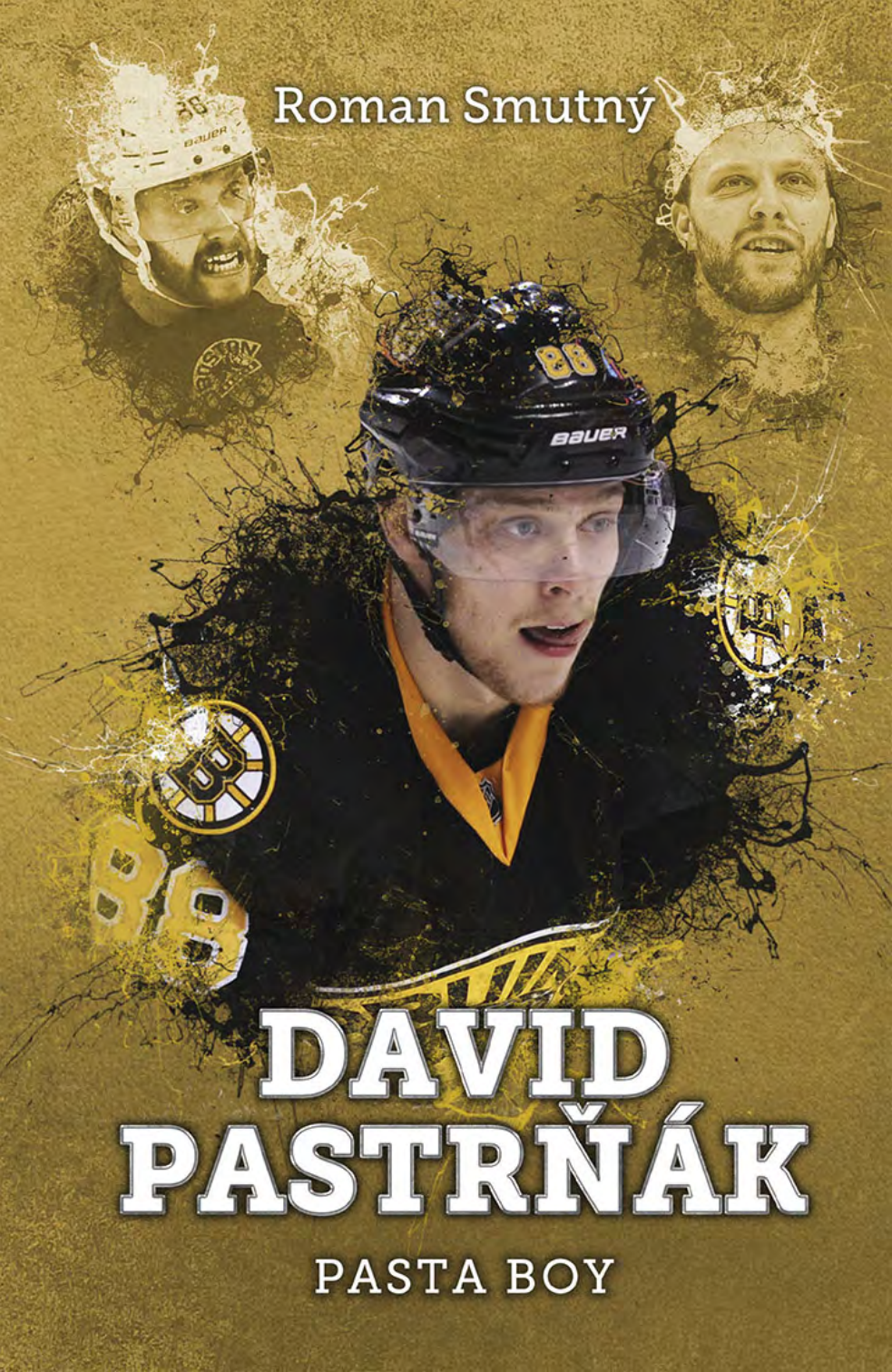




Roman Smutný

**DAVID
PASTRŇÁK**

PASTA BOY

DAVID PASTRŇÁK: PASTA BOY

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na
www.xyz.cz
www.albatrosmedia.cz

xyz

Roman Smutný
DAVID PASTRŇÁK: PASTA BOY – e-kniha
Copyright © Albatros Media a. s., 2026

Všechna práva vyhrazena.
Žádná část této publikace nesmí být rozšiřována
bez písemného souhlasu majitelů práv.

