

Tělocvičná jednota Sokol Liberec I.

# *Nazdar!*

## *Sokolské souzvuky*

*č. 12 - prosinec 2014*  
*Ročník 4.*

*Přišla chvíle, kdy bychom měli poděkovat, že jsme se dnes všichni mohli setkat u jednoho stolu a setkávat se během roku na společných sokolských akcích.*

*Mnohým mladým se to možná zdá málo, ale každý rok, který nám přibude, je jako síto, protože odděluje věci důležité od nedůležitých. Písek drobných starostí propadá a zůstávají jenom drahokamy, to, co si zaslouží naši opravdovou úctu: zdraví, klid, mír, láska.*

*Co vám přeju? Zlatý klíček,  
co otvírá krásné snění,  
pohádkový pantoflíček,  
vzpomínky i zapomnění,  
závěj sněhu, teplo, něhu,  
zvonky vánoc z českých básní  
a nakonec příslibení,  
že svět zkrásní.*

*Láskou zkrásní.*

*(Fr. Kožík „Svátky krásné hvězdy“)*

# **Obsah:**

## **Úvodní slovo**

*..jsou naše vánoce prý milosrdí časem...*

## **Metodika**

*Do programu cvičení žen*

*„Házený“ pasák*

*Cvičenkám a cvičitelkám skladby Koncert*

*Jubilejní sraz zdravotníků*

*Soutěž vzdělavatelského odboru ČOS a cvičitelé*

## **Nejenom pohybem živ je sokol**

*Vánoce 2014*

*Lidé na celém světě strojí stromečky*

*Jak to bývalo u nás*

*A jak to asi vypadá v Betlémě?*

*Nejslavnější česká vánoční hudba - Rybovka*

*Strom republiky*

*Následky popsané příhody v r. 1924*

*Hazard s tradicí a ostudou*

*Přemýšlejme s Jiřím Hanzelkou – 1. část*

*Kalendárium*

## **„...kterýpak Čech by hudbu neměl rád...“**

*„...vstaň bystře!..“*

## **Zprávy z jednot a žup**

*Opožděné zprávy o „sokolských světlech“*

*Hudba ku kroužení s kužely*

*Památný sokolský den v Jičíně a župě Jičínské – Bergerově*

*Jak jde život v župě Ještědské*

*Hejtmanské dukáty. Odešla sestra Gábina Hlaváčková*

*Zemřela Hamilka*

*Člověk je smrtelný – sestra Libuše Kořínková*

*Velká ztráta pro vzdělavatelský odbor – bratr Dušan Drahoňovský*

*V kyjovském Sokole to šlape*

*Seminář o Památném dni Sokola*

*Výstavba sokolovny v americkém Westu*

## ***Závěrečné slovo***

*Z vánoc já mám nejraději...*

## ***Úvodní slovo***

***„...jsou české vánoce prý milosrdí časem, kdy lidské srdce mluví sladkým lásky hlasem...“***

(Vojta Beneš „Děti v bouři revoluce“)

Je neuvěřitelné, že rok se s rokem sešel a vánoce jsou bezprostředně před námi. Budeme bilancovat své osobní životy, svoje ztráty i nálezy, budeme vzpomínat na ty, kteří už navždy zůstanou po našem boku pouze svou památkou. Budeme mít čas přemýšlet i radovat se – vánoce jsou přece svátky lidského ticha, porozumění, přátelství, lásky a zpytování svědomí.

Všední dny našich životů - tak jak běží čas - nám k tomu většinou příliš mnoho příležitostí nedávají. Chvat a stres provází naše usínání i probouzení, chvat a stres nás nutí zanedbávat své přátele a drahé – čehož budeme jednou trpce litovat!

A co je snad ještě horší - chvat a stres nás také nutí zanedbávat sami sebe – své touhy, dobrovolné povinnosti, lesy plné slunce, horské stezky, větry nesoucí naději a odvahu i oblohu plnou hvězd.

Mnoho věcí se dá napravit, zlepšit, mnoho nových věcí vymyslet – ale jedno se navrátit nedá – a to je čas, který často zbytečně utrácíme řešením věcí, které za řešení vůbec nestojí, vzájemnou revnivostí a nesnášenlivostí, nedostatkem tolerance a nedostatkem odvahy být vždy sám sebou!

Takže se alespoň o vánocích oprost'me od všech zbytečností a užívejme si života, který je – se všemi problémy a těžkostmi – přece jenom krásný.

Jarina Žitná

### ***Dvě hvězdičky***

*Potkaly se dvě hvězdičky.*

*Druhá zamrkala víčky:*

*„Kam tak letíš jako švec?“*

*„Na zem! Vždyť je prosinec!“*

*„Co vás tam už dneska slétlo!*

*Zůstaň raděj nahoře!“*

*„Chci tam sloužit v pokoře.*

*Lidé potřebují světlo.“*

*„Dát jim záři? To se smí?“*

*„Vánoce jsou přede dveřmi  
a já musím lidem, věř mi,*

### ***Sněhulák***

*Stůj a netaj, sněhuláku*

*směj se na nás vesele,*

*z toho huňatého mraku*

*sníh ti duchnu nastele.*

*Dívej se, jak sáňkujeme,*

*jak nám to jde na lyžích,*

*i když jsou tvé oči němé*

*rozvesel se, padá sníh.*

*Když tě večer opustíme,*

*musíš v noci držet stráž.*

*Zítro ráno, dobře víme,*

*ozlatit i jejich sny.“*

*zas tě najdem. Vždyť jsi náš.*

(Fr. Kožík – „Svátky krásné hvězdy“)

# *Metodika*

## *Do programu cvičení žen*

Mluvíme-li o běžném cvičení žen různých věkových kategorií a různých zájmů jistě si uvědomujeme, že mluvíme především o „cvičení s hudbou“ jakéhokoliv žánru.

Dobře zvolená hudba odbourává stres, povzbuzuje elán cvičenek a oddaluje pocit únavy, při čemž můžeme poměrně snadno stupňovat nároky na kondici cvičenek i nároky na kulturu jejich pohybu.

Příprava kvalitní cvičební hodiny spojená s výběrem vhodné hudby není vždy tak docela jednoduchá, mají-li mít hodiny požadovanou pestrost, která vzbuzuje zájem a iniciativu cvičenek.

Z praktického hlediska můžeme rozdělit program cvičební hodiny na *cvičení dynamická*, švihová, prováděná v požadovaném tempu, při čemž jsou pohyby vyvolávány svalovou kontrakcí a jejím uvolněním. Obecně tato cvičení zlepšují prokrvení svalů, mají vliv na metabolismus, dechovou kapacitu, udržují kloubní pohyblivost, svalový tonus, podporují svalovou sílu. V tomto smyslu jde o vysloveně kondiční cvičení, které může být ještě zpestřeno a ztíženo využitím různého náčiní.

*Pasivní cvičení* - je pohyb prováděný bez zapojení aktivity cvičence, pohyb provádí druhý cvičenec. Provádí se pomalu, plynule, pomáhá zvětšovat rozsah pohybu (nezacházet do bolesti!!), zlepšuje trofii svalů, protahuje svaly a zlepšuje i pohyblivost kloubů.

Ve cvičení žen obecně převládají spíše cvičení dynamická, vhodným zařazením *cvičení s dopomocí a cvičení proti odporu* – lze zvětšovat rozsah pohybu a dobře kontrolovat správné provedení jednotlivých poloh. V praxi lze jednotlivé prvky zařazovat do libovolné části cvičební jednotky, většinou mezi cvičení v nízkých polohách, do zdravotní tělesné výchovy, případně i do závěrečné části jako uklidnění a konečné protažení.

I když jsou tato cvičení obecně známá, uvádím několik příkladů:

(Cvičenka A cvičí, cvičenka B provádí dopomoc, případně klade odpor! A opačně!)

### *Uvolnění:*

1) ZP – stoj. Cvičenka A hluboký ohnutý předklon trupu i hlavy – předpažit (paže, trup i hlava voně visí) – hmity v předklonu, cvič. B pomáhá zvětšit pohyb mírným tlakem na lopatky cvič. A

2) ZP – leh na záda (uvolnit).

- Cvič. A – předpažit pravou, cvič. B ve stoji vedle ležící cvičenky uchopí ji za ruku a volně paží pohybuje do všech stran, krouží, mění směr pohybu – cvičenka A je

- absolutně pasivní, paže je maximálně uvolněná
- totéž levou paží
- totéž, ale přednoženou nohou levou, pak pravou

### ***Protahování (pasivní cvičení):***

- 1) ZP – stoj mírně rozkročný – upažit, cvičenky zády k sobě se uchopí za ruce
  - cvičenka A naznačí pohyb do předpažení, cvič. B protahuje prsní svalstvo a výměna
  - totéž s otočením trupu vlevo a vpravo – hlavu otáčet do směru pohybu
  - totéž, ale v sedu skrčmo zkřížmo (turecký sed), cvičenky se opírají zády
- 2) ZP – leh na břicho
  - Cvič. A leh na břicho – pokrčit vzpažmo, předloktí dovnitř, ruce složit na sebe, hlavu položit na spojené ruce. Cvič. B mírný stoj rozkročný nad tělem ležící cvičenky, nohama ji svírá kolem boků nebo až v pase – hluboký ohnutý předklon, uchopit ležící cvič. A za paže (dohmat na nadloktí – mezi loket a ramenní kloub) a zvolna ji zvedat do záklonu (hlava v prodloužení trupu) – zvolna a velmi pomalu ji pokládat zpět
  - totéž, ale ležící cvičenka vzpažit zevnitř
  - cvič. B stojí čelem k nohám ležící cvičenky – uchopit nohy a zvolna protahovat do prohnutí trupu – zvolna pokládat zpět (ležící cvičenka drží napnuté nohy těsně u sebe, nekrčit v kolenou, břicho až ke kyčelnímu kloubu neoddalovat od země!)
- 3) ZP – leh na bok
  - cvič. A leh na bok – vzpažit a spojit ruce, cvič. B ve stoji rozkročném svírá její boky, předklon a dohmat na nadloktí ležící cvičenky – zvolna zvedat a pokládat (ležící cvičenka má tělo v jedné přímce, nevysazovat!)
- 4) ZP – leh (na záda)
  - cvič. A střídavě přednožit levou, pravou (maximálně napnout a zpevnit), cvič. B dohmatem na lýtko a na stehno protlačovat napnutou nohu směrem k čelu (zvětšovat přednožení!)
  - totéž, ale obě nohy současně
- 5) ZP – sed skrčmo zkřížný (turecký sed)
  - cvič. A – sed skrčmo zkřížný – skrčit vzpažmo, ruce v týl, cvič. B stoj za jejími zády, opřít koleno mezi lopatky (pozor, ne ostré koleno, ale tlačit spíš vnější stranou kolena!), uchopit cvič. A za nadloktí a mírné hmity vzad (koleno nedovolí záklon a napomáhá protlačení hrudníku vpřed)
  - totéž, ale sedící cvičenka vzpažit zevnitř, dohmat opět na nadloktí (blíže k ramenu)
  - totéž, ale cvič. A upažit, dlaně vpřed
  - totéž, ale v širokém sedu roznožném – střídát s uvolněným předklonem a dopomocí

### ***Cvičení proti odporu***

- 1) ZP – vzpor sedmo pokrčmo mírně roznožný
  - cvič. B klečí proti cvič. A, položí jí ruce z vnější strany na kolena a tlakem brání rozvírání kolen
  - stejná základní poloha, cvič. B položí cvičence A ruce z vnitřní strany kolen a brání v jejich svírání
- 2) ZP – sed skrčmo zkřížný (turecký sed)
  - cvič. A – upažit dolů, dlaně vpřed, malíky se dotýkají podložky – zvolna upažením vzpažit, cvič. B stoj za zády cvič. A – položit dlaně na nadloktí sedící cvičenky a mírným tlakem jí brání v pohybu
  - stejná ZP, ale sedící cvičenky A vzpažit – zvolna upažením připažit, cvič. B jí opět

- brání v pohybu, dlaně položí na spodní stranu nadloktí
- spojit oba předchozí cviky
- přidat otočení trupu vpravo, vlevo - při pohybu do vzpažení otočit trup vlevo (vpravo), při pohybu dolů do připažení otočit trup zpět
- 3) ZP – leh – připažit, pokrčit vzpažmo, předloktí dovnitř, ruce složit na sebe, hlavu položit na složené ruce
  - cvičenka A – zanožit levou (pravou), cvičenka B klade odpor tlakem na stehno
  - cvič. A –zvednout obě nohy nad podložku, cvič. B klade odpor tlakem na stehna
- 4) ZP – leh na pravý bok – vzpažit pravou, levou opřít před tělem
  - cvič. A - unožit pravou, cvič. B stojí za cvič. A a tlakem na stehno klade odpor (totéž do přinožení – dohmat na vnitřní stranu stehna)
- 5) ZP – leh na záda
  - cvič. A – přednožit pravou, cvič. B klade odpor tlakem na stehno ( totéž opačně – z přednožení snaha přinožit, dohmat na spodní stranu stehna )
  - cvič. A – přednožit (oběma) a spustit na podložku , cvič. B tlakem na stehna brání v pohybu

Všechna uvedená cvičení provádět zvolna, tahem, nezacházet do bolesti!

