

# POHLAĎ HUGA PO HLAVĚ

aneb z protihráče spoluhráč



Petr Soukup

# POHLAĎ HUGA PO HLAVĚ

aneb  
z protihráče spoluhráč



Petr Soukup



*Srdce ihned poskočí,  
když se obraz otočí,  
proč furt dělat drahoty,  
lepší vstoupit do hmoty.*

*„Nenechte se ničím a nikým ovládat. Nenechte se ničím a nikým otrávit, ani dobou, ani režimem. Nebud'te rigidní, ani příliš euforičtí!”*

*„Fyzioterapie je ozbrojená psychoterapie.”*

*Doc. MUDr. František Věle, CSc.*

# ÚVOD

Když jsem vybíral název pro tento spisek, uvažoval jsem o titulu Jak jsem se odnavyučil. Možná by lépe vyjadřoval proces učení, kterým jsem v životě prošel. Něco jsem se naučil ve škole, v rodině, pak zase ve škole a nakonec v zaměstnání. A pak jsem se velkou část toho, co jsem se naučil a nezapomněl, opět odnaučil a začal se učit zase něco jiného.

Ale mé manželce se tento název nelíbil.

Přemýšlel jsem také, co bych ještě do úvodu napsal, ale nic kloudného mě nenapadlo. Kdyby mě něco napadlo při psaní, tak to zařadím do závěru.

**Důležité upozornění:** Kniha neobsahuje žádné nebezpečné materiály, jako například obecné pravdy. Je možné se v ní seznámit pouze s mými osobními pohledy.

## KUDY DÁL?

*„Tak jsem se stal odborníkem,”  
řekl jsem si kdysi,  
„škola, diplom, teorie,  
mám všechny jeho rysy!”*

Seděl jsem ke konci prázdnin v zahradní restauraci a přemýšlel, co dál. Jako čerstvý absolvent vyšší odborné školy fyzioterapie v Českých Budějovicích jsem měl velkou chuť všem ukázat, co jsem se naučil. Teoretických znalostí z jednotlivých medicínských oborů jsem neměl málo. Každý z nich – chirurgie, interna, neurologie atd. – se zabýval jinou částí těla a já nevěděl, které se mám věnovat nejvíc a jaké další vzdělávací kurzy si mám udělat.

*Žákem jsem byl pilným,  
tak je tedy jisto,  
že už brzy najdu  
lukrativní místo.*

*A co takhle ve sportu,  
v show businessu století?  
Tam sportovec zraněný  
profíka si zaplatí.*

Myšlenka zabývat se sportovní rehabilitací nebyla nová, určité zkušenosti jsem už měl. Od konzultantky své diplomové práce, paní doktorky z oddělení tělovýchovného lékařství, jsem získal pět jmen odborníků, kteří se zabývali sportovní zdravotní a rehabilitační problematikou. Neznal jsem z nich nikoho. Dodnes si pamatuji jen dvě jména, Krejčí – Sparta a Kolář – Motol.

Dal jsem lístek se jmény na stůl, zavřel oči a položil ukazovák na papír. Výsledek byl jasný, udělám si výlet do Motola. Slunce už zapadalo, měl jsem čtyři piva, a tak jsem se vydal k domovu, aby neměl otec, se kterým jsem tenkrát ještě bydlel, starost. Pil jsem dvanáctky.



## NEOBVYKLÁ MISE

Jeden zářijový pátek jsem požádal bratra, který jezdil často obchodně do Prahy, jestli bych se s ním mohl svézt.

*„V kolik tam máš být?”*

*Ptá se bratr od rána.*

*„Jestli bude třeba,  
rozdráždíme Formana.”*

*(Forman – jeden z modelů automobilky Škoda)*

*„Povol klidně pedál,  
ať zvěř se vozu neleká,  
na blind jsem se vydal,  
nikdo mě tam nečeká.”*

Bratr obchodník, zvyklý na dochvilnost, se na mě podivně zadíval a pak posměšně dodal:

*„Už vidím tu slávu,  
práce jde dnes na pytel,  
dejte vařit kávu,  
promluví pan ředitel.  
Doneste sem sůl a krajíc,  
přijel Soukup z Budějovic!”*



Na uštěpačné poznámky svého bratra jsem byl zvyklý:

*„Nejsem toho názoru,  
že čekají mě v pozoru,  
že sestřičky a lékaři  
přivítají mě u dveří.*

*A když pán Bůh nedá,  
tak až přijdu z Motola,  
než se domů vydám,  
dám si jedno U vola.”*

Bratr mě vysadil někde v centru Prahy. Díky mapě a orientačnímu smyslu jsem zanedlouho stál v areálu nemocnice v Motole. Větší nemocnici jsem neviděl. A byla modrá, to mě zaujalo nejvíce. Teď jen najít hlavní vchod. Pak jsem uviděl něco, co vypadalo jako vrátnice, a vydal se tím směrem.

