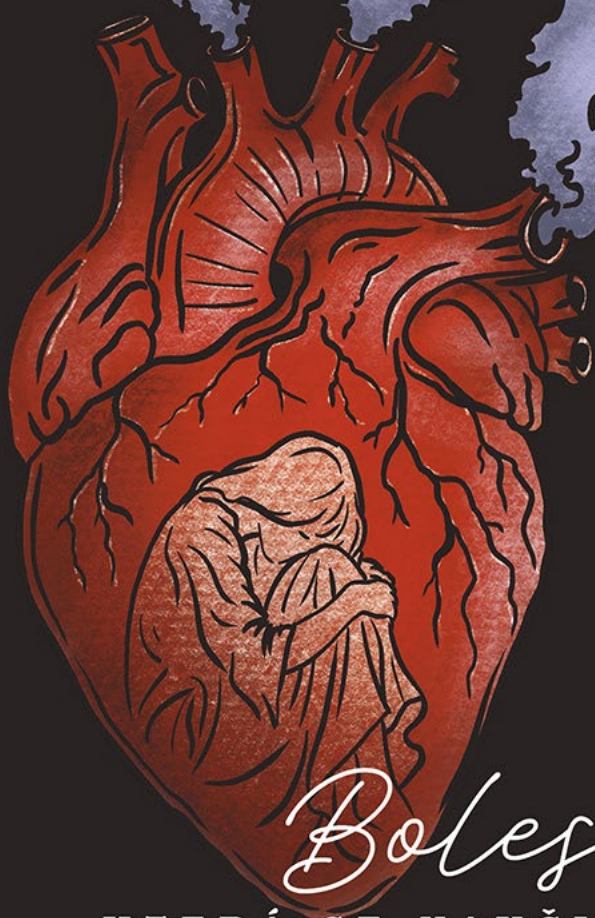




Bolest,
KTERÁ SE NAUČILA
MLUVIT

Bolest, která se naučila mluvit

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na
www.pointa.cz
www.albatrosmedia.cz

● ■ **pointa**

Tereza B. Minaříková
Bolest, která se naučila mluvit – 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**

Pro všechny, kteří občas marně hledají své místo na světě a mají pocit, že život k nim nedoručil ten správný návod. A samozřejmě pro ty, nad kterými i jejich víla kmotrůčka zlomila hůl a radši si nalila. Tohle je důkaz, že i z trosek se dá vyprávět příběh, který stojí za to žít.

ODRAZY
KAŽDODENNOSTI

PRO VERZE NEEXISTUJE

Moje máma byla v mých očích dospělá v profesionální verzi.

Měla v ruce tu podivnou jistotu, se kterou krájela cibuli, platila složenky a věděla, co dělat, když se v noci ozve kašel. Její svět byl pevný a postavený na základech, o kterých jsem během dětství nikdy nepochybovala.

Žila jsem s tím, že dospělost je meta, na kterou člověk doběhne, dostane razítko a najednou v jeho mozku proběhne ta správná aktualizace.

Teď stojím na stejném místě a čekám, kdy se to stane.

Kdy se probudím a budu vědět, jak se mluví s úřady, jak si správně vybrat pojištění nebo kdy se aspoň začnu tvářit, že tento svět má nějaký vyšší smysl.

Mám jít na pohovor, kde budu mluvit o vizích, efektivitě a kariérním růstu. Zatímco uvnitř mě se ta malá holčička ptá: „Půjdeme domů hrát si s panenkama?“

Vyměnili jsme dětské hřiště za open-space, ale ten pocit, že jsme se ztratili v obchoďáku a hledáme mámu, v nás zůstal.

MANIFESTUJ

Zlomila sis nohu?

„Vesmír ti jen posílá signál, že máš zpomalit.“

Vyhořel ti dům?

„Skvělá příležitost pro nový začátek, stará energie musela pryč.“

Máš depresi, že nestíháš platit nájem?

