

## Merlin: TRÉNING

Autobus sa ešte len blížil k zastávke a ja už som ho videl z okna. Pokojne postával obďaleč ostatných ľudí, bolo ich vlastne len zo päť. Aj keď autobus prišiel na minútu presne a on vyzeral na prvý pohľad pokojne, cítil som z neho nedočkavosť. Ja som bol rovnako nedočkavý. Vyzeral výborne, tak, ako keď sme sa stretli po prvý krát.

Vtedy sme sa stretli pri rieke. „Aká romantika.“ vravel som si posmešne sám pre seba potom, ako sme si dohodli miesto. V kaviarni, niekde v centre mesta mi to však neprišlo, ako najlepší nápad; niekde v prírode tiež zase nie; a aby sme sa prvý krát videli doma, u niekoho z nás, to už vonkoncom nie. Pomaly sme sa prešli okolo rieky a potom sme si sadli na lavičku a chvíľu sme pozorovali kačky. Keď sme sa začali rozprávať, veľmi rýchlo sme prišli na to, že sa celkom určite stretneme opäť.

A ten deň prišiel dnes. Vystúpil som z autobusu a zamieril rovno k nemu. Pevne mi stisol ruku. Opäť ma prekvapila jeho sila, akoby som už zabudol na naše prvé stretnutie. Bolo na ňom už na prvý pohľad vidno, že sa venuje profesionálne bodybuildingu. Nie len vďaka vyšportovanej postave, ale aj vďaka jeho postojú a chôdzi. Bodybuilderi vždy vyzierajú, akoby akurát išli z tréningu. Od zastávky sme sa pustili ulicou pekných, malých rodinných domov. „Pekné miesto na bývanie“ utrúsil som. „To áno.“ horlivo prikývol. „Nie je nič lepšie, ako bývať v niektorej z dedín, kde ti ešte ide mestská hromadná doprava.“ Po necelých desiatich minútach sme prišli k neveľkému rodinnému domu, ktorý vyzeral ako chatka. Prešli sme úzkym chodníkom cez zdivočenú záhradu a vošli dnu. Ocitol som sa v útulnej obývačke, spojenej s kuchyňou a jedálňou.

„Kávu? Čaj?“ opýtal sa. „Čaj.“ odvetil som. Sedeli sme na pohodlnej gaučovke a popíjali zelený čaj zatiaľ čo kukučkové hodiny v kuchyni zahlásili desať hodín. „Tak pod!“ zavelil, sotva som dopil čaj. „Ukážem ti, kde budeme cvičiť.“ Vyšli sme na chodbu a on mi otvoril dvere, za ktorými boli vysoké schody vedúce do pivnice.

Keď som po nich zišiel dolu ocitol som sa v amatérsky zariadenej posilňovni. Bolo tam zo šesť multifunkčných strojov, rebriny, niekoľko lavičiek a celkom obstojné, prázdne miesto, určené zrejme na príklad na skákanie cez švihadlo, ktoré videlo pri schodoch. „Nie je to tu veľké,“ pripustil, keď zišiel za mnou. „Ale máme tu všetko, čo potrebujeme.“ Ako som očami preletel po miestnosti videl som, že sa tam bude dať robiť všetko, čo v ktoromkoľvek fitnesscentre v meste. A nie len to. Rýchlo som si všimol, že miesto je určené na oveľa viac. Bolo to vidno najmä vďaka drevenej lište tiahnucej sa po celej šírke miestnosti po hornej časti bočnej steny. Po celej jej dĺžke do nej boli nabité veľké, hrubé klince. Na niektorých z nich viseli biče. Z kraja ich tam bolo niekoľko tých takých rovnoramenných. Ten prvý bola klasická deväťchvostá mačka. Ďalší boli takzvané dútky, tie som do teraz na živo vlastne ani nevidel. Ďalej tam bolo zopár volských chvostov a niekoľko dlhších, či kratších jazdeckých bičikov.

„Ty máš teda vybavenie!“ vyhlásil som uznanlivo. Na posledných klincoch viseli už len remene rôznych dĺžok a hrúbok. „Mám aj ďalšie veci.“ povedal a videl som mu na tvári, že ho potešilo, ako sa mu moja zbierka páči. „Kľudne si to môžeš aj chytiť do ruky.“ Zvesil som jeden z jazdeckých bičikov a plesol som si ním do dlane. Cítil som, že je naozaj pevný a pri tom ohybný. Podišiel ku mne a vzal mi ho z ruky. „To je jeden z mojich obľúbených.“ povedal. „Ak chceš, môžem hneď niektoré na tebe vyskúšať.“ Ako to

povedal rozbúchalo sa mi srdce. Snažil som sa však tváriť úplne uvoľnene. „Tak dobre.“ súhlasil som. „Tak si daj dolu tričko!“ prikázal mi vážne a ja som ho okamžite poslúchol.

