



ELLI H. RADINGEROVÁ

MOUDROST STARÝCH PSŮ

Největší moudrost šedivých čenichů?
Být v pohodě a poznat, na čem opravdu záleží.

MLADÁ FRONTA

Moudrost psů

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na
www.mf.cz
www.albatrosmedia.cz

mladá fronta

Elli H. Radingerová
Moudrost psů – e-kniha
Copyright © Albatros Media a. s., 2022

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


ALBATROS MEDIA

ELLI H. RADINGEROVÁ

**MOUDROST
STARÝCH
PSŮ**

MLADÁ FRONTA

Bože, dej, ať se stanu takovým člověkem,
za kterého mne můj pes považuje.

Pro Axela, Klopse, Lady a Shiru

OBSAH

Úvod	11
Stáří - otázka postoje	19
Starej se o svoji smečku	39
Vidět srdcem	59
Poznej, na čem opravdu záleží	69
Nemusíš být dokonalý	81
Ničeho nelituj	95
Odpouštěj, dokud žiješ	107
Důležitý jsi ty	117
Miluj bezpodmínečně	127
Nikdy nejsi moc starý na nové triky	143
Skákej radostí - pokud můžeš	155
Ať jsem trpělivá! Ale rychle prosím!	163
Obejmi ticho	173
Důvěřuj své intuici	181
Věci nejsou důležité	191
Žij tady a teď	199
Ber každý den jako dar	209
Kam patříš	221

Projevuj soucit	233
Přijímej, co nelze změnit	243
Překonávej svůj strach	257
Všechno má svůj čas	271
Pusť, co nemůžeš zadržet	287
Plač, miluj, směj se	299
Láska nikdy nekončí	317
Život jde dál	335
Poděkování	343
Poznámky, bibliografie, tipy	345
Zdroje fotografií	350





ÚVOD

Změny se dějí krůček po krůčku. Přímo před mýma očima, a přesto mimo moje zorné pole. Každým dnem byla o něco starší, o miliontinu dospělejší. Nenapadlo mě to. Pak, zničehonic, mě to zaskočilo: Přímo před ní vyšplhala veverka na strom. Ale místo aby se za tím drzounem okamžitě pustila, vzrušeně štěkala a poskakovala kolem stromu, zůstala ležet a zvířátko sledovala toužebným pohledem.

Udiveně jsem se na ni podívala – a objevila šedivé chlupy, které jí lemovaly čenich. A oči, které najednou vypadaly trochu zastřené. Moje fenka Shira zestárla. Jak mi to jen mohlo ujít? Měla jsem to před očima, a přesto jsem to nevnímala. Byla jsem u toho moc blízko.

Rodiče dospělých dětí často vyprávějí o úleku, jaký pociťují, když listují starým albem s rodinnými fotografiemi. Vidí fotky svých ratolestí, jak si hrají na pláži a s nafukovacími křídélky na rukou se cachtají v bazénu, a kladou si otázku: Co se stalo? Kde na cestě mezi dětstvím, pubertou a dospělostí jsme o ně přišli? Jak to, že jsme si nevšimli, že děti zestárly?

Nedávno jsem si prohlížela fotky Shiry, když byla ještě malá. Baculaté, téměř bílé štěně labradora prostrkující hlavičku volantem mého auta. Setkání se psími kamarády. První plavecká cvičení, pro jistotu na

dlouhém vodítku. Aportování hračky, která byla větší než ona. O půl roku později Shira coby puberťačka na túře, šijí s ní všichni čerti.

Když jsem poprvé držela v ruce zmítající se měkký chlupatý uzlík, nemyslela jsem na to, že pro mě bude její stáří tak těžké. Po náročných štěněcích a vyzývavých pubertálních letech jsem se s dospělým psem uvolnila a těšila se na náš „důchod“. Moje představa byla: Shira celý den spí a já mohu v klidu celý den psát. Bude spokojená s tím, že je u mě, a nepotřebuje žádný program na rozptýlení. Měla bych méně práce. Omyl. Starý pes vyžaduje spoustu práce, stejně jako hodně trpělivosti a zvláštní péče.

Stáří umí být pro zvířata a jejich lidské průvodce velkou výzvou. Ale může také vést k tomu, že poznáme jejich nový rozměr a naučíme se je mít rádi. Více se přizpůsobujeme jejich potřebám. Teď pro nás nadešel čas vrátit jim trochu z té bezpodmínečné lásky, trpělivosti a tolerance, kterou nám celý život poskytovala.

