

# eTabiřta

400. výročí Bible kralické

Vojákova Bible

Maria Anne Hirschmann – Hansi

Dárkové tařky

4/2013



# Obsah

## Dobré čtení

- [5](#) Navzdory limitům
- [6](#) Rok 2013 je rokem 400. výročí Bible kralické
- [7](#) Oslavy výročí Bible kralické
- [8](#) Oslovili jsme umělce
- [10](#) Bible není "Návod k použití"
- [11](#) Vojáková Bible
- [29](#) Fejeton o sněhových vločkách

## Můj příběh

- [13](#) Život s překladatelem
- [13](#) Pod oblakem, babička Ludmila

## Pro tebe a o tobě

- [20](#) Módní koutek

## Jak na to

- [18](#) Řez stromů
- [23](#) Jak si kdo ustele, tak si lehne
- [25](#) Návod na výrobu dárkových tašek

## Ty a svět okolo

- [22](#) Léčivé bylinné čaje

## Představujeme

- [14](#) Ježíš uzdravuje i dnes! (angličtina/čeština)
- [4](#) Představujeme ing. Olinu Koláčkovou
- [15](#) Nadace Mezinárodní potřeby - Nepál
- [27](#) Akce Aglow

## Kultura

- [17](#) Maria Anne Hirschmann – Hansi, recenze knihy

## Cestománie

- [21](#) Pobyt na horách bez větru v peněžence

## Receptárium

- [19](#) Zelená roláda

## Help

- [27](#) Inzerce

**2. Timoteovi 3,16 Veškeré Písmo je vdechnuté Bohem a je užitečné k vyučování, k usvědčování, k napravování a k výchově ve spravedlnosti NBK**

**Pokud chcete přispět na vydávání časopisu Tabita, můžete poslat svůj dar na uvedený účet. Jakákoliv částka je nám pomocí. Děkujeme. Číslo účtu: 2900233343/2010**

**Nabízíme vám inzerci, která se dostane ke 3 000 odběratelů Tabity. Za velmi nízkou cenu se vaše inzerce dostane k velkému množství lidí.**

Podmínky inzerce:

Inzerce může být textová (text do 50 slov) nebo plošná (maximum 0,5 strany A4).

Cena uveřejnění v jednom vydání:

textová inzerce – 50 Kč, plošná inzerce – 300 Kč

Inzeráty zasílejte na adresu [etabita@etabita.cz](mailto:etabita@etabita.cz)

Redakce si vyhrazuje právo inzerát neuveřejnit.

Vydává: Tabita ČR o. s., kolektivní člen KMS.

Redakční rada: Alena Šelongová, Luba Šťastná,

Milena Krumphanzlová, Věra Dvořáková, Jana Nogová

Grafická úprava: Alexandra Šillerová

Jazyková korektura: Věra Dvořáková, Milena Krumphanzlová

Překlady: Katka Urbanová

Expedice: Michaela Šťastná

Použité fotografie jsou ze soukromých sbírek,

FOTO Horák, stock.XCHNG, internet

Adresa: Havlíčkovo nám. 548, 28401 Kutná Hora

email: [etabita@etabita.cz](mailto:etabita@etabita.cz)

IČO: 22756787

Za obsah odpovídá autor článku

Pokud chcete dostávat Tabitu zdarma,

přihlaste se k odběru na stránkách [www.etabita.cz](http://www.etabita.cz)



**NOVĚ**  
**eTabitu najdete Facebooku**

Videa z galaprogramu Kralický klenot najdete na [www.ceskestudny.cz](http://www.ceskestudny.cz)



# Úvodník

Nedávno jsem četla zajímavý článek o pokusu, který jistá psycholožka provedla se záměrem zjistit, proč lidé v konfrontaci se stejnou situací reagují zcela odlišným způsobem. Jedni se radují z výzev a druzí se jich děsí, jedni rostou v okamžicích nepřízně osudu, jiní propadnou beznaději. Dala skupině dětí hlavolamy, které měly vyřešit. Některé děti při řešení hádanek přímo rozkvetly, výzvu si vychutnávaly i přesto, že úkoly nebyly vůbec jednoduché. Jiné děti znervózněly a za chvíli se v jejich reakcích začala projevovat úzkost a nervozita. Zajímalo ji, v čem je příčina rozdílnosti postojů a zjistila, že to nemělo nic společného s jejich schopnostmi, ale spíše s nastavením jejich mysli. Polovina dětí věřila, že snaha přinese úspěch, a i když se jim něco nepovedlo, nechápaly to jako selhání, ale jako příležitost se něco naučit. Druhá skupina chápala své schopnosti a obdarování jako něco daného a neměnného, děti samy sebe viděly jako ty, jejichž možnosti jsou omezené, a proto měly tendenci to vzdát, jakmile jim připadalo, že hádanky jsou pro ně těžké. A to jen proto, že měly strach ze selhání.

Tento pokus mi připomněl příběh ze Starého zákona, kdy dvanáct špehů mělo za úkol prozkoumat zemi zaslíbenou a po návratu podat Mojžíšovi a Izraelcům zprávu ze své cesty. Byli to muži vážení, s dobrou pověstí a ostatní od nich jistě hodně očekávali. Možná právě strach ze selhání byl důvodem, proč od většiny z nich po návratu zaznělo toto poselství: „Země, kterou jsme při průzkumu prošli, je země, která požívá své obyvatele, a všechen lid, který jsme v ní spatřili, jsou muži obrovité postavy. ... a zdálo se nám, že jsme nepatrní jako kobylky, vskutku jsme v jejich očích byli takoví.“ (Nu 13,32-33) Byly však dvě výjimky: Jozue a Káleb, kteří viděli úplně totéž, co zbylých deset špehů, jejich pohled na realitu byl však diametrálně odlišný; neviděli sami sebe očima nepřítele, ale viděli nepřítele skrze objektiv Boží moci a pochopili, že Hospodin je s Izraelem. A jejich pohled na skutečnost se ukázal jako ten správný.

Dnes jsme stejně jako tito špioni obklopeni „obry“ – odevšad na nás útočí negativismus, denně musíme čelit výzvám a problémům, hříchu, apatii, lhostejnosti a pokrytectví, které nám připadají mnohem větší než naše schopnosti. Jak máme zůstat silní

a pozitivní? Pokusme se být jako Jozue a Káleb, kteří pochopili, že Bůh je na jejich straně a že i když možná přijdou selhání, podstatné je vydat to nejlepší, co je v nás a probouzet to samé v lidech, které nám Bůh staví do cesty. Nemůžeme kontrolovat, co druzí říkají a dělají, ale rozhodně můžeme kontrolovat, jak na to reagujeme. Je na mně a na tobě, abychom přinesli lidem kolem nás poselství o zemi „oplývající mlékem a medem“, abychom svým postojem a reakcemi poráželi obry negativní atmosféry dnešní doby a byli nositeli Boží přízně mezi těmi, které nám Hospodin daroval.

*Janka Nogová*





## Představujeme redaktorku rubriky o zahradě ing. Olinu Koláčkovou

V každém čísle *Tabuty* můžete najít krásné články o našich zahradách, rostlinách, ovoci apod. Píše je pro vás Ing. Olina Koláčková, kterou bychom vám dnes chtěli představit.

■ Nejdříve to základní: odkud jsi, co děláš a co dalšího bychom o tobě rozhodně měli vědět?

Už 18 let bydlím v Čáslavi. Hned po ukončení zahradnické fakulty na Vysoké škole zemědělské v Lednici na Moravě jsem tu našla práci ve firmě Starkl - zahradník a po roce jsem se sem i přestěhovala. Pracuji v Zahradním centru: nákup zboží, komunikace se zákazníky, rady a porady, péče o rostliny apod. Také jsem zde našla svůj duchovní domov ve sboru AC Čáslav. Podílím se na službě dětem – nedělní besídky a tábory. Největší novinkou je, že jsem letos v září začala studovat dálkově biblickou školu, tedy VOŠMT v Kolíně, jaksí „na stará kolena“.

■ Zdravíš nás vždy z ... patra paneláku. Jsi panelákové dítě? Jak ses dostala ke své profesi?

Kdepak, žádné panelákové dítě. Já jsem až panelákový dospělák, v paneláku bydlím „pouhých“ třináct let. Moji rodiče i prarodiče bydleli celý život v domcích na vesnici, takže záležitosti jako setí zeleniny, česání jablek, sušení sena, jednocení řepy, domácí zabijačka, sekání kopřiv slepicím a podobně, mi nejsou neznámé, ač ne vše bylo a je oblíbené.

■ Jak jsem se dostala k profesi?

Ani nevím. Mám za sebou gymnázium s docela dobrým prospěchem, a pak jsem přemýšlela, co dál. Na střední škole jsme chodili na různé brigády a mně se nějak zalíbilo prostředí ovocných sadů a chmelových plantáží, tak jsem šla na zahradnickou. Že skončím v zahradnickém obchodě, mě tenkrát vůbec nenapadlo.

■ Těší tě tvá práce? Co děláš ve chvílích, kdy je toho na tebe příliš?

Práce mě těší, mám ráda přírodu a rostliny. Je pravda, že jsem si v práci prožila i hodně náročné časy, především

v jarních sezonách, kdy na mě bylo kladeno opravdu hodně povinností a já je nějak neuměla předelegovat na někoho jiného. Nejsem „klidás“ a špatně zvládám stres, čili: ve chvílích, kdy je toho na mě příliš, zvyšuji hlas a prohlubuji mračení se.

■ Jak odpočíváš?

Z práce chodím až večer, to už na nějaké aktivity obvykle nemám moc chuti, takže většinou končím u knihy nebo televize. Ale když mám volný den, ze všeho nejradši zamírím do lesa. Mám moc ráda procházky lesem, s houbami i bez nich, často s modlitbou. A ani nepotřebuji hory či velehory, stačí mi les pár kilometrů od nás.

■ Které roční období máš nejraději?

Asi nejradši mám podzim, takový ten hezký, slunečný a barevný – babí léto. Dýchá z něho nostalgie, bývá ještě teplo a ne nepříjemné vedro, rostou houby a vzduch tak zvláště voní. Ale taky mám ráda jaro, jenže to bývám od „nevidím do nevidím“ v práci. Taky mám moc ráda červen, jarní sezona za mnou, volnější léto přede mnou. No léto taky není k zahazení. A v zimě mívám hodně volna, to je taky fajn. Tak, teď si z toho něco vyberte.

■ Z tvých článků jsme poznali, že jsi víru v Boha našla až v dospělém věku. Jak k tomu došlo?

Pocházím z nevěřící rodiny, i když moji rodiče jsou velmi hodní a milí lidé a pro mě a brácha udělali vše, co mohli. V roce 1989 jsem maturovala a teprve na VŠ se setkala s lidmi v mém věku, kteří věřili v Boha a v Ježíše. Do té doby jsem si myslela, že se křesťanství týká jen starých babiček ve studených kostelích a hlavně, že je rozhodně nepravdivé. Opravdu jsem věřila v evoluci a podobně, tak jak nás to učili ve škole. Na VŠ jsem se setkala nejprve s mladými katolíky ze Slovenska a v průběhu prvního ročníku, který byl

v Jihlavě, uvěřila v Ježíše kamarádka Renata (ECM). Ve druhém ročníku jsme spolu vedly dlouhé debaty, byla jsem na promítání filmu *Ježíš*, začala jsem chodit na domácí skupinky. Ti lidé vážně věřili všem těm bláznivým věcem! Říkala jsem si: „Je to opravdu pravda? Pokud ano, mění to celý můj pohled na svět.“ Bylo pro mě důležité zjistit, jestli je skutečně možné mluvit s Bohem, jestli On opravdu je, jestli Ježíš žije, a jestli Bible má pravdu. Rozhodně jsem chtěla věřit pravdě a ne nepravdě. Měla jsem několik zvláštních prožitků a také logické důvody, proč si říct, že do toho chci jít a Pánu Ježíši svůj život dát. Ale trvalo to myslím asi dva nebo tři roky, než jsem se definitivně rozhodla. Tím hlavním logickým důvodem pro mě byl fakt, jak reagovali Ježíšovi učedníci po jeho ukřižování – byli ustrašení, zklamaní, poražení, chtěli se vrátit ke svým profesím. A pak se stalo NĚCO, díky čemu se změnili v odvážné zvěstovatele. Dobré zprávy a šli s ní do různých koutů Římské říše, aby mohli uvěřit další lidé. Byli pronásledováni a často kvůli evangeliu i zemřeli. Věřím, že oni opravdu museli vidět vzkříšeného Ježíše, že nic jiného by je takto nezměnilo.

