

ROZ HOV ORY



Terezie

Tománkové

nastole

Rozhovory Terezie Tománkové

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na
www.knihynastole.cz
www.albatrosmedia.cz



Terezie Tománková
Rozhovory Terezie Tománkové – e-kniha
Copyright © Albatros Media a. s., 2024

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

ALBATROS  **MEDIA**

Rozhovory Terezie Tománkové



Chcete, aby příběh této skvělé knihy pokračoval i potom,
co ji dočtete? Tak ji pusťte dál do světa! Vše potřebné
se dozvíte na 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 %.

Obsah

Slovo roku: Odvaha	7
Barbora Strýcová	13
Dita Charanzová	29
Tereza Maxová	43
Eva Kubala Havrdová	65
Katarína Vlčková	85
Lucie Hrdá	103
Lenka Klicperová	125
Magdalena Málková	141
Michaela Bauer	159
O autorce	172



“

Slovo roku: Odvaha



Proč tyto ženy? Protože jsou inspirativní, odvážné a ukazují cestu. S výběrem pomohla anketa ŽENA ČESKA, kterou v roce 2023 poprvé uspořádala zpravodajská multiplatforma CNN Prima NEWS. Dala našim divákům a čtenářům na výběr a oni si zvolili. Poslali stovky jmen žen různých profesí, sportovkyň, podnikatelek, političek, vědkyň. Žen, které jsou pro ostatní vzorem a jejichž sebevědomí, hodnoty a práce inspirují a podporují nás, další ženy, na cestě za našimi cíli.

První místa jsou fascinující seznam. Většina z nich souhlasila a chtěla svůj příběh do této knížky připojit. Dostala jsem to privilegium se setkat a mluvit s nimi. Měla jsem šanci se jich ptát na jejich práci, život, cestu. Na překážky, které musely překonat. A ony s velkou upřímností odpovídaly. Některé jsou známé, slavné. Některé jsou špičky ve svém oboru, ale široká veřejnosti je nezná, přestože sbírají ceny a uznání.

V televizi vedu rozhovory živé, intenzivní. Každé slovo je v přímém přenosu, nedá se vzít zpátky. Věty jsou v okamžiku vyřčeny, jdou světem a žijí si svým vlastním životem. Každá chyba se počítá. I ta moje. Knižní rozhovor byl pro mě premiéra. Luxus. Dostala jsem intimitu, čas, který plynul, aniž by nám ho někdo měřil. Mohla jsem se vracet v myšlenkách, svých i cizích. Dopřála jsem čas všem dámám na druhé straně diktafonu. A pak jsem dostala čas a prostor rozhovory zpracovat do formy slov napsaných na papír. Doma. V kavárně. Na zahradě. Ráno, v noci. Čas mi při tom plynul divně. Vlastně přirozeně, a to na tom bylo divné. Podobný zážitek mám ve vzácných chvílích, kdy se jen soustředím na práci, nevnímám nikoho, neřeším, co musím a nesmím, nevedu své nekonečné vnitřní dialogy. Čas bez času, čas pro mě.

Jsem ráda, že jsem se s NIMI mohla potkat. S výjimečnými ženami.

Všem dámám, které se mnou trávily svůj čas, děkuji za to, že si se mnou povídaly a že se nebály podělit o kus sebe. Popsaly svoji cestu, své obavy, radosti, denní banality, které musely překonávat. Daly mi tím odpovědi na mnoho otázek a snad je dají i vám. Za těch pár měsíců, které jsem s nimi byla, poslouchala jejich myšlenky, příběhy a formovala je do tvaru kapitol v knize, jsem nacházela vlastnosti, které je spojují. Jsou to ženy naprosto různých profesí, věku, cílů i hodnot. Jedno mají však společné. Je to velká **ODVAHA**.

Nebojí se dělat věci jinak než ostatní. I když je na jejich cestě mnozí zrazovali nebo nabízeli alternativy, kratší a umetenější cesty, ony se nebály jít si podle své vlastní mapy. Měly také odvahu poslechnout své vlastní pocity. Intuici? Vnitřní hlas? Je asi jedno, jak to pojmenujeme, je to něco uvnitř každé z nás. Přesvědčení, které nás vede a může nám pomáhat. Možná víc, než si myslíme.

