

Tomas Sjödin

SÍLA NIC NEDĚ LÁNÍ

CO SE DĚJE, KDYŽ ODPOČÍVÁME



portál

Tomas Sjödin

SÍLA
NIC
NEDĚ
LÁNÍ

CO SE DĚJE, KDYŽ ODPOČÍVÁME



portál

Bible je citována v ekumenickém překladu, citace z knihy *Walden aneb Život v lesích* v překladu Josefa Schwarze, úryvek z *Hodiny vlků* v překladu Zbyňka Černíka, verše Charlese Baudelaira v překladu Svatopluka Kadlece.

Původní švédské vydání:

Original edition published in Swedish under the title: *Det händer när du vilar* by Libris förlag, Stockholm, Sweden.

Copyright © Libris förlag, 2021

České vydání:

Translation © Vendula Nováková, 2021

© Portál, s. r. o., Praha 2021

ISBN 978-80-262-1756-5

OBSAH

Prolog	5
1 Kanape	7
2 Stáhnout se do ústraní (abychom se neztratili sami sobě) . . .	12
3 Co se děje, když odpočíváme?	16
4 Oddechnout si	21
5 Jeden den v týdnu jako setrvačnick pro dny ostatní	28
6 Šabat – Greenwichský poledník duše	32
7 Óda na ostrý řez	39
8 Mnohé v životě zůstane nedokončené	47
9 Hodnotový systém odpočinku	55
10 Miluji tě. Odpouštím ti. Pojď se najíst	63
11 Duchovno pro společenské lidi	69
12 Povalečská filozofie	76
13 Odpočinek a růst	84
14 V odpočinku je netušená síla	94
15 Nepřátelé odpočinku	103
16 Odpočinek je útočištěm lásky	116
17 Jak to děláme v Säve	124
18 Věčný odpočinek překypuje životem	129
Epilog	140

PROLOG

Ráno v 7.15 u nás zazvonil telefon. Byla sobota a všichni v domě ještě sladce spali. Celý rozespálý jsem vstal z postele a došel k telefonu. Na druhém konci se ohlásila milá dáma, představila se celým jménem včetně místa bydliště a pak dodala:

„A promiňte, že volám tak brzy.“

Takže to věděla. Nezavolala mi ve čtvrt na osm ráno omylem. Pak mi položila poměrně očekávatelnou otázku:

„Nevzbudila jsem vás?“

Místo abych popravdě řekl, že ano, odkašlal jsem si, nasadil co nejčilejší hlas a odpověděl jsem:

„Ne, ne... kdepak!“

Myslím, že se mi podařilo vzbudit v ní dojem, že už jsem pár hodin vzhůru a že už jsem upekl chleba a vzal psy na dlouhou procházku, kdybychom tedy nějaké měli.

Na obhajobu volající bych měl uvést, že se mě chtěla zeptat, jaké bude téma mé přednášky, kterou mám mít u nich ve městě. Jenže když jsem se podíval do diáře, zjistil jsem, že přednáška se má konat přesně za jedenáct měsíců, tudíž to zrovna nehořelo.

Co nejzdvořileji jsem se jí zeptal, jestli by mi nemohla zavolat trochu později. Třeba tak za šest sedm měsíců? Dáma souhlasila a tím náš hovor skončil.

Vrátil jsem se do postele a zůstal jsem ležet, úplně probuzený. Venku byla černočerná tma a v pokoji také. Snažil jsem se přijít na to, co mě v sobotu v 7.15 ráno ještě za tmy přimělo, abych bezostyšně lhal osobě, kterou ani neznám.

Chvilku jsem přemýšlel a vyloučil jsem různé důvody, jako že jsem ji nechtěl uvést do rozpaků a že se má člověk vždycky chovat pokud možno mile, až mi nakonec zbyl jen jediný: Připadalo by mi potupné nechat se přistihnout při tom, že se jeden den v týdnu potřebuji vyspat, aniž by mě ráno vzbudil budík nebo něčí telefonát. To se v dnešním Švédsku zaměřeném na výkon prostě nenosí.

Odpočinek upadl v nemilost. Omlouváme se za něj, jako by to byl hřích. Obhajujeme ho, jako by to byl zločin. A co hůř, stavíme se k němu, jako bychom se bez něj klidně dokázali obejít. Došlo to dokonce tak daleko, že i únava se považuje za něco nepřístojného.

Touhle knížkou se vůči tomu chci vymezit.

1

KANAPE

Existuje jistý vzorec, který se projevuje jak ve zcela běžných, tak v mimořádných situacích. Čím jste starší, tím se vám to při rozhovorech s přáteli stává častěji: Nemůžete si vybavit jméno člověka, o kterém chcete něco vyprávět.