■ Kdybys našla tři kouzelné oříšky, v každém by bylo jedno splněné přání, co by v nich bylo?

Jéje, těch přání by bylo. Ale dobře:

1) Moc bych si přála, aby v Ježíše uvěřili moji rodiče.

2) Asi jste si všimli, že nikde v článku není zmínka o mé rodině, myšleno manžel a děti. Žádní totiž nejsou. Přesto bych si přála neprožít celý život sama a najít muže pro svůj život, včetně lásky a vzájemného porozumění.

3) Víte co? Tenhle oříšek vám dám, můžete si něco přát místo mě.

Olina Koláčková  
ptala se Luba Štastná

# NAVZDORY LIMITŮM



Nedávno jsem byl požádán, abych na jedné škole vyprávěl o době svého dětství a dospívání, které jsem prožil v minulém režimu. Uvědomil jsem si, jak hodně divná doba to byla. Tehdy se ve škole říkalo něco jiného než doma. Každý tak nějak intuitivně věděl, co a kde může říci a co už ne.

Asi nejpodivnější byla skutečnost, alespoň jak jsem to jako kluk vnímal, že mezi tím, co je dobré a co špatné, nerozhodovala ani tradice, ani moudrost, ani zkušenost, ani kvalita, ani charakter, nýbrž jen a pouze světové strany. Svět za hranicemi naší země, ležící na východ od Prahy, byl podle státní ideologie ten „dobrý“, zatímco svět ležící za hranicemi naší země, od našeho hlavního města pomyslně na západ, byl považován za ten „zlý“.

Tehdy nebylo nijak jednoduché posílat do toho „západního“ (rozuměj „zlého“) světa dopisy. Všechny byly, víceméně bez výjimky, podrobeny prohlídce Státní bezpečnosti.

Jako dvanácti-třináctiletí kluci jsme se pokoušeli psát do zahraničních automobilových firem dopisy, v nichž jsme obdivovali závodní auta a také slušně žádali o nějaké propagační materiály a samolepky. Asi to byla vcelku nevinná chlapecká kratochvíle, neboť nikomu moc nevadila. Světe div se, občas někomu z nás přišla objemná obálka z automobilky ze „zlého“ západu, zatímco „vychvalovaný“ východ trapně mlčel...

Asi nejceněnější úlovek v podobě katalogu a pohlednic jsem získal z automobilky Rolls Royce. Byl jsem tehdy malým králem naší ulice stejně, jako by byl kdokoliv z dospělých, kdo by se po ní mohl projet autem zmíněné značky.

Pravdou je, že nejvíc mě fascinovalo tajemné označení mnohých západních

automobilek, které bylo vyjádřeno mnohoznačnou zkratkou Ltd, tedy Limited. Aniž jsem to tehdy tušil, značilo to pouze omezenou dobu ručení. Jev, který je u dnešních firem zcela běžný (s.r.o. – tedy společnost s ručením omezeným), o mnohých dnešních výrobcích raději ani nemluvě...

Až mnohem později, v dospívání, jsem objevoval kouzlo onoho Limited – omezení, ovšemže po svém. S partou přátel, s níž jsem se pohyboval mezi pražskými kavárnami Slávie a Malostranská, jsem se snažil bourat omezení (limity), které nám někdo neustále nařizoval. Vymýšleli jsme nehorázné ptákoviny, kterými jsme se bavili a zpestřovali si jinak šedivý život v socialismu s lidskou tváří.

Za největší drzost, kterou jsem v tom minulém režimu patrně provedl, považuji rozeslání několika dopisů přátelům do Francie, USA a několika skandinávských zemí v době, kdy jsem ležel hospitalizován v Plzeňské vojenské nemocnici, a sice během základní vojenské služby. Psal se rok 1987, a pokud by to prasklo, reálně by mi hrozil několikaletý kriminál. Tehdejší režim to mohl považovat za špionáž. Naštěstí nikdo na nic nepřišel – odpovědi od přátel mi ve veselosti chodily domů a chudáci rodiče trnuli hrůzou, co se mnou bude. Jak už jsem řekl, byla to dost bláznivá doba s bláznivými klukovskými nápady...

Život mi časem začal přinášet mnohem závažnější výzvy. V nich jsem mohl poznávat své skutečné limity: jaké to je být manželem, tátou čtyř dětí, domácím vzdělavatelem, člověkem společensky angažovaným, či mužem, na jehož každodenní práci jsou závislí další lidé. K tomu započítávám i zkušenost duchovního, jehož úkolem je nejenom sloužit lidem z obou pólů společenského spektra, nýbrž být i tím, kdo se stává

osobním průvodcem v posledních hodinách života umírajících. Tedy těch, kdo dosáhli svého časového „limitu“ života.

Když jsem některým naslouchal v čase doprovázení, překvapilo mě, jak málokdo z nás dokáže zahlédnout, natož pokusit se překročit svá omezení, své limity – v možnostech, spolehlivosti, odvaze, růstu, zralosti, ryzím člověčenství...

Je to už nějaký čas, co jsem četl jeden velice moudrý citát německého velikána J. W. Goetha. Dodnes mě jeho slova fascinují. Goethe říká: „Jestliže se chováme k lidem podle toho, kdo jsou, škodíme jim. Jestliže se k nim chováme podle toho, jací by mohli být, pomáháme jim dosáhnout na jejich limity.“

Pro mě je to jedna z největších výzev poslední doby: začít druhé lidi vnímat jako skutečné osobnosti, které se mohou stát něčím mnohem větším, než se na první pohled zdá.

Vnímat je jako ty, které jejich Stvořitel vybavil svobodou, neomezenou kreativitou a také touhou po hluboké harmonii proto, aby minimálně dosáhli svých limitů.

Moc dobře si uvědomuji svá vlastní omezení, stejně jako omezení druhých, přesto však neztrácím naději, že se můžeme stát lidmi vskutku „nadlimitními“. Takovými, kteří si přiznají svá omezení, své prohry a svá selhání právě proto, aby je mohli společným úsilím překonávat. Můžeme se dokonce stát těmi, kdo jsou ochotni charakterově dozrát k „bezlimitnímu ručení“ za své člověčenství. Ze srdce vám přeju, abyste našli odvahu jít touto dobrodružnou cestou!

*Petr Plaňanský  
pastor KS Nymburk*

# Rok 2013 je rokem 400. výročí Bible kralické

**Bible je s ničím nesrovnatelný bestseller - nejpřekládanější, nejvydávanější a nejčtenější kniha všech dob. Jednu kapitolu jejích pohnutých osudů nám připomnělo letošní 400. výročí Kralického překladu.**

## Bible kralická

Náš národ si nikdy nemohl stěžovat na nepřístupnost biblické zvěsti. Zvláštním Božím požehnáním jsme Písmo mohli číst jako jedni z prvních v Evropě. Zasloužili se o to Konstantin a Metoděj, kteří nám před 1150 roky zprostředkovali Písmo ve srozumitelném jazyce dříve, než vůbec existovala literatura ostatních slovanských i jiných evropských národů. Staroslověnský překlad byl velmi kvalitní a pozdější překlady nepřinesly mnoho nového, protože byly zase jen z překladu – latiny. K odvážnému kroku použít přímo hebrejský a řecký originál se odhodlali až překladatelé staré Jednoty bratrské.

Iniciátorem byl mladý kazatel, pedagog a lingvista Jan Blahoslav. Pečlivá příprava mu trvala třináct let a spočívala v práci na jiné knize - Gramatice české, v níž podrobně zkoumal nejrůznější problémy překladu do češtiny. Blahoslavův Nový zákon vyšel poprvé roku 1564 a vynikal jazykovou přesností a vynikajícím slohem. Původní text měl v opravdové účte: „Ačkoli sem tím jist, kdybych byl ne tak pilně šetřil slov jazyku toho, jímž psán jest Zákon Páně, ale svobodu sobě v tom pustil, žeť jest mohla na mnohých místech bystřejší a ozdobnější řeč býti: ale zúmyslna prostosti sem následoval textu toho, z něhož jsem vykládal.“

Nový zákon se stal velmi populární a brzy bylo potřeba další vydání. Povzbuzen

jeho úspěchem, rozhodl se Blahoslav přeložit i Starý zákon, ale podlehl těžké nemoci. Tento úkol převzali další kazatelé Jednoty a tak první svazek – Knihy Mojžíšovy, vyšel roku 1579. Postupně vycházely další díly, posledním byl v roce 1594 revidovaný Blahoslavův Nový zákon. Počet svazků dosáhl šesti, a proto je toto vydání nazýváno „Šestidílka“.

Bratrští překladatelé nepřestali pracovat ani po dokončení Šestidílků. Žádné další vydání není totožné s předchozím, každé je revidováno a vylepšeno. Při své práci se snažili, „aby text český byl čistý, vlastní, srozumitelný, obyčejný, vážný... do textu také vědomě a zúmyslně, což by se v původním nenalézalo, přidáno není, ale byla o to péče, aby i nejmenší slovíčko, bez něhož řeč česká buď zdála by se neplná neb nesrozumitelná... menší literou do textu položeno bylo“.

Druhé vydání Bible kralické vyšlo už v roce 1596. Bylo jednodílné bez poznámek a na menším formátu, takže uspokojovalo potřebu menší přenosné Bible k běžnému užívání. Posledním tiskem v Kralicích byla jednosvazková Bible vydaná v roce 1613.

Čeština Bible kralické se stala etalonem spisovného jazyka. Významně ovlivnila překlad Bible svatováclavské – tam, kde si jezuité nevěděli rady s latinským překladem, použili její text a několikrát se o ní pochvalně zmiňují jako o jazyko-

vém a pravopisném vzoru pro češtinu. Na Slovensku sloužila kralická čeština až do Štúrovy reformy prakticky jako spisovná řeč.

Francouzský historik Denis napsal: „Angličané teprve o půl století později se pokusili o věrný překlad Písma svatého. Překlady Vlachů a Francouzů nikterak nelze srovnávat s původním dílem Bratří, ano i překlad Lutherův je mnohem podřízenější... Výklad velice obsáhlý a zajímavý svědčí o znamenité učenosti pro onu dobu; překladatelé znali nejen církevní otce a klasiky řecké a latinské, ale i archeologii hebrejskou...“

Znáte nějaký jiný překlad, dodnes užívaný i po 450 letech? V roce 2008 vydala Biblická společnost „Českou synoptickou Bibli“ s paralelním překladem kralickým a ekumenickým. I to vypovídá o kvalitě a významu kralického překladu.

*Jaroslav Pleva  
kazatel BJB Litoměřice*

*„Odkazuji ti za dědictví knihu Boží, Bibli svatou... Málo jest národů, kteříž by tak pravdivě, vlastně, jasně svaté proroky a apoštoly v svém jazyku mluvící slyšeli. Přijmiž to tedy za svůj vlastní klénot, vlastní milá, a užívej toho k slávě Boží a svému v dobrém vzdělání...“*

*J. A. Komenský, Kšaft*



## bible kralická 400

1613-2013

Oslavy výročí 400 let od vydání Bible kralické  
Kralice nad Oslovou 13.-15. 9. 2013



Bylo pro mě ctí a zároveň výzvou podílet se na přípravách a vzniku galaprogramu Kralický klenot a následně jej i moderovat. Mým velkým povzbuzovatelem

byl po celou dobu Alfred Strejček, který mi pomohl mnoha cennými radami.

V Kralicích jsme chtěli nejenom představit Bibli kralickou široké veřejnosti, ale také probudit v lidech chuť začít číst jakýkoliv překlad Bible.

Z reakcí umělců i diváků, které jsem osobně zaznamenala, se toto podařilo. Felix Slováček mi krátce před svým vystoupením řekl: „Já tu Bibli musím začít číst“. Alfred Strejček mu pak doporučoval, od jaké knihy to bude nejlepší.

