Celosvětový fenomén, který v srdcích milionů žen zažehl plamen odvahy a touhy.

ELIZABETH GILBERTOVÁ

10. výročí
Předmluva autorky

Jíst, meditovat, milovat

Pouť mladé dámy za pozemskými i duchovními rozkošemi napříč Itálií, Indií a Indonésií…

Susan Bowenové –

u níž jsem nacházela útočiště
i na dálku 12 000 mil

Mluv pravdu, mluv pravdu, mluv pravdu.*

Sheryl Louise Mollerová

**S výjimkou pokusu o řešení naléhavých transakcí s nemovitostmi na ostrově Bali, jak jsou popsány ve třetím díle.*

Copyright © 2006, Elizabeth Gilbert
Introduction copyright © 2016, Elizabeth Gilbert
Translation © Zdík Dušek, 2006
Czech edition © Metafora, 2006

All rights reserved

ISBN 978-80-7359-906-5 (pdf)

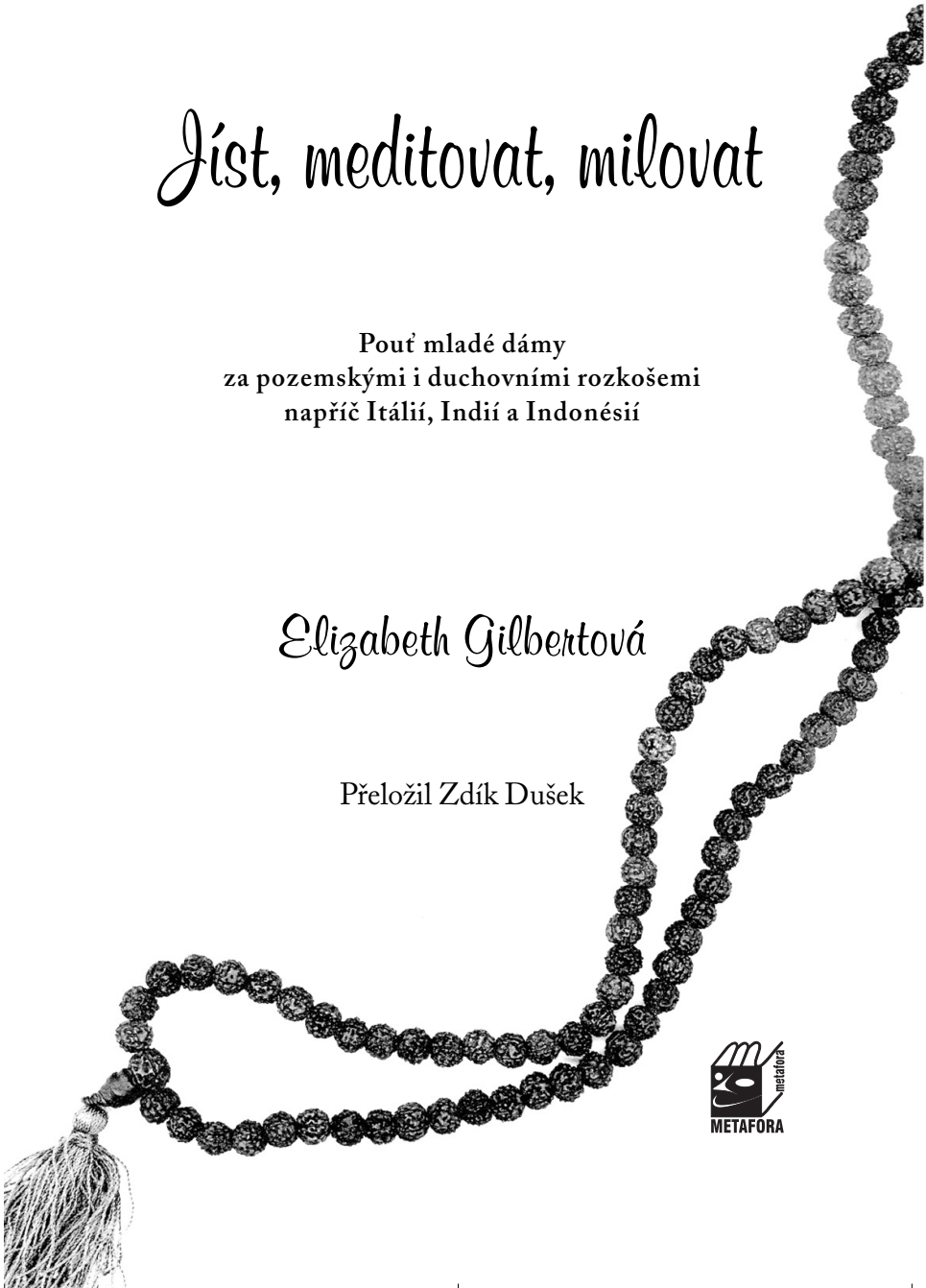
Jíst, meditovat, milovat

Jíst, meditovat, milovat

Pouť mladé dámy
za pozemskými i duchovními rozkošemi
napříč Itálií, Indií a Indonésií

Elizabeth Gilbertová

Přeložil Zdík Dušek



METAFORA

PŘEDMLUVA AUTORKY

Nedávno jsem si uvědomila, že jsem *Jíst, meditovat, milovat* nečetla deset let.

To bylo docela zvláštní, protože posledních deset let jsem o téhle své knize rozhodně mluvila – představovala jsem ji, vysvětlovala, bránila, vykládala a často o ní taky žertovala. Ale nečetla jsem ji od chvíle, kdy jsem několik měsíců před jejím vydáním v lednu 2006 dokončila redakci poslední verze.

Není to zas tak neobvyklé. Neznám mnoho spisovatelů, kteří se vracejí ke svým knihám, když už jsou jednou hotové. Někdy ze studu (všichni zpětně litujeme některých slov, která jsme použili), jindy z nudy (víme, jak to celé dopadne!) a ještě jindy jednoduše proto, že jsme se už přesunuli k jiné práci.

Ale v případě *Jíst, meditovat, milovat* jsem cítila, že tuhle knihu nemusím znovu číst, protože už vlastně není moje. Chápejte, velice rychle po vydání ji pohltil svět a přivlastnil si ji – miloval ji, nenáviděl, napodoboval i parodoval.