„Ta, víte která...“, začnete váhavě, „máma toho kluka, jak...“

Jméno je najednou fuč. Jméno osoby, kterou znáte celé roky. Podrbete se ve vlasech a v duchu si procházíte abecedu – to bývá dobrý trik, jak si vzpomenout na něčí jméno –, ale je to marné. Dokud vám váš protějšek neřekne: „Nech to být, na tom teď přece nesejde, jak se jmenuje.“ A vy to pustíte z hlavy a vyprávíte dál. A v tu chvíli vám to jméno naskočí! S takovou samozřejmostí, že se za nedávný výpadek paměti skoro zastydíte. Jako by nám vlastní snažení zabraňovalo v přístupu k informacím. Tajemství spočívá v tom, že se musíte přestat snažit, abyste něčeho dosáhli.

Tato myšlenka mě dovedla k další. Copak se při mém lenošení na kanapi nevyřešila spousta problémů? Kolikrát jsem se šel natáhnout, když jsem se na něčem zasekl. Někdy jsem si zoufal nad zdánlivě neřešitelnou situací, jindy jsem byl umořený starostmi, s nimiž se mi přes veškerou snahu nedařilo nic udělat.

Tak jsem to prostě nechal plavat a přestal se snažit. Ale v tu chvíli jsem uslyšel ozvěnu hlasu svého táty: „Já se na to vyspím.“ A najednou mi došlo, co jsem dřív nedokázal pochopit.

Právě v tom se ukrývá to tajemství. Ten poklad. Bez odpočinku ničeho nedosáhnete.

Ležím na kanapi a myslím na tátu, který kdysi ležel na kanapi a myslel zase na svého tátu. Nevím, jestli můj otec v mládí ležel na kanapi a představoval si, že z něj bude táta? Možná o tom snil? A o tom, že bude dědeček, což jen taktak stihl, než se odebral k věčnému odpočinku? Já každopádně myslím na svého syna, na to, že je až s podivem, jak moc se mu na našem kanapi líbí, a na to, co ho čeká v budoucnu.

Lehávám tady často. Co nejčastěji. Nezřídka mi do myšlenek zavítají lidé z minulosti. Když odpočíváte, přiblížíte se své minulosti tak, jak se vám to při nakupování, při práci nebo při budování verandy nepodaří. Proto je kanape vynikajícím místem k rodopisnému bádání, a tím nemyslím rodokmen, který objasňuje, kdo je čí teta, ale vnitřní příbuzenské vazby, ty, které nás spojují s našimi předky a s lidmi, kteří nás v životě nějak ovlivnili. Ať už jsme se s nimi setkali osobně, nebo je sledovali jen na dálku.

Když ležíte na kanapi, minulost a budoucnost jako by splývaly. Vzpomínky a sny se proplétají. Kdo odpočívá, vzpomíná. A také se vztahuje k budoucnosti, přičemž zjišťuje, že budoucnost nám kráčí v ústrety. Jak to v nejvyšší míře dělá veškerý čas.

Čím déle tady ležím, tím mi to připadá důležitější. Život jako by se sám od sebe prohluboval. Nejdřív přijde pocit úlevy, člověk

se schoulí, uvolní. Ale pod odpočinkem se rýsuje nová úroveň – je to také příležitost k růstu. Vnitřní človíček se protahuje.

Po další chvíli ležení myšlenky přecházejí v modlitbu za mé nejmilovanější. Mám pocit, jako by ke mně dosáhla láska – prvotní láska. Najednou tuším, že kanape není jen místem odpočinku, slouží také jako plovací vesta, nebo chcete-li, záchranné lano. Ležím tu a zachraňuji životy. Především svůj vlastní, ale do jisté míry i životy ostatních. A myslím si: Copak existuje něco důležitějšího než nicnedělání?

Nutno říct, že už jsem tu také ležel tak usouzený, znechucený sám sebou a zdeptaný, že jsem se musel kanape – čistě fyzicky – držet, aby mě to neodfouklo. Zahnaly mě sem bouře, které nejsou navenek viditelné. Bouře, jejichž původci i oběťmi jsme my sami.

Jindy se ve mně lenošením probudila hravost a já si vzpomněl, jak jsem v dětství u babičky a dědečka přespával na kuchyňské lavici a jak děda ráno opřel víko lavice o podlahu jako klouzačku. To bylo moje první hřiště. A občas, když se opravdu hodně odvážu, si představuji kanape jako lávku k budoucnosti plné dobrodružství a myslím si, že to nejlepší mě teprve čeká. Balancuji na kanapi na okraji neznáma.

