olizuje obzor a moje úzkost trochu polevuje. Dýchám zhluboka jako při porodu a vydávám napětí na prsou. Hurá, je to o něco lepší. Další den za mnou. Po kraji silnice zahlédnu pomníček a ihned mi závist zaplaví duši. Ten se má, už nemusí bojovat s nikým, křičí uvnitř duše a já marně zkouším vše vymazat. Tak už se s tím smiř, Martino! Asi se s tím víc dělat nemůže.

Za dobu své nemoci jsem poznala spoustu skvělých lidí a taky jsem se s nimi moc nasmála, ale i naplakala. Naučila jsem se nebát se někoho obejmout a projevit svoje pocity, i když to bude vypadat jako moje slabost. Už dokážu říci – na to si netroufám. Naučila jsem se hodně, ale kdybych si mohla vybrat mezi nyní zaléčenou nemocí a zdravou nevědomostí, tak sáhnu po tom druhém. Protože mé vcítění se do pocitů jiných sebevrahů je vykoupenu tak silnými vlastními prožitky, že až mrazí. Děkuji všem, co mi s mojí výpovědí pomohli a dali tak tomuto dílu smysl.

„Ty to uděláš znova!“, upřela na mne Jana své hnědé pichlavé oči. Prej je to na mě vidět. Byl to můj první pobyt na uzavřeném oddělení psychiatrie. Děs! Vůbec jsem nic nechápala a zoufale se usmívala kolem sebe, doufajíc, že můj úsměv zažene to trvalé zoufalství, který si mi ustlalo na prsou a evidentně se mu tam líbilo.

Už je to skoro dvanáct let, ale dobře si vzpomínám na veselou Ivetu, která na mne při mém příjmu hlasitě volala a s kytarou seděla v jídelně jako tremp u táboráku. Tady se ti bude líbit – pohladila mne mamí po hlavě a s očima plnými slzí zmizela za zamčenými dveřmi.

Já chci umřít! Má bolavá duše volala, že už nemůže a touží po vysvobození. A to jsem měla doma čerstvě narozeného chlapečka Kubu, sedmiletou Pavlínku a desetiletého Járu. Vůbec jsem ničemu nerozuměla, co se se mnou děje. Vždyť jsem přece chtěla zachránit manželství a ztvrdit jeho pevnost splněním manželova přání mít třetí dítě. Za to jsem sobecky očekávala lásku a oddanost. Proč člověk pravidelně miluje ty nesprávné lidi, to ví Bůh. Mě se to povedlo dokonale a až teď mi to začalo docházet.

Iveta druhý den už nezpívala a ani nehrála. Dokonce nevycházela z pokoje. S tou je to blbý – šuškal se po chodbě. Má ty maniodepresivní stavy, víš? Aha... To už jsem někde slyšela... Už vím, to má moje teta Blanka. Ta teta, kterou jsem viděla pouze párkrát a sloužila u nás doma za strašáka. O duševních chorobách se doma nemluvilo. Nikde se o nich nemluvilo. A o čem se nemluví, tak to není, chápeš? Nádherná teorie!

Z uzavřeného oddělení mne přendali na otevřené. Tady byli lidi už živější a každé dopoledne jsme měli skupinovou terapii. Seděli jsme na židlích v kruhu a někde mezi námi sedávala naše lékařka. Ta mírně vstupovala do našich monologů a vlídně i důrazně usměrňovala naše emoce. Čas utíkal, já jezdila na odpoledne domů, tzv. na zkoušku. Bylo mi blbě, ale snažila jsem se předstírat, že už je mi dobře. Moc mi to ale nevěřili.

Přežila jsem i Štědrý den, držela v náruči tu moji drobtinu a místo štěstí jsem cítila prázdno a chlad. Nejhorší to bylo s tím malým. Chovala jsem ho v náruči, a kdybych držela cihlu, měla bych pocit stejný. Já, která jsem „lezla“ do kočárků a zakecala se s každým človíčkem. Co to je? Co to se mnou je?

Prý těžká deprese.

Jednoho dne za mnou také přišla psycholožka. Měla spoustu tiskopisů a já to vyplňovala, aby se jí to líbilo. Abych byla ta hodná Martinka ze školy, co to napíše správně, a paní učitelka jí pohladí a pochválí. Nádherně jsem vyličila mé manželství a o manželových záletech s mými kamarádkami jsem mlčela. O čem se nemluví, to přece není. Chápeš, ne?

A tak jsem mlčela o svém rodově zakódovaném nočním pomočování, které mne ničilo do puberty, a noc i probuzení jsem nenáviděla a nenávidím dosud.

Hlasitě jsem mlčela o starém vyschlém strýci, který mne nejdřív chválil, a pak si s mými ručkami na jeho přirození dělal radost. Pach jeho opileckého dechu a zažraná špína za znetvořenými nehty mi i po těch letech nahání strach a pocit nečistoty a špatnosti bere s sebou...

Venku je tma a já sama sedím v obýváku. Náš dům šel spát a odvedle se line hlahol hlasů mnoha lidí. Co chvíli mnou projede bezbřehá úzkost a strach. Nevím, co s tím, a marně se snažím si na to zvyknout. Věř mi, že na tělesnou bolest se zvyká daleko líp. Kolikrát mám pocit, že duše se u mě zvětšila do obřích rozměrů a stále se rozpíná jako vesmír. Toužím se stát vědcem, který rozluští chybné dráhy duševních nemocí a svým objevem uleví milionům lidí. Ano, máš pravdu, už bych měla být moudřejší. Od mého prvního pobytu na psychiatrii už

uplynulo dlouhých dvanáct let a díky novému propuknutí nemoci jsem prošla hned třemi nemocnicemi v posledních dvou letech. Je to tak – mám hodně zkušeností, ale žádné řešení. Když jsem se kamarádce Zuzce svěřila se svojí touhou napsat drobnou knížku o trampotách sebevraha, tak chvilku zpozorněla, a pak rozumně podotkla něco o trochu optimistickém závěru mého díla. Asi něco jako že život je bezva a je blbost si ho brát, a ještě k tomu sama.

Za sebe bych taky moc ráda dala mému psanému projevu tento oduševnělý výraz, ale protože jsem si zakázala lhát, tak to asi takhle snadný nebude. Aby sis nemyslel, že jsem nebojovala, tak to ne! Zkusila jsem kineziologa, polohypnózu, regresi i Bachovy kapky. Zkusila jsem si pozvolna vysadit antidepresiva – což lékaři zásadně odmítají a asi právem.

Před dvanácti lety, po šesti týdnech hospitalizace a úžasném znovuzrození sebevědomí, vůbec netuším, kde se vzalo, jsem ty léky prostě nenápadně ubrala až k nule. Tenkrát to vyšlo a já se zvládla rozvést a najít si bezvadného partnera a žít jako ostatní. Jednou líp a jednou hůř. Celých deset let jsem takhle plula a netušila, že pode mnou je tenká vrstvička země a pod ní bublá a roste sopka. V ní plavaly všechny mé prohry a neúspěch a trápení a narůstaly do obludných rozměrů.

A já chodila do práce a těšila se z dětí a nadávala na počasí a ceny ropy a politiku vůbec. To, že se mi pomalinku přestane chtít žít, by mne ve snu nenapadlo.

Kdy nastala ta chvíle? Vidiš, na to se mě ptal každý, očekáváje jako u infarktu nebo zlomené nohy, že si řekneš jednoho odpoledne – „Už je tu ta těžká deprese, ale nevezmu si provaz a nepůjdu k lesu, protože nechci žít, kdepak...Půjdu já raděj do nemocnice na psychiatrii, tam mne dají dohromady.“ To je pochopitelně blbina.

Tyhle duševní nemoci se plíží za tvými zády a čím dál víc ti ubírají síly, až ti ovládnou celou duši, a tam se roztahujou ostošest. Mokrát jsme se na stacionáři ptali psychologa: „Proč nám tělo neřeklo dřív, že jsme nemocní?“. Vlídny terapeut s klidným úsměvem řekl: „Ale vždyť vám to tělo dávalo vědět, tělo je moudré, ale vy jste si toho nevšimli“, a měl pravdu.

Začínalo to opravdu nenápadně. Můj přítel začal mít problémy s vysokým tlakem a poprvé byl víc nemocný. Znáš to, chlapi a nemoci, holt jste opravdu méně odolní. No a já nasadila masku veselé partnerky a tvrdila, že to bude dobrý a tak dál. Jenže se mi zvrtila noha, a já s ortézou hopkala po divadle, kde jsem už přes dvacet let dámskou garderobierkou, a tam se zubila na „své“ herečky, které přece chci opečovávat pouze já, ne! Do toho přišla horší rána. Příteli našli velký zhoubný tumor uprostřed ledviny a následovala operace. Co dělají ti zdraví okolo nemocného? Snaží se ho utěšit a rozveselit, vid'? Já byla pyšná, jak to Honza zvládá a to, že jsem nemohla brečet, to jsem přisuzovala své silné vůli. Přece před lidmi nebudu brečet, aby se rozrušil. Zpětně si uvědomuju, že už tohle byl nepřírozený stav. Zrychleně jsem mluvila, jednala. Běhala jsem sem tam, jako bych to vše potřebovala stihnout dřív. Operace se zdařila, Honza byl doma, ale mé napětí neustoupilo ani s nejlepší m výsledkem z histologie. Nádor neměl metastázi, a tak další léčba není nutná. Hurá, hurá, hurá! Jenže tu byla další operace. Pro změnu drobná gynekologická operace mojí maminky a brzy po tom opět rakovinou označená diagnóza u mého nevlastního otce.

Protože žiji s rodiči v jednom domě, tak k nim mám asi blíž, než je možná normální. Nevím. Soužití tu občas je pochopitelně složité, ale ani největší hádka by nepřehlušila velký strach a začínající paniky z dalších událostí. Honza byl v Mariánských lázních na léčení a já v noci nespala a hlavou mi probíhaly myšlenky o zbytečnosti a marnosti života. Abych svou mysl trochu oblbla, zkusila jsem trochu vína, ale moc to nepomáhalo. Zmáhalo mne vše, co dřív bylo běžné a snadné. Začala jsem víc a víc zapomínat a připadala jsem si neschopná. V autě, cestou zpět z návštěvy Honzy v lázních, jsme poprvé pomyslela na smrt a tělem mi projela úleva.

Podvědomě jsem se snažila vypadat a chovat se jako dřív, ale moc mne to unavovalo. Čím dál tím víc. Vůbec jsem netušila, že za to může choroba, a tak jsem na pomyslném víru na lidské dno klouzala hloub a hloub.

Zřejmě už na mém chování bylo něco vidět, protože na naléhání mojí mamí mne Honza odvezl na psychiatrii. Bylo to ve vojenské nemocnici a já tam nechtěla říct pravdu a svých pocitech a nalhala jsem, že je mi jenom trochu špatně. S krabičkami léků jsme se vrátili domů. Byla jsem příšerně vyčerpaná, protože můj mozek jel na stotisíc obrátek a stále stejnou písničku. Jsi hrozná, děsná, nedokážeš se postarat ani o sebe. A to sis kdysi říkala, že se o své rodiče postaráš. A teď se oni nemocní starají o tebe. Hnus! Děti tu máš a vůbec se je nezasloužíš. Stejně ti je vezmou. Policie si pro tebe přijde, protože se o ně nestaráš.

Ve dne a v noci, pořád mne autoritativní mozek mllel tohle všechno dokola a moje malá dušička, zatlačená do kouta, prosila o pomoc Boha. Jak rafinovaně mysl funguje, to vlastně vůbec nevíme, ale já si vzpomněla na všechny lidi, kterým jsem ublížila. A ty jsem v duchu odprošovala. Já snad odprošovala i toho vyschlého strejdu, co mne osahával, že si asi za to můžu sama. Nejsem věřící, ale kolik otčenášů jsem odříkala, kdo ví. Prostě jsem se chytala všeho.

Kapitola třetí

A je to tady. To jsem měla pořád pocit, že na invalidního důchodce - mám plnou invalidku necelý měsíc - vypadám moc zdravě, a je to tu.

Blbla jsem s dětma v kuchyni a nechala se vyhecovat k přelézání překážky z dceřinných nohou. Byla dost vysoko, noha se mi smekla, já sebou flákla na zem jak dlouhá, tak široká. To jsme se ještě smáli, ale jak jsem hnula levou nohou, děsně to zabořilo. Tak a teď mám hezkou modrou ortézu, nataženou šlachu a půjčené francouzské hole. Už vypadám jako kripl, ale rozhodně ne na hlavu. Co je ale nejvíc zajímavý, ta konfrontace tělesné bolesti s tou duševní. Ta druhá je neskonale horší. To mi věř!

Díky ní jsem mezi odprošováním mrtvých i živých a zdrávasy běhala po baráku (před dvěma lety) a zcela ovlivněna nemocí se pokoušela zemřít. A opravdu jsem nedokázala kvůli někomu žít. Já věděla, že mám spoustu lidí, co mě mají rádi, jenže jsem v sobě cítila na hrudi tíhu viny. Viny za ty strašné myšlenky, viny za všechno, co jsem jim chtěla dát a nedala. Viny za to, že oni se nemají starat o mě, ale přec já o ně. To jsem si kdysi zvolila já za cíl mé existence. A teď bylo všechno pryč. Můj nemocný mozek tápal ve vzpomínkách. Věděla jsem, že můj praděda se otrávil svítiplynem. Tady v našem domě, když jsem byla malá. A díky němu skoro zemřeli moji prarodiče. No jo, jenže plyn je už zemní, a tak tenhle způsob nezvolím. Moje teta Blanka, sestra mého otce, asi před pěti lety skočila z okna. Úspěšně. Tenhle způsob se mi líbil. Nešlo mi ani o to zemřít, ale už konečně vypnout mozek, nebo ho ztlumit. Z mé kdysi mírné duše létaly cáry a hlavou se ozývala pořád stejně obehnaná poškrábaná deska a volala zlým hlasem – jsi špatná, vypočítavá mrcha a už to nikdy nespravíš. Všichni tě odsoudí a nikdo se na tebe nepodívá. Tvé děti tě odvrhnou a nakonec tě zavřou a ani ve vězení se s tebou nebude nikdo bavit. Zůstaneš sama!!!

Sama už jsem byla. Tehdy, když jsem dlouhé tlusté hřebíky dala do velké zásuvky třífázového proudu, doufajíc, že už ten prokletý mozek vypne.

Sama jsem stála na okně šestého patra. To, že jsem neskočila není díky tomu, že mi náhle něco blesklo hlavou o dětech a těch ostatních, nebo že jsem se bála bolesti. Kdepak, pořád dole chodili lidi, a já na ně nechtěla spadnout.

Možná mám nějakého anděla strážného a ten mi nedovoloval zemřít. Děti mi tenkrát odjely na čtyřdenní výlet, já měla divadelní prázdniny, venku bylo krásně, ale ke mně se nic hezkého už dlouho nedostalo. Byla jsem obklopená silnou zdí, a ač jsem se snažila dělat jakoby nic, asi mi to už nešlo, a rodina se začala tvářit jinak než dřív.

Jasně, ptáš se, proč jsem nic neřekla? Já asi věděla, že jsem zralá na nemocnici, ale nevěřila jsem, že by mi někdo pomohl. Prostě jsem na to byla úplně sama. Sama s ránou v hrudi.

Ty prášky, co jsem spolykala, byly na spaní a opravdu mi na chvílku ulevily. Bohužel pouze na chvílku. Probudila jsem se na bílé nemocniční posteli, hlava mne bolela, ruku jsem měla modrou od kapačky a vůbec jsem nevěděla, jestli je den nebo noc. Všechno bylo jako v mlze. Za mnou sem chodili moji nejbližší a já jsem je ani nevnímala. Brzy se ale rozjasnilo a skutečnost byla obludnější než předtím. Mojí známí mě nechávali pozdravovat po sestřích, i čokolády posílali, a já se cítila jako nejhorší vyvrhel na světě i přilehlém vesmíru. Cítila jsem zlé pohledy sester i pacientů a na jejich čelech jsem četla výčitku – jak mne může mít vůbec někdo rád, když jsem chtěla umřít, a že zneužívám jejich lásky a taky na to doplatím. Nikdo mne už nebude mít rád. Navenek jsem ale nasadila úsměv a s tím kamenným ksichtem jsem chodila po našem uzavřeném oddělení. Má slovní zásoba byla mizivá, ale na dotazy, s čím tady jsem, má odpověď zněla – deprese, víc ani slovo.

Každý den měl asi tisíc hodin a noc ještě víc. Ve dne jsem jako opička dělala to, co ostatní. V šest nás docela rázně vzbudili, a protože jsem mnohdy vůbec nespala, bylo to kruté. Vyskočit jakoby nic, ustlat si postel, to totiž zdravě dělá, snídaně, pak ranní komunita. Všichni pacienti ve větší místnosti seděli do kruhu a lékaři proti nim. Má paměť byla na bodu mrazu a jméno své ošetřující lékařky jsem měla celou dobu napsané na papírku v šuplíku. Vůbec jsem si ho nebyla schopná zapamatovat. Ostatní pacienti si četli i knížky, holky si malovaly oči a fénovaly vlasy. Já myslela na to, jak nedokážu žít a neumím se zabít. Tyto myšlenky jsem opět dovedně schovala uvnitř duše, a s přiblblým úsměvem mluvila se svojí lékařkou, že se mi dělá líp a někdy malinko hůř, ale že to jako docela jde. Totéž jsem při psychologických testech tvrdila psycholožce a vůbec jsem jí nedala šanci do mě nahlédnout. Já to nedokázala.

Venku létaly vrtulníky první pomoci a já zoufale záviděla všem zraněným, co jim osud dovolil zemřít. Zemřít a už nic necítit, zemřít a pro pozůstalé být obětí nehody. Ne sebevraždy. Jak já jim moc záviděla.

Utíkaly dny, lidi se tu měnili a já se v nich vůbec nevyznala. To mne šíleně deptalo. Asi náhodní policisté, kteří se objevili na oddělení, mne usvědčili o tom, že pouze čekají na to, až mne pustí, aby si na mne pak počkali a vzali mi děti, protože matka sebevrah se o své děti postarat nesmí. A tak jsem ještě víc přitvrdila ve svém doslova hereckém projevu skoro normální pacientky.

V hloubi duše jsem ale neskonale toužila po obětí a pochopení. I když mne Honza objal při návštěvách, a také děti i mami, tak jako by mezi nimi a mnou byla tlustá skleněná stěna a já tak nemohla cítit tu jejich lásku a sílu.

Kapitola čtvrtá

Venku zpívají ptáci a slunce se dotýká jemně květů a laská se jejich krásou. Já sedím s nohou v ortéze nahoře a promítám si, co mi už zase ta moje kamarádka-příbuzná řekla, že se mě to znovu velmi dotklo. Líčila jsem jí, jak jsem byla v divadle vrátit klíče. To bylo poslední hmatatelné pouto, které mi tam po 24 letech zbylo. Dlouho jsem odkládala tuhle zdánlivou hloupost. Ale já jsem stále propojená s tím neuchopitelným kouzlem zvaným divadlo. A pokud to opravdu cítíš, je jedno, jestli jsi na jevišti nebo za jevištěm. Osudy postav na prknech světa mne unášely do jiných sfér a dovoľovaly mi chvílku uniknout od normálního života, kterému jsem moc nerozuměla.

A tak jsem tam vstoupila po dlouhé době a šla jsem se oficiálně rozloučit. Můj neovládnutelný třes těla naštěstí brzy přestal a já jako čerstvá invalidní důchodkyně měla náruč plnou dvou obrovských kytek od šéfa i od mých kolegyň. Udělali mi velkou radost a pak jsem s kytkama najednou byla už v trolejbusu a jela domů. To, že jsem vydržela až do konce představení a dokonce si naposled „oblékla“ svoje „herečky“ byl úplný zázrak. Myslím, že

moje terapeutka Marie by ze mne měla radost. Já jsem to zvládla! Ono vlastně o nic nešlo, ale rozumově úzkosti nepřekonáš. Fakt ne. To před rokem to bylo horší.

Původně to vypadalo slibně. Ovlivněna hlasem lidu, že blbnu z našeho baráku a že v práci přijdu na jiné myšlenky, jsem to zkusila. Šla jsem do práce. Abys věděl, co moje práce garderobiérky obnáší, tak věz, že se stará o veškeré oblečení a obutí jak těla, tak i hlavy herců i hereček. Prostě pere, žehlí a pak to v daných chvílích pomáhá obléci na těla herců, protože je to mnohdy dost komplikovaný. Tahle práce mne bavila a to, že jsem zvládala složitý generální zkoušky dovést do klidných repríz i svojí maličkostí, mne moc těšilo. Od své sestřenice, bráchy i švagrové jsem vlastně dlouhou dobu poslouchala příběhy lidí, kteří jsou na tom hůř. A nemají depresi – to pak dodávali, aby zdůraznili, že já vlastně nemám důvod něco podobného mít. A tak i já jsem sledovala televizní pořady o holocaustu a lidech, kteří to přežili a optimisticky se tvářili do kamery. Ani vyhladovělí a žízni zbědovaní Afričané neřeší svojí situaci smrtí vlastní rukou a poměrně v klidu čekají na vysvobození od Boha.

Já jsem jistě věděla, že bych to řešila jinak. Antidepresiva, která mi paní doktorka psala, jsem si pozvolna snížila a nakonec mi zůstal pouze jeden lék, po kterém se mi dobře spalo. Moje mamí si zlomila ruku v krčku přesně v té době, co jsem začala pracovat. A já najednou zvládala zase všechno a do deníčku jsem si napsala: „Děkuju ti Bože, že už jsem zase v pořádku. Už to nechci, prosím, znovu zažít!!!“. Plíživě se má – na chvilku shozená – deprese přibližovala za mými zády. Nic jsem netušila a zdárně řešila problémy doma i v práci a radovala se z nově nabytých schopností. Celá rodina si oddychla a ukolébávala se tím, že minule se mi to vrátilo po 10 letech, tak to máme vyhráno. Jezdila jsem do práce trolejbusem a netušila, že pocity beznaděje, zoufalství a zmaru, zase přivolají myšlenky na vlastní smrt.

Už jsem ti říkala, že jsem utekla z nemocnice? Já, která jsem nikdy nechodila za školu a lhala jen v nejnnutnějších případech? Je to tak. Stydím se za to, ale i za tohle může nemoc zvaná deprese.

Bylo to ještě v té první nemocnici. Pouštěli mne domů na víkend, abych si začala zvykat na domov. Brala jsem ty léky, co mi naordinovali, a tvrdila jsem všem, že je mi po nich dobře. Pravda to ale vůbec nebyla a já byla přesvědčená, že mi dávají placebo, aby zjistili, že mi musí vzít ty děti, protože jsem normální hyena. Když rodina usnula, unavená ze všeho toho běhání za mnou i za dědou do nemocnice, tak nastal můj čas.

S litrovou lahví benzínu a sirkami jsem postávala za měsíčního svitu na dvoře a doufala, že budu mít stejné štěstí jako Palach. Má noční procházka k železniční trati vyděsila mou ubohou rodinu, a to, že nikdo nedostal infarkt, je asi zázrak. Zoufalství v jejich očích mě utvrdilo v tom, že je už nemůžu dál trápit a musím to skončit. V nemocnici byl takový systém, že pokud někoho pouštěli domů, tak musel zvládnout nakoupit ostatním pacientům z oddělení. Já se dobrovolně přihlásila k nákupu. Jenže jsem nebyla schopná zvládnout tenhle úkol. Pacienti měli hodně přání, různě peněz a prodavačky v krámech pultového typu byly dost nevrelé. A mě bylo hodně blbě a vůbec jsem nevěřila tomu, že mi bude někdy líp. Se mnou šel ještě nakupovat nějaký Petr. Vymluvila jsem se, že mi je blbě, takže ať to jde koupit sám a pak se pro mne vrátí. A pak jsem vzala roha.

Slunce mi svítlo do tváře, kolem mne chodili lidi do různých ordinací na vyšetření a všude byl běžný, obyčejný den. Jen já s duší příšerně bolavou prchala jak v americkém filmu směrem do kopce, kde se rýsovaly divoké keře. Tam jsem se schovala a dívala se, jestli za mnou neběží lapidušička se svěřací kazajkou. Dobrý, je čistej vzduch. Vůbec jsem nevěděla co dál. Nakonec jsem prošla spodní branou nemocnice a doufala, že mne srazí nějaký náklad'ák a rozdrtí můj zoufalý mozek na kaši. Nic. Nedokázala jsem vkročit do vozovky. Vždyť vůbec nevím, jak se to dělá? Tak jako mi nešlo skočit pod vlak, ani tenhle způsob smrti jsem nezvládla. Nic už nedokážu! Pomalou chůzí jsem došla až k Velkému Boleveckému rybníku. Bylo dopoledne a kolem rybníka se potulovali pouze pejskaři a nebo cyklisti. Srovnané věci jsem nechala na břehu a vstoupila do chladné vody. Spodní prádlo mě studilo na těle.

Pomalými jistými tempy jsem doplavala do míst hluboké vody. Když nikdo nešel okolo, tak jsem se zodpovědně potopila a nadechla se vody s důvěrou, že se mé plíce už nedokážou nadechnout. A bude konec. Konec mé příšerné obrovské bolesti, která trvá už moc dlouho a nedá se vydržet.

Bohužel ani na desátý pokus se plíce nepodvolily mé úpěnlivé prosbě a kuckáním vyhání nezvanou vodu ven.

Tak zase nic. Plavu nešťastná ke břehu a myslím na své milované děti a ostatní drahé, pro které už nedokážu být tou starou Martinou. Vůbec nevím, kdo jsem a kým budu. Mokré prádlo na mě pomalu usychá a za chvíli již nejsou vůbec vidět mé problémy s vodou. Oblékám si džíny a cestou k domovu mne nachází Honza, který mne zoufale hledá po celé Plzni. Stydím se. Co jsem to za člověka, když jim dělám tolik neštěstí? Zoufalá mamí mě doma objímá a říká, že už si myslela, že mne nikdy neuvidí. Je velmi blízko pravdě. Možná blíž, než si myslí. Sedím doma v kuchyni a musím slíbit, že se ještě do nemocnice vrátím. Trvám na odchodu v pátek. Je to za pět dní.