Podívám se na svou fenku, která leží pod psacím stolem. Cítí, že se na ni dívám, ale nevstává. Jen její ocas tluče o zem. Buch, buch, buch. Jsme spojeny tímto zvukem. Kleknu si vedle ní a sevřu její hlavu do dlaní. Její uši kloužou mými prsty jako samet. Konečky prstů jí přejíždím po těle, tu a tam ucítím tukovou bulku. Shira je pořád přitažlivá fenka – štíhlá, s lesklou plavou srstí.

Skloním hlavu a něžně ji políbím na měkkou část čenichu pod okem. Cennou chvíličku se ani jedna

nepohneme, zadržujeme ten magický okamžik. Potom se zvednu a zase se věnuji své práci. Shira hluboce vzdychne a spí dál.

Chvilé jako tato, kdy pociťuji niterné sepětí se svou fenkou, mají mimořádný význam. Vždycky jsem se radovala z toho, že je součástí mého života, ale kvůli vědomí konečnosti našeho vztahu si její přítomnost uvědomuji o to intenzivněji.

Shiře je teď třináct let. Měřeno lidským věkem (přibližně třiadvadesát) mě už dávno předběhla. Když venku na poli plavně kluše, čenich zanořený v trávě, nebo když lumpačí se svými psími kamarády, není na ní ten věk vidět. „Vždyť je ještě mladá, nebo ne?“ To často slyším od jiných pejskařů. Člověk si toho všimne, když se po dlouhém putování večer pomalu a opatrně sveze před pohovku, aby ulevila svým unaveným kostem. A když se zvedá ze svého oblíbeného hlubokého křesla, musí se namáhat víc než dříve. Jakmile se na procházkách zastavím, častěji si lehá. Ano, i já musím občas zastavit.

Vedu si o Shiřině životě deník, chci zachytit každý okamžik v naději, že mi to pomůže lépe zpracovat bolest ze ztráty, která nevyhnutelně přijde.

Vím, co přijde. Už jsem život sdílela se dvěma psy až do jejich smrti ve vysokém věku, a oba jsem při umírání doprovázela. Teď opět nadešel čas, abych se připravila – pokud se na to vůbec dá připravit. V podstatě je to také můj příběh. Prožívám, jak živá bytost, kterou nade vše

miluju, stárne a začíná svou cestu vstříc smrti. Jsem to já, kdo jednoho dne bude (nebo nebude) jednat. Musím se naučit sžívat se změnami a přijímat nevyhnutelné. Jednoho dne budu ve svých rukách držet život Shiry a budu se muset rozhodnout, co s ním udělám. A to mi nahání strach.

Při psaní tohoto deníku jsem zjistila, že se připravuji nejen na stáří a konec mé fenky, ale že se také ohlížím za naším společným životem. Za vztahem, který se stal během let niternějším a bohatším. V uplynulých letech jsme obě zestárly, prožily jsme totéž. To se děje často, když člověk dlouho žije se psy. Shira a já jsme se naučily, co se v tomto životě naučit dalo. Známe zákony života a jsme smířené se světem. Užíváme si společně trávený čas.

Nejtěžší pro mě bylo psát kapitolu o loučení s našimi milovanými čtyřnožci. Opravdu jsem chvíli přemýšlela, milé čtenářky a milí čtenáři, zda vás tím mám obtěžovat. Nakladatelství mě varovalo. Ale protože tohle je osobní kniha, rozhodla jsem se předložit vám celé spektrum pocitů, které s sebou nese život se starým psem. Jak mám psát o moudrosti starých psů, aniž bych se dotkla důležité moudrosti a nejintenzivnější lekce, kterou nám mohou dát? Nakonec je zacházení s koncem života jejich největší dárek, jaký nám věnují.

Psi jsou obohacením. Čím jsou starší, tím drahocnější je čas, který s nimi smíme strávit. Život se starým psem a doprovázení ho v jeho posledních letech nám

otevívá oči a srdce. Poznáme, že nás mohou stáří a umírání mnohému naučit a že připravit se na smrt také znamená připravit se na život.





STÁŘÍ – OTÁZKA POSTOJE

Fyzik Albert Einstein vysvětlil ve své teorii relativity pojem času známým „paradoxem dvojčat“: Jedno z dvojčat letí raketou do vesmíru, druhé zůstane na Zemi. Po jisté době se bratr, který letěl do kosmu, stejnou rychlostí vrátí na Zemi. Jakmile dorazí, oba bratři zjistí, že dvojče na Zemi je podstatně starší než jeho bratr z vesmíru. Podle Einsteina je to logické, protože díky rychlému prostorovému pohybu „spotřeboval“ astronaut méně času.¹ Jak rychle nebo pomalu čas plyne, závisí na tom, jak rychle se pohybujeme.

