

MONIKA BENEŠOVÁ

# MOJE PACIFICKÁ HŘEBENOVKA

ZE DNA AŽ NA VRCHOLKY HOR



motto

# Moje Pacifická hřebenovka

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na

[www.motto.cz](http://www.motto.cz)

[www.albatrosmedia.cz](http://www.albatrosmedia.cz)



**Monika Benešová**

**Moje Pacifická hřebenovka – e-kniha**

Copyright © Albatros Media a. s., 2019

Všechna práva vyhrazena.

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

  
**ALBATROS MEDIA** a.s.

**MOTTO**



MONIKA BENEŠOVÁ

**MOJE  
PACIFICKÁ  
HŘEBENOVKA**

---

ZE DNA AŽ NA VRCHOLKY HOR

Praha 2019

© Monika Benešová, 2019

ISBN tištěné verze 978-80-267-1424-8

ISBN e-knihy 978-80-267-1442-2 (1. zveřejnění, 2019)

## **RODINĚ**

**DĚKUJI, ŽE JSTE MĚ V TĚCH NEJTĚŽŠÍCH CHVÍLÍCH  
PODPOŘILI, STÁLI JSTE PŘI MNĚ A POMOHLI MI. DÍKY  
VÁM JSEM DOŠLA DO CÍLE A NAPSALA TUHLE KNIHU.  
A PRÁVĚ VÁM JI VĚNUJI.  
DĚKUJI, ŽE JSTE.**





# ÚVOD



Monika, obyčejná holka z malého městečka na Vysočině. Holka, která se jednoho dne rozhodla, že změní svůj život. Proč? Protože nebyla šťastná a trápila sama sebe i svoje okolí.

Holka, která miluje přírodu, klid, a přesto odjela žít do Prahy. Do města, které pořád někam spěchá. Možná hledala dobrou práci, štěstí, lásku, lepší život.

A tak začala utíkat taky. V tom spěchu si ani nestáčila všimnout, jak moc se změnila. Z holky z vesnice, která chtěla být hlavně šťastná, se stala žena, která chce jenom lepší kabelku, boty a dovolenou. V metru jen zírala do mobilu, aby se nemusela dívat na tváře lidí kolem. V uších měla sluchátka, aby ty lidi nemusela poslouchat.

Myslela si, že takhle je opravdu šťastná.

→

Jsem Monika a pracuju jako novinářka. Žila jsem v Praze přes pět let a psychicky ji neustála. Běhala jsem z jedné tiskové konference na druhou, z jednoho konce Prahy na druhý, pořád ve stresu, že někam přijdu pozdě. Bez jídla, bez pauzy, bez konce. Každý den.

Neposlouchala jsem rodiče, přátele, svoje tělo. Nikoho.

V únoru 2016 se mi život obrátil naruby. Začala jsem po každém jídle běhat na záchod. Obrovské střevní problémy trvaly dny, týdny, měsíce. Bez toalety jsem nevydržela víc než pár minut. Nedokážu ani spočítat, kolik hodin jsem strávila zavřená v tom prostoru metr krát metr. Kolik trapných situací jsem kvůli průjmům a své nemoci na veřejnosti zažila, kolikrát mě křeče dostaly do kolen a jak moc jsem toho nabřečela. Přestala jsem vycházet z domu, shodila patnáct kilo a psychicky se zhroutila.

V říjnu jsem se ale rozhodla přestat se litovat a něco s tím vším udělat.

V listopadu jsem začala svoji novou životní cestu a už v prosinci stála v cíli Svatojakubské pouti ve Španělsku. Silnější, zdravější a připravená jít dál. A tak jsem šla.

O půl roku později jsem odjela do Ameriky zdolat Pacifickou hřebenovku. Téměř 4 300 kilometrů dlouhou pěší trasu divočinou západní Severní Ameriky.

Přestala jsem si stěžovat a rozhodla se změnit. Bójovat.

Nejsem žádná spisovatelka a tahle knížka není návod, jak projít Pacifickou hřebenovku. Jsem to já a tohle je můj příběh.

**JAK TO BYLO?** → Vyrůstala jsem v Novém Městě na Moravě. Byla jsem hodně hyperaktivní dítě. Před očima mám desítky fotek, na kterých řvu jako tur. Na školních snímcích se všechny děti usmívají, jen já ječím jak na lesy. Taky jsem byla dost při těle, na fotkách z prvních narozenin mám na břicho tři mišerlinky a jsem dvakrát větší než dort vedle. Než si mě začali všimát kluci, vyrostla jsem z toho, ale mezitím se ještě odehrála řada příhod, jejichž společným jmenovatelem byl sport.

