

KATHERINE
MAYOVÁ

Hledání
klidu
v těžkých
časech

ZIMOVÁNÍ

HOST

THE NEW YORK TIMES BESTSELLER

Wintering: The Power of Rest and Retreat
in Difficult Times

Copyright © 2020 by Katherine May

Cover design by Two Associates

Translation © Kateřina Rottová, 2022

Czech edition © Host — vydavatelství, s. r. o., 2023
(elektronické vydání)

ISBN 978-80-275-1204-1 (PDF)

ISBN 978-80-275-1205-8 (ePUB)

ISBN 978-80-275-1206-5 (MobiPocket)

PROLOG

ZÁŘÍ

BABÍ LÉTO

Některé zimy přijdou za svitu slunce. Tato konkrétní začala jednoho horkého dne na začátku září, asi týden před mými čtyřicátinami.

Slavila jsem s přáteli na folkesterské pláži vybíhající do Lamanšského průlivu, jako by se natahovala k Francii. Byl to první z obědů a setkání nad skleničkou plánovaných na následujících čtrnáct dní, díky kterým jsem se chtěla vyhnout velké oslavě a bezpečně se přehoupnout do další dekády života. Fotografie z toho dne mi teď přijdou nepochopitelné. V opojení z nové životní fáze jsem zvětčila přímořské město prozářené teplým světlem babího léta. Starodávně vyhlížející prádelnu, kterou jsme míjeli cestou z parkoviště. Betonové plážové domky v pastelových barvách narovnané vedle sebe na pobřeží. Děti nás všech uhýbající před vlnami a brodící se v neskutečně tyrkysovém moři. Vaničku vanilkové zmrzliny, kterou jsem snědla, zatímco si hrály.

Nemám z toho dne ani jednu fotku svého manžela H., ale to není neobvyklé. Jediné objekty, které jsem fotila

pořád a pořád dokola, byli náš syn Bert a moře. Neobvyklá je však mezera v záznamu: z toho odpoledne už další fotky nemám. Znovu jsem foťák vytáhla až o dva dny později a zachytila H. s nuceným úsměvem v nemocniční posteli.

Už během idylky na pobřeží si H. postěžoval, že mu není dobře. To nemuselo nic znamenat. Když jste rodičem malého dítěte, proudí k vám domů celá řada mikrobů způsobujících bolesti v krku, vyrážky, ucpaný nos a trávicí potíže. A H. z toho navíc nedělal vědu. Ale když jsme se po obědě, který nedokázal sníst, vypravili na dětské hřiště nad útesy, H. na chvíli zmizel. Vyfotila jsem Berta, jak si hraje v jámě v písku s mořskou trávou přivázanou ke kalhotám jako ocas. Když se H. vrátil, přiznal, že zvracel.

Pamatuji si, že jsem odpověděla jen: „Ale ne,“ a snažila se znít soucitně, i když v duchu jsem si říkala, jak moc se to zrovna teď nehodí. Budeme muset výlet zkrátit a zamířit domů a tam se z toho H. nakonec vyspí. Držel se za břicho, ale vzhledem k situaci se to nezdálo nijak podezřelé. Asi jsem s odchodem dvakrát nespěchala, protože si velmi jasně vybavuji překvapení, když mi jedna kamarádka, kterou jsme znali už ze školy, položila ruku na rameno a řekla: „Katherine, H. je asi opravdu zle.“

„Myslíš?“ pohlédla jsem na něj. Tvář měl zkřivenou bolestí a lesklou potem. Řekla jsem, že jdu pro auto.

Ještě po příjezdu domů jsem si myslela, že nejde o nic víc než střevní chřipku. H. si šel lehnout a já jsem se snažila nějak zabavit Berta, když už jsme ho připravili o odpoledne na pláži. Ale o dvě hodiny později mě H. zavolal nahoru a začal se oblékat. „Asi musím do nemocnice,“ řekl mi. Překvapeně jsem se zasmála.

O sobotní noci seděl H. na plastové židli v čekárně, s kanylou v ruce a zdrchaným výrazem ve tváři. Hemžilo se to tam hráči rugby obdivujícími své zlomené prsty, opilci s podřenyými obličejí a důchodci hrbíci se v kolečkových křeslech, protože je pečovatelé odmítli odvézt zpátky do domova. Berta jsem nechala u sousedů a slíbila, že se za pár hodin vrátím, ale brzy už jsem jim psala zprávu a žádala je, aby u nich mohl přespat. Když jsem od H. odcházela, bylo po půlnoci a pořád ho nepřesunuli na pokoj.