Nepotřebuji kosmickou loď, abych pozorovala rychlost času. Stačí mi můj pes. Shiru jsem si pořídila, když byla osmitýdenní štěně. Dnes – kdy jí je třináct let – je starší než já. Dívám se na ni a ptám se: „Jak je to pro všechno na světě možné, že jsi tak zestárla?“

Shira je veselost sama a ve své nekonečné dobrotě na mě upře svůj pohled, který říká: „Jen se koukni na sebe.“

A má pochopitelně pravdu. I já jsem zestárla. Nevím, jak se Shira cítí, když je starší. Chtěla bych věřit, že to prostě akceptuje, a v nejlepším případě, že si to užívá.

V okamžení leží pod mým psacím stolem, zády se opírá o topení. Občas si protáhne nohy jako kočka,

zatne drápy do koberce a podívá se na mě. Pak zhluboka vzdychne a spí dál, jednu tlapu položenou přes druhou jako k nějaké psí modlitbě, s tichým cukáním.

Stárnutí je končina neznámá pro každého z nás, a je jedno, že lidé stárnou už od narození. Jsou horší věci než strávit poslední roky života podřimováním vedle někoho, koho máme rádi, a snít o tom, co bylo a co by ještě být mohlo.

Shira byla sladké malé štěně, které s vlajícíma ušima skotačilo na louce. Při tom se někdy zamotala do svých moc velkých tlapek a skutálela se do trávy, ale okamžitě se zvedla na nohy a honila nějakého motýla, kterého vystrašila. Až do padnutí. Štěněcí roky přešly v pubertu a léta klackovská. Následovalo mnoho krásných společných let s dospělým psem. A pak nadešel ten den, kdy jsem zjistila, že se z někdejšího potřeštěného chlupatého psiska stala seniorka, která radši polehává na pohovce, než by se honila za míčkem, a jejíž klouby při vstávání zavržou. V podstatě se mi vedlo podobně. Jediný rozdíl mezi námi byl, že Shira stárла zrychleně.

Jedna moje kamarádka se i v sedmdesáti brání, aby ji označovali za „starou“. Můj známý zase dostal od svých dětí k pětasedmdesátinám dárek v podobě zaoceánské plavby pro seniory. Nepřijal ho, protože se nepočítá mezi „staré lidi“.

Já jsem se celý život těšila na stáří, které pro mě bude znamenat osvobození od mnoha společenských očekávání a tlaků. Konečně budu moci dělat všechno,

co chci, a lidé se budou mile usmívat: „Koukněte, blázen stará.“

Začátek klimakteria jsem oslavila párty ve stylu „Red Hot Mamas“. Pozvané byly výlučně ženy v přechodu. Všechny jsme měly červené šaty a podávaly se ostré pokrmy, jako je chilli a thajská kuchyně.

Dnes je mi sedmašedesát a moje šance dožít se kýželných sta let jsou statisticky viděno dobré. Pochopitelně nejsem ušetřena obtížemi stáří, stejně jako Shira. Ale na jejím příkladu se učím, jak vypadá pozitivní stárnutí a jak z toho vytěžit maximum.

Nejstarší člověk, který kdy žil, byl podle bible Metuzalém, dosáhl věku devět set šedesát devět let a svého syna Lámecha zplodil ve sto osmdesáti sedmi letech.² Nejstarší pes na světě byl podle *Guinnessovy knihy rekordů* australský honácký pes Blueye, který se dožil dvaceti devíti let a pěti měsíců. Fenka australské kelpie Maggie, také v Austrálii, ustavila v roce 2016 nový rekord. Dožila se třiceti let.³ Není ovšem oficiálně považována za nejstaršího psa na světě, protože její majitel, farmář Brian McLaren, ztratil její rodný list a příslušné doklady, a proto se její věk nedá přesně určit. Ale když si tehdy McLaren pořídil osmitýdenní štěně Maggi, byly jeho synovi Liamovi právě čtyři roky. Dnes je Liamovi čtyřiatřicet.

Když jsem se snažila pomocí onlinového počítadla přepočítat Maggiin věk na lidské roky, program se zdráhal odpovědět: Zadejte prosím číslo menší než 25.

Očividně programátoři nevycházeli z toho, že by se psi mohli dožít více než 25 let. Maggiin věk odpovídá přibližně dvěma stům lidským letům.

Očekávaná délka života lidí a psů v uplynulých desetiletích kontinuálně stoupala a nadále stoupá. U čtyřnožců v posledních dvaceti letech stoupla o tři roky. Příčinou je lepší veterinární péče, strava a výchova.

