

eTabita

1/2017



Obsah

Dobré čtení

- [5](#) Strach
- [7](#) Strach očima ženy
- [8](#) Deaktivace strachu (AJ/ČJ)
- [10](#) Ze života včel - strach, který zachraňuje
- [36](#) Hrubá žena - báseň

Můj příběh

- [12](#) Hulda Bennet - rozhovor s misionářkou v Česku
- [16](#) Dámy v nesnázích - Ljuba, dáma v nesnázích ze současnosti

Ty a svět okolo

- [20](#) Káva - víme, co pijeme?
- [4](#) Babičkám - Emílie a Katarína

Tabita dětem

- [26](#) Tři náramky - pohádka

Jak na to

- [23](#) Za volantem V
- [25](#) Zvířecí mazlíčci V
- [29](#) Králíčky z vlněných bambulí
- [28](#) Co s rychlenými květinami

Receptárium

- [30](#) Zeleninové recepty

Kultura

- [17](#) Život v rytmu andante - Hana Pinknerová o své nové knize
- [18](#) Recenze - Zázraky se dějí

Cestománie

- [31](#) Ostrov Ischia

Tabita představuje

- [19](#) České studny
- [34](#) Konference Aglow

Hledáme nové spolupracovníky!
Privítáme vaše články, reportáže, svědectví,
rozhovory, návrhy a nápady.
Pište nám na etabita@etabita.cz

*Nepřijali jste přece Ducha otroctví,
abyste opět propadli strachu, nýbrž
přijali jste Ducha synovství, v němž
voláme: Abba, Otče!*
Řím 8,15 (ČEP)



Pokud chcete přispět na vydávání časopisu Tabita,
pošlete svůj dar na uvedený účet.

Jakákoliv částka je nám pomoci.

Děkujeme.

Číslo účtu: 2900233343/2010

Vydává: Tabita Česká republika z. s., kolektivní člen KMS
Redakční rada: Luba Šťastná, Alena Šelongová,
Milena Krumphanzlová, Věra Dvořáková, Olina Koláčková,
Lucie Zavřelová, Michaela Šťastná
Grafická úprava: Alexandra Šillerová
Jazyková korektura: Věra Dvořáková, Milena Krumphanzlová
Expedice: Michaela Šťastná
Překlady: Kateřina Urbanová
Použité fotografie jsou ze soukromých sbírek, Eva Čorbová
Nela Pavlová a Jana Malá
www.pexels.com, www.pixabay.com, internet

Adresa: Havlíčkovo nám. 548, 284 01 Kutná Hora

email: etabita@etabita.cz

IČO: 22756787

Za obsah odpovídá autor článku.

Pokud chcete dostávat Tabitu zdarma,
přihlaste se k odběru na stránkách www.etabita.cz.

Pište nám na etabita@etabita.cz



eTabitu najdete i na Facebooku

Na nových stránkách www.etabita.cz najdete nejen již vyšlá
čísla, ale i jednotlivé články podle rubrik.

Těšíme se na vaše komentáře.



Proč jsme se tak bály?

Občas si vzpomenu na jednu příhodu z mládí.

Byly jsme na vandru. Tři holky, tři kamarádky ze skauta. Žádné slečinky či „domácí bačkory“. Jezdily jsme spolu ven často. Vandr v našem pojetí znamenal množství našlapaných kilometrů, noc někde pod širákem, povídání u ohýnku, objevování krásných míst... Určitě tam nepatřily večery v hospodě ani divné party. Na tom vandru, na který si vzpomínám, jsme ušly těch kilometrů dost, bylo teplo a my měly málo vody. Když jsme si večer stlaly v lese, byly jsme dost unavené. Pamatuji si, že už u malého ohýnku, který jsme si rozdělaly, jsem neměla dobrý pocit. A pak se to stalo - krátce po tom, co jsme zalezly do spacáků s vyhlídkou blížícího se spánku. Z lesa se začaly ozývat hrozné zvuky. Znely tak děsivě, že štěkot psa, doléhající k nám z nedaleké vesnice, zněl jako sladký zvuk

civilizace. Zvuky se šířily lesem, obklopovaly nás ze všech stran, takže se nedalo poznat, odkud přicházely. No, přiznávám, zřejmě štěkali srnci, ale znělo to v tu chvíli opravdu příšerně. Nic jsme si neřekly, jen jsem zpozorovala, jak všechny začínáme vstávat. Nejdřív jsem myslela, že vyjdeme na chvíli z lesa a pak se zase vrátíme. Když jsem viděla, že kamarádky balí spacáky, nelenila jsem a rychle ten svůj smotala také. Ráno nás našli lidé z vesnice, jak spokojeně spíme na polní cestě. Prostě jsme strachem z lesa utekly. Ještě dnes si ten strach vybavuji. Proč jsme se tak bály? Přece jsme mohly vědět, že nám nic nehrozí. Jak to, že jsme nebyly schopné rozumně uvažovat a říci si, že nemá cenu se bát? Jindy jsme tak nereagovaly.

Myslím, že jedním z faktorů, který tenkrát hrál roli, byla naše únava. Víckrát v životě jsem si uvědomila, že když jsem vyčerpaná, unavená, něčím oslabená, tak

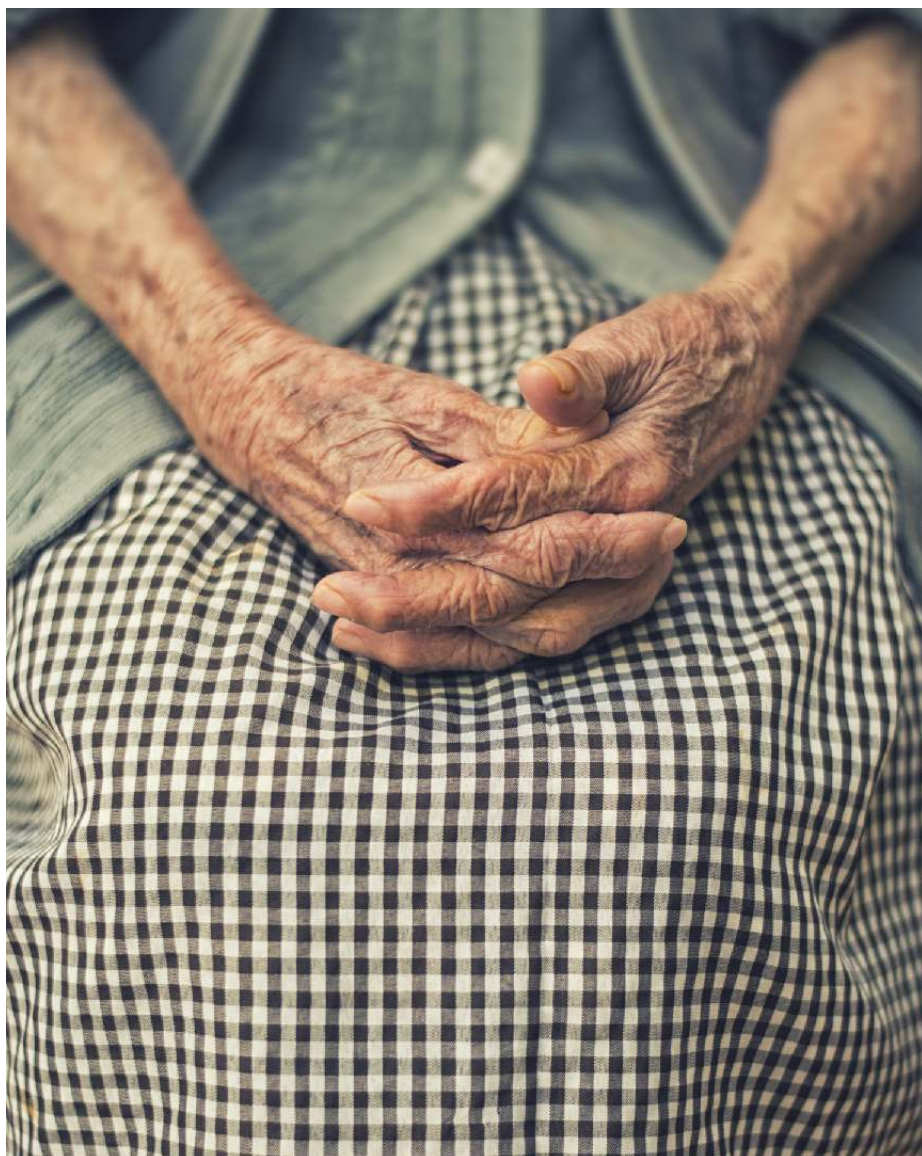
mnohem snáze podléhám strachu. Ať už jde o únavu tělesnou, duševní či duchovní vyčerpání. Ve chvílích oslabení se strach vplíží mnohem snáze, a pokud si neuvědomím nebezpečí, tak roste, prorůstá mé myšlení a ochromuje mne.

Když jsem kdysi začala číst Bibli, jeden z prvních veršů, který mě oslovil, byl: „Pod křídly jeho bezpečí budeš.“ (Tak to bylo, tenkrát byla jen Bible kralická.)

V tomto čísle je více článků o strachu. A také mnoho dobrých rad. Pro mne osobně je důležité jedno poznání: „Neotvírej se strachu tím, že zapomeš na místo odpočinku. Že zapomeš, že pod Božími křídly je bezpečné místo, kde se můžeš schovat a kde můžeš spočinout. Že přehlédneš místo odpočinku“.

*Hodně síly v boji se strachem
přeje Luba Šťastná*





Babičkám

Emílie a Katarína

Kateřina Supiková

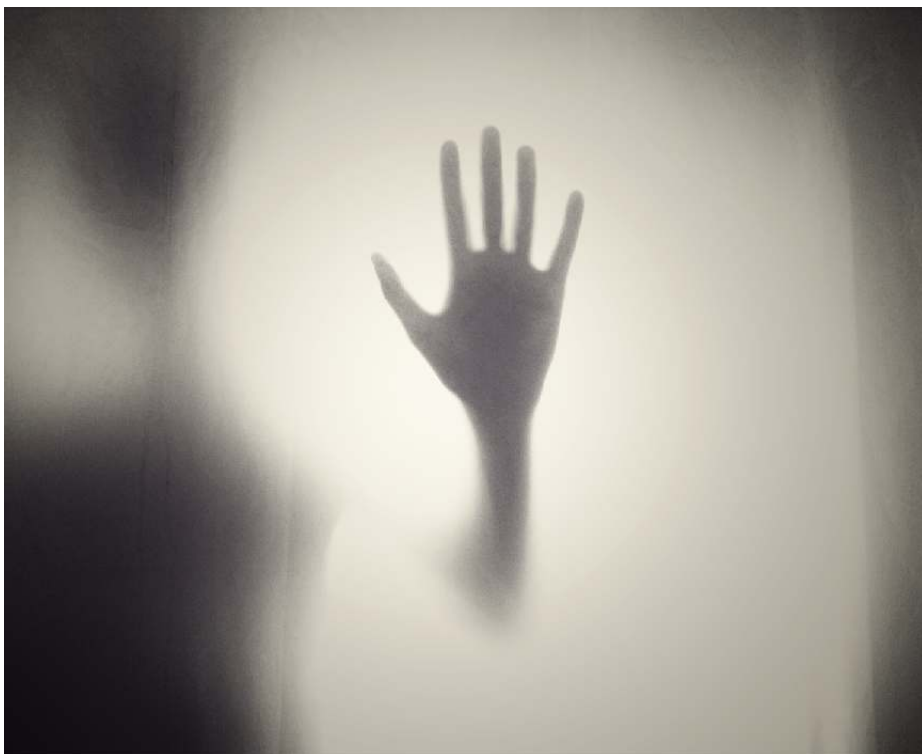
Ta první se dožila dvaadevadesáti a třinácti pravnoučat, ta druhá zemřela uprostřed rozdělané práce – v šestatřiceti. Zůstal vdovec (už si jinou nehledal), 3 děti školou povinné a tří denní dvojčata. S tou první jsem měla možnost mluvit denně, s tou druhou nikdy. Po té první

mám houževnatost a odvahu, po té druhé jméno. Ta první mi darovala inspirativní dětství a mnoho cenných rad, ta druhá skvělého tátu (jedno z oněch dvojčat). Každá dala tolik, kolik mohla...

„Nepotřebuješ být špičková babička, aby tě tvoje vnoučata milovala. Jedna nádherná vzpomínka jim vydrží celý život,“ prohlásila Janet Laneseová.

Potvrzují.





Strach

David Novák, kazatel Církve bratrské

Zřejmě první emoce popsána v Bibli je strach (Gn 3,10). Poté, co Adam zhřešil, a poté, co se ho Bůh ptá „Kde jsi?“, Adam vysvětluje, „že se bál, a proto se ukryl“. Strach nakonec vede Adama ke zcela iracionálnímu chování – snaží se skrýt před vševědoucím a všudypřítomným Bohem. Čteme-li biblické příběhy dál, vidíme, že téma strachu se opakuje znova a znova. Abram se bojí, a tak řekne, aby Sárj v Egyptě popřela, že je jeho žena. Izák v Geraru stejně jako jeho otec zapírá svoji ženu, protože se bojí. Jákob se kvůli svému podvodu skoro celý život bojí svého bratra. Rúben se bojí postavit proti svým bratrům, kteří se rozhodnou zabít Josefa, a proto nakonec spolu s nimi vymýšlí lež o tom, že Josefa roztrhala divoká zvěř. Bratři se nakonec setkají s Josefem v Egyptě a logicky se bojí pomsty. Mojžíš se bojí svého povolání a doplatí na to tím, že dostane Árona, který

mu je někdy spíše přítěží. Izraelci se bojí jít pouští z otroctví do zaslíbené země. Proto reptají a svalují svoje problémy na Mojžíše a Árona. Strach nakonec zcela ochromí jejich počáteční nadšení a víru. Když poprvé přicházejí zvědové z průzkumu zaslíbené země (Dt), strach je doslova paralyzuje, a tak odrazují Izrael od pokusu zemi dobýt. Jozue a Káleb sice strachujícím se Izraelcům domlouvají, ale málem při tom přijdou o život. Dalším příkladem je známý příběh o Davidovi a Goliášovi, kdy izraelská armáda stojí sešikována k boji a chybí jediný „detail“ – buď vyrazit do útoku, nebo se utkat s Goliášem... Protože se bojí.

Mohli bychom pokračovat, příkladů je v Bibli celá řada. Z mnohých příběhů se zdá, jako by strach byl jednou z nejúčinnějších zbraní, jež brání růstu víry. Když si do některých těchto příběhů dosadíme sebe, vidíme následující schéma: Jakmile

začnou mít církve a ji tvořící křesťané strach, postupně ztrácejí víru a tím i svoji slanosť. Totéž ale platí i naopak – pokud se nebojí, potom přichází požehnání. Slovem „nebojí“ nemyslím potlačení strachu, ale to, že mě strach neovládá a že mě nechromuje.

V mnoha církvích se dnes vede diskuse o důvodech určité početní stagnace církve. Důvodem zřejmě nebude nedostatek správných informací. Problém současných západních církví skutečně není v tom, že by lidé nebo dokonce duchovní neměli dostatek správných informací. Existuje dostatek teologických škol a dobrých knih, máme kolem sebe vzdělané lidi, jsme většinou materiálně zabezpečeni. Jenomže toto nestačí – pokud chybí odvaha. Člověk si v této souvislosti klade provokativní otázku, k čemu teologické školy, pokud v nich nejsou vychováni odvážní lidé.

R. Rohr (jeden z představitelů duchovní obnovy v rámci katolické církve v USA) píše, že „Boha poznáváme nikoli skrze pojem, ale skrze zkušenost“. Tentýž autor zavádí pojem „křeslová teologie“. Má na mysli teologii, která se rodí odtrženě od světa, kdesi v závětrří seminářů a škol, bez reálného střetu se světem (Rohr R., Martos J., Cesta divokého muže). Tím není řečeno, že nepotřebujeme semináře či teologické školy, kde se rodí nové myšlenky. Citovaný autor chce pouze říci, že bez střetu s někdy krutou realitou světa

se víra stává poněkud jalovou. Jenže abychom se s realitou světa střetli, musíme mít odvahu do střetu jít, jinak budeme rozvíjet maximálně nové myšlenky a koncepty, které budou mít jen malý dopad na každodenní realitu života.