Jistě není potřeba zdůraznit, že obě cvičenky si vymění místo!

Důležité upozornění – provádíte-li uvedená cvičení s žactvem, je nutná opatrnost, protože děti mají tendenci použít sílu, uvedená cvičení se snaží provádět trhem – a řekla bych, docela neurvale – a to rozhodně není naším cílem.

Jarina Žitná

## **„Házený“ pasák**

Uvádím hru dobře léta vyzkoušenou v hodinách tělesné výchovy ve škole – kdy už se nechtělo hrát obligátní vybíjenou a při tom jsme byli většinou odkázáni na tělocvičnu. Hra je odvozená – jak Vás už jistě všechny napadlo – z her pálkovaných, ovšem z provozních důvodů jsme používali místo pátky a baseballového míčku docela obyčejný míč na volejball - hřiště bylo v podstatě vymezeno rozměry tělocvičny.

- 1) Proti sobě hrají dvě stejně početná družstva – polaři a pátkáři, v našem případě házeči. Polaři jsou volně rozptýleni v herním prostoru, házeči stojí v družstvu za „domácí“ metou a pravidelně se postupně v házení střídají. Trať mezi metami musí zůstat v každém případě volná.
- 2) Odhozený míč musí mířit do vymezeného prostoru daného širokou výsečí.
- 3) Body mohou získávat pouze házeči, polaři jim v tom však brání.
- 4) Běžícího házeče je možno vyautovat buď chycením vyhozeného míče, sebráním míče ze země a dotykem běžícího hráče, případně lze běžícího hráče „vybít“ klasickým způsobem. Pozor! Hráči v poli si v případě potřeby mohou mezi sebou míč přihrát!

V začátcích je možno hrát pouze na jednu metu a bez nadhazovače! Házeč odhodí míč co nejdále do herního pole, okamžitě odstartuje, běží k metě (10 – 15m vzdálené od odhodu), šlápne na ni a rychle se vrací na své místo. V případě nebezpečí může na této metě zůstat stát, dokud není míč, hozený dalším cvičencem, znovu ve hře. Za každý uskutečněný přeběh získává družstvo házečů jeden bod. Když se všichni členové družstva vystřídají v házení, družstva si vymění místa.

Hra získává na zajímavosti, zařadíme-li do ní nadhazovače a na hřišti jsou vyznačeny tři mety (číslo 1, 2, 3). Při přeběhu je nutno na každou z met šlápnout, případně je možno na ní zůstat stát a pokračovat při dalším odhozu.

Proti odhodové metě je umístěno stanoviště nadhazovače, na kterém stojí vždy hráč z družstva polařů.

Hru zahajuje nadhazovač, který přihraje míč prvnímu z družstva házečů. Přihrávku je nutno směřovat mezi kolena a ramena chytajícího hráče – jinak se nahrávka nepočítá a musí se opakovat. Hráč chycený míč okamžitě hodí zpět do pole a vystartuje k první metě. Může ovšem běžet dál k metě druhé a třetí, na každou z met však musí došlápnout. Doběhne-li do cíle získává pro družstvo jeden bod. Každá z met mu poskytuje útočiště, ovšem jen tak dlouho, dokud míč není znovu ve hře. Pokračovat v běhu může teprve když další z jeho družstva odhodí míč.

Pro začátek se družstva polařů a házečů střídají pravidelně – jakmile se všichni házeči v družstvu vystřídají.

Hra ovšem získává na zajímavosti, když hráči zvládnou základní pravidla a „finty“ hry. Pak se totiž obě družstva střídají v okamžiku, kdy je u družstva házečů vybit v pořadí třetí hráč. Znamená to, že časový úsek, kdy družstvo boduje, je různě dlouhý. Šikovné družstvo se třeba vystřídá v házení i několikrát (tzn. může získávat body), jiné družstvo je nuceno střídát třeba už po prvních třech odhozech. Pokud některý z hráčů nestačí uskutečnit celý oběh, zůstává stát na metě a pokračuje v běhu při příštím odhozu. Stane-li se, že na obsazenou metu dobíhá další hráč, je nutno metu uvolnit a pokračovat dál, nejde-li to, je hráč na metě vybit. Na jedné metě může stát pouze jeden hráč!

V tělocvičně se prakticky nemůžete vyhnout odražení letícího míče od stěn! Výhodnější než odražený míč prostě nepočítat, je pravý opak – nezáleží na tom, jestli míč ve hře byl pouze vhozen nebo došlo k jeho odbíjení od stěn. Hráči se naučí odrazu od stěn prostě využívat, letící míč získává „faleš“ a hra vyžaduje daleko větší pozornost a rychlou reakci hráčů. ).

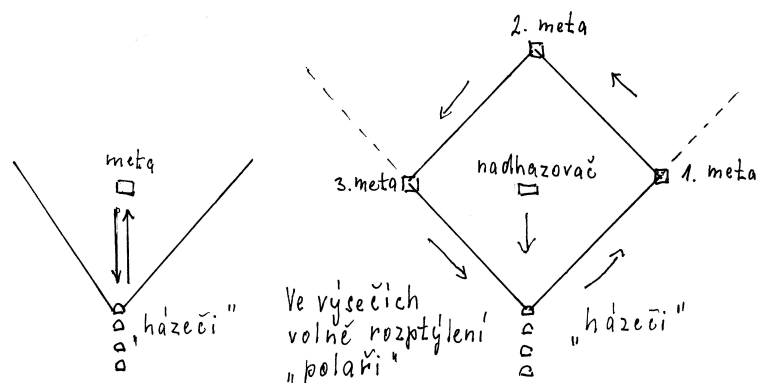
Hra vyžaduje rychlý postřeh, rychlý běh a pohotový start, dobrou techniku házení i chytání.

Obvykle chvíli trvá, než žáci pochopí pravidla, dokáží je používat a rychle se orientovat ve vymezeném prostoru. Problémy dělá způsob vybití, zastavování hráčů na metách v poli a pokračování při příští hře.

Je to však variace na starou i moderní hru, která je pro děti zajímavá a hrají ji rády a se zápallem. Používání jednoduchých pravidel a charakter hry je zároveň předpokladem pro pravidla a techniku baseballu, který je dnes u nás už běžným sportem.

Tak ať se vám daří!

Jarina Žitná



## ***Cvičkám a cvičitelkám skladby Koncert***

V současné době, kdy čas neúprosně směřuje k prvnímu víkend v červnu příštího roku – tedy k termínu, kdy se sejdem v Brně – probíhají v sokolských župách a jednotách nácviky skladby Koncert určené ženám.

Jak to vypadá, mělo by to být v pořádku – což je pro mne, vzhledem k tomu, že jsem o minulých prázdninách nepracovala s žádným zkušebním kolektivem, ale využívala jsem pouze svých zkušeností a dobré znalosti vybrané hudební předlohy, (mimořadně předlohy velice inspirativní) příjemným překvapením.

Během prvních nácviků se ovšem objevilo několik drobných chyb v popise skladby, na které vás na těchto stránkách chci upozornit, stejně tak upozorňuji na upřesnění některých vazeb, na která jsme společně přišly na nácvicích.

Takže –

### ***Chyby v popise – opravte si!***

Str. 9 – část b) cvičení v kruzích

I. takt 3 – 4 doba - dva kroky na místě P, L (opačně než bylo uvedeno!)

Str. 11 část b) cvičení v řadách a vytvoření „hrášku“

VII. takt 1 – 4 půlobrat vpravo (zády k HT) – zvolna připažit, pravá předpažením –

cvičenky sudých řad – tři kroky vpřed (P, L, P) o jednu značk.

mezeru vzad a přinožením levé celý obrat čelem k HT cvičenky se zařadí do meziznačky

cvičenky lichých řad totéž na místě - vytvořil se „hrášek“

VIII. takt – škrtnout!!

Str. 13 – část b) Toreador

IX. takt = V. ve 3 – 4 době čelem a pravým bokem k HT

### ***Upřesnění!***

Str. 10 – část b) cvičení v řadách a vytvoření „hrášku“

I. takt - popis platí, ale pokud nemáte dost prostoru na šířku v upažení, zůstaňte čelem k HT, ale upažená levá bude za sousední cvičenkou, pravá před sousední cvičenkou

III. a IV. takt je nutno provádět pomalu, pohyb skutečně rozložit na čtyři doby.



Přechod do „hrášku“ a obrat je nutno provést velmi rychle ( v hudbě je pouze 7 taktů, místo původně omylem uvedených osmi!!), aby bylo možno včas začít první takt další části „Rule, Britannia – první takt (str. 11)

## ***Novinka!***

Str. 4 - předehra – úvod

Zůstává beze změny, ale pohyb hlavy v VI. taktu nebyl téměř vidět, takže přidáme ještě pohyb pravé paže –

VI. t. 1 – 4 zvolna vzpřím hlavy a předpažením dovnitř, dlaň vzhůru, vodorovným obloukem předpažit zevnitř, dlaň vzhůru – hlava sleduje pohyb paže

VII. a VIII. takt beze změny

Připomínám ještě přesné držení paží a dodržování rovin pohybu, především v bočných kruzích a obloucích v částech Mesiáš.

Vzhledem ke třem velkým nácvičným, které už mám za sebou, mám pocit, že nácvik proběhne v pořádku, že zvládneme i rychlé tempo hudby a dotáhneme skladbu ke zdárnému konci. Jistě se mnou souhlasíte, když řeknu, že ta muzika si zaslouží perfektní předvedení!

Všechny cvičenky srdečně zdravím – cvičte a usmívejte se! Právě o to tu jde!

Nazdar!

Jarina

## ***Jubilejní sraz zdravotníků***

V sobotu 8. listopadu 2014 se konal v Tyršově domě v Praze již desátý sraz župních zdravotníků v novodobých dějinách ČOS. Na úvodní přednášku byl pozván MUDr. Kryštof Slabý, místopředseda České společnosti tělovýchovného lékařství, který nejprve představil obor tělovýchovné lékařství, pohovořil o preventivních prohlídkách pro sportovce, objasnil novou vyhlášku o zdravotní způsobilosti k tělesné výchově a sportu a na závěr se zaměřil na dvě aktuální témata: stárnoucí obyvatelstvo a dětská populace řídicí se do inaktivity a nadváhy. Velmi poučné bylo srovnání dětského a seniorského věku. U dětí převažuje spontánní pestrá pohybová aktivita – u seniorů je malá spontánní aktivita. U dětí a seniorů je shodně menší výdrž a horší termoregulace. Na rozdíl od dětí, kde je malá pohybová zkušenost, je u seniorů někdy dlouhá pohybová zkušenost. U dětí

dominuje růstová dynamika, změny biomechaniky (těžiště se posouvá dolů). U seniorů je zase dynamika tělesného složení, funkce svalů. Pro dětský věk jsou specifické úrazy – např. otřes mozku (dáno relativně větší hlavou). Naštěstí s menším počtem fatálních komplikací. Dávejme ve cvičení pozor na děti s chronickým onemocněním. V seniorském věku převažují chronická onemocnění (srdečně-cévní, pohybový aparát, cukrovka, plicní onemocnění, ledvinné choroby, osteoporóza, nádorová onemocnění, snížení kognitivních funkcí) s různým rizikem fatálních komplikací. Senior je „křehký“, jak uvedl přednášející. Sport a pohybovou aktivitu v Sokole, která je primárně nesoutěžní, považuje za zásadní a bohužel nedoceněný prostředek pro primární a sekundární prevenci řady onemocnění. Na závěr zdůraznil, že silový trénink zvyšuje v seniorském věku i vytrvalostní schopnosti. Zajímavý byl i poznatek, že v rámci přípravy

(2-3 měsíce) na plánovaný chirurgický výkon by se nemělo zapomínat i na zvýšení či udržení tělesné zdatnosti.