ALBATROS  **MEDIA**

Roman Smutný

DAVID PASTRŇÁK
PASTA BOY



Je vaše knihovna přecpaná a při každé další knize se nezdravě zapotí?
Přehodnoťte tréninkový plán a snižte jí zátěž s **www.restorio.cz**.

Albatros Media podporuje udržitelný rozvoj, který vrací použitým věcem smysl. On-line antikvariát Restorio vaše knihy odkoupí a zaplatí vám ihned – nečekáte, až se prodají. Získané peníze si můžete nechat, nebo si vyberete charitu, kterou jimi podpoříte. V tom případě navýší Restorio částku o 20 %.

© Roman Smutný, 2024

© Nakladatelství XYZ, 2024

ISBN tištěné verze 978-80-7683-649-5

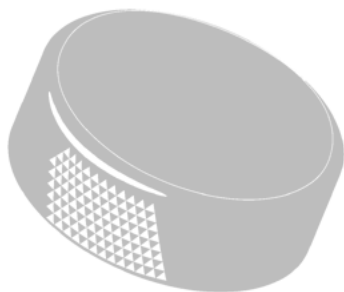
ISBN e-knihy 978-80-267-7103-6 (1. zveřejnění, 2026) (ePDF)

ISBN e-knihy 978-80-267-7104-3 (1. zveřejnění, 2026) (epub)

ISBN e-knihy 978-80-267-7105-0 (1. zveřejnění, 2026) (mobi)

Roman Smutný

DAVID PASTRŇÁK



PASTA BOY

xyz



KAPITOLA 1

Byl to jednoznačně měsíc ledního hokeje. Co na tom, že fotbalová Slavia Praha získala titul po neuvěřitelných 49 letech. Vše překryla všudypřítomná euforie z jiného prvenství – toho hokejového. Český národní tým totiž na mistrovství světa ve Vídni vybojoval 5. května zlatou medaili, na niž se čekalo jedenáct let. Přesně taková doba uplynula od doby, kdy československý výběr ovládl šampionát v Praze. Nyní parta trenéra Luďka

Bukače vybojovala nejcennější placku ve finálové bitvě s Kanadou po výsledku 4:2. Roman Turek a jeho jmenovec Čechmánek, František Kaberle, Pavel Patera, Martin Procházka, Otakar Vejvoda, Robert Reichl a další se jednou provždy zapisují do historie.

Pouhých dvacet dnů po této slávě se v nejmladším městě České republiky Havířově narodí Marcele Ziembové a Milanu Pastrňákovi syn, který dostane jméno David. Píše se 25. květen 1996 a pro hokejovou zemi, jakou Česko bezesporu je, končí májový měsíc stejně úspěšně, jako začal. Jen to zatím nikdo netuší. Právě spatřil světlo světa budoucí šampion, jenž si svou osobností i uměním podmaní nejen slavnou NHL.

Jedno pravdivé pořekadlo praví, že každý lotos, než vykvete do krásy, si musí prokrestit cestu bahnem. Pro některé lidi, kterým osud přichystal do vínku spoustu náročných zkoušek již od útlého věku, platí totéž. Trnitá cesta plná nástrah a výzev čeká i malého Davida. Sudičky se s ním

evidentně nijak nepáraly. Když mu byly pouhé tři roky, táta Milan jednoho dne odešel a víckrát už se ke své rodině nevrátil. Z paní Marcely se rázem stala matka samoživitelka, která kromě tříletého Davida musela uživit i o čtyři roky staršího syna Jakuba. Měla se co otáčet, aby vše zvládla, dělala současně i tři práce, ovšem ani tak si tříčlenná neúplná rodina nemohla finančně vyskakovat. „Chodila jsem uklízet, vyráběla svíčky, čistila kotle, ale i tak jsme měli sto dvacet korun na den. Ne na osobu, ale pro všechny. Bylo to příšerné. Samozřejmě pokud jsem sehnala ještě nějakou brigádu, tak bylo peněz víc, ale celkově to žádná sláva nebyla,“ vzpomíná sympatická žena po letech na časy, kdy jí život ukazoval, jak umí být tvrdý. Mladá rodina zažívala po stránce materiálního zabezpečení občas i velmi krušné časy. Například v době, kdy Marcela měla na čerpací stanici tak malý příjem, že musela požádat příslušný úřad, aby jí poskytl příspěvek alespoň do výše životního minima.