Zkusila jsem snad všechno, lyžování, basketbal i atletiku, jenže z nějakého důvodu to nikdy nepadlo. Nebyla jsem nešikovná, to vůbec ne, byla jsem rozmazlená. Když se mi při basketu nepodařilo trefit koš hned napoprvé, odešla jsem nafouknutá z hřiště. Na svých prvních závodech ve skoku vysokém jsem skončila poslední, a už mě tam nikdy neviděli. Nějakou dobu jsem zářila na běžkách, vyhrávala jsem všechny párkové závody na Vysočině, takže je jasné, že se mi to

líbilo. Ale jen do chvíle, kdy jsem v jednom závodě stačila jen na bronz. Urazila jsem se a bylo po kariéře.

Jediné, u čeho jsem vydržela opravdu dlouho, byly mažoretky. Možná to někomu nepřijde jako sport, ale minimálně pohyb to je. A já ho vážně milovala. Milovala jsem totiž všechno, co se týkalo tance. Kostýmy, hudbu, tréninky a taky naše cesty po Evropě. Začala jsem v šesti letech a bavilo mě to tak moc, že jsem u toho vydržela až do osmnácti.

**JAK JSEM DOSPÍVALA** → Celé svoje dětství a ještě kus dospělého života jsem tedy byla mažoretkou. A tenhle koníček mě psychicky držel i v době, kdy jsem procházela velkými průšvihy a připadala si nejpouštěnější na celém světě.

Na základní škole jsem byla jedničkářka. Ano, byla jsem šprt. Snadno jsem se v pětce dostala na osmiletý gympl... a tam začalo peklo. Byly jsme třída samých holek a já si tam našla dvě kamarádky. Ze začátku to bylo fajn, všechno jsme dělaly spolu, chodily na doučování, flákaly se po městě, prokecaly celé dny, ale pak se to začalo rozpadat. Rozdělilo nás klasické soupeření. Ta se nebavila s tou, tamta zase s onou, jedna byla hezčí než druhá a tamhleto měla lepší oblečení. Jedna z naší trojky byla z bohatší rodiny a já jí, dneska už jsem schopná to přiznat, zkrátka záviděla. Do toho se přidávaly problémy s učením, protože na střední začalo můj lemplovský období. Možná to byl i následek nesouladu s kamarádkama, prostě jsem začala školu flákat. Nenosila jsem úkoly a kašlala na učení. Všechno vyvrcholilo, potom co mě holky z mažoretek přihlásily do soutěže Miss Vysočina. Měla jsem metr osmdesát a nohy až do nebe, takže to vypadalo nadějně.

Soutěž jsem nevyhrála, ale to mým spolužačkám nevadilo. Udělaly mi ze školy peklo. Byla jsem odstrčené a nechtěné kuře v davu predátorů. V hodinách tělocviku jsem stála stranou a sledovala hloučky holek, jak si na mě ukazují. V podstatě se mi ve škole posmívaly na každém kroku. Pravidelně jsem slýchávala vulgární nadávky a viděla jejich radost, když jsem v slzách utíkala ze třídy.

Učitelé o problému věděli. Ale uprostřed slohovek, maturit, písemek a jiných průšvihů ten můj prostě neřešili. Dodnes si vyčítám, že jsem o tom neřekla rodičům. Jenže tenkrát mi připadalo, že to prostě nejde. Byla jsem jako papiňák těsně před bouchnutím. Zpětně vidím, že jsem vlastně byla pořád ještě ta malá holka, na kterou toho všeho bylo strašně moc. Místo abych něco udělala, abych se schoulila mámě do náruče a všechno jí vyklopila, řešila jsem celou situaci útekem. Za školu, jak jinak. Bylo mi úplně jedno, jaké problémy to může přinést. Vůbec jsem o tom nepřemýšlela, protože jediné, po čem jsem toužila, bylo zdrhnout od nich, nebýt tam! Už ani minutu!!!

Nakonec všechno prasklo a rodiče se to samozřejmě dozvěděli. (Vážně jsem si myslela, že k tomu nikdy nedojde?) Ve škole mi řekli, že na gymnázium prostě nemám hlavu, a proto si mám najít lehčí školu. Bylo mi to fuk, ale rodiče to začali řešit. Několikrát do školy zašli, a já jsem nakonec mohla zůstat. Jen jsem přestoupila do jiné třídy.

Situace se trochu zlepšila, všichni jsme se uklidnili a já odmaturovala.

**TAK JSEM DOSPĚLA** → Úřední dopis z Univerzity Jana Evangelisty Purkyně hlásal, že jsem přijatá. Vůbec jsem nevěřila, že po tom středoškolském fiasku jsem

se zrovna já dostala na vysokou. A tak jsem si v den devatenáctých narozenin sbalila svých pět švestek a vyrazila do světa. Mávala jsem rodičům z okýnka vlaku – a začala svůj příběh psát sama.

Po pěti hodinách jsem vystoupila v Ústí nad Labem a nadšeně si prohlížela svoje budoucí studijní město. Měla jsem radost, že se z rozmazlené holky stala vysokoškolačka.