Když se z mé knihy překvapivě stal tak velký bestseller, inzerenti začali formuli „Jíst, meditovat...“ používat k prodeji prakticky čehokoli. (Jíst, meditovat, nakupovat! Jíst, meditovat, lyžovat! Jíst, meditovat, pít! Jíst, meditovat, štěkat!) Cestovní kanceláře si z ní udělaly dojnou krávu (vydejte se na zájezdy ve stopách *Jíst, meditovat, milovat* po celém světě – žádný jsem mimochodem oficiálně neschválila, ačkoli vždycky ráda vidím, když lidé cestují). Hollywood přetavil můj příběh ve film, kde mého manžela a mě výrazně vylepšili Julií Robertsovou a Javierem Bardemem. (Smutnou pravdou je, že s manželem nevypadáme jako Julia Robertsová a Javier Bardem. Dokonce ani v šeru. Ale přesto se mi ten film líbil. Ne, moment – právě proto se mi líbil...) Marge četla *Jíst, meditovat, milovat* ve 21. sezoně *Simpsonových*, Tina Feyová o knize žertovala ve *Studiu 30 Rock*, v *Teorii velkého třesku* ji četli Raj i Penny. A, což bylo nejroztomilejší ze všeho, před několika lety jednou přišla do školy spolužačka mé neteře, která tehdy chodila do třetí třídy, se slohovou prací o jídelních zvycích své želvy a svému úkolu dala úžasný název „Jíst, odpočívat, kakat“.

Ano, kniha rozhodně začala žít vlastním životem.

Některé reakce na *Jíst, meditovat, milovat* byly nádherné, jiné nenávistné a podstatná část byla nesrozumitelných – ale nad všemi jsem žasla. Zdá se, že miliony žen knihu berou jako manuál k léčbě zlome-

ného srdce a návod, jak prohlubovat svoji duchovní stránku, což je pro mě velkolepé zjištění. Snažila jsem se pomáhat tolika z těchto žen, kolika jsem jen mohla, v duchu přátelství a celosvětového sesterství, ale někdy jsem jejich příval nedokázala zvládat. V posledních deseti let jsem se musela naučit, jak si stanovit hranice styku s lidmi – a věřte mi, že stanovování hranic nikdy nepatřilo k mým silným stránkám. Taky jsem se musela naučit, jak vybalancovat soukromí (o to jsem se nikdy předtím nemusela bát) s veřejnou dostupností (o tu nikdy předtím veřejnost neměla zájem). Musela jsem přijít na to, jak po tak obrovském úspěchu psát a publikovat. A musela jsem se naučit odmítat spousty nových, šílených příležitostí – včetně možnosti vystupovat ve vlastní televizní reality show.

Bylo to bouřlivé desetiletí. I uprostřed všeho toho chaosu jsem se nicméně snažila zůstat stejná a natolik příčetná, jak to jenom šlo. Za to, že jsem snad uspěla, vděčím jednak správnému věku (pětatřicet) a jednak správnému vztahu (šťastnému druhému manželství). Za část své příčetnosti mohu poděkovat i tomu, že svou verzi šílenství už jsem prožila a do tak temných a zvířených vod už jsem v žádném případě nechtěla znovu zapadnout. Lidé mi často říkají: „Po vydání *Jíst, meditovat, milovat* musí být pro vás všechno tak šílené!“ a já vždycky po pravdě odpovídám: „Ne, příteli – šílené věci se v mém životě odehrály před *Jíst, meditovat, milovat* a před třicítkou.“ (A mimochodem, jsem ráda, že jste u toho nebyli.) Sepisování knihy vlastně představovalo jeden ze způsobů, jak jsem dosáhla duševní rovnováhy.

Nikdy jsem tedy nepřestala být knize *Jíst, meditovat, milovat* vděčná za vše, co mi přinesla. Ale jakkoli jsem jí vděčná, naučila jsem se také nechávat několik centimetrů ochranného prostoru mezi sebou a... tímhle. Připadám si pak ve větším bezpečí a klidu. Což je patrně to nejlepší vysvětlení, jaké mohu nabídnout, pokud jde o to, proč jsem svou knihu přes deset let nečetla.

Ale nakonec, v rámci příprav na desáté výročí knihy, jsem si sedla a znovu se do ní pustila.

A byl to pro mě pozoruhodný zážitek.

Tak za prvé, tolik jsem toho zapomněla!

Kniha zachycuje rok cestování a objevování, ale z paměti se mi už vytratilo mnoho detailů. (Mimochodem, proto je dobré si věci zapisovat.) Během posledních deseti let se mi celý prožitek *Jíst, meditovat, milovat* zúžil na: pizza, pizza, pizza. Takže na některé lidi, příhody, scény (a dokonce i jídla) jsem úplně zapomněla. Zapomněla jsem na týden strávený na Sicílii, kde jsem se jenom ptala cizích lidí, ve které ulici bych se měla příště najíst. Zapomněla jsem na některé nuance vtipných, ale vždy poučných rozhovorů, jež jsem vedla v Indii se svým kamarádem Richardem z Texasu – který už bohužel není mezi námi. Zapomněla jsem na výlet přes Bali s indonéským kamarádem Judhim.

Zarazilo mě, jak velký kus světa jsem během toho roku viděla, i jaké jsem měla štěstí, že se mi to podařilo. Podstatná část kritiky mé knihy se točila kolem toho, jak mimořádné výsady se mi dostalo, a já musím uznat, že ji chápu. Žena, která se vydala na cesty, měla mimořádné štěstí a opětovné čtení o té cestě mi to připomnělo jasněji než cokoli jiného, protože: kdo má něco takového? Kdo má volných dvanáct měsíců, aby se jen tak potloukal po světě? Kdo k tomu má dost svobody nebo peněz? Kdo má týdny a týdny, aby se procházel po Itálii a učil se nový jazyk? Kdo má měsíce a měsíce, aby studoval meditaci v Indii a Indonésii s největšími učiteli na světě?

Během let mi mnoho žen říkalo: „Kéž bych mohla udělat to co vy," ale když jsem po deseti letech četla *Jíst, meditovat, milovat*, pomyslela jsem si: „Kéž bych to mohla udělat znovu! Bylo to neuvěřitelné dobrodružství!"