Další blok byl spíše pracovní, řešily se aktuální informace z ČOS, dotazy žup a jednot. Přítomní se obeznámili s příspěvkem zdravotních pojišťoven na preventivní prohlídky v roce 2014, nechyběly informace o uskutečněném školení a doškolení Zdravotník zotavovacích akcí pořádaných ve spolupráci s ÚŠ ČOS, výměně průkazek těchto vyškolených zdravotníků. Nechyběly zprávy o výskytu zápřednice jedovaté na území (často nesekaných loukách) naší republiky vlivem klimatických změn. Je to středomořský druh pavouka, kousne v sebeobraně. Mezi příznaky otravy patří zprvu bodavé a pálivé bolesti v místě kousnutí, které zčervená a otéká. Může se vyskytnout také nevolnost, zvracení, bolesti hlavy, lehce zvýšené teploty až horečka. Asi po třech dnech příznaky ustupují. První pomoc je stejná jako při bodnutí blanokřídlým hmyzem. To mně připomnělo reakci jednoho čtenáře časopisu Souzvuky, který uváděl i jiné metody ošetření bodnutí včelou, vosou či sršní. Nedávno se v poloodborné literatuře objevilo toto rozdělení: ránu po vosím bodnutí ošetříme něčím kyselým (ocet, cibule, citron), při včelím či sršním bodnutí zneutralizujeme ranku něčím zásaditým (mýdlo, roztok jedlé sody).

Následná moje přednáška se týkala zdravotnického zajištění akce s připomínkou zdravotně náročných sportovních disciplín a doporučeným postupem Společnosti urgentní medicíny a medicíny katastrof. V průběhu setkání byla otevřena sokolská prodejna, kde si zdravotníci mohli zakoupit letos znovu vydanou a aktualizovanou publikaci První pomoc (T. Jelen) a dlouho očekávané a rozšířené vydání Právní problematiky a BOZ nejen pro cvičitele ČOS (J. Průša).

Závěrečné přednášky se chopil br. Vít Jakoubek, který přítomné seznámil s úrazy dětí a alergiemi, které stále více postihují naši populaci. Velmi zajímavá byla názorná ukázka použití adrenalinového autoinjektoru, což si všichni díky zkušební pomůcce vyzkoušeli.  
-jt-

### ***Pamatujme!***

*Už staří Řekové dávno před naším letopočtem pochopili, že zanedbáváním lidského těla se společnost oslabuje a zanedbáním lidského mozku ohlupuje!*

## ***Soutěž vzdělavatelského odboru ČOS a cvičitelé***

### ***„Po stopách osobností Sokola a ČR“***

Jmenuji se Vanessa Schlée, bydlím od svého narození v Čakovicích ve stejné ulici jako má prababička Eva Hýblová. Často jsem slyšala o jejím tatínkovi, panu Jiřím Beranovi. Zním celý jeho příběh, který, jak teď už vím, je spojený s náměstím na konci ulice, která nese jeho jméno.

Když se Jiří Beran rozhodl zasvětit svůj život dobrovolné práci pro blaho obyvatel Čakovic, netušil, jak k němu jeho nedaleký osud bude krutý.

Svou činností v čakovickém Sokole, kde později působil i na pozici starosty, či svou činností v ČOS, nebo i jako jednatel župy Barákovy, inspiroval a vedl širokou veřejnost k aktivnímu a kulturnímu životnímu stylu. Sám prosazoval moderní a nadčasový přístup k trávení volného času, kterým zaujal nejednoho obyvatele Čakovic.

V době, kdy mu do života vstoupila válka, neváhal bránit jak své zásady, tak hlavně svou zemi. Proto se zapojil do ilegální sokolské organizace „Jindra“, kde aktivně působil až do jejího prozrazení dne 8. 10. 1941, kdy byl zatčen a odveden nacisty. Po mnoha dnech věznění a mučení, kde opakovaně odmítl zradit další čakovické Sokoly, byl převezen do terezínské pevnosti. Tady mu byl sdělen rozsudek, kterým se dostal do přímého vlaku směr koncentrační tábor Osvětim. Dne 3. 3. 1942 došla zpráva o jeho popravě. Celé svědectví později vydalo devět spoluvězňů, kteří jediní z celé skupiny 143 činovníků Sokola přežili toto peklo.

Nadále se můžeme s neskonalou úctou snažit o následování jeho odkazu, připomínat si jeho odvalu a vážit si přínosů, které přetrvaly do dnešních dní. Jsem pyšná, že právě otec mé prababičky je tak významnou osobností místa, kde bydlím.

Vanessa Schlée, Sokol Čakovice

Celá tato vzdělávací soutěž byla velmi úspěšná – *díky cvičitelům*, kteří se cvičenci pracují nejen na poli tělocvičném a sportovním, ale působí i na jejich sokolské přesvědčení.

## *Nejenom pohybem živ je sokol*

### *Vánoce 2014*

*Celá zem se chystá na vánoce.*

*Zajíčkům a laním myslivci už vezou dobré seno.*

*Nikdo nesmí trpět hladem ani zimou...*

*Všude je už teple zatopeno.*

*Vše se leskne, vše se hvězdně třpytí  
a svět podobá se zlaté růži rozvité.....  
Jakou radost připravují lidé lidem?  
To se dovíte!*

## *Lidé na celém světě strojí stromečky!*

*Ale to jste vedle! Vánoce se slaví skoro v každé zemi jinak. My máme sníh, na jižní polokouli je horko.*

*V Rusku přijíždí děda Mráz, ale ten přinese dárky až poslední den v roce. Takový hodný děda přijíždí k dětem i v jiných zemích, třeba v Holandsku. Říká se mu Santa Claus, má bílé vousy, červený kabát a spouští se komínem. Děti pak najdou dárky u krbu. V Anglii přináší vánoční děda balíčky ozdobené větvíčkami cesmíny. Štědrý den je tam vlastně jenom příprava. Rodina sedí u krbu a vzpomíná. Pravá nálada začne až na Boží hod. Děti zpívají koledu o dobrém českém králi Václavovi a navečer se rodina pustí do vánočního pudinku. V Norsku nosí vánoční dárky koza, kterou doprovázejí trpaslíci. Ve Švédsku hází dárky oknem vousatý děda Kultonen. Je všechno pod sněhem, polární světlá noc... Ve Finsku se už 6. prosince všechna okna rozzáří plameny svíček. Připomínají si tak den, kdy země získala samostatnost.*

*Vánoční stromky tam mají dost chudé, jen slaměné hvězdičky a ptáčky na stromcích. Za to na stůl položí klasy a do zahrady zanesou snop pro hladovou zvěř. To připomíná slovácké Kopanice, byl to velice chudý kraj...O vánocích tam dávali na ubrus trochu soli, žita a hrachu...A na práh pokládali kus chleba a nůž .To pro divoženku, aby věděla, že tam bydlí dobří lidé a nepřinesla jim neštěstí.*

*V Japonsku je jiný svět. Před Novým rokem jsou tři dny volna. V zahradách planou ohně a každý se snaží donést louč s plamínkem domů. O půlnoci zazní z buddhistických chrámů sto osm úderů zvonu. Proč právě 108 ?protože je sto osm hříchů. Aby se lidé polepšili! Někde však vánoce vůbec neznají. Třeba v Arábii. Hinduisté a muslimové v Indii o nich taky nevědí. Malí Brazilci si dají střevíce před práh a jdou se vykoupat do moře.*

*A co ve Francii? Tam je vánoční svátek skoro jako náš Silvestr. Na ulicích se hraje a zpívá...Francouzský Ježíšek se jmenuje Pere Noel a podobá se svatému Mikuláši. A kolik krajů, tolik zvyklostí. V Alsasku chodí Kristkindel, holčička se svíčkami na hlavě...A u nás- v Podkrkonoší chodívalo taky krystydle, jenže to býval některý starší tkadlec, oblečený do bílého roucha. V Provinci chodí nejstarší člen rodiny s nejmladším do lesa hledat pěkné poleno do krbu, pak s ním obejdou kuchyni, dřevo polijí vínem a řeknou: „jestli nás po roce nebude víc, ať nás alespoň není miň.“ Ale zapálit poleno smí jen ten, kdo celý den nejedl. Po večeři si děti mohou vybrat ze třinácti sladkých jídel: oříšky s medem, nugát s fíky, pomerančové koláčky...*

*V Bretani říkají prosinci velmi černý měsíc a vánocům svátky krásné hvězdy.. Jakmile se ozve první úder půlnoci, dají se staré velké kameny, zasazené do země před několika tisíci lety, na pochod k moři, aby prý uhasily celoroční žízeň. Tak odhalí poklady, které jsou pod nimi uloženy. Ale lidé, kteří je hledají si musí pospíšet, nebo je kameny, když se vrátí, uvězní pod zemí. Zvonům ze zvonice odpovídají temným hlasem zvony z potopených měst. A všechna zvířata mluví lidskou řečí. Když půlnoc dotluče, jde se načerpat voda ze studně, protože uzdravuje všechny nemoci. Droby, které zůstanou na stole, se zanesou polím.Děti dostávají koláč ve tvaru hvězdy a ráno najdou dárky v dřeváčkách.*

*U nás ale nosí dárky zásadně Ježíšek! A jestli je něco všude stejné, pak je to dětské čekání a dětská radost!*

## ***Jak to bývalo u nás?***

*Za starých časů bývalo všechno jiné. Dárky jsme u nás nedostávali, ale z vánočního stromku jsme měli jistě větší radost než některé děti, které míval stromek až do stropu. Ten náš stával na stole, zasazený do starého hmoždíře, visely na něm papírové řetězy, které jsme sami nastříhali a slepili. Večeřeli jsme černého kubu – a taky černou omáčku z perníku a sušených švestek.*

*Když rozsvítil tatínek na stromku svíčky, vytrubovali ve vsi koledu. Hned jsme vyběhli ven, nemohli jsme se toho troubení nabažit. A když nás maminka zahнала zpátky, dívali jsme se aspoň oknem na zasněženou cestu – petrolejka osvětlovala jenom kousek před oknem...jednou přinesl tatínek celé rodině acetylenovou lampu. Panečku to bylo světlo, jedna radost!*

*V Praze bývala rozkoš procházet se mezi plátěnými boudami po Staroměstském náměstí... Kramáři se hráli u drátěných košů s řeřavým dřevěným uhlím a volali na kolemjdoucí, chválili a nabízeli své zboží. „Mladý pane, mladý pane, kupte své slečně výborný turecký med“ . Prodávali tam ještě čerty ze švestek, napíchaných na špejlích, sladké špalky uprostřed s kytičkou, dřevěné hračky, datle, fíky, pomeranče, býval to holt velký trh.*

Ted' mne napadlo, že i já jsem jako malá ve škole v Bedřichovicích pod Blaníkem zažila petrolejku!

## ***A jak to asi vypadá v Betlémě?***

*Špatně. Spousty a spousty turistů. Hotely a restaurace jsou plné.*

*Je tam ještě ta stáj, je tam veliký kostel a každá z jeho kaplí patří jiné církvi. Kdo chce dovnitř, musí se hluboce sklonit. Za křížáckých válek tam mohamedáni vodili velbloudy, proto tam křesťané nechali jen úzký a nízký otvor. Dočíst se o tom můžete v cestopisu Kryštofa Haranta z Polžic a Bezdržic, slavného hudebního skladatele, cestovatele a aktivního účastníka českého stavovského povstání, kterého dal císař Ferdinand Habsburský po bitvě na Bílé hoře popravit na Staroměstském náměstí.*

*Pod kostelem je jeskyně obložená mramorem a všude svítí vzácné lampy. Na jedné dlaždici se leskne stříbrná hvězda – to je prý místo Kristova narození.*

*A kometa? V době Kristova narození se k sobě přiblížily dvě planety – Jupiter a Saturn- a to bylo to hvězdné znamení. Dojde k němu vždy za 794 roky.*

Byla jsem v Izraeli a, samozřejmě, taky v Betlémě. Stříbrná hvězda v jeskyni pořád stejně září, ale přiznám se, že na mne ještě více zapůsobila návštěva tzv. Betlémských polí, odkud měli přijít legendární tři králové. Tam se zastavil čas!