Členové kapely Kreyson, doprovázející Ládu Křížka, viděli svého frontmana v pro ně nezvyklé hudební poloze a mezi jinými fanoušky, než jsou zvyklí. Mlčenlivě pozorovali dění kolem a radostnou odezvu tisíců diváků. Bylo evidentní, že to, co možná považovali dříve za úsměvné, dostává v jejich vnímání novou podobu.

Barytonista Jakub Pustina přispěl velkou měrou k úspěšnému odstartování programu excelentní interpretací Dvořákových Biblických písní v jazyce Bible kralické. Již samotná hymna v jeho podání byla slavnostním okamžikem, který strhl diváky ke společnému zpěvu.

Rozhovor se senátorem Liborem Michálkem o jeho vztahu k Bibli, k modlitbě a o překonávání nástrah v politice pod Božím vedením přinesl účastníkům radost i Boží bázeň.

Vyznání Petra Bende bylo příjemně prosté a opravdové. Vystoupení v Kralicích pro něho bylo srdeční záležitostí. Místní lidé ho mají velmi rádi a stovky jich přišly na jeho koncert.

Alfred Strejček ohromil přítomné vodopádem biblických veršů prýstících z jeho úst z paměti. Štěpán Rak je rozradostnil svou unikátní kytarovou hrou. Společně vzdali Bibli kralické opravdovou poctu, když její starozákonní příběhy před diváky rozvinuli v plné síle.

Felix Slováček na závěr svého vystoupení uvedl skladbu Amazing Grace slovy: "Bůh má milost s člověkem." Mnohé překvapila prostota a pokora, s jakou vystupovala Dáda Patrasová. Její duchovní prožitky se prolínaly s písněmi o Boží lásce a ochraně.

Svědectví Ládi Křížka bylo pro mnohé silným zážitkem, svým velkým hlasovým rozpětím a citlivostí posluchače uchvátil.

"A Jiří Lábus s Jaruškou Kretschmerovou, tak to byla třešnička na dortu. Jejich humor, se kterým podali příběh O ztraceném synu, přiblížil lidem Boží slovo víc než deset přednášek. Například věta Jarky, kterou odpovídala Jirkovi: To je Boží spravedlnost, byla ostrým mečem, který prožil atmosféru." Napsala jedna z diváček galaprogramu.

Kdo zůstal až do samotného konce, zaznamenal, že jasně zazněla i zvěst o krvi Ježíše Krista, prolité na kříži Golgoty. Stalo se tak předtím, než jsme společně s diváky, některými umělci a sborem Maranatha Gospel Choir zpívali píseň Jiřího Zmožka Svatá krev. Podle přítomných přítom přišla silná vlna Ducha svatého a Boží sláva padla na celé hřiště. Nakonec jsme se s Alfredem Strejčkem modlili, aby se Boží slovo dostalo ke každému člověku v naší zemi a proměňovalo naši společnost na všech jejich úrovních.

Jitka Gočaltovská

Videa z galaprogramu Kralický klenot najdete zde [www.ceskestudny.cz](http://www.ceskestudny.cz)





## Oslovili jsme umělce, kteří vystoupili v galaprogramu oslav výročí Bible kralické v Kralicích, a položili jim několik otázek:

1. Co Vás vedlo k tomu, že jste přijal/a nabídku účastnit se oslav?
2. Jak hodnotíte vztah současných Čechů k našemu „národnímu pokladu“, Bibli kralické? Je možné ještě dnes zaujmout myšlenkami z Bible?
3. Jaká je vaše osobní zkušenost s Bibli? Máte nějaký oblíbený verš/pasáž?



Jaroslava Kretschmerová



*Jak již říkali drazí kolegové Voskovec a Werich: „Čtíme Bibli, tam to všechno je.“*

1. Byla to pro mne velká radost. Účastnit se oslav tak významného výročí mne vždy potěší.
2. Židovské děti od malička čtou Bibli /Starý zákon/. Tak proč bychom se nemohli inspirovat ...
3. Moje zkušenost s Bibli je jen ta nejlepší. Znáte snad nějakou lepší knihu jako návod pro život? Já ne! ☺

Oblíbených veršů mám spoustu, možná to je tím, že mám ty své oblíbené v Bibli podtrhané, takže ať ji otevřu kdekoli, vždy mě nějaký krásný verš osloví. Jako například v Evangelii Jana ve 3. kapitole verš 16: *Neboť Bůh tak miloval svět, že dal svého jednorozného Syna, aby žádný, kdo v Něho věří, nezahynul, ale měl život věčný.* Anebo Žalm 23, ten určitě znáte všichni. Nebo verš, kde Ježíš říká: *Nepřišel jsem svět soudit, ale zachránit. A slyšel-li by kdo slova má, a nevěřil by, já ho nesoudím; nebo nepřišel jsem, abych soudil svět, ale abych svět zachránil. (Jan 12, 47)*

Když člověk pozná, jak je Bůh dobrý (*Job 42,5: Toliko jsem slyšel o tobě, nyní pak i oko mé tě vidí...*), tak i když prožívá útrapy jako postava v knize Job, je dobré si uvědomit, že to trvalo jenom čtyři měsíce a že Bůh dal Jobovi i vysvobození, jak čteme v poslední kapitole této knihy:

*Navrátil také Hospodin to, což odňato bylo Jobovi, když se modlil za přátele své, tak že což měl Job, rozmnožil to Hospodin dvojnásobně. (...) A tak požehnal Hospodin Jobovi k posledku více nežli v počátku jeho. (...) Byl pak živ Job potom sto a čtyřicet let, a viděl syny své, a syny synů svých, až do čtvrtého pokolení. (Job 42, verše 10, 12, 16)*



Alfred Strejček



*Bible je cesta a čím déle po ní jdu, tím vzácnější poklady moudrosti a poznání nabízí.*

1. Připomenutí této „růže našich knih“ mne vedlo už před více než dvaceti lety k pořadu s názvem Bach a Bible, který měl podtitul Pocta Bibli kralické a který jsem nastudoval s cellistou Miroslavem Petrášem. V mnoha dalších pořadech, například v Biblických zastaveních, tentokráte s kytaristou Štěpánem Rakem, jsem se znovu dotýkal kralického překladu. Začínám takto obsírně s odpovědí na otázku, protože slavnost v Kralicích byla vyvrcholením řady mých aktivit spojených s Bibli. Vyzván k účasti jsem byl paní Jitkou Gočaltovskou, organizátorkou hlavního pořadu, a byl jsem jejím pozváním nesmírně potěšen.

2. Soudě podle onoho vydařeného setkání v Kralicích, zdálo by se, že národ se k odkazu hlásí. Realitou však je, že jsme odkazu jako národ velmi dlužní. Konečně, této výjimečné slavnosti se nezúčastnil žádný z vedoucích představitelů státu, i když byli pozváni a svou účast přislíbili. Horší je, že málokdo si dnes uvědomuje, že počín učenců Jednoty bratrské v čele s Janem Blahoslavem je jedním z kořenů naší národní jazykové identity a že ve své době jsme se tímto u nás historicky prvním překladem Bible z původních jazyků zařadili mezi duchovně i literárně nejvyspělejší evropské národy.

Pro mne je základním textem Ježíšovo kázání na hoře. Těžko budu upřednostňovat některé myšlenky tam pronesené nad jiné. Vše promlouvá až bolestně aktuálně k nám a zároveň vyzývá k následování. Ale mám-li se dopustit citace, pak by to bylo: *Vaše ano a ne ať je ne, abyste nepropadli soudu. Co je nad to, je od zlého. A ještě: Slyšeli jste, že bylo řečeno: ‚Oko za oko a zub za zub.‘ ... Já však vám pravím: Milujte své nepřátele ... a modlete se za ty, kteří vás ... pronásledují.* To je pro mne základní myšlenka k nápravě a zachování lidské společnosti. Bohužel, v mezinárodních sporech není respektována ani těmi, kteří se ke křesťanství okázale hlásí.





## Štěpán Rak



*Pavlův list Korintským, k němuž mám obzvláště silný vztah, je jistým "hnacím motorem" mého žití a usilování o sebenápravu.*

1. Vedly mne k tomu dvě věci - 1) můj přítel Alfred Strejček mne v této souvislosti oslovil a 2) vytvořili jsme k tomuto (a nejen k tomuto) výročí komponovaný pořad z textů Bible kralické.
2. Je možné ještě dnes zaujmout myšlenkami z Bible? Myšlenkami z Bible lze zaujmout vždy, nejen má-li výročí. A právě Bible kralická, která má tak blízko k původním kořenům, je toho tím nejlepším zdrojem.
3. Miluji především Pavlův list Korintským, zvláště pak pasáž: *A tak zůstává víra, naděje, láska - ale největší z té trojice je láska.*



## Jakub Pustina



1. Bible je základní náboženský text, a pokud má tak významné výročí, je pro mne obrovskou ctí, že jsem byl osloven, a s nadšením jsem nabídku vystoupení přijal.
2. Myslím si, že postupem času se lidé navracejí k základním hodnotám, a Bible kralická je jednou z hlavních základních hodnot, na kterou by lidé neměli zapomínat. Bible je úžasný text, který je i po 400 letech pořád aktuální a rozhodně zaujme.
3. Svaté písmo slýchávám pravidelně, a to na mších, které často doprovázím svým zpěvem. Samozřejmě nejčastěji interpretuji právě Biblické písně Antonína Dvořáka, což jsou právě zhudebněné žalmy Bible kralické. Nejoblíbenějším textem je pak píseň "Hospodin jest můj pastýř".



# Bible

## není “NÁVOD K POUŽITÍ”

Jak číst Bibli s užitkem?

Jak začít a hned nepřestat?

■ Když jsem byla náctiletá, chtěla jsem vypadat velmi moudře. A tak jsem se snažila číst knihy jako Obrana Sokratova a jiné chytře vypadající tituly. Mezi knihy, které musím coby „vzdělaný člověk“ přečíst, jsem zařadila i Bibli. Vyndala jsem ji z rodinné knihovny, dala si ji k posteli a zkusila ji číst... Po určité době, kdy už vrstva prachu na ní byla příliš silná, jsem ji, nepřečtenou, vrátila do knihovny. Kde jsem udělala chybu?

To dobře znám! V osmnácti letech jsem měl Bibli poprvé v ruce a rozhodl se, že ji přečtu pěkně celou. Asi po dvou přetřepných stránkách jsem to ale vzdal. Všude samé verše, odstavce, sloupce, čísla, zkratky a značky... Kromě toho velmi archaický jazyk a spousta neznámých technických termínů; slova jako Deuteronomium, Paralipomenon či Epištola jsem v životě neslyšel. V textu jsem se ale ztrácel hlavně proto, že jsem netušil, „o čem to je“, kdo jsou hlavní postavy, co se bude dít.

Chybou je tedy zkoušet Bibli „zdolat“ sám a bez přípravy. Lepší je nechat se do ní uvést – ať už nějakou pomocnou literaturou, nebo někým, kdo v ní už „umí“ číst (nejlepší je kombinace obojího). Vlastně je o tom v Bibli pěkný příběh. Etiopský dvořan si cestou ve voze čte knihu Izajáše. Kolemjdoucí křesťan Filip se ho ptá: „Rozumiš tomu, co čteš?“ a on odpoví, „Jak bych mohl? Jedině,

kdyby mi to někdo vyložil.“ A tak začali číst spolu, až mu Filip v tom prastarém prococtví odkryl Krista (Sk 8,26-38). Takže: je skvělé nebýt na čtení a výklad Bible úplně sám.

■ Pak jsem uvěřila a začala číst Bibli jinak. Přiznávám, že poněkud chaoticky. Jak bych měla začít číst Bibli správně, abych z toho měla co největší užitek?

Bible je knihovnou desítek různých spisů mnoha autorů žijících během mnoha staletí na mnoha místech od Egypta až po Babylon. Přesto ale tvoří jeden integrální celek, neuvěřitelně provázaný a smysluplný. Jednotlivé scény a motivy postupně klenou dramatický oblouk jediného „thrilleru“ o vztahu mezi Bohem a jeho milovaným, ale nevěrným stvořením.

