

# BOLEŠŤ A PREJDE MIA ŽUREKOVÁ

MIA ŽUREKOVÁ

TÁ BOLEŠŤ Ā PREJDE

{ **NOMANTINELS** }  
DIVADLO



**MIA ŽUREKOVÁ**

**TÁ BOLEŠŤ ŤA PREJDE**

“VIEM, ŽE TO VYZERÁ  
AKOBY ZAJTRAJŠOK NEMAL PRÍŠŤ  
A DNEŠOK NEZVLÁDNEŠ PREŽIŤ  
ALE PRISAHÁM, ŽE TO PREŽIJEŠ  
BOLEŠŤ ODÍDE  
TAK AKO VŽDY  
KEĎ TOMU DÁŠ ČAS”

---

*Rupi Kaur*



Príkazy od múdrejších

Ahoj, M.

Zajtra je štvrtý november. Tvoje narodeniny. Presne rok, odkedy tu nie si.

Kristína mi dala za úlohu, aby som ti začala písať listy – vraj to môže byť v rámci terapie dobrý spôsob, ako sa vyrovnáť so všetkým, čo sa stalo. Mám opísať svoje myšlienky a tak celkovo, ako som to celé videla z môjho pohľadu. A tak som tu, aj keď plná skepsy ako vždy. Tieto terapeutky, veď vieš – vždy si nájdu strašne pofidérne metódy, aby človeka presvedčili, že čím pochybnejšie to vyzerá, tým účinnejšie ti to vyčistí mozog. Potom vraj budeš zas ako dobre naolejovaný stroj. A hovno.

Ale Kristína by sa ti páčila. Občas, keď mi pripomína termín sedenia, mi do správ posiela fotky svojho psa a vždy mi tým náramne rozochveje dušu. Okamžite sa dojímam a vydávam pri tom zvuk ako ukňučané malé šteňa. Viem si predstaviť, že by sa ti to zdalo milé. Ja, nie to šteňa.

Napriek tomu sa cítim trochu pateticky, lebo viem, že mŕtvym ľuďom poštu nedoručujú. Takže týmto



celým veľmi pravdepodobne iba hrám divadielko sama pred sebou.

Kdesi som čítala, že niektoré veci vraj existujú iba vtedy, keď zatvoríme oči. Tuším to písal Balko v knihe Ostrov a zapáčilo sa mi to, tak ako sa mi takéto vzletné literárne zvraty obvykle zvyknú páčiť. Ale nech sa akoľvek snažím, ty už neexistuješ ani vtedy. Zavriem oči a jednoducho viem, že nie. Veď som ťa videla klesať na dno. Čo si budeme klamať. Ležíš niekde na Martinskom cintoríne, v nahnitej truhle.

Od pohrebu pred rokom som tam bola iba raz a nemohla som tvoj hrob nájsť. Zahanbene a rozpačito som ako taká hlupaňa blúdila medzi pomníkmi, na ktorých svietili všetky možné mená, len to tvoje nie. Ak sa tvoja duša dívala odniekiaľ z Vesmírneho univerza (veď vieš, že na posmrtné nebo neverím), určite jej moja pripitá chôdza bola povedomá. Akoby som v ušiach počula tvoju ironickú poznámku, že takto sa dámy nesprávajú. Viem.

Bola som tam ešte niekedy v lete, pár mesiacov dozadu. Mohla by som ti klamať, že som konečne dostala odvalu ísť sa na to miesto plné tmavozelených košatých stromov a plastových kahancov pozrieť a uctiť si ťa, ale keďže som si predtým musela dať čosi na posilnenie, asi mi to neuveríš. Nuž, nepomohlo mi to. Ak mám byť úprimná, čím viac sa blížila jeseň a celé toto nešťastné výročie, tým to bolo horšie.

A teraz ma tmavé skoré podvečery uchopujú do takého bolestivého zovretia, že niekedy neviem dýchať. Svetím v celom byte a hádzem do seba tabletky vitamínu D (a nielen tie). Už dokonale chápem, čo sú to úzkosti.

Kristína ma naučila celkom efektívnu techniku dýchania na zvládnutie paniky. Do nemoty počítam intervaly 4-7-8. Nádych na štyri, zadržanie dychu na sedem a výdych na osem dôb. Alebo počúvam vedené meditácie cez aplikáciu na mobile, určené na čokoľvek - na upokojenie, na zahnanie hnevu či stresu. Niekedy prichádzajú všetky naraz.

A takto trávim večery. Bezhistamínové nechutné víno, seriály a izolácia. Pestovaná samota. Alebo nevoľnosti, ťažoba na hrudi a triašky celého tela. Cítim sa, akoby som sa rozpadávala. Ale nie je to to najpodstatnejšie, pretože najpodstatnejšie na tom celom je skrátka fakt, že hoci by som na jednej strane chcela na všetko zabudnúť, na druhej strane mi ukrutne chýbaš. V živote som už totiž zažila viacero zlyhaní. Kristína mi rada na oči vyhadzuje najmä moje osobné daddy issues, akoby súviseli s tebou.