Jinými slovy, myslela jsem, že jsem za tuto zkušenost vděčná, ale možná jsem nebyla vděčná dost. Měla bych každý den líbat zem za to, co jsem mohla během toho nádherného roku svobody, sebepoznávání a cest podniknout.

Také jsem si ale uvědomila, že jedním z důvodů mé tehdejší svobody byla skutečnost, že jsem se ocitla na dně. Bylo pro mě snadné hodit všechno za hlavu, protože jsem skoro nic neměla. O majetek jsem přišla při rozvodu. Romantický vztah mi vybuchl pod rukama. Opustila jsem práci. Všechno bylo vzhůru nohama, v neustálém pohybu, a já byla neskutečně smutná.

To je další věc: zapomněla jsem, jak smutná jsem byla.

Před odletem do Itálie jsem na tom mírně řečeno nebyla dobře. Trápily mě takové deprese, že jsem nedokázala jíst ani spát a jen tak – tak jsem přežívala. Užívala jsem plno antidepresiv, léků proti úzkosti a prášků na spaní. Byla jsem hubená jako toulavý pes. Moje klouby, svaly ani zažívání nefungovaly správně, takže jsem pořád trpěla bolestmi. Vše v mém životě mě naplňovalo obavami a z obav se mi třásly ruce jako nějakému tulákovi z Bowery.

Na to všechno jsem zapomněla. Totiž, v obecném smyslu jsem o tom věděla, ale zapomněla jsem děsivě živé detaily svého neštěstí – z nichž mnohé jsou uvedeny v knize. Zapomněla jsem na hanbu z toho, že jsem selhala v manželství, nebo jak chutná pocit neúspěchu v životě. Pokud jde o vztah s Davidem, zapomněla jsem, jaká je neopětovaná láska. Zapomněla jsem, jaké to je, když si ani v nejmenším nevěříte.

Je to dávno, co jsem se cítila tak smutná, a tuto žalostnou verzi sebe samé jsem nejspíš vytěsnila z paměti. Což je asi dobře. Možná si nepotřebujeme pamatovat sami sebe, když jsme byli na dně. (Proto nemusí být zase až tak dobré si všechno zapisovat.)

Ale na osobě, která napsala *Jíst, meditovat, milovat*, mě nejvíc zarazilo, že si podle všeho připadala tak hrozně stará. To pro mě bylo největší překvapení – kolikrát jsem slovo *stará* o sobě použila.

Uvědomte si, že mi v době toho dobrodružství bylo teprve čtyřiatřicet. Takový věk mi teď připadá jako dětství, ale tehdy jsem se zřejmě cítila prastará. To je skutečný příklad kognitivní disonance, protože teď je mi skoro šestačtyřicet a nepřipadám si stará ani trošku. Ráno jsem uběhla osm kilometrů, a nic mě nebolí. V noci jsem spala, jako když mě do vody hodí. Neužívám léky, pokud nepočítáte roztavený sýr (a ten já počítám). Nemůžu se dočkat každého dalšího dne, týdne, roku. Takové nadšení a vitalita jsou podle mě nejlepší definicí „mladistvosti", toho pocitu, že se před námi otevírají nekonečné možnosti.

Ale tehdy jsem se rozhodně staře cítila. V knize o sobě píšu, že jsem příliš stará na to, aby bylo rozumné, že mě přitahuje můj pohledný mladý učitel italštiny Giovanni. Taky píšu, že jsem příliš stará na roztomilou švédskou kamarádku Sofii – tvrdím, že je spíš má dcera než vrstevnice, jsme jen pár let od sebe. Píšu o svých obavách, že jsem příliš stará na to, abych ve zralém věku cestovala s báglem po světě (jako kdybych se za to měla stydět, a ne být hrdá!). Píšu, že jsem moc stará na to, abych si byť jen představovala divoký sex jako ten, který jsem jednou v noci slyšela nad svým římským bytem...

A když používám slovo „stará", nemyslím to v dobrém. Nemyslím moudrá a zkušená.

Myslím tím seschlá, unavená, vyhořelá.

Díky tomu jsem si znovu uvědomila, jak moc nám deprese a stres škodí. Slovo „stres" je odvozeno z latinského výrazu pro stlačení, a tento tlak způsobuje, že předčasně stárneme – stlačuje nás tělesně i emocionálně do pocitu, že jsme křehcí a zlomení. („Nic nepřispívá ke stáří tolik jako úzkost," prohlašoval jeden mnich, jehož jsem potkala v Indii. „A od stáří se neosvobodíte, pokud se neosvobodíte od úzkosti.") Bojovat proti stresu znamená otevřít svůj život a vytvářet možnosti tam, kde kdysi nebylo nic než tlak. A do toho nově otevřeného prostoru se může vrátit mládí.

Takové otevření je posvátný akt, kterým potvrzujeme život. Věřím, že všichni musíme mít možnost otevřít svůj život a oslavit zázrak své existence. Nevěřím, že jsme byli sesláni na Zemi, abychom se pořád cítili unavení a pod psa. Nevěřím, že jsme sem byli sesláni, abychom si i v mládí připadali staří.

Tohle poselství podle mého názoru způsobilo, že *Jíst, meditovat, milovat* oslovilo mnoho milionů žen – poselství, že pokud se váš život změnil v lis na odpadky, smíte se pokusit z toho lisu vylézt, a to za každou cenu. Únikem můžete oživit, vzpružit a znovu objevit samy sebe, téměř na buněčné úrovni. Takové poselství, mírně řečeno, ženy po staletí nedostávaly. Naopak, vzkaz společnosti ženám zněl: Smiřte se s lisem na odpadky. Skloňte se pod břemenem a nestěžujte si. Buďte příjemné společnice. Obětujte se. Dřete tvrději. Vzdejte se dalších věcí. Vydržte víc. Staňte se dobrou mučednicí. Pamatujte, že váš život není váš, ale že patří všem ostatním: vašemu otci, manželovi, dětem, společnosti...