Chvíľu si ma premeriaval a pri tom si zamyslene búchal končekom biča do dlane. Ja som sa akosi automaticky postavil do pozornosti a ani som sa nepohol. Pomaly obišiel okolo mňa a plesol ma po hrudníku a potom po bruchu, akoby len tak skúšal. Nie silno, no na oboch miestach mi kožu trochu sčervenela. Potom ma obišiel a uštedril mi jednu ranu po chrbte. Potom bičik zavesil a vzal druhý, dlhší. S tým mi uštedril ďalšie tri rany po chrbte, ktoré pekne zasvišťali. Ja som sa ani nehol. Takto na mňa vyskúšal zo päť bičov. Ten posledný musel byť dlhý aspoň dva metre. Pleskol ma ním zľahka, no ja som hneď nadskočil. „Tento štípe, čo?“ zachechtal sa. „To teda hej.“ pripustil som. „Budeš ho používať pri tréningu?“ „Áno, ak chceš.“ povedal. „Môžem použiť všetko, čo tu je.“ Zavesil bič na miesto, tiež si vyzliekol tričko a hodil ho na drevenú lavičku. Musel som uznať, že telo mal naozaj dokonalé. Bolo vidno, že neklamal, keď sa mi pochválil, že sa pred pár mesiacmi zúčastnil majstrovstiev v kulturistike. Od vtedy sa zrejme neholil. Obrovský hrudník mu zakrýval hustý chlpatý porast, ktorý mu náramne sekol. „Tak čo?“ spýtal sa nedočkavo. „Ideme na to?“ „Poďme.“ povedal som takmer po šepky.

Podišiel k bežiacemu pásu. „Tak nech sa ti páči!“ povedal a kývol hlavou na pás. „Zbav sa aj svojich riflí a začneme rýchlou chôdzou.“ Rýchlo som ho poslúchol a nastúpil som na pás. Nastavil mi ho na 6,5 kilometra za hodinu a ja som rýchlo kráčal. On zatiaľ potichu prešiel za mňa. Chvíľu som ho nevidel ani nepočul. Odrazu sa ozvalo zasvišťanie a mňa čosi zaštipalo na chrbte. „Au!“ zjajkol som, ani nie tak od bolesti, ale preto, lebo som sa zľakol. On prešiel okolo pásu a zadíval sa mi do očí. V ruke držal dlhý, tenký bič. „Deje sa niečo?“ opýtal sa prísne. „Nie, nič.“ povedal som. „Som rád.“ odvetil a nastavil mi ešte o čosi vyššiu rýchlosť. Potom obišiel pás a postavil sa opäť za mňa. Znovu ma práskol bičom. Nedával do rán veľkú silu, skôr akoby ma len tak testoval. Práskol ma znovu a potom zas. Pár sekúnd ma vždy nechal vydýchať sa, do takej miery, ako to bolo pri rýchlej chôdzi možné, a opäť mi uštedril ranu. Mieril dobre. Konček biča ma za každým zaštipal v strede chrbta, medzi lopatkami, alebo na ramenách. Nikdy nie na krížoch, alebo na bokoch. Po pár minútach a niekoľkých desiatkach rán mi vypol pás a nechal ma vydýchnuť.

„Tak čo? Cítíš sa byť zahriaty?“ zaujímal sa. „Cítim.“ zafučal som. Zbadal som v rohu zrkadlo, tak som k nemu podišiel a obzrel som si svoj chrbát, kde sa jedna cez druhú ťahali červené čiary. „No pod!“ zavolať ma. Obrátil som sa a videl som, ako mi pripravuje veľkú činku na lavičke na tlaky v ľahu. Najprv mi dal menšie závažia a urobil som sériu bez problémov. Potom mi prikázal vstať a dal mi do rúk činku určenú na bicepsy, tiež s ľahšími závažiami. Videl som sa v zrkadle ako dvíham činku a jeho ako stojí za mnou a pozorne ma sleduje. Potom mi opäť prikázal aby som sa vrátil na lavičku. Tento krát mi prihodil závažia. Celý čas však stál nado mnou a dával pozor či dvíham činku tak ako mám a či nepotrebujem pomoc. Postupne prihadzoval a prihadzoval až kým som nešiel nad svoje maximum a on mi musel pomáhať dvíhať činku najmä pri tlakoch. „Tak dobre. To by stačilo.“ povedal napokon a odložil činku.

