

Tělocvičná jednota Sokol Liberec I.

Nazdar!

Sokolské souzvuky

***č. 12 – prosinec 2013
ročník 3.***

Na jednom známém obraze je Ježíš v setmělé zahradě. Levou rukou drží lampu, která celý výjev osvětluje a pravou tluče na mohutné a pevné dveře.

Když byl tento obraz poprvé představen veřejnosti, jeden návštěvník měl k autorovi připomínku.

„Na vašem obraze je chyba – na dveřích není klika!“

Malíř odpověděl: „ To jsou dveře lidského srdce. Ty se dají otevřít jen zevnitř!“

(Zdeňka Holcová – „Květy myšlenek“)

O dárcích nejen vánočních

Blíží se Vánoce, oslava Kristova narození a doba rodinných svátků. Zdrojem poznání charakteru dávných Vánoc v českých zemích je pojednání o Štědrém večeru z doby Václava IV. na konci 14. století od Jana z Holešova, učeného benediktina. Ten mezi nejvýznamnější znaky tohoto večera jmenuje štědrost, pohostinnost a vzájemné obdarovávání. Obyčej darů se udržoval i v pozdějších obdobích. Tovaryši je dávali cechovním mistrům a jejich manželkám a mistři oplátkou chystali pro tovaryše pohoštění. Zvláštní druh obdarování byl spojen se svatým Štěpánem, kdy chlapci odcházeli do služby k hospodáři jako čeledíni. Štědrost projevovali lidé nejen k zvířatům, ale i k přírodě. Do studánek házeli kousky jídla s prosbou o stále čistou vodu. Vznik postavy vánočního dárce Ježíška vznikl v 16. století, kdy Luther potlačil kurs populárního Mikuláše a Ježíšek tak převzal jeho funkci. Tato změna s vlivem protestantismu proniká i k nám. Od druhé poloviny 17. století je patrná tendence přesunutí svátečního života do rodinné sféry. Zvyk obdarovávat děti v měšťanském a panském prostředí 19. a 20. století zdomácněl a dostává se i do lidových vrstev. Dárky si o Vánocích začínají dávat i ostatní členové rodiny. Do zesvětštění těchto svátků přinesla nový prvek průmyslová revoluce. Dnes trh překypuje nejrozličnějším vánočním zbožím a reklama působí na kupující ze všech stran. Vysoká materiální hodnota dárku se u některých lidí stává ideálem. Dokonce se zadlužují, aby mohli svým blízkým, často dětem, splnit jejich náročná přání. Na druhé straně oceňme širokou škálu vánočních dobročinných akcí, které mají v naší zemi tradici. Dárky rozložené pod stromečkem chtějí být neosobní a tajemné. Toto mystično je malými dětmi s úžasem přijímáno a radost z toho, že jim nadělil Ježíšek, je nesmírná. V běžném životě je složitější, když dárce a obdarovaný si při předávání dárků podávají ruce. V darech, ať už se věnují při jakýchkoliv příležitostech, je skryta celá řada lidských postojů, jak o tom vypovídají citáty a přísloví různých národů. Všimněme si alespoň několika. Ne náhodou vzniklo latinské pořekadlo: Darovanému koni na zuby nehleď. Vyjadřuje výzvu k toleranci, velkorysosti a taktu obdarovaného, když přijímá dar, který nenaplnuje jeho představy. Vybrat vhodný dárek není ovšem snadné. Vietnamské úloví praví: Nic jsi neprodal líp, než cos daroval. Kurdské zdůrazňuje: Všechno, co daruješ, zůstává s tebou. České zní: Kdo rád dává, ten se nevyptává. Biblické učí: Dejte a bude vám dáno. Starořecké připomíná: Dávat znamená učit oplácet. Polské vyzývá: Když nám dáš, tak jsi náš. Latinské sděluje: Dávám, abys dal. Dary jsou bohužel spojeny také s úplatky a korupcí. Jean Paul Marat, významná postava Velké francouzské revoluce, prohlašuje před více než 200 lety: „Aby se čelilo skrytým cestám korupce, je důležité, aby voliči využívali svého práva odvolat poslance, který by trvale zanedbával zájmy vlasti a žádat potrestání poslance, který by zneužil jejich důvěry.“

Jak aktuálně zní tato výzva i dnes! Vraťme se nakonec k vánočním dárkům. Neměly by být hlavním smyslem našich Vánoc, ale jejich milým doplňkem. Znamená to chápat tyto svátky pokoje, míru a lásky mezi lidmi dobré vůle v nejširším slova smyslu jejich duchovního poslání.

Marcela Hutarová

Obsah:

Úvodní slovo:

O dárcích nejenom vánočních

Metodika:

O pohybovém projevu

Pohybová etuda č. 4 – Stay With the Me Till Morning

Cvičení s lavičkami pro rodiče a děti – 2. část

Boj o život s čísly – hra (Radek Stejskal – Třebíč)

Boj o totem - hra

Nejenom pohybem živ je sokol!

„Hin se hukáže!“

Vzpomeňme na vlasteneckého šlechtice

Dvojí výročí jedné významné osobnosti

Prosincová výročí osobností a událostí

Poděkování z Beskydské župy Jana Čapka

„Hlas zvonů táhne nad závějí...“ – vánoce

PF čtenářům Sokolských souzvuků

Recept do Nového roku:

Vezme se 12 měsíců, očistí se od veškeré zlomyslnosti, chamtivosti a nenávisti. Každý měsíc se rozkrájí na 30 nebo 31 dílů s výjimkou února, takže zásoba vydrží na celý rok. Potom se každý den upraví tak, že se vezme jedna porce důvěry, jedna dávka poctivé práce, dvě dávky dobré nálady, přidají se tři vrchovaté lžíce optimizmu, čajová lžička snášenlivosti, zrnko trpělivosti a špetka taktu. Všechno se bohatě zalije láskou. Takto připravené se ozdobí kytičkou pozornosti a podává s milým úsměvem a dobrým přátelským slovem.

Karel Čapek

Metodika:

O pohybovém projevu.

Navazuji na články vztahující se k úrovni vystoupení našich cvičenců a cvičenek na „Setkání sokolů pod Řípem“. Bylo tam konstatováno zhoršení úrovně pohybového provedení jednotlivých skladeb a asi správně vysvětleno, proč k tomu v poslední době dochází. Kromě toho všichni máme svoje zkušenosti, takže víme, kde „nás bota tlačí“ a uvědomujeme si, že ke zlepšení tohoto faktu nemůže stačit i sebe kvalitnější vlastní nácvik. Důvod totiž většinou není přímo v úrovni nácviku, ale spíš v nedostatečné pohybové úrovni cvičenců – a té je nutno se pečlivě věnovat. V podstatě nejde a nemůže jít pouze o co nejdokonalejší a diváky obdivované vystoupení, ale především o pohybovou úroveň každého jednotlivého cvičence. Tělesná zdatnost, kondice, držení těla, elegance a schopnost procítěného krásného pohybu sokolských cvičenců – to je náš hlavní úkol a cíl.

Naprostá většina ženských složek preferuje cvičení s hudbou, ať už jakéhokoliv žánru a charakteru. To sice kladně ovlivňuje přístup cvičenek ve cvičební jednotce – hudba má emotivní charakter, oddaluje únavu a působí i protistresově. Negativem ovšem je, že žene cvičitele i cvičence stále vpřed (především z kondičních důvodů) a nedovoluje častější zastávky a přerušení cvičení kvůli upřesnění pohybu a odstranění chyb. Už samotná manipulace s magnetofony cvičitele zdržuje – ale nedá se nic dělat, musíme si s tím nějak poradit. Již při přípravě hodiny by cvičitelka měla vědět, na co se chce v určité části hodiny zaměřit a připravit si hudbu tak, aby případná nutnost jejího přerušení co nejméně narušovala spád cvičení. To znamená nebát se v případě nutnosti hudbu skutečně přerušit, ukázat na chyby i na správný způsob zacvičení jednotlivých cviků a vazeb, nacvičit obtížný pohyb třeba i „na sucho“, tedy bez hudby a pak ho procvičovat v různých polohách a vazbách. Velký význam má opakování pohybových motivů tak, aby „vešly cvičenkám do krve“ a byly pro ně samozřejmostí. Pokud se nám tohle povede, nesmírně si tím pak usnadníme nácvik skladeb. Připomínám, že to platí nejen při cvičení prostných (tedy bez náčiní!), ale tím víc i při použití náčiní, které pohybové vazby činí zajímavější, ale především obtížnější.

Na co se tedy v současnosti co nejvíce soustředit!!

- chůze, klus, taneční kroky – důraz klást na pružné provedení, rytmizaci a provedení pohybu co nejvíce „do prostoru“, („nevrtět se“ a nepřeshlapovat na místě!!)
- práci trupu, horních končetin a hlavy – všechny provádět v co největším rozsahu, dodržovat přesné polohy a nezapomínat na doprovodné pohyby trupu a hlavy! Právě tady máme největší rezervy!

Všechno závisí na správném držení těla – a to je umožněno harmonickým rozvojem kloubního i svalového aparátu, vyvarováním se svalové disbalance a zdůrazňováním přímého, vznošeného držení.

Dnes tedy několik cviků zaměřených na svalové skupiny zad a šíje – cviky uvolňovací a protahovací, které je možno libovolně zařazovat do různých částí cvičební jednotky.

- A) ZP – sed skrčmo zkřížmo („turecký sed“) – volně připažit, dlaně položit na kolena
- 1) - protáhnout páteř a krční páteř vzhůru (pocit, že nás někdo táhne za vlasy na temeni vzhůru) – rozložit ramena do šířky, mírně stáhnout lopatky k sobě – brada svírá pravý úhel s prsní kostí a uvolnit (ne předklon, jen povolit) – opakovaně
 - 2) = 1) ale střídavě pootočit trup i hlavu vpravo a vlevo
 - 3) - toporně náklon vpřed – vzpřím a toporně náklon vzad
 - 4) - střídavě náklon vlevo – vzpřím a náklon vpravo stranou
 - 5) - otočit hlavu vlevo – předklon (sklonit k rameni) – vzpřím a otočit hlavu zpět
 - 6) - „přetlačování“ – složené ruce na temeno, před čelo nebo v týl – hlava tlačí v protisměru proti odporu složených paží
 - 7) - otočit hlavu vlevo a uvolněně předklonem otočit hlavu vpravo
 - 8) - skrčit upažmo, předloktí dovnitř, sevřená dlaň do ramenního důlku – střídavě hrudní úklon vlevo, vpravo, předklon a záklon (pouze hrudník) – hlava doprovází pohyb hrudníku
 - 9) = 8, ale uvedené pohyby hrudníku spojit do kroužení (pouze hrudník!! a hlava)
 - 10) - spojit dlaně před tělem, vzpažit, – toporně náklon vpřed – vytočit dlaně vpřed (maximální tah šikmo vzhůru) – vzpřím – skrčit předpažmo, vytočit dlaně zpět (k tělu) - záklon („kulatě“) – předpažit, vytočit spojené dlaně vpřed – vzpřím – skrčit předpažmo a vytočit spojené dlaně k tělu
 - 11) - upažením vzpažit levou – hlava sleduje pohyb levé paže – upažením vzpažit pravou – hlava sleduje pohyb pravé paže – výdrž ve vzpažení a zvolna upažením připažit a uvolnit
 - 12) - předpažením pravé a zapažením levé vzpažit – hlava sleduje pohyb levé paže - otočit trup vlevo – skrčit vzpažmo (ruce v týl) – vzpažit a předpažením pravé a zapažením levé připažit – hlava sleduje pohyb pravé paže - otočit trup zpět a totéž opačně
 - 13) - čtyři kroužky v ramenním kloubu vpřed – hrudní předklon a předklon hlavy (ramena vpřed!) – výdrž a čtyři kroužky v ramenním kloubu vzad – hrudní záklon a mírný záklon hlavy (ramena tlačit vzad a dolů!) - výdrž
 - 14) = 1) ale v protažení střídavě protlačovat hrudník vpřed a vzad, totéž je možno i s bederní páteří (isolovaný pohyb)
 - 15) - protáhnout páteř a krční páteř vzhůru – upažením vzpažit a uvolněně hluboký ohnutý předklon, hlava v prodloužení trupu, dlaně položit na podložku

Všechny tyto cviky provádět uvědoměle a s plným soustředěním a zvolna.