Má kniha však nastolila otázku: „Co když váš život patří *vám*?“

Tak jsem se ptala i sama sebe, když jsem bloudila v mlze nemoci, hanby a smutku, a potom – s vydáním této knihy – jsem se na totéž otázala světa. A z reakcí žen z nejrůznějších prostředí a mnoha zemí se zdá, že čtenářky díky *Jíst, meditovat, milovat* si tuto otázku položily také. Nedávno mi přišel dopis od ženy středního věku z Japonska, ve kterém stálo: „Než jsem si přečetla *Jíst, meditovat, milovat*, nikdy mě nenapadlo, že bych mohla změnit svůj život! Ach, můj bože! Co si se sebou počnu, když už to teď vím?“

To je nebezpečná a krásná otázka, která vede k nebezpečným a krásným výsledkům!

Po opětovném přečtení knihy jsem si taky uvědomila, jak moc jsem přijala za vlastní postoj společnosti ohledně role čtyřiatřicetileté ženy. Nevím, proč mě to překvapuje, ale zapomněla jsem, jak moc jsem tehdy byla posedlá skutečností, že ještě nemám děti a že nevím, jestli je kdy vůbec budu chtít. Na stránkách knihy neustále mluvím o své bezdětnosti, uvažuju o ní, dělá mi starosti a analyzuju ji ze všech úhlů. Teď chápu, že jsem se tak staře cítila i kvůli této posedlosti. Byla jsem vychována ve víře, že žena mého věku by měla mít děti – nebo by je přinejmenším měla chtít. A pokud to o vás neplatí, jaká jste?

Vyschlá, unavená, zbytečná.

Bezpohlavní.

Stará panna. Babizna.

Stará.

Stará, stará, stará.

Připomínka toho, kým jsem byla, mě překvapila, protože dnes se cítím úplně jinak. Jsem se svou bezdětností spokojená. Necítím žádnou rozpolcenost ohledně dětí, které nemám; jsem jen vděčná, že žiju svůj život tak, jak chci.

Ale sledovat utrpení svého mladšího já nad otázkou, zda mít či nemít děti, je pro mě stále bolestné. Chtěla bych se vrátit do minulosti a říct si: „To je v pořádku! Nemusíš být matkou, pokud nechceš! Tvůj život bude skvělý! Uvolni se!“ Ale tehdy jsem se nedokázala uvolnit, protože jsem si ještě nebyla jistá, že se smím vydat jinou cestou než moje máma, sestra, babičky, tety – prakticky všechny ženy v mé rodině od dob, kdy byl svět ještě mladý.

Což mi připomíná příběh, který jsem na původních stránkách *Jíst, meditovat, milovat* nevyprávěla, ale který vám povím teď.

Odehrál se během mého pobytu v Itálii. Jela jsem vlakem z Florencie do Bologne. Je to krátká cesta, která netrvá ani hodinu. V kupé jsem seděla s unavenou mladou matkou a jejím čilým batoletem. Viděla jsem, že ačkoli ta žena svoje dítě zbožňuje, zároveň je vyčerpaná do morku kostí z toho, že s ním cestuje sama.

Já jsem nicméně toho dne vyčerpaná nebyla, dítě mi připadalo

okouzlující, a tak jsem se mu začala věnovat, aby si matka mohla v klidu číst knihu. Po dobu jízdy jsem si s ním hrála na schovávanou, Pekař peče housky a Paci-paci-paličky. Prohlédli jsme si všechny věci v mém batohu, jako bychom odkrývali archeologické naleziště. Nechala jsem ho čmárat do svého deníku a vyzkoušet si moje sluneční brýle. Ukazovali jsme si věci za oknem a já si s ním procvičovala italská slovíčka. (Ve věku dvou let byl i ten malý kluk začátečník, a tedy i dokonalý konverzační partner.) Bylo to krásné setkání.

Když jsme dojeli do Bologne, pomohla jsem té ženě vystoupit. Musela se postarat o vlastní zavazadla, o kočárek i o věci svého potomka. Vynesla jsem malého na nástupiště a počkala, až si jeho máma všechno uspořádá. Pak jsme se na rozloučenou políbily a matka s dítětem odešly na další vlak.

Sledovala jsem, jak odcházejí – oddaná mladá matka přibližně mého věku a její nádherný, nezvladatelný syn. Potom jsem se otočila a vykročila opačným směrem – samotná mladá žena s batohem, připravená strávit několik dnů v Bologni konzumací těstovin a procvičováním italštiny. Slunce mě hřálo do tváří, byl krásný den a já jsem byla k zbláznění šťastná.

A v tu chvíli jsem si to uvědomila.

Nikdy nebudu mít vlastní dítě. Můžu mít děti ráda. Můžu si užívat jejich společnost. Můžu pomáhat jiným ženám v péči o ně..., ale svoje vlastní nikdy mít nebudu. Doslova i emocionálně jsem mířila opačným směrem. Chystala jsem se stát něčím jiným – ještě jsem nevěděla čím –, ale matkou ne.

Byl to skvělý okamžik.

Nevím, proč jsem v *Jíst, meditovat, milovat* o téhle příhodě nenapsala. Teď mi připadá hrozně důležitá. Z toho roku na cestách jsem zapomněla spoustu detailů, ale tenhle okamžik prozření a osvobození na nástupišti boloňského nádraží mi setrval v paměti.

Možná jsem o něm nenapsala, protože jsem měla pocit, že je příliš nebezpečné a podvratné promluvit veřejně o své tehdejší radosti a okamžité úlevě.

Možná jsem nedůvěřovala svému vlastnímu odhalení.

Možná jsem nedůvěřovala svému vlastnímu slunečnímu svitu.

Opravdu nevím.

Mohu říct jediné: Teď už mu věřím.

V posledních deseti letech jsem dostala mnoho dopisů. Někdy mi lidé posílají dárky, jindy nejrůznější žádosti. Žádají mě, abych si přečetla jejich rukopisy nebo jim pomohla s psaním. Někdy mi pokládají bolestně osobní otázky, na které nejsem povolána odpovídat – ačkoli se jim snažím pomoct.