*„Přeji dobrý den,  
z daleka k vám jedu,  
hledám pana Koláře,  
budem dělat vědu.”*

Muž v černé uniformě se na mě unaveně podíval, spolkl poslední kousek studeného telecího párku s rohlíkem a důležitě pronesl:

*„My tu nejsme náká  
obyčejná vrátnice,  
my jsme něco jako  
policejní stanice.*

*Já mám svoje rozkazy,  
úkolů až na půdu,  
takže toho chlapa  
já ti hledat nebudu.”*

Nasměroval mě k personálnímu oddělení nemocnice a vytáhl z brašny další telecí párek. Začal jsem si uvědomovat, že najít někoho v tom obrovském zařízení nebude jen tak. Úředníci na personálním oddělení má prosba trochu zaskočila. S požadavkem najít člověka, o kterém nic nevím – ani jak vypadá, ani co dělá, se nesetkávala zřejmě každý den. Nakonec začala s trochou nedůvěry pátrat.

*„Projedeme registr,  
počítač se zahřeje,  
chirurg, topič, magistr,  
který z nich to asi je? ”*

Pokrčil jsem rameny.

*„Spravuje snad záda,  
takové jdou řeči  
a taky kolem sportu  
prý se nějak točí.”*

*„Nemyslíte Pavla,  
co léčí pana Havla?”*

Prezidenta Havla? Malinko jsem znejistěl a lehce se opotil. Můj hledaný byl doc. PeadDr. Pavel Kolář, tenkrát, tuším, primář rehabilitačního oddělení v Motole. Obětavá úřednice se netajila obavami, že mi sděluje citlivé informace. Ujistil jsem ji, že to, co jsem se dozvěděl, použiji pouze pro svou potřebu a v žádném případě ne v rozporu s vnitřním řádem nemocnice a už vůbec ne s právním řádem našeho státu. Možná, že ji to trochu uklidnilo. Pak mi ta hodná paní ukázala cestu na oddělení rehabilitace. Snad budu mít štěstí, protože pan docent nebývá v nemocnici každý den, ale pátky většinou ano.

Ve výtahu jsem pod tíhou nově zjištěných skutečností zvažoval, jestli nemám jít rovnou na to pivo. Pak jsem ale sebral odvalu.

*Není cesty zpět,  
vlak jede až v pět.*

Dveře s nápisem Sekretariát primáře byly otevřené. Za psacím stolem seděla přísně vyhlížející žena. Nakoukl jsem dovnitř a po vyzvání jsem jí sdělil, co bych rád.

*„Pan docent je v jednom kole,  
všichni tady ví to,  
jestli nejste objednaný,  
potom je mi líto.”*

Nejsem žádný bojovník, ale když jsem byl už tak blízko, nechtěl jsem to vzdát.

*„Poslouchejte chvíli,  
jsem už skoro v cíli,  
buďte od té dobroty,  
nedělejte drahoty.”*

Pravděpodobně jsem paní sekretářku nějak obměkčil, a tak jsem mohl na pana docenta počkat, až se vrátí z vizity. Teď už jen oslovit toho pravého. Jeho podobu jsem neznal, jen jsem slyšel, že je menší postavy s méně vlasy. Tak uvidíme. Napětí ve mně mírně vzrůstalo.

Po chvíli čekání se rozlétly dveře a do chodby vstoupil muž. Byl vysoký s hustými černými vlasy. Čekal jsem dál. Po další chvíli vešel do chodby druhý muž v bílém plášti. Popis odpovídal. Už jsem se zvedal ze židle, když pokynul rukou mladé mamince s dítětem a vešli společně do ordinace. Přišla sice až po mně, ale já měl času dost. Vlak

mi jel až v pět. Zanedlouho vyšli všichni tři ze dveří a rozloučili se. Přišla má chvíle. Vykročil jsem s nataženou pravicí.