Pokud použijeme hudbu, je nutno najít nahrávku spíše pomalejší, volnější - pohyb provádět zvolna, tahem, vedeně a do maximální polohy.

Uvedené cviky a vazby těchto cviků zařazovat často v různých částech hodiny - nutnost získat základní pohybové stereotypy.

Pokračování cviků zaměřených na zádové a šíjové svalstvo příště.

Jarina Žitná, Sokol Liberec I.

Říká se, že opakování je matkou moudrosti – ale opakování je také matkou krásného, uvědomělého a elegantního pohybu!

Pohybové etudy

č. 4) „Stay With the Me Till Morning“

*případně jiná volná hudba s osmitaktovým (šestnáctitaktovým)
frázováním*

Hudba – CD „Music for millions“ č. 5.

Píseň č. 2 – „Stay With the Me Till Morning“

ZP – sed skrčmo zkřížmo, levé koleno na zemi, pravé směřuje kolmo vzhůru – volně připažit levou, skrčit předpažmo pravou, předloktí vzhůru (loket opřít o koleno pravé) – položit tvář do dlaně - čelem k HT

- I. 1 – 4 vzpřim - vzpažit pravou – vzpřim hlavy**
- II. 1 – 4 mírný úklon vpravo - upažit pravou – hlava sleduje pohyb pravé paže**
- III. – IV. 1 - 8 leh na levém boku – podpor na levém předloktí – zvolna zanožit pravou – předpažením vzpažit pravou – hlava sleduje pohyb pravé paže**
- V. 1 – 4 dohmatem pravou a půlobratem vlevo vzpor klečmo – zanožit pravou povýš**
- VI. 1 – 4 přinožit pravou a klek sedmo – hluboký předklon – dlaně na zemi – hlava v prodloužení trupu**
- VII. 1 – 4 podpor ležmo na předloktích a na špičkách nohou (tělo i hlava v jedné přímce)**
- VIII. 1 – 4 leh na břicho, dlaně zůstávají na místě u ramen**
- IX. 1 - 2 zanožit levou povýš
3 – 4 skrčit zánožmo levou povýš, bérec dovnitř, špička se dotýká země za kolenem pravé (koleno směřuje vzhůru)**
- X. 1 – 2 zanožit levou (napnout)
3 – 4 přinožit levou**
- XI. – XII. 1 – 8 = IX. – X. ale opačně (pravou)**
- XIII. 1 – 4 klek sedmo – hluboký předklon – hlava a paže v prodloužení trupu**
- XIV. 1 – 4 vzpor klečmo – zanožit levou povýš**
- XV.– XVI. 1 – 8 půlobrat vlevo a sed skrčmo pravou stranou a plynule skrčit přednožmo levou, koleno směřuje kolmo vzhůru – volně připažit pravou, skrčit předpažmo levou, předloktí vzhůru (loket opřít o koleno levé) – položit tvář do dlaně
Cvičenky jsou zády k HT**

Celou vazbu opakovat opačně. V posledním taktu cvičenky čelem k HT.

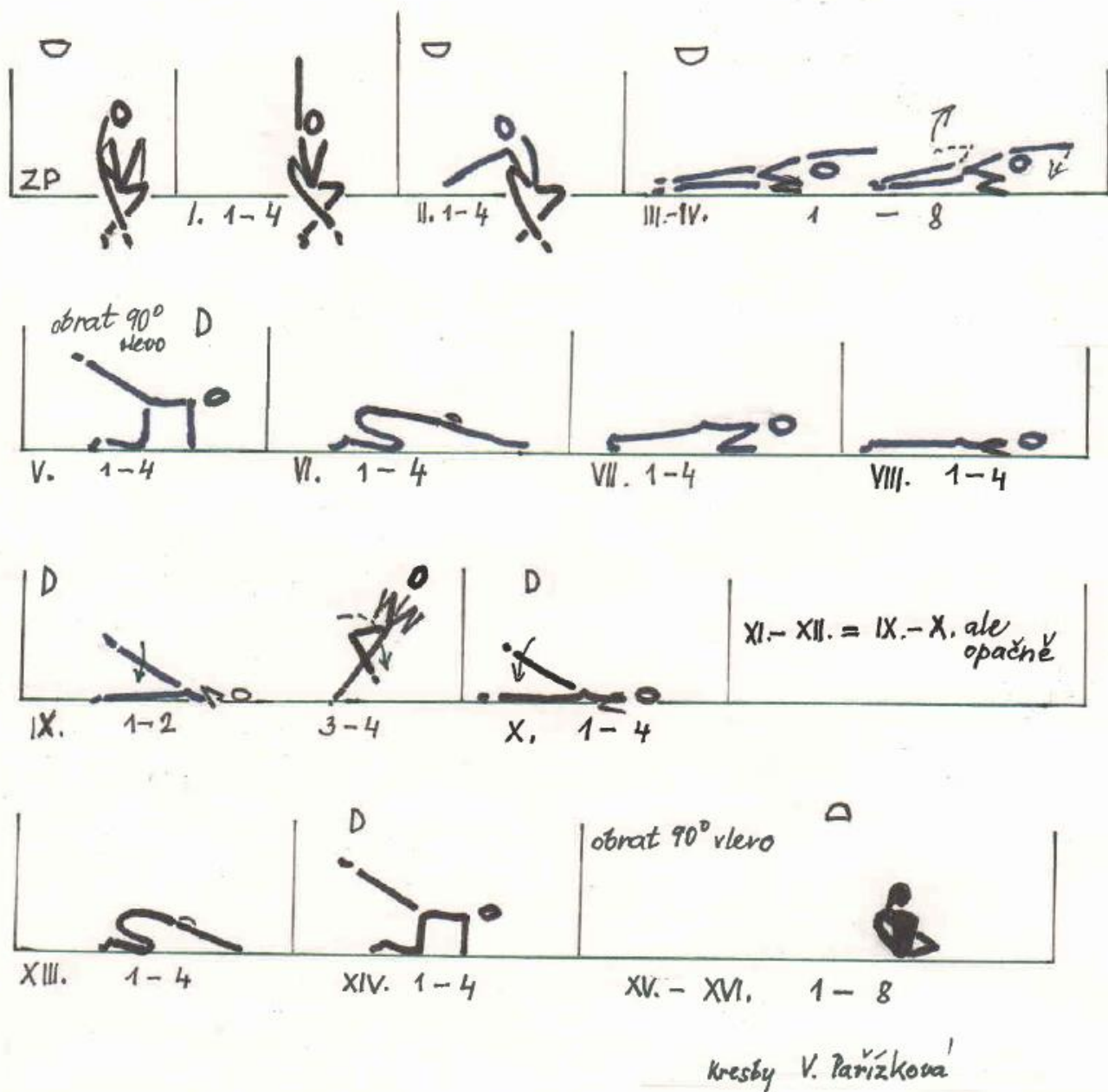
Pohyb je volný, provádíme ho tahem, snažíme se o co největší rozsah.

Po dokonalém pamětním zvládnutí celé vazby je možno pohyb zrychlit, tzn. místo na čtyři doby cvičit na dvě doby. Nemělo by to dělat potíže – hudba je naprosto jasná a srozumitelná.

Pokud nemáte uvedenou hudbu, je možno ji nahradit jakoukoliv jinou s osmitaktovým, případně šestnáctitaktovým frázováním.

Jarina Žitná, Sokol Liberec I.

Etuda č. 4



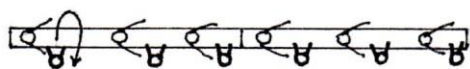
Zkuste názvoslovně pojmenovat následující pracovní postoje a pohyby!

1) zvedání předmětu spadlého na podlahu, 2) drhnutí podlahy, 3) věšení záclon, 4) žehlení, 5) odpočinek na kanapi

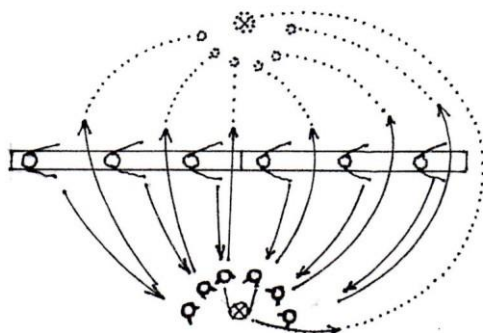
Správné odpovědi najdete v časopise!

Cvičení s lavičkami pro rodiče a děti - druhá část

Další část cvičení je náročnější na prostorovou orientaci. Lavičky jsou postaveny za sebou. Dospělí na nich sedí nebo stojí čelem nebo bokem k dětem. Děti jsou nejprve blízko u maminek - přelézají nebo podlézají s máminou pomocí z jedné strany na druhou. Pokud maminky na lavičce stojí bokem k dětem, mohou děti přes lavičku přenášet (zde je důležitá pomoc - dětem zpevňujeme celé předloktí). Postupně děti od maminek oddalujeme. Cvičitelka stojí 3 až 6m od laviček, na signál (píšťalka, tlesknutí) přiběhnou děti nejprve k ní a teprve potom se rozběhnou k maminkám; podlézají nebo přelézají lavičku na druhou stranu. Cvičitelka také oběhne lavičku na protější stranu - opět ve větší vzdálenosti. Děti se po překonání překážky shromáždí zase u ní. Celé se opakuje několikrát. U čtyřletých dětí můžeme toto cvičení motivovat jako závodivou hru.



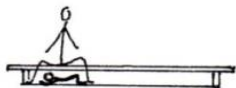
postavení cvičenců na začátku cvičení
(pohled shora)



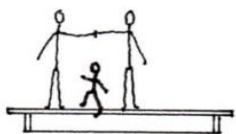
postavení cvičenců v další části cvičení



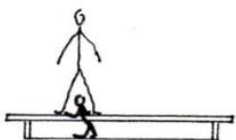
jednotlivé fáze cvičení:
maminky sedí na lavičkách čelem k dětem a pomáhají jim při přelézání nebo podlézání



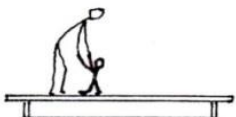
maminky sedí rozkročmo - děti podlézají „okýnky“ pod lavičkami



maminky stojí na lavičkách, ruce upažené - děti procházejí „velkými okny“



maminky stojí na lavičkách rozkročmo - děti prolézají „malými okénky“ přes lavičku



maminky stojí bokem a děti přenášejí přes lavičku - nutná pomoc se zpevněným předloktím

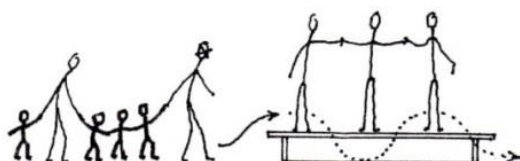
Další obměny záleží na fantazii cvičitelky, šikovnosti dětí i rodičů.