Nejzvláštnější dopis, jaký jsem kdy dostala, nicméně přišel od jedné ženy, která ho začala slovy: „Poslouchej, děvko!“ Nezvyklé oslovení

mě patrně mělo varovat, abych nečetla dál, ale já četla. A pisatelka pokračovala: „Nemyslíš, že taky nenávidím svoje manželství, děvko? Nemyslíš, že se cítím mizerně, děvko? Nemyslíš, že si přeju, abych se v životě rozhodla jinak? Nemyslíš, že bych se hrozně ráda rozvedla a šla se hledat do světa? Jenže to neudělám, děvko! Vydržím s tím, co mám, děvko! Protože o tom je manželství, děvko! O dodržování závazků, děvko!"

Jak máte odpovědět na něco takového?

Možná: „No... ehm... asi gratuluju."

Ale ten dopis mi rozhodně poskytl námět k zamyšlení.

Za prvé nesouhlasím s tím, že *o tom je manželství, děvko!* Nemyslím, že manželství má vypadat jako věčné utrpení, aby člověk dokázal, že umí dodržet závazek. Nemyslím, že manželství by mělo být soutěží ve výdrži. Manželství je samozřejmě smlouva, ale ve většině současného světa jde o smlouvu dobrovolnou. Na to často zapomínáme. Bereme se z lásky a kvůli partnerství – jinak bychom to nepotřebovali. A pokud láska zhořkne a partnerství se naplní jedem, smíme odejít. Smíme změnit svoje životy. Smíme odejít a být sami nebo se pokusit najít zdravější lásku. Smíme uzavřít nové smlouvy a nové závazky.

Manželství může být i něco jiného než trápení, jak jsem si v posledních deseti letech osobně ověřila. *Jíst, meditovat, milovat* je – mimo jiné – milostný příběh a můžu vás ujistit, že tento příběh nejen pokračuje, ale prohlubuje se. Felipe a já jsme svoji osm let a já se ujistila, že manželství může být víc než tvrdošíjné lpění na závazku, který dodržujeme se zaťatými zuby – může být radostí, kompasem, útočištěm. Tehdy jsem nevěděla, že v manželství lze najít takové štěstí, ale teď už to vím. Jak mě naučil říkat můj drahý přítel Giovanni: *L'ho provato nella mia pelle.* Dokázala jsem to na vlastní kůži.

Ale autorka dopisu „Poslouchej, děvko!" si podle všeho myslela, že jí nakazuju, ať opustí nešťastné manželství. Zuřivou obhajobou svého života dala najevo, že mou knihu vzala jako osobní výzvu. K ničemu takovému bych ale nikdy nikoho nevyzývala. Bylo pro mě už tak dost těžké, abych podobné rozhodnutí učinila sama za sebe.

Nikdy jsem nebrala svou knihu jako předpis pro jiné lidi. Nikdo se nemusí rozvádět a jezdit do Indie jenom proto, že jsem to udělala já. Tohle byla má cesta a vy se po ní vydávat nemusíte. Jak to formulovala skvělá Cheyl Strayedová: „Má pravda není odsouzením té tvojí."

Přesto lidem opakuju toto: „Nedělejte to co já, ale žádejte to co já."

Jinými slovy, nemusíte sníst veškerou pizzu v Itálii, abyste se našli – samozřejmě pokud to není vaším přáním! Ale možná byste se měli zeptat sami sebe, co jste ochotní riskovat nebo změnit, abyste v životě našli pocit svobody, radost a novou energii.

Moje cesta začala sérií otázek. Tak začínají všechny poutě. Konkrétní podoba cesty pak byla odrazem mých osobních odpovědí na tyto otázky. Vaše cesta se od té mé bude lišit, ale naše otázky budou v podstatě

stejné. Mimochodem, nejsou vůbec jednoduché. Jsou to ty největší a nejstarší otázky každého lidského života:

Kdo jsem?
Komu patří můj život?
Jaký mám vztah s božstvím?
Co tady chci dokázat?
Mám právo změnit svou cestu?
S kým chci sdílet svou cestu – a chci ji vůbec s někým sdílet?
Mám právo prožívat radost a mír?
Pokud ano, co mi je přinese?

Je pravda, že po většinu světových dějin si ženy nesměly podobně mocné otázky vůbec klást, ale teď už konečně smíme. Možná proto mělo *Jíst, meditovat, milovat* tak velký dopad. Možná proto mi jednou odpoledne v televizním studiu sdělil jakýsi rozzlobený mladík: „Kazíte ženy! Kvůli vám odcházejí! Moje sestry, přítelkyně – všechny odcházejí!"

Jenom jsem se usmála a ustoupila před ním s rukama zvednutýma v gestu přátelské kapitulace, ale musím přiznat, že jsem cítila radost, když jsem viděla, jak je rozrušený a jak panikaří z vyhlídky, že tolik žen může odejít.

A kam všechny jdou?

Nevím, ale předpokládám, že kamkoli chtějí.

Což je radikální myšlenka. Radikální a nová.

Lidé si z mé knihy občas dělají legraci. Občas si z ní tropím žerty i já. Jakkoli je míněna vážně, její autorka je hrozně seriózní a místy afektovaná.

Ale zapomeňme na chvíli, kdo *Jíst, meditovat, milovat* napsal, a vzpomeňme na to, kdo ji četl – miliony a miliony žen po celém světě, kterým posloužila jako dveře, jimiž vykročily za rozšířeným uvědoměním si vlastní ceny, vlastních možností a vlastních osudů. Využily ji jako povolení, aby si kladly svoje vlastní otázky – často vůbec poprvé.

A z toho si nemůžete dělat legraci, protože to je důležité.

Nejkrásnější dopis od fanynky, který jsem v souvislosti s *Jíst, meditovat, milovat* dostala, nebyl vůbec dopis, ale krátký vzkaz na Twitteru. Tahle žena ani nevyužila všech 140 znaků; nepotřebovala je.

Napsala jednoduše:

„Chci, abyste věděla, že jste z 85,5 % důvod, proč jsem po 27 letech odešla od života plného týrání a vydala se po své vlastní cestě."

O tom to celé je, lidi.

A já k tomu mohu pouze dodat: Jen tak dál.

Jen tak dál a děkuji vám.

