

Recenze | Próza | Pavel Kolář, Renata Červenková: Labyrint pohybu

Pavel Kolář, Renata Červenková: Labyrint pohybu

Kniha Labyrint pohybu se čte tak trochu jako detektivka. Znamý fyzioterapeut Pavel Kolář v ní odpovídá na otázky novinářky Renaty Červenkové. ...



Romana Červenková, Pavel Kolář: Labyrint pohybu

Vyšehrad
2018

Nebylo-li její napsání pro autory jednoduché, jak se dovídáme ze stručného úvodního slova, plného soustředění si vyžaduje publikace i od čtenáře. Leccos nám však usnadní přehledná forma, důsledné rozčlenění do kapitol se stručným shrnutím konkrétní problematiky na první kontrastně černé straně. Dovolí nám tak procházet životem od začátku až po jeho konec.

Víme však všichni, co je to například postura? Lidské tělo se nám v podání Pavla Koláře zjevuje v celé své tajuplnosti, zázračnosti, překvapivosti a složité fyzické propojenosti s nadvládou mozku. Stejně důležitou roli však hraje i psychika, vždyť už třeba chůze radostného člověka vypadá úplně jinak než toho úzkostného. K věrohodnosti napomáhá jistě i osobní otevřenost autora. Hovoří nejen o svém dětství a mládí, o éře aktivního sportovce, ale využívá rovněž i svých zkušeností s vlastní nemocí. Na řadě příkladů ze své lékařské praxe dokládá smysluplnost neotřelého pohledu na problém, vždyť často se věci vyvinou zcela odlišně, než se zpočátku zdálo nebo než by se dalo očekávat. Bolest a nemoc k životu patří, útěchu však přináší Kolářovo krédo, že k objevení toho pozitivního musíme zažít i to negativní. Navíc jen tak můžeme zvládnout zátěž, poprat se s méně příjemným, co čas přináší. Zajímavá je i skutečnost, že meditace někdy pomáhá víc než cvičení.

Kolář rozhodně nebere pacientům naději, upozorňuje nejen na efekt fungování placebo, ale i noceba. Kniha však v žádném případě není z řad laciných osvětově zdravotních návodů na životní styl. Kolář prostě nevzbuzuje falešná doufání. Klade naopak důraz na přijetí situace, adaptaci, nalezení nového způsobu života. Jedná se nejen o lidi odkázané po úrazu na invalidní vozík. Vždyť třeba smířování se s omezeními a snížením výkonnosti v rámci stárnutí se týká každého z nás.

Prostého smrtelníka možná povzbudí fakt, že ani významné osobnosti typu prezidenta Havla či slavných sportovců neukočírují vždy své city a pocity a ty pak následně působí na jejich fyzično. Dovídáme se, že konkrétní stavba našeho těla nás ani zdaleka nepředurčuje ke všem sportům, často ani k těm, které bychom dělali rádi. U sportovních výkonů si možná až na základě Kolářova upozornění do hloubi uvědomíme i jejich ladnost a krásu.

Pavlu Kolářovi rozhodně nechybí pokora. Zdůrazňuje například nepostradatelnost určitého studu, hanby a citlivosti svědomí pro společnost. Svůj život opírá o spiritualitu, bez níž obětování se pro druhé nemá smysl. Nejdůležitější je pro něho směr, cesta, z níž nesmíme odbočit, a také neustálé zpytování sebe sama.

Kéž by se něco z této pokory přeneslo i na nás čtenáře. Kéž bychom si vážili svého života, ale uměli přijmout i nemoc a bolest. Snad bychom pak cítili i více úcty k vlastnímu tělu.

Ivana Srbková (1955) absolvovala bohemistiku a bulharštinu na Filozofické fakultě MU v Brně. Působí v Národní knihovně ČR, zabývá se překladem a propagací bulharské kultury a literatury u nás.