

Tělocvičná jednota Sokol Liberec I.

***Nazdar!***

***Sokolské souzvuky***

***č.12 - prosinec 2019***

***Ročník 9.***

*Nesem vám noviny,  
poslouchejte!  
Z betlémské krajiny,  
pozor dejte!  
Slyšte je pilně  
a neomylně –  
rozdívejte!*

***Narodil se Kristus Pán...***

# **Obsah:**

**Úvodní slovo** – *Důvod k radosti*

## **Metodika**

*Cíle pravidelné tělesné výchovy*

*Zimní říkadla*

*Předvánoční cvičení*

*Hry – součást cvičební hodiny*

## **Nejenom pohybem živ je sokol**

*Prosinec – měsíc chladu, svátků a lásky*

*Huronská koleda*

*Národní identita a český jazyk*

*Čeština z úst povolanych*

*TGM o Benešovi*

*Kaleidoskop - Sir George Everest a Mount Everest*

*První dáma republiky*

*Zpěvák, hudebník, skladatel Jiří Pavlica*

*Legendární soprán Marie Calassové*

*Kdo vlastně vyhrál bitvu o Anglii?*

*Marcus Tullius Cicero*

*Hector Berlioz*

*Robert Koch*

*Jean Marais*

*Agrární politik – Antonín Švehla*

*František Venclovský a kanál La Manche*

*Bostonské pití čaje*

*New York – Carnegie Hall – 16. prosince 1893*

## **Národní parky a ChKO**

*České Švýcarsko*

## **Zprávy z jednot a žup**

*Pietní akty u pamětní desky M. R. Štefánika*

*Běh republiky – 28. říjen 2019*

*Sraz žactva župy Máchalovy*

*Vybráno z obnoveného časopisu Vzlet*

*Celostátní kolo soutěže „Babička roku“*

*A jsme v háji...*

## **Závěrečné slovo** - *Hořká úvaha*

# Úvodní slovo

## Důvod k radosti

Když jsem přijela z podzimního srazu náčelníků a náčelnic, tak jsem ten důvod měla! Proč? Zdálo se mi, že se blýská na lepší časy!

Odjakživa jsem přesvědčená, že práce v Sokole je prací kolektivní – víc lidí víc ví, má víc nápadů a víc pracovníků, cvičitelů a činovníků, kteří jsou schopni společně posunovat úroveň i objem práce vpřed.

V posledních letech se stalo zvykem, že náčelník přednesl úhrnnou zprávu o činnosti a problémech mužských složek, náčelnice mluvila za všechny složky náčelnictva žen. Bylo to stručné, výstižné, dověděli jsme se všechno podstatné, ale...

Metodickou i organizační práci řídí cvičitelské sbory jednotlivých složek v čele s vedoucím cvičitelského sboru. Bývalo zvykem, že zprávu o činnosti jednotlivých sborů podávali na srazech náčelníků a náčelnic právě tito vedoucí, kteří cvičitelský sbor, eventuelně komisi, řídili a zodpovídali za ni. Myslím, že to tak bylo správné – především jsme se o všech úspěších a především o problémech, které se v uplynulém období musely řešit, dověděli „přímo od pramene“. V komplexní zprávě náčelníka a náčelnice to nikdy nemohlo být tak výstižné a úplné. Návrat ke zprávě cvičitelských sborů všech věkových kategorií, bude podle mne, úspěšný. Jednak pro objem zpráv a za druhé pro nutnou osobní prezentaci jednotlivých vedoucích cvičitelských sborů. Samozřejmě to vyžaduje více času, ale jak se ukázalo, nijak nevadilo, že program končil někdy mezi pátou a šestou hodinou. Těch, kteří odešli předčasně, bylo minimálně.

I když jsem se tentokrát sama nemohla zúčastnit nepovinného nedělního programu, hodnotím to také kladně. Umožňuje totiž zařadit něco navíc, ať to už bude ústní přednáška, promítání nebo praxe přímo v tělocvičně. K tomu ještě přibude i společný večer, kdy by byl čas na neformální diskusi, sdělování novinek z jednotlivých žup a konečně i čas na společnou zábavu. Pamatuji se, jak jsme seděli na žíněnkách a lavičkách dole ve velké tělocvičně, bratr Jiří Herzán hrál na klavír a my všichni s chutí zpívali. Tohle jsem osobně v poslední době postrádala!

Není pochyby o tom, že se všichni vedoucí činovníci a cvičitelé během roku snažili ze všech sil a zůstalo za nimi spousta práce. Zkrácení doby věnované schůzi obou náčelnictev (na podzim i na jaře) bylo způsobeno snahou o co neměsí časové zatížení župních náčelníků a náčelnic, kteří si stěžovali na maximální vytížení a nedostatek času. Je také pravda, že mnozí do Prahy nejezdili rádi a považovali to za zbytečné, což je nesmysl! Každá velká práce vyžaduje organizační řízení, dokonalou informovanost všech zodpovědných účastníků, pokud bude čas vyhrazený na tyto srazy účelně a smysluplně využit, zvykneme si na tuto „staronovou“ praxi a budeme čas, vyhrazený na akci, rádi využívat.

