



Ročník: 98 | číslo: 32 | 12. srpna 2018 | Cena: 10 Kč

# Český zápas

Týdeník Církve československé husitské



## EDITORIAL

## Odpočinek - cesta k sobě

Všichni, nebo jistě většina z nás, známe ten příběh Marty a Marie z Lukášova evangelia (L 10,38-42). Ježíš přišel do vesnice Betánie u Jeruzaléma mezi své přátele, které rád navštěvoval, tedy do domu Lazarových sester. Zatímco Marta obsluhuje a zajišťuje perfektní servis pro významnou návštěvu, jak se sluší a patří, Marie se prostě jen posadí k jejich vzácnému hostu a poslouchá ho. Krátce na to se povinnostmi unavená Marta zlobí na sestru, že jí s pohoštěním nepomůže. Jenže Mistr dává za pravdu té druhé ženě, která nechala starosti stranou a pochopila, že teď je čas posedět a „oddělit“ tuto chvíli pro sebe a svého přítele. Toto známé vyprávění je také příběhem o odpočinku. A může být pro nás impulsem k zamyšlení nad tím, jak je to s námi a naším odpočinkem. Uděláme si na něj čas? Někdy si ke stresu, který přináší náročná požadavky zaměstnavatele v práci, hektický život ve městě, starost o domácnost a děti, přidáváme zbytečně ještě další zátěž, když všechno v životě chceme dělat na sto padesát procent, být těmi pečlivými a užitečnými, protože nikdo jiný to tak dobře neudělá, protože tak se to přeci má a svět by se snad otřásl ve svých základech, kdybychom se my nepostarali... Úsměvné, že? A umíme se ještě zasmát sami sobě? Marie si prý vybrala správně. Odpočinek může být tedy také časem, kdy nasloucháme druhému, ale hlavně sami sobě a tím i Bohu. Je cestou dovnitř, do našeho nitra ... cestou k sobě samým.

Právě odpočinku věnujeme toto letní magazínové číslo. O své vlastní cestě k sobě na jeho stránkách poutavě píše Markéta Hlasivcová a originální zamyšlení nad tématem nabízí také článek brněnské duchovní Sandry Silné. Konkrétní inspiraci z Japonska přináší Klára Břeňová, kterou oslovila tzv. lesní terapie, blahodárný vliv stromů na život člověka a jeho zdraví. Faračka z Broumova Jana Wienerová napsala o letních ranních ztišeních - duchovních rozcvíčkách v parku a plzeňský biskup Filip Štojdil se s námi slovem a snímkem dělí o svou nedávnou cestu (nejen) na poutní místa. Všem autorům děkujeme a vám, kteří jste časopis právě otevřeli, přejeme dobré čtení a pěkný čas dovolených nebo prázdnin!

(jz)

## ZE ŽIVOTA CÍRKVE

## 90. výročí otevření horažďovického Husova sboru

Toto významné výročí si při biblické hodině připomnělo několik starších příslušníků náboženské obce. Z alba fotografií a z osobního svědectví jsme si při přátelském posezení připomněli důležité momenty z historie.

Náboženská obec byla založena v r. 1924, Husův sbor pak slavnostně otevřen patriarchou G. A. Procházkou 15. července 1928. V řadách náboženské obce byly významné horažďovické osobnosti a zdá se až neuvěřitelné, že koncem roku 1928 obec čítala 2953 členů. Významnou měrou se také podílela na duchovním i kulturním životě města.

Tato tradice byla s Božím přispěním po roce 2000 oživena, byl obnoven náboženský život i objekt, který se nacházel – vzdor tomu, že byl vyhlášen před lety kulturní památkou – ve velmi zuboženém stavu.

Je to právě tradice, která poskytuje bohatý pramen informací o životě našich otců, ze kterého se můžeme mnohému naučit, tradici vděčíme za svou vlast a dějiny, z jejichž půdy nemůžeme vytrhnout kořeny svého ducha a srdce. Boží slovo bude stát ve věčném protikladu ke světu lidské zvěle, je však nutné usilovat o novou formulaci starých pravd, aby to úžasné poselství i naděje pro tento nemocný svět bylo stále živé a dokázalo oslovit i dnešního člověka.

M. Jarolímová



## Naše červencová jitra

Třpytné ráno v čase, než se rozžhaví pec léta. Zeleň starých stromů, svěží vzduch a rozezpívané ticho. Co víc si přát na začátku času, v němž si člověk miní odpočinout? Pod ty stromy chodíme si nechat duši Bohu rozezpívat. V neděli po bohoslužbách jsme si ta rána po roce opět přislíbili. A až do červencových svátků nás vítala otevřená brána klášterní zahrady a dřevěný altán. A myšlenky amerického františkána Richarda Rohra (jaksi dodatečně a mimochodem se člověk do-slechl, že letos navštívil Prahu a přednášel tu).

Ztišení a modlitba. Svěžeť jitra je jen náповěda: Takto ti může být, človče, každický den v Boží blízkosti. Nech si otevřít a prozářit srdce, aby tě pak už žádné dusno neporazilo. „Blaze těm, kdo mají čisté srdce, neboť oni uzří Boha!“

Na Cyrila a Metoděje kdosi nechal zahradní bránu příliš dlouho zamčenou. Další dny také. Spíš byl div, že se předtím otvíralo tak brzo. Nezbylo než vzít zavděk přilehlým parkem a konat další setkání v občas se obměňujícím společenství až do neděle improvizovaně tam. Škoda toho rozhledu do široší krajiny pod klášterním ostrohem, to městský park a přilehlé parkoviště se už značně přibližují ruchu všedního rána. Ale ať! Takovou chvíli mít, připravit a dopřát si můžeme i v podmínkách svého pracovního dne. Jen otevřít srdce pro Pána, jen se nechat oslovit až do hloubky vlastního ticha. A pak zas znovu vyjít. Jen taková malá rozcvíčka.

Duchovními rozcvíčkami jsme nazvali svá ranní setkání prvního červencového týdne a letos jsme je v Broumově konali už počtvrté. Mimo jiné s požeňáním arcipata Siostrzonka.

Jana Wienerová, duchovní v Broumově

## NAD PÍSMEM

## Bůh sytí z nevyčerpatelných zdrojů milosti a lásky

J 6,41-51

Sestry a bratři,  
jsou v životě situace, kdy to chceme, lidově řečeno, zabalit. Člověk se o něco snaží a stejně to k ničemu nevede. Snaha pomoci, prosadit něco dobrého a smysluplného se nedaří, ba dokonce se může obrátit proti nám samotným. Někdy se hluboce zklameme i v našich nejbližších.

Něco podobného zažil prorok Eliáš. Bojoval proti bujícímu modlářství. Bůh mu dal nádherné vítězství nad Baalovými proroky. Teď už by to snad mohlo být dobré. Ale je tomu jinak. Nekoná se žádný převrat, lid se nevrátí k víře v Hospodina. Eliáše nikdo nenásleduje, nechrání. Naopak. Královna Jezabel mu vzkazuje, že ho připraví o život. A Eliáš už nemůže dál. Jde do samoty a plný beznaděje prosí Hospodina, aby to už ukončil. Vyznává, že není lepší než jeho otcové. Říká Hospodinu, že na to prostě nemá. A je to Hospodin, kdo k němu sestupuje a sytí jej. A když to nestačí jednou, udělá to podruhé. A Eliáš jde na místo, kde se setká s Hospodinem, který mu ukáže něco ze své podstaty - že není Bohem, který by se viditelně mocně zjevoval. Že jeho hlas je tichý a jemný. Ukáže Eliášovi, že Boží dílo nekončí.

I nám se někdy zdá, že už nemůžeme dál. Stejně jako Eliáš propadáme beznaději. Říkáme si už dost, na to prostě nemáme. Máme chuť si to s druhými vyřídit, nebo jim alespoň něco od plic říct. Slyšíme o korupčních skandálech a zázračném zbohatnutí politiků. Potom si klademe otázku, jestli se vyplatí být poctivý. A tady se dostáváme k něčemu nesmírně důležitému, klíčovému, k vyznání: Já na to sám nemám. V tomto světě, který dá tolik na výkon, schopnosti se zdá zahanbující říci: Já na to nemám. Prohrávám. Pro člověka, který je ponechán sám sobě, je to deprimující, zahanbující. Před Bohem je toto vyznání klíčové k tomu, aby se nám otevřely další zdroje, doslova další vesmír Boží milosti a lásky. To nám může pomoci, abychom byli uchráněni toho, před čím varuje autor listu Efezským. Mají nám být vzdáleny zloba, hněv, křik, utrhaní. K těmto věcem tak snadno sklouzneme ve chvílích zklamání, pobouření, beznaděje. Následky mohou být ale velice závažné. Slovem člověk může ublížit více než činem. Ne nadarmo je v hebrejštině stejný výraz pro slovo i čin. Pokud se tím neřídíme, zarmocujeme Ducha Božího – jdeme proti tomu, čemu jsme určeni. Zvláště mě oslovuje tento výrok: „Z vašich úst ať nevyjde ani jedno špatné slovo, ale vždy jen dobré, které by pomohlo, kde je třeba, a tak posluchačům přineslo milost.“ (Ef 4,29)

Pisatel listu vyzývá k poctivosti, zdrženlivosti, k tomu, abychom se rozdělili s potřebnými. Vyzdvihuje nutnost odpuštění. Vždyť i Bůh nám odpouští. Když neodpustíme našim blízkým, znova a znova ve vzpomínkách bolestně prožíváme to, čím nám bylo ublíženo. K tomu všemu nám Hospodin chce pomoci. A poctivé vyznání toho, že nato nemáme, může být počátkem. A sem míří zvěst našeho dnešního evangelijního oddílu. Ježíš sám sebe připodobňuje k živému chlebu, který sestupuje z nebe. Chléb od Boha Eliáše posílil k další cestě. A nám evangelium ukazuje: Bůh k nám sestupuje a chce nás sytit, pozvedat. Je zde jasný ukazatel k večeři Páně. Není to ta samotná

oplatka s vínem, co nás sytí. Ve večeři Páně je nám viditelným způsobem zvěstováno: Bůh k nám sestupuje, sytí nás fyzicky i duchovně. On sám se nám dává. Nemáme nic, co bychom mu přinesli. Čím víc otevření a lační, žádostivi k němu budeme přicházet, tím víc nás bude sytit. Chlebem, bohatstvím?

