

Ivana Soboličová

DVE v JEDNOM



DVE v JEDNOM

Ivana Soboličová

DVE v JEDNOM

Zo života mnohých z nás...

© Ivana Soboličová, 2025

Redigovala: Zuzana Kolačánová

Fotograf: Marek Haring

Grafická úprava: Braňo Gajdoš

Všetky práva vyhrazené.

ISBN 978-80-570-7508-0 (pdf)

ISBN 978-80-570-7509-7 (epub)

ISBN 978-80-570-7510-3 (mobi)

Dve v jednom...
Žena a dieťa
Manželka a zamestnanec
Svetlé a tmavé
Radosti a zodpovednosti...
Boľavá láska. Láskavá bolesť.
Nádejná pravda. Pravdivá nádej.
Ja a rodina.
Ja aj celá Zem.

Nič nie je len biele alebo čierne.
Žiadne vaše rozhodnutie sa nedotkne len vás.
V ničom nie ste sama či sám.
Dve aj tisíc v jednom.

*Venované všetkým,
ktorí sa v tejto knihe nájdú.*

*Malým kúskom vašich príbehov,
ktoré nás tak veľa naučili.*

Ďakujem, že ste.

PÁR SLOV NA ÚVOD

Veci sa nedejú len tak. Všetko má svoj čas i miesto. Dôvody. Spôsoby. Zmysel. Len to chce ten správny čas. A jeden pekný deň, ako blesk z neba, vám zapadne aj ten posledný kúsok puzzle, ktorý ste hľadali.

Pre nás, ktorí trpezlivosť nedostali do vienu (stála som totiž v rade na zvedavosť, kam som sa omylom postavila aj druhý raz), to býva výzva. Slovo *čakať* nemám vo svojom slovníku. Zato slovo *rýchlo* vám poviem aj v trinástich jazykoch.

Udialo sa to tento rok. Ten pocit, že niečo treba zmeniť. Hľadať. Správnu. Cestu.

V nedeľu večer zvažujete, že ak si dnes neľahnete spať, pondelok príde neskôr. Skúšala som to, ale pondelok prišiel aj tak. A bol ešte „pondelkovejší“ ako obvykle. Home office s dvoma chorými deťmi. Alebo OČR s minimálnym príjmom. Preplnený pracovný inbox. Potrubie na prítok úloh vždy hrubšie ako potrubie pre odtok tých vybavených. Stále na troch miestach naraz. Pokusy, ktoré nikam nevedú. Pokoj v duši nájdem KDE? Únikové cesty? Opustený ostrov? Alkohol?

Nedávno sme s manželom, možno aj trocha nerozumne, uzavreli stávkou o tom, kto z nás rýchlejšie schudne do svojich pôvodných predkoronových nohavíc. Takže okrem alkoholu škrtám rovno aj čokoládu. Aj hamburger. Aj ostat-

né dobré veci, ktoré samozrejme pred deťmi nikdy nejeme, pretože varíme nesladenú bio pšenovú kašu a robíme kelo-vo-cuketové fašírky bez oleja.

Áno, snažíme sa. Hľadáme sa. Bežíme všetkými smermi.

Každý deň si obúvame niekoľko topánok naraz. Niektoré nám ako-tak sedia, ale iné robia celkom pekne-nepekne otlačky. Som rodič, som manželka, som zamestnanec, šofér, upratovačka, lekárka, kuchárka, učiteľka, kouč, sponzor, veštica, zúbková víla, Ježiško alebo LEN ČLOVEK? Pesimistický surrealista fajnsmeker? Dôležité však je to srdce široké ako kamión.

Premýšľala som. Kedy? Kadiaľ? S kým? A kam?

Dnes. Rovno. S vami. K lePPPšiemu.

Podeľme sa. Potešme sa. Podržíme sa.

Zdieľajme. Vylezme z ulít. Zmeňme naše nesprávne vzorce. A zabudnime už na tie malicherné hlúposti, ktoré škodia nám či iným.

Všetci potrebujeme smer, ale aj dôvod na smiech, hoci váš syn práve stúpil do hovienka na mestskom trávniku a má ho po celej čižmičke.

Ten dôvod, to sladké NIEČO obalené v úsmeve, chcem hľadať tu, teraz a s vami. SPOLU.

Pretože spolu to všetko **prežijeme**.

Prežijeme.

A potom už **začneme žiť**.

AKO PREŽIŤ VZŤAHY

Mám to šťastie, že ma obklopujú silné ženy. Tá, o ktorej som dnes premýšľala pri raňajkách na balkóne (ten šum stromov je naozaj upokojujúci), je silnejšia ako mnoho chlapov. Inšpiruje ma už roky.