Většina psů se dožívá osmi až patnácti let. Extrémně zřídka dosahují dvaceti let. Badatelé göttingenské univerzity vyhodnocovali data více než padesáti tisíc psů sedmdesáti čtyř různých ras a zjistili, že velcí psi umírají dříve než malí.⁴ Také čistokrevní psi umírají v porovnání s kříženci mnohem dříve. A u buldoků, kteří se v průměru dožívají nanejvýš šesti let, je očekávaná délka života nejkratší ze všech psích plemen.

Výsledek jejich studie mě měl znepokojit: Jako labradorka patří Shira spíše k velkým rasám. Mohla jsem ji ovšem definovat jako „křížence“, jelikož její otec byl labrador, její matka hladkosrstý retrívr. To znamená, že jsem získala čas. Nadechnu se. Ještě jednou tomu uniknout. Zním ten pocit, jak se žije s latentním ohrožením. Když jsem pobývala v rámci vlčího výzkumného projektu v americkém Národním parku Yellowstone, zdržovala jsem se denně v oblasti, která se nacházela jen asi pět kilometrů nad obrovskou kaavernou se žhoucí lávou. Každou chvíli může tento „supervulkán“ vybuchnout. Vědci se domnívají, že k explozi dochází každých šest set tisíc let. K poslední došlo

před šesti sty čtyřiceti tisíci lety, takže velká erupce má takříkajíc zpoždění.

Přesto si neúnavně dokola opakuji: Teď přece ne. Mně se to nestane. Ještě není čas.

Tak to mám i se Shirou. Třináct let? To není žádný věk. Pochopitelně bych chtěla, aby žila co nejdéle a zůstala zdravá.

Existuje nějaká kouzelná formule zajišťující vysoký věk? Pokoušela jsem se to zjistit a v mém online newsletteru jsem požádala majitele starých psů, aby mi popsali život s jejich čtyřnožci. Dostala jsem přes dvě stě příběhů; na tomto místě bych všem chtěla poděkovat, že mi vylíčili své příběhy a otevřeli svá srdce. Hluboce mě to zasáhlo a velmi často dovedlo k pláči. Jejich e-maily mi ale především daly naději.

Například příběh Kathyiny fenky Peggi. Osmnáctiletá kříženka tibetského teriéra a kokršpaněla žije převážně u Kathyiny osmasedmdesátileté matky v Hamburku. V jejich případě se hledaly a našly dvě seniorky, které jsou mimochodem dodnes ve skvělé formě. Nebo příběh Heičina Malta, voříška, který zemřel v šestnácti letech. Pocolino, Rosemariin pes, který pocházel z Fuerteventury, se dožil úctyhodného stáří dvaceti let. Filouovi, Andreinu míšenci teriéra, je devatenáct. Mnoho psů mých čtenářů se dožilo (nebo překonalo) patnácti, šestnácti i více let. Proti nim je Shira mladice, což mi dává naději, že třináct let ještě není tak strašně moc.

Ale dozvěděla jsem se nějakou kouzelnou formulí? Musím vás zklamat: Neexistuje žádný tajný recept na dosažení vysokého věku – ani pro psy, ani pro lidi. Problémy dnešní doby, že necháváme psy „zestárnout“ velmi rychle, jsou stejné jako u nás: nesprávná výživa a nadváha, nedostatek pohybu a málo duševních impulzů.

Přesto – můžete všechno dělat „správně“ nebo „špatně“, ale v zásadě to nehraje roli. Nikdo vám nezaručí, že Žeryk (nebo Vy) bude žít déle. Existují četné studie, které nám lidem říkají, jak musíme žít, jaké potraviny máme jíst a jaký sport máme provozovat, abychom se dožili sta let. Přesto můžete ráno odejít z domu a přejede vás autobus. Počítá se tedy kvalita našeho života, nikoli jeho délka.

Rozhodla jsem se, že se tím nenechám dohnat k šílenství. Stáří není nemoc, a to ani pro dvounožce, ani pro čtyřnožce. Pětadvacetikilové Shire je podle mého přepočtu třiadevadesát lidských let. A proto je dokonce starší než moje sedmaosmdesátiletá matka.

Bilancuji. Jak se Shira změnila ve stáří? Jak teď spí pod psacím stolem, vyzařuje meditativní klid. V mých očích zůstává věčně mladá. Dlouhé roky jsme dělaly věci společně. Mnohahodinové procházky, plavání v jezeře, aportování míčku (dobře, to jsem dělala méně než Shira). Někdy toužím po tom, aby byla zase mladá, ale většinou si užívám dnešní chvíle víc než všechno ostatní. Náš vztah se lety stal niternějším; slepě si důvěřujeme, víme, co chce ta druhá. Když se na ni podívám,

vím, co se v ní děje. Vypěstovaly jsme si sehranou každodenní rutinu.

