

Ljuba

Agáta Dokoupilová



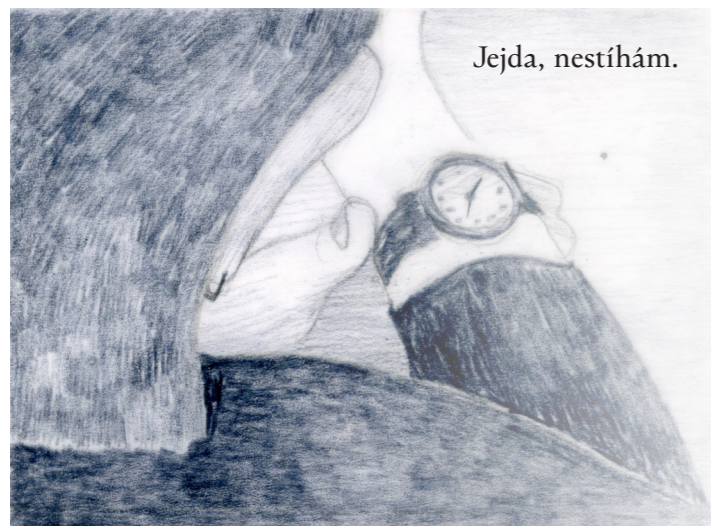
Ljuba

Agáta Dokoupilová

Věnováno mé rodině.



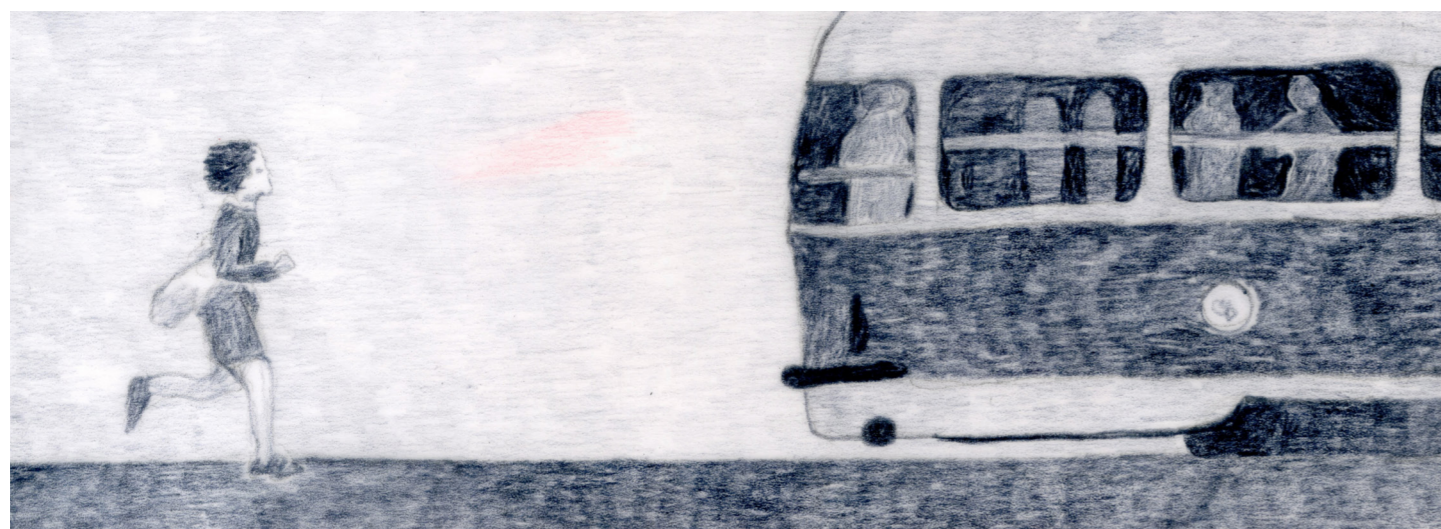
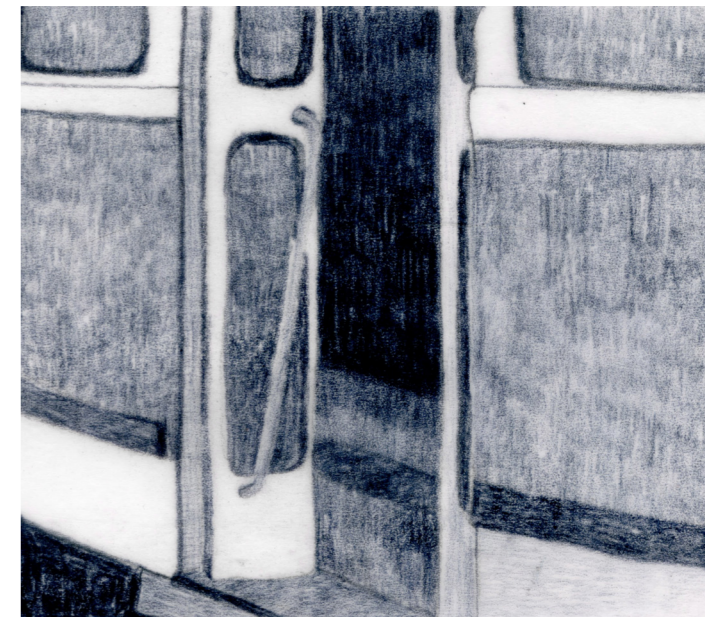
Znáte to: když se dlouho někam těšíte. Představujete si, jaké to bude, jak se budete bavit, co budete mít na sobě. Až tam budu, tak budu spokojená, říkáte si. V hlavě si vymýšlíte situace, ke kterým může dojít, a srdce vám plesá. A ono už se to blíží, jemná nervozita vám prochází tělem. Celý den nemůžete myslet na nic jiného a nejste schopni nic pořádného dělat. Naše hlavní hrdinka stojí před právě takovou událostí. V hlavě se jí kupí myšlenky a pochyby. To zvládneš, Ljubo, bude to skvělý večer a ty si to užiješ. Ale opravdu tomu věří?



Jejda, nestíhám.



Haló!





Jen pár okamžiků ji dělí od Jarní slavnosti – události, na kterou se těšila skoro celou zimu. Na konci jara ji každý rok pořádá škola, kde studovala. Zváni jsou všichni z jejího okolí; potkávají se na ní absolventi školy, učitelé i současní žáci. Je to tak trochu přehlídka: kdo se za poslední rok posunul dál? Celý svět se Ljubě koncentroval do očekávání těch několika hodin strávených s přáteli a těšila se, že všechny znovu uvidí. Že všem ukáže, jak se změnila: že je hezčí, šťastnější... Ale stačí to? Má strach, jako obvykle. Nádech, výdech a jdeme.



PROČ TO ŘÍKÁ KDIŽ VI JE
TO NENÍ PRAVDA

Jé, tobě to ale sluší.

Díky.



Ahoj, tady jsme.



Pojď si sednout za námi.



