

Anna Julie
SLOVÁČKOVÁ

Zvládla jsem to já, zvládnou to i jiní

Co vám teď dělá největší radost? Léto a koncertování?

To samozřejmě ano, ale jinak jste mě zastihla v takovém depresivním období. Je pak těžké vybavit si ty pěkné věci.

Ale i v tom špatném se dá najít něco pěkného, ne?

To určitě ano, ale je to těžké. Zvláště když má člověk úzkosti, je těžké ventilovat něco navenek, co uvnitř necítíte. Ale na druhou stranu, proč neříct lidem, jaká realita někdy je. Že to není jen růžové a že leckdy je život víc temný než světlý. Já se ale učím, a snad jsem se už i naučila, hledat krásu v maličkostech. To je asi nejdůležitější, být vděčný za to, že vyjde slunce, že můžete poslouchat ptáky, dýchat a být zdravý. Když je člověk zdravý, tak to ostatní není tak důležité.

To vy moc dobře víte. Prošla jste si vážnou nemocí a možná už o tom ani nechcete mluvit. Naučila vás nemoc něco nového?

V každém okamžiku života se člověk může něco nového naučit, ale musí být všemu otevřený.

Změnila vás nějak rakovina? Jste třeba víc pokorná?

Myslím, že pokud jde o pokoru, už předtím jsem měla brambory srovnané v řádku. Spíše jsem se změnila vůči vnímání sebe samé. Vidím na sobě, že silněji prožívám některé emoce, které jsem předtím nedo-

kázala pojmenovat, a snažím se stát si více na svém. I když zrovna teď mám pocit, že jsem něco udělala, co je právě proti mému přesvědčení, a myslím, že to bude mít nějaký následek.

Nejdřív musíme pomoci sobě, abychom mohli pomáhat druhým.

Přesně tak. Primárně musíme myslet sami na sebe. Jakmile nebudeme šťastní, tak nemůžeme dělat šťastnými lidi kolem sebe. Tak to prostě je. Jakmile budeme nespokojení, budeme šířit negaci dál kolem sebe do světa. A to nechceme. Někteří lidé jsou ale silní, jako moje kamarádka, která si spoustu let prochází hroznými věcmi, a zároveň je tu pro všechny ostatní a dokáže jim pomoci. Ví, že kdyby byla v pohodě, šla bych si k ní pro pomoc asi častěji, ale nechci ji zatěžovat. I kvůli tomu by se měl člověk zaměřit více na sebe, aby si dal do kupy svůj vlastní život. Pak může pomáhat dál.

Myslíte, že neumíme přijímat pomoc?

Neumíme. Je to takové prokletí dnešní doby.

Dá se to nějak naučit? Nebo se to naučíme, až spadneme úplně na dno?

No, jestli už pak není pozdě, když si natlučeme nos. Pak už řešíme důsledky, nikoli příčinu. Měli bychom řešit problém v zárodku.

Kde je ale ta hranice? Vy umíte poslouchat signály, které vám vysílá tělo?

To kdybych věděla... Ale na tisíc procent platí, že kdybychom ty signály včas vyslechli, mohlo by to být jinak. Takže je nutné vrátit se zpět ke kořenům, zanechat ten technický svět stranou a ponořit se do nitra svého těla. Když půl roku cítíme, že nás tepe v boku, asi je někde nějaký problém, který je potřeba řešit a který nevyřeší léky.

Umíte si představit, že byste se na měsíc sebrala a jela třeba někam do hor a starala se o ovce?

Zpěvačka, herečka, bojovnice. Mladá, ale vyzrálá a silná kvůli těžké nemoci, kterou dokázala porazit. Skromná, pokorná, otevřená. Cení si přátelství a ženské síly. Necouvá před otázkami a snaží se na každou upřímně odpovědět. A usmívá se, i když jí zrovna není do smíchu.