K čemu tedy konkrétně potřebujeme odvahu? Adam ji potřeboval k vyznání, že zhřešil, Abram a Izák k tomu, aby mluvili pravdu, i když hrozilo, že si tím přitíží, Jákob potřeboval odvahu k tomu, aby jednal poctivě, Rúben potřeboval odvahu

postavit se proti nespravedlnosti a proti většině, Mojžíš potřeboval odvahu k tomu, aby přijal zodpovědnost, k níž ho povolal Bůh, Izraelci potřebovali odvahu důvěřovat navzdory nepříznivé situaci, izraelská armáda potřebovala odvahu prostě vyrazit... Myslím, že se všemi těmito příklady se můžeme snadno ztotožnit. Většinou totiž stejně jako zmiňované osoby víme, co bychom měli dělat, ale strach je silnější. Několik měsíců po smrti matky Terezy se objevily „senzační myšlenky“ o tom, jak hluboké pochybnosti měla tato žena ohledně víry. Přiznám se, že její pochybnosti jsou mi mnohem bližší než „jistoty“ některých „pravověrných“. Jsou mi bližší, protože plynou z kruté reality střetu se syrovostí světa, z bolesti, ze ztráty naděje, z mnohdy nezodpovězených otázek, s nimiž se tato žena musela v důsledku svého poslání a života střetnout. Její pochybnosti jsou mi mnohem bližší než zdánlivě jasné a systematické odpovědi na otázky o původu zla, dětském utrpení, o lidské svobodě, Boží vševědounosti a jiné. Možná, že kdyby tato žena žila v pohodě kdesi v závětrří, potom by podobné otázky a z nich plynoucí kruté vnitřní zápasy nikdy nepocítila. Ten, kdo se na rozdíl od ní (a mnoha jiných, ne tak známých lidí) příliš zabydlel v církvi a na tomto světě vůbec, se možná přestal ptát, což ale nic nevyovídá o síle jeho víry či zakotvenosti v Bohu. Nakonec vidíme i Jana Křtitele, který pochybuje o Ježíši, zda je to onen předpověděný Mesiáš (Mt 11). Tyto příklady ukazují, že odvážní lidé se někdy nevejdou do zaběhlých škatulek a že odvahu provázejí pochybnosti.

Existuje cesta k překonání strachu? Asi nenajdeme jasnou a vyčerpávající odpověď. Proto se v tomto úvodu omezím na tři vlastnosti, kterými jsou víra, naděje a láska. Víra proto, že je spojena s důvěrou. Kdo důvěřuje, že je v dobrých a laskavých rukou, nemusí se bát. Naděje proto, že je spojená s budoucností a s tím, že to co dělám, jakkoli to může být někdy absurdní a vyžadující odvahu, směřuje k věčnosti. A nakonec láska – protože pokud jsem milován, nemusím mít strach, že když se mi něco nepodaří, když selžu, tak přijdu o svoji hodnotu a identitu. Pokud se tyto tři vlastnosti spojí se skutkem, potom je naděje, že strach nebude mít v našem životě poslední slovo.





Strach očima ženy

Jana Balvínová

Ráda bych ho úplně vymýtila ze svého života. Frekvence jeho návštěv se sice snížila, ale občas zaklepe na dveře mého srdce a chce jít dál. Bývá dlouho neodbytný. Je to strach z bolesti.

Jednak je to bolest fyzická způsobená zraněním, nemocí, lékařskými zákroky. Nakonec na porodní bolesti jsem se také netěšila. Nikdy jsem nebyla žádná velká hrdinka, ale přeci jen v dospělosti se u lékaře chovám důstojněji než v dětství. Také věřím v naději na uzdravení a zahojení ran, porodní bolesti také pomínou a po nějakém čase se na tu míru intenzity bolesti zapomenou.

Pro mě osobně je horší bolest duševní. Strach ze smrti někoho blízkého, z vážné nemoci, zrady, nevěry, ponížení. Nevím, co ještě nás lidi může bolet. Na duševní bolest se tak lehce nezapomíná a může přetrvávat roky a poznamenat tím celý život.

Nikdo nechceme zažívat bolest, ale každý se s ní nějak v životě setkáme. Tím, že podlehneme strachu, se bolesti nevyhneme a ani se nám život nijak neulehčí. Naopak, strach nás může paralyzovat tak, že přestáváme být schopni rozumně uvažovat, naši mysl ovládá strach a my se stáváme jeho otroky. Naše životy řídí strach, jako třeba u Saula. Ten ze strachu udělal hodně zla, lidé zbytečně umírali kvůli jeho špatným rozhodnutím, která byla vedena strachem. Abraham ze

strachu o svůj život lhal o Sáře, tím ji zradil a vydal. Myslím, že strach panuje ve větší či menší míře nad mnoha lidmi ve světě. Která máma nezažije strach o své dítě, když se ztratí v davu? Nebo to známé sledování hodiněk s myšlenkou: „Už měl být dávno doma!“

Jak se popasovat se strachem? Nevěstka Rachab se dokázala strachu postavit činem, který zachránil ji a celou její rodinu. Davida urazil Goliášův výsměch tak, že neměl strach jít bojovat s obrem. Tomáš řekl: „*Pojďme, ať zemřeme spolu s ním (s Ježíšem)*“, když šli k zemřelému Lazarovi do oblasti, v níž lidé chtěli předtím Ježíše ukamenovat. Byl rozhodnutý postavit se proti strachu. A pak ti tři Bohu věrní muži Šadrak, Měšak a Abednego, když jim hrozila smrt v peci, byli rozhodní:

Daniel 3, 17-18: „*Jestliže náš Bůh, kterého my uctíváme, nás bude chtít vysvobodit z rozpálené ohnivě pece i z tvých rukou, králi, vysvobodí nás. Ale i kdyby ne, věz, králi, že tvé bohy uctívat nebudeme a před zlatou sochou, kterou jsi postavil, se nepokloníme.*“

Mám moc ráda tyto verše. Být rozhodný, ať to dopadne jakkoliv, a neztratit víru. A přitom trest za nepoklonění se soše byl opravdu krutý. Prostě strach nás v životě potká, jde o to se mu nepodřídít. A někdy je to boj. V Bibli je mnoho veršů, které

můžeme v boji proti strachu vyznávat, abychom se nedali zotročit. Ovšem musíme také počítat s tím, že všichni jednou zemřeme, i naši blízcí, jen nevíme, kdy nastane ten čas. Také nemoc a zranění může Pán obrátit v požehnání. Já bych třeba moc chtěla vrátit čas, kdy můj milovaný manžel žil. Musím však přiznat, že za dobu od jeho smrti jsem poznala tolik Boží milosti a mnoho věcí vidím z jiného (doufám z lepšího) pohledu... Chtěla bych oboje, ale nejde to. Až v nebi, tam to budu mít všechno a ještě víc! A žádný strach!

Každý z nás se setkáme v životě se strachem a nebývají to příjemná setkání. Rádi bychom se jim vyhnuli. Nemůžeme se smířit s tím, že strach je trvalá součást našeho života. Z osobní zkušenosti si myslím, že nekompromisní boj se strachem nás v životě trénuje, abychom zvládali další náročnější věci, kterými máme v životě vítězně projít. Tedy hlavně se s tímto návštěvníkem dlouho nezdržovat, postavit se mu hned ve dveřích svého srdce, aby se nestal pánem našeho rozhodování a našich životů. Správný vztah ke strachu nás může vést k touze po větší důvěře a vydanosti Bohu, jako to dokázali ti tři muži před pecí. Bůh k nám mluví mnoha způsoby, ale a já si dovoluji tvrdit, že nikdy nemluví skrze strach.





Deactivating Fear

Sandra Chester (Austrálie)

In today's world we face a silent enemy – fear. It creeps up and pounces without warning. It grips the hearts and minds of many people. Most of us have experienced at some time or another, the fear that strikes during the night and disturbs our sleep, keeping us awake. However the gospel message of “do not be afraid” has made it possible for us to disable our fears.

It is daybreak and two women went looking for Jesus. They perhaps walked in silence, thoughtful as each one remembered the poignant events of two days ago. At the tomb they found things as expected but this was about to change. Suddenly an angel of the Lord appeared, easily rolled back the stone from the sealed tomb and sat on it! The men guarding the tomb were unable to move. That is what fear does – it paralyzes and makes people ineffective. The women were likely afraid too but the angel's message “do not be afraid” dispels their fear. He explains why – “He is not here; he is risen, just as he said.” (Matthew 28:5-6 NIV) The angel points back to what Jesus had spoken to them earlier. Remembering Jesus' promises deals with our fear. At times we have unfamiliar experiences that we don't understand. This is when fear can slip in. If we keep seeking Jesus and recalling the promises he has given us from his word we can dispel fear and change our future. He means what he says!

Take time to read the story above in Matthew's gospel 28:1-10. The words “do not be afraid” appear twice; by the angel and then by Jesus himself to the women. There are some encouraging thoughts here. Fear of the future is common especially with the troubles around the world today. However, because Jesus has risen, “he is going ahead of

Deaktivace strachu

Překlad Kateřina Urbanová

V dnešním světě čelíme tichému nepříteli – strachu. Vplíží se a zaútočí bez varování. Zmocňuje se srdcí a myslí mnoha lidí. Většina z nás někdy zakusila strach, který útočí v noci, ruší náš spánek a drží nás v bdělosti. Ale je tady poselství evangelia: „nebojte se“, díky kterému je možné zbavit naše strachy moci.

Je ráno a dvě ženy přicházejí hledat Ježíše. Možná, že jdou tiše, jsou zamyšlené, protože obě vzpomínají na bolestné události posledních dvou dní. U hrobu nacházejí vše tak, jak očekávaly, ale to se má brzy změnit. Náhle se zjevuje anděl Páně, s lehkostí odvalí kámen od zapečetěného hrobu a posadí se na něj. Muži, kteří strážili hrob, se nemohou pohnout. Takto působí strach – paralyzuje a způsobuje, že člověk není ničeho schopen. Ženy se nejspíš bály také, ale andělovo poselství „nebojte se“ jejich strach zahání. Vysvětluje, proč – „Není zde; byl vzkříšen, jak řekl.“ (Matouš 28,5-6; ČEP) Anděl poukazuje na to, co jim Ježíš dříve řekl. Připomínka Ježíšových zaslíbení jedná s naším strachem. Občas se dostaneme do neznámých situací, kterým nerozumíme. Tehdy se může připlížit strach. Pokud budeme hledat Ježíše a připomínat si zaslíbení, která nám dal ve svém Slově, budeme schopni vyhnat strach a změnit svou budoucnost. On to, co říká, opravdu myslí vážně!

Podívejme se blíže na výše zmíněný příběh v Matoušově evangeliu 28,1-10. Výrok „nebojte se“ se tady objevuje dvakrát, vyslovují ho andělé a později ho říká ženám samotný Ježíš. Nacházíme zde určité myšlenky, které nás mohou povzbudit. Strach z budoucnosti je běžný, zvláště vzhledem k dnešním problémům ve světě. Nicméně protože Ježíš byl

you.”(28:7) Anywhere we travel in life, we are not going on alone but with Jesus and he is already there. So there's no need to fear the future because Jesus has already been in our future. We have to trust Jesus - the one who has gone ahead of us. The two women still afraid yet filled with joy, hurried off to tell Jesus' disciples the good news. On the way they met Jesus and they worshipped him. Worship produces peace and focus is changed as we take our eyes of our situation and recall Jesus' promises.

The fear of the men guarding the tomb led to lies and illegal monetary gain. They took money and did as they were instructed. They still may have lost their lives when the governor found out they had left their post at the tomb. So there was no guarantee. In comparison, the women followed Jesus' instruction and overcame their fear. Make sure you look to Jesus to dispel fear and no other sources. They only give short relief. We have to go to the right source to be set free from fear. Jesus brings peace and purpose and a realigning of focus. Fear blocks out our vision of reality yet Jesus can give fresh vision and direction. The religious leaders in this story refused to believe that something remarkable had happened. In doing so, they missed out on being part of the greatest event in history.

The Bible is full of verses that tell us not to be afraid. One of my favourites is found in the Psalms. “God is our refuge and strength, an ever-present help in trouble. Therefore we will not fear...” (Ps. 46:1-2) The Psalm goes on to describe earth-shattering natural and nation events. Then concludes with these words: “Be still, and know that I am God...The LORD Almighty is with us; the God of Jacob is our fortress.” (Ps. 46:10-11)

The gospel story begins in Matthew 1:20 with the words “do not be afraid,” making known the birth of the Saviour, Jesus. A new beginning is announced by an angel of the Lord to Joseph. Later an angel announces the good news of Jesus' resurrection and again we see the words “do not be afraid.” (Matt 28:5) Matthew's gospel story closes as it began with a promise – “And surely I am with you always to the very end of the age.” (Matt 28:20) That promise is realised in the name announced by the angel as Immanuel which means “God with us.” (Matt 1:23) Jesus has done everything so that we don't have to be afraid. He has all authority and is with us always.

Scripture taken from the HOLY BIBLE, NEW INTERNATIONAL VERSION © Copyright © 1973, 1978, 1984 by International Bible Society. Used by permission of Zondervan. All rights reserved.

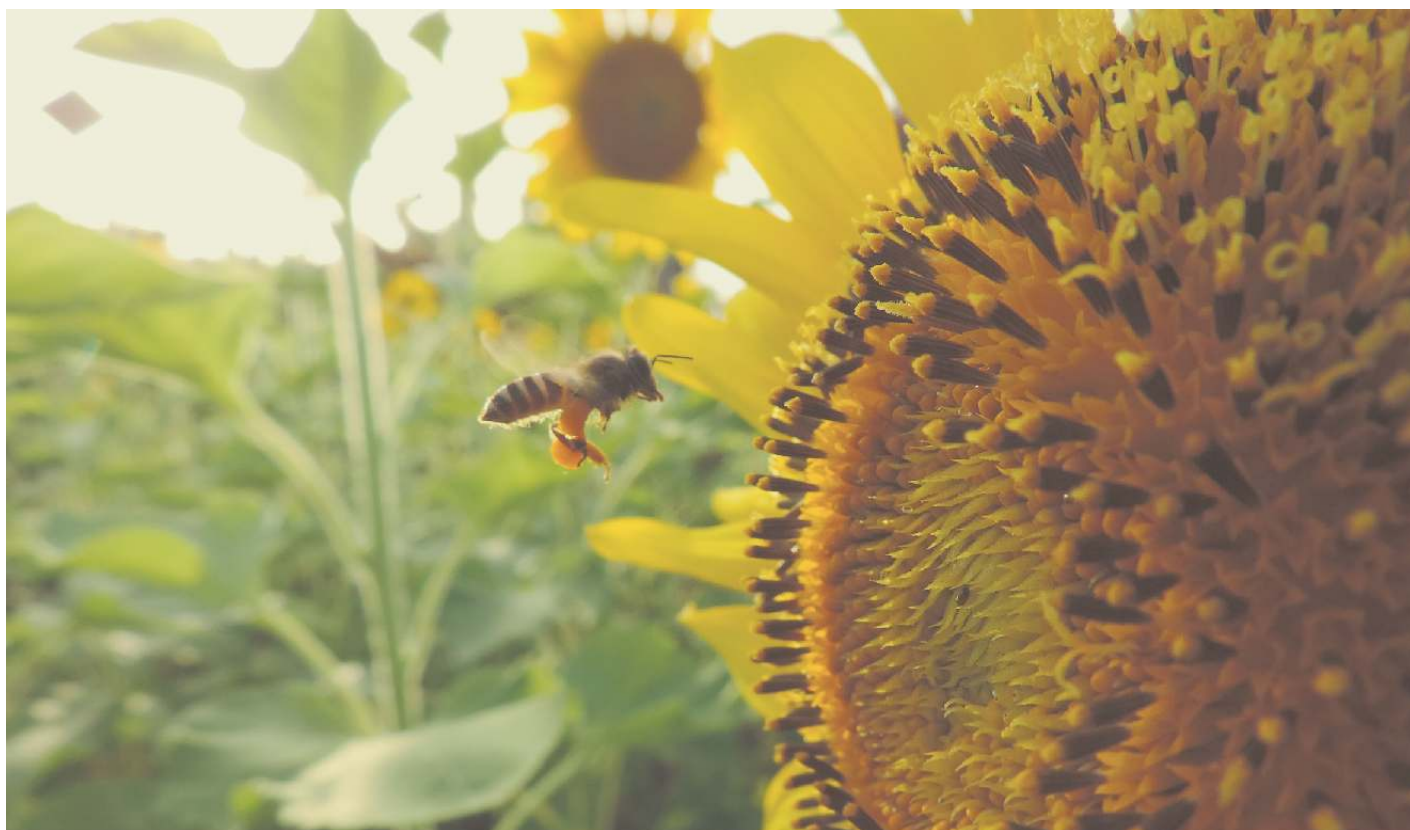
vzkříšen, „jde před vámi“. (28,7; ČSP) Kamkoli jdeme v životě, nejdeme sami, ale s Ježíšem a on už tam je. Takže není potřeba bát se budoucnosti, protože Ježíš už je v naší budoucnosti přítomen. Musíme důvěřovat Ježíši – tomu, který nás předešel. Tyto dvě ženy, stále ještě vystrašené, ale naplněné radostí, spěchají, aby sdělily Ježíšovým učedníkům dobrou zprávu. Na cestě se setkávají s Ježíšem a uctívají ho. Uctívání působí pokoj a změnu pohledu. Odvracíme oči od své situace a připomínáme si Ježíšova zaslíbení.