V každém případě jsem, po návratu ze srazu, měla pocit, že jsme „našlápli dobře“ a že si účastníci znovu uvědomili nutnost řízení jak organizačního, tak metodického. Podíváte – li dobře na kalendář akcí, ať už jsou za námi nebo před námi, tvoří to úhrnem nepředstavitelné množství práce – s tou můžeme být spokojeni. Jenže, pamatujete si, co říkal o spokojenosti sám dr. Miroslav Tyrš? Přirovnával ji k těžkému, olověnému copu, který nás tíží a negativně ovlivňuje cestu vpřed!

Tenhle článek nemá kritizovat minulou práci náčelnictva v minulosti. Naopak - tu je třeba oceňovat, vycházet z ní a pokračovat v ní!

**„Kde stanutí, tam smrt!“** to není výmysl poslední doby, ale sokolská tradice!

Jarina Žitná

# Metodika

## Cíle pravidelné tělesné výchovy

Zdravý pohyb je nezbytnou potřebou každého živého organismu – pohyb je život. Části těla, které nepoužíváme nebo používáme málo, zakrňují, ztrácejí pružnost a sílu a dříve nebo později vedou ke zdravotním potížím, které člověka oslabují a znepríjemňují mu život.

V sokolském cvičení, kde nevychováváme profesionály, ale snažíme se o zdraví a akceschopnost běžných cvičenců, se soustředíme především na cvičení rozvíjející, rychlost, pružnost, sílu a vytrvalost.

Úroveň kondiční zdatnosti každého cvičence závisí na stavu jeho dýchání (plicní ventilace) a kardiovaskulárního systému, tedy cévní soustavy. Ta slouží především k transportu živin, plynů a odpadních látek z tkání nebo do tkání. Transport obstarává cévní (oběhová) soustava. Na rozdíl od ostatních živočichů mají obratlovci, tedy také člověk, tzv. uzavřenou oběhovou soustavu, nižší živočichové ji mají otevřenou, případně ji nemají vůbec!

Takže v krátkosti – lidská oběhová soustava je složena ze dvou hlavních okruhů. Tzv. „malý srdeční oběh“, což je cirkulace mezi srdcem a plícemi a „velký krevní oběh“ který spojuje srdce a celé tělo, do kterého krev roznáší živiny a především potřebný kyslík, zároveň odvádí kysličník uhličitý (oxid uhlíku).

V uzavřené oběhové soustavě se krev rozvádí pomocí cév – tepny vedou krev od srdce do těla, mají silnou stěnu a jsou zakončeny vlásečnicemi, které zabezpečují okysličování jednotlivých tkání a orgánů. Žíly vedou odkysličenou krev opačným směrem, tedy zpět do srdce. Na správné funkci dýchacího a kardiovaskulárního oběhu závisí i lidská kondice a možnost jejího zlepšování.

Důležitou součástí kondice je **vytrvalost**, což je v podstatě schopnost organismu vykonávat dlouhotrvající činnost, mohli bychom možná – hodně laicky – říci, že je to schopnost odolávat únavě.

Všeobecnou vytrvalostí rozumíme vytrvalost organismu jako celku. Ta závisí právě na výkonu dýchacího a kardiovaskulárního systému (při výkonu pracuje alespoň 2/3 svalstva) a speciální vytrvalost, která se vztahuje k jednotlivým svalům nebo jejich skupinám, určuje jak dlouho je sval schopen pracovat v dané intenzitě. Při cvičení tzv. silové vytrvalosti se využívá méně než 1/3 svalů.

Rozeznáváme vytrvalost dlouhodobou – měří se na desítky minut, středodobou – do 10 minut, krátkodobou, kde se výkon odehrává v časovém limitu minut a rychlostní v rámci sekund.

Výkony se liší zdrojem spotřebované energie, u dlouhodobé činnosti se uplatňuje především aerobní práce (tzn. za přítomnosti kyslíku v zatěžovaných svalech), u krátkodobé činnosti organismus pracuje často na tzv. „kyslíkový dluh“.

Zvýšení úrovně trénovanosti – kondice se projevuje zvýšením sportovní výkonnosti a efektivností práce tělních systémů a rychlosti regenerace po výkonu.

Sokolská cvičební hodina se tedy musí věnovat především rozvoji všeobecné vytrvalosti (větší počet opakování určitých cviků, případně zrychlení frekvence pohybu)! Hudební doprovod oddaluje únavu, zlepšuje náladu cvičících a jejich elán. Cvičitel se musí soustředit na využití časově vymezené cvičební jednotky a aktivně ji využívat!

Jarina Žitná (literatura – wikipedie, učebnice anatomie a fyziologie)

# Zimní říkadla

pro cvičení R+D, PD

**První vložka**

První vložka, druhá, třetí,  
z nebe na zem právě letí.

*směrem dolů*

Jedna vedle druhé sedá,

Volné místo ještě hledá.

Na strom, střechu, silnici,  
udělají čepici.

**Mrazík**

Mrazík cení zoubky,  
chtěl by do chaloupky.

Co dovede, to my víme,  
dovnitř si ho nepustíme.