Úvod

aneb
Jak tato kniha funguje
aneb
109. korálek

Když cestujete po Indii – zejména po posvátných místech a ášramech – potkáváte mnoho lidí s korálky kolem krku. Také vidíte spoustu starých fotografií nahých, hubených a hrozivě vyhlížejících jogínů (a někdy dokonce i jogínů boubelatých, laskavých a blažených), kteří nosí korálky rovněž. Tyto korálky se nazývají *džapa mala*. V Indii se používají po celá staletí a pomáhají oddaným hinduistům a buddhistům v soustředění během zbožné meditace. Drží náhrdelník v jedné ruce a probírají jej do kruhu jeden korálek po druhém – každý korálek odpovídá jednomu odříkání mantry. Když středověcí křižáci navštívili v rámci svatých válek Východ, sledovali zdejší věřící, jak se s těmito *džapa malami* modlí, a tato technika se jim natolik zalíbila, že ji přivezli nazpět do Evropy coby růženec.

Tradiční *džapa mala* se skládá ze 108 korálků. V ezoteričtějších kruzích východních filozofů je číslo 108 považováno za nejpříznivější ze všech, neboť jde o dokonalý trojciferný násobek trojky s ciferným součtem rovným devíti, tedy třikrát třem. A trojka je samozřejmě číslo, které představuje vrcholnou rovnováhu, jak jistě chápe každý, kdo někdy studoval Nejsvětější trojici nebo viděl jednoduchou barovou stoličku. Vzhledem k tomu, že celá tato kniha vypráví o mém úsilí nalézt rovnováhu, rozhodla jsem se ji sestavit do podoby *džapa maly*, to jest rozdělit ji na 108 kapitol neboli

korálků. Tento řetězec 108 příběhů je dále rozdělen do tří oddílů o Itálii, Indii a Indonésii – jde o tři země, jež jsem během onoho roku, kdy jsem poznávala samu sebe, navštívila. Z tohoto rozdělení plyne, že v každém díle najdete 36 kapitol, což má pro mne další skrytý význam, jelikož tohle všechno píšu ve věku třiceti šesti let.

Než tu zabřednu do numerologických detailů ve stylu Louise Farrakhana, dovolte, abych uzavřela slovy, že se mi líbí myšlenka navlékání jednotlivých kapitol do podoby *džapa maly*, protože je to tak… úhledné. Vážně míněné spirituální pátrání je, a vždycky bylo, snahou o metodickou disciplínu. Hledání Pravdy není nějakou volnou, všem přístupnou soutěží, dokonce ani dnes, ve věku volných, všem přístupných soutěží. Jako poutnici za sebepoznáním a zároveň spisovatelce mi pomáhá, mohu-li se přidržovat pevné struktury korálků tak úzce, jak jen to jde, protože se tak dokážu lépe soustředit na to, čeho se pokouším dosáhnout.

V každém případě, všechny *džapa maly* mají jeden zvláštní korálek navíc – 109. korálek – který se houpá vně vyváženého kruhu 108 korálků jako přívěšek. Kdysi jsem se domnívala, že tento korálek je náhradníkem pro případ nouze, asi jako zdobný knoflík na módním svetru nebo jako nejmladší syn v královské rodině. Zjevně ale slouží vyššímu cíli. Když se jej dotknete během modlitby, měli byste se ve svém soustředění pozastavit a poděkovat svým učitelům. A tak se zde, u svého 109. korálku, zastavuji ještě dřív, než jsem vlastně začala, a vyslovuji poděkování všem učitelům, kteří se tento rok přede mnou zjevovali v tolika rozmanitých podobách.

Největší dík ale patří mé guru, která je zosobněním samého slitování a která mi tak šlechetně dovolila, abych během pobytu v Indii studovala v jejím ášramu. Také právě nastal okamžik, kdy bych ráda vysvětlila, že píšu o svých indických zkušenostech čistě ze svého subjektivního hlediska, a nikoli jako teologický učenec nebo něčí oficiální tiskový mluvčí. Proto v celé knize nenajdete jméno mé guru – neboť nemohu hovořit za ni. Její učení mluví nejlépe samo za sebe. Stejně tak neodhalím ani jméno či polohu jejího ášramu, abych ušetřila tuto vynikající instituci publicity, o niž by zřejmě neměla zájem, ani prostředky k jejímu zvládání.

Ještě poslední vyjádření vděčnosti: Ačkoli jsem jména, jež jsou roztroušena po celé knize, z různých důvodů trochu pozměnila, jméno každé osoby, s níž jsem se setkala – Indů i lidí ze Západu –

v tomto indickém ášramu, jsem změnila docela. To proto, že plně respektuji skutečnost, že většina lidí se nevydává na duchovní pouť proto, aby se později objevili jako postava v nějaké knize. (Samozřejmě pokud nejde o mě.) Z této dobrovolně zavedené anonymity jsem učinila jedinou výjimku. Richard z Texasu se skutečně jmenuje Richard a opravdu pochází z Texasu. Chtěla jsem užít jeho skutečné jméno, protože pro mne byl během mého pobytu v Indii tak důležitý.

Poslední věc – když jsem se Richarda ptala, jestli mu nebude vadit, když se ve své knize zmíním o tom, že býval narkoman a opilec, odpověděl mi, že to je naprosto v pořádku.

