

# NOCI MOJÍ SMRTI

Marta V.



Příběh ženy, která mistrovsky  
uspěla svůj život

**Upozornění:** *Kniha a všechny informace v ní obsažené popisují čistě moji subjektivní zkušenost. Není léčebným doporučením ani nabádáním k pominutí klasické konvenční medicíny.*

Text © Marta V.  
ISBN 978-80-7666-109-7

## ZÁMĚR

Ať vše, co tato kniha obsahuje, pomáhá. Věnujte jí, prosím, svůj čas, nechte ji na sebe působit. Věřím, že může být silnou inspirací.

„Zázraky jsou odpovědi na účinné modlitby.“

dr. Joseph Murphy

... A protože takhle kniha je plná zázraků, děkuju všem, kteří k nim svými modlitbami přispěli.

## ÚVOD

Vždycky jsem chtěla napsat knihu. Nějak přirozeně jsem plánovala, že napíšu takovou, kterou budou lidé číst. A která se jim bude líbit. Během uplynulého roku jsem ale pochopila, že bych se třeba nemusela dočkat nikdy. Proto na to kašlu a napíšu ji teď, pro sebe. Víím, že mně se líbit bude. Že mi zpětně pomůže si uvědomit tolik důležitých věcí a vypořádat se s mnoha traumaty, kterými jsem prošla. A že ji budu psát i číst s láskou – k sobě. Zároveň s tím, jak tato kniha vzniká, si ale uvědomuji, že může pomoci i mnoha dalším lidem. Obrovským způsobem a do hloubky zasahuje všechny lidi, kteří ji čtou. A věřím, že má co říci úplně každému z nás. Proto bych ráda, abyste mi dali dvě hodiny. Prosím, zkuste tentokrát čas, který byste strávili u seriálu nebo, ideálně, u televizních zpráv, věnovat této knize. Čtěte ji v autobuse, posteli nebo třeba na záchodě. Je mi to jedno. Hlavně buďte otevření. Dovolte si vnímat každé slovo a nechte je na sebe působit. Nemusíte nutně všemu, co je tu napsáno, rozumět. Já to vzdala už dávno. Ale zjistila jsem, že to vůbec nevádí. Že stačí následující kapitoly prožít a procítit. Dovolte si to. Čeká vás horská dráha plná extrémních emocí. Obrovské radosti, vděčnosti, neochvějné víry. Ale i neskutečné bolesti a příšerného strachu. Věřím, že cokoliv si ze čtení odnesete, vám pomůže. Stejně jako mně.

Slibuju, že vás strach ani hrůza nepohltní. Možná vás trochu přežvýkají, občas si budete připadat, že jste spadli do zapnutého mixéru a nezůstal z vás kousek pohromadě. Ale vždy se poskládáte zpátky. Z každé kapitoly vyjdete s větším optimismem a pevnější vírou. A nakonec dokážete zázraky. Podobné, jaké jsem v průběhu tohoto roku dokázala já.

Věřte mi, že bych byla nejradši, kdyby tato kniha vznikla díky mé fantazii. Ale není tomu tak. Každé slovo v tomto příběhu je pravdivé, vše popisuji přesně tak, jak jsem to prožila. Včetně mnoha momentů, za které se stydím a které bych nejraději zametla pod koberec nejen před vámi, ale i před sebou. Ale pak by vám možná kousek skládačky chyběl. Tak jen prosím, buďte ke mně ve svých soudech shovívaví. A věřte, že já si nic z toho nevybrala. Nechtěla jsem to. A byla bych mnohem raději, kdyby mé tělo vším, co popisuji, projít nemuselo.

## ZVLÁŠTNĚ SPLNĚNÝ SEN



Bolest, strach, ale i radost a naději jsem letos prožila ve velmi koncentrované podobě. Jeden den jsem byla úplně zdravá s přáteli na lyžích. Další den jsem si volala sanitku a dozvěděla se, že kdybych chvíli váhala, našli by mě nazítří mrtvou. Akutní leukemie a krevní sepsé byly tak vážné, že jsem ještě ten samý den musela být převezena na specializovanou kliniku a začít okamžitě s chemoterapií. Když jsem žádala o čas na rozmyšlenou, doporučil mi lékař, abych si na příští týden zamluvila termín pohřbu.

Peklo, kterým jsem si v následujících týdnech v nemocnici prošla, bych nepřála nikomu. Několik dní jsem byla víc mrtvá než živá a viděla věci, které vidět opravdu nechcete. Dalších několik týdnů jsem prožvala bolesti jako raněné zvíře. Kolabující plíce se střídaly s odcházejícími ledvinami, krvácením do mozku a černajícími, neprokrvujícími se prsty na nohou. A když to vypadalo, že jsem z toho venku, přišla série neuvěřitelně náročných vyšetření. Náročných fyzicky i psychicky. Dostala jsem se na úplné dno. Ztratila jsem poslední zbytky sil a přestala bojovat. Přijala jsem svoji smrt. V jednu chvíli jsem ji i chtěla. Jenže ona mě pohladila a zase odešla. A nechala v ošklivých depresích a výčitkách. Šedivo kolem mě projasňovaly jen intenzivní záblesky neutichající bolesti.

Bylo to celé nepředstavitelně obtížné. Tak moc, že mi nezbývaly síly ani na přemýšlení. Já, analyticky založený inženýr milující tabulky, jsem na měsíc přestala přemýšlet. Prostě jsem na to neměla vůbec sílu. Nevím, kdo nebo co mě vedlo. Ale provedlo mě to bezpečně a v ohromné laskavosti cestou plnou zázraků. Sama se k tomu doteď vracím s obrovským úžasem, úctou a vděčností.