At' maluje pěkně venku  
*směru*

bílé kytky na okénku.

**Čepice a rukavice**

Čepice mi hodně sluší,  
schová mi obě uši.

K čepici mám rukavice,  
Kdyby přišla fujavice.

**Oblečení**

Natáhnu si svetr svůj,

Ten je ale teplý – juj!

A pak ještě kalhoty,  
zapomněl jsem na boty

**Mrazík**

Mrazík běhá po vesnici,  
pozval si i metelici.

Skáče, hopsá po ulici,  
tančí tanec s metelici.

Vítr fouká po poli,  
rozmetá sníh v okolí.

My se mrazu nelekne,  
rukavice navlékneme.

**Vrabčák**

Huboval vrabčák na zimu,  
škoda, že nemám peřinu.

Studí mě nohy, zebe mě nos,  
protože skáču i v zimě bos.

*ukazujeme na prstech a počítáme*

*prsty naznačují padání vloček za vzpažení*

*sedáme si na zem*

*rozhlížíme se do stran*

*stoj spatný, vzpažíme*

*ruce naznačují stříšku nad hlavou*



*chůze R+D/děti ve vázaném kruhu*

*zastavíme se, čelem do kruhu, dva kroky*

*do středu a zpět*

*chůze R+D/děti ve vázaném kruhu v opačném*

*dlaně pohladí hlavu/čepici*

*sáhneme si na uši*

*natáhneme rukavice*

*foukáme do dlaní*



*napodobujeme oblékání podle říkanky*

*běh po kruhu*

*zastavíme*

*skoky (podle šikvosti) vpřed, vzad, do stran*

*zátočka na místě*

*běh po kruhu*

*zastavíme*

*zakroučíme hlavou*

*„oblékáme si rukavice“*

*tlesk, tlesk, tlesk*

*dup, dup, dup*

*tlesk, tlesk, tlesk*

*dup, dup, dup*



### Sněží

Sněží, sněží,  
mráz kolem běží.  
Zima je kočička,

*ve dvojici jdeme k sobě a od sebe  
ruce v bok, zátočka  
do kleku opřít o ruce (napodobujeme kočičku)*

hřbet se jí ježí.  
Fouká, fouká,  
bílá je louka.  
Zima je pejskovi,  
ke kamnům kouká.

*vyhrbit hřbet, hlava k hrudníku  
vztyk, foukání  
ruce v bok, zátočka  
do kleku opřít o ruce (napodobujeme pejska)  
sed na paty a podíváme se do stran*

### Zima

Cupy, dupy, cupy, dupy,  
zima stojí u chalupy.  
Vezmeme si rukavice,  
sáně, boby a čepice.  
Vyběhneme rychle ven,  
na sněhu se zahřejem.

*běh po kruhu  
zastavíme  
naznačujeme oblékání*

*běh po kruhu na opačnou stranu*

### Sněhulák

Sněhulák je panáček,  
má na hlavě plecháček.  
Místo očí uhlíky  
až dolů knoflíky.  
Chodí, chodí bos,  
má červený nos.

*stoj, ruce v bok, zátočka  
zastavíme a sáhneme si na hlavu  
zamrkáme  
prsty ukazují knoflíky od krku dolů  
chůze na místě  
ukážeme si prstem na nos*



### Mikuláš

Mikuláš je milý děda,  
hodné děti všude hledá.  
Bílé vousy – ty mu sluší,  
na zádech má velkou nůši.  
*směrem*  
A v té nůši balíčky  
pro kluky a holčičky.

*chůze po kruhu  
zastavíme, na bradě pohladíme vousy  
nasadíme si nůši na záda a jdeme opačným*

*zastavíme a zatleskáme*

### Vánoční stromeček

Vánoční stromeček zavoněl v pokoji,  
zavoní, ...  
maminka u stolu jablíčko rozkrojí.  
A když ho rozkrojí, uvidí hvězdičku,  
co byla schovaná v červeném jablíčku.

*napodobujeme podle říkanky – stromeček,*

### Sněhulák

Jedna koule, druhá koule, třetí koule,  
klobouk, nos, sněhuláček chodí bos.

*rukama malujeme ve vzduchu koule sněhuláka  
ukazujeme klobouk, nos, přešlápneme z nohy na  
nohu*

Všechny nás ta zima láká  
postavíme sněhuláka.  
Jedna koule, druhá koule, třetí koule,

*ruce v bok, zátočka na místě  
zátočka na opačnou stranu  
rukama malujeme ve vzduchu koule sněhuláka*



klobouk, nos, sněhuláček chodí bos.

Všechny nás ta zima baví,  
Když se sněhuláci staví.  
Jedna koule, druhá koule, třetí koule,  
klobouk, nos, sněhuláček chodí bos.

Padá sníh

Padá snížek na louky,  
má kožíšek bělounký.  
Ten kožíšek teplý je,  
celou zemi přikryje.

Sněží

Sněží, sněží na špičky věží,  
ruce před tělem

na auta, na domy, na růže, na stromy,  
na pole, na louky, na čepice, klobouky.