*„Já jsem Petr Soukup,  
přeji pěkný den,  
můžete mi věnovat  
dvě minuty jen?“*

*Proč jsem vlastně tady,  
jak to jenom naznačit,  
zda by bylo možné  
se od vás něco naučit?“*

Kupodivu ho můj požadavek nezaskočil. Pořádá totiž dvakrát ročně veřejný víkendový seminář, kam se můžu přihlásit. Ještě se zeptal, jestli jsme ve škole probírali vývojovou kineziologii. Když viděl, že jsem v tomto směru vědomostmi nedotčený, nabídl mi, abych chodil na jeho přednášky pro studenty druhého ročníku bakalářského studia fyzioterapie, abych se před začátkem semináře seznámil s vývojovou kineziologií. Dnes už vím, proč. Dostal jsem ještě vizitku s telefonním číslem, abych mohl po Novém roce zavolat, kdy se budou přednášky konat. Poté jsme se rozešli. Na chvíli jsem se posadil a zhluboka vydechl.

*Má mise tady končí,  
vstávám opět na nohy,  
U Černýho vola  
už točí kozla za rohy.*

Byl to pěkný den. Klidný, že je jednání za mnou, a plný očekávání, jak se vše bude vyvíjet, jsem se vydal na procházku Prahou. Tehdy jsem nemohl tušit, jak velký význam pro mě tento neobvyklý výlet měl.

## ZAČAL JSEM NASÁVAT

Ještě před koncem roku jsem nastoupil do dětského centra v Českých Budějovicích. Bylo to mé první zaměstnání po ukončení studia. Prostředí centra bylo velmi příjemné. V základní škole se zde vzdělávaly děti s různým typem tělesného a mentálního, jak my říkáme, postižení a nechyběla ani školka.

Při přijímacím pohovoru jsem panu řediteli řekl, že mám možnost, podle mého názoru zcela výjimečnou, navštěvovat přednášky vývojové kineziologie v Motole, že se jedná přibližně o šest pondělků v letním semestru a že termíny ještě upřesním. Chtěl jsem předejít pozdějšímu nedorozumění, které by vyvolala moje absence v centru. Domluvili jsme se.

Zařízení bylo vedeno jako sociálně – zdravotní a já měl po několika týdnech pocit, že lékařská stránka, která mě v tu dobu nejvíce zajímala, je trochu zanedbávaná a že se neklade dostatečný důraz na odbornost fyzioterapeutů. Dnes bych viděl situaci pravděpodobně jinak. Ale jako správný zdravotník vyškolený v našem zdravotnickém systému jsem měl jasnou představu o tom, jak by rehabilitační péče měla vypadat. Svůj nesouhlas se zavedenými postupy jsem dával často najevo. Přestože jsem měl velkou snahu pomoci, mohlo mé vystupování někdy působit nepříjemně až arogantně. Byl jsem nabitý energií a lačný po nových poznacích, a zřejmě proto i netrpělivý. Přesto si myslím, že jsem se svými kolegy vycházel dobře. Nejlépe jsem si ale rozuměl s učiteli a kuchařkami.

Když uplynula tříměsíční zkušební lhůta, začal pan ředitel sondovat, jak to vypadá s mými přednáškami. Neskrýval určitý neklid při představě, že několik týdnů budu chybět každé pondělí a jak prý k tomu přijdou ostatní kolegové, kteří jsou služebně starší a možná by se také rádi zúčastnili nějakého kurzu či semináře, ale všichni najednou jet nemohou. Neměl jsem z toho dobrý pocit. Podle mých informací se žádný z kolegů na nic podobného nechystal, a navíc jsme byli přece domluveni! Byl jsem připraven pro tuto akci čerpat neplacené volno nebo dovolenou, bez nároků na jakýkoliv finanční příspěvek od centra.

*Jestliže se nepletu,  
chtěj mi bránit v rozletu,  
já chci jenom v míru  
dělat světem díru.*

Cítil jsem, že pro mě budou mít přednášky zásadní význam, a chtěl jsem se podělit o nabyté informace i se svými kolegy. Konečně jsem se opět rozjel do Prahy. Nemohl jsem se dočkat. Hned první přednáška byla úžasná. Pochopil jsem, proč tam jsem, a taky, proč jsem se měl před seminářem seznámit s vývojovou kineziologií. To, co jsem se dozvěděl, mě dostalo. Pavel Kolář mluvil o tom, jak naše centrální nervová soustava řídí pohyb těla, a jaké zákonitosti, na které poukazoval už profesor Václav Vojta, můžeme ve vývoji pohybu dítěte pozorovat a využít je v rehabilitaci poruch pohybového aparátu. Mluvil o tom, jak je každý člověk vybavený jakýmsi



pohybovým programem, který se za optimálních podmínek přirozeně rozvíjí. Byl jsem fascinovaný a nadšený.