Ano, dá nám to, co potřebujeme. Ale nejvíc, úplně nejvíc nás chce sytit nadějí, silou, moudrostí k tomu, co vede k lásce a odpuštění.

Marek Ryšánek

Náš dobrý Bože,  
děkujeme ti, že k tobě můžeme přijít  
a bez rozpaků vyznat svoji nemožnost, beznaděj,  
vyčerpání. Ty nás chceš sytit a pozvedat.  
Dej ať všech možností a zdrojů, které nám nabízíš,  
co nejvíce využíváme.  
Amen.

## DVANÁCTÁ NEDĚLE PO SVATÉM DUCHU

*At' chválí Hospodina všechny národy, vladaři a všichni soudci země, jinoši i panny, starci i mladí. At' chválí Hospodinovo jméno, pouze jeho jméno je vyvýšené, jeho velebnost je nad zemí i nebem.*

(Žalm 148,7.11-13)

První čtení: 1. Královská 19,4-8

Tužby pro dobu po Duchu svatém (I):

1. Abychom našim bližním skutkem, slovem i modlitbou pomáhali, modleme se k Hospodinu.
2. Abychom obavám nepodléhali a s nadějí k budoucnosti hleděli, modleme se k Hospodinu.

Modlitba před čtením ze sv. Písem:

*Panovníku Hospodine, tvůj požehnaný Syn sestoupil shůry a stal se životodárným chlebem světu. Dávej nám tento chléb stále, abychom posílení duchovním pokrmem společně v církvi tvořili pravé Kristovo tělo na zemi! Osvi' nás, Bože, svým svatým Duchem, ať slyšíme slova Ježíše Krista, našeho Pána. Amen.*

Druhé čtení: Efezským 4,25 - 5,2

Evangelium: Jan 6,41-51

Verše k obětování: Deuteronomium 8,10.11

Verš k požehnání: Jan 6,51

Modlitba k požehnání:

*Panovníku Hospodine, daruj své církvi jednotu a mír, jehož znamením je svátostné společenství u tvého stolu! Prosíme o to ve jménu Ježíše Krista, našeho Pána. Amen.*

Vhodné písně: 151, 5, 31, 41, 174, 132, 133



## Nenapínejte luk příliš *aneb Umíme odpočívát?*

„Jednou lovec v poušti lovil divoká zvířata. Viděl, jak se patriarcha Antonios s bratry baví a nikdo z nich nepracuje. Rozzlobil se. Antonios mu chtěl vysvětlit, že se k bratrům musí chovat blahosklonně a řekl mu. „Vlož šíp do luku a napni ho.“ Když to udělal, vyzval ho: „Napni ještě víc!“ Lovec se ohradil: „Když ho napnu ještě víc, zlomím luk.“ Stařec ho poučil: „S Božím dílem je to stejné. Kdybych bratry přetěžoval, rychle by selhali.“ Lovec pochopil a ze setkání s patriarchou odcházel o toto poznání obohacen. Bratři se občerstvení a s chutí vrátili ke svému dílu.

Jak vidíme, od časů pouštních otců se lidé moc nezměnili. Jen těch, kteří jsou zaměřeni především na výkon a na nikoho a na nic se neohlížejí, nějak přibývá. Sami jsou neklidní a nedopřejí odpočinku sobě ani druhým. A zákonitě přibývá všelijakých poruch, které s přetěžováním a nedostatkem soustředění souvisí. Nastupuje jakási omrzelost, prázdnota, znuďenost. Ztráta středu. Staří mniši ji nazývali „akedia“. Když člověk pracuje, stěžuje si na práci, když nic nedělá, nudí se. Celý týden se těší na víkend a když konec týdne přijde, neví, jak jej strávit. „Nejradši bych zůstal v posteli, ale měl bych přece něco podniknout,“ říká si. A před dovolenou? Vždycky je nutno na poslední chvíli něco vyřešit, dodělat. „Člověk si musí

dovolenou opravdu zasloužit!“ říkala jsem letos před odjezdem a doma se tomu smáli. Letos jsem totiž jela na dovolenou sama. Manžel jel za sportem a já na tanečně-relaxační pobyt u moře. Program byl pevně stanoven (ráno a večer tanec, přes den koupání nebo výlety). Přiznám se, že jsem si připlatila dost značnou částku za samostatný pokoj. V práci stále změny, stres a spousta lidí, rušná domácnost. Z počátku jsem si připadala divně, tak sama. Dvakrát denně tanec, přes den jsem ležela u moře nebo plavala. Skoro jsem nemluvila a jen naslouchala šumění moře. Třetí den jsem si všimla, že už nemám ten „uštvaný“ výraz. Čtvrtý den jsem začala mít chuť psát a vytáhla počítač. Myšlenky se mi srovnaly a dopsala jsem konečně knihu pohádek. A v následujících dnech už mi ani nepřišlo zatěžko hovořit s lidmi. Běžně totiž nejsem žádný introvert...

Před dovolenou jsem svůj luk napínala víc a víc. Připadalo mi, že svět se mě snaží různými „zlomyslnostmi“ vystrkovat z mého středu. Už jsem se nemohla na nic soustředit a nic mě netěšilo. A pak jsem o dovolené dodržovala určitý řád, odpočívala a dopřála si i trochu práce a podívejme: cítila jsem se jako znovuzrozená. Někomu by třeba taková dovolená zajímavá nepřipadala, ale já jsem si uvědomila, jak je samota léčivá.

Člověk musí občas pobývat sám se sebou, aby našel ve svém nitru oporu. Ostatně židovská kultura i křesťanská tradice měly sabat i neděli ve velké úctě. „Dovolenou“ naši předkové asi neměli, ale střídání práce a odpočinku probíhalo v souladu s přírodou, ročními obdobími. Práce a odpočinek mají být v rovnováze. Dlouhodobě není možné akceptovat přehnané požadavky, ať již odkudkoli. Kdo přebývá ve svém středu, snadněji odolává tlakům, které život přináší.

Má dovolená byla opravdu „dovolená na zotavenou“. Vrátila jsem se odpočatá a odhodlaná čelit všemožným „stresorům“. Jak by se mi líbilo mít takovou „malou dovolenou“ každý měsíc! To by asi nešlo, ale alespoň jsem si dala dvě „malá“ předsevzetí:

Budu si lépe uvědomovat své hranice. Pevnost našich hranic se ukazuje ve styku s lidmi, jejich nastavení však probíhá v našem nitru.

Chci dodržovat den odpočinku. Vždyť v šesti dnech učinil Hospodin nebe i zemi, moře a všechno, co je v nich, a sedmého dne odpočinul. A když nepracuji „otrok a tvá otrokyně ani tvůj býk a tvůj osel, žádné tvé dobytče ani tvůj host, který žije v tvých branách“ (Dt 5), tak bych snad ani já o víkendu nemusela dohánět „resty“ z celého týdne a pokaždé vařit pro deset lidí, i když to občas dělám ráda. ☺

**Markéta Hlasivcová, Dialog na cestě**

## ANKETA

# Odpočinek a volný čas

## Jak si dobře odpočnete? A jaké formy odpočinku máte nejraději?

**Jindřiška Krpálková,**  
ředitelka organizace Pro Dialog, z. s.

Nejlépe si odpočinu, když mám vše hotovo a vyřešeno, dokončeno. To pak jsem spokojená a čerstvá, připravená dál pracovat a žít. Jak odpočívám? Spím, ráda a docela hodně. Čtu beletrii, hlavně romány, v poslední době například Jane Austin, a také detektivky, například o sestře Fidelmě. Hodně se mi líbila kniha Markéty Pilátové *Žluté oči* vedou domů. Také cestuji, poznávám jiné kraje, lidi v nich, mám ráda moře, hory, přírodu. Procházet se po mé milované Šumavě, to je ideální odpočinek.



**Jana Chládková,**  
zpěvačka a moderátorka

Nejlépe si odpočinu v přírodě, ideálně na procházce v lese. Dalším „relaxem“ jsou pro mě zvířata, která mi přináší do života klid a pohodu. Zaboříte se prsty do psí nebo kočičí srsti a máte obrazně řečeno po starostech. Ráda odpočívám aktivně. Pokud jsem unavená psychicky, nejlépe se odreaguji tím, že si uklidím byt. Pokud jsem unavená fyzicky, ráda se začtu do knihy, oblíbenou oddechovou knihou je pro mě detektivka od Agathy Christie.