Kdo si chvíli počká, spadne na něj vločka,  
spadne na něj celý mrak,  
bude z něho sněhulák

Líska

V lískovém keři bez oříšků  
sedí tři vrabci břicho k břichu.  
Napravo Frantík, vlevo Eda,  
uprostřed Honzík neposeda.  
Zavřená očka, každý dřímá.  
Sníh padá, brr, to je zima.  
Srdíčka tlučou, t'uk, t'uk, t'uk.  
Vrabčácci sedí, ani muk.

*ukazujeme klobouk, nos, přešlápneme z nohy  
na nohu*

*ruce v bok, zátočka na místě*

*rukama malujeme ve vzduchu koule sněhuláka*

*rukama malujeme ve vzduchu koule sněhuláka  
ukazujeme klobouk, nos, přešlápneme z nohy na  
nohu*

*turecký sed, prsty naznačují padání sněhu*

*pohladíme podlahu okolo sebe*

*pohladíme se od ramen po pažích*

*přednožíme a položíme hlavu na kolena*

*stoj, ruce ve vzpažení, prsty napodobují sníh,*

*zatočíme se kolem dokola/popř. ve dvojici R+D*

*zatočíme se na opačnou stranu*

*zastavíme, dřep*

*stoj*

*rukama tvoříme koule sněhuláka*

*v kruhu sed na zem, nohy rovně před sebou*

*předklon, dlaně ke špičkám*

*narovnat, otočení trupu a pohled na strany*

*ukážeme na sebe prstem*

*leh na záda*

*zavřít oči*

*dlaně pleskají o zem*

*otevřít oči a pomalu do sedu*



Ivana Lorencová, Sokol Jindřichův Hradec

## O cvičení

*Tělo je loď, na které duše pluje oceánem světa. Není – li dostatečně pevná, nebo je – li děravá, nemůže ten oceán přeplout. Takže první, co musíme udělat, je opravit, posílit tu loď. A to můžeme pomocí cvičení.*

(Consuela Morávková)

# Předvánoční cvičení

Několik námětů pro předvánoční cvičební hodinu (hodiny) rodičů s dětmi.

Nejdříve si zazpíváme a zatancujeme:

Pásli ovce Valaši při betlémské salaši ....

chůze (různé druhy) ve dvojicích

po kruhu

hajdom, hajdom tydlidom (2x) ....

otočky na místě ve dvojicích

pokračujeme stejně i při dalších slokách.

Prší, prší, jen se leje, rybička se tomu směje,  
středu a zpět

taneček v kruhu s pohybem do

jak padají kapičky do té její vodičky ....

na známou melodii, jen s

jiným textem

Ted' si zahrajeme: *Hokej* (pomůcky: dvě branky, měchačky, drátěnky):

děti utvoří 2 družstva a snaží se střílet na branku soupeře, ve které je brankář (cvičitelka) a vrací drátěnky zpět do hry.

*Lovení ryb* (pomůcky: hadrové rybičky s kroužkem místo hubičky, tyčka s háčkem na provázku jako udice, rybníček naznačený křídou nebo švihadlem): děti chytají ryby, chce to trpělivost zvláště od rodičů, kteří by nejraději lovili sami.

*Koulovaná bitva* (pomůcky: noviny, ze kterých uděláme koule): postavíme proti sobě 2 družstva R+D na určitou vzdálenost. Mezi nimi je dělicí čára. Na signál se obě strany snaží naházet co nejvíce koulí protivníkovi. Obměna: Družstva vytvoří jen rodiče, děti stojí stranou a hlasitě fandí.

*Sněžení* (pomůcky: poničené papírové koule a velký pytel): koule děti roztrhají na malé kousky, shrnou je na hromadu a pak je opakovaně vyhazují plnými hrstmi do vzduchu. Děti se baví i při úklidu do pytle.

*Koulování sněhuláka* (pomůcky: velká čtvrtka s nakresleným sněhulákem, molitan. míčky): čtvrtku připevníme na pevnou plochu a může začít koulování - dbáme na házení přes rameno.

*Strojení stromečku* (pomůcky: velká čtvrtka s nakresleným smrkem, samolepky): děti utvoří zástup(zástupy) a běhají postupně ozdobit samolepkou stromeček (stromečky). Samolepky vydávají rodiče.

*Koleda se zvonečkem* (pomůcky: zvonečky, které si děti přinesou, sedíme na žíněnkách): zazpíváme koledu "Stojí vrba košatá", při opakovaném "hej, hej, koleda" zvoníme zvonečky. Můžeme zazvonit i k jiným koledám, ale tuto s kozou a vlkem mají u nás děti nejraději.

Dalších her je jistě spousta, každá cvičitelka vymýšlí a připravuje v předvánočním čase trochu jiné cvičení než obvykle.

Námětů není nikdy dost - tak ať se nám cvičení vydaří!

Věra Pázlerová, cvičitelka R+D, České Budějovice



## ***Hry – součást cvičební hodiny***

Význam her v rámci našich cvičebních hodin je nepopiratelný. Poskytují zábavu, uvolnění, dobrou náladu a - aniž by to cvičenci vnímali - procvičují určité dovednosti a upevňují předem určené stereotypy. Je možno je zařazovat do kterékoliv části cvičební hodiny (především rozvíjení a závěr hodiny) a to u kterékoliv věkové složky (věkovou kategorií je nutno při výběru akceptovat!).