Strach těch, kteří střežili hrob, vedl ke lžím a nelegálnímu finančnímu zisku. Vzali peníze a udělali to, co jim bylo nařízeno. Přesto mohli přijít o život, až by se vládce dozvěděl, že hrob nestřežili řádně. Nebyla zde žádná záruka. Naproti tomu ženy následovaly Ježíšův příkaz a překonaly svůj strach. Když potřebuješ vyhnat svůj strach, je důležité hledět k Ježíši, ne k jiným zdrojům útěchy. Ty poskytují pouze krátkodobou úlevu. Abychom byli osvobozeni od strachu, musíme jít k tomu správnému zdroji. Ježíš přináší pokoj a směr a změnu pohledu. Strach blokuje náš pohled na realitu, ale Ježíš může dát nový pohled a směr. Náboženští vůdcové v tomto příběhu odmítli uvěřit, že se stalo něco pozoruhodného. Kvůli tomu promeškali možnost být součástí největší události dějin.

Bible je plná veršů, které nás vyzývají, abychom se nebáli. Jeden z mých oblíbených se nachází v žalmech. „Bůh je naším útočištěm i silou, velkou pomocí, kterou nacházíme v souženích. Proto se nebudeme bát...“ (Ž 46,2-3; ČSP) Autor žalmu pokračuje popisováním událostí ničících zemi i národ. Pak uzavírá těmito slovy: „Přestaňte! Uznejte, že já jsem Bůh... Hospodin zástupů je s námi, nepřístupným hradem je nám Bůh Jákobův. (Ž 46,11-12; ČSP)

Příběh evangelia začíná v evangeliu Matouše 1,20 slovy „neboj se“, když je oznamováno narození spasitele Ježíše. Nový začátek je zvěstován Pánovým andělem Josefovi. Později anděl oznamuje dobrou zprávu o Ježíšově vzkříšení a znovu vidíme slova „nebojte se“ (Mt 28,5). Matoušovo líčení evangelia končí tak, jak začíná, zaslíbením: „A hle, já jsem s vámi po všechny dny až do skonání tohoto věku.“ (Mt 28,20; ČSP) Toto zaslíbení se naplňuje ve jménu „Immanuel“ oznámeném andělem, které znamená „Bůh s námi“. (Mt 1,23) Ježíš udělal vše, abychom se nemuseli bát. Má veškerou moc a je vždy s námi.





Ze života včel – strach, který zachraňuje

Petr Plaňanský

Motto:

*„Z včelařství naučil jsem se přírodu více znáti
a více milovati, než z mnoha knih učených.“*

Jan Amos Komenský

Nedávno se mě kdosi ptal, co si myslím o tom, že včely, tak jako my, lidé, pociťují strach. Na to neumím odpovědět.

Mám však za to, že včely určitě netrpí fobiemi jako my. Alespoň jsem o tom nikdy nic od starých včelařů neslyšel a ani nečetl v moudrých knihách.

Takže pokud existují nějaké včelí „strachy“, jsou podmíněné konkrétními situacemi, nikoli iracionální či abstraktní představou.

Troufnu si také tvrdit, že některé věci

včelám doopravdy vadí, protože jsem si to vyzkoušel takříkajíc „velmi citelně“ na vlastní kůži: výrazné vůně či pachy, alkohol, elektromagnetické pole, prudké pohyby v jejich blízkosti a také určitý typ nepříjemného hluku.

Avšak to, co u nich určitě funguje perfektně, je pud podobný tomu našemu – pud sebezáchovný. V tomto ohledu jsou včely na rozdíl od lidí skutečně pragmatické, což znamená: v ohrožení se vždy účinně brání!

U nás je sebezáchovný pud nastartován strachem z nějaké nečekané situace, kdy pociťujeme ohrožení či jen stupňující se „nepohodu“. Strach nám velí buď ztuhnout a stát se neviditelnými, dát se do běhu a nebezpečí uniknout, či se aktivně bránit. Strach je instinkt, který zabráni tomu, abychom se stali snadnou kořistí predátora (ať už jím myslíme skutečného násilníka, obyčejného vyžírku, falešného výběrčího daní či vykutáleného podomního prodejce) nebo podlehli nějaké nebezpečné situaci.

Hru na schovávanou před predátory jsem u včel nepozoroval. Nicméně v jistém smyslu existuje při snubním proletu matky, případně při rojení včelstva. Tehdy je matka obklopena a bezpečně doprovázena dělnicemi a trubci. Pokud zaútočí pták (ale nejspíš to neudělá, protože i on má pud sebezáchovy), je nanejvýš nepravděpodobné, že lapí zrovna matku daného včelstva.

včela na sobě nese několik molekul feromonu, který produkuje její matka. A tak cizí dělnice jsou hnány hlídačkami ven (protože jim prostě jinak „voní“), stejně jako vosy a případně jiný dotěrný hmyz, který se občas snaží do včelstva vetřít.

Pokud jde o větší hmyz – tedy sršně, tak ty do úlu nelezou. Ač jsou sršně predátoři, loví spíše v okolí úlu, kde čekají na

příbuzní a ani si nijak zvlášť nekonkurují. Čmeláci často opylují ty rostliny, na které včelky nestačí.)

Strážkyně úlu mají ještě jednu důležitou úlohu – pokud je úl napaden (nebo včely mají za to, že je napaden) větším teplokrevným škůdcem (myš, divoké prase, medvěd, rosomák, člověk), tak ta nejbližší strážkyně se v zájmu celého včelstva obětuje.

Buď se snaží nepřítele zahnat poletováním kolem očí a uší útočníka a dát tak najevo svou nelibost, nebo rovnou zaútočí.

Útočí žihadlem, které má schované v zadečku. Při útoku za letu žihadlo vystrkuje a v letu se stáčí svou zbraní k nepříteli. Jakmile žihadlo zajede do kůže teplokrevného živočicha, vyskočí háčky, které žihadlo natrvalo přidrží v pokožce nepřítele a žihadlem jako produktovodem proudí včelí jed z jedového váčku na druhém konci žihadla rovnou do rány vpichu. Včela si pak žihadlo s váčkem prudkým pohybem buď vytrhne z těla a poškodí si zadečkovou část, nebo to udělá ten, kdo dostane žihadlo a snaží se včelu smést z těla.

Jed kromě toho, že jde o silnou kyselinu a zahrnuje celou řadu chemických sloučenin, obsahuje hormon, který na ráně ulpí jako „radiomaják“. Molekuly hormonu pak navádí další obrádkyně úlu, aby svůj nálet na nepřítele a aplikaci žihadla provedly do co nejbližší oblasti prvního vpichu. Nežřídka se mi stalo, že jsem si z jednoho prstu (nebo tváře) vytahoval hned tři nebo čtyři žihadla zapíchaná hezky vedle sebe.

Pro včelu její obranný nálet na nepřítele však znamená jedno podstatné: do čtyřadvaceti hodin včela umírá. Toto sebeobětování nám dává o včelách dvě zásadní výpovědi. Tou první je vysoká organizovanost včelstva, kterou se nebojím nazvat určitou kolektivní inteligencí. Tou druhou je skutečnost, že jedinec je tu pro dlouhodobé zachování společenství, zatímco společenství umožňuje jedinci projít postupným osobním rozvojem a prožít svůj život smysluplnou činností.

Pokud tedy včely prožívají strach, pak je pouze startovacím okamžikem pro další dlouhodobé přežití celého společenství.



Zažil jsem jinou, neméně zajímavou situaci: při nenadálé letní průtrži mračen se včelky nestačily vrátit z terénu s nákladem nektaru a pylu, proto „zaparkovaly“ pod listy stromů, kam jsem se schoval i já, a v klidu počkaly, až přejde to nejhorší.

Co u nich určitě perfektně funguje, je obranný reflex. Každé včelstvo má letku hlídaček na česně (česno je ten nejspodnější vstupní prostor na úlu, většinou je před ním přistávací plocha zvaná „leták“). Tyto strážkyně česna tykadly bedlivě „očíhávají“ přilétávající sběračky a do svého domova pouštějí jen ty „své“, které mají vůni matky daného včelstva. Každá

umírající, zraněné nebo dezorientované včely. Pokud by sršň do úlu vlezla, se zlou by se potázala. Ačkoli by stačila zabít asi deset až dvacet včel, byla by v mžiku obalena desítkami včel, které roztopí svou hrud' na 41 °C, a sršň doslova uhřeje („upečou“) kinfarktu.

Pozoroval jsem ještě jednu pozoruhodnou věc: na podzim nechávají strážkyně česna vstoupit bez povšimnutí čmeláci matky, které se na přechodnou dobu občas uchýlí před nepřízní počasí do nejnižšího prostoru úlu – tedy do podmetu. (Mimochodem, málokdo ví, že čmelák je vlastně taková hodně „přerostlá“ včela, jsou to zkrátka vzdálení





Hulda

Překlad Kateřina Urbanová

V minulých číslech jsme přinášeli svědectví o životních dramatech Jamese Bennetta, člověka, který se stal z kriminálního misionářem. Vyprávění o jeho životě jsme ukončili v době, kdy se oženil a se svou ženou začali trvale žít v České republice.

Pracujete s manželem v České republice jako misionáři. Je to skutečně jedinečná a nevědní práce, ale čím sis přála být, když jsi byla malá?

Narodila jsem se v peruánských Andách a žila jsem tam do svých osmi let, kdy se moji rodiče přestěhovali do Washingtonu, D. C. Tam jsem chodila do školy, která měla úžasnou knihovnu – tenkrát se mi zdála obrovská. Líbilo se mi, že jsem mohla číst tolik knih, kolik jsem

jen chtěla. Milovala jsem příběhy, které jsem četla, a snila jsem o tom, že jednoho dne sama budu psát knihy.

Další sen, který jsem jako dítě měla, bylo pomáhat opuštěným dětem. Nikdy nezapomenu pohled na hladové „děti ulice“ v Peru, děti žebrající o jídlo, zatímco my jsme s rodinou seděli v restauraci. Tenkrát jsem si řekla, že jednoho dne, až budu dospělá, udělám něco, abych pomohla takovýmto dětem.

Jak a kdy jsi uvěřila v Krista?

Studovala jsem na vysoké škole v přípravném studiu medicíny. Můj otec toužil být lékařem, ale z finančních důvodů nemohl. Chtěl, abych studovala medicínu. Pokusila jsem se o to, ale nedostala jsem se příliš daleko.

Pamatuji si ten zachmuřený zimní den těsně před Vánoci, kdy byly vyvěšeny výsledky našich zkoušek a já dostala D (česky „čtyřku“) z organické chemie,

jednoho z klíčových předmětů, které byly požadovány pro studium medicíny.

Propadla jsem u zkoušky, ještě než jsem vůbec začala vlastní studium medicíny. Přemohl mě hrozný skličující pocit, když jsem přemýšlela o tom, co to znamená pro moji budoucnost.

Byla jsem ve druhém ročníku na vysoké

škole a cítila jsem se ztracená, nejen kvůli tomu, že jsem propadla z organické chemie, ale ztracená v životě s hlubokou bolavou ránou ve svém srdci.

Moji rodiče byli adventisté sedmého dne a s celou rodinou jsme chodili každý víkend do církve. Jako dítě jsem se učila biblické verše nazpaměť, ale jako mladá vysokoškolačka studující na velké

sekulární univerzitě (cca čtyřicet pět tisíc studentů) jsem o víře svých rodičů pochybovala. Jak mohu vědět, že mají pravdu a všichni ostatní se mýlí?

Už jsem si nebyla jistá, čemu vlastně věřím. Nepochybovala jsem o Boží existenci – měla jsem Boží bázeň, hluboce zakořeněnou ve svém srdci, a ta mě ušetřila spousty problémů. Ale cítila jsem prázdnotu svého života. Věděla jsem, že jsem hříšná, ale nevěděla jsem, jak mít osobní vztah s Bohem.

Pokusila jsem se najít smysl a význam v tom, že jsem se snažila něčeho dosáhnout. Založila jsem dvojjazyčné studentské noviny, pracovala jsem jako dobrovolník s bezdomovci a vedla jsem studentskou skupinku. Měla jsem pohledného přítele a navenek můj život vypadal zcela v pořádku a normální. Ale uvnitř jsem si připadala ztracená a zmatená. V srdci jsem cítila bolest. A krátce poté, co jsem dostala D z organické chemie, jsem potkala kamaráda - spolužáka, který o sobě kdysi tvrdil, že je ateista. A ten mi najednou začal říkat, že ho Bůh miluje a mě také. Viděla jsem na něm, že se změnil, vnímala jsem, že má pokoj a radost. A tak jednoho dne, když jsem seděla sama ve starém autě svého otce, jsem začala v zoufalství volat k Bohu. Modlila jsem se tak, jak jsem k tomu byla vedena jako dítě, a bylo to něco jako:

Drahý Ježíši, celý život jsem ti říkala, že v tebe věřím, ale nevím, co to znamená. Říkala jsem, že tě miluji, ale nevím, jak tě milovat. Jsem tak ztracená a zmatená. Víím, že nežiju svůj život dobře. Jestli opravdu existuješ, pomoz mi, prosím.

A jak jsem se tak modlila, cítila jsem, že mě zalévá teplo a ve svém srdci jsem slyšela tichý hlas, který mi říkal, že jsem milovaná. A já věděla, že je to Bůh. Plakala jsem a plakala. Bůh mi řekl, že mě miluje, a v tu chvíli jsem cítila, jak mě jeho láska obmývá jako slzy, které mi tekly po tváři.

Jako dítě jsem se naučila zpaměti verš Jan 3,16: Neboť Bůh tak miloval svět, že dal svého jediného Syna, aby žádný, kdo v něho věří, nezahynul, ale měl život věčný.

A teď jsem to konečně uviděla: Neboť Bůh tak miloval Huldu ...

Vím, že jsem si nezasloužila Jeho lásku, ale On mě miloval takovou, jaká jsem. Nebylo to o nějakém snažení se a velkém úsilí,



abych něco udělala ze svého života, o hledání vlastní hodnoty ve výkonu. On mě jednoduše miloval.

Řekla jsem Ježíši, že mě mrzí moje hříchy. Věděla jsem, že jsem nežila pro Boha, ale pro své sobecké touhy.

Toho dne jsem se pocítila, jako kdyby někdo rozsvítil světlo, a ten zmatek a tíha, pod kterou jsem žila, zmizely. Neměla jsem odpovědi na všechny své otázky, ale měla jsem hluboké ujištění, že se o mě Bůh postará.

Dříve pro mě čtení Bible bylo nudné, především proto, že jsem nerozuměla tomu, co jsem četla. Ale od tohoto dne jsem nacházela v Božím slově život. Tak jako můj původně ateistický kamarád jsem se nemohla dočkat, až řeknu ostatním o tom, co pro mě Bůh udělal.

Tato zkušenost začala ovlivňovat každé jednotlivé rozhodnutí, které jsem od té

Od toho dne na vysoké škole jsem přečetla celou Bibli a vyslechla jsem spoustu kázání a vyučování. Po nějaké době si začnete myslet, že víte všechno, co lze o Bohu vědět, ale já si uvědomuji, že poznávání Boha a jeho lásky k nám zabere celou věčnost. A i pak budeme teprve na začátku.

Mám ráda cestu, po které jdu. Je to cesta s mým nebeským Otcem. Raduji se z toho, že se ho můžu držet za ruku jako dítě, jako dcera. Jsem milovaná, hluboce milovaná.

V posledních letech jsem začala více vnímat různé projevy jeho lásky. Vidím jeho lásku v úsměvu svého dítěte; v mrazu, který celý svět přikrývá bílou pokrývkou; ve velkých tlapách našeho štěněte aljašského malamuta; v nadšených nevinných tvářích školáků; v malém ptáčkovi, který přilétá na okno mé kanceláře... to jsou jen příklady, které mě právě napadají.



doby dělala. Nikdy jsem nezačala studovat medicínu a můj otec byl hluboce zklamán, ale měla jsem pokoj v tom, že to Bůh nějak povede.