U každého biblického textu tedy vnímejme jeho kontext – jak daná pasáž zapadá do celkového příběhu dějin spásy, jak ho posouvá dál, jak odhaluje a zvěstuje evangelium. Zadruhé se vždy ptám: Proč je tohle v Bibli? Co se mnou má ten text udělat? Co se tu dozvídám o sobě, o světě a o Bohu? Zatřetí je užitečné uvědomovat si, že Bible není plochá kniha, nějaký technický „návod k použití života“, ale literatura se vším všudy, tedy včetně rozmanitosti různých žánrů a stylů. Četba Mojžíšových zákonodárných textů se proto řídí jinými

pravidly než četba milostné Písně písní. Šíravou ironií knihy Job je třeba číst jinak než Ježíšovo kázání na hoře. Písňové texty Davidových žalmů nečteme (na rozdíl od Pavlových listů) jako učebnici teologie či etiky, ale jako příklad upřímného modlitebního života apod.

■ Po určitém čase se mi stalo, že jsem měla pocit, že vlastně čtu věci, které dávno znám. Bylo těžké se k Bibli opět vracet. Máš nějaký tip, jak číst a nepřestat?

Ano, po čase máme Bibli „přečtenou“. Oblíbené pasáže (často podtrhané) při čtení vlastně přeskakujeme. A ta ostatní místa, kterým tolik nerozumíme – ta vlastně také jaksí přeskakujeme. Výsledkem je, že jsme sice „četli Bibli“, ale zůstali neosloveni Slovem.

Myslím, že se nad Bibli musíme stále ptát sebe i Boha: co já s tím? Jak ve mně má toto Slovo vzkličít? Bůh s námi má svůj záměr a v Bibli nám ho zjevuje. Jak to úžasně vyjádřili králíci: „Budtež pak činitelé slova, a ne posluchači toliko, oklamávající sami sebe“ (Jak 1,22).

Alexandr Flek  
hlavní překladatel Bible  
v projektu Bible21  
ptala se Luba Šťastná

# Vojákova Bible

Prošla s ním celou první světovou válku.

Byla s ním v Srbsku i na ruské frontě.

Měl ji s sebou při dlouhých pochodech, měl ji s sebou, když se brodil bahnem, byla s ním v zákopech, měl ji u sebe, když byl v blízkosti smrti.

Barevně si podtrhával slova, která ho oslovila, a na okraje stránek psal drobným písmem své poznámky.

Písmena na zažloutlých stránkách vydávají svědectví o tom, co pro něj Bible znamenala. Co pro něj znamenalo Boží slovo. Co pro něj znamenal Bůh.

Dědečkova Bible

## Části deníku

...Tak nyní stojíme před hrozivou nocí, v níž má nás napadnout nepřítel. Vše ve velikém kvapu. Ležíme ve švarmlinii. Já u víře béřu drahou svoji bibli a čtu 25. žalm, v němž je tolik potěšení. Já vím, že jsem nehoden lásky Boží, ale Pán Ježíš je mojí záštitou, mým hradem vysokým, mojí útěchou, jen na něho očekávám. On mne ze všeliké lsti vysvobodí a bude se mnou...

... Je opět neděle, 6. 9. jitra krásné, neb večer byla prudká bouře a v noci dešť, že nám až na hlavu přšelo. Ale potom přestalo a nám se pak pěkně spalo. Vstávám v 7 hod., umyji se a čtu slovo Boží. U Jeremiáše 51,46: A nebudte choulostivého srdce, ani se bojte pověstí. To mne opět povzbudilo. Nechci se bát. Mnozí čekají, že brzy půjdeme domů, ale já pochybuji. Jsem připraven na delší čas utpení. Těším se na ten příští rok 1915, že nám přinese dobré doby. Ó by to Pán dal ...

... V tom začnou Srbové střílet a my okamžitě jsme ve své švarmlinii a postupujeme dopředu za stálého střelení. Lezeme do strmého vrchu přes ploty a přicházíme do hustého dubového lesa, tam očekáváme jitra. Vždy chvílku podřimujeme, ale zima nás vždy probudí. Je 5 hodin ráno, 9. 9. a my jdeme kupředu. Sotva ale 5 minut jdeme a hned začne prudká palba proti nám a my jsme nuceni ležet v houštině. Béřu svoji bibli a čtu Přisl. 10,28: Očekávání spravedlivých je potěšení. Ó, jaká je to pravda. I já čekám potěšení, buďto odejít k Pánu, neb být vrácen drahým svým, na něž ustavičně vzpomínám...



...Již kolik dní neviděli jsme slunce ani měsíce, až dnes v noci při zuřivé střelbě pozdvihnu oči k nebi a vidím na se dívati hvězdy a měsíc, který právě postoupil do první čtvrtě. Dovedu být vděčný za slunce, měsíc, teplo? Nedovedu, až tenkrát, když sám Pán mi ukáže, co bychom byli bez nich.

...Na místo jsme přišli v 5 hodin večer. Postavili jsme si celt na tu mokrou studenou zem a po vypití teplého čaje se ukládáme ku nočnímu odpočinku. Sotva uléháme a zabalení jsouce do našich dek se zahřáli, začíná před námi prudká střelba a za malou chvíli jsme alarmováni. Běříme na sebe svoje torny a spěcháme do řad, čekající na další rozkaz. Aspoň za půl hodiny střelba umlká a my znovu se ubíráme do celt a znovu usínáme. Ale jen chvilkový spánek nás pomíjí, neb zima od země nám nedá spáti. Při svitu svíčky čteme s bratrem Víškem slovo Boží, a tak posilněni jsouce na duších svých, očekáváme jítro. Jítro, den 16. října...



Luba Šťastná, fotografie FOTO Horák



# Babička Ludmila vypráví

## POD OBLAKEM

### Příběh naplněného života v Boží službě

Jak našla Ludmilka manžela? Měla děti? Co bylo dál?

Jistě se těšíte na odpovědi, jak jsme vám slíbili.

Avšak v Tabitě se je již nedozvíte.

Proč?

Protože nejen pokračování našeho vyprávění, ale i mnohé z toho, co se do našich rozhovorů nevešlo, se dočtete v knize, která právě vychází.

Je to životopis Ludmily Hallerové s názvem POD OBLAKEM.

Pokud tedy chcete vědět, co bylo dál, pokud chcete být povzbuzeni svědectvím života babičky Ludmily, objednejte si knihu „Pod oblakem“ na emailu: [j.ostrolucky@centrum.cz](mailto:j.ostrolucky@centrum.cz)

Knihy má přes 200 stran, cena je 170 Kč.

Z výnosu se bude financovat překlad do němčiny, případně angličtiny. Ačkoliv se jménem Ludmily Hallerové vyšlo už více než 70 titulů převážně překladů do češtiny, je „Pod oblakem“ vlastně její prvotina, a to v jejích 85 letech.

A tak naše poslední otázka pro Ludmilu v tuto chvíli zní:

**Jaké jsou tvé pocity, když vychází kniha s tvým životopisem?**

Životopisy by měly vycházet až po smrti, ale vyhovují tak naléhání dětí a přátel a svěřuji svoji zповěď Tomu, kterému patří moje celá láska a věřelý dík.

*Ludmila Hallerová  
doposud se ptala Luba Šťastná*

## Život s překladatelem

Je to z víry a z Boží milosti.

S manželem jsme uvěřili v roce 1970 během jednoho měsíce. Bůh nás zachránil a proměnil. Vyrůstali jsme oba ve stejném obecenství a se stejnými učiteli. Z Boží milosti máme v Duchu svatém jednotu. Proto když manžel přijal povolání od Pána a začal toužit po novém překladu Bible, přijala jsem to jako úkol od Boha pro nás oba.

Brala jsem si příklad ze starozákonních statečných žen a postavila jsem se do role pomocnice. Mým dílem na této práci bylo vytvářet pokojné zázemí a poskytovat modlitební podporu. Nejen za nás, ale i za celý tým.

Postavila jsem se na slovo, že v Kristu jsou všechny poklady známosti a moudrosti. A je tedy možné z toho pokladu brát a pustit se do díla.

Práce trvala 18 let. A když jsme drželi první výtisk českého studijního překladu, bylo to, jako když držíte miminko. Třáslý se mi ruce a měla jsem slzy v očích.

Ale ještě není všechno hotovo, tak se modlím, aby Pán dal síly a vytrvalost dojít až do konce.

*Díky Bohu!  
Věra Zelinová*

**Služba ženy není vždy jen v tom, co sama udělá, ale i v tom, co umožní udělat svému manželovi.**

*Věra Zelinová je manželkou Antonína Zeliny, jednoho z překladatelů Českého studijního překladu Bible*



# Ježíš uzdravuje i dnes!

Vybíráme z informačního dopisu z evangelizační kampaně, kterou před nedávnem pořádala misijní organizace Gospel Outreach Ministries ve městě Serrinha ve východní části Brazílie.

## VEČER PRVNÍ



■ One woman had not been able to talk after an accident several years ago, but now she could start talking again.

■ Žena, která při nehodě před několika lety přišla o řeč, začala znovu mluvit.



■ Per had a word of wisdom about a woman with problems in her arm, after prayer, a woman who was being unable to move her arm testified that she was healed.

■ Per dostal slovo poznání o ženě, která má problémy s rukou. Po modlitbě přišla žena, která předtím nemohla pohybovat rukou a vydala svědectví o svém uzdravení.

## VEČER DRUHÝ



■ Two years ago a man had paint in his eye, and his sight had become as looking through a frosted window. He had his full sight back.

■ Muž, který si před dvěma lety poškodil zrak. Dostala se mu do oka barva a od té doby viděl, jako by se díval přes zamrzlé okno. Zrak se mu úplně obnovil.



■ An elderly woman had for 8 years back problems and for 6 years knees problems. The doctors had wanted to make surgery, but she had denied. This evening she could bend back and knees freely.

■ Starší žena, která měla 8 let problémy s páteří a 6 let s koleny. Lékaři ji chtěli operovat, ale ona to odmítla. Tohoto večera dokázala volně ohýbat páteř i kolena.

## VEČER TŘETÍ



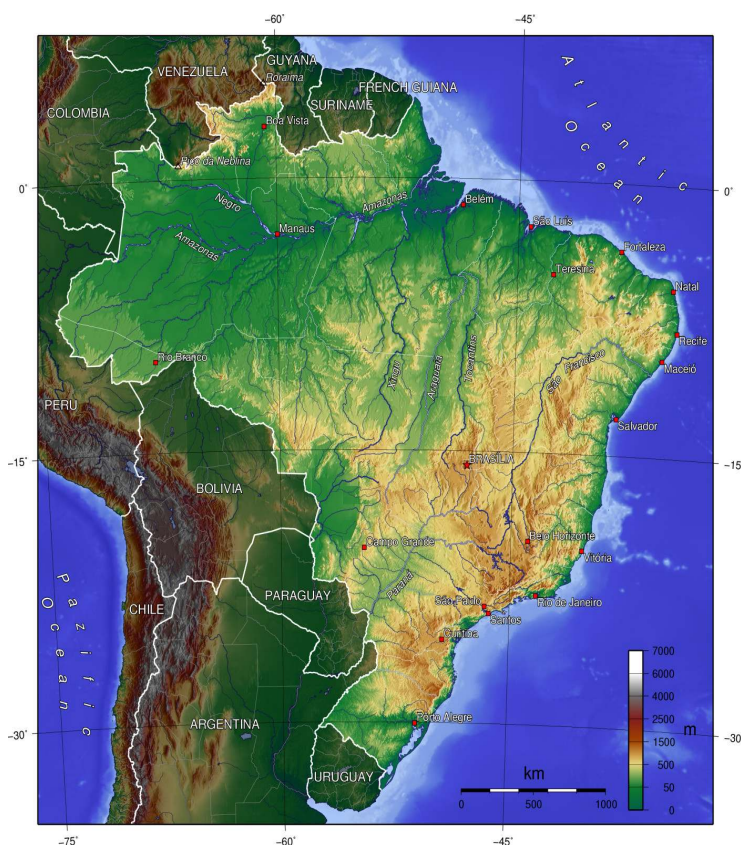
■ A boy had been unable to hear anything for 7 years, but his ears were opened so that he again could hear.