*Zářím jako lustr,  
tak on je tam mustr.*

Před sebou jsem viděl neskutečné množství práce, pokud budu chtít celou problematiku obsáhnout. Přesto jsem cítil, jak je to v principu vše jednoduše, dokonale a zároveň logicky zařízené. Čistá a moudrá příroda. Jak mozek zraje, přebírají postupně kontrolu pohybu vyšší oddíly centrální nervové soustavy (CNS), přičemž ty nižší zůstávají stále ve funkci. Jakoby se po určité době řídicích funkcí, které přenechávají něčemu jinému, vzdaly. Dokonalá souhra, kdy všechno funguje podle svého určení, a vypadá to, že nedochází k žádným protestům ze strany jednotlivých oddílů, které by se dožadovaly plnit jinou funkci. Proto to zřejmě funguje. Krásný příklad spolupráce. Další přednášky se týkaly úžasného propojení jednotlivých částí celého pohybového aparátu. To, že např. změnu svalového napětí u ramenního kloubu můžeme pozorovat i na trupu, v oblasti pánve, na končetinách a zároveň na chodidle, bylo pro mě něco zcela nového. Přestože jsem na tento způsob vnímání lidského těla nebyl zvyklý, byl mi velmi blízký. Když pak došlo na popis vztahů mezi celým pohybovým systémem a vnitřními orgány, myslel jsem si, že se mi to zdá.

*Když mi klepneš na slachu,  
moje noha povyskočí,  
proč dělá zub neplechu,  
když se žebro pootočí?*

Postupně jsem se seznamoval s dalšími fascinujícími propojeními celého systému, ale to nejlepší mě ještě čekalo. Přednášky pokračovaly a s každou další můj zájem o takto pojatou rehabilitaci rostl. Nechápal jsem, proč se tyto poznatky nevyužívají v běžné medicíně a rehabilitaci. Jak je možné, že tento způsob vnímání těla je nám tak cizí? Proč jsme o tom nemluvili v rámci studia?

*„Proč nám tohle neřekli?“  
Odpověď chci slyšet kloudnou.  
„Tahali nás za fusekli,  
nebo dále nedohlédnou?“*

Jaké jsem měl štěstí, že mě sem osud nasměroval a postrčil! Toužil jsem všem sdělit, co všechno jsem se dozvěděl. Ne vždy jsem se však při své snaze setkal s pochopením a zájmem. To mi tenkrát přišlo také velmi podivné. Dnes už vím, že některé poznatky teprve čekají na své znovuobjevení, a to nejen v medicíně, a že určitá strnulost našeho myšlení nám často brání vnímat vše kolem v širších souvislostech. Vzpomínám si, jak mocně jsem byl za dob studia ovlivněný medicínským myšlením a jak jsem občas urputně hájil vědecké teorie proti různým alternativním postupům v léčení.

*Květu plný vesmír je,  
pacientům běda,  
před přírodou varuje  
medicínská věda,  
a s tím co tu útočí  
bez milosti zatočí.*

Postupem času jsem měl možnost seznámit se s jiným pohledem na léčení, a to mi pomalu otevíralo oči. Začal jsem dostávat odpověď na otázku, která vyvstala po ukončení studia – jaké kurzy si mám udělat a jakým směrem se mám v rehabilitaci vydat. Měl jsem jasno. Když budu pozorovat přirozený pohyb v jeho čisté podobě, dozvím se o něm vše podstatné.

*Cože jsou to pro pohyb  
přirozené podmínky?  
Nejlepší je toto téma  
konzultovat s miminky.*

Vše je již zařízené, moudrá příroda!

*Jak je to jen snadné,  
proč si hlavu vylamovat,  
v mysli ticho vládne,  
stačí vše jen pozorovat.*

Po skončení série přednášek se přiblížil termín praktického víkendového semináře, který byl pořádán dvakrát ročně. Náplní bylo využití poznatků z vývojové kineziologie v praxi, zejména při manuální mobilizační terapii. V této oblasti vynikal právě Pavel Kolář, který jako jeden z prvních, možná úplně první, začal vývojové principy v běžné rehabilitaci cíleně využívat. Dosahoval skvělých výsledků, proto jsem se na seminář moc těšil.