„Musíš začít manifestovat hojnost a vibrovat na frekvenci peněz!“

Vítejte v éře toxické positivity, kde je zakázáno mít blbou náladu, i když vám **ž**ivot právě ukazuje, jakou noční můru dokáže vytvořit.

Dneska se totiž smutek nenosí. Představuje estetickou vadu na kráse našeho kolektivního štěstí.

Máme tu celou armádu falešných hustlerů, kteří vám s úsměvem sériového vraha vysvětlí, že vaše rakovina je vlastně dar vedoucí k ponaučení. Pokud náhodou nejste v sedmém nebi, tak se málo snažíte. Málo vizualizujete. Málo pijete celerovou šťávu. Prostě jste si to štěstí dostatečně nevybojovali v ranním rituálu mezi jógou a polykáním chia semínek.

Když řekneš, že tě něco štve, hned se odněkud vynoří ezovíla a posype tě motivačními citáty z Instagramu: „Všechno se děje z nějakého důvodu.“

Jasně, důvod je většinou ten, že lidi jsou zlý a život prostě není fér, ale to se na motivační plakát s vodopádem nevejde.

Nalepit si na hlubokou depresi náplast s nápisem „Good Vibes Only“ je jako snažit se uhasit lesní požár rozprašovačem na kytky. Je to nebezpečné, je to hloupé, a hlavně neuvěřitelně únavné.

Nechte si ty svoje vibrace. Já jdu dneska vibrovat do kouta s kýblem zmrzliny a budu u toho vypadat přesně tak mizerně, jak se cítím. A víte co? Takhle vypadá svoboda.



DIGITÁLNÍ EMIGRACE

Když se za dveřmi pokoje začne schylovat k bouři, pro kterou meteorologové nemají jména, ale děti pro ni mají instinkt, nastává čas pro digitální emigraci. Moment, kdy realita dostane výpověď a k moci nastoupí procesor.

Pro nezasvěcené sedí u počítače kluk s mastnými vlasy a sluchátky, pro zasvěcené je to Bůh právě odcházející budovat svět, kde se věci nerozbíjí jen proto, že má někdo v krvi víc promile než trpělivosti.

Vítejte v The Sims, největší psychiatrické klinice na světě převlečené za simulátor života.

Dítě, kterému se doma rozpadá svět pod rukama, stráví tři hodiny výběrem té správné barvy tapet pro virtuální chodbu. Proč? Protože v tomto domě se stěny neotřásají pod náporem pěstí. Tady se postavy nehádají o nezaplacenou elektřinu. Největším dramatem je, když se Simík počůrá, což v porovnání s realitou v podstatě působí jako groteska ze zlatého fondu kinematografie.

V tomto pixelovém azylu se tvoří „dokonalá rodina“ s naprostou precizností. Táta se usmívá a čte noviny, máma namísto pláče cvičí jógu a děti mají víc hraček než traumat.

Legrační i smutné zároveň – onen moment, kdy dítě kliká na interakci „vřelé objetí“ tak urputně, jako by se tím snažilo všechny zachránit. Digitální máma pak objímá digitálního syna a hráč u monitoru na vteřinu ucítí lidské teplo, ačkoliv hřeje jen větrák u grafické karty.

A pak je tu Minecraft – architektonický ráj pro ty, kteří se cítí jako hromádka neštěstí. Tady má svět konečně hranatou logiku. Všechno je z kostek. Žádné skryté významy, žádné ironické poznámky ani pasivní agrese. Když do něčeho praštíš krumpáčem, dostaneš surovinu. Když postavíš zeď, zůstane stát. Tahle hra je jediné místo, kde si dítě z nefunkční rodiny může postavit pevnost, do které mu nikdo nevejde bez pozvání. Svět, kde jsou nestvůry čestné. Jasně, vybuchnou vám do obličeje, ale aspoň nelžou do očí, že ta rána, kterou dostanete, je pro vaše vlastní dobro.