Hra na hada:

Cvičíme na říkanku „Had leze z díry...“

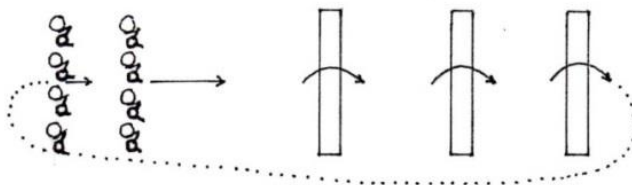
Cvičitelka a několik maminek pomůže dětem postavit hada spojením za ruce. Pomalu, v rytmu říkanky, prolézá had vystupováním a sestupováním na lavičku a s lavičky mezi okýnky, které postavily ostatní maminky.

Hada mohou dělat i maminky, šikovné děti dokážou postavit okýnka na lavičkách také. Had se musí hodně shýbat a překračování lavičky mu dá víc práce, ale bývá při tom větší legrace.

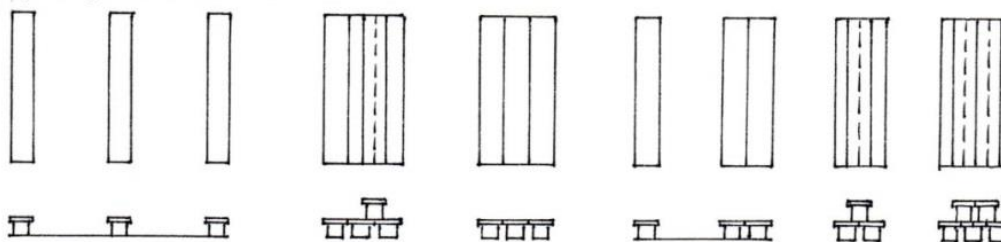


Přeběhy celého družstva přes lavičky:

Družstva postavíme do řad za sebou. Každou řadu tvoří 4 až 5 dvojic, které se drží za ruce. Celá řada běží současně. Lavičky jsou umístěny vedle sebe s mezerou 4 až 5 metrů. Při přebíhání laviček nespícháme, děti musí zdolávat překážky bezpečně.



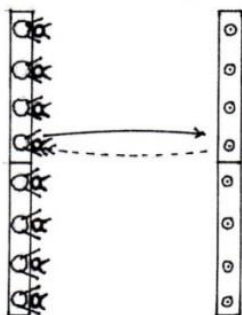
ukázky různých sestav laviček:



Hra na ptáčky (maminky odpočívají):

Maminky sedí vedle sebe na lavičkách. Děti mají na klíně. Každé dítě dostane barevný míček; během hry můžeme míčky střídát podle barev. Proti maminkám ve vzdálenosti asi 6 m jsou umístěny další lavičky, na kterých jsou položena hnízdečka (gumové kroužky, krabičky od sýra a pod.). Hnízdečka mohou mít stejnou barvu jako míčky. Děti běží na znamení k protější lavičce, položí do hnízdečka míček - „vajíčko“ a vrací se k mamince. U nejmenších dětí maminka poprvé dítě doprovází, větší děti zvládnou úkol - po vysvětlení - samy. Potom se děti promění v ptáčky, letí si pro vajíčko do hnízdečka a donesou ho zpět. Po několikerém opakování vyměníme barevné míčky.

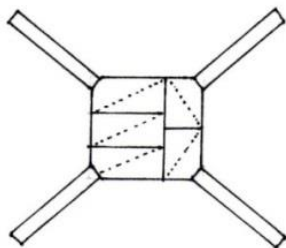
Děti si při této hře cvičí postřeh, orientují se v prostoru a učí se rozeznávat barvy.



Cvičení s lavičkami je různorodé, můžeme jím vyplnit celou cvičební hodinu, nebo si vybrat jen několik cviků a postupně je zařazovat mezi jiná cvičení.

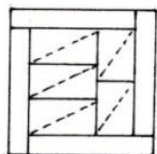
Lavičky nám mohou posloužit i při pódiovém vystoupení. Jejich rozmístění se může během cvičení měnit. Cvičíme s hudbou nebo s říkankami - příp. obojím. Cvičení nejlépe vynikne uprostřed sálu, kde diváci sedí okolo.

Několik příkladů, umístění laviček a cvičení na nich:



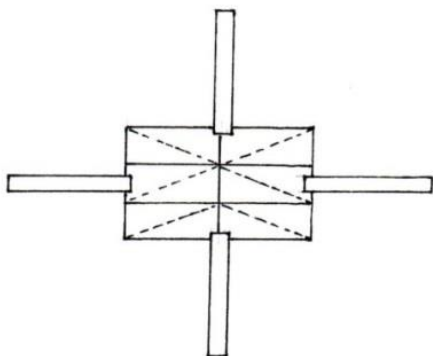
uprostřed laviček sestava žíněnek

začínáme přechody a přeběhy po lavičkách nebo po kladinkách, pokračujeme výstupy a seskoky a sjížděním na šikmé lavičce



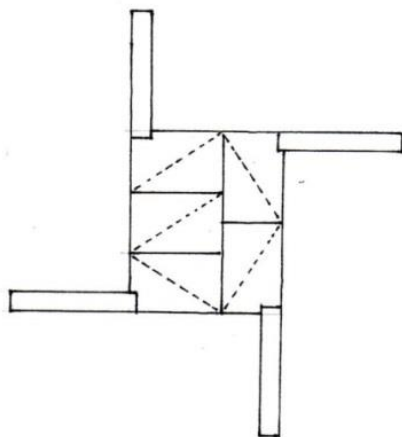
„rybníček“

cvičíme na říkadla jako čápy, žabky, broučci, motýlci a pod.



„kolotoč“ - přeběhy v řadách dokola s výstupem na lavičky

můžeme též aplikovat hru na námořníky sed roznožný na lavičkách - předklony, záklony a úklony stranou



maminky sedí na lavičkách - děti přelézají a podlézají

děti stojí na lavičkách, maminky proti nim vedle laviček - cvičení na říkanky s tleskáním, dřepy, podtáčením a pod.

Možností sestavení laviček a cviků na nich je daleko více. Záleží na tom, kolik má cvičitelka k dispozici laviček i cvičenců. Ideálním družstvem k jedné lavičce jsou čtyři dvojice rodičů a dětí. Rytmus nám udávají písničky a říkanky. Při pódiovém vystoupení dbáme na jednotný úbor. Do těchto vystoupení zařazujeme cviky, které rodiče i děti dobře znají a ovládají.

Věra Pázlerová
cvičitelka RD Sokola Č. Budějovice
kresby: ing Milan Pázler

„Člověk by si měl vždycky, bez ohledu na to, kolik má práce, najít čas na cvičení, tak jako na jídlo!“

Mahatmá Gándhí

ZÁSObNÍK HER		1
BOJ O ŽIVOT S ČÍSLY		
Prostředí	Les. Je třeba vybrat takový prostor, který označujeme jako „herní les“, – tedy ve stáří asi 40 a více let, s kmeny zbavenými větví do výše asi 2 metrů. Rovněž ze země je třeba odstranit větve a jiné předměty, které jsou nebezpečné pro pohyb hráčů.	
Velikost prostoru	Území o rozloze asi 30 x 60 – 100 metrů Hrací prostor je třeba jasně vyznačit (fáborky, přirozené hranice páska natažená okolo stromů)	
Věková kategorie	10 let a starší	
Počet hráčů	Vždy stejný na obou stranách Hra je vyzkoušena při počtu minimálně 10 hráčů na každé straně, ideálně asi 15 hráčů	
Pomůcky	- Polínka (nebo jiné předměty – můžeme využít např. kolíky z násad ke košťatům) Počet o cca 5 kusů vyšší, než je počet hráčů jednoho družstva. - Kartičky o rozměru asi 5 x 7 cm s čísly od 1 do X (X = počet hráčů v družstvu). Pro výrobu kartiček je vhodné použít barevné papíry, aby byly týmy od sebe jasně odlišeny. - Silnější lano nebo gymnastický kruh pro vytvoření základny - Pomůcky pro rozhodčího : píšťalka, stopky , papír, tužka	
Popis hry (pravidla)	Hráče rozdělíme do dvou družstev. Každý tým si vytvoří základnu poblíž jedné z kratších hranic prostoru. Základna slouží pouze pro ukládání polínek, neslouží jako „ domeček „. Každé družstvo obdrží sadu očíslovaných lístků od 1 do takového čísla, kolik je v týmu členů. Před zahájením kola si hráči tyto lístky rozdají mezi sebe. Každý hráč si vezme ze základny 1 polínko, přebytečná zůstávají v základně. Na pokyn rozhodčího začíná hra. Týmy vyběhnou proti sobě a hráči se snaží zastavit soupeře z protivníkovu týmu plácnutím rukou („ baba „). Pokud se tak stane, oba se zastaví a ukážou si svoje lístky s čísly. Hráč s nižším číslem odevzdá soupeři polínko a vrací se pro nové do základny. Vítěz souboje se vrací zpět na svoji základnu. Pokud má v držení dvě polínka, je sám nezranitelný, ale také nesmí zastavovat další soupeře. Polínko musí on sám donést do základny, není tedy možné posílat ukořistěná polínka na svoji základnu po spoluhráčích s nízkými čísly. Jestliže nastane situace, kdy hráč, který ztratil v souboji polínko, přiběhne na svoji základnu a nenalezne tam polínko rezervní, musí zůstat poblíž základny, dokud se tam nedostane polínko další. Hráči si berou polínka v pořadí, jak k základně došli. Důležité pravidlo : Nejvyšší číslo ve hře vždy vybíjí číslo 1. Je dobré toto číslo přidělit dobrému běžci. Hráči si během hry mohou sdělovat , jaká čísla mají jejich soupeři a je možno podle toho vymýšlet herní strategii. Z důvodu zamezení úrazů není povoleno zastavovat protihráče polínkem.	
Alternativní pravidla	Můžeme povolit, aby si hráči mezi sebou v rámci jednoho kola měnili lístky s čísly. Hra získá o něco více na dramatickosti, protože se v podstatě neustále opakuje situace ze začátku hry, kdy nikdo neví, jak „ silného „ má proti sobě hráče. Na druhé straně není možné vymýšlet taktiku hry.	
Doba hry	Můžeme hrát buď : - na časový limit (zpravidla postačí 12 – 15 minut na kolo - do „ posledního polínka „ – tedy tak dlouho, než některá ze stran získá všechna soupeřova polínka	
Hodnocení	Hodnotí se počet polínek, které má tým na konci kola ve svém držení (jak u hráčů, tak i v základně). Sčítají se výsledky několika kol. V případě, že hrajeme „ do posledního polínka „ , můžeme jako kritérium pro hodnocení zvolit čas, kdy se jednomu ze soupeřů podaří získat všechna soupeřova polínka	
Na co nezapomenout	Pozor na označení čísel 6 a 9. Je třeba udělat dolů k číslu tečku, aby se dala jasně rozlišit	

ZÁSObNÍK HER		2
BOJ O TOTEM		
Prostředí	Louka, hřiště. Je dobré, aby mělo hřiště rovný povrch.	
Velikost prostoru	Ideální je velikost prostoru asi 30 x 70 metrů	
Věková kategorie	8 let a starší	
Počet hráčů	Minimálně 10 + 10 na každé straně	
Pomůcky	- Silnější PP lano pro vytvoření kruhu, který představuje „ vesnici „ - „ Totem „ – může to být např. špalek nebo postačí i obrácený kbelík - Pomůcky pro rozhodčího : píšťalka, stopky , papír, tužka	
Motto hry	Hra je situována do období osídlování „ divokého západu „. Bílí dobyvatelé se snaží dobýt indiánskou vesnici, kterou brání domorodí obyvatelé. V okamžiku, kdy je poražen totem kmene, je vesnice zničena.	
Popis hry (pravidla)	Na louce vyznačíme kruh ze silnějšího PP lana. Velikost kruhu volíme tak, aby na každého obránce připadly asi 3 metry obvodu kruhu. Toto je nutno vyzkoušet, vše záleží i věkové kategorii hráčů a na jejich herní vyspělosti. Kruh nesmí být ani příliš velký, jinak by ho obránci nestačili bránit, ale zároveň ještě musí šikovým útočníkům umožňovat dostat se dovnitř. Hráče rozdělíme na dvě skupiny. Při nestejném počtu hráčů mírně posílíme útočící stranu. Stejně tak i v případě, kdy máme v kolektivu skupinu mladších hráčů, můžeme tyto nechat v obou kolech bránit. Obránci se před zahájením hry rozmístí na kruhu a snaží se zabránit útočníkům k vniknutí do „ vesnice „. Při tom se musí stále dotýkat alespoň jednou nohou lana. Mohou se také pohybovat po kruhu a bránit při tom rozpaženými rukama. Útočníci jsou shromážděni na začátku hry v místě, které je od kruhu vzdáleno asi 25 – 30 metrů. V dalším průběhu hry slouží toto místo jako „ sklad zásob“. Sem se vrací úspěšní útočníci do dobytí vesnice pro doplnění zásob. Na protější straně louky je naopak „ ošetřovna „, kam chodí útočníci, které zasáhl některý z obránců. Obě místa volíme tak, aby byla jasně identifikovatelná (táborová brána, označený strom nebo prostě jenom praporek v louce). Na signál pro začátek hry vyběhají útočníci směrem ke kruhu a snaží se vniknout do vesnice a dotknout se „ totemu „. Pokud se jim to povede, započte jim rozhodčí 1 bod pro jejich tým. Cestou zpět již mají zvednutou ruku a vrací se do „ skladu zásob „. Obránci je přitom nezastavují. Útočníci, kteří byli zajati, jdou do ošetřovny, kde vyčkají tak dlouho, než je vystřídá někdo ze spoluhráčů. Před zahájením hry stanovíme, kolik útočníků v ošetřovně čeká (1 , 2 nebo 3). Z ošetřovny útočníci odcházejí do hry ve stejném pořadí, jako přicházeli. Mohou se hned zapojit do útoku na vesnici. Rozhodčí jednak zapisuje dosažené body pro útočící tým, jednak také posuzuje sporné situace a kontroluje dodržování pravidel při odcházení z ošetřovny. Z tohoto důvodu je dobré, aby byli k dispozici dva rozhodčí – každý z nich hlídá polovinu hřiště. První sleduje i „ sklad zásob „ , druhý „ ošetřovnu „. Ve druhém kole si obě skupiny hráčů role vymění.	
Alternativní pravidla	Obránce můžeme nechat vyřazovat i hráče, kteří se po úspěšném dobytí vesnice vrací zpět	
Doba hry	Můžeme hrát buď : - na časový limit (zpravidla postačí 12 – 15 minut na kolo) - na předem stanovený počet proběhnutí do vesnice (např. 25)	
Hodnocení	V případě časového limitu hodnotíme počet doteků „totemu“ v předem určeném čase. Pokud hrajeme na dosažení předem určeného počtu doteků, je hodnotícím kritériem dosažený čas, ve kterém bylo tohoto počtu doteků dosaženo.	
Na co nezapomenout	Hráčům je třeba připomenout nutnost dodržování pravidel fair – play hry. Rozhodčí nemůže vidět všechny sporné situace a také to, zda se hráči správně střídají na „ošetřovně „, či zda si chodí doplnit „ zásoby „.	

Nejenom pohybem živ je sokol

Jako obvykle bude mít letošní prosincové a tedy vánoční číslo trochu jiné složení a obsah než v ostatních měsících roku. S rubrikou „...a to je ta krásná země“ stejně jako se zprávami z jednot a žup se setkáme opět v lednu – to aby na prosincových stránkách zbylo víc místa na vánoce a jejich tradice i význam pro člověka.

V každém případě se však rychle blíží konec kalendářního roku a přišel čas na rekapitulaci všeho dobrého i špatného, co nás v něm potkalo.

Sokolským vrcholem roku byl bezpochyby sjezd České obce sokolské, s ním volba nových činovníků a určení linie sokolské práce v příštích letech.

Největší akcí však bylo určitě „Sokolské setkání pod Řípem“, kde se nás sešlo několik tisíc, abychom v dešti a zimě dokázali sami sobě, že nepřízeň počasí nás nemůže zlomit a otrávit. Stejně je to víc než zajímavé – kdyby nás chtěl někdo nutit, abychom stáli hodiny v moku a chladu, asi by se nám to nelíbilo a protestovali bychom. Na své značce však vždy stojíme dobrovolně a s úsměvem se klepeme zimou nebo se potíme pod žhavými paprsky slunce. Myslím, že všichni víme, proč....

Ještě než se budeme věnovat vánočním svátkům, zastavme se u několika prosincových výročí, na která bychom neměli zapomenout a protože budete mít více času a klidu než obvykle, přidávám něco „na lámání hlavy“!

„Hin se hukáže“...

říkávali staří Chodové. Následující kvíz dá luštitelům asi hodně práce (podle mého je těžký!) a kdo ho rozluští dokáže sám sobě, že má přehled! Takže hodně štěstí a bavte se dobře!

- | | |
|--|----------------------------|
| 1) Bitva na Bílé hoře | a) podzim 1944 |
| 2) Objevení Ameriky | b) 25. III. 1420 |
| 3) Bitva o Tobruk | c) září 1928 |
| 4) První dosažení vrcholu Mt. Everestu | d) 8. XI. 1620 |
| 5) Bitva u Stalingradu | e) rok 1941 – 42 |
| 6) Bitva u Waterloo | f) 2. VII. 1917 |
| 7) Ústup spojenců od Dunkirku | g) 25. VI. 1876 |
| 8) Dosažení jižního pólu | h) 11. VI. 1881 |
| 9) Pád Konstantinopole | i) 20. X. 1492 |
| 10) Bitva o Anglii | j) 29. V. 1953 |
| 11) Objev penicilinu | k) podzim 1942 – zima 1943 |
| 12) Bitva u Sodoměře | l) 18. VI. 1815 |
| 13) Karpatsko – dukelská operace | m) 14. XII. 1911 |
| 14) Smrt sv. Václava | n) 6. V. 1889 |
| 15) Bitva u Zborova | o) 21. I. 1793 |
| 16) Otevření Eiffelovky | p) 29. IX. 1938 |
| 17) Bitva u Little Bighornu | r) 28. IX. 935 |
| 18) Otevření Národního divadla | s) 2. IV. – 29. V. 1453 |
| 19) Poprava Ludvíka XVI. | t) 10. VII. -31. X. 1940 |
| 20) Mnichovská dohoda | u) 27. V. – 3. VI. 1940 |

Rozluštění najdete na stránkách časopisu! Jarina Žitná

Vzpomeňme na vlasteneckého šlechtice

Letos uplyne 180 let od narození Rudolfa Thurn-Taxisa, významné osobnosti našich dějin 19. století. Patří k té malé skupině šlechticů, která v jeho době byla patrioty nejen v zemském smyslu slova, ale hlásila se také k češství. Z důvodu majetkových problémů se širší rodinou požádal v r. 1894 císaře o změnu svého jména a titulu na svobodného pána Rudolfa z Troskova a o schválení nového erbu. Na něm dvě věže připomínají hrad Trosky a vznášející se sokol bezpochyby symbolizuje jeho českou orientaci. Rudolfova činnost v zájmu našeho národa je obdivuhodná. Spolu s ostatními se domáhal zrovnoprávnění Čechů s národy monarchie a povýšení českého jazyka na jazyk úřední. Jako vystudovaný právník se věnoval zejména filosofii práva, právu občanskému a trestnímu. Spolu s Jaromírem Erbenem a Karlem Jeřábkem vydával časopis Právník. Byl spolupracovníkem Riegrova naučeného slovníku, přispíval do Národních listů a demokraticky orientovaného Boleslavana. Založil pěvecký spolek Hlahol, jehož se stal prvním předsedou. Zde se seznámil s Bedřichem Smetanou, tehdejším sbormistrem, který svou první operu Braniboři v Čechách složil na Rudolfově zámku v Niměřicích nedaleko Mladé Boleslavi. Pražský dům navštěvovali nejen známí a přátelé, ale neodmítal ani potřebné. V nesnázích jeho pomoc vyhledávala i Božena Němcová. Pracoval dále ve výboru pro zřízení Národního divadla a má zásluhu na vzniku spolku umělců – Umělecké besedy. Spolu s bratry Grégrovými se snažil založit novou politickou stranu a prosadit všeobecné hlasovací právo. Důležitá je zejména jeho účast při založení Sokola. V brandýském zámku byla před pěti lety uspořádána o našem významném šlechtici výstava, kde se návštěvník dozvěděl toto: „Na ustavující schůzi Sokola by ho většina účastníků ráda zvolila starostou, ale pro vytíženost ostatními funkcemi se vzdal své kandidatury ve prospěch Jindřicha Fügnera a přijal pouze členství ve výboru. Pravděpodobně zní také jiná verze, podle níž nabylo žádoucích, aby ze středu zakladatelských osobností Sokola byl prvním starostou zvolen právě Rudolf, a to z obavy z okamžitých problémů s úřady.“ Při národní pouti na Říp vystoupil před 20 tisíci účastníky s vlasteneckým projevem. Když se později otevřeně postavil proti centralistické politice vlády, předvolali jej k soudu. Byl obviněn za výrok, který ani neproněs a poslán na dva týdny do vězení v Mladé Boleslavi. Jeho propuštění z vězení se stalo lidovou manifestací pětitisícového davu na boleslavském náměstí. Vědecká dráha na universitě byla Rudolfovi pro jeho názory znemožněna. Navíc se dostal do finančních nesnází a složitých majetkových vztahů. Přestěhoval se proto na Moravu, kde pracoval jako konspiciet u kroměřížského advokáta Suchomela. Až po několika letech získal významnou funkci, když odjel s rodinou do bulharského Plovdivu, kde byl v r. 1885 jmenován generálním prokurátorem a odměněn řadou vyznamenání. Když se po 12 letech vrátil domů, čekaly jej majetkové rozepře s ostatními členy roku. Zklamán, odstěhoval se do Saska, kde nedaleko Drážďan prožil posledních 10 let svého života. V r. 1904 podnikl cestu na Moravu, aby navštívil svou dceru a později se léčil v Luhačovicích. Za několik dní zemřel na srdeční selhání. Jeho velkolepý pohřeb se konal na Velehradě za přítomnosti zástupců různých spolků a tisíců lidí. Posledního rozloučení se zúčastnil také starosta Sokola Dr. Podlipný.

Rudolf Troskov byl šlechticem nejen rodem, ale i myšlením a skutky. Jeho heslem bylo: Vždy rovnou cestou za právem a pravdou. Poctivou náplní jeho života byl ideál české svobody.

Marcela Hutarová

Dvojí výročí jedné význačné osobnosti

Uděláte-li si výlet do Prahy, doporučuji navštívit pražskou část, kdysi samostatnou obec Hostivař.

Zde se 15.4.1873 tj. před 140 roky narodil a vyrůstal na rodném statku Antonín Švehla. Od mládí přední sedlák a majitel mlýna a pekárny. Velmi brzy ale politik – 24 let byl předsedou vlivné agrární strany. Poslanec zemského sněmu. Především ale státník, který „...vedl hlavou a srdcem, s láskou, moudrostí a odvahou“.

K oživení paměti připomeňme: A.Švehla je jedním ze zakladatelů novodobého českého státu, Československa. Blízký spolupracovník a přítel T.G. Masaryka. Během 1.světové války patřil Švehla k vedoucím představitelům domácího odboje, pracoval v popředí Maffie (ilegální organizace, která zajišťovala spojení mezi domácím a zahraničním odbojem).

V konci války stál A.Š. u založení Národního výboru československého, jehož přední členové se postavili po vypuknutí povstání v Praze do jeho čela a 28. října 1918 vyhlásili samostatný československý stát. Do historie se tak A. Švehla, A.Rašín, F. Soukup, J.Štříbrný a V.Šrobár zapsali jako „muži 28.října“. V první vládě se Švehla stal ministrem vnitra, o několik let později opakovaně i předsedou vlády.

Zemřel po delší nemoci 12.12.1933 ve věku 60 let v Hostivaři.

Antonín Švehla jako dvacetiletý založil v Hostivaři SOKOL, zastával plných 25 let funkci starosty jednoty a dlouhé roky byl i aktivním cvičitelem. Členem jednoty byl až do své smrti. Znal se se starostou ČOS br. Scheinerem a spolupracoval s ním v domácím odboji, v Maffii.

Při návštěvě Hostivaře, v historickém jádru obce, můžete navštívit kostel Stětí sv. Jana Křtitele (vzácné fresky), navštívit Toulcův dvůr (bývalá tvrz) s farmou domácích zvířat a Švehlovým sadem, Dolejší mlýn – kulturní památku ze 16. století, sokolovnu nesoucí jméno A Švehly. Můžete postát před bustou hostivařského rodáka v malém parčíku na křižovatce ulice Pražské a Švehlovy. Určitě ale navštivte hrob a pokloňte se památce tohoto vzácného a lidem ctěného člověka na místním hřbitově. Autorem Švehlovy hrobky je Slovinec Josip Plečnik, architekt, který pracoval za T.G.Masaryka na přeměně Pražského hradu. Hrobku, geniálně prostou a o to působivější, vytvořil Plečnik na osobní přání T.G.Masaryka.

Jaroslava Tůmová
T.J. Sokol Říčany a Radošovice

Správné odpovědi na obě soutěže!!

Správné názvoslovné pojmenování postojů a pohybů:

1)stoj – předklon (hluboký, ohnutý), 2) vzpor klečmo, 3) výpon – vzpažit, 4) stoj – upažit poníž pravou (žehlička), pokrčením předpažmo předpažit dovnitř poníž pravou, 5) leh

„Hin se hukáže“... – kvíz

1) – d, 2) – i, 3) – e, 4) – j, 5) – k, 6) – l, 7) – u, 8) – m, 9) – s, 10) – t, 11) – c, 12) – b, 13) – a, 14) – r, 15) – f, 16) – n, 17) – g, 18) – h, 19) – o, 20) – p

Prosincová výročí osobností a událostí v Sokole

2.12. 1862 - byla založena jednota Sokol Brno I.

8.12. 1896 - založen Svaz Československé sokolstvo

9.12. 1871 – zemřel malíř Josef Mánes, autor návrhu prvního sokolského praporu a návrhu sokolského kroje

9.12. 1863 – byla postavena a slavnostně otevřena první sokolovna Tělocvičné jednoty Pražské v Žitné ulici na Vinohradech. Soukromě ji financoval starosta Sokola Jindřich Fügner

12.12. 1922 – schváleny plány na přestavbu Kounicova paláce na Malé Straně na Tyršův dům

18.12. 1831 – se narodil Julius Grégr, spoluzakladatel Sokola a majitel a vydavatel Národních listů

23.12. 1883 – byl Miroslav Tyrš jako docent dějin výtvarných umění a estetiky na České polytechnice jmenován mimořádným profesorem téhož na obnovené české univerzitě

Jaroslava Tůmová, T.J. Sokol Říčany a Radošovice

Poděkování z Beskydské župy Jana Čapka

Už jste si všimli, že v životě je to tak, že kdo je spokojený, tak mlčí a kdo kritizuje, tak křičí?

Velkým zdrojem informací z dění v župách, jednotách a ČOS je elektronicky vydávaný časopis Sokol. Ten pro mne představuje zdroj inspirace pro pořádání akcí v naší jednotě. Propaguje práci Sokola nejen mezi členy, ale i v širší veřejnosti. Časopis je určen všem generacím. Děkuji tedy celému redakčnímu týmu za skvělou práci, která přináší zlepšení obrazu sokolského dění v očích veřejnosti.

Jsem také pravidelnou čtenářkou „Sokolských souzvuků“. Od roku 2011 z nich čerpám informace a přeposílám na školy a školky v našem městě a okolí. Jsou zdrojem inspirace pro vedení kroužků, organizování aktivit pro děti v přírodě i v tělocvičně a samozřejmě nabízejí ohlédnutí a zamyšlení nad historickými i současnými okamžiky a osobnostmi naší země.

Dnes jsem se rozhodla, že se blíží konec roku, je čas bilancování a díků, a proto píšu těchto pár řádků a věřím, že za nás všechny – spokojené čtenáře.

Listopadové Souzvuky jsme dočetli a už se těšíme na prosincové vydání.

Z bohumínské radnice a tělocvičné jednoty Záblatí

se sokolským nazdar Pavla Skokanová, místostarostka a vzdělavatelka župy

„Hlas zvonů táhne nad závějí..“ – vánoce

Jsou tady – rok je pryč a my jsme zase o 365 a čtvrt dne starší. Při přípravě loňského čísla „Souzvuků“ jsem se soustředila na novoroční zvyky a tradice, rok před tím přímo na vánoční svátky. Nikdo z nás jistě nepochybuje, že to jsou nejkrásnější svátky roku.

*Rozžehuji tě, pokoji,
rozžehuji tě na noc,
odbíjej sladce, orloji,
ať mám dnes zase pocit vánoc.*

(Vítězslav Nezval – Manon Lescaut)

Každý z nás má své vzpomínky a jsou to vesměs vzpomínky krásné. I když..... Ne vždy to bylo snadné. Nejsem jistě jediná, kdo vzpomíná na vánoce bez táty. Vánoce se stromkem, několika sešity, pastelkami – vánoce plné úzkosti i naděje. Vánoce ohrožené válkou, strachem z budoucnosti i vědomím, kdo jsme a kam patříme.

Dnešní děti, doufejme, nikdy nepoznají podobnou situaci – zaplat' Pán Bůh. Dnes si však, na základě zkušeností, uvědomuji, že vánoce jsou vánoce a zůstávají vánocemi, ať se děje co chce. Od očitého svědka jsem slyšela vyprávět o vánocích v Mauthausenu s Karlem Hašlerem. I v těch nepopsatelně strašných podmínkách byly vánoce vždy časem lidské lásky, sounáležitosti, rozjímání, zpytování svědomí, pokory a naděje.

Vraťme se tedy dnes do minulosti a prožijme tyto svátky ve společnosti psaného slova, myšlenek, sdílené radosti a tradic. Následující část časopisu je složena z článků a vzpomínek vybraných z útlé knížečky „Podoby vánoc“ Vráti Ebra a vzpomínek mých i některých přátel. Snad vám to udělá radost. V době předvánoční přece nebudeme hledat pouze drahé dárky, darujme to nejdůležitější, co máme a můžeme – darujme úsměv, pohodu, klid a porozumění.

Celé to obdivuhodné „lidské“ období roku začíná **6. prosince svátkem svatého Mikuláše.**

Narodil se roku 260, pravděpodobně ve městě Pataře na pobřeží Středozemního moře. Přijal křesťanskou víru a dostalo se mu i kněžského svěcení. Vykonal pout' do Svaté země, kolem roku 300 byl dosazen na biskupský stolec v tehdejší hlavní lykyjském městě Myře.

Legendy ze života tohoto, snad nejznámějšího lidového světce, jsou nepřetržitým sledem dobrých skutků. Jeho skutky se promítly i do jeho atributů – tři měšce zlata pro chudé dívky, aby se mohly bezpečně provdat, tři bochníky chleba, kterým pomohl v době hladomoru, kotva a loď, je totiž patronem námořníků. Zemřel ve vysokém věku 92 let. Jeho kult, pěstovaný především východními národy, se dostal do Čech – a proto jsou v předvečer jeho svátku obdarování především ti nejmenší.

Nedílnou součástí příchodu Mikuláše v doprovodu anděla a čerta jsou pochyby, touha po poznání, která je však smíšená se zvláštní atmosférou mikulášského večera. Rudolf Křesťan zapsal historku o dětech, které Mikuláše prokoukly a tak si už v druhé třídě řekly, že si také sestaví „mikulášské družstvo“. Vyrobyly si oblečení a vydaly se po sídlišti. Rodiče tohoto juniorského týmu pokládali rozhodnutí svých dětí za předčasný projev dospívání, ale mýlili se. Děti se vrátily domů a nadšeně vyprávěly rodičům, jak se jim pochůzka zdařila. A že to stálo za to, že si vybraly všechny peníze z prasátka. „Proč

jste si brali peníze?“ tázali se rodiče překvapeně. „Mikuláš přece vždy nosí dárky a tak jsme je museli nakoupit!“ odpověděly děti a užasly, proč jejich rodiče užasli.

Já sama pomatuji dvě velmi podařené „mikulášské historky“.

Syn mojí přítelkyně se po příchodu Mikuláše modlil, přednášel básničky a sliboval. Po odchodu mikulášské delegace prohlásil zamyšleně: „Ale stejně, ten čert měl jazyk přišitý černou nití!“

A druhá historka. Naše profesorka češtiny a francouzštiny na libereckém gymnasiu F. X. Šaldy měla tři malé děti a Mikuláše v její rodině měli obstarat oktávání, což se také stalo. Dostavili se v okamžiku, kdy celá rodina seděla u večeře. Celé přestavení dopadlo více než uspokojivě, ale když se konečně vše uklidnilo a rodina se vrátila k nedojedené večeři, milá paní profesorka zjistila, že z jejího talíře záhadně zmizel sotva načatý řízek. „Někdo z nich ho sežral! Já jim to přeji, ale strašně bych chtěla vědět, jak se jim podařilo ho ukrást!“ smála se. Nikdy se to nedověděla.

*„Mikuláš, ztratil plášť,
Mikuláška sukni,
hledali, nenašli
byli oba smutni“*

(lidový popěvek)

Dalšími nadpřirozenými bytostmi vyskytujícími se především v tomto časové údobí jsou **andělé**. Nikdo neví, kolik jich je a v různých obdobích byli zpodobňováni různě – ve čtrnáctém století je slavný italský malíř Giotto a jeho současníci zpodobňovali jako krásné ženy s květinami ve vlasech, renesance a baroko z nich udělaly růžolící buclatá děcka s náznaky křídel na zádech. Pak přišlo racionální osvícenství a odsunulo definitivně anděly do říše legend.

A už jsme u jesliček, dárků a koled!

Kdo ty dárky vlastně rozdává? A odkud přichází? Ze severských zemí blízkých severnímu pólu – z Gronska, Finska, Švédska nebo Laponska? A jak se jmenuje? Santa Claus, Juleman, Jultomten, Pere Noel, Děda Mráz – možná, ale u nás na rozdíl od samých starců rozdává dárky malé dítě – **Ježíšek**.

Zobrazování scény jeho narození se někdy od roku 1223 projevují stavbou „betlémů“. První betlém sestavil svatý František z Assisi. Přivedl osla, vola, dovezl seno a s dobrovolníky sehrál scénu, která měla vyvolat větší zájem o křesťanství. Větší rozšíření této tradice je známo až od patnáctého století. V Českých zemích se první betlém objevil v roce 1560. Setavili ho jezuité u sv. Klimenta v Praze. Později však byl vnímán jako zvyk, který k nám jezuité zavlekli a byl odsuzován. Josef II. dokonce stavění betlémů zakázal. Lidem se však betlémy zalíbily a z jejich stavby se stala tradice. Vyřezávali si vlastní figurky, nevadilo jim, že postavičky oblečené v kožichu se procházejí pod palmami, dokonce se v sestavách betlémů objevovaly konkrétní postavičky z obce nebo oblasti. Do poloviny 19. století byly rozšířenější než vánoční stromky.

Kromě betlémů doma v rodinách je známá tradice jejich stavění na př. na Třebíčsku, kolem Třešti, Kryštofově údolí v blízkosti Liberce, známé jsou velké slavné betlémy např. v Jindřichově Hradci nebo méně známý, ale o to krásnější betlém je ve Vysokém nad Jizerou.

Lidová koleda ze Sušicka:

Nastala nám již koleda,
Poslouchejte, páni!
Slyšte věci o Betlémě
zase se nám zdály.

Porodila panna synka
v městě Betlémě,
vložila ho do jesliček,
vesele mu pějme!

A jak to vyjádřil básník Miroslav Florián:

Sníh potkal jinovatku
a vzal ji za ruce,
pod hvězdným stromem noci
slavili vánoce.

A byli na tom bledě
ti chudí andělé
pod štědrým strome noci
tiskli se zlačněle.

A blaženě se zábli,
tak plni ostychu,
pod vzňatým stromem noci
jiskřili potichu.

Jak letos jiné jíní,
jiná běl, kreslíci
na každou svoji vločku
větrnou růžici.

Růžičku, která voní,
když k tobě spěchám s ní
zavějemi – a tedy
malinko nad zemí.

Byla jsem v Betlémě a viděla dnešní město, chrám Božího narození, místa, kde se odehrávaly děje známé v celém křesťanském světě. Ale největším dojmem na mne zapůsobila „betlémská pole“ za městem, kde se snad zastavil čas. Rozlehlé pastviny, hnědá oraniště, remízky zpola uschlých křovin, malá svatyně – tudy měli přijít legendární tři králové a nedivila bych se, kdyby se tu najednou objevili. Místo nich však potkáváme prodavače betlémů, dřevěných, různě velkých a různě bohatých. Neholduji zbytečným suvenýrům, tenhle betlém však potřebuji – a vytahuji peníze. Betlém z Betléma...

Když už jsme u toho... nikde jinde to na člověka tak nepadne, jako tady, v biblických krajinách, kde se odehrávaly děje, které ovlivnily svět. A to se týká jak věřících, tak i zarytých nevěrců!

Ilja Hurník: Rozjímání o koledách

Koledy jsou jedinečně v jednom smyslu. Ve všech lidových písních zní to, čím lidé žili, láska, nenávist, smutek, vzdor. V koledách je jen jedno: radost, že se narodilo děťátko. Je chudé, možná hladové, honem k němu zahrát je peřinkou, nasytit kaší a medem. Ti lidičkové spějící k jesličkám za to nechtějí nic, snad ani požehnání a odpuštění hříchů – chtějí jen dávat.

Co předchází vánocům? Advent.

To slovo pochází z latinského adventus – příchod. A každému vzácnému příchodu má předcházet čas očekávání. V případě vánoc je ohlašovaný podobně jako zvonění před divadelním představením: nejprve jednou, pak dvěma, třemi a nakonec čtyřmi svícemi na adventním věnci. Právě tolik neděl uplyne než se Vykupitel narodí, podle bible nepředstavitelně obyčejně v opuštěném chlévě za městem.

První svědectví...

První svědectví o českých vánocích sepsal Jan z Holešova ve 14. století. Líčil obyčej rozestýlat slámu jako v chlévu, kde Marie porodila syna. A také varoval:

„Ať si povází ti, kdo v té slámě prostřené tropí rozpustilosti a bujnosti, jaké neúcty se dopouštějí ku památce bohorodičky.“

A jak je to dneska? Advent = finiš!

Jsou to vždy poslední čtyři neděle před Štědrým dnem. V církevní tradici je advent příchod, věřící očekávají narození Ježíše Krista, ale obecně dnes platí spíš jiná definice: advent = finiš. Rok spurtuje ke konci, co se nestihlo, musí být stíženo a dokončeno.

Jak to vypadalo dříve....

Předvánoční a vánoční období prožívali naši předkové na českém a moravském venkově v pokoře, úctě a víře. Chystali se na dlouhý příchod dlouhé zimy, dodržovali půst a zákaz tanečních zábav, scházeli se na přástky, připravovali obřadní pečivo a zeleň, dodržovali nejrůznější zvyky a obyčeje, včetně magických praktik, které jim měly pomoci zabezpečit zdar, rodinné štěstí, zdraví a dobrou úrodu v novém roce. Vesnicemi procházeli malí koledníci, často v doprovodu tajemných maskovaných postav. K takovým postavám patřil mikulášský průvod s hrozivými čerty v dřevěných polychromovaných škraboškách, doplněný o běžce „Laufra“, bíle oděnou Lucii (nikoliv Bílou), Barboru, Ambrože, až po postavy koledujících třech králů.

U kádě s vánočními kapry:

Pane prodavač, zač je kapr, zač? Dáte mi ho, když se mi tak líbí, za penízek rybí?

(Milena Lukešová)

Štědrovečerní menu:

Tradice vánoc v Čechách je velice úzce spojena s rybou. Ale stačí zajet jen kousek za hranice naší republiky, a ejhle, o vánoční rybě se tu nic neví. V Berlíně se jí pečená husa s kaštanovou náplní nebo s pečenými jablky a k tomu brambory. Francouzi si pochutnávají na husích játrech, pečené beraní kýtě a majonézovém salátě a v Anglii nebo Americe by si štědrovečerní večeři nedovedli představit bez tradičního krocana. Tradice je tradice – takže zůstaneme u té ryby!

Devatero jídel u štědrovečerního stolu...

Pro naše předky měl Štědrý večer hluboký magický význam. Byl to večer plný obřadnosti, věšteb, čas, kdy se prý vracejí duše zemřelých, aby pobýly spolu s rodinou. Závazná byla skladba jídelníčku – mezi předepsanými devíti druhy jídel nesměl chybět hrách, sušené a čerstvé ovoce, houby, pečivo z mouky rezné i bílé, pokrmy z jáhel, med, ořechy, česnek.

Na stůl lidé položili chléb, obilí, mince, pod stůl položili věchet sena, nohy stolu obtočili řetězem, aby se rodina v následujícím roce nerozešla a nikdo nezemřel.

Čas vánoc, zvyků a obchůzek končil 6. ledna koledováním Tří králů.

U nás doma začínala štědrovečerní večeře podáváním ořechů s medem. Je to prý moravský zvyk. Správně se měly ořechy louskat přímo u vánočního stolu, ale když jsem byla malá a žila u nás babička, maminka vždy ořechy rozlouskala už v kuchyni z obavy, že by babička mohla otevřít ořech zkažený, černý. Servírovala pak loupané ořechy přímo na stůl na talířku.

Mým dorostenkám se to na první vánoční schůzce zdálo divné. Ořechy a med ještě před polévkou....jenže jim to chutnalo. Když jsem jednou ráno druhý den vstala první (alespoň jsem si myslela, že jsem první), nachytala jsem jednu z nich u stolu, kde louskala ořechy a namáčela si je přímo do sklenice s medem. Určitě ji pak celý rok nebolelo v krku!

Narodil se Ježíšek

Narodil se Ježíšek, koupíme mu kožíšek,
Hodně dlouhý, chlupatý, aby ho měl na paty.

Na Štědrý den

Stromečku, vstávej, ovoce dávej,
umej se, ustroj se, je Štědrý den!

Vánoční hádanky

Co to znamená, když se řekne vánoční kapr?

Jediný tvor, který ztrácí z vánočního chvatu hlavu!

Jak oslavují kanibalové vánoce?

Udělají si pár bezva smažených rybářů.

Který němý tvor vyvolá nejvíce řeči?

Vánoční kapr.

Cesty vánočních stromků...

Ten první připisuje legenda Martinu Lutherovi. Za mrazivé noci si prý povšiml krásy hvězd třpytících se na obloze přes větve jedle. Zcela prakticky pak přinesl domů ten strom a ozdobil jeho větve svíčkami. Historie však hovoří o stromu života, známém již tisíce let před tím z asyrských vykopávek, sumerských plastik, z Egypta, Řecka a Indie. O skutečném vánočním stromku však hovoří až zpráva jistého štrasburského občana z roku 1605, který píše o tom, že zde o vánocích se do salonů stavějí jedličky. Podobně prý jednal i ředitel pražského Stavovského divadla Jan Lieblich, který hosty přivítal u štědrovečerní večeře prostou jedlí postavenou na stole. Ozdobený vánoční stromek byl v Praze poprvé údajně vystaven až v roce 1860 v Domě univerzitních profesorů v Celetné ulici.

Autentická dětská přání Ježíškovi:

„Chtěla bych medvídku Pú a živého slona!“

(Liduška Ostrá, Příbram)

„Abychom měli více volna a paní učitelka byla nemocná!“

(V. a L. Sedláčkovi, Veselí n.M.)

„Milý Ježíšku, přeju ti hodně zdraví a vydrž nám do příštího roku!“ (R. Kopřiva, Praha)

„Prosím Tě zaříd', aby babičce nepadaly brýle, když mně čte pohádky!“ (J. Šerá, Vlašim)

„Milý Ježíšku, moc bych si přála psa a taky vidět Tebe!“ (I. Krausová, Trinec)

„Hrozně bych si přála být na Divokém západě, nebo aspoň na prériích.“

(V. Šimová, Horažďovice)

„Jediný Ježíšku, moc bych si přála psa. Dala bych mu jméno Endy. A co si přeješ Ty?“
(I.Korousová, Třinec)

„Milý Ježíšku, pošli mně svoji fotku, já Ti tady nechám fotku Dády Patrasové!“
(P.Lošková, Štěchovice)

„Chtěl bych, abych všechno pořád uměl a nemusel se učit!“
(J.Holý, Jablonec)

„Milý Ježíšku, bráška včera rozbil okno a nechce se doma přiznat. Prosím tě, tak to napiš mamince!“
(Z.Lisý, Praha)

„Tichá noc“ (Rudolf Křest'an)

Dost dlouho jsem neměl ani tušení, že vánoční píseň „Tichá noc“ vytvořil někdo konkrétní. Natož abych věděl, že v pozadí jejího vzniku hrály svou roli i myši.

Svého času jsem se sice dočetl, že text i hudba je dílem dvou Rakušanů z malebného alpského podhůří, ale přesto jsem vnímal „Tichou noc“ i nadále jako cosi velebně nadosobního.

Autorství proslulé dvojice jsem si uvědomil do detailů až takřkajíc na místě. V blízkosti Salcburku – v městě Hallein. Tam jsem tiše postál u soukromého hrobu Franze Xavera Grubera (1787 – 1863). Byl to on, kdo vytvořil hudbu k vánoční písni.

Místo jeho posledního odpočinku je v blízkosti tamního kostela, kde působil jako regenschori. Hrob se zároveň nachází před domem, kde bydlel poslední tři desítky let svého života a kde je umístěno malé muzeum věnované jeho osobě. Exponáty se soustřeďují především na jeho hudební tvorbu – se zvýrazněním Gruberova autorství melodie, kterou zná celý svět. Už téměř dvě století ji zpívají prostí lidé i přední operní pěvci. K jejím vděčným interpretům patřil Elvis Presley stejně jako děti na školních besídkách.

Mýlil by se každý, kdo by hledal ve vzniku této celosvětově proslulé melodie nějaké dlouhodobé tvůrčí lopocení. Naopak, zrodila se v roce 1818 za jediný den.

Tehdy byl F.X. Gruber učitelem v Arnsdorfu. Souběžně působil jako varhaník v blízkém Obersdorfu, v kostele svatého Mikuláše. Těsně před vánoci zmíněného roku se varhany v tomto kostele porouchaly. Jedna z verzí praví, že myši prohryzaly měchy. Bylo-li tomu tak opravdu, pak na počátku „Tiché noci“ stály právě myši.

Tamní kaplan Josef Mohr (1792 – 1848) hledal východisko z nepříjemné situace. Snažil se, aby navzdory vadným varhanám zazněla o půlnoční mši nějaká nová píseň. O Štědrém dnu narychlo přinesl příteli Gruberovi své verše s názvem „Tichá noc“. Požádal ho o zhudebnění pro dva hlasy a pro doprovodnou kytaru.

F. X. Gruber tehdy dokázal, že nemusí vždy platit, že práce kvapná je málo platná. Usedl ke spinetu a za krátký čas vznikla melodie. Zrodila se v jedné ze šťastných „hvězdných hodin lidstva“ jak spisovatel Stefan Zweig nazval chvíle, kdy vznikne něco neobyčejného.

Učitel Gruber hned seznámil autora textu s čerstvým notovým záznamem písně. V rychlosti ji nacvičili. Pak ji dvojhlasně zazpívali v obersdofském kostele. Za doprovodu kytary, která se dodnes zachovala a je k vidění v halleinském muzeu.

Už při prvním uvedení byl úspěch úžasný. Píseň se záhy začala bleskově šířit. Do repertoiru ji převzal i zilletarský Rainerův rodinný sbor, který ji pouhé čtyři roky po jejím zrodu zazpíval ve Vídni před císařem. Na sklonku třicátých let 19. století ji tentýž sbor představil až v New Yorku. Na mnoha místech světa postupně zdomácněla natolik, že je leckde pokládána za píseň lidovou.

Noty jsou srozumitelné mezinárodně, ovšem Mohrův text musel být v jednotlivých zemích překládán. Dodnes byl převtělen do osmdesáti jazyků světa. Ve francouzštině existuje dokonce jedenáct verzí. V naší mateřštině je jich také několik: zvláště poetická

je ta z pera básníka a překladatele Václava Renče (1911 – 1971). Začíná dvojverším: „Tichá noc, přesvatá noc, náhle v ní jásot zní..“

At' už o vánočních svátcích dáváme přednost kterékoliv verzi této písně, vzpomeňme si na pány Mohra a Grubera. Ti tehdy měli autorsky vpravdě štědrý Štědrý den. Tedy den, jemuž předcházela myší epizoda, bez níž by možná tato geniální píseň nikdy nevznikla.

Myši udělaly díru do měchů a píseň pak – díru do světa!

(Z knihy Kachna v bazénu anebo 66 fejetonů a žasnutí)

Vánoční zvyky a obyčeje

Prozrazují hodně z myšlení a života lidí. Pod talíře se dávají rybí šupiny, případně drobné peníze – mají zajistit finanční hojnost po celý rok. Děvčata třesou bezem a poslouchají štěkot psa – podle něj poznají, odkud si pro ně přijde ženich. Zvykem (o kterém jsem já sama nikdy neslyšela) je tahání polínek z hromady – jeho tvar má prozradit fyzickou podobu dosud neznámého nápadníka. Budoucnost má prozradit i pohled do pece, nebo naopak do prosekané díry v ledu – jak je však známo z Erbenovy Balady štedrovečerní, právě to se nemusí vyplatit. Radostným poslem jsou naopak barborky, které si na svátek sv. Barbory trhají děvčata – pokud barborka vykvete, má se děvče do roka vdát. Některé z těchto zvyků se, díky modernímu bydlení jen těžko obecně uchovávají a dodržují, ale barborku si může ulomit a doma dát do vody každý. Vykvete-li, bude symbolem radosti a života. A ještě jeden zvyk, dnes, bohužel, prakticky nerealizovatelný. Na Štědrý večer se kdysi nechávaly otevřené dveře – to kdyby snad zavítal nečekaný host.

Co pro nás znamenají vánoce???

Gabriela Vránová

„Od malička miluji vánoce. Mám ráda vůni lesa, kterou přinese do domácnosti smrček, borovice nebo jedlička, a tu mi nemůže nahradit sebekrásnější napodobenina z umělé hmoty. Mám ráda koledy, purpuru, na plotně smaženého domácího kapra a moravský domácí salát na talíři. Ale nejvíce miluji to společenství, souručenství blízkých lidí, kteří se na Štědrý den sejdou. Jenomže smutné na tom je to, že nás ubývá...“

Vladimír Brabec

„Vánoční zvyky po rodičích stále ctíme. Bohužel, už to není jako kdysi. Rodiny se přirozeným způsobem rozdělují. U nás vánoce začínají odvěkým sporem o umělý, či živý stromček. Jsem zarputilým zastáncem malinkého stromu přírodního. Je v něm nejen vůně lesa, ale i duše:“

Jiří Marek

„Vánoce jsou odjakživa svátky zvláštní. Jak je kreslil Josef Lada, byly to kdysi svátky venkovské, určené především dětem. Domácí vánoce se stále více mění. O vánocích jsou plné vlaky i autobusy a hlavně jsou plné silnice. Ladovský sníh poklidné návsi se proměnil v sníh sjezdovek a vleků.

Tomáš Topfer

„Objevil jsem takový zvláštní psychologický moment. Všichni se ke Štědrému dni upínáme, nakupujeme, vaříme, pečeme, uklízíme a pak, když ten slavnostní okamžik nastane, trvá možná několik desítek minut – sní se kapřík a bramborový salát, rozdávají se dárky – a najednou je po všem. Rozhostí se klid a mír a ticho a v tu chvíli se naše rodina schází s přáteli a musím říci, že jsou to nejkrásnější momenty v roce, kdy nikdo nikam nespěchá a je nám spolu dobře.“

A opět Rudolf Křesťan – tentokrát z knihy „Myš v 11. patře“

„Dostal jsem k vánocům zlomenou ruku. Bylo to opravdové překvapení. Očekával jsem původně, že budu rozbalovat vánoční dárky, ale ve skutečnosti jsem byl zabalován do sádry.

Štědrý večer i Štědrou noc jsem strávil v karlovarské nemocnici na dětském oddělení. Dostal jsem se tam jednoduchým způsobem – volným pádem.

Rodiče strojili stromek ve velkém pokoji a my s bráchou toho využili, že si v malém pokoji budeme hrát na honěnou. V tomto prostoru byl koberec již vyluxován, tak jsme si vlezli na stůl, abychom nedělali nepořádek.

S vervou jsme začali hrát stolní honěnou. Pětkrát jsme si předali babu. Pak jsem ztratil pevný stůl pod nohama.

Otec přispěchal, aby zjistil, co jsem zase rozbil. Poměrně brzy vytušil, že jsem rozbil ruku. Cestou do nemocnice jsem výrazně úpěl. Chodil jsem teprve do první třídy a ještě jsem nevěděl, že ticho léčí.

V příslušné nemocniční budově mi ruku vyfotografovali. Docela rád bych se na roentgenův snímek někdy podíval. Abych s odstupem času zjistil, jaký dárek jsem si tenkrát způsobil.

Můj úraz měl možná vliv na zdravotnickou osvětu. Od té doby každopádně dost často slyším lékaře, jak nabádají veřejnost, aby si lidé na Štědrý večer dávali pozor na kosti. Uložili mne na operační stůl. Byl ještě užší než stůl u nás doma v malém pokoji. Raději jsem se tedy tou jednou zdravou rukou držel okraje, abych znovu nespádl. Pokládal jsem proto za zbytečné, když ke mně vzápětí přistoupil chirurg a pravil: „Tak, chlapče, drž se!“ Dále na mně požadoval, abych kvůli narkóze počítal do třiceti. To mně zaskočilo. Já uměl jen do deseti. Avšak muž v bílém plášti byl mazaný. Řekl mi, ať tedy počítám třikrát do deseti. Snažil jsem se vyhovět jeho přání, ale nešlo mi to, protože mi dal na ústa jakousi hadici, do níž se mluvilo blbě. Nevěděl jsem si rady, ale lékař mi opět pomohl. Povídá, ať tedy počítám v duchu. To mi vyhovovalo. Nemohl kontrolovat, zda se pletu. Uprostřed zkoušení z počtů jsem usnul. Když mne probudili, měl jsem téměř celou ruku v sádře. Byl to řádný štucl.

Uložili mne do nemocničního pokoje. Už je to hezkých pár let, ale ten obraz si pamatuji dodnes. Uprostřed pokoje stál vánoční stromek a my, dětští pacienti, na něj z postelí hleděli. Pak přišla zdravotní sestra a začala nám rozdávat dárky, které nám tu nechali rodiče.

Já mimo jiné dostal, a to bylo toho večera už druhé překvapení, tahací harmoniku.“

Vánoční stromeček (Jiří Žáček)

Zelenej se jedličko
narovnej se maličko,
líbíš se mi, vezmu si tě,
budeš vonět v našem bytě.
Zelenej se, jedličko.

Dám ti hvězdu na čelo,
večer bude veselo.
Můžu ti to předem slíbit,
bude se ti u nás líbit.
Dám ti hvězdu na čelo.

Další vánoční nezbytnost – jmelí!

Většinou ho už nemůžeme přinášet čerstvé z lesa a tak ho za drahé peníze kupujeme ve stáncích. Buď přírodní, krásně zelené, nebo pozlacené. Lidé stojící pod jmelím se běžně líbají.

V Knížečce Vráti Ebra je zaznamenána legenda o jmelí. V domácnostech se věšelo jako ozdoba a mělo rodinu chránit před neštěstím, ohněm, bleskem a také aby přinášelo

štěstí. Čím více bílých bobulek na větvičce, tím větší štěstí může člověk v novém roce očekávat. Vánočním symbolem se stalo v Anglii, odkud se tento zvyk rozšířil do Evropy. Podle legendy bylo jmelí nejprve stromem, z jehož dřeva Josef vyřezal Ježíškovi kolébku a po třiatřiceti letech jej Římané porazili, aby z něj zhotovili pro Ježíše kříž. Strom pak hanbou seschl do malých keřů a přeměnil se v rostlinu zahrnující lidi kolem sebe dobrem. A stejně jako věřící jsou živi z Ježíšova těla, tak i jmelí žije z živin jiných stromů.

Vánoční rozjímání Aleny Ladové

Dcera Josefa Lady dala nahlédnout do svého soukromí.

„Vánoce u nás začínaly mikulášským trhem. Společně s tatínkem a mladší sestrou Evou jsme chodili nakupovat skleněné ozdoby na stromeček, které tu prodávali krkonošští skláři. Prohlíželi jsme si krásně namalované betlémy, tatínek nám vždy koupil turecký med – tenkrát byl vynikající – a mamince jsme domů přinášeli pražené mandle.

S vánocemi mám spojený i košík červených panenských jablíček, které jsme vozili z Hrusic a věšeli na stromeček. To byla tatínkova vzpomínka na dětství, stejně jako kuba k obědu a kapr s černou omáčkou ke štědrovečerní večeři. Na toho kubu k nám chodila Marie Majerová a já se sestrou vždycky jen tiše poslouchaly, jak s tatínkem vyprávějí o své práci v různých redakcích, o zajímavých lidech.

Večer, když byly rozdány dárky, seděli jsme u stromečku – mívali jsme jedli, celou stříbrnou a třpytivou lněnými ozdobami a tatínek nám povídal o svém dětství. Na rozdíl ode mne a sestry, pražských dětí, měl vánoce pestré. Ještě o Štědrý den ho dědeček švec posílal odvádět opravené boty po okolí, a tak tatínek poznával a vstřebával do sebe tu zasněženou poezii přírody, kterou známe z jeho kreseb. Nikdy si k nim nedělal skicu, kreslil z hlavy.

Díky tatínkovi jsme měli vánoce vlastně dvoje. Jedny doma u stromečku a druhé skládané z tatínkových vzpomínek. Patřily k sobě a byly krásné.“

(Večerní Praha, 23. XII. 1987)

Ilja Hurník – „Jak to bylo se mnou o vánocích“ (zkráceno)

„Od dědečka jsem dostal klavír a hned jsem zkoušel vyťukávat vlastní kousky. Řekl jsem si, že každému strýčkovi a tetě (bylo jsme velmi početná rodina) vymyslím kousek a ten jim při nadílce zahraji. Musel jsem s tím začít včas, abych vše do vánoc stihl. Pro mne tehdy začínaly v červenci.

Přišel štědrý den, rodina usedla ke stolu, v čele dědeček. Zatím žádná vánoční idyla. Vládlo napětí. Cosi určitě přijde tak jako každý rok: dědeček se začne dusit rybou. Konečně! Dědeček zrudl, zřítověl, strýcové vyskočili a prásk, prásk mu do zad. Rybí kost vylítla a teď mohly vánoce začít. Moje napětí však trvalo déle. Po nadílce jsem usedl ke klavíru a začal předvádět svoje skladbičky. Každá byla šitá někomu na tělo. Jeden strýček se právě vrátil z vojny, i složil jsem mu „Boj blanických rytířů“. Dvacetiletá tetička, která se měla brzy vdávat, dostala ode mne kousek „Mládí uteklo“. Rodina poslouchala, tleskala – byl jsem šťastný. Ale strýc Boleslav, který v našem rodě představoval typ tragický, katastrofický, si mne vzal stranou a pravil: „Ty tedy chceš být skladatelem vážné hudby. To je ovšem neštěstí. Budeš mít hlad. Ale nebudeš mít zase takový hlad, jímž bys vešel do dějin.“

Tehdy byla ve Slezsku bída, hrozná nezaměstnanost. Právě před vánocemi zvonilo u našich dveří nejvíc chudáků, dráteníků, hrnčírů, chlapců ze Slovenska. Přišel jeden, strašně zbědovaný, nebylo mu snad ani deset. Máma ho nakrmila, svlékla, strčila do vany, oblékla do něčeho lepšího a on nám při loučení zazpíval na celé kolo: „Je ma láhko, láhko, láhko!“

Přicházeli však i podivní lidé. Jeden z nich prodával elektroluxy, ty ještě u nás nikdo neznal. Jenom se povídalo, že je to div techniky. A prý, račte se přesvědčit, co takový lux dokáže! Pán si pověsil mašinku s pytlíkem přes rameno na záda, zastrčil drát do zásuvky, pytlík se nafoukl. Za chvíli ho otevřel a vysypal z něho fůru prachu. Babička se rozčílila: „Pane, to že je prach z naší podlahy? Pane, my nejsme žádná čuňata. Ven!“

Jak naši předkové zakončovali Štědrý den

Štědrý den končil půlnoční mší, která se konala ve všech kostelích. Někde byly součástí mše i vánoční hry a po mši se chodilo ještě koledovat.

Na Boží hod, tedy 25. prosince, se nesměly hrát karty, chodit do hospody a navštěvovat příbuzné. Teprve další den se lidé znovu navštěvovali, začaly první taneční zábavy a doba veselí i koledování.

U nás doma byly vánoce a hlavně Štědrý den vždy rodinnou záležitostí. My jsme však s bratrem kolem půlnoci vždy vypadli – Lád'a skutečně s kamarády na půlnoční a já se vydávala na osamělou pout' k lesu nad Libercem. Nikde nikdo, sníh chrupal pod nohama a dostatečně osvětloval pustou silnici. Došla jsem až k poslednímu stromu v aleji pod lesem – tam jsem tiše postála a dívala se na radostně pomrkávající světélka i na temnou siluetu Ještědu nad městem. Byly vánoce a já se cítila svátečně, klidně a doma.

A přichází konec roku a s ním Silvestr –

den celoročního účtování, velikých předsevzetí i bujarých oslav

Někdo je žízňivý po penězích,
někdo po lásce, někdo po slávě –
a někdo taky po Silvestru.

Karel Čapek – Dobré úmysly

U některých lidí se to dostavuje pravidelně na Štědrý večer, u jiných na Silvestra nebo třeba o jejich narozeninách nebo kdy: zkrátka každý člověk má svůj den, ve kterém pojímá dobré úmysly.

Nejdřív je mu trochu hloupě, pak se mu udělá morálně nanic a potom si řekne, že by všechno mohlo být jinačí a lepší, kdyby nějak zformoval svůj život.

To je okamžik, kdy se člověku zpravidla vynoří dobrý Úmysl. I pojme pevné přesvědčení, že dejme tomu od zítřka bude časněji vstávat, nebo že bude pro své zdraví dělat strašné a hygienické věci, na příklad ráno pět minut cvičit, nebo že nechá politiky a pití, nebo že začne šetřit a zaplatí své dluhy.

Věřím, že není člověka, který by alespoň jednou za rok nechtěl začít nějakým způsobem nový život.

Nuže, je to pravda: když člověk pojal dobrý úmysl, nevstane zítra ani o pět minut časněji než včera, ani nezačne dělat něco velikého. Ne že by to nešlo, ale zrovna toho dne náhodou jaksi netento, a člověk si musí na to pomalu zvykat, čímž bývá dobrý úmysl zpravidla vyřízen. Je tím sice vyřízen, ale není zmařen, neboť podstata a smysl dobrého úmyslu není to, aby jej člověk splnil, nýbrž aby jej prostě měl...

(Literární noviny 25. 12. 1925)

Datum zveřejnění tohoto úryvku z nesmrtelné pokladnice myšlenek Karla Čapka uvádím schválně. Ne že by se dnešním datem 2014 mohlo něco podstatného měnit, ale že problémy s dobrými úmysly a jejich plněním jsou věčné.

Budí trochu úsměv, jako vždy, když čteme Čapkovy krátké fejetony a moudra. Jenže ono je to také takové malé štípnutí, které člověka nutí, aby o tom přemýšlel a srovnával svá přání se skutečností. Často právě tohle srovnání není nejpříjemnější – a člověka donutí, aby přece jenom něco změnil, něco vylepšil – konal a vykonal!

Karel Čapek určitě věděl, proč to napsal! Je to takové jemné napomenutí a nakopnutí každého čtenáře – kolik máme odvahy, vnitřní síly a přesvědčení a kolik lásky, abychom přece jenom mohli žít v krásnějším světě?

Ono s tím souvisí ještě jedno Čapkovo moudro: „Dějiny spíš potřebují lidí, kteří něco dělají, než lidí, kteří navrhuji, co by někdo měl dělat!“

Takže – co bude s těmi dobrými úmysly?

A ještě jeden úsměv, tentokrát od Jaroslava Seiferta

Píseň novoroční

Když měsíc už se přesune
přes půlnoc novoroční,
nevzdychej, chlapče, po luně
a nový život počni.

Tohle si vždycky říkávám
v té noci čarodějně.
Když začne rok, ach, jaký klam,
všechno je opět stejné.

A jak jsem žil, tak žiji dál
a předsevzetí zchladne.
Z toho, co jsem si předseval,
nic mne už nenapadne.

Oslíka měl jsem vždycky rád,
byl pokorný a chudý,
Ježíškovi šel zadýchat
prokřehlý jeho údy.

Tak hodný chtěl jsem taky být
jak tohle zvíře boží,
jež vodu pije a zná žít
jen z bodláčí a hloží.

Také jsem letos Kristu dých
na jeho zkřehlé dlaně.
Ježíšek smutně hlavu zdvih
a děl mi zadumaně:

Kdepak jsi, hochu, zase byl,
jak je tvá vůle vratká!
A já se s hanbou odplížil
od jeslí Jezulátka.

Přání na celý rok - George Bernard Shaw

Abychom změnili to, co změnit můžeme,
abychom přijali to, co změnit nemůžeme,
abychom rozeznali jedno od druhého.

Takže – požehnané vánoce.

PF – 2014

*Kdo chce lidem přinést radost, musí ji mít sám.
Kdo chce vnést do světa teplo, musí mít v sobě oheň.
Kdo chce lidem pomáhat, musí být plný lásky.
Kdo chce šířit na zemi pokoj,
musí mít pokoj ve svém srdci.*

*Kdo chce věřit ve smysl sokolského usilování,
musí být vnitřně přesvědčen o platnosti a potřebnosti
sokolské myšlenky v současnosti i budoucnosti.*

*Zdraví, pohodu, hodně elánu do práce,
veselou mysl a pocit štěstí
všem Vám i Vaším rodinám*



*ze srdce přeje
Jarina Žitná*