Po úvodní teoretické části, ve které jsem se díky přednáškám již trochu orientoval, následovaly praktické ukázky mobilizace kloubů, tzv. odblokování. Nejvíce mě zaujalo, s jakou lehkostí a jemností doktor Kolář tuto techniku prováděl. Znal jsem spíše tvrdší a razantnější přístup ve snaze „porovnat“ klouby. Opět jsem si uvědomil tu provázanost. Nepracoval pouze v místě bolesti a omezené hybnosti, ale vstupoval vlastně do celého pohybového systému, i do oblastí zdánlivě nesouvisejících s místem poruchy.

*Nelze hlavou otáčet?  
Křční páteř stávkuje,  
stačí pánví otáčet,  
ta to celé blokuje.*

Když kurz skončil, dostavily se známé pocity. Měl jsem obrovskou chuť do práce a stejně velký neklid spojený s nemalou netrpělivostí, kdy už budu taky tak dobrý jako náš přednášející. Pavel Kolář se stal mým vzorem a chtěl jsem být jako on. Vyhledával jsem veškeré dostupné materiály, kde o něm byla zmínka, odborné články,

rozhovory atd. Nebylo jich tenkrát mnoho. Vymýšlel jsem způsoby, jak bych mu mohl být pracovně nablízku a učit se od něj. Podařilo se mi s ním domluvit jednu konzultaci na konci prázdnin.

Po roce svého působení v dětském centru jsem se rozhodl změnit zaměstnavatele a odejít do nového místa, do lázeňského zařízení v Třeboni. V září jsem se stačil oženit a postupně jsem objevoval a oceňoval přednosti fungujícího partnerství a rodiny.

Do lázní jsem se docela těšil. Čekala mě jiná skladba pacientů, než byla v dětském centru, a tedy možnost zdokonalit se v řešení jiných typů poruch pohybového aparátu, hlavně vertebrogenních. Musím přiznat, že tato oblast mě v tu dobu zajímala nejvíce, protože jsem v ní viděl nejlepší možnost svého uplatnění, například v rámci sportovní rehabilitace, kde se nabízelo i slušné finanční ohodnocení. Měl jsem motivaci své práce rozdělenou zhruba na třetiny, pomoc pacientům, osobní prestiž a vydělávání peněz. Z dnešního pohledu se mi zdá tento poměr jaksi nevyvážený, byla to však doba, kdy se nám narodil první syn, a my jsme řešili, kde budeme bydlet.

*Můžeš lidem pomáhat,  
můžeš dál i studovat,  
v práci snaž se ukázat  
a koukej něco vydělat.*

Po nástupu do lázní jsem absolvoval známé kolečko po provozech, abych se s každým z nich seznámil. Vzpomínám si na jednu příhodu, kdy jsem měl provést masáž šíje u pacientky po slatinné koupeli. Její

ramena byla tak citlivá, že každý můj dotek působil bolestivě. Usoudil jsem, že nemá smysl v masáži pokračovat, a navrhl jsem, že zkusíme jiný způsob ošetření. Paní souhlasila. Pracoval jsem určitým způsobem s ramenními klouby a výsledkem bylo uvolnění šije, aniž bylo třeba se této oblasti dotýkat. Svě překvapení i radost si paní, jak to tak v lázních chodí, nenechala pro sebe a o svou zkušenost se podělila v ostatních provozech. Ještě ten den mně telefonovala kolegyně, která měla pacientku ve své fyzioterapeutické péči. V rozčilení mi doporučila, abych si hleděl svého, a když jsem na masážích, tak mám dělat masáž a nic jiného.

*„Poslouchej mě, mladej,  
o svoje se starej,  
na nějaký takový  
nejsme tady zvědaví,  
nedělám tu svoji práci  
králíkovi pro legraci!”*

Snažil jsem se jí vysvětlit, že můj úmysl nebyl nekolegiálně vstupovat do práce druhých, že mým jediným zájmem v tu chvíli bylo pomoci té paní jiným způsobem, protože masáž nebyla možná. S vysvětlením jsem moc nepochodil, rozčilení mé kolegyně bylo příliš velké. Nechtěl jsem nikoho poškodit, tak jsem si to tak nebral. Už jsem byl trochu zvyklý z předchozího pracoviště. Když jsem o té situaci pak přemýšlel, zarazila mě spíše reakce kolegyně. Vůbec ji

nezajímalo, jakým způsobem jsem pacientku ošetřil, že se její stav tak zlepšil.

S přibývajícimi týdny v mém novém působišti jsem to začal chápat. Vypadalo to, jako by někteří zaměstnanci chodili do práce za trest. Neustále byli s něčím nespokojeni, stále řešili různé malichernosti a energie vzájemné nevráživosti a obav byla často přítomná, snad díky strachu ze ztráty zaměstnání.