Bez ohledu na bolesti a strachy, kterými byl tento příběh naplněn, je hlavně o víře a naději. Jsem opravdu ze srdce vděčná za všechno, co mě naučil a co mi ukázal. I přesto bych si ale moc přála, aby nikdo z nás už podobným peklem projít nemusel. Doufám, že když vám vše co nejpravdivěji a nejotevřeněji přiblížím, budete z jeho darů a zázraků moct čerpat i vy.

Moc si přeji, ať můžete prostřednictvím této knihy se mnou, ale v bezpečí a bezbolestně, prožít všechny silné momenty. Chvíle, po nichž náš pohled na svět už nebude stejný jako dříve. A ani nemůže. Dovolte si prožít můj

příběh se mnou. A odnést si z něj vše, co se vám bude hodit. Budu moc ráda. Věřím totiž, že jej nepotřebuju poznat pouze já.

Příběh, který se odehrává na následujících stránkách, mi ve velmi krátkém okamžiku pomohl pochopit velké množství věcí. Zažila jsem zázraky, nad kterými doteď můj rozum zůstává stát. Upřímně, nedokážu říct, který z nich byl ten, jenž mě vyvedl z pekla ven. Věřím, že to byla jejich kombinace. Nicméně všechno odstartoval ten první. Okamžik, kdy jsem začala myslet jenom sama na sebe. Já, která jsem to nikdy neuměla, jsem se během jednoho odpoledne dostala z nuly na sto procent. A zachránila si tím život.

Přemýšlení za tím však nehledejte. Jednala jsem naprosto intuitivně. A dodnes se k těmto okamžikům sama s obrovským údivem a vděčností v srdci vracím.



Na počátku jsem si myslela, že se tahle zkušenost, nebo lekce, chcete-li, jmenovala „Začni myslet na sebe“. Ale musela bych jí dát velké množství jmen, kdybych ji chtěla popsat co nejděleji. Ani nemůžu říct, že to byla moje lekce, protože jí prošlo hodně lidí. Každý po svém. Já jsem sice byla v epicentru sopečné erupce, která naprosto roztrhala můj dosavadní život, ale vlna tsunami, kterou výbuch způsobil, smetla mé blízké. A, *no surprise*, přesně ty, kteří potřebovali lekci na toto téma. Péčí o mě i o mé děti v týdnech, kdy jsem bojovala o život, se totálně vyčerpali, kolabovali. Čím míň byli zvyklí myslet v první řadě na sebe, tím víc je to smetlo. A já můžu být jen vděčná, že to neuměli dřív, protože jejich nekončící pomoc a podpora mě z toho pekla vytáhly. Mám pocit, že ty, kdo uměli dát sebe na první místo, vlna jen zhoupala.

A přesně tohle bylo kouzlo, díky kterému se mně podařilo ze středu sopky ještě vylézt. Začala jsem myslet jen sama na sebe. Zcela intuitivně. Kdybych se to snažila vymyslet mozkiem, nikdy bych nedosáhla takového perfekcionismu.

Úplně jsem se přestala zajímat o své okolí. O pocity svých dětí, rodičů a blízkých, o názory sester, lékařů i dalšího personálu. Nic mě nezajímalo. Ani za mák. Křišťálově čisté sobectví. Myslela jsem jen na sebe.

Z celého srdce jsem věřila, že přežiju. Ale jen kvůli sobě. Ani jednou mě nenapadlo, že bych se měla snažit kvůli svým třem dětem, rodičům nebo komukoliv jinému. Ani jednou jsem si nepředstavila, co by prožívali tři kluci, žijící s mámou, bez mámy. Ani jednou. A díky Bohu za to.

Věřím, že tohle stoprocentní sobectví, a určitě do jisté míry i bezohlednost k pocitům ostatních, mě totiž vrátily mezi živé. Samozřejmě že nonstop péče velké spousty lékařů, sester a ošetřovatelů, tuny léků a litry infuzí mi zachránily život. Ale ať se snažili sebevíc, pořád počítali i s možností, že se to nepovede. Několik dlouhých dní jsem už byla na hraně.

Je mi jasné, že spousta lidí umírá i přesto, že jsou ve svém sobectví naprosto výjimeční. Ale třeba mají jiné lekce, které potřebují integrovat. Netvrdím, že sobectví zachraňuje životy. Jen to, že mně ho zachránilo.

A proto jsem přesvědčená, že umění myslet v první řadě na sebe je setsakra potřeba. Neřekla bych, že je to zdravé v tom rozsahu, který jsem si vyzkoušela já. Holt moje extrémní situace potřebovala k vyléčení taky extrém. A víte, proč mě život těmi extrémy takhle pofackoval? Proč jsem si tuto lekci do života přivedla? Jasně! Taky extrémem. Jenže opačným. Myslet pořád na ostatní, potlačovat to, jak se cítím já, a doufat, že když se budu snažit ostatním vyhovět ještě víc, třeba se to jednou zlepší. No, tak už víte, kam to vede. Ke zlepšení, o jakém člověk snil, ne.

Jsem ráda, že jsem to mohla zažít a vyzkoušet sílu těchto dvou extrémů na vlastní kůži. Nicméně pokud se tomu můžete vyhnout, na vašem místě bych byla pro. Osobní zkušenost byla opravdu výjimečně silná a poučná, ale taky nepředstavitelně bolestivá a chvílemi hodně temná.



Dalším velmi důležitým, silným a opět zcela intuitivním krokem byla moje vlastní ochrana. Okamžitě po příjezdu na hematologickou kliniku jsem se uzavřela před negativními zprávami zvenku. Zavřela jsem jakýsi poklop a nepouštěla k sobě žádné zbytečné nebo negativní informace. Třeba ty, které by přicházely od mých vystrašených příbuzných a přátel. Nebo takové, jichž jsou plná média a internet. A nakonec i ty, které se mi snažili přinášet lékaři. Co šlo, jsem držela mimo svoji pozornost. A informace od lékařů jsem se naučila výrazně filtrovat. Tak, abych se během následujících týdnů nezbláznila strachy a hrůzou.