Čím?

Nikdy som ju nepočula sťažovať sa. Ťah na bránu má ako buldog. Energiu ako vodná elektrárňa. Srdce veľké a na milimeter presne umiestnené.

Na Slovensko prišla sama, keď nemala ešte ani dvadsať rokov. Musela sa sama o seba postarať, študovať, tancovať, zaradiť sa do správneho prúdu. Cudzinka študujúca na Slovensku taliančinu z českej učebnice. Na stole tri slovníky. V skrini 28 tanečných topánok. Rodičia tisíc kilometrov ďaleko. Bez sťažovania.

Neskôr, keď som už mala rodinu a deti a ona mala dobre rozbehnutú kariéru, sa naše cesty na chvíľu rozišli. Asi aj kvôli mne. Akosi sa mi zdalo, že ju môj „málo zaujímavý“ rodinný život zrazu nezaujímal. Že si naň už nechcela nájsť čas.

Ona však rozprávala viac o tom svojom zrejme aj preto, že všetci okolo nás už riešili len plienky verzus odplienkovanie, očkovanie verzus neočkovanie, zaspím postojacky verzus nezaspím postojacky. A aj ona potrebovala povzbudiť

v tom svojom smere. Možno v trocha opustenejšom, ako sme mali my ostatné.

Našťastie sme časom obe dozreli a vrátili sa tam, kde sme prestali. Opäť sa navzájom počúvame. Podporujeme. Pošťuchujeme. Posilňujeme. Potrebujeme.

Aj vďaka nej som si uvedomila, že vzťahy nemajú byť jednostranné. Treba dávať i dostávať, inak bude vzťah živorit ako slabo zalievaná kvetinka. A my predsa chceme poriadnu húštinu.

Nemala veľmi šťastie na svoje partnerské vzťahy. Veľa dáva, dostáva tak ako kedy. Vzťahovú zrelosť ukázala vo svojej prenádhornej, katalógovo umelecky zariadenej kuchyni, ktorá je podľa mňa závideniehodná, hoci nebola vyleštená podľa predstáv jej partnera. Lebo sa aj používa, lebo občas ostane kruh z pohára na linke, lebo občas je utierka tam, kde vypadla z ruky, keď sa išlo robiť iné. Lebo sa išlo tvoriť. A užívať.

„Ako môžeš byť taká bordelárka?! Zase je v chladničke staré jedlo. To nevieš veci vytriediť, keď ju otvoríš?!“

Aj keď to v nej vrelo, odpovedala pokojným hlasom, skoro ako z príručky: „Vieš, keď ja idem do chladničky, môj mozog sa sústreďí len na to, po čo som prišla. Nie som v triedení taká dobrá ako ty. Mám iné prednosti, ale táto k nim nepatrí. Ty si v tom lepší. Bola by som preto rada, keby si to využil a zobral si to na zodpovednosť ty.“

Takto s prehľadom ho dokázala pochváliť a zároveň na neho presunúť zodpovednosť. Za mňa je to Vysoká škola vyjednávania. Ale ona ešte pokračovala, a to rovno na doktorát.

„Ja som o nás premýšľala a urobila si v našom vzťahu jasnejšie. Je tam veľa dobrého, ale aj trocha špiny. Rozhodla som sa však, že to dobré mi za tú trochu špiny stojí. Bola by som rada, keby si si takto upratal aj ty a ak sa rozhodneš, že tento

vzťah chceš a akceptuješ, aj s tou trochou špiny, budeme sa mať dobre.“

Dnes pôjdem upratať chladničku. Nerobím to rada a ani v tom nie som dobrá. Veľmi podobne sú na tom aj ostatní členovia našej domácnosti. Nikto ma však nekarhá, keď sa tam občas nájde niečo po spotrebe. Zrejme za to môžeme tak trochu všetci, čo ju pravidelne otvárame. Ale ja ju dnes upracem a budem na seba pyšná.

Možno by sme mali prestať hľadať chyby na iných, keď sami zrejme nebudeme bez chýb. Miesto sťažovania sa by sme si mohli upratať vo veciach, ktoré sú naozaj dôležité.

V chladničke, v posteli aj pred vlastným prahom.

*PS: Naše vzťahy sú vraj len odrazom nás samých.
Ak sú okolo vás láskaví a múdri ľudia, nemôžete
byť sebec, hlupák, monk ani troť.*

*Dnes som pochopila, ako sa mám dobre a aká láskavá
a múdra vlastne som. Pretože takí sú aj ľudia okolo
mňa. A každý deň budem za to ďakovať.*

AKO PREŽIŤ SVOJU POVAHU

Žena je to úžasná. Pečie mňamky torty kamarátom a celej rodine len tak pre radosť. Fotí ako umelec. Vyrába kapsulové šatníky. Montuje i maľuje sedenie na balkón. Ľudomil v akejkoľvek otázke.