Uvádíme dnes několik her, které byly úspěšně uvedeny v programu posledního cvičitelského srazu žen a seniorek!

### ***Stůj a běž!***

- a) Hráčky jsou volně rozptýleny po ploše, na pokyn „běž!“ se po ní volně pohybují. Na povel „stůj“ se okamžitě zastaví.
- b) Totéž, ale vyměnit význam povelů – na povel „stůj“ pohyb po ploše, na povel „běž!“ se všichni zastaví.
- c) Přidáme další dva povely - výskok a tanec, kde také postupně zaměníme význam provedení

*Variace: Místo slovních povelů lze použít hudbu – všichni se v daném rytmu pohybují po ploše, hudba přestane, všichni stojí!*

### ***Ber !***

Dvojice cvičenek čelem k sobě, (vzdálenost bezpečného předklonu!) – uprostřed dvojice na zemi ručník, míč, kužel atd.

Cvičitelka jmenuje jednotlivé části těla, cvičenky se jí dotknou oběma rukama. Na neočekávaný povel „Ber!“ se každá snaží co nejrychleji sebrat položený předmět!

### ***Hra rukou***

Cvičenky v kruhu, vzpor klečmo, pravá dlaň před levou sousední cvičenky vlevo.

Vedoucí klepne jednou dlaní o zem a cvičenci pohyb opakují, pohyb se šíří směrem vpravo. Jakmile někdo z cvičenek klepne dlaní dvakrát, obrátí tím směr pohybu – šíří se vlevo.

### ***Tyče***

Pomůcky - 2 tyče pro pár cvičenek , 2 - 4 míče podle počtu družstev.

Družstvo utvoří 2 zástupy, cvičenky čelem k sobě, každá má tyč, druhý konec drží hráčka protějšího zástupu. První dvojice drží na tyčích míč a předává na tyče druhé dvojici (bez pomoci rukou a bez házení). Poslední dvojice přenáší míč vpřed, na začátek družstva.

*Variace 1- místo tyčí lze použít ručník, každá z dvojice drží ručník za dva cípy na své straně.*

*Variace 2 - hrajeme jako cvičení dvou dvojic, míč předáváme vlevo, vpravo*

### ***Vlevo, vpravo***

Pomůcky - tyče - dle počtu účastníků

Cvičenky v kruhu s tyčí opřenou o zem. Na zvolání "Vlevo" se posunou po kruhu vlevo a při tom pustí svoji tyč, a uchopí tyč souseda vlevo. Střídáme různě zvolání vlevo, vpravo, komu tyč upadne, opouští kruh.

Dobrou zábavu!

Lída Ryšavá, Sokol Ořechov

*Hry zapsané kurzivou doplněny později.*

# *Nejenom pohybem živ je sokol*

## *Prosinec – měsíc chladu, svátků a lásky*

Je skoro neuvěřitelné, že se už zas „otočil“ rok, nebude trvat dlouho a budeme psát letopočet 2020. Člověka to nutí přemýšlet o kvalitě dnešního života, o tom, co se nám povedlo, o tom, co a kde nás bolí, co se nám líbí a čeho litujeme!

Začíná prosinec, teploty klesají, padá první sníh – v domácnostech začíná povinný předvánoční úklid a z kuchyní voní vanilka. Začíná velké chystání, přípravy dárků – bylo by však krásné, kdybychom všichni uklidili především svá srdce i duše a připravili je na krásnější a plnější život v dalších letech, které jsou – nebo by měly být – před námi.

Prosincové svátky a jejich rituály nás spojují s dalekou minulostí, se všemi, kteří tu byli před námi, doufejme, že i my budeme schopni je předávat dál svým dětem.

### *Advent*

Je první období liturgického roku – je to období předvánoční, má 4 adventní neděle předcházející slavnosti Narození Páně (25. prosince) S tímto obdobím je spojena celá řada tradičních i moderních tradic.

Od 19. století je symbolem *adventní věnec*, většinou se čtyřmi svíčkami – tři jsou fialové nebo modré a symbolizují pokání a čekání, poslední svíčka bývá růžová. Zapalování svíček na věncích vychází z židovské tradice zapalování osmi svící o svátcích znaných Chanuka. Kromě věnců se svícemi se vijí i prosté věnce, které mají symbolický význam – mají zajistit štěstí, lásku, zdraví a bohatství.

Na první adventní neděli se zapaluje první fialová svíčka, tzv. svíce proroků na památku těch, kteří předpovídali narození Ježíše Krista. Druhá fialová svíčka se zapaluje druhou adventní neděli, je to svíčka betlémská, reprezentuje jesličky a lásku. Třetí adventní neděli se zapaluje svíčka růžová, tzv. pastýřská, oznamuje, že púst je téměř u konce a svátky přede dveřmi. Poslední fialová svíčka se zapaluje poslední (čtvrtou) adventní neděli. Říká se jí andělská – představuje pokoj a mír.