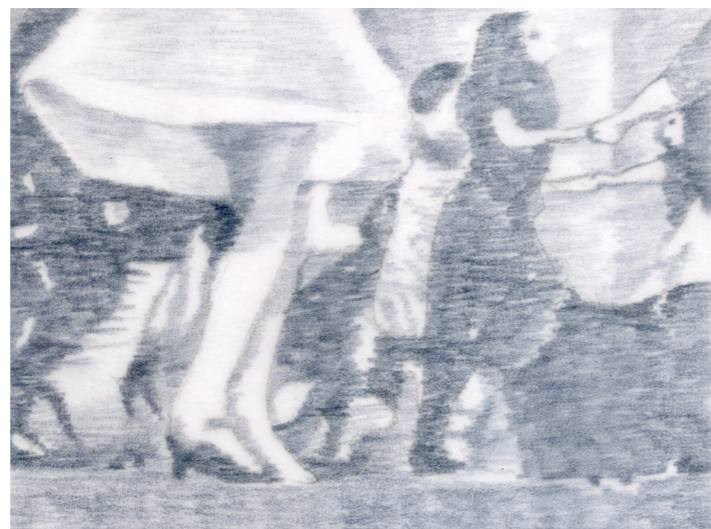
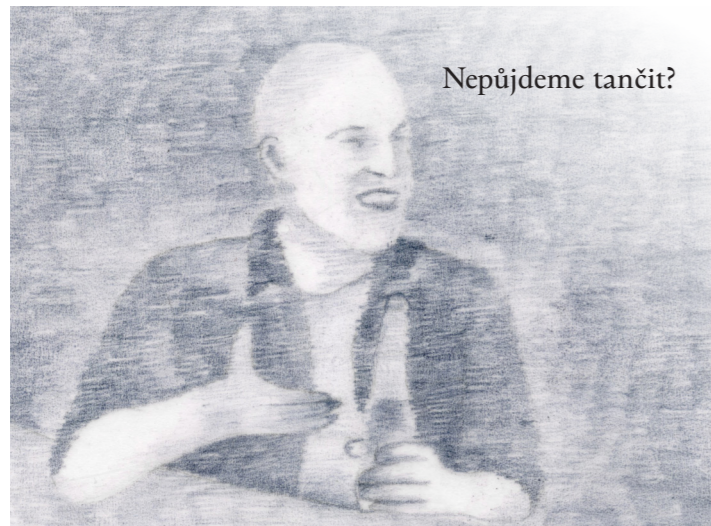
VYPADAM TU ZE VSECH NEJHUR VILUSTA VEDICKY TAK SLUŠI

NENLUV
JSI NA NIC

PROČ TO MARI
NESNAŠIA ŠE



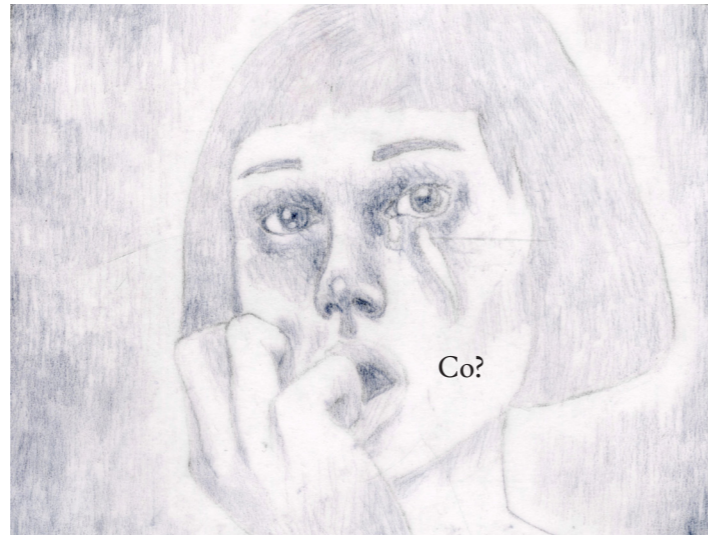
Malé zrníčko pochybnosti se v hlavě začalo rozrůstat; myšlenky o nedostatečnosti se spustily, jakmile uviděla ostatní; vždyť všichni jsou lepší než ona. Snažila se smát se s ostatními a dělat jako by nic, ale uvnitř se cítila strašně. Vědomí, jak naprosto nedostačuje vzezření okolosedících, jí zastřelo den, jenž se tehdy umně vybarvil. Ona sebe samu sunula k nehodě.







Bylas tak zaneprázdněna sebou,
že ani nevíš, co se stalo.



Ten podivně klidný hlas měl pravdu: vůbec nevěděla, co se stalo. Udiveně hleděla na ten zjev, že je mimo sebe; jako by se rozdvojila. Copak to jde? To přece ne! Stále tomu nemohla uvěřit. Pak sebrala odvahu a té tajemné podobizny se dotkla: ano, jsem to já. Začala to zkoumat a nechápala. Uvažovala, jak dlouho asi trval předešlý moment, a potom jí něco došlo – v místnosti není jediná, někdo je tu s ní. Z které strany k ní přicházelo zvláštní teplo. Není přece možné, aby se sem někdo dostal, když jsem zamkla dveře. Ještě si nedokázala dát věci do souvislostí: to rozdvojení předtím a ten divný dojem teď. Pomalu otočila hlavu a uviděla ji, jak tam sedí.



Seděla nehybně a v očích měla klid, pozorovala Ljubu. Teplý oblak nebo co... Jako když v létě podvečer stojíte na louce a obejde vás hřejivý vánek, donesený snad od neznámého požáru v dáli. Postava se vyznačovala klidem a nehybností do té míry, že Ljuba na chvíli zaváhala, jde-li o bytost živou. Ljuba se zvedla a oči oné neznámé s ní. Ten zjev tedy bedlivě pozoroval každý Ljubin pohyb. Jak Ljuba – duše šla, upadla a bouchla se. To se může stát jenom mně! Ale jak mě najdou, když jsem nikomu nic neřekla a tady se zamkla. Vybavovala si předchozí okamžiky a vracela se jí panika. „Co se to stalo?“ proutnula náhle Ljuba ticho. A tak začala konverzace mezi dvěma oblaky páry.



Co se to stalo?

Podívej: tělo tě kvůli tvé nenávisti
k němu opustilo. Oddělila ses od něj
a vše ustrnulo, čas i prostor.



Jsem mrtvá?

Nejsi.



Nerozumím tomu. Kdo jsi vlastně ty?



Já jsem jedna z radostí. Chodíme po světě
a snažíme se pomáhat nešťastným lidem. Jsme
radosti. Umíme se převtělit do věcí, zvířat nebo
činností, skrze něž pak přicházíme k lidem
a přinášíme jim radost. Ne tu vnitřní, ale chvílko-
ovou, tu, která na chvíli pomůže od bolesti.
Pomáháme lidem najít sílu, aby dospěli k rado-
sti vnitřní a nás už nepotřebovali.