Jenže po pár měsících jsem si prostě musela natlouct nos. Na vlastní kůži jsem poznala, co prakticky znamená pomoc rodičů. Doma jsem každý den měla nakoupeno, uvařeno, vypráno. V Ústí jsem bydlela na koleji a na všechno byla sama. Hrncem jsem spálila dočerna, oblečení obarvila načerveno a několikrát byla o hladu (protože jsem prostě zapoměla nakoupit). Učila jsem se přežít. Kupodivu se mi to dařilo, a dokonce jsem zvládala i všechny zkoušky. Biflovala jsem se a dávala jeden semestr za druhým. Mezitím jsem se stihala ještě pravidelně zamilovávat i odmilovávat (asi desetkrát). Domů jsem jezdila jednou za dva týdny.

Po třech letech jsem stála na prknech, která znamenají svět. Promovala jsem v divadle a byla slečnou bakalářkou. Když jsem přebírala diplom, uvědomila jsem si, že je to úspěch.

Přežila jsem svou první osobní divočinu.

**ODCHOD** → O pár dní později jsem se kodrcala směrem ku Praze. V ruce jsem měla jeden kufr a byla plná odhodlání. Myslela jsem si, že hlavní město hravě zvládnu. Stěhovala jsem se.

Nadšení ale brzo vystřídal stres.

Vrtalo mi hlavou, jestli udělám všechny zkoušky ve škole a jestli do toho všeho stihnu nacpat i práci. Nastoupila jsem na magisterské studium žurnalistiky

a musela se pořádně ohánět. Chodila jsem na praxi i do médií a snažila se být co nejlepší. Ve škole i v práci.

Vlastně se mi ten spěch v Praze líbil. Zapomněla jsem na všechny svoje bolístky, na všechna trápení, zapomněla jsem jíst, zapomněla jsem na sebe. Cítila jsem se chtěná a žádaná. Konečně jsem se cítila dobře.

Psal se rok 2015 a občanka mě upozorňovala, že mi je pětadvacet.

Zrovna jsem přebírala diplom. V první řadě seděla moje rodina a já se smála od ucha k uchu. Byla jsem magistra žurnalistiky!

Tak, a teď to rozbalím, to budete všichni čumět, libovala jsem si. Začala jsem pracovat v celostátním médiu. Byla jsem v jednom kole a byla jsem šťastná. Alespoň jsem si to tenkrát myslela.



**PRINCEZNA  
SE ZLATÝM  
ŠPUNTEM  
V ZADKU**

**ÚNOR 2016**



**A PAK SE TO STALO** → Jenže v šestadvaceti letech se najednou můj svět zmenšil na velikost kadibudky. Neřešila jsem nic jiného než obsah svých střev a otázku, kde všude se během svého dne zase potentuju. Moje střeva se totiž nejenže vyprazdňovala kulometnou rychlostí, ale navíc to dělala i dvacetkrát denně.

Což v podstatě znamenalo, že jsem měla spoustu času na přemýšlení, protože kromě trůnění na záchodě jsem nemohla dělat vůbec nic.

„Jsem zakletá princezna zavřená ve své panelákové věži. Jsem princezna svého záchodového trůnu.“

Každé ráno se opakovala tatáž situace, kdy jsem řešila, jak se dostanu do práce. Plakala jsem.

→

Při představě, že se podělám někde v metru, mi bylo špatně už dopředu. To si mám jako zašpuntovat zadek, abych zvládla půlhodinu v tramvaji? Co mám dělat?

Tenkrát ještě nikdo o mém problému nevěděl, hodně jsem se styděla. Bylo mi trapné mluvit o tom před rodinou, před přítelem, před světem.

Vždyť je to určitě jen střevní chřipka, namlouvala jsem si. Místo abych o tom mluvila, vesele jsem požírala imodium. Prášek působí jako špunt, takže jsem se de facto zašpuntovala. A po několika týdnech jsem tak konečně opustila svůj trůn.

Šest prášků imodia za den a můj život je zase v pohodě, pochvalovala jsem si, jak jsem problém elegantně vyřešila. Žádný plíny naven, nic!

A tak jsem žila dál. Život, ve kterém jsem si namlouvala, jak moc jsem spokojená.

„Ujelo mi metro? Co budu dělat? Vždyť přijdu pozdě. To bude průšvih. Musím běžet, nestihnu jíst. Ale to nevádí, najím se pořádně večer.“

Utíkala jsem. Před svojí minulostí, před sebou.

**LÉKAŘI** → „Slečno, tohle může mít několik příčin. Nespecifické střevní záněty, Crohnova choroba, ulcerózní kolitida, těžké alergie na jídlo, dráždivý tračník. Diagnóza střev není jednoduchá, může to být cokoliv z toho. A může to být i něco mnohem horšího.“

Seděla jsem jako zařezaná. Po půlroce trápení už jsem byla tak unavená, že jsem musela k doktorovi. A nemohla jsem uvěřit tomu, co slyším. Otázky na životosprávu jsem už skoro nevnímala.

