

A: Úvod a cvičení

O paní Mojžíšové a její „metodě první volby“

„A teď vám budu dávat otázky a vy se místo odpovědí budete hlásit. Kdo má bolesti v zádech? Kdo má bolesti hlavy? Kdo má bolestivou menstruaci? Kdo nemá žádné nebo téměř žádné prožitky při styku?“

Ruce pacientek se postupně zvedají. Tazatelka je očima počítá a pak pokračuje: „Teď si to ještě neuvědomujete, ale až se vás za měsíc budu, kočky, ptát, jestli se to změnilo, tak mi samozřejmě řeknete, že strašně moc. A já vám teď vysvětlím proč.“

Takto prostě a jednoduše mluvila se „svými kočkami“ pacientkami obdivovaná a lékaři gynekology proklínaná paní **Ludmila Mojžíšová**. Rehabilitační pracovnice, která svým objemem metody svalového cvičení dokázala dosud nemožné – odstranit některé druhy funkční sterility žen a uvolnit svalové spazmy v oblasti páteře a pánevního dna. Jako rehabilitační pracovnice Fakulty tělesné výchovy a sportu (FTVS) pracovala léta se sportovci, kterým pečovala o přetížené a unavené svaly. Čas od času jsem zaslechla i od některého z kolegů, televizních kameramanů, že si jde k paní Mojžíšové nechat srovnat

záda. Začalo se proslýchat, jak je úspěšná, že neplodné ženy zbavuje nejen bolestivých dní v měsíci, ale často i sterility.

K návštěvě u ní jsem se odhodlávala tak dlouho, až jsem se se svým záměrem svěřila jednomu tehdejšímu kolegovi. Pobaveně mi odpověděl: „Ty chceš jít k té šarlatánce?“ Jeho slova mě natolik popudila, že jsem hned zvedla telefon a zavolala do Tyršova domu. Sdělila jsem paní Mojžíšové, že bych o ní ráda natočila televizní dokument. Zřejmě znavená útoky proti sobě mi začala můj záměr rozmlouvat. Vymlouvala se, že nemá na nic čas, že má moc práce, že musí školit a dělat kartotéku, ale nakonec jsem dosáhla příslibu, že si to ještě rozmyslí.

Jednoho dne mi sama zavolala. Byla rozčilená: „Představte si, včera jsem v televizi slyšela nějakého gyndoše ze Slovenska, který tvrdil, že on jediný v republice pracuje metodou paní Mojžíšové. Už toho mám plný zuby, už nevím, jak se bránit. Víte co, kočko, já s váma ten film udělám.“ A tak jsme se začaly scházet a společně připravovat materiál pro budoucí film.

Najít její pracoviště v labyrintu chodeb Tyršova domu nebylo jednoduché. Naštěstí jí tady na fakultě téměř všichni fandili, a tak mě ochotně zavedli až nahoru k půdě do nevelké místnosti, která byla jejím „královstvím“.

„Jak to všechno začalo?“ rozpovídala se paní Mojžíšová.

„Před pár lety ke mně přišla jedna paní profesorka z gymnázia nedaleko odtud, z Hellichovky. Bylo jí tehdy šestatřicet a měla problémy s otěhotněním. Říkala, že trpí bolestmi hlavy a bolestmi při menstruaci. Prý už patnáct let ji manžel vozí vždy téměř v bezvědomí po gynekologiích. Při posledním vyšetření jí řekli, že už to do přechodu musí vydržet...“

Za čtyři měsíce poté, co jsem ji srovnala, mi přišla říct, že už se cítí jako normální ženská, a tak prý se s mužem dohodli, že si adoptují dítě. Nevím, co mě to popadlo, prostě jsem si řekla:

regenerace svalů a tkání trvá tři až šest měsíců, čtyři už má za sebou, to by mělo vyjít! Přemluvila jsem ji, ať s adopcí ještě počká.

Přesně za šest měsíců přišla s kyticí a oznámila mi, že je čtyři měsíce těhotná. Narodil se jí syn. V šestinedělí přišla znovu do jiného stavu a hned měla holku, takže obě děti zvládla do čtyřicítky. Její syn je dnes moje nejstarší dítě, které jsem přivedla na svět pomocí sestavy „směšných cviků“.

