

všechno

CO JSEM NESTIHLA ŘÍCT

TEREZA
KARANSKÁ

● ■ pointa



Všchno, co jsem nestihla říct

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na
www.pointa.cz
www.albatrosmedia.cz

● ■ **pointa**

Tereza Karanská
Všchno, co jsem nestihla říct – e-kniha
Copyright © Albatros Media a. s., 2026

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

ALBATROS  **MEDIA**

všechno

CO JSEM NESTIHLA ŘÍCT

TEREZA
KARANSKÁ



všechno

CO JSEM NESTIHLA ŘÍCT

TEREZA
KARANSKÁ

● ■ pointa

Jednou jsem do rozhovoru popsala svůj život jako jednu velkou náhodu. A za tím si pořád stojím, protože situace, lidi, práce a všechno ostatní prostě tak nějak přicházejí do mého života a vždy mě to posune někam jinam. Někam, kam bych asi sama od sebe nezavítala. Proplouvám takhle životem už spoustu let a vyhovuje mi to. Pokaždé se přizpůsobím situaci a snažím se z ní vytěžit co nejvíc, i když mi to třeba ze začátku nejde.

Už od dob, co si pamatuju, jsem si ráda psala něco jako deník. Ne takový ten zamilovaný, ale prostě o životě. Nikdy jsem tomu nepřipisovala moc velkou hodnotu, byl to pro mě odpočinek a v pozdějším věku způsob, jak si srovnat myšlenky. Hodně nad věcmi přemýšlím, občas až moc, a tohle mi celoživotně pomáhá. Vracím se k situacím, které mě rozesmály nebo trápily, a snažím se z nich něco si vzít. Cokoliv. Ať už je to řešení, ponaučení, nebo jen poohlédnutí a zamyšlení nad tím, jak to vnímám dnes. A to je důvod, proč tu dnes spolu sedíme, ležíme nebo stojíme, záleží, jak se vám čte nejpohodlněji.

Mezi šťastnými, usměvavými, negativními, pozitivními, poučnými situacemi mi do života přišla jedna, která mě přelomila vejpůl. Ne doslova, ale emočně a psychicky. Nebyla jsem na to připravená, a přesto jsem si musela poradit. Jakkoliv. A psaní mi v tom pomohlo.

Po letech jsem se náhodou dostala ke svým deníkům a při jejich pročítání jsem přišla na to, že ty situace dnes vnímám trochu jinak a něco jsem si z nich odnesla. Z některých hodně, z některých třeba vůbec nic. Abych si to sesumírovala dohromady a mohla se do toho pořádně položit, začala jsem si je přepisovat do počítače. Vzniklo z toho něco, co máte teď v rukou vy.

Vím, že rozhodně nejsem jediná, kdo si někdy prošel něčím hodně špatným, ale možná tohle někomu pomůže. A možná taky ne. Možná se z toho jen dozvíte, jaké to je, když přijdete o člověka, který položil základní stavební kámen vašeho života.

O někoho, kdo vám byl bližší než váš stín, kdo vedl vaše první kroky, ale neuvidí tu spoustu dalších, které uděláte. O někoho, s kým jste sdíleli všechny své myšlenky, a pak už vám zůstal jen papír, kterému jste je mohli svěřit. Sami. Bez odpovědi.

Ahoj mami,

už je to pět let, co jsme spolu mluvily naposledy. Čas tak neuvěřitelně rychle utíká. Vlastně ani moc nevím, kde začít. Bylo to hodně těžkých pět let a vím, že dalších hodně těžkých je přede mnou. Ale taky vím, že bys nechtěla, abych se trápila. Já ani nikdo jiný.

Všichni mi celou dobu říkají, že čas to všechno zlepší. Ale víš co? Není to zase tak úplně pravda. Čas trochu pomůže, ale tu obrovskou díru nikdy nezahojí. Jen kolem ní vyroste nový život, na který si zvykneme a prostě to přijmeme. Dost často mám pocit, že jsi jen někde venku, za chvilku vejdeš do dveří a dáme si kafe. A potom mě udeří ta obrovská vlna uvědomění, že to tak není. Že nepřijs, že už si kafe nikdy nedáme, nepopovídáme si, že neuvidíš svoje vnoučata, já neuvidím tvůj úsměv. A to bolí. Bolí to tak moc, že mi přijde, že žádný čas neuběhl. Možná proto nevěřím tomu, že se to někdy zahojí, protože to tak necítím. Ani po těch letech.