Na *svátek sv. Barbory* (4. prosince) se vžila tradice řezání tzv. „barborek“, což jsou větvičky stromů nebo keřů, které by měly do svátků rozkvést. Nejčastěji se používají větvičky třešně, zlatého deště, ale třeba i jiných ovocných stromů. „Barborka“, která o vánocích rozkvetne, přináší do domu zdraví a štěstí a svobodným děvčatům ženicha a svatbu.

*Svatý Mikuláš* je jedním nejoblíbenějších světců. V předvečer jeho svátku (tedy 5. prosince večer) obchází rodiny (ale i sokolské tělocvičny) spolu s andělem a čertem, děti se modlí, přednášejí básničky, nebo zpívají písničky a především slibují, že už budou hodné. Jsou pak odměněny drobnými dárky, sladkostmi, ovocem, ale také uhlím a bramborami od čerta, pokud jsou zlobivé. Tento svátek k počtě sv. Mikuláše má původ v jeho legendární štědrosti, existují však také různé legendy o jeho životě. Nejznámější je legenda o šlechtici a jeho třech dcerách, kterým anonymní Mikulášův dar umožnil sňatek podle jejich přání.

V některých rodinách nacházejí děti dárky druhý den ráno za okny.

*Jmelí* – ať už přírodní, zelené nebo pozlacené, je tradiční výzdobou našich domovů v předvánoční době i o Vánocích. Má přinášet do rodiny štěstí a požehnání, podle keltské tradice také plodnost. Polibek pod větvičkou jmelí má zjistit vzájemnou lásku.

Keltská tradice používá k výzdobě i břečťan nebo cesmínu, které chrání před čarodějnicemi a zlými duchy.

**Vánoční perníčky** se v našich zemích pečou pravděpodobně od 12. století, v různých oblastech země se liší svou výzdobou.

**Vánoční cukroví** je také stále živou tradicí a nesmí chybět na žádném vánočním stole. Tato tradice má původ v pohanské tradici oslav slunovratu (21. prosince), původně mělo funkci ochrannou a obřadní. Příprava vánočního cukroví je důležitá pro rodinný život a navozuje pocit očekávání vánočních svátků.

**Vánoční koledy**, které se v rodinách v tuto dobu začínají zpívat, jsou součástí bohoslužeb a zpívají se i při sešlosti rodiny pod rozsvíceným stromečkem. V období komunistické totality byly koledy na indexu, především „Narodil se Kristus Pán“, nakonec byly vzaty na milost jako lidová tradice převzatá z minulosti.

„**Betlémy**“ nebo také „jesličky“ se staví v kostelích a rodinách těsně před svátky. Je to tradice založená sv. Františkem z Assisi – svého času je církev zakazovala, protože odváděla pozornost od pravé „zbožnosti“. V některých zemích neexistuje stavění vánočních stromků, tam jsou „jesličky“ jediným vánočním symbolem (Itálie).

**Vánočky** – jsou typicky vánočním pečivem. Původně je pekli pekaři, dnes se většinou pečou přímo v domácnostech. Nepovedená vánočka je špatným znamením, ale hospodyně jsou v tomto případě nešťastné spíš proto, že vánočka není pěkná. Dříve se do vánoček zapékala mince, která předpovídala svému nálezci všechno dobré v příštím roce.

**Ovoce** – symbol, který je nevědomky dodržován dodnes. Není to pouze ovoce, které je součástí zdravého jídelníčku, ale má symbolizovat i modlitbu za dobrou úrodu. Dnes se kromě tradičních jablek, hrušek, sušeného ovoce a ořechů používá i ovoce cizokrajné, které je běžně k dostání v obchodech. Mísa s ovocem na stole je navíc velmi dekorativní.

**Vánoční stromek** – svůj původ má ve zdobení příbytků chvojím na ochranu před vším zlým. Katolická církev této zvyk odsuzovala jako pohanský. V 16. století ho proto zakazovala a pronásledovala. Teprve později se s vánočními stromky smířila. První stromky byly zavěšovány za špičku od stropu, později i špičkou dolů. Zdobeny byly tím, „co dům dal“ – ovocem, perníčky, pečivem, ořechy, později se používaly i slaměné ozdoby, nakonec i ozdoby skleněné. Svíčky se údajně používají od r. 1860.

Větve jehličnanů se staly symbolem věčného života.

Tradice vánočních stromků vznikla ve Francii, kde v Burgundsku irský opat ozdobil první vánoční jedli.

Do Čech se tento zvyk rozšířil až v polovině 19. století. Vůbec první vánoční stromek u nás ozdobil ředitel prozatímního divadla v Praze Jan Karel Liebich roku 1812 na svém libeňském zámečku.

**Betlémské světlo** rozšiřované do světa je poměrně velmi mladou tradicí, V roce 1986 bylo prvně zapáleno v Betlémské jeskyni, o jeho přenášení se dnes starají hlavně skauti.

Moderní tradicí je vyvěšování vánočních hvězd, zdobení oken nálepkami a užívání světelných řetězů na vnějších fasádách domů.

Prodávají se také tzv. adventní kalendáře, které dětem oznamují, že svátky se blíží a které skrývají drobné sladkosti.