TEXT IVANA AŠENBRENEROVÁ

To je můj největší sen v poslední době. Sebrat se a někam odjet. Ještě jsem to ale nerealizovala. Mám různé smlouvy a aktivity, ale pořád si říkám, až nebudu točit, nebudu koncertovat... tak to udělám. **Vydržela byste měsíc bez moderních technologií?** Televizi nepotřebuji a bez počítače si to taky dovedu představit. Chytrý telefon už by byl náročnější. Co si budeme povídat, je to závislost. Ale všechno jde, když se chce. **Za kým chodíte, když je vám nejhůře?**



To je ta zmiňovaná kamarádka. My jsme asi spřízněné duše. **Jsme jako ženy silnější?** Řekla bych, že ženství je pořád nějak opomíjené. Většina žen chce být silnější než muži, a to taky není dobře. **Jak vnímáte svoje ženství vy?** Jako v rekonstrukci. Protože jsem byla taky taková. Ženská, co chce všechno zvládnout a dokázat. A já věřím tomu, že každá žena zvládne, co si zamane. Že ženy jsou neskutečně silné, silnější než chlapi. Takže věřím v ženskost, ale ta síla není v tom, že si budeme samy tahat těžké nákupní tašky, že doma budeme všechno dělat, ale myslím v tom hlubším slova smyslu. A to se dost vytrácí, asi i díky tomu, že chlapi čím dál méně vydrží. **Měly bychom jako ženy víc táhnout za jeden provaz?** To bychom měly stoprocentně, ale když se rozhlédnu, mám dojem, že někdy jsou ženské hrozné fúrie. Proto mám taky hodně přátel mezi muži. Řeknou si všechno narovinu, nedělají žádné hry pod povrchem. Mám ráda, když se jedná napřímo.

Proč myslíte, že to tak je? Nevím. Závidíme si? Ego? Nebo jsme nepřejícné a hlídáme si svoje teritorium jako lvice? Těžko říct. Ale když bychom se víc porovaly, nesoudily se pořád podle vzhledu,



1 Na média a popularitu je zvyklá odmalička. 2 Ráda řídí a cestuje. 3 Zpívá s kapelou, hraje v muzikálech, moderuje, zahrála si v úspěšném seriálu Ordinace v Růžové zahradě. 4 Rodiče Dagmar, Felix a bratr Felix.



nebyly by žádné předsudky a dávno bychom vládly téhle planetě. **Na sociální síť dáváte občas fotky s texty, které podporují sebelásku ke svému tělu za to, co dokáže, ne za to, jak vypadá.** To je přesně to, co je podle mě důležité. Že si člověk váží svého těla za to, co pro něj dělá. To, že mu bude dávat jen negativní zprávu o tom, že má celulitidu, tlusté ruce, další špek nebo uhrák, jak na to pak tělo asi bude reagovat? Znáte ten průzkum, kdy vedle sebe byla dvě jablíčka. Jednomu říkali, jak je krásné a druhému, že je ošklivé. To druhé za tři dny shnilo, to první bylo pořád krásné. **Musíme se tedy chválit sami?** Musíme! Musíme smýšlet o svém těle pozitivně. Kdo jiný to bude dělat než my, aby to bylo opravdu upřímné? Jen my sobě můžeme dát stoprocentní lásku. **Není pro vás náročné jít na instagra- mu s kůží na trh a číst někdy i nená- vistné reakce?** Snáším to těžko. Jsem totiž hodně citlivá a empatická, tak mě dokáže každá malič- kost rozhodit. Ale to je asi ta moje cesta. A cesta je cíl. Vědět, že sama sebe mám ráda takovou, jaká jsem, a pak mě nemůže nic rozhodit. **Pomáhá vám ještě někdo kromě ka- marádky?** Už spoustu let chodím na terapii. **Když jste byla malá hol- ka, komu jste se svěřovala, mámě, nebo tátovi?** Chůvě. A když tam nebyla, tak raději nikomu. Nešlo to, bylo to těžké. Když jsem se svěřila mámě, dozvěděl se to táta, a obráceně. Tak jsem raději mlčela Pak jsem se víc svěřovala kamarádkám a vzhledem k tomu, že jsem začala chodit na terapii asi v patnácti, tak jsem to filtrovala na terapiích. **Asi nebylo jednoduché mít oba rodiče slavné. Myslíte, že ta nechuť svěřovat se, souvisela i s tím?** Nejen s tím. Souviselo to i s mou povahou a dalšími věcmi, které tady nechci ventilo- vat. Ale abych rodičům nekřivdila, když by došlo na lámání chleba, asi bych se svěřila oběma. Asi jsem se snažila je do toho moc netahat, protože by byli až moc úzkostliví. **Nemoc vás přivedla i k tomu, že jste aktivní v projektech týkajících se pre- vence. Je důležité lidi nabádat k pre- venci?**