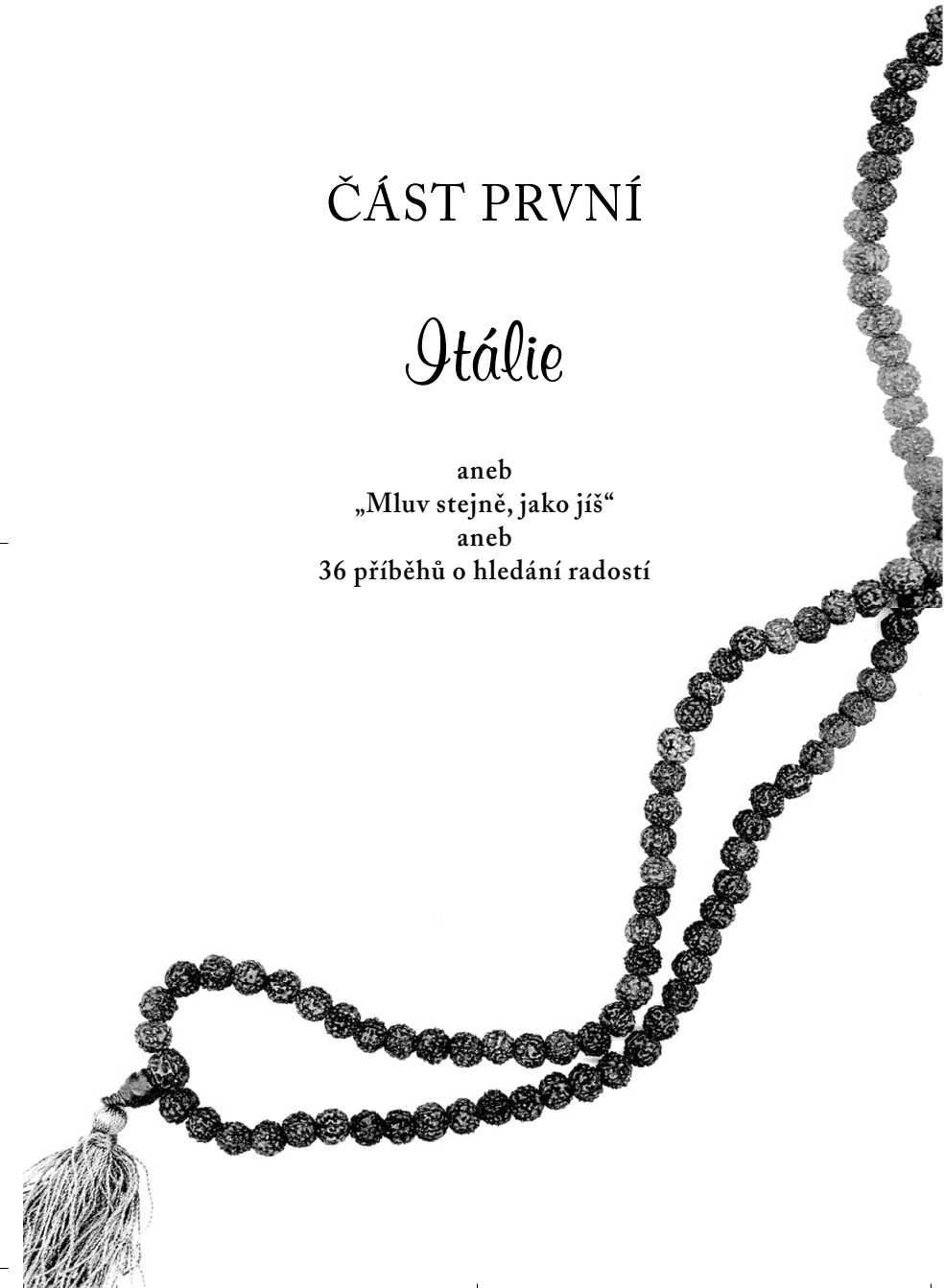
Řekl doslova: „Stejně jsem si lámal hlavu s tím, jak to mám všem dát vědět."

Ale nejprve – Itálie…

ČÁST PRVNÍ

Itálie

aneb
„Mluv stejně, jako jíš“
aneb
36 příběhů o hledání radostí



1

Přála jsem si, aby mě Giovanni políbil.

Ach, ale je tu tolik důvodů, proč by to byl příšerný nápad. Tak pro začátek, Giovanni je o deset let mladší než já a – jako většina Italů, kterým je méně než třicet – pořád ještě žije se svou matkou. Už tyto dvě okolnosti z něj dělají nepravděpodobného romantického partnera pro někoho jako já, pětatřicetiletou americkou ženu s vlastní kariérou, která právě prošla neúspěšným manželstvím a ničivým, nekonečným rozvodem, bezprostředně následovaným vášnivým románkem, jenž skončil zlomeným srdcem. Po této sérii ztrát jsem se cítila smutná, křehká a připadalo mi, že je mi asi tak sedm tisíc let. Už jenom čistě z principu jsem nemohla uvalit své lítostivé a zničené staré já na bedra roztomilého, bezúhonného Giovanniho. A kromě toho jsem konečně dospěla do věku, kdy se žena začíná zamýšlet nad tím, jestli tím nejmoudřejším způsobem, jak překonat rozchod s jedním hnědookým mladíkem, je promptně si pozvat do postele dalšího. Proto jsem měla za sebou několik měsíců samoty. A proto jsem se také rozhodla, že strávím celý rok v celibátu.

Na což by mohl pozorovatel se selským rozumem opáčit: „A proč jsi tedy jezdila zrovna do Itálie?"

Na což bych já mohla pouze říct – zejména, kdybych se zrovna dívala přes stůl na pohledného Giovanniho: „Skvělá otázka."

Giovanni je můj partner na vzájemné doučování. To zní malinko dvojsmyslně, ale bohužel tomu tak není. Ve skutečnosti to znamená pouze tolik, že se zde v Římě po několik večerů v týdnu scházíme, abychom si vzájemně procvičili jazykové dovednosti. Nejprve mluvíme italsky a on se mnou má velkou trpělivost, a pak

hovoříme anglicky, přičemž já zase mám velkou trpělivost s ním. Objevila jsem Giovanniho několik týdnů po svém příjezdu do Říma díky velké internetové kavárně na Piazza Barberini naproti fontáně se sochou toho sexy mořského muže, který fouká do své lastury. Vyvěsil tam (Giovanni, ne ten mořský muž) na nástěnku leták, pravící, že rodilý italský mluvčí hledá na konverzaci rodilého anglického mluvčího. Hned vedle letáčku visel druhý s úplně stejným textem, slovo od slova, odshora až dolů. Jediný rozdíl představovaly kontaktní údaje. Na jednom papírku byla uvedena e-mailová adresa nějakého Giovanniho, na druhém zase někoho jménem Dario. I telefonní čísla na pevnou linku byla tatáž.

Využila jsem svých pronikavých intuitivních schopností a oběma současně jsem napsala stejnou otázku v italštině: „Jste snad bratři?"

A Giovanni zareagoval tímto *provocativo* vzkazem: „Je to ještě lepší. Dvojčata!"