Davidův táta Milan byl hokejový útočník, který to dotáhl do druhé nejvyšší soutěže v dresu Třince a Karviné. V sezoně 1983/84 byl u toho, když Třinec postoupil do 1. české národní hokejové ligy. Když byly jeho synkovi dva roky, hráčskou kariéru po dvou sezonách ve třetiligovém německém Schwenningenu ve svých sedmatřiceti letech definitivně uzavřel a začal se věnovat trénování mladých hokejistů v havířovském klubu.

Zřejmě i geny – které, jak známo, nikdo neošálí – způsobily, že už ve dvou letech se stala Davidovým nejlepším kamarádem zahnutá hůl, s níž ti nejlepší borci dokážou bavit miliony fanoušků po celém světě a vydělávat miliony dolarů. „David byl jako miminko hodně živý a prakticky hned, jak začal v deseti měsících chodit, začal brát do ruky plastovou hokejku a honil po bytě míček, puk nebo cokoli kulatého. Vybavení bytu tím samozřejmě trpělo, ale byl do toho tak zažraný, že mu snad ani nešlo v tom zabránit. Zlobil, pořád někde lítal. Každou chvíli někde upadl a bylo mu jedno,

že mu teče krev. Říkali jsme si, že snad ani nemá práh bolesti. Ve dvou letech se sám naučil jezdit na kolečkových bruslích. A nevyhýbal se ani dalším sportům,“ přibližuje první sportovní krůčky svého syna paní Marcela. Byla to ona, která svého druhorozeného přivedla v jeho třech letech poprvé na stadion místního AZ Havířov, klubu, k jehož slavným odchovancům patří například bronzový olympionik z Albertville 1992 František Procházka, tragicky zesnulý obránce Luděk Čajka, absolvent tisíce ligových zápasů Jan Peterek či reprezentační gólman Jiří Trvaj.

Svízelná finanční situace mladé rodiny způsobila, že nejmladší z rodu Pastrňáků nevyjel na led v chlapeckých bruslích, nýbrž v dívčích a ještě k tomu krasobruslařských, které měly zbroušené zoubky na špičkách nožů. „Později si nás na zimáku někdo všiml a daroval nám klučičí brusle,“ popisuje Davidova matka další vývoj ve věci hokejové výstroje svého syna a dodává, že na samém počátku tohoto velkého hokejového příběhu byl

její syn navlečený do zimní kombinézy, protože hokejový dres byl příliš drahý. Tříletý David se i přes materiální překážky od prvních minut choval na ledové ploše jako ryba ve vodě. Mohl uplatnit vše, co se s hokejkou naučil už doma na koberci s bráchou Jakubem. Vrstevník táty Milana, jeho někdejší protihráč a později havířovský trenér Jan Daneček okamžitě rozpoznal, že v tomto případě nepadlo jablko příliš daleko od stromu: „V té době jsem se jezdil dívat do Havířova na tréninky přípravy a tento maličký, ale šikovný pinda, kvůli výstroji taková skoro ještě kulička, mě zaujal. Už tehdy dobře bruslil a uměl vést puk.“

Malý David byl nadšený do všeho, co jen trochu zavánělo sportem. Zato toho moc nenamluvil, do pěti let trpěl vadou řeči. „Plácal slova, jak ho napadlo, měnil písmenka, evidentně mu vůbec nevadilo, že mu ostatní děti nerozuměly. Pořád něco vykládal. I doma furt mlel pantem a puslu měl pořád od ucha k uchu. Na dvorku, kam si chodili oba kluci hrát se svými kamarády, si získal i místní

DAVID PASTRŇÁK: PASTA BOY

důchodkyně,“ usmívá se při těchto vzpomínkách paní Ziembová. Dětský pokojíček havířovského bytu 2+1 byl němým svědkem mnoha sportovních klání. Jakub Davida často prosil, aby jeho mladší sourozenec zaujal místo v bráně. „Jediný způsob, jak jsme spolu mohli trénovat, byl ten, že do mě pálil,“ vzpomíná dnešní hvězda NHL.