Pak za mnou přišla její kolegyně, která běhala po gynekologických osm let. Srovnala jsem jí pánev, no a za šest měsíců také ona otěhotněla. Když už jsem těch dětí měla asi třicet sedm, šla jsem za gynekologem MUDr. Čechem a řekla jsem mu: „Evžene, nesu ti výzkum na stříbrném podnose.“ No a tak vznikla naše spolupráce a první výběrová skupina žen, která zaznamenala ohromný výsledek.“

Na jaře roku 1983 o něm informoval MUDr. Evžen Čech své kolegy na lékařské konferenci v Bratislavě. Podle dosavadních zkušeností a výsledků práce Ludmily Mojžíšové vyšlo najevo, že existuje – vedle dosud obvyklých léčebných metod, tj. hormonální a operativní – léčení rehabilitačním cvičením.

Za nějaký čas mi paní Mojžíšová zavolala a řekla mi: „Kočko, zejtra přijďte, bude to zajímavý.“ Když jsem stoupala po schodech do jejího podkroví, netušila jsem, jaké překvapení mě tam za dveřmi čeká. Nevelká místnost byla přeplněná ztrémovanými mladými ženami a o něco méně rozechvělými sestřičkami. Paní Mojžíšová právě školila rehabilitační pracovnice, kterým důvěrně říkala „rehábky“. Věcně promlouvala k budoucím maminkám, které na ni zíraly zděšeně, ale s nadějí.

„Dostanete devět cviků. Ten desátý, který není na obrázku, ten se dělá ve dvojici, s manželem, protože vy chcete dítě a k tomu

jsou zapotřebí dva. Duch svatej do vás nevstoupí, takže manžel vám bude pomáhat. Budete cvičit, abyste si zpevnily pŕlky. Za mĕsíc se přijdete ukázat a budete je mít kaŕdá jako mandle. Já vás to cvičení teď tady naučím, a pak už se doma musíte snažit samy. Děti chcete vy, takže si pamatujte, že kaŕdá jste svého štĕstí strůjcem.“

Dovedla vytvořit atmosféru, která pacientky okamžitĕ zbavila počáteční trĕmy a strachu. Svou bezprostředností si získala jejich důvěru.

„Tak abych to shrnula, když budete poctivĕ cvičit, můžu vám slíbit jednak renesanci při styku, nebolavou menstruaci a po čase snad i těhotenství. A kdyby nic jiného, tak aspoň zpevnĕnou figuru a návrat sebevědomí, což pro ženskou taky není k zahoeení.“

Ten den, kdy jsem ji opĕt navštívila, přšlo a paní Mojžíšová byla bez nálady. Když mi svĕřila, co právé dělá, vůbec jsem se ne-divila. Nestačil počet těhotných a narozených ani úspěch, který zaznamenala společně s doktorem Čechem na kongresu v Monte Carlu. Ministerstvo si vymyslelo, že k uznání metody musí nejen vyškolit patřičný počet lékařů a sester z celé republiky, ale také vytvořit kompletní evidenci všech svých případů. A tak celé dny sedĕla a třídila kartotĕční lístky.

„Já mám pĕtačtyřicetiprocentní úspěšnost a to těm gynekologům vadí nejvíc. Co ještě chtějí, abych jim dokazovala? Když vím, že mám rok do penze, tak přece nebudu holky balamutit a říkat jim, že mají cvičit něco úplně jiného, a za pŕl roku jim přiznat, že to byl zámĕr, že vlastně byly vytažený z klobouku, protože jsem musela dokázat správnost své metody tím, že ony neotĕhotní?“

Jedna holka, kterou jsem v roce 1984 vyškolila, tak ta těm svým dĕvčatům zadala moje cviky a po pŕlroce už mĕla výsled-

ky. Zrovna tak mají dnes první výsledky v Brně, Plzni, Českých Budĕjovicích a Košicích. Třeba Hanka Volejníková, ta už má na Moravĕ sto dĕtí a přitom, stejně jako já, nemá jediný spastický. A víte, co se jich dnes rodí!

Z toho je přece jasný, že je to metoda sdĕlitelná, která se dá aplikovat na všech pracovištích, kde o ni bude zájem. Navrhla jsem, aby to byla *metoda první volby*. Napřed ať se holka pořádnĕ rozcvičí, srovná si pánev a pak, když do roku do dvou neotĕhotní, ať si ji pak zkoumají. Ale ne aby jí nejdřív udĕlali díru do břicha a nacpávali ji hormony. To by mĕlo následovat, až když neuspĕjí s rehabilitačním cvičením.“

Byly však i štastnější chvíle. To když se třeba uskutečnilo na Karlovĕ mostĕ setkání všech v Praze narozených „mojžíšků“, jak kterási maminka z vdĕčnosti nazvala potomky počaté díky metodĕ paní Mojžíšové.