Je to úžasný úprk. Stali se generací, která umí postavit katedrály z jedniček a nul, v nichž schovávají svou křehkost. Sledujeme, jak se společnost hrozí závislosti na hrách, zatímco děti v tichosti provádějí autoterapii, na kterou dospělí zapomněli.

Dokud svítí monitor, vesmír je v pořádku.

Š A T Y N E J S O U P O Z V Á N K O U

Často se snažíme látce přisoudit moc, kterou nemá. Říkáme, že délka sukně je pozvánkou a hloubka výstřihu mapou navigující cizí ruce. Vymysleli jsme si tenhle příběh, abychom nemuseli čelit faktu, že hranice člověka nekončí na povrchu jeho kůže, ale ve vůli.

Žádný materiál na světě – ani nejjemnější hedvábný závoj, ani nejpriléhavější satén – nemá schopnost mluvit za nás.

Šaty vyjadřují estetiku, náladu nebo svobodu, nikdy nejsou podpisem pod smlouvou.

Oblečení nemění nic na pravdě, že NE znamená vždycky NE.

J A Z Y K K O R P O R Á T N Í H O P E K L A

Vítejte v magickém světě, kde se lidská řeč nechodí učit do slabikářů, ale do excelových tabulek a motivačních příruček.

V korporátním pekle, kde se slova nepoužívají k dorozumívání, nýbrž vytvoření neprostupné mlhy, v níž nikdo nenese za nic zodpovědnost, zato všichni vypadají nesmírně vytíženě.

V paralelním vesmíru, v němž neexistuje nic jako „chyba“.

Pokud firma omylem vymaže databázi klientů nebo pošle tisíc prázdných krabic do celého světa, nikdo neřekne: „Pardon, zkazili jsme to.“

Místo toho se v zasedací místnosti zaplněné spíše sklem než zdravým rozumem slavnostně oznámí, že byl „identifikován signifikantní prostor pro optimalizaci v rámci interních synergických procesů“. V překladu to znamená: „Něco se pokazilo“, ale zní to tak vznešeně, že byste za to dotyčnému nejradši dali prémie a bonusové body do benefiční peněženky.

Korporátní jazyk je moderní forma latiny. Nikdo jí pořádně nerozumí, ale při jejím používání vypadáte jako kněz vysokého řádu efektivity kázající svým ovečkám.

Největším paradoxem však zůstává, že tyto instituce se neustále zaklínají slovy „lidskost“, „autenticita“ a „pro-zákaznický přístup“.

Je fascinující sledovat pět dospělých lidí v oblecích snažících se hodinu vymyslet, jak napsat e-mail, aby zněl lidsky, zatímco u toho používají výrazy typu „iterace digitální stopy“.

Ve výsledku vytvoří text, který vypadá jako napsaný robotem ujíždějícím na halucinogenních houbách.

Ztratili jsme schopnost říkat věci na rovinu, protože pravda je v korporátu příliš levná.

A tak dál tančíme tento lingvistický tanec a doufáme, že v záplavě anglicismů a prázdných frází se nikdo nezeptá na tu nejdůležitější věc: „Rozumí vůbec někdo tomu, co právě děláme?“

PROČ SE BOJÍME TMY?

Jakmile cvakne vypínač, svět, který jsme ještě před vteřinou důvěrně znali, se roztrhne.

Zmizí barvy, tvary se rozplynou a známé rohy skříně se promění v nehybné siluety něčeho cizího.

V tu chvíli se v nás probouzí cosi prastarého. Instinkt drímající v naší DNA od dob, kdy jsme se choulili u dohasínajících ohňů a každé zapraskání větve v černé noci znamenalo přítomnost predátora.

Tma totiž není jen nepřítomností světla, ale plátnem, na něž mozek, vybičovaný úzkostí, promítá ty nejhorší obavy.

