

# Žena 30+



Co už nemusí řešit



o už Co už Co už Co už Co  
o už Co už Co už Co už Co  
o už Co už Co už Co už Co  
o už Co už Co už Co už Co  
nemusí řešit nemusí řešit  
í řešit nemusí řešit nemusí  
t nemusí řešit nemusí řešit  
sí řešit nemusí řešit nemusí  
t nemusí řešit nemusí řešit

Michael Kernbach

**Žena 30+**

**Co už nemusí řešit**

---

TIRÁŽ TIŠTĚNÉ PUBLIKACE:

Přeloženo z německého originálu knihy Michaela Kernbacha *Geschafft!*

*Was Frau mit 30 nicht mehr tun muss!*, vydaného nakladatelstvím

Lappan Verlag GmbH, Oldenburg, Německo, 2010

Original title: *Geschafft! Was Frau mit 30 nicht mehr tun muss!*

Copyright © 2010 Lappan Verlag GmbH, Oldenburg, Germany

All rights reserved

Vydala Grada Publishing, a.s.

U Průhonu 22, 170 00 Praha 7

tel.: +420 234 264 401, fax: +420 234 264 400

www.grada.cz

jako svou 5500. publikaci

Překlad Mgr. Daniel Helekal

Odpovědná redaktorka Mgr. Lucie N. Marková

Sazba Eva Hradiláková

Počet stran 48

První vydání, Praha 2014

Vytiskla tiskárna GRASPO CZ, a.s., Zlín

Czech Edition © Grada Publishing, a.s., 2014

Illustrations © Miguel Fernandez

Cover Design © dle originálu Eva Hradiláková

ISBN 978-80-247-5178-8

---

ELEKTRONICKÉ PUBLIKACE:

ISBN 978-80-247-9199-9 (ve formátu PDF)

ISBN 978-80-247-9200-2 (ve formátu EPUB)



# *Co už nemusí řešit žena po třicítce*

Námět a texty: Michael Kernbach  
Kresby a ilustrace: Miguel Fernandez

MĚLAS TAM KOMÁRA!



# Čekat na životní lásku

Rozšířeným omylem v úvahách na téma „životní láska“ je představa, že na to jsou vždycky potřeba dva.

A co hůř, obvykle se navíc očekává, že ten druhý bude mužského pohlaví.

Každá žena po třicítce už dávno ví, že tohle je klasické mission impossible! Navíc je čekání na životní lásku holá zbytečnost – životní lásku jste přece už dávno našly! Prokažte si proto křesťanskou laskavost a mějte se sama ráda tak, jak to vaši bývalí i budoucí bližní nikdy nedokázali ani nedokážou. Věnujte si sama absolutní pozornost, překvapujte se šperky a spontánními výlety do Paříže a užívejte si zamilovanost do člověka, který vám rozumí jako nikdo jiný na světě a který tu vždycky bude jen a jen pro vás. Celý život. Bez stresu, bez problematického vztahu. Prostě já. Miluju se!



# Stát se letuškou

Letuška, jedno z nejnyněnějších povolání všech dívek – hned po princezně, topmodelce a ošetřovatelce koní.

Jakmile ale člověk získá trochu životních zkušeností, začne mu být jasné, že práce letušky vlastně není zas až takové ternó.

Obskakovat spoustu protivných lidí přece můžete i na hudebním festivalu nebo v nějaké hogofogo restauraci, a nebudete ani muset nosit tu střelenou uniformu. Navíc zůstanete ušetřeny i známého eurytmického baletu kolem nouzových východů a kyslíkových masek, který většina letušek musí provozovat i několikrát denně, obvykle za cenu naprosté ztráty sebeúcty. No a z pohádkových princů v kokpitu se při bližším pohledu taky vyklubou úplně obyčejní strejcové, kteří se od ostatních chlapů liší snad jen abnormálně vysokou mírou rozvodovosti. Počínaje třícítkou byste

tak na povolání letušky měla raději zapomenout – jinak vás místo snového poletování v sedmém nebi nakonec snadno může čekat nouzové přistání s tvrdým nárazem na realitu.





# Pařit s holkama

Dokud váš věk začíná dvojkou, je život jedna velká divočina! Každý víkend pařby s holkama. Tancování a skotačení od nevidím do nevidím... Pro vaši nadcházející roli třicátnice je ovšem tahle životní filozofie bohužel naprosto neudržitelná.