Bohužel, v současnosti to asi v Betlémě není zrovna nejbezpečnější oblast.

## ***Nejslavnější česká vánoční hudba – Rybovka***

Je to trochu familiární výraz, ale vyjadřuje náš vztah k hudbě, kterou máme všichni rádi a je nedílnou součástí našich vánoc. Tak tedy

***Česká mše vánoční*** od rožmitálského kantora Jana Jakuba Ryby. Prvně se hrála v kostele v Rožmitále r. 1789.

*Ten kantor Ryba byl asi nádherný učitel. Pravý syn Komenského. Bral si víc předmětů než měl v předpise, dějepis, přírodopis, učil děti taky malovat a roubovat stromky, hrát a zpívat – a někdy s nimi taky míval den žertů, jak si*

*poznámenal do notesu...Složil přes 1000 skladeb, miloval filosofy, hlavně Senecu. Zakusil mnoho ústrků – a to bylo asi příčinou, že se sám rozloučil se světem. Bylo mu padesát..*

*Při vší jeho bídě, ta mše je radostná. „Hej mistře, vstaň bystře, vzhlédni na jasnost, nebes na švarnost, krásu uhlídáš v tento noční čas...“*

*Celé to dýchá naším domovem. Pastýřské motivy, vůně zasněžené krajiny, česká polka...Původní partitura se nezachovala, ale úprav a opisů moc.*

*Tváře se blíží k oknům  
a pohled stoupá výš:  
„Tam, kde se chvějí hvězdy,  
tam to je nebe, víš?“*

*Andělé k oknům se slétli.  
Plášť hvězd je mrazem zebe.  
„Ta světla v lidských očích,  
to je to pravé nebe!“*

(Fr. Kožík – „Svátky krásné hvězdy“)

## ***Strom republiky Málo známá vánoční příhoda***

*V předvečer Štědrého dne roku 1919 vyšli na procházku od Bílovic k Líšni tři muži, přátelé, kteří tak spolu chodívali i v létě - Rudolf Těsnohlídek, malíř Franta Koudelka a soudní úředník Josef Tesař. V dědině se už rozžihala světla, všude se uklízelo, konaly se poslední přípravy. Soumrak se rozléval po stráni, brzy se vše černalo tmou, i řeka, která tlumeně hučela v údolí.*

*Mezi stěny lesa bylo stále temněji. Přátelé se rozloučili se silnicí a pustili se po úbočí do seče. Půda byla umrzlá, pokrýval ji poprašek sněhu, nikde stopa života. Muži přestali mluvit, přísné ticho lesa je umlčelo.*

*Když vystoupili asi do polovice stráně, zarazili se. Lesní pláč! Zastavili se a vyčkávali. Vítr k nim dovanul jakýsi slabý, sotva slyšitelný sten. Pochopili, že tak bezmocně zanaříkala nějaká zvěř, která podléhá zranění.*

*Pustili se do nízkého smrčí. Dospěli až k rozložitému smrku, jehož větve se chýlily až k zemi. Zasténání se ozvalo docela zblízka...“To je dítě!“ Malíř Koudelka se první prodral houštinou. „Proboha! Pojd’te sem!“ křikl.*

*Dechla na ně hrůza. Mezi kořeny smrku ležela na tenké peřince docela malá holčička. Měla rozhalenou košilku a na hlavě čepeček. Její dlaně bezmocně tiskly hrst zasněženého jehličí. U úst měla krupičky zmrzlých slin. Plakala stále tišeji, přerývaně. Byla promodralá zimou.*

*Malíř shodil zimník, zabalil do něho dítě a zvedl je na lokty. Rudolf hodil dítěti na obličej šátek z krku. „Rychle!“ vybídl přátele. Klouzali po stráni a pak utíkali k vesnici. Nebylo snadné nést dítě v zimníku, střídali se. Mysleli na matku, která se tak chtěla dítěte zbavit. Byli šťastni, když dorazili k prvnímu světlu. Ta prostá pouliční lampa jim svítila jako zlatá hvězda třem králům z legendy.*

*Na četnické stanici bylo teplo. Strážmistřova žena dítě umyla, ošetřila, dala mu napít mléka, uspala je.*

*Muži odcházeli a nemohli uvěřit, že se jim přihodil tak zvláštní příběh. Byli šťastni, že zachránili život dítěti právě před Štědrým dnem v odlehlé lesní krajině, tam, kam by nikdo jiný nepřišel.*

*„Byl to nejkrásnější Štědrý večer, jaký si dovedu představit!“ řekl malíř.  
„Tomu říkám vítězství!“*

Holčičku pak adoptovali dobří lidé – dali jí jméno Liduška. Matka, která dítě odložila, se nakonec sama přihlásila, při vyšetřování lhala a byla usvědčena, rozsudek vyslechla bez jakékoliv známky lítosti. Na malou Lidušku se ani nezeptala.

## ***Následky popsané příhody v roce 1924***

*Na jaře toho roku zažil Rudolf Těsnohlídek jedno velké zadostiučinění. Podarilo se mu prosadit, aby byl na brněnském náměstí vztyčen vánoční strom republiky.*

*Od nálezů odloženého novorozence v roce 1919 nepřestával tvrdit, že bídu opuštěných, osiřelých dětí je nutno nějak řešit. V Brně už dávno existoval Dobročinný komitét, který se věnoval sbírkám na chudé děti a dobročinným účelům, ale to všechno nestačilo.*

*Rudolf Těsnohlídek byl přítomen, když 6. prosince káceli dřevaři vybranou jedli blízko místa, kde se před pěti lety našlo dítě. Viděl, že hajní se a dřevorubci se chovali ke stromu jako k dceři, když mu museli zasadit první ránu. I když věděl, že posláním stromu je přinést dobro potřebným, zmocnil se ho soucit, když krásná jedle padla do mechu. Vřelými slovy se rozloučil se stromem na návsi v Bílovicích. Hudba zahrála obě hymny.*

*Téhož dne otiskl v Lidových novinách báseň, věnovanou prvnímu vánočnímu stromu republiky:*

*„Za lidmi půjdeš. Uprostřed města  
skončí se tvoje poslední cesta.  
Kolébku tvou zde zavěje sních.  
Vstaneš tam, ožiješ, rozkveteš světlem,  
poprvé uvidíš, co je to betlém,  
bídu tam uvidíš, však šťastný smích  
jako pták se ti usadí ve větvích,  
stromě našich lesů.“*

*A tak v Brně, na náměstí, kde za Rakouska stával dřevěný Wehrmann, symbol válečné nenávisti, do něhož se za peníze tloukly hřebíky na podporu*

*říše – stanul 15. prosince první vánoční strom republiky jako symbol obětavé lásky. Výtěžek sbírky měl být věnován na postavení domova pro opuštěné děti. Měl nést jméno dcery Přemysla Otakara I. Drahomíry, která se provdala za dánského krále Waldemara a byla známa jako dobrotivá královna Dagmar. Strom se od prvního dne těšil velké pozornosti občanstva. Symbolický „teploměr lásky“ denně večer ukázal, jaké výšky sbírka dosáhla. Brno bylo na strom pyšné a sloupek rtuti teploměru se stal tíží všech, i studentů, i dětí.*

Vyprávění o vzniku „Stromu republiky“ na vánočních náměstích našich obcí a měst bylo v mírně zkrácené formě převzato z Kožíkovy knihy o českém spisovateli, novináři a velkém a velmi aktivním pracovníku Sokola Rudolfu Těsnohlídkovi.

Pro zajímavost, Těsnohlídek je autorem námětu Janáčkovy opery Liška Bystrouška i rozhovorů s legendárním Eskymo Welzlem (Třicet let na zlatém severu).

## *Hazard s tradicí a ostudou*



Ostuda je již to, že za 70 let od doby, kdy byla v sázce existence svobody republiky a lidstva vůbec, jsme nedokázali postavit v Praze důstojný památník letcům, kteří bojovali za svobodný svět a v řadách pilotů RAF se zúčastnili bitvy o Anglii. Tajně a s problémy se jim podařilo opustit okupovanou vlast a odejít tam, kde jich bylo potřeba.

Jejich účast v těžkých leteckých bojích a bombardování cílů v Německu se dodnes ve Velké Británii těší velké úctě a uznání. Na vlastní oči jsem při putování po této ostrovní zemi viděla pamětní desky věnované jejich památce.



V červnu letošního roku byl na pražském Klárově odhalen památník Okřídleného lva jako pocta těm dvěma a půl tisícům mužů, kteří v kritických válečných dobách věděli, kde je jejich místo – a nezaváhali!

Památník vznikl z iniciativy anglické komunity, která za měsíc vybrala téměř 3 miliony korun. Odhalení se zúčastnilo devět veteránů a celá řada oficiálních osobností.

Byl to především Sir Nicholas Soames poslanec britského parlamentu a bývalý ministr obrany VB – vnuk Winstona Churchilla, kterého není nutno zvláště představovat. Pravda je, že v něm mělo Československo opravdového přítele. Je znám jeho výrok na adresu našich letců: „Na poli lidských konfliktů ještě nikdy nevděčilo tolik za tak mnoho tak málu!“

Autorem pomníku je britský sochař Colin Spofford a iniciátorem celé akce je pan Euan Edworthy, který při odhalení pomníku prohlásil velkou pravdu. „Svoboda by neměla být považována za samozřejmost!“

Odhalení pomníku se zúčastnila i současná britská velvyslankyně v Praze a symbolicky pomník přelétl i Spitfire, na kterém kdysi naši letci bojovali.

Až sem by to vše bylo v pořádku. Poslední dobou se však rozpoutala nechutná tahanice mezi úředníky pražského magistrátu, kteří tvrdí, že stavba nebyla povolena, že nevyhovuje pravidlům o umístování soch v památkové rezervaci, že se sem prostě nehodí, dokonce i zpochybňují její výtvarnou podobu – a Městskou částí Praha 1, která umístění na Klárově hájí a rozhodně nesouhlasí s převezením sochy někam na méně exponované místo, případně snad i někam na sídliště.

Jistě není třeba připomínat, že odstranění sochy a její převezení jinam, by bylo strašnou ostudou, jakou si kulturní národ prostě nemůže dovolit – byla by to přímo facka do tváře 2500 Čechů a Slováků, kteří bojovali v RAF, dobrovolně každý den nastavovali svůj krk a riskovali život.

Případ pomníku je neuvěřitelnou necitelností a hloupostí pražského magistrátu i památkové péče. Nechci diskutovat o umělecké hodnotě pomníku, k tomu nemám dostatečné vzdělání, ale rozhodně jsou v Praze na nejrůznějších místech jiné stavby, které urážejí můj vkus. Musím ovšem připustit, že právě vkus je něco osobního, co je těžké a nesmyslné někomu vnučovat. Otázku vkusu tedy nechme stranou.

Daleko horší je postoj magistrátu k odkazu těch nejlepších z nás, pohrdání tradicí, kterou je nutno zachovat a předávat ji mladé generaci, která, bohužel, o nejtěžších chvílích národa a o silách, které tyto chvíle umožnily překonat, ví málo, nebo skoro nic.

Byla bych ráda, kdyby se čtenáři nenechali ohlupovat a nedovolili urážet ty, kteří se už nemohou bránit! Vzpomněla jsem si totiž na slova prezidenta Edvarda Beneše a jeho varování, že přijdou časy a lidé, kteří budou chtít zapomenout. Pokud nám však záleží na národním cítění a lidské důstojnosti, nemůžeme se s tímto stavem smířit – ale naopak vehementně se takovým situacím bránit, nedovolit svévoli a dokázat, že nejsme tupé ovce abychom na všechno přikyvovali.

Jarina Žitná

## *Přemýšlejme s Jiřím Hanzelkou -1. část*

Napadlo mne to, když jsem chystala prosincové kalendárium a náhodně zjistila, že se na Štědrý den v roce 1920 narodil Jiří Hanzelka, kterého snad není nutno obšírně představovat - cestovatel, spisovatel, který je spolu se svým životním přítelem a spolupracovníkem Miroslavem Zikmundem autorem 18 cestopisů, které vyšly ve 143

vydáních o celkovém nákladu 6 524 796 výtisků. Vzpomínám si, jak jsme kdysi napjatě sledovali cesty stříbrné Tatry jednotlivými světadíly a hltali vyprávění o dobrodružství v cizích zemích, životě odlišných a často velmi primitivních etnik i o přírodě, která se tak moc liší od toho, co máme doma – a co milujeme.