A popri tom dlhodobo pracovala na 210 percent.

Najprv mala v rámci svojho zníženého pracovného úväzku popri svojej rodine „len“ jednu agendu. Pracovala však aj cez víkendy. Pracovala cez Vianoce. Prvé, druhé, tretie, každé.

Jej agenda bola natoľko časovo a stresovo náročná, že požiadala vedenie, aby jej dali inú agendu, ktorá je jej srdcu bližšia, alebo radšej už žiadnu (palec hore dievča).

Keďže bola šikovná a ochotná, také lepidlo celého oddelenia, vyhovel jej. Na chvíľu. A potom jej pridali kúsok inej agendy. Kúsok tretej agendy. A vlastne ani toto nemá kto robiť.

Postupne riešila aj všetky boľáčky na oddelení, pripravovala školenia, písala články, rekonštruovala kuchynku, objednávala občerstvenie, bola pravou rukou trom nadriadeným a opäť robila cez sviatky. Cez víkendy. Po nociach. Na dcérinej besiedke. Cestou na dovolenku.

Za rovnaký plat a stále rovnako znížený, dvakrát prekročený, pracovný úväzok. Napriek tomu sa nestážovala.

Všetci sa čudovali, keď raz padla posledná kvapka a odovzdala svoju podpísanú výpoveď. Veď sa mala sťažovať. Veď my by sme jej ubrali práce (nemali sme to komu inému dať). Zvýšili by sme jej plat. Veď to jej: „Nie, toto už robiť nebudem,“ bolo len také jemné nie. Veď my ju máme radi. Veď my ju potrebujeme.

Ale ona už je v práci, kde jej jemné nie počúvajú. A vrátila sa naspäť k svojej rodine. K svojmu telu. K tortám, foteniu i ku kapsulovému šatníku. Pretriedila veci v celom byte a upratala si aj v prioritách.

Je už neskoro hľadať, na koho strane sa stala väčšia chyba. Predovšetkým ona mala viac myslieť na seba. Ozvať sa a bojovať za seba. Skôr. Častejšie. Hlasnejšie. Nadriadení si však mali všimnúť a oceniť, čo všetko pre firmu robí, a kam to celé speje (o tom ale až v niektorej ďalšej časti).

Dievčatá, naučme sa hovoriť nie. Chlapci, naučte sa počúvať aj jemné nie. A aby sme nepodporovali zaužívané stereotypy... Chlapci, ktorí neviete hovoriť nie, naučte sa to. Dievčatá, ktoré neviete počúvať jemné nie, tiež sa to naučte. A bude nám všetkým lepšie.

Nikto na svete to nemá jednoduché. Všetci si nesieme svoje šrámy z detstva – čo všetko som a čo všetko by som mala byť. Nie som dosť dobrá. Nemám dosť kamarátov. Nezaslúžim si. Nevieť. Radšej to ani neskusím. Tak ja radšej už ani nechcem.

Som tretie dieťa z doby komunizmu. Nosila som svoje hnedé kamaše po starších súrodencoch a spala na poschodovej posteli pod lampou s nakreslenými žabkami. Lepila som nálepky po nábytku a zbierala Céčka. Tajne som čítala časopis Bravo a obdivovala všetko farebné a odvážne zo západu. Viem, že rodičia robili, čo mohli. Doba však bola taká. Plávaj s prúdom a nevytrčaj. Čo by susedia povedali. Nikomu

to nehovor. Až kým som nepochopila, že vytŕčať z radu až tak nevadí. Avšak prísť na toto zistenie mi trvalo až dooo... Doteraz?

V dome sme mali suseda, ktorý sa k nám chodil hrať s autíčkami. Môj brat ich mal menej ako on, ale aj tak sa hrali vždy u nás. Susedove autíčka museli byť všetky vzorne vyleštené, zarovnané, otočené v správnom uhle a vystavené na poličke. A tak sa s nimi radšej ani nehral.

Teraz však svojmu synovi, možno aj vďaka svojej úžasnej manželke, autíčka ušetrené z jeho detstva i tie nové prikúpené, dovolil používať. Naháňa sa s nimi po byte, robí si tunely z kníh a občas narazí do stoličky či steny. A môj sused? Sem-tam si k nemu prisadne, aby si užil to, čo mu v detstve chýbalo. Obitý roh steny v obývačke či pokrivené autíčko ho síce trochu škrie, ale teplo v srdci je silnejšie.

