

Tessa Randau

Jak jsem znovu našla sebe samu

„Podívej, tvoje hlava je jako harddisk, který si sama programuješ. Celé roky jsi na něj ukládala přesvědčení, že ‚nejsi atraktivní, ‚nic neznamenáš‘ a ‚nejsi úspěšná‘. Tím včerejším rituálem jsme tvou hlavu jako by resetovaly. To však nestačí. Teď je třeba, abys začala vědomě psát nový program. Například za pomoci myšlenek ‚jsem dobrá taková, jaká jsem‘, ‚mám se ráda‘, ‚jsem na sebe hrdá‘, ‚hodně jsem toho dokázala‘. Nejlepší je opakovat si tyto věty několikrát denně. Nejen ráno před zrcadlem, ale i během dne. Po snídani, než se napiješ vody, ve frontě v supermarketu, v autě, když je na semaforu červená, pokaždé, než se podíváš na displej svého telefonu.“

Příběh, který vám připomene, že nikdy není pozdě najít radost ze života a že ten největší poklad se skrývá přímo v nás.



Tessa Randau

Moře a já

Jak jsem znovu
našla sebe samu

S ilustracemi
Ruth Botzenhardtové



Elektronické vydání:

Vydalo Nakladatelství KAZDA, s.r.o.

Všechna práva vyhrazena.

Datum poslední aktualizace: srpen 2025

ISBN: 978-80-7670-263-9

Vytvoření elektronické verze: [Sandstudios](#), 2025

Papírové vydání:

Vydalo Nakladatelství KAZDA, s.r.o., v roce 2025.

Nové sady 2, 602 00 Brno

www.knihykazda.cz

info@knihykazda.cz

tel.: +420 725 565 486

Původní název: *Das Meer und Ich – Wie ich mich selbst wiederfand*
od Tessy Randau

© 2023 dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG, Munich/Germany

Lic.: Agentur Dr. Ivana Beil, Weinheim/Germany

www.dtv.de

1. vydání

Překlad: © Hana Chyzy, 2025

Jazyková korektura: Zuzana Klimšová

Návrh obálky a ilustrace: Ruth Botzenhardtová | buxdesign, Mnichov

Sazba a úprava obálky: ARTEDIT, spol. s r. o., Praha

Tisk a vazba: FINIDR, s.r.o., Český Těšín

ISBN: 978-80-7670-225-7

Naše knihy dodávají na trh Euromedia Group, Infinity Zoom,

Kosmas, Pavel Dobrovský – BETA, Pemic Books a KARAVELA.

Knihy lze zakoupit v knihkupectvích nebo výhodně přímo

u nakladatele na www.knihykazda.cz

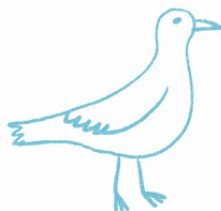
Původní název:
Das Meer und ich – Wie ich mich selbst wiederfand
od Tessa Randau
Originální vydání 2023
dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG, Mnichov
© Tessa Randau 2022
Návrh obálky a ilustrace:
Ruth Botzenhardtová | buxdesign | Mnichov

*Pro Henka a Maru,
ty nejlepší sourozence,
jaké si člověk může přát.*



NEJCENNĚJŠÍ POKLAD,
KTERÝ MÁŠ,
JSI TY SAMA.





1. den POSELSTVÍ

Sledovala jsem menší vlnu, která se mi přehoupala přes chodidla, běžela směrem k pláži a pomalu se vracela zpět do moře. Stála jsem tady už hodnou chvíli, prsty u nohou se mi nořily do písku stále hloub, a snažila jsem se vychutnat si tento okamžik. Ale nedařilo se mi to. V konečcích prstů jsem cítila neklidné brnění. „Jenom se rychle podívám,“ pomyslela jsem si poněkolkáté. Už jsem to déle nevydržela. Ze zadní kapsy džínů jsem vytáhla telefon, který jsem si samozřejmě nezapomněla vzít s sebou, než jsem vyrazila na procházku. Odemkla jsem displej a – nic. Žádná zpráva na messengeru. Žádná esemeska. Žádný nepřijatý hovor. Prostě nic.



Lehce mrholilo a drobné kapičky dopadaly na telefon a pokrývaly jej tenkou vrstvou vody. Znovu jsem ho zasunula do kapsy a zvedla jsem hlavu. Šedivá obloha splývala s šedou barvou mořské hladiny. I mokrá pláž působila smutným a špinavým dojmem. Jediné, co vzdorovalo okolní bezbarvé jednotvárnosti, byla bílá pěna na hřbetech vln, které bez ustání narážely do mých chodidel a rozlévaly se dál směrem k pobřeží.

„Škoda,“ pomyslela jsem si. Když jsem si tu cestu plánovala, představovala jsem si všechno docela jinak – azurově modré nebe a nanejvýš několik neškodných obláčků. Hřejivé paprsky slunce, jež mě příjemně hladí po kůži. A dlouhé procházky s kamarádkou Isou, kterou jsem neviděla už celou věčnost. Isa mi však před třemi dny zavolala a zkroušeně se omlouvala: „Strašně mě to mrzí, zlatíčko, ale nemůžu s tebou jet.“ Z jejího hlasu bylo znát, že je jí to opravdu líto. A hned v další větě mi s nadšením – pro ni tak typickým – vyprávěla o svém novém projektu v zaměstnání: „Představ si, že jsme konečně sehnali peníze na tu nemocnici. Nějaká stará paní nám odkázala celé své jmění a já musím hned letět do Afriky, abych zařídila všechno potřebné ohledně stavby. Tu nemocnici tam už nutně potřebují. Prosím, nezlób se na mě.“

Její zpráva mě rozesmutnila – strašně jsem se na svou nejlepší kamarádku těšila. Všechno jsem si krásně naplánovala – jak si po dlouhé době se smíchem padneme do náruče, ráno se budeme procházet v mokřím písku za doprovodu šplouchání mořských vln. V představách jsem si malovala všechna ta odpoledne, kdy se spolu usadíme v plážovém koši a ponoříme se do příběhů ve svých