A tak jsem šla hledat do své knihovny! Nebojte se, nebudu připomínat cesty odvážné dvojice, ale vzpomněla jsem si, že mám mezi svými poklady útlou knížečku, vyznávající filosofii člověka obrovských zkušeností a přehledu. Myšlenky v ní obsažené je třeba šířit a vzít za své – dnešní světová politická situace je totiž tak nebezpečná a zlá, že už konečně přišel čas, aby slušní lidé promluvíli a jednali – ne zbytečnými manifestacemi, ale činy, používáním vlastního rozumu a pocitu sounáležitosti se světem a jeho obyvateli.

Knížečka, o které mluvím se jmenuje „O toleranci“ a má podtitul „zamyšlení cestovatele na konci století“. Vyšla v r. 1999 a obsahuje záznam rozhovorů vedených s Jiřím Hanzelkou Jaromírem Slomkem. Zveřejněný text je tak zajímavý, že jsem se rozhodla zveřejnit ho postupně v Sokolských souzvučích. Začínám v prosinci a budu pokračovat v dalších číslech. Většinu sokolů asi padnu do noty nebo je alespoň upozorním na problém číslo jedna dnešní doby – a snad budeme všichni trochu víc přemýšlet!

Nechme tedy promluvit pány Slomka a Hanzelku!

Pane Hanzelko, vzkázal jste mi, že byste se mnou chtěl hovořit o toleranci. Proč vás zajímá právě tato otázka?

*Na cestách s Miroslavem Zikmundem jsme kolem sebe viděli hory lidského trápení. Často se nám zdálo, že toto utrpení bylo zbytečné, že nemělo povahu přírodní katastrofy ani osudové nevyhnutelnosti. Časový odstup mi trochu zastřel podrobnosti. Místo nic se mi začalo rýsovat cosi jako jedna z hlavních příčin lidského trápení na světě. Zdá se mi, že něco tak nesourodé jako manželská hádka, bomby v irském Ulsteru, pogrom v Haliči a války místní i světové mají společného jmenovatele: nedostatek tolerance. Každý diktát, každé násilí, každý pokus vnutit svou vůli jiným pramení z nedostatku tolerance. Musí se tohle neštěstí táhnout dějinami jako červená nit až do skonání světa?*

V Akademickém slovníku cizích slov (1995) je tolerance vymezena jako „respektování cizího přesvědčení, cizích názorů, snášenlivost, trpělivost“. Rozšířil byste tu definici, nebo naopak zúžil?

*Ta slovníková definice mi připadá jako důkaz časté bezradnosti nad podstatou pojmu tolerance a přístupu k němu. Když někdo položí na nádraží nebo k obchodnímu domu bombu, a tím zabije bez výběru desítky nevinných a nezúčastněných lidí, když terorista střílí samopalem do autobusu plného dětí, je „respektování jeho přesvědčení“ výrazem tolerance nebo hlouposti, nebo účasti na vraždách?*

Co tedy s tou definicí uděláme?

*Nic. Nejde mi o akademické řešení filosofického problému. Na to nemám teoretickou průpravu ani zkušenost. Mám jen naléhavou potřebu pomoci toleranci prošlapat pěšinku z knihoven do života, aby kolem nás ubylo alespoň trochu lidského trápení.*

Mezi tolerancí „teoretickou“ a „praktickou“ jako by byl (alespoň v Čechách) nepřekročitelný val...Prošlapávání pěšinky může být sifyzovská práce.

*Máte pravdu. Snad by trvalo léta, než bychom přečetli všechno, co bylo napsáno na téma tolerance. A přece: rozumíme tomu pojmu líp, než mu rozuměl Nero? Přibývá lidí, kteří*

*mají vědomou potřebu tolerance? Zabývali jsme se dost mírou žádoucí tolerance a jejími mezemi, za nimiž se tolerance mění v dálnici pro násilníky?*

**Když mluvíte o mezích tolerance, skoro mě nutíte, abych položil otázku: jste – takhle uprostřed Evropy na konci druhého tisíciletí - pro trest smrti?**

*Na vaši otázku neumím odpovět prostým ano – ne!*

*Myslím, že každé lidské společenství má právo – a dokonce povinnost – chránit životy svých členů. A nemá právo tolerovat jejich ohrožování.*

*Když někdo zavíní smrt člověka náhodně, svou nedbalostí, lehkomyšlností nebo v hnutí myslí, kdy není schopen kontrolovat své chování, společnost ho musí potrestat. Ale nemá právo brát mu život. „Oko za oko“ není to, čím bychom se měli řídit „takhle uprostřed Evropy na konci druhého tisíciletí“.*

*Když ale terorista zavraždí s rozmyslem a podle dlouhodobého plánu nevinné lidi, když si „podnikatel“ objedná vraždu věřitele nebo konkurenta, když někdo vraždí za peníze nebo pro kořist z loupeže, když chorobný pedofil utýrá a zabije bezbranné dítě, udělá to znovu, kdykoli se mu to hodí, pokud mu v tom společnost nezabrání jednou pro vždy. V takových případech nejde o trest, ale o rozhodnou obranu ohrožených lidí. Myslím, že právě tudy vede neodvolatelná hranice lidského společenství.*

*Mám pocit, že humanistické snažení nás staví před volbu: koho chránit? Zločince, nebo jeho potencionální oběť? Obojí nelze, jedno vylučuje druhé. Musíme mít odvahu zvolit, protože zvolit musíme, nemáme-li připravit o život další nevinné lidi.*

**Dovolte mi k trestu smrti poznámku. Za první republiky, jak známo, v Československu absolutní trest existoval. A diskutovalo se, má-li být zachován, nebo ne. Karel Čapek řekl v kruhu svých přátel: „Myslím, že trest smrti by měl zrušen už také z toho důvodu, že být katem není zaměstnáním pro člověka“. K tomu skoro nemám, co dodat.**

*Já možná ano, i když to je nápad trochu troufalý. Karel Čapek jenom tušil, kolik vědeckého úsilí a geniality lidstvo zapřáhne do racionalizace hromadného vraždění. Ale zkusme si představit Čapka na našem konci století. Myslíte, že být třeba pilotem z povolání a letět k cíli s jadernou bombou pod křídlem jako kat sta tisíců lidí by bylo Karlu Čapkovi jako zaměstnání pro člověka víc po chuti? Je známo, že TGM probděl nejednu noc, když měl neodvolatelně rozhodnout o životě nebo smrti odsouzence. Rozsudek smrti podepsal, teprve když si byl jist, že tím chrání život proti smrti. Karel Čapek ve svém dramatu Matka opakoval stále naléhavěji ústy ústřední postavy: „Nedám!“ A přece v posledním obraze drama vrcholí, když matka vkládá posledním, už jedinému živému synovi do rukou pušku s jediným slovem: „Jdi!“*

*Víme, jak by se Karel Čapek díval na trest smrti, kdyby s námi prožil i zbývající dvě třetiny dvacátého věku? Kdyby byl nucen protrpět ještě šedesát let stupňovaného násilí a nevidané brutalizace vztahů mezi lidmi a národy? Kdyby byl musel s námi oželeť desítky milionů obětí druhé světové války a další desítky milionů mrtvých v koncentračních a likvidačních táborech četných rudých a všelijak asijsky kropenatých diktatur? Kdyby po celých šest desítek let vnímal rostoucí otrlost světa nad nesmyslným zabíjením lidí? Možná, že by ho pak přestal těšit bonmot o zaměstnání kata. Hledal by asi ještě důslednější a odvážnější obranu lidí proti nelidskému násilí, proti zruďnému rozhodování o životě a smrti jiných.*

**Atomová bomba je silný kalibr – i v rozhovoru. Na začátku poslední světové války se hnala polská kavalerie se šavlemi proti tankům, na konci války musel být mír vynucen jadernou zbraní. Nebýt těch dvou strašných bomb, zfanatizované Japonsko by možná bojovalo do posledního muže. A bůhvíkolik životů by pak bylo zmařeno na obou stranách? Třeba i víc než nešťastných obětí v Hirošimě a Nagasaki...**

*Dávný a dosud nevyřešený spor mezi zastánci a odpůrci jaderných zbraní se, myslím, zrcadlí i ve vaší zmínce. Říkáte: „...Japonsko by možná bojovalo do posledního muže“. Pak tedy i slova „...musel být mír vynucen jadernou zbraní“ mají podmíněnou platnost.*

*Pilot, který v letadle nad Hirošimou stiskl knoflík, už do konce svých dnů žil v hrůze, postupně po dlouhá léta zabíjelo ho vlastní svědomí. Ti, kdo ho nad Hirošimu poslali, se omlouvali chatrným alibi, že museli. Každá válka, každé nesmyslné vraždění lidských bytostí je zmetek v práci politiků, důkaz jejich neschopnosti předvídat nebezpečí střetů, objektivně odkrývat původce napětí, uvědomovat si nepřekročitelné hranice tolerance a včas brát vítr z plachet násilníkům, kteří jdou za mocí, bohatstvím a přes mrtvoly!*

Chci vás chytit za slovo. Zmínil jste se o šedesáti letech „stupňovaného násilí a nevidané brutalizace mezi lidmi a národy“. Z těch šedesáti let jste skoro čtvrt století poznával svět. Pozoroval jste „brutalizaci vztahů“ na vlastní oči?

*Náš pobyt v jednotlivých zemích se počítal a týdnů, nejvýše měsíce. Ale brutalizace vztahů je proces dlouhodobý a většinou povlovný, nenápadný. Nebezpečně nenápadný. Projevuje se až po letech, spíše až po desítkách let. To už bývá pozdě. Když jsme v roce 1947 projížděli lidným a mírumilovným Alžírskem, netušili jsme, že za půl století tam náboženští fanatici budou řezat hlavy bezbranným lidem a že počet vyvražděných žen, starců i malých dětí půjde do desítek tisíců.*

*V idylickém kraji Ruanda Urundi ve střední Africe jsme na břehu jezera Kiwu našli dočasný domov ve starém hliněném domku. Na noc jsme nezavírali dveře ani okna – protože tam žádné nebyly. Nás i denní světlo vpouštěly dovnitř jen obdélníkové otvory ve zdech. Jediný výbuch, který jsme tam zažili, byl zrod nové sopky, pokřtili jsme ji jménem Wowokvabiti.*

*Uplynulo sotva půl století a světem otřásl zpráva o vyhlazovacích bojích mezi pasteveckým kmenem Tutsiu a příslušníky zemědělského národa Hutů. Přes půl milionu bezbranných obětí a snad dva miliony lidí na bezhlavém útěku před fanatickými hrdlořezy. Svět zatrnul – a zapomněl. Zvyká si na velká čísla.*

*A do třetice příkladů: Ceylon, dnešní Srí Lanka, byl pro nás vzorem vlídné a pohostinné země. Všeobecná tolerance uhlašovala vztahy mezi Sinhálci a Tamily, mezi hinduisty a budhisty, mezi knížaty a rolníky, mezi bohy a Gautamou Budhou, který bohy popíral. Tehdy před necelým půlstoletím jsme se smáli tomu, co jsme považovali za drobná a novinná uličnictví. To jenom pár tamilských výrostků mazalo bláto na poznávací značky vozů, které patřily sinhálským majitelům. Sinhálci na oplátku plácali bláto na vývěsní štíty obchodů tamilských. Politickým komentátorům to nestálo za řeč, lidé kolem měli čemu se smát.*

*Ale z těchto výrostků jsou dnes Tygři osvobození tamilského Ílamu. A z těch, kdo jim tehdy opláceli blátem za bláto, jsou nesmiřitelní, fanatictí sinhálští nacionalisté. Na příkladném ostrově tolerance lidí i bohů už počet zabitých přesáhl 150 000. Jedno sto padesát tisíc lidí!*

*V tom půlstoletí hluboké proměny toho, čemu se říká společenské klima, bychom marně hledali onu kritickou chvíli přelomu, náhlé proměny laskavých sousedů v zabijáky. Byly to tisíce malých, nepozorovaných posunů ve vědomí, chápání i konání milionů lidí zpracovávaných tou zvláštní, všudypřítomnou odrůdou tížádstivců a jejich agitátorů.*

*A na konci tohoto nenápadného procesu, zhoubnějšího než nádor, se přirozená lidská touha po klidu a bezpečí rozbíjí o vybičovaný fanatismus. V Alžíru, ve Rwandě, stejně jako ne Srí Lance a v tolika jiných zemích.*

*Fanatismus vždycky vyřazuje rozum i prostou lidskou soudnost, likviduje toleranci zapřáhne do dění slepé pudy. Kocovina z poznání po katastrofě si vynutí oddechový čas, než naroste nová generace důvěřivců. Zatím se dětem naloží pod stromečky tanky a samopaly z umělé hmoty, ať si zvykají. A těší se na chvíli, kdy ta věc v jejich rukou bude střílet doopravdy. A zabíjet!*

Přiznám se, že mne vlastní zvědavost na další a další Hanzelkova slova nutí opisovat text stále dál a dál. A to jsem celý rozhovor od včerejška přečetla šestkrát, možná sedmkrát. Jenže stránky Souzvuků mají svá omezení – a tak další pokračování v lednu. Čas, který budeme trávit nad nepopíratelnými moudry je časem dobře investovaným – otevírají se v nich naše vlastní myšlenky, které ovšem nedovedeme tak dobře vyjádřit.