Veškerou komunikaci se svým okolím jsem hned první den zastavila. Mám obrovské štěstí, že mám v životě desítky výborných přátel. A mnozí z nich mi neuvěřitelně pomohli. Ale i je jsem potřebovala držet mimo poklop. Ponechala jsem si uzoučkový okruh lidí. Těch, o nichž jsem bez jakýchkoliv pochybností věděla, že budou vždy respektovat jakékoliv moje přání a rozhodnutí. A nepustí ke mně žádnou zbytečnou špatnou zprávu. Nepotřebovala jsem, aby mi lhali o mém stavu. Ale věřila jsem, že mi odfiltrují další špatné zprávy zvenku. Sílicí covidová pandemie, začínající válka na Ukrajině nebo průšvihy mých dětí ve škole... Nic z toho mě nezajímalo a ani se ke mně celý první měsíc nedostalo. Díky tomu jsem se mohla plně soustředit na sebe.

Je mi to hloupé přiznat, ale tak trochu mimo poklop skončili i moji rodiče. Nesmírně jsem se bála, že strach, který budou mít o život svého dítěte, by na mne přenášeli. Proto jsem poprosila bratra, aby jim informace o mně předával on.

Bratra jsem také vybrala jako osobu pro komunikaci s lékaři. Hluboce jsem mu důvěřovala. Věřila jsem, že když něco nebudu chtít vědět, ani on se jich na to nebude ptát. Věděla jsem, že bude respektovat i mé rozhodnutí neptat se zpočátku na přesnou diagnózu. Akutních leukemií je několik desítek typů. A já jsem tušila, že



kdybychom věděli, který mám já, spousta lidí by neodolala a hledala na Googlu. Popřípadě by se vyptávali těch, co touto nemocí prošli, v horším případě pak pozůstalých příbuzných. A pak by na mě své strachy přenášeli. Asi jsem uvnitř sebe věděla, že informace, které bychom získali, by mě poslaly do kolen. Možná bych je neunesla, strach by mě sežral hned první den.

Díky tomuto nastavení to ale nebylo možné. Lidé, kteří se mnou komunikovali, ode mě dostali hned první den jasný pokyn: „Pouštějte ke mně jenom dobré zprávy, ostatní nechci slyšet ani číst. Trvám na tom.“ Zároveň jsem je poprosila, aby na sebe převzali komunikaci se všemi ostatními mými přáteli a příbuznými. Pokud mi někdo z nich chtěl pomoci, nebo alespoň vědět, jak mi je, přišla mu ode mě jasná zpráva: „Nemám sílu vysvětlovat, co mi je. obraťte se na někoho z těch pár lidí, kteří vše vědí, pokud to chcete. Jen prosím, žádné negativní zprávy směrem ke mně. Potřebuju, aby nikdo z mého okolí nepanikařil a nepřenášel na mě žádný stres. Já odsud vylezu, zdravá a supr vyléčená, jen prosím žádný stresy, protože to by mi vůbec nepřidalo. Ani vystrašená myšlenka, ani blbej pocit, ani do zpráv. Nic z toho nedělejte. Když budete všichni v klidu, tak to je pro mě úplně nejvíc. Pa.“

Nevím, kde se ve mně tenhle nápad vzal. Můžete mi věřit, že z mé hlavy není. Ale vím, že i díky tomu, že jsem se hned od prvního dne tak moc izolovala, jsem přežila. Neplýtvala jsem vůbec žádnou silou. A trychtýř, který jsem z blízkých, jimž jsem věřila, vytvořila, mě chránil od špatných a vystrašených informací zvenčí.

Stejně razantní jsem byla i v nemocnici. Lékařku, která mě po prvotních vyšetřeních přišla informovat o přesném typu leukemie, jež mi zjistili, a o vyhlídkách do budoucna, jsem zastavila hned ve dveřích. Nechtěla jsem vědět téměř nic, ani název diagnózy, ani prognózy. Slíbila jsem sama sobě i jí, že se na přesný typ zeptám, až z toho vylezu. „V létě si lehnu doma na zahradu a klidně si všechno pročtu. Teď mi jen řekněte, jestli je ten typ léčitelný.“ Jakmile lékařka kývla na souhlas, upnula jsem se k této informaci a rozloučila se s ní. Nic jiného mě nezajímalo. Nechtěla jsem vědět, kolikaprocentní úspěšnost uzdravení je ani kolika lidem se to pak vrátí. Pokud se už alespoň jeden člověk dokázal plně uzdravit, pak já to zvládnu taky, věřila jsem bez jakýchkoliv pochyb.



Je jasné, že chtít po lékařích jen dobré zprávy, hraničí s bláznovstvím. Ale i tady si moje intuice našla nádhernou a jemnou cestu. A začala mi ji odkrývat ve chvíli, kdy jsem se po pár týdnech na hraně vrátila mezi živé. Jakkoliv jsem se totiž k přežití upínala, rychle se ukázalo, že tím moje lekce zdaleka nekončí. Jen změnily zadání. Teď bylo potřeba vrátit celý můj systém do plného zdraví. Nechat za sebou nemoc, která mě tam dovedla. A napravit ošklivé dopady, které ona i náročná léčba na mé tělo měly. A právě v tu chvíli se mi otevřel další zázrak. Začala jsem si uvnitř sebe tvořit svoji realitu. Afirmace, kvantování, pozitivní myšlení – jakkoliv tomu chcete říkat –

jsem měla v životě už dřív. Ale tady jsem je opravdu pochopila. Alespoň do té míry, kterou jsem potřebovala a kterou teď potřebuji, je v životě mám. Mám je zaryté do těla a myslím, že i do podvědomí. Jako ostatně většinu letošních zážitků. Přesvědčila jsem se, jak dokonale fungují, a jsem za ně obrovsky vděčná.