O téměř dvacet pět let později můžu říct, že Bůh to opravdu vedl. Kdysi jsem ho viděla jako někoho, koho je třeba se bát a kdo žije někde daleko v nebi. Jsem moc ráda, že jsem se mýlila. Teď vím, že Bůh je laskavý, milující otec, který miluje svoje děti.

Můžeš popsat, jak se tvůj vztah s Bohem vyvíjel v průběhu života?

A když vypočítávám projevy jeho lásky, vidím, jak moc nás všechny miluje – každého jednoho z nás.

Jak jsi prožila povolání stát se misionářkou?

Už nikdy jsem nechtěla znovu zažít pocit cizinky v další zemi. Jako dítě jsem poznala těžkosti spojené se stěhováním z jedné země do druhé – neznámý jazyk či kultura.

Avšak od toho dne na Marylandské univerzitě, kdy jsem odevzdala svůj život

Ježíši, můj život už nikdy nebyl mým životem. A byla v tom obrovská svoboda. Nemusela jsem nic řešit. Jen jsem musela zůstat v poslušnosti a udělat vždy další krok, který byl přede mnou.

V roce 2000 jsem se ocitla na náměstí v Chotěboři, kde jsme dělali pouliční evangelizaci. Mluvila jsem se dvěma dětmi mladšího školního věku a ty mi řekly, že nikdy neslyšely evangelium – příběhy o Ježíši, které jsem považovala za samozřejmost, když jsem vyrůstala v USA. Jedno z nich nikdy nevidělo Bibli, natož aby vědělo, co v ní je.

A když jsme pak cestovali po Čechách, setkala jsem se s dalšími dětmi s podobnými příběhy. Byli jsme mezi prvními lidmi, kteří jim řekli, že je Bůh miluje!

Byla jsem velmi překvapená. O rok později jsme přijeli znovu a tehdy jsem věděla, že mě Bůh povolává.

V té době jsem pracovala na Capitol Hill jako online redaktorka u politické lobbystické organizace. Chodila jsem do dobrého sboru, kde jsem sloužila a měla spoustu přátel. Bydlela jsem nedaleko své rodiny. Žila jsem si dobrý život.

Řekla jsem Bohu, že nápad přestěhovat se do České republiky vůbec nedává smysl. Nebyla jsem „bohatá“ Američanka z rodiny, která by mě mohla finančně podporovat. Byla jsem dcerou chudých imigrantů. Jak bych mohla opustit svoje zaměstnání? Nikdo nebude naslouchat nějaké peruánské indiánce. Kromě toho, pokud bych už měla někam jít, mělo by to být Peru. Zнала jsem tamní jazyk i kulturu.

Ale nemůžete utéct od Boha. Jen se zeptejte Jonáše! Po mnoha modlitbách jsem řekla Bohu, že budu jeho hlásnou troubou pro děti, které jsem potkala v Chotěboři, a že jim budu vyprávět o jeho veliké lásce. Přestěhovala jsem se sem v roce 2002.

V předchozích číslech Tabity jsme se dozvěděli o životním příběhu tvého manžela. Vzala sis manžela s kriminální minulostí, měla jsi z toho někdy strach?

Určitě! Tak jsem se Jimmieho bála, že jsem ve sboru změnila směr chůze, když jsem uviděla, že jde naproti mně. Chodili jsme v té době do sboru s osmi sty členy a bylo tam dost místa k útěku.

Nebála jsem se, že by mi mohl ublížit

nebo něco takového. Byl to přátelský kluk, ale zdálo se, že mě vždycky vyhledal, aby mě pozdravil. Nechtěla jsem, aby náš vztah nějak rostl, takže jsem si od něj udržovala bezpečnou vzdálenost. Jednou chtěl, abych byla na jeho skupince. Já jsem požádala o umístění do jiné skupinky a tak se i stalo.

Během let jsem viděla, jak velmi Jimmie miluje Ježíše a zamilovala jsem se do něho. Hlava mi říkala, že to nedává smysl, ale srdce říkalo, že jsme všichni hříšníci zachráněni Boží milostí.

Váš vztah měl skutečně romantický začátek a pak byla svatba. Pokračovalo to stejně i v následujících letech?

Ano i ne. Ano, Bůh nám stále dává krásné chvíle, ale jak každý manželský pár potvrdí – manželství je tvrdá dřina. Věděla jsem, když jsme se brali, že jsme odlišní, ale neuvědomovala jsem si, jak moc odlišní jsme. Velmi dobré bylo to, že jsme oba milovali Ježíše a oba jsme se snažili mít ho stále v centru svého života. Náš pastor nám jednou řekl, že Bůh nám nedal manželství, aby nás učinil šťastnými, ale aby nás učinil svatými. A musím s ním souhlasit.

Jsem vděčná, že to zatím zvládneme (letos to je čtrnáct let). Jednou z nejlepších cest, jak milovat Boha a své děti, je naučit se milovat svého manžela a vidět ho takového, jak ho vidí Bůh. To se samozřejmě snaže říkne, ale hůř dělá.

Rozhodnutí přestěhovat se do naší země muselo přinést výraznou kulturní změnu. Jak jsi to prožívala? Co bylo tou nejtěžší věcí, s kterou ses musela potýkat?

Kdykoli my jakožto věřící vykoučíme ve víře, abychom šířili Boží království, věřím, že to nepřítel našich duší rozzlobí a útočí na nás na těch nejslabších místech.

Přestěhovat se do nové země a stát se znovu cizinkou pro mě znamenalo znovuoživení všech těch pocitů nejistoty z dětství, které jsem pohřbila hluboko ve svém srdci. Ocitla jsem se daleko od svých jistot – od svého sboru, práce, rodiny, přátel, jazyka, kultury – všechny ty různé věci a různí lidé, ke kterým jsem mohla jít pro útěchu, byli najednou pryč.

Když jsem jako dítě vyrůstala v USA, zakoušela jsem odmítnutí a pocit hanby, který je s tím spojený, a všechno se to

vrátilo novým způsobem, když jsem se přestěhovala do České republiky. Tentokrát jsem byla dospělou cizinkou a zápasila jsem o svoji Bohem danou identitu, identitu Božího dítěte, identitu peruánské indiánky žijící v České republice.

Najednou jsem se ocitla ve společnosti, kde trvalo roky vytvořit si hlubší vztahy s českými ženami, dokonce i v církvi. Musela jsem se naučit, co to znamená žít jako milované dítě, jako Boží dcera. Je to proces, cesta, a já jsem stále na ní.

Jako misionáři musíte čelit finanční nejistotě a nikdy nemůžete spoléhat na trvalou materiální podporu. Jak to jako žena zvládáš, zvláště když máte malé děti?

Když se podívám zpětně na svůj život, vidím, jak byl Bůh vůči mně vždy štědrý. A díky tomu bylo snadné znát ho jako Jahve Jiré – „Bůh, který se stará“. Vždycky se o mě postaral. Ode dne, kdy jsem opustila svoji práci na Capitol Hill, jsem nikdy neměla nedostatek. On je věrný. Párkrát se stalo, že náš účet vyschl a nebyli jsme si jisti, jak to zvládneme, ale Bůh se vždycky postaral a samozřejmě si k tomu používá lidi. Moje děti, stejně jako já, měly vždy hojnost.

Svůj dům jste otevřeli pro různé potřebné lidi, kteří u vás bydleli. Báli jste se někdy o bezpečnost svých dětí?

Ano, samozřejmě. Nikdy jsme nepřijali nikoho bez rozmyslu. Za každého člověka, kterého jsme vzali k sobě, jsme se oba s Jimmiem předtím modlili a shodli jsme se na tom, že nás takto Bůh vede. Měla jsem v tom pokoj, takže jsem se nebála; ale vždycky jsem byla obezřetná. Boží pokoj byl vždy tím klíčovým způsobem, jakým nás Bůh vedl. Stalo se, že jsme někoho odmítli, protože jsme v tom neměli pokoj. Žijeme ve světě, který je plný zla, a musíme být moudří. Díky Bohu, že nám nabízí veškerou moudrost, kterou potřebujeme.

Během let trávily moje děti své vánoční prázdniny s bezdomovci, lidmi zlomeného srdce a sirotky a my byli požehnání tím, že jsme mohli vidět, jakým úžasným způsobem Bůh jedná v životech lidí, kteří přišli do našeho domova.

Ocitla ses někdy v situaci, kdy se tvůj manžel zapojil do služby, kterou jsi nebyla schopna přijmout, protože toho prostě bylo na tebe příliš? Jak jste to řešili?

Ano. Díky Bohu za duchovní poradce ... duchovně starší přátele, kteří nám pomohli v dobách krize. Když se dostanete do problémů, nejlepší věcí, kterou můžete udělat, je najít pomoc. V průběhu let nám Bůh posílal úžasné lidi, kteří mluvili do našeho života i služby. Byli to lidé, kterým jsme mohli důvěřovat a otevřeně s nimi mluvit o svých bojích. Kdyby nebylo jich, na misijním poli bychom nepřežili.

Jak se vypořádáváš s faktem, že tvůj manžel často slouží jiným ženám?

Máme dohodu, že nebude sloužit ženám sám, je to vždy v přítomnosti dalších lidí. Jimmiemu důvěřuji a odevzdávám ho do Božích rukou. Modlím se za něj a pomáhám i to, že Jimmie má skupinu přátel – mužů, kterým je vykazatelný.

Vychováváte tady své děti. Je velký rozdíl ve výchově v České republice a v USA?

Ano. Avšak tím hlavním, na co se snažím soustředit, nejsou kulturní rozdíly, ale to, co říká Boží slovo o rodičovství. Zjišťuji, že se stále mám co učit v každé fázi tak, jak moje děti rostou.

Co bys ráda vzkázala českým ženám?

Dívej se na Ježíše, drž se ho za ruku a buď jeho dcerou. Měj pohled upřený na Ježíše a svoji identitu i hodnotu najdi v něm. Věz, že jsi milovaná, a tuto lásku předávej dál. Láska manžela je požehnáním, ale nikdy nezaplňuje to prázdné místo ve tvém srdci. Děti jsou úžasné, ale nikdy ti nedají ten pocit hodnoty a ujištění, po kterém dychtí tvé srdce. Boží láska nikdy neselže. On tě miluje a miluje tě víc, než kdy pochopíš.

Pokud vás životní příběh Huldy zaujal, více se o ní, její rodině a jejich cestě s Bohem dozvíte na jejím blogu www.huldabennett.com



DÁMY



v nesnázích

Pán Bůh s ní skutečně jedná – Ljuba se naučila po určité době perfektně mluvit česky (měla s tím velké problémy), z nesmělé ženy se stala Boží služebnice.

Ljuba – dáma v nesnázích ze současnosti

Ljuba Siváková (36) je moderní „dáma v nesnázích“, je vdaná, manžel se jmenuje Robert (uvěřil díky její trpělivé službě) a mají dvě děti: Roberta a Lilian.



Ljuba je Romka, pochází ze Slovenska, ale roky už žije v Čechách.

Prosím, aby vám Bůh našeho Pána Ježíše Krista, Otce slávy,

dal ducha moudrosti a zjevení, abyste ho poznali. (Efezským 1,17)

V Čechách žiju deset let a to, o čem chci mluvit, se mi stalo jenom jednou. Měla jsem konflikt se sousedem, starším a navíc nevěřícím člověkem. Byl to konflikt veřejný. Dlouho to zůstalo mezi námi špatné. Čím dál víc jsem vnímala, že mezi námi stále něco leží.

V době, kdy jsem měla nastoupit do služby v nedělní škole, jsem si začala dávat do pořádku věci a vztahy. A právě konflikt se sousedem bylo to, co mě pořádně trápilo.

Během prázdnin mi přišla jedna zvláštní myšlenka: „Už nemáš čas!“ Začala ve mně vyrůstat velká touha jít se omluvit celé rodině a sousedovi za to, co jsem udělala.

Ta touha ve mně rostla ze dne na den, víc a víc. Když jsem se už odhodlala, tak jsem

omluvu zase o den odložila. Bála jsem se, že mě sousedi odmítnou, že mi neporozumí, nevyslechnou mě a pošlou pryč. A pak jsem nemohla spát.

Neřešila jsem, kdo měl v tom konfliktu pravdu – jestli soused nebo já. Věděla jsem jen, že se mám jít omluvit, a cítila jsem, že je to od Ježíše, protože se něco zvláštního se mnou děje.

Tehdy mě navštívila kamarádka. Když jsem jí to všechno vyprávěla, povzbudila mě, abych se nebála a omluvila se. O víc abych se nestarala.

Stále naléhavěji jsem cítila, že mám jít a že mi ubývá čas. Úplně jsem tomu nerozuměla, protože jsem si myslela, že jde o můj čas. Prosila jsem tedy, aby mi Bůh ty lidi poslal do cesty a celou situaci připravil.

Jednoho dne jsem seběhla ze schodů a zrovna tam stála paní a usmívala se na mě. Omluvila jsem se jí. Ale stejně jsem cítila, že se musím omluvit přímo sousedovi. A tak jsem se ten večer znovu modlila.

Druhý den ráno jsem šla vytírat chodbu a pán vyšel ze dveří. Poprosila jsem ho, aby chvíli počkal, že mu potřebuji něco říct. Souhlasil. A i když mi dřív záleželo na tom, aby náš rozhovor nikdo neslyšel,

bylo mi teď jedno, že nás sousedi mohou slyšet. Mluvila jsem nahlas a naléhavě ho prosila, aby mi to odpustil. Soused mávl rukou, pod vousy se hezky usmál a řekl, že už je to dávno za námi a že je to dobré.

Řekla jsem mu, že je mi líto, jak jsem bláznivě jednala a že to bylo z nevědomosti. A on jen dodal: „Už se tím netrap a běž!“ Ještě jednou jsem ho nahlas naléhavě poprosila za odpuštění.

Asi za měsíc a půl přišel manžel domů s novinou, že právě tenhle soused ve spánku zemřel. Nemohla jsem tomu uvěřit, protože od té doby byly mezi námi vztahy jiné – dobré. Když jsem uslyšela, že soused zemřel, padla na mě Boží bázeň a porozuměla jsem tomu, proč na mě Bůh tolik naléhal. Tím, že jsem ho poslechla, jsem byla ušetřena něčeho, s čím bych se těžko vyrovnávala. A byla jsem ráda, že soused mohl odejít v klidu a nic špatného mezi námi nebylo. Oba jsme mohli prožít po konfliktu v našem vztahu uzdravení. Děkuji Bohu, že jsem poslechla jeho hlas, který ve mně tolik naléhal: „Jdi!“

*Ljuba Siváková
Křesťanské společenství Nymburk*



Život v tempu andante

Hana Pinknerová

Tahle kniha je pomalá kniha. Píšu v ní o klidu a spočinutí. Vyprávím o tom, jak se učím znovu hrát na klavír nebo jak začínám meditovat. Zkousím popsat své pokusy o vychutnávání prostého bytí. Musím mezi psaním čichat k růžím, plavat ve studené vodě, zalévat kytky, vařit dobré obědy, pít horkou kávu, pozorovat mraky a pod nimi se vznášející horkovzdušné balóny. Tyto věci se nedají dělat rychle, ve spěchu, do uzávěrky. Zjistila jsem, že ani psát o nich nedovedu rychle. Zkuste ji tedy číst pomalu.



Poprvé v životě jsem nestihla termín. Měla jsem odevzdat rukopis knihy, ale nepodařilo se mi ji dopsat včas. Možná kdybych se rozhodla a naplnula síly, dokázala bych to. Tahle kniha to ovšem nechtěla. Je to pomalá kniha. Píšu v ní o klidu a spočinutí. Vyprávím o tom, jak se učím meditovat. Zkousím popsat své pokusy o vychutnávání prostého bytí. Tyto věci se nedají dělat rychle, ve spěchu, do uzávěrky. Zjistila jsem, že ani psát o nich nedovedu rychle.