Mě zajímají nejvíce lidé, kteří jsou nešťasní kvůli svému tělu. Ne protože by bylo nemocné, ale protože se jim nelíbí. Přejde mi to zvláštní: já sama ho nemám a byla bych ráda za jakékoliv. Ty jsi tady, protože tvé tělo už nesneslo, jak ho nemáš ráda. Že mu nadáváš a mluvíš o jeho nedostatečnosti. Je dost sveřepý, a proto se od tebe prostě oddělilo. To jsem neviděla mnohokrát.



Co mám dělat?

Neboj, cesta k tvému tělu je. Avšak bude těžká, budeš totiž muset pochopit, proč je ono důležité a jak moc j si mu svou nenávistí ublížovala.



Tak co mám dělat?
Proč jsem taková
pouze já? Proč
jsem tak škaredá,
hloupá...?

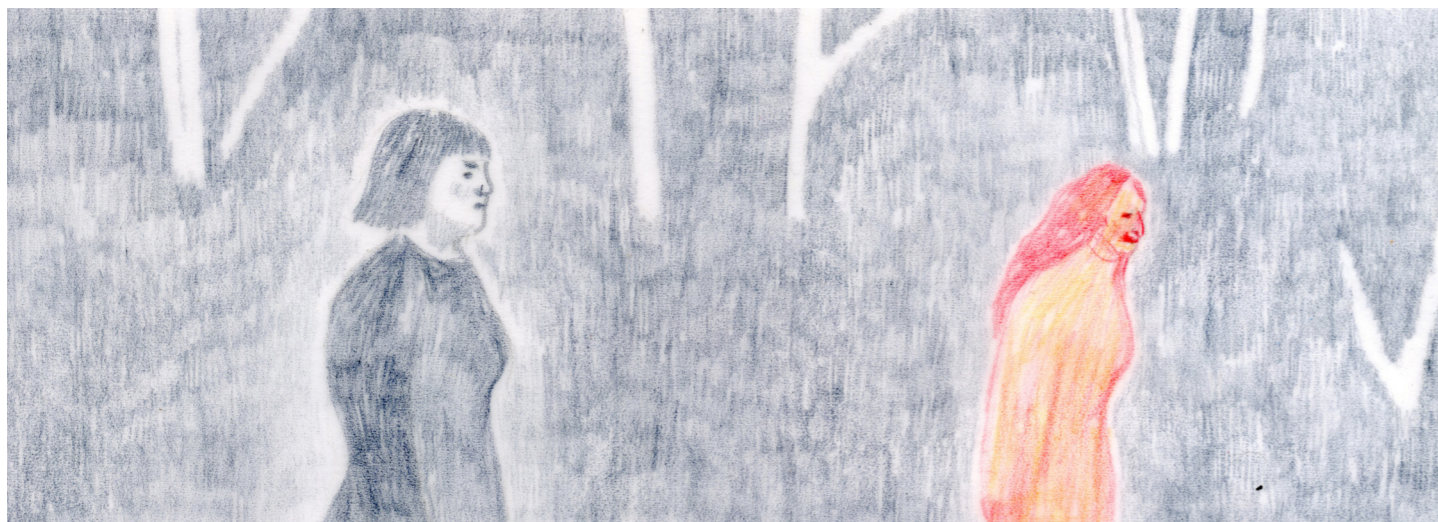
Pouze ty? Ve světě se nachází tolik bolesti, tolik lidí, co se nemají rádi. Pozoruji je a naslouchám jejich příběhům. Pojď se mnou: pár ti jich ukážu a třeba skrze ně pochopíš to, co pochopit máš.



Půjdeme daleko?



Ne, půjdeme blíže, než se domníváš.



No vidíš, a má. Na tom se ukazuje, že jestli se považujeme za hezké, často nezáleží jen na skutečném vzhledu. Společnost na nás v tomto ohledu klade velké nároky a některé křivdy z dětství nevymizí lehce; naopak pod vlastním drobnohledem ještě sílí. Ukážu ti, jak to u ní začalo.

Začneme hned tady, u Marie – tvé kamarádky, kterou tak obdivuješ a která ti připadá ve všem dokonalá.



Ne, to ne. Ona se sebou přece nemůže mít problém.

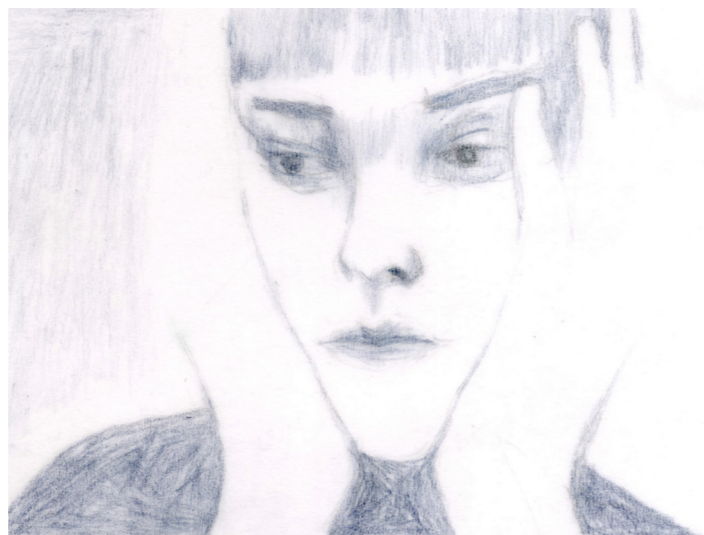




Koukni se na tuto fotku: poznala bys tam Marii? Je to ta drobná holka úplně na kraji, odstrčená ode všech. Fotografie pochází z jednoho baletního představení. Není snadné určit, kdy u ní neláska k sobě začala, a určitě nemůžeme jednomu okamžiku dávat za vinu celý problém, ale tato vzpomínka je pro ni stěžejní. Marie od malička milovala tanec. Hudba v ní probouzela potřebu pohybovat se, a tak ji máma zapsala na balet. Bylo jí jedno, jak při tanci vypadá; hlavně že mohla tančit a že se tancem mohla vyjádřit.