Odjela jsem domů, ale vůbec jsem nespala. Když jsem se ráno vrátila, situace byla ještě horší. H. měl horečku a mluvil mdle. Vykládal, že bolest přes noc narůstala, a když došla vrcholu, měnily se zrovna směny a nebyl nikdo, kdo by mu dal tisící léky. A pak mu prasklo slepé střevo. Cítil, jak se to stalo. Zařval bolestí a vrchní sestra ho okřikla, aby nedělal povyk a nerušil. Pán na vedlejší posteli musel vstát a zastat se ho. Přes závěsy to hned potvrdil: „Chudáka ho nechali ve strašném stavu.“

O operaci nepadla ani zmínka. H. byl vyděšený.

A já taky. Zdálo se, že jakmile jsem opustila svou pozici, došlo k něčemu hroznému a nebezpečnému. A dělo se to dál: sestry i lékaři kroužili beze spěchu kolem, jako by měl člověk potichu ležet, zatímco mu vybuchují orgány. Náhle jsem si uvědomila, že bych H. mohla ztratit. Očividně vedle sebe potřeboval někoho, kdo za něj bude bojovat, a tak jsem to taky udělala. Usadila jsem se v jeho pokoji lhostejná k návštěvním hodinám, a jakmile se bolesti zhoršily, pronásledovala jsem vrchní sestru tak dlouho, dokud mu nepomohla. Obvykle mám problém objednat si pizzu, ale tohle bylo jiné. Já proti nim, můj manžel proti jejich striktnímu rozvrhu. Nehodlala jsem se nechat porazit.

Odešla jsem v devět večer a telefonovala každou hodinu, dokud nebyl na operačním sále. Bylo mi jedno, že je otrávuji. Zůstala jsem vzhůru, dokud nebylo po zákroku a neujistili mě, že H. je v pořádku. Potom jsem stejně nemohla usnout. V takových chvílích spánek připomíná pád: potápíte se do slastné temnoty a hned se zase s trhnutím budíte a pozorujete zrnitou tmou kolem, jako byste z ní mohli něco vytušit. Objevila jsem jen vlastní strach: neúnosnou pravdu o manželově utrpení a děs z představy, že bych musela přežívat bez něj.

Celý týden jsem ráno vozila Berta do školy a pak držela hlídku u H., dokud nebyl čas syna zase vyzvednout. Stála jsem vedle manžela téměř v úžasu, když chirurg popisoval rozsah infekce; dělala jsem rozruch, když mu neklesala teplota a krev neměl dostatečně okysličenou; podpírala jsem ho při pomalých procházkách po oddělení a poté sledovala, jak spí. Někdy usnul i v půlce věty. Převlékala jsem ho do čistého oblečení a nosila mu maličké porce jídla. Snažila jsem se zmírnit Bertův strach o otce napojeného na tolik drátů, hadiček a pípajících přístrojů.

Někde uprostřed téhle katastrofy se rozevřela propast. Trávila jsem hodiny ježděním z domu do nemocnice a z nemocnice domů, sezením u postele, když H. dřímá, čekáním v kantýně během vizity. Dny byly zároveň vyčerpávající a vleklé: neustále se po mně chtělo, abych někde byla, bděla a dávala pozor, ale zároveň jsem byla nadbytečná a nevítaná. Hodně času jsem strávila rozhlížením se kolem a přemýšlením, co mám dělat. V hlavě mi vířila spousta nových zážitků, které jsem se snažila roztřídit a dát do kontextu.

A uvnitř propasti bylo náhle jasné, že se něco takového muselo stát. V mém životě už zuřil zvláště nezkrotný

hurikán a tohle mu jen dodalo na síle. Sotva před týdnem jsem podala výpověď jako přednášející na univerzitě a doufala jsem, že až za dva měsíce konečně odejdu, najdu daleko od nekonečného stresu a hluku moderní vysoké školy lepší život. A najednou jsem si na nejrušnější týdny začátku semestru musela vzít volno, abych se postarala o manžela. Bezpochyby jsem pokoušela trpělivost všech kolegů, ale nebyl tu nikdo, kdo by mě zastal.

Aby toho nebylo málo, zrovna jsem po šesti letech vydala knihu a na dveře mi klepal další termín. Syn po dlouhých letních prázdninách nastoupil do školy a na mě dolehly běžné mateřské starosti o to, jestli je schopný se vypořádat s výzvami první třídy. S nastalou změnou se dostavila i její sestřenice smrtelnost, ale místo aby zdvořile vstoupila, rozrazila dveře do mého života jako zvlášť rozezlená zásahová jednotka.