Musím mezi psaním čichat k růžím, plavat ve studené vodě, zalévat kytky, vařit dobré obědy, pít horkou kávu, pozorovat mraky a pod nimi se vznášející horko-

vzdušné balóny. Od psaní mne odvádí spousta jiných požitků. Jaké například? Je jich mnoho. Nedovedu si hned vzpomenout na něco opravdu důležitého, ale vlastně všechno má tu důležitost, jakou činností nebo předmětům sami přiřkládáme. Takže například mne od psaní odlákala potřeba ještě jednou si zahrát pátou sonatinu s rozkošnou třetí pomalou větou v houpavém třídobém rytmu. Pak mi přišlo jako důležitější upéct domácí sušenky, protože takové pečení je náramně uklidňující činnost, krásně provoní kuchyň, pochutnáte si a domácí na vás v dobrém vzpomínají, i když jste někde v práci, a oni si dávají po obědě kávu. Musím také přiznat, že jednou v sobotu dostala před psaním přednost výprava do zahradnictví k Maškům. Zjistila jsem totiž, že mají sazeničky mateřídoušky plazivé. Takové té, co se vysazuje mezi kameny do chodníčků a vždycky krásně zavoní, když na ni někdo šlápne. Moc jsem toužila mít ji v zahradě a nikde jsem na ni nemohla natrefit.

Jednou ráno jsem byla vážně pevně rozhodnutá jít zapsat, co mne napadlo. Všechno jsem si pěkně připravila na balkon. Na stole jsem rozevřela notebook, vedle postavila konvičku s čajem a svůj oblíbený šálek. Přinesla jsem si blok s poznámkami, tužku a dokonce jsem nezapomněla ani na brýle, ale představte si, na větvích břízy v sousední zahradě seděly dvě hrdličky a kolem přeletovalo hejno sýkorek, což by nebylo tak divné, ale zároveň se tam vyskytovaly i dvě poštolky. To bylo velmi neobvyklé. Tahle ptačí sestava se na jednom stromě často nevyskytuje, upřímně řečeno, ještě

jsem ji neviděla. Zajímalo mne, co to tam dělají, kdo koho honí a kdo vyhrává. Přinesla jsem si k pozorování dalekohled a díky němu jsem zjistila, že kolem ořešáku na naší zahradě poletuje žluna! Opravdu to nebyl strakapoud, ten tam tepe do stromů často, ale žluna. Našla jsem si to v atlase ptáků, který mám na balkoně pohotově na okenní římse, co slouží zároveň jako polička na nezbytnosti. Nebyla jsem si totiž jistá, jestli to byla žluna nebo žluva. To jméno se mi pořád plete. Totiž pletlo až doteď, myslím, že jsem díky tomuto pozorování nabyla naprosté jistoty, jak to s nimi je. No, ale bylo po psaní. Musela jsem odejít do práce.

Já vím, že to všechno vypadá jako nepodstatné maličkosti, ale pro mne to bylo důležité. Tohle je můj život. Skládá se z takových nedůležitých maličkostí. O tom píšu. Jen mi to nejde tak rychle.

- Knihu vydává Karmelitánské nakladatelství
- Vyjde pravděpodobně v květnu
- Koupit ji bude možné v obchodech, kam KNA dodává knihy, v jejich specializovaných prodejnách a na webu [H. Pinknerové www.knihy-galerie.cz](http://www.knihy-galerie.cz)

Hana Pinknerová bude mluvit na konferenci Aglow, kde bude mít seminář Středověk života aneb jak zvládnout změnu. Více o konferenci na aglow.cz.



Juliane Koepckeová - Zázraky se dějí

Pavel Rosecký



Ještě mnoho let po události, která dospívající Julianě proměnila celý život, vídala ve svých snech oslnivě jasné světlo nad křídlem letadla a slyšela motory, marně se snažící překonat bouři nad Andami.

„To je konec,“ byla poslední slova matky sedící na vedlejší sedačce.

Následně se letadlo roztrhlo na několik částí, které bouře rozhodila v širokém okruhu nad pralesem.

Juliana Koepckeová měla šťastné dětství. Rodiče milovali jeden druhého a zvláště maminka jí dávala neustále najevo, jak se na ni těšila.

Oba rodiče byli uznávanými kapacitami v oboru zoologie a ornitologie a dceru

brali od čtyř let na výzkumné výpravy do deštného pralesa a do nedalekých And.

Časem se jim podařilo založit vlastní výzkumnou stanici nedaleko peruánského města Pucallpa. Juliana tak byla neustále obklopena divokou přírodou a pomalu se učila znát řeč pralesa. Ve čtrnácti letech ji vzali na téměř dva roky na stanici. Těžko by si tenkrát mohla představit, že jí za pár let toto období naplněné nejenom domácím vyučováním, ale především neustálým pobytem v přírodě pomůže díky nabytým znalostem zachránit život.

Po pádu letadla se tak dokázala rychle zorientovat a vydat se na pochod džunglí, aby se k obrovskému překvapení celého světa vynořila po delší době v městečku Tournavista.

Až po mnoha letech si dokázala přiznat, že jejím velkým štěstím byla tenkrát neznalost pravdy o matčině osudu. Ta dle pozdějších zjištění vlastní pád letadla přežila také, ale místo katastrofy nedokázala opustit.

Kniha na rozdíl od stejnojmenného filmu není ale jen o letecké katastrofě a následné strastiplné cestě mezi lidmi.

Rozsáhlá část je věnována i velmi dobrodružné cestě otce Juliany z poválečného Německa do hlavního města Peru - Limy, kam za ním potom přijela i jeho nastávající.

Juliana díky tomu měla občanství peruánské i německé, což jí později pomohlo při naplňování snů rodičů - přikoupení dalších pozemků kolem výzkumné stanice a založení přírodní rezervace.

Velký prostor v knize je věnován jejímu vnitřnímu boji se syndromem jediného

přeživšího. Dále je zde vysvětleno, proč se až po téměř třiceti letech od nehody rozhodla podat svědectví o tom, jak jí poslední let společnosti Lansa proměnil následující život.

Dnes je známou biologkou a profesně kráčí ve stopách rodičů.

Rozsah velmi čtivě napsané knihy je 264 stran a vydala ji u nás v pevné vazbě Euromedia Group, k. s. - Ikar v roce 2013. Titul lze u knihkupců sehnat do 250 Kč. Doplněno fotografiemi z natáčení a dětství autorky.

Jak jsem se výše zmínil, události okolo pádu letadla neušly pozornosti filmařů. Poprvé byl příběh natočen jako dobrodružný film tři roky po pádu letadla v r. 1974 a divácky se stal velmi úspěšným. Na ČSFD mu bylo uděleno pěkných 75 %.

Režisér Giuseppe Maria Scotese ale obsazením hlavní role značně zkomplikoval skutečné hrdince život. Susan Penhaligon byla své předloze tak podobná, že poté, co natočila jiné a některé dosti choulostivé snímky, docházelo často k trapným záměnám.

Další film byl natočen pod názvem: „Julianes Sturz in den Dschungel“ známým režisérem Wernerem Herzogem až téměř třicet let od katastrofy jako dokument, mapující události s větší přesností.

Dokument u nás nikdy nebyl uveden a dá se sehnat jen velmi obtížně. Což je škoda, neboť na něm intenzivně spolupracovala i hlavní protagonistka příběhu. Od diváků na ČSFD dostal skvělých 82 %.





Projekt zajišťuje spolek České studny, který se zaměřuje na obnovení starých českých studní – hodnot, které přinesly naše významné historické osobnosti. Cílem spolku je obnova národa skrze návrat k hodnotám české reformace a osobností jako byl Jan Hus, Jan Amos Komenský a další. Identita českého národa spočívá v duchovních kořenech naší minulosti a navázáním na historickou integritu se náš národ opět pozvedne kulturně i duchovně.

Evropa se rychle mění před očima. Tváří v tvář islámskému terorismu a přistěhovalecké vlně se lidé opět začínají zajímat o svoji identitu, hledají své osobní i národní kořeny. Mluví se o návratu k základům evropské civilizace. Kde jsou tyto základy a jak je pojmenovat? Na tyto otázky odpovídá projekt Husovy stopy, který odhaluje odkaz našich velkých národních osobností, které se podílely na tvorbě evropských hodnot. Formou podlahových samolepek, publikací a přednášek se veřejnosti snažíme přiblížit český národní odkaz.

V roce 2015, kdy se připomínalo 600. výročí upálení Jana Husa, zahájil spolek České studny vzdělávací projekt Husovy stopy a představil ho základním a středním školám. Do projektu se zapojilo na 600 škol.

Podlahové samolepky ve tvaru husích stop nesou názvy dvanácti Husových hodnot:

- 1 VÍRA
- 2 PRAVDA
- 3 ČISTOTA DUŠE
- 4 SVOBODA
- 5 DŮSTOJNOST
- 6 ODVAHA
- 7 ÚCTA
- 8 POKORA
- 9 ODPUŠTĚNÍ
- 10 RADOST
- 11 LÁSKA
- 12 VĚČNOST

Lidé se mohou s těmito Husovými hodnotami ztotožnit tím, že se na ně postaví. Také byly vydány publikace s popularizací Husova nadčasového odkazu.

V roce 2016-2017 realizujeme projekt Husovy stopy pro knihovny.

Knihovnám nabízíme publikace o Janu Husovi a české reformaci, podlahové samolepky Husových stop s dvanácti hodnotami Jana Husa (zdarma), vzdělávací přednášky o duchovním odkazu českých dějin pro veřejnost a interaktivní dílny Tajemství Husích stop pro školní kolektivy.

Cílem projektu je vybudovat na bázi důvěry trvalou spolupráci s knihovnami a každoročně jim přinést nový zajímavý program či produkt. Knihovny se tak mohou stát prostředím, odkud se do měst a vesnic bude šířit světlo evangelia a křesťanské hodnoty skrze duchovní odkaz našich dějin. Smyslem tohoto projektu je, aby kolem knihovny vznikla komunita lidí, kteří mají o tato témata zájem, a aby místní církve měly veřejný necírkevní prostor, kde mohou sloužit lidem, navázat s nimi vztahy a přinášet jim duchovní požehnání.

Nyní jsme ve fázi realizace přednášek a interaktivních dílen o Janu Husovi v knihovnách a sháníme 72 strategických partnerů pro České studny, kteří by byli ochotni navštívit i malé knihovny ve městech a na vesnicích a osobním jednáním tak podpořili naši nabídku.

Pokud se chcete dozvědět víc o projektu Husovy stopy, navštivte webové stránky www.husovystopy.cz.

*David Loula
prezident spolku České studny*





Káva - víme, co pijeme?

Tomáš Krumphanzl

V našem minulém kávovém povídání jsme se věnovali zejména tomu, jak si tento nápoj připravit v domácích podmínkách s využitím ověřených metod, které jsou nenáročné z hlediska času i potřebného vybavení a přívětivé k našim peněženkám.

Doposud jsme se však vůbec nezabývali tím, jakou kávu jako surovinu vlastně používat. Metoda správné přípravy je samozřejmě důležitá, ale ani ta nejlepší z nejlepších nám z nekvalitní suroviny dobrý nápoj neudělá. Než si však začneme vybírat, kde a jakou kávu vůbec pořídit, připomeňme si ještě několik **základních informací** a také **faktů z historie**.

Kávové zrno plodí rostlina zvaná kávovník. Ačkoli kávovníků je vícero druhů, běžný konzument se dnes setká pouze

s produkty dvou nejrozšířenějších – Kávovníku arabského (*Coffea Arabica*) a Kávovníku statného (*Coffea Robusta*). Tyto dva druhy rostlin tak daly název i dvěma druhům kávy – **arabika a robusta**. O rozdílech mezi těmito dvěma druhy kávových zrn, jejich kvalitách a chuťových potenciálech toho bylo napsáno velmi mnoho. Kávovníci a kávomilci jednoznačně preferují arabiku jako chuťově kvalitnější a také podstatně rozmanitější. Zatímco u robusty zpravidla vůbec nerozlišujeme jednotlivé odrůdy a chuťové typy, u arabiky je jich nepřeberně. Arabika je však podstatně náročnější na pěstování a choulostivější vůči vlivům škůdců a chorob. Rovněž plodivost arabiky je menší. Právě proto je robusta stále pěstována a její podíl (nyní cca 25%) na světové produkci rozhodně neklesá. Je to zejména proto, že se hojně využívá

v levných směsích a také jako surovina pro výrobu kávy instantní, která se v druhé polovině 20. století masově rozšířila.

Původ kávy bychom měli hledat pravděpodobně v **africké Etiopii**, konkrétně v provincii zvané Kaffa, kde zpočátku rostla jako planý keř. Odtud se někdy ve 13. – 14. století rozšířila na **arabský poloostrov**, kde byla dále pěstována již jako kulturní plodina. V **Evropě** se poprvé objevila přibližně v 16. století, kdy se také v rámci kolonizačních procesů začala šířit do třetího světa. Od 18. století začala být nabízena v evropských kavárnách a později i v obchodech pro domácí přípravu. V českých zemích byla první kavárna zřízena v **Praze** pod malostranskou Mosteckou věží již v roce 1714, první kávová zrna se však na našem území objevila již o více než 100 let dříve zásluhou šlechtických cestovatelů

Heřmana Černína z Chudenic a Kryštofa Haranta z Polžic a Bezdružic.

V podstatě až do konce 19. století byla káva (podobně jako například některé druhy koření) považována za něco exotického a exkluzivního, změna nastala až s rozvojem dopravy a mezinárodního obchodu. Avšak např. v druhé polovině 20. století, v důsledku dovozních omezení reálně socialistické ekonomiky, se v zemích východní Evropy kvalitní káva opět stala zbožím velmi vzácným. Na našich pultech byla tehdy běžně dostupná snad jen tzv. **standard směs** – tedy balení **podřadné robusty** pocházející ze spráteného **Vietnamu**, u nás pak často ještě nekvalitně zpracované (většinou přepražené). Jakákoli jiná káva (zpravidla dovezená ze zahraničí) získala okamžitě punc luxusu, byla proto častým předmětem vzájemného obdarovávání a pozornosti a jako „vzácnost“ se běžně nekonzumovala. Celé generace tak přivykaly tomu, že káva je nápoj zemité a hořké chuti, jehož drsný výraz zjemníme především důkladným naředěním a případně notnou dávkou cukru. Připočítáme-li k tomu navíc metodu přípravy ala „český turek“, je zřejmé, že **devastace kávové kultury** u nás tehdy dosáhla svého vrcholu (resp. dna).

Dnes je situace zcela jiná – v každém obchodě nalezneme nepřeberné množství káv různých obchodních značek, která nás lákají svým balením, superlativními popisy a samozřejmě i výhodnou cenou. Současně se objevila i řada specializovaných prodejců, kteří nabízejí kávy rozlišované podle oblastí pěstování, odrůdy, způsobu prvotního zpracování apod.

Jen čerstvá je dobrá!

Ať už se kávu rozhodneme kupovat kdekoli, jednou z hlavních zásad našeho výběru by měla být zásada čerstvosti. Z tohoto důvodu bychom měli vždy poptávat kávu zrnkovou, nikoli předem namletou. Jen v zrnkové podobě si totiž káva dokáže svoji čerstvost jakž takž udržet (ano, budeme tedy doma potřebovat mlýnek). Již v minulém článku jsme si vysvětlili, že:

- od sklizně kávy do jejího upražení by neměla uběhnout doba delší než 1 rok

Tento aspekt můžeme jako běžní koncoví konzumenti kontrolovat poměrně obtížně – zde nezbyvá než věřit, že obchodníci s kávou jsou dostatečně

solidní a nezásobují nás letitými zásobami ze starých sklizní (něco jako „archivní káva“ skutečně neexistuje).

- **od upražení do umletí by neměla uběhnout doba delší než 1 měsíc**
Zde už míra naší kontroly a vlivu roste. Tedy alespoň částečně, protože budeme-li zcela důslední, pak přijdeme na to, že v podstatě jakákoli káva z běžného trhu tomuto požadavku vyhoví jen těžko. Než se dostala do regálů prodejen, byla upražená ve velkopražírě (často i na druhém konci planety), pak balena, expedována a nějakou dobu skladována. To vše mohlo trvat i řadu měsíců. Útěchou nám budiž alespoň to, že moderní způsoby balení dokáží proces stárnutí přeci jen účinně přibrzdit. Samozřejmě ale jen do té doby, než ji doma sami otevřeme. Pak už nám jakákoli obalová technologie nebude nic platná. Kávu proto kupujeme vždy jen v takovém množství, které stihneme v rozumné době vypít – dejme tomu právě v období onoho jednoho měsíce. Vyvarujme se všelijakých velkobalení, která nás lákají svoji výhodnou cenou (pokud tedy zrovna nechystáme velkou kávovou party, na kterou sežveme polovinu města).