„Setkání na Karlovĕ mostĕ bylo zorganizováno kvůli knížce do Spojených států. Fotka rodičů s „mojžíšky“ byla použita na přebal knihy. Oni to mají Američani rádi, aby tam byly Hradčany, Karlův most a to všechno kolem.“

Prohlížely jsme si společně album, napĕchované fotografiemi dĕtí, ale i štastných rodičů z celého tehdejšího Āeskoslovenska. Pak přišly na řadu dopisy, kterých bylo ještě víc. Paní Mojžíšová vybrala namátkou jeden z nich a hlasitĕ předčítala: „Bála jsem se, že jde zase jen o poruchu. Po vašem rozcvičení jsem však začala menstruaci pravidelnĕ dostávat a vzápĕtí jsem přišla do jiného stavu. Po bezproblémovém těhotenství, což taky přičítám cvičení, se mi narodila asi o 14 dní dřívĕ zdravá holčička. Dnes jsem již doma se Zuzankou, která se podle mínĕní doktorů nemĕla narodit. Uznávám, že i já sama jsem se považovala za beznadĕjný případ.“

Nevím, jak vám poděkovat. Jste vlastně zachránce naší generace žen. Víím, že vaší práci se nikdy nedostalo dostatečného uznání, máte jen jedny ruce a já děkuji osudu, že jsem jimi mohla projít.“

Paní Mojžíšová dočetla, sundala si brýle a radostně pronesla: „No paráda, ne?“

Postupem času se její pracoviště měnilo na přečpanou kancelář. Plnila jeden úkol za druhým. Na základě rozhodnutí Ministerstva zdravotnictví ČSR ze dne 25. 11. 1986 byly doškoleny, kromě krajských pracovišť, další pracovnice pro velké okresy v republice, pro pražské kliniky a zdravotnická zařízení jednotlivých obvodů. O splnění úkolu ministerstvo okamžitě informovala. Popelka z Tyršáku však dostala další oříšek k rozlousknutí – odpověděli jí materiálem, z něhož vyplynulo, že si kladou za podmínku publikovat, jak sami uvedli, „jádro metody“. Popelka tedy splnila další úkol, odpovědi se však nedočkala. Chovali se k ní hůř než pověstná macecha z pohádky.

„To je prostě jeden dopis za druhým a všechny bez odpovědi. Zase se tím budou půl roku přebírat, a pak mi pošlou další ‚špek‘, abych zas něco splňovala.“

Sama proto předešla netečnosti ministerského aparátu a vymyslela si rezortníúkol. Byl přijat pod číslem VÚ 3601 a názvem *Rehabilitace při léčbě sterility a dalších gynekologických potíží*. O jeho plnění podávala každoroční dílčí zprávy. Již z jejich výsledků jasně vyplynulo, že z výběrové skupiny, v níž bylo zaregistrováno 1 528 pacientek, bylo u 672 žen prokázáno otěhotnění, z toho již 469 porodů.

Paní Mojžíšová byla unavená a otrávená: „Pracuji na Fakultě tělesné výchovy a sportu 34 roků, posledních jedenáct let se věnuju ženské sterilitě. V celé republice mám přes šest set dětí,

z toho dvanáct dvojčat, což můžu evidenčně doložit. Ovšem zveřejnění kartotéky jim nestačí, je to nevědecký důkaz. Živé dítě je nevědecký důkaz, chápete?!“

Od doby, kdy mi poprvé zavolala, uplynuly tři roky. Nedostala ani cenu České národní rady, na kterou ji navrhla redakce časopisu *Mladý svět*, ani cenu ministerstva zdravotnictví, kterou jí slíbil tehdejší ministr Jaroslav Prokopec.

Celé tři roky jsem si myslela, že o ní natočím film a že alespoň ten bude určitým společenským oceněním jejich zásluh. Do revoluce v listopadu 1989 pilně školila a zpracovávala statistiku případů svých klientek, po revoluci jsme se začaly těšit, že spolu konečně uděláme „biják“ podle svých představ, v němž nezatajíme ani ten nejmenší detail. Počátkem roku 1990 se naše cesty rozešly, obě jsme se rozjely na čas do světa, ovšem každá jiným směrem. Paní Mojžíšová byla pozvána do USA, kde po dobu tří měsíců školila tamní lékařské odborníky. Také její kniha se tam setkala s velkým zájmem. Když se vrátila, nevedly její kroky rovnou domů, ale do nemocnice. Na neurologické klinice v Kateřinské ulici v Praze strávila téměř dva roky s chorobou, na kterou dosud není žádný lék.

