Český domov
noviny do každé schránky

Nevidomý masér Jan Bauer: Mé ruce jsou mé oči

vydáno 28.1.2014, Praha 9

Sedmatřicetiletý masér Jan Bauer má salón naproti Galerii Harfa. Dvacet let vedl celkem běžný život. Pak začal mít problémy se zrakem, o který nakonec zcela přišel. Slepotu ale nevnímá jako handicap, ale jako novou životní cestu, na které se mu změnily priority.



aaa

Vy jste rodilý Pražák?
Narodil jsem se v podolské porodnici, odkud si mě rodiče odvezli do Prahy 8, kde jsem strávil celé dětství. V devatenácti letech jsem se osamostatnil a přestěhoval se do Prahy 9, kde bydlím dodnes.

To jste se moc daleko od rodičů neodstěhoval…
Rodiče stále bydlí v Praze 8 a další část rodiny mám v Klánovicích, takže jsem si tuhle městskou část vybral záměrně, abych to k nim měl blízko. Pro mě je rodina základ všeho, hodně držíme spolu. Vlastně i po tom, co jsem přišel o zrak, byla rodina důvod, proč jsem to nevzdal, měl jsem se o co opřít. Silnou oporou mi také byli moji blízcí kamarádi.

Jak dlouho tedy bydlíte v Praze 9?
Když jsem se odstěhoval od rodičů, tak jsem po Praze ještě různě putoval. V Praze 9 tedy bydlím asi 12 let. Když jsem se nastěhoval, ještě nestála O2 aréna ani Galerie Harfa. Sem, do Ocelářské ulice, jsem šel proto, že tady vůbec nikde nic nebylo. V celé ulici stálo deset aut, metro i tramvaje přitom byly kousek od domu, ale jinak tu nebylo nic. Klid, to bylo přesně to, co jsem hledal. Potom postavili O2

arénu a Harfu, ale musím říct, že teď je to pro mě snad nejstrategičtější místo, jaké jsem si mohl vybrat, vzhledem k dostupnosti služeb, obchodů, metra i tramvaje.

Po dvanácti letech už můžete devítku hodnotit. Jaké byste jí vystavil vysvědčení?
Za posledních pár let jde Devítka hrozně nahoru, ať už je to v oblasti bydlení, školství nebo infrastruktury jako takové. Před časem jsem řešil školku pro dceru a byl problém s místem, nakonec jsem chvíli s dcerou musel zůstat doma. Teď už je to o něco lepší, místa ve školkách přibývají rychle a to je potřeba, protože se sem stěhují rodiny s dětmi.

Nějaké negativní věci byste našel?
Negativa nejsou v Praze 9, ale v některých lidech, kteří tady žijí. Například jsem řešil, že jsem měl před domem značku invalidy, ale kamarád mi zároveň půjčil garáž, takže jsem někdy stál s autem na ulici a někdy v garáži. Sousedi pak poslali udání na úřad, že to místo nevyužívám. Tím si ale nenechám zkazit náladu, obecně vzato většina lidí je ohleduplných a rádi mi pomůžou, i když mě vůbec neznají.

Zmínil jste auto, vy ale řídit nemůžete, kdo je rodinným řidičem?
Auto samozřejmě řídí moje přítelkyně. Auto, které teď máme, je to poslední, které jsem ještě řídil. Tím, že jsem o zrak přicházel postupně, čekal jsem, že tahle situace nastane. Proto jsem ji nutil, aby si udělala řidičák. Teď jí auto půjčuji… Můj životní ventil bylo dřív právě auto, hned jak jsem mohl, seděl jsem za volantem. Takže tohle auto nikdy neprodám, je to moje srdeční záležitost

Zmínil jste, že jste o zrak přicházel postupně. Co se vám stalo?
Sám nevím. Do dvaceti let jsem viděl normálně. Byl jsem workoholik a najednou v práci jsem zjistil, že se mi nějak rozjíždějí písmenka. V té době jsem hrál squash a balónkem dostal do oka, což byla možná příčina toho, že se mi spustil šedý zákal. Potom přišly peripetie operací očí, kterých mám teď za sebou přes padesát. Díky lékařům jsem až donedávna viděl alespoň obrysy, takže se ta nevidomost alespoň o něco oddálila. Zcela nevidomý jsem asi dva roky. Doktoři mi nakonec řekli, že je to pravděpodobně autoimunitní onemocnění, takže za to žádný úraz nemůže.

Jak se člověk, který dvacet let vidí, vyrovná s tím, že je najednou slepý?
Řekl bych, že se s tím vyrovnat nedá, ale dá se s tím naučit žít. Největší problém je orientace v prostoru, vlastně pořád do něčeho narážím. Tento problém se ale časem zlepšuje, protože člověk se přirozeně začíná orientovat ve známém prostředí, i když nevidí. Je pro mne tedy důležité, aby všechno mělo svoje místo a řád, potom jsem schopen se pohybovat bezchybně. Ale co mě vadí asi nejvíc, je to, že nevím, jak vypadají moje děti. Všichni mi říkají, že je to nevratný, ale tím, jak jde technika a věda dopředu, pořád doufám, že třeba za 20 let se může něco vymyslet a začnu alespoň částečně znovu vidět.

Je něco, co vám slepota dala?
Určitě mě hodně naučila. Žil jsem hodně rychlý život. Tím, že jsem dělal v gastronomii, žil jsem hodně hospodsky, byl hodně materiálně založený a nedokázal se radovat z maličkostí. Slepota mě posunula jinam. Život si možná užívám víc, než když jsem viděl.