Za tohle si, holka, můžeš sama. To je tím, jak žiješ. Věděla jsem to.

Snažila jsem se pořád usmívat. Tedy až do chvíle, kdy přišla řeč na kolonoskopii. Děsila mě představa, že budu muset sundat kalhoty a místo špuntů mi do zadku strčí hadičku s kamerou. To teda ne, na to nikdy nejdu. To radši to imodium!

Hodiny jsem chodila po parku a přemýšlela. Nakonec to stejně všechno prasklo a já musela doma s pravdou ven. Neustála jsem to.

Už jsem do sebe necpala imodium, ale i přes to všechno jsem se snažila v Praze fungovat. Jezdila jsem metrem do práce a modlila se, aby to střeva vydržela. Jenže bylo jen otázkou času, kdy přijdou ty nejtrapnější situace. Situace, které mě děsily ve snech.

Moje střeva totiž uměla pořád dosáhnout obrovského zrychlení. Často mi prakticky nedala šanci doběhnout. Pět vteřin mi muselo stačit.

A právě tenkrát se to stalo. Schovávala jsem se za jedním rohem v centru Prahy, když mi došlo, že takhle už nemůžu dál.

Plakala jsem. „Je mi ze sebe zle!“

**STRACH** → „Budou se mi zas posmívat, nemůžu jít ven, nejde to, nezvládnou to,“ fňukala jsem v posteli

u rodičů na Vysočině. Pořád jsem před sebou viděla ty pohledy lidí v Praze. Pohledy plný opovržení, zloby i smíchu.

„Už nikdy nepůjdu mezi lidi, nikdy se jim nepodívám do očí, prostě se bojím.“ Přestala jsem se na svět usmívat. Přestala jsem žít.

Jednoho srpnového dne jsem do sebe nalila asi čtyři litry projímadla, další den mě čekala kolonoskopie. Doktoři si se mnou nevěděli rady a já si najednou připadala jako simulant.

„Slečno, je to čistý,“ oznamoval mi výsledek vyšetření doktor. A tím mi vlastně potvrdil, že si to všechno jen vymýšlím.

Začala jsem se litovat a na svém toaletním trůně vegetovala v podstatě full-time. Už jsem se ani nenamáhala zkusit vyjít na čerstvý vzduch. Stejně se podělám, tak co.

A pak jsem se dostala do Prahy na speciální testy. „Máte těžkou alergii na lepek, mléko i sóju. A intoleranci spousty dalších potravin,“ zněla po roce trápení diagnóza.

Ze srdce mi spadl Himálaj. Takže jen upravím jídelníček a bude to všechno v pohodě, radovala jsem se. Všechno se začalo obracet k lepšímu. Když tu najednou...

„Ty se se mnou opravdu rozcházíš?“ Seděla jsem sklíčeně na židli a nemohla tomu uvěřit. Konečně mám šanci žít normálně – a teď tohle? Vždyť jsem si malovala naši společnou budoucnost.

Moje střevní situace se znovu zhoršila a já se ztratila. Ve svých problémech i v životě.

Za všechno si můžu sama. Nenáviděla jsem se.

**JAK Z TOHO VEN?** → Proč? ptala jsem se znovu a znovu. Každý den jsem se probouzela a místo úsměvu se utápěla v sebelítosti.

V říjnu 2016 jsem psychicky zkolabovala. Nechtěla jsem nikomu nic vysvětlovat, prostě jsem se zamkla ve svojí kadibudce. Jednou jsem se zastavila před zrcadlem. Nepoznávala jsem se. Znovu a znovu jsem se dívala na tu bledou kostru. V šestadvaceti utrápenou životem, úplně vyhořelou.

„Tak sem jsi to dopracovala, ty tele. Co to tu sakra předvádíš? Vždyť neumíráš!“ křičela jsem na sebe v slzách do zrcadla. Odešla jsem za město na kopec, do přírody. Myslím, že jsem to tenkrát ze sebe jednoduše potřebovala vyřvat. A možná právě tehle kopec byl dalším zlomem v mém příběhu. Přestala jsem se hrabat v minulosti a začala si klást nové otázky. Několik hodin jsem pozorovala hvězdy a ptala se sama sebe:

Co mi tímhle chce moje tělo říct? Že žiju blbě? Ale tohle přece nejsem já, to není můj život. Vždycky jsem byla veselá, usměvavá. Kdy a kam se to podělo?

Po návratu domů jsem se poprvé za několik týdnů usmála. A rovnou začala dělat další kroky. Nebo spíš sousta. První, druhé i třetí, všechno šlo ven.

„Nevzdávej se, to půjde.“ Snažila jsem se a po pár dnech se mi konečně udělalo líp.