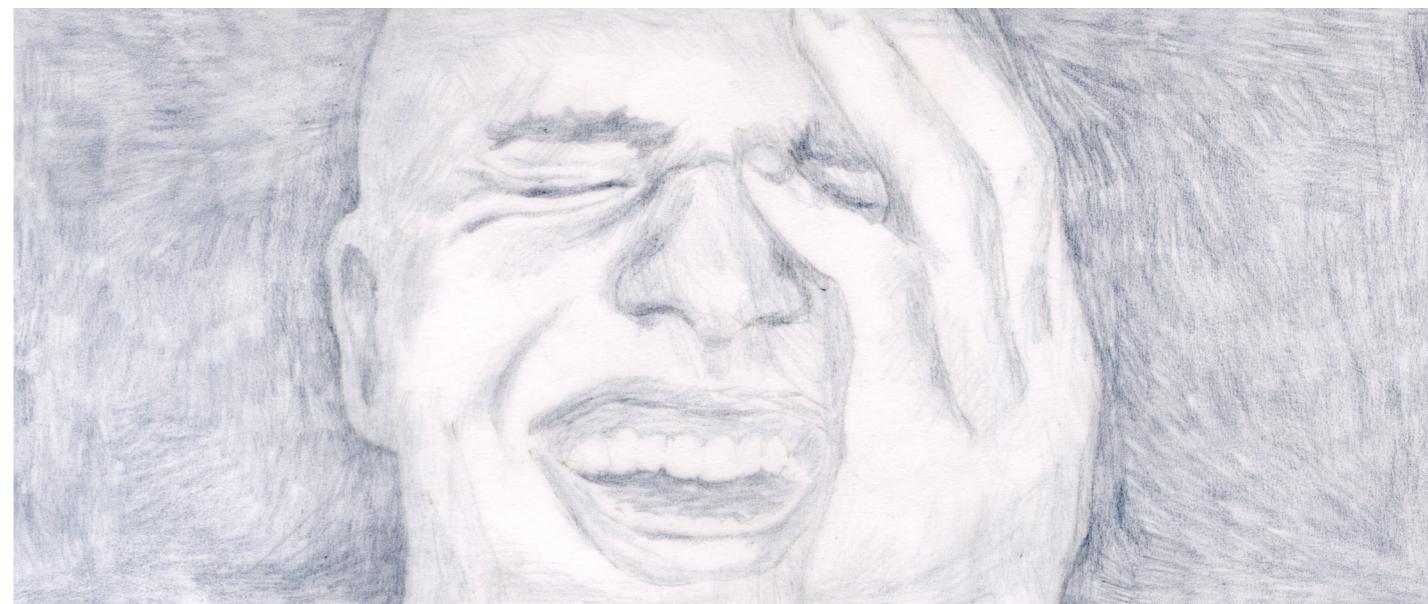
Jednou před vystoupením, když se navlékla do růžového trikotu, hloučkem okolostojících baletek přešla vlna šuškáni. Jedna z nich k ní přistoupila a řekla jí, že vypadá jak kostra, tak ať dává pozor, aby se nerozsykala; mezi děvčaty se rozezněl smích. Na tu chvíli Marie nikdy nezapomene; tak strašně se styděla za svůj vzhled a za svou bláhovou představu, že jí to při tanci sluší. Celé následující představení pro ni bylo utrpením a myslela jen na to, až skončí a ona se bude moci s pláčem vrhout do máminy teplé náruče. Holky z baletu už se jí vícekrát nesmály, ale během každého tréninku na sobě cítila jejich pohledy. Pohledy, které ji na těle pálily. To tehdejší napadení zamířilo do příliš bezpečného prostoru. A tím začal nekonečný koloběh, kdy cílem bylo přibrat. Nebudu ti tady vyprávět, čím vším si prošla, to nechám na ní, ale celé ty roky se točily především kolem toho, jak vypadá. Uštěpačné poznámky, že je moc hubená a že by měla přibrat na ni číhaly všude: u doktora, ve škole... Dostávala je i od neznámých lidí, kteří je říkali v domnění, že pomůžou, zatímco ona se čím dál tím víc nenáviděla. Nemá ráda svoje prsa; vždyť vypadá jako dítě! Není dost „ženská“. Ale za poslední léta se její postoj zlepšil, především díky nynější partě kamarádů. Věřím, že to s ní nakonec bude dobré.

Ach, to jsem vůbec netušila. Zdá se mi vždycky tak krásná. Občas jí závidím. To s jakou ladností se dokáže bavit s kluky. Někdy si s ní ani nedokážu normálně porozprávět, jelikož v duchu se mi stále vrací, jak je pěkná a že to není spravedlivé. Bojuju s tím, ale nedaří se mi to.



Neboj, daří se ti to a Marie si vašeho přátelství hodně váží, dodáváš jí sil. Víš, často člověk neodhadne, co se skrývá uvnitř někoho blízkého, co ho trápí. Myslíme, že známe životy lidí, ale není tomu tak. Posuzujeme druhé a jsme k nim hrubí, i když nám nekřivdí oni, ale my samotní si křivdíme.

Pojď, půjdeme dál. Neláska k vlastnímu tělu není zvláštností žen. Tento problém mají i muži, ač ho umí dobře skrývat; kupříkladu tady Radim.

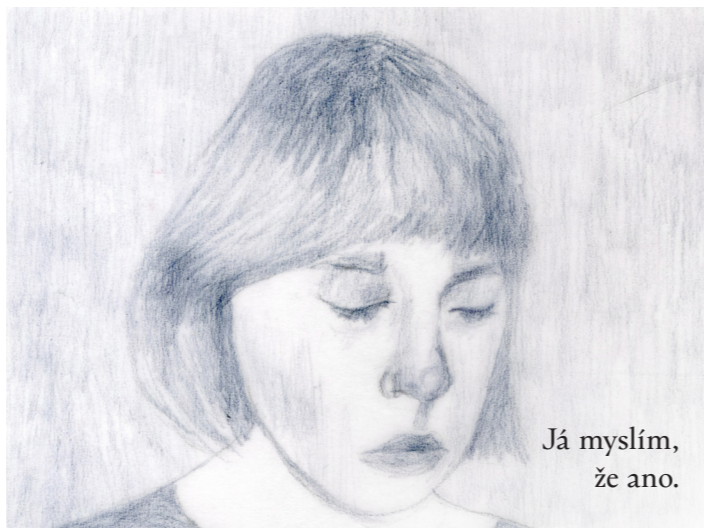


Ano, ten Radim, který všechny rozesměje; ten Radim, se kterým se každý cítí dobře. Tento Radim si nepřipadá dostatečně dobrý a hezký. Vlasy mu začaly vypadávat už ve dvaceti a teď si hlavu holí, protože je to podle něj lepší, než kdyby měl nedobrovolně tonzuru. Nemá zrovna atletickou postavu – „nudle“, jak o sobě někdy žertuje. Občas se shazuje s nevyčtenou nadějí, že mu někdo jeho tvrzení vyvrátí. Není prostě ideálem krásy, to si myslí on. Chlápek, co je vždy pouze kamarád, se kterým se dobře povídá, kterému se lze svěřit. Radim si nelásky k sobě snaží nevšímát; předstírá, že ten postoj v něm není, ale jeho důsledky silně prosakují do Radimova chování: do jeho jednání s holkami, jež se mu líbí. Nevěří si, nedokáže jim říct, co cítí, protože si říká: nejsem dost dobrý. Já a chodit s ní? Když ho těším, jak je mým posláním, bývá mi ho líto. Víš, moc se mu líbí Klára, ta s dlouhými blondatými vlasy. Oba se k sobě tak mají, ale on se vyznání bojí. Bojí se, že je to jen další holka, která ráda tráví čas povídáním s ním, a má strach, že ji odrazuje svou škaredostí. Nechce se zranit neúspěchem. A co je nejhorší, náklonnost je vzájemná, což poznáš i bez čtení myšlenek. Klára se ale obává o vzácný vztah s Radimem, a proto se nemá k vyjádření citů. Obdobím nelásky k sobě si však prošla už dříve; lépe řečeno, nikdy ho skoro ani neměla. V tom se jí dostalo štěstí. Jistěže vnímá skořápky lidí, ale hlavní dojem na ni dělá jejich duše; neunikne jí vnitřní krása vzlínající na povrch. To je pro ni na prvním místě. Proto je jí jedno, jestli má Radim na hlavě pleš nebo kudrny; kvůli jeho nitru jej bere se vším všudy.