Síla mé mysli mě držela nad vodou, když jsem se bála nejvíc. Pomáhala mi věřit v budoucnost a důvěřovat, že ať se mnou lékaři provádějí, co chtějí, a dokonce ať říkají, co chtějí, já jsem v bezpečí.

Věřím, že nečekáte informaci, že to bylo jednoduché a šlo to samo. Mnohokrát jsem se sesypala, ať strachy, nebo bolestí. Ponořila jsem se, tedy ne, byla jsem ponořena, vlastně jsem doslova vpadla do ošklivé deprese, kterou se zatím ještě bojím slovy popisovat. Ale pokaždé, když jsem padla na dno, jsem si kdesi na pozadí mého mozku uvědomila, že tam být nechci. A že pokud se tam nemám válet nadobro, budu s tím muset něco udělat. Postupně, krůček po krůčku, jsem si začala tvořit novou realitu. Vnější svět, nemocniční pokoj, hodnocení lékařů i obavy zdravotních sester mě velice brzy mrsklly zpátky. Je velice snadné vystrašit a zdeptat nemocného člověka, který leží odkázaný na pomoc druhých. Denně děkuji mé mysli, že to nevzdala. Že se po každé facce vrátila do kolejí, ve kterých jsem chtěla být. Kolejí, které mě vyvedly ven z nemocnice a zpět k plnému fyzickému i duševnímu zdraví. A děkuji i dnes.

Netvrdím, že to musí fungovat každému. I když bych si to ze srdce přála a uvnitř tomu věřím. Mě to však ven vyvedlo. A protože ve svém nitru cítím a prožívám, jak silné to je, s vděčností a láskou ve své cestě po kolejích pokračuji. Denně. Učím se kontrolovat své myšlenky a s jejich pomocí pouštět do svého světa krásu, lásku, zdraví, laskavost i hojnost. A ony přicházejí. Neustále mě udivuje, jak nádherně a rychle se mé sny plní. A děkuji za to.

Děkuji každý den. Několikrát denně se zastavím a nahlas křičím: „Děkuju, děkuju, děkuju!“

A s úsměvem sleduju, jak se mi postupně plní vše, co jsem si kdy přála. Někdy, pravda, trochu nečekanými způsoby. Jako dítě jsem například toužila stát se zahraničním zpravodajem. Vzpomínám, jak jsem se těšila, že budu nesmírně odvážná a budu psát reportáže z míst, kam se ostatní bojí. Tak voilà... tady to mám. Svědectví z místa, kam, prosím vás, opravdu nelezte.

V posledních letech jsem si taky přála prožít týden ve tmě. Absolvovala ho už spousta mých přátel a vždy mě to lákalo. Strávit týden bez světla, bez společnosti, bez možnosti volného pohybu, jenom sama se sebou a se svými myšlenkami, by mohlo být zajímavým a hlubokým zážitkem, věřila jsem. A nedávno mi došlo, že i tento sen můžu považovat za splněný. Týdny v izolaci a hlavně v temnotě, o které se mi ani nesnilo. Tak teda díky... Hluboké to opravdu bylo.



Pád na dno mě naučil mnohé. Zjistila jsem, že není potřeba se vším bojovat a snažit se mít celý „svůj“ svět pod kontrolou. Klidně to můžu pustit. Země se dál bude točit a život dál poplyne. Bez křeče a strachu. Ano, taky to nešlo samo. Zjistila jsem to až v okamžiku, kdy mě opustily i poslední zbytky sil a já to prostě pustit musela. A, světe, div se! NIC se nestalo, nezhroutilo, nesesypalo. Jen mně bylo líp, volněji.

Nově jsem začala dávat svému tělu pozornost, jakou potřebuje. Vnímám své emoce a učím se řídit svými pocity. Nic z toho neumím dokonale ani to nedělám nonstop. Jen už znám ten pocit, jaké to je, když to člověk dělá. A dokážu se do něj vracet. A pokaždé když to dělám, chválím se za to a jsem na sebe hrdá.

Náhle si také umím vážit přítomného okamžiku. Jsem vděčná za zdánlivě všední náplň každodenního života. A uvědomuju si, jak velkou moc nad svým životem mám. Víím, cítím, jak je obrovsky důležité to, čím si každou minutu svého života vyplníme. Jen to tam totiž budeme mít. A proto si cíleně vybírám situace, lidi, ale i myšlenky, s nimiž se cítím šťastná. Právě teď a tady. Jen na tomhle okamžiku totiž záleží. Příští minuta už tu pro mě být nemusí. (Nicméně já věřím, že bude. A že si ji vyplním stejně krásně, jako tuto. A za ní další a další.) Přitom průběžně kontroluju, jestli to, čemu se právě věnuju nebo co prožívám, opravdu stojí za to, čím jsem prošla. Stál tenhle okamžik za všechnu tu bolest a utrpení? Bylo právě tohle to, pro co jsem tak moc trpěla? Je to pro mě skvělý ukazatel toho, co ve svém světě, ve své realitě chci a co ne.

Můj život se nyní díky tomu plní činnostmi i lidmi i situacemi, kteří mi přinášejí ohromnou radost a pocity štěstí. Cítím to i teď v tomto okamžiku. Vděčnost, že můžu sedět u klávesnice a psát. Od malička jsem se při psaní doslova rozplývala. Jsou to chvíle, kdy zapomínám na svět kolem, silnější než jakákoliv meditace. Proto teď vznikají tyto řádky.

