

Běhání ve věčné tmě. Slepí nazouvají kecky i po čtyřiceti operacích

2. března 2015 08:57 - Praha

Co máme rádi? Svoji práci, svíčkou, někdo tofu, pivo, babičku. Může být. A co zdraví. To, které si několikrát do roka přejeme, ale zamyslíme se? Ne! Fráze, která zmizí jako voda z umyvadla. Šmahem je pryč a život jde dál, vidíme jen to svoje. Ale co když nevidíme? Vidíme jen tmou, která nikdy neskončí. Jste slepí čtyřicet hodin. Co nám tedy zbývá? Ano, zase si přát zdraví. Ale proč truchlit, nevidomí třeba běhají. A jsou šťastní.

„Do dvaceti jsem viděl normálně, ve třiceti jsem oslepl úplně, mám za sebou čtyřicet operací. Poslední dva roky jsem úplně slepý,“ říká Jan Bauer, který už dva roky běhá. Ba co víc. V září vylezl i na Gerlachovský štít.



„Žil jsem hodně prací a najednou se domeček z karet zborší, není pro co žít. Ale narodilo se mi dítě, to byla velká vzruška a měl jsem silný základ v rodině, která stála za mnou,“ vzpomíná Honza.

Do dvaceti let bez problémů, ale pak ho zdraví zradilo. Dnes je ale jinde. Doma ho nebaví sedět, tak se rozběhl a běhá na provázku s trasérem, který ho vede a propůjčuje mu své oči.

Na pár minut na provázku

„Vyzkoušel jsem si pár minut běhat jako nevidomý. Musím říct - děkuju, nechci. Ne, to není opovržení, to je fakt. Pokud máte vše, co potřebujete, dohadujete se v práci o blbostech. Doma si pustíte televizi, kouknete na film, namažete si nezdravé máslo na chleba, jste spokojení. Pro drtivou většinu z nás klasika. Ale zkuste běžet, když vidíte jen tmou. Nevidíte před sebe, nevíte, kam šlápnete, jen slyšíte hlasy, ruchy, zmocní se vás strach. Stačí menší nerovnost a kolena vás zradí. Jste odkázaní na druhého, který si vás vede na provázku. A vy mu musíte věřit. Být zdravý a vidět, je krásný. Jen na to občas zapomínáme.“

„Běh jsem nenáviděl, myslel jsem, že to je k ničemu. Sport mi ale pomohl, dnes tvrdím, že mám kvalitnější život a příjemnější, než jsem měl předtím,“ překvapuje Honza, který vlastní masérské studio U Slepějša a tvrdí - mé ruce jsou mé oči.

Ze začátku měl strach, nic neviděl, ale zvykal si. „Důležitý je, že musím druhému věřit. Záleží na přístupu traséra, někdy nezískáš důvěru nikdy,“ připomíná Honza, kterému pomáhá s běháním Jitka Křížová, která běhá pro organizaci Světlo pro Svět. Trasérka, která začala běhat se slepými dětmi na dětském táboře.

„Žádné školení být nemusí, je to poměrně jednoduché. Musíte se jen soustředit na to, že máte vedle sebe člověka, který nevidí a je hodně citlivý,“ připomíná, trasérka, která se nyní s Honzou chystá na první půlmaratón 28. března v Praze. „Záleží, jak se prodereme davem. Hromadný závod jsem takto ještě neběžela. Bude potřeba si dávat pozor,“ je si vědoma Jitka Křížová, která na každé běhání přichází s metrovým provázkem. S ním poté vede nevidomého běžce.

Když vám parták neuteče

„Člověk by si měl uvědomit, že slepý není úplně bezbranný, ale trasér by měl na překážky upozorňovat, pomoci mu překážky překonat. A co lidé, když nás vidí? Více si nás všímají, ale to je tím, že máme krásné vesty,“ směje se trasérka, která v květnu poběží maratón na Velké čínské zdi, poté bude chtít vydražit medaili ze závodu pro Světlušku a Světlo pro svět.

„Baví mě to víc než klasické běhání. Máte u sebe partáka, který neuteče, mám ho na provázku. Je to normální běh, ale je tu vyšší hodnota, strávený čas s nevidomými.“