Ale známky jejího stáří se nedají popřít. Její zlaté chlupy na mnoha místech zešedivěly a staly se jemnějšími. Stále více ztrácí podsadu. Proto v zimě, když mrholí, nosí fleecový kabátek a pláštěnku. Rychleji prochladne.

Její kdysi černý čumák je teď světle hnědý. Tu a tam jí vyrůstají drobné bradavičky, jako nedávno ve vnitřním koutku oka, a po pár týdnech zase zmizí. Pod kůží se jí rýsuje několik tukových bulek. Nechala jsem je vyšetřit. Jsou to nezhoubné tukové bulky (lipomy), které jí vyrůstají na žebrech.

I Shiřin zrak slábne. Její teplé hnědé oči působí stále více jako modravě zakalené a za tmy je nejistá.

Ale zrak očividně nehraje v jejím životě stejnou roli jako jiné smysly. Psi mají podstatně lepší sluch než my a mohou zaslechnout zvuky, které přicházejí ze čtyřikrát větší vzdálenosti. Shiřin sluch však v posledních měsících také pomalu slábne. Nejprve slyšela jenom „selektivně“, nyní už neslyší vůbec. Jak se s tím vypořádá? Když stojím vedle ní a zavolám na ni jménem, nereaguje. Většinou se jí musím lehce dotknout, abych získala její pozornost. Nedotčený zůstal hmat. Vnímá vibrace podlahy a „slyší“ mě, když se k ní blížím.

Její hluchota má samozřejmě také své výhody: Letos jsme poprvé měly klidný konec roku. Co všechno jsem v předchozích letech zkoušela, abych svého ustrašeného

psa uklidnila na Silvestra nebo za bouřky. Od speciálních feromonových obojků přes homeopatické utišující kapky až po postupné přivykání hluku. Nic nepomáhalo. Před dvěma lety jsme spolu dokonce strávily přelom roku v odlehlém a hříšně drahém luxusním hotelu. Ceny jako na vrcholu sezony, minimální délka pobytu: čtyři noci! A stejně jsem musela svého třesoucího se psa utišovat, jakmile byly ve vzdáleném městě odpáleny první rachejtle. Rady, abych ignorovala vystrašené zvíře, odmítám. Vnímám to jako svou odpovědnost, abych Shiru v takových okamžicích nenechávala na holičkách. A tak ji držím v náručí, aby měla pocit bezpečí. Jestli to dělat „smím“, či nikoli, je mi úplně jedno. Prostě to dělám – už jen proto, že se při tom sama cítím lépe.

Teď je tedy moje fenka hluchá. Co mě u procházek někdy dovádí k zoufalství, protože neslyší mé volání, může být v jiných situacích požehnáním. Letošní oslava Nového roku v sousedství mnoha dělbuchů a rachejtlí ji nechala úplně v klidu. Hendikepy stáří mohou mít i své výhody.

Při venčení teď musím být pozornější. Jednou Shira zničehonic zmizela v lese. S čenicem u země se na jednou ztratila v křoví. Volala jsem ji a volala – nic. To dá rozum. Tleskala jsem a jako poslední pomoc jsem použila píšťalku, několikrát jsem na ni zapískala, až mi málem praskl bubínek. Žádná reakce. Zpanikařila jsem, udělala krok zpět – a vtom jsem o ni málem klopýtla. Celou dobu stála za mnou a udiveně na mě hleděla. „Hej,

já jsem přece tady. K čemu ten povyk?“ Nesmírně se mi ulevilo.

Už od štěněte jsem se Shirou procvičovala vizuální dorozumívací signály. Verbální signály jsem spojovala se znaky. Reaguje na pokyny „k noze“, „sedni“, „místo“ a „zůstaň“ – pokud jsem schopna ji přimět k tomu, aby se na mě podívala. Jenže to ve stáří není takový problém, protože Shira se stala závislejší a ustavičně se ujišťuje, zda u ní jsem. V cizím prostředí ji radši беру na vodítko.

Zdá se, že se pro ni staly důležitějšími i dotyky. Moc se jí líbí, když ji hladím, a vyhledává tělesný kontakt, což si pochopitelně užívám i já. Déle trvá, než se vzbudí z hlubokého spánku, a pak někdy vypadá, že neví, kde je. Když se večer naposledy proběhne po zahradě, občas se najednou zastaví a upřeně hledí před sebe. Na co asi myslí? Unaveně za ní jdu v županu a odvedu ji domů.

