

Jednoho dne se Jan probudil, jako obvykle po téměř probdělé noci, a zjistil, že s ním něco není v pořádku. K bolesti zad, se kterou se už naučil pomocí léků docela slušně žít, se přidala bolest hlavy a žaludeční nevolnost. Odbelhal se do koupelny a mechanicky, jak byl zvyklý, se pokoušel nanést zubní pastu na kartáček. Ruce se mu třásly tak, že se mu to povedlo až na několikátý pokus. Nakonec se mu podařilo nějak se dát dohromady a s námahou se došourat k autu. Cestou do práce udělal při řízení několik chyb, z nichž jedna stála málem život chodce na přechodu. Jen díky Janovým stále ještě fungujícím reflexům a dokonalým brzdám auta, se nic vážnějšího nestalo.

Ve své kanceláři se zhroutil do křesla a snažil se přemýšlet, co se s ním vlastně děje. Došel k závěru, že musel dostat nějakou virózu, a nakonec s přemáháním vytočil číslo do ordinace jejich podnikového lékaře. Myslel, že to vyřídí po telefonu, ale zdravotní sestra trvala na tom, aby přišel osobně.

V ordinaci si Jan připadal jako v jiném světě. Vůně dezinfekčních prostředků a svět bílých plášťů, který mu náhle připadal tak důvěrně známý, v něm vyvolaly pocity prožívané v dětství. Zdálo se mu, že je to všechno strašně dávno, jako v nějakém jiném životě, schováno v mlžném oparu. Na chvíli jako by z něj všechno spadlo a měl pocit, že je zase sám sebou. Zase byl malým chlapcem, kterého starostlivá maminka doprovází k lékaři, když má chřipku nebo angínu. Cítil se v bezpečí.

„Mám pro vás dvě zprávy,“ řekl pan doktor s vážným výrazem ve tváři, „jednu dobrou a jednu špatnou. Kterou chcete slyšet dřív?“

„Radši tu dobrou,“ hlesl Jan odevzdaně.

„Ta dobrá zpráva je, že z lékařského hlediska jste v podstatě zdrav.“

„Aha. A co tedy ta špatná?“

„Jestli se sebou a se svým životem něco neuděláte, bude na vás lékařská věda už brzy krátká.“

„Jak to myslíte?“

„Všechny vaše potíže jsou důsledkem dlouhodobého chronického

stresu. Dokud nebudete v klidu a v pohodě, váš stav se bude zhoršovat. Je jenom otázkou času, kdy vám vaše tělo vypoví službu.“

„Asi tomu úplně nerozumím. Znamená to tedy, že jsem zdravý nebo ne?“ nechápal Jan.

„Jak se to vezme. Vaše tělo reaguje na napětí, které máte dlouhodobě v sobě. Stres, nedostatek kvalitního spánku a negativní myšlenky způsobuje somatickou, rozumějte tělesnou, reakci. Vaše tělo vám posílá zprávu o tom, že něco ve vašem životě není v pořádku. Současně to také znamená, že pokud budete takto pokračovat, bude se váš stav zhoršovat. Závažné onemocnění na sebe nenechá dlouho čekat.“

„A co mám tedy vlastně dělat?“

„Hlavně být v klidu a vyvarovat se stresových situací. Změnit prostředí, změnit práci, začít se šetřit. Hodně chodit do přírody a radovat se z běžného života. A také – dát si do pořádku vztahy.

Je dobré, abyste věděl, že kvalitní vztahy jsou jedním z předpokladů dobrého zdraví.“

Jan byl zoufalý a také trochu našťvaný. Takové rady od lékaře nečekal. Předpokládal, že ho bude léčit, a místo toho jenom – změnit práci, být v klidu, zlepšit vztahy... Alespoň, že se mu podařilo z doktora vymámit předpis na nějaké pilulky. Prý jsou to antidepresiva. Nic silného, ale krátkodobě by měly pomoci. Z plata odloupl raději hned dvě. Po nějaké době zjistil, že napětí trochu povolilo, a tak se růžové pilulky staly jeho každodenním přítelem, který mu pomáhal ve chvílích největšího vypětí.