- od umletí do finální přípravy (zalití vodou) by neměla uběhnout doba delší než 1 hodina

Kávu melme opravdu až před tím, než ji budeme konzumovat. To je věc, kterou můžeme ovlivnit nejsnadněji. Když už si koupíme (relativně) čerstvou zrnkovou kávu, proč bychom ji měli znehodnotit tím, že si ji nameleme na několik týdnů dopředu. Namletá káva opravdu degraduje velmi rychle – ztrácí nejen vůni, ale i chuť.

Na druhu záleží!

Už jsme uvedli, že kávomilci jednoznačně preferují druh arabika před druhem robusta. Důvody jsou nasnadě – výrazně hořká chuť zemitého až štiplavého charakteru, která je pro robustu typická a také její chuťová uniformita, to skutečně nejsou vlastnosti, které by někdo z nich oceňoval. Je pravda, že pokud budeme kupovat kávu v zrnkové podobě, na čistou robustu narazíme de facto pouze u tzv. standard směsi, kterou někteří distributoři, vědomi si kouzla retro atmosféry, dokonce expedují v balíčcích nápadně připomínajících ty, které se prodávaly před 30 lety. Tato káva reprezentuje vůbec to nejhorší, co lze ještě tímto termínem označit a její nákup doporučuji

pouze pro účely chuťových experimentů, kdy na hodnotící škále potřebujeme určit její spodní hranici. O něco kvalitnější robustu lze zakoupit spíše ve specializovaných obchodech, avšak i ona svůj stín překročí jen stěží. Mezi kávomilci proto koluje hezký aforismus: S kvalitní a chutnou robustou je to jako s Yettim – mnozí o ní hovoří, někteří v ni i věří, ale ve skutečnosti ji ještě nikdo nikdy neviděl (tedy v tomto případě nepil).

Robusta však bývá často přidávána do zrnkových směsí, zejména doporučených pro přípravu espressa. Její podíl (pohybuje se zpravidla okolo 20 - 40%) údajně zaručí lepší cremu (onu „pěnu“, která je u espressa očekávána), ale hlavně ostřejší chuť.

Arabika nám naopak nabídne širokou škálu chuťových požitků. Můžeme zkoušet kávy z různých destinací, různým způsobem zpracované a na různý stupeň pražené. Zvláště v poslední době jsou i u nás stále více preferovány kávy pražené na nižší stupeň (světlejší), u kterých vynikají jejich chuťové odlišnosti. Člověka uvyklého hořké a temně pražené robustě tak čistá arabika mnohdy překvapí svojí „kyselostí“. Zpravidla to však netrvá dlouho, a právě ona ovocná lehkost a svěžest se stane tím, co na ni začne vyhledávat.

Konzumenti se při volbě kávy také často rozhodují podle jejího původu, neboť s určitými destinacemi spojují určitá chuťová očekávání. Toto rozlišování může být trochu zavádějící, ale na velmi obecné úrovni některé charakteristiky přeci jen dominují. S velkou mírou zjednodušení tedy můžeme předpokládat, že:

- káva pocházející z **Jižní Ameriky** bude mít poměrně jemnou chuť a spíše nižší míru kyselosti;

- káva **afická** bude zpravidla velmi aromatická, v některých případech až s intenzivním ovocným nádechem, je však nutno počítat s vyšší kyselostí (v tom nejlepším slova smyslu);

- káva z **Asie a Indonésie** (Indie, Sumatra apod.) bude zas oplývat nádechem kořeněným.

Výsledná chuť je dále samozřejmě ovlivněna **stupněm pražení**. Nižší stupeň dávají vyniknout kyselosti a ovocným chutím, vyšší pak posilují hořkost. Ale pozor, vše má své meze. Právě pražení je totiž to, co dělá kávu kávou. Extrémně málo pražená káva nám proto mnoho radosti neudělá – nebude ani kyselá, ani

hořká, její chuť bude mdlá a bez jakéhokoli výrazu.

V této souvislosti zmiňme alespoň okrajově ještě tzv. **zelenou kávu**. Jedná se skutečně o kávu, která se pro přípravu nápoje používá ve stavu, kdy procesem pražení vůbec neprošla. V poslední době její popularita roste zejména kvůli údajným dietetickým účinkům. Nápoj z této suroviny připravený má však zcela jinou chuť i vůni a běžnou kávu v podstatě ani nepřipomíná.

Kde tedy dobrou kávu nakupovat?

Největší objem kávy se samozřejmě prodá v běžných potravinových obchodech – chcete-li, v „**marketech**“. Pro námi preferovanou zrnkovou to platí rovněž. V regálech nalezneme nepřeberné množství balení různých značek a „značek“, jejichž cena se nejčastěji pohybuje v částce **30 – 40 Kč za 100 g** (pochopitelně i zde narazíme na levnější, ale také výrazně dražší produkty). Od těchto káv zpravidla nelze očekávat nějaké velké chuťové zážitky – jedná se o směsi, které jsou namíchány tak, aby uspokojily většinová očekávání, nikoli proto, aby oslnily kávové gurmány. Často se prodávají bez udání jakékoli stopy svého původu nebo jen s jeho velmi hrubým naznačením (např. „pravá brazilská káva“). Neznámé bývá také datum sklizně i datum pražení.

Některé věci se žel nemění:



před třiceti lety



dnes

Neznamená to však, že bychom mezi nimi nemohli objevit některou, která nám pro běžnou konzumaci „bez překvapení“ bude vyhovovat. Problémem zrnkových káv prodávaných v marketech je však vedle jejich **nejasného původu a neurčité čerstvosti** zejména objem jejich balení, který je jen málokdy menší než 500 g. Jedním nákupem se tak „odsoudíme“ k poměrně dlouhodobé konzumaci něčeho, co nám nakonec nemusí tak úplně vyhovovat.

Tomuto nedostatku se vyhneme, pokud navštívíme některou **specializovanou prodejnu**, kde nám kávu prodají podle váhy. Na tyto prodejny narazíme často ve velkých obchodních centrech. Kávy zde nabízené jsou opět většinou směsí, avšak jejich **chuťová variabilita** je již podstatně větší. Praženy jsou v centrální pražírňě firmy, která prodejny provozuje, a pak jsou pravidelně expedovány do jednotlivých obchodů. Vedle výhody většího výběru a možnosti volit rozumnější balení zde tak můžeme předpokládat i větší čerstvost nebo se na ni můžeme alespoň sami zeptat. Ale pozor: zatímco „marketová“ káva si pro zachování čerstvosti pomáhá poměrně účinným průmyslovým balením za využití vakua nebo ochranné atmosféry, kávy ze specializovaných prodejen vystavené běžnému prostředí takovou možnost nemají a riziko jejich přirozené degradace

je tak vyšší. Cena káv ze specializovaných prodejen se pohybuje většinou v rozpětí **50 – 80 Kč za 100 g**.

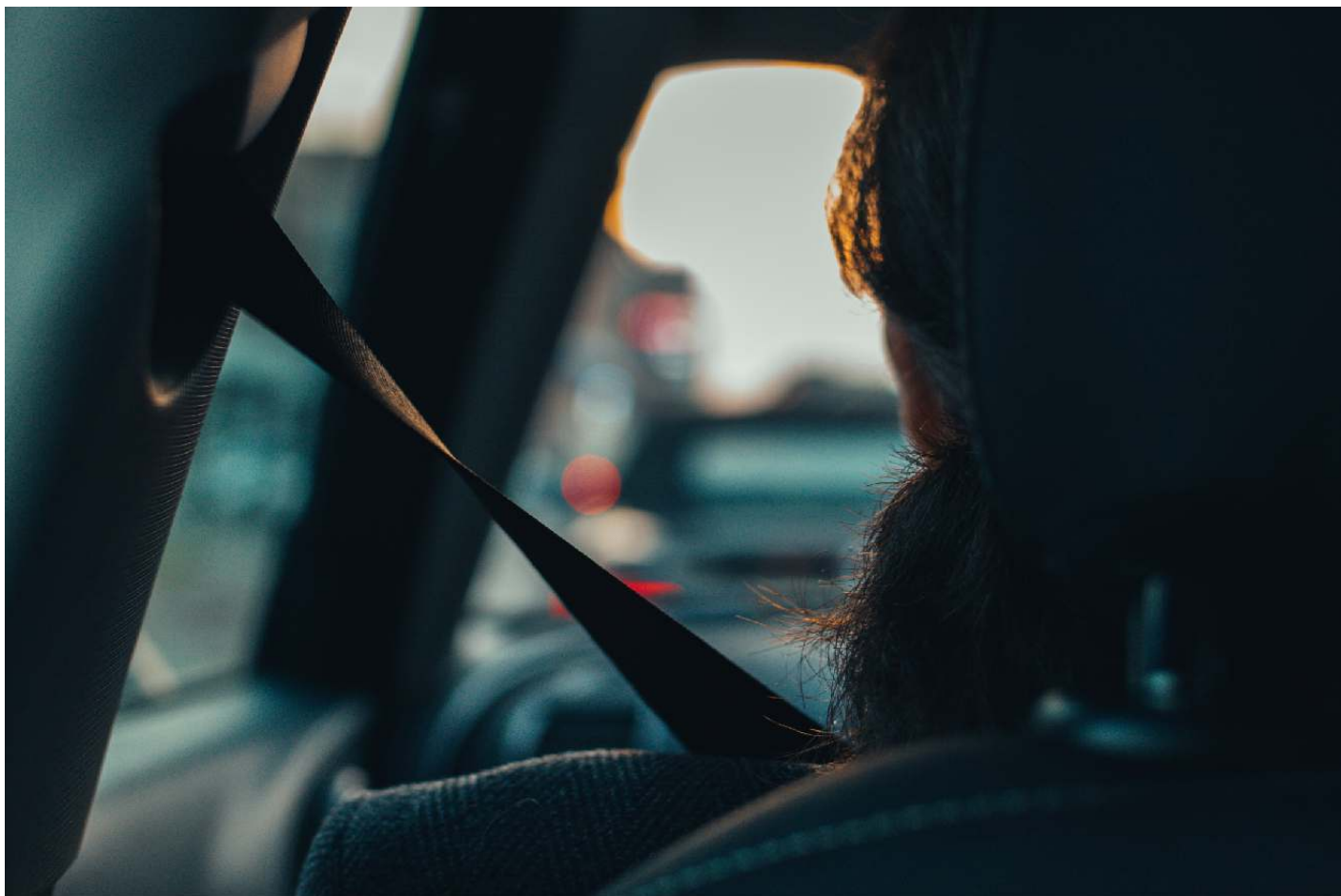
Pokud si budeme chtít vybrat kávu podle skutečného teritoriálního (nebo někdy dokonce i odrůdového) původu, s garancí data pražení (nebo někdy dokonce i data sklizně), nabízí se třetí možnost, kterou je nákup v tzv. **lokálních pražírňách**. Lokální pražírny jsou drobné provozovny, které kávu v rozumném množství praží de facto až v místě samotného prodeje. Původ těchto káv je přeci jen určen jasněji (odrůda, oblast sklizně, způsob zpracování, jakostní třída apod.). V některých případech pražírny nabízejí i tzv. **výběrovou kávu**, u které je její původ zcela jednoznačný a doložený až na úroveň konkrétní farmy.

Lokální pražírny často provozují i vlastní kavárnu, kde lze kávu ochutnat, a většinou také e-shop, kde si ji lze objednat. Nabízejí proto i různá degustační balení (po 50 g), takže si můžete nechat zaslat zásilku širšího výběru a pro příští nákup zvolit ten typ kávy, který vám bude nejlépe vyhovovat. Cena káv z lokálních pražírny se pohybuje v rozpětí **60 – 100 Kč za 100 g**, u garantovaných výběrových káv je pochopitelně ještě vyšší.

Při výběru kávy se můžeme zaměřit i na **další atributy**. Jedním z nich může být například deklarace **BIO** charakteru kávy, tedy garance pěstování a zpracování ekologickým způsobem. U řady káv může být zdůrazňován tzv. **fairtrade** původ produktu, který by měl kupujícího přesvědčit, že při pěstování a zpracování kávy byly jednotlivým subjektům zaručeny solidní podmínky vylučující nedůstojné zacházení, dětskou práci apod. Nutno v tomto ohledu vůbec poznamenat, že za posledních 50 let se podmínky pěstitelů kávy velmi zlepšily a její produkce tak představuje důležitý zdroj obživy obyvatel zemí, kde se pěstuje.

Ať už si svoji kávu koupíte kdekoli a připravíte jakkoli, nezapomeňte na **dobrou pohodu**, která by s její konzumací měla být spojena. Dobré je, že ona nám k tomu sama také trochu pomůže – látky v ní obsažené, bude-li konzumována v rozumné míře, prospějí jak naší mysli, tak i našemu tělu. Nespolehejte však jen na ni – sama to nezvládne. Tak ať vám chutná!





Za volantem V

Alena Šelongová

Televizní moderátoři počasí nám stále slibují oteplení. Během zimy, na náledí i na zasněžených silnicích jste zjistili, jak dalece máte odlehčenou nohu jak na plynu, tak i na brzdě, máte-li pomalé a jemné ruce na volantu, a jak dalece jste ochotni seškrabávat námrazu z oken auta a shazovat čepice sněhu ze střech aut (mimořádně, to je ze zákona povinné).

Teď však přichází jaro, sluníčko, plískanice, mlhy a opět sluníčko, tedy aprílové počasí, a vy věříte, že vaše auto projíždí silnice bezpečně a vždy vás doveze do cíle. Na cestách však vznikají problémy, které jsou často nepředvídatelné nebo vás překvapí natolik, že v první chvíli nevíte, co udělat. Někdy to jsou vteřiny, kdy je

třeba naše **rychlá reakce**, proto nedržte v ruce telefon a nezabývejte se telefonováním ani psaním sms (za jízdy zakázané), za jízdy nehleďte nic v kabelce, nemalujte si rty, neopravujte „make-up“, nesnažte se vyřešit spor vašich dětí sedících na zadním sedadle, ale dívejte se před sebe a kolem sebe a přemýšlejte i za ostatní, kteří se také chtějí dostat do cíle, takže se věnujte řízení vozidla na sto procent.

V poslední době se na silnicích, hlavně na dálnicích, ale i na silnicích pro motorová vozidla objevuje velký nešvar, a tím je „**vybrždování**“. Je to nezodpovědné a velmi nebezpečné jednání. Silnice není ring ani hřiště, není to místo soutěžení kdo z koho. Nenechte se vyprovokovat

jednáním druhých, myslete na to, že nic, co se jednou stane, se nedá vzít zpět.

Jak reagovat na „vybrždování“?

Je těžké vymyslet recept, protože příčina takového jednání může být pokaždé jiná. Každopádně je třeba se naučit předvídat a podle jízdy řidiče, který mne předjíždí zprava či zleva, nebo přejíždí z jednoho jízdního pruhu do jiného jízdního pruhu těsně přede mne, ihned pomalu snižovat rychlost a kontrolovat vozidla za sebou a vedle sebe, abychom je také nevybržďovali či jinak neohrozili. Špatně se o tom píše a ještě hůř se z toho na silnici dostáváte, není na to žádná speciální rada, závisí to na o vaší rychlé, ale zároveň nepřehnané reakci, na vaší

moudrosti a schopnosti udržet emoce na uzdě.

Dnes bych chtěla ještě upozornit na „vybodování“ a jak mu předejít. Jste-li vybodováni - dosažení 12 bodů v bodovém systému řidičů, ztrácíte řidičské oprávnění. O připisování bodů nejste nikým informováni (v roce 2018 by se to mělo změnit). První informaci obdržíte až při dosažení 12 bodů – od příslušného obecního úřadu spolu s výzvou k odevzdání řidičského průkazu.

Jak tedy předejít „vybodování“?

Dodržujte vždy pečlivě pravidla silničního provozu. V devadesáti procentech případů jsou řidičům strhávány body za přestupky v pěti základních oblastech. Chcete-li předejít vybodování, řiďte se zejména následujícími doporučeními:

- Nepřekračujte předepsanou rychlost v obci.
- Buďte připoutaní/používejte ochrannou přilbu (tam, kde je předepsána).
- Respektujte příkazové a zákazové značky.
- Neporušujte ustanovení o osvětlení vozidla.

- Netelefonujte za jízdy s telefonním přístrojem v ruce.

Průběžně sledujte svůj bodový stav. Po jakémkoli projednání přestupku si po zhruba dvou týdnech ověřte ve výpisu z bodového hodnocení na CZECHPOINTU, kolik máte bodů!

Po 12 měsících bez přestupku jsou vám odečteny 4 body.

Za absolvování Školy bezpečné jízdy je odpočet 3 bodů z bodového hodnocení řidiče.