Jenže hlava už mi nefungovala. Když jsem jen pomyslela na to, že se vrátím do Prahy, vzbouřila se mi střeva a já letěla na záchod.

„Už nemůžu. Nedokážu se tady doma psychicky srovnat, nezvládnou to. Bojím se vyjít na ulici, bojím se podívat lidem do očí. Co když se mi zase někde udělá zle a nedoběhnu to? Všichni se mi budou posmívat. Takhle se utrámím.“



Značení Camina Frances



Věděla jsem, že musím něco udělat: Musím všechno změnit a jít dál. Ale jinak, splním si svůj sen, ještě letos. Půjdu cestu ve Španělsku, půjdu sedm set kilometrů – a sama.

Tenkrát jsem prostě uvěřila, že cesta mi pomůže.

**CAMINO DE SANTIAGO** → Neboli Svatojakubská poutní cesta. Poutníci z celého světa každoročně pěšky putují ke hrobu svatého Jakuba Staršího v katedrále v Santiagu de Compostela ve Španělsku.

Správné Camino by mělo začít u dveří domova. Někteří jdou stovky kilometrů, jiní několik tisíc. I takové jsem na své cestě potkala.

Ve Španělsku je dvanáct značených tras. Já jsem si vybrala tu nejznámější, Camino Frances. Vedla mě přírodou i městy. Přespávala jsem v klášterech, ubytovnách zvaných *albergue* nebo jsem nespala vůbec. Někdy jsou totiž ubytovny zařízené tak, že v jednom pokoji spí i několik desítek lidí. Patrové postele vržou, až se člověk bojí otočit. A když nevržou postele, chrápou ostatní poutníci. Nepomohly špunty do uší, nepomohla sluchátka.

Občas jsem nechápala, kde se to v těch lidech bere. Ve dne se na mě usmívali, v noci vydávali zvuky, které s člověkem nemají nic moc společného.

Cesta je značená symbolem mušle nebo žlutou šipkou. Posledních sto kilometrů bývají na cestě často patníky s ukazatelem kilometrů. Dojatí poutníci na ně připisují svoje myšlenky a moudra.

Ve městech mi často lidi ukazovali směr, když jsem zabloudila. Zdravili mě, mávali a přáli mi šťastnou cestu.

Camino je v posledních letech tak populární, že občas jdou poutníci v zástupech. Nejvíc lidí je tu



samozřejmě v létě během prázdnin. Někdo cestu vykoná z náboženských, někdo z úplně jiných důvodů. Každý má ten svůj a možná i v tom je Camino speciální. Spojuje lidi s různými motivacemi, ale se stejným cílem.

**A TAK JSEM ŠLA** → Batoh, boty, spacák, pláštěnku, oblečení, náplastí a jdu! Prvního listopadu 2016 jsem odjížděla z domu. Všichni jsme to obrečeli.

Moje střeva se sice částečně uklidnila, ale psychika už byla po všech těch měsících trápení zlomená. Stoupla jsem si na váhu, která mi ukázala čtyřicet osm kilo. Při mojí výšce skoro metr osmdesát to byl katastrofální pohled.

Až když se večer letadlo zvedlo nad Prahu, uvědomila jsem si: Přestala jsem mluvit o tom, že změním svůj život. Udělala jsem to! Je to krůček k vítězství!

A tak jsem šla. Začínala jsem sama, bez imodia a dalších prášků. Každou chvilku jsem stahovala kalhoty a spěchala do keřů. První den jsem ušla pět kilometrů a dál jsem jít nemohla. Zastavila mě bolest břicha.

Tu noc jsem v *albergue* přemýšlela: Dělán opravdu dobře, když to tak bolí?

Nespala jsem, protože vedle hrál chrápající koncert. Vztekla jsem mlaskala, aby aspoň změnili tóninu, a nic. Po pár hodinách bylo ráno, vstala jsem a šla dál, bez lítosti a bez otázek. Každý den jsem přidávala kilometry, protože v zimě byly některé ubytovny pro poutníky zavřené. Potřebovala jsem se bezpečně dostat do dalšího *albergue*, abych v noci venku nezmrzla.

Cesta naštěstí nebyla fyzicky náročná, často jsem byla ve městech. Mohla jsem si tam sice nakoupit a najíst se, jenže mi nebylo dobře. Pořád jsem se mezi lidmi necítila ve své kůži a hledala místa, kam utéct.

Několikrát jsem musela poprosit o použití toalety v restauraci, protože bych jinak prostě nedoběhla. Pokaždé když jsem opouštěla civilizaci a šla do přírody, jsem byla šťastná. Tam jsem se cítila nejlíp, protože jsem neměla strach. Nepřemýšlela jsem, jen šla. Chodila jsem se skloněnou hlavou, nechtěla jsem se bavit s ostatními poutníky. Nedokázala jsem nikomu vysvětlit, proč jdu. Byla jsem ještě moc bolavá, a tak jsem se toulala sama. Byla jsem pořád unavená. Po prvním týdnu jsem si ale všimla, že se moje zažívání začíná zlepšovat. Chodila jsem každý den kolem dvaceti kilometrů a cítila se jako Herkules.