**Alena Mornštajnová,**  
spisovatelka

Uvědomuji si, že asi odpočívát neumím. Moc ráda čtu, ale čtu hlavně literaturu, kterou potřebuji ke knize, kterou právě píšu. Těší mě potkávat se s kamarádkami a rodinou, ale často se přistihnu, že nevnímám hovor kolem sebe, ale přemýšlím nad tím, jak budu pokračovat v roze-psaném textu. O knize přemýšlím při práci na zahrádce i při podvečerní procházce. Píšu v létě na chalupě i na dovolené u moře.

Ale možná bych se měla na své psaní podívat jinak, z odlišného úhlu. Psaní je vlastně něco, co mám moc ráda. Při troše nadsázky



bych mohla psaní považovat za svůj koníček, což by měla být činnost čistě oddechová. Takže vlastně odpočívám pořád.

**Pavel Pechanec,**  
královéhradecký biskup CČSH

Jak napovídá sama čeština – odpočinek je „oddělení se od činnosti“. Člověk, vše živé a vlastně i stroje nemohou bezustání stále jen činit, tvořit, budovat. Odstup je nutný, probíhá „zchlazení“ a nový nádech. Pro mě osobně je odpočinek spojen s chůzí, asi protože často „schůzují“ a pracuji vsedě, tudíž je procházka, dech, uvolnění základ. V zimním období mám rád saunu, tam sice sedím, ale myšlenky se jinak „přetavují“. V létě plavu. Plavání právem patří mezi nejzdravější pohyb. A pohyb – to je život, to nám jasně ukazuje naše tělo i duch. Pro pohyb myšlení je nutné i soustředění v modlitbě, hledáním odrazu Boží vůle a dechu Ducha. I to je odpočinek, odstup, aby člověk vzal vážně své činy a zároveň nebral tolik vážně sám sebe. K odpočinku patří také i četba a psaní. Sice moje práce a služba je spjatá s četbou i psaním, ale jde o to nalézt pestrost a vyvážení. A dobré vyvážení je vlastně obsahem veškeré práce a odpočinku.



**Iva Hlavsová,**  
filmová produkční a spoluzakladatelka spol. Vistafilm

Jsem matkou čtyř dětí a babičkou deseti vnoučat, z nichž větší polovina žije za velkou i malou „louží“. Pokud se mi podaří „nastřádat“ delší volno mezi natáčením našich projektů, hledám způsob, jak strávit co nejvíce času právě s těmi vzdálenými miláčky. Když se mi podaří vyšetřit pár dní během roku, vytáhnu manžela alespoň na prodloužený víkend někam do přírody v Česku nebo někdy i do Tater. A pokud jde jen o krátký volný čas, několik hodin, tak mám v oblíbě listování časopisy o fotografiích či historii. Výjimečně si rozložím šicí stroj a vracím se k „tvoření“ – naposledy jsem ze spacích nánožníků našich dětí ušila „patchworkovou“ přikrývku, kterou mají v oblíbě všechna vnoučata. Vzhledem k tomu, že osobního volna nemám mnoho, tak se snažím každou minutu si vychutnat a užít na maximum.



# Lesní terapie

**Qing Li: Šinrin-joku, japonské umění lesní terapie. Pragma 2018.**

Je polovina srpna, většina z nás si vybrala alespoň část své dovolené a dle svého uvážení tento čas využila – ať už k cestování, k odpočinku na chatách a chalupách, ale třeba i k tomu, abychom dohnali to, na co se během roku zkrátka nedostávalo času. Možná se konečně naskytla chvíle k přečtení několikaset stránkového románu, k zastřešení terasy, vyspárování cihel loni vyzděné zídky, k nasbírání a nasušení plodů zahrádky i jejího okolí. Anebo také plodů a darů lesa ...

Byl jsi už vůbec letos v lese, milý čtenáři? Jsem si jista, že ano. Ale zeptám-li se, jestli došlo také na lesní terapii, možná už bude odpověď váhavější či přímo rozpačitá. Lesní terapii? Nespílela se autorka článku? Nepatří třeba k blouznivcům, co objímají stromy nebo nejedná se snad o nějaké pochybné doporučení místního léčitele?

Ale vůbec ne. Jedná se o praxi zcela seriosní, ba nyní již vědecky ověřenou. Například v Japonsku se rozsáhlému výzkumu vlivu pobytu mezi stromy, který nazývají šinrin joku – lesní koupelí – věnují již čtvrt století. A zjistili věci nevídané. No, možná ne tak úplně nevídané, naše babičky si takovou koupel při sbírání šišek nebo klestí na otop jistě také užívaly a zažívaly její pozitivní účinky, ale v každém případě je zajímavé, co vše nám takový pobyt v lese z terapeutického hlediska může nabídnout. Účinky jsou jednoznačné, měřitelné a natolik výmluvné, že se v Japonsku staly součástí preventivních zdravotních opatření vlády, která do výzkumu investovala miliony dolarů.

Jedním ze specialistů zabývajících se touto problematikou, je dr. Qing Li, autor mnoha studií a kromě toho i knihy Šinrin joku, kde shrnuje blahodárné účinky, které on sám i jiní vědci zaznamenali při pohybu v „zeleném prostředí“, při propojení s přírodou skrze všech pět smyslů. Možná vás napadne, proč zrovna v Japonsku je vláda nucena řešit zdraví obyvatelstva: dr. Li tuto skutečnost osvětluje hned na začátku knihy, kdy popisuje stres, s jakým se lidé zejména ve větších městech jako je původně maličký rybářský přístav Tokio, každodenně potýkají. Ano, je to vlastně docela logické. V zemi, kde ve firmách,

aby donutili zaměstnance odejít v 10 hodin večer z práce, vypínají světla, nebo kde se do práce metrem přepravuje tolik lidí, že k jejich „napěchování“ do vagonu metra musí přispět k tomu určení postrkovači, lidé skutečně zažívají velký stres a s ním i jeho veškeré následky. A ty je nutné řešit. Na druhou stranu, jak autor uvádí, Japonsko je „lesní civilizací“, jejíž kultura, tradice, filosofie i náboženství mají základ v lesích a stromech. Celý svět přírody je dle náboženství buddhismu a šintoismu královstvím všeho božského... Japonsko,



kde dvě třetiny země dodnes pokrývají lesy, je zkrátka i přes svou zalidněnost zelené, a tak se vhodná léčba přímo nabízí. V knize pana Qinga Li se uvádí, že vzduch v lese je plný fytoncidů, látek, kterými se stromy brání proti škůdcům a pomocí kterých spolu komunikují; u člověka

pak tyto látky fungují jako přirozený „zabiják“ nádorových buněk. Jiná pozitivní ukázala vliv půdních mikroorganismů, konkrétně bakterie *Mycobacterium vaccae*, na mikrobiotu v lidském těle. Její příjem vdechováním, ale třeba i požitím zeleniny vytažené ze země, stimuluje imunitní systém. Pobyt v lese snižuje hladinu kortizolu, zvyšuje tepovou variabilitu – kdy si tělo v závislosti na situaci a fyzických potřebách adekvátně upravuje srdeční tep, dále snižuje tlak, zlepšuje spánek a náladu, paměť a soustředění – mimochodem nedošel Buddha osvícení právě pod stromem...?

Ptáte se jak toho všeho v lese dosáhnout? Je to prosté. Stačí jen pomalá dvouhodinová procházka – žádná náročná túra ani běh – a vnímání všeho, co místo nabízí: hry světla na listech stromů, zvuků, vůní, chutí a také tzv. fraktálů, tedy struktur, které nacházíme všude v přírodě: od šupin borovicové šišky, až po vzor listu, jeho uspořádání na stromu a způsob, jakým strom roste.

A ideálně bez bot, pro propojení se zemí, s jejím elektrickým nábojem.

Autor knihy všechny, zde jen naznačené, účinky i podněty vědecky vysvětluje a dokumentuje na konkrétních příkladech a přináší i řadu dalších tipů, které se nevešly na tyto stránky. Třeba jaké rostliny je nejlépe umístit do našich obydlií a kanceláří, aby zvyšovaly vlhkost vzduchu a zachycovaly prach, jak si les zpřítomnit v podobě esenciálních olejů pomocí aromalampy a difuzérů nebo posloucháním zvuků na youtube, pohledem na zelené fotografie a obrazy. Shromáždil i pozoruhodná data z celého světa, která ukazují, jak jsou na tom s florou jednotlivá města. Z Japonska tak po sudoku, suši, čajových obřadech či návodu na zázračný úklid v duši i ve svém obydlí dle Marie Kondo přichází další, tentokrát skutečně blahodárná inspirace. Věřím, že již kniha sama přesně takto působí – i díky skvělým fotografiím. Ty jistě vyváží jistý nedostatek knihy, který pro národ chatařů a chalupářů a čtenářů, kteří se sotva kdy dostanou do Japonska, představují podrobné popisy typických japonských lesů a stromů či okruhů, které je zde možno podniknout.

Japonci evidentně neodhalili nic, co by uniklo našim babičkám – spíš připomněli a zdůvodnili to, co nám „dá“ selský rozum. Že modrá je dobrá, ale zelená je ještě lepší. Nemí to zjevné i z přiložených ilustrací?

**Klára Břeňová**

## Co rádi čtete?

Vaši rodiče patrně znají proslulé knížky americké spisovatelky Betty MacDonal-  
dové (1908 – 1958) „Veje a já“ nebo „Co život dal a vzal“. Se svým jedinečným hu-  
morem v nich popisuje často složité situ-  
ace svého života, když se například  
musela jako městské děvče vyrovnat se  
životem na farmě uprostřed drsné  
venkovské přírody nebo když v sanatoriu  
podstoupila léčbu tuberkulózy.