A budou nakonec spolu?



Já myslím,
že ano.



Jasně že častokrát se mluví
o vnitřní kráse, ale přijde mi,
že je to jen teorie. Vždyť sama
vím, že se mi něco líbí víc
a něco míň. Mám oblíbenou
hudbu, oblíbené výtvarníky. To
platí taky pro naši vnější krásu,
ne?



Ano, samozřejmě. Teď ti ale
povím příběh, který do toho
možná vnese jinou perspektivu.



Bude o vaší učitelce výtvarky a historie Johaně. Pochybnosti o svém těle
nemají jen lidé z mladé generace, nýbrž také ti z generace tvých rodičů
i prarodičů. Lidé, kterých se to týká, často nedokázali problém vyřešit a za-
dusali ho hluboko dovnitř. Jenže ignorování skutečnost nezmění. Duševní
nesoulad trčí ven jako špička ledovce; když se ponoříme, objevíme zranění.
I vaše učitelka paní Johana to tak dlouho měla. Je to zvláštní: když je člověk
mladý, myslí si o dospělých, jak jsou sami se sebou vyrovnaní, ale kolikrát
tomu tak není.



Johanina nespokojenost se zevnějškem začala v pubertě. Těžko říct, odkud problém pramenil. Doma měla dobré vztahy s rodiči i sourozenci. Nikdy nepatřila mezi dívky, které musí poslouchat narážky na svůj vzhled. Zkrátka neví, kde se neláska vzala. Johana nikdy nebyla tlustá a nikdy netrpěla nadváhou, ale když se v pubertě její tělo proměnilo a trochu nabrala, nabyla dojmu, že tlustá je a že ji v životě nikdo nebude chtít. Za největší problém považovala břicho s faldem, a tak ho zatahovala a nikdy nenosila upnutá trička, vždyť nikdo nesměl nedostatek upozorovat. Při sezení si na klín dávala batoh a ostře kritizovala ženy nezakrývající své nedostatky. I zhubnout se snažila, ale nikdy trvale. Svoje břicho brala jako cejch lenivce. Nakonec se uchýlila k naději, že ji třeba někdo bude mít rád i přes její obtloustlost. Nebudu na svou nespokojenost myslet a ona zmizí, říkala si. Jenže se to nestalo a odmítání vlastního vzhledu se promítlo do nízkého sebevědomí i do chování k druhým. Vždy, když se viděla na fotkách, zhrozila se. Záviděla těm, kteří měli sebe sami rádi.

Zlom přišel jednou v létě, když byla s kamarádkami u vody. Slunily se a jí bylo dobře. Pak se rozhodly jít okoupat. Pomalu kráčela vodou a její tělo se postupně nořilo. Jakmile měla pod vodou břicho, jako by se v ní uvolnil balvan – připadala si hezčí. Zastavila se a došla jí celá absurdita situace, pomalu se vyjevovala zbytečnost jejího trápení. Podívej, ona si také často kladla tvoji otázku: Když je dobré a špatné umění, není snad také dobrý a špatný vzhled? Vždyť umělecká díla studuji a k tomu patří i jejich hodnocení. – Jistě, jenže společenská konvence na jednotlivce nebere ohled a nutí člověka se přizpůsobit, a tak nakonec neuvažuješ, je-li to a ono krásné, nýbrž jen to srovnáváš s tím, co vidíš kolem. Módní průmysl a trendy číhají všude. Vzpomínáš, jak jsi nenáviděla ledvinky a jak ti přišly až nechutné? Teď máš v šatníku čtyři. Podobně je to se vzhledem těla. Proč je záhyb na trupu ošklivý, když nad buclatostí miminek se rozplýváme? Proč jsou malá prsa nebo plešatá hlava ošklivá? A co ryšavé vlasy, tlustá stehna...? Zatím si Johana odpovédět nedokázala.

Stála ve vodě a nevycházela z údivu. Když vyšla na břeh, připadala si po dlouhých letech čistá a volná. Samozřejmě to byl jen začátek její cesty k sebelásce a trvalo jí ještě dlouho, než přepsala staré vzorce. Na svět se už ale dívala jinýma očima. Našla radost uvnitř sebe. Ale jen díky té změně se stala člověkem, jakým je nyní, tou učitelkou, kterou poznalas.



Někdy jsou lidé vůči sobě tak hnusní. Doufám, že nikdo v mém okolí není na ostatní takový. Hned bych to zarazila.

To máš tak, ti, kdo ubližují, bývají nejsmutnější a svůj smutek bohužel ventilují do vztahů. A navíc – vzpomeň si, co jste se spolužačkami na základce dělali. Jak jste se některým smály a tys byla ráda, že to nejsi ty, které se smějí. Lidé okolo se takto nejednou zachovají, ale ty jim můžeš pomoci. Pojď se podívat, co se dělo chvílku před tím, než jsi vběhla na záchod.



Podívej, to je Jonáš, spolužák tvého bráchy.



Ne, ty nemůžeš přijít, žádní tlustoši na mé oslavě.



Prosím!



Ne, táta říkal, že nemáme dost jídla.



Ale já bych nic nejedl.



Ne!



Dobře, promiň.



Já vím, že to od nich není pěkné, ale on je doopravdy tlustý. Jak nad tím uvažuji, sebeláskou se často obhajují lidé, kteří se sebou nechtějí nic dělat.