Potíž ovšem je, že krásná moudra ochotně a rádi čteme a slyšíme, ale bereme si z nich poučení? Tady je ten zakopaný pes – i když dobře víme, co bychom měli dělat a jak bychom se měli chovat, často nám v tom brání osobní pohodlnost, nedostatek odvahy, možná nemístná tolerance hraničící s lhostejností. („Já to přece nenapravím, tak proč si pálit prsty a dělat nepříjemnosti!“)

Přesto se domnívám, že seznámit se s Hanzelkovým textem je nejen zajímavé, ale i prospěšné.

Takže – pokračování v lednu!

Jarina Žitná

## *Kalendárium*

1. prosince - Světový den AIDS
2. prosince - Mezinárodní den zrušení otroctví
2. prosince 1805 - bitva tří císařů u Slavkova – vítězí Napoleon
3. prosince 1310 - svatba Elišky Přemyslovny s Janem Lucemburským  
1902 - narodila se česká herečka Olga Scheinpflugová
4. prosince 1930 - zemřel konstruktér Václav Laurin, jeden ze zakladatelů firmy Laurin a Klement
5. prosince 1870 - narodil se hudební skladatel Vítězslav Novák  
1870 - zemřel slavný autor histor. románů Alexandre Dumas starší  
1880 - v Praze založena Ústřední matice česká (školství)  
1940 - v Praze zemřel největší světový houslista své doby Jan Kubelík (odehrál kolem 6000 koncertů v padesáti zemích světa!)
6. prosince 1920 - zemřel dirigent a skladatel Karel Kovařovic, dlouholetý šéf opery ND  
1950 - zemřel Vavro Šrobár – usiloval o společný stát, za povstání předseda SNR  
1990 - zemřel známý textař Ivo Fischer, básník a filosof. Hodně psal pro Waldemara Matušku
7. prosince 1970 - ve Varšavě podepsána německo – polská smlouva, Německo uznalo hranici na Odře - Nise
8. prosince 1890 - narodil se hudební skladatel Bohuslav Martinů  
1980 - atentát na zpěváka, malíře, politického aktivistu Johna Lennona, člena Beatles
9. prosince 1437 - zemřel český král Zikmund Lucemburský („liška ryšavá“)
10. prosince - Den lidských práv (od r. 1950)
11. prosince 1900 - narodila se Hermína Týrlová – scenáristka a režisérka animovaných filmů  
1980 - ve Vysočanech otevřena první sjezdovka s umělým povrchem
14. prosince 1900 - Max Planck zveřejnil v Berlíně kvantovou teorii  
1920 - na demonstraci v Mostě bylo zastřeleno 9 dělníků  
1960 - XV. zasedání Valného shromáždění OSN. Přijata Deklarace o poskytnutí nezávislosti koloniálním zemím a národům

15. prosince 1230 - zemřel český král Přemysl Otakar I. Pro české království získal už dědičně královský titul – Zlatá bula sicilská  
 1920 - narodil se oblíbený herec Vlastimil Brodský (také skřítek Hajaja)
16. prosince 1790 - v Mexico City byl objeven první aztécký kalendář
17. prosince 1770 - narodil se snad největší skladatel všech dob, Ludvík van Beethoven  
 1887 - narodil se malíř a spisovatel Josef Lada
18. prosince 1940 - Hitler podepsal plán útoku na SSSR – operace Fall Barbarosa
19. prosince 1790 - narodil se Edward Parry, britský polárník  
 1930 - narodil se JUDr a PhDr. Miloslav Stingl – etnograf, cestovatel, spisovatel, náčelník Indiánů pod jménem Okima – „ten, který vede“. 41 knih, 239 vydání, 16 milionů 919 tisíc výtisků
20. prosince 1790 - narodil se Jean Francois Champollion – archeolog, zakladatel egyptologie. Rozluštil hieroglyfy – z Rossetské desky, objev 1799
21. prosince 1850 - narodil se hudební skladatel Zdeněk Fibich
24. prosince 1420 - zemřel husitský hejtman, politik a vojevůdce Mikuláš z Husi  
 1920 - narodil se cestovatel Jiří Hanzelka  
 1930 - zemřel - spáchal sebevraždu, šéf České filharmonie Oskar Nedbal, violista (České kvarteto), skladatel známých operet,
26. prosince 1890 - zemřel Johann Heinrich Schliemann – amatérský archeolog, objevitel Troje a Mykén. Uměl 26 jazyků, plynně dokázal zvládnout jeden jazyk po šesti týdnech studia.
27. prosince 1350 - zemřel Jan z Jenštějna – třetí arcibiskup pražský  
 1860 - narodil se Karel Kramář – první předseda vlády nové republiky. Odpůrce „politiky“ Hradu, zastánce monarchie.  
 1920 - narodil se český herec Jiří Sovák
28. prosince 1960 - zemřel herec a zpěvák František Kreutzman
29. prosince 1800 - narodil se americký chemik a vynálezce Charles Goodyear – objevitel vulkanizace kaučuku, dnes nese jeho jméno největší světová továrna na pneumatiky  
 1890 - skvrna na historii USA – masakr Indiánů kmene Sioux armádou USA u Wounded Knee
30. prosince 1880 - narodil se Georges Catlett Marschal – generál, tvůrce tzv. Marschalova lánu, nositel Nobelovy ceny  
 1930 - zemřel prof. MUDr. Ladislav Sylaba – lékař, publicista, národně demokratický politik

***„..kterýpak Čech by hudbu  
 neměl rád..“  
 „ ... vstaň bystře!“***

Milí čtenáři, Rok české hudby se pomalu chýlí ke konci a s ním se uzavírá také náš seriál věnovaný nejvýznamnějším českým skladatelům. Předem bylo naprosto

vyloučeno, abychom se tu dostali ke všem, jejichž hudbu stojí za to poslouchat. Nicméně mimo tradiční čtyřlístek Smetana – Dvořák – Janáček – Martinů jsme představili také barokního mistra Jana Dismase Zelenku, světovou jedničku v oboru melodramu Zdeňka Fibicha, české impresionisty a předchůdce moderní české hudby Josefa Suka a Vítězslava Nováka a také jednoho z našich nejvýznamnějších skladatelů sborové hudby Josefa Bohuslava Foerstra. Prostor už bohužel nevybyl například na českou hudební emigraci v 18. století („božského Čecha“ Josefa Myslivečka, Chopinova předchůdce Jana Ladislava Dusíka, učitele francouzských romantiků Antonína Rejchu a další a další) anebo na dlouhou řadu vynikajících českých skladatelů 2. poloviny 20. století (Petra Ebena, Zdeňka Lukáše, Otmara Máchu, ... ale radši s tím výčtem přestanu, nebo už se nedostaneme vůbec nikam). Zkrátka, dějiny české hudby jsou plné vynikajících osobností, a i když takové věci říkám strašně nerad, skutečně by nám leckterý jiný národ mohl závidět. Jak říká profesor Vičar: my si většinou ani neuvědomujeme, kolik a jak skvělých skladatelů máme. Například nad takovým Zdeňkem Fibichem se dneska trochu mává rukou – ale kdyby se někdo toho formátu objevil například ve Švédsku (nebo v jiné zemi trochu méně úrodné na geniální skladatele), byl by nejspíš švédskou skladatelskou jedničkou, a zařadil by se tím pádem i mezi nejznámější skladatele světa. To jen u nás, ve stínu Smetany a Dvořáka, kteří přeci jen asi dosáhli ještě o pár centimetrů výš, se chudák tak trochu ztrácí...

Dobrá, a na koho se tedy zaměříme v dílu závěrečném? Je prosinec, tak hádejte! Nejméně bez dvou skladatelů si české Vánoce prostě nejde představit: bez Adama Václava Michny z Otradovic a bez Jakuba Jana Ryby. Protože ale hudební dějiny nestojí na místě, rád bych k těmto dvěma připojil ještě jedno jméno: Jiří Pavlica.

Adam Václav Michna z Otradovic se narodil v roce 1600, tedy přesně v době, kdy se v Itálii rodilo baroko. Ve svém rodném Jindřichově Hradci se stal uznávaným hudebníkem – varhaníkem, regenschorim, učitelem hudby a skladatelem. Jeho početná tvorba zahrnuje nejen známé písně typu Chtíc, aby spal, obsažené ve sbírkách Česká mariánská muzika, Svatoroční muzika či Loutna česká, ale i složité kompozice v raně barokním polyfonním (vícehlasém) slohu. Některé z těchto skladeb jsou bohužel zčásti nebo úplně ztraceny, ale kompletně se zachovala například vynikající Missa Sancti Venceslai (Mše ke svatému Václavu) pro šest sólistů, šestihlasý sbor a instrumentální ansámbl s dvěma klarinami – vysokými trubkami. (Na její nejnovější nahrávce, dostupné např. na Youtube, provádí toto dílo Collegium 1704, vynikající český soubor specializovaný na starou hudbu.) A i tady najdeme to, co máme tak rádi například na zmíněné písničce Chtíc, aby spal – krásné melodie a jakousi těžko popsatelnou vřelost a srdečnost.

A řekl bych, že přesně ze stejného důvodu náš národ miluje také Českou mši vánoční Jakuba Jana Ryby. A nejen náš národ – „Rybovka“ byla přeložena i do řady cizích jazyků a hraje se s obrovskými úspěchy všude možně. Stejně jako Michna, i Ryba toho napsal mnohem, mnohem víc než ten svůj nejznámější opus. V Rybově případě mělo jít až o neuvěřitelných 1500 skladeb! Jak jen to všechno stíhal – vést školu s 90 žáky, obstarávat veškerou hudbu v rožmitálském kostele, hospodařit, žít a vychovávat 13 vlastních dětí, odolávat zlovůli svých představených... (S tím farářem Zacharem, kterého ve filmu Noc pastýřů tak skvěle zahrál Radovan Lukavský, se prý nakonec smířil a po jeho smrti mu dokonce napsal rekviem.) V každém případě to měl tento vynikající muzikant, který z otcovy vůle musel zanechat studií a vrátit se z Prahy na venkov, nedoceněný vzdělanec a mimořádně osvícený učitel v životě zatraceně těžké, a když na něj dolehly vleklé deprese... Ani sebenepatrnější stín Rybových trápení však neleží na jeho hudbě. Nejen dvě vánoční mše, vyjadřující opravdovou radost z narození Páně, a překrásné pastorely (miniaturní vánoční kantáty v lidovém tónu) – třeba

Rozmilý slavičku –, ale i nepřeborně nevánočních skladeb (včetně např. smyčcových kvartetů), z toho všeho tryskají svěží hudební nápady a sálá ryzí radost z Božího daru hudby. Navíc Rybovo dílo ve své době hodně přispělo k obraně národního vědomí a jazyka před germanizačními tlaky. Pravdou je, že na rozdíl od Michny Ryba ve svých skladbách nedosáhl kompozičních kvalit srovnatelných s jeho velkými vzory (v jeho případě např. s Haydnem či Mozartem) – ale nechtěli bychom toho po jeho nádherné hudbě už trochu moc?