Betty MacDonalová však napsala i moc  
pěkné knížky pro děti. Paní Láryfáry je  
nejlepší odbornice na všechny dětské ne-  
duhy, jako je například čurbesajda, hu-  
batida, lakomice, ještěchvílkina nebo  
nimravka, hádavka či mlátilka. Její

poněkud neobvyklé a na první pohled  
drsné léčebné metody jsou stoprocentně  
účinné. Pokud se rodiče řídí jejími  
pokyny, do několika dnů dochází  
k naprostému uzdravení. Úspěch paní  
Láryfáry vychází z její velké lásky k dětem  
a znalosti jejich světa, vztahů, přání  
a trápení. Při četbě knížky se určitě zas-

mějete, ale možná vás  
někdy přivede i k za-  
myšlení, jestli náhodou  
sami tak trochu netrpíte  
některou z popsaných  
nemocí. My jsme si Paní  
Láryfáry četli na táboře  
před spaním na klučích  
pokoji a moc se nám lí-  
bila.

Knižně vyšla též tři  
pokračování nazvaná  
„Čáry paní Láryfáry“,  
„Farma paní Láryfáry“

a „Haló, paní Láryfáry“.

Knižka je doplněna ilustracemi Hilaryho  
Knightsa.



## Včelka

Pracovitá hospodynka,  
v kuchyně se točí,  
vše se blýská čistotou,  
až přechází oči.

V přiléhavé zástěrcce,  
pilně hospodaří,  
práce jí jde od ruky,  
všechno se jí daří.

Stáčí lektvar do hrníčků,  
pláštěv slepi za chvíličku,  
med v kastrálku ohřívá,  
je to včelka snaživá.

Text i ilustrace  
Jitka Vestřálová (Landová))



## Dětské modlitby z Pouti na Sázavě

V rámci interaktivní hry pro děti „Republika  
slaví“, která byla připravena pro letošní Pout  
na Sázavě, mimo jiné vznikla i celá řada krásných  
modliteb, napsaných a nakreslených dětmi do  
siluet človíčků, které potom připevňují na dřevěný  
kříž, jenž jsme přenesli k závěrečnému modliteb-  
nímu ztišení do krypty Sázavského kláštera.

Určitě stojí za to si alespoň některé z těchto mod-  
liteb připomenout:

- ★ *Přál bych si, aby byli všichni šťastní a hodní.*
- ★ *Abyste se lidi nehádali.*
- ★ *Abyste na sebe byli všichni hodní a měli se rádi.*
- ★ *Chci, abyste každý byl šťastný ve své rodině.*
- ★ *Abyste byli na světě mír.*
- ★ *Přeji si, abyste byli už prázdniny.*
- ★ *Abyste bylo vše zdarma.*
- ★ *Abyste nevypukla válka.*
- ★ *Abyste nám zůstala příroda čistá.*
- ★ *Přeji všem všechno nejlepší.*
- ★ *Přál bych všem lidem, aby si byli rovni.*
- ★ *Abyste bylo dobře na Zemi.*
- ★ *Přeji si, aby byli lidi zdraví.*
- ★ *Abyste byli hodní.*
- ★ *Abyste globální oteplování přestalo.*
- ★ *Abyste se mé sestře splnil sen.*
- ★ *Ať je mamka šťastná.*
- ★ *Lásku, štěstí, mír a zdraví.*
- ★ *Přeji si, abych uměl létat a uměl procházet zdi.*
- ★ *Abychom šli do muzea v Rakousku.*
- ★ *Přál bych si psa a štěstí.*
- ★ *Abyste byli na světě dinosauři.*
- ★ *Přeji si, abyste bylo všechno, jak má být.*

AMEN



Foto: Jan Žitka



## Tip na prázdninový výlet

Možná znáte oblíbenou háščku pana doktora z filmu Vesničko má středisková: „Jedl do Pelhřimova a prohlídnl si krematorium, ať víš, do čeho jdeš.“ Je pravda, že od té doby do tohoto města přijíždějí stovky turistů, kteří chtějí místní krematorium navštívit. To je ovšem jedna z mála věcí, které tu nenajdete – i když o smyslu pro humor místních obyvatel svědčí fakt, že v roce 2010 uspořádali ve spolupráci s hasiči akci, při které krematorium postavili a následně spálili!

Najdete zde ovšem celou řadu jiných zajímavých míst k vidění – především Muzeum rekordů, kde uvidíte buď v realu nebo na videu ty nejnauvěřitelnější největší, nejmenší, nejkratší, nejdelší... věci a akce, které nadšenci vyrobili či uspořádali. Na něj navazuje další muzeum - Zlaté české ručičky, kde je k vidění především unikátní kolekce modelů ze sirek. Obě expozice propojuje Stezka rekordů.

Menší děti v Pelhřimově určitě zaujme Muzeum strašidel, vyskytujících se na Vysočině, a Pelhřimovské peklo.

Milovníkům starých českých filmů pak doporučímu navštívit MÚZVum místních rodáků Lubomíra a Oldřicha Lipských se spoustou rekvizit a ukázkou z jejich nejslavnějších filmů. Malebné náměstí Pelhřimova s krásným podloubím a kašnou si můžete prohlédnout z Vyhlídkové věže, odkud uvidíte i široké okolí včetně vrchu Křemešník – 10 kilometrů vzdáleného poutního místa s léčivým pramenem, křížovou cestou od V. Foerstra, kostelem a rozhlednou na vrcholu. Pro milovníky adrenalinu je tu pak lanové centrum s trampolínami a dětským hradem.

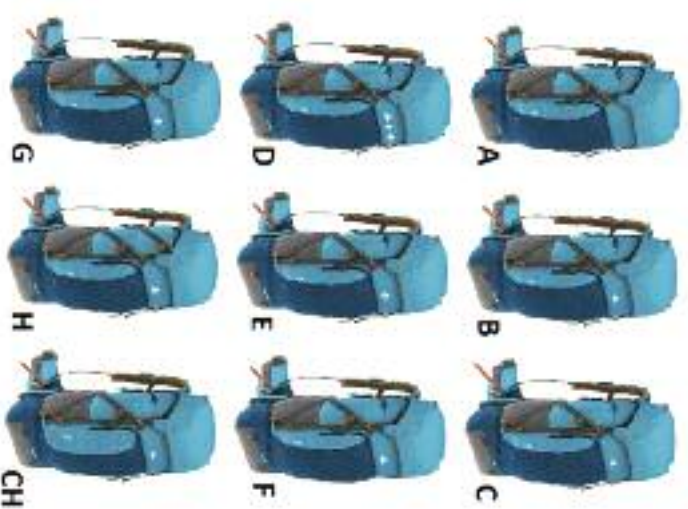
Takže pokud trávíte prázdniny na Vysočině, Pelhřimov určitě stojí za návštěvu.

JK

## Soutěž o tři knihy

O prázdninách se často vypravujeme na cesty a musíme si pořádně zabalit. Poznáte, které dva z devíti batohů jsou úplně stejné?

Napište nám své řešení se svou adresou do redakce nebo máilem na [jana.krajcirikova@csh.cz](mailto:jana.krajcirikova@csh.cz) nejpozději do poloviny září a můžete se stát jedním ze tří výherců knihy, jejichž jména otiskneme v říjnové Cestě.



Blahopřejeme výhercům soutěže z červnové Cesty

(**tajenka: Laici hrají v církvi velmi důležitou roli.**)

Davíd Dibelka a Jolana Šmejdová z Chrudimi

Pepa Kohout z Kolína



## Král David 11. David a Abígajil

Čas plynul a prorok Samuel zemřel a byl pohřben ve svém domě v Rámě. Všichni jej oplakávali.

David byl stále psancem. Jednoho dne poslal několik svých mužů k boháčovi jménem Nábál. Měli mu popřát pokoj a požehnaní, připomenout mu, že jeho pastýřům David poskytoval vždy ochranu, a požádat jej o nějaké jídlo pro Davidovu družinu.

Nábál však byl hloupý, zlý a lakomý, a proto je zlostně odmítl. Když se vrátili a oznámili to Davidovi, ten se rozhodl Nábala za jeho lakotu potrestat. Se čtyřmi sty muži vytáhl proti Nábalovu domu.

Naštěstí se o tom všem včas dozvěděla Nábalova chytrá a krásná manželka Abígajil. Ta rychle vzala dvě stě chlebů, dva měchy vína, pět ovcí, pět měr praženého zrní, sto sušených hroznů, dvě stě pletenců sušených fíků a naložila to na osly. Nábalovi

o tom nic neřekla. Své služebníky poslala napřed a vydala se vstříc Davidovi.

Když jej potkala, sesedla z osla, padla před ním na kolena a prosila o slitovství: „Neber mého muže Nábala vážně! Vždyť je jako jeho jméno!“ (Nábál znamená Bloud.) Potom mu předala přivezené jídlo.

David odpověděl: „Požehnan buď Hospodin, Bůh Izraele, že mi tě dnes poslal vstříc a zabránil tak krveprolití!“ Poděkoval jí za jídlo a vrátil se zpět. Když přišla domů Abígajil, našla svého muže opilého uprostřed hodokvasu. Proto mu všechno řekla až ráno, když vystřízlivěl. Nábala ze vzteku ranila mrtvice a zemřel.