Opäť sa postavil pred mňa a veľavýznamne si ma premeral. „Nie si na tom postavou ani kondične úplne najhoršie.“ poznamenal. „Ale na to, že sa venuješ posilňovaniu už nejaký čas máš dosť vážne nedostatky. Z toho vyplýva, že si sa tomu nevenoval tak ako si mal.“ Previnilo som sklopil zrak. „Nič si z toho nerob.“ pokračoval. „Potrebuješ len motiváciu. Na tom budeme spoločne pracovať.“

Podišiel k lište a zvesil jeden z hrubších kožených remeňov. „Pod sem!“ ukázal na rebrinu. „Stiahni si trenky a chyt sa vrchnej tyče.“ Vyzliekol som si to posledné, čo som na sebe mal a postavil sa k rebrine. Pevne som sa chytil tyče a čakal som. Zložil remeň na poly, rozohnal sa a švihol. Keď mi remeň pristál na zadku, bolo to ako výstrel. Potom som dostal ďalšiu ranu a potom ďalšiu. Začal som zuby pevne rozhodnutý nehýbať sa a nevydať ani hláska. Napočítal som presne 25 rán. Srdce mi bilo ako zvon a zadok ma bolel celkom solídne. Bol som si istý, že rany, ktoré som dostal, sú aj viditeľné. Zadok som

musel mať minimálne celý červený. „V poriadku.“ povedal keď odložil remeň. „Môžeš sa napiť a potom pôjdeme na ďalší cvik.“

Tak sme pokračovali v tréningu, ktorý trval asi hodinu. Vždy sme urobili zopár sérií, on mi vytkol nedostatky a dal mi ich patrične pocítiť. Na konci, keď sme docvičili aj brucho ma postavil k stroju slúžiacemu na viac cvikov, ktorého súčasťou bola aj hrazda. Musel som stáť vystretý a ruky spažiť hore aby som sa mohol dobre chytiť. Opäť vzal jeden z remeňov a práskol ma ním, no tento raz po chrbte. Potom aj druhý a tretí krát, až som zaťal zuby. Pristúpil ku mne zozadu až som cítil jeho dych na svojom krku.

„Si si vedomý všetkých svojich nedostatkov?“ spýtal sa.

„Áno pane.“ povedal som nahlas.

„Budeš na sebe tvrdo pracovať?“

„Áno pane.“

„Výborne.“ pochválil ma, trocha sa odstúpil, rozohlnal sa a znova udrel. Remeň len tak zaplieskal až som nadskočil. „Takto si to predstavujem.“ Prásk. Ďalšia rana. „Budeš na sebe makať.“ Prásk. „A ja ti v tom veľmi rád budem pomáhať.“ Prásk. „Budem na teba prísny.“ Prásk. „Ale to len preto, že chcem vidieť výsledky.“ Prásk. „Verím, že ich chceš vidieť aj ty.“ Prásk. „Však?!“ „Áno.“ precedil som pomedzi zuby. „Obráť sa ku mne!“ zavelil. Pustil som sa a otočil som sa mu tvárou v tvár. „Si dobrý.“ povedal. „Ale máš ešte na sebe čo robiť. Ja budem tvrdý a budem ťa trestať za každý nedostatok. Ale to len preto, lebo chcem aby si sa zlepšoval. Vidím, že na to máš, rozumieš?“ Prikývol som. „Okej.“ povedal a potľapkal ma po líci. „Na dnes máš pohov. Tu vedľa sa môžeš sprchnúť.“ ukázal na dvere vedľa schodiska. „Počkám ťa hore.“

Tú sprchu som naozaj potreboval. Ani neviem, či som sa tak spotil od samotného tréningu, od strachu, ktorý bol ale naozaj príjemný, alebo od vzrušenia. Najskôr kombináciou všetkých troch. Keď som sa obliekol a vyšiel som hore na stole ma čakala miska plná keksov, Ďalšia, plná sušeného ovocia a džbán s džúsom. „Len si daj.“ ponúkol ma chrúmajúc arašidy. Vzal som si keks a nalial si pohár džúsu.

„Tak čo, ako sa cítiš?“ zaujímal sa.

„Ako znovuzrodený.“ povedal som úprimne.

„Zadok neštípe?“

„Trochu áno, ale tak to má byť.“ povedal som.

Zo začiatku som mal trochu trému, ale teraz som sa úplne uvoľnil. Bol veľmi príjemný spoločník. „Neodradil som ťa dnes? Myslíš, že ešte prídeš?“

„Vôbec nie. Určite rád.“ odpovedal som bez váhania. Videl som na jeho tvári ako ho táto odpoveď potešila. Ešte sme sa hodnú polhodinu rozprávali o všetkom možnom. O športe, o cestovaní, o nehnuteľnostiach. Napokon som sa pomaly vybral na autobus.

„Trafiš na zastávku, však?“ uisťoval sa ešte vo dverách.

„Nemaj obavy.“ žmurkol som naňho.

„Píšeme si.“ povedal a usmial sa. Prikývol som a cítil som, že to myslí úprimne.  
[merlinclownfish@gmail.com](mailto:merlinclownfish@gmail.com)