Nedávno se mnou šla do sklepa, a když jsem zase vyšla nahoru, nenásledovala mě. Hledala jsem ji a našla ji v dílně. Stála tam a dívala se na mě, šťastná, že mě vidí. Působilo to, jako by nevěděla, kde je. Je to snad první příznak demence? Předchozí moji psi to tak neměli. Nebo si toho všímám, protože téma demence a alzheimera je nejen u psů v dnešní době tak přítomné a my o tom díky lepším rešeršním zdrojům, jako je třeba internet, více víme? Doprovodila jsem svou zmatenou seniorku po schodech nahoru. Je to prostě tak, teď na sebe musíme dávat větší pozor.

Shiřina hladina energie se mění v závislosti na počasí. Když je zima, až praští, ale sucho (nebo také příjemně teplo), skáče po loukách jako mladý pes. Chladné a vlhké počasí ji ubíjí. To radši zůstane ve svém pelišku.

Ještě pořád se Shira vzruší, když si vezmu do ruky její hračku, s níž se jako mladý pejsek učila aportovat. Je vyrobena z pevné bavlněné látky a vypadá trochu jako podlouhlý penál, jen s tím rozdílem, že není naplněný tužkami a pastelkami, ale umělohmotným granulátem nebo jinými látkami, které mohou plavat. Tahle atrapa má napodobovat lovnou zvěř. Shira kolem mě netrpělivě tancuje a čeká, až jí hračku hodím. A pak za ní plave stejně vášnivě jako dřív.

Nedávno se začal proměňovat i její hlas. Někdejší sorní štěkot se proměnil ve vysoký ječák jako u nějaké operní divy.

Shira teď potřebuje více času, aby se s novou situací sžila a pochopila nové úkoly. O to důležitější pro mě je nadále ji duševně podporovat, například chtít, aby něco vyčenichala. I když teď potřebuje delší dobu, aby postřehla nějakou vůni, není o nic méně pyšná, když najde schovaný předmět.

Shira se stala bázlivější a v mnoha věcech nejistější. V tomto ohledu se jí snažím dát co možná největší podporu. Tak například při setkání s jinými psy jsem mimořádně opatrná a dávám pozor, aby měla kontakt jenom s těmi psy, se kterými si rozumí. Divocí, silní psi by ji mohli při hře zranit, kdyby na ni skočili. Blaho mé

seniorky je pro mě absolutní prioritou, tvrzení „Oni se mezi sebou nějak srovnají“ dnes považuji za mnohem nesnesitelnější než dříve.

Tajemství věčného mládí bohužel neexistuje ani u psů. Potíže spojené se stářím, jaké má Shira, může na sobě pozorovat každý starší člověk. Jsem ráda, že jsem teď ve „zlatém věku“, stejně jako moje fenka. V mládí bych se do ní nedokázala vžít tak jako teď. Oba moji předchozí psi se dožili patnácti, respektive šestnácti let. Kdybych bývala tehdy věděla, co vím dnes, možná bych je učinila šťastnějšími a mohla jim ulehčit jejich poslední roky.

My všichni chceme co nejdéle zůstat fit. Se psy je to stejné jako s lidmi: Zdravá strava a pohyb udržují po dlouhou dobu tělo i mysl zdravé. Pokud jde o potravu, vyhýbám se u Shiry experimentování. Protože všechny pokusy z předchozích let změnit jí potravu vedly u ní k průjmu nebo nadýmání, zůstávám u vyzkoušeného krmiva. Tak máme obě méně stresu. Ráno dostane jednu psí sušenku, v poledne kvalitní konzervu pro starší psy a večer hrst suchých granulí. Pokud nějaká potrava funguje a pes je zdravý, neměli bychom ji měnit. I my lidé velmi dobře víme, co snášíme a co nikoli.

Vím, jaký kult vládne mezi pejskaři ohledně „správné“ stravy a jaké svaté války se na toto téma vedou, zejména na internetu. Místo aбыch drahocenný čas marnila hledáním „dokonalého“ žrádla, je pro mě důležitější strávit více kvalitního času se svou fenou.

Fakt je, že psi (a lidé), kteří jsou štíhlí a polykají méně kalorií, žijí déle. S každým kilem navíc si zkracujeme život. Shiřiným kloubům nesmírně prospívá, že je štíhlá, což není pro labradory zrovna typické.

Moje postarší holka a já chodíváme k fyzioterapeutovi. Ne ke stejnému. Já si nechávám rozmasírovat bolavá záda, Shira dostává laserovou akupunkturu na hřbet a klouby. Kromě toho s ní každý den provádím cviky, které ji udržují pohyblivou. Probíhá mi slalom mezi nohama, na povel se točí v kruhu (na povel „twist“ doprava, na povel „circle“ doleva) a co nejrychleji musí padnout ze sedu do lehu. Za pamlsků se Shira stává cirkusovým psem.