Na své třicátiny jsem se omylem ocitla na smuteční hostině. Domluvila jsem si sraz s kamarádkou v hospodě, a když jsem vpadla dovnitř, zjistila jsem, že je celá zamluvená pro setkání pozůstalých z irského pohřbu. Všichni byli v černém a v rohu hrály a zpívaly folkové písně dvě mladé houslistky. Samozřejmě jsem se měla otočit a jít pryč, ale bála jsem se, že by mě kamarádka nenašla, a navíc venku pršelo. Měla jsem v plánu jen postávat u dveří a snažit se být neviditelná. Ani nevím, co mě to napadlo, každý rozumný člověk by odešel a poslal kamarádce zprávu. Ale já tam zůstala a říkala si, že se něco takového dalo čekat: potkala jsem posla smrti zvěstujícího konec mládí.

Když kamarádka dorazila a ukázalo se, že je k nerozeznání podobná jedné z houslistek, které se mezitím vytratily do zákulisí, situace se jen zhoršila. Nebyl to totiž jen můj

pocit, vypadalo to, že i pozůstali ji pokládají za jednu ze zmizelých hudebnic. Třásli si s ní rukou, objímali ji a poplácávali po zádech a přemlouvali ji, aby se s nimi napila. Pozvání přijala, aniž měla sebemenší tušení, co se děje, a jak se mi později svěřila, myslela, že jde jen o běžnou irskou vřelost. Dokonce se jí dařilo obratně odpovídat na otázky ohledně svého hudebního talentu tak, že působila skromně, i když ho ve skutečnosti naprosto popírala. Odejít jsme mohly jen díky lístkům do divadla, které byly nepopiratelným důkazem, že musíme být jinde.

Celá příhoda působila jako shakespearovská fraška napsaná speciálně pro mě. Ale při zpětném pohledu to bylo příjemné rozptýlení. Těsně před mými čtyřicátinami propustili H. z nemocnice a všechny oslavy jsme zrušili. V deset večer mě Bert zavolal do svého pokoje a okamžitě mě celou pozvracel. Pokračoval do pozdních nočních hodin, ale to nevadilo, protože spánku už jsem se stejně vzdala. Něco se ve mně hnulo.

V pletivu našeho světa jsou mezery a někdy se nějaká rozevře a vy jí propadnete *někam jinam*. *Někde jinde* čas proudí odlišným tempem než tady a teď, kde ostatní lidé všechno zvládají. *Někde jinde* se skrývají duchové, které můžeme v běžném světě sotva zahlédnout. *Někde jinde* existuje se zpožděním, takže není možné držet krok. Možná jsem už nějakou dobu balancovala na okraji, ale nyní jsem se propadla *někam jinam* tak snadno a potichu jako prach usazující se mezi prkny podlahy. A překvapivě jsem se tam cítila jako doma.

Přišla moje zima.

Každý tu a tam zimuje a některé zimy prožívá pořád dokola.

Je to období chladu, neplodná část života, během které jste odříznutí od světa, cítíte se odstrčení, mimo dění, vržení do role štvance nebo neschopní hnout se z místa. Příčinou může být nemoc anebo životní událost jako třeba smrt blízkého člověka či narození dítěte. Ponížení nebo selhání. Možná jste v období přerodu a dočasně jste zapadli mezi dva světy. Některé zimy přicházejí pomalu, doprovázejí vleklé umírání vztahu nebo vršení starostí o stárnoucí rodiče, pomalé kap kap kap ubývajícího sebevědomí. Jiné přijdou velmi náhle, jako když jednoho dne zjistíte, že vaše schopnosti už jsou nepotřebné, že společnost, u které pracujete, zbankrotovala, nebo že se váš partner zamiloval do někoho jiného. Ať už zimování přijde jakkoli, nežádá o svolení; je osamělé a velmi bolestivé.

Je také nevyhnutelné. Rádi si představujeme, že život může být jedno nekonečné léto, kterého jsme my a jen my nezvládli dosáhnout. Sníme o tropickém ráji, vždy na výsluní ve věčně neměnném podnebí. Ale život takový není. Emočně jsme nastavení na střídání léta a temné zimy, světla a stínů a na náhlé poklesy teplot. I kdybychom mohli vlivem nějaké pozoruhodné sebekontroly a štěstí po celý život ovládat své zdraví a spokojenost, zimě bychom se nevyhnuli. Rodiče by zestárli a zemřeli, přátelé by se dopustili malých zrad, nástrahy světa by nás pohltily. A někde mezi tím vším bychom nakonec škobrtli a zima by se tiše chopila vlády.

Zimovat jsem se naučila velmi mladá. Jako mnoho dívek mého věku bez diagnostikovaného autismu jsem dětství strávila ve věčném chladu. V sedmnácti mě přemohla tak hluboká deprese, že mě na několik měsíců znehybněla.