Na závěr mám prosbu. Až můj příběh dočtete, zkuste si alespoň na něco z něj občas vzpomenout. Když budete nervózní v dopravní zácpě, naštvaní na zubaře nebo otrávení, protože máte blbý den. Buďte vděční, že tento den máte! Máte tělo, které může cítit a vnímat. Můžete s ním sedět v autě, vaše ruce dokážou řídit, vaše oči vidí na silnici. Máte tam teplo a třeba vás ani nic nebolí. To už je pořádná řada důvodů, proč cítit vděčnost! Navíc s velkou pravděpodobností máte i zítřejší den. A za ním další a další. Ne každý takové štěstí má. Věřte mi.

# VÍTEJ NA KOLOTOČI



Marti, tohle je pro tebe. Napíšeme tady všechno, co si z té neskutečné doby pamatujeme. A to, co jsme zapomněly, nám třeba doplní ostatní, kteří s námi v tom příběhu byli. Raději se připrav na to, že si pamatuješ opravdu málo. Vzpomínky, které tady spolu odhalíme, tě budou bolet. Zážitky i pocity, na něž jsi zapomněla, ti vženou slzy do očí stokrát za den. Ale po každém z nich ucítíš obrovskou vděčnost, lásku a radost ze života. Je to vůbec poprvé, co si dokážeš přiznat své pocity. Jsem moc ráda, že konečně vidíš, jak důležitá je upřímnost k sobě samé. Celých čtyřicet let jsi žila v masce. Schovávala ses za obrázek veselé, aktivní, věčně usměvavé a pozitivní ženy. Až jsi tomu sama začala i věřit. Ještě před půl rokem by ses tu smála a vykládala mi, jak pěkně se máš, ale uvnitř... Tam by tě ani nenapadlo se podívat. Přitom když se ptám, jak se máš, myslím Tebe! Tvé tělo a všechno, co se děje uvnitř něj. Neptám se, jestli svítí sluníčko nebo děti nosí blbý známky. Ptám se jen na tebe. To je dost překvápko, co?

Ještě v sanitce do nemocnice jsi byla samý úsměv. Já ale viděla i dovnitř! Co tam bylo, už teď víš taky. Hromada potlačeného smutku, neprojevených a vlastně i nepřiznaných strachů a bolesti. Jela jsi celý život jako robot. Doslova. Ráno jsi odběhla maraton, v poledne nasmažila rodině řízky, k večeru učila své tři syny jezdit na kole nebo na lyžích a po nocích doháněla pracovní resty. Spousty let ve stále se zrychlujícím tempu. Uvnitř tebe ale bylo smutno. Tam jsi věděla, že ses narodila proto, abys zažívala radost a lásku. A ty tam bez tvého urputného snažení nebyly. Tak ses snažila víc. Protože se možná nesnažíš dost. Možná, že když se budeš snažit víc, konečně té radosti a životního štěstí dosáhneš.

Tak teď už to víš. Dosáhla jsi vrcholu. Snažila ses úplně nejvíc, jak jsi mohla. Jenže tě někdo podrazil. Na vrcholu nečekají ovace, uznání ani radost a štěstí, ale akutní leukemie. Brutální, super rychlá a hodně bolestivá diagnóza.

# NEJDELŠÍ MĚSÍC ŽIVOTA

## Pátek 28. 1.

Jeden den ti bylo dobře s kamarády na běžkách, druhý tě začala pobolívat záda. Pobolívat jsi tomu říkala ty, já ale vím, že ses nemohla ani hnout. Kamarádky se o tebe staraly a bez jejich pomoci jsi nedokázala dojít ani do koupelny. Čtvrtý den sis pro jistotu zavolala sanitku. Vlastně ne pro jistotu. Kdybys to zvládla, dojela bys domů sama. Nebo kdybys aspoň dokázala sama sejít ze schodů k autu, mohl by tě odvézt někdo z přátel. Jenže to najednou nešlo. Bohudíky. Kdybys to udělala, dojela bys domů a zkusela to vyležet, našli by tě druhý den mrtvou, řekli pak doktoři.

V nemocnici to šlo velmi rychle. Deset minut na interně, odtud hned na JIP. Během chvíličky přilétl lékař s větou: „Dělali jsme vám krevní testy a máte akutní leukemii. Musíte ještě dnes začít s chemoterapií.“ Hotovo, nashle. „Je nějaké jiné řešení než tohle?“ ptáš se. „Jistě, můžete si zavolat na městský úřad a domluvit pohřeb na příští víkend.“

Vůbec nevíš, co se děje. Nebrečíš, nebojíš se. Obvoláš rodinu a kamarády, jestli se můžou postarat o tvé děti. A pak čekáš, jestli v nějakém hematologickém centru pro tebe najdou volné místo. Nemáš ani tušení, jak vážné a zlé to je. A jak zlé to bude. Naštěstí. Trochu tě znejistí sestra v sanitě do Prahy. Povídá, že celý Liberecký kraj má jedno auto na převozy pacientů na delší vzdálenosti. Divíš se, že měli zrovna volno a mohli tě hned naložit.

„Byla jste naprostá priorita,“ odpoví sestřička, zatímco sanitka letí po dálnici. A v tobě hrkne.

Do toho dne, pátku 28. ledna 2022, jsi vůbec netušila, že akutní leukemie existuje. Večer v Praze se hned dozvídáš informace, které jsi nikdy znát nechtěla. „Akutních leukemií jsou desítky typů. Některé lepší, některé horší. Teď musíme zjistit, jaký typ máte,“ vysvětluje lékařka. Mezitím se v tvém pokoji střídá obrovské množství dalšího nemocničního personálu. Rentgenolog se ve dveřích při pohledu na tebe hlasitě vyděsí. „Pardon, já nejsem zvyklej, že tu má někdo vlasy,“ omlouvá se vzápětí.