ANNA JULIE SLOVÁČKOVÁ (27)
• Odmalička se učila hrát na klavír a studovala zpěv.
• Od tří let namlouvala Krtečka. Moderovala dětské pořady. Učinkovala v muzikálech, hraje v divadle Semafor. V roce 2016 se zúčastnila soutěže Tvoje tvář má známý hlas. Hraje v seriálu Ordinace v růžové zahradě.
• V roce 2021 vydala se svou kapelou debutové album Aura.
• V roce 2019 jí byl diagnostikován zhoubný nádor prsu. Absolvovala úspěšnou léčbu. S Pokáčem nazpívala píseň I když jsme plešatý jako součást projektu na podporu onkologicky nemocných dětí.
• Spolupracuje s Nadací Slunce.

Je to hodně důležité, ale pořád toho je málo. Na jednu stranu chápu, že se bojí toho, že jim někdo řekne, že je nemocný a že bude následovat nějaká léčba. A to je pořád tak trochu tabu. Žádná léčba těžké nemoci není procházka růžovým sadem, ale pořád lepší je si vytrpět ten čas, který musíte, než umřít. Nebudu tvrdit, že já jsem to zvládla dobře, ale zvládla jsem to, a zvládnou to i jiní. Hlavně člověk získá klid, když mu na prevenci řeknou, že je vše v pořádku. A když není, tak získá čas, a čas je například v případě rakoviny hodně dů- ležitý. Prevence je bohužel dost podceňova- ná, a to nejen v případě rakoviny. **Když mluvíme o léčbě, jakou roli v ní sehrály vaše kočky?** Obrovskou. Mám kocoury Alexe a Filípka. Když jsem začala chodit na chemoterapie, tak na mě byli pořád nalepení. Jeden to odstonal taky, prozvracel a vzpamatoval se až po půl roce. I teď, když jsem v háji, je v háji i kocour. I kdybych nevěděla, že jsem v háji, poznala bych to na kocourech, pro- tože začnou zvracet. **Co pro svoje zdraví děláte?** Ráda chodím na procházky a snažím se každý den ujít aspoň pět kilometrů. Moc to není, ale aspoň něco. Občas posilovna, plavání, tenis. Mám pohyb ráda. Někdy mi cvičení pomáhá, ale jindy si řeknu, že na to kašlu a jdu si radši lehnout. Nedržím diety, odmítám je držet. Naštěstí miluji čerstvou zeleninu. Nejsem vegetarián, ale maso moc nejím, nejen protože se po něm cítím těžší, ale taky musím vědět, odkud pochází. **Jste prý velká bylinkářka...**