No já mám snad ze všech největší batoh. Rozhlížela jsem se kolem sebe. Táhla jsem s sebou v podstatě celou skříň, oblečení a kosmetiku jsem měla snad na jakoukoliv příležitost, od chůze až po svatbu (kdyby náhodou). Každý den jsem si dala sprchu, čerstvé jídlo a uložila se do postele. Měla jsem všechno pohodlí a cítila se mnohem líp.

Začala jsem poslouchat ostatní poutníky, jejich příběhy a životní cíle. Najednou jsem kolem sebe měla spoustu přátel, kteří se neptali, ale čekali. Čekali, až jim budu chtít svůj příběh říct. Po měsíci na Caminu jsem jim to všechno vykloupila. Byl to můj poslední večer a moji přátelé se za mě pomodlili. Další den ráno jsem přicházela před katedrálu v Santiagu de Compostela. Všichni tam na mě čekali, blahopřáli mi a smáli se. Tleskali mi dokonce i korejsí turisti, kteří byli tak mrňaví, že jsem je málem zašlápla.

V pravé poledne se konala bohoslužba za poutníky, celou dobu jsem seděla v první řadě a byla dojatá. Sama v sobě jsem ale věděla, že půjdu ještě dál. Na „konec světa“.



## Konec světa, Fisterra

Hned ráno jsem vyrazila na cestu a po dalších třech dnech stála na útesu. Byla jsem v cíli, byla jsem ve Fisteře, už jsem neměla kam jít dál. Bylo to 6. prosince 2016.

Něco se Caminem pohnulo, něco se změnilo. Ale potřebuju víc času, abych to dokončila.

Nedokázala jsem se ještě srovnat. Seděla jsem na útesu a hleděla do oceánu. Vzpomněla jsem si na poutníka, který šel až z Itálie a který mi řekl: „To pravé Camino začíná až po skončení tohoto.“

A tak jsem se znovu začala ptát, jenže tentokrát jinak: Co je vlastně můj sen? Co jsem vždycky chtěla poznat a zažít?

Najednou jsem měla před očima článek z roku 2012, kdy první Češi prošli pěšky celou Ameriku. Tenkrát jsem nevěřila, že je to fyzicky možné.

„Pacific Crest Trail, to je ono, možná teď je ten správný čas, možná bych do toho měla jít.“

**ZASTŘELÍ MĚ RODIČE?** → Jo, naši mě určitě vykuchají, říkala jsem si cestou zpátky do Prahy. Jak je mám přesvědčit, že mi nešplouchá na maják? Seděla jsem zavřená v letadle na záchodě a rozjímalá.

Znovu se mi v hlavě vybavoval ten okamžik, kdy jsem poprvé viděla na internetu obrázky z Hřebenovky. Tu přírodu, to dobrodružství, tu odvahu, prostě to *něco víc*. Když jsem četla příběh oněch cestovatelů, tajil se mi dech. Tolik jsem si přála to zažít. Jenže během těch pěti let jsem si vždycky našla omluvu a výmluvu, proč nemůžu jít: Je léto, chci se koupat. Jsou zábavy, mám školu, mám práci, mám kluka...

Už půl hodiny jsem trůnila v letadle na záchodě a najednou jsem se zkrátka rozhodla: Dost, teď už se nebudu vymlouvat. Půjdu hned příští rok! Chci být šťastná a možná právě tohle je to, co mi pomůže. Pokud to nezkusím, budu toho litovat. Všechny problémy už jsou jenom v mojí hlavě, věřila jsem.

Je neuvěřitelné, na co člověk přijde na záchodě.

**PŘÍPRAVY** → V hlavě jsem měla zmatek. A jak mám tohle říct ostatním? Můžu si to vůbec dovolit? Rozbila jsem dva čuníky, kteří léta stáli na polici, a počítala, kolik tak cesta může stát. Vízum, permity, vybavení, letenky, jídlo, až se mi dělaly mžítka před očima. Doufala jsem, že to bude stačit. Vždycky jsem totiž byla skrblik.

Jenže otázek bylo pořád víc a víc: Jak to na trailu vůbec chodí? Jak se tam dostanu? Jak tam budu jít? Jak se budu orientovat? Mapu jsem držela v ruce naposledy na základce. O kompasu ani nemluvě. Sepsala jsem si všechno na papír a málem to se mnou řízlo o zem. Tak čím mám vlastně začít?