Na našem uzavřeném oddělení čas jakoby stál. Honza mne vrací zpět jako zaběhlou ovci. Lenka na pokoji užasle kroutí očima. Ty jsi fakt utekla? Ty? Ani jí není jasné, jak já, poslušná dívka, můžu udělat něco takového. Ze zadu chodby se ozve šepem: „Tyhle přece posílaj do Dobřan.....“ . Nejrady bych zalezla pod postel a zakryla si oči dlaněmi. Kradmé pohledy pacientů vnímám se sklopenýma očima. Proč jsem tak strašná! Netuším, že bych měla vše říci lékařce, a nevěřím už vůbec na to, že by mi mohlo být líp. Proč by mi taky mělo být líp. To si vůbec nezasloužím. Až noc kryje mou bídnou duši. Ostatní klidně spí, jen já hledím do tmy a doufám, že čas se zastaví jako v Šípkové Růžence a už nikdy nebude ráno.

Kapitola pátá

Slunečné odpoledne nás provází až do města. Jdeme s Honzou koupit nový foťák a já v minisukni po kamarádce belhám s ortézou a chvíli si připadám jako Saxana se sádrou na konci filmu. Můj Honza mne drží za ruku a jediné, co tu z filmu chybí, je hrneček s talířkem, kteří se mají moc rádi. Kolem nás proudí davy krásných a dokonalých mladých dívek. Sleduji některé z nich a závidím jim jejich zjevné sebevědomí. I když třeba to taky není tak, jak to vypadá. Ale přála bych jim jen to dobré.

Já byla v jejich věku obtloustlá brýlatá holka s neustále se mastícími vlasy a prsama po tatínkovi. Tenkrát nebyly pořádné antiperspiranty a pot na textiliích mi taky nezvedl sebevědomí. Ach jo. Jediné, co se mi dařilo, byla škola. Aspoň něco. Tak jsem tak trochu byla šprtna. V dívčím kolektivu jsem se cítila přirozeně, ale kluci mi naháněli hrůzu. Bála jsem se jich, protože se mi občas smáli a já netušila, jak se tomu mám bránit. Časem se mi podařilo na jejich narážky odseknout podobně tvrdým žertem a přitom polykat slzy, tajně, aby to nikdo neviděl.

Zdrávka ve Varech se mi líbila. Byla jsem na malém intru a velká rodina holek mi vyhovovala. Zařadila jsem se mezi ně a líbilo se mi někam patřit. Škola i praxe mi šla a asi jsem tehdy i trochu sebevědomí měla. Pro svůj vzhled ne, nemám se ráda asi odjakživa, ale pro své šikovné ruce. Byla to hezká doba. O to horší byl návrat zpět. Doma mi bylo houby platný, že mám dobrý maturitní vysvědčení. Nikam jsem nepatřila, alespoň mi to tak připadalo. Ne, že by mne naši neviděli rádi, ale i oni si za čtyři roky zvykli na život ve dvou.

Rok a půl jsem dojížděla do vzdáleného malého města za prací a trpěla, že nemůžu předvést zubní náhradu tak, jak mne to ve škole učili. Jak nebetyčně vzdálená je teorie od praxe, vid'?

Je po poledni, sobota odpočívá po vydatném obědě a já sedím u svého psychologa a něco povídám. Venku se zelenají keře černého bezu a já v malé místnůstce zase vzpomínám na své tři hospitalizace. Máš pravdu, že do špitálu jde člověk, až když to nezvládá doma. A tak to bylo přesně u mne.

V ten pátek, co jsem dostala slíbeno propuštění z první nemocnice, se taky tak stalo. Byla jsem doma a pokoušela se vůlí překonávat ty pocity nicoty a beznaděje. Ne vždy se mi to povedlo, ale stále jsem se snažila. Terapeutka Marie by na to řekla – Martino, Martino, ach ta vaše věčná snaha. Až se přestanete snažit, tak budete mít vyhráno. Chápu, že myslela, abych byla přirozená. Nevím, ani co to je. Ty moje masky slušné holky jsou přikované na mé tváři a vrývají se mi do masa. Po třech týdnech pobytu doma jsem se znovu psychicky zhoupla a vnutila se telefonicky k mé psychiatrice. Už jsem nedokázala tvrdit, že na vlastnoruční smrt nemyslím. Vlídna lékařka navrhla další špitál. A to vojenský. Další možnost byly Dobřany – psychiatrická léčebna s nevalnou pověstí, tam jsem tedy nechtěla, i když je to tam prý teď už velmi dobré. Vlastně jsem chtěla zase nemyslet. Myšlenky se mi v hlavě honily rychlostí blesku a kroužily kolem jedné věty – jsi zlá, zlá, zlá a nikdo už tě nikdy nebude mít rád!!!

To ráno byla zima. Vždyť už byl říjen. Zamávala jsem Honzovi a mami, nazula si pantofle a dveře se zase za mnou zaklaply. Dvoulůžák jsem sdílela s Evou. Prima holka se složitým osudem. Lehce závistivě sledovala každé odpoledne vždy někoho z rodiny, když mne bere ven na procházku. Ty se máš, prohlásila večer a mě se přitížilo. S výčitkou – co jsem to za hajzla, že všechny jen trápím, jsem uléhala i vstávala. Toužíc po splynutí s davem, jsem každý den usedala na kuřárně mezi kouřící pacienty a sama nekouříc, poslouchala velmi složité rozmluvy o Bibli a Bohu. Ó jak jsou oni chytrí a já tak tupá?! Má deprese se zvětšovala s dalšími podrobnostmi Starého zákona, o kterém jsem neměla ani páru. To jsou ti správní pacienti psychiatrického oddělení. Oduševnělí, citliví, kteří o smrti mluví pouze v souvislosti s Bohem a v životě by je nenapadlo sebrat na zemi rezavou žiletku a těšit se, že teď se to třeba už povede a s každou kapkou krve z mé mysli odteče i ta bolest a zoufalství, které si vláčím s sebou. Tři týdny utekly jako deset let a já jako ošklivé kačátko, kterému se nepodařilo propašovat mezi labutě, odcházela z další nemocnice.

Cestou domů mě doprovázely němé pohledy spolupacientů, kteří evidentně netušili, kam mě zařadit. To oni dokázali luštit křížovky i sudoku, sledovat televizi a taky třeba vyšívat. Jejich oči byly jasné a průzračné. Můj pohled byl prázdný a soustředit jsem se nedokázala ani na časopis, i když jsem do něj často zírала, abych imitovala čtení. Léčbu jsem měla trochu pozměněnou, něco z léků mi zvýšili, a tak jsem to hned paní doktorce pochválila, že je mi líp, aby měla radost. Taky jí přece přidělávám starosti, ne? Jo, jsem blbá, máš pravdu, ale já jí fakt chtěla udělat radost, chápeš?

Kapitola sedmá

Leduju si svůj natažený sval zmrzlou kukuřicí. Už mě to bolí míň, tak třeba se nebudu s ortézou belhat dlouho. To mne pak asi bude ještě čekat rehabilitace. Budu tam chodit s nohou a čelistním kloubem, který mi už léta vyskakuje a nechává mne zbrocenou potem, než pootevřenou hubu vrátím na původní místo. Jsem fakt hříčka přírody a skoro jsem se mohla živit ukazováním v cirkusu. Zvláště, když se mi před 22 lety narodilo donošené malilinkaté kilové miminko, tak jsem si připadala jako exot, který neumí ani porodit normální dítě. Rozumíš, normální, tříkilové dítě. Můj kredit u manželovy rodiny rapidně klesl. Nejenže nemám vysokou školu, ale ještě tohle. Kdo to kdy viděl.

Je už to mnoho let a dnes dospělý syn se nejen díky Vojtovým rehabilitačním cvikům

vypiplal do samostatné zdravé osobnosti. Ty pocity méněcennosti mi ale už zůstaly, ať dělám, co dělám. Ty bys chtěl být mladý? Já ani náhodou. Ledaže bych byla někdo jinej. Protože já se celý život snažila, aby mne měl někdo rád a pak za to měla ráda sebe. Takhle pitomou oklikou. Aby mě měli rádi rodiče, babi s dědou, bratřenci i sestřenice.

Když mi ten oslizlý strejda mírně opileckým hlasem tvrdil, že jsem hodná holčička, tak jsem se tetelila blahem. Takové uznání a vlastně za nic. Že ta cena bude hodně vysoká, jsem při sledování strýcova vyvrcholení opravdu netušila. Bylo mi něco kolem šesti let a mým rodičům nemohlo dojít, co je za tím mým odmítáním. Proč nechci odnést vedle tetě a strejdovi kus buchty, kterou babička upekla. Takhle si ji přeci vyměňovali už léta. Vůbec nevím, kolikrát jsem tam byla, ale jednoho dne to ustalo. A pak brzy strejda umřel. Byla jsem moc ráda a zároveň jsem se za tuhle radost styděla. S babičkou jsem se každý večer modlila – andělíčku můj strážníčku, a to je přece ošklivé, přát si něčí smrt. To jsem věděla, ale nemohla jsem si pomoci. Když mi babička řekla, že se strejda dostal do nebe (chuděra vůbec netušila o jeho spádech) a já že prý se tam taky dostanu, až umřu, to mne zaskočilo a zároveň zdrtilo, s tím jsem nepočítala. Jedno je ale jisté, že tenhle nepříjemný zážitek z dětství dokonale ovlivnil můj vztah k mužům a sexu vůbec. A sama nevím, jestli už jsem za vodou. Asi ne.

Kapitola osmá

Honza luxuje auto, aby v něm bylo jako v obýváku. Je na to pedant. Růže začínají kvést a mraky se honí po obloze. Udržují mne v napětí, jestli to prádlo zmokne nebo ne. Sousedovic kluci běhají po trávě v gumovkách, i když zatím je ještě sucho. Bývaly doby, že jsme na táboře trávili v gumovkách celý pobyt a tepláková souprava se mi na tři týdny stala nejlepší kamarádkou. Táta dělal ve Škodovce, a tak jsem výběr tábora měla jasný. Obří kolosy, kde se na obědy chodilo na etapy. Vždycky jsme bydleli v chatkách a já nejvíc nesnášela záchody na konci tábora. Mé problémy s dědičnou poruchou močových cest mne nutily navštěvovat onu boudičku hlavně v noci. Aby pak ráno nebyl průšvih, který se špatně skrývá před zdravými holkami, které vůbec netuší, že se někdo pořad může bát noci a probuzení. Vždycky jsem mezi dětmi chtěla něčím vyniknout, aby si mě všimli. Třeba taky kluci. Moc se mi to nedařilo, protože v běhu jsem se dusila, místo abych pádila jak gepard. Po tatínkovi jsem totiž nezdědila pouze prsa, ale i nešikovnost ve sportu. Bobříka odvahy jsem získávala taky pracně. Většinou jsem mírně bloudila a raději počkala na toho, koho vypustili po mně, a s ním pak došla až do cíle hry. Strach ze tmy mám celý život, ale v depresích se mi to rapidně zhoršilo. Jednou se mi ale přece jen povedlo zaujmout. Praštila mne do hlavy zavařovací sklenicí holka ze stejného oddílu. A tak jsem namísto orientačního běhu jela autem s hlavním vedoucím na chirurgii a zpět se vracela s kusem vyholené hlavy a uprostřed zářily tři stehy spojující krvavou ránu. Tak a byla jsem slavná. Každý se chtěl podívat na ten zázrak.

Kapitola devátá

Je sobota večer a neděle už už klepe na dveře. Americký film na Nově bojuje s nadpřirozenými zlosyni a už je to tu zas. Kde se vzala, tu se vzala úzkost. Usadila se mi na prsou a tam se uvelebila. Důvod nemám, ale to je jí jedno. A nebo možná mám a nevím o tom. Kdoví?

Honza na gaučičku vedle mě pochrupuje a já mu najednou závidím. I tu jeho vyoperovanou rakovinu. Nepřítele, která má jasné rozměry, a když se včas a správně vyoperuje, tak není. A nebo je, a pak se taky stát, že tomu člověk podlehne. Lidé pak soustrastně řeknou: „Víte, on to měl rozlezlé po celém těle“. A teď mi řekni, jak si mám

představit tuhle podivnou depresi? Kde sídlí? V hlavě? Na prsou? Tlačí tě na plíce a nutí je dýchat tak potichu, že chvílemi zadoufáš, že tohle by mohl být ten konec. Terapeutka Marie se na mne několikrát obořila, proč pořád chci jít na nějaké testy. Psychologické či psychiatrické, nejlépe obojí. Nějak se mi nedařilo jí to vysvětlit a možná, že to ani tobě nedokážu objasnit. Stejně to ale zkusím.

Ve své naivitě jsem si myslela, že psychiatrie už testovací schopnosti na různé duševní nemoci má. No a když pak zjistíš kam, do kterého šuplíku patříš, tak ti naordinuje ten správný lék, a je vyhráno. Neurony v mozku se ti srovnají do latě a pohazující si nad hlavou žlutými míčky serotoninu zvolají radostně: „Díky, díky, teď je nám konečně dobře, hurá“.

Postůj člověče a poslyš. Takhle to vůbec nejde. Prostě testovací látky typu co zahubí zánět a la Fleming, ještě nevynalezli. Co děláte vy vědci, zalezlí v laboratořích? Prosím zkoumejte! Je nás totiž čím dál víc. Nás ztroskotanců zaplétajících se do tenké, ale ocelově pevně pavučiny deprese. Prosím! Prosím!

Kapitola desátá

Odpoledne jsme jeli s Honzou za známými. Mají baráček v malé obci těsně pod lesem. Projížděli jsme silnicí uprostřed smíšeného lesa. Zelené listy stromů osychaly z kapek deště, slunce probleskovalo mezi kmeny a mne zase znovu naskočila ta stejná myšlenka o marnosti života a snažení se být.

Před těmi dvěma lety byly tyhle myšlenky daleko silnější a já si musela představovat, jak se schovám pod velký keř a že jich je docela dost, takový ten, co má větve až k zemi. Ano, tak tam zalezu, vyndám z kapsy břitvu, a než mne najdou, tak konečně za mne vyjde ten ďábel, jak ho inkvizice trefně nazvala. Jako schovávačku smrti jsem měla připravenou i malou jeskyňku u toho mého velkého rybníka. Byla jsem v ní dvakrát. Jednou těsně po tom, co se mi utopit nezdařilo, a podruhé mezi dvěma nemocnicemi, když jsem byla zrovna doma. Nebylo tam moc útulno, ale doufala jsem, že „to“ nebude trvat dlouho.

Návštěva u známých probíhala v milém duchu. Dostali jsme kafe a dortík a řeč se stočila na mně a že dobře vypadám. Mělo by mne to asi těšit, tyhle poklony, ale jedno mne na nich štve. To automatické spojení vzhledu a zdraví. Kdo proboha přišel na to, že ten, co je zdravý, musí dobře vypadat a naopak? Moje mamí skoro celý život vypadala dobře, a přitom má od mládí spousty chorob. Víš, že bych chtěla vypadat tak, jak mi je? To by byla nádhera. Mokrát jsem tohle probírala na skupině s terapeutkou Marií, protože jsou to věci, které neumím řešit. Další z nich je už tady probíraná nelogičnost spojení – když ti řeknu o někom, komu je hůř, tak chci, aby ti bylo líp. Jasně, je to moc komplikovaný. Ale kdyby to takhle fungovalo, jsme všichni v pohodě. Abraka dabranka fuč!

Má masérka Anna, báječná ženská a tak trochu čarodějnice, mi moc chtěla pomoci a zkusila se mnou tzv. regresi. Ležela jsem na lehátku a měla říct jeden problém, který mne životně trápí. Vyhrkla jsem, že si furt připadám jako blbec (moje mamí by doplnila – blbec z milosti trpěnej). Anna se zasmála a řekla, tak na tomhle to postavit neumím. Zkus něco jinýho!

Poprvé tady jsem vyslovila to slovo – samota. Teď jsem tu ležela na bílém prostěradle a vzpomínej děvče, vzpomínej. Minuty utíkaly a najednou tu po časové ose běželo několik Martin a každá z nich byla jinde a jindy sama.

Byla tu sama ta Martina, co mnohdy do rána čekala na svého muže a zároveň se o něj příšerně bála, ale taky měla vztek, proč jí to dělá.

Taky tu byla ta Martina, co ji nechali stát samotnou na náměstí, před radnicí se slovy, teď se fotí pouze rodina a svědci. A její muž odešel za matkou a i sestrou nevěstou a ani se na ni nepodíval. Ona tam bezradně stála a dokola si říkala to samé – jak to, že nejsem rodina,

když máme už dvě děti.

Byla tu i vyděšená Martina, která sama uprostřed spící porodnice šla temnou chodbou a zaťukala na prosklené dveře a skoro šepetem řekla: „Asi budu rodit“, a bála se, že to bude pravda. Za sedm hodin ležela už úplně sama bez svého kilového miminka a naslouchala lékařce, že 11 dní je kritických, a že se uvidí. Ležela tam obrovsky sama a moc se bála, že miminko umře, a on ji opustí, když není schopná rodit normální děti.

A co ta Martina, která uprostřed obřího tábora a taky uprostřed noci netuší, co má udělat s mokrým prostěradlem, kdy je ve věku už značně odrostlém plenám.

I tahle hodně malá Martinka tu sama stojí, ve staré kuchyni s kredencem a mycákem a bázlivě uhýbá špinavým rukám starého strýce. Pak v noci leží, na polštáři šustí její řasy a ona s očima otevřenýma hledí do tmy a netuší, že se má na vše zeptat rodičů. V mihotavém světle houpající se žárovky za oknem jí připadají vykrajované listy pokojové kytky jako dlouhé prsty čarodějnice, a tak násilím zavírá oči před strachem, aby ji alespoň ušetřil ve snu.

Masérka promluví, tak teď zkusíme nějaký ten minulý život. Kdyby to viděl Honza, tak si pošuká na čelo, protože on těmhle blbostem nevěří. Já jsem v tomhle na vážkách, a tak se pokouším vzpomínat. Dlouho se nic neděje, ale pak mám pocit, jako bych šla lesem. Nevidím to jako v kině, ale nějak cítím, že jsem starý muž, který má v jedné ruce těžkou sekyru a v druhé táhne otep dřeva. Jdu do kopce, klopytám o kořeny stromů a ztěžka dýchám. Před vrcholem kopce najednou ozáří temnou oblohu červené světlo. Běžím z kopce k mému domu. Je celý kamenný, jen střecha je dřevěná a právě hoří. Rozhlížím se kolem sebe a sekyra mi padá z ruky. Jsem tu úplně sám. Sám v celém lese, sám s domem, který mi už skoro shořel.... Bodejť bych se nebála samoty, vid'! Když jsem to povídala Pavlí, tak zlomyslně řekla:“Třeba jsi všechny vyhnala z toho domu a dobře ti tak!“. I tohle je možný, kdo ví?

Doma mne, po té regresi, nikdo moc nepochválil. Prej se moc rozrušuju a ať se přestanu babrat v minulosti. Že mi to škodí. To si nemyslím. Tolik let jsem zasklívala moje nezmary a kupila je na sebe jako matrace v pohádce Princezna na hrášku, a stejně jsou, i když o nich nemluvíš a v těžkých chvílích ten malilinkatej hrášek vyhopká na horní matraci a nedá pokoj, dokud ho nerozloupneš. A myslím, že nejsem jediná, co má těch hrášků víc.

Kapitola jedenáctá

Sedím na chirurgii na chodbě, která slouží jako čekárna. Je nás tu asi deset a každý z nás tu má nějaký problém. S ortézou jsem tu jediná a má modře pruhovaná noha trčí do dálky a překáží každému průchozímu. Ještě, že nemám dva metry. Mami šla se mnou z domova. Rozdělili jsme se v suterénu a ona odešla k obvodní doktorce. Dýchá se jí stejně blbě a fibrózu plic jen stěží zdolává. Nedokážu já pomoci jí a ona mně, a tak pajdáme, každá se svojí chorobou, po asfaltovém chodníku.

Prý optimistická povaha v životě všechno zdolává líp. Průzkumy americké statistické společnosti to alespoň tvrdí. Dlouho už přemýšlím o tom, co je to povaha a do jaké míry ji já sama mohu cíleně ovlivňovat. Pečlivým a letitým sledováním dění kolem sebe nacházím spíš povahovou danost než možnost aktivní trvalé změny. Vezmu si jeden příklad za všechny. Už jsem ti určitě několikrát říkala o osobnostech mých bývalých příbuzných – mé tchýně a mého tchána. Já, husička hloupá, jsem se v 21 letech z lásky a touhy k někomu patřit, stala snachou. Těch třináct let manželství bylo pro mne prubířským kamenem. Najednou jsem si připadala jako mezi mimozemšťany a určitě jsem i já jim připadala divná. U nás poslední kousek buchy vždycky zplesnivěl a u nich na ty, co přišli dýl, už nezbylo. Heslo, kdo zaváhá, nežere, jsem viděla v praxi. A my zase příliš mysleli na druhé. Celých třináct let jsem se upřímně snažila přizpůsobit se, ale jestli to je povaha nebo něco jiného, nevím proč, ale nakonec jsem pokorně sklopila hlavu. Ani láskou zeď neprorazíš. To jediné, co fakticky můžeš udělat, je jít vo dům

dál. Ale navenek i v těch nejnapjatějších dobách jsem se usilovně snažila držet dekórum a hrát si na spokojenou rodinku. Mé herecké vlohy po mami a okoukané vzory z milovaného divadla brzy nesly ovoce. Nikdo mi nevěřil, když jsem se v chvilkové krizi přiznala, jak to mezi námi je, že nepřeháním. Vidíš, tak oskarová herečka jsem byla, že po rozvodu mi spousta známých řekla, že si mysleli, že ty mužovo kamarádky, dluhy a exekuce, mi ani moc nevadí. Asi jsem si měla zvolit jiné povolání.

Kapitola dvanáctá

Vlídna sestřička mne volá do ordinace. Milý lékař mi klinká nohou do stran a zároveň mi na šlapce sedí. Koleno se podivně vychyluje a přitom pořádně bolí. Lékař mi pohlédne do očí a pak se dozvídám, že šlacha není natržená, ale utržená. Na první pomoci se asi sekli. Ještě jedna vnitřní šlacha je zhmožděná. To teda jasně cítím. Verdikt? Měsíc sádra a nešlapat na něj, a pak buď pouze rehabilitace a nebo operace a rehabilitace. Doufám, že se obejdu bez řezání. I když narkóza mne vždy těšila a krásně se po ní spalo. Mám modrou plastickou sádru na dluh. Stojí totiž 1.500,- korun a já měla s sebou pouze stovku. Lékař mi evidentně věří a to je hezký. No, vrátím mu to ve čtvrtek. Jsem teda ale opravdu šikulka, takhle se zranit v kuchyni.

Odpoledne sedím na zahradě s kamarádkou Soňou. Je to spolužačka ze základky a zároveň fyzioterapeut. Dovedně mi na papír načrtne moje koleno a jeho defekt. A mám to černé na bílém. Koukám se po zahradě a nelogicky mi napadne, že by chtěla posekat, ale já to udělat nemůžu. Výčitka vzbudí úzkost, kterou se snažím přehrát radostným optimismem. Soňa mi uvěří, ale má úzkost nikoliv. Tůdle! A tak je se mnou jako siamské dvojče až do večera, ba přímo do noci.

Vzpomínám na moc prima kamaráda, kterého skoro z ničeho nic před 14 dny přepadla těžká deprese. Vzala mu zatím 8 kg a chuť pracovat a žít. Je to hodně těžký protivník, a tak se s ním moc těžko bojuje. A to je člověk – ten kamarád – co zvládal věci, které by ostatní vůbec nestíhali. A najednou šlus! Četla jsem nějaký výzkum, kde tvrdili, že v roce 2020 bude deprese druhá nejrozšířenější nemoc na světě. Rozhlédnu-li se kolem sebe, tak to může být klidně pravda. Proti HIV se můžeš bránit známou prevencí, ale jak se chovat, aby tě neslupla deprese, to si vůbec nedovedu představit. Snad naši vědci na něco přijdou nebo produktivita práce rapidně klesne a lidi budou mít hlavu v dlaních místo v továrně. Taky by mohli proti podpisu dát účinný jed člověku, kterýho z toho nejde vyléčit a je mu šíleně blbě už dlouho. Ušetřili by jeho trápení rodiny i peníze státu za léčebnu. Víím, tohle neslyšíš rád, jsou to kacírský řeči, ale něco na nich je.

Noc se už nachýlila a za okny na mne šahá beztvarými chapadly. Jediná hvězdička na obzoru zmizela v kupících se mracích, a tak rozšířila temnotu. S tísní a strachem na prsou jdu přemluvit spánek a nechat si zdát něco hezkýho.

Kapitola třináctá

Ráno, nesnáším ráno. Úplně každý ráno. V noci nic moc, každou chvíli jsem byla vzhůru, protože při otáčení na posteli mi překážela má dlouhá modrá sádrová noha. Touha rozlámat tuhý obal a skrčit nohu byla až bolestná. Musím si nějaký čásek ještě počkat. Jasně. Dvě štíhlé francouzky (myslím tím ty pitomé hole) mne dopraví do koupelny. Zírám na hnusnou osobu s mastnými rozčepýřenými vlasy a jsem to já. Tak teď vypadám přesně tak, jak se cítím. A do puntíku. To bys teda koukal. Nejradši bych zalezla zpět do postele a přetáhla si peřinu přes hlavu, abych na sebe neviděla. Řešení to ale není. I pod peřinou vnímáš tu nespravedlnost přírody, která mne vybavila nějak úplně blbě.