Ano – to bylo o hodně lepší. Vysoká, snědá a pohledná jednovaječná pětadvacetiletá dvojčata, a jak se vzápětí ukázalo, obě měla tytéž obrovské hnědé italské oči s matným středem, které se mi ihned dostaly pod kůži. Po osobním setkání s oběma chlapci jsem začala uvažovat o tom, jestli bych svoje předsevzetí, že celý rok vydržím v celibátu, náhodou neměla přehodnotit. Tak například bych mohla žít v naprostém celibátu, s jedinou výjimkou, spočívající v tom, že bych měla za milence dva nádherné pětadvacetileté italské bratry-dvojčata. Což mi tak trochu připomnělo jednoho kamaráda, který dodržuje striktně vegetariánskou stravu, až na tu slaninu… Už jsem v duchu sestavovala dopis do *Penthousu*.

V neklidných stínech vrhaných plameny svíček v římské kavárně bylo nemožné určit, čí ruce mě to vlastně laska-

Ne.

Ne a ne.

Usekla jsem své snění v polovině slova. Nebyla vhodná chvíle, abych hledala nějakou romanci a (protože po dni přichází noc) nadále si komplikovala už tak dost zašmodrchaný život. Nacházela jsem se v období, kdy jsem potřebovala hledat vyrovnanost a klid, které přicházejí výhradně ze samoty.

V každém případě jsme se teď, v polovině listopadu, stali s nesmělým a svědomitým Giovannim dobrými přáteli. Pokud šlo

o Daria – bohémštějšího a více požitkářského z obou bratrů – představila jsem ho své roztomilé švédské přítelkyni Sofii, a ti dva teď trávili římské večery zcela jinými než doučovacími partnerskými aktivitami. Ale Giovanni a já jsme si jen povídali. Tedy, jedli jsme a povídali. Už jsme spolu jedli a hovořili po mnoho příjemných týdnů, dělili jsme se o pizzu, jemně jsme jeden druhému opravovali gramatiku, a dnešní večer nebyl žádnou výjimkou. Nádherný večer nových idiomů a čerstvé mozzarelly.

Teď je půlnoc, padla mlha a Giovanni mě doprovází k mému bytu postranními římskými uličkami, které se vinou kolem prastarých budov jako říční ramena, plazící se kolem stinných cypřišových hájků. Už jsme u mých dveří. Stojíme čelem k sobě. Přátelsky mě objímá. To je pokrok – několik prvních týdnů mi jen potřásal rukou. Myslím, že kdybych zůstala v Itálii ještě další tři roky, nakonec by se propracoval i k polibku. Na druhou stranu by mě mohl políbit hned teď, dnes v noci, přímo tady u mých dveří… pořád je tady naděje… chci říct, že se k sobě stále tiskneme, zalití měsíčním světlem… a samozřejmě by se jednalo o *strašnou* chybu… ale je tu pořád ta krásná možnost, že to udělá právě teď… že se předkloní… a… a…

Kdepak.

Odtahuje se z našeho objetí.

„Dobrou noc, drahá Liz," říká.

„*Buona notte, caro mio*," odpovídám.

Stoupám po schodech do svého bytu ve čtvrtém poschodí, sama. Vcházím do své malé garsonky, sama. Zavírám za sebou dveře. Další osamělá noc v Římě. Další dlouhý spánek o samotě, kdy ve své posteli nemám nikoho a nic kromě hromádky italských konverzačních příruček a slovníků.

Jsem sama, jsem úplně sama, jsem úplně a dokonale sama.

Chápu tuto skutečnost a pouštím kabelku. Klekám si na kolena a tisknu čelo k podlaze. V této poloze vyslovuji vesmíru vřelou děkovnou modlitbu.

Nejprve anglicky.

Pak italsky.

A nakonec – aby se vzkaz určitě dostal k adresátovi – ještě v sanskrtu.

2

A protože už se v té prosebné poloze na zemi nacházím, chvilku si ji podržím a zavzpomínám na dobu před třemi lety, tři roky před počátkem tohoto příběhu – na okamžik, kdy jsem zaujala stejnou pozici: na kolenou, na zemi, v modlitbě.

Všechno ostatní bylo ovšem tehdy úplně jiné. Tenkrát jsem neklečela v Římě, ale v koupelně v prvním patře velkého domu na předměstí New Yorku, který jsme si s manželem nedávno koupili. Byl chladný listopad, asi tři hodiny ráno. Můj muž spal v naší posteli. Ukrývala jsem se v koupelně snad třicátou sedmou noc za sebou – stejně jako po všechny předcházející noci – a vzlykala jsem. Vlastně jsem vzlykala tak silně, až se přede mnou na koupelnových dlaždicích tvořilo velké jezero slz a kapiček z nosu, skutečné jezero veškerého mého studu, strachu, zmatku a žalu.

Už nechci být vdaná.

Co nejusilovněji jsem se to snažila ignorovat, ale tato pravda se mi neustále vnucovala.

Už nechci být vdaná. Nechci bydlet v tomhle velikém domě. Nechci mít dítě.

Ale čekalo se ode mne, že budu chtít dítě. Bylo mi třicet jedna. S manželem – se kterým jsme spolu byli osm let, z toho šest let svoji – jsme postavili celý svůj život na běžném očekávání, že až mi mine třicítka a já se přehoupnu do věku sešlého stáří, budu se chtít usadit a mít děti. Oba jsme předpokládali, že mě omrzí cestování, že budu šťastná a nadšená životem ve velké, rušné domácnosti plné dětí a vlastnoručně vyráběných přikrývek, vzadu se zahradou a příjemně bublajícími hrnci na plotně. (Skutečnost, že jde o dosti přesný portrét mé matky, je rychlým indikátorem toho, jak obtížné pro mne kdysi bylo poznat rozdíl mezi sebou a silnou ženou, jež mě vychovala.) Jenže já jsem s hrůzou zjistila, že nic z toho nechci. Místo toho se léta, kdy jsem svůj věk mohla psát s dvojkou na prvním místě, chýlila ke konci, nade mnou visel nápis TŘICÁTNICE jako nějaký rozsudek smrti a já jsem zjistila, že nechci otěhotnět. Stále jsem čekala, až si začnu přát děti, ale ten okamžik