

Grygera: Chci v Juventusu dohrát pětiletku



V Juventusu chci zůstat. Ač nemá jisté místo v základní sestavě, změnu klubu neplánujeFoto: Barbora Reichová Sport

19.01.2011 04:00 ROZHOVOR - Mnohokrát se už povídalo i psalo o tom, že jeho dny v Juventusu Turín jsou sečteny. Samá voda. Český obránce Zdeněk Grygera nemíní skládat zbraně. Naopak, v italském velkoklubu by rád dokončil smlouvu, která má vypršet za rok a půl.

V nedělním ligovém utkání s Bari (2:1) seděl na lavičce. Na trávník vyběhl až necelou čtvrt hodinu před koncem. Přesto se hodinu a půl po zápase v restauraci Kipling v samém centru Turína v klubovém obleku Juventusu usmíval.

„Na podzim jsem do zranění hrál celkem pravidelně, teď musím zase makat, abych se do základní sestavy vrátil,“ řekl naprosto vyrovnaným hlasem Zdeněk Grygera, jednatřicetiletý bek „staré dámy“.

Nový klubový prezident Andrea Agnelli buduje nový Juventus: Jaká je vaše role v tomhle projektu?

„V létě na horském kondičním soustředění za mnou přišel nový trenér Luigi Del Neri a řekl mi: Všechna místa v mužstvu chci mít zdvojená, napravo je Motta a pak ty. Takže mě bral jako prvního náhradníka na místo krajního obránce. Až do utkání v Udine. Tam jsem naskočil zpátky do základu a vydržel v něm, až do chvíle, než jsem si natrhl postranní vaz v koleni.“

Jak jste bral úlohu dvanáctého hráče?

„Vzhledem k minulé sezoně jsem nemohl být uražený. Pro mě a pro celý Juventus ten rok nebyl dobrý. Ale postavil jsem si před sebe jednoznačný plán: zůstat a udělat maximum, abych se vrátil tam, kde jsem byl.“

Měl jste někdy nutkání z Juventusu odejít?

„Jó a kolikrát. (usmívá se) Ale hned jsem si řekl: Jsi v Juventusu, ve velkém klubu, do kterého ses chtěl vždycky dostat. Byl to tvůj sen, který se ti splnil. Tak co chceš!“

Jinými slovy - je lepší bojovat, lidově řečeno, o flek v Juventusu, než mít místo pod palcem v turecké, respektive řecké lize.

„Moje vize je - makat a vydržet v Juventusu do konce smlouvy. Do jejího vypršení mi chybí rok a půl a pokud se mi ji podaří dojet, budu spokojený. Nemusím hrát všechno, ale pokud budu v užším kádru, bude to ok. Kdyby mi bylo čtyřicet, asi bych mému agentovi řekl: Potřebuji klub, kde budu pořád hrát. Ale po třicítce už to člověk vidí jinak. A taky mi hlavu už dříve pomohl srovnat mentální kouč.“

Čím vám pomohl?

„Naučil mě nepřemýšlet o tom, co bylo, a o tom, co bude. Naučil mě se soustředit jen na to, co je. Ale to není nic nového, tenisté nebo golfisté pracují s mentálními kouči už dlouho.“

U fotbalistů to však až tak obvyklé není. Kdy jste se na něj obrátil?

„V minulé sezoně, kdy jsem byl na tom psychicky špatně. Přes mého manažera Jirku Müllera a přes telefon jsem se dostal k jednomu pánovi na Slovensko, k panu Šefčíkovi. Ten mě zvednul.“

Američtí sportovci, kteří mentální trenéry využívají, mnohdy tvrdí, že příprava s nimi má zásadní podíl na jejich výkonnosti. Souhlasíte s nimi?

„V minulosti jsem tomu nevěřil. Nikdy jsem nebyl ten typ, který by tuhle pomoc vyhledával. Ale pak jsem byl v situaci, kdy jsem si řekl: No, nic, zkusím to. Telefonáty na Slovensko mi strašně pomohly.“

V čem například?

„Třeba jsem se zase začal normálně smát. Předtím jsem byl uzavřený a topil jsem se v tom, že se mi nedařilo. Dneska bych si za to nafačkoval.“

Za co přesně?