Avšak, aby toho na Jana nebylo málo, měl ještě nepříjemný rozhovor s Janou. Pokoušela se mu dát nůž na krk! Chtěla po něm, aby se změnil, aby bylo všechno jako dřív. Domlouvala mu, aby chodil z práce brzy domů a více se věnoval jí i dětem. Strašně ho to rozčílilo. Pociťoval křivdu a nevděk. Copak neví, že to všechno dělá kvůli nim? Kvůli nim tolik pracuje, kvůli nim vydělává peníze, kvůli nim se obětuje a ničí si zdraví. Velice se tenkrát pohádali. Jan odjel z domova do továrny, přestože už vypil své tři oblíbené rummy, a poprvé za trvání jejich manželství přespal v kanceláři.

Ale přeci jenom se v něm trochu hnulo svědomí a snažil se být lepší táta pro děti i spolehlivější manžel pro Janu. Začal jezdit z práce domů alespoň o něco dříve. To si potom udělal čas na své nejbližší a chvílemi se zdálo, že je všechno jako za starých časů. Jako když byly děti malé a oni dva tak zamilovaní.

Jednou si Jan hrál v pokojíku s Karolínkou. Stavěli spolu důmyslnou stavbu z kostek. Karolínka byla nadšená, že si s ní tatínek hraje, stále něco vyprávěla a na něco se ptala. Po nějaké chvíli, co si spolu hezky hráli, se z ničeho nic rozplakala a utekla ze svého

pokojíčku do koupelny. Jan byl překvapen a nechápal, co se jí najednou stalo. Šel za Karolínkou a ptal se, proč už si nechce stavět z kostek. Odpověď malé dcery, pronesená přes závoj slziček, ho ale překvapila: „Tatínku, ty si tam se mnou nebyl!“

Jan si uvědomil, že má pravdu. Dětská dušička se nedá oklamat a Karolína poznala, že tatínek s ní sice staví kostky, ale ve skutečnosti myslí na něco úplně jiného. Opravdu po celou dobu myslel na to, co se děje v práci, jestli všechno dokonale naplánoval, jestli neudělal někde chybu. To teď potřeboval ze všeho nejmíň. Blížila se výplata pololetních bonusů a Jan už si naplánoval, jak s nimi naloží. Chtěl Janu i děti překvapit! Chtěl jim udělat opravdovou radost a dokázat, že je má rád a že je ten nejhodnější táta na světě.

A že měl všechno pečlivě promyšlené! Nakonec ne nadarmo byl šéfem výroby. Sotva Jana s dětmi odjela na týden ke své sestře, nastoupila k nim stavební firma. Jan nic nenechal náhodě, měl v ruce smlouvu s dodavatelem, jasný termín a také smluvené penále při jeho nedodržení. Tak jak byl zvyklý z práce. Tady byl on tím, kdo má navrch. On si diktuje podmínky a taky platí. A tak po týdnu usilovné práce odborníků, dělníků i těžké techniky se na jejich zahradě zavlnila hladina nového bazénu i s protiproudem. Jan se těšil, až se jeho rodina vrátí domů a Janiny i dětské oči se rozzáří radostí.

Když se konečně vrátili, radost dětí nebrala konce. Karolínka i Péťa se rychle převlékli do plavek a řádili v bazénu, dokud se zimou nezačali klepat. Jan se na chvíli přidal k nim, ale dlouho to nevydržel, a tak se zabalil do svého županu s královskou korunkou na hrudi a s hrdostí pozoroval skotačící děti.

Už to nebylo jenom splnění snu, už byl někde dál. Dokázal daleko víc, než si kdy troufal pomyslet. Teď už nikdo nemůže pochybovat o tom, že je úspěšný muž a skvělý táta i manžel.

Zatímco s dětmi řádil v bazénu a pyšně pozoroval jejich skotačení, vůbec si nestačil uvědomit, že tam není jeho žena, která od té doby, co se vrátili, ještě nevyšla z domu. Jana zatím stála u velkého okna do zahrady a sledovala dění venku. Dívala se na skotačící děti, svého muže v županu, a pak už jenom hleděla před sebe. Pomalu jí z oka skanula slza a koulela se po tváři dolů. Pak druhá a třetí...