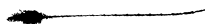
Byla jsem si jistá, že nepřežiju. Byla jsem si jistá, že ani nechci. Ale někde v hlubinách jsem objevila zárodek vůle žít a překvapila mě jeho houževnatost. Víc než to, plnil mě zvláštním optimismem. Zima mě zadusila, rozervala mě na kusy. A v té bílé tmě jsem spatřila možnost poskládat se znovu. Trochu kajícně jsem začala budovat nového člověka, který byl někdy hrubý a ne vždy udělal správnou věc, jehož velké hloupé srdce snad neustále bolelo, ale který si zároveň zasloužil tu být, protože nyní měl světu co dát.

Roky jsem říkala každému, kdo byl ochoten poslouchat: „V sedmnácti jsem se zhroutila.“ Většinou lidí to nebylo příjemné, ale někteří byli vděční za společný prvek našich příběhů. V každém případě jsem si byla jistá, že musíme o podobných věcech mluvit a že jako znalá pár postupů mám povinnost je sdílet. Nezachránilo mě to před dalším ani dalším výkyvem, ale nebezpečí pokaždé ubylo. Začala jsem to se zimami umět. Zнала jsem jejich délku, šířku a tíhu. Věděla jsem, že netrvají věčně. Že musím najít způsob, jak v co největším pohodlí vydržet do jara.

Je mi jasné, že nehraju podle pravidel společenské konverzace. Stav, během kterých vypadneme z běžného životního rytmu, jsou pořád tabu. Výchova nás neučí rozpoznávat zimy a přiznávat si jejich nevyhnutelnost. Naopak je vnímáme jako ponížení, které je třeba skrýt před světem, abychom mu nezpůsobili příliš velký šok. Na veřejnosti nosíme statečnou masku a v soukromí truchlíme. Jindy předstíráme, že bolest druhých nevidíme. S každou zimou zacházíme jako s trapnou odchylkou, kterou musíme zastírat nebo ji ignorovat. Držíme v tajnosti naprosto běžný proces a lidem, kteří jej prožívají, udělujeme status vyvržence a nutíme je nechat běžného života a utápět se ve vlastním

selhání. Mnoho tím ztrácíme. Zima přináší hluboké prožitky a sebereflexi lidské existence a ti, kteří zimovali, oplývají moudrostí.

V současném překotně uspěchaném světě se příchod zimy snažíme pořád odkládat. Nikdy se neodvažujeme pocítit její plnou sílu ani dát najevo, jak nás ničí. Nějaká ta krutá zima by nám prospěla. Musíme se oprostít od myšlenky, že by takové časy byly hloupé, že by šlo o nervové selhání nebo slabou vůli. Nesmíme je ignorovat a zbavovat se jich. Jsou skutečné a něco po nás chtějí. Musíme se naučit zimu přijmout. Nelze si vybrat, kdy budeme zimovat, ale je na nás jak.



Překvapivé množství románů a pohádek se odehrává v zasněžené krajině. Vše, co o zimě víme, je skoro jako vrozené, naučili jsme se to už v dětství. Známe pečlivé přípravy zvířat, která musejí odolat chladným měsícům bez potravy; víme o hibernaci a migraci a o opadavých stromech. To není náhoda. Proměny přírody na nás působí jako alchymie nebo zaklínadlo obyčejných tvorů. Čarují, aby přežili. Plšáci se před zimním spánkem vykrmují, vlaštovky odlétají do jižní Afriky, stromy v posledních podzimních týdnech září barvami. V jarních a letních měsících plných hojnosti se krásně žije, ale teprve v zimě spatříme skutečnou nádheru přírody prosperující v drsných časech.

Rostliny ani zvířata se zimou nebojují, nepředstírají, že neexistuje, a nesnaží se žít dál stejně jako v létě. Připraví se. Adaptují se. Podstoupí neuvěřitelné proměny, díky kterým přečkají. Zima je období, kdy unikají před světem, hromadí

omezené zdroje, předvádějí neuvěřitelné výkony a pak zmizí z dohledu. Životní cyklus v zimě nekončí, projde zkouškou spalujícím mrazem.

Ve chvíli, kdy si přestaneme přát, aby bylo léto, může být zima nádherné období strohé krásy a blyštících se chodníků. Čas na hloubání a zotavení, nahromadění sil a uklizení domu.

Nemoderní věci jako zpomalit, mít víc volného času, hodně spát a odpočívat zní možná značně radikálně, ale jsou podstatné. Tuto životní křižovatku všichni známe: je čas svléknout kůži. Bude to bolet, odhalíte citlivá nervová zakončení a budete se o sebe muset chvíli starat, ale pokud to neuděláte, stará kůže kolem vás ztvrdne.

Je to jedno z nejdůležitějších rozhodnutí, jaké kdy uděláte.