Na začátku mi vytrhl trn z paty Petr Kosek, jeden z prvních Čechů, kteří Hřebenovku prošli. „Jsi cvok. Určitě běž,“ podpořil mě, když jsem se mu svěřila. A tím mi vlil obrovskou sílu do žil. Nic víc jsem nepotřebovala.

Celé večery jsem seděla u internetu a zjišťovala informace od hikerů, kteří trail úspěšně prošli. Čas mě tlačil a já věděla, že musím přípravu zrychlit. A pak jsem na Facebooku našla stránku o Hřebenovce v češtině. Třeba mi někdo pomůže, radovala jsem se. A začala zveřejňovat na zdi stránky hloupé otázky typu: „Je to dobrý?“

Po několika dnech se ozval Rosta, kluk z Moravy žijící na Islandu. „Loni jsem to šel s přítelkyní. Hele, to je tak a tak. Potřebuješ to a to. S tím počítej a s tímhle rozhodně nepočítej,“ pokračoval jako kulomet.

Nikdo nic netušil a já začala tajně plánovat svou životní cestu.

V polovině února přišel ten den, den permitů. Asociace Pacific Crest Trailu přijímá po dva dny v roce on-line žádosti o povolení ke startu z mexických hranic. A tím vlastně bylo rozhodnuto:

Jdu. A teď s tím musím ven.

**ANO, JDU** → „Mami, tati, Camino bylo skvělé, ale pořád to nejsem já. Nejsem šťastná a nedokážu to změnit v normálním běhu života,“ začala jsem opatrně. Asi po hodině jsem vyklopila všechno. Tedy skoro všechno, dávkovala jsem jim to postupně. Rodiče mi ani tentokrát nic nerozmlouvali, jen seděli a poslouchali mě.

Každý den jsme si s Rostou psali, nakonec se z něj vyklubal obrovský sympaták.

„Loni jsem to nedošel, ale letos chci jít znova. Můžeme začít spolu, jestli chceš. Půjdeme z jihu na sever,“ napsal mi a já se rozplývala blahem.

Od té doby jsme spolu řešili v podstatě všechno. Od letenek až po holčičí vybavení.

„Ty snad musíš být taky ženská,“ složila jsem mu poklonu. Věděl toho mnohem víc než já.

Začala jsem dostávat domácí úlohy, protože Rosta už měl zkušenosti. „Objednáme ti batoh do Ameriky, tak se koukej pořádně změřit. Potřebuju tři čísla.“

Vztekala jsem se před zrcadlem, když jsem si nemohla dosáhnout na záda: Přece nejsem takový tele! A tak jsem míry odhadla: Určitě takhle přibližně měřím, to je jistota.

**DOKTOŘI** → „Slečno, trail vám může opravdu hodně ublížit,“ říkali mi lékaři. „Jste si toho vědomá? Nemáte dost sil, jste nemocná.“

Seděla jsem v ordinaci a jen poslouchala. Věděla jsem, že i tohle riziko prostě musím přijmout. Přesto jsem po pár minutách odcházela s pocitem, že jsem fakt nemocná a nemám nejmenší šanci.

Šla jsem do přírody, celou noc jsem se toulala a přemýšlela: Možná jo, možná jsem nemocná. Ale mám to v hlavě. Když změním přístup k životu a sama k sobě, možná se uzdravím. Asi mám minimální šanci, menší než kdokoliv další na trailu, ale pořád ji mám. Možná mi nikdo nevěří, ale já se nevzdám, sevřela jsem ruku v pěst.

Po týdnech plánování mi došla další důležitá věc: Já vlastně nikdy nespala sama ve stanu. Nikdy jsem nebyla v divočině a nemám žádné outdoorové zkušenosti. Jo, vlastně chodím do lesa na houby.

No tak to nazdar, hodiny.

**JAK JSEM ZAŘIZOVALA VÍZUM** → No já snad budu muset na ambasádu na pohovor! Bylo mi do pláče.

Zrovna jsem se proklikávala nekonečným množstvím dokumentů na webových stránkách. Potřebovala jsem šestiměsíční vízum a moje angličtina byla žalostná. Tohle byl další okamžik, kdy se rozhodovalo, jestli na trail odletím.

Tak co teď? Stoupla jsem si před zrcadlo. Tohle je moje jediná šance. Černý minišaty, podpatky a trojky prsa! Protože ani jedno z toho nevlastním, musela jsem improvizovat. Boty jsem sebrala mámě, šaty si ustříhla a na prsa jsem si půjčila tátovy ponožky. Takhle to vycpu a nakonec tam dám kapesníky, aby měla hezčí tvar.

To jsou nárazníky! libovala jsem si před zrcadlem. Jelikož jsem se nemohla v pokoji ani otočit, musela jsem ubrat a vrátit tatínkovi část ponožek do skříně.

V půlce března jsem přesto sebevědomě kráčela po Praze. Jsem sexbomba. A co, že se občas potentuju! Tsss! Na ambasádě jsem koukala kolem sebe. Holky byly decentně namalované, měly slušivé dlouhé šaty, upravené, nenápadné.