Profesorce Evě Kubala Havrdové, vítězce celé ankety, říkali, ať se věnuje epilepsii. Je to modernější, snazší, je lepší léčba, lákali ji. Šla jinou cestou. Zaměřila se na nemoc, jejímž synonymem tenkrát byla beznaděj a na niž neexistoval lék. Dnes je jednou z předních vědkyň, která stála u zrodu moderní léčby roztroušené sklerózy, a diagnóza této nemoci má jiný obsah, jiný průběh a v naprosté většině případů i jiný konec. O tolik lepší!

Magdalena Málková našla odvahu po čtyřicítce změnit profesi, vystudovat vysokou školu, změnit svůj život i se dvěma dětmi a snažit se o to, být spokojená. Síla na změnu ubývá s věkem. Už nestojí za to něco měnit, říkáme si, přiznejme si to. Stojí. Ona je důkazem. Dnes je Magdalena špičkovou pedagožkou, vzdělává naše děti a je vzorem pro další, nové učitele.

Lenka Klicperová jezdí svým autem do válek a nejméně bezpečných částí světa. Na Ukrajině byla za poslední dva roky čtrnáctkrát. Spoléhá se jen na sebe a své zkušenosti. Svoji sílu. Občas se bojí, ale pravda jí za to všechno stojí. Příběh, který pak nám ostatním přináší, pro ni znamená víc než obavy o vlastní život.

Mnohé z žen, jejichž příběhy budete číst, uspěly v tvrdém, sobeckém a maskulinním světě. Nakládají na sebe hodně. Víc než by musely. I když to nikdo nevidí, neocení, nic se o tom nenapíše a nikdo to nevyfotí. Dřou, nespí, nejí, odřikají si. Protože to tak žádá jejich práce, kterou si vybraly, a nestěžují si na to.

Bára Strýcová mluví o tom, jak neskutečně týrala své tělo. Touha vyhrát a nechat na kurtu všechno ji vedla na samou hranici sil. Znovu se ve vyprávění dostává nepřímo k odvaze, se kterou si šla za svým, držela svůj tým, vyhrála Wimbledon a pak na vrcholu odešla.

Lucie Hrdá zastupuje oběti násilí, popisuje ženskou sílu. Energii a zkušenost, která nám pomáhá překonávat patriarchální svět, v němž jsme dopředu odsouzeny k neúspěchu, pokud nevyvineme víc úsilí než muži. A k tomu má odvahu sama sebe nazývat feministkou a čelit nekonečné nenávisti na sociálních sítích a ve veřejném prostoru.

A zároveň tyto ženy přiznávají, že i ta druhá cesta, nebýt na sebe tvrdá a nebýt za každou cenu nejlepší, není špatná. Každá máme na výběr. Jde o to, samu sebe na té cestě nezničit.

Katarína Vlčková mluví něžně a jemně o těch nejtěžších okamžicích odcházení, smíření se s osudem a loučení se s blízkými. O smrti. Vypráví o tom, jaké to je pomáhat rodinám, kde umírá dítě nebo mladá maminka. Nepomáhá jen nemocným v jejich posledních dnech a minutách, ale celým rodinám, které paralyzovány žalem a strachem pomáhají i tam, kde už pomoci nejde. Síla a odvaha v ryzí podobě. Mnoho z nás při slovech „smrt“, „umírání“ klopí zrak a mysl intuitivně posouvá jinam. Je to hra na nesmrtelnost. Ona má odvahu stát v těsné blízkosti smrti jiných, profesionálně i lidsky. A pak dál žít svůj život a nebát se jiných konců.

Přes všechny své úspěchy vědí, kde jsou jejich kořeny, a vnímají tak svět kolem sebe. Pamatují si na sebe, kdy začínaly jako mladé holky nebo studentky, a často o tom mluví. Nezapomněly na to.

Tereza Maxová, která jako osmnáctiletá holka vyjela za železnou oponu, dobyla svět modelingu a dnes ve své nadaci pomáhá dětem. Začala před víc než čtvrtstoletím, v době, kdy dobročinnost byla neznámé slovo a ona pomohla prošlapat cestu ostatním. Je mnohem víc než bývalá supermodelka. V povídání se stále vrací ke své rodině, mamce nebo dědouškovi, jak jim říká. Kořeny jsou pro ni její strom.