Venkovní dvorek býval pro změnu dějištěm fotbalových bitev. „Na mé straně pokojíčku byla polička obsypaná medailemi a poháry, na bráchově straně byla jedna medaile z fotbalu. Dokonce to zašlo tak daleko, že si sám nakreslil diplom,“ směje se Pasta. Oba chlapci trávili maximum volného času pod širým nebem. „Jakmile se David naučil chodit a následně i běhat, byl k nezastavení. Věčně lítal na dvorku s ostatními dětmi až do večera. Teprve pak jsme ho volali domů. Byl takové cikánské děcko. Nejraději poletoval s kamarády, občas u nich i přespával,“ potvrzuje paní Marcela. Neposednému blondáčkovi šlo všechno. Kromě hokeje a fotbalu také rád plaval, hrál hokejbal, ping-pong,

tenis, když se rozběhl, málokdo ho dohonil. Když nazul kolečkové brusle po starším bráchovi, byly mu velké, ale nepadal, suverénně se rozjel. Inu, krev není voda. Sportovní geny nakonec nezdědil jen po tátovi. Jeho maminka se svého času věnovala atletice a plavání.

Málokdo zná hodnotu peněz jako ten, komu se jich dlouhodobě nedostává. A tak zatímco mnoho jiných začínajících hokejistů dostane výstroj od rodičů naservírovanou na zlatém podnose, Davidova matka se musela na každou nezbytnou část výbavy pořádně nadřít. Jednou například celý víkend tmelila plot pro majitele obchodu se sportovními potřebami, aby si pro svého talentovaného potomka vysloužila novou hokejku. I přesto byl seznam vysněných dárků, které David nemohl mít, mnohem delší než výčet těch, jichž se mu v raném dětství dostalo. „Třeba žlutou hokejku Easton Synergy jsem si přál pod stromečkem tři roky. Stála asi dva a půl tisíce a prostě na ni nebylo. Nebo jsem chtěl bílé rukavice, jako měl teh-

dy Peter Pucher ve Znojmě. Pár let jsem si počkal a nakonec je dostal. Máma měla tři zaměstnání najednou, makala celý den, často i v noci, a musela na tyhle věci dlouho šetřit. Jsem jí za to strašně vděčný. To, co pro nás udělala, bylo neskutečné. Snažím se jí to dnes vynahradit,“ vyznal se Pasta v jednom z rozhovorů v roce 2020. „Občas mi docházely síly a energie a byly dny, kdy jsem si říkala, že se na to vyprdnu, ale vždycky jsem to nějak skousla a jela v tom režimu dál,“ ohlíží se za náročným obdobím statečná žena, která má na dnešních úspěších svého syna lví podíl – šťastná, že časy, kdy od čtyř hodin ráno pracovala v pekárně, následně spěchala uklízet cizí byty a večer ještě nastoupila na směnu v prodejně vín, už naštěstí pominuly.

Možná i zde lze najít jeden z pramenů Davidovy odolnosti, bojovnosti a pracovitosti. Už jako dítě totiž pochopil, že nic není zadarmo, že pro úspěch člověk musí tvrdě pracovat a že ne vždy je možné dostat to, co chceme, ihned. Nehrozilo mu tak

to, co ohrožuje psychiku mnoha dnešních mladých lidí, kteří i na prahu dospělosti trpí nadměrnou přecitlivělostí, sklony k depresím a hrouť se z každého problému. Na toto téma výstižně promlouvá renomovaný trenér, pedagog a mentální kouč Marian Jelínek: „Psychická odolnost nebo frustrační tolerance se ve společnosti snižuje. Je to podobné jako u fyzické výkonnosti. Přisuzují to blahobytu. Téměř ve všech psychiatrických učebnicích se píše, že míra zvýšených depresí a různých psychických chorob je dána také tím, že odmítáme prachobyčejná lidská utrpení. Měli bychom děti a sportovce vyndat z komfortních zón a nechat je prožít si neúspěchy, prožít si třeba boj o sestavu. Neumetat jim cestičku. Když uděláme ústupky, je to danajský dar pro sportovce i pro děti. Souvisí to s respektem. Dřív si to nikdo nedovolil a trenérům důvěřoval. Mladý doma dostal pár facek, když se postavil trenérovi nebo učiteli. Teď je to spíš naopak. Tohle všechno jsou konsekvence blahobytu a špatně pojaté svobody.“