Když se to dozvěděl David, požádal Abígajil, aby se stala jeho ženou. JK



Nakreslila: Lucie Krajčířková

## Zázraky u Bibli

### 8. část – Ježíš kráčí po moři

**P**ro nás, kdo u moře nežijeme, je tento živý vzácný a většinou k němu moc rádi jezdíme o prázdninách na dovolenou. Víme ovšem dobře, že moře není vždy jen klidné a přívětivé, ale někdy se umí i pěkně rozbouřit. To samozřejmě zažívají především lidé, kteří u moře a přímo na moři žijí, například rybáři.

Patřili mezi ně i někteří z Ježíšových učedníků. V jednom z příběhů, který najdeme ve všech evangelích kromě Lukáše, poslal jednoho dne večer Ježíš své učedníky na loď, aby se napřed vypravili na cestu na druhý břeh. Ježíš

se ještě chtěl v soukromí pomodlit. Ne-nastala přímo bouře, ale moře se zdouvalo silným větrem. Učedníkům proto dalo velikou práci veslovat proti vysokým vlnám. Byli už daleko na moři, když najednou viděli, jak k nim Ježíš kráčí po vodě. Lekli se, že je to přízrak. Ježíš je uklidnil, vstoupil k nim na loď a vítr se okamžitě utišil.

V Matsušově verzi jej dokonce Petr požádal, aby mu umožnil také kráčet po vodě. Ježíš souhlasil a zavolal jej. Petr vystoupil z lodi a skutečně se mu chvíli dařilo jít po hladině. Potom však dostal strach a začal se topit.

Ježíšova chůze po moři je jedním z jeho nejznámějších zázraků. Proč to učinil? Aby tímto efektním představením udělal na své učedníky dojem? Samozřejmě, že ne. Je to jen další důkaz toho, že je Božím

Synem. A my všichni, kdo v něho věříme, můžeme tak jako Petr dokázat veliké a zdánlivě nemožné věci, jen musíme opravdu věřit a nepochybovat.

JK



Nakreslila: Lucie Krajčířková

# V Borovníci jsme letos prožili babyjonské zajetí a návrat z něj

S polečně s proroky Ezechielem, Danielelem, Ezdrášem a Nehemiášem jsme se seznamovali s údělem izraelského lidu, násilím odvedeného do Babylónie. Zjistili jsme, že mnoho schopných Izraelců, v čele s Danielelem, postupně na babyjonském dvoře získalo velmi významné postavení a to i přesto – či spíše právě proto – že se odmítli vzdát víry v Hospodina a uctívat pohanské modly. Bůh je proto neopustil ani v těch nejtěžších chvílích – například v ohnivě peci nebo jámě se Ivy. Když se pak zhruba po sedmdesáti letech část Izraelců vrátila domů, čekala je obtížná obnova Jeruzaléma, Hospodinova chrámu i městských hradeb.

K těmto napínavým příběhům jsme jako každý rok měli připravenou celou řadu her a soutěží, doplněných o další tradiční i nové aktivity. Máme velkou výhodu v tom, že okolí tábora nám poskytuje rozmanité možnosti - pro hry na hřišti, výpravy do krásného lesa (kde jsme občas také bonus našli i nějaký ten hřib a letos také spoustu borůvek), koupání v nedalekém rybníku Valcha, řadu zajímavých cílů pro výlety – letos jsme již poněkoli káté navštívili Pelhřimov a poprvé jsme zavřítali do Ledče nad Sázavou.

Každý den jsme zpívali z nového dílu táborového zpěvníčku, ale samozřejmě jsme využívali i těch starších. Největšími „hity“ letošního tábora se staly dvě pís-



ničky, které jsme se naučili loni v září na setkání mládeže v Olomouci, židovská „Hewenu Schalom Alejchem“ a „Naš Pán, On je králů Král“. Ti starší z nás se už moc těší na další setkání, které se bude letos konat v Českých Budějovicích.

Při nedělní pobožnosti s textem ze Žalmu 137, 1-6 jsme se zamýšleli nad situací lidí, kteří musí náhle opustit své domovy, často kvůli válce, ve které ztratí řadu svých blízkých, nebo kvůli hladu, odcházejí ve spěchu, aniž si s sebou mohou

vzít své věci. Tak na tom byli tehdy Izraelci, odvedení do Babylónie, tak je na tom ovšem celá řada lidí i dnes.

V závěrečné modlitbě jsme proto vědecky poděkovali za své domovy, do kterých se můžeme vrátet.

V Borovníci se letos v termínu 7. – 21. července sešlo celkem dvacet dětí a mládežníků od dvou do sedmácti let. Vzájemně soužití takto věkově rozdílné skupiny, kdy jste pohromadě 24 hodin denně po celé dva týdny, nebývá někdy

úplně snadné, ale musím s radostí konstatovat, že po minulých dvou letech, kdy jsme si postupně začínali zvykat i na přítomnost skupinky předškoláků, se nám to daří stále líp.

Jsmo vděční za Boží ochranu, která nás, stejně jako izraelské vyhnance v Babylónii, provázela po celý čas tábora. Děkuji všem vedoucím, kteří se dětem po dobu tábora věnovali. Jméнем Eumenické síťe pro aktivity mladých, která tento tábor v Borovníci pořádala, moc děkuji Pražské diecézi ČČSH za opětovné propůjčení objektu i dlouholetou finanční podporu našich táborů, stejně jako dalším sponzorům, kterými jsou náboženská obec Praha 1 – Staré Město a Nadace Veolia – díky nim se tábor může účastnit i řada dětí z rodin, jejichž finanční situace by jim to neumožnila. Velký dík také patří novému a velmi ochotnému správci, panu Romanu Kolmanovi, pod jehož rukama se začal areál tábora rychle měnit k lepšímu. Proto se už moc těšíme na příští rok, kdy nás čeká dobrá zpráva – evangelium o Pánu Ježíši Kristu. Abychom se na to trochu naladili, pouštěli jsme si při naší závěrečné hostině (kterou si děti samy připravily) videa z tábora, konaného se stejným tématem v roce 2010. Bylo hezké vidět některé současné vedoucí a praktikanty, kterým tehdy bylo deset let i méně...

**Jana Krajčůrková**

Foto: Ferdinand Krajčůrk

## Raději v divočině, ale svobodní

Aleš Palán se stal známým autorem asi hlavně díky knižním rozhovorům. Nová kniha s názvem „Raději zešít v divočině“ zve čtenáře do světa šumavských samotářů, kteří žijí stranou civilizace, na odlehlých místech. A žijí tak řadu let. Do samoty v lesích a do ticha přírody je přivedly různé důvody, impulsy nebo inspirace. Ne nadarmo je autor nazývá novodobými poustevníky. Protože snad všichni mají svoji osobní a osobitou duchovní cestu, jež se právě v „poustevnických“ podmínkách a životním stylu prohlubuje. Snad ze všech rozhovorů před námi vyvstávají poutavé osudy zpovídaných, kteří také mluví otevřeně o pozitivích i úskalích každodenní reality na samotě a nevyhýbají se reflexi své minulosti ani otázkám o budoucnosti. Vše vyřčené je prožitě a pravdivě. Aspoň tak kniha osmi portrétů poustevníků naší doby vyznívá a v tom především je její přitažlivost a síla.

Dáša má za sebou kariéru schopné a uznávané podnikatelky. Už v 90. letech začala provozovat obchod a jídelnu se zdravou výživou a prorazila, zákazníci se k ní jen hrnuli. Přestože jí práce bavila a naplňovala, po dvanácti letech se cítila tak unavená, že obchod prodala a odešla do samoty. Jejím stálým domovem se stal původně víkendový dům po dědečkovi. Žena z dalšího portrétu, Martina, bydlela kdysi v paneláku, svůj tehdejší život doslova nesnášela a snila prý o pastevectví. Jednoho dne si i ona našla vlastní místo pod sluncem a jejím příbytkem se stala maringotka na louce mezi lesy, kde má své hospodářství se spoustou zvířat. Obyvatelé samot z Palánovy knihy se od sebe tedy liší nejen minulostí, ale i současným životem. Čtenáři se tak naskýtá pohled na mozaiku nebo seriál rozmanitých osudů. Co příběh, to originál. Když zůstanu u zpovídaných žen, tak farmářka Martina má co dělat, aby se uživila a zvládla každodenní dřinu. Chodí na brigádu do soukromé stáje, vodu si do maringotky vozí z kilometr



vzdálené studny, a protože si splnila svůj sen a obklopila se početným „houfem“ zvířat, vstává poměrně časně a uléhá v pozdních nočních hodinách. Zatímco Dáša z jiného koutu Šumavy je už v důchodu, žije ve zděném domě a vlastní „jen“ tři kobylinky. A sama přiznává, že když chce, občas sedne do auta a vyrazí do města za kulturou... Jenže mezi řádky postupně vyčteme, že byť je Dáša hmotně lépe zajištěna, není ani její život cestou růžovým sadem.