Trápila se ještě v nemocnici, když v novinách četla inzerát suverénně se odvolávající na její metodu a zneužívající jejího jména. Moc dobře si pamatovala, koho školila a koho ne. A co víc – za dlouholetý výzkum získala od nového ministra zdravotnictví osvědčení své metody a jednorázovou finanční odměnu, která se rovnala přibližně desetiměsíčnímu výdělku těch, co za její metodu inkasovali velké finanční částky.

Ležela bezmocně na nemocničním lůžku a prosila Pána Boha, aby si ji už vzal. Když jsem s ní naposledy mluvila, řekla mi: „Ještě

že jsme ten biják nenatočily. Byl by to moc smutnej film.“

Ženě, která dala život stovkám dětí, nedokázal život nikdo zachránit. Pro všechny, kdo jsme ji měli rádi, zbývalo jediné – naděje. V prvních dnech roku 1992 však i ta definitivně pominula.

Odešla máma, která kromě vlastní dcery přivedla na svět skoro tisíc „mojžíšků“. S pomocí její metody se budou rodit další děti. Dcery a synové národa, který jejich „mámu“ zatím stále nedocenil.

Když jsem o několik let později točila dokumentární film o lidech, které úraz či jiná nešťastná náhoda upoutaly na invalidní vozík, setkala jsem se v soukromém rehabilitačním zařízení TITAN v Pardubicích s dámou v bílém plášti, která se svou razancí a energickým projevem velice podobala své profesní předchůdkyni – Ludmile Mojžíšové. S velkým zájmem jsem ji pozorovala. Její způsob komunikace byl sice ohleduplný, ale velmi přímočarý. Téměř s každým svým pacientem si tykala a říkala mu křestním jménem. Když jsem se jí na někoho zeptala, se živým zájmem reagovala a dopodrobna mi vylíčila jeho životní historii. Často nelehkou a obdivuhodnou, až se zdálo neuvěřitelné, co všechno jí lidé o sobě během masáže, manipulace nebo nápravného cvičení svěří. Pro každého z nich měla nejen profesní empatii, ale také přátelský úsměv a slůvko povzbuzení.

Sotva pacienti odešli, láteřila stejně jako kdysi paní Mojžíšová na byrokratické úředníky, tentokrát ne z ministerstva, ale z pojišťovny. Poté, co se prohrabala stohy papírů a dokumentů, které se přes den navršily na jejím pracovním stole, nasadila si gumové rukavice, popadla kbelík a koště a šla vymývat vířivé vany, vyměňovat prostěradla na polohových stolech a vytírat podlahu.

Když jsem v její kanceláři osaměla, všimla jsem si pod sklem

pracovního stolu velkého množství černobílých a barevných fotografií okatých, rozesmátých a rozjívených mimin nebo o něco větších dětí. Dívala jsem se do těch dětských tváříček a hledala souvislost. Žádná podoba mezi nimi nebyla, jejich věk byl různý, navíc byla občas na fotografiích vidět postava ženy nebo muže, která mi vůbec nikoho nepřipomínala.

O paní Jarmile Novotné, jak se ta dotyčná rehabilitační pracovnice jmenovala, jsem si v duchu pomyslela: „Asi má ráda děti...“ V tu chvíli rozrazila dveře kbelíkem, zadívala se na mě a s bezprostředností sobě vlastní pyšně pravila: „To všechno jsou moje děti.“ Všimla si mého udiveného pohledu a věcně se mě zeptala: „Říká vám něco jméno Ludmila Mojžíšová?“ Přikývla jsem, že ano. Na tváři se jí objevil široký úsměv. „Tak tohle všechno,“ ukázala prstem v gumové rukavici na fotografie pod sklem, „to jsou mí mojžíšci.“

Následovaly dlouhé hodiny vyprávění a vzpomínek na ženu, která nás dvě tak nečekaně spojila. Psal se listopad 1994 a od té doby se datovalo naše vzájemné přátelství.

*Olga Strusková
Praha, září 2002 a květen 2017*