Zatímco totiž vy budete pořád brčkem usrkávat sangrii z kyblíku a z tanečních figur zvládnete cokoliv levou zadní, vaše spolukaličky se postupně jedna za druhou vypaří a zmizí v nenávratnu své rodiny nebo zaměstnání. Nestačíte říct ani „další rundu!“ a na parketu zůstanete sama jak kůl v plotě. Jestli i přesto hodláte pokračovat v bujarém společenském životě, měla byste alespoň zásadně přehodnotit dosavadní přístup. Dejte vale klubům i dýzám a zamiřte radši do obýváků. Začněte pořádat vlastní akce a zvěte si přítelkyně na Avon párty a žehlicí večírky! Uvidíte, že nějaké tancování se může jít bodnout!



FARMÁŘ HLEDÁ ŽENU!

NO, OBVYKLE SE ČEKÁ,  
AŽ JE SNESE SAMA.



# Přihlásit se do ČHTM

Účast v soutěži Česko hledá topmodelku (na kterou celý národ už několik let netrpělivě čeká) ani v SuperStar a dalších upištěných reality show pro vás od teď definitivně přestává být žádoucí. Nebo opravdu tolik toužíte po tom, aby si z vás před celým národem střílel nějaký přemoudřelý hňup typu Leoše Mareše nebo prototyp blondýny à la Diana Kobzanová se svými zoufale trapnými pseudovtipy?

Pochybuju. Bohužel program české televizní scény nabízí ženám zatím pořád jen účast v legendárním „Chcete být milionářem?“ nebo proslulé „Výměně manželek“. A to je chabá náhrada vlastní televizní kariéry. Řešení je ale nasnadě! Vytvořte si vlastní pořad, který bude mít výšku a styl. Pod názvem „TOP třicítka Česka“ nebo „Žhavější než třicet ve stínu“ pak budete nejen moci prezentovat, jak by měl vypadat život dospělé ženy, ale ještě si přitom namastíte kapsu. Jen odvahu, však ono to půjde – najdou se přece i stanice, které jsou ochotny vysílat tak nebetýčný škvár jako „Farmář hledá ženu“.

# Nakupovat v „New Yorkeru“

Jeden z nejstarších přírodních zákonů zní: Ženy nemají věčně co na sebe. Právě toho pak ovšem zneužívají bezkrupulózní oděvní giganti typu „New Yorker“ k tomu, aby shrábli vaše pracně vydělané peníze.



Zatímco ženy posedlé módou udýchaně každých šest hodin mění styl a starší svršky ze svých ve švech praskajících skříni odnáší do charity, aby získaly alespoň trochu místa pro nové úlovky, směje se v kancelářích těchto štrasových a polyesterových pekel textilní mafie potutelně pod vousy. Po třicítce se ovšem z oděvního axiomu „nemám nic na sebe“ stává mnohem prozaičtější „nemám nic, co by mi padlo“. Peníze ušetřené eliminací powershoppingu ve skladech hadrového braku tak investujte raději do skutečně hodnotného a nadčasového oblečení. Zkušenost ukazuje, že teprve blůzka od Blanky Matragi dává krku dostatečnou volnost k nošení náhrdelníku od Tiffaniho. Zkuste to taky – uvidíte, že se to vyplatí!

# Obdivovat starší muže

Po třicítce našťestí mizí jeden z nejtragičtějších ženských přeludů.

Za vším vězí ten zatracený šarm, kterým starší muži okouzlují mladé dívky. Pln životních zkušeností, zralý, vtipný a ještě ke všemu profesor, novinář nebo, nedej bože!, spisovatel. Není divu, že se u mnoha dvacátnic probudí růžové krvinky z dětství a zaplaví celý mozkový kmen. Našťestí ten, kdo tyhle starší zázračné bytosti z vaší generace mohl pozorovat během dospívání, ten, kdo je viděl jako vy, je dokáže vnímat naprosto nezkaleným pohledem. Sobec, alkoholik, totálně švorc, a ještě ke všemu ženatý; navíc funí jak lokomotiva, trpí plynatostí, a když si sundá boty, trpí zas jeho okolí. Jak odporné insignie úpadku mužského plemene!

# Být pořád milá

Po celé generace se matky při výchově svých dcer dopouštějí jednoho fatálního omylu. Vtloukají jim do hlavy, že dáma musí být za všech okolností milá a přátelská. Houby s octem!

K čemu by jim to asi tak mělo být? Jediný důvod, proč žena na vedoucí pozici dodnes zůstává naprosto výjimečným úkazem, je právě to, že chlapům samy ke všemu uctivě otvíráme dveře. To ale taky znamená, že v konečném důsledku úplně za všechno můžeme my,

holky! Ekonomická krize, ekologické katastrofy, mizerné výsledky českých sportovců – všechno na dvě věci jenom proto, že jsme milé a dáváme mužům přednost. Nejlepší předsevzetí do života po třicítce tak zní: Nebýt na každého jak mílius – pro dobro celé planety!