Fakt nenávidím rána a ani jedinkrát v životě jsem se neprobudila ráda a vyspaná. Asi to je taky nějaká úchyłka. Terapeutce Marii jsem jednou přirovnala svůj den k celému životu. Ráno se ztěžka rodím, prokoušu se polednem, odpoledne je s večerem docela dobrý a někdy i výborný a těsně před usnutím, unavená životem dne, doufám ve věčný klid a zároveň se bojím, že ráno přijde znova. Marie byla nadšená mým příměrem, ale to je tak asi všechno. Stejně jsem s tím sama a každý den tolik let. To nemohla mít moje mamí pouze bráču? Trochu jí to mám za zlé, že chtěla, abych se narodila. Ono je to taky těžký. Každý rok, co ti přibude na součtu let, od tebe společnost něco požaduje. V roce dítě má chodit a basta! V šesti letech jdeš do školy a v osmnácti jsi dospělý. Automaticky se počítá s tím, že když už ti narostly vousy, tak mozek taky dospěl. Ale je tohle pravda? Když jsem při zkoumání svého já v denním stacionáři v rámci terapií malovala různé obrázky, tak jsem moc chtěla přijít na to, kde je chyba. Má praktická polovina hlavy (prý ta pravá) doufala, že ukážeme-li si na chybu, půjde to jí opravit.

Ať už jsme malovali nádobu na duši, svůj strom, svůj dům a nebo něco jiného, vždy mě tam terapeutka Eva našla jako citlivé dítě, které moc nevyspělo a které touží někam patřit a být milováno.

To je bezvadný, tak mně už leta šediví vlasy, vrásky od smíchu mám kolem očí dost a dost, ale dítě ve mně nic starého nemá a umíněně stárnout nehodlá. Tak vážně nevím, co s tím. Jako bych zamrzla v některém roce a dost. Naše terapeutka Eva má taky duši dítěte. Když si máme na uvolnění pantomimicky házet třeba vajíčkem, tak to jí hozené se jí rozkřápe o obličej, a ona tak dokonale imituje stékání syrové hmoty, až to skoro vidíš. Je úžasná, že dokáže strhnout všechny a rázem si garderobiérka s manažerem, dělnicí i kuchařem hází ještě cihlou, míčem a polštářem. Řehtëáme se jako koně a chvilku zapomeneme na své úzkosti a zdeptaný duše. Pak na závěr dáváme autogenní tréning, zvaný autogen.

V leže na matracích posloucháme charismatický hlas pana Bartošky a necháváme se vtáhnout na imaginární louku a balon, do kterého záhy nastupujeme a naše problémy jsou menší a menší a menší. Návrat zpět po slovech: tři, dva, jedna je k vzteku. Místo kýženého uvolnění mám vždycky mrzutou náladu, proč už to skončilo. Neumím využít hezké pocity v imaginaci do normálního života. Prostě neumím.

Zajímavý bylo, když jsme si také při autogenním tréningu měli představovat zrození vesmíru, následný třesk a vznik zeměkoule a dál až ke vzniku života i člověka. Eva do působivé hudby klidným hlasem potichu líčila plavuně a přesličky. Došli jsme v iluzi až k pračlověku a pomalu se na počítání vraceli zpět. Pak jsme na rozdané čtvrtky nakreslili to, co nám podvědomí při poslechu nabídlo. Ani jeden z nás se nedostal k lidstvu a většina zůstala u života v moři. Drobná Hanka dokonce trčela u velkého třesku a emotivní já jí dál nechtělo pustit. Ptáš se, co to ale znamená? Naše nevědomí se nechtělo ztotožnit s člověkem, možná proto, že si s ním neví rady.

Před dvěma lety, když mi bylo blbě, ale nedokázala jsem to v plné míře dát najevo, jsem mluvila se svým bráchou. Je o šest let starší, byl pro mne vždy vlídná autorita, a když nafurt odešel ve svých osmnácti letech do Prahy, bylo to pro mne dost krutý. A tomuhle bráchovi jsem se snažila vysvětlit, že deprese taky znamená ztráta jistot. Asi jsem to neuměla vyjádřit jako teď, ale Pavel mi na to odpověděl: "Ségra, nic není jistý a jediná jistota je to, že nic není jistý." Mockerát už jsem o tomhle přemýšlela. Svým způsobem je to pravda, jenže když je člověk trochu v pohodě, tak tou nejistotou nějak proplouvá a vždycky najde řešení, ale když ti organizmus napadne duševní choroba, tak pro tebe je nadlidský úkol vyčistit si zuby, nebo se oblíct. Jak jsem byla nadšená, že dokážu umýt nádobí, to bys nevěřil. A to jsou pocity, které málokdo je schopen ti uvěřit. Natož chápat je.

Po tom, co jsem se vrátila z první nemocnice a před tím, než jsem šla zase do té druhé, jsem se snažila dělat část toho, co jsem dělala dřív. Doufala jsem, že při obyčejné domácí práci mi třeba kolečka v hlavě skočí do normálního nastavení, a já už budu mít trochu normální život. Toužené se nestalo, a tak jsem mezi chodem domácnosti zcela reálně myslela na smrt.

Jela jsem úplně nadoraz a když mluvím o smrti, tak vždycky myslím na konec myšlení, které bolelo jako obrovská hnisavá rána na hlavě i na hrudi.

Jak to provést nebylo jednoduché, protože cyankáli a arsén se vyskytují pouze v detektivkách. Pistoli jsem neměla a rachejtle, která by mohla nahradit kulku, se prodává až o vánocích.

Starý fén hozený do vany vyhodil pojistky a jedovatýho hada, a la Kleopatra ve zverimexu nevedou. Ani štíra. No fakt to není jednoduchý.

Jednou jsem šla koupit dopoledne maso do krámu a bylo mi zase blbě a najednou mi napadlo, že naproti stojící poliklinika má šest pater. I s tím masem v ruce v igelitce jsem vyšla ty patra a zalezla na záchod, který měl dvě velká okna. Zamknout jsem se nemohla, a tak musím dělat rychle. Položila jsem igelitku a otevřela otočné okno. Dole pod ním byl kus betonového chodníku, ale taky tráva. Podaří se mi skočit na ten beton? A srazit si vaz? Snad jo! Už jsem měla jednu nohu venku a odhodlávala se ke skoku, když na záchod vstoupil nějaký pán. Výraz tváře naznačoval překvapení a údiv. Bodeť ne? A mám po „srandě“. Rychle jsem sebrala maso a prchala k domovu, než mne ten pán někomu nahlásí a pofrčím do Dobřan. Tohle nemá řešení. Slyším dobře, že říkáš – na tohle musí být nějaké prášky jako rychlá pomoc! Třeba jsou, ale já jsem se s nimi nesetkala.

Když jsem někdy sebrala odvalu a přiznala se se svými destruktivními pokusy někomu známému, tak se většinou zhrozil a pak řekl – vždyť jsi na tom dobře, máš tu děti, Honzu, rodiče, proč chceš umřít? Jsou na tom lidi přece hůř! Většinou to ještě říkal víc nahlas, jako by měl dojem, že tohle nevím, protože neslyším. Když někdo dostane infarkt, tak pak mu taky neříkáme – copá to? Vždyť na tom nejsi tak špatně, abys dostal infarkt. Zní to jako blbina? No jasně, taky to je. Všichni, s kterými jsem se setkala, by měli radši čtyři infarkty než jednu depresi. A to nekecám. Kdyby sebevraždy páchali jenom ti z nejnuznějších, tak by bezdomovci nebyli, jejich krev by měla čas stékat pod mostem do řeky z podřezaných žil a město by ušetřilo za útulky.

Je ještě další způsob, který mne chorobně napadl a který se také nepovedl. No, kdyby jo, tak jsem v nebi sebevrahů a ne tady.

Můj nápad byl vždycky podložen smrtelnou zkušeností někoho z novin či okolí. To, že se někdy stane, že se člověk udusí po polknutí včely nebo vosy ve sladkém nápoji, to je všeobecně známý. Krk nateče a je to. Chudák, a má to za sebou. Když je to omylem, tak se prostě napiješ a je. Jenže chytat včelu, hodit jí do tekutiny a pak vypít, tak to teda jednoduchý není. Asi deset jich prošlo mým žaludečním traktem a nic, i když mi chvíli lezly v puse, což bylo hnusný. Takže obvyklé úsloví mnoha lidí -tak to se radši zabiju, bych teda chtěla vidět v praxi. To by koukali, jak je to složitý. Na ochozy kostelů dávají pletiva a nuselský most, kolébku a jistotu sebevrahů, oplechujou. Tak kam máme jít, my chudáci!

Vloni v létě jsem si nechala ukončit neschopnost, abych mohla jet s rodinou na zaplacenou dovolenou. Byly divadelní prázdniny, mně bylo furt blbě ale doufala jsem už asi po stý, že najednou nastane změna. Mozek se vzchopí a normálně naskočí. Sice už nenaskočil na víkendu na Liberecku, dokonce mi tam bylo ještě hůř a vědět, jak skočit z Ještědu, tak se válím v hloubi pod stříbrnou špičkou. Honzovi a Kubovi jsem ale tvrdila, že dobrý a viděla jsem na obou patrnou únavu z mé vleklé nemoci, se kterou byli i oni úplně bezradní. A tak jsem neukončila svůj život ani skokem do obří přehradě a o trochu zoufalejší se vracela domů.

Teď jsme pro změnu jeli k moři, na ostrov Krk. Minulý rok jsme tuto dovolenou rušili z důvodu Honzovy operace a letos jsem přece nemohla totéž udělat rodině kvůli tomu, že se chci zabít. Vždyť už mám tyhle pocity celý rok. Asi mám přece jenom silný organizmus, protože jsem s bolestí a zoufalstvím v hrudi, které kolísalo od velkého k trochu menšímu a naopak dokázala sbalit si věci a tvářit se tak trochu normálně. Doufala jsem, že tu mojí hru na skorozdravou zvládnou na jedničku. A bylo to přesně tak, jak jsem si předsevzala. Město Krk je nádherné starobylé a má obrovskou atmosféru. Každý den jsem ráno z posledních sil

vykouzlila na svém obličejí normální ksicht a s tím vydržela během dne u vody, i večer na procházce městem. Malinkatý okamžik mozek skutečně vypnul ty hrůzy, který mi tam namíchala deprese, a já byla zdravá.

Jakoby ze mne spadla obrovská tíha a já se vznášela nad starobyloou dlažbou. Zkrat a zamčená ve vězení vlastních výčitek z neschopnosti a vypočítavosti, byla jsem tu zpět a o to to bylo horší, že jsem před chvílí nahlédla za hradby vězení a nadýchala se klidu a svobody. Takhle jsme prožili celý týden. Večery jsme trávili ve městě a pak na balkoně, kde bylo sice vedro, ale občas vánek přinesl chladnější závan vzduchu. Balkon jsem si zvolila za svoji ložnici a vymluvila se, že mi je vevnitř moc horko.

Všichni už spali a já brečela na matraci schoulená do klubíčka. Slzy mi tekly po tváři, a kdyby chtěly spláchnout všechn ten můj žal a zoufalství, že nevím, jak dál a že budu muset tady skočit z balkonu na beton, abych už tolik netrpěla, tak bych klidně brečela pořád. Utéci v noci k moři a tam plavat dál a dál, to jsem nedokázala, protože jsem měla strach, jak by mne oni zoufalí hledali.

Už o tom melu docela dlouho, ale jestli jsem ti dokázala vysvětlit tu bolest duše, tak budu moc ráda. Je to, jako když tě bolí zub a ty jsi už snědl všechny léky, co znáš, a ono to neustává a ty ve dne cítíš bolest a v noci cítíš bolest a pak bys udělal fakt cokoli, abys tu bolest necítil.

Ještě jsem se jedenkrát pokusila v moři nadýchnout do vody, když se nikdo nedíval. Stačilo by mi hluboké bezvědomí. Třeba by pak mozek naběhl normálně. Nic, zase nic, kuckala jsem slanou vodu a plavala ke břehu. Osude, osude, už mě zkoušíš dlouho, a toho d'ábla z hlavy si vezmi. Mám ho plný zuby.

Polovina mne viděla to krásné moře, slunce, rozesmáté tváře. Byla to realistická polovina hlavy a ta, jakoby chtěla ještě víc naštvat tu emoční slabší sestru, a za sklem jí ukazovala, co by mohla mít, ale nemá. Možná se takhle pere mozek sám se sebou.

Myslím, že jsme to jako lidstvo přehnali. Moc jsme se přešlechtili a teď sklízíme plody své práce na rozoraném poli nemocí, které rychleji než plevel se množí a sílí, aby nás nakonec úplně udolaly. Kam zmizely naše pravěké instinkty a pudy, které zdravě tvořily osobnost Homo Sapiens. Skončily na smetišti civilizace, a skoro to tak vypadá, že pokud se k nim pokorně a s úctou nevrátíme, nezbyde nám nic, než ustrnout s pyšnou nohou nakročenou k vesmíru.

Kapitola čtrnáctá

Vedro, je vedro a není divu, když je červen. Náš skoro devadesátiletý barák zatím drží chládek, a tak se celá orosím, když na mne vedro dýchne z rozpáleného asfaltu. Moje umělou sádrou oblečená noha se potí a kapky potu se vpíjí do měkké bílé punčochy pod tvrdým obalem. Už jsem se trochu naučila chodit o francouzských holích, ale žádná sláva to není. Fyzickou bolest opravdu snáším líp, jak mi dneska řekla sestřenice, ano, to je pravda. A taky ti ji ostatně normálně věří. Je totiž vidět a náš velmi nedokonalý myšlenkový systém zná hlavně vizuální důkazy. S těmi si ví rady. Pokud nějakou chudinku bije manžel, tak modřiny jsou jasný důkaz, ale modřiny na duši denně zasazované s přesností mistra nevidí ani ti nejbližší. Když si pak v přetlaku bolesti postěžuješ, usadí tě slovy – jiní jsou na tom hůř...bla...bla...bla...Zmírní se snad moje bolest utrpením druhých?

Vzpomínám si, jak jsme na stacionáři několikrát probírali mé třináctileté manželství. Byla to pro mne srdeční záležitost, a tak se mi zasekla do duše, že chtě nechtě bolí dál a je úplně jedno, že rozumově to mám zmáknuté. A léta ubíhají. Čas všechno zhojí, ale nevymaže.

Když jsem těsně po rozvodu večer co večer ležela v manželské posteli, tak jsem brečela a říkala si – co jsi dokázala? Jsi sama s dětmi a to, že jsi byla v právu, ti smutek

nesníží. Zároveň jsem ale podvědomě tušila, že tohle je moje jediná možnost. Mé váhání nad třemi patry v porodnici už také patřily té vyčerpané duši, co chtěla jenom lásku a za všechny její dobrovolné oběti trochu něhy a objetí. Tenkrát to byl prosinec, já stála na tom okně, starém a oprýskaném, a v duši jsem měla příšernou bolest a zároveň děsivé prázdno. Stála jsem tam dlouho, byla noc, a až příchod mé spolubydlící, která náhodně nakoukla do koupelny, přeťal mou váhavost a přinutil mne k pohybu dolů. Slezla jsem z okna, nohy i ruce mne zábly od ledového větru a já s hlavou sklopenou šla do pokoje, kde spalo moje miminko. Miminko, které netušilo, že v srdci jeho maminky hlodá choroba a tam se roztahuje jako vetřelec, aby tam po sobě zanechala jenom neúrodnou poušť.

Kapitola patnáctá

Sraz po 25 letech od maturity, děsný, co? Náš plíživě se přibližující střední věk už dozrál na tohleto výročí.

Máme to v poměrně útulné hospůdce uprostřed města. Zpočátku to vypadalo, že se nás moc nesejde, ale 19 lidí z 24 je úctyhodný počet. Berle, sádru a invalidku tu mám jediná. To jsem tušila a je mi to fuk. Má bramborová medaile mi pomyslně visí na krku a společně s ní pozoruji svoje spolužačky a jednoho jediného spolužáka. Řeknu ti, že vypadáme dobře, fakt! Nevím, jak by na otázku věku a vzhledu reagovaly moje děti. Asi by reagovaly jako my v jejich letech, kdy už 25 letý jsme považovali za hodně blízké hrobníkově lopatě. Asi polovina lidí se živí vystudovaným oborem, takže v laborkách plíchtí za pracovními stoly umělé zuby do bezzubých úst. Ty ostatní se živí jako sestry u zubařského křesla, nebo mají trafikou či ekonomické a i jiné profese. Naše jediná vysokoškolačka Alice to dotáhla relativně nejdál. Řediteluje asi 60 ti lidem a vypadá to, že se s tím zdařile pere. Na byrokracii a liknavost si svorně stěžují všichni. Naše jediná emigrantka Věra srovnává české a německé způsoby práce a my s hubou otevřenou nasloucháme jejich anabázi v emigraci. Neumím si představit, že bych mluvila na dceru česky a ona mi odpovídala německy, ale znalost jazyků, na které mají mně chybějící buňky jim moc závidím. Kolik jazyků umíš, tolikrát jsi člověkem. – to zalká ten jediný človíček ve mně a zapochybuje nad výbornou známkou z ruštiny na maturitním vysvědčení. Byla jsem to já, nebo někdo jiný? Těžko říct.

Danin manžel Jirka přichází se svým obrovským foťákem, zvěčnit naše rozesmáté tváře a nadává na to, že se leskneme jako vodní hladina. Vzduchotechnika tu evidentně hapruje, a tak všichni společně zažíváme již se blížící přechodové návaly v praxi. Orosené jsme všechny, včetně Aleše, kterého se jako jediného přechod asi týkat nebude.

Tolik matonek už jsem dlouho nevypila. Záchod je tu až za dvaceti prudkými schody, kam mne vždy doprovodí některá ze spolužaček. Mohutně si tím posílím obě ruce a zdravou nohu. Než mi sundají sádru, tak budu jako kulturista. A zadarmo. Z toho nedostatku vzduchu už zíváme, a proto nás neskutečně překvapí svěží vzduch před lokálem. Kam teď? Hospoda končí a my jsme chytli druhý dech. Nakonec se skoro všichni rozprchnou do peřin a jen nás pět míří k nám domů pod pergolu. Konečně si užíváme vzduchu a ticha. Aleš s Věrou u nás měli připravené spaní, ale nakonec na ně vůbec nedošlo.

Prokecáme se do svítání, ptáci opravdu jako na povel spustí kolem půl čtvrtý svůj koncert, a tak zažívám jedno z mála rán, které si mi líbí a nevadí mi.

Jasně, díky tomu, že jsem neusnula, se nemůžu probudit a pak mít krizi ze stále se opakující existence světa. Teď ještě zamávat při loučení s odjíždějícími kamarády a snad nám vyjde se sejít v roce 2010. Vždyť to tak strašně utíká, pokud teda nemáš velký deprese a čas změní svůj rozměr na nekonečno.

Zemřel mi kamarád. Skočil pod vlak a já cítím vinu. Cítím vinu, že jsem to neuhlídala, když moc dobře vím, co to znamená. Ta strašná nemoc zabalená do obalu s názvem deprese. Velké těžké stavy měl 14 dní a čekal, až mu konečně léky zaberou. Nic se nedělo a slova lékařky, že musí vydržet, a to chce čas, ho neuspokojovaly stejně jako houfy jiných depresivců, kteří to slyšeli dávno před ním.

Z podnikavého a překotně věčně pracujícího kluka nemoc během chvílky udělala nerozhodného vyzáblého a nešťastného chlapce. Když se ti složí počítač, tak ti taky nepracuje a mozek je lidský počítač, takže jakékoli náhlé změny musí zákonitě poškodit celý organismus.

Mluvila jsem s ním skoro každý večer a jeho hlas v telefonu byl unavený a odevzdaný. Mozek mu prý pracoval na tisíc procent a neviditelná kladiva bušila jednotvárně buch, buch, buch. Kdo to má vydržet, když ani v noci nenastává úleva zvaná spánek. Pokud ti dá chvílku organismus naději, že už je líp, tak vzápětí přidá na intenzitě bolesti, jako když stavidlo rybníku praská pod silou vody a ta hrozivě hučí a smete z cesty vše pěkné a zdánlivě trvalé.

Jeli jsme s Honzou za Janou, vystrašení její krátkou zprávou na displeji mobilu. Můj život už skončil, jediný, co si přeju, je být co nejdřív s Petrem, to psala její bolavá duše. Našli jsme jí uprostřed jejich dvou dcer, které také nechápaly. Proč? Proč? Proč? Marti, řekni mi, proč to udělal? Proč jsem mu nedokázala pomoci? Proč mi nezavolal, když mu bylo nejhůř? Další proč se kupila na sebe jako pyramida. Jako by chtěla zamáčknot a definitivně zakrýt tu hrůzu, která se stala.

Asi já jediná, jsem v tom nádherném domě, který společně budovali, dokázala pochopit tu bolest, co tě jako ve snu láká odjet autem ke trati a tam ve správný okamžik ukončit to příšerné utrpení, kterému se nedokážeš ubránit. Tahle drobná Jana se ztrácela před očima, ohlušena bolestí svého srdce, jehož polovina zůstala ležet navždy na kolejkách.

Byla to právě ona, co se dozvěděla první o mém pokusu nebýt. Každého zajímalo, proč jsem se dostala do nemocnice, tenkrát před dvěma lety, a já naučeně odpovídala, že jsem sebou „švihla“, a tak mne musela odvést sanitka. Skoro celý rok to hnusný tajemství ve mně sedělo, a čím více lidem jsem o něm lhala, tím víc se zvětšovalo. Jako dobře prisáté klíště na teplé kůži.

V malé cukrárně uprostřed města, sluncem prozářené kapky vodotrysku, jsem sebrala odvahu a potichu přiznala mé činy, které za mne snad dělala ta nemoc, a tím mne paradoxně uvrhla do ještě větších pochybností o sobě samé. Bála jsem se, moc jsem se bála, že tahle drobná černovláska se zvedne od stolu a důrazně prohlásí, že se mnou skončila a že s někým, kdo se chce zabít a tím ublížit své rodině, už kamarádit nebude. Jana to vše pozorně vyslechla a občas se na něco zeptala. Sama si zažila své a i kvůli ní jsem měla o sobě špatný mínění. Pamatuji si, že bylo září. Já během rozmluvy cítila velikou úlevu a celé ty dvě hodiny mi bylo neskutečně lehce, jako by vyřčená slova padala na teplou zem a odlehčovala moji duši jako pytle písku na proutěném balonu. Ještě v trolejbusu mi bylo fajn a lidí sedících opodál jsem se nebála jako obvykle. Doma se mi ale udělalo příšerně blbě a výčitky mi zahlušily původně lehkou duši až po okraj. Byl to pátek a rodina unavená starostí o mne opatrně nakukovala do pokoje, kde jsem ležela zabalená až po uši.

Vzpomínám si, když jsem to přiznala Honzovi, pouze ty prášky, tak mi slabým hlasem řekl – a ty bys mne tu nechala samotného s dětmi?

Tíhu té výčitky si ponesu navždy s sebou. Já už jsem fakt nemohla, věř mi! To se ale opravdu nedá pochopit a s jistotou ti tvrdím, že pokud tomu alespoň uvěříš, jako věříš, že země je kulatá a vesmír se rozpíná, tak bude vyhráno.

Když jsme se vrátili od moře, tak nastal čas školy, a tím pádem i divadla. Vracely jsme kostýmy ze zrušených her do divadelního skladu a kontrolovaly, zda nic nechybí. Jela jsem tak

na padesát procent, ale třeba se to zlepší, vid'! A pak se mi plíživě choroba začala lepit na paty. V trolejbusu jsem upřeně hleděla na zem a bála se podívat někomu do očí, jako by mohl vytáhnout mé hrůzné myšlenky na povrch a rozkřičet je na celý svět. A hlasitě volat – to je ona, ta špatná!

Měla jsem si připravit kostýmy na večerní představení, a tak jsem stála v nevlídném skladu u jezdcího štendru na šaty a pracně se pokoušela zklidnit mozek a soustředit se na práci. Taková pitomost a já byla mimo. Zírala jsem na boty v krabici a asi postý si opakovala jména těch hereček, co je nosí. Ani ťuk! Totéž jsem zkusila s oblečením, zavěšeným na ramínkách a tyči. V hlavě se vzdouvala vlna temna a dala tušit velkej průser. Kdybych mohla, tak brečím a křičím zároveň. To mi ale nevyjde. Sbíráám v zoufalství ze země růžové válečky proti myším a spolykám je skoro všechny. Už dost! Už nemůžu! Proč! Tohle všechno se mi honí hlavou, když zapíjím vodou z lahve jed na myši, který slibuje krvácení do orgánů a následný vytoužený konec. Zoufalství ve mně mi připomíná, jak jsem děsná, nemožná, líná, hnusná, zlá. Dokonce i občasné večerní nevyčištění zubů, nebo neumytí nádobí považuje za zločin hodný trestu.

Ani nevím, jak dojdu domů. Duše mne příšerně bolí a smrt nepřichází. Mé tělo, smířené s velkou bolestí, vyčkává. Co je to za šlendrián! Vždyť to vůbec nefunguje! Další den života je za mnou a asi i přede mnou. Vypadá to, že nebude sám.

Ráno, ač máme generálky nějakého muzikálu, tak přece jen vstanu. V práci je mi ukrutně blbě a místo toho, abych si v klidu napsala, který převlek je kdy a kde, tak se donekonečna na jednu věc ptám sólistky Míši a evidentně jí tím štvu. Ale Marti, vždyť jsem ti to už říkala, je ti to už jasný? Ptá se Míša a její obavy, že se někam za jeviště přiběhne převléknout a já tam nebudu, jsou oprávněné. Zlo v hlavě do mne buší větou – Á, paní dokonalá, ty sis myslela, že jsi dokonalá a lepší, než ty ostatní, a tůdle! Jsi z nich nejhorší a já ti ukážu, jaká jsi hnusná!

Do pracovního sešitu si třesoucí se rukou napíšu pouze název hry a víc už nic. Ne, tohle přece nejsem já....? V noci se zpocená přehazuju na posteli a bojím se rána. Ráno stojím v noční košili na koberci a pak si klekám na zem a pokládám hlavu i ruce před sebe jako při buddhistické modlitbě. V Honzových očích se zračí zoufalství. Martínku, už zase? Hlesne, a pak rázně zavolá mým telefonem šéfové Zlatce, že už je mi zase blbě.

Má psychiatricka moc překvapená není, i když mi připadá, že si taky se mnou moc neví rady. Taky jí toho moc neříkám, a není to, že bych chtěla bránit léčbě, ale nedokážu o svých pocitech mluvit, protože se za ně stydím. Doktorka mi doporučuje zkusit skupinovou terapii a podává mi letáček. Asi už jí taky štvu a chce se mne zbavit. Vůbec se jí nedivím. Taky se nesnáším.

Do Ridzu jde se mnou mamí, jako s malou holkou. Bojím se ale lidí, a tak jsem ráda za doprovod.

Regionální institut duševního zdraví, tak zní celý název. Terapeutka Marie, drobná hnědovláska, mne mile přivítá podáním ruky. Stisk má pevný a příjemný. Pokouším se vyslovit ze své bolesti, ale ona mne přeruší a ptá se na moji vizi. Co bych chtěla od denního stacionáře. Trošku to dávám dohromady pod jedinou větu – aby mi bylo trochu líp. Pak si ještě chvíli povídáme a slíbíme si další návštěvu. Ta proběhne za týden a najednou mám termín nástupu do stacionáře. Bude to na dvanáct týdnů. Trochu se těším a trochu bojím.

Kapitola sedmnáctá

A je to tady. Naši odjeli na týden za vzduchem do Jizerských hor, a tak jsem dopoledne sama doma. Protože se musí kontrolovat hladina lithia v krvi každé 3 měsíce, tak musím jít na odběr krve.

Nikdy by mě nenapadlo, že je ta poliklinika tak daleko. Na krku mám doklady a mobil a

hopkám o berlích krok sun krok. V půli cesty uvítám lavičku a unaveně na ni spíš upadám, než usedám. Teda řeknu ti, to jsem ale chcípák! Po chvilce znovu vyrážím a pokračuji v počítání berlových kroků. S počtem 482 to zapíchnu před výtahem a ten mne doveze k upříí sestřičce. S rukou ovázanou po vpichu se vracím stejnou cestou zpět, jen kroky už nepočítám. Na lavičce sedí hezký mladík v županu a poslouchá muziku ze sluchátek. Připomíná mi Petra. Víš, toho ze stacíku. Když jsme tam s Monikou nastupovaly, tak Petr, Karel, Robert, Radka, Alena a Eva už se znali. Čtyři dny. Zvědavě, usazení do pohodlných křesel, pokukovali, co jsme zač. Trochu jsem se bála, ale brzy to ze mne spadlo. Každý jsme tu měl nějaký problém, jehož mnohdy společným jmenovatelem byla deprese. Domluvili jsme se na tykání a vlastně jsme si začali povídat. Lidé zvenku - tak vám říkáme, víš, - si myslí, že důvodem skupinové terapie je uvědomit si, že jsou na tom lidi hůř a říci si, vždyť se mám přece dobře, tak co blbnu, a skočit do bot a šupajdit do práce. Pro mne, a i moje kamarády v neštěstí, to mělo jiný smysl (i když ten tvůj je dobrý, ale neuskutečnitelný).

Zjišťovali jsme, že naše osobní pocity má ten druhý. Že je nemám jenom já. Když Petr probíral svou závislost na automatech, tak mu někdy svítily oči, jako by promítaly opožděně barevná světýlka automatů. Taková pitomost a jak těžko se toho zbavuje.

Karel zase z ničeho nic nemohl chodit do práce. Báł se, že něco zkazí. Léky mu bůhvíjak nepomáhaly, a tak byl někdy úplně zticha a sám a bylo vidět, že je mu blbě. Domů jsem ze stacionáře občas chodila jak zpráskanej pes. Rodina, doufajíc v náhlý předěl z nemocné ve zdravou, to viděla nerada.

Proč tam chodíš, když ti je tam hůř? Ale to prej je normální, že se to takhle houpe, bránila jsem práci terapeutů.

Úžasná byla Radka. Silnější, červovlasá holka s tak nakažlivým smíchem, že jsme se pak řehtali všichni. Před rokem jí zmlátili spolužáci syna tak, že skoro umřel, a ona se ze dne na den zhoupala. Do té doby činorodá holka, najednou ucítila úzkosti a tlaky v hlavě takového rázu, že se s tím celý rok hrabala. To syn se zmátořil dřív. Daleko dřív. Na stacíku bys to někdy na ní nepoznal. Skoro to vypadalo, že je Radka kamarádka terapeutky a má na starosti nám zvedat náladu. Kdyby nás zvenku za okny poslouchala hrstka daňových poplatníků, tak Radčín smích nás utvrdí z podvodu, nemocenskou nám seberou a hybaj ke strojům. Jindy by za okny slyšeli jen pláč. Dlouho jsme si museli zvykat na to, že jeden den je Radka veselá a ten druhý pláče. My to ale vlastně měli stejné.

V takzvaném bezpečném prostředí stacionáře jsme si mohli dovolit všechny emoce. I ty, které jsme doma tutlali a skrývali, abychom neublížili těm našim blízkým. Zpočátku jsem si říkala, - ježiši, co tam budeme dělat takovou dobu? Chodili jsme tam od 9 hodin do jedné hodiny a pauzy byly po půl hodině. Asi za 14 dní jsme se sžili natolik, že už dopředu nám začalo být líto dosud vzdáleného konce. Mluvili jsme fakt o všem a každý den jsme mnohdy nepřipraveně hrábli do kupky zasutejch bolestí, o kterých jsme si naivně mysleli, že už je máme vyřešený. Až tady jsem přišla na to, že vzpomínka na mého úchylného strýce je pořád živá, i když už je to skoro čtyřicet let.

Co nás ale všechny úplně zdrtilo, když nám naše terapeutka Marie důrazně řekla, že nic nám nedokáže udělat tu tlustou čáru za minulostí, po které jsme dychtivě prahli. Do háje, to je děsný! Ach jo!

Pátky byly ve znamení neverbálních technik. Mne to moc bavilo, pokud jsem ovšem nebyla úplně našrot, což se mi párkrát stalo. Hodně jsme malovali a třeba už jenom výběr pastelky o něčem vypovídal. Jednou jsme měli malovat náš dům. Terapeutka Eva před nás položila velikou čtvrtku a hromadu pastelek. Beze slov jsme měli utvořit zadané dílo.

Koukali jsme po sobě, kdo jako začne. Nikdo si netroufal, až Radka protrhla napětí a udělala první čáry. My ostatní se plynule přidali. Zatímco já malovala kytičky, mráčky a sluníčko, tak třeba Karel perfektně vykreslil dráty elektrického proudu i s konzolí, jo a taky okapy. Monika zase tvořila okna a dveře a Petr nezapomněl před domem udělat lavičku se

stolem a psa. Myslím, že kočku k psovi – který trochu vypadá jako nutrie – dokreslila ještě Radka. Pak Eva řekla – stop – a začalo se naše dílko rozebírat. Pochválila nás jako skupinu, která dokáže tvořit dohromady.

Pak to vzala po jednotlivcích, a myslím, že každého vystihla.

Mně řekla přesně to, co vyplynulo z jiných technik. Jsem romantická, trochu naivní, potřebuju rodinu, bojím se samoty. Jo, asi jo, ale teď co s tím mým sebevědomím. Jak se dělá větší sebevědomí? Škoda, že to nejde jako ve sportu. Každý den padesát kliků a je to. A nebo jako křesťan – deset zdrávasů a máš vystaráno.

Přemýšlel jsi někdy o tom, jak velký je rozdíl mezi vnitřním vnímáním sebe samého a tím jak tě vidí tvé okolí? Já až po jedné neverbální technice. Eva uprostřed našeho kruhu položila různé hudební nástroje. Jeden jsme si měli vybrat. Při těchto technikách máš dělat to, co tě první napadne. Prý, že tělo si samo řekne. Mé tělo si vybralo takové půlkulaté držátko, na jehož obvodu bylo několik zvonečků. Jejich cinkavý zvuk mi připomněl zvonění kněze při mši. Něžné jemné cinkání. Ostatní si vybrali bubínky, činely, triangel, paličky, kastaněty. Pak jsme měli jeden po druhém zahrát na svůj nástroj svoje jméno a skupina hlasitým či tichým hraním vyjádřila, jestli tě v tom poznala.

Soustředila jsem se na cinkilinkání a v duchu si připadala jako něžná víla vznášející se nad loukou. Tak tohle jsem já. Víc potichu už hrát moje skupina nemohla. Někdo řekl – Martino, v tom tě vůbec nepoznávám. Vždyť sis spíš měla vybrat buben. A je to tady, jsem jako holubička v těle orla. Proto mne ostatní moc nehladí a nebrání, protože vypadám jako orel.

Je houby platný, když o tom povídám, protože tomu nikdo nevěří. Jako kdyby mi osud přiřkl roli jako režisér herci, a zapomněl říci dost, konec hry, jde se domů. A já časem vymakala můj part do detailů, tak že jsem snad sama věřila tomu, co jsem tak dokonale hrála a žila s tím.

Svět chce být klamán a nic není tak, jak to vypadá.

Kapitola osmnáctá

Zjistila jsem, že i se sádrou se dá docela dobře žehlit. Sice ti někdo musí přinést žehličí prkno, žehličku a to prádlo, ale pak to jde. Honza mi dal prkno na nejnižší způsob a tak jsem byla u něj jako trpaslíček. Docela sranda. Na sádrou už si zvykám, i když mne bolí ruce a zdravá noha. Po rovině to jde, ale schody mě občas překvapí, že skoro padám na ústa. Trolejbus nic moc.

Dneska jsem zhurta vyjela na Soňu. Jedem v naší pětce po roce do divadla a já jí svěřuji tragédii s Petrem a jeho skokem pod vlak. Aniž by si Soňa cokoliv rozmyslela, tak mi smečí vrací něco, jako že to manželství tam asi bůhvíjaký přece jen nebylo. Mé rudo před očima použije několik sprostých slov a větu, že deprese je nemoc, a ta nemá logiku, a ať už si to proboha zapamatuje. Tím to obě ukončíme a přejdeme k jinému tématu.

Soňu mám ráda. Je pro mne dobrý studijní materiál, jak by řekla terapeutka Marie. Je totiž úplně jiná než já a neznám vůbec nikoho s tak přirozeným sebevědomím, a to to v životě bůhvíjaký taky neměla. Tvrdí, že se v životě nerozčílila a že je přece hloupost se vztekat, když ti to škodí. Ach, ty teorie? Ale co v praxi.

Sedím v divadle a bedlivě pozoruji grimasy herců na jevišti. Skoro se mi daří odpoutat se od reality a být uprostřed děje. Kouskem garderobiérky v sobě sleduji přestavby na jevišti a převleky. Lítost mne popadá až na konci při děkovačce. No jo, 24 let je 24 let.

Potkávám u trolejbusu herečku Štěpánku a věta – Mart'o, kdy se vrátíš? tne do ještě živého. Moje invalidka ji překvapí.

Do trolejbusu nešikovně padám skoro na hubu a dobře mi tak. Tebe ta sentimentalita zabije. Mé podvědomí mne fackuje a křičí – vždyť se to tam v divadle strašně změnilo a taky tě tam spousta věcí štvala, tak buď ráda, že máš klid!

A má pravdu...Ale stejně....

Jednou jsme s Marií rozebírali i mé problémové manželství. Ona se mě zeptala, jestli mne Jarda někdy praštil. To už bych si líbit nenechala – zvedla se hrdo v mé hrudi. Jste si tím jistá, Martino?, jemně zvedla obočí Marie a věta se rozplynula uprostřed našeho kroužku depresivců. Pravdivě jsem po chvíli hlesla – nejsem. Víš co to je „flashback“? Já to taky vůbec nevěděla, ale asi jsem to zažila.

Psychoterapie tvrdí, že tělo si pamatuje události a může ti nasimulovat pocity, které jsi měl kdysi a nebo taky nedávno. A to v ten určitý čas a den. Sama jsem to viděla na Radce, které bylo jednou na stacíku ukrutně blbě, a až druhý den si vzpomněla, že to byl rok, co zmlátili jejího syna. Mě bylo při terapiích mnohdy dost blbě. Mluvila jsem při tom o pocitech marnosti a sebevraždě, a když na mne hezký Petr upřel modré oči, musela jsem mu slíbit, že si nic neudělám. Že prý mají o mne starost. Doma tohle všechno nevěděli, tam jsem se snažila dělat zdravou. Teda skoro.

Bylo to asi měsíc stacíku a mně se dělalo čím dál hůř. Prý to souviselo s uvolněním a prohloubením vnímání v rámci terapie. Jeden den mi bylo úplně nejhůř, já brečela na posteli a začala se svěřovat doma všem se svými hnusnými pocity, a že už se nedají vydržet. Bylo to na špitál, ale já nechtěla sem, a tak se mi podařilo dostat místo na psychiatrickém oddělení v Brně v Bohunicích.

Po těžkých záchvatech žalu se mi trochu ulevilo a ještě týden jsem mohla chodit mezi kamarády do stacíku. Tak jsem přišla na to, že ten den, co mi bylo tak blbě, bylo stejné datum naší svatby s Jardu. Pochopitelně po 22 letech. Asi to byl opravdu „fleshback“, protože já pociťovala svatbu strašně a namísto romantického ženicha jsem si brala opilého kluka, který zcela veřejně koketoval se servírkou, a úplně mu bylo jedno, že pod srdcem nosím jeho dítě, a že by mi to mohlo přijít líto.

Kapitola dvacátá

Tak jsem skoro nedoběhla na záchod. Ono se o berlích běhá hůř. Záchody máme dva a v tom jednom v ložnici se můžu i zavřít. Ten spodní musí zůstat otevřený a ven mezi dveřmi trčí má modrá noha. Říkám tomu veřejný záchod. Zavřít se tam taky můžu, ale leda bych stála vedle mísy. Sednout bez otevřených dveří nelze. Záchody, to je můj věčný problém. Zvlášť po tom, co nás zdravotníci nutí dodržovat pitný režim.

Až se příště narodím, tak budu chlap nebo pes. Ti to mají snazší. Všichni moji partneři (moc jich nebylo) si museli zvyknout, že stále hledáme záchod.

V Benátkách, Římě, Budapešti i Mnichově jsem mohla turisticky hodnotit nejen památky, ale i kulturu toalet. V nemocnicích to bylo obdobné.

V té první byl záchod u každého pokoje a často jsem se tam chodila schovávat do samoty a hleděla na krátké splachovadlo, na němž se oběsí leda myš. Je fakt, že mi bylo furt blbě, a na pitný režim jsem kašlala, tak jsem ani dostupnost záchodů nevyužila.

Ve vojenské nemocnici to ale bylo horší. Budova stará a záchod jeden. Tedy pro dámy. Páni měli taky po jednom. Jedna paní tam byla o francouzských holích. Taky spolykala prášky, ale asi jich bylo málo. Prostě přežila a díky své malé hybnosti blokovala místnůstku často. Nejhorší to bylo po ránu. Budiček klasicky v šest, jako kdyby nás hnali do roboty. I tam jsem v noci hypnotizovala tmu, aby byla pořád. Ale bylo to houby platný. Vždycky přišlo ráno a s ním stres, beznaděj, že se nedokážu přizpůsobit režimu ústavu.

Zase jsem tam neudělala, co mně pocity říkaly. Nezalezla jsem v pozici embrya pod postel. Ach jo, je to tak těžký.

V Brně to bylo úplně jiný. Takový svobodný. Je fakt, že jsem tam šla ze stacionáře a

dobrovolně. Skutečně dobrovolně. Co mi dodalo odvahy, že tady mi pomůžou, to nevím, ale terapeutka Marie se asi trochu bála, abych nečekala zázrak.

Náš pokoj byl čtyřlůžák, ale byly jsme v něm tři. Každá jsme měla nejenom postel a noční stolek, ale i úzkou skříň s klíčem. Hurá, už nemusím ukecávat sestřičku, že si chci vzít ty druhé tepláky. Dovedeš si představit tu svobodu? No jo, asi ne.

Nemocnice byla stará, ale jinak bezvadná. Nebudilo se v šest, ale kolem sedmé a sestřičky nechodily budit jako bachařky, ale vznášely se jako víly a tichým hlasem nám oznamovaly, že je ráno. Úžasný!

Rána nesnáším, ale takhle se to dalo přežít. Braní krve dělaly sestřičky vleže. To jsem v životě nezažila. Co znám, je většinou otrávená sestřička před šestou ranní, která tě rázně vzbudí s celým pokojem. Mnohdy při tom rozsvítí – vždyť vo co de? Ona taky nespala?! A ty se potácíš zšeřelou chodbou a v sesterně jest ti odebráno několik ampulí krve. Většinou při tom cítím vinu za to, že přidělávám sestře práci (ale ona je vlastně v práci!).

Anička, co se mnou byla na pokoji, trpěla panickou poruchou. Byla to nádherná pětadvacetiletá holka s dlouhými vlasy a obličejem panenky. Tak modelku bych tu nečekala. Jak jsem stará, tak jsem blbá. Vždyť já vím, že psychické poruchy si nevybírají. Panická porucha je laický strach ze smrti, který ti může nasimulovat třeba infarkt, nebo problémy s dechem. Nebo něco jiného.

Aničku, která zvládla studovat v Paříži i Holandsku, zastihla nemoc v hlavním městě Holandska a uvrhla ji do samoty a strachu. Návrat do rodných Čech byl dost komplikovaný. Koho by napadlo, že budeš příšerně těžko cestovat jako spolujezdec, a vážně uvažovat o tom, zda to zvládneš. Navenek blbina, v nemoci obrovský problém. Aničku jsem si hned zamilovala, byla úžasně bezprostřední a vstřícná. Jít nakoupit ale nezvládala, jako spousta z nás. Panikou trpěla i navenek rázná Jana. Mnohdy měla slzy na krajíčku. To když jí volaly její dcery a ptaly se s nadějí v hlase, jak jí je.

Každé ráno jsme měli komunitu s lékaři i sestrami. Celé oddělení sedělo na křesílkách dokola a tzv. spoluspráva pacientů měla říci, kolik nás tu dnes je, kdo odchází, kdo přišel a také žádá o propustky na odpoledne. Také se tu čte aktualita, jako ve školce. Lékaři se vlídně usmívají a zvolí si ty z nás, s kterými chtějí mluvit. Za několik dní si tu připadám jako doma. Moje lékařka dělá razantní změnu léků, a vypadá to, že se, pane bože, podařilo strefit se na to, co moje nemocná hlava potřebuje. Skoro jsem nedoufala, ale proto jsem sem jela, pro tu naději.

Kapitola dvacátá první

Už je skoro půlnoc a mně je zase blbě. Asi se bojím rána, nebo tak něco. Jára přijel z Prahy a něco pracuje ve svém pokoji. Pavli s Kubou spí a peřiny mají sotva zmuchlané u nohou, protože je fakt vedro.

Všechny mé duševní problémy bych vyměnila za napořád francouzské hole a pochroumanou nohu. V televizi dávají nějakou detektivku a policisté právě ohledávají nějakou mrtvolu mladé ženy pohozenou někde ve skladu. A já jí závidím. Závidím jí, že už má všechno vyřešeno, že se už nemusí bát, že má klid. Je mi to sice hanba, ale hru na pravdu nechci vzdát. Víš, jak mi to trvalo dlouho, než jsem se odvážila alespoň občas říci, co cítím. Co opravdu cítím, ne co bych měla opravdu cítit. Když oddělím dvoje konkrétní city, které chovám v sobě, tak opět musím přiznat závist. Závidím Petrovi jeho smrt na kolejích. Nekoukej na mne tak a nemel něco o rouhání. Já vím, že je to strašné, že Janě a holkám a nám všem ostatním moc chybí. Vždyť já na ně všechny myslím od božního rána až do večera. Jemu ale přeju ten klid. Konec bubnování v hlavě, konec tlaku na prsou, konec zoufalství. Pochopitelně bych si moc přála, aby tu byl zdravý a živý, a zároveň ho moc chápu a veselo mi z toho teda není.

Kdybych tenkrát na koleje skočila, mohla jsem být někde tam, kde jsou sebevrazi. Víš, po tom, co jsem zažila, se moc bojím, že to přijde znovu. A já mám málo síly bojovat. Připadá mi, že chodím po tenkém ledu a silnější krok neznamena vysvobození a smrt, ale opak. Boj bez pravidel, kde soupeř je jako neviditelná vlna od atomové bomby. Nevíš, kde je, ale navrtává se ti do duše tak dlouho, až si myslíš, že ten ďábel jsi ty a ne ona. A tak stojíš před ní bezbranný a doufáš, že se ti podaří skočit, protože v neživém těle už nemůže škodit, a ač nad tebou vyhrála, tak vlastně hyne s tebou. Není vítěze ani poražených. Už není nic.

Kapitola dvacátá druhá

Další ráno. Budík mi sice zvoní, ale poněkolkáté ho zacvakávám. Já nechci bdít, nechci! Nálada, s kterou jsem uléhala do tmavé noci, mi sedí na prsou a živě konverzuje s mozkem. Strach a beznaděj si hrajou v mé hlavě na schovku. Jsou tam jako doma. Proč jako – jsou tam doma. Zase mám jít na krev, kvůli ředění krve. Abych neměla embolii. Docela by se mi šikla. Taková obyčejná smrtelná příhoda. Vyčítavé oči mých blízkých mi najednou vytanou uprostřed čela. Ty bys nás tu chtěla nechat? Vůbec ne, jen se bojím, že to nezvládnou a budu vám dělat bolest a starosti. Vyčítá si silný kuřák, nebo pijan, že na to, jak žije, umře? Ani náhodou.

Dobelhám se na roh ulice a už teď jsem unavená. Podaří se mi odchytnout příjemného pána, který vyběhl z domu a usedá do auta. Dokonce kvůli mně uklidí místo spolujezdce a ochotně mi zastaví před poliklinikou, kam bych se jinak belhala dobrých dvacet minut. Známa starší sestřička vycucne ze mne ampulku červené živé tekutiny a prý ať přijdu za dvě hodky k panu doktorovi. Vyřapkám ven a uvažuji o tom, že ty dvě hodiny počkám na lavičce před ústavem. Známa tvář za brýlemi mi připomene divadlo. Tahle hezká blondýnka u nás kdysi hrála jako host. Vůbec jí nevdá mne odvézt domů. Auto má plné kulis, protože hraje pro děti a objíždí školy a školky. Lamentuje, že toho má dost. Doma si uvařím kafe a je mi líp. A zatraceně dobře vím proč. Během jedné hodiny se na mne usmálo sedm lidí. Naše rychlá pošťačka, ten pán v autě, drobná paní ve výtahu, sestřička u braní krve, pacientka na chodbě a Lenka co mě vezla domů. To je můj životní nápoj.

Kapitola dvacátá třetí

Doma jsem sešla se schodů a skoro si rozbila hubu. To mám z toho, že jsem se pochválila. Už se zase hrabu na polikliniku. Tentokrát žádného pocestného s autem nepotkám a s každým berlokrokem se na mém těle udělá armáda kapiček potu a vpíjí se mi do oblečení. Na hlavě se kapky nemají kam schovat a za chvíli vypadám jako bych prošla myčkou na auta.

Naproti mně na chodbě sedí starší paní. Trochu vypadá jako Zdenka. Každé ráno hlasitě zdravila všechny na patře svými nádherným nářečím a oznamovala, že už je zase ucpanej záchod. Odpady v nemocnici zjevně hodně prožily, a tak špatně trávily větší porce. Já se vždy plížila rozcuhaná a trochu ještě v bezvědomí po chodbě na wc. Kolem mne běhali ti šťastní, komu vstávání nevdá, nebo se nedejbože na ráno těší.

Hned po skromné snídani a komunitě jsem měly v tělocvičně rehabilitační půlhodinku. Teda my, kterým už život pozměnil správné postavení páteře. Ivaniny cviky souložné, jak Ivča rychle přejmenovala sestřino zvedání pánve, nás hned rozesmály. Brněnský hantec zněl tělocvičnou a zasutá puberta v nás mohutně vystrkovala růžky. Řehtaly jsme se jako koně. Chodily tam s námi holky z uzavřeného oddělení, ale ty na tom byly blbě. Deprese jim nedovolila usmát a několik z nich chodilo na elektrošoky v naději, že jim zabere alespoň tohle, když léky selhaly. Já byla na elektrošoky taky přichystaná a vůbec by mi nevdálo, že by to

bylo v narkóze, několikrát, a že bych si po tom něco nepamatovala. Hlavně, když by se mi ulevilo. To je to hlavní. Zatím jsem brala nové léky, a tak snad mi pomůžou. Po cvičení jsme se rozprchly do dílen pracovních terapií. Ty tady byly úžasný.

V pantoflích a s igelitkou s pitím jsme vpluly do textilní dílny. Mimo ni tu byla ještě dílna zahradnická s usměvavou paní Pytlíkovou, o které jsem si myslela, že má přezdívkou. Díky mé nové pubertě mi slovo Pytlíková připadalo srandovní. Ještě tu byla stolařská dílna a dílna výtvarná. Na oddělení jsme měli málo chlapů. Střídalo se to tu tak okolo třech jedinců. Jeden z nich, štíhlý Roman, chodil do dílny s námi.

Na bílé plátno dovedně vyšival motýlka. Byl to vysoký mladý muž, který vypadal jako Žid, a taky jím byl. Pořád četl složité tlusté knihy a platonicky miloval Aničku.

V textilní dílně, kam jsem se přihlásila, se dělalo skoro všechno. Batika, drátkování, vyrábění plyšových zvířátek nebo maňásků, jak je libo. Byl to takový kroužek dovedných rukou, kde si každý mohl zkusit cokoli. I paní Fialová, které se hodně třásly ruce, tu našla práci pro sebe. Stříhala na malé kousíčky látku na vycpávání plyšáků. Připadala jsem si tady jako za starých dob, když se dralo peří a při tom povídalo. Zdenka byla nejvíc slyšet a její historky cvičily naše bránice. Takhle jsme nádherně strávily dopoledne do oběda. To je parádní blázinec, vid'!

Rozpracovaný zvoneček z drátků a zdobený korálky jsem nechala na stole v mističce. On tam na mne do zítřka počká.

Odpoledne jsme totiž měli neurotickou skupinu. Ještě tu probíhá skupina PPP. To znamená dívky s poruchami příjmu potravy. Tyto věčně éterické bytosti tu bydlí s námi, vznášejí se ze svých pokojů, mluví tiše a málo se usmívají. Nad talířem jídla sedí dlouho a pracně soupeří s každým soustem. „Tak ať se nažerou!“, by teda určitě řekl můj známý, kterému osud žádnou duševní poruchu nenadělil, a sama nevím, kde se v něm bere vztek na lidi s tímto problémem. Jo, kdyby to bylo, Pavle, takhle snadný, tak jsou ústavy prázdný a doktoři si hrajou kuličky. Hubeňounká Pěťa umí zpívat nádherným sopránem, a tak nás sólově s kytarou vede na každé páteční komunitě, kdy se vždycky zpívá písnička.

Má první neurotická skupina byla děsná. Nás nemocných tu sedělo šest a součástí kruhu byl hubený lékař Pilař. Nevypadal vůbec vlídně a taky jím nebyl. Hned ze začátku nám řekl o nějaké evropské zemi, kde zrušili lůžková psychiatrická oddělení. Tím zasekl hřebíček do hlavičky. Proč nám to říká? Máme se zabít hromadně? Aby to tady mohli zavřít? Mně ten nápad tak blbý nepřipadá. Jen nevím, jak a čím a kde, a taky vím, že tyto myšlenky prý nejsou normální. Uprostřed skupiny má životopis Jana, která prý jde už brzy domů. Blekotá ten životopis a doktor ji často zastavuje a šťourá se v tom, totéž jsme měli dělat i my, a tak se ptáme vlídnější formou. Zajímavý je, že Jana má zkušenosti se zneužíváním a není tu sama. Je nás víc, skoro jako by to byla vstupenka mezi „depresisty“. Až po měsíci pobytu, kdy mne bere doktor stranou a chce na mně, abych nakreslila nebožtíka strýce a přinesla mu to v pondělí, jsem pochopila, že psycholog není zlý, jen trochu tvrdší. Ta kresba, ještě nenakreslená, mne strašila celý víkend.

Furt jsem to oddalovala, i když času jsem na to měla habaděj. O víkendu se tu totiž nic nedělo, mimo přísunu jídla a léků. Taky nás tu bylo málo. Většina byla přes sobotu a neděli doma a my zbylí jsme se tu jen tak bincali. Skoro jsem se tu bála a pravda je, že o víkendech mi tu bývalo hodně úzko. Potřebuji mít svoji jeskyni plnou.

Až v neděli večer, když odjela moje drahá návštěva z Čech, jsem uchopila tužku a jala se načrtnout strýcovy rysy. Moje hrubá představa byla – portrét do pasu. Jak jsem ale opravovala velikost hlavy, tak se mi tam strýc vešel i s kusem rozkroku, oblečeného do špinavých starých maňestráků. Papír prý všechno snese, ale detaily pásku a zipu mi daly dost zabrat. Jako by se s tím obrázkem přivolávala a zhmotňovala dávná zasutá vzpomínka malé Martiny. Tichý zlomyslný smích ze záhrobní mi možná zněl v uších. Vidíš, i teď se mi o tom těžce píše.

Je zase půlnoc, černou tmou bijí těžké kapky o betonový dvůr a co chvíli osvětlí temné nebe zářivý paprsek klikatého blesku. Všichni už zase spí a já zavřená ve své bolestné samotě tady na bílý papír přenáším své pocity v naději, že je možné se z toho alespoň trochu vypsát.

Drobná zpráva na mobilu od Jany mluví o smutku ze ztráty Petra a velké síle to trochu překonat. Píše, že skládá vyprané prádlo a brečí, protože ty trička už nemá kdo obléci, najednou prostě kus tebe nenávratně zmizí a všechno kolem ti ho připomíná.

Mně vlastně taky něco umřelo. Byla to drobná důvěra v sebe, že život dokážu zvládnout. Silnější deprese vysooupla křehkou důvěru a usídlila se kdesi v mozku. To ona teď přemýšlí o tom, že také blesk dokáže zabít a nastolit klid. Jako když vyléčenému alkoholikovi stále zvráceně někdo nabízí panáka vodky a zkouší tím stále jeho vůli, bestie jedna!

Kapitola dvacátá pátá

Je sobota ráno, nebo spíš dopoledne. Probouzím se naněkolikrát a spánek mi tím nabízí tolik vytouženou úlevu v nevědomí. Pohled do zrcadla, mastná hlava, bolestný výraz duše se na mne dívá a jako by říkal – no, to jsem děvče, zvěďavej, jak dlouho tohle vydržíš?

Mé zázračné léky se rozpouští v žaludečních šťávách. Jsou to ty, co mi dali v Brně. Do té doby jsem opravdu už nevěřila, že existuje lék, který uleví mé duši. Teď už na smrt nemyslím tak naléhavě a nenutí mne pracně vymýšlet způsoby jak nebýt. Stejně mne ale rozčiluje tableta má temná komnata uprostřed hlavy, u které den co den zavírám dveře na klíč, ale marně. Z pootevřených dveří, starých jako svět sám, na mne juká dvojice očí a sleduje mne na každém kroku.

Kdyby tu teď byla má kamarádka Zuzka, která je tak trochu čarodějnice, určitě by mi řekla – Marti, tak se tomu zasměj, tím zmírníš vážnost situace. Jo, jo, to jsem se pokoušela, vzít to přes humor. Dokonce jsem si svého bývalého muže vzala kvůli tomu, že s ním byla sranda. U nás doma totiž moc psina nebyla, ani nevím proč.

Asi taky kvůli tomu, že mamí si s tátou vůbec nerozuměla, a více méně se doma míjeli.

Milá Zuzko, určitě se dá zlehčit ledacos, ale ta pitomá sebevražda jde docela blbě. I když, podívám-li se s nadhledem, jak mi ani jeden způsob nevyšel, tak to možná trochu srandovní je.

Asi 14 dní po mně přišla na náš pokoj v Brně Eva. Statná padesátnice, která taky vůbec nevypadala na to, že jí bude život překážet. Na víkendy taky nejezdila domů. Jednou jsme tak žvýkaly u stolu snídání a ona se mi mezi sousty zeptala – hele, ty jsi taky chtěla umřít? Já na to, že teda jo. Na otázku jak, jsem pravdivě odpověděla, že jsem slupla krabičku prášků na spaní. Eva na mne pohlédla a nechápavě zavrtěla hlavou – jenom jednu krabičku? To já snědla 120 prášků a zapila jsem to teplým rumem. Obdivně jsem na ni pohlédla, a pak jsme se rozesmály. Stejně nám to bylo prd platný a podsvětí nás nepřijalo ani jednu. Uvolněně jsme dožvýkávaly snídání a povídaly si o našich sebevražedných zážitcích a následných nemocnicích.

Blahořečily jsme Brnu a jeho přístupu k naší nemoci, kde nejsme vyvrhelové, ale holt nemocný.

Včera v televizi v souvislosti se sebevraždou Karla Svobody jeho žena řekla, že to musel udělat ve zkratu a že zdravý člověk si život nebere, když má dvouleté dítě. Má určitě pravdu.

Terapeutka Marie by řekla svoji oblíbenou větu – Martino, to nevíte, vždyť jste tam nebyla.

Jak dlouho trvá zkrat? Co myslíš? Moje sestřenice Hanka, dcera té tety Blanky, co skočila z okna, si asi dva roky po smrti své matky vzala provaz, rozloučila se nenápadně se

svojí příbuznou, objala ji a řekla, že ji má ráda. A pak šla někam do lesa. Pak byla půl roku nezvěstná, dokud ji nenašel houbař.

Myslíš, že najít provaz, strom, umotat smyčku a tu si dát okolo krku a pak skočit do propasti smrti, to že trvá jeden zkrat? Nebo napsat mobilní zprávu, vypnout mobil, sednout do auta, přijet ke trati, vystoupit z auta a skrčený u kolejí čekat na vysvobození od železného oře? Není to dost dlouhý zkrat? Je to nemoc, ano, zkrat si myslím, že je kratší. Ale chápu, že pro okolí je daleko pochopitelnější říct tuto verzi.

Kapitola dvacátá šestá

Hojivý déšť utěšil vysušenou trávu a ta se najednou přes noc zazelenala a možná i povyrostla. Mraky si hrajou se sluníčkem na babu a jednou vyhrává ten a za chvíli druhý. Příroda si dělá co chce a my lidé si jenom chvilinku hrajeme na její pokořitele. Čím více zkoumáme naši jedinečnost v DNA, tím spíš nám dochází, že naše chemické složení je podobné myši. Malé šedivé myši. I na nich se prý zkoumají nová antidepresiva, která mají nemocnému mozku pomoci ve výrobě serotoninu.

Na internetu píšou složitý vzorec přes půl obrazovky. Je to vlastně taková droga, která v našem mozku pomáhá zvládat normální problémy v životě a dokonce i ty hodně těžké a složitý. Jako inzulin štěpí cukry, tak serotonin štěpí průšvihy tak, aby se daly zvládnout. Dost se o tom zajímám a zatím nevím, jak to ti vědci dělají. Jakým způsobem zjistí množství serotoninu v šedé kůře mozkové. Asi to bude dost složitý.

Snad nastane doba, kdy i my budeme mít serotoninovou propisku, která mi prskne pod kůži patřičnou dávku dřív, než se rozklepu. Třeba pak ubude sebevražd a za zdmi hřbitovů nebude koho pohřbívat. Ono už jenom to pitomý slovo sebevražda nahání strach. Vrah je ten, kdo bere život někomu cizímu, a ten by jinak chtěl žít. Bývá to násilím a je to hnusný. Sebevrah je tedy vlastně taky ten, který se rozdělí na hodného a zlého a navzájem se zabije. Já bych to nazvala spíš sebesmrt a za sebe můžu říct, že před samotným činem jsem se opravdu zklidnila v naději, že budu vysvobozená tou silnější ve mně. Takže než dojde k sebezničující akci, tak ty dvě poloviny mozku ti trhají vše na kusy. Srdce máš vejpůl a plíce na placičku. Lapáš po dechu a zároveň chceš konečně nedýchat. Nedýchat a neživit tak beztvareho vetřelce, který se tu vzal nezván a zůstává napořád. Asi žere ten serotonin a tobě nenechá nic. A tak jediná možnost a řešení ti připadá ta definitivní. Utéct od vší bolesti a umřít.

Kapitola dvacátá sedmá

Řeknu ti, že sex se sádrou chce akrobatické výkony. A to je ta sádra z pryskyřice a odlehčená. Docela jsme se při tom nasmáli. Za těch 14 dní už jsem se ale naučila se sádrou spát. Horší je pořád chůze po schodech a zvláště dolů. Taky vlézt do trolejbusu mi moc nejde. Ale kdyby byla jen ta sádra a ne nervičky, to by bylo nádherný. Fakt mi je teď o něco hůř.

Zjistila jsem, že se rozklepu, když se mluví o práci a o někom, kdo toho stíhá hodně. V té chvíli mi začne být úzko a cítím velkou vinu. Vinu, že já tolik nedělám, vinu, že jsem asi líná. Slyším zas terapeutku Marii – a říká vám to, Martino, někdo? Ne, odpovím, ale mám strach, aby si nemysleli, že to dělám schválně. A děláte to schválně? Ptá se Marie. Tiše odpovím, nedělám. Tak vidíte, shrne to Marie a zmizí.

Když mi bývalo v manželství hodně špatně, tak jsem vždy udělala nejvíc práce. Jako bych zvýšením intenzity práce chtěla odehnat myšlenky na selhání mého životního úkolu – být vzorná žena a matka a dcera a vůbec. Víš, že se mi to někdy povedlo? Myslím tím odehnat ten splín. Motyčkou jsem ryla v záhoně a každým úderem jsem odháněla zlou pravdu, že můj partner chodí s mojí kamarádkou. Ano, vskutku čítankový čin, ale mně to rvalo zamilované

srdce na kusy.

A zahrada byla za chvíli bez plevele. Práce někdy pomáhá, ale když přejdeš na druhou stranu, tak jsi ráda, že si vyčistíš zuby.

V televizi dávají můj oblíbený film „Medisonské mosty“. Vychutnávám si už asi po desátý to nádherné spojení vášně a lásky. Opět jim to závidím. Filmový příběh není živý, i když tak vypadá, a to je nádherné. Chtěla bych mít taky takovou roli a vědět, co bude dál. To mé věčné tápání je děsný. Proč furt o všem přemýšlíš, zlobí se se mnou Honza. Nech to jen tak volně plynout. A já se o to snažím, fakt.

Kapitola dvacátá devátá

Naši přijeli z Jizerských hor. Slíbila jsem jim oběd, a tak vaříme s Honzou. On dělá a já mu říkám co. Je mi trochu trapně, i když vím, že mi ve stoje zdravá noha za chvíli bolí.

Pavlíneka jela se školou na vodu a za krosnou ani nebyla vidět. A to si tu zapoměla náhradní sandály v pytlíku u postele a možná, že to není jediné.

Jára chce vyžehlít prádlo, a tak jako trpaslíček žehlím u nizounkého prkna a konečně si připadám platná a potřebná.

V neverbálkách jsme jednou dělali takové cvičení. Seděli jsme za sebou vkleče a ten přední říkal zadnímu, co od něj chce. Bezprostřední terapeutka Eva si naporoučela, že chce houpat a dokonale si to užívala. Radost pohledět, pak se to obrátilo. Mně šlo, to houpání druhých, ale sama jsem za první vůbec nevěděla, co mám chtít, a když už jsem to vymyslela, tak mi to bylo blbý, si o to říkat.

Eva mi při rozboru našich pocitů řekla, no Martino, musíte nechat taky druhé, aby se o vás starali. Vždyť vy si to neumíte vůbec užít.

Já pak cítím obrovský vděk a nevím jak to pomyslně splatit. Jako kdyby to bylo v životě furt něco za něco, a já si musela všechno zasloužit.

Hledím na svoji levou dlaň a na čáru života. V období senzibilů jsem začala zkoumat i tohle. Mám i nějakou knížku o čarách na ruce, ale tohle mě zaujalo. Má čára života je složená ze dvou čar, které jdou chvíli společně a pak se od sebe oddělí. Utvoří uprostřed podlouhlý ostrov, aby se na konci, kousek od zápěstí, zase spojily. Hodně levých rukou jsem si prohlídla, ale nikdo nic podobného neměl. Ani náznak. Dle knihy by to měla být vleklá nemoc. Což by asi sedělo. Kdoví, co to teda znamená, ale to, že to mám sama, mi připadá podivný. Co myslíš?

Minule se mě ptala zhroucená Jana – Marti, proč to udělal? Proč mi nezavolal? Proč neřekl, že je mu tak špatně? Proč nás tu nechal? Vždyť jsme chtěli zestárnout spolu? To je tak hrozný? Tys to taky tak chtěla?

Proudy slz jí tekly po tvářích. Objala jsem ji, jako bych ji chtěla uchránit před celým zlým světem.

Ano, Jani, i já to tak měla, a proč se nejdeš přiznat, že tě nemoc nutí se zabít, a místo toho jdeš k trati, to nevím. Myslím, že nemáš důvěru v lékaře, že tě dokážou zachránit. Myslíš si, že to je tvůj povahový rys, který se jako Kainovo znamení najednou objevil. A od něj ti pomůže jenom smrt.

„Vždyť tu měl mě a holky“, hlesne Jana a v jejích očích je němá výčitka, která jakoby křičela až tam do nebe – tos to nemohl překonat kvůli nám? Kdyby to šlo, tak to určitě udělal, říkám tiše a vlastně obhajuji i sebe. Každý ti říká – máš tu děti, kvůli nim musíš vydržet. Brácha mi řekl – ségra, máš tu naše! A je to, jako by si mysleli, že to nevím. Že mi mozek zalila nevědomost. Stokrát jsem jim opakovala, já vím, já vím, já vím. A oni si vedli stokrát tu svou. Terapeuti ti radí, že kvůli sobě tu máš být, ale jak na to, ti neřekne nikdo. A pak se tedy stává to neštěstí a konec jednoho života a nikdo nejsme blíž poznání. Ani my, kdo to zažili, ani vy, kdo jste to naštěstí neprožili.

Celý život nás provází mnoho vět, které si zvykáme nejdřív poslouchat, a pak je papouškovsky opakujeme i my sami. Třeba věta – To jsem si nezasloužil! Přiznej se, kolikrát jsi to řekl? Taková pitomost.

Mně tuto větu řekla moje mamí v době mých největších depresí. Chápala jsem její důvod i smysl, ale řekni mi, kdo si zaslouží, aby se mu dítě samo zabilo? Pomyslně, možná si to zaslouží on sám, takhle skončit, pokud se chová ke všem špatně, ale něco si zasloužit je pracná věc. A pouze v ústech se z toho zhmotňuje prosba nebo naděje, že když se budeš chovat vzorně, že si něco zasloužíš. Ono to tak ale není.

Kdysi jsem terapeutce Marii bulela při skupině a říkala, že mne už nikdo nebude mít rád. Ona na to – Proč? Já vypočetla, co jsem všechno udělala – všechny ty mé pokusy o vlastní smrt, a dál to, co teď nedokážu – nemůžu vařit, uklízet, chodit do práce a vůbec jsem k ničemu, tak za co by mne měli rádi? Marie si rukou uhladila své neposlušné vlnité vlasy a upřela na mne modré oči.

Ale Martino, vy máte někoho ráda za to, že vám něco dělá? Asi trochu jo, řekla jsem na to. A myslíte si, že ho přestanete mít ráda, když onemocní? No, to ne! Bránila jsem se nahlas. Co bych to byla za hajzla, odvrátit se od nemocnýho. No, a vy jste Martino zdravá? Marie mne zkušeně vedla ven z bludu. Nejsem, jsem nemocná! No, tak vidíte.

Děkuji vám všem terapeutům, kteří jste mne trochu naučili nebát se naštvat a pak si to nevyčítat. Protože není hanba, že mě někdo dožere, a já se neovládnu a třeba i křiknu. Prý to je normální a nemusím se za to stydět. A pak že jste mne dokázali přesvědčit, že psychická choroba má úplně stejnou váhu jako třeba zápal plic, nebo infarkt a nebo taky zlomená noha a s tím taky nechodíme do práce a nikdo nám to nevyčítá. Dokonce ten zápal plic někdy taky přecházíme, a pak je z toho větší průšvih než kdybychom leželi pod duchnou.

Ty deprese přechází každý, protože prý malé deprese nás nutí je překonávat a mít větší úspěch v životě a nestát na místě. Je to jako chůze do kopce. Uprostřed svahu ještě dobrý, ale na vrcholu ti chybí kyslík a vidíš, žes to přehnal. Cesta dolů v oslabení a bez kyslíku, to ti jde, hochu, o život.

Kapitola třicátá první

Zase nové ráno, mastná hlava a splín. Kolikrát ještě, bleskne mi hlavou a bolestně zatoužím po radosti z rána a nového dne. Často jsem o tom mluvila na stacionáři, protože ranní pocity mne trápí už léta. Vlastně si vůbec nevzpomínám, jestli to bylo někdy jinak.

Naše skupina měla za úkol první půlhodinku stacíku shrnout včerejší den po stacionáři a dnešní ráno. Jak nám teda je. Za to, že mám ráno blbý, jsem se konečně přestala stydět až tady. Prej je to u depresí běžný. Zaplat'pánbů, že alespoň někam patřím. Luděk se mi snažil pomoci a prakticky mi navrhoval to, co jemu zabralo. Večer si jít lehnout dřív a ráno dřív vstát a v pohodě. Je to hodnej kluk, kterej má hodně za sebou a maká na sobě stále. Jenže na mě se tohle aplikovat nedá. Mockrát jsem to zkoušela, a jako už nikdy nebudu mít orientační smysl, tak rána mít radostný taky nebudu. Když jsme mnohdy na stacionáři mluvili o tom, že to horší já, co polykalo prášky a chtělo skákat z okna, tak že to ani nejsme my, tak nás Marie zarazila. Důrazně řekla, že to je také kus nás a že si musíme říci, že to je ten nemocný kousek z nás a přijmout ho. Něco na tom je.

Vzpomínám si, že před jedenácti lety, při mé první psychiatrické hospitalizaci, visela na chodbě oddělení mapa Československa. Kamarádila jsem se tam, dá-li se to tak říct, s nějakou Jarkou. Ta měla mapu načtenou a prstem jako ukazovátkem šmejdila po ploše a házela jedno město za druhým. Čím víc jich říkala, tím víc mi bylo huř. Připadala jsem si nejtupější na

světě, a že snad ani nemám právo žít. Proboha, jak jsem mohla mít jedničky ve škole, když z toho nic nevím. Asi mám fakt chorej mozek a nemám právo žít. Vzpomínka na pocity tam je stále živá a místo aby mne nutila si ty blbý města opakovat, tak jako bych ležela v bahně a bála se zvednout hlavu, abych přes ni nedostala. Chápeš, že tu nejde o ty pitomý města, ale o princip mého myšlení.

Kapitola třicátá druhá

Měli jsme v Brně takovou partu. Každý jsme tam byl úplně jiný, ale prožité bolesti duše nás spojovaly. Když jsme těsně před Vánoci odjížděli, tak Lenka prohlásila, že nás zve k nim na chatu a že se na jaře uvidíme. Všichni jsme se zasmáli a rozcházeli se po pevném a upřímném objetí jako někdo, kdo se zná velmi dobře. Můžeš se znát dobře po měsíci?

Já myslím, že tady jo.

Vánoce i Nový rok odplavaly a jaro začalo klepat na dveře. Najednou mobil zvoní a Lenka hází termín, kdy se sejdeme. Moc se těším na všechny ty holky, který se mi staly mojí rodinou.

Moravská příroda nádherně voní a uprostřed stojí chaloupka. Ve dveřích nestojí baba Jaga, ale Lenka. Vrhám se k ní a při objetí mne zase překvapí její křehkost. Všichni už tu jsou, a tak meleme jedna přes druhou. Už jsem byla všude možně, ale víš, co je tady nádherný, že si můžeme dovolit(jak by řekla Marie)chovat se přirozeně.

Lenka nastoluje jasná pravidla – chovejte se tu jako doma. A tak vůbec nevádí, že Šárka a Ivana chvíli leží. Nádobí vždy někdo umyje a tím, že se chováme jako doma, neomezujeme nikoho, ani na něm neparazitujeme. Nádhera.

Taky se jdeme projít kolem řeky. Jana a Šárka funí, protože jejich kondice je na bodu mrazu. Překonávají samy sebe a ujdou s námi tu nádhernou procházku kolem vody. Při kafi si povídáme, jak nám je. A během našeho zdánlivě nezávazného povídání se objevují slova zoufalství, úzkost, chuť umřít. Jsme blázni? Kdo to je blázen? Ten, kdo kvoká, a nebo si myslí, že je Napoleon? Nebo ten komu nerozumíme, co dělá, a tak ho dáme do jednoho pytle. A v tom pytli je šílený dirigent, co hází hlavou při každém taktu. Je tam horolezec, co pokořuje hory, je tam matka Tereza a její charitativní duše. Je tam pán, co staví ze sirek hrady a co námořník, který sám pluje v malé lodi po moři?

Jsou tam všichni ti, co jsou jiní, a kterým nerozumíme. A taky se jich trochu bojíme. Ale abys věděl, mně mezi těma holkama bylo moc dobře. A je mi úplně jedno, jestli jsou blázni a já s nimi. Tohle slova už se nebojím. Slova ne!

Kapitola třicátá třetí

Tak mamí je už zase v nemocnici. Pomalu tam jeli rovnou z Jizerských hor. Prý se jí tam líbilo, ale fibróza plic si dělá, co chce, a tak je nemocnice to správné řešení. Mamí se totiž zadýchá i na rovině, a jak sama říká, než tohle, tak to ať se radši udusí.

Dnes dostala kyslík, a tak to snad bude lepší. Můj nevlastní táta, který tu s námi žije od mých čtrnácti let, ji tam dovezl, a teď sedí v kuchyni a jeho slova – s mamí to není dobrý – plují vzduchem. Jedna má polovina si zakrývá tvář a pláče a ta druhá si říká – jak jí závidím. Víím, že takhle myslet není správný, ale ty dokážeš ovládat myšlenky? Nebo si je dokonce zakázat? Já teda ne. Někdy mi fakt připadá, že jsme dvě bytosti dohromady, a proto je to soužití tak náročný.

Alenka, co byla se mnou taky na stacíku, přišla o dcerku. Aby neumřela Alenka, tak jí vyvolali dřív porod. Alí totiž začaly odcházet orgány, a tak šlo o minuty, holčičku nezachránili a Alenku ano. Měla stejnou vadu těhotenství jako já s Járkou, když se narodil donošený, ale

kilový. Alenka často plakala a vyčítala si, že to přivolala. Prý se o své miminko moc bála a pořád měla strach, že to dopadne blbě.

„Nemysli na to“, radí ti každý, nebo si to přivoláš, ale ono to nejde.

Kdysi byl můj tchán na operaci. Najednou mu vyrostla velká boule na krku a já měla ukrutný strach, že je to rakovina. Když jsem se na to opatrně zeptala tchýně, tak vykulila oči a řekla, - no to mne teda vůbec nenapadlo. A měla pravdu, je prostě taková.

Možná jsou nějaké neviditelné síly, které myšlenkou přivoláš. Kdo ví. Ale kolikrát já jsem si říkala milionkrát za sebou prosbu, která mi asi byla houby platná. Zněla – pane bože, prosím, už nemůžu, pomoz mi! A tak jako žádného psa nepřesvědčíš, že se ho nebojíš, když se třeseš strachy, tak tvůj v duši ukrytý strach slovo nepřebije, ať už je bůhvíjak optimistický.

Kapitola třicátá čtvrtá

Mojí mami včera dali kyslík. Když se jí špatně dýchalo, tak vůbec nedokázala číst, i když do té doby četla hodně. Večer radostně telefonovala, že s přísunem kyslíku se jí vrátila chuť číst. A tak to asi je.

Jsme sbírka chemických vzorů, které do sebe podivně zapadají, a utvoří tak jedince, kterého jsme si nazvali pánem tvorstva. Ó, jak vznešené.

Taky nedokážu číst, a když mi bylo úplně nejhůř, tak jsem nezvládla přečíst ani nadpis. Hledáme za tím bůhvíco, ale chemie v nás určuje, jestli jsem hodní, nebo zlí. Když se ti rozhodí hormony, tak jsou popudliví nejenom chlapi v přechodu, ale i ženský. Různé orgány ti nefungují, včetně pohlavních, i kdyby se okolo tebe motal Brad Pitt nebo Angelina Jolie. Když ti v chemickém vzorci něco hapruje, tak vůle, nebo přání nebo snaha nemá šanci.

Kapitola třicátá pátá

Tak zase další oběd za námi. Teď, když je mami ve špitále, tak jíme sami dva s dědou. Jsem ráda, že uvařím těstoviny plněné špenátem. Nemůžu totiž skoro nic poponést, a už vůbec v tekutém stavu. Potřebovala bych na berle přidělat drátěné košíčky jako na kole. Jinak to nosím v tašce na krku.

Roztržitý děda odejde od stolu a skoro všechno na něm nechá. Než se vzpamatuju, tak je pryč. A tak trpitelsky stoupám na sádrouvou nohu a poponáším to ke dřezu. Na jedné noze myju nádoby a myslím na sebevraždu. Na tu Petrovo. Přemýšlím o tom, jestli jde zdravému člověku vysvětlit pocity sebevraha alespoň tak, aby tomu uvěřil. Ne, pochopil, ale alespoň uvěřil. Pochopit znamená prožít. Možná, že ne u každého, ale asi u většiny jo.

Moje mami pochopila lásku až tehdy, když se sama bláznivě zamilovala (ne ovšem do mého otce, který se ale zase moc líbil jejím rodičům). Mami mi říkala, že do té doby než se jí vzbouřily hormony, nechápavě zírala na chování zamilovaných. Prý je moc ráda, že to prožila, protože tomu rozumí.

Jednou jsem já na stacionáři mluvila o svém orientačním smyslu. Já osobně jsem přesvědčená, že mi chybí. Jako pražena bych byla asi zalezlá v jeskyni, žvýkala kůže a ven bych vyšla pouze před vchod.

V tomhle světě je to horší. Fakt bloudím úplně všude. Nejhorší to bylo na zájezdech v divadle. Přijeli jsme do cizího divadla, a tam bylo všechno jinde, a já se měla zorientovat, abych byla k ruce mým herečkám. Zatímco ostatní se hned zorientovali a s čistou hlavou šli na pivo, tak já propotila dvě trička a pokoušel se o mne infarktový stav. Nikdo mne ale nevysvobodil, a tak s děsem v očích jsem běhala po cizím teritoriu a dělala práci, kterou jsem u nás, na domácí půdě, zvládala, skoro poslepu. Občas se mi o tom zdá a probouzím se celá

zničená.

Když jsem tohle líčila na stacíku, tak opálený Petr na mne nevěřicně pohlédl a pak řekl – Marti, nechápu to, ale věřím ti. Tahle kratounká věta ležela na tmavém koberci a zářila do všech stran.

Vím, že porozumět všemu nemůžeme, ale co v nás nám brání uvěřit? To mi teda řekni.

Celé dětství jsem toužila po tom, aby mi uvěřili. Že se bojím tmy, i když zavřu oči. Že mi nejde vůlí ovládnout to pitomé počůrávání, ani když nic nepiju. Že nechci chodit ke strejdovi. Že se bojím jet na tábor, i když chci být mezi lidmi. Že pomáhám lidem, aby mne měli rádi. Že je mi samotné smutno. Že je mi ráno blbě. Že si nechci užívat klidu, když je můj muž v tahu, ale že se na něj těším, a možná naivně jsem si ho brala s tím, že budeme spolu.

Celý svůj život od raného dětství, až po současnost, mne trápily pohledy jiných, kteří na moji pravdivou větu zvedli oči k nebi, a pak pronesli něco jako – ale prosimtě? Významově to znamenalo asi – to nemyslíš vážně, nebo - ty kecáš, ne?

Kapitola třicátá šestá

Pavlinka psala zprávu z jižních Čech, že se jí na vodě moc líbí a že se jí ani nechce domů. Je to jejich poslední výlet se školou a příští rok už bude pouze maturita a šlus. Zase další etapa života v trapu.

„A měl důvod?“, ptala se známá a myslela tím Petra. Přinesla nám misku třešní a ptala se, co je u nás nového. A už je to tady, zase hledáme důvody. Čím déle se zabývám pocity sebevrahů, tak přicházím na to, že i ti, takzvaně s důvodem, museli mít depresi.

Z historie známe osudy generálů, kteří po prohrané bitvě přiložili ke spánku zbraň. Měli důvod? Možná měli, ale proč se nezabili všichni, co takhle prohráli?

Napoleon to neudělal a měl důvod. Hitler se otrávil, měl důvod, ale zjevně, podle materiálů, byl neurotik, a spíš, než důvod ke smrti, neměl důvod k životu. On potřeboval být vítěz.

Když jsem o tomhle všem mluvila s lidmi, kteří měli zkušenosti se sebevražednými pokusy, tak jako jeden muž prohlásili, že cítili prohru. Prohru nad sebou samým, že ať se snaží sebevíc, tak to nejde. Vůbec jim nepomáhalo vzpomenout si na to, co už v životě zvládli, ba přímo naopak. Vůbec jim nepomáhalo podívat se na svou rodinu, ba přímo naopak. Cítili obrovskou vinu selhání a podvedení sama sebe. Najednou byli jako loutky a za nitky tahala deprese. A ta tě dovedla ke krabičce léků, ta vážala provaz na hrušce, navedla tvé kroky ke trati.

Takže vrátíme-li se k té otázce – a co chceš slyšet za důvod? Hrouťící se manželství? Nevyléčitelná choroba? Obrovské dluhy? Drogující děti?

Vždyť jsme jak ti paparazziové, kteří, přilepeni na sklo, čekají na cokoliv, co připomíná skandál. Není to blbý?

Kdy už dokážeš připustit, že deprese je nemoc a zatím prostě nevíme, proč propuká zrovna teď a tobě!?

Stejně nevíme, kdy dostaneš rakovinu plic, i když hulíš jako fabrika už od vojny.

A taky jíš salámy a na vepřovém tlustým si pochutnáváš den co den. Pivo a víno, i ten tvrdý alkohol ti chutná, a tak si občas dáš. A proč ne, že jo? Pitnej režim, ten ti nejde a vůbec na ty zdravý žblafy nejsi stavěnej. Tak vidíš, i tobě někde možná tiká choroba, a až propukne, tak se budeš divit a říkat – proč já?

Jednou se Marek Eben ptal v pořadu „Na plovárně“ světově uznávaného psychiatra, co dělat pro to, abys nedostal depresi. Lékař pomalým hlasem a vlídně řekl – žít zdravě, dobře spát, dobře jíst, žít ve spokojeném prostředí, dělat činnosti, které zvládám a těší mne.

Nádherná rada, a tak se podle toho řid' a máš vyhráno. Moc ti to přeju, aby ti to vyšlo!

Často jsme se taky ptali terapeutky, jestli je teď víc psychických nemocí než dřív. Ani ne, řekla Marie, dřív toho bylo taky dost, ale nesmělo se o tom mluvit, protože socialistický člověk je přece spokojený. Asi to tak bylo.

Teď se o tom mluví v některých časopisech a občas i v rámci pořadu „Třináctá komnata“ se svěří s problémy známý člověk.

Zaplat'pánbů za to. Ale mezi, řekněme, normálními lidmi se to tutlá. Je to hanba asi stejně velká jako chytit pohlavní chorobu. Přitom i to druhé můžeš dostat pouze díky své důvěře v milovaného partnera.

Já se snažím tyto hranice bořit, a tak mezi kamarádkami říkám, jak mi je. Už se za to nestydím. Dokonce jsem přichystaná na to, být v jejich očích divná. Ale, na druhou stranu – kdo není?

Moje mamí dělala kdysi v práci, kde vedoucí lékař jedl mrkev, jezdil na kole a byl monogamní. Jeho podřízení se snažili chovat jako on, aby se pod ním měli dobře. Jednoho dne ho srazilo auto a na jeho místo nastoupil opačný extrém. Mrkev nejedl a sporty ho štvaly. Zato měl spoustu ženských a chlastal jako dán. Podřízení odhodili roušku asketů a vrhli se do víru vášně. Tak a teď, co je průměr. Stejně jako vypočítaná průměrná mzda leží neskutečně vysoko velké skupině průměrných lidí, takže ví bůh, kolik lidí ji vlastně fakticky bere, tak každý jsme originál, ať chceš, nebo ne.

Pravda je, že jsem se opravdu chtěla stát jednou z davu. Chtěla jsem být tím normálním člověkem, protože ten si rozumí s těmi ostatnímu normálními lidmi a taky mezi ně patří. No, a já přece chtěla někam patřit.

Přizpůsobovala jsem se, co to šlo, ale více méně jsem hrála jednu z nich, aby mne mezi sebou nechali.

Máš pravdu, to je špatně, když tě to vyčerpává. A dusí. Já ale nechtěla být sama, víš! I když jsi vlastně trochu jiný. Ale nesmíš se bát.

Anča se třeba bojí. A nechce nikoho vidět. Slabým hlasem vzpomíná na to, jaká byla dřív. Holka krev a mlíko, všechno zvládala hravě a nechápala lidi, kterým to tak nešlo. A teď nechápe sama sebe. Proč nedokáže jít do práce, proč se bojí jít mezi lidi. Přesně to, co jí vždycky bavilo, a patřila mezi vůdce party. Nedokáže se smířit se svojí bezbranností. To chce čas, tvrdí každý lékař. Už jsou to dva roky, tak jak dlouho ještě?

Přiznává, že se její stav zlepšil. Už může občas jezdit autem a to předtím nemohla vůbec. Paní doktorko, budu někdy taková jako dřív? To opravdu nevím, řekne lékařka.

Do hlavy ti nikdo nevidí a psychické problémy žádný neurochirurg nevyřízne, neví totiž, kde je má hledat.

Mozek je jako vesmír. Dobře známe jenom několik zlomků.

Kamarád Franta seřval ženu, hlas mu prý přeskakoval až do fistule. Psala mu na mobil do práce, že už končí a že všechno je na nic. Vztahy mezi nimi nebyly dobrý, ale on neměl dojem, že by to bylo takový hrozný.

A tak jel domů a dostal strach a taky vztek, co si ona myslí.....

Našel ji s krabičkou prášků, kterých spolykala zatím jen část. Seděla na zemi a on začal křičet. Křičel – proč? A křičel – za co? A chtěl vykřičet svoji bolest a bezmoc. Chtěl uvěřit tomu, že to bylo demonstrativní a že ho chtěla vydírat. Ať už to bylo jakkoli, jen tak z ničeho nic to člověk nedělá. Dožil si taky neřízneš jen tak, když ti ten tvůj partner chodí za jinou. Připadá mi, že přirozenější agrese je vně. Tudíž ho majzneš pánví po hlavě, když se k ránu uráčí domů.

Až dalším stupněm agrese je tlak do sebe. To jest ta deprese.

Jednou jsem někde četla, že ti lidé, kteří si řežou zápěstí, to nedělají v úmyslu zemřít, ale právě pro onu demonstraci. Prý se totiž ze zápěstí špatně krvácí a neumírá.

Víš, že mne to docela pobavilo? Pokud vím, a to jsem se tomu hodně věnovala, příručka typu – sebevražda snadno a rychle – na trhu není. A ti, kdo se o ni pokoušejí, nejsou mnohdy žádní vzdělanci v oboru. A tak jim to vlastně taky někdy nevyjde. I když umřít fakt třeba chtějí.

Kapitola třicátá devátá

Byla jsem u Zuzky. Povídala o jejich nádherném výletu po Francii a smála se při tom. A já povídala o našich dalších chorobách a o mém hopsání o holích a taky jsem se smála. A pak jsem jí řekla o Petrovi. Chtěla jsem při tom plakat, ale zůstával ve mně závan toho smíchu, a tak to nešlo. A pak jsme našly jiné téma. Po chvíli řekla Zuzka, že je moc ráda, že se dokážu smát. Ale já uvnitř pláču a tím smíchem se snažím přehlušit žal. Připadám si jako schizofrenik. Vždyť já mám minimálně dvě podoby. Jednu smutnou, nešťastnou, zoufalou, vyřízenou, samotnou. No a pak tu druhou – přehnaně veselou, milou, milující, chlácholivou, účastnou, hravou.

Terapeutka Marie by mi na to řekla – Martino, vy pořád hledáte nějaký ten šuplíček, diagnózu, co si myslíte, že tím dokážete? Jednou jsem se kvůli tomu skoro pohádala, až Marie řekla – stop- a usekla moji naléhavost.

Mojí mami nyní dali její bakterie z plic na kultivaci. Pak se na to vyzkouší antibiotika, a ta, co milé bakterie budou hubit, mojí mami budou dávat. Jednoduchá rovnice. Jenže prý u psychických chorob tohle nejde.

A to mne štve.

Byla jsem ochotná se nechat testovat ze všech stran, aby pak lékař pohlédl do výsledků a řekl – aha, tak už víme, co na to. Tříkrát denně 1 prášek a občas náběr krve a budete v pohodě. Že ty sis to taky myslel, vid'? Nejsi sám.

Kapitola čtyřicátá

Je půlnoc. Všichni okolo mne spí a jen já hledím do tmy. Ležím nepřikrytá, protože dnes prý je tropická noc a taky mne hřeje pryskyřičná sádra. Cítím se sama, protože vím, že i kdyby mne objímalo deset lidí, tak je vlastně člověk se sebou sám. Proč přemýšlíš nad takovýma blbostma – řekl by určitě Honza. On to tak nemá a já mu závidím.

Už zase myslím na Petra a na osud, který mu dovolil odejít. Asi už svůj úkol splnil.

Toužím po nějakém smyslu života, po hlubším smyslu života, než je reprodukce. Chci cítit určitý úkol, který mám a který budu plnit. Zatím se zmítám ve vzduchoprázdnu a to se mi nelíbí, vůbec se mi to nelíbí. Chci úkol, který jsem schopna plnit, a pak se budu snažit to tak dělat.

Slyším Marii z dálky – Martino, to vaše úpěnlivé snažení není dobré! Ach jo, jsem z toho zmatená a usínám s představou, že na kolejích není Petr ale já, a je mi při tom hezky, protože už se nemusím snažit.

Kapitola čtyřicátá první

Je hezký den. Zase mi pustili žilou, aby můj internista mohl na výsledku zkontrolovat správnost ředění mé krve. Výsledek bude až zítra. Čekám na čekárenské lavici na dědu a přemýšlím. Je to všechno moc podivný.

Tak, je známé, kdy má dítě „pást hříbátka“, lézt, sedět, chodit. Ve stejném období děti

začínají mluvit, rostu jim zoubky, a taky víme, kdy jsou schopné vyčůrat se do nočníčku. No jo, ale kdy začneme mít radost ze života, nebo aspoň chuť žít?

Zvířata mají přirozené instinkty a mají vystaráno. S námi lidmi je to horší. Honzova maminka byla čiperná ženská a moc se bála smrti, a ač jí bylo skoro osmdesát, tak jí připadalo nepochopitelné, že by tady nebyla. Já to vůbec nechápala a říkala si - bože, v tomhle věku s tím musíš přece počítat. Myslela jsem si, že je babička nějaká divná. Až časem mi došlo, že divná jsem já.

Je normální žít, chtít žít a život si bránit. A hlavně je normální nad tím takhle neuvažovat. Vidím terapeutku Marii se vztyčeným prstem – Martino, kdo je vlastně normální? Já vím, že házení lidí do různých skupin je špatně, ale jak to mám dělat?

Před několika lety mi moje kamarádka Hanka bulela do telefonu a všechno se na ní hrulo. Chlap, s kterým chodila, se s ní rozešel, v práci na ně nakládali tolik, že chodila i o víkendech a pohádala se s bráchou. Utěšovala jsem ji a měla o ni strach. Že si něco udělá. Nedávno jsem jí to připomněla a ona vytřeštila oči. „Smrt? Neblbni, to bych nikdy nevolila!“ A mně to tenkrát připadalo jasný. Už vím, že nerudný dědek odnaproti se má rád, i když na to nevypadá a hysterická, věčně načuřená prodavačka na kase taky. Tolik už toho vím a je mi to houby platný.

Kapitola čtyřicátá druhá

Tak zase sedím v chodbě, které se honosně říká čekárna. Mám mít výsledky té krve. Na lavici se mnou sedí dvě pohodové babky. Ta se světylky v očích mi říká „sportovkyně“ a mně se to líbí.

Žvaníme vlastně o ničem, ale dýchá na mne z nich životní moudrost a vyrovnanost. Tak takhle bych chtěla vypadat. Uvědomuji si, že i ze mne na ně proudí vitalita, a sama nevím, kde se bere.

Babči za chvíli odcházejí a jedna z nich na mne mrkne a řekne hezkou větu – Dokud žijeme, musíme bojovat, co, sportovkyně! Naposled se zářivě usměje a teplo z toho úsměvu mne ještě chvílku hřeje. Naproti mě jsou vidět zazděné dveře. Vystouplá omítka nechává tušit jejich původní tvar. Toužím mít v sobě taky zazděný dveře a nepustit už nikdy ven pocity zmaru, zoufalství, beznaděje a bolesti duše. Kéž by to tak šlo.

Na stacíku se kolem těchto pocitů točilo mnoho našich vět. Mnohdy začínaly slovem – já musím. Marie byla už na tohle pitomý slovo alergická. Důrazně připomínala, že nemusíš. Ale – dohadovali jsme se s ní – my se přece musíme starat o děti, partnery, rodiče, musíme chodit do práce, musíme uklízet, nakupovat, vařit, prát, žehlit..... Rychle jsme drmolili naše „musy“ jako by se z nich kupila hromada naléhavostí, a ta nutila terapeuta udělat urychleně „abraka – dabra“ a my, kouzelným proutkem praštění, vyběhli ven vstříc životu. Někdy mne s tím Marie štvála, že furt říkala, to chce čas a že máme myslet na sebe a že nemáme být netrpěliví a taky se máme pokoušet si udělat denně radost. To mi vůbec nešlo. Já umím někomu udělat radost, a pak mám z toho radost, ale jen tak si udělat radost mi nejde. Nevím proč. Když jsem byla v té první nemocnici, tak mi tam moje rodina i kamarádky nosili něco na zub. Měla jsem strašný výčitky svědomí, protože v jejich očích byla vidět starost o mně a já cítila příšernou vinu za to, že jsem to já, kdo jim tu starost dělá.

Tenhle pocit se mi i teď, kdy jsem relativně zaléčená, často objevuje. Pacienti si tam sami mnohdy naporoučeli, co chtějí koupit, a já to nechápala, jak jsou troufalí. Pila jsem vodu z vodovodu, protože ona pitná je, i když to někdo ani neví, abych šetřila, alespoň trochu, peníze mým blízkým. Když už jsem pak byla doma a bylo mi stejně blbě jako předtím, tak naši měli přečtenou moc hezkou knížku o depresích. Podle ní mne tahali z postele a jemně nutili něco málo pracovat, protože tým odborníků to tam v dobrém doporučoval. V mé hlavě znělo jediné slovo – musíš, musíš, musíš, a já se snažila dosadit do vzorce, a tím získat kýženou kořist se jménem uzdravení. Jenže, ono se to nedařilo. Každý se moc snažil mne něčím

rozptýlit a navrhoval ty činnosti, který dělaly jemu dobře. Plavání, procházky, práce na zahrádce, četba, poslouchání muziky, ruční práce. Má rozdvojená osobnost se snažila něco z toho zkusit, ale nevím proč, nešlo mi to se soustředit a zároveň uvolnit a tak jsem poslušně něco z toho zkusila. Říkala jsem si – když to nezkusíš, tak to nezjistíš, jestli by ti to pomohlo. Nejhorší bylo, že moje rodina dychtivě čekala, až se mi udělá trochu líp. Nedokázala jsem jim říci pravdu, a taky jsem jim chtěla udělat radost. Proto jsem to lživě střídala. Mé odpovědi zněly – je to trochu lepší – dobrý – trochu je mi hůř – dneska je mi líp. V nejhroznějších chvílích jsem je ale děsila pravdivými (ty byly fakt pravdivý) výroky typu – omlouvám se, že jsem tak hrozná – jsem strašná matka a nezasloužím si vaši lásku – jsem taky špatná partnerka, dcera, sestra (a bůhvíco ještě). Kdyby mi nedávali jíst ani pít, tak by mi to přišlo spravedlivý. Jak může být někdo takový, že má rád toho, co se chtěl a stále chce zabít?

Jsou to dva roky, co se tohle dělo, a stále je to moc živý. Obdivuji moji rodinu za to, že je taková silná. A mám ráda všechny ty holky(i kluky) ze skupiny neurotiků, protože na nich jsem si zkusila opačný pohled. A vůbec mi nenapadlo, že bych měla cítit odpor k těm, co si s myšlenkou na smrt hráli (a někdy i aktivně). U nich jsem viděla, že to je nemoc a ne hnusná povaha. Ale řeknu ti, že bych už tím tunelem deprese procházet nechtěla.

Teď jsem jasně před vchodem, zády, a mám toho stejně plný zuby. Bojím se, že uvnitř tunelu je magnet a může mne vtáhnout dovnitř, když udělám chybu. Všechno by to bylo jednoduchý, kdybych dostala soupis chyb, který nesmí dělat. Jenže já ho nemám, víš?

Kapitola čtyřicátá třetí

Dneska jsem měla trpitelský dopoledne. Seděla jsem v kuchyni, nohu nahoře, a navigovala jsem Honzu a Pavli. Honza dle mých pokynů připravoval maso na zítra. V životě by mi nenapadlo, že je potřeba tolik vět na jeden drobný úkon.

Pavli, bůhvíproč, uklízela špajz. Není sice můj, jako třeba moje skříň, ale cítila jsem vinu, za každou prošlou sušenku, která tam byla. Nevím, jak ty, ale bohužel si fakt házím laťky vysoko, takže pak mne zdrtí i čurbes ve špajzu. Přitom mi nikdo nic neříkal za výtky a Pavlínka co chvíli přišla ke mně a řekla – mamí, netvař se tak nešťastně!

Vzpomínám si, jak mi v nejtěžších depresích připadalo příšerný, že jsem dětem nekupovala drahé jogurty a oblečení. Pak jsem si uvědomila, že jsem na to neměla peníze a v tu chvíli mi došlo, že jsem taky příšerná, když jsem na to nedokázala ty peníze vydělat. I prach v obýváku, nebo špinavej záchod mne hluboce ranil a utvrdil v tom, že už není cesty zpátky a všechno, co jsem měla, jsem definitivně zbabrala.

Oběd jsme společnými silami zvládli a úklid už dělám já. Zlehka se opřu o sádrovou nohu, myju nádoby a dělá mi to skoro masochistickou radost, když potřebuju donést něco ze stolu, a to musím na nohu zplna došlápnout. Tak ať, ono se to taky nezblázní. Skoro mě mrzí, že mi ta noha při tom nebolí. Chtěla bych trochu trpět, za tu špajzku a za to, že jsem si na měsíc takhle vyrobila zranění.

Připadám si jako Cyrano. Včera jsme s Pavli na něm byly v divadle. On taky nádherně trpěl pro lásku, a taky pro ni i skoro zemřel. Hra byla opravdu povedená a já, profesně úchylná, sledovala nejen nádherné monology, ale i rychlé převleky herců.

To už mi asi niko neodpáře a vlastně o to ani nestojím. Vzpomínám si, jak jsem se byla podívat na nádherném baletu, kde se milenecká dvojice objímá na jevišti a často sedí, nebo klečí na zemi. Já pitomec v duchu řešila, jestli to jejich bílé oblečení jde vyprat. Máš pravdu, je to trochu úchylnka.

Kapitola čtyřicátá čtvrtá

Za chvíli jedeme k mému otci na návštěvu. Chodíme tam, jenom když jeho žena není doma. Protože je doma skoro furt, tak to je maximálně jednou do roka. Ona nás nemá ráda, a tak se s ní nestýkáme. Neviděla jsem ji asi patnáct let a asi bych ji možná ani nepoznala. Dostáváme zmrzlinu a štrúdl a sušenky. Táta má radost jako malé dítě, že nám může předvést jejich byt. Je opravdu pěkný, a tak ho pravdivě chválíme. Tátovi bude na podzim osmdesát. Vůbec na to nevypadá a je na to pyšný. To jeho sestra skočila z okna a zabila se, to jeho neteř šla s provazem do lesa a po půl roce ji našel náhodný houbař, a je to on, co byl zamlada, ještě než začal chodit s mojí mami, hospitalizován v léčebně s depresiemi a chutěmi zemřít. On měl ale štěstí – jeho zlá žena má zřejmě takový vliv na jeho deprese, že se neodváží vylézt ven. Jednou jsem mu vyčetla, že se o mne moc nestaral a nikdy mne neobjal. Skoro se stařecky rozplakal a šeptl, že ho to doma nikdo nenaučil. Myslíš si, že je to možný, aby člověk dělal jenom to, co se jako dítě naučí? To snad ne?

Mockrát jsem v životě pocítila beznaděj, bezmoc a zoufalství. To, když jsem chtěla usednout na tátova kolena a cítit objetí kolem ramen. Nebylo mi to dáno. Totéž jsem cítila, když mi rostlo břicho a pod ním tepalo srdíčko mého dítěte a ta teplá ruka mého muže místo mne hladila tělo jiné ženy. Nevím proč, ale občas mi ho bylo líto. Jsem totiž pitomá. Svými zbytečnými pocity posedlá, jsem hledala omluvy promiskuitního chování, abych si obhájila svoji lásku. Myslíš, že až mi bude osmdesát, tak budu v pohodě jako táta? Asi těžko, jsem totiž jiná. Škoda, že se kombinace depresivních genů a osudových okamžiků v kotlíku mého života svařila všechno do takhle prapodivných zážitků.

Toužím po zcela běžném a nudném životě.

Kapitola čtyřicátá pátá

Zapomněla jsem jít k psychologovi. Ach jo! Měla jsem jít dnes v poledne a já místo toho navigovala rodinu u plotny. Moc mě to mrzí, protože jsem chtěla mluvit o Petrovi. O jeho beznaději a o jeho síle, o jeho neštěstí a jeho smíření. O tom, jestli už má klid a taky jestli je možné získat trochu klidu i bez smrti. Moc o tom stále přemýšlím, až mi někdy z toho bolí hlava.

Kapitola čtyřicátá šestá

Plevel na zahradě roste jako o závod. Jeho stvoly jsou zelené a silné a listy pěkně dužnaté. Zato ostatní rostliny mezi plevelem skomírají. A přitom by to mělo být přesně naopak.

Až mi sundají tu sádku, tak budu muset jako v pralese, udělat na naší plantáži pořádek. Alespoň trochu.

Sedíme pod pergolou a pijeme kafe. Pavlínka líčí zážitky z výletu na lodích. Je úplně nadšená a očí jí září. Moje melancholická nálada je náhle pryč a na její místo si sedla sdílená radost. Škoda, že nejde radost schovat do krabičky jako maso do mrazáku. Zvlášť po ránu bych si vzala několik lžiček.

Růže už hodně odkvétají a jejich spadané lístky si v trávě hrají na honěnou. Za chvíli už tady budou prázdniny. Kolikáté už? A kolikáté ještě? K večeru jedeme za mami do nemocnice. Hadičku s kyslíkem, šikovně umístěnou za ušima a spojující se ve výstřihu už mami ani nevnímá. Proč taky, když z té hadičky do mamincina těla proudí životadárný kyslík. Dělal jí roztodivná vyšetření, ale zatím ještě prý k řešení lékaři nedospěli. Vyplníme mami alespoň

chvíli dlouhého nudného dne, a pak zase spěcháme domů.

Kuba má totiž průjem a teplotu. Je celý zelený, leží pod dekou a skelné oči prosí o pomoc. Naštěstí v domácí lékárnice mám léky na oba neduhy. Za chvíli usne. Jsem z toho unavená, na těle i na duchu. Přemýšlím o vztazích a o tom, jak relativně pitomost ti může kazit partnerské soužití. Víš, na co narážím? Ty máš rád maso, ona ne. Ty chceš vstávat brzo, ona ne. Ty posloucháš dechovku, ona ne. Ty chceš společně sportovat, ona ne. Ty chceš jezdit na výlety, ona chce být doma. Ty jsi lakomý, ona ne. Tak, stačí? Vybrala jsem úplně náhodně pár příkladů, a přitom ti dva si mohou rozumět ve všech ostatních věcech a stejně občas narazí. Vše záleží na komunikaci, ale i tak je to obrovský problém.

Vzpomínám si na dobu, když byl Jára malý, tak kolem roku a půl. Chtěla jsem, a on souhlasil, na mém muži, aby v neděli vstal s Járou a já mohla spát dýl. Moc jsem se s ním v noci nevyspala, protože chtěl každou chvíli dudlík, a ten pak rozebíral na prvočinitele a házel pod postýlku. Dudlíků jsem měla asi 20 (jiný nechtěl) a dobrou půl hodinu jsem je každý ráno skládala. A to prý měl špatnou jemnou motoriku.

Nastala neděle, Jára začal brečet, Jarda ho vyndal z postýlky a zmizel ve vedlejší kuchyni: Tak a já mohla spát. Jenže jsem měla jedno ucho nastražené a místo spánku jsem slyšela, jak Jára „jezdí“ na nočníku, uměl to líp než ježibaba v Mrazíkovi, a povykuje na Jardu.

Mám rána děsný odjakživa a vůbec netuším proč, ale stejně jsem v mírném bezvědomí slyšela vše z kuchyně. Už ho nakrmil? Už ho oblékl? Už přemáchl počůrané pleny, aby nesmrděly? O tohle všechno jsem ho prosila, a několikrát. Vydržela jsem v posteli asi tak hodinu, a pak rozrazila dveře do kuchyně. Moji oba kluci se na mě smáli. Maminka se vyspinkala! A pak jsem jim to oběma zkazila. Když jsem viděla, že si celou tu hodinu Jarda četl noviny, nechal Jára jezdit na tom nočníku, smradlavé pleny ležely opodál a nakrmenej nebyl nikdo, tak jsem mu nepřiběhla dát pěknou pusku, ale prostě jsem ho seřvala. Nevím, jestli to bylo špatně, nebo dobře, ale udělala jsem to přesně tak, jak jsem to cítila. Výsledek asi víš. Jarda praštil novinama a odešel. Představ si, že si neposypal hlavu popelem a neřekl, promiň, lásko, já na to zapomněl. Je to prostě složitý, a jak říká moje mami, když někdo chce chodit do hospody a druhý vůbec, tak kdyby si to přehodili, tak budou trpět oba. Jeden doma a ten druhý v hospodě.

Moje Pavlínka si občas při mém vzpomínání na léta s jejím tátou poťuká na čelo a zeptá se hlasem osmnáctileté hrdé ženy – a proč jsi to dělala? Odpověď – aby mne měl rád, jí teda připadá úplně tupá. No, mami? Protočí mé dítě oči k nebi a podotkne něco o středověku. Vždycky jsem věřila na osud, ale teď mám pocit, že nic skutečně není náhodou. Náš vztah trval třináct let asi proto, že jsme měli mít tři děti. Když mi Zuzka čarodějka dělala partnerský horoskop, tak mi s Jardu vyšlo, že máme spoustu společného, a pokud se já nenechám od něj převálcovat, tak naše soužití vydrží. Převálcovaná teda jsem ještě teď a může za to nejen Jardova chuť i na jiné ženy, podnikání, exekuce, ale i moje trapná snaha vše přikrejt a hrát si na vzorný pár.

Takže, pokud si budeš někdy opakovat furt dokola, - bude to dobrý, bude to dobrý, bude to dobrý a pak to opravdu bude dobrý, tak jsi lepší než já. Já si to pouze opakovala, ale moje duše si vedla svou.

Kapitola čtyřicátá sedmá

Je zase další den a s ním přišlo i chladno. Medardova kápeř plynule ukapává z šedé oblohy. Inu, budou prázdniny, tak ať si děti na táborech užijí trochu strastí. Život už je takový, vid'!

Kuba už má teplotu jen přes 37°C a znatelně ožil. Prohlížím si jeho souměrnou tvář, sledující video. Tolik vzpomínek mám s tímhle mým třetím děckem a bohužel dost je jich o mém selhání. O mé prohře s nemocí a nebo těžkém boji s ní.

Už jako malá holka jsem doslova lezla do cizích kočárků a chtěla vidět miminka. Mami se za mě asi trochu styděla. Taky jsem sbírala toulavé psy a doufala, že u nás zůstanou. Jednou babička div nedostala infarkt, když šla ráno krmit slepice a z altánku, kde měla zrní, na ni vyskočil toulavý psík. No a to, že jsem po narození Kuby díky depresi, k němu necítila vůbec nic, to už víš.

Když jsem byla před dvěma lety v té první nemocnici, tak mne tam přišel navštívit brácha s rodinou. Malému Fanouškovi byly čtyři měsíce a já si ho na nemocniční zahradě chtěla pochovat. Krásného malého chlapečka jsem držela v náruči a znovu cítila bolest a zoufalství a beznaděj. Děsný!

Mé hezké pocity byly ukryty kdesi uvnitř duše a vůbec nemohly ven. Jako když přijdeš o chuť, cucáš sladký bonbon a necítíš nic.

Ještě horší bylo, když jsem z té nemocnice přišla domů. Kuba si zranil holeň. Když jel ze skauta domů na kole, tak narazil na stromek a ten mu při rozštípnutí udělal díru do holeně. Dost mu to hnisalo, a já, místo abych s ním hned běžela k doktorovi, tak jsem vlastně nedělala nic. Moc jsem se bála lidí a zvláště doktorů a na poliklinice jsem si myslela, že už všichni z lékařů ví, jaká jsem hnusná, zlá svině, co spolykala prášky, a taky utekla z nemocnice. Nakonec jsem k chirurgovi dojeli a ten na mne divně koukl, viděl, že je to zanedbané, a já taky. Udělalo se mi ještě hůř.

Tak už na to nemysli, řekl by Honza. Za A mi to nepomůže a za B to nejde.

Pamatuju si, jak tenkrát taky přijel brácha, a když viděl nateklé Kubovo zranění, tak na mne ostře pohlédl a já řekla, že jsem z toho vynervená. Nějaký hlas na to řekl – no to jistě! A ironii a pochybovačnost jsem cítila na dálku. Byl to jeho hlas a nebo ten můj, ten, který mne vedl ke smrti? To nevím, ale slyším ho dodnes. Volá na mne ze zadu – ty si myslíš, že jsi hodná, obětavá a milující? Tak to se mylíš, jsi zlá, sobecká a hnusná.

Kapitola čtyřicátá osmá

Venku uhodily chladna. Vítr lomcuje korunami stromů a snaží se vyhnout studeným kapkám padajícím z nebe. Má to ale marný.

Brácha přijel s rodinou a jedou za mami do nemocnice. Už jí to tam je dlouhý, a tak vítá každé rozptýlení.

Úzkosti se mi jako zlobivé děti honí v duši a já ani nevím proč. O to je to ale horší. Pořád čekám pomyslnou ránu do zad a nevím vůbec, kdy přijde.

Moc mi nejde se uvolnit. Vzpomínám si, jak jsem byla se Zuzkou na přednášce o Ajurvedě. Hubený inženýr zapáleně hovořil o této zajímavé možnosti jak si zlepšit zdraví. Seděly jsme v první řadě, a když začala pauza, tak se mě Zuzka vážně zeptala, jestli nechci jít domů, že klidně můžu. Nechápala jsem proč a ona mi klidně odpověděla – jsi strašně nervózní. Až když to dořekla, tak jsem si uvědomila, že je to pravda. Se Zuzkou jsme podivně napojený. Často jsem k ní utíkala za klidem, který na mně chvilkově přenášela. Bylo to v dobách největších depresí zatajovaných před celým světem, ale tak moc skutečných, jak jen si umíš představit. Chodila jsem tam s břitvou v kapse a rozhodnuta od nich utéci místo domů, někam do lesa, a tam tu břitvu použít. To, že jsem tu břitvu nepoužila, neznamená, že jsem silná. Neznamená to nic. Jen, že se to nestalo.

Chtěla bych mluvit s Janou. Ve svých sms se mi ptá, jak je možné, že Petr, který byl tak silný a hodně dokázal, tak nepřekonal tu nemoc. Cítím ten nádherně alibistický veřejný názor, že ten, kdo se zabije, tak je sobec, který nemyslí na svoji rodinu. Mně jako té z druhého břehu připadá, že sobec je ten, který dělá něco, co ho těší. Může chodit do hospody, za ženskéjma, kouřit konopí, chodit za kamarádama, cestovat, malovat, hrát hazardní hry, prostě dělá něco, co ho těší a baví. Troufám si tvrdit, že lehnout si na koleje a čekat na smrt a na tu příšernou

bolest, bez které se smrti nedočkáš, tak že nepatří k zrovna moc dobrých zábavám.

A tak prosím ty, kteří jsou nevěřící, a osud jim nadělil drzost soudit druhé, prosím, dejte nás radši mezi bláznů než mezi sobce. Může se i vám totiž stát, že jako jedna krásná žena dokáže poblouznit láskou celého muže, tak jedna deprese pohltí téhož, ovšem o nějakou chvíli déle.

Petr byl také přesvědčen o tom, že svoji nemoc před osmi lety přepral. A to, že mrcha stála opodál a čekala na něj i se sestrou s kosou, to netušil nikdo z nás a Petr nejmíň.

Kapitola čtyřicátá devátá

Nemám mozoly od práce, ale od berlí, za to mě už nebolí ruce a svalíky se mi rýsují na natažené paži. Jsem prostě svalovec. Sedím v příjemné hospůdce, v příjemné společnosti lidí ze stacíku.

Žvaníme o životě, a taky o tom, jak se nám to houpá. Jako na lodi. Anča má stále problémy jít mezi normální lidi, ale mezi námi je ráda, a je to vidět. Přitom má problémy s dcerou, která přebíjí depresi alkoholem. To jí dlouho nevydrží, společně se shodujeme. A kupodivu všichni víme, o čem je řeč. A na vlastní kůži.

Náš benjamínek Libor s plachým úsměvem odmítá naše poklony. Stejně je to borec. Zvítězil nad depresí a alkoholem a pervitinem. Slabší deprese mu zůstala, a tak s ní válčí každý den. Jako my všichni tady. Uvolněně se smějeme a nikdo by na nás nepoznal naše problémy.

Éterická Nad'a má rošťácký účes a líčí, jak se chodí „nabíjet“ do krámu s kamínky. Před rokem by jí vůbec nenapadlo, že vstát z postele bude úspěch. Tenkrát byla šikovná manažerka, dělala od nevidím do nevidím, byla kreativní a flexibilní. Přesně podle katalogu. No a pak, kde se vzala, tu se vzala, na prahu stála mladší sestra té s kosou, šeredná deprese. Díky ní s námi Nad'a tráví letní odpoledne.

Pavel sedí v čele stolu. Má proč. Je z nás největší dominanta a největší oříšek, o co je větší postavou, o to je slabší duší. Má ji malinkou a útlu a jeho hospodské vtipy o sexu nás nezmatnou, i když snad o ničem jiném nemluví.

Pavle, Pavle, na nás hrát nemusíš. Na nás ne!

Dvě hoďky nám utečou jakoby nic a my, bratři v nemoci se loučíme jako milí příbuzní. Ano, máme toho přece tolik společného. Možná víc než v příbuzných. Anča také mluvila o dceři. Bohužel ještě nevěděla, že se hrne do chřtánu deprese. Prý zvládla v životě hodně, a teď prý si občas trochu pomůže zapomenout alkoholem. Kdo z vás si občas nedá, aby se ošklivé myšlenky na chvíli rozplynuly jako dým? Jenže u ní je to už plíživá, možná i těžká deprese. Posloucháme se zatajeným dechem a je nám to líto. Všichni bychom rádi podali pomocnou ruku. Sama vím, že to je někdy asi málo.

Libor i Anča společně vyhrknou tu zoufale nutkavou větu – vždyť má děti, musí myslet na ně, už kvůli nim se musí snažit! To je další věta, kterou bytostně nesnášíme. Použiju tu terapeutickou poučku v praxi, jo?

Budeš mít velkou vyrážku a teplotu a někdo ti řekne tuhle větu – vždyť máš děti, musíš myslet na ně, snaž se překonat nemoc! Vidiš, jaká je to pitomost. Dceřin příběh se asi nejvíc dotýká mě. Ona má děti, i já mám děti. Máme podobný problém s prvním manželem.

Libor, který žije sám, hovoří o rodině. O tom, jak máme zázemí a ty děti, jak je to hezký. Říká, že se máme. On má dojem, že boj s nemocí máme snazší.

Nedokážu to posoudit, jenom vím, že udržet si zázemí dá sakra práci a být dobrou dcerou, partnerkou, milenkou, maminkou a kamarádem je nemožný. A to se o to dost marně pokouším celý svůj život, v touze najít někde po cestě sama sebe. Anča ještě říká, že jí dcera do mobilu řekla, že by nejradši skočila do řeky. Pak to prý položila. Zatají se mi dech a

vzpomenu si na Petra. Jakkak se asi máš v tom tvém nebi? Už je ti dobře?

Závan chladného vzduchu mi uhladí vlasy jakoby na souhlas. Zážitky svých spolubojovníků si беру s sebou domů. Honza by chtěl, abych na to nemyslela. Kde se to učí? Možná v Tibetu, ale já to neumím, to už přece víš?

Belhám se o berlích, a když jdu se schodů, tak škobrtnu levou holí a skoro letím po hubě. To mám z toho, že už trochu machruju a dělám, že to mám jako „v lati“. A ono prdlajs.

Kdysi jsme si s kamarádkou garderobierkou v práci při představení hrály na borce. Asi třikrát jsme se pochválily, jaké jsme šikovné. Byl závěr první půlky hry a nastal poslední, ukrutně rychlý převlek mladé herečky. Až když přibíhala v rozepnutých šatech, tak jsme obě strnuly. Bílá drátěná křídla jsme nechaly ve skladu. Visely na tyči u stropu a čekaly na svůj výstup. Nevím, co chudák Kát'a řekla na jevišti, když tam přiběhla v andělské bílé říze a s hvězdičkou na čele, ale to, že jí tlačí křídla teda říct nemohla. Protože je neměla. Visely na té tyči ve skladu a já byla poprvé a naposled v hlášení. Abys rozuměl, to je jako dostat důtku do třídní knihy. Od té doby vím, že se moc chválit nemůžu.

Kapitola padesátá

Ráno, mastná hlava, skelný pohled, další den. Kolikrát ještě? Proč? S hrůzou si uvědomuju, že to mám už dlouho. Příšerně dlouho. Závidím všem, co ráno je pro ně obyčejná věc. Součást života. Něco, nad čím se neuvažuje, co prostě je. Jako vzduch, slunce a den. Opět mne vzpomínky hodí jako bumerang do doby před dvěma lety.

Tenkrát, když byli všichni tak nemocní a potřebovali moji péči, tak jsem najednou měla málo času. Nemohla jsem nějak stíhat práci, domácnost, zahradu a hlavně ošklivou rakovinou oslabené, křehké duše mužů. Pohladit potřebovala i mami. Ona také měla strach, že přijde o životního partnera. Pohladit jsem asi potřebovala i já, jenže já tenkrát běhala jak motorová myš a pokoušela se zvládnout nemožné. Pro mne nemožné. Každý máme své hranice, které nám asi nadělily sudičky a mně zřejmě ta třetí z nich uplivila jedovatou slinou kletbu. Zavřena do věže ze smutku, strachu, pochyb, nářků a zoufalství, čekám na krásného prince, který polibkem naplní mou duši silou, důvěrou v sebe a chutí normálně žít.

Protože jsem nedokázala všechno, co jsem chtěla, stíhat (a vím dobře, že to stihnout šlo, ale už se mi deprese lepila na paty), tak jsem si řekla, že holt budu vstávat dřív. No a co? Jsou přece lidi, kteří spí 4 hodiny denně a taky žijou, ne? Budík mi zvonil, ale mozek se mi nenastartoval. Pocity viny se zhoršovaly s každým cvaknutím další minuty a jako by moje nemohoucí tělo vmačkávaly do zdravotní matrace. Ten, kdo dlouho spí, je líný a taky špatný. Jestli vstáváš dobře, tak mne asi odsoudíš, ale najdi si sám jednu jedinou věc, kterou máš jako svoji špatnou vlastnost, s kterou nedokážeš hnout.

Je jedno, jestli je to okousávání nehtů, kouření, pití, nebo třeba nechut' cvičit a nebo přežít odpoledne s vlastní sestrou. Máš to? Tak teď si představ, že s tím bojuješ denně. Děsný, co?

Až na stacionáři jsem se dozvěděla, že často k depresi patří blbá rána a nejde na to nemyslet. Fakt!

To, že nemůžeš přinutit svoje tělo a mozek k činnosti, je příznak nemoci a ne lenost. Hurá, hurá, hurá. Líný člověk bývá prý poměrně spokojený. Moc mu to přeju.

Minulý rok jsem svoji další depresivní epizodu prožívala moc špatně. Vždyť víš. Když jsem terapeutce Evě, která se mi dechovým cvičením snažila o uvolnění tlaku na prsou, svěřila, že mám u postele dva dlouhé čalounické špendlíky, ani se nedivila. Každý večer jsem je měla v ruce, odhodlaná se s nimi píchnout do očí. Ty, zdravý, těžko pochopíš, proč. Zní to strašně, ale viděla jsem výčitky v očích mých blízkých a cítila jsem, že si myslí, že se nesnažím, a už jsem to nemohla vydržet. Smrt se mi i přes mé pokusy vyhýbala jako čert kříži,

a tak špendlíky mi mohly bolestně pomoci od vidění všeho pro mne bolestného. Tak tohle deprese dokáže. Už chápeš, proč se jí tak bojím?

Kam se hrabe rakovina. To tě alespoň lidi litují. Už slyším zase Marii – Martino! Vy chcete litovat? Co je vám do lidí? Nechci být hajzl, který zneužívá okolí. Jsem na to alergická od mého manželství. Na to mi Marie vlídně, ale rázně odpoví – a vy jste Martino, hajzl, který zneužívá okolí? Doufám, že ne – zní moje odpověď. Tak v čem je problém? Říká zase Marie a opět zmizí někde v mojí hlavě.

Volala mi Lenka, že Ivana je pryč na tom blbě a asi je na krizovém oddělení psychiatrické kliniky. Obě nás to moc mrzí, protože ji máme rády. Lenka říká, že ona má rána taky blbý. Depresi se snaží zahánět prací. 50 sklenic s marmeládou je tomu svědkem. Práce, ta je prima, a když ti jde od ruky, je to superlék. Zhoršený stav už nevyléčí. To věděl i Petr, když si mi stěžoval, že se nedokáže na nic soustředit. Posílám Ivaně sms s přáním brzkého zlepšení duše. Po několika hodinách mi přichází odpověď – čauky Marti, asi se mi podařilo vyškrábat se příliš vysoko a o to hlubší pak byl pád... Krizák jsem odmítla, ale celé dny trávím „mimo“ stočená v koutku postele. Pozdrav ode dna posílá Ivča. Tak vidíš, tahle veselá holka že je nemocná? Ano, i ona je jedna z nás.

Kapitola padesátá první

Kuba už nezvrací ani neprůjmuje, takže se vrhá na všechno jídlo, co ty dny nesměl. Začíná mít i zdravější barvu. Prázdniny jsou za dveřmi, tak ať je v pořádku.

Venku aprílové počasí. Déšť honí mraky a sluníčko s nimi také závodí. Jedeme nakoupit a cestou zpět potkáváme Janu. Bledá, vyhublá. Černé brýle skrývají krásné oči opuchlé neustálým pláčem. Mluví se sousedkou a pryč se za chvíli staví. Nejde dál, jen stojí u dveří, jako by chtěla co chvíli utéci. Utéci někam pryč od smutku a starostí.

Mluvíme o Petrovi a o tom, jak moc jí chybí. Marti, řekni mi, proč?

Otazník visí nad námi a já něco melu o nemoci. Nedokážu jí ale vysvětlit, že ji nechtěl nechat trpět a holky taky ne. Že ta nemoc je položená v duši a v mozku a nedovolí ti myslet na něco jiného než na ni.

Psychiatr, s kterým o Petrovi mluvila, jí pryč řekl, že se nikde moc nepíše o tom, že deprese je jako rakovina, a když máš štěstí, tak na ni neumřeš. Ty víš, že sebevražda je koncem nemoci, zvané obšírně deprese? Ty už snad jo, ne?

Kapitola padesátá druhá

Budík odtikává minutu po minutě. Není už ráno, ale dopoledne a já schoulená pod peřinou dělám, že tu nejsem. Že vůbec nejsem. Tlak na prsou mi krátí dech a strach v hlavě bije na poplach. Co bude dál... co bude dál... co bude dál...? Samota v duši se roztahuje do obludných rozměrů a její sestra bolest se zlomyslně směje, skrytá pod černou kápi. Nevidím jí do obličeje, ale vím, že tam je.

Dnes končí školní rok. Kuba už přinesl z páté třídy vysvědčení ve středu. Má samé jedničky a i když ho chválím a říkám, že mám radost a že je šikulka, tak jen krapet té radosti ukápe do mého srdce. Jsem jako motor po generálce, která se moc nepovedla.

Mami už je doma z nemocnice a kromě osmi hodin má být stále na kyslíku. Velká hučící krabice vyrábí životadárny plyn a nosními dírkami vhání do maminciných plic úlevu. Když říká, že tady s námi snad ještě nějakou chvíli bude, tak pocítím závist, která se mi nelíbí. Hra na pravdu ale trvá, a tak musím přiznat, že jí závidím vidinu kratší životní poutě, než tuším u sebe. Nedávno mi její kamarádka Jiří řekla, že by si mami už zasloužila trochu

klidu. Dlouze při tom na mne pohlédla a já možná příliš vztahovačně chtěla vyhrknout – ale já ji nechci trápit! Já to nedělám schválně! Nikoho nechci trápit a nebylo by teda lepší, kdybych nebyla? Aspoň už bych nikoho netrápila! Slyším tě dobře? Říkáš oblíbenou větu – takhle přece nemůžeš mluvit! Musíš se snažit! Já vím, já vím, já vím!

Hlavou mi šlehne vzpomínka stará už dvacet tři let.

Zamilovaná do toho hezkého, štíhlého, opáleného kluka s úsměvem na rtech, snažila jsem se vyhovět jeho vášni a opřená o trám na půdě staré chalupy, čekala jsem na závěr milostného aktu. Sice jsem toužila po čistotě a měkkosti teplé náruče někde uprostřed peřin, ale jemu se to takhle líbilo, a já netušila, že jsou důležité i moje pocity. Strach, že o něj přijdu, byl silnější, vždyť samota stála na prahu a říkala si pod fousy – já mám času dost, ona na mne dojde řada.

Pomalým plazivým pohybem se soukám z mé nory. Nejdřív trčí sádra ve svém špinavě modrém hávu, a pak vylézá i zbytek mého těla. Pomocí holí dohoppkám do koupelny a zrcadlo drže promítá moji tvář na stříbřitou plochu. Vracím mu skelný pohled, kterým na mne zírá. A máš to!

Kuba na mne volá z obýváku a část mne, která hraje maminku, mu odpovídá. Ta se skelným pohledem na mne stále civí a já zatoužím vzít kámen a praštit jím do stříbřité plochy, aby už navždy zmizela. Škoda, že to nejde. Opět si vzpomenu na Petra a na Janu. A na to, jak přijatelnější by bylo, kdyby zemřel na infarkt, nebo mrtvici. Prostě na nějakou nemoc, která se odpouští.

Jana tu včera plakala a říkala, že i ona nese vinu na tom, co se stalo. Že mu asi dávala málo lásky. Jako by nestačilo, že jeden člověk zmizel ze života, ještě si dáváme vinu. I já ji cítím, protože vím přesně, co cítil Petr. Náš mozek je centrem všeho našeho dění a proč se stres zrovna namíří mezi serotoninové hemžení, to netušíme. Ten stejný stres totiž dokáže povzbudit v růstu rakovinové buňky, nebo namáhat víc, než je zdravé, srdeční sval. Taky se může spustit cukrovka a nebo prasknout céva v mozku.

Proč je ale vše přijatelné, jen ne sebevražda? Protože vše ostatní se jako by děje bez naší ruky, a přitom třebas kouříme, chlastáme alkohol, málo pijeme vodu, jíme jednou denně a nebo pořád, že jsme tlustí na tři prsty. Taky nesportujeme a pořád se rozčilujeme. Zelenina se nám hnusí, málo spíme a odpočívát neumíme. Rakovina plic nás překvapí, i když je to naše ruka, co denně drží cigaretu v ruce. Rakovina stěv nás překvapí, i když naše ruka drží párek. Myslím si, že i to je vlastně sebevražda, ale taková zakuklená a společensky přijatelná. Jak řekl správně ten psychiatr – deprese je smrtelná nemoc a ne každý ji přežije.

Kapitola padesátá třetí

Jedeme ke známým na kraji města. Jedeme stejnou cestou, kterou jsem prchala tenkrát z té nemocnice.

Mraky jsou plné vody a ve vzduchu už je cítit déšť. Přejíždíme most přes řeku. Ohlédnu se na temnou vodu a vzpomenu si, jak jsem do ní chtěla skočit blízko jezu, protože jsem někde slyšela, že z víru pod jezem se nedostaneš. Pak jedeme do kopce a míjíme les, který obkružuje velký rybník. Stromy pohupují čerstvě zelenými listy a netuší, že před dvěma lety tam mezi nimi běhala zoufalá holka a polohlasně volala – bože, pomoz mi, jak se mám zabít? Volala toho stejného boha, který jí měl před měsícem pomoci žít a přežít. Seděla jsem tam tenkrát na bobku a nevnímala slunce, které co chvíli problesklo korunami stromů. Nevnímala jsem mravence, nosící neúnavně těžký náklad do mravenišť. Všechno už bylo ztracené a já chtěla mít klid mé zbědované duši. Už jsem nemohla dál. Fakt!

Vzpomínám si, jak jsme na tohle téma dlouho hovořily na našem srazu neurotiků na chatě u Lenky. Některé z nás neměly rozhodnutý styl smrti, ale Lenka i Ivana jsou borkyně. Ty už vědí, jak na to. Nebudu to prozrazovat, ale závidím jim. Určitě by se mi líp žilo, kdybych měla jasná zadní vrátka. Jana, když nás slyšela, tak nádherným moravským dialektem

prohlásila, jak jsme blbí. Ona totiž byla z nás ta jediná, která díky panické poruše umřít vůbec nechtěla. Smrti se bála až moc.

Společný oběd už jsme neměli dlouho. Mami s kyslíkem, já se sádrou, děda s lehkou hluchotou a Jára s Kubou. Kdyby nás viděl Libor, tak by si řekl, jak hezké je mít rodinu. Má pravdu, ale co to dá práce, sžít se tak, aby udělal každý drobný ústupek. Vždyť to znáš sám.

Když jsem byla před dvanácti lety poprvé hospitalizovaná s těžkou depresí v nemocnici, tak mi bylo líto, že se za mnou můj pravý táta nepřišel podívat. Bydlí totiž skoro naproti. Prý se mu dělá špatně v nemocnicích – zněla jeho pozdější odpověď na moji otázku.

A tak se vás ptám, terapeutko Marie – co je dobře? Pro mne by bylo dobře, kdybych viděla na něm účast, ale jemu by se udělalo špatně, takže by pro něj bylo dobře, když by tam nešel. Babo, rad'!

Když mi nedávno táta říkal, že nemůže za to, že jeho rodina i on měla tuhle nemoc, tak mě to uzemnilo. Já ale k sakru za to nemůžu, a dokonce ani nemůžu za to, že jsem se narodila, a abych pravdu řekla, tak bůhvíjak neplesám, že žiju. Kdybych se nenarodil, sotva bych asi žil – to přece zpívá klasik. Važ si života, vždyť víš, jak jsou na tom jiní lidé hůř.

Člověk pak přehodnotí zásady a srovná je podle jiných priorit. Tak tohle jsou oblíbené věty, které určitě ti, co je vyslovují, myslí vážně. Za těch čtyřicet čtyři let jsem udělala spoustu pokroků v názorech, to ano. Jsem určitě tolerantnější, ale na druhou stranu vím, že nemůžu udělat něco, co chce ten druhý, když mi to nejde. A to ani pod křídly lásky a nebo přátelství. Vždycky jsem věděla, že objetí, nebo pohlazení je důležitější než plné břicho. Beru to podle sebe a aplikuji to na své blízké. Zatím to nevypadá, že by se někdo vzpouzel.

Když za mnou chodily děti do nemocnice, tak jsem se těšila na Pavlínčinu náruč. Tak co, mamuško – počechrala mi zpocený vlas a objala mne. Byla to jiskřička, která protrhla silný mrak nemoci na malinkou chvíli. Jára to také dokáže mne obejmout, ale je jiný. Ty dva měsíce v inkubátoru prý někdy zaviní, že je dítě trochu otažitě. Vůbec se nedivím tomu jevu, protože chudák miminko trpaslíček je místo v mamčině náruči ve skleněné krabici a hadičkou do žaludku mu cpou mateřské mléko. Pak z toho nemá být tumpachový. A to jsem s ním celý rok cvičila vojtovo cviky, který jsou sice účinný, ale bolí.

A tak – když jsem předloni ležela na sedačce zabalená v dece a chtěla zmizet ze světa, tak jsem Járovi, co šel okolo k nedalekému počítači, potichu řekla – Járo, já chci umřít! Otočil se ke mně tváří, řekl – hm – a pokračoval směrem k počítači. Toužila jsem, aby mne pohladil a řekl – mami, to přece ne, vždyť bys nám tu chyběla. Možná to tak cítil, ale rozhodně to neřekl.

Kdyby měl člověk deset dětí, tak bude určitě každé jiné.

Kapitola padesátá čtvrtá

Dneska je nějaký divnej den. Sádru budu mít už měsíc a nevím, proč zrovna dneska je tak nepochopitelné, že nevyběhnu rychle ke dveřím a nevezmu telefon od pevné linky, že prostě s berlemi nepověsím prádlo a ani kafe rychle neuvařím. Vztek se mnou cloumá a dusím ho v sobě, aby byl klid. Pak ráda přijímám pozvání mé dvorní čarodějnice Zuzky na kafe. Je to od nás kousek, ale s berlemi je to dřina. Alespoň svůj vztek rozdrťím na asfaltovém chodníku.

Povídáme si o astrologii a blbá nálada ze mne slézá a mizí oknem. Ona si zase někoho najde, to se nebojím. Po chvíli ukecám Zuzku a ona mi vykládá karty. Jako vždy tam na stole leží moje pocity v celé nahotě. I ta samota, mrcha, na mne mrká z jedné karty. Výsledná karta ale vypadá slibně. Už se na její vábení těším. Ne, neboj neberu to smrtelně vážně, ale je pro mne příjemné, že karty nelžou.

Když mi bylo fakt hodně blbě, tak jsem si furt tahala stejný karty, a pro změnu v lepších chvílích mi ruka nevybrala žádnou z nich.

Zuzka nejdřív nechce vyložit na Janu. Nechávám to být, ale když najednou Zuzka prohrábne karty, mám radost. Tolik bych chtěla Janě pomoci. Deset karet leží na stole

odkrytých a Zuzka na ně zadumaně hledí. Ty první značí velké neštěstí a bol. Ty další prý znamenají těžkou cestu, ale velkou sílu to zvládnout. Jsou to pouze barevné kartičky, ale dávají naději. Naději, na trochu štěstí pro holku, která toho už zažila fakticky dost.

Belhám se domů a je mi líp. Zase škobrtnu na schodech levou holí a držkopád tak tak vybírám. To jsem teda šikulka. Koukám na pořad Třináctá komnata a moderátor nám oznamuje, že hrdinovi pořadu se před dvěma dny zasebevraždil bratr, tak abychom to tolerovali. Ihned si vzpomenu na Zuzku, protože ta mi před chvilkou zase povídala o někom, kdo se oběsil.

Nevím, kolik lidí zahubí deprese, ale si to nebude málo. Ať už je nazveš blázny a nebo sobci, kteří se zbavují zodpovědnosti, pořád to jsou lidé.

Nejdřív živí a pak mrtví.

Strkáním hlavy do písku neubráníme ani sebe, natož okolí, a možná by bylo moc fajn se smířovat s tím, že tato nemoc je. Společnost už si pozvolna zvykla na emancipaci, homosexuály, otevřené diskuse o alkoholismu i drogách. Zatím je ale podivné tabu o sebevraždě. Proč?

Je to strach z neznáma, a nebo strach, že to přeskočí i na mne? Na mne už to bohužel přeskočilo a jako klíště mi to sedí asi za krkem, nebo někde tam. Kdybych nemusela, tak o tom tady, Plho, nehovořím tak dlouho. Jenže mi připadá, že opak je pravdou. Čím víc děláme, že něco není, tím to něco nabírá větší síly a jako bumerang se vrací zpět. Větší a silnější, plné tvého strachu a mlčení a marné touhy udělat z toho to, co není a nikdy už nebude. Ach, malinký človíčku, vesmír se směje tvé naivitě a hlouposti.

Kapitola padesátá pátá

Je poslední červen a počasí připomíná duben. Mraky se honí po nebi a občas z nich skápe déšť. Mami má být na kyslíku 16 hodin, a tak teď je těch pár chvil, co dýchá sama. Kroky vede velmi pomalým tempem, aby její zadýchání nebylo moc velké.

Sedíme všichni na zahradě a libujeme si, že je hezky. Před dvěma lety jsem taky takhle seděla na stejné lavici a říkala ta stejná slova – to je ale hezky. Slova plula z mých úst, ale příjemný pocit nepřišel. Jako když vložíš do úst zralou jahodu a místo výrazné svěží chuti pocítíš prázdno. Tak přesně to vypadalo. Teď je o něco lepší, ale stejně nic moc. Ale asi mám být za to ráda, nebo ne?

Mám chtít víc? Můžu vůbec chtít víc? Není už tohle to hodně? Nejsm já na tom stejně jako moje mami? Ona je ráda, že může dýchat alespoň s hadičkou vnořenou do nosních dírek, a já denně děkuji svým lékům za to, že mi není hůř.

Teď mi volal Petr ze stacíku a mé srdíčko zaplesalo. Mladej hezkej kluk a nezapomněl na starou depresistku. Když mu říkám o mé sádřičce, tak si povzdechne, že nás nemůže pustit z dohledu. Nás, myslí mne a Radku, ta má totiž pro změnu zánět kotníku. Pěťo, je to tak. Potřebujeme mladický celodenní dohled.

Minule jsme byli takhle ve třech na Radyni. To jsme si užili, jak děti na základce. Taky se ale sakra niterně známe. Víme o svých snech, o nejhlubších temných zákoutích duše, za které jsme se přestali stydět díky stacíku. Stacíku, od kterého jsme čekali víc, ale trochu práce na sobě jsme přece jen díky němu udělali. A taky jsme se poznali. Vzpomeň si ty sám, kolik znáš lidí, se kterými je ti dobře?

Anča z druhého stacíku nám mnohokrát řekla, že se vyhýbá všem lidem, ale že je v úžasu, jak se jí s námi dobře povídá. Je to tak. Celých dvanáct týdnů jsme seděli v kruhu proti sobě a mluvili o tom, co nás trápí a nebo trápilo, ale i co nás těší a nebo těšovalo. Anču těšovalo dřív všechno. Práce jí bavila, blbej vztah vyřešila a našla si i nový a daleko lepší. Ona byla ta, co tvrdila, že všechno se dá zvládnout, a hlavně se nevzdávat. A pak nastal zlom, přišla nemoc a všechno bylo naopak. My všichni jsme si zaboření v pohodlných křesílkách dodávali odvahy a

těšili se na nový den, kdy si budeme moct dovolit říct bez rozpaků – dneska je mi blbě. Všiml sis, že skoro každý ti na to odpoví – copak tobě, ale víš, jak je mně? Já musím..., ty se máš dobře.

Dost si troufáme tvrdit, jak je tomu druhýmu. Ale pouze my tvrdíme, jak si myslíme, že je tomu druhýmu. A to je sakra rozdíl. Náhodou jsem si vzpomněla na jeden den, kdy můj čerstvě nabytý manžel nepřišel domů.

Zdržel se o jeden, pro mne dlouhý, den na tahu s vysokoškolačky.

Celá nešťastná jsem se zašla zeptat jeho mamí, alias mé tchýně, jestli neví, kde je, že mám o něj strach. Ona to ale viděla jinak – aspoň nemusíš vařit – zněla její slova. A tak to prostě je, každý jsme originál a originální máme i chutě a pocity. Společnost nás nutí do stádnosti a my chceme být jako ti druzí – dokonalí.

Kdybych byla Palestinec, tak mne za touhu se zabít budou oslavovat a vyberou mi místo, kde mám na sobě odpálit plastické trhaviny. A tady mne nikdo neoslavuje, ale tento způsob odsuzuje. I kdybych odpálila jenom sebe. Jo, ale v té Palestině bych musela být chlap.

Kapitola padesátá šestá

První den prázdnin počasí slaví rozžatým sluncem a teplotami kolem třiceti. Sedím na židličce a kolem mne na okruhu bruslí mnoho opálených těl. Dvě z nich patří ke mně. Pavli bruslí dobře a Kuba taky. A ještě ke všemu je to baví. Jak jim závidím.

Moje rozpolcenost stále trvá a nedokážu se jí zbavit. Už mne to unavuje. Dokonce už mě unavuje ti o tom říkat. Jako by měl člověk šanci na to časem zapomenout. Dneska jsme s mamí vařily a dost mne to sebralo. Víím, že se mamí děsně blbě dejchá, ale chtěla bych od ní vidět trochu optimismu. Alespoň krapet.

Asi před dvěma měsíci brala ten prednizon ve vyšší dávce a byla úžasná. Měla totiž dobrou náladu. Sice se jí dýchalo taky blbě (ale pochopitelně daleko líp než teď), ale měla i humor a nadsázku. Máš pravdu, já chci od ní to, co nemám sama. Od mládí mám rozšířené vnímání a přiblíže se vcítuji do všech lidí okolo. Proto mne vtáhlo to divadlo do svých sítí a tenat. A proto si tak užívám, když je někdo pohodový. Ráda si hraju s dětmi, protože právě z nich to ryzí mládí doslova prýští. Dramatičnost a vážnost u věcí, které považuju za životně podřadné, mne drtí.

Nechci vyšetřovat, kdo nechal rozsvíceno v průjezdě, a je mi jedno, jestli chce k obědu někdo polévku, nebo ne. Nechci se rozčilovat nad tím, jaké máme politiky a ani co zase řekl předseda vlády. Důchodová reforma bude taková, jakou jí oni udělají, a já, Martina z Doubravky svým vztekem ublížím pouze sobě a těm okolo mne. I ve svém věku stále věřím ve větší sílu prosby než příkazu, ale zároveň jsem si jistá, že to, co takzvaně dojde tobě, nedojde druhému a že holt mu to musím říct a ne donekonečna čekat na zázrak.

Každý to fakt cítí jinak. Jednou mi líčil kamarád Láďa, jak kdysi seděl u táboráku a držel se s jednou holkou za ruku. Ona na něj zamilovaně hleděla a plameny ohně jí osvětlovaly tvář. On se seděl a svíral pŕlky zadku křečovité k sobě, protože se blížil průjem a ten je silnější než láska.

Tak to prostě je.

Společnou máme chuť k reprodukci (a to ještě každý v jiné délce a počtu) a taky musíme všichni pít, jíst a spát (ale taky každý různě). Jiný máme práh bolesti, jiný máme hudební sluch, jinou výdrž má každý z nás. Někdo leze na osmitisícovky, jiný se potápí a natáčí žraloky, další vyšívá dečky a nehne se z domu. Někdo se narodí jako homosexuál a jiný jako heterosexuální většina. Něco se zdá být jako nemoc a něco jako úchylka.

Jestlipak víš, že pedofilie se nedá léčit? Ani kastrace prý nepomůže. To jsem si zjišťovala, když jsem probírala na stacíku mého pedofilního strýce.

V té chvíli mne polilo horko. Takže s tím se prostě člověk narodí? No asi prej jo. A tak

budu zřejmě děkovat bohu za to, že mám jenom těžké deprese a nejsem třeba pedofil, protože když pitomou cigaretu nedokážeš odložit, tak jak odložíš chuť se milovat – to je myslím daleko silnější než zlozvyk.

Děti už jedou desátý kolečko a jejich červené tváře září na dálku. Okolo si lidi dávají kafe a kupují nanuky a určitě nepřemýšlí nad tím, co já. To, že jim to závidím, to přece víš. Stále jsem na vnitřním rozcestí a ať se dám na jakoukoli stranu, tak mne to svede zase zpět. Možná trochu moudřejší, ale zase zpátky. Já bych ale chtěla být hloupější a dál. A je mi úplně jedno, co si o tom myslíš.

Kapitola padesátá sedmá

Mám jednoho kamaráda, a ten se mi v dobách hodně, hodně zlých také snažil pomoci. Jeho maminka trpěla maniodepresivní poruchou. Já mám ve své diagnóze sice poruchu bipolární, ale vlastně je to totéž, jen se to přejmenovalo. On na sobě dost pracuje a snaží se své emoce usměrnit do správných mezí. Vypadá to, že se mu to celkem daří. On se mi snažil vlít do žil teorii, že všechno zlé je pro něco dobré a že to vždycky bolí, když se něco nového a lepšího tvoří. Svě tvrzení měl podložené mnoha moudrými knihami a osobním kontaktem s různými guru.

Vše jsem vyslechla, doufajíc v náhlé prozření mé duševní tmy, aby plamínek poznání mohl konečně vzplát. On se snažil, a přitom říkal, že až mi to všechno dojde, tak už mi bude líp. I já se moc snažila, ano terapeutko Marie – hodně jsem se snažila – a máte pravdu, že to asi bylo nanic.

Za sebe můžu říct, že nevím, co může být dobrého na nepodařené sebevraždě, a pakliže ta hrůza stavů těžké deprese byla dnem, tak jsem se od ní trochu odstrčila, ale svůj život jsem nepřehodnotila. Nemám co. Vždycky jsem věděla, že láska je pro mne důležitá, majetek hromadit neumím a taky na něj neumím vydělat, snažím se chovat k lidem tak, jak bych chtěla, aby oni se chovali ke mně.

Nemoc mi změnila život v tom, že se teď nejen bojím tmy a samoty, ale hlavně se bojím návratu pekla. Je to totiž příšerné vnitřní peklo a naděje na vysvobození z těžké deprese ti skýtá pouze ta smrt a s ní ticho a klid, vykoupené velkou bolestí tebe i těch druhých.

Těch, co musí přihlížet nevěřícně, jak se jim měníš před očima v pouhou skořáčku se zoufalýma očima a prázdňým pohledem.

Těch, co tě odvázejí za lékaři a sami chtějí ujištění, že i oni dělají pro tebe dobře.

Těch, co se chytají všech stébel a usmívají se na tebe, polykajíce slzy. Těch, co se chtějí strhnout prací, abys měl radost.

Těch, co se snaží věřit, že se to spraví, a ty zatracený léky zaberou a třebaš už zítra ráno vstaneš a budeš jako dřív a jim ze srdce spadne obrovský balvan strachu a nastane konečně úleva.

Pro všechny zasloužená úleva.

Kapitola padesátá osmá

Je skoro půlnoc. Teplý večer je plný vůní a kde se vzala, tu se vzala, úzkost mi zase sedla na prsa a uvelebila se tam, jako by to byl její domov.

Zítra mi po obědě sundají sádra a já mám místo radosti strach. Doted' jsem měla omezený pracovní ring díky té sádře a to, že to bylo zároveň i díky úzkosti, to se nerozeznalo. Zítra to bude jiné. Noha mne sice bude bolet a čeká mne rehabilitace, ale už budu jakoby zdravá. Jako ta, co vypadá zdravá.

A já se pořád ještě nenaučila říkat, že něco prostě nemůžu udělat, protože je mi blbě. A teď vidím jen to, co bych zítra udělala, kdybych byla zdravá. Vyžehlila bych prádlo,

vyluxovala obývací a uklidila tam stolečky, utřela prach a umyla nádoby, a taky vytřela ty fleky na lině a vrhla se na zahradu na ten plevel a taky našla Kubovi tu košili, co hledám. Tak a teď sedím paralyzovaná v křesle s úzkostí na prsou a bojím se zítřka. Jako kdyby se mělo dít bůhvíco, on ale obyčejný běžný den je vlastně bůhvíco.

Když předtím zažiješ svoji neschopnost díky depresi, když nedokážeš vstát z postele a vyčištění zubů znamená výstup na Čumulungmu a jít se oblíct je hudba budoucnosti, tak vítáš normálně se podobající den jako boha slunce. Je to moc a moc složité a třeba si to složité dělám já sama. Kdoví? Mám naučené chování, které jsem si zřejmě podvědomě vybrala už v raném dětství. Kvůli Janě jsem se kdysi poprala s daleko vyšší holkou. Já, která se bojím tmy, jsem si zvolila mimikry tvrdáčky. Jako ten nejedovatý had, co se tváří jako jedovatý korálovec, aby zmátl okolí.

Myslíš, že se bojí stejně jako já? Bojovat za druhé, někdy, i proti jejich vůli, to mi vždycky šlo dobře. Bojovat za sebe, to už je horší. A teď mně napadá, jestli vlastně nechci, aby ti druzí zase bojovali za mne. Kruh se uzavře a všichni budou spokojení.

Škoda, že ta druhá polovina je jenom idea. Jo, jo, já vím, terapeutko Marie, jsem plnoletá už dlouho a svéprávná a bojovat za sebe mám já a nemám se schovávat za ty druhé. Když já to ale moc neumím.....

Kapitola padesátá devátá

Moje modrá noha zmizela a jako kuřátko ze skořápky se vyloupila ta moje původní noha. Je celá bledá a koleno je slušně nateklé. Lékařka porovnává mé obě nohy a píchá mi prstem do té zdravé. Tady vám něco chybí, povídá při tom, a mne to pobaví. Neměla jste s ní někdy něco? Vyptává se lékařka. A znovu dodává – tady vám něco chybí.

Je to tohle místo vedle jejího prstu. Je to klidně možný, odpovím a říkám si v duchu, že mi toho chybí daleko víc.

Berle stále nechat, našlapovat na chorou nohu jen zátěží 20kg a zítra na kontrolu. Noha mi slušně bolí a berlí jsem se nezbavila, takže nic moc.

Rodina taky není nadšena, protože se domnívala, že s pádem sádry padá i jejich pracovní nasazení za mne. Asi si musíme všichni počkat.

U mé psychiatricky strávím dobře půl hodiny. O Petrovo smrti nevěděla a zdrcení nehraje. Připouští sama, že oni jako psychiatři nemají moc možností, a vlastně to zkouší. Hlavně, že se létá do vesmíru a klonují se ovce, ale potřebná diagnostika duševních nemocí je zatím pouze velkou nadějí nás postižených.

Večer je mi zase blbě. Mluvila jsem dlouho s Janou, která jen tak tak přežívá. Urnu s Petrem si dneska přivezla ze hřbitova a má prý ji na stole a u ní svíčku. Pláče a mluví s tím, co z Petra zbylo. Prach jsi a v prach se obrátíš. Chci se s ní domluvit na mé návštěvě u ní. Ale Janiny myšlenky plují volně vzduchem a zatím není žádná síla přivolat je zpět. Mám o ni starost. Noc vítám jako únik od života a usínám s nadějí, že se neprobudím.

Kapitola šedesátá

Zase nic. Živote blbej, už jsi tu zas. No, jásat nad tebou nebudu, neb mi to nejde. Hopkám ukázat lékařce své oteklé koleno a tuším, že to nenechá jen tak. Má předpověď vyšla do puntíku a velká stříkačka do sebe vcucává kus mého těla. Bolí to dost, ale vydržet se to dá, a tak ležím na bílém lůžku a skoro nahlas chci poprosit lékařku ještě o jeden úkon. Prosím, vycucněte mi z duše tu bolest a žal a nicotu a zmar a úzkost a beznaděj a zoufalství. A vezměte si na to velkou stříkačku, protože je toho tam moc, ale já to vydržím. Takovouhle bolest já vydržím.....