A slíbil jsem ještě jednoho skladatele. Jiří Pavlica je všeobecně znám hlavně jako primáš Hradišťanu, který také provádí např. jeho geniální Slunovrat na básně Jana Skácela (včetně slavné Modlitby za vodu). A jako skladatel má na svém kontě řadu dalších úspěšných projektů – a jedním z nich je Missa brevis. Sám autor o ní v bookletu CD s jeho nahrávkou píše: „Moje „Malá vánoční mše" vznikla jako vzpomínka na dětství, na nekonečný dětský svět harmonie, kdy běh všech věcí byl spojen vesmírným svorníkem maminčina úsměvu, k tomu křupající sníh pod dětskýma nožkama, cupitajícíma ještě za tmy na roráty do vesnického kostelíku, magické světlo svící vůně kadidla, zpěv žen ve starobylych vlnáčích, nejkrásnější teplo na světě, které zůstalo ukryto pod peřinou a čekalo na návrat svého od mrazu poštípaného poutníčka... To jsou střípky dětství adventního a vánočního, to vše jsou konstanty neměnnosti nepomíjivosti a harmonie“. Co ještě dodat po tak krásných slovech? Snad i doporučení, abyste si dílo poslechli, je zbytečné...

Milí přátelé, moc děkujeme, že jste věnovali pozornost našemu seriálu k Roku české hudby, který se tímto právě uzavírá (pouze seriál, Rok ještě měsíc potrvá ☺), a přejeme vám spoustu krásných zážitků při objevování jakékoli – nejen české – dobré hudby. A do nového roku... vstaňte bystře!

Zdeněk Rakušan

#### Literatura:

- (1) BRABEC, Jan. Hubert Hoyer: Rybova hudební zvěst je radostná a svěží. In: Česká pozice [online]. Mafra, 2014 [cit. 2014-11-18]. Dostupné z: <http://ceskapozice.czwww.ceskapozice.cz/magazin/kultura/hubert-hoyer-rybova-hudebni-zvest-je-radostna-svezi>
- (2) PAVLICA, Jiří. Missa brevis[zvukový záznam]. Praha : Supraphon, p2000. 1 zvuková deska (62:29).
- (3) ŠAFAŘÍK, Jiří. Dějiny hudby. I. díl, od počátků hudby do konce 18. století. V Praze : Votobia, 2002. 409 s. ISBN 80-7220-126-3.
- (4) ŠAFAŘÍK, Jiří. Dějiny hudby. II. díl, 19. století. Ve Věrovanech : Jan Piszkiwicz, 2006. 359 s. ISBN 80-86768-16-3.

## *Zprávy z jednot a žup Opožděné zprávy o „sokolských světlech“*

Ještě po odeslání listopadových Souzvuků, přišly dvě další zprávy o pořádání této vzpomínkové akce.



V Sokole Malíkovice, župa Budečská se jí zúčastnilo 10 dětí a v Dědicích, župa Bukovského vyplulo 21 lodiček, doprovázených nejen dětmi, ale také 20 rodiči.

Dohromady tedy 8. října vzpomínalo 27 sokolských kolektivů dětí a rodičů a dalších členů, počet účastníků po posledních zprávách stoupl na 1299.

Jestli je to hodně nebo málo, posuďte sami.

Jarina Žitná

## *Hudba ku kroužení s kužely*

Janáčkova skladba byla určena pro sokolský slet v Brně ke cvičení žen a poslední den měsíce listopadu ji mohou diváci slyšet prvně v orchestrální úpravě – světová premiéra. Hrát bude symfonický orchestr Sokola Brna I. s dirigentem Joelem Hanou. Koncert se koná v sokolovně Brna I. jako doprovodný program Janáčkova festivalu v Brně.

Převzato z plakátu Sokola Brno I.

## *Památný sokolský den v Jičíně a dalších jednotách župy Jičínské-Bergrovy*

Památný sokolský den, vyhlášený ČOS na 8.října uctili i jičínské sokolové. V areálu sokolovny od 17.hod. byly připraveny sportovní soutěže a hry, kterých se zúčastnila se sokolským žactvem cvičitelka ses. Dědečková, za což jí patří velký dík.

Od 18.hodin pak začala vlastní pietní akce před budovou sokolovny. Za zvuku sokolských písní v průvodu nesli sokolové v krojích sokolské prapory a malí sokoláci ozdobili prostranství před budovou svítícími lucerničkami. Všichni přítomní byli přivítáni starostkou jičínské jednoty ses.Kolesárovou a v krátkém projevu starostka župy Jičínské-Bergrovy ses. Tulková, vzpomenula na oběť všech sokolů, kteří položili svůj život za naši svobodu. Především jsme vzpomínali na bratra Josefa Bergra, který byl vězněn a umučen v koncentračním táboře v Osvětimi 10. května 1942. Bratr Berger byl vzorným náčelníkem župy, sokol tělem i duší a nesmlouvavý vlastenec. Na jeho počest nese jeho jméno naše župa ve svém názvu : „Sokolská župa Jičínská -Bergrova „

Všem sokolským hrdinům se poklonil i starosta města Jičina MUDr.Jiří Liška.

Po projevech děti umístily své lucerničky k položeným květinám a opět za zvuku sokolského pochodu byly odneseny prapory a pietní akce tím byla ukončena. Věříme, že každoročně budeme tento pietní akt důstojně opakovat a poděkujeme tak aspoň symbolicky našim hrdinným sokolským předkům.

I v dalších tělocvičných jednotách naší župy sokolové pořádali pietní akce k 8.říjnu .V T. J. Sokol Ostroměř zorganizovali průvod od sokolovny k říčce Javorce , po které děti pouštěly lodičky se svíčkami . V T. J. Valdice organizovali překážkový běh parkem a rozsvícení světýlek u pomníku T.G.Masryka. V T.J. Nová Paka vyzdobili sokolovnu vlajkou a vzpomínkovou akci doplnili ukázkovou veřejnou cvičební hodinou. Podobné to bylo i v sobotecké jednotě a v jednotě Dolní Kalná . Ve vývěsních skříňkách na sokolovnách byla vždy celá akce důstojně prezentována a doplněna plakáty z ČOS.

Ing. Jana Polesná, vzdělavatelka sokolské župy Jičínské – Bergerovy.

## *Jak jde život v župě Ještědské*

Vesele i smutně. Měli jsme radost z vysokého ocenění sokolské činnosti a jsme smutní z úmrtí sestry, kterou jsme všichni měli rádi a za kterou zůstane špatně nahraditelná mezera.

### *Hejtmanské dukáty*

Od roku 2006 uděluje každoročně hejtmán Libereckého kraje při příležitosti Dne vzniku samostatného Československa ocenění významným veřejně známým osobnostem. Letos k dříve oceněným 48 osobnostem přibýlo dalších šest. Chirurg, kryštofoúdolský patriot, výtvarník – sklář, autor Malé čarodějnice O. Preussler (posmrtně), zasloužilý dlouholetý starosta obce a dlouholetá učitelka a velká sokolka, starostka naší župy, sestra *Vlasta Landová*.

Návrhy mohli zasílat občané o organizace kraje, Vlastu navrhla jménem celé obce starostka Chotyně, která ji také na slavnostním zasedání v nově obnovené budově bývalých lázní, dnes galerie, představila.

Vlasta nastoupila v Chotyni jako učitelka ZŠ v roce 1957 jako dvacetiletá. Obci a práci v ní zůstala věrna, stala se ředitelkou místní školy, kterou řídila až do roku 1998. Je spoluautorkou učebnice matematiky pro 1. , 2., a 3. třídu, činně se zúčastnila práci v obci. Byla vždy u všeho, co se týkalo cvičení dětí a žen a vůbec u všech sportovních aktivit určených široké veřejnosti.

V roce 1968 iniciovala přechod Slavojů Chotyně na Sokol Chotyně a situace se opakovala i v roce 1990, kdy stála nejen u obnovení Sokola Chotyně, ale i u zrodu obnovené župy Ještědské. Pracovala jako cvičitelka, od 1.ledna 1999 je župní starostkou, takže kromě běžné práce starosty župy byla jednou z hlavních organizátorek tří Sokolských sletů pod Ještědem.

Asi nemusím připomínat, že veškerou práci dělá dobrovolně a zdarma, jak se na členku Sokola sluší.

Každý z vyznamenaných promluvil krátce o své práci – Vlasta předvedla fantastickou přednášku o Sokole, o jeho činnosti a o tom, že ocenění přijímá i jménem dalších cvičitelů a činovníků, bez kterých by byla sokolská práce nemožná. Mimo jiné řekla, že měla štěstí, protože se mohla celý život věnovat práci, kterou měla ráda – práci ve škole a v Sokole. A tak by to asi mělo vypadat, má-li život u nás být krásnější.

### *Odešla sestra Gábina Hlaváčková*

Je těžké charakterizovat člověka, kterého jsme všichni měli rádi a vážili si ho. Je to těžké, protože po něm zůstává v našich srdcích mezera, kterou se sice budeme snažit vyplnit vzpomínkami, ale bude to přece jenom mezera.

Jenže smrt nás nikoho nemine – a jak říkala moje maminka – je to jediná spravedlnost, která postihne každého z nás. Gábina na ni ve svých 73 letech měla ještě dost času, ale neúprosná nemoc, ze které se před lety uzdravila, se vrátila – a přes statečný boj už tentokrát prohrála.

Gábina s námi léta cvičila v Lokomotivě Liberec a patřila k těm, kteří okamžitě a velmi aktivně přešli do obnovené Tělocvičné jednoty Sokol Liberec I.

Sokolského života se zúčastnila jako cvičenka, stala se vynikající župní tajemnicí, která svým přístupem k práci i k lidem nikdy nikoho nezarmoutila a na nic nezapomínala – kromě toho léta vykonávala práci jednatelky Sokola Liberec I. Množství organizační práce, která za ní zůstala je nevyčísitelné. Při tom veškerou činnost vykonávala s klidem a úsměvem, v pohodě, kterou dokázala přenášet na sokolskou veřejnost v župě. Budeme na ni vzpomínat jako na člověka dělného, upřímného a laskavého, nesmírně skromného a nesobeckého, jako na skutečnou sestru nás všech.

Rozloučili jsme se s ní v pátek 14. listopadu v obřadní síni libereckého krematoria. Rozloučili jsme se smutně a těžce – odnesla si sebou, jak říká Rostandův Cyrano ve své poslední scéně „štit svůj čistý!“

Její památka je závazkem pro nás všechny, kteří jsme ji měli rádi.

Jarina Žitná

## *Zemřela Hamilka*

Vážené sestry a bratři, milí přátelé, sděluji vám smutnou zprávu, že dnes jsme se společně s rodinou drahé zesulé a s početnou sokolskou rodinou rozloučili naposled s drahou sestrou Jarmilou (Hamilkou) Šikolovou.

Vzpomínám v duchu spolu s vámi na vzájemnou spolupráci a její významný podíl nejenom jako vedoucí nácviku hromadných vystoupení Věrné grady na všesokolských sletech v Sokole Pražském, avšak zejména na její podíl na bohaté vzdělavatelsko-výchovné činnosti v Sokole. V období před jubilejním XV. Všesokolským sletem PRAHA 2012 jsme se díky jejím hlubokým znalostem historie Sokola a její celoživotní práci v Sokole mohli společně s ní podílet na pořadech, kde vystupovala svým jemným hlasem a osobním příkladem svědčila o síle sokolských myšlenek a o budoucnosti Sokola.

Vzpomínám na ni a na její osobní svědectví, zejména na naše pořady připravené ve spolupráci se sestrou redaktorkou Retkovou v Československé televizi a na veřejnou besedu na téma „150 let Sokola“, pořádanou Masarykovým demokratickým hnutím v divadle Kolowrat v období před sletem.

Světlou památku sestry Hamilky Šikolové si navždy uchováme v našich myslích a srdcích.

Vladimír Prchlík, Sokol Spořilov

## *Člověk je smrtelný – Libuše Kořínková*

a tak budeme nadále v sokolských řadách postrádat také sestru Libuši Kořínkovou z Brna. Zemřela v pozhnaném věku a zůstává za ní vykonaná práce a světlá památka jako na člověka obětavého, poctivého a statečného. Budeme vzpomínat – nezapomeneme!

## ***Velká ztráta pro vzdělavatelský odbor a pro Sokol vůbec***

Na sjezdu župních sokolských vzdělavatelů 22. 11. t.r.měl být zvolen prvním náměstkem vzdělavatelského odboru ***bratr Dušan Drahoňovský***. Bohužel se nedostavil a zvolen nebyl. Místo toho se snad na naše jednání díval odněkud shůry – odešel totiž neočekávaně a hlavně předčasně tam, odkud není návratu. Bylo mu 37 let. Pro vzdělavatelský odbor představoval naději – mladého, energického člověka, plného elánu, který by byl schopen nahradit nás dříve narozené. Shlukla se kolem něho skupina mladých členů, kteří se pomalu ale jistě stávali jakousi zálohou úspěšné budoucnosti Sokola. Smrt si nevybírá – říká se, že je spravedlivá. To ovšem neplatí v tomto případě, protože si Dušana odvedla předčasně – dříve, než stačil uplatnit své síly a aktivně pomáhat myšlence, kterou si vzal za svou. Vzpomínky jsou krásná věc – a my na něj budeme vzpomínat - ale nemohou nahradit velkou mezeru, kterou jeho odchodem Sokol utrpěl.