Sme aké sme. Sme akí sme. Máme svoju povahu, prostredie z ktorého pochádzame, minulosť vtlačenú ako pamätnú mincu.

Budúcnosť však napísanú ešte nemáme. Tak si ju upravme podľa našich predstáv. Nedajme sa zviazať našim jemným nie. Nedajme sa zarovnať do radu spolu s naleštenými autíčkami.

*PS: Žime svoj vlastný život. Nie život našich
rodičov, spoločnosti či partnera.*

*A predovšetkým nedovoľme svojmu životu,
aby ho žil on namiesto nás.*

AKO PREŽIŤ DOVOLENKU

V prieskume stresujúcich faktorov sa dovolenka predrala na popredné miesta tesne za pohrebom, rozchodom či stratou práce. To ako fakt?

Keď boli naše deti menšie, dovolenky sme si delili na tri kategórie: tie, pred ktorými sme ochoreli (a museli sme ich stornovať), tie, počas ktorých sme ochoreli a tie, ktoré ako-tak vyšli, pretože sme ochoreli až cestou domov alebo krátko po návrate.

Rozseknuté čelo a noha v Taliansku, vyložený obsah žalúdka na letisku vo Viedni, zapálený zub v Chorvátsku, nemocnica po návrate z Thajska. Dobré poistenie poteší. Možno ten prieskum stresujúcich faktorov až tak veľmi nezavádzal...

Neprestali sme však skúšať. A ako deti rástli, pridali sme štvrtú kategóriu: dovolenka vyšla. A postupne sa nám, vďaka za to, začína zaplňať aj táto skupina. Nohy vyložené na pláži, široké zasnežené zjazdovky, vôňa lesa, pohár vína (či dva 😊) s kamarátmi na Silvestra.

Všimla som si však, že aj keď práve nemáme žiadny konkrétny externý problém, ľudská povaha si zvykne nejaký vytvoriť. Čítaním pracovných emailov, rátaním prekročeného rozpočtu na dovolenku či ponorkovou chorobou, ak rodiny nie sú zvyknuté tráviť toľko času spolu.

Každý z nás si však zaslúži plnohodnotný oddych. Bez pracovných termínov. Bez urazených detí. Bez tlaku chýbajúcich zdrojov. Tá ďalšia dovolenka by už mala byť tá vysnívaná.

Moja sestra má päťdesiatku za sebou a teraz objavila čaro skialpinizmu. Posiela vysmiate fotky z vrcholov hôr po päťhodinovom výstupe. Na Vianoce dostala protilavínovú výbavu a lopatu. A je šťastná.

Ja som zase šťastná, že nemusím mať protilavínovú výbavu a nemusím tam ísť s ňou. Radšej si splním svoj celoživotný sen a pôjdem na Maurícius. Nebudem len ležať na pláži, precestujem ho z východu na západ a pozriem si aj okolité ostrovy. Precestovala som USA (ešte bez detí), celé Francúzsko (s dcérou v bruchu) a navštívili sme všetky sopky v Taliansku (už s oboma deťmi mimo brucha).

Neexistuje univerzálna dovolenka. Mali by ste si nájsť takú, ktorá vyhovuje práve vám. A netreba z nej postovať milión upravených fotiek. Stačí, keď si ju uložíme do hlavy. A do srdca.

Ako sa zvykne hovoriť, na dovolenke si treba dovoľovať. Vyberme si preto takú, kde sa budeme cítiť dobre a nebudeme prerátavať, koľko stojí minerálka, keď sme naozaj smädní. Alebo hamburger, keď nám škvrka v bruchu. Nekazme si ju ani pracovnými povinnosťami. Ako mi povedal jeden známy: „Najlepšia dovolenka bola tá, kde sa mi pokazil firemný mobil hneď po prilete. Taký pokoj to potom bol...”

A tak to má byť. Pokoj. Zaslúžime si aspoň chvíľu robiť to, čo chceme, a nie to, čo by sme mali.

Rozmyslite si aj to, s kým na ňu chcete ísť. S rodinou? S priateľmi? Dvadsať detí? No a čo ak chcete ísť sami? Aj umelci vraj hľadajú inšpiráciu na opustených ostrovoch. Čokoľvek, čo potrebujete, sa môže stať.

Let the dreams come true. Plňte si sny.

PS: Na dovolenku šetríme väčšinu roka.

Ak sa na nej pristihneme pri myšlienke:

„Bolo mi toto treba?!“, je asi čas niečo zmeniť.