FOTO ČTK, PROFIMEDIA, SUZUKU ARCHIV

Pěstujeme je s bráškou na chaloupce v Českém ráji. Máme tam klasiku, meduň- ku, šalvěj, petržel, za chalupou sléz, ten mi dělá dobře na hlasivky, jitrocel, pampeliš- ky, malinovník... to všechno suším. **Pomáhaly vám bylinky i v době che- moterapie? Prozradila jste, že jste v té době procházela umělou me- nopauzou, takže jste měla návaly.** Píchali mi hormony, aby se zastavila funk- ce vaječníků. Trvalo to asi půl roku a bylo to snad horší než celá chemoterapie. Tím, že můj stav byl vyvolaný injekcemi, nebylo to přirozené. Budila jsem se v noci úplně zpocená. Návaly byly často horší než nevo- lost z chemoterapie. **Pomohla vám nějaká konkrétní by- lina?** Pomohlo mi léčebné konopí a CBD. To byla jediná věc, která na bolest zabrala. A CBD je fajn brát i preventivně, když vám nic není. Nepodporuji drogy, ani nekouřím, ale konopí mi pomohlo. A díky němu jsem se mohla i najíst nebo vyspat. **Jste ekologická.** To je pravda. Už několik let používám menstruační houbu. Je skvělá, díky ní nemám ani menstruační křeče. A pokud jde o módu, třeba všechny outfity na novém albu byly ze second handu. **Debutové album Aura vy- šlo loni. Proč právě aura?** Protože jsem hodně vázaná na svou kapelu. Lidi v ní mám hodně ráda a vždycky říkám, že když jsem s nimi na pódiu, tvoří takovou auru, moji koru- nu. Já jsem sice zpěvačka, ale bez nich bych to nebyla já. **Jak vás napadaly písnič- ky do alba?** Je to vyprávění mého života. Psaly jsme je s Patricií Fuxovou. Řekla mi, ať napíšu deset příběhů, které mě trápí nebo vzpomínky na to, na co často myslím. Z toho jsme vybraly nejsilnější témata a za- čaly psát texty. **Jste v šoubyznysu odmalička, asi není snadné mít slavné rodiče. Nelezlo vám to někdy na nervy?** Leze mi to na nervy neustále. **Za co jste rodičům vděčná?** Za disciplínu. Za to, že mě profesionálně vedli a zároveň mě učili pokoře. Možná až přehnaně často. Také mě naučili uznat

svou chybu a být sebekritická. A myslím, že umím díky nim taky velmi dobře komuni- kovat s lidmi. Ne vždy se to ovšem povede. Občas někoho pošlu někam. **Žárlila jste někdy na maminku, kte- rou milovaly tisíce cizích dětí?** Žárlila, a moc. Ale taky jsem chápala, že ji ty děti vážně milují a jak moc pro ně zna- mená, že jim dává naději. Bylo to vlastně moc krásné a máma pro ta děcka měla velké srdce. Já byla vždycky vzhadu v koutě, ale zase jsem ji měla doma. Vždycky to byla maminka. **Zeptám se, možná trapně, to druhé křestní jméno Julie, má souvislost se Žížalou Julíí?** Obávám se, že ano. Jméno je to hezké, ale je to trošku bizarní, že první byla prostě ta žížala. Co nadělám. **Podporujete Nadaci Slunce, která pomáhá dětem i do- spělým s kombino- vaným postižením, rodinám v tíživé situaci i seniorům. Umíme si pomáhat?** Někdy to vypadá, že lidi potřebují každý týden nějakou novinku, proto- že pak jsou informace už staré. Ale ne, jako národ snad umíme při sobě stát. A měli bychom se asi víc snažit, abychom nebyli proti sobě. Být otevřený k ostatním, mít otevřenou náruč, pak se nám všechno vrátí. **Co humor? To nám jde, ne?** Všechno je dobré brát s nadhledem. Když bych si já občas ze své nemoci nedělala srandu, tak bych na tom byla hůř. Musela jsem to ventilovat tímto způsobem, i když si mnozí mysleli, že si ne- vážím života. Ale já to musela dělat. **Věříte na náhody? Ptám se proto, že jednou jste dala nějaké plačící slečně lísteček s vaším poselstvím a za nějaký čas se vám tentýž papí- rek vrátil.** Věřím v něco většího, co nás vede. Někdo tomu říká Bůh, někdo Vesmír. Věřím, že máme každý nějaký svůj cíl. A že ty náho- dy, které nám přijdou do života, nás ujišťu- jí, že jsme na správné cestě. Že je to tak, jak má být, a že to vlastně není náhoda. ●