Mnohokrát jsem uvažoval, proč moje nejvýraznější vzpomínky na tátu jsou ty, jak po obědě spí. Můj táta byl přece aktivní člověk. Pracoval, chodil na ryby, sbíral lesní plody, hrál na mandolínu a prodával textil.

Zemřel před pětadvaceti lety a s ním odešel i svět, který nám dnes připadá poměrně vzdálený. Mobily ještě nebyly. Ani počítače. Neexistovalo skoro nic z toho, co nám dnes šetří tolik času,

že sotva stiháme žít. Také v tom se můj táta od naší současnosti velmi zřetelně lišil. Měl snad méně práce než my dnes? Kdepak. Ale dokázal vnímat tlumený tlukot *vrozeného* pořádku. A měl odvahu se mu podřídit.

I já pod nánosem všech vnějších změn občas zaslechnu tlukot prastarého životního rytmu. Paměť tohoto rytmu sahá mnohem dál než k mému tátovi a dědovi. Jsou to úder srdce, které tluče od počátku stvoření, rytmus tepající po celá tisíciletí: „Šest dní budeš pracovat a dělat všechnu svou práci. Ale sedmý den je den odpočínutí Hospodina, tvého Boha. Nebudeš dělat žádnou práci.“ (Ex 20:9–10)

Zapnout a vypnout. *On a off*. Pravidelné střídání. Tak zní moudrost, kterou jsme ztratili a potřebujeme si ji zase osvojit. Věřím tomu čím dál víc. Nepíši tu ale o rovnováze. Máloco je mi v souvislosti se životem a životním stylem tak protivné jako výraz „rovnováha“. Zní mi to jako opis pro „dokonalý život“. A o to snad nikdo nestojí.

Píši o tom, že přijmout zodpovědnost za svůj život znamená vyhradit si čas na odpočinek. Patřím k těm, co mají neustále co dělat a líbí se jim to. Vyhovuje mi nerovnováha, mám rád, když se pořád něco děje, ale pomalu mi začíná docházet, že minimálně stejně přínosné je nedělat nic. A dělat to pravidelně.

Když tu myšlenku – že bez odpočinku ničeho nedosáhneme – přiložíme jako šablonu na různé situace, hned uvidíme, že má dalekosáhlou platnost. Dokud nepovolíme křečovitě sevření, bráníme vývoji. Ať už jde o nepodstatné maličkosti jako zapomenuté jméno nebo rukavice, které jsme někam založili, nebo závažnější problémy a profesní výzvy.

Ale týká se to také lásky. Milovat neznamená druhého pevně svírat, milovat znamená dát mu volnost. Milovat znamená vzdát se kontroly a nechat věcem volný průběh. Odpočinek je odrazový můstek k možnostem. Dovede nás tam, kam se nikdy nedostaneme, pokud budeme odpočinek zanedbávat.

Věřím, že to má co dělat s důvěrou v síly, které nás převyšují, a že odpočinek v tom nejzásadnějším a nejhlubším slova smyslu potřebujeme, abychom zůstali naživu.

STÁHNOUT SE DO ÚSTRANÍ (ABYCHOM SE NEZTRATILI SAMI SOBĚ)

Valná část této knihy vznikla během jara, kdy jsem si vzal volno na odpočinek. Možná to zní jako protimluv, že jsem pracoval, když jsem měl odpočívat, ale v mém chápání tohoto slova je to logické: odpočinek není především nicnedělání. Člověk odpočívá, když dělá to, co ho baví a těší. A hlavně, odpočinek znamená dělat něco jiného než obvykle.

Jenže kdo má dnes čas odpočívat? Pravidelný odpočinek se stal ohroženým druhem, a když někdo řekne, že si po obědě chodí zdřímnout, okolí se na něj dívá jako na muzejní exponát. S přiznáním, že jste celý den nic pořádného neudělali, musíte zacházet opatrně, je třeba brát ohled na citlivější jedince. Někteří lidé by se z toho osypali.

Počítá se jen to, co lze změřit. Když slyším, jak se někdo chlubí, že mu stačí spát jen pár hodin denně, je mi ho spíš líto. Spánek je přece jedna z nejlepších věcí na světě. A být tak odpočatý, aby si člověk mohl dovolit nedělat nic – a neusnul přitom –, je možná hned na druhém místě.