Vrací se lékařka s výsledkem testu. Teď už se bojíš. Ale kdybys tušila detaily týkající se jednotlivých typů akutní leukemie, asi by ses strachy rozpadla na kousky. Tak, paní doktorko, který z nich „mám“? „Je to jeden z těch horších.“ Doprdele! Tak mi prosím jen řekněte, jestli je to vyléčitelné. Nic víc vědět nechci. „Tehle typ má nesmírně těžký začátek. Pokud to ale pacient zvládne, je pak uzdravování rychlé. Rychlejší než u jiných typů.“

Podtrženo a sečteno, musíš přežít prvních 14 dní. Když to zvládneš, dají tě během dalších dnů dohromady a za 5 týdnů můžeš být doma.

Prosíš ji, ať ti neříká, jak se ten typ jmenuje. Zastavuješ ji, když chce rozebírat, kolik procent pacientů se vyléčí. Valí oči, ale trváš na tom, že to nechceš vědět. Nechceš se stresovat ještě víc. Ani nechceš, aby si o tom tvoji blízcí lovili informace na internetu a pak byli ještě víc vyklepaní a svůj strach přenášeli na sebe. Stačí ti informace, že je to léčitelné. Pokud to je možné, pak je to tvoje cesta. Rázem máš plán. Přežiješ 14 dní na jipce a začátkem března jsi doma.

Je neskutečné, že ráno jsi byla na horách, a teď večer už začínáš s chemoterapií. Trochu tě brní prsty na nohou a máš hrůzu z odběru kostní dřeně. Injekce do hrudní kosti příjemná není, ale dá se zvládnout.

Píšeš pár svým přátelům s prosbou, ať ti pošlou co nejvíc energie a všechny své svaté. A žádáš je, jestli by tu prosbu mohli předat i dalším kamarádům. Sama na to nemáš sílu... Nechci ti do toho vstupovat, ale tohle je asi POPRVÉ, co sis řekla komukoliv o pomoc! Jasně, že jsi to začala slovy „Klidně mě pošli do háje, když se ti nebude chtít,...“, ale každý nějak začíná. Teď už bys uměla říct důrazněji, že potřebuješ pomoc, co? Ale i tak se zpráva šíří. Vidíš, chtěli ti pomoci! Mnoho z nich se nabízí, že tě přijdou podpořit, ale za prvé leukemie a sakra slabá imunita, za druhé jipka a za třetí *covid time*. Ani jedno není s návštěvami kompatibilní.

Zpětně se dozvíš, jak moc se tví kamarádi a rodina zapojili. Jedni ti hlídají děti, jiní vezou věci do nemocnice, další shání ty nejkvalitnější nutridrinky nebo obvolávají o víkendové noci největší lékařské kapacity v oboru, aby se poradili, jak ti pomoci. Někteří příbuzní se hlásí do registru dárců kostní dřeně, kdybys potřebovala. Hromada dalších posílá energii. A tři nejbližší přítelkyně je všechny „hlídají“, aby se k tobě nedostalo nic, co by tě mohlo sebeméně zatížit. Jsou neskuteční!

A ty taky! Asi poprvé v životě si přiznáváš, že se cítíš na hovno! *Good job!*

Skřípnutá záda tě hodně bolí. V těle ti řadí silná infekce. CRP, jež má být pod 10, přesahuje 200. A v kombinaci s ledvinami, které přestávají stíhat, je to opravdu *challenge*. Plus chemoterapie...

Doktorka ti zakázala jakýkoliv doplňky, které by podle tvého aspoň trochu kompenzovaly to, co chemoterapie v těle napáchá. Vitamíny, zelený ječmen, chlorela... nic. „Máte hodně těžkou nemoc, blbý výsledek ledvin, celkovou sepsi, tlak ultra nízký, naprosto rozhozenou srážlivost krve. Další komplikace fakt nepotřebujete. Navíc jsme se dočetli, že můžou způsobovat krvácivost. A to by ve vašem stavu byla naprostá šílenost. Jestli musíte, dejte si to, až skončí tahle akutní fáze. Ale teď rozhodně ne.“

Podobně dopadne tvůj dotaz na podporu imunity pomocí vitamínu C. Víš, že občas si nemocní pomáhají infuzemi céčka. A sice se ti to zpětně jeví jako blbost, jít vitamínem proti leukemii, ale chtěla jsi do toho dát maximum. „Céčko na imunitu nefunguje. Kdyby fungovalo, klidně ho pacientům dáváme. Navíc, pokud tvrdíte, že jste zvyklá si ho na podporu imunity brát, a takhle jste dopadla, je jasný, že je to na nic.“



Kamarádka tě uklidňuje, že na detox bude času dost. „Mně pořád rezonuje, že to, co teď potřebuješ nejvíc, je láska.“ Tak tuhle zprávu vůbec nechápeš. Ale počkej pár týdnů, bude ti to tak zřejmé! Jen ti napovím, že ne „jakákoliv“ láska, ale „sebeláska“. Tu se naučíme a zvládneš všechno.

Posílá ti nádherného bílého draka, který tě bude po celou dobu ochraňovat. Přidává se k tvým andělům i ke světelnému lvu od švagrové. V pokoji je už opravdu plno, máš tolik ochrany! A všichni s tebou půjdou, kamkoliv se v nemocnici hneš. Důvěřuj jim.

## Sobota 29. 1.

Kolik máš za sebou survivalových závodů? Takových, kdy startuješ třeba v 10 večer, nebo ve 3 ráno, jedeš celý den na kole, lodi, bruslích, lezeš po skalách nebo běháš za kontrolami a honíš vteřiny, aby ses po 24 hodinách vrátila do cíle naprosto vyštvavená. Tak teď máš před sebou opravdový survival! Výrazně delší než všechny ostatní a taky míň zábavný. V cíli si nedáš pivo, ale budeš cumlat nutridrink brčkem. Euforii z pozávodového večírku nahradí vděčnost sestřičce, která ti utře zadek. A budeš pevně rozhodnutá si ho už nikdy nezopakovat! Sobotní ráno je zlé. Máš v sobě hromady krevních transfuzí, antibiotik, tunu morfinu a stejně se cítíš hůř než kdy předtím. Stěhuješ se na jipku a smiřuješ se s tím, že odted' jenom chemie. „Pokud vám někdo bude říkat, že musím nutně brát nějaké doplňky, ani mi to neříkejte. Potřebuju v první řadě přežít. Tělo pročistím pak,“ prosíš své blízké. Ani na chvíli nepochybujete, že nějaké „pak“ bude. Nebo že tu ještě bude tělo, které bude třeba pročistit.