Školení bezpečné jízdy s odpočtem 3 bodů je možné absolvovat jednou za kalendářní rok, pokud jsou splněny následující podmínky:

- řidič má maximálně 10 bodů,
- řidič nemá žádný 6bodový ani 7bodový přestupek.

Pokud si nejste jisti, kolik máte bodů a za jaké přestupky jste je dostali, požádejte o výpis z bodového hodnocení řidiče (dostupné na kterémkoliv CZECHPOINTU, tedy např. i na poště).

Školení bezpečné jízdy s následným odpočtem 3 bodů z bodového hodnocení řidiče je aktuálně možné absolvovat v pěti zařízeních v České republice - v Jihlavě, Mostě, Ostravě, Sosnové a v Příbrami.

Nezapomínejte: je dobré umět, je dobré vědět, je dobré spoléhat na druhé lidi, ale naše spoléhání má být na Boha. Pozvěte ho tedy za volant, ať se stane vaším spolujezdcem.

Př. 2,8: Střeží cestu práva a chrání cestu svých věrných.

Přeji mnoho bezpečných kilometrů na vašich jarních cestách, věnujte se plně řízení a za jízdy se moc „nekochejte“ přírodou.

A jeden **bonusový tip**: Pokud jste nervózní, je vám špatně, trpíte bolestmi hlavy, točí se vám hlava, máte zraněnou ruku či nohu, jste emocionálně rozrušení, prosím, nesedejte za volant, ohrožujete svůj život a životy jiných.





Zvířata u nás doma V – závěrečná část

Milan Kubic

Ptáci v kleci

Papoušci, andulky, cvrlikáčci - prostě ptáci v kleci. Abych řekl pravdu, tak vždy když vidím ptáka v kleci, cítím se trochu nesvůj. Pták má přece křídla, aby létal a ne jen seděl na bidýlku! Nezapomenu na ten pro Evropana nádherný pohled na volně létající papoušky v jejich domovině.

U nás se však osvobozovat papouška z klece vypuštěním do přírody nevyplácí, protože ho okamžitě chytí nějaký dravec - například krahujec.

A tak když už musíme mít doma ptáčka v kleci, dopřejme mu občas prolétnout se po bytě. Těch pár hovínek na koberci nám vynahradí krásný pohled na spokojeného živočicha. Nebo mu udělejme jako letní byt alespoň velikou voliéra - třeba na balkoně nebo na zahradě.

Ptactvo doma je občas poměrně hlučné, zvlášť když máme více exemplářů. Je s tím třeba počítat. Na noc je vhodné klec přikrýt nějakým tmavším přehozem pro

klid na spaní pro všechny. Ptáci jsou šeroslepí a lekají se pohybů v blízkosti klece.

Protože pták z klece nemůže, pokud mu to sami nedovolíme, měla by klec být na nějakém klidnějším místě, kde pořád někdo nemává rukama nebo kde neprobíhají nějaké hlučné činnosti. A klec musí být VELKÁ! Malé klece jsou tak pro přepravu. Papoušek sedící celý život v kleci o dvou bidýlkách je dle mého názoru týrán. Proto nejlépe voliéra nebo pravidelné opuštětky z klece. Se zavřenými okny.

Některé druhy ptáků, zejména krkavcovití, jsou velmi inteligentní. Papoušci dokáží také velmi přilnout k člověku a být zábavným společníkem. Jsou nesmírně hraví a vtipní. Svými kousky dokáží rozesmát děti i dospělé. Jako dítě jsem měl doma také několik andulek a ještě dnes, po pětatřiceti letech, si na ně velmi dobře pamatuji.

Co říci závěrem?

Existuje jistě mnoho dalších druhů zvířat, které lze chovat spokojeně v domácnosti - například jsem již několikrát viděl na sídlišti menší prase na vodítku.

Abych řekl pravdu, mezi ně dle mého názoru nepatří chov plazů. Zejména proto, že je nutné je krmit jinými živými zvířaty a to mi vůči nim nepřijde „fér“. Argument chovatelů plazů, že „je to jako v přírodě“, neberu. V přírodě má možnost každý utéct, z terária těžko.

Na závěr bych ještě rád připomněl, že žádného živočicha nemůžeme krmit zbytky našeho lidského jídla, které obsahuje sůl, koření nebo přepálené tuky. Ohrožujeme tím jeho zdraví.

Přeji každému, kdo se rozhodne žít se zvířetem v jedné domácnosti mnoho radosti ze společného soužití a to samé přeji i dotyčným zvířatům.





Tři náramky

Marie Macková

Kuchařka Bětka neví, kam dřív skočit, a to tu má dost pomocných rukou. Ale proč se tu zrovna dneska usadil stařeček z lesní samoty, který na tvrz docházel tak zřídkka?

„Copak tě k nám přivedlo, stařečku?“

„Ta královská vůně, která se line z vaší kuchyně, Bětko.“ Stařečkovi se smějí oči: „Děláš tu kuchařku už hezkých pár let, ale tak pěkně to tu ještě nevonělo.“

Bětku ta chvála těší. „Zemanova dcera se dneska vdává, ta mladší, Markéta,“ vysvětluje. Ženské v kuchyni se mohou přetrhnout, aby honem všechno vypověděly.

„Bere si ji sám král.“

„Ale svatba bude tady. To víš, z nevěstina domu.“

„A ochutnej, kmotříčku.“

Stařeček ochutnává, co mu laskavé ruce prostřely. „Odkdy pak si králové berou zemanské dcery?“ nejde mu do hlavy.

„Od té doby, co starý král umřel, dělá si mladý, co chce.“

„Hraje na loutnu, toulá se po lesích.“

„Však taky při tom toulání poznal Markétu. Děvče je jako vítr, ničeho se nebojí, na koni jezdí jako rytíř.“

„Král se v ní jen vidí, snad i kralovat zapomněl, jestli to vůbec kdy uměl.“

„Kdopak ví, jak to je. Na staré královně prý leží prokletí.“

Stařeček pokyvuje hlavou na znamení, aby se o této věci nemluvalo. Ale copak může tak nepatrný posunek zastavit mluvidla ženským, které pomáhají při svatbě?

„Dobré jitro,“ až zemančin pozdrav je umlčel. Už dlouho stála paní domu ve dveřích a přemáhala tíhu, která se usadila hluboko v srdci. Ještě se docela nesmířila s tím, že její lehkonohá Markétka má jít první z domu a už na ni dopadá další stín. Ale ne, nebude kazit dnešní den.

„Přišla jsem vám, děvčata, poděkovat. Máte to pěkně nachystané. To je dobře, že jste stařečka pohostily. A výslužku mu dejte.“

„Maminko, Bětko, že mi to sluší,“ ve dveřích se točí nevěsta a strká prsty do nejbližší mísy: „Dejte mi ochutnat!“ Zemanka bere dceru za loket: „Pojď, ještě se umažeš,“ a odvádí ji z kuchyně. Nemůže v sobě unést celou tu starost.

„Víš, co se povídá? Na matce tvého muže leží kletba.“

„Kletba?“ Markétka kulí své krásné oči.
„Jak vypadá kletba? Jako tři železné
obruče.“ Ve vzduchu znázorňuje tři veliké
kruhy. Matka se na to nemůže dívat.

„Nedělej hlouposti. Stará královna je
zakleta černým viděním. Nikdy na světě
neuvidí nic hezkého, z ničeho se neraduje.
Kdo se jí přiblíží, začne se chovat podle
toho, jak ona ho vnímá.“

„Neboj se, maminko, já mám pro strach
uděláno.“ Markéta ztišuje hlas k šepotu:
„Třeba to prokletí zlomím.“

„Mlč,“ zemanka využívá chvíly, aby dceru
vzala za ruku, jako když byla malá, a vede ji
do slavnostně vyzdobené síně.

Ach to byla svatba! Už dozněly poslední
tóny, zacinkaly poslední poháry a talíře,
odtekly slzy dojetí. Mladý král provází
svou ženu novým domovem: „Jak se ti
u nás líbí?“

„Moc, vlastně skoro moc, je tu trochu
smutno.“

„Však tě také vítáme v domě smutku,
děvenko,“ hlas staré královny zastaví
kroky novomanželů. Markéta tohle
nechce slyšet.

„Proč dům smutku, paní? Tvůj syn se dnes
žení...“

„Můj syn je špatný král. Země mu zpustne
pod rukama,“ královna nenechala
nevěstu domluvit, nečeká ani na odpo-
věd. Vždyť král se o žádnou ani nepokouší.
Bere svou milou do náruče a přenáší přes
práh do své komnaty.

Na královském hradě se z příchodu mladé
královny velmi radovali. Vždyť často si
věděla rady i s věcmi, do kterých se králi
příliš nechtělo. Přijímala na sebe nové a
nové povinnosti, z každého úspěchu se
těšila a chlubila se s ním staré královně.
Ale ta jí odbývala a předhazovala jí věci,
které se nedařily. Markéta se stávala den
ze dne mrzutější a mrzutější. Křičela na
služebnictvo, králi neustále připomínala
jeho chyby. Do hradu se vracel smutek
a tíseň jako dřív.

Jednou, když zlostně peskovala komor-
nou, šeptala matka synovi: „Slyšíš, jakou
vzteklíci sis přivedl?“

Král prudce vrazil do komnaty, odtud
slyšel ostrý hovor. „Co tady křičíš? Kde
myslíš, že jsi?“

Do mladé královny, jako by vrazil nůž.
„Odpusť, pane, je toho na mne nějak

moc.“

Král nechtěl rozumět. „Čeho je na tebe
moc? Do vladařských záležitostí se mi
pleteš a matku popouzíš.“

Tohle neměl král říkat. Pryč. Markéta musí
pryč, jinak se udusí slzami, které se snaží
zadržet. Ve dveřích se střetla se starou
královnou: „Vidím, že si s tebou můj syn
příliš nerozumí.“

To už je na zemanskou dceru příliš. „To je
tvoje vina. Tvoje prokletí je taky tvoje vina
a vůbec všechno je tvoje vina,“ prudce
odstrčí královnu ze dveří a utíká ven.

Tohle se nemělo stát. To už teď ví, když
uhání na koni černými lesy jako smyslu
zbavená. Ví, že zpátky nemůže. Najednou
jako na velikém obraze vidí všechno, co
nedělala dobře. Jak je jí úzko.

„Kam tak zprudka, holčičko?“ Cestu jí
zastupuje stařeček, kterého viděla
naposledy v kuchyni v den své svatby.

„Kmotříčku!“

Z vyprávění přerývaného pláčem se
stařeček dovídá o celém trápení.
Chlácholí paní, která ještě nepřestala být
dívčetem.

„Má milá, trochu jsi přecenila své síly.
A taky jsi myslela moc na sebe. Co
dokážeš, jaký budeš mít úspěch.“

„Ale co mám dělat? Já už se tam nevrá-
tím.“

„Musíš se vrátit, tam je tvoje místo. Mohl
bych ti pomoci, když ty sama budeš chtít.“

„Chci, kmotříčku, chci.“ Markéta chytá
stařečka za ruku.

„No, no, neukvapuj se. Dám ti tři náramky.
První se jmenuje Lásky. Bude tě na ruce
pálit jako oheň pokaždé, když budeš
myslet, že děláš něco z lásky, ale přitom to
budeš dělat jen pro svou slávu. Pomůže ti
dokonce poznat, co je tvoje povinnost
a co není. Druhý se jmenuje Trpělivost.
Budeš mít pocit, že jsi přikovaná ke skále,
kdykoliv se ti bude chtít ode všeho utéci.
Třetí náramek se jmenuje Mlčení. Sevře tě
tak pevně, že nebudeš moci nabrat dech,
kdykoliv bys chtěla říci něco, co by mohlo
ublížit tobě nebo druhým. Náramky jsou
černé a ošklivé. Budou se ti pro ně smát.
Nesmíš nikomu prozradit jejich tajemství.
Tady jsou. Záleží jen na tobě, zda je budeš
nosit.“

Král sedí ve své komnatě a brnká na

loutnu. Vypadá, jako by ani neslyšel.
Přítom celý hrad je toho plný.

„Mladá královna se vrátila a na ruce má
železné kroužky.“

„Jako okovy.“

„Nebo obruče. Copak se to hodí na
královnu?“

Markéta jako kdyby neslyšela. „Řekni
pánovi, že na něho čekám v jídelně,“ prosí
sluhu, který jen těžko odtrhává oči od
podivných šperků.

Žena sedí v jídelně a čeká na muže.
Dlouho. Potom se zvedá a jde za ním.
Nezlobí se. Vstoupí do komnaty a znovu
tiše čeká. Král zvedne oči od strun a nevěří
svým očím. Jeho Markétka mlčí a usmívá
se. I jemu se rozjasňuje tvář. Chvilu
smíření je sladká a králi nevdá, že nikdy
nepozná tajemství železných náramků.

Jako když se vrací vlaštovky z teplých
krajín, stěhuje se na královský hrad nová
pohoda. Nikdo neví, kolikrát mladá
královna touží sejmout těžké kroužky.
Nikdo ale také neví, jak chutnají její
malíčká vítězství nad tímto pokušením.
Pak naplňuje celý hrad šťastným smí-
chem.

Právě teď vtiskla polibek na nejjasnější
tvář a div, že se nedá do tance, když
opouští královskou komnatu. Vždyť zítra
bude veliká hostina na počest plnoletosti
prvorozeného syna. Přijedou všichni
přátelé, kdo by se netěšil. Všechno už je
připraveno, stoly prostřeny, stolovníci
mohou zasednout.

Druhý den hosté pozvedli číše k přípitku.
Stará královna se zahleděla na Markétinu
ruku a řekla: „Jaké máš překrásné
náramky. A jak ti sluší.“

Sál zašuměl údivem: „Jak může člověk,
kterému se nikdy nic nelíbilo, pochválit
tak ohavnou věc?“

Jasná záře, která se rozlila ze zlatých
náramků, dala nejlepší odpověď a zářivý
důkaz o tom, že je kletba zrušena.

Jednou chtěla královna, už dávno ne
mladá, darovat zlaté náramky svým
dětem. Nebylo možné je sejmout z ruky.

„Takové náramky si musí získat každý
sám,“ král šťastně bere do dlaní královni-
ny ruce a vděčně je tiskne ke svým rtům.





Tabita odpovídá

Dotaz:

Každý rok na jaře dostávám (a pravda, i nakupuji) jarní květiny v květináčích.

Primulky, narcisky, hyacinty, tulipány a jiné krásné rychlené rostliny.

Po odkvětu je mi líto je vyhodit. Dají se nějak dál pěstovat? Třeba v zahrádce nebo v truhlících?

Pokud máte zahrádku, je určitě škoda zakoupené rychlené cibuloviny a primulky vyhazovat. Já osobně bych jim ještě šanci dala. Jsou sice oslabené rychlením, ale v zemi mohou zakořenit a zase nabrat sílu.

Po odkvětu je dobré odstříhnout květní stvol, ale listy ponechat, vyjmout z květináče i s kořeny a zeminou a zasadit ven do záhonku a zalít.

Ven je nedáváme v době, když je ještě

zmrzlá půda, ani když ještě hrozí silnější mrazy, přeci jen na to nejsou zvyklé. Teploty kolem nuly by ale vadit neměly. Do doby, než dáme květiny ven, umístíme je v chladnější místnosti, chodbě, verandě, světlém sklepě a mírně zaléváme. Listy neodstříhujeme.

Hyacinty mají raději sušší místo, ostatní cibuloviny a primulky jsou celkem nenáročné, ale spíš bych volila slunečné nebo polostinné stanoviště, ne úplný stín.

Rostliny by měly projít normálním vegetačním cyklem. To znamená, že přes léto seschnou listy. Rychlené primulky a drobné žluté narcisky Tete a Tete patří mezi choulostivější, v silnějších zimách se jim u nás nemusí podařit přezimovat, ale ostatní, jako jsou tulipány, narcisy a hyacinty, by to měly zvládnout a mohou okrášlit zahrádku i v dalších letech.

Olina Koláčková - zahradní inženýr





Vyrábíme s dětmi a pro děti

Jitka Pavlíková

KRÁLÍČCI Z VLNĚNÝCH BAMBULÍ

Drobný zajíček z bambulí bude hezkým malým dárečkem.