Každý z osmi rozhovorů A. Palána připomíná dobrý televizní dokumentární portrét. I tento knižní dokument je totiž velmi plastický, autor se na zpovídané dívá z více úhlů. Mezi ním a respondenty je zřejmý přátelský vztah, přesto však publicistovi nechybí nadhled a profesionální odstup. Přirozeně plynoucí dialogy výborně doplňují snímky Jana Šibíka a Daniely Matulové, které zpovídané samotáře a jejich domácí prostředí přibližují výmluvnými detaily, a navíc z fotografií dýchá atmosféra pro městského člověka

vzácná a tím pádem i velmi přitažlivá. Publicista a spisovatel Aleš Palán, od února tohoto roku ředitel nakladatelství Kalich, držitel ocenění Magnesia Litera a ceny Českého literárního fondu, se po dva roky vydával na odlehlá šumavská místa, aby pořídil interview s poustevníky 21. století, svými přáteli. Ti z rozhovorů často vycházejí jako podivíni, svérázové, ale zároveň jako lidé moudří a schopní vidět dál a hlouběji díky životu v tichu a přebývání se sebou samými. Někdo má například léčitelské schopnosti, jiný velmi citlivě vnímá přírodu kolem sebe a „komunikuje“ s ní. Další dlouholetý obyvatel šumavské samoty, František, je člověk otevřený různým duchovním cestám, mystik. Život mu změnil vážný pracovní úraz v mládí. A on se pak ponořil do čtení, do „skutečné hudby“ a psaní poezie.

Dál máme před sebou také příběhy bývalých alkoholiků, lidí, co nezapadli v kolektivu a ve většinové společnosti, ale i těch, kterým „fungování“ v civilizaci dlouho nečinilo žádné problémy. Většinou odešli do samoty, protože právě v takovém životě viděli větší smysl než v tom dosavadním. Odešli poznat víc sami sebe i to, co je přesahuje, na místa, kde jsou blíž tomu podstatnému a krásnému. Rozhovory Aleše Palána mají otevřený konec. Nedávají čtenáři odpovědi, ale spíš mu nabízejí otázky a témata či myšlenky, které může sám dál rozvíjet. „Samota se pochopitelně netýká jen poustevníků. Nemusí přitom být tak velkým strašákem. Je to dost možná jeden z mála vyzkoušených receptů, jak nebýt osamělý,“ píše mimo jiné Aleš Palán ve své knize.

Jan Zítka

*Aleš Palán/Jan Šibík: Raději zešít v divočině. Setkání s šumavskými samotáři. Nakladatelství Prostor, Praha 2018. ISBN 978-80-7260-382-4*

## Cesta na konec světa

„Marie, Nazaret a Gabriel: to jest - má duše, srdce mé a nová Boží zvěst. Mé srdce, změní-li se na údolí kvítí, má duše, možno-li ji v řádu panen zřítí a dlí v tom údolí. Tu zvěst až přijme, chce-li, pak v jejím duchu Bůh se věčným slovem vtělí.“ Schefflerův Cherubský poutník je dobrý průvodce, nejen na cesty. Dostal jsem ho vloni, jak se patří od neznámého dárce. Spolu s dalšími poutníky a poutnicemi, současnými i minulými, se už víc než rok snažím dopsat knížku o cestě pouští. Abraham, Mojžíš, Maria s Josefem, Ježíš, Pavel, ti a tisíce dalších jsou poutníci. Ať už vede cesta kamkoliv, tak jdou, protože důvěřují andělům. Když v nitru uslyšíme hlas, který volá po následování, tak je asi nejlepší čas vyrazit.

Nedělní poledne, Den otců... Můžeme vyrazit, prohodím k sobě polohlasem. Táta a dcera, jenom my dva. Ještě jednou pro-

hlédnu batoh. Eliška mi podává kosmetickou taštičku a dva ručníky. Snad máme všechno, ale i kdyby ne, nesejde na tom.

V podvečer už procházíme kolem moderního domu, kde kdysi žil Albrecht Dürer. Čeká nás ještě 2700 kilometrů až na konec ➔

světa - k mysu sv. Vincenta.

Na poutní místa Evropy i Čech se vydávám už několik let. Někdy pěšky, autem, někdy letadlem, nikdy ne sám. Podstatné je mít pár dní nebo týdnů jen na samotnou pout'. Poznat léčivou sílu modlitbami odřených kostelních lavic, klekátek, ohmataných jeskyní a divokých řek, studánek daleko od civilizace, Božích muk či vyčnívajících kopců. A s trochou paradoxu si přiznat, že nikde nejsme tak sami se sebou, jako právě na cestách, daleko od domova.



Přiznám se, že nejraději mám místa spojená s Marií. Je na nich cítit vůně růží, nejsou upocená chlapeckou rivalitou, zkaženou církevní hierarchií a pouhým filosofováním o Bohu. Jsou opravdová, jak jen opravdová je ženská láska ke Kristu. Tato místa jsou nasycena modlitbami matek za své děti, jsou plná zázraků a otevřenosti a vždycky jsou to místa, kde Maria ukazuje k Ježíšovi. Zkrátka ženy nemají onu destruktivní touhu ukazovat

samy na sebe. Čenstochová, Lurdy, Hostýn, Turzovka, ale i desítky malých kapliček v lesích Brd a Šumavy, tam všude je slyšet Mariin hlas: „Udělejte, cokoli vám nařídí.“

Noční jízda po dálnici, nebe nad námi je jasné, Mořská hvězda nás vede. Eliška zabalená do spacáku na zadním sedadle spí. Podívám se do zpětného zrcátka a na chvíli zestárnu. Vidím, jak ji jako miminko nesu v nákupním košíku na mirovické faře dolů do kotelny, když je nutno přiložit, jak poz-

ději prasklo topení farního bytu a všichni tři jsme přežívali v jedné místnosti s přímotopem. Nedaleko Vichy zastavím na odpočívadle. Jaký jsem otec? Otec, který není pořád doma, protože mé poslání má teď přednost? Hlavou mi běží myšlenky, které se uvnitř propojují s pocitem vděčnosti, protože právě teď jsme spolu, já a Eliška, jeden z těch sedmi darů, které mi Bůh v životě dal. Poslední příboj myšlenek a za chvíli příliv spánku. Probouzíme se do nádherného dne. Už večer na nás čeká hostinský, který pro nás připravil malý útulný pokoj nedaleko baziliky sv. Izidora. Tady v Leonu ještě stihneme bohoslužbu v katedrále a večer na náměstí popijeme pivo a povídáme si. Tolik toho o ní nevím. Vlastně jenom to, že ji čeká cesta jako každého z nás. Rady do života už nedávám, a snad mě od pokušení radit druhým uchrání Boží milosrden-

ství i v budoucnu. Jsem si jistý, že tu cestu Eliška zvládne.

Cestou ke kamennému domu, nedaleko za kostelíkem Panny Marie Ochránkyně poutníků, se ztratíme. „Kde jinde?“ ironicky v duchu poznamenám. Bloudění je vlastně také dar, člověk pozná nová místa a učí se přitom trpělivosti se sebou i s druhými. A co je na tom ještě lepší, musí se naučit požádat o pomoc. Jsou skoro dvě hodiny ráno a konečně jsme před naším

domem. Ráno opouštíme město. Snídáme na parkovišti před benzinkou, kterou vlastní zdejší diecéze, jak hlásá hrdý nápis na dveřích. Příštích pár dní vstoupíme do bran několika krásných měst. Porto, Lisabon, Setubal, Braga a Faro.

Ve Fátimě se zdržím. Je to opravdu výjimečné místo. Poutníci z celé Evropy přijíždějí, zapalují svíčky, zpívají na náměstí před bazilikou a uvnitř chrámu se každou chvíli koná mše. Popis tohoto místa ale najdete v mnoha průvodcích. Mnohem podstatnější než zevrubný popis je vzduch, a tady je ve vzduchu hodně modlitby. Hned před venkovním oltářem se mi vybaví tvář Františka Lízny, který odtud putoval do Santiaga de Compostela. Tady začíná mnoho poutníků takzvanou portugalskou trasu k hrobu apoštola Jakuba. Vstoupím do chrámu. Zabraný do myšlenek usedám do zadní lavice v kostele. Po modlitbě odcházím bočním vchodem směrem do zahrady. Tam se odehraje něco opravdu zvláštního. Přistoupí ke mně stará žena a cosi mi říká. Za chvíli se vzdává nároku na porozumění a jen tak se usměje. Rukou jenom naznačí, abych se k ní sehnul. Portugalskému „beňsou“ porozumím okamžitě, když mi položí ruce na hlavu, chvíli se tiše modlí a nakonec mi udělá křížek na čelo. Naše oči se potkají. Proti síle požehnání se nedá ubránit a já se kupodivu nebráním a přijímám to. Mám v očích slzy a ona se jen usměje, dá mi pusku na tvář a mizí, dost možná se potkáme až v Božím království. Tak alespoň tady, prostřednictvím Českého zápasu, děkuji. Opouštíme Fátimu, Eliška řídí. Poslední místo a cíl naší cesty, konec světa, leží ani ne tři hodiny směrem na jih. Celou tu cestu oba mlčíme.

Srdcem to pronikne až tady. Sestupujeme po útesu dolů k moři. Kdysi tu bývalo zábradlí, teď už tu čouhají z kamenů jen kusy rezavých tyčí. Sedíme vedle sebe, potichu. Uvědomuji si, že nemám žádnou moc nad svým životem. Jakoby se od drolicího kamení odráželo vědomí, že něco uvnitř je stále spojeno s tajemstvím silnějším než všechno naše vědění a zkušenosti.

Když jsem před lety skončil v nemocnici se zánětem žaludku, později odešel s diagnózou deprese a další části těla postupně vypovídaly službu, vypadalo to, jako když se hrouť vysoká věž a její pád už nejde zastavit. A taky nešlo. Bohu díky! V prudkém větru na břehu Atlantiku slyším znovu, že věže musí spadnout, aby bylo konečně vidět na vrcholky hor, na moře



a na slunce, které se touží prodrat veškerou temnotou a prostoupit i ty nejmenší stíny. To babylonské věže našich "jáček" vrhají stíny strachu, úzkosti a oddělenosti.