*Silvestr* je posledním a spíše nevázaným svátkem prosince a celého roku. Samo jméno se dnes používá velmi málo, pochází z latiny a je odvozeno od slova „silva“ tzn. „les“, nebo „silvestris“ lesní – snad se to dá přeložit jako „muž z lesa“. Faktem je že se slaví 31. prosince jako úplný závěr roku. V ten den roku 335 zemřel papež Silvestr.

Všechny tyto svátky jsou právě před námi. Jistě je využijeme i v sokolských jednotách, pohodových a srdečných setkání není nikdy dost!

Jako dárek a pro zpestření našich tradičních českých koled, uvádím starou koledu z Nového světa z oblasti Velkých jezer, kde žili původní obyvatelé kmene Irokézů a Huronů. Mezi Hurony žil víc než dvacet let francouzský misionář, otec Jean de Brébeuf. Naučil se jejich řeč a pochopil, že některé biblické příběhy jsou pro domorodce těžko pochopitelné. Snažil se tady převádět je do pojmů, kterým rozuměli.

Melodie huronské koledy je značně odlišná od toho, co známe z koled českých, případně i jiných evropských národů. Odráží se v ní představa země pokryté sněhem a ledem, těžký život v naprosto odlišných životních podmínkách – i prostá zbožnost jejich obyvatel. Na tom nic nemění to, že svého Boha stále nazývají Manitou.

## *Huronská koleda*

**Dmi C Dmi**

Té zimy Přišel krutý mráz a s ním bělostný sníh,

C Dmi

tu svolal Giči MANITU houf Andělů svých

Ami Emi C E F Dmi C

tichou zemí mrazivou nesli píseň jiskřivou.

**Dmi Ami Dmi A7 Dmi**

**R:** nebeské znamení svítí teď nám, In excelsis gloria.

V chýši z kůry březové teď Jezulátko spí,  
je v kožešinách králíčích, tak milé, nevšední,  
lovcům zazní za noc andělský tón víc a víc.

**R:** nebeské ...

Náčelníci udatní se brodí závějí  
dary vzácných kožešin sem k němu snášejí  
skví se víc, než lunny tvář, Ježíškova svatozář.

**R:** nebeské ...

Tak slyšte, bratři z hor i lesů, ze všech světa stran,  
Svatý Synek Manitua narodil se nám,  
Přišel posel radosti, míru a blaženosti.

**R:** nebeské..

Text i melodii včetně akordů pro kytaru je možno najít na internetu – hledejte heslo Huronská koleda – hraná trampgrassovou kapelou „Paběrky“ (Marko Čermák).

## HURONSKÁ KOLEDA

Emi D Emi  
Tě zí - my při - šel kru - tý mráz a s nim bě - lo - sný sníh; tu svo - lat Ci - ňi Ma - ni - ů  
D Emi G D Emi Hmi  
houf an - ňě - ňů svých. A ti - chou ze - mí mrá - ze - vou ne - šli pi - seň ji - škri - vou: -  
Emi Hmi Emi Hmi Emi Hmi Emi  
Ně - be - ské zna - me - ňi svi - ti teď nám; in e - xcel - sis glo - ri - a!

Krásné sokolské předvánoční setkání přeje všem  
Jarina Žitná

### *Národní identita a český jazyk*

V poslední době se u nás často zpochybňuje idea národa a národního státu. Patříme bezpochyby do Evropy, vyznáváme evropské a křesťanské ideje, jsme státem, který může být hrdý na svou historii, na překonání velkých protivenství a nakonec na vznik nového, moderního státního útvaru v r. 1918 po třech stech letech nesvobody a národnostního i kulturního útlaku. Přežili jsme dávné i dnešní válečné časy, rozhodně jsme nikdy neztratili své povědomí národa – podstatnou úlohu při tom měla čeština jako národní jazyk. Udržovala se na venkově, všímali si jí vzdělanci a odtud byl už jen krůček k jejímu rozvoji – české knihy a tiskoviny, čeština v úřadech a ve školách. O tom už bylo hodně napsáno a najdete – li si na internetu filmové zpracování Jiráskovy kroniky „F. L. Věk“ (nebo si ji prostě přečtete!) budete si umět jistě představit poměry v Rakousku – Uhersku, kdy se rodilo skutečné moderní pojetí státu jako takového.

Že to nebylo vždy jednoduché, je asi jasné všem, kteří chtějí realisticky myslet a brát na vědomí historické souvislosti!

Čeština vždy sjednocovala národ, vytvářela rozhodující část národního povědomí – to ovšem platí i pro ostatní evropské, případně neevropské národy.

Je jasné, že se všechno, tedy i jazyk, vyvíjí – některé tvary se přestávají používat, vznikají nová slova – ať už převzatá nebo jako adekvátní překlady cizích slov. Jazyk je živý organismus, způsob dorozumívání mezi lidmi. Nerozhoduje při tom velikost státu nebo početnost jeho obyvatelstva – platí to pro velmoci i státy střední nebo docela malé! Ptáme se, co je příčinou současného zanedbávání češtiny jako národního jazyka – malé sebevědomí, představa, že malý stát - jako je Česká republika – neznamená nic v kontextu dějin i přítomnosti, snaha „lézt někam!“ velkým národům, lhostejnost a negativní postoj k idejím, které vytvořily tento stát?