Když člověk ztratí někoho tak důležitého, základní kámen svého života, nic ani nikdo to nikdy nenahradí. Vlastně to celý život rozboří. A mně se to

stalo. Ale víš co? Jsem tady, žiju, dokonce se i usmívám a užívám si život, protože vím, že bys to tak chtěla. A já chci, abys byla spokojená, i když už tady nejsi.

Doufám, že sis tam nahoře našla kamarády (o čemž nepochybuju) a že si společně paříte na Chinaski a popijíte kafe. Turka, samozřejmě.

Brzo se zase ozvu, musím běžet do nové práce, o té ti napíšu příště.

Miluju tě.

Tvoje Terka.



Terapie mi nikdy moc nešly. Nedělá mi problém o věcech mluvit, rozebírat je a jít do hloubky, zároveň mám ale uvnitř sebe věci, které nějakým způsobem nedokážu pustit ven, protože je nedokážu popsat. Zkoušela jsem hodně věcí, věřte mi. Terapeutku, terapeuta, kineziologii, RUŠ terapii. Ale stejně jsem se pak vždycky vrátila k psaní. To je moje terapie a vždycky byla. A tak jsem mamce začala psát dopisy, které mi pomáhaly utřídit si myšlenky a spoustu pocitů ze sebe dostat ven.

Člověk kolem sebe může mít hodně nejlepších přátel, ale o některých věcech je stejně občas těžké

mluvit. Já jsem většinou všechno rozebírala s mamkou, každý den, každou věc. Bylo a stále je pro mě těžké naučit se to říkat někomu jinému. Můj táta se celkem obstojně postavil do role naslouchače a za to jsem mu vděčná. Ale víte co, není to ono. To je ale asi pochopitelný.



Čau mamčo Gabčo,

doufám, že se máš spokojeně. Že se moc nemračíš nad tím, jak tady vedeme svoje životy, a nechytáš se moc za hlavu.

Momentálně sedím v hotelovém pokoji. Ve Vídni. Jo, v té rakouské Vídni. A víš proč? Dostala jsem tady práci! Je to pěkný hotel, mám to do práce asi sedm minut chůze, takže akorát na dvě písničky. No, možná tři, oni je teď dělají nějaký krátký.

Přijela jsem sem před pěti dny jen s kufrem a chystám se tady začít žít. Pořád mi z toho běhá mráz po celém těle, když si to uvědomím. Ale je to tak. Úplně vidím, jak máš vykulený oči, když tohle čteš. Táta koukal stejně.

Je zrovna prosinec, ale sněhu tady moc není, což mě mrzí, protože jsem se samozřejmě těšila na zasněženou Vídeň, ale tak snad to zažiju příští rok.

Chystám se tady pár let zůstat a pak se uvidí, kam mě život zavede. Nějak jsem to přestala řešit od té doby, co tu nejsi. Nevím proč, ale dřív jsem to tak rozhodně neměla. Sama dobře víš, že odstěhovat se někam daleko od tebe pro mě nepřicházelo v úvahu.

Ale teď jsem tady a uvidíme, co mi Vídeň nabídne.
Musím běžet na snídani, jinak mi ji Číňani snědí,
je jich tady takhle před Vánocemi jak much.
Brzo se ozvu.

S láskou
T.



Terapie jsou super věc, o tom vůbec nechci pochybovat. Jen je důležité najít si tu svou. Tu, která vám bude nejvíc vyhovovat a nejvíc vám pomůže. Mám kamaráda, který pracuje jako terapeut, takže by se asi hodilo, kdybych mu udělala nějakou reklamu. Ale neudělám to, promiň, Máťo. Ty to ale zvládáš i bez reklamy.

Já jsem průzkumník. Moje mamka by asi spíš řekla, že jsem zvědavá jak stará Keliška a houby průzkumník. Zajímá mě, jak všechno funguje, co kdo dělá, jak to dělá a co mu to do života přináší, takže zkoušet různé terapie pro mě byla na jednu stranu zábava. Pozorovat samu sebe, jak na některé věci reaguju, co mě trochu drcne do ega a co mi může pomoci.