Od té doby, co jí bylo jedenáct, chodím s ní každého půl roku k veterináři na „geriatrickou prohlídku“. Při prohlídce určené speciálně pro staré psy mají být včas rozpoznány změny pohybového aparátu, smyslových orgánů, krevního oběhu a vnitřních orgánů. U mých přátel to vždycky vyvolá velké veselí a nepochopení. Geriatrickou prohlídku u psů pokládají za hloupost. Já ji považuji za smysluplnou, protože tak aspoň vím, jak na tom moje fenka zdravotně opravdu je.

Mám veterinární tým snů: specialistky na tradiční veterinární medicínu, homeopatii a fyzioterapeutku. Tato kombinace chytrých žen ve smíšené praxi je velký dar, za nějž jsem vděčná. Každý majitel psa si musí najít lékaře, který se hodí k němu i jeho psovi. Já jsem dlouho hledala a vyzkoušela mnohé, až jsem se konečně ocitla v dobrých rukách.

U každého starého psa představuje problém zubní kámen. Poté co Shiře při jedné větší operaci musely být vytrženy čtyři zuby, dávám ještě větší pozor na to, aby měla co nejméně zubního kamene, a snažím se víceméně pravidelně jí čistit zuby, což se jí pramálo líbí. Má ráda jen zubní pastu s kuřecí příchutí – až k sežrání ráda.

Pochopitelně používám i jiné pomůcky, které pro staré psy nabízí trh. Abych Shiře usnadnila nastupování do auta, vyzkoušela jsem několik ramp a nakonec se rozhodla pro snadno složitelnou hliníkovou rampu jedné švýcarské firmy, po které Shira snadno a bez problémů vyjde i sejde.

Při prvních projevech stárnutí jsem si začala všimnout Shiřina okolí a s úsměvem jsem zjistila, že proměny usnadňují život nejenom mé čtyřnohé společnici.

Protože bylo načase rekonstruovat moji starou koupelnu, přestavěla jsem ji rovnou pro seniory, včetně bezbariérové sprchy. „Už teď?“ zeptala se jedna moje kamarádka. Jo, když ne teď, tak kdy? Co můžu udělat dnes, nemusím později.

Protože má Shira problém vyjít schody, přesunula jsem ložnici z patra do přízemí. Teď může vyběhnout přímo do zahrady. A vůbec, můj dům se pozvolna stává pelíškem mé čtyřnohé seniorky. V každé místnosti leží ortopedické psí matrace, které se přizpůsobí tvaru těla a odlehčí kloubům. Závidím jí to a slibuji sama sobě, že si takovou matraci pořídím také. Přesto Shira dává

přednost pohovce, na kterou musí ztěžka vyskočit. Běhání po hladkých parketových podlahách jí usnadňují neklouzavé koberce.

Ano, starý pes vyžaduje hodně práce. Dřív jsem musela po štěňatech uklízet jejich drobné „nehody“ nebo okousaný nábytek. Někdy v budoucnu budu muset po Shira opět uklízet, ale těmi zbývajícími zuby už Shira žádný nábytek neokouše.

Dnes ráno jsem vstala jako obvykle brzy a dvě hodiny psala. Shira ležela u topení a spala. Pak se vzbudila a protáhla se.

„Tak co, chceš ven?“ Otevřela jsem dveře na zahradu. Lilo jako z konve. Pro moji labradořičku, která se jinak nemůže vody nabažit, bylo moc mokro. Otočila se a rozhodla se, že si radši ještě dá šlofika. Někdy však, když svítí slunce a ona je vyspalá, zvedne hlavu, když odsunu psací stůl, a podívá se na mě velkýma očima.

„Tak co myslíš, dáme si ještě kolečko?“

„Ano, ano, ANOOO! Už jsem si myslela, že se nikdy nezeptáš.“

Každodenní venčení je vedle očividné nutnosti pro nás obě ještě něco víc. Společně si užíváme přírody a života. Pro mě je každá procházka cosi jako „svatý čas“. Zajímavá britská studie Dr. Thomase Fletschera a Dr. Louise Plattové „(Just) a walk with the dog. Animal geographies and negotiating walking spaces“ ukázala, že psí venčení není „jen“ tak nějaká procházka,

nýbrž je mnohem více.⁵ Putování se psem je „mimořádně smyslová a komplexní aktivita“, stejně jako „potenciálně důležitý kulturní prostor pro chápání vztahu mezi člověkem a zvířetem“. Podle Fletchera a Plattové se během společné procházky projevují osobnosti jak psovoda, tak i psa. Natažení vodítka vypovídá cosi o vztahu člověka a psa: Volné nebo prověšené vodítko znamená harmonii, napnuté vodítko protikladné představy o tom, kdo vede.