No a já mám desítky prsa, tak to je výborný! Jenže už jsem nestihla nic udělat, protože jsem byla na řadě. Pomaličku jsem se přibližovala k okýnku. Pan úředník se nesmál, prohlížel si permity, žádosti i výpisy z účtu. Když mě zahlídl, začal se usmívat a opatrně se ptát.

Já nic neslyším. Přes svoje airbagy jsem se nemohla přiblížit ke sklu, a ničemu tak nerozuměla. Usmívej se, to pomůže, uklidňovala jsem se. A tak jsem se vši silou přitiskla na sklo, přímo na úředníka. Ten couvnul a začal se smát.

„Já se omlouvám, neslyšela jsem. Ale už jsem u vás, můžeme,“ omlouvala jsem se. Asi najednou dostal strach, že ho rozplácnu. Možná proto pohovor neprotahoval a zeptal se jen na několik otázek.

„Užijte si cestu a hodně štěstí,“ zněl rozsudek.

Už nikdy si nevyčpu prsa, slibuju! Letěla jsem z ambasády jako blesk. Ale usmívala jsem se, to vízum totiž znamenalo jediné: já letím!

Volala jsem domů výsledek a tohle nejspíš byla chvíle, kdy to naši začali brát vážně.

„Takže ty nám opravdu odjedeš? Moni, je tohle opravdu to, čemu věříš?“ ptali se mě.

„Je, věřím tomu. I když skoro nikdo nevěří mně.“

**PACIFICKÁ HŘEBENOVKA** → Jde se pěšky, dlouho a daleko. Hřebenovka měří 4 286 kilometrů a patří k nejtěžším pěším trasám na světě. Začíná se v Mexiku, hikeři prochází celou západní Amerikou až do Kanady. Původně to byla jezdecká stezka pro koně, já sama jsem jich potkala rovnou několik. Nikdo mě nesvezl.

Hikeři, tak se nazývají zapáchající osoby podivného vzhledu. Jsou to lidé, kteří se rozhodli projít Hřebenovku. Cesta vede přes sedm národních parků, tři státy a dvacet pět národních lesů. Hikeři během ní musí vyšplhat sto padesát tisíc metrů. To je stejné převýšení, jako byste šestnáctkrát zdolali Mount Everest.

Značky trailu jsou většinou na rozcestích. Na turistické značení, jaké máme v Česku, můžete ale zapomenout. Někdo má s sebou mapy, někdo kompas, někdo používá mobilní aplikace. Hřebenovka vede mimo civilizaci, takže hikeři musí občas sejít několik kilometrů z hor a do měst stopovat. Někteří si nechávají poslat balíčky s jídlem na pošty nebo záchytné body. Ostatní radši ve městech nakupují, na co mají zrovna chuť. Někdy v batohu nesete jídlo na týden, někdy na dva. A stejné je to i se sprchou: jednou za týden, někdy i po delší době.



Hikeři začínají na mexických hranicích, většinou na jaře. Je důležité vyhnout se horké poušti v létě. Cíl má každý svůj, ten oficiální je na kanadské hranici. Je to závod s časem, protože na severu může už v říjnu padat sníh.

Někteří volí jinou strategii: jdou ze severu na jih. Na to je ale potřeba víc zkušeností, protože hikeři v první části musí projít Washingtonem, což je hodně těžká část cesty. Navíc mají kvůli počasí a sněhu mnohem míň času v Sieře Nevadě.

Říká se, že celý trail dokončí jeden z deseti hikerů.

**FYZIČKA** → Funěla jsem na Vysočině do kopce a přemítala o své fyzické kondici: Nemáš trenéra, nemáš fitko, máš průjem.

V podstatě jsem nemohla plavat, běhat ani bruslit, a tak jsem se rozhodla, že to rozchodím. Každý den jsem nazula boty a šla. Tam, kde jsem to měla ráda. Chodila jsem s poloprázdným batohem, když mi došlo: No jo, ale tam ponesu na zádech pořádnou zátěž!

Kamarád mi říkal, že běhal s batohem plným písku. Tak třeba to pomůže i mně. Takže jsem se jedné noci vloupala na hřiště a půjčila si tam pískoviště. Tři měsíce jsem běhala s těžkým batohem a byla spokojená: Jsem připravená.

**ZVÍŘATA** → Moc jsem jich za svůj život nepotkala. Z divočiny možná tak žížala nebo pavouka. V jejich přítomnosti jsem věděla, jak se zachovat. Ale to bylo všechno. A co když tam potkám hada? Sklípka, medvěda, pumu?

Mám k přírodě obrovský respekt, a proto jsem věděla, že takhle do Ameriky rozhodně nemůžu. Našla jsem si minikurz přežití, musela jsem být připravená.