Budeš potřebovat:

Vlněná klubka přírodních odstínů

Karton

Filc v černé, šedé, bílé barvě

Červené a černé korálky nebo kuličky

Přírodní provázek

Herkules a tavnou pistoli

Nůžky, tužku

Jak postupovat:

1. Z kartonu si vystříháme sudé množství koleček dvojí velikosti. Uprostřed vystříháme kruhový otvor. Bereme vždy po dvou kolečkách stejné velikosti a omotáváme je po celém obvodu vlnou zvolené barvy. Nezapomeneme dostatečně utahovat. Když je vnitřní otvor kolečka zaplněný, jsme s omotáváním hotovi.
2. Potom opatrně nastříháme vlnu po obvodu omotaného kartonu a mezi oběma kolečky pevně kouskem vlny utáhneme. Teprve pak nastříháme kartonové kroužky a odstraníme je – vznikne nám bambule.
3. Vyrobit si požadovaný počet bambulek - na každého králíčka potřebujeme vždy menší a větší. Když budeme omotávat různými odstíny vlny, bambule budou krásně strakaté. Hotové bambule spojíme vždy menší a větší k sobě. Z filce si vyrobíme ouška ve vhodné barevnosti. Na podklad nalepíme růžový střed. Dole nití zdrháme, aby ouška vypadala jako skutečná.
4. Králíčky dokončíme - nalepíme ouška, červené korálky jako čumáčky a oči z korálků.



ZELENINOVÉ RECEPTY, které možná neznáte

Míla Řepová

Pórkové rizoto

2-3 pórků očistíme, nakrájíme a uvaříme v menším množství osolené vody, do které přidáme trochu oleje a sladké papriky. Uvařenou rýži s pórkem smícháme, přidáme posekanou bazalku, trochu pepře a kousek másla a podáváme s rajčaty nebo pokapeme kečupem.

Pečená ředkev

Čistou ředkev nakrájíme na plátky asi 1cm silné, srovnáme na vymaštěný plech, osolíme, posypeme drceným kmínem a opečeme po obou stranách do měkka.

Zapečený celer se sýrem

Plátky celeru prudce opečeme na másle, trochu podlijeme, osolíme, opepříme a přidáme drobně nasekanou šunku, chvíli dusíme pod pokličkou. Zapékací misku vymažeme, vše z pánve v ní urovnáme a zasypeme vyšší vrstvou hrubě strouhaného sýru. Dáme do trouby zapéci nebo můžeme na chvíli dát pod gril.

Ředkvičkový salát s celerem a se sýrem

Stejný díl ředkviček, celeru i sýru, malý kelímek bílého jogurtu, pepř, sůl, cukr, petrželka nebo kopr. Ředkvičky nakrájené na plátky, mírně povařený celer nahrubo nastrouhaný, sýr na kostičky a ostatní suroviny promícháme s jogurtem, můžeme přidat i trochu hořčice, a podáváme s pečivem či chlebem.

Obrácený pórkový koláč

Hlubší pekáček vyložíme pečícím papírem skoro k okraji. Rozpustíme 2-3 lžičky másla, přidáme 2 lžičky cukru a necháme trochu zkaramelizovat. Prochladlé natřeme na papír, posypeme tymiánem, pepřem a mírně osolíme. Na tento základ narovnáme těsně k sobě na kolečka nakrájený pórek, výška asi 2 cm. Posypeme částí strouhaného parmezánu a překryjeme rozváleným listovým těstem, popícháme vidličkou a okraje těsta zahrneme přes pórek až na dno pekáčku. Pečeme při 180-200 °C asi 30 minut. Necháme chvíli zchladnout, opatrně vyklopíme a zasypeme zbytkem sýra, aby se roztavil. Můžeme použít i jiný sýr, ale pak musíme více osolit pór.



Ostrov ISCHIA

Lucie Vomočilová

Ráda bych se s vámi podělila o nezapomenutelný zážitek, který nabízí zatím nepřiliš známý italský ostrov Ischia v regionu Kampánie.

Ischia je největší ostrov v Neapolském zálivu, který má zhruba šedesát tisíc obyvatel. Má tvar kužele s oválnou základnou, vrchol je tvořen hřebenem hory Monte Epomeo o výšce 789 m. Tato hora vznikla v hluboké minulosti vulkanickou činností, ale dnes už vulkány naštěstí nejsou aktivní. Přesto se s pozůstatky sopečné činnosti v podobě vyvěrajících pramenů a unikající podzemní páry setkáváme dodnes. A právě tato skuteč-

nost, spolu s prvky dávné historie, kdy ostrov obývali Féničané, Maurové či Saracéni, a s průzračným a velmi slaným Tyrhénským mořem činí z Ischie v poslední době stále více vyhledávanou destinaci. Navíc podnebí je velice stabilní a teplota moře dosahuje i 28 °C, což platí i pro začátek září, kdy jsme ostrov navštívili.

Na malém prostoru lze najít krásné písčité pláže, lázně s horkými léčivými prameny, tiché lesy na úbočí hory, rušná centra i úzké uličky se starobylými domy. Mnohé zdi i domy jsou postaveny ze zvláštní místní nazelenalé vulkanické horniny



zvané tuf. Tyto zdi většinou ohraničují krásné zahrady, které překypují vegetací. Citróny, fíky a granátová jablka na stromech dosahují velikosti, na kterou nejsme vůbec zvyklí. Plody krásně

Ameno, Forio, Serara Fontana a Barano. Ostrovní osady jsou vystavěny ve středomořském stylu s typickými střechami, terasami a balkony. Oblouky, schodiště a také fasády jsou oslnivě bílé



a chutné mučenky, které si můžete utrhnout podél cest, jsou vsuktu nevšedním zážitkem. Můžete se procházet rušnými turistickými centry i zabloudit do tichých míst, kde jako by se zastavil čas. Místní lidé jsou velmi přátelští, pracovití, srdeční i osobití. A i když se setkáte s podmračenými potomky Saracénů, kteří jen svým pohledem prý dokážou zastavit protijedoucí auto, přesto v jejich nitru odhalíte dobré srdce.

Správa ostrova je rozdělena do šesti obcí: Ischia, Casamicciola Terme, Lacco

nebo zbarvené do světle růžové nebo neapolské žlutě. Domy jsou zasazeny do světlezelených vinic, do zelenomodravých olivových hájů, do tmavě zelených citrusových sadů, vše pod jasnou a zářící oblohou. Městské části ostrova jsou ve své stylové jednotě přesto neuvěřitelně rozmanité, za každou zatáčkou se naskýtá nový pohled. Starobylé domky i moderní vilky jsou postavené citlivě tak, aby nenarušily ráz ostrova.

Zálivy, zátoky, písčité pláže, přístavy, vysoká skaliska při pobřeží, lázně s

minerální a termální vodou, vegetace, různé druhy exotických rostlin, piniové háje, koberce pestrobarevných květin, to vše dohromady nám dává možnost zastavit se a pocítit tu jedinečnou krásu, která podle znalců nemá na světě obdoby.

S manželem jsme bydleli ve městě Forio jen pár metrů od písčité pláže Citara. Přestože je na Ischii moře nadosah, každý hotel má zároveň nejméně dva bazény. Jeden bývá venkovní, s krásně teplou minerální vodou, a druhý je vnitřní, také s termální vodou, doplněný vnitřními tryskami, které příjemně promasírují bolavé části vašich těl. Někomu to může stačit, ale na Ischii je stále co objevovat a každý den je možné poznat další zajímavá místa ostrova. Kromě vyhřívání v hotelových bazénech a plavání ve velmi slaneém moři jsme tedy navštívili i světoznámou botanickou zahradu La Mortella, zařazenou do seznamu deseti nejkrásnějších zahrad světa. Místo pro tuto zahradu objevil a zakoupil v padesátých letech dvacátého století anglický hudební skladatel sir William Walton a spolu se svou manželkou Susanou ji během let dokázali přetvořit v nádherné a dech beroucí místo. Místní i exotické květiny, stromy a rostliny vytvářejí spolu s potůčkem a fontánami úžasné kompozice. Chodníčky vás vedou do jednotlivých zákoutí, do skleníků, hudebního salónku nebo do voliéry, kde ve volném prostoru bez pletiva můžete sledovat krásně zbarvené ptactvo. Z hlediště řeckého divadla máte výhled přímo na moře a v místě zvaném Kaskáda krokodýlů můžete jen v klidu sedět a vychutnávat si blahodárné slunce a ticho. Pro milovníky exotických vodních rostlin, tichých jezírek i vodních fontán je toto místo kouskem ráje, a pro mě to byl z celé zahrady jeden z největších zážitků.

Skvělým zážitkem byl i výlet do menších lázní Castiglione, kde se nachází šest bazénů s různě teplou vodou, v rozmezí od 30°C do 40°C. Voda v nich je mořská i minerální, vždy však termální. Lázně jsou vystavěny v kopci, takže se od vstupu dostanete směrem dolů přes jednotlivé bazény až k moři, které v den, kdy jsme tam byli, dosáhlo teploty 28,5°C.

Ostrov Ischia nabízí množství různých výletů dle vaší chuti a založení. Někdo se chce pouze koupat v čistém a teplém

moři, jiný si na každý den zvolí výlet do zajímavého místa ostrova, další rád zdolá nejvyšší vrchol hory Monte Epomeo a cestou zažije, jak zvláštní je ostrovní les z divokého kaštanovníku jedlého. Nebo se staví v typické místní restauraci, kde se vaří tradičně a kde si i víno sami vyrábějí ze svých vinic, mimochodem vždy výtečné. Někdo se zase rád podívá na typické italské tržiště s množstvím roztodivných druhů ovoce nebo ryb a mořských plodů, jiný rád posedí v malé kavárně a ochutná místní zákusky v kombinaci se skvělou italskou kávou. Při cestě autobusem poznáte, že místní obyvatelé jsou velmi srdeční a empatičtí, protože pokud řidič zapomene otevřít vaše dveře pro výstup, velmi hlasitě mu dají najevo, že se má polepšit. My jsme se po ostrově pohybovali převážně sami a můžeme místní dopravu jen doporučit. Přesto jsme pár výletů absolvovali s průvodci naší cestovní kanceláře a rozhodně jsme nelitovali, protože jejich znalosti a zkušenosti z historie i běžného života na Ischii, kterými nás neustále zásobovali, jsou tak pestré, zajímavé a nevyčerpatelné, že se to musí jedinečně zažít, ty v žádných bedkách nenajdete.

Pro vás, kteří byste přesto hledali ještě něco více, doporučujeme navštívit starobylý Aragonský hrad, bahenní lázně

v Nitrodi nebo další skvělou sukulentní botanickou zahradu Ravino. A komu by to ještě nestačilo, zajedte si na nedaleké ostrovy Capri nebo Procida, případně na pevninu vylézt na majestátní činnou

sopku Vesuv. Na zpáteční cestě pak nezapomeňte na archeologické vykopávky v městech Pompeje a Herkulaneum či samotnou Neapol, hlavní město ležérního chaosu, historickou perlu s mnoha muzei a galeriemi, město, o kterém slavní kdysi prohlásili „Vedi Napoli e poi muori!“

Zkrátka, pro toho, kdo hledá slunce a moře či odpočinek a krásu, ale vždy i překvapení, je ostrov Ischia tou nejlepší volbou.



NÁRODNÍ KONFERENCE AGLOW



21.–22. dubna 2017
Vysoké Mýto
M-klub, Litomyšlská 72

Den ve tvých nádvořích
je lepší než tisíce jinde.
Žalm 84,11

SEMINÁŘE:

Ludmila Hallerová NEVĚSTA KRISTOVA
Julie Rausová UZDRAVENÍ NAŠÍ ŽENSKÉ IDENTITY
Hana Pinknerová STŘEDOVĚK ŽIVOTA (aneb jak zvládnout změnu)
Zuzana Vačkářová AFRIKA MI ZMĚNILA ŽIVOT

CHVÁLICÍ SKUPINA:

NAAM Vysoké Mýto

PROGRAM:

Pátek: 17.00–19.00 registrace, 19.00–22.00 hlavní shromáždění – Rút Krajčiová

Sobota: 7.30–9.00 registrace, 9.00–11.30 hlavní shromáždění Rút Krajčiová, 13.00–14.00 semináře, 15.00–17.00 shromáždění Alena Šelongová

INFORMACE:

Konferenční poplatek 300 Kč (pátek zdarma), cena za noc 250 Kč, snídaně 50 Kč, oběd 85 Kč.

Nocleh nebo stravu je nutné si objednat a poslat platbu předem.

Přihlášky zasílejte do 13. 4. on-line na www.aglow.cz.

Informace: tel. 739 446 054, email: m.bakesova@seznam.cz a www.aglow.cz.

Ubytování: Domov mládeže, Gen. Závady 118, Vysoké Mýto.

M-klub, Litomyšlská 72, Vysoké Mýto - [vlaková zastávka Vysoké Mýto město](#)



Rút Krajčiová

Hlavní mluvčí na letošní konferenci Aglow bude Rút Krajčiová.

Rút Krajčiová je nasledovníčkou Pána Ježiša Krista 44 rokov. Bola vychovávaná v kresťanskej rodine a je vďačná za svojich rodičov. Za svoju vieru bola prenasledovaná za totalitného režimu a v súčasnej dobe žije v Bratislave. So svojim manželom má 3 deti a 10 vnúčat. Jej najväčšou túžbou je, aby celá rodina boli Kristovci, a tak tomu doteraz je, začo je nesmierne vďačná dobrému Bohu.

Hneď po revolúcii v roku 1989 sa aktívne zúčastňovala na procese obnovy spoločnosti v kresťanskom duchu. Na začiatku to bola len malá modlitebná skupina nadšených kresťanov, ktorí sa začali intenzívne modliť za duchovnú obnovu dôležitých pilierov v našej spoločnosti. Toto nasadenie modlitebnej skupiny prerástlo do hnutia Koncerty modlitieb a chvál, ktoré sa konali na mnohých verejných miestach nielen v Bratislave ale aj na Slovensku. Zakladali sa modlitebné skupiny na školách, internátoch a pracoviskách, v ktorých aktívne pôsobili.

V súčasnej dobe od roku 1997 Rút vedie kresťanské združenie žien na Slovensku, ktoré je súčasťou Aglow International, kde spolupracuje vyše 160 národov. Združenie žien Aglow je nezisková organizácia, ktorá spája kresťanky bez rozdielu príslušnosti cirkvi a pomáha ženám hľadať pravdu a zmysel života.

Je spoluzakladateľkou a šéfredaktorkou kresťanského ženského časopisu Aglow žena dnes. Spolupracovala s kresťanskou organizáciou Nardine production Orlando, pre výrobu kresťanských filmov a na Slovensko zabezpečila dovoz filmu „Magdalena zbavená hanby“. Aktívne sa podieľala na jeho dubinku, spolu so svojimi spolupracovníčkami. Tento evanjelizačný film bol premietaný na mnohých miestach Slovenska. (Môžete si ho zakúpiť za výrobné náklady...)

Je zakladateľkou hudobno-literárnych podujatí Žalmy kráľa Dávida, ktoré sa stali od roku 2010 súčasťou programu Bratislavské hudobné leto.

Od roku 2009 vedie dobrovoľnícku

väzenskú službu medzi odsúdenými ženami na Slovensku, kde aktívne slúži spolu s tromi skupinami žien Aglow.

Venovala sa štúdiu odkazu žien v Biblii a už niekoľko rokov svoje poznanie, ako si Boh používa ženy, odovzdáva na verejných prednáškach.

Slúži v lokálnych skupinách Aglow po Slovensku a zakladá nové skupiny.

Každoročne pracuje ako spoluorganizátorka Národnej konferencie Aglow na Slovensku.

Vytvorila Aglow skupinu „Krásna vnútra i zvonku“, s ktorou slúžia na Campfeste v Kráľovej Lehote a inde.

Je vedúcou misijnej skupiny Aglow, ktorá robí misijné výjazdy medzi Rómov na východnom Slovensku, na Balkán a v roku 2016 i do Izraela.

Aktívne spolupracuje s modlitebnou skupinou kresťanských poslancov na Slovensku.



HRUBÁ ŽENA

Kdy se to stalo
že ztratila svou něhu
svou jemnost
a svůj divoký půvab?

Zbyla jen vulgárnost

Ježí ostny na všechny strany
bez přátel
bez ctitelů
má jen pár známých
s nimiž si zanádává na život

Nemá nikoho ráda
Nikdo nemá rád ji

Jak se to stalo
že z dívenky nezbyl ani vlásek
ani drobeček studu

Snad by ji rozněžnilo
kdyby si pochovala dítě
ale ona děti nemá ráda
zašlapou podlahu
a jsou tak hlučné

Dokonce ani vřelé slovo ji neobměkčí

Co se jí stalo?
Kdo jí tak hrozně ublížil?

Asi budu brečet
Je mi to tak líto
Hrubá žena

Eliška Fojtová