



Matka jako zrcadlo i zed'

Anna seděla v autě před domem svých rodičů a motor už dávno neběžel, ale ona pořád svírala volant tak silně, až ji bolela celá předloktí. Prsty měla ztuhlé, jako by se odmítaly pustit něčeho, co ji zároveň drží i ničí, a v tom sevření bylo něco starého, známého, automatického. Tělo, které se neumí rozhodnout mezi útekem a návratem, které jen zůstává v napětí jako zvíře, když slyší krok lovce. A to i tehdy, když nikdo nepřichází.

Vzduch v autě byl těžký a stejně těžké byly i myšlenky. Dlaně měla vlhké a v kapse kabátu ji studila stará černobílá fotografie, kterou před týdnem vzala z rodinného alba. Nebyla to krádež z impulsu, spíš tiché zoufalé gesto, jako když si člověk bere kus minulosti, aby ji konečně pochopil. Fotku nosila u sebe jako důkaz, že něco v té ženě existovalo dřív, než se z ní stala její matka. Že v ní bylo něco, co roky přehlížela, protože viděla jen to, co bolelo. Na fotce jí mohlo

být kolem dvaceti, seděla na louce trochu stranou, jako by už tehdy nebyla úplně součástí světa kolem sebe. Měla na sobě šaty s puntíky, kolena přitažená k tělu a ruce volně v trávě. Ale to, co Annu pronásledovalo víc než všechny její dnešní věty, byl její pohled.

Nebyla v něm tvrdost. Dokonce ani kontrola nebo obrana, Anna v něm viděla otevřenost, která dnes už neexistovala. Něco křehkého, co ještě věřilo, že svět může být jemný, a ta verze její mámy ji pálila víc než všechny její kritiky, protože v ní byla možnost, která se nikdy nenaplnila. A Anna najednou cítila zvláštní smutek nejen pro ni, ale i pro to, co ztratila ještě dřív, než se Anna narodila.

Zavřela oči a chvíli jen seděla. Tělo vědělo, že má jít dovnitř, ale něco v ní se bránilo, ne strachem z ní, spíš strachem z toho, co v sobě zase najde, protože pokaždé, když vstoupila do toho domu, nevstupovala jen do matčina prostoru, ale i do svého dětství, které tam pořád čekalo jako nezpracovaný zvuk. Nakonec vystoupila z auta a vešla pomalu do domu bez klepání. Předsíň ji udeřila známou vůní saponátu, vosku a nehybnosti, která tu nebyla jen ve vzduchu. Byla ve zdech, v tichu i v pohybech. Přišlo jí, že i čas tady chodil opatrně, aby nic nerozbil, a každý krok zněl hlasitěji, než by měl.

Máma stála v kuchyni a loupala jablka. Nůž se pohyboval přesně, skoro mechanicky, jako by i ten pohyb byl naučený obranný rituál. Slupka padala na noviny v dlouhém pruhu,

rovnoměrně a bez přerušení. Jako něco, co se má odložit a už se k tomu nevracet. Když Anna řekla: „Ahoj, mami!“ její hlas zněl cize a příliš živě, jako by do toho prostoru nepatřil. Máma bez pořádného zvednutí hlavy od loupání jablek skoro vydechla: „Zase ty džíny s dírama na kolenu, Aničko, vypadáš jako z chudobince, co si o tobě lidi pomyslí, když tě vidí v televizi, děláš nám ostudu.“ Ta věta nepřišla jako útok, ale jako něco, co je dávno rozhodnuté. Možná právě proto bolela nejvíc, protože proti ní nebylo kam ustoupit ani co vysvětlit. Anně se v krku sevřel známý knedlík, starý reflex, který přicházel dřív než myšlenka, a potom se slyšela jakoby z dálky: „Mami, přestaň na chvíli prosím. Proč mi tohle děláš? Proč mě nikdy nepochválíš, proč mě vždycky nejdřív shodíš?“

Nůž se na chvíli zastavil a v kuchyni se změnilo tempo vzduchu, jako by i stěny čekaly, co se stane dál. Máma pomalu zvedla hlavu, oči suché, ne prázdné, ale vyprahlé jako krajina, která už dávno přestala očekávat déšť, protože si zvykla žít bez něj, a řekla: „Pochválit? A za co? Aby ses zbláznila pýchou? Mě taky nikdo nechválil, babička mě hnala na pole ve čtyři ráno a večer jsem drhla schoody. Ty máš všechno hotové, a ještě si stěžuješ!“ A v té chvíli se v Anně něco pohnulo. Ne vztek ani odpor nebo touha vyhrát, ale vidění, ostré a neúprosné, jako když se rozsvítí světlo v místnosti, kde jste roky chodili potmě a mysleli si, že tma je normální. Najednou ji neviděla jen jako matku, ale jako prazvláštní strukturu, jako nějaký nemocný systém přežití i jako ženu, která byla sama vychovaná v prostředí,

kde cit nebyl jazyk, ale slabina. A najednou ta zeď mezi nimi nebyla proti Anně, ale z mámy, z její bolesti, z jejího dětství, z jejích naučených pravd, které nikdy nikdo nezpochybnil. Máma jí nemohla dát vřelost, protože ji sama nikdy nedostala tak, aby jí uvěřila. Každý Annin úspěch byl pro ni připomínkou toho, co musela pohřbít, aby přežila. Každá její svoboda byla zrcadlem mámina omezení, které si nikdy nemohla dovolit pojmenovat.