Kamarádka ti včera večer dovezla nějaké ručníky a oblečení a dneska si pro to musí zpátky. Na jipku to nesmí. To jde ale úplně mimo tebe. Ty pouštíš veškerou kontrolu a potřebu cokoliv řešit. Nezjišťuješ, co se děje kolem tebe, a jen matně vnímáš, co se děje s tebou.

Začínáš odpočítávat čas. Přežít prvních deset až čtrnáct dní. Dala jsi už první noc a jsi vděčná. Kanylami v obou pažích ti nonstop něco kape. A stejně je ti tak zle, že nemáš ani sílu komunikovat se svými blízkými. Jen ležíš a koukáš. Nezvádneš nařukat esemesku, tak zkoušíš ty nejnnutnější záležitosti řešit přes hlasové zprávy. Zníš na nich jak horolezec v sedmi tisících. Slovo, tři nádechy a pak další. Ale stejně to jediné, co dokážeš zformulovat, je „Budu ráda za každou pomoc, ale neumím vymyslet, co. Nemám sílu.“

Počet lidí, se kterými komunikuješ, jsi osekala na minimum. Nejbližší kamarádky, které tě drží nad vodou a zajišťují energetickou podporu. A brácha, kterému dáváš jednou za den vědět, že žiješ, a on má za úkol to před dál, tvým rodičů, dětem a všem ostatním, kdo na tebe myslí. On jediný taky může volat doktorům a ptát se na tvůj zdravotní stav. Věříš mu, že nebude proti tvému přání zjišťovat přesnou diagnózu. A že případný blbý zprávy ustojí líp než tvoji rodiče. Proč sis to myslela, opravdu nevím.

Jsem moc ráda, že i v tomhle stavu hluboko uvnitř pořád věříš, že to všechno dobře dopadne. Vlastně ty víš, že to musí dopadnout dobře. Jinou možnost ani nezvažuješ. A už teď pro to děláš maximum. Třeba když tě sestra

prosíš, abys vyplnila heslo pro telefonickou komunikaci, na základě kterého poznají, že volá opravdu tvůj bratr a že mu lékař může sdělit všechno, co bude chtít. Chvilí váháš a pak píšeš „Letní pohoda“. Už teď tomu upřímně věříš a víš, že v létě tě opravdu čeká pohoda. Venku, na sluníčku, s rodinou a přáteli. A hlavně žádný stres, protože nemoc bude minulostí. Možná, že čím častěji brácha to heslo vysloví a lékař pro kontrolu přečte v tvých papírech, tím víc se to bude potvrzovat. Dobře ty! Jsem na tebe hrdá.

Vůbec máš můj obdiv za to, jak se od samého počátku intuitivně chráníš. Nejen že ses okamžitě uzavřela před všemi negativními zprávami a pečlivě začala kontrolovat, jaké informace k sobě pustíš a jaké ne. Těm blbým, pokud už k tobě pronikly, nevěnuješ žádnou pozornost. Jako by nebyly. Vím, že se to může zdát obrovsky těžké. Jak může člověk nemyslet na hrůzy, které se tu na něj ze všech stran valí? Máš to usnadněné. Jsi absolutně vyždímaná. Nemáš ani kousíček energie nazbyt, žádnou nudící se myšlenku, kterou bys jim mohla věnovat.

Pozitivní energie k tobě naopak proudí v plné síle. „Moje milá, vím, že je ti strašlivě mizerně, ale chci ti říct, že na tebe pořád myslíme a nepochybujeme o tvé vnitřní síle. Takže to máme suma sumárum tvá vůle + naše láska + láska všech tvých blízkých a přátel. Takže dáš téhle životní zkoušce prostě na prdel, to je jasný! Posílám mega pusu.“ Švagrová je jednou z lidí, kteří tě podporují, a každá její zpráva tě dojme k slzám. Její sedmiletá dcera ti sama od sebe posílá energii přes varana, její silové zvíře. Děkuju.

„Máš ten nejlepší *support team ever*. Nemusíš se vůbec bát.“ Ještě to nevíš, ale lidí, kteří ti chtějí posílat energii, světlo a třeba i léčení, je obrovská spousta. Tolik, že jedna z tvých blízkých na sebe bere roli koordinátorky. Komunikuje se všemi, kdo ti chtějí pomoci, a plánuje vše tak, abys měla pokrytou každou minutu každého dne. Jsou neskuteční.

## Neděle 30. 1.

U tvé postele se střídá hromada lidí, ale vůbec nevíš, co po tobě chtějí. Nevíš, jestli přišli opakovaně, jestli už jsi s nimi mluvila, nebo je vidíš poprvé. Paměť má dlouhou přestávku a ani ji nenutíš. Vždyť je to jedno. Ať si dělají, co potřebují.

Jen by tě mohli nechat ležet, a ne tě furt nutit vstávat na váhu. Sice je hned u postele, ale i tak je to hodně náročná disciplína. Čtvrt hodiny ležíš a sbíráš síly, že se začneš zvedat. Pak stejnou dobu sedíš. Sestry si myslí, že se rozmýšlíš. Ale to ti opravdu fandí. Ty jen sbíráš energii, aby ses s jejich pomocí dokázala na pár vteřin na tu zatracenou váhu postavit. Krom zad tě bolí i celý trup. Aby ne, vypadáš jak v sedmém měsíci těhotenství. Vážíš o pět kilo víc než včera! Voda na plicích a ledvinách... Nikdy bys neřekla, že noc může být ještě horší.