■ Chlapec, který před 7 lety přišel o sluch. Uši se mu otevřely a opět slyší.



■ An elderly woman had back surgery 7 years ago, and since then she was dependent of using a cane. This evening she could walk without her cane.

■ Starší žena, která měla před 7 lety operaci páteře a od té doby se mohla pohybovat jen s pomocí hole. Tohoto večera mohla chodit bez hole.





## Tabita představuje



## Nadace Mezinárodní potřeby- Nepál

Buddha, Himálaje, Mount Everest a hinduismus jako státní náboženství. Takový je Nepál, malá země mezi Čínou a Indií. Žije zde 30 milionů lidí. Osmdesát procent z nich vyznává hinduismus, 10% buddhismus. Téměř polovina Nepálců je negramotná a stejné množství nemá zaměstnání. Čtvrtina lidí žije pod hranicí chudoby. Po přechodu z monarchie k demokracii se země posledních pět let zmítá v politickém chaosu.

Říká se, že ještě v roce 1950 byste v Nepálu nenašli křesťana. Dnes se jejich počet odhaduje na jeden milion. Většina z nich se k Bohu obrátila v posledních dvaceti letech. Věřící byli z počátku vystaveni tvrdým represím, ale politické uvolňování postupně situaci zlepšilo. Přestože zákon zakazující „podněcování ke konverzi“ (tj. k obrácení se na jinou víru) stále platí, křesťanům již nehrozí nebezpečí.

Nepálská církev je tak po právu označována za nejrychleji rostoucí církev na světě. Právě v této zaostalé chudé zemi najdete mnoho míst, kde evangelium ještě nebylo hlásáno. Evangelisté a místní misionáři podnikají dlouhé cesty do vzdálených vesnic. Chodí dům od domu a rozdávají letáčky, vyprávějí o Bohu a jejich slova doprovázejí záznaky předpověděné Ježíšem Kristem: uzdravení nemocných, vyhánění démonů. Nepálská realita tak často připomíná doby působení apoštolů.

*„Ve vesnici Killo jsme nedávno s manželem navštívili několik věřících a povzbuzovali jsme je ve víře v Krista. Jeden z našich přátel nám řekl o nemocném člověku v sousedním domě. Jmenuje se Madan a byl napadený zlým duchem. Důvěřovali jsme našemu všemocnému Bohu, drželi jsme se jeho zaslíbení a modlili se za něj 2 nebo 3 hodiny. Nakonec zlý duch vykřikl a odešel z Madana, který když viděl zázrak na*

*svém životě, hned ten den přijal Ježíše jako svého osobního Spasitele. Amen! To je jenom příklad z mé služby.“* Mary Lama je nepálská evangelistka, kterou podporují čeští dárci prostřednictvím Nadace Mezinárodní potřeby.

Služba žen je mezi Nepálci překvapivě účinná, přestože v tradičním asijském žebříčku hodnot je ženám připisována nižší hodnota. Mnohé z nich konají výbornou misijní práci – mohou sloužit právě zase ženám. Tři z nich jsou podporovány z České republiky.

### **První obrácený ve vsi pastorem?**

Logickým důsledkem tak rychlého růstu církve je nedostatek vzdělaných služebníků. Vedoucím sboru se často stává ten, který je křesťanem nejdéle. Studium teologie je drahé a navíc v Nepálu nejsou příliš dobré teologické školy. Zájemci o teologické vzdělání tak musí získat peníze nejen na studium, ale i na cestu do zahraničí.

Dehradun se nachází v severní Indii nedaleko nepálských hranic, kde jsou tři osvědčené biblické univerzity. Žije tu asi milionová nepálská menšina. Sem také směřují kroky Nepálců, kteří chtějí být do služby Bohu lépe vyzbrojeni.

Dehradun se stal místem, kde nyní působí pobočka křesťanské mezinárodní organizace International Needs, která finančně pomáhá chudým nepálským studentům těchto univerzit.

Sídlí zde nepálský služebník a evangelista Nicanor Tamang, který byl kvůli své misijní práci v roce 1983 vězněn a posléze vyhoštěn z Nepálu. Od té doby slouží svému lidu v exilu, kde kolem něho vznikl nepálský sbor. Zapojil se též do dalších programů pomoci chudým lidem, zejména Nepálcům.

International Needs (IN) nyní podporuje 25 až 30 studentů teologie ročně. Prostředky získává od zahraničních

dárců z partnerských poboček IN. Nadace Mezinárodní potřeby je jednou z nich. Podpora probíhá podobnou formou jako dálková adopce. Dárce si vybere konkrétního studenta a toho podporuje pravidelnou měsíční částkou po určitou dobu (ideálně po celou dobu studia). Podporovaný student posílá svému dárci nejméně čtyři zprávy ročně. Obvykle jsou to dopisy, jednou ročně fotografie. Dárce může svému studentovi také psát a často vzniká osobní vztah, kdy se oba za sebe navzájem modlí, každý na jiném konci světa.

Podle Elizabeth Tamang, koordinátorky programu, je 70 % podporovaných studentů z Nepálu. Ostatní pocházejí z Indie z nepálsky mluvících oblastí, kde žije mnoho Nepálců. Devadesát procent nepálských studentů se vrací do svých vesnic v Nepálu, kde nadále slouží Bohu.

Následující úryvek je z dopisu právě takového studenta, který díky podpoře českých dárců (skupiny lidí z evangelické církve) vystudoval a vrátil se do Nepálu:

*„Nějaký čas po návratu domů jsem se zapojil do týmu evangelistů, kteří podporují a školí pastory a vedoucí církve v různých oblastech středozápadního Nepálu. Vedl jsem šestnáctičlenný tým, který podnikl několikadenní misijní výlet do hor v oblasti Kailali. Přestože bylo spaseno jen několik lidí, mnozí reagovali pozitivně. Čtyři vesnice jsme mohli nasycit evangeliem, kterým byly dosud naprosto nedotčeny. Vidím velkou potřebu a zároveň i možnost založit tu církev, která se bude scházet u někoho v domě. Modlete se, prosím, ať můžeme pokračovat v návazné práci. Modlete se prosím i za nově obrácené lidi, aby zůstávali ve víře. V okolních horách se nachází ještě několik vesnic nedotčených evangeliem a my pomýšlíme na další misijní cestu.“*



Ředitel indické IN, Nicanor Tamang, k tomu dodává:

„Sbory v Nepálu a mezi Nepálci v Indii rychle rostou a vzniká tak obrovská potřeba vzdělávat mladé lidi pro službu. Skutečnost je taková, že v mnoha církvích a organizacích shánějí služebníky s teologickým vzděláním. Pokud byste se vy nebo váš sbor chtěli zapojit do tohoto programu, ozvěte se Nadaci Mezinárodní potřeby. Potřebujeme v této oblasti opravdu pomoci. Vidíme,

že mladí lidé, pokud dostanou příležitost, mohou udělat velký kus práce.“

Dárci z ČR loni podpořili 18 nepálských studentů. Od začátku programu (1997) díky dárcům z ČR vystudovalo již 44 studentů. Ty, kteří na podporu čekají, najdete na

[www.mezinarodni-potreby.cz](http://www.mezinarodni-potreby.cz).

*Mgr. Petr Horáček, výkonný ředitel  
Nadace Mezinárodní potřeby*





## Maria Anne Hirschmann – Hansi O dívce, která vyměnila hákový kříž za kříž Kristův



Hansi (Honzík) je neobvyklá přezdívka pro mladou německou dívku Marii, která po smrti matky a pro nezáměr biologického otce vyrůstá v adoptivní křesťanské rodině sudetských Němců. Na jedné straně laskavá a ochránářská nevlastní matka, na straně druhé nelítostný a dogmatický otčím, jenž Hansi považuje za nechtěný přívažek do rodiny. Není tedy divu, že nabídka odjet do Prahy do nacistické školy pro mladé nadané Hitlerovy stoupence a najít tak své místo v životě je pro čtrnáctiletou Marii splněním vytouženého snu. Otevírá se jí svět netušených možností – studium, sebezdokonalení, ztotožnění s ideou hrdého vítězného Německa, které otevře oči celé Evropě.

Vzpomínka na matku, která se s ní loučila slovy: „Marichen, Marichen, nikdy nezapomeň na Ježíše!“ postupně bledne a středem její pozornosti je jiný bůh, ten

neposkvrněný judaismem, který povolal Hitlera, aby splnil na tomto světě důležitý úkol. Opouští tedy staromódní dětské modlitby a své srdce vydává „vítězství, cti, sláve a národní hrdosti na oltář své země“. Její píle, vytrvalé úsilí, vůdcovský duch i obětavost pro druhé z ní učiní vzor nacistické dívky, která ukazuje cestu druhým.

V této době si také začíná dopisovat s Rudym, německým vojákem nasazeným na frontě. Postupně se mezi nimi vytvoří silné citové pouto, umocněné osobním setkáním a plánovaným sňatkem. Marie ovšem záhy prožívá první velké zklamání – milovaný Rudy neustojí tlak ze strany vlastní rodiny, která sňatku mezi váženou německou rodinou z vyšších kruhů a chudou Marií s nejasným původem nepřeje. Její sen o šťastné budoucnosti se začíná pomalu hroutit. Do Prahy vjíždějí ruské tanky a Marie prchá. Útrapy, strach, hlad a vyčerpání trvají řadu měsíců. Často je blízko smrti, v nebezpečí řádění ruských vojáků a rozběsněných Čechů, kteří touží po pomstě. Vždy ale jako zázrakem vyvázne. Mohl by to být Boží zásah a jeho ochrana?

Série neuvěřitelných „náhod“ ovšem pokračuje. Marie se dostane do západní části rozděleného Německa pod ochranu Američanů. Dokonce se setkává s Rudym, kterého si nakonec vezme za muže. Zdá se, že její život dospěl k téměř idylickému konci a tady může vše skončit. Ale je tomu právě naopak, teprve nyní Marie poznává, že svůj život nezvládne: je plná hořkosti a nenávisti vůči Čechům, Rusům i vůči vlastnímu otci. Navíc její manželství je v troskách. Víra ve vlastní sílu a soběstačnost se rozplynula. Je čas znovu hledat pokoru a pomoc u Ježíše.

Nezklame ji stejně jako Vůdce?

Autobiografický příběh dosud žijící autorky zaujme svou silnou autentičností, otevřeností a prostým, nepatetickým stylem vyprávění. Vedle nacismu viděného zevnitř nabízí i pohled na odsun sudetských Němců z druhé strany, prostřednictvím jednoho lidského života, který se stává obětí kolektivní pomsty bez ohledu na osobní vinu. Škoda jen, že závěr knihy leckde podléhá schematickým a příliš jednoduchým odpovědím, které ubírají knize na věrohodnosti. Přesto hloubka tohoto svědectví o proměně jednoho lidského osudu přesvědčí čtenáře, že čas strávený nad touto knihou rozhodně nebyl ztrátou.

*Anna Maria Hirschmann: Hansi, překlad Zuzana Kempná, vydal Infiniti art, 2008*

*Milena Krupmhanzlová*

Poznámka redakce:  
Další knihy Anny Marie Hirschmannové, které vyšly v češtině:

**Nemusíš zestárnout  
Nestřílejte prosím, už jsem zraněná!  
Nikdy nepůjdu sama**

**Podle našich informací by měla sestra Maria Anne Hirschmann navštívit Českou republiku a sloužit na několika místech naší země. Podrobnosti přineseme v jarním čísle Tabity.**



## Řez ovocných stromů

Když tak přemýšlím o zimním řezu ovocných stromů, vybavuje se mi scéna z filmové pohádky Tři oříšky pro Popelku. Vzpomínáte? Pan Menšík řeže staré vzrostlé ovocné stromy, celé dlouhé a košaté větve padají dolů, on je nakládá na saně a táhne po sněhu pryč za zvuku romantické hudby.