„Za to, jak jsem se tím trápil a užíral. Podléhal jsem tomu. Když jsem udělal v první minutě chybu, začal jsem se tím zaobírat. Ne, to člověk nesmí. Prostě přeskočit to a jet dál, protože už to nejde vrátit zpátky a už to nenapravíte. Když tohle neuděláte a myslíte na to, že jste chyboval, vyrobíte chybu za dalších pět minut znova. Jenže já jsem si dřív po prvním nezdaru dokonce říkal: Tak dneska to nepůjde. Ne, chyba! Zapomenout!“

Jak vám „přestavba“ myslí šla?

„Postupně. Není to jednoduché. Kolikrát mě po tréninku víc bolela hlava než nohy. Každým tréninkem se to ale poddávalo, až se to nakonec poddalo. I když na takovou úroveň, na jaké jsou tenisté, jsem se nedostal. Oni toho ale v tomhle směru potřebují umět víc, protože u nich rozhoduje opravdu každý detail.“

Už se tedy s mentálním koučem neradíte?

„Ne.“

A máte ho aspoň uloženého v zásobě jako přítele na telefonu, kdybyste začal zapomínat na základní zásady?

„Strašně rád mu zavolám, ale doufám, že mu nebudu muset volat.“ (směje se)

ZDENĚK GRYGERA

Narozen: 14. května 1980
Výška a váha: 185 cm a 78 kg
Pozice: obránce

Klubová kariéra:
Zlín (1997-1998), Drnovice (1998-2000), Sparta (2000-2003), Ajax Amsterdam (2003-2007), Juventus Turín (2007-???)

Reprezentace:
65 zápasů/2 góly

Úspěchy:
s reprezentací bronz na EURO 2004, účast na MS 2006 a EURO 2008; má zlato z ME „21“ v roce 2002, stříbro z ME „21“ 2000; na klubové úrovni dva tituly s pražskou Spartou (2001 a 2003) a jeden s amsterdamským Ajaxem (2004)



Foto: Barbora Reichová Sport

Z čeho jste měl největší stres?

„V Itálii je třeba běžné, že hráč jde v jednom zápase na tribunu, ale za týden zase hraje. Jenže když se mi stalo, že jsem šel na tribunu, říkal jsem si: Tyjo, to je v háji. Prezident mě nechce, trenér mě nechce, to je jasný. A už jsem v tom jel celý týden. Budete-li ale takhle negativní, není možné, abyste příští neděli podali dobrý výkon.“

Může mentálního kouče nahradit i obyčejné povzbuzení od blízkých?

„Ano. Někdy stačí, když vám manažer řekne: Neber si to tak, máš rodinu, dvě zdravé děti, tak fotbal neřeš. A hned jste zpátky na dobré cestě.“

Zaobíráte se teď svojí budoucností, nebo si tyhle myšlenky v rámci udržení duševní rovnováhy do hlavy nepouštíte?

„Vidím před sebou, doufám, osmnáct měsíců v Juventus. Když jsem sem přišel, říkal jsem si: Kariéra mi běží dobře. Dva roky Drnovice, tři Sparta, čtyři Ajax a pět roků Juve. Kéž by se tahle vzestupná tendence naplnila. Lehké to nebude, naopak bude to dřina, ale je to můj cíl. Pokud se mi podaří dojet pětiletku v Juventus, můžu jít s klidem spát.“

A co bude potom?

„Deset let jsem si myslel, že si otevřu restauraci. Ale když vidím, jak na tom teď restaurace jsou, nevím, nevím.“

Vrátíte se po kariéře do Česka?

„Vrátím se určitě! Před dvěma třemi roky jsem dostavěl barák na Moravě a čím víc jsem venku, tím víc mě to táhne domů. My Moraváci jsme asi takoví. Pražáci si venku asi líp zvykají, já ne.“

Proč?

„Všude dobře, doma nejlíp. Líbí se mi v Turíně, v Amsterdamu taky. Ale pro mě je doma doma.“

Pro manželku také?

„Taky. Jsme oba z Holešova.“

Plánujete návrat do rodného hnízda, ale například Moravák Libor Sionko zakotvil po návratu z ciziny poblíž Prahy.

„Ani já na Prahu nedám dopustit. Ale mít tam byteček a jezdit tam jednou za čas. Kdybych v ní žil pořád, okoukala by se mi.“

Co budete dělat v Holešově, když hoteliér z vás nebude? Uměl byste nic nedělat a žít jen sladkým životem rentiéra?

„Teď řeknu, že jo. I když jenom doma bych nemohl zůstat, to by nedopadlo dobře. Nejhorší je ale to skloubit - dělat něco a ještě být strůjcem svého času. Třeba se řekne: Půjde k mládeži. Cožpak o to, já bych rád předal klukům zkušenosti. Ale od pondělí do pátku být na trénincích, pak soboty, neděle na zápasech a svým dětem říkat: Nemůžeme jet na výlet, protože musím na fotbal do Jihlavy? To je těžké. Dvanáct let jezdím po soustředěních, rodina mě vidí málo a pak tohle. Zároveň ale i těm klukům nemůžete v pátek říct: V týdnu jsem to odtrénoval, ale na zápas s vámi nejedu, protože jdu se svými dětmi do kina. To nejde. Takže uvidíme.“



Foto: Barbora Reichová Sport

Už teď je ovšem jasné, že domů si přivezete zkušenosti ze života v Nizozemsku a v Itálii. Kde vám to vyhovovalo více?

„Jde o to, jak se to vezme. Amsterdam bylo fantastické město, které nikdy nespalo. A Itálie? Nemá smysl se bavit o počasí, o kultuře stolování, o vínech. To je prostě balzám. Kdybych měl dnes skončit kariéru, řeknu: Neměnil bych!“

Cítili jste se dobře v Turíně okamžitě? Například manželka Pavla Nedvěda první návštěvu severoitalské metropole obřečela. Na pozadí Říma jí připadala šedivá, pochmurná...

„To bylo, než to tu poznala. Nakonec tu jako rodina zůstali žít. U nás to taky nebylo první měsíce optimální. Jenže pak hlavně fotbalisté zjistí, že je to pro ně ideální město.“

V jakém smyslu?

„Je to sever Itálie, kde fotbalový fanatismus není tak silný jako v Neapoli nebo i v Římě. My máme navíc kupu fanoušků mimo Turín, protože ti místní fandí klubu AC Turín. Můžeme si tedy kdykoli vyjít ven. I nás sice lidé poznají, ale maskovat se nemusíme. Neslyšel jsem fotbalistu, který by prošel Juventusem, říct: Bylo to strašné.“

V Amsterdamu vás lidi zastavovali na ulici?

„Ne. Oni jsou veselí, svobodomyšlní a po zápase už fotbal moc neřeší. Přijdou se na něj podívat, v aréně bylo pořád padesát tisíc, ale berou to jako zábavu. Dvě hodiny se pobaví, pak konec a oni si řeknou: Dobrá, a co se bude dít teď. Bez ohledu na to, jestli se vyhraje nebo prohraje. Chtějí se bavit, je to tam volnější.“

Mimochodem, jaké reference jste měl o Turínu vy?

„Že to je česká Ostrava. Jen fabrika Fiat, všichni ráno do práce, odpoledne z práce a nic víc. Před olympiádou v roce 2006 to možná tak bylo, ale kvůli téhle akci se město úžasně zmodernizovalo.“

Proč jste si vybral bydlení v centru města? A ne jako Nedvěd v parku s golfovými greeny?

„Protože jsem si touhle etapou už prošel v Amsterdamu. Bylo to moje první zahraniční angažmá a já jsem chtěl být jako kluci, kteří šli od nás ven. Viděl jsem v časopisech, jak má každý z nich barák a zahrádku. Tak jsme se nastěhovali do řadovky na okraji Amsterdamu. Jenže jsme zjistili, že kolem toho je dost práce a starostí. Proto jsme se přestěhovali asi po roce a půl do centra.“

V čem hlavně tkví výhody?

„Jedete třeba na nároďák a stačí jen zamknout byt. Když máte dům, přemítáte, co bude, až se vrátíte. My jsme dvakrát našli dům vykradený. Byt je bezpečnější a pohodlnější, což tady platí absolutně. Jakmile k nám někdo přijede z Čech, nemusíme ho vozit do centra. Stačí jen vyjít ven. To platí i pro nás. Já mám třeba rád kafe, takže sejdu ze schodů a můžu si ho dát.“

Bydlí ve vašem okolí hodně spoluhráčů?

„Dost. V centru bydlí zhruba půlka mužstva. Druhá půlka bydlí na kopci a v zeleni za řekou.“

Potkáváte se s tou první půlkou i v běžném civilním životě?

„Málo. V Itálii jsme spolu hodně na soustředění. Volné dny si proto každý šetří pro rodinu a kamarády. Potkáváme se tedy třeba jen ve školce, když tam vedeme děti. A s Fabiem Grossem se občas srazíme na plácku nedaleko odtud. Když nás naši malí vytáhnou si zakopat. Ale je to náhoda, předem si nevoláme, aby se jeden k druhému přidal.“