Jsi slabá jako moucha, bolí tě celý trup a k tomu se v noci přidává trombóza způsobující strašnou bolest prstů na nohou. Už na nich máš viditelné fialovočerné fleky. Vypadají jako omrzliny a vlastně jimi i jsou. Lékaři zkoušejí namíchat různé kombinace oblbváků, ale i tak jsi ráno naprosto zmodovaná. K tomu ti CRP vylétl někam ke třem stovkám a na antibiotika nereaguje.

A tohle je, prosím pěkně, „odpočinkovej den“, kdy nemáš chemoterapii. Tu dostáváš „jen“ obden, takže zítra. Doktoři moc dobře vnímají, v jakém stavu jsi. Všechny vedlejší účinky chemoterapie vidí a teď se snaží vymyslet, jak nakombinovat všechnu možnou léčbu tak, aby zabrala a krev a kostní dřeň se vyléčily, ale aby to zároveň přežil i zbytek tvého těla. Taky to nemají úplně snadný.

Je ti zle, neděláš vůbec nic. Zpráva blízkým se omezí na palec nahoru v esemesce. Doufáš, že z toho pochopí, že žiješ. Jinak jen ležíš. Nebo brečíš bolestí.

Všechny aktivity necháváš na ošetřovatelích. Tři kroky na záchod jsou nad tvoje síly, seš ráda, když ti někdo donese mísu. A fakt, že sestry umí převléknout postel, když v ní ležíš, je úplně k nezaplacení!

## Pondělí 31. 1.

„Dneska v noci jsem tě slyšela... Musí to být peklo... Drž se, kočička. Všichni tě moc milují,“ pípá v pondělí ráno zpráva v mobilu. A ty se snažíš držet. Naštěstí netušíš, že peklo se bude dál zhoršovat. A nemáš sílu o tom přemýšlet.

Množství vody na plicích a ledvinách šplhá k 10 litrům. 10 kilo nahoru během necelých dvou dnů je sakra znát. Těžko se ti dýchá. Připojují tě na kyslík a taky dostáváš cévku. V tříse se ti objevuje obrovská kanyla, kterou ti zašili do kůže. Ani nevíš, že by ti ji napichovali. Ale tvoje stehno, na které jsou všechny trubičky vedoucí do kanyly přilepené, vypadá jak asijská trafostanice. Všemi hadičkami, jež z ní vedou, ti neustále kape něco do žil. Doktor i primář souhlasí, že nemusíš jíst. Stejně jsi s vypětím sil dala dvě sousta za půl dne. Zvládneš to na kapačkách, nutridrincích a kokosové vodě. Na její chuť sis, nevíš proč, vzpomněla hned první den v nemocnici a dělá ti moc dobře na žaludek. Tví blízcí už ji vykoupili asi v celé Praze. A nosí ti další a další balení, abys měla dost, protože je to to jediné, co do sebe zvládneš dostat.

Někdo ti navrhuje, ať se neomezuješ jen na praktické zprávy, kolik máš nových hadiček a jaké pití potřebuješ dovézt. Ale ať zkusíš vyventilovat i své pocity. Co se ti prý honí hlavou? Víte co? Vůbec nic! Vlastně jo, máš tam strach. Teď nejpalcivější je, jak to zvládnou tvoje prsty na nohou, ty bolí úplně nejvíc a černofialová barva se pořád šíří. „Vím, že těch deset dní zvládnou a přežiju, ale jestli to zvládnou celá, nebo mi budou muset ty prsty uříznout, to teď opravdu netuším.“ Nijak dlouze o tom ale nepřemýšlíš, nemáš na to sílu. Ale klobouk dolů, s jakou jistotou víš, že to přežiješ. Jsem na tebe hrdá!

A ještě si to neuvědomuješ, ale teď se poprvé v životě zajímáš jen o to, jak se máš TY. Konečně! Neřešíš, jak to snáší tvoji rodiče, nezajímáš se, jak to zvládají tvé děti ani kdo se o ně stará. Kamarádům, na kterých ti záleží a kteří vyděšeně piší, co se s tebou děje, odpovídáš, ať se poptají, kde chtějí. Ostatní zprávy ignoruješ.

Zjišťuješ, že se vůbec nemusíš zabývat dobrými radami, které na tebe okolí chrlí. Sestra se v dobré vůli snaží urychlit tvůj přesun na váhu. Víš, že čtvrt hodinu potřebuješ. Řekneš jí to jednou a ostatní její snahy o rady a pomoc jdou mimo tebe. Až uplyne čas, který jsi potřebovala, o pomoc si řekneš. Ale jak by to dělala ona, tě

v tuhle chvíli nezajímá ani trochu. Prostě vypneš a nevnímáš ji. A navíc – dobře ty! – už tě ani nenapadne přemýšlet, jak se třeba chudák sestra cítí, když seš na ni taková. Prostě informaci dostala, víc jí nedáš. Pořád stříháš metr. Už jsi zvládla skoro tři dny a jsi na sebe hrdá! Každá další minuta je další vítězství a obrovsky si ji ceníš. S velkou radostí hlásíš do světa – tedy těm třem lidem, se kterými komunikuješ:) – že UŽ je pondělní večer! Takhle vzácný pondělí jsi ještě nezažila. A počkej, jak budeš slavit další dny! Svým blízkým stále tvrdíš, že celé dny nic neděláš. Prý buď zaberou prášky na bolest a usneš, nebo brečíš bolestí. Jiný program nemáš. Zlato moje, ani netušíš, kolik toho právě teď děláš! Jak moc tohle tělo maká, aby to zvládlo. Nikdo, koho znám, teď nedělá víc než ty!