Marco Polo prý řekl, že není-li návratu, je třeba jít dál. Když spadnou věže, v nichž pevně svíráme svá tajemství a neustále balzamujeme masky (hlásající, jak moc jsme v pohodě, jak si vystačíme sami, jak jsme tou a tou funkcí v církvi), pak se objeví nový svět a v něm lidé, jimž se stalo totéž. A právě s nimi můžeme pokračovat v cestě, jít dál, pomáhat si, nesoudit (neboť není žádný z hříčů, který by se netýkal také nás). Je to znova ten svatý průvod ztroskotanců (tak podobný těm, kteří utíkali z Egypta), zástup požehnaných, jejichž zaslíbená země nezná hranic, jejichž

chrámem jsou údolí a lesy, ale i dlouhá vyprahlá poušť, lidé, jimž už nezbylo nic, a tak získali všechno.

Na konci světa je začátek, jak mi po cestě krásně vzkázala esemeskou sestra Jana. Začátek, silný právě všim, co začátky přinášejí, krásný dětskou zvědavostí a otevřeností všem znamením. Jedno z těch znamení vidím právě teď po své levé ruce. Eliška. Beru ji za ruku a obejmu ji. Vydáváme se na novou cestu, jízda pod Boží oblohou směr Písek. Kdo ví, jaká tajemství jsou ještě před námi. Jan Scheffler by snad mohl dodat: "Hleď vznést se nad sebe, dál jedná Bůh, a věz: v tvém duchu začala tvá jízda do nebes."

**Poutník Filip Štojdl, biskup plzeňský**

*Foto: F. Štojdl*

## Dovolenkové zamyšlení o odpočinku (nebo možná Odpočinkové zamyšlení k dovolené) ☺

*"... jak je Ti mezi dvěma vodami? Honem se nadechni, než Tvůj ostrov zaplaví..."*

Sedím pod stříškou na terase chaty v Moravském krasu, z gramofonu poslouchám desku skupiny Nerez, jejíž text jste možná poznali v úvodu, venku drobně prší, ochladilo se, a tak v krbu praská oheň, popíjím sklenku vína a přemýšlím, píšu, odpočívám. Je červenec - pro někoho čas "mezi dvěma vodami" - nebo možná mezi dvěma protipóly, letním lenošením, dovolenou, odpočinkem na jedné straně a pracovním nasazením během "normálního" roku na straně druhé.

Na chatu teď jezdím, jakmile můžu, ale je to zhruba v rytmu tu na půlden, tu na den, maximálně ještě tak dva dny v kuse. Vedle toho běží farářské léto, a to rozhodně není totéž jako pověstná "okurková sezóna". Lidé se totiž chtějí brát, a ti, co se už vzali, často přinášejí děti ke křtu, protože během letních měsíců mají víc času na přípravu (což se o zbytku roku říct nedá), a tak o prázdninách dotahujeme nedodělky. Jsou i lidé, kteří právě v létě, kdy takzvané "vypnou", jsou ještě ve větší míře konfrontováni se sebou samými, potažmo se svými vztahy a životním stylem, zjišťují, že je vlastně někde "tlačí bota", a pak si přicházejí popovídat, poradit se. Někdy chtějí řešení rychlé, efektivní. A rozhodně, ne v poslední řadě, je taky třeba věnovat se programu s rodinou, synem, farní za-

hradě, včelám a další zvířeně. Prostě když člověk chce, může si udělat čas pestrý a řádně pracovní i v takovém odpočinkovém období, jakým léto a doba dovolených bezesporu je. Práce má mimochodem jednu spolehlivou vlastnost - nikdy nekončí, pořád je co dělat. Jenže projevem moudrosti, zkušenosti a pokory je i to, ohlídat si čas na odpočinek, "světit sedmý den", čas pracovní střídání s časem nicnedělání, nebo děláním něčeho úplně jiného, než po onen čas pracovní. Abychom nebyli jako "mezi dvěma vodami", abychom se necítili jako ostrovy, které ohrožuje voda zaplavením. Není smyslem života upracovat se, ale ani se unudit bezbřehou zábavou. A o tom by mělo být tohle zamyšlení.

Každý, kdo někdy alespoň letmo zavadil o Bibli, knihovnu knih, je zřejmě obeznámen s příběhem o stvoření světa. Sedm dní, respektive šest plus jeden, šest dní práce, jeden den odpočinku, jeden den prázdnin, užívání si darů, plodů práce, lelkování. Holiday, holy - day. Den, který je svatý, den, který se svěťí, slaví - tím, že se člověk zastaví, zpomalí, vypne, přehodí výhybku na jinou kolej.

Přiznám se vám, že když jsem přemýšlela nad tímto článkem a říkala mému muži, o čem mám psát, tak se nejprve zasmál, pak utrousil něco o tom, že "to je skutečně trefné téma zrovna pro tebe, která neustále něco děláš a žiješ naplno", načež mi zcela vážně poradil, ať necháme tuhle stránku prázdnou, pouze se vzkazem ve

smyslu: Milý čtenáři, protože jsou prázdniny a protože tohle je článek o protipólu k práci, běž ven, do přírody, k vodě, nebo jestli prší, vezmi si tužku a na prázdnou stránku si něco nakresli, podle sebe, protože když je "holiday/holy day", tak se prostě věci dělají jinak, než je obvyklé a očekávatelné a v církevním časopise tedy může být i takové překvapení, jako prázdná stránka, která je jen a jen pro tebe. Můj muž je velmi vtipný a moudrý, jeho nápad se mi hodně líbil, ale já už holt slíbila text, takže co nadělám ... vy máte ale rozhodně v tuhle chvíli možnost volby nečíst dál a s tím svým posvátným časem naložit podle svého. A to samozřejmě nejen o prázdninách. Bůh člověku přece dává svobodu. Svobodu, jak naložíme s časem, který je nám v životě dán a o kterém nikdy nevíme, kolik jej ještě zbývá. Máme velkou svobodu v tom, jak jej naplníme. Osobně jsem zastáncem pestrosti - jak na zahradě, u včel, ale i v životě, ve společnosti, v církvích - za svůj dosud netoliko dlouhý život vnímám, že monokultura v jakékoli oblasti není vždy až tak prospěšná. Věděly to dávné civilizace před námi, věděli to zemědělci, když nechávali část půdy ležet ladem, ví to medicína i v potravinářství, že 100% sterilní prostředí je prostředí neživé. Někdy je to tak nutné, ale mnohdy ne. S lehkým posunem lze tedy smýšlet tak, že není zdravé, ba ani moudré, držet se stále na jedné bezpečně vyšlapané cestě, v zaještěných kolejkách, ve stejném rytmu. Ono to

sice člověka svým způsobem možná uklidňuje, zároveň nám to ale brání v získávání si nadhledu, zdravého odstupu, skutečného spočinutí. Bez duality, polarity, kontrastu není skutečného života. Sedmý den, den odpočinku, holy day, prázdniny, holiday jsou tu pro nás, paradoxně právě proto, abychom se mohli pohnout dál, rozvíjet se. Co když totiž, připusťme si tu možnost, se zbylých "šest dní" (zkrátka v tom normálním čase), nevyvíjíme, stojíme na místě, děláme věci jen tak, jak jsme naučení, jak je nám pohodlné, bezpečné, často jednáme bezmyšlenkovitě? A co když právě ten symbolický jeden jediný den, den sedmý, holy-day, je dnem, který nás posouvá a díky kterému se posouváme my někam dál, do sebe, k Bohu, k podstatě našeho úkolu na Zemi, k pravé podstatě žítí a bytí?

A opět se dostávám k tomu, o čem jsem psala před chvílí - máme od Boha svobodu v tom, jak s tímto poznáním naložíme... Svět je zkrátka postaven na principu polarity, duality, protikladů, které se doplňují, vzájemně se díky sobě

mohou rozvíjet. Potřebu volného dne, volného času, prázdnin a odpočinku coby polarity k času všednodennímu a benefity této duality z ní plynoucí, krásně ve své modlitbě - básni vyjádřil Antoine de Saint Exupéry.

Nedělní Prosba o všední den:

„Neprosím o zázrak, Pane, ale o sílu pro všední život. Nauč mě umění malých kroků.

Učiň mě hledajícím a nalézajícím, učiň mě sebejistým v pravý čas.

Obdar mě jemnocitem, abych dokázal odlišit prvořadé od druhořadého.

Prosím o disciplínu, abych jen tak neproklouzl životem a rozumně si rozdělil své dny, abych neprospal záblesky světla a vrcholy a abych aspoň tu a tam našel čas na umělecký zážitek.

Dovol mi přesvědčit se o tom, že snít o minulosti či budoucnosti mi nepomůže.

Pomoz mi co nejlépe zvládnout to, co je nejbližší, pomoz mi pokládat právě prožívanou hodinu za nejdůležitější. Chraň mě před naivní vírou, že v životě musí jít všechno hladce.

Daruj mi strážlivé poznání, že těžkosti, po-

rážky, neúspěchy a zklamání jsou přirozenou součástí života,

že díky jim rosteme a dozráváme.

Připomínej mi, že srdce se často staví proti rozumu.

Pošli mi v pravou chvíli někoho, kdo má odvahu říci mi pravdu s láskou.

Chléb každodenní dej mi pro tělo i duši, projev Tvé lásky, přátelské echo, a aspoň tu a tam náznak, že budu užitečný.