Náhlý sprint od vypínače **k** posteli není úsměvným pozůstatkem z dětství, nýbrž čistým a nefalšovaným projevem atavistického strachu.

V momentě, kdy světlo zhasne, se chodba mění v hluboký les a prostor mezi dveřmi a matrací se stává nebezpečným územím nikoho.

A jakmile dopadneme na postel, přijde na řadu rituál, který nemá s logikou nic společného, zato pro naši psychiku je otázkou přežití – nohy musí okamžitě zmizet pod dekou.

Hranice matrace je totiž posvátná. Představuje poslední ostrov bezpečí v oceánu temnoty.

DĚDICTVÍ V KUCHYŇSKÉ UTĚRCE

V mé kuchyni straší stíny. Nikoliv děsivé duše z pohádek, nýbrž ženy s unavenýma očima a moukou na dlaních. Moje matka, její matka a matka její matky.

Stojí tam v řadě, jedna za druhou, jako tichý chór v zástěrách, a pozorně sledují každý můj krok.

„Už jsi uklidila?“ šeptá babička. „Dřív jsme neměly vysavače, klepaly jsme koberce na mrazu, dokud nám neznecitlivěly prsty, a nikdo nás neslyšel si stěžovat.“

Zvláštní dědictví. Nedostala jsem od nich zlaté cihly ani pozemky. Darovaly mi recept na to, jak mlčet, když mě něco bolí. Návod, jak rozdělit poslední sousto mezi ostatní a sama zůstat o hladu. A ještě se u toho tvářit, že mi to vlastně nikdy nechutnalo.

Jsmo vychovávané k tomu, abychom se staly neviditelným tmelem. Zacelovaly praskliny v rodině vlastní krví, ale tak, aby to nebylo vidět na fotkách.

„Hlavně ať se lidé nedivají, co se děje za zavřenými dveřmi,“ říká máma, zatímco si na tváře našší korektor zakrývající její únavu.

Tento odkaz nesu coby těžký mokrý kabát. Jenže pod ním to vře.

Cítím jejich potlačený vztek. Tu touhu po něčem jiném než po službě. Nezrealizované sny, které utopily v hrnci s vývarem.

Teď tu stojím já. První v dlouhé linii, jež má dovoleno si sednout.

První, která smí říct: „Dneska nevařím. Dneska jsem unavená. Budu se zajímat pouze sama o sebe.“

Jenže když to udělám, cítím jejich vyčítavé pohledy. Vnitřní hlas bičující mě pocitem viny.

Nechci být další smutnou kapitolou v rodinné kronice sebeobětování.

Kdy se naučíme, že láska k rodině nemusí znamenat nenávisť k sobě samé? Kdy se konečně přestaneme trestat za to, že chceme dýchat?

K A T A L O G N Á H R A D N Í C H D Í L Ů

Už se to prostě nenosí. Staromódní „dokud nás smrt nerozdělí“ vystřídala spotřební lhůta.

Vztahy dnes mají expiraci vyraženou na obalu hned vedle čárového kódu naší trpělivosti.

Dřív se věci opravovaly. Látaly se díry v prostěradlech i **duších** a vyhodit něco jen proto, že to ztratilo původní barvu, se považovalo za hřích.

Místo toho se dnes listuje katalogem náhradních dílů.

Hledá se model, který nemá historii generačních chyb.

Hledá se software, který se nebude hroutit pod tíhou lidských osobností.

Galerie možností, kde každý je nahraditelný jedním pohybem prstu.

Až jednou i já ztratím svůj lesk a začnu vrzat únavou... kdo mě v tom katalogu označí jako položku „daruji vcelku nebo na náhradní díly“?

Vážení čtenáři, právě jste dočetli ukázkou z knihy Bolest, která se naučila mluvit.
Pokud se Vám ukáзка líbila, na našem webu si můžete zakoupit celou knihu.