Jak jste se nakonec rozhodl, že budete masér?
V gastronomii jsem dělal asi 15 let, potom ale nastal okamžik, kdy už to kvůli zraku nešlo. Zůstal jsem doma, ale protože jsem byl workoholik, byl jsem hrozně nespokojený a začal hledat, co bych mohl dělat dál. Přemýšlel jsem, co může dělat slepej, aby se nějak realizoval, abych jen neseděl někde v kanceláři a nedělal práci, kterou mi někdo dal z lítosti. A protože mě vždycky zajímalo lidské tělo, tak jsem se ve třiceti letech rozhodl pro práci maséra.

Četla jsem, že správná masáž má bolet, pak zase, že nemá. Jak to je opravdu?
Masáž, aby byla účinná, musí trochu bolet. Pokud máte nějaký svalový problém, začne masér s tím svalem pracovat, uvolňovat ho a tím ho namůže podobně jako při cvičení. Masáž má být příjemná, ale v těch problémových partiích prostě bolí. Důležité je chodit pravidelně, protože svaly si na masáž, stejně jako na cvičení, zvyknou a potom už nebolí.

Slyšela jsem, že nevidomý masér je lepší než ten co vidí. Co je na tom pravdy?
Je to tak, že nevidomý člověk nemá žádný důvod být lepší masér, než ten, co vidí. Ale nevidomý člověk má menší množství práce, kterou může dělat, a proto chce být v tom, co dělá dobrej.
Říká se sice, že když člověk přijde o zrak, zlepší se mu hmat a sluch, ale není to pravda. Oči dávají mozku 80 procent informací, a když o ně přijde, tak ten mozek, aby mohl reagovat na okolí, začne sluch, čich a hmat víc vnímat. Hmat mám stejný jako jakýkoli jiný člověk, jen se můj mozek z toho, co nahmatám, snaží víc rozpoznat. Moje ruce, jsou moje oči.
Rozdíl mezi dobrým a špatným masérem je ten, že dobrý masér, chce člověku pomoci a je úplně jedno jestli ten masér vidí nebo ne. A já lidem od bolesti pomáhat chci.

Je důležité v profesi maséra sledovat trendy?
Masérství funguje tisíce let, takže klasická masáž je pořád stejná. Tam trend žádný není. Mění se to tím, že se rozšiřují informace o lidském těle, což tu klasickou masáž může obohatit. Potom jsou novodobé masáže, jako například lávové kameny, čokoládové nebo medové masáže. To jsou spíš komerční věci, aby to člověku pobyt v salónu ještě víc zpříjemnilo a on tam potom nechal nějaký peníz navíc

Jaké masáže nabízíte vy?
Klasickou masáž zad, šíje, krku, horních a dolních končetin nebo celkovou masáž. Potom dělám reflexní terapii, což je masáž bodového tlaku, kdy působím na určitě body na těle a tím tlakem způsobuji uvolnění svalu. Dělám také reflexní masáž plosky nohou. Tam má každý lidský orgán svůj bod, takže je možné daný orgán stimulovat tlakem na něj. Ze začátku jsem téhle terapii moc nevěřil, ale pak jsem si vyzkoušel, že to vážně funguje. Potom dělám hloubkovou masáž krku, což je dost bolestivá, ale hodně účinná masáž.

Na vašich stránkách jsem našla, že děláte Kinesiotaping, co to je?
Jsou to vlastně bavlněné elastické pásky, polepené speciálním lepidlem ve vlnovce, kterými jde zafixovat kloub tak, že mu neomezíte hybnost. Páska se různě natahuje

a tím kloub fixuje, ale neomezuje pohyb, tak jako třeba ortéza. Hodně to používají sportovci, kdy páska pomáhá svalům a šlachám zpevnit kloub a tím odstraňuje bolest. Vlastnosti pásku odpovídají pružnosti lidské kůže, takže člověka nijak neomezuje. Nejdřív zjistím, kde má člověk problém, potom na problematickou partii nalepím pásku, což trvá asi čtvrt hodiny. Člověk ji na daném místě ho má dva až pět dní. Při běžných činnostech mu nijak nevadí, jen by se neměl koupat, protože by se páska mohla odlepit. Sprchovat se s ní samozřejmě lze. Já Kinesiotaping používám většinou po masáži, pro prodloužení efektu masáže na problematická místa.

Když zrovna nepracujete, jakým způsobem trávíte volný čas?
Můj největší koníček je maséřina – a to je dřina. Svůj volný čas se snažím věnovat rodině a sportu, sledování televize už pro mě není ta správná zábava. S parťákem jezdím na tandemovém kole, na kterém není problém „ušlápnout“ stodvacetikilometrový výlet. Nově se snažím s kamarádem připravovat na pražský půlmaratón v běhu. Na něj trénuji také díky Praze 9 na atletickém stadionu Sparty na Podvinném Mlýně, který je volně přístupný. Dalším mým koníčkem je výpočetní technika, kdy s pomocí hlasového výstupu a díky mému kamarádovi, který mi se vším stoprocentně pomáhá, neztrácím krok s dobou, ani kontakt se vzdálenějšími přáteli.

Profil
Jan Bauer se narodil 22. září 1977 v pražské porodnici v Podolí a celý život strávil v Praze. Vystudoval soukromou hotelovou školu s maturitou a v oboru několik let pracoval. Ve dvaceti letech začal mít problémy se zrakem a po několika letech o zrak přišel. Lékaři dodnes příčinu jeho slepoty neznají. Jan Bauer začal pracovat jako masér a vlastní salon provozuje v Libni už několik let. S přítelkyní vychovává tříletého syna a sedmiletou dceru.

Kontakt
Masáže U slepýše
Ocelářská 13
www.uslepejse.cz
tel: 608 92 93 94
masaze@uslepejse.cz

Autor článkuUložit a sdílet
Praha 9 / Kategorie: Hlavní stránka Centralni Hlavní stránka Praha 9