Pro své rešerše zpovídali oba vědci na severu Anglie lidi, kteří pravidelně chodívají se psy na procházku. Většina dotazovaných označovala procházku za důležitou pro zdraví a pohodu jejich psa. Nevnímali ji jenom jako „povinnost“ odpovědného pejskaře, ale šlo jim především o to, aby byl jejich pes šťastný.

Pejskařka Jane řekla o své procházce s Copperem, afghánským chrtem: „Nejkrásnější je, když Coppera vidím, jak běží po louce. Jednou jsem měřila jeho rychlost: třicet mil v hodině. Když běží tak rychle, vypadá jako gepard. Když ho vidím běžet, cítím, jak mě to dělá šťastnou.“

Shira pochopitelně takové tempo nezvládne, náš kondiční program má své limity. Obvykle se ke konci delší procházky za mnou táhne. Někdy se ale otočí a chňapne po klacku, který si musí nutně nést s sebou. Peláší daleko dopředu, vyhazuje ho do výšky, anebo na něho padá a válí se po něm a zároveň kope nohama ve vzduchu. Po takových dnech potřebuje spoustu času, aby se dala

dohromady. Většinou pak zařadím den klidu, jen s krátkými procházkami.

Naše soužití získalo nový rozměr. V naší lidské každodennosti je tempo někdy velmi vysoké a nezbývá čas objevovat drobné věci. Shira mě přivádí k tomu, abych se zastavila a užila si daný okamžik.

Můj život se starou fenkou je teď citelně uvolněnější, než když ještě byla štěně. Je vychovaná a stačí pohled, abychom si porozuměly. Shira je vysloveně nenáročná a prostě veselá, když je v mé blízkosti. A naopak já mám zase ohledy na její potřeby a přizpůsobila jsem se jejímu tempu.

Někdy, když se moc loudá a z procházení se stane spíš postávání, protože přepečlivě očichává každé stéblo trávy, jsem v pokušení ji za sebou táhnout. „No tak, pojď už, nemám čas celou věčnost.“ Ale pak si uvědomím, že si jednoho nepřiliš vzdáleného dne budu přát, abych ji ještě jednou mohla pozorovat, jak se loudá. Učím se mírnit svůj spěch a plánovat pozvolné procházky. A mimoděk se tak i já tímto způsobem zklidním.

Život psa toho v našem životě tolik překlene. Dostaneme ho jako štěně, to jsou psi sladcí a kouzelní, a zároveň nás přivádějí k zoufalství, když rozkoušou boty nebo ohryžou nábytek a všechno v domě uvedou v chaos. Pak jim vštěpujeme dobré chování, což se někdy dokonce i podaří. Naše spojení se prohlubuje v průběhu doby. A zatímco naši psi stárnou, učíme se od nich stále více:

Uvolnění, mít radost a užívat si jednoduché věci života. Život je jednoznačně lepší se psem po našem boku.

Naši staří psi nashromáždili mnoho zkušeností – lo-
vem, s auty, dětmi, cizími lidmi, sousedy, veterináři,
jinými psy a kočkami. A všechny tyto zkušenosti jejich
psiho života vyhodnocovali podle dvou kritérií: Je to pro
mě dobré, nebo to pro mě dobré není?

Proto jako majitel psa nemusím mít ustavičně do-
zor – moje fenka lety zmoudřela. Dřív Shira ráda honila
zajíce, ale nesměla. Dnes je smí honit, ale nikdy je ne-
chytí. Někdy, když ji při procházce před nosem zahopká
ušák, dívá se jiným směrem – záměrně, jako by kořist
vůbec nechtěla vidět. Zajíc ji nezajímá. Starší psi velmi
dobře propočítávají své šance. Je to její vlastní zkuše-
nost – nikoli moje výchova –, co vyvolává její příkladné
chování. A protože moje seniorka má téměř nevyčerpa-
telné zásoby životních zkušeností, je to moje vysněná
fenka. Když ještě byla náročným, rebelantským lovec-
kým psem, těšila jsem se na tuto dobu. Když se dnes na
sebe podíváme pohledem hluboké duševní spřízněnosti,
pak se zrcadlím v jejích zakalených očích. Ano, moje
fenka je stará – no a? Cítí ty změny a přizpůsobuje se,
bez ideologického tyátru. Stáří je zajímavá a důležitá
část života. Je to doba, v níž majitelé psů sklízají to, co
zasévali celý život. Těšme se tedy na to.