Anna se na ni dívala a poprvé ji viděla i jako ženu, která se nikdy nenaučila, že blízkost může být bezpečná. Také ji najednou viděla jako dítě, které někdo příliš brzy naučil, že radost je podezřelá a něha nebezpečná. A v tom pohledu se v Anně míchal smutek s něčím, co už nebyla jen bolest, ale pochopení. A pak tiše řekla: „Mami, mrzí mě, že jsi to měla tak těžké.“ Máma sebou trhla, jako by se jí dotklo něco, co mělo zůstat navždy zavřené. Rychle sklopila oči a začala jablko krájet rychleji, skoro zuřivě, jako by pohyb mohl přebít to, co právě zaznělo. Jako kdyby rychlost mohla vrátit kontrolu nad něčím, co se na okamžik otevřelo, a Anna viděla ten mikroskopický boj v jejích prstech, v napjatých ramenou, v dechu, který se změnil o milimetr, a přesto to byl celý svět. A Anně došlo, že ji nezmění. Ne proto, že by to bylo nemožné v principu, ale protože by to znamenalo, že by máma musela přepsat celý svůj život a uznat, že způsob, jakým přežila, byl zároveň i způsobem, jakým ztratila něco, co už nejde vrátit. A většina lidí tuto pravdu neunes, protože by jim vzala půdu pod nohama. Seděla tam a poprvé necítila potřebu bojovat ani dokazovat, ani vysvětlovat, jen

viděla celý ten systém bez iluze. A v tom tichu mezi nimi, mezi jablkem, nožem a starou kuchyňskou linkou, která pamatuje víc než ony dvě dohromady, pochopila, že léčení sebe samé nezačne tím, že přiměje mámu milovat ji jinak. Začne tím, že před ní přestane stát jako dítě, které čeká na to, co nikdy nepříjde, a že se konečně přestane vracet pro potvrzení do místnosti, která ho nikdy neobsahovala.

BÁŘINO ZRCADLENÍ

Odpuštění za deficit

Tohle je to místo, kde většina žen v Česku a na Slovensku narazí na dno. Je lehčí odpustit ránu nebo křik, než odpustit prázdnotu. Je hrozně těžké smířit se s tím, že ta osoba, která vám dala život, vám nedokáže dát bezpečí a přijetí.

V našich končinách se po generace pěstoval kult „trpící matky“. Matka byla ta, co se obětovala, co nespala, co prala, co se dřela. Ale matka, která se raduje? Matka, která vás jen tak objímá a nic za to nechce? To bylo považováno za podezřelé, nebo dokonce „panské hlouposti“. Naše matky vyrostly v přesvědčení, že emoce jsou zbytečný luxus, který zdržuje od práce.

Když pak přijdete vy, dcery nové doby, a chcete hluboké sdílení a citové propojení, vaše matka se cítí ohrožená. Vaše touha po citu v ní probouzí její vlastní potlačený hlad, který léta pracně zazdívala. Je pro ni jednodušší vás shodit a nazvat vás „hysterkou“ nebo „nevděčnicí“, než aby si přiznala, jak moc jí samotné ta něha chybí.

Matka je vaše první zrcadlo. Pokud se v něm vidíte jako nedostatečné, strávíte život tím, že se snažíte „opravit“ svůj obraz v jejích očích. Ale to je past. Skutečná dospělost nastává ve chvíli, kdy od toho zrcadla odstoupíte. Kdy si dovolíte pustit tu obrovskou bolest z toho, že ta náruč, po které toužíte, prostě neexistuje. Musíte projít fází smutku, truchlení nad matkou, kterou jste nikdy neměly a nikdy mít nebudete.

Teprve pak, z toho popela nenaplněné naděje, se můžete zrodit vy. Žena, která už nežadoní. Žena, která si uvědomuje, že ta zeď mezi ní a matkou je hranicí, která ji chrání před dalším zklamáním. Odpouštíme ne proto, aby matka byla „v pohodě“, ale abychom my přestaly pít ten jed očekávání.

Probourání zdi a přijetí deficitu

Tohle cvičení jde na dřev. Neudělej ho jen hlavou, udělej ho celým tělem.

1. Seznam „Nevratných dluhů“:

Vezmi si papír a napiš všechno, co jsi od mámy nedostala a po čem jsi toužila.

- ▶ **Důležité:** Piš konkrétně. „Dlužíš mi uznání mých úspěchů. Dlužíš mi objetí po rozchodu. Dlužíš mi větu: Jsi krásná.“
- ▶ Přečti si ten seznam nahlas. A pak si ke každé položce řekni: „Vím, že jsi mi to nemohla dát. Odpouštím ti, že jsi neměla čím platit.“ Ten papír pak rituálně spal.

2. Cvičení „Dospělé oko“:

Postav se před zrcadlo. Dívej se sama sobě do očí. Najdi v nich tu malou holčičku, která tam pořád bydlí a čeká na mámu u dveří.