Laickým odhadem jsem došel k tomu, že jsem celkem průměrně zaneprázdněný člověk. Nehoním se jako někteří, co v životě nic než práci nemají a mluví o tom, že makají „24/7“. (Což je mimochodem naprosto šílený výraz! Čiší z něj, že život dotyčného spěje ke krachu.) Neřadím se ani k těm, co si nenajdou čas porýpat se v záhoně nebo si zajít na dlouhou procházku do lesa. Asi se nacházím někde uprostřed.

Nejsem nijak pyšný na to, že se řadím do skupiny vytížených lidí. Když je řeč o toaletách a šatnách, počítá se s tím, že na dveřích může být napsáno „obsazeno“, ale u lidí se to posuzuje jinak. Naše obsazenost – vytíženost je něčím vykoupená, doplácení na ni naši nejbližší. Netrávíme s nimi tolik času, nejsme po ruce, nemůžeme jim pomoci, když to potřebují.

Samotného mě to mrzí, ale myslím, že na okolí působím občas dost uštvaně. Aniž bych si chtěl hrát na proroka, dovolím si tvrdit, že v tom nejsem sám.

Říká se, že definice šilenství je dělat stále totéž a očekávat jiný výsledek. Abych se vyhnul tomu, že příštích deset let budu pokračovat zhruba ve stejných kolejích jako po deset uplynulých, domluvil jsem si před rokem a půl, že si vezmu na dva a půl měsíce volno. Takzvaný *sabbatical*.

Podle Wikipedie *sabbatical* označuje volno z práce trvajícím nejčastěji od dvou měsíců do jednoho roku – přerušení kariéry za účelem toho, abychom se věnovali něčemu jinému. Také se dočteme, že se význam toho pojmu v moderní společnosti posunul a dnes se očekává, že během volna dosáhnete nějakého cíle. Jako příklad se uvádí, že napíšete knihu nebo podniknete dlouhou cestu. I to mi připadá logické a příznačné. Přece z toho musí něco být!

Ale ve chvíli, kdy tak uvažujeme, se vytrácí smysl samotného odpočinku: ten totiž žádný výsledek mít nemusí. A vida, já přesto píšu knihu. Je v tom značný rozpor. Jsem rozporuplná osoba.

Moje tvůrčí volno bylo rozsahem na spodní hranici toho, co se podle Wikipedie jako *sabbatical* ještě počítá. Vyhradil jsem si čas na odpočinek, ale také jsem chtěl nasbírat dobré důvody k tomu, proč odpočívat. Ne abych odpočinek ospravedlnil, to není potřeba.

Ale všiml jsem si, že odpočinek a výčitky svědomí spolu až příliš často jdou ruku v ruce a že jsem se začal za odpočinek omlouvat.

Jednou už jsem si podobnou přestávku udělal. Bylo to skoro přesně před pětadvaceti lety. Po několika letech práce v církvi jsem se na čas přesunul z našeho bytu v centru Göteborgu do červeného cihlového domu, který vypadal téměř jako viktoriánský zámek a nacházel se jižně od Londýna. Bydlel jsem v pětilůžkovém pokoji s mladými studenty teologie z různých koutů Evropy. Studovali jsme rétoriku a exegezi a venku byla zima a my strašlivě mrzli. Chatrnými okny s jednoduchými skly profukovalo a já jsem zpočátku každý večer i ráno toužebně vzpomínal na domov.

Během těch několika měsíců jsem se toho hodně naučil. Většinu z toho jsem zase zapomněl. Dokonce i to, na jaké předměty jsem chodil. Ale zůstala ve mně změna perspektivy, nový pohled na můj život doma. Odpočal jsem si od běžné práce, do které jsem byl zabraný až po uši, a dostal jsem možnost podívat se na ni s odstupem. Zjistil jsem, že naše metody práce, které jsem sám pomáhal vytvářet, mají velké nedostatky, že budujeme dům bez základů, že naše činnost nemá žádnou nosnou myšlenku. Dokud jsem v tom byl aktivně zapojený, neviděl jsem to.

Vracel jsem se z Anglie domů – lodí – a cítil jsem se ne-svůj. Samozřejmě jsem to byl pořád já, ve vymrzlém podkrovním pokoji v Capelu i o několik týdnů později na Tegnératan v Göteborgu. Nijak zvlášť jsem nezestárl, a rozhodně jsem nijak nedozrál. Ale byl tu jeden velký rozdíl: v Anglii jsem měl čas, a ten mi při běžném provozu v göteborgské farnosti chyběl.

Později jsem pochopil, že studium bylo jen záminkou pro můj pobyt. Sbíral jsem kredity za přednášky, ale ve skutečnosti jsem