DAVID PASTRŇÁK: PASTA BOY

Na tomto místě je třeba se zastavit. Davidův vývoj tímto směrem jít nemohl. O blahobytu nemohla být řeč. Navíc, matka vždy vštěpovala jemu i Jakubovi slovo pokora. I díky těmto faktorům skromnost, slušnost a schopnost stát nohama na zemi za každých okolností charakterizuje Davida Pastrňáka i za situace, kdy mnozí jiní by chodili s nosem nahoru. Respektovaný odborník Jelínek, který se sportovní psychologií a mentálním koučinkem zabývá už více než pětatřicet let, coby o jednom z klíčů k psychické odolnosti v dospělosti mluví o tzv. odložené radosti. Zdůrazňuje, jak je špatné, když dnešní rodiče splní svým dětem každé jejich přání hned, když svým ratolestem nevštěpují princip něco za něco. Na svých hojně navštěvovaných přednáškách vysvětluje důvody, proč je škodlivé, když děti nemají doma žádné povinnosti, jak jejich vývoji neprospívá, když je rodiče opečovávají ve zlaté bublině a striktně izolují od všech špatných zpráv a problémů. Při prvním kontaktu s opravdovou životní realitou je potom

více než pravděpodobné, že začnou mít psychické problémy. Spousta lidí dnes žasne nad tím, jak se David dokázal popasovat s odchodem z domova do cizí země v pouhých šestnácti letech, prorazit v NHL teprve na prahu dospělosti a jak jej nezkažila sláva ani peníze. Základ jeho silné osobnosti lze najít v obtížných podmínkách, v nichž vyrůstal. Šlo vlastně o kouzlo nechtěného, ale zafungovalo dokonale. Předčasně vyspěl. Na otázku, jak vychovávat odolné jedince, odpovídá Marian Jelínek prozaicky: „Jako když se chcete otužit. Neznám jinou metodu než se záměrně vystavit chladu. Pokud se chci sám psychicky otužit, anebo chci psychicky otužit své dítě, musím ho nechat prožít určité psychické újmy – porážky, neúspěchy. To nám říkájí letité zkušenosti. Ale my je neposluháme, a často dokonce dětem lžeme. Říkáme jim, že hrály dobře, i když nehrály dobře. Protože když jsme jim předtím řekli, že nehrály dobře, začaly plakat. Tak jim říkáme, že hrály dobře, ať se jdou osprchovat, že spolu vyrazíme na zmrzlinu.

Co tím způsobujeme? Vytváříme v dětech vzorec, že i když nehraju dobře, nechovám se dobře, stačí, abych začal brečet, a maminka mě konejší, pochválí, navíc dostanu zmrzlinu. Je lepší nechat děti deset minut být, ať se vypláčou a neúspěchy si prožijí. Možná pak zjistíte, že ani plakat nebudou, když je nebudete utěšovat. Je třeba z nich vytvářet trošičku tvrdší osobnosti.“

Příběh dětství Davida Pastrňáka nastavuje nekompromisní zrcadlo hyperprotektivní a nadmíru úzkostlivé výchově mnoha dnešních rodičů, kteří žijí v klamu, že pro své děti dělají to nejlepší. Nakonec nemusíme se bavit pouze o Davidovi. Jiný velmi talentovaný hokejista také neměl v dětství vše, na co si ukázal, musel pomáhat na rodinném statku v Hnidousích, fyzicky dřel, a pak se odrazil ke snovým výšinám. Ano, řeč je samozřejmě o Jaromíru Jágrovi.

Fakt, že Milan Pastrňák rodinu opustil, když byly Davidovi tři roky, jejich vzájemný vztah nijak negativně nepoznamenal. Někdejší útočník

a nyní začínající mládežnický trenér byl klíčovým mužem v hokejových začátcích svého syna. Byl to on, kouč havířovských dorostenců, kdo Davida vůbec poprvé postavil na brusle ještě při svém hráčském angažmá ve Schwenningenu. Po návratu do Havířova jej pravidelně bral s sebou na led a dohlížel na jeho rozvoj. „David byl díky tomu tak vybruslený, že ještě ve školce, jako pětiletý, začal jezdit na turnaje s kluky, kteří chodili do třetí třídy. Viděl, co dělá jeho táta, a začalo ho to bavit. Doma nosil přilbu a chrániče,“ ohlíží se Marcela Ziembová za Davidovým předškolním obdobím. Místo pravých hokejových rukavic musely v počáteční fázi postačit ty lyžařské, a když malý sportovní nadšenec zatoužil po vlastním dresu, matka mu přešila tréninkový dres jeho táty.

Schopnost přeskakovat věkové kategorie a hrát coby „ostaršený“ s o dva až tři roky staršími kluky byla prvním signálem, že v malém čiperovi s nevyčerpatelnou zásobou energie dřímá

Vážení čtenáři, právě jste dočetli ukázkou z knihy David Pastrňák: Pasta Boy.
Pokud se Vám ukázka líbila, na našem webu si můžete zakoupit celou knihu.