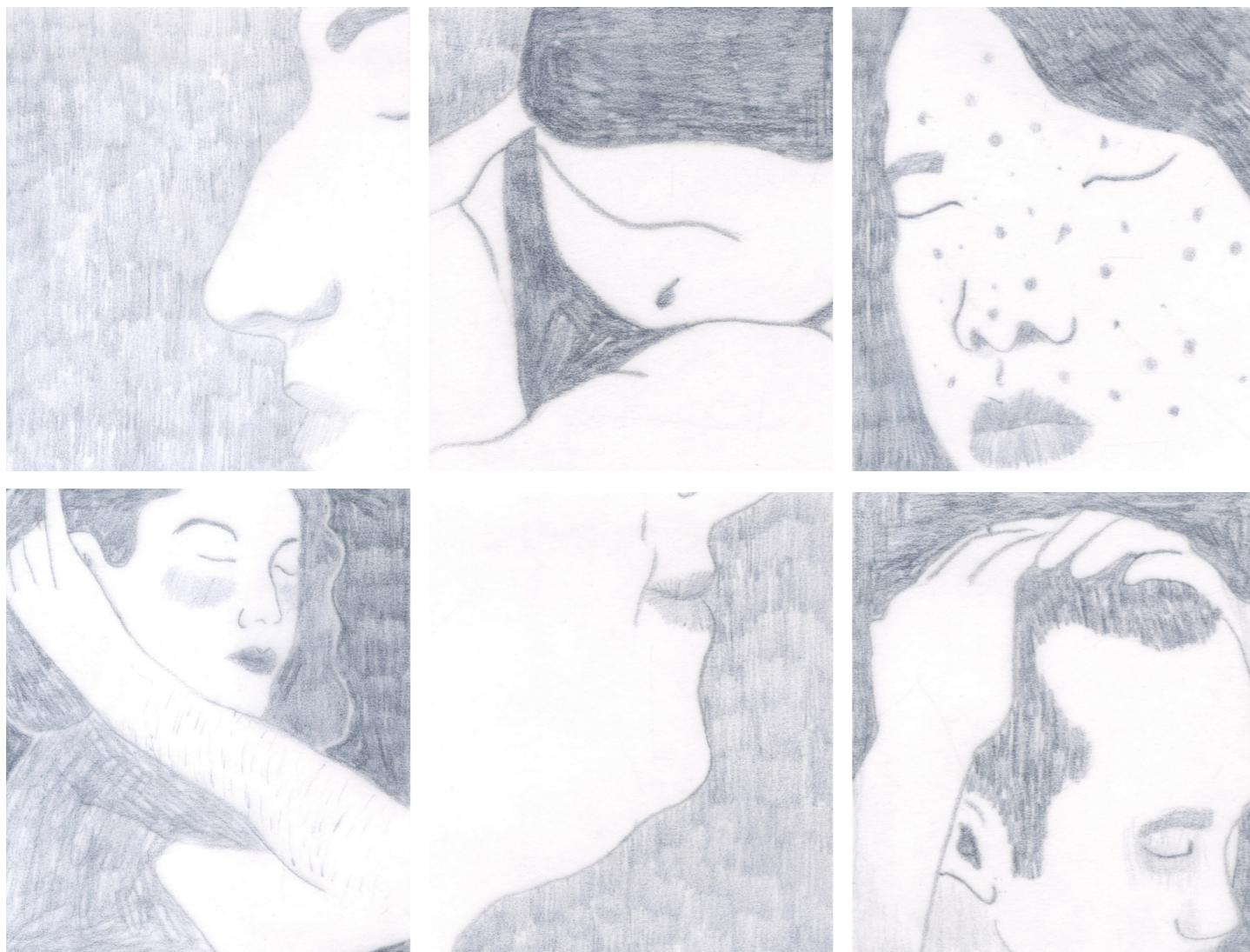


Ano, ten kluk je možná tlustý. Ale to znamená, že si nezaslouží úctu? Znamená to, že ten tuk na těle z něj dělá někoho míň? Znamená to, že si z něj můžou ostatní tropit legraci? Znamená to, že se ten člověk má nenávidět? Neznamená.



Pravda, sebeláskou se mnohdy lidé ohánějí, aby zastřeli svou lenost. Pravá sebeláska však neznamená spokojenost se sebou samým a neochotu ke zdokonalování, k růstu. Znamená něco jiného: starat se o sebe s láskou. Když máme milovaného člověka, taky o něj pečujeme, protože ho máme rádi. A proto je projevem sebeúcty být fit.

Na druhou stranu, cvičení a jezení „zdravého“ jídla pouze kvůli vzhledu je neudržitelné. Naše tělo se každodenně mění, každý den vypadá trochu jinak. Cvičit a jíst zdravě máme proto, abychom se uvnitř něho cítili dobře; aby nám dobře sloužilo: abychom doběhli na tramvaj, když nestíháme; abychom bez zadýchání vystoupali na horu; abychom mohli tančit; abychom nebyli sluhou těla, ale jeho pánem. Naše tělo se tak stane všestranně prospěšným: díky němu budeme činit svět lepším a budeme naplňovat své ideály. Bez těla nejsme kompletní. Ono nemá povinnost odpovídat módním vzorům krásy. Má povinnost tu pro nás být.



Takovými příběhy bych mohla pokračovat donekonečna: výška, šířka, barva kůže, velikost nosu, zadku, tvar nohou... moc pih, málo vlasů... mnozí řeší něco takového. Dokud ale svou hodnotu budeme odvozovat od něčeho tak vnějšího, nemůže být nikdy pevná, protože vnější vlastnosti ovlivníme jen velmi omezeně. Zato při zdokonalování duševním není žádná překážka nepřekročitelná.

Tak co, jak se cítíš?

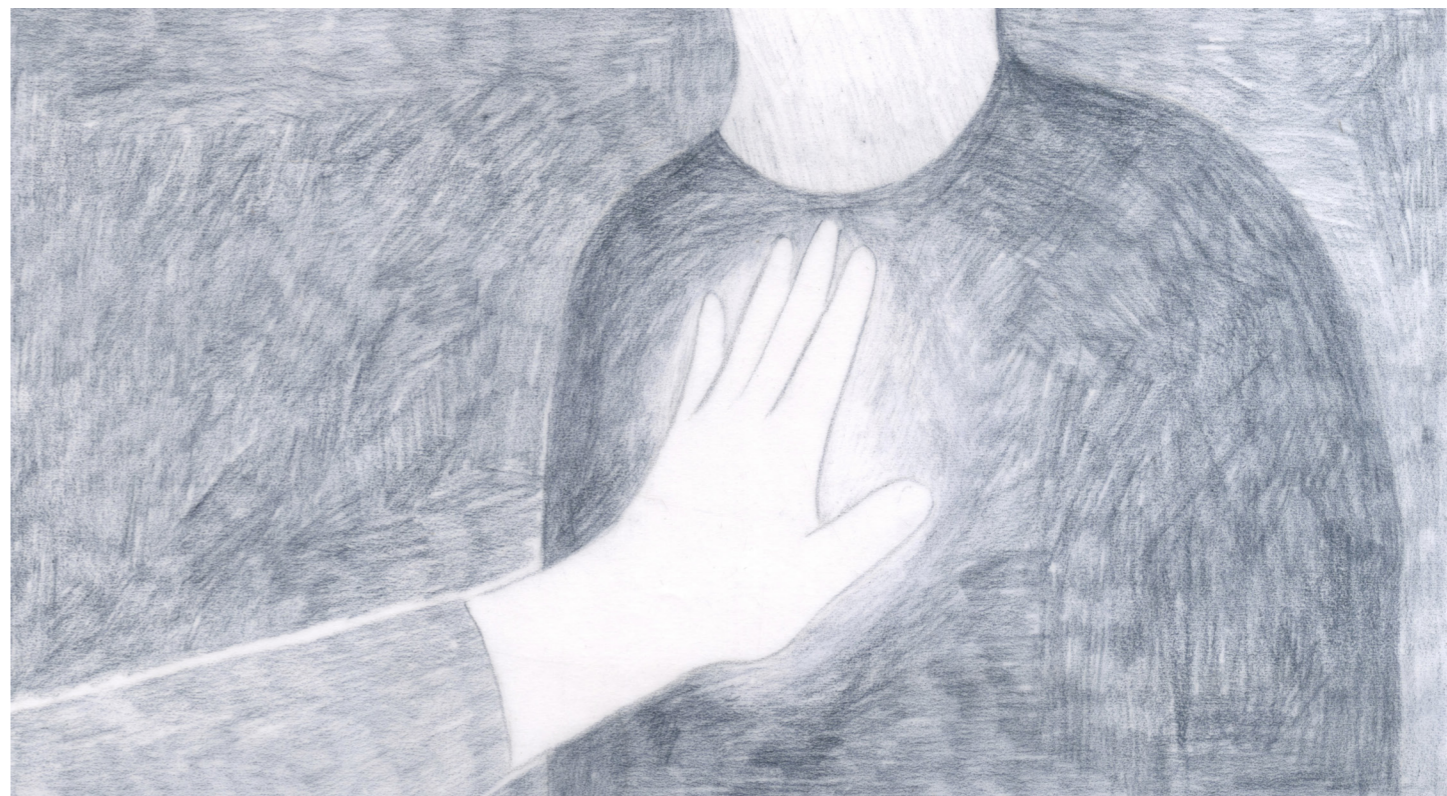
Nevím, zvláštěně. Jak k sobě najdu cestu?