Vím, že mnoho problémů se řeší neděláním. Dej, abych dokázal čekat.

Ať vždycky nechám Tebe i ostatní dohovořit. To nejdůležitější si člověk neříká sám, to nejdůležitější mu bývá řečeno.

Ty víš, jak velmi potřebujeme přátelství. Dej, abych dorostl této nejkrásnější, nejtěžší, nejriskantnější a nej-něžnější záležitosti života.

Vnukni mi pravou chvíli a pravé místo, kde mohu zanechat balíček dobra, slovy či beze slov. Chraň mě před strachem, že bych mohl promarnit svůj život. Nedávej mi to, co si přeji, ale to, co potřebuji. Nauč mě umění malých kroků.“

**Sandra Silná,**  
farářka CČSH v Brně na Botanické

## Tip na výlet

Pokud vás letní prázdninová putování zavedou do půvabného kraje dolního Posázaví, můžete navštívit jedno zajímavé místo. Rotunda v románském slohu s kamennou gotickou věží je nejen chráněnou kulturní památkou a dominantou městečka Týnec nad Sázavou, ale dnes především nejstarší sakrální stavbou v majetku naší církve, kde paradoxně našla svůj domov nejmladší obec pražské diecéze.

Původní opevněná - zátýněná - osada s kamennou rotundou, pohřebištěm a dřevěným palácem na svahu nad řekou shlížela na významnou kupeckou stezku vedoucí z jižních Čech k Vyšehradu a do Prahy. Na jejím místě vznikl na přelomu 12. a 13. století románský palác. Dočteme se také, že v husitské době vlál na hradě díky majiteli Zdeňkovi z Medka, ctiteli Husova učení, černý prapor s rudým kalichem. A že za Husem stála i týnecká šlechta...

CČSH objekt zakoupila před 80 lety a již tenkrát sem směřovaly Cyrilometodějské pouti, které začínaly na týneckém nádraží. Po věrozvěstech dostala kaple své nové jméno - Rotunda Cyrila a Metoděje. Po desetiletích pod správou NO v nedalekých Čerčanech, Benešově a Netvořicích se v roce 2003 ustavuje poprvé v historii obec s přibližně sedmdesáti členy. Prožít dnes s některými z nich společné chvíle při bohoslužbách v rotundě s vyobrazením věrozvěstů a vystaveným praporem s kalichem uprostřed a nápisem pravdou k životu lze každou první a třetí neděli v měsíci. Nicméně navštívit a poznat tuto dominantu historického jádra města můžete třeba i při příležitosti koncertů nebo výstav v přilehlé gotické věži. Z těch aktuálních se nabízí třeba prodejní výstava obrazů místních malířů (do konce září), výstava řemesla a živnosti (do konce září), ochotnický divadelní festival v sobotu 1. září nebo keltský večer s irskou a keltskou hudbou v sobotu 29. září od 16 hodin.

A ještě jedno drobné upozornění: až budete vystupovat do vyšších pater věže s vyhlídkou na Týnec, chovejte se tiše. Jinak byste totiž mohli narušit klid netopýra velkého, který se usídlil ve třetím patře. Jde o vzácný chráněný druh a týnská náboženská obec získala za spolupráci při jeho ochraně pamětní plaketu. **KB**





## Kostel sv. Mikuláše na Staroměstském náměstí

pondělí 13.8. 2018, 20.00  
**CAMERATA PRAGENSIS ORCHESTRA**  
Aleš Bárta – varhany  
J. S. BACH, G. F. HÁNDEL, A. VIVALDI, W. A. MOZART

úterý 14.8. 2018, 17.00  
**František Štátný – varhany**  
**Miroslav Laštovka – trubka**  
J. S. BACH, J. PACHELBEL, D. BUXTEHUDE, C. FRANCK

středa 15.8. 2018, 17.00  
**Bohumír Rabas – varhany**  
**Ilona Slavíková – mezzosoprán**  
J. S. BACH, C. FRANCK, G. BIZET, A. DVOŘÁK

středa 15.8. 2018, 20.00  
**VIVALDI ORCHESTRA PRAGA**  
Václav Návrat – barokní housle  
A. VIVALDI, W. A. MOZART, A. DVOŘÁK

čtvrtek 16.8. 2018, 17.00  
**Josef Popelka – varhany**  
**Miroslav Lopuchovský – flétna**  
J. S. BACH, G. F. HÁNDEL, G. Ph. TELEMANN, M. MARAIS

pátek 17.8. 2018, 17.00  
**Marie Šestáková – varhany**  
**Zuzana Kopřivová – soprán**  
J. S. BACH, A. VIVALDI, W. A. MOZART, G. CACCINI, C. FRANCK

pátek 17.8. 2018, 20.00  
**RADIO SYMPHONY COLLEGIUM**  
Marek Zvolánek – trubka  
A. DVOŘÁK, M. RAVEL, W. A. MOZART, A. VIVALDI,

sobota 18.8. 2018, 17.00  
**CANTO CORNO E ORGANO**  
Věra Trojanová – varhany  
Radka Kyralová – mezzosoprán  
Tomáš Kyrál – lesní roh  
J. S. BACH, W. A. MOZART, C. FRANCK, G. CACCINI

sobota 18.8. 2018, 20.00  
**CONSORTIUM PRAGENSE ORCHESTRA**  
Yvona Škvárová – mezzosoprán  
Miroslav Laštovka – trubka  
J. S. BACH, A. VIVALDI, W. A. MOZART, N. PAGANINI

neděle 19.8. 2018, 17.00  
**Bohumír Rabas – varhany**  
**Ilona Slavíková – mezzosoprán**  
J. S. BACH, C. FRANCK, G. BIZET, A. DVOŘÁK

neděle 19.8. 2018, 20.00  
**VIVALDI ORCHESTRA PRAGA**  
Václav Návrat – barokní housle  
A. VIVALDI, W. A. MOZART, A. DVOŘÁK

*Změna programu vyhrazena.*

*Děkujeme Filipu Štojdlvi za fotografii  
na titulní stranu časopisu.*



## Pořady s náboženskou tematikou ve vysílání Českého rozhlasu

### ČRo Dvojka

**Jak to vidí...** 8.30 neděle  
Zbigniew J. Czendlik/  
sestra Angelika Aktuální názory a komentáře nezávislých  
osobností na dění kolem nás.

### ČRo Vltava

**Spirituála** 8.00 neděle  
Prostor pro duchovní úvahy. Pořady  
Duchovní Evropa a Ke kořenům.

**Bohoslužba** 9.00 neděle  
Přímé přenosy bohoslužeb.

### ČRo Plus

**Vertikála** 8.07 neděle  
Magazín aktualit a diskuse s hosty, které  
spojuje duchovní vnímání světa.

**Nedělní Hovory** 22.05 neděle  
Rozhovor s osobností, která má zajímavý  
osobní i profesní život a názory.

### ČRo Radio Wave

**Hergot** 18.00 neděle  
Neortodoxní pohled na duchovní  
záležitosti v souvislosti s děním světským.

### REGIONÁLNÍ STANICE ČRO

**Mezi nebem a zemí** 9.04 sobota  
Magazín o víře a spiritualitě.

**Šalom alejchem** 19.45 neděle  
Magazín o židovském životě u nás  
i ve světě.

[www.rozhlas.cz](http://www.rozhlas.cz)

### Sborový den

Srdečně zveme 26. srpna všechny sestry a bratry - husity z Vysočiny, zvláště ty školou povinné a studenty, na Sborový den do NO Havlíčkův Brod, kde při společných bohoslužbách bude uděleno i požehnání pro nový školní rok 2018/2019. Bohoslužby začnou v 9,30 h v Husově sboru. P. Homolka, Ján B. Kenneth Lauko

Týdeník Církve československé husitské.

Vydává: Ústřední rada Církve československé husitské, Wuchterlova 5, 160 00 Praha 6.

Vedoucí redaktorka: ThDr. Klára Břeňová,

redaktoři: Mgr. Jan Zítka, Mgr. Ervín Kukuczka, Milan Udržal, grafik.

Šéfredaktorka Cesty: Mgr. Jana Krajčířiková. Tel. redakce: 220 398 107;

e-mail: cesky.zapas@ccsh.cz Tisk: Grafotechna. Distribuce a reklamace: ADLEX, spol. s r. o.,  
Xaveriova 1888/45, Praha 5 150 00

**Redakce si vyhrazuje právo na úpravy a krácení příspěvků.**

Předplatné: Mgr. Jitka Wendlíková, tel.: 220 398 117, e-mail: prodejna.blahoslav@ccsh.cz

### Ubytování v Mariánských Lázních

Nabízíme celoročně možnost ubytování v zrekonstruovaných pokojích na husitské faře v Mariánských Lázních. Klidné místo s výhledem do parku a zároveň v centru města. Kontakt: 737 91 80 84.



Pořádá:  
Církev československá husitská

sdílení  
duchovních  
hodnot

nové  
tváře

domov?!

zábava

nová  
přátelství

přítomnost  
Boží lásky

životní olásky

„Díky tvé veliké **lásce** do tvého  
**domu vejít smím**“

(Žalm 5, 8)

# 10.ročník setkání mladých CČSH a jejich přátel

28.-30. září  
2018




České Budějovice

Plzeňská diecéze  
Církev československé husitské



Cena: 250,- | 400,-  
(v ceně je ubytování a strava)

[www.setkani-ccsh.cz](http://www.setkani-ccsh.cz)

 Setkání mladých CČSH a jejich přátel