Podle mě je důležitý, aby každý sám za sebe věděl, co mu pomáhá. Ale taky vím, že hodně lidí na

to nikdy nepřijde. Důležitý je nepřestávat hledat.
I kdyby to mělo trvat celý zbytek života. Já na to
přišla, ale muselo se stát něco, co mi zlomilo srdce,
abych se do toho vůbec pustila.



Hrozně ráda bych našla nějaký slova. Ale nemám energii. Nemám energii ani na to, abych fungovala, natož abych něco říkala. Moje tělo je podle mě pořád v šoku a drží mě zpátky, abych to všechno zvládla.

Jediný, co teď dokážu říct, je, že jsem ráda za Ondru. Kdyby tady nebyl on, asi bych to teď nezvládla. Jako starší brácha si vzal na starosti snad všechno, co je potřeba zařídit. Já jsem jen náklad, co jezdí s ním. Naloží mě, doveze mě někam, řekne mi, kde mám co podepsat, a odveze zase jinam.

Za pár dnů je pohřeb a já bych nejradši někam zmizela. Nechci potkávat lidi. Nechci na ně koukat.

Chci pryč.



Ty jsi tak strašně silná a statečná.

Jestli vám můžu ze své zkušenosti něco poradit – neříkejte tohle někomu, komu se stalo něco špatného. Já vím, že to myslíte dobře, ale nevědomky tomu člověku nakládáte na ramena tíhu toho, že to musí unést. A vlastně si nemá říkat o pomoc, proto-

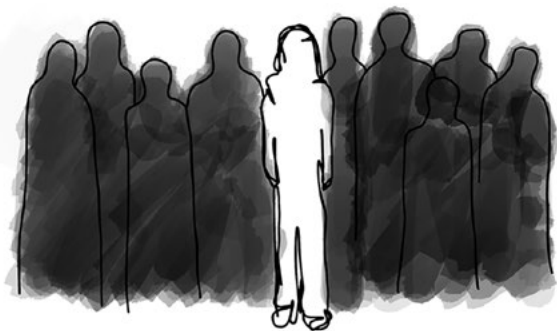
že je *silný a statečný*. A ti si přece o pomoc neříkají. Tohle břímě postupně hodně těžkne a dost špatně se odkládá.

Ta bariéra, která se kolem mě vytvořila, když mi tohle všichni říkali, byla obrovská. A pořád je.

Bylo pro mě těžký se zhroutit, protože jsem přece *silná*. Bylo pro mě těžký někomu říct, že potřebuju pomoc, protože jsem *statečná*. Moje hlava, srdce i tělo se prostě zamkly v tom přesvědčení, že to nějak musím zvládnout sama.

Nemyslete si, mám kolem sebe skvělý lidi. Takový, o kterých vím, že se jim můžu svěřit a že mi pomůžou. Jsou tu pro mě už spoustu let a poskytovali mi prostor, abych jim ty věci řekla, ale to už byla jedna bariéra postavená a nedala se překonat.

A to jenom proto, že *jsem silná a statečná holka*. Nejsem, nebyla jsem, nechtěla jsem být. Ale musela jsem.



Ahoj mami,

asi na mě nebudeš úplně pyšná, ale jinak to nešlo.

Včera jsme byly s Evčou v baru a přišel tam nějaký chlap, který tě asi znal. Začal se mě na tebe ptát – jak se máš, kde jsi a tak podobně. Tak jsem mu to řekla. Dost nevybíravě, samozřejmě.

Vypadal dost překvapeně, takže to asi nevěděl.

Měl pak ještě nějaký řeči, tak jsem ho poslala někam.

Řekl mi, ať jsem silná a statečná.

Tohle ať už si strčí do pr****. Na to už fakt nemám energii.



Všichni pořád dokola říkají – dej tomu čas. Čas to zahojí.

Když si odřete koleno – to se časem zahojí.

Když se s vámi někdo rozejde – dej tomu čas a bude to lepší.

To přebolí.

Vážení čtenáři, právě jste dočetli ukázkou z knihy Všechno, co jsem nestihla říct.
Pokud se Vám ukázka líbila, na našem webu si můžete zakoupit celou knihu.