Každý to má jinak. Víš, tohle se sice těžko poslouchá, ale je to jen tvoje zodpovědnost. Ty musíš vědět, co se s tebou děje, a nikdo za tebe nerozliší, jestli s tebou je, nebo není všechno v pořádku. Je to možná těžké, ale je to pravda. Nejdůležitější je potkat sebe sama. Člověk musí mít odvalu se trochu lišit; je nutné vést rozhovor se sebou a vést ho i s tím rizikem, že potkáme něco, co neponeseme s radostí. Neobejdeš se bez schopnosti přijmout smutek. Ale sama musíš učinit ta zásadní rozhodnutí, recept ti nenabídnu. Jen věz, že radost duše ti nikdo nevezme.



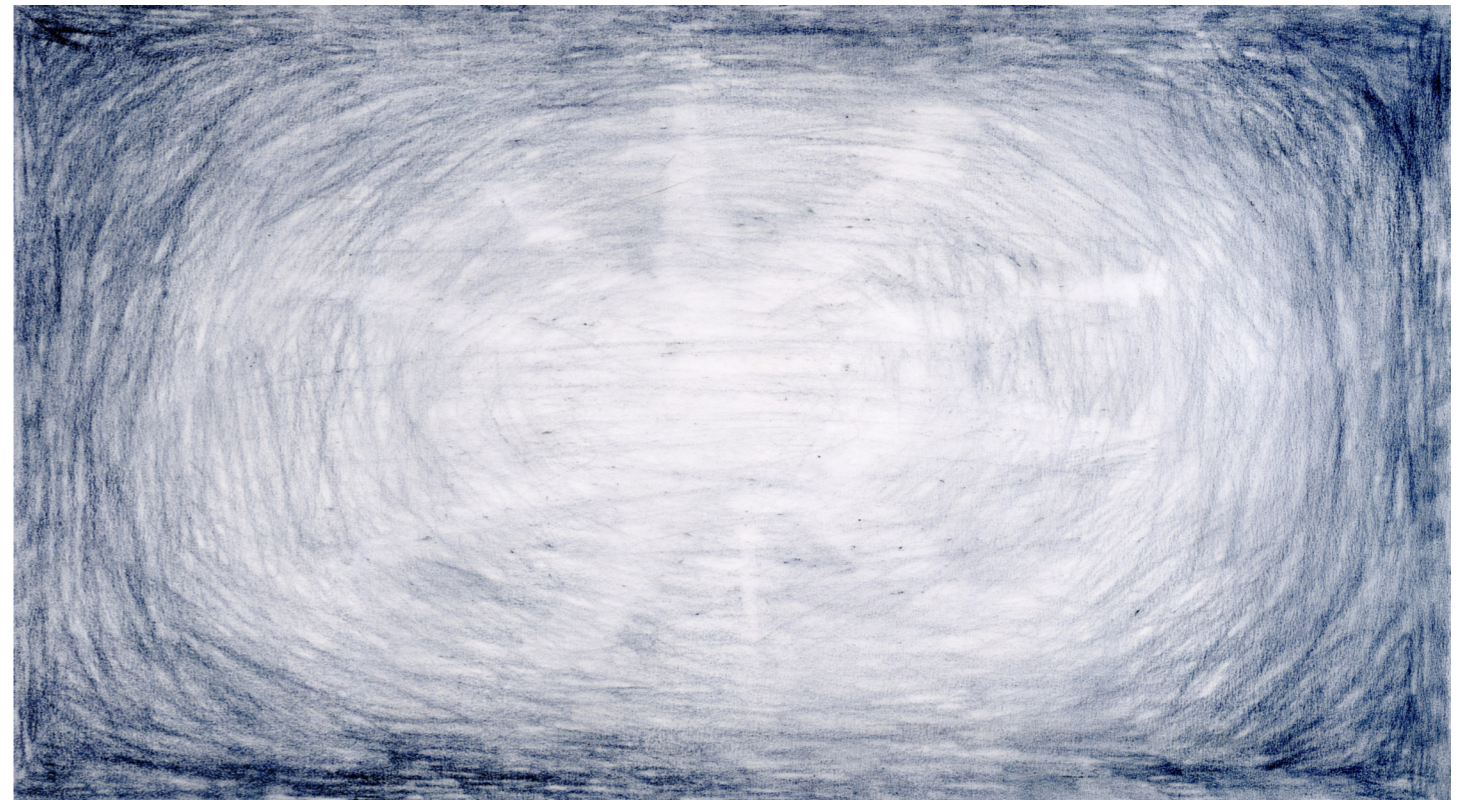
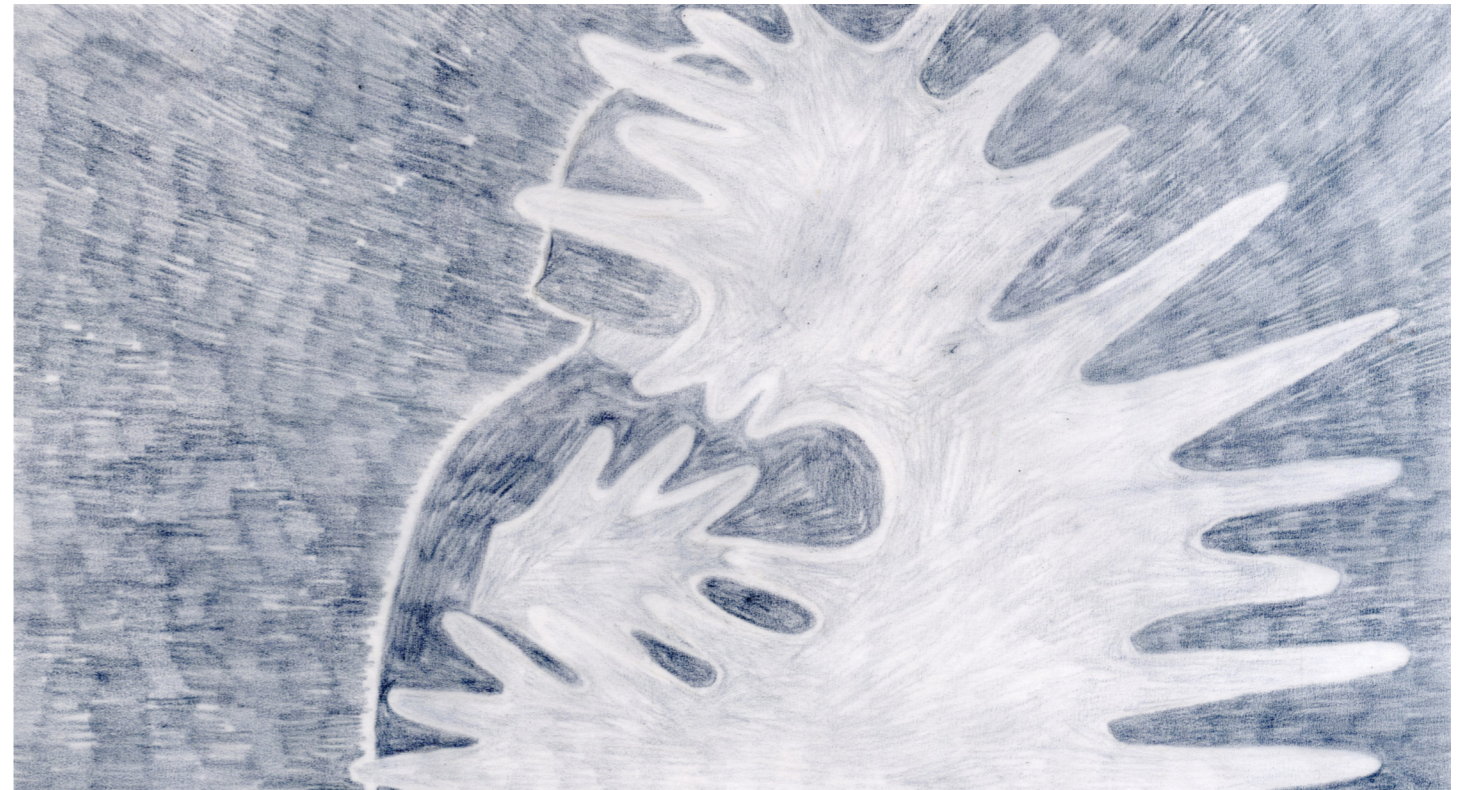
Můžu za ním jít?