Všetky tie dni, ktoré som nestrávila pri mojom otcovi, keď zomieral na rakovinu skôr, než mal, ohlúpnutý alternatívnymi metódami a ja som si potom navrávala, ako som čosi zbabrala. Ja. Mladá a bezmocná. No od istého momentu som presvedčená, že z tých zlyhaní

si moje najväčšie predsa len ty. Ved' som ti celé roky vravela, že keď si raz s niekým vybudujem puto, tak ho len ťažko dokážem pretrhnúť a urobím preň čokoľvek. Len pri tom asi nechtiac zabúdam na staré známe „kým nás smrť nerozdelí“.

Každé je pre mňa ako projekt, ktorý chcem vystavať do dokonalosti. Musí byť pevný, udržateľný, dôverný, intímny, obojsmerne obohacujúci, epický a večný! Ako z filmu. A hľa. Pri tebe som to posrala na celej čiare. Vlastne som si pod svojím veľdielom sama podpílila konár. Skôr, než sa moja vízia mohla absolútne naplniť, to tvoje telo a duša zabalili. Mať 30 rokov a rozhodnúť sa zomrieť znamenalo, že som napriek svojim snahám byť prosto pre teba dosť ani zďaleka dosť neurobila. Smrť si po teba neprišla, to tvoje nohy jej išli krok za krokom v ústrety.

Bola som sebecká a egocentrická, keď som si myslela, že len ja môžem byť tvoje útočisko a prístav? Možno. Zrejme je to môj spôsob dodávania si sebahodnoty. Kristína však vraví, že je to skôr sebatrýznenie a trestanie sa za niečo, čo nie je moja vina. A keď chce znieť odborne a našťavať ma, oháňa sa posttraumatickou stresovou poruchou. Žijem, hoci som pokazený tovar. A tak ti mám písať tieto riadky, čo je prakticky denník, do ktorého nalejem všetko to, čo jej neviem povedať tvárou v tvár. Pretože áno, tuší to. Ako každá správna terapeutka si musí byť vedomá, že svojim klientom

dokáže pomáhať iba s tým, čo jej sami prezradia.  
A o mne, o nás, Kristína nevie celú pravdu, však, M.?

Krásný omyl přirody

Ahoj, M.

Ak by som mala povedať, čo je najzvláštnejšie na prežívaní človeka po smrti jeho blízkeho, nie je to len samotný pocit smútku, náhleho opustenia a nepochopenej konečnosti života. Najzvláštnejšie je, že všetko tam vonku beží ďalej, akoby si vesmír ani len nevšimol, že mu ubudla jedna z miliárd buniek. Takmer vôbec sa nevychýli z rovnováhy.

Aj ja som pred rokom navonok pokračovala v bežnej rutine života a fungovala na základnom automate. To je to, čo robíš, keď si myslíš, že nemáš na výber, inak by ťa pohltila prázdnota. Vytesnila som ju, zahнала za ňadový múr krutej reality. Platila som účty, nakupovala v potravinách, po večeroch telefonovala s mamou o banalitách, chodila do fitka, vynášala smeti, mala príležitostný sex s rýchlo zabudnuteľnými mužmi, čítala správy, hnevala sa v práci, jedla, pila, dýchala, čistila si zuby, chodila na toaletu. Normálny život, nie? Navonok ho stále žijem, len je zrazu akýsi rozmazaný.

Neviem presne, prečo ti práve toto píšem. Možno preto, že málokto si vie predstaviť, ako sa žije, keď si to práve ty, kto nájde svojho blízkeho človeka mŕtveho, tak ako sa to stalo mne s tebou. Vonkajšia fasáda je čosi iné ako hlboko zasiahnuté vnútro.

Snažila som sa k sebe byť od začiatku milosrdná a okolie sa o to pokúšalo tiež. Kolegovia a kolegyne v jazykovej škole, kde sme ja aj ty učili, okolo mňa zrazu chodili po špičkách, no mne to pripadalo tak, že ma obchádzajú, akoby som mala lepru. Keď som ráno do budovy v Starom meste prichádzala a prekračovala prah veľkej drevenej brány automaticky sa otvárajúcej pred nosom, triasli sa mi ruky. A vždy, keď som za tmy, po dlhých hodinách kurzov a lekcii angličtiny pre mladých aj starých, ženy aj mužov, začiatočníkov aj pokročilých, odchádzala, cítila som sa, akoby na mne bolo niečo zvláštne.

Jasné, že sa to rozkrítklo. Zrazu som bola tá, ktorá videla smrť, a to prirovnanie človeku nahovorí, že som si s ňou azda aj spiklenecky potriasla rukou. Nikto sa nič nechcel pýtať, bolo to tabu, z ktorého pritom kričalo, že by chceli najradšej vedieť všetky detaily. Alebo sa na mňa pozerali spôsobom, akoby som potrebovala more súcitu. Tie pohľady – hlboké, ustarostené, znechutené. Mala som na sebe stigmatu ešte väčšiu než ty po spáchaní samovraždy. Chudera, šepkali si, ale mnohým nebolo jasné, prečo som sa práve ja ocitla na