Jarina Žitná

## ***V kyjovském Sokole to šlape!***

Všude se píše, jak je zdravá chůze v přírodě. Seniorky v kyjovském Sokole se dohodly, že budou každý týden za každého počasí vyrážet do okolí Kyjova na vycházky. Cesty jsou dlouhé od šesti do dvanácti kilometrů – podle počasí. Když prší, jsou kratší a po zpevněné cestě, ale když je pěkně, jdeme do lesa po polní i lení cestě a délka je asi 12 km. Věkový průměr cvičenek je asi 70 let.

Na svých cestách jsme, kromě jiných cílů, již vyšly na Babí lom ve Strážovicích (420m n.m.), viděly jsme písečný rybník v milovicích plný rozkvetlých bílých leknínů a mezi nimi plovoucí labutě. Také přírodní rezervaci kvetoucích hlaváčků v Horkách, poutní místo na Náklu, kde jsme o my položily kámen k liliovému sloupu. Jsou zde kameny ze všech koutů naší republiky z ciziny. Dvakrát do roka jezdíme na celodenní výlet. Navštívily jsme Luhačovice, kde jsme ochutnaly všechny prameny. Vyjely jsme si do Brna podívat se na předvánoční výzdobu na náměstí i obchodního centra na Bankovce, byly jsme i na výstavě dřevěných betlémů.

Na svých toulkách potkáváme poznáváme nové přátele a přijímáme pozvání na různá místa jako např. Milotické Šidleny, kde je celý areál výstavných vinných sklepů.

Vždy se vracíme v pořádku domů a těšíme se již na další výšlap. Z každého si děláme zápis do kroniky – kolik nás bylo, kolik jsme ušly kilometrů a co zajímavého se nám přihodilo.

Zprávu do zpravodaje župy Slovácké „Sokol v kraji T. G. Masaryka“ napsala sestra Kamerová ze Sokola Kyjov.

Ve zmíněné zprávě jsou ještě zajímavá a pravdivá slova – na své pravidelné „výletování“ nepotřebovaly sestry žádnou celoevropskou kampaň Move Week. Prostě jen rády chodí a poznávají svou vlast a jsou rády spolu.

## ***Seminář k Památnému dni Sokola***

Vzdělávatelský odbor župy Slovácké připravil na sobotu, 25. října 2014 dopoledne v sále sokolovny ve Veselí nad Moravou seminář, který byl zaměřen k Památnému dni sokola a ke vzniku první světové války.

Program byl zahájen vzpomínkou na – pro Sokol tragický 8. říjen 1941, který se stal Památným dnem Sokola.

Sestra starostka V. Potůčková v druhém příspěvku se zaměřila na významné osobnosti Sokola – Renáty Tyršové, první náčelnice Klemeni Hanušové a poslední předúnorové náčelnice Marie Provazníkové.

Hlavním bodem programu byl příspěvek bratra Zdeňka Hlobila o příčinách vzniku první světové války a přínosu sokolů ke vzniku legií ve Francii, Rusku a Itálii. Sokolové sehráli významnou úlohu při vzniku naší republiky 28. října 1918 a její obraně.

V rozpravě br. Julius Kodrik vzpomněl na prožitou atmosféru X. všesokolského sletu a odhodlání sokolů bránit naši vlast. Součástí semináře byla také výstavka historických materiálů, které se váží k těmto událostem a výstava fotografií z první světové války.

Seminář navštívilo 28 účastníků ze sokolských jednot Bzenec, Hodonín, Lipov, Moravský Písek, Strážnice, Velké Bílovice, a Veselí n. Mor. Také z župy Komenského přijeli zástupci Sokola Staré Město, Uherské Hradiště a Zlín.

Seminář byl dobrou ukázkou vzdělávatelské práce!

Převzato z věstníku „Sokol v kraji T. G. Masaryka.

## *Výstavba sokolovny v americkém Westu*

Poslední den své pracovní cesty v USA zavítal premiér Bohuslav Sobotka (ČSSD) do texaského městečka West. Setkal se tam s početnou českou komunitou a slavnostně zahájil stavbu nové tělocvičny Sokola. Ta byla loni v dubnu zničena při výbuchu továrny na hnojiva, při kterém zemřelo patnáct lidí.

Sobotku ve Westu přivítaly na venkovní slavnosti asi dvě stovky krajanů. "Velmi bych si přál, aby tato nová sokolovna symbolizovala sounáležitost a ochotu pomoci v době nouze," poznamenal Sobotka na slavnostním shromáždění.

Lidé byli oblečení buď do českých krojů, nebo na sobě měli trička se znakem Sokola a nápisem "Byli jsme a budeme". Během oslavy se hrály české lidovky a nechybělo ani taneční vystoupení studentů.



## Premiér Sobotka během návštěvy Westu

„Není tak důležitá budova, ale spíš ta komunita, kterou symbolizuje. Jsem rád, že jsem se této slavnosti mohl zúčastnit a mohl pozdravit naše krajany,“ řekl Sobotka.

Texaský guvernér [Rick Perry](#) tvrdí, že návštěva Sobotky ve Westu má pro krajany velký význam. Současně vyzdvihl statečnost a silný duch komunity, který lidem pomohl překonat neštěstí. "Komunita je to, co nám pomáhá překonat tragédie. Je to sdílená bolest, v níž nacházíme útěchu a sílu," řekl a dodal: „Není místo v Americe, kde byste se mohl cítit více doma než tady ve Westu“.

Jeho slova potvrdil i honorární konzul Rey Snokhous. „Tohle je zážitek, který jsem si nikdy ani nepředstavil,“ poznamenal.

Text i fotografie převzaty z internetu.

Je to vždy stejné – v článku se mluví o české komunitě ve Westu, ale neříká se, že je to komunita sokolská – bohužel!



## *Závěrečné slovo*



*Z Vánoc já mám nejraději,  
když se spolu všichni smějí*

Neúprosně se blíží nejkrásnější čas ročního koloběhu.

Nejvíce by nás sice inspirovala sněhová nadílka, ale ani letos nám v tomto směru svatý Martin nenadělil. Brzy nastane zima, čas k většímu odpočinku a společným rodinným a přátelským radovánkám, čas na knihu, na rodinnou pohodu.

Už za týden bude rozsvícen vánoční strom na našem náměstí. Tímto dnem nastane poetický čas, ve kterém si postupně připomeneme oblíbené a známé světské postavy, které nás pohádkovým adventním časem po staletí provází.

Všude v obchodech už září spousta vánočních světýlek, svíček, koulí a pentlíček. Města se oblékají do nového svátečního kabátu, aby vypadala opravdu pohádkově. Jen mít oči k vidění a umět dokonale nasát tu kouzelnou předvánoční a vánoční atmosféru. Maminky už přemýšlí, jak domov zútulnit, jak si „vyšňorit“ sváteční stůl, aby ten SVÁTEK všech svátků u nás doma zanechal nesmazatelnou stopu vzpomínek na rodinné teplo, světlo a hřejivou rodinnou pohodu.

Děti už píší a zdobí dopisy Ježíškovi, aby se nezapomněl zastavit a donést alespoň něco z tajných přání. Vánoce jsou svátkem obdarování, svátkem dáreků, ale nesmíme zapomínat, že jsou především projevem přátelství a lásky.

Vhodným a cenným dárkem může být i milý úsměv a přátelské slovo, které nás posílí a potěší. Tento čas je nejvhodnější alespoň na skromné poděkování.

I já chci tímto poděkovat našim cvičitelům v T.J. Sokol Český Dub za celoroční nezištnou práci a starost o naše malé i dospělé cvičence. Všichni musí ukrojit velkou část ze svého soukromí, musí být vždy včas na cvičebních hodinách, doma předem promýšlet, zkoušet, nahrávat hudbu, připravovat sestavy a náplň hodin tak, aby cvičení bylo nejen přitažlivé, ale aby zde lidé nacházeli a vytvářeli společnou radost.

Většina cvičitelek jsou ženy, mají malé děti, takže doma je ještě čeká další maratón. Některé z nich vedou více cvičení a kroužků, takže v týdnu jsou v tělocvičně více dnů.

Pavla na aerobik dojíždí dokonce z Liberce 2 x týdně. Myslím si, že v dnešní době se jen málo lidí dokáže tolik obětovat pro druhé.

Proto se přimlouvám, udělejte radost svým cvičitelům alespoň milým pozdravem, úsměvem, potěšte je milým slovem, vždyť to je jediná odměna za jejich ustavičnou práci. A jaké přání ještě mám?

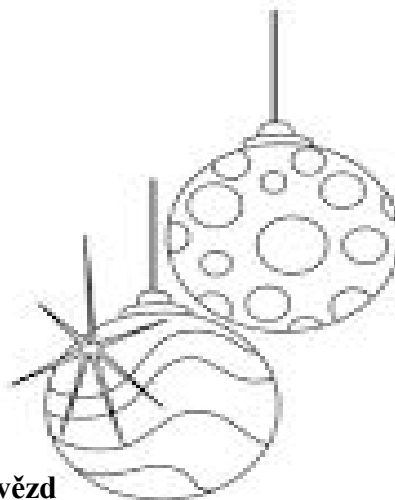
Aby se Vánoce u nás všech doma vydařily, aby bylo veselo a abychom uměli přijmout i dát alespoň pár krásných rozsvícených vteřin do kouzelného vánočního rozjímání.

Až budete věšet větvíčku jmelí pro štěstí, nezapomeňte na ní ponechat alespoň jednu bílou bobulku do příštího roku. To aby od Vás neodešla láska. Tak krásné Vánoce!  
Milena Havelková

Ještě malý dárek:



Fráňa Šrámek



Ne, nenatrháš s nebe hvězd  
a přece věř, že natrháš.  
V boj marný když se nevrháš,  
tu za dnů vázneš v jílu cest  
a večer, tiskna bradu v pěst  
svůj oheň čadit zříš a civíš v noc -  
hluchého srdce nemá stráž.

At' cesty nikam nevedou,  
tys po nich šel a šel jsi rád.  
Těch cest se nesmiš, nesmiš ptát -  
snad není cest, jen lidé jdou  
a jedna z nich je vždycky tvou -  
a z té ti zazní odpověď,  
až přestaneš se ptát!

Sestry a bratři,

Rok se s rokem sešel a před námi jsou další vánoce a s nimi poslední číslo Sokolských souzvuků v tomto roce. Vlastní závěrečné slovo jsem tentokrát ráda přenechala sestře Mileně Havelkové z Českého Dubu. Její poděkování cvičitelům jednoty, samozřejmě platí i pro všechny cvičitele v jednotách i župách, kteří nedbají na zlobu a nesvornost doby a pevně stojí ve svých tělocvičnách mezi dětmi i dospělými –mezi sokolskými cvičenci.

Kdysi jsem slyšela z úst velkého herce Ladislava Chudíka krásná slova: „Je hezké, když si lidé mohou děkovat a když mají za co!“ Napadlo mne však, že žádná slova nemohou být dost výstižná, máme –li si vzájemně poděkovat nejen za to množství práce

odevzdané klidně a bez nároků v našich jednotách i župách, ale především za pohodu a nefalšované lidské vztahy mezi většinou našich cvičenců, cvičitelů i činovníků.

Sestra Milena použila slova básníka Fráni Šrámka jako dárek nám všem k nastávajícím vánočním svátkům – nejkrásnějším svátkům roku. Shodou okolností možná nejvíc obdarovala mne, protože to je moje zamilovaná báseň, která mne často utěšuje v dobách pesimizmu a otrávenosti.

A tak se zbytečně neptejme a jděme svou sokolskou cestou – bez váhání a rádi.

Náhodou se mi dostala do ruky slova matky prvního sokolského praporu Karoliny Světlé:

*„Lidé pochybují o tom, co říkáte, ale věří tomu, co děláte!“*

Berme to jako poselství.



*A tak – Šťastné a veselé....všem !* Jarina Žitná