Na srazu náčelníků a náčelnic v TD mne šokoval jeden z dokumentů připravených písemně předem. Ne jeho obsah – ten byl bezchybný! Šlo o podpis autorky, které si vážím a mám ji ráda. Přesto protestuji proti jejímu podpisu bez přechýlení jejího ženského příjmení. Je jistě fakt, že tento způsob v západních státech neexistuje – vždy mi bylo divné, že ženy v těchto státech jsou smířeny s tím, že se ztrácí v mužském příjmení, jako by samy neexistovaly. Čeština je jazyk velice ohebný – pomocí předpon, přípon a podobně je schopna vyjádřit i malé odstíny ve vyjadřování, případně v psaném textu. (Vzpomeňte si třeba na chemické názvosloví, která nemá ve světě obdoby, nebo tělocvičné názvosloví, které dovoluje přesný popis cviku nebo vazby.)

Je jistě pravda, že si každý může psát své jméno, jak chce a jak se mu líbí. Je to jeho věc, ale Sokol byl vždy organizací národní, dodržující ideu výchovy národa po všech stránkách - nebylo by dobré se trochu zamyslet? Čeština je přece součástí národní kultury a jako takové bychom si jí měli vážít a neprznit ji napodobováním „velkých“ jazyků. Pro zajímavost – obdobné rozlišování mužského a ženského rodu má Island, kde děti přejímají jméno svého otce, ovšem s dlouhou koncovkou „dóttir“ nebo „son“. Tak např. moje přítelkyně provdaná za Island’ana si podržela jméno „Franzdottir“, to je dcera Františka, její muž se jmenuje „Eiricsson“, to je syn Eirikův. Neinformovaný člověk se pak dost nesnadno vyzná v příbuzenských vztazích rodin, ale Island’anům to nevadí – je to nedílná součást jejich jazyka a tedy i kultury. Angličané jinak mluví a jinak píší – nikoho ani nenapadne, že by se to mělo změnit, i když cizincům to často dělá potíže!

Čeština je jazyk neobyčejně bohatý, zpěvný, zvučný a ohebný, má svá pravidla, která je nutno dodržovat – tak, abychom ho mohli předávat těm, kteří přijdou po nás a budou svorně žít v této nádherné zemi, kde „šumí bory“ a „voda hučí po skalínách“, kde zlátne obilí a všude jsou stopy dlouhých věků lidské práce a lidského úsilí!

Jarina Žitná

## *Čeština z úst povolaných*

Naši buditelé nemuseli jazyk jen očišťovat, ale i obohacovat. Čerpali především ze staré češtiny. Dalším zdrojem byly slovanské jazyky a konečně živý jazyk a dialekty, zejména slovenština. Nebylo snadné obrodit po staletí nerozvíjený jazyk, aby odpovídal modernímu myšlenkovému světu. Proto se pro práci vědeckou dlouho používala němčina – němčina se zatlačovala němčinou.

TGM – Česká otázka, 1895

## *TGM o Benešovi*

Do vypuknutí války jsem ho osobně znal jen málo. Sledoval jsem jeho články z Paříže a jeho publikace. Po vypuknutí války přišel a hlásil se za volentéra v Čase (časopis), tu jsme se vídali častěji. Jednou jsme se potkali na Letné, když byl na cestě ke mně. Patrně měl něco vážnějšího. A měl: podle jeho názoru se na válku nemůžeme dívat pasivně, musíme něco dělat. Na to já: Ano, já už dělám.

Projednali jsme situaci doma, v Rakousku a v Německu, u Spojenců, krátce všechno, o čem jsme tenkrát museli mluvit. Smluvili jsme celý postup, dohodli se o spolupracovnících doma i za hranicemi. Beneš měl zůstat doma, pokud by to šlo. Spojení se mnou bude organizováno podle vzoru ruské podzemní práce. Má znalost věci dost pomáhala. Ostatní jsme si vymýšleli, a to úspěšně, jak jsem se brzy po svém odchodu

přesvědčil. Než Beneš odešel z Prahy nadobro za hranice, přijel za mnou do Švýcarska dvakrát.

Spolupráce s Benešem byla snadná a účinná. Nebylo třeba mnoho řečí. Byl politicky a historicky tak vzdělaný, že stačilo slovo. Plány v podrobnostech vymyslel a provedl, brzy dovedl postupovat o své újmě a dobře. Pokud jsem byl na západě Evropy, vídali jsme se často a všechno podrobně promýšleli. Naše korespondence, písemná a telegrafická, byla dost čilá. Později, z Ruska, z Japonska a z Ameriky jsem nemohl mnoho psát a telegrafovat, mysleli jsme a pracovali jsme paralelně. Vývojem událostí Beneš rostl. Při vši vázanosti smluveným programem postupoval v provádění hlavních úkolů velmi samostatně. Jeho iniciativa byla značná a pracovitost neúmorná. Oