prosinec 2011

# naše noviny plné zajímavostí



**Domov pro seniory Velké Meziříčí**

*příspěvková organizace*

**Zd. Vorlové 2160**

**594 01 Velké Meziříčí**

**tel. 561 201 570**

**www. domovvelkemezirici.cz**

# Obsah

[Obsah 2](#_Toc310855052)

[BLAHOPŘÁNÍ 3](#_Toc310855054)

[Ze života domova 4](#_Toc310855055)

[Stálá NABÍDKA měsíce 5](#_Toc310855056)

[Horoskop 6](#_Toc310855057)

[Lidové pranostiky a pravidla 6](#_Toc310855058)

[Kalendář Prosinec 2011 8](#_Toc310855059)

[Co jsme dělali… 9](#_Toc310855060)

[Toulky Vysočinou 12](#_Toc310855061)

[Cestování Liberec 15](#_Toc310855062)

[Osobnost: Miloš Kopecký 17](#_Toc310855063)

[Zdravotnické okénko 21](#_Toc310855064)

[Štědrovečerní čarování 23](#_Toc310855065)

[Bubo bubo 25](#_Toc310855066)

[Něco pro zasmání 30](#_Toc310855067)

[Cvičíme si paměť 30](#_Toc310855068)

[Masáž 31](#_Toc310855069)

[Mandala 32](#_Toc310855070)

# 

# BLAHOPŘÁNÍ

*Plešák Jan nar. 2. 12.*

*Růžičková Marie nar. 3. 12.*

*Pokorná Marie nar. 8. 12.*

*Prudíková Jarmila nar. 10. 12.*

*Suchá Eva nar. 15. 12.*

*Vršková Růžena nar. 15. 12.*

*Hort Miroslav nar. 19. 12.*

*Prokopová Růžena nar. 24. 12.*

*Patlevič Tadeus nar. 25. 12.*

*Stará Anežka nar. 28. 12.*

***Všem oslavencům přejeme k jejich narozeninám hodně štěstí, zdraví a spokojenosti do dalších let***

***Klienti a zaměstnanci DS***

***PE02622_***

# Ze života domova

***V měsíci listopadu nastoupila do našeho domova tato klientka:***

*Ďásková Anna 01.11.2011*

***V měsíci listopadu odešli z našich řad:***

*Böhmová Milena 20.11.2011*

*Povýšil Stanislav 28.11.2011*

*(odešel do DS Jihlava)*

***EN00349_***

# Stálá NABÍDKA měsíce

* *KERAMIKA*
* ***v pondělí od 9,30 v pracovní dílně na podlaží II. A***
* ***BUFET***
* *bude otevřen každý den mezi 13,00 a 14,00hod v jídelně pro klienty i pro zaměstnance*
* ***PŮJČOVÁNÍ KNIH*** *v nové knihovně na III. podlaží*
* *po dohodě se sociálními asistentkami*
* *v úterý a ve středu - 9:30 - 11 hodin*
* ***NÁKUPY***
* ***pro klienty budou 1x měsíčně***
* ***vždy další den po výplatě důchodů***
* ***OSLAVY NAROZENIN***
* ***budou připraveny čtvrtletně***

# Horoskop

Střelec 23.11. – 21.12.

C:\Documents and Settings\recepce\Local Settings\Temporary Internet Files\Content.IE5\J2B7ZRIM\MC900238419[1].wmf

Během tohoto roku budete většinou vždy plní síly a smyslu pro povinnost, přesnost rozumnost. Březen Vám dá příležitost, jak začít něco znovu a úspěšně. Pracovní úspěchy vám budou vycházet, avšak první polovina června může přinést spory v zaměstnání. V létě budete mít šanci na úspěchy a dobrou příležitost pro navazování nových přátelství. Budete toužit užívat si radostí života, mezi které rozhodně patří i nové lásky. V září pozor na nedostatek trpělivosti v práci, a také v domácnosti si hlídejte mylná rozhodnutí. V říjnu budete muset dost zabrat i fyzicky, ale pozdní podzim se nejspíš ponese v příjemné atmosféře, pokud si najdete čas na odpočinek a své blízké.

Co se týká zdraví, především sport a pohyb vám umožní, abyste často nepodléhali nemocím, jako je nachlazení a chřipka. Do zdravého životního stylu zapojte i ostatní členy rodiny.

# Lidové pranostiky a pravidla

Černá zima, tak byla v lidové prostředí nazývaná doba předlouhých nocí a pošmourných dnů od svátku svaté Lucie do svátku Tří králů. Den svaté Lucie 13. Prosince je v českých zvycích velice známý. Známý je i v severských zemích, kde se velkoryse slaví Lucie jako nositelka světla. Pozor! Pranostika Lucie noci upije a dne nepřidá není pravdivá. Pranostika vznikla ještě za juliánského kalendáře. Lucie noci neupije ani nepřidá.

Naše české Lucky chodí v přestrojení, v bílém, dokonce nosí na obličeji bílou masku se zobanem. V jižních Čechách se jmenuje Perchta. Je strašidelná. V adventním období obchází stavení, a jako Barbora i Mikuláš trestá nehodné a hodné obdarovává. Na adventních obchůzkách nechybí ani kozlíci a klibny (masopustní maska kobyly). Takže advent nebyl jen očekávání nového období, ale lidé si ho okořenili vedle mravního poučení obchůzek i zábavou.

Teplá zima neduhama oplývá. Když zimní chlad, tu každý mlád. Prosinec přináší zimu, pij víno a jez zvěřinu. Jsou-li zelené Vánoce, Velká noc bude bělit se. Na Boží narození o bleší převalení.

V 16. století i později se pro dvanáctý měsíc v roce někdy užíval název vlčí měsíc, vlčenec. Tento název byl odvozen od odpozorované průměrné doby předzimního houfování u nás kdysi žijící početné skupiny vlků. O někdejším hojném výskytu vlků na našem území svědčí řada místních jmen. Například Vlčnov, Vlkov, Vlčí Hora, Vlkonice, Volfartice atd.

Vánoční období oslavuje zrození nového života v období slunovratu, uctívá se Slunce, které se k nám vrací, otáčí k nám vlídnou tvář. I křesťanství v tomto období oslavuje zrození Krista. Zvyky typické pro Vánoce mají charakter ještě předkřesťanský. Vyjadřují určité přání, prosbu o něco. Například plodnost charakterizuje ořech, sušené ovoce či sušené houby. Luštěniny, především hrách a kynuté pečivo vyjadřují nabytí majetku, prosperitu. Makovice, šípek, jahelník charakterizují mnoho peněz. Zelená ratolístka je symbolem života. Červená barva charakterizuje světlo, teplo, život, ale je i barvou, která představuje ochranu. (zdroj: Zemědělský kalendář 2011)

**O střídání**

Za okny

barevno prohrává.

Za okny peří.

Ve stínech na špičkách

zima si pohrává

podzimu v zorničkách

se šeří.

# Kalendář Prosinec 2011H:\Obrázky\ControlCenter3\Scan\kalendář prosinec.jpg

# Co jsme dělali…

1. Na jednotlivých oddělení jsme se ladili na Vánoce, které už ťukají na dveře. Vytvářeli jsme vánoční dekorace a připravovali vánoční dárky.
2. V Jupiter clubu proběhlo 23. listopadu Setkání seniorů města. V bohatém doprovodném programu nám zahrála a zazpívala Veselá sedma pana Sedlaříka. Strávili jsme příjemné odpoledne, foto napoví.
3. 29. Listopadu k nám přišla zazpívat slečna Andrea Vaňkové.

**Nabídka na prosinec**

* **1. prosince** v 9:30 bude na universitě zajímavá dopravní beseda na téma **Bezpečnost chodců** na pozemních komunikacích. Na účastníky čeká překvapení.
* **5. prosince** v 9:00 hod nás navštíví **Mikuláš s anděly**
* **7. prosince** v 9:30 si pro nás připravili **předvánoční besídku** studenti z HŠ Světlé
* **8. prosince** se uskuteční tradiční Barevné Vánoce v sídle Kraje Vysočina. Tuto akci podpoříme výrobky našich klientů.
* **9. prosince** bude v jídelně **koncert Andrejky Valové**
* **12. prosince** přijde naladit adventní atmosféru operní pěvec pan **Jakub Pustina** s dětským souborem Žďáráček. Vánoční koncert se uskuteční v atriu domova v 17:00 hod., srdečně jsou zváni všichni klienti a zaměstnanci s rodinnými příslušníky.
* **13. prosince** proběhne **vánoční tvoření** s dětmi ze ZŠ Bory. Budou se vyrábět svícínky.
* **13.-15. prosince** se v Jupiter clubu uskuteční **Vánoční výstava**, na které budou k vidění i výrobky našich klientů
* **16. prosince** v 16:00 v jídelně se bude konat **Vánoční besídka rodičů s dětmi** pod vedením manželů Kameníkových
* **20. prosince** v 10:00 vystoupí **MŠ Mírová** a zpříjemní nám atmosféru Vánoční besídkou.
* **21. prosince** přijdou za námi se svým programem **děti z DDM**
* **23. prosince** v 10:00 hod. bude společné **vánoční posezení** zaměstnanců a klientů v jídelně. Proběhne i ochutnávka vánočních cukroví, tak nezapomeňte donést vzorky s sebou.
* První lednový týden oslavíme narozeniny klientů, rozených v měsíci říjnu, listopadu a prosinci.

**Dopolední programy**

**9,15 – 11,15**

Pondělí: pracovní činnosti/vaření, pečení, práce s keramickou hlínou/

Úterý: výtvarné činnosti

Středa: trénování paměti

Čtvrtek: společenské hry, předčítání

Pátek: relaxační aromaterapie, sledování dokum. pořadů, mše svatá

*Z oblohy se sypou hvězdičky,*

*slyšet jsou koledy z dáli.*

*Zvěstuje anděl maličký,*

*ať splní se vše, co jste si přáli.*

*Veselé Vánoce a šťastný nový rok!*

Setkání seniorů města 23.11.

 

Beseda na téma Bezpečnost chodců na pozemních komunikacích

 

Mikulášská nadílka

 

Příprava na Barevné Vánoce

 

# Toulky Vysočinou

**Předklášteří**

Obce Předklášteří, která přímo sousedí s městem Tišnov nazývaným "brána Vysočiny". Obec se nachází v Jihomoravském kraji 25 km na severozápad od Brna, je součástí mikroregionu Porta. Leží v malebné krajině v bráně do Českomoravské vrchoviny. Reliéf katastru je velmi členitý, výrazně rozčleněný údolními zářezy Svratky a jejími přítoky řekou Loučkou a potokem Besénkem. Na severu, nad soutokem Loučky a Besénku se Svratkou, se zvedá Květnice (470 m) a Dřínová (370 m), na opačné jižní a jihozápadní straně jsou významné vrcholy Čepička (391 m), Kozí brada (386 m), Číhadlo (408m) a Výrovka (420 m). Velkou část katastru pokrývají lesy.

První písemné zmínky, které se váží k Předklášteří, jsou z roku 1233, kdy byl královnou Konstancií založen klášter Porta coeli. Na klášterních pozemcích před klášterem se rozrůstala ves, která dostala název Předklášteří.

Ze severu, ale i z jihozápadu můžeme vstoupit do rozsáhlých lesů. Kdysi bývalý tišnovský okres patřil k nejlesnatějším v Československu. Jedinečné jsou i podzemní krasové útvary (jeskyně Pod Křížem, Králova jeskyně, Květnická propast aj.), které jsou zimovištěm vrápence malého a několika druhů netopýrů. Květnice je i nalezištěm vzácných minerálů jako je ametyst, křišťál, záhněda aj.

V samotné obci při návštěvě areálu kláštera Porta coeli a Podhoráckého muzea se projdete lipovou alejí s několika památnými stromy.

**Porta Coeli**

Porta coeli (Brána nebes) je ženský cisterciácký klášter ze 13. století, ve kterém i v dnešní době žije komunita sester cisterciaček. Proslavenými dominantami tohoto kláštera jsou bohatě zdobený gotický portál v západním průčelí románsko-gotické baziliky Nanebevzetí Panny Marie, kapitulní síň a křížová chodba. Tyto unikátní umělecké skvosty jsou přístupné celoročně.

V areálu kláštera se nachází Podhorácké muzeum, ve kterém mohou návštěvníci shlédnout stálou expozici s názvem "Dějiny a současnost kláštera Porta coeli". Při prohlídce kláštera s průvodcem se účastník seznámí s nejzajímavějšími místy jako jsou bazilika s proslaveným portálem, křížová chodba s rajskou zahradou nebo kapitulní síň.

Další zajímavá expozice se věnuje paleontologie a mineralogii (zvláštní část tvoří "Minerály na Tišnovsku").

**Kdo to jsou Cisterciáci?**

Cisterciácký řád (latinsky Ordo Cisterciensis, OCist.) je mnišský řád, který vznikl reformou benediktýnského řádu. Roku 1098 odešel opat Robert s dalšími mnichy z benediktinského kláštera Molesme a ve francouzském Citeaux (latinsky Cistercium) založili nový klášter. Na tomto místě, v původně neobydlené krajině, chtěli žít podle nezmírněné řehole sv. Benedikta z Nursie. Tento klášter se stal centrem reformního hnutí v benediktinském řádu, které se soustředilo na prostotu a chudobu v liturgii i životě bratří podle hesla sv. Benedikta „Modli se a pracuj“ (latinsky „Ora et labora!“).

Řádová tradice považuje za zakladatelku ženské větve bl. Humbelínu (1092-1136), rodnou sestru sv. Bernarda, která se po odchodu svých bratří rozhodla pro zasvěcený život a vstoupila do benediktinského kláštera v Julle, kde se pak stala převorkou. Tam začala v duchu sv. Bernarda organizovat své sestry pro nový řád.

Cisterciáci se do širšího povědomí dostali zúrodňováním půdy, vysoušením bažin a obecně velice dobrými znalostmi zemědělství. Tyto znalosti se v rámci řádu šířily napříč Evropou díky každoročnímu setkáváním všech opatů (tzv. Generální kapitula). Také čistá architektura jejich klášterů (lineární gotika) je proslavená.

Do českých zemí přišli cisterciáci na počátku 40. let 12. století, za vlády knížete Vladislava II. Založení prvního kláštera v Sedlci inicioval olomoucký biskup Jindřich Zdík. V prvních dvou stoletích přicházeli do nově zakládaných klášterů mniši z německých zemí. Celkem bylo v Čechách a na Moravě založeno 13 mužských a 5 ženských cisterciáckých klášterů. Oproti řádovým zvykům u nás nebyly kláštery zakládány v neobydlené krajině, ale většinou byly obdarovány několika vesnicemi s poddanským obyvatelstvem.

Cisterciácké kláštery byly postiženy za husitských válek i během třicetileté války. Obnova pak postupovala jen pomalu. Rušení klášterů za Josefa II. na konci 18. století přežily jen kláštery ve Vyšším Brodě a Oseku. V druhé polovině 19. století docházelo k renesanci cisterciáckého řádu, u nás se povedlo obnovit pouze ženský klášter Porta coeli. S počátkem komunismu byly v 50. letech minulého století zdejší kláštery zrušeny, obnova začala až po pádu komunismu v 90. letech.

**Život v klášteře**

Součást života v klášteře ji i práce. Smysluplné střídání a vyvážená míra modlitby, čtení a práce, jsou podle Řehole sv. Benedikta pravou cestou k Bohu. Patří k podstatě a důstojnosti člověka a slouží k rozvinutí jeho osobnosti a schopností. Namáhavá každodenní práce, přispívá k upevnění společenství a k zajištění obživy a umožňuje klášteru, aby z výnosu rozdával chudým a potřebným.

Základní povinností sestry je život v komunitě je. Je pro cisterciačku místem, kde může ve všedním životě prožívat následování Krista. Dále pak klauzura, je to prostor ticha a usebranosti, prostor odloučení od světa, kde se může lépe rozvíjet kontemplativní život. Cílem klauzury není izolace, nýbrž soustředění na božskou lásku. S Klauzurou souvisí i mlčení. Bez mlčení by klauzura ztrácela smysl. Je vnitřním prostorem, kde se v Duchu a v pravdě setkávají s Bohem i s lidmi. Celá Řehole je postavena na úvodní výzvě: „Naslouchej, synu, mistrovu učení, nakloň k němu ucho svého srdce, a k čemu tě laskavý otec nabádá, to rád přijmi a uveď ve skutek.“(Prolog RB) (zdroj: www.predklasteri.cz, www.portacoeli.cz/)

# Cestování Liberec

Z LIBERCE je stejně blízko do Prahy jako do Drážďan. Stačí k tomu hodina a půl jízdy. Také Polsko je za rohem. Město obklopuje krásná příroda. Cyklistické trasy vedou do Českého ráje i k Máchovu jezeru nebo třeba do Lázní Libverda.

Ani na nedostatek kultury si místní obyvatelé nemohou stěžovat. A proto se dnes pojďme porozhlédnout po libereckých zajímavostech a kuriozitách.

**Kdyby sochy mohly vyprávět…**

Hlavní liberecké náměstí změnilo několikrát svůj název, nyní se jmenuje Dr. Edvarda Beneše. Dominantu tvoří majestátní novorenesanční radnice z roku 1893. Její součástí je pětašedesát metrů vysoká věž, přístupná veřejnosti, jejíž vrchol zdobí plastika rytíře. Šedesát let tu symbolicky představoval ochránce městských práv. Přišel však rok 1952 a nahradila ho pěticípá hvězda. Trvalo půlstoletí, než se dostal opět na své místo, ovšem už jen jeho replika.

Stejně tak by o svých „štrapácích“ mohl vyprávět vládce moří Neptun a jeho kašna na stejném náměstí. Dílo je z roku 1826. Neptun se opírá o trojzubec a stojí na delfínovi, z jehož tlamy prýští voda. Když byla zbourána stará radnice, došlo k přesunu kašny do centra náměstí. Uplynula léta a zase přišel někdo s názorem, že přece Neptun v Liberci být nemusí. Naštěstí odpor místních obyvatel pomohl kašnu zachránit na dalších téměř dvacet let, ale byla přemístěna jinam. Tady chátrala a dokonce zmizel trojzubec. V roce 1994 byla plastika Neptuna pro svůj špatný stav sundána, restaurována a uložena v Severočeském muzeu. Před deseti lety byla zhotovena replika sochy a teprve loni v červnu došlo k obnovení Neptunovy kašny do plné krásy! Originály Neptuna i rytíře z radniční věže jsou v muzejní expozici. Co si tam asi spolu povídají?

**Z textilky Babylon**

Babylon byl v době dávno minulé největším městem na světě. V Liberci je Centrum Babylon největším krytým zábavním, společenským a hotelovým komplexem v České republice. Po vzoru orientálního Babylonu jsou tu i dvě zajímavá atria, jedno je stylizované do tropické zahrady lemované palmami, ve druhém se nachází velké terárium s exotickými zvířaty včetně albína Krajty tmavé, a už samotný vstup do atria ústy exotické obří hlavy budí úžas.

Do Centra Babylon si můžete jít zaplavat do aquaparku, zajít do kina, dokonce na první a jediné 4D kino v naší republice. V čem spočívá? Kromě trojrozměrného obrazu se pod vámi navíc chvěje sedadlo, takže různé vjezdy do nitra země či do vesmíru nebo mezi nepřátele můžete prožívat se vším všudy. Víte, co je na Centru Babylon nejzajímavější? Kdysi to byla velká textilní továrna. Postupem doby výroba zanikla, tovární haly zůstaly opuštěné a chátraly. Byl to skvělý nápad zřídit tady opět funkční prostor, pro lidi všech zájmů, což platí od roku 1998.

**Symbol Liberecka**

Horský hotel Ještěd na stejnojmenné hoře tu stojí teprve od r. 1973 a přesto už je považován za symbol Liberecka. Když předchozí chata vyhořela, konkurz na novou stavbu vyhrál Karel Hubáček z Liberce se svým nápadem, že špičatý tvar hory ještě prodlouží stavbu ve tvaru rotačního hyperboloidu. Tak se zrodilo dílo, které upoutá pozornost ze širokého dalekého okolí a přitom zapadá do krajiny. Stalo se dokonce Stavbou století. Uvnitř je restaurace, hotel a rovněž je to významný komunikační uzel. Přístupnost je snadná, kdo nechce pěšky, může využít auto, autobus nebo lanovku.

**ZOO i botanická zahrada jsou nejstarší v republice**

Zdejší ZOO funguje od roku 1895. Původně ji sice tvořil jen ptačí koutek přístupný veřejnosti, ale od roku 1919 má zhruba dnešní podobu. Žije tu kolem 170 druhů zvířat a pýchou je například chov bílého tygra. Místní zoo má také rozsáhlý výběr šimpanzů, úspěšný odchov somálských oslů, krokodýla vlnatého a další druhy.

Rovněž botanická zahrada v Liberci se pyšní faktem, že je nejstarší v ČR. Svou působnost zahájila v roce 1876. Má početné sbírky orchideí a kaktusů, rozsáhlé alpinium, téměř tři století staré kamélie, expozice sladkovodních i mořských akvárií, prvních v naší republice. Rovněž tu lze spatřit uznávanou kolekci masožravých rostlin nebo největší leknín světa Viktorii královskou. (časopis Generace č. 4/2011)

# Osobnost: Miloš Kopecký

Miloš Kopecký se narodil 22. 8. 1922 v Praze. Jeho otec Vladimír Kopecký byl kožešník, který vlastnil salón nedaleko Václavského náměstí, matka byla bývalá modelka později kloboučnice Marta Grimmová. Miloš nenáviděl školu (gymnasium musel opustit už v primě), neuměl se prát a nerad sportoval. Jeho dětství bylo úzce spjato s ulicí Ve Smečkách, kde byli jeho největší přátelé František Červinka (český historik a publicista) a Petr Schulhoff (filmový režisér) se kterými už od brzkého mládí prolézal „bahno velkoměsta“- jak tomu sám říkával.

Během okupace byla maminka Marta Grimmová deportována do Osvětimi (byla židovského původu) a Miloši Kopeckému jako polovičnímu židovi též hrozilo uvěznění. Během dalších protektorátních let si Miloš vidinu pracovně-trestního tábora v intenci nacistické „Rassenpolitik“ zaháněl poměrně bohatě kulturním a bohémským životem. Utíkal z otcovy kožešnické dílny do „bahna velkoměsta“ a do kolektivu TVAR. Kolektiv TVAR byl původně recitační soubor, který prezentoval i divadelní tvorbu. Zde poprvé mladý Miloš přičichl k herectví. Potom však nastal srpen 1944, kdy u Kopeckých zazvonil muž s obálkou s předvoláním do pracovního tábora v Bystřici na Benešovsku, kde Miloš byl až do konce války.

Po válce a návratu do Prahy nastala otázka pro mladého Miloše: co dělat? Miloš z touhy nebýt po otci kožešníkem zašel do divadla Větrník, kde se však nestal hercem, ale obsluhovačem gramofonu a opony. Postupně se však k herectví propracoval. Jeho první malá role byla v divadelní hře Smrt Tarelkinova, kde hlavní úlohu ztvárnili Gustav Heverle a Vlastimil Brodský. Téhož roku se objevil i na Barrandově, na natáčení filmu JAN ROHÁČ Z DUBÉ (1947), jenž byl první český barevný film. Objevil se v malé patetické roli studenta. Brzy se v divadle stal obsazovaným hercem, který hrál v divadelních hrách Cenerentola, Zelená pastvinka a Osudy dobrého vojáka Švejka. V divadle Větrník si našel i svou první ženu, půvabnou herečku Stellu Zázvorkovou. Navzdory tomu, že se jim v šestačtyřicátém roce narodila dcera Jana Kateřina (ve svých 15 letech spáchala sebevraždu) a že si Miloš Kopecký velmi dobře rozuměl se svým tchánem Janem Zázvorkou (známý architekt), manželství vydrželo pouze něco přes rok. Po zániku divadla Větrník Miloš přešel do Divadla satiry, u jehož zrodu stáli hlavně bratři Oldřich a Lubomír Lipský. A odtud vedla jeho cesta do studia Národního divadla. Ovšem zanedlouho po té Miloš udělal velký průšvih, když přišel opilý na představení, které se kvůli tomu muselo zrušit. Na kobereček si ho pozval tehdejší ředitel zlaté kapličky Václav Vydra, který s ním okamžitě rozvázal smlouvu, ale protože věděl, že je dobrým hercem, domluvil mu angažmá v Realistickém divadle. Zde Miloš sehrál spoustu velkých rolí. Od „Realistů“ narukoval v osmačtyřicátém roce na pár měsíců vojny. Po vojně však byl angažován zpět na první scénu, ze které hned zase odkráčel do Městských divadel pražských z nich k E. F. Burianovi a od něj do Divadla estrády a satiry, později přejmenovaném na ABC. Během tohoto cestování po divadlech se Miloš stihl podruhé oženit s řidičkou tramvaje Kateřinou Soukupovou, ale manželství opět netrvalo o moc déle.

Angažmá v Divadle ABC je patrně jednou z nejšťastnějších období jeho kariéry. V divadle, kam kdysi mladík Kopecký chodíval na Voskovce a Wericha, se herec Kopecký setkal s Werichem coby kolegou a byl u toho, kdy s tímto velikánem začal hrát jeho přítel Miroslav Horníček ve dvojici. První představení divadla se jmenovalo Caesar, kde Miloš hrál roli kněze Rataty. Premiéra proběhla slavně, hru režíroval Miloš Nedbal, se kterým se Miloš již dobře znal z Národního divadla. V poststalinské době připravilo divadlo ABC hru "Filip Filípek, nebo nebyl?“. Na politickou satiru nebývale odvážnou, se diváci jen hrnuli. Zvláště když v titulní roli zářil Jan Werich. Toho však nedlouho po premiéře čekalo setkání s Jiřím Voskovcem ve Vídni. S velkou radostí z brzkého setkání se svým velkým přítelem ve Vídni Wericha trápila starost, kdo za něho zaskočí ve „Filípkovi“. Padla volba na Miloše Kopeckého, který se po váhavém prvním představení už role nepustil. Jana Wericha unavila funkce ředitele na začátku šedesátých let. Přesněji unavilo ho neustálé vysvětlování „papalášům“, jak a proč tu či onu hru uvádí na repertoár, a tak soubor opustil. A zanedlouho soubor opustil i Miloš Kopecký.

Miloš Kopecký divadlo ABC opustil, protože chtěl spolupracovat s Miroslavem Horníčkem, se kterým se mu velmi dobře hrálo a improvizovalo. Miroslav Horníček napsal hru Tvrďák, kterou začali zkoušet v Jindřišské ulici. Do díla se vrhli odvážně, přestože pracovali na dluh s velmi nejasnými představami do nejbližší budoucnosti. Hru Tvrďák dlouho všude odmítali, protože byla „politicky košér“- jak Miloš říkal. Nakonec se premiéra hry konala v Ostravě. Tvrďák měl přes dvě stě padesát repríz a pamětníci na něj dodnes nostalgicky vzpomínají. Nicméně zhruba po třech letech se dvojce H+K rozchází a každý se vydává na svou cestu. Psal se rok 1964, kdy Miloš ukončil pouť na volné noze a nastoupil do angažmá v Hudebním divadle Karlín. V té době se potřetí žení. Jeho choť se jmenovala Jana Lichtenbergová. Říkalo se jí pražská Brigitte Bardot. Ovšem záhy po svatbě se potřetí rozvádí. V této době si uvědomoval nebezpečí, že bude jednou provždy komikem. Diváci ho zatím znali pouze jako výrobce humoru, a proto opouští Hudební divadlo Karlín a přijímá nabídku z Divadla na Vinohradech. První vinohradskou rolí Miloše Kopeckého byl Taťka v „Kočce na rozpálené plechové střeše“ Tennessee Williamse. Ovšem na vinohradském jevišti nedostával jen samé výrazné role. V Caru Fjodorovi od Alexeje Konstantinoviče Tolstého si zahrál malou roli bojara, kterou však považoval přímo za svou potupu. Počtvrté se Miloš Kopecký oženil s krásnou tanečnicí Janou Křečkovou roku 1966 v jižních Čechách, se kterou žil až do své smrti. Miloši Kopeckému se brzy narodila dcera Barunka a protože se rodina rozrůstala, koupil svůj slavný milovaný Červený mlýn v jižních Čechách v Kremži.Miloš Kopecký miloval film, a proto trpěl, že žádnou díru do světa neudělal do svých zralých let. Za svůj první opravdový první film v němž dostal větší roli byla detektivka SEVERNÍ PŘÍSTAV (1954). Po ní však zazářil v roli feldkuráta Katze v OSUDECH DOBRÉHO VOJÁKA ŠVEJKA (1956), dále pak ve filmech BARON PRÁŠIL (1961) a LIMONÁDOVÝ JOE ANEB KOŇSKÁ OPERA (1964), BÍLÁ PANÍ (1965), televizní film SEDM ŽEN ALFONSE KARÁSKA (1967). V devětašedesátém roce si výborně notoval s Pavlem Landovským ve filmu JÁ, TRUCHLIVÝ BŮH (1969), napsaného podle jedné povídky z Kunderových Směšných lásek. Dále to byly SVATBY PANA VOKA (1970), NOC NA KARLŠTEJNĚ (1973), JAK UTOPIT DOKTORA MRÁČKA (1974) a film ZÍTRA TO ROZTOČÍME DRAHOUŠKU (1976). Avšak hlavní vrchol popularity ho teprve ještě čekal. Na vrcholu popularity se ocitl na konci sedmdesátých let jako MUDr. Štrosmajer v seriálu Jaroslava Dietla NEMOCNICE NA KRAJI MĚSTA (1977). Nemocnice se začala natáčet v šestasedmdesátém roce a o dva roky později přilákala k obrazovkám milióny diváků. V čase „ Nemocnice“ dostával Miloš Kopecký tisíce děkovných dopisů a to i z SRN, Finska, Polska, Maďarska. Národ Miloše Kopeckého miloval a požadoval udělení titulu zasloužilý umělec. Miloši Kopeckému, který trpěl averzí vůči vyznamenáním a titulům, se podařilo udělení titulu dvakrát vyhnout, ale v devětasedmdesátém už odmítnout nemohl.

Během 80. let hrál Miloš Kopecký v divácky vděčných filmech TAJEMSTVÍ HRADU V KARPATECH (1981), KŘTINY (1981), TŘI VETERÁNI (1983) a uváděl populární seriál SLAVNÉ HISTORKY ZBOJNICKÉ (1985), ale také moderoval publicistický pořad Československé televize o emigrantech, který mu způsobil po nějakou dobu nemalé těžkosti. Diváci si účinkování v pořadu jednoznačně spojovali s udělením titulu národní umělec. Někteří kolegové přecházeli na druhý chodník. Někdo popsal hanlivými nápisy zdi jeho milovaného jihočeského Červeného mlýna. Muselo uplynout několik let, než mohl o svém počínání otevřeně mluvit. Patrně Miloš Kopecký se s pořadem zcela neztotožňoval, ale určitá příbuznost názorů tu rozhodně byla. Miloš Kopecký se politicky oprášil 5. května sedmaosmdesátého roku na sjezdu svazu českých dramatických umělců. Zde přednesl projev, v němž onu vládnoucí moc podrobil velmi chytré odvážné a působivé kritice. Pořadatelé netušili co má za lubem. A nevěřili svým uším. Hovořil o umění odejít včas a vybízel zprofanované funkcionáře k okamžitému odchodu. „Odejdete-li včas, tj. hned, může vám být ještě poděkováno. Neučiníte-li tak sami z vlastní jasnozřivosti, odejdete sice o něco později, ale odejdete sice později, ale odejdete, nepochybujte o tom, stejně; jenže ne už důstojně, ale jako komická figurka… Po sametové revoluci se Milošovi začal prudce zhoršovat zdravotní stav kvůli kterému se musel vzdát role na vinohradském jevišti. Ve filmu se objevil v malých rolích, například: ANDĚLSKÉ OČI (1994) či UČITEL TANCE (1995), ale roli v seriálu Hospoda už nezvládl. Při natáčení se začaly projevovat stavy zmatenosti, proto se musela zrušit smlouva. Miloš Kopecký zemřel v bohnické psychiatrické léčebně 16. února 1996.

Pan Kopecký byl známý svou averzí k žárlivosti, svými milenkami se netajil ani před svou zákonitou manželkou, ale také trpěl maniodepresivní psychózou, při jejímž panování se hlavně opíral o svou poslední choť. Miloval šachy, které hrál hlavně se svým přítelem Josefem Bedrnou. Mezi jeho další herecké kolegy a hlavní přátele patřili Miroslav Horníček, Rudolf Hrušínský, Vlastimil Brodský a Jiří Kodet. Ovšem stejně dobře jako přátele uměl si dělat i nepřátele, kterých měl také dost. Dále se zajímal o politiku, filozofii a miloval psaní dopisů. (zdroj: http://www.csfd.cz/tvurce/979-milos-kopecky/)

# Zdravotnické okénko

**Starejme se lépe o svoje nohy!**

Řekne-li se péče o tělo, hned se každému vybaví starost o vlasy a o obličej, často i o ruce, a teprve potom myslíme na vnitřní orgány a na klouby. Možná až na posledním místě jsou naše nohy, které by si rozhodně zasloužily mnohem více pozornosti!

Průměrný dospělý člověk prý udělá za jediný den devět tisíc kroků a za celý život by mu jejich počet stačil na obejití rovníku. Naše nohy jsou po srdci nejzatěžovanějším orgánem, ale současně je i nejvíce zanedbáváme. O nohy se totiž obvykle s výjimkou pedikúry staráme až ve chvíli, kdy se nám připomenou nějakou bolestí, jejichž výčet není zrovna malý.

**Podologie = péče o nohy**

Možná někteří slyší slovo podologie poprvé. Jde o obor, který se zabývá prevencí a léčbou bolestivých stavů a funkčních poruch chodidel ve vztahu k pohybovému aparátu jako celku.

„Sotva se poprvé na nohy postavíme, stane se pro nás chůze nejpřirozenějším a také nejzdravějším pohybem, který je současně nezbytně nutný pro správné fungování celého našeho těla. Pokud ale nechodíme správně, a příčin toho může být hned několik, poškozujeme si části těla, které by nás ani nenapadly. Při chůzi v jistém okamžiku stojíme vždy jen na jedné noze, a to je moment, kdy zpočátku určité svalové skupiny, šlachy, vazy a klouby přetěžujeme, což vede později k jejich poškození. Jakmile někoho začne bolet např. koleno, snaží se odstranit lokální bolest, aniž by se zamyslel nad příčinou bolesti, která vůbec nemusí být v koleni. Až když je bolest méně snesitelná, rozhodnou se lidé vyhledat lékaře. Jenomže v té chvíli už jde obvykle o chronický stav a odstraňování příčiny bývá po jejím zjištění složitější a bolest nabírá na intenzitě,“ říká MUDr. Kotrč.

Někdy může být příčina v chodidle, pokud není v pořádku klenba a je tzv. plochá, může se jednat o povolené vazy, ale i o blokádu. Právě tady může být příčina bolesti hlavy nebo některých poruch vnitřních orgánů. Nesmíme totiž zapomínat na skutečnost, že bolesti nohou mají přímou souvislost s chorobami ostatních orgánů těla, protože v nohách mají všechny důležité orgány svá nervová centra. Plocha chodidla shromažďuje nervová zakončení skoro všech vnitřních orgánů, takže při přirozené chůzi – ve správně tvarovaných botách – jsou z těchto nervových zakončení vysílány impulzy, které činnost příslušných orgánů stimulují.

**Cvičení jako prevenci i léčba**

Pohyb a pravidelné cvičení je pro prevenci vzniku syndromu diabetické nohy velmi důležité. Pomáhá rovněž snižovat hladinu krevního cukru a redukovat hmotnost.

**Co nohám prospívá:**

pěší chůze, plavání, jízda na kole

sprchování střídavě teplou a studenou vodou

odpočinek s nohama ve vyvýšené poloze (nohy výš než pánev)

každodenní cvičení

masáž chodidel

**Doporučené cviky:**

**1.** ve stoje - přenášet váhu střídavě na špičky a na paty

**2.** ve stoje - přenášet váhu střídavě na špičku levé a pravé nohy

**3.** ve stoje i v sedě - kroužit nohou v kotníku, v koleni, kreslit osmičky ve vzduchu

**4.** ve stoje i v sedě - propínat nohy v kotnících a kolenou, skrčovat a propínat prsty

**5.** v sedě - položit chodidla na zem, střídavě zvedat paty a špičky

**6.** v sedě - opřít paty o zem, mírně zvednout špičky a střídavě propínat a skrčovat prsty

**7.** v sedě - opřít paty o zem, zvednutou špičku nohy pomalu vytáčet doprava a doleva

**8.** v leže - zvednout natažené končetiny nad podložku a s propnutou špičkou kroužit v kotníku doprava a pak doleva

**9.** v leže - zvednout natažené končetiny nad podložku a kmitat jako při stříhání nůžkami

**10.** v leže – napodobovat jízdu na kole, propínat končetiny

  

# Štědrovečerní čarování

Součástí štědrého večera bylo tajemné vánoční kouzlení. Každý se ho trochu bál, přesto se každým rokem znovu a znovu snažil poodhrnout clonu budoucnosti.

Nejznámějším čarováním bylo rozkrajování jablíček. Objevila-li se hvězdička, znamenalo to štěstí, byl-li tam ale kříž, znamenalo to smrt nebo vážné onemocnění. Podobně se věštilo z vlašských ořechů. Černý vnitřek ořechu předpovídal neštěstí a smutek, zdravý ořech pak radost a štěstí. Skořápky ořechů se využili u dalšího věštění, kdy se do skořápky umístila svíčka a puštěná po vodě naznačovala svým chováním něco málo z budoucnosti.

Na štědrý večer neměl mít nikdo u sebe žádnou cizí věc, protože by ho v dalším roce čekala smůla a neštěstí.

Svobodné, nezadané dívky nezapomínaly na házení pantoflem. Postavily se zády ke dveřím, do pravé ruky vzaly pantofel nebo jinou vhodnou obuv a hodily ji za sebe. Mířil-li střevíc špičkou ke dveřím, očekávala se svatba a odchod z domu, špička v opačném směru znamenala nejméně jeden další rok zůstat „na ocet“

Pokud se chtěla dívka dozvědět jméno jí souzeného, vzala jablko a nůž. Jablko oloupala tak, aby získala jednu dlouhou spirálu. Tou pak třikrát zatočila nad hlavou a odhodila ji. Na zemi spirála vytvořila tvar, z něhož bylo možné s trochou fantazie vyčíst písmeno, jímž začínalo jméno toho pravého. Oloupané jablko se pak dalo použít k dalšímu zvyku. Nožem se rozdělilo na tolik dílků, kolik bylo osob u stolu a každý svůj dílek snědl. Všichni věřili, že kdyby kdykoli z přítomných v příštím roce zbloudil (obrazně či doslova), stačilo si jen vzpomenout, s kým jedl o vánocích společné jablko a našel by cestu zpět.

Další jablíčková kouzlo byl důležité pro hospodáře. Ten vzal dvanáct jadérek, které vložil do misky s vodou. Kolik jich vyplavalo na hladinu, tolik se dalo v příštím roce očekávat suchých měsíců. Podobně se dalo věštit z cibulových slupek. Z cibule se naloupalo dvanáct sukének, položili se vedle sebe a do každé se nasypalo trochu soli. Každá sukénka představovala jeden měsíc v roce. Na které se sůl do rána rozpustila, v tom (podle pořadí vedle sebe) se očekával déšť. Ve které pouze zvlhla, ten měl být normální a u které sůl s cibulovou sukénkou nic neprovedla, se dalo čekat sucho. Zapomenutým slovanským zvykem bývalo namazat si na Štědrý den tváře medem. Tím si každý zajistil, že ho po celý příští rok měli mít všichni rádi.

Pro vdavekchtivé dívky existoval způsob, jak toho dosáhnout. Stačilo se zmocnit devíti patek od vánoček a schovat si je. Jinde házeli děvčata hůl na hrušku, na kolikátý pokus se to povedlo, že se hůl na stromě zachytila, po tolika letech ji čekali vdavky. Známým věštěním bývalo i klepání na kurník. Ozval-li se děvčeti kohout, znamenalo to, že se dívka vdá do roka. Ozvala-li se nejdříve slepice, dívka měla zůstat svobodná.

Jiným zvykem bylo odlévání roztaveného olova do připravené nádoby s vodou. Získaný vychladlý odlitek olova se zkoumal a zjišťoval, k čemu se nejvíce podobá. O půlnoci děvčata běhávala před naoranou brázdu volajíce: „Štěkej, štěkej pes, kde je milý dnes, ať je tu hned!“. Poté vyčkávala, z které strany pes zaštěkal, neboť z té strany měl přijít jejich budoucí ženich.

Děvčata třásla také bezem a přitom říkala: „ Třesu, třesu bez, ozvi se mi pes, kde je milý dnes?“. Na tu stranu, kde se ozvalo štěkání se pak dívka měla provdat.

**Kvíz o vánocích**

1. **Podle staré tradice nosí v českých zemích dárky**
2. Listonoš
3. Ježíšek
4. Čáp
5. **Vánoce se slaví**
6. jako svátky hojnosti a darů
7. na památku narození Ježíše Krista
8. na památku těch, kteří již nejsou mezi námi
9. **Součástí vánoční výzdoby bývá jmelí. Co je to za rostlinu**
10. je to keř, který roste na lesních pasekách
11. roste v korunách listnatých stromů
12. pěstuje se na polích, je to zemědělská plodina
13. **Kdo napsal Českou mši vánoční?**
14. Jakub Jan Ryba
15. Jan Petr Kapr
16. Jan Leoš Janáček
17. **Vánoční stromeček se u nás objevil** **poprvé**
18. za vlády Karla IV., který jej přivezl z Francie
19. v 19. století, kdy jsme tento zvyk přivezli od Němců
20. někdy v pradávné historii našeho národa, přesně to dnes již nelze zjistit

1c, 2b, 3b, 4a,5b

# Bubo bubo

Moc latinských názvů naší fauny jsem si nezapamatoval. Jen Cervus elaphus – jelen evropský, Vulpes vulpes – liška obecná a hlavně Bubo bubo – výr velký. Ten mi utkvěl v paměti již při úvodní hodině zoologie mysliveckého kurzu uchazečů o první lovecký lístek absolvovaného ve Zlíně v sedmdesátých letech minulého století. To proto, že právě v té době se narodila má dcera Štěpánka a tak trochu mi tento název připomínal strašení malých dětí: „bububu“.

V přírodě jsem se s tímto opeřencem mockrát za život nesetkal. O adrenalinových zážitcích při lovu na výrovkách jsem sice slýchával hlavně na posledních lečích, ale jen od svých starších kolegů myslivců, kteří navíc každou historku okořenili pořádnou dávkou myslivecké latiny.

V době, kdy mi myslivecký hospodář vystavil první povolenku k lovu, byly už dávno veškeré sovy hájené a lov na výrovkách zákonem definitivně zakázán. Vše se však rázem změnilo, když v jedno červencové odpoledne zastavilo u domu auto a z něj vystoupil známý i s poraněným výrem. Nádherný opeřenec měl dvě ošklivé tržné rány. Jednu na přechodu křídla k trupu a druhou v rousích nad levým stojákem. Snad od střetu s nějakým vozidlem. Náhodný turista ho našel sedícího u cesty, neschopného letu. Když k němu záchrance přijížděl, prý na něj útočili krkavci. Kdyby se zpozdil, snad by to měl výr již jednou pro vždy „za sebou“. V rukavicích ho odchytl, dal do kufru auta a odvezl ke mně na Lochovec. Už tady skončila celá řada dalších zvířat potřebných lidské pomoci a nikdy jsem nikoho s nimi nevyhodil. Proč bych se tedy nemohl ujmout i pomoci potřebného, zraněného výra.

Je třeba přiznat, že při prvním spatření nového přírůstku jsem velkým nadšením zrovna nejásal. Jednak proto, že na případné držení výra v zajetí musí být úřední povolení a se státní mocí jsem nechtěl mít nikdy žádné problémy. Taky zkušenosti s chovem sov v zajetí mi scházely. Nu ale což. Nechat ho na pospas jeho osudu nešlo. Když navíc výr zamžoural svými žlutooranžovými semaforkami a nad nimi na hlavě vztyčil dvě štětinky z peří jako pučící růžky, zmohl jsem se jen na slova:„Ach jo, chudáčku, co se ti asi přihodilo? Tak pojď, někde tě tady uložíme. Hlavu mi za to nikdo neutrhne. A časem se to snad nějak vystříbří. Jenže s takovým nájemníkem jsem opravdu nepočítal. Budeš se muset podělit o část voliéry s holuby. Udělám ti tam provizorní bidélko a uvidíme, jaký se ze mne stane ptačí samaritán.“

Pohlazení výra však dobře nedopadlo. Zle sekl klovcem po ruce, že mi z prstu hned začala prýštit krev. „Héršvec, ty jedna ledačino ledasjaká, to tedy není od tebe právě přátelské přivítání. Vím, nejspíš tě všechno bolí. Jsi plný stresu, tak se bráníš. Ale prohlédnutý být musíš. Tomu neujdeš. Jen počkej, co si dám rukavice, abys mi zbytečně neokloval prsty. Kdo ví, jak dlouho by se mi pak hojily. Jestli je to jako při pokousání liškou, chovanou pro tréninky jezevčíků k norování, tak to bych nemohl pořádně nic dělat měsíc.“

Nasadil jsem si kožené svářečské rukavice a vstupní veterinární prohlídka mohla začít. Nejdříve ze všeho bylo nutno vyzkoušet pohyblivost kloubů a celistvost kostí. Pařáty i hrudník se zdály v pořádku. Nikde nic nechrastilo ani nevypadalo anomálně. Jen levá letka byla kousek nad loketním kloubem zlomená a smrštivost svalů způsobila posun šikmých částí kostí proti sobě. Ošklivá tržná rána v rousích potřebovala taky sešít, aby do ní mouchy nenakladly vajíčka. V tom jsem zas až tak moc velký problém neviděl. Praxe se sešíváním ran slepicím po pokousání psy mi nescházela. Pro tento účel jsem si dokonce sám popustil, v lázni vytvořené ze stolního oleje, tenké, zakalené šicí jehly tak, aby se daly ohnout a následně znovu, nad plynovým hořákem kuchyňského sporáku, zakalit. Vždyť jsem měl, mimo jiné, na vysoké škole absolvovanou i zkoušku z metalurgie…

Ze získané ošetřovatelské praxe pokousaných slepic jsem věděl, že většina z nich, i když byly štupovány kdekoli na těle, při chirurgickém zákroku nekdákala. Navíc úspěšnost mnou provedených veterinárních zákroků s následným přežitím se blížila téměř k devadesáti procentům. No a výr? Ten je vlastně taky pták jako slepice, takže není co řešit. Bude snad bolestí maximálně houkat…

Nachystal jsem niti, tinkturu Betadine, vložil výra do rybářského saku, zavázal tak, aby se nemohl moc bránit a začal sešívat. Jako asistent i instrumentářka v jedné osobě posloužil můj pětiletý vnuk Tomášek, který byl mým šikovným pomocníkem ve všem, co se myslivosti týkalo. Nejhorší ze všeho byla samotná fixace křídla. Ale co by to bylo za českého domácího kutila, kdyby si i s takovým problémem neporadil. Ke znehybnění letky posloužil dřevěný kozlík používaný předky k uchycování desek při ručním hoblování. Dlahu nahradil zkrácený, nerezový, pérový kolík, který svým vnitřním průměrem odpovídal vnějšímu průměru zlomené kosti. Kůži bylo nutno spojit několika stehy a křídlo pro jistotu pod loktem přišít k výrovu stehnu, aby jím nemohl mávat.

Kupodivu, výr při zákroku jen občas zasyčel. Jiným bolestným zvukem se neozval. Projevoval se jako docela trpělivý pacient. Za půl hodiny již ošetřený seděl schlíple ve voliéře, kde ještě chvilinku před tím úřadovali holubi. Ty jsem taky kdysi dostal na doopatrování od svého známého pejskaře z Valašského Meziříčí, neboť jeho kamarád, chovatel holubů, skončil po infarktu v nemocnici a nemohl se dále o ně starat. U mne ve voliérách trávili svůj podzim života jako v přepychovém holubím domově důchodců. A trávili ho zřejmě parádně.  Místo aby jich stářím ubývalo, začali se, k mé malé radosti, pěkně rozmnožovat…

Před vložením výra do nového drátěného příbytku je bylo nutno sestěhovat do voliéry vedlejší, kde jich sice bylo již taky požehnaně, ale i tak mi pro ně připadalo místa dost. Stejně většinu času vyletovali ven, sežrali všechno zrní slepicím a navíc káleli po okolních střechách.

Pak jsem pod okap hospodářského stavení nasypal pšenici a kolem nastražil pasti na hraboše, abych měl pro nového strávníka alespoň na začátek dostatek vhodného, vydatného, živočišného krmiva. Ošetřeného výra jsem posadil na desku, ke které bylo připevněno na madlech malé bidélko. Vedle něj stála miska s čistou vodou. Ta určitě neublíží. Voliéru jsem uzavřel a dál? Děj se vůle Boží.

Dva dny seděl výr na bidélku s hlavou výrazně nahrbenou vpřed a zdálo se, že každou chvilku musí už už přepadnout na podlahu. Jeho peří bylo čím dále nadrchanější. Oči měl většinou přimhouřené. Pokud je otevřel, panenky jasností nezářily. Když jsem ho prsty podrbal na hrudi a záhlaví, roztáhl kukadla dokořán, nezúčastněně jimi mžoural, ale nekloval. Dvou chycených myšek, položených vedle sebe si nevšiml. Ani na mé myškování nereagoval. Byl naprosto apatický ke všemu dění kolem sebe nejen ve dne, ale i v noci. Tak jsem mu alespoň fiksírkou třikrát za den nastříkal vodu na peří hlavy a hrudi a zdálo se, že jednotlivé kapky nejen sbírá, ale nechává si i stříkat do otevřeného klovce.  Prvního hraboše vzal teprve na pátý den po „chirurgickém“ zákroku. To bylo radosti! Dopřál jsem mu koupel ze všech stran. Neprotestoval. Otáčel hlavou ve směru postupu rozprašovače, jakoby vůbec neměl na krku obratle. První bitva byla vyhraná.

Postupně se jeho peří začalo uhlazovat a žrádlo přijímal pravidelně. Měl ho dostatek. Brzy totiž musely myšky vystřídat ulovené ondatry, kterých bylo na březích rybníka bezpočet. Působily tam nemalé škody proděravováním hrází. Proto jsem s nimi neměl slitování. Výr, coby vážený rekonvalescent, něco žrát musel. Spořádal je pokaždé skoro celé. Jen jejich hladký ocásek mu nechutnal. Po třech týdnech už občas večer na bidélku přidřepával. Působil groteskně, neboť křídlo spojené se stehnem mu dovolovalo pohyb jen do jedné strany. Svými úklony vlevo tak připomínal spíše spartakiádní cvičení sportovců na pražském Strahově. Po měsíci jsem mu rozstřihl stehy držící křídlo u stehna. K mé velké radosti se letka nezkroutila a zdálo se, že dokonce i navíc vložený nerezový kolík výrovi nevadí. Po dalším týdnu, při šimrání na hrudi, se již snažil bránit i zamáváním poraněným křídlem. Bylo to sice mávání nemotorné, ale kost byla zřejmě dobře srostlá a držela. Domácí miláčci, dlouhosrstí jezevčíci, při tom běhali kolem voliéry a společně přes pletivo hlásili nezvyklou škodnou ve svém revíru. Usoudil jsem, že za další týden zkusím, zda bude venku, mimo voliéru, výr schopen letu a vrácení do volné přírody.

Od prvotního ošetření uběhly víc jak dva měsíce, než jsem ho poprvé vynesl za šera na svah nad chalupu, položil na zem a čekal, co Bubík, jak jsem ho familiérně nazýval, udělá. Dlouho seděl bez hnutí. Třeba si někde ve své hlavě přehrával své poslední nepěkné zážitky z volné přírody. Nic nenasvědčovalo tomu, že by chtěl odletět. Povzbuzovaný ořechovým letorostem se pokaždé jen přikrčil, ale vzletět nechtěl. Pomalu jsem se začal smiřovat s faktem, že mi zůstane ve voliéře již napořád. Teprve když jsem se rozhodl odnést ho domů a sehnul se k němu, výr poskočil, zakroutil hlavou, zamžoural nádhernýma očima, zamával nesměle křídly a chtěl vzlétnout. Moc se mu to však nepodařilo. Dlouhý pobyt ve voliéře, utrpěné zranění i následné ošetření udělaly své. Jeho let nebo snad spíše poskok půl metra nad zemí a ještě zešikmený jak letadlo s porouchaným jedním křídlem trval snad vteřinu. Přesto však pokus platil. Byl jsem štěstím bez sebe. Chvilku jsem počkal, co se bude dít dál a poněvadž se nedělo vůbec nic, znova jsem se k výrovi přiblížil. Bubík zopakoval svůj pokus o vzlet, ale byl to pokus stejně nemotorný jako ten první. Tak se to opakovalo ještě několikrát, až se dostal na kraj husté smrčiny s větvemi zavěšenými až k zemi. U té zůstal a nechal se odchytit a odnést do voliéry. Byl jsem s výsledky léčení i pokusy opeřence o svůj první restart z pomyslné travní ranveje spokojen. Věřil jsem, že teď už je vrácení Bubíka do volné přírody jen otázkou času a vhodně ordinované rehabilitace. Každý večer těsně před setměním jsem ho vynášel dále na svah a délky pokusných letů se prodlužovaly. Postupně jsem ho začal vypouštět z volné ruky jako sokolnického dravce. A výrovy lety nabíraly na délce. Už nezatáčely ve směru zlomené letky. Nejen že se napřimovaly, ale dokonce i vychylovaly na obě strany od pomyslné přímky. Na následné bezpečné odchycení jsem začal používat velký rybářský podběrák.  Ale Bubík se ani odchycení výrazně nebránil. Buď mu již nezbývalo sil, nebo pochopil, že vše co spolu děláme, je jen a jen pro jeho dobro. Nejspíše to však bylo jeho únavou po namáhavém tréninku.

Konečně, po dalším měsíci každovečerních proletů, Bubík zvládl celou délku louky najednou. Přistál sice zase těsně před smrčinou, ale souvislý, komíhavý let přesáhl dvě sta metrů. Nádherný, místy klouzavý, neslyšný pohyb s několikerým zamáváním křídly. Při vracení výra do voliéry jsem se rozhodl, že mu už trvale nechám její dveře otevřené, aby ji mohl podle svých schopností v noci kdykoli opustit a znovu získat svou dřívější svobodu. Ve svých úvahách jsem však zcela opomněl myslet i na holuby. Dva z nich se totiž otevřenými dveřmi hned první večer vrátili do své původní voliéry a ráno o jejich nešťastném rozhodnutí svědčila pouze spousta peří na podlaze. Zato Bubík seděl v otevřené voliéře na svém bidélku zcela spokojený a klidně si spal.

Po spatření nočního výřího hodování mne to pěkně rozčililo. Vynadal jsem Bubíkovi do nevděčníků a několikrát po sobě mu dal slovní vyhazov z mého zvířecího, pětihvězdičkového hotelu i stop další péči samolibě hodnocené jako „all incluzive“. Do večera jsem si to však, jako většinou, všechno rozmyslel a tentokrát již nechal voliéru otevřenou i bez dalšího leteckého tréninku. Situace se zopakovala. Holubů ubylo, peří na podlaze přibylo a Bubík ráno spokojeně seděl na svém bidélku. Na čtvrtý den už pouze ubylo holubů, přibylo peří, ale bidélko zelo prázdnotou. Najednou mi bylo smutno. Chodil jsem jako tělo bez duše po okolí. Dalekohledem prohlížel každý strom v blízkosti voliéry, jestli náhodou nespí na některé jeho větvi. Výra jsem nenašel. Pro jistotu jsem ještě pustil hledat i své psy. Kdyby zůstal někde na zemi v trávě, jistě by ho navětřili a zahlásili. Taky jsem se však žádné odezvy nedočkal. Bubík byl pryč. Ne však definitivně. Na pohodlné noční hodování ve voliéře si tak zvykl, že ji navštěvoval takřka pravidelně až do doby, kdy zkonzumoval posledního domácího holuba. Zda se mi odvděčoval i redukcí stavu ondater na rybníku nešlo zjistit. Bylo jich tam pořád dostatek a děr v hrázi neubývalo. Z blízkého lesa se pak pravidelně každý večer ozývalo jeho spokojené „hu hú“, které mi v ostatních nočních zvucích do té doby v okolí chalupy moc a moc scházelo. Pokaždé, když jsem ho uslyšel, mne pohladilo na duši.

# Něco pro zasmání

"Přijde medvěd za zajíčkem: "Pojď na diskotéku:" - "Nejdu, ještě tam mně malého někdo zmlátí." Medvěd ho přemluví, u vchodu zajíček uvidí velblouda a uteče: "Nikam nejdu, mně neochráníš, podívej, jaké boule udělali koňovi!"

Přijde chlap do lékárny: "Potřebuju lék proti škytavce."

Lékárník k němu přistoupí a ubalí mu facku.

"Promiňte, ale tohle je nejlepší lék proti škytavce"

"To vám tedy děkuju, tu škytavku má naše babička"

# Cvičíme si paměť

***Do uvedených úryvků z textů lidových písní se pokuste doplnit správně název města.***

1. Kdyby byl \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, co jsou \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, dal bych Ti hubičku na obě strany. Ale že je za vodou, za vodičkou studenou, nedám ti, má milá, ani jedinou. Kdyby byl\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ co \_\_\_\_\_\_\_\_\_, dal bych Ti hubičku na obě líce.
2. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, stojíš v pěkné rovině. Šenkuje tam má milá, má panenka rozmilá, šenkuje tam ve víně.
3. Okolo\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ cestička, okolo\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ cestička, a na ní se zelená, a na ní se zelená travička.
4. V \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ za vojáčka mňa brali, moje vlásky na kraťúčko strihali.
5. Okolo\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, okolo\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ pasou se tam koně, pasou se tam koně.

# Masáž

Jmenovala se Liu a byla krásná jako Jitřenka. Bydlela v rybářské vesničce na břehu Modré řeky a její život probíhal pokojně, dokud o její ruku nepožádal rybář, který byl nejbohatší v širokém okolí. Novomanželé několik let žili opravdu šťastně a bezstarostně. Ale takové štěstí nedokázala přenést přes srdce manželova matka, která se zlobila, že jí syn nevěnuje tolik pozornosti jako dřív. A tak začala svou snachu trápit a šířila o ní ty nejošklivější pomluvy. Liu se ze samého zoufalství rozhodla, že tchyni zabije, a vydala se k čaroději, aby ho požádala o jedovatý lektvar.

Čaroděj si Liu bedlivě vyslechl a dal jí lahvičku s růžovou tekutinou. Tu měla Liu každého dne po kapkách dávat tchýni do čaje. Čaroděj jí také poradil, že by bylo dobré, aby Liu předešla jakémukoli podezření, a proto by měla každého dne své tchýni nabídnout příjemnou masáž ramen, krku a čela. „Do šesti měsíců bude takhle vašemu soužení konec“. Liu trpělivě a odhodlaně celé měsíce kapala tchýni růžovou tekutinu do čaje a masírovala ji podle čarodějova návodu. Ten každodenní rituál vytvořil mezi oběma ženami zvláštní pouto. Dokonce se spřátelily a jejich srdce se změnila. Tchýně začala vnímat, že Liu není jen krásná, ale také milá a velkorysá. A Liu zase zjistila, že její tchýně je dobrá a milující matka.

Za několik měsíců Liu zapomněla, proč vlastně k tchýni každý den chodí, kape růžovou tekutinu do čaje a proč ji masíruje. Stalo se to příjemnou součástí dne a obě ženy se na setkání těšily, pěkně si při něm popovídaly.

Ale jednoho dne se cosi přihodilo. Tchýně, i když netušila, co na ni Liu přichystala, poznamenala: „Je nám tak dobře spolu. Škoda, že umřu o mnohem dřív než ty…“

Liu se lekla a rozeběhla se za čarodějem. Prosila ho, aby jí dal protijed. Na kolenou mu vysvětlovala, co všechno se stalo a jak změnila svůj názor na tchýni. Čaroděj se usmál: „ Vstaň, děvče, a neplač. V té lahvičce nebylo nic jiného než voda z lístků růží. Tím pravým protijedem na nenávist, která ve skutečnosti sídlila ve tvém srdci, byla každodenní masáž. Když se někomu každý den díváš do očí a mluvíš s ním, nemůžeš ho nenávidět.“

Když se podíváš na člověka, který spí, nemůžeš ho dál nenávidět. Člověk se rodí křehký a zranitelný, umírá tvrdý a silný. Všichni tvorové se rodí zranitelní a bezbranní, umírají scvrklí a vychrtlí. Všechno, co je tvrdé a silné je průvodcem smrti, všechno, co je křehké a zranitelné, je průvodcem života.

# Mandala