Dnes už málokterý zahrádkář pěstuje ovocné stromy ve tvaru vysokokmenu nebo polokmenu, tahá se s vysokými žebříky a při řezu a sklizni balancuje kdesi vysoko v korunách stromů. Mnohem populárnější jsou menší tvary na nižších kmíncích. Takové stromky vstupují dříve do plodnosti, dají menší práci s péčí i se sklizní, zaberou méně místa na zahradě. Asi jedinou nevýhodou je, že mívají kratší životnost.

Pokud mluvíme o zimním řezu, jedná se povětšinou o konec zimy, především konec února. V tuto dobu se provádí řez jaderovin, čili jabloní a hrušní. Peckoviny je lépe řezat až více na jaře, březen a duben, i v květnu to ještě jde. V zimě tedy počkáme, až přejdou velké mrazy, a v předjaří se můžeme pustit do práce.

Pokud jsme na podzim sázeli nové dvouleté stromky, nyní je čas na úpravu korunky. Boční výhonky ponecháme tak 3 až 4, rozložené na všechny strany, a zakrátíme je tak, aby končily přibližně ve stejné výšce a na vnější očko. Terminál (hlavní výhon) zakrátíme tak, aby byl asi o 10 až 20 cm vyšší než boční výhony a ukončen byl očkem, které směřuje nad místo loňského řezu.

Starší, již plodné stromy, řežeme také, buď ještě stále tvarovacím řezem, abychom zapěstovali pěknou a funkční korunu, nebo již udržovacím řezem, logicky pro její udržení. Odstraňují se

tedy suché, špatné větve a dále ty, které zbytečně zahušťují korunu. Ta musí zůstat vzdušná a otevřená pro slunce, aby se zde zbytečně nedržela vlhkost (a tím pádem i různé houbové choroby a škůdci) a aby ovoce na slunci mohlo dobře dozrávat a vybarvovat se. Zakracujeme nebo úplně odřezáváme (záleží na typu řezu) nové výhony, které prodlužují stávající větve. Tato problematika je poměrně složitá, doporučuji tedy začátečníkům odbornou literaturu s obrázky, nebo se nechat zaučit zkušeným členem rodiny či sousedem. Hlavní pravidlo zní, že čím více řežeme, tím více bude strom obrůstat mladými výhony (vlky) bez plodného obrostu a to není naším cílem, pokud nezmlazujeme hodně staré stromy. Je tedy důležité řezat „tak akorát“. Snaha je o vysokou, ale kvalitní plodnost, čili o tvorbu a ponechávání tzv. plodného obrostu. To jsou krátké větvičky, na kterých strom vytváří hojně květních pupenů a následně i plodů. Důležitý je i způsob řezu, tenčí větve řežeme pilkou nebo stříháme zahradnickými nůžkami, nejlépe dvoubřitými, na větevní kroužek. Silnější větve odřízneme nejdřív kousek dál od větevního kroužku, čímž vznikne jakýsi „pahýl“, který potom odřízneme na větevní kroužek a zatřeme.

Koncem zimy je také potřeba zmladit keře a stromky rybízu a angreštu. V rostlině ponecháváme mladší výhony a staré, přibližně čtyřleté a starší rozvětvené větve odstraňujeme, u keřů až u země, u stromků v místě, kde vyrůstají z kmínku. Stáří větve si můžete spočítat podle přírůstků. Žádné zakracování délky se u rybízu obvykle neprovádí, u angreštu zakrátíme poškozené konce větviček, pouze pokud byl v minulém roce napaden padlím.

Pokud nemrzne, je možné již řezat i vinnou révu a mini-kiwi (*Actinidia arguta*). Základní princip řezu u obou druhů je zhruba řečeno ten, že zakrátíme pár jednoletých výhonů na 5 až 8 oček a část výhonů úplně odstraníme. Pro řez vinné révy ve vinohradu je několik typů vedení, zahrádkáři s jednou nebo dvěma rostlinami révy se s tím obvykle tolik netrápí a nadržují se striktně pravidel daných v příručkách, přesto doporučuji nahlédnout do odborné literatury.

Pokud je hezké počasí, můžete v tuto dobu pročistit i maliny, i když to klidně stačí až v březnu či dubnu. Nejjednodušší situace je u klasických malin, které plodí na dvouletém dřevě, nebo u tzv. remontantních, to jsou ty, co plodí na jednoletém i dvouletém dřevě. Tady platí, že odstraňujeme odplozené dvouleté výhony. Ty jsou v tuto dobu již mrtvé a mají světlou barvu. Stříháme nůžkami až u země nebo vylamujeme. Jednoleté, jedenkrát odplozené mívají zaschlý vrchol, ten odstříháme.

Větší rány řezu u ovocných stromů je potřeba ošetřit štěpařským voskem, balzámem nebo fermezovou barvou. I nářadí je důležité: ostré a čisté nůžky i pilka, případně s delší či teleskopickou násadou, a pevný žebřík nebo štafle.

Tak vidíte, chtěla jsem kraťoučkový článek a zase se mi to nějak vymklo z rukou. Přeju krásnou zahrádkářskou odpočinkovou zimu a pokojné Vánoce. A pokud vám chybí v dílně pořádné a kvalitní zahradnické nůžky nebo pilka, možná je to ten pravý tip na dárek pod vánoční stromeček.

*Ing. Olina Koláčková*

# Jak vařit ve sváteční dny

Pokud se rozhodnete zpestřit váš sváteční stůl zelenou roládou, určitě neprohloupíte. Nejenže výborně chutná, ale též vypadá tak úžasně, že budete muset stále odpovídat na dotazy: „Jak jsi tohle dokázala?“

## Zelená roláda

1 špenátový protlak (obyčejný, ne listový) nechat rozmrznout

3 žloutky

12 dkg polohrubé mouky

sůl

1 lžíce oleje

1 stroužek česneku

sníh ze 3 bílků

Vše promícháme. Rozetřeme na plech na pečící papír. Pečeme při 180 °C asi 20 min. Teplé i s papírem zarolujeme.

Náplň má být barevná.

Například máslo (12 dkg), tavený sýr (16 dkg), nadrobno nakrájené uvařené vejce, paprika, cibule, sůl. Máslo je možné nahradit termizovaným sýrem nebo pomazánkovým máslem.

Fantazii se meze nekladou.

Přejeme dobrou chuť a obdiv všech hostů!



# Módní koutek

## Co mají nosit muži?



### BLONDÁK

(Paul Newman) - obleky hnědé, modré, šedohnědé, košile nejlépe v pastelových barvách - světle modré, šedé nebo zelené. Vhodný je jemný proužek. Kravata modrá, červená nebo v kontrastních barvách.



### DO ZRZAVA

(Kevin Costner, David Caruso) - vhodné jsou uhlově hnědé obleky, hnědočerné nebo tmavě olivové zelené. Košile modré, zelené, žlutozelené, broskvové, nikdy ne bílé! Kravaty v podzimních odstínech.



### TMAVOVLASÝ

(George Clooney, Ben Affleck) - tmavé barvy obleků, tmavo-modré, hnědé, černé. Košile dle barvy očí, ale je vhodná i bílá barva. Kravaty proužkované, s geometrickým vzorem či výrazně kontrastními barvami.

### Doplňky:

Tady platí pravidlo: čím méně, tím lépe. Stačí kvalitní hodinky, případně snubní prsten! Pozor na kombinaci vzorů, vždy opatrně a nic nepřehánět!

### Rady pro muže:

1. Vždy jsou vhodné vysoké ponožky v barvě kalhot. Při sezení nesmí koukat lýtko!
2. Nikdy nenoste kravatu ke košili s krátkým rukávem.
3. Pásek, šle a boty volte ve stejné barvě.
4. K tmavě modrému obleku se nehodí černé boty, ale volte vždy hnědé.

### RADY NA ZÁVĚR:

Módní koutky se tímto posledním dílem uzavírají.

Závěrečné shrnutí: Řiďte se podle svých pocitů, nezapomínejte na své proporce a na to, že ne každému sluší všechno. Barvy volte nejen podle své barevné typologie, ale také podle nálady, abyste se hlavně cítili dobře.

Móda nás nemá terorizovat, ale má být radostí. Není špatné se zabývat otázkou, co si vzít na sebe, aby nám to lépe slušelo, ale nesmí se z toho stát modla. Máme dost jiných starostí, než myslet jen na oblečení a doplňky, přesto si můžeme občas dopřát něco, co nám zvedne náladu a co potěší. Manželovi vždy říkám (když si myslí, že už nic nepotřebuju a mám toho moc), že vím, že to není nutné. Ale že by mi udělalo velkou radost mít ten hezký doplněk, protože se mi barevně hodí k oblečení. Jsem přece žena a ženy se vždy chtěly líbit. Takové drobné věci bychom si dopřát občas pro radost měly, ne? Samozřejmě si asi nebudu kupovat prsten s briliantem, na který by naše finance nestačily, ale v rámci možností **malá radost nejenom neuškodí, ale i potěší.**

Šárka Dvořáková

# Cestománie

## Pobyt na horách bez větru v peněžence

Zdá se vám, že vypravit se na hory je pouze pro bohaté? I když zimní dovolená není zadarmo, zdaleka nemusí znamenat finanční uragán ve vašem rodinném rozpočtu.

Jak na to?

Vyberte si ubytování mimo turistická centra. Zvolte si běžky a oběd formou namazané housky v batůžku.

Jedním z vhodných míst je Horní Maršov. Dá se zde sehnat ubytování mnohem levněji než ve větších střediscích a na místo se pohodlně dostanete buď autem, nebo autobusem ze Svobody nad Úpou. V obci je též dobře zásobený obchod, proto nebudete závislí na cenách v horských restauracích.

Pravidelné skibusy vás dovezou zdarma ke startu vašich ski-túr a z některých z nich se můžete vrátit na lyžích přímo do Maršova.

Zde jsou některé vyzkoušené trasy našich výletů:

Skibusem dojedete do Pece pod Sněžkou. Některý jezdí až k lanovkám. Sedačkovou lanovkou vyjedete na Hnědý vrch. Odtud se vydáte směrem na Lyžařskou boudu a dále okolo Lesní a Kolínské boudy na Černou horu. Odtud je již příjemný sjezd kolem Pardubických a Krausových bud až do Horního Maršova.

Autobusem vyjedete na Pomezní boudy. Odtud se po krásné běžecké stopě dostanete do Dolní Malé Úpy. Po vrstevnici se dejte na Cestník, pokračujte na Lysečinskou boudu a pak podél státní hranice na Rýchorskou boudu. Pak již následuje poměrně strmý sjezd do Horního Maršova. V případě nekvalitního sněhu doporučujeme odepnout lyže a ujít tuto část cesty raději pěšky.

Pokud chcete zdolat nejvyšší českou horu, máte několik možností. Za pěkného počasí vyjedte autobusem na Pomezní boudy. Odtud podél hranic na boudu Jelenka a pak na Sněžku. Ze Sněžky se dostanete do sedla, kde je Slezský dům. Po krátkém a nezbytném odpočinku pokračujte na Luční boudu a Výrovku. Komu to stačí, může sjet do Pece pod Sněžkou a skibusem zpátky do Horního

Maršova. Zdatnější mohou pokračovat kolem chalupy Na rozcestí, Liščí horu a dále již známou cestou přes Černou horu domů. Pokud chcete na Sněžku snazším způsobem, můžete zvolit lehčí výlet lanovkou na Růžovou horu a dále buď vyjít pod lanovkou na vrchol, nebo se traverzem dostat na cestu, která vede k boudě Jelenka. Odtud po Žluté cestě na Pomezní boudy.

Pokud přeci jen nechcete opustit sjezdové lyžování, můžete se pomocí skibusů dostat na sjezdovky jak v Peci pod Sněžkou nebo na Pomezních boudách, tak na druhé straně v Jánských Lázních a Černé hoře.

A pokud necháte lyže doma, určitě si užijete krásné procházky zimní přírodou.