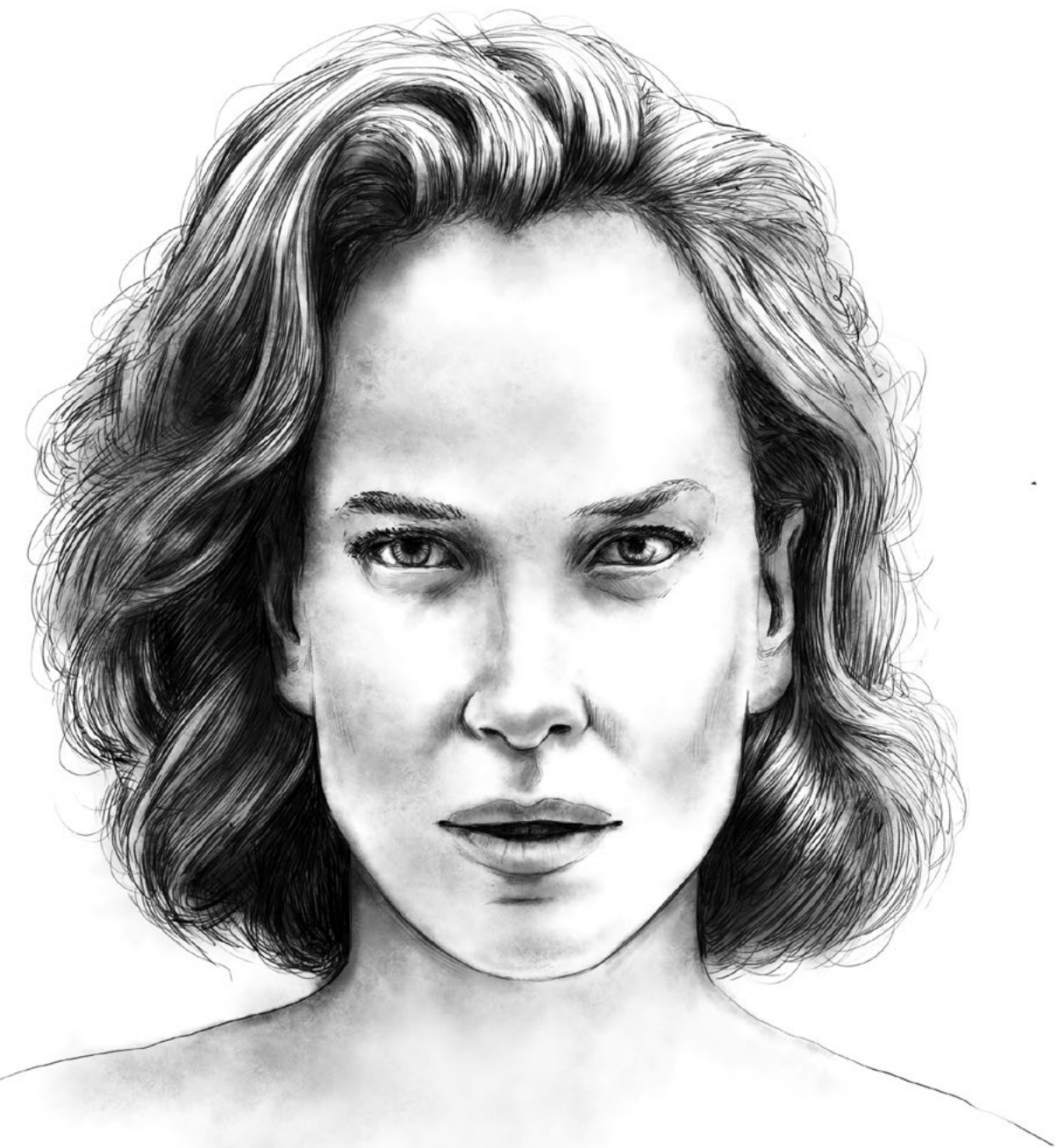
Michaela Bauer se dostala na vrchol mužského světa peněz a technologií, vypráví o tom, že uspěla díky tomu, že s muži nesoutěží, neměří se s nimi. Jak to dokázala? Zůstala ženou v nejlepším slova smyslu, nesoupeřící, ale spojující a empatickou, se silnou intuicí.

Dita Charanzová se stala jednou z nejvlivnějších osobností v Evropě. V Bruselu ji zná víc lidí než tady doma. Byla významnou členkou Evropského parlamentu. V rozhovoru popisuje, že za tím stojí tvrdá práce a odvaha věci měnit. Ženská jemnost a umění naslouchat jí pomohly k mnoha vítězstvím. Po deseti letech v politice našla také odvahu skončit.

Ať jsou vám inspirací. Ať vám dodají odvahu.

Pro mě je to slovo roku.

Terezie



“

Barbora Strýcová



Barbora Strýcová (1986) je profesionální tenistka. Na ženských okruzích hrála dvacet let do roku 2023. Je dvojnásobnou vítězkou Wimbledonu ve čtyřhře. Má bronzovou medaili z letních olympijských her v Rio de Janeiru. V letech 2019–2020 byla světovou jedničkou ve čtyřhře. Na okruhu WTA vyhrála 32 turnajů ve čtyřhře, dva ve dvouhře.



**„Těžko se končí
na vrcholu.“**



Tři týdny po našem setkání Bára přivedla na svět své druhé dítě, holčičku Josefínu. „Mám už poslíčky,“ varovala mě se smíchem. Přiznala jsem se jí na rovinu, že tenisu moc nerozumím, že mě nezajímá. Ale zajímá mě ona, velmi. Co rozhodlo o tom, že v sobeckém, tvrdém světě tenisu uspěla právě ona? S čím se prala? Co na své dlouhé, úžasné sportovní cestě našla, ale i ztratila? Odpovědi mi dala. Uspěla proto, že je taková, jaká je. Soutěživá, tvrdá sama k sobě, cílevědomá, komunikativní. Na kurtu chtěla od malička nechat všechno. Mluvila otevřeně o ženském tenise a potížích, které zvládla. O dopingové síti, ve které jednou svou chybou uvízla. I o následcích, které ji na začátku zrtily a nakonec posílily. Když mluví o Wimbledonu, milovaném turnaji i místu, kam ji jako dítě vzali prarodiče, rozpláče se nad svými krásnými vzpomínkami dojetím. Wimbledon nakonec vyhrála dvakrát. Podruhé na konci své dvacetileté kariéry. A pak skončila. Odvahu, kterou to vyžadovalo, těžko popisuje i ona sama. Vnitřní sílu, která jí umožnila skončit, když se sama rozhodla, a ne až budou ostatní lepší. Ona skončila jako nejlepší.

~~~~~  
*Tenis je fér. Co si neuhrajete, to nemáte. Moc věcí z minulosti bych neměnila, ale určitě bych si dřív našla člověka, který se věnuje mé hlavě.*  
~~~~~

Báro, vy jste skončila, když jste byla na sportovním vrcholu. To se skoro žádnému sportovci nepodaří. Většinou skončí nuceně. Kolik lidí vám řeklo, že je to skvělý nápad? A kolik, že jste blázen?

Převažovaly názory, že jsem blázen. Ptali se mě, proč nechci hrát dál. Vyhrát Wimbledon a skončit bylo pro spoustu lidí nepochopitelné. Říkali, že na to mám a že soupeřky můžu porážet dál. I v singlu jsem byla konkurenceschopná. Sem tam jsem vyhrála nějaké kolo, porážela jsem holky ze stovky. Ale jak jste řekla. Když má sportovec za sebou takhle dlouhou kariéru, je vlastně nemožné ji na vrcholu ukončit. Většinou jsou zranění, tělo je opotřebované. Těžko se odchází na vrcholu. Ale já jsem si to nastavila po porodu tak, že se chci vrátit jen na chvíli. A že se mi podařil Wimbledon? To byl extra bonus. Ale přes moje rozhodnutí nejel vlak. Chtěla jsem skončit. Víím, co za tím stálo, a víím, jak strašně náročné to bylo a jak mě to oddělalo fyzicky.

Oddělalo?

Úplně celé tělo.

Jak to vypadá?

Mám poškozený meniskus a natržené rameno. Do toho malý Vincent není úplně spící dítě a já jsem prostě netrénovala tak, jak jsem potřebovala. Bylo to strašně náročné.

A ještě jsem se rozhodla, že to zvládnu bez chůvy, jen s rodinou, takže jsem neměla čas věnovat se regeneraci. Ale byla to moje volba, takhle jsem to chtěla. Přála jsem si trávit co nejvíc času s malým a odbíhat si na tréninky. Ale déle bych to fyzicky nevydržela. A jsem strašně ráda, že to takhle dopadlo.

Když jste končila poprvé v době covidu, čekala jste svého syna Vincenta. Kdyby vám někdo řekl, že po porodu ještě vyhrajete Wimbledon, co byste si myslela?

Když se narodil, tak jsem si myslela, že už se nikdy nevrátím. Ale něco mě hlodalo. Říkala jsem si, že se musím vrátit, že přece nemůžu skončit kariéru takhle. Byl covid a do toho jsem byla těhotná. Takový konec jsem si nevybrala. Měla jsem pocit, že si zasloužím lepší konec. Aby přišel z mé iniciativy. A že si to zaslouží i můj tenis a moje kariéra. Potřebovala jsem si to nějakým způsobem uzavřít, protože ráda jdu dál, až když mám věci uzavřené. A když je něco otevřeného, tak s tím nemůžu fungovat. Zhruba po půlroce jsem už věděla, že se vrátím a že do toho musím začít šlapat.

Po půlroce! Já jsem slyšela jeden rozhovor s vámi z tohoto období a v něm říkáte, že se vám nechce ani sportovat. Že když vidíte lidi, co běhají, je vám zle. Kdy se to zlomilo?

Zlomilo se to v nějakém šestém, sedmém měsíci po porodu, kdy jsem začala pomalu chodit, pustila jsem se do běhání a nakonec i do cvičení. Asi tři měsíce předtím, než jsem se vrátila na tour, tak jsem začala hrát, a bylo to fajn. Já jsem se strašně dobře připravila. Říkala jsem si, že nechápu, že jsem se takto nepřipravovala předtím. Nehrála jsem na kvantitu, ale kvalitu. Netrávila jsem u toho čtyři hodiny za den, ale dvě hodiny. Ale byly to efektivní dvě hodiny plus kondička. Já se fakt dobře připravila.

~~~~~  
*„Jste pořád sama. Od ledna do listopadu cestujete pořád někde po světě, lítáte s lidmi, které si platíte za to, aby vám říkali, co děláte blbě.“*  
~~~~~

Wimbledon je váš srdcový turnaj?

Ano, úplně. Odmala.

Čím to je?

Protože jsem ho poprvé navštívila s mojí babi a dědou ve třech letech. Oni žili v Anglii a já k němu cítím... to vůbec nejde popsat. *(Bára začíná plakat.)*

To místo? Ta historie?

Úplně se mi chce z toho brečet.

•

Tak moc to tam máte ráda?

Já jsem úplně mimo... omlouvám se.

Neomlouvajte se. Máte před porodem, to je úplně normální. To já bych se měla omluvit.

Wimbledon je pro mě srdcová záležitost. Na ten úspěch jsem čekala nějakých 23 let a každý rok jsem doufala, že to přijde. A přišlo to na konci kariéry.

„Každý zápas jsem chtěla tak moc vybojovat, že jsem na kurtu nechala duši, ať se dělo, co se dělo. Chtěla jsem tam prostě nechat všechno.“

Když jste pak držela v ruce trofej, co vám běželo hlavou?

Ono to bylo spíš i tom, že jsem se v singlu dostala do semifinále. A tam hrajete proti Sereně Williamsové. Mně v hlavě vlastně ani nic neběželo. Já jsem byla jen v tom okamžiku. Když jsme potom vyhrály v deblu, tak jsem tomu nejdřív nevěřila. Po pár dnech to ze mě nějak spadlo a brečela jsem. Pro mě to byl zážitek, na který do smrti nezapomenu. Ale i na to, jak jsem se cítila během toho turnaje. To bylo hrozně silné. Byla jsem mentálně úplně jiný člověk. Byla jsem silná a šíleně jsem se těšila na všechny zápasy. Těšila jsem se i na strach, který s tím přichází. Obavy, aby to vyšlo. Ty dva tři týdny do konce jsem byla hrozně silná, což se mi nikdy nestalo.

Jak důležitá je psychika? Mentální zdraví, nastavení, hlava? Protože tělo nějak připravíte, ale pak je důležitá mysl. Kolik procent úspěchu tvoří hlava?

Strašně moc. Strašně. V tenise obzvlášť. Nevím. Osmdesát procent úspěchu je hlava?

Takhle hodně?

Hrozně moc. Tenis je pro ženy obrovsky náročný na psychiku. Jste pořád sama. Od ledna do listopadu pořád někde cestujete po světě, lítáte s lidmi, které si platíte za to, aby vám říkali, co děláte blbě. A vy to musíte akceptovat. Jsou to trenéři. Ale taky je to jejich práce. Takže to mentální vypětí je obrovské. Přezijí to fakt jenom silní. Ale když to dáte, tak jste pak silní i v jiných věcech. Já na sobě cítím, že to, co jsem prožila ve sportu nebo čím jsem si během kariéry prošla, mi pomáhá i teď.

Řekla jste, že hlava je důležitá obzvlášť v ženském tenise. V čem je jiný než ten mužský?

Je to tím, že ženy nejsou v některých ohledech tak odolné. Kdybychom byly kamarádky a zítra bychom proti sobě hrály třeba v semifinále na Wimbledonu, tak já se s vámi neumím bavit. To chlapi umí. Nebo si zahrát pořádně ostrý zápas a pak

jít spolu na kafe. To já neumím. A to nám někdy chybí. Pak totiž nemáme ani toho parťáka, který nás na turnajích podrží.

Je v ženském tenise větší rivalita?

To ne. Ale přece jenom je to sobecký sport. Ale to je normální. Tenis je individuální sport, ve kterém hrají hodně velkou roli peníze. Každá si chceme ukrojit toho koláče nejvíc. Prostě být sobec je úplně normální a je to i správné. My se respektujeme, neděláme si naschvály. Ale že bychom se kamarádily, to zase taky ne.

Ale mezi tenistkami máte přece kamarádky.

To jo. Lucku Šafářovou. A Andreu Hlaváčkovou. Ale samozřejmě to bylo strašně divné, když jsme proti sobě hrály. Takže pak zase chvilku trvá, než se vztahy vrátí do normálu.

Co se musí stát, aby se to uhladilo?

Třeba zrovna s Luckou to bylo náročné. My jsme pak spolu hrály i debly. Ale řekly jsme si, že na to kašleme a že jdeme na kafe. Tak jsi vyhrála, zítra vyhraji zase já. Ale je to těžké.

Síla a soutěživost, to jsou hodně mužské vlastnosti. Vy jste to v sobě měla vždycky?

Ano. Narodila jsem se jako strašně soutěživé dítě.

Jak se to projevovalo?

Vztekem. Prostě dokud jsem nevyhrála zápas, tak jsem se dost vztekala. Což se o mně i povídalo. Každý zápas jsem chtěla tak moc vybojovat, že jsem na kurtu nechala duši, ať se dělo, co se dělo. Chtěla jsem tam prostě nechat všechno. Někdy to bylo až přes čáru, ale prostě to bylo ve mně. Jsem člověk, který je velmi bojovný, nevzdává se, ale má to i svoje negativní stránky. Jsem silně emotivní. Emoce mě někdy dost zabíjejí. Zvlášť když je hodně těch negativních. V průběhu své kariéry jsem s tím dost bojovala. Až jsem si zhruba ve 23 letech našla mentálního kouče, který mi s nimi pomohl pracovat. Ale bylo to pro mě složité.

~~~~~  
*„Chtěla jsem to dělat. To byla jediná výhoda. A ten tlak tam byl různý. A nejvíc jsem tlačila já. Jsem člověk, který na sebe dokáže vyvinout šilený tlak.“*  
~~~~~

Pomáhá vám to dodneška?

Jo, pomáhá. Samozřejmě existují různé triky, jako třeba dechová cvičení. Já silně prožívám emoce, jak pozitivní, tak negativní. A bude to ve mně vždycky. Nikdy nebudu