+ POMÁHAL JSEM FRANTOVI  
NA ZAHRADĚ, ABY MI PŮJČIL  
PROJEKTOR. A TY SE PAK VYTASÍŠ  
S „HRŠÍŠNÝM TANCEM“?

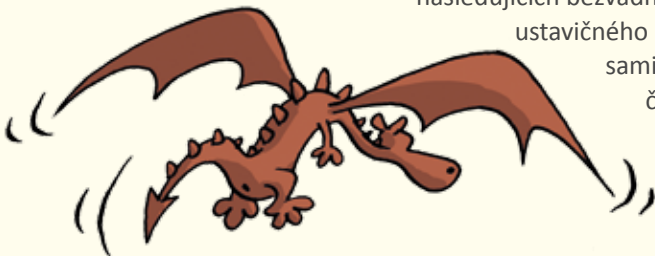
KVALITNÍ KINEMATOGRAFIE  
NEPOTŘEBUJE ŽÁDNÉ  
ZVLÁŠTNÍ EFEKTY.



# Snažit se zvděčit matce a tchyni

Jestli se v životě musíte potýkat s člověkem, který vám vždycky a zaručeně dokáže zkazit náladu, je to nepochybně vaše matka. Ty, které osud zkouší obzvlášť krutě, musí navíc bojovat i na druhé frontě a odolávat atakům tyranosaura rexe mezi matkami – matce vašeho muže.

Teď ale přišel čas, kdy si to už nenecháte líbit! Čas na důslednou strategii odboje. Začít můžete třeba tím, že jako menu pro rodinnou vánoční večeři zvolíte kupované fazole v rajčatové omáčce servírované bez ohřátí přímo v plechovce. Nebo tím, že až bude ta lítá saň slavit narozeniny, dorazíte v teplákové soupravě a totálně bez make-upu. Lavina chybových hlášení, kterou tak vyvoláte, mozek vaší tchyně či matky totálně přehltní. S trochou štěstí pak záplava vjemů vyvolá řečový šok, který vás na několik následujících bezvadných měsíců zbaví ustavičného remcání starší samice. Tak na co čekáte, prubněte to! Horší to přece být nemůže!





# Chodit na párty 30+

Třicáté narozeniny jako vstupenka na všudypřítomné pařby pro lidi 30+? Radši ještě nějaký ten pátek vydržte. Čímž nemyslím třeba rok nebo dva, ale radši tak 10–15. Ptáte se proč? Čistě pro svoje dobro! Párty pro 30+ jsou oblíbeným shromaždištěm skoropadesátníků, kteří chytli druhou mízu a zarytě si odmítají přiznat, že už překročili hranici podzimu života.

Jestli nestojíte o to, aby vás mlsně očumoval chlápek narvaný do bílého dvouřadého obleku à la John Travolta, který by s přehledem mohl být vaším otcem, ani nepociťujete naléhavé nutkání oddávat se ve společnosti švarných kandidátů na chůzi o holi za zvuků jejich protestsongu „Stain‘ alive“ tanečním kracím z doby, kdy vaše babička ještě chodila za školu, měly byste se všem 30+ párty vyhýbat jak čert kříži. Radši i nadále navštěvujte své oblíbené kluby a bary. Tam totiž nejste žádná 30+, ale rozhodně a ještě pěkně dlouho 40-.

# Učit se vařit

Žena, která se dožila 30. roku života, aniž musela praktikovat své kuchařské umění, dokonale pochopila život v 21. století.

A to jak ve své roli manželky, tak i matky. Nepouští se totiž do zbytečného boje s větrnými mlýny, jelikož si je moc dobře vědoma skutečnosti, že vlastnoručně připravená strava bude u chuťových pohárků potomstva závislého na glutamátu beztak narážet na naprostou netečnost a nezáměr. Nejinak tomu pak je i v případě, že jste single – světa znalá žena totiž nevaří, ale nechá si naopak vyvářet druhými!



A cartoon illustration showing a man and a woman sitting at a table with a pot of food. A large, stylized mushroom cloud, resembling a nuclear explosion, rises behind them. The man is holding a fork with a piece of food. The woman is holding a fork and looking surprised. A speech bubble from the man contains the text.

TY HOUBY  
JSI SBÍRALA SAMÁ?