Za svým tělem? Samozřejmě, je
tvoje a nikoho jiného.



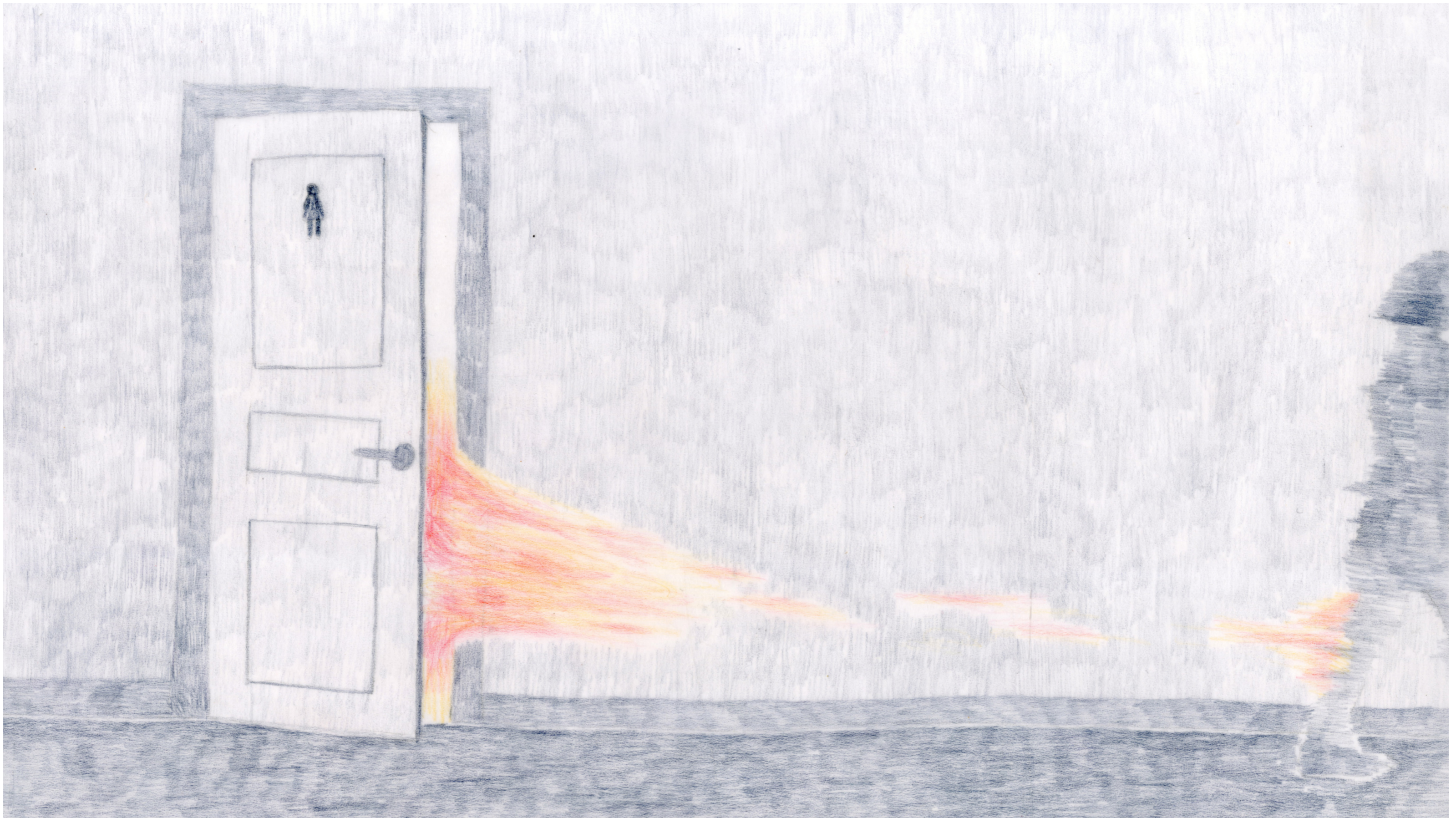


Promiň.



Ticho.

Byl krásný den. Slunce hrálo na kůži
a vzduchem poletovala ta typická
vůně jara. Konečně tu nádheru viděla
i Ljuba.



Ljuba

Agáta Dokoupilová

Tato kniha vznikla jako bakalářská práce v roce 2022
na Fakultě designu a umění Ladislava Sutnara
Západočeské univerzity v Plzni, v ateliéru Knihy
a tvarování papíru.

Vedoucí práce MgA. Mgr. Petra Soukupová