*Jan a Luba Šťastní*

**Tady je tak krásně ...**

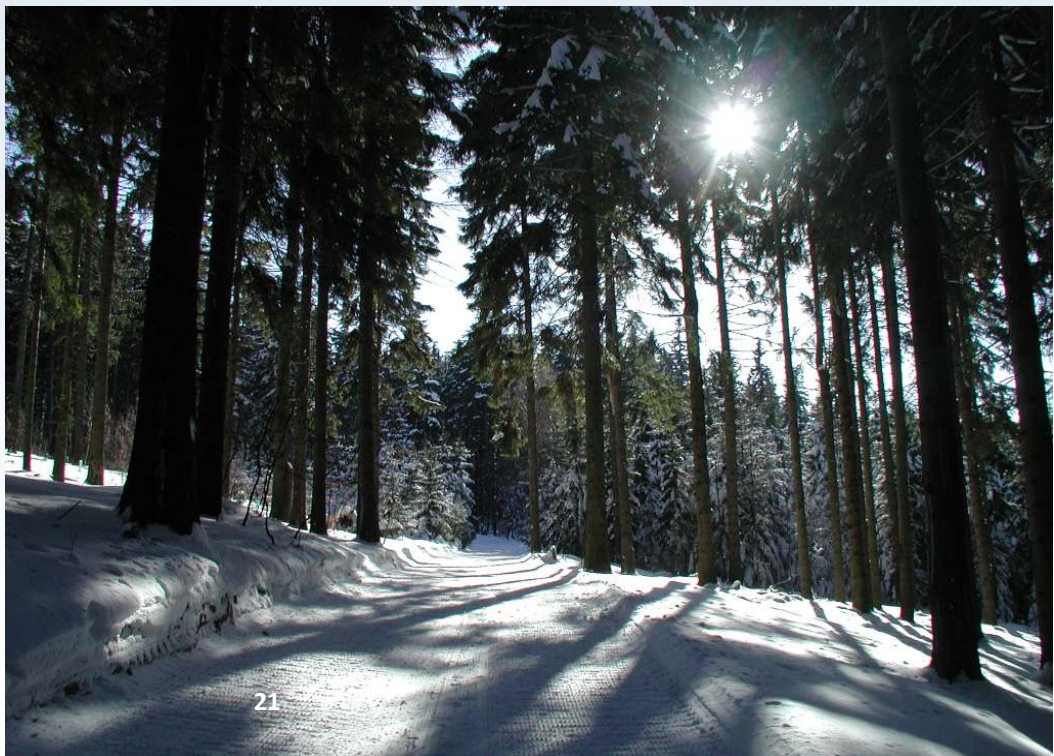
**Jsme přesvědčeni, že je u nás mnoho úžasných míst, která stojí za to navštívit.**

**Je to u vás hezké? Byli jste na pěkném výletě? Máte oblíbený kraj? Máte skvělé zážitky z výletu? Strávili jste někde pěknou dovolenou?**

**Podělte se se čtenáři Tabity.**

**Napište nám a pošlete pár fotografií. Vaše příspěvky rádi uveřejníme.**

**Napište, kde je krásně!**



# Léčivé bylinné čaje



Podzim a zima jsou krásná roční období. Přinášejí s sebou však také nepříjemnosti, jako jsou nachlazení a obtíže s ním spojené. Nejčastěji jde o bolest v krku, kašel, rýmu a ucpaný nos a zvýšenou teplotu. V lékárnách najdeme mnoho přípravků, které nám pomohou tyto symptomy odstranit a zvládnout. Jednou z možností jsou léčivé bylinné čaje, které jsou k dostání v různých směsích nebo jako samostatné byliny.

V období zvýšeného rizika nachlazení je vhodné posílit imunitu. K tomu poslouží čaj ze šípku, který má vysoký obsah vitamínu C, dále rakytníkový čaj, který také obsahuje velké množství vitamínu C a antioxidanty, a dobře známá Echinacea (Třapatka). Pro celkové posílení imunity, na prohřátí a s protizánětlivými účinky se výborně hodí čaj připravený z kořene zázvoru.

Při horečkách z nachlazení, kdy je potřeba se vypotit, použijte lipový nebo bezový čaj. Obě byliny zvyšují pocení a mají močopudný účinek. Stejně tak lze

použít heřmánkový čaj, který má zároveň účinky protizánětlivé a uklidňující.

Častým problémem bývá kašel. Suchý a dráždivý kašel je vhodné utlumit. K tomu dobře poslouží divizna nebo sléz, který také ochraňuje sliznici při zánětech a suchém kašli. Vlhký a produktivní kašel je vhodné naopak podpořit. K tomu dobře poslouží hned několik bylin. Patří mezi ně jitrocel, proskurník, mateřídouška, tymián, lékořice, yzop, hluchavka, podběl a fenýkl. Tyto rostliny zvyšují sekreci hlenu, usnadňují odkáslávání, rozpouštějí hlen a také chrání sliznice. Čaje z těchto bylin (a též i jiné přípravky k podpoře vykašlávání a uvolnění hlenu) by ale neměly být užívány po 17. hodině, z důvodu zajištění klidného spánku.

Všechny uvedené byliny se většinou podávají ve směsích. Jednak pro usnadnění užívání, jednak pro vzájemnou podporu a doplnění účinku. Do směsí se dále přidávají byliny sloužící

k úpravě chuti a vůně (máta), byliny močopudné (zlatobýl), byliny tlumící bolest a s protizánětlivými účinky (tužebník), dále byliny ochraňující sliznice a podporující hojení (řepík, proskurník) a např. plody aronie pro obsah vitamínů, minerálů a antioxidantů.

Při užívání bylinného čaje se vždy řiďte dávkováním uvedeným výrobcem.

*Michaela Štastná  
farmaceutický laborant*



## Tip na vánoční dárek

### Jak si kdo ustele, tak si lehne



V prvopočátcích to byla suchá tráva – seno, které ale prášilo, lámalo se a velmi rychle se proleželo. Oproti tomu osvědčeným materiálem byla sláma. Její výborné tepelné vlastnosti, snadná dostupnost a hygiena (každý rok se vyměnila), vedlo k tomu, že byla dlouho nenahraditelným materiálem ve výrobě matrací.

Další používané materiály, jako jsou peří, koňské žíně, bavlna nebo koudel, si z důvodu vysoké ceny mohla dříve dovolit především šlechta. Podle nálezů, které se datují do období kolem 3600 před naším letopočtem, existovaly již v této době vodní postele. Byly vyrobeny ze sešitých kůží kůže naplněné vodou.

V době starověkého Říma byly matrace většinou ze sametové látky, která byla naplněna sušenou trávou, žíněmi nebo tkaninou.

Od 18. století se začaly vyskytovat pružiny, které však musely být determinované (stabilizované) provázkem nebo zašité do sáčku.

Jak je to s matracemi v dnešní době?

#### A jak si vybrat vhodnou matraci?

Matrace se dělí podle výrobního materiálu na:

- matrace z PUR pěny,
- matrace z HR pěny,
- matrace z líné pěny,
- pružinové matrace,
- taštičkové matrace,
- latexové matrace,
- lamelové matrace,
- sendvičové matrace.

Pocitová tuhost matrace nezávisí pouze na odporu proti stlačení, ale také na profilování a prořezání matrace. Čím širší a hlubší prořez, tím měkčeji reaguje část okolo prořezu.

#### Matrace z PUR pěny

Pěnový polyuretan se prodává pod značkou „molitan“. Pěna je vhodná pro výrobu matrací díky svým vlastnostem, jako jsou pružnost, tvarová stálost a cenová dostupnost. Matrace z PUR pěny jsou vyráběny buď z jedné vrstvy PUR pěny, nebo z více vrstev různých druhů PUR pěn, které jsou položeny, či slisovány na sebe. Tyto matrace mají různou tvrdost.

#### Matrace z HR pěny

Studené pěny se někdy označují jako HR z anglického High Resilience, tedy vysoce pružné. Materiál disponuje dobrou elasticitou i při vyšší objemové hustotě. Díky otevřenější buněčné struktuře má HR pěna dobrou prodyšnost, čímž snáze vyrovnává teplotní rozdíly.

#### Matrace z líné pěny

Líná pěna je směs PUR a HR pěny. Díky tomu kombinuje jejich vlastnosti, jako je např. teplotní roztažnost. Výsledkem je, že matrace z líné pěny netrpí tolik na proležení.

#### Pružinové matrace

Tyto matrace mají střed jádra tvořený pružinovým drátem různé síly. Roznášecí vrstvou (vrchní a spodní strana) jsou pak různé druhy pěn. Pružinové matrace patří díky své konstrukci mezi velmi vzdušné. Některé typy těchto matrací mohou být uloženy na polohovatelném roštu.

### Taštičkové matrace

Tyto matrace mají střed jádra tvořený velkým množstvím pružin uložených v textilních pouzdech. Výhodou oproti pružinovým matracím je větší počet pružin a tím i lepší rozložení váhy na matraci. Matrace jsou velmi vzdušné a je možné je uložit na polohovatelné rošty. Roznášecí vrstvu těchto matrací tvoří pěny různých tuhostí.

### Latexové matrace

Matrace z latexu se vyrábějí z přírodního nebo syntetického latexového materiálu. Ortopedické vlastnosti latexové matrace se nejlépe projevují v kombinaci s vhodným lamelovým roštem (min. 26 ks lamel).

### Lamelové matrace

Matrace je vhodná pro podporu páteře, protože je tvořena systémem lamelových částí a pružného jádra. Takovéto matrace dobře kopírují tvar páteře ležícího člověka, takže při spánku nedochází k jejímu prohýbání. Matrace se skládá z ortopedického lamelového roštu, nosníků a roznášecí vrstvy. Lamelové matrace pak nesmí být uloženy na lamelovém roštu. Matraci je nutné uložit na laťkový rošt nebo na pevnou desku.

### Sendvičové matrace

Sendvičové matrace se vyrábějí spojením několika různomateriálových vrstev. Často se používají vrstvy z kokosové a latexové hmoty. Spojování těchto vrstev přináší dobré provzdušnění matrace a zvyšuje její pevnost.

### Zónování matrací

Pokud má matrace zóny (často pět nebo sedm), znamená to, že je v určitých částech jinak tvrdá – má jinou výztuhu. Zóny kopírují důležité partie lidského těla. Například v oblasti hlavy, ramen a boků (kyčlí) dochází k většímu zatížení matrace, a proto je tato zóna tvrdší, aby nedocházelo k proleženinám. Naopak

v oblasti beder může být zóna měkčí. Rozložení zón na matraci je symetrické podle středu – je poté možné matraci otáčet, což by se mělo dělat pravidelně.

### Zdravý spánek

#### 10 rad, jak zdravě spát:

1. Poslouchejte požadavky svého těla – každému vyhovuje jiná tvrdost matrace.  
2. Vybírejte kvalitní materiály – jsou v bezprostředním kontaktu s vaším tělem.

3. Zaměřte se na prodyšné matrace, které odvádějí vlhkost a pot, dbejte na alergickou nezávadnost všech materiálů.

4. Vhodný podklad pod matraci musí být dobře odvětráný, aby matrace „dýchala“ (doporučujeme lamelový rošt).

5. Nekupujte vakuově zabalené (stočené) matrace. Matraci to neprospívá, podstatně se snižuje kvalita materiálu, z kterého je vyrobena. Ne vždy je snadná manipulace výhodou.

6. Vybírejte snímatelný pratelný potah, dělitelný na dvě části (aby se vešel do pračky).

7. Ne vždy je vysoká cena zárukou vysoké kvality – i za relativně nízké ceny lze pořídit kvalitní zboží. Výhodným kritériem je prodloužená záruka.

8. V kombinaci s ortopedickým polštářkem zajistíte ideální uložení páteře.

9. V neposlední řadě záleží na kvalitních lůžkovinách – vyberte si polštář a přikrývku, které vyhovují vašim požadavkům.

10. Používejte kvalitní povlečení na lůžkoviny, prodlužuje životnost potahu matrace a zpříjemňuje spánek.

Aktivita, kterou během dne vykonáváme, musí být vyvážena patřičným odpočinkem. Pokud ovšem v noci spíme na nekvalitní matraci, regenerace našeho těla nemůže probíhat naplno. V případě že se nám spí nepohodlně,

naše tělo nedokáže spánkem nabrat potřebnou energii a ráno se pak probouzíme unavení a rozlámaní. Objevit se mohou i zdravotní problémy spojené s bolestí páteře, krku nebo hlavy.

Inu, jak si kdo ustele ...

Lenka Nováková  
MOTIV NÁBYTEK  
[www.motiv-interier.cz](http://www.motiv-interier.cz)







## Jak zabalit dárky ORIGINÁLNÍ DÁRKOVÉ TAŠTIČKY Využijte staré kalendáře!

Vše začalo jedním dárkem, který jsem dostala od kamarádky v ručně vyrobené dárkové tašce. Ačkoliv nemám příliš ráda vyrábění a ruční práce, přestože si to okolí většinou myslí, taštička mě zaujala. Dávám totiž ráda drobné dárky pro radost mnoha lidem. A kupovat pokaždé balicí papíry nebo taštičky se dost prodraží. Člověk pak musí čekat na nějaké výprodeje a nakoupit raději vše dopředu a najednou. Za rok toho rozdám opravdu hodně. A tak se mi návod z jednoho časopisu opravdu hodil. Ručně vyrobená dárková taštička je už dárkem sama o sobě. Stačí do ní jen vložit něco pro radost a lidé to vždy s vděkem přijmou. Radost je pak oboustranná.

Mám ráda rychlost, nenáročnost a taky originalitu, takže jsem se neřídila tím návodem z časopisu doslova. Neměřím žádné centimetry, prostě dělám vše od oka, jak to mám ráda. Taky záleží na velikosti, protože z jednoho nástěnného kalendáře se dělají taštičky úplně jiných rozměrů než z módního časopisu, který někde doma najdu. Proto je návod jen orientační, stačí znát postup a je to. Záleží už jen na naší fantazii a nápadech. Stejně tak se dají použít různé stuhy, mašle a provázky jako poutka na tašku. Co má člověk zrovna při ruce. Nic extra nenakupuji. Kalendáře používám staré, které už nejsou aktuální a vyhodily by se. Je to vlastně svým způsobem taková dobrá forma recyklace.

A tak z kalendáře Prahy z roku xx vznikla kolekce taštiček s názvem „Černobílá Praha“, z barevného pak „Barevná Praha“, z fotek miminek „Děti“, z módního časopisu pak byla kolekce „Fashion“ a z kadeřnického „Design“. Vždy si udělám fotky mých

kolekcí a pak rozdávám taštičky s dárky, až nakonec nemám žádné. A dcera Adrianka udělala jednu svou vlastní kolekci z časopisu jednoho supermarketu. Tyto taštičky se pak hodily na potravinové dárky, jako jsou třeba čaje. Stejně tak se snažím dávat do taštiček takové dárečky, aby obsah ladal s obalem. Do designové kadeřnické tašky rozhodně patří přípravek na vlasy. Do dětské jsou vhodné drobné dárečky pro děti nebo maminku novorozence. A některé jsou neutrální. Třeba z kalendáře měst nebo taštičky s květinami. A kolekce „Fashion“, kde jsou nafoceny módní kreace a hezké oděvy, jsou zase velmi vhodné na dárek pro ženu, například šátek či šperk. Každý si prostě vybere ten svůj styl. Tak přemýšlím, že jsem trochu zapomněla vytvořit nějaké taštičky čistě pro muže, tak snad příště budu mít kalendář s auty nebo nějakou technikou...

*Přeji všem hodně nápadů a hezké  
výtvary.*

*Šárka Dvořáková*



# Návod na výrobu dárkových tašek



## Potřebujeme:

Starý kalendář nebo ozdobný papír, nůžky, lepidlo, ozdobný provázek, děrovačku.

## Návod:

Vzmeme list z kalendáře a vystříháme obrázek. Pokud to jde, ponecháme cca 4 cm bílý okraj nad obrázkem a pod obrázkem. Pokud okraj není, nevadí, jen musíme počítat s tím, že bude část obrázku použita na konstrukci tašky.

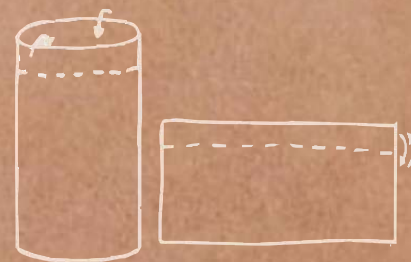
## Horní okraj tašky

Papír položíme na stůl rubem nahoru.

Horní okraj zahneme 4–5 cm.

Vznikne tak manžeta, kterou zase narovnáme.

Papír stočíme do válce a slepíme boky k sobě (šířka spoje 1 cm).



## Boky tašky

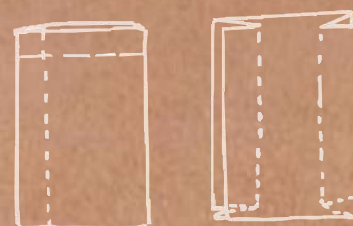
Válec položíme na stůl a zploštíme tak, aby slepený spoj byl asi 2 cm vedle nového ohybu.

Válec zvedneme, pootočíme o 4–5 cm a opět zploštíme, vznikne nový ohyb rovnoběžný s předchozím ohybem tak, aby lepený spoj byl mezi oběma ohyby (na boku tašky).

Nyní máme tvar dutého kvádra.

Užší strany kvádra vmáčkneme dovnitř a papír zploštíme na obdélník.

Všechny hrany přejedeme nehtem nebo pravítkem.



## Dno tašky

Na dolním okraji složíme špičku, jako bychom skládali vlaštovku.

Špičku vlaštovky ohneme směrem k manžetě.

Totéž poskládáme na druhé straně a ohyby vrátíme zpět.

Tašku rozložíme opět do tvaru kvádra

a postavíme manžetou na stůl.

Poskládáme dno podle vzniklých rýh (jako bychom balili balíček) a slepíme .

## Ucho

Děrovačkou uděláme v manžetě dírky a protáhneme provázek jako ucho.



# Setkání Aglow

**PARDUBICE:** Křesťanská škola NOE, středisko Saleziánů, Sborové náměstí.

20. 1. 2014 – pondělí v 17.00 hod., mluvčí: Iva Dosedlová

17. 3. 2014 – pondělí v 17.00 hod., mluvčí: Daniela Čížková

22. 4. 2014 – úterý v 17.00 hod.

**PRAHA 1:** Soukenická 15

17. 1. 2014 – pátek v 18.00 hod.

21. 3. 2014 – pátek v 18.00 hod.

**ŽDÁR NAD SÁZAVOU:** KD Vysočany, Na Úvoze, Křesťanské společenství.

23. 1. 2014 – čtvrtek v 19.00 hod., mluvčí: Bohunka Horská s manželem

20. 2. 2014 – čtvrtek v 19.00 hod., mluvčí: Irena Zemanová

20. 3. 2014 – čtvrtek v 19.00 hod., mluvčí: MUDr. Anna Vlčková

**ŠUMPERK:** Modlitebna BJB ul. M. R. Štefánika

1. 2. 2014 – sobota v 15.00 hod., mluvčí: Lenka Veselá (Svědectví ze života služby)

## 7. mezidenominační setkání žen „Od dívky až po babičku“

5. 4. 2014 v Křesťanském centru, Slovenská 3, Český Těšín.

téma: „Duši mou obcerstvuje“

hlavní řečníci: manželé Sedláčkovi z Prahy

dopolední program pro ženy: téma deprese + diskuse (MUDr. Darina Sedláčková)

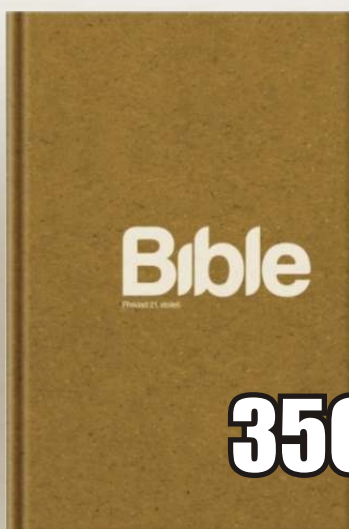
odpolední program otevřen pro všechny: komunikace a řešení konfliktů (Darinka + Karel Sedláčkovi) – zaměřeno na manželské páry

## Inzerce

**Bible21**

formát XL

~~495,-~~



**350,-**

KRÁLŮV KŘÍŽ+JOBŮVA ZVĚST

~~250,-~~



~~199,-~~

komplet

**350,-**

**Obdarujte své blízké knihou s příběhy o tom, jehož příchod na Vánoce slavíme!  
Celou nabídku Biblionu najdete na [www.biblion.cz](http://www.biblion.cz).**

# “SKUTEČNĚ LUXUSNÍ DÁREK”

Jedinečné umění vykrajování do glycerinových mýdel přichází z Asie přímo k vám.  
Jediný výrobce v ČR [www.royalsoap.cz](http://www.royalsoap.cz)



## Podpora nepálských studentů biblických škol



**„Vedl jsem tým šestnácti lidí, který podnikl několikadenní misijní výlet do hor v oblasti Kailali. Několik lidí bylo spaseno a mnozí další reagovali pozitivně. Čtyři vesnice byly dosud naprosto nedotčeny evangeliem a my jsme je zaplavili touto dobrou zprávou. Máme velkou možnost založit tu církev, která se bude scházet u někoho v domě. Protože je to velmi odlehlé místo, modlíme se, jak na to. V okolních horách je ještě několik vesnic, kam nikdy nepřišlo evangelium a máme na srdci k nim přijít.“**

Toto je část zprávy o službě nepálského absolventa biblického semináře. Daniel M. byl po 3 roky podporován z ČR, jeho dárce byl evangelický sbor z Prahy. Po promoci zahájil Daniel v létě 2013 duchovní službu v odlehlých oblastech západního Nepálu.

Podpořte nepálské studenty biblické školy:

- \* **Probuzení v Nepálu vyvolává potřebu nových služebníků.**
- \* **Poskytujeme pravidelné zprávy od podporovaných studentů.**
- \* **Vhodné i pro sbory a firmy.**
- \* **Měsíční částka podpory je 350–1400 Kč.**
- \* **Studenti jsou po ukončení studia velkým přínosem pro nepálské věřící.**

Sbory v Nepálu a mezi Nepálci v Indii rychle rostou a vzniká tak obrovská potřeba vzdělávat mladé lidi pro službu. Mnohé církve a misie hledají lidi připravené ke službě.



# Fejeton o sněhových vločkách

Zběsile létaly obrovské macaté vločky. Jak se vítřil, přistávaly i na skle okna. Rozpleskly se na okenní tabulce a pomalu tály a stékaly dolů. Bylo ohromně zajímavé sledovat, jak se jejich složitá stavba rozpadá. Nemohla jsem se od nich odtrhnout.

Kdysi jsem četla, že neexistují dvě stejné sněhové vločky. Prý je každá jiná. Každá originál. Teď jsem si na tuhle informaci vzpomněla. To ale snad ani nemůže být pravda? Tolik vloček? A každá jiná? A proč? Není to zbytečné? Já bych se s tím nedělala. To teda ne. Nemám ráda piplavou práci. Leda bych měla nějaký opravdu dobrý důvod.

A vybavilo se mi, jak jsem před měsícem malinkými nůžtičkami z manikúry vystřihovala spousty různých miniaturních sněhových vloček z papíru a pak jsem je lepila na okno do půvabných kompozic, abychom měli doma krásnou vánoční výzdobu. To teda byla piplačka, ale vlastně mi to nevadilo, naopak. Bylo to z lásky. Věděla jsem, že to mí milí ocení.

A že by Bůh měl stejný motiv? Že by tvaroval každou vločku zvlášť, abychom my měli radost? Jak ho znám, bylo by mu to podobné. A tak jsem koukala na padající vločky skoro celé dopoledne a tiše jsem žasla. Každá vločka jako malé precizní vyznání lásky. Tolik přízně! Cítila jsem se velmi vzácná a velmi milovaná.

Se vzpomínkou na tenhle pocit jsem odpoledne vyrazila ven. V městských ulicích sníh nikdy dlouho běloučký nevydrží, takže všude byly nahrnuté našedlé hromady, po chodnících čvachtala břečka, po přesně vykrájených vločkách ani památky. Jenže já jsem je viděla. A přijala jsem od nich vzkaz.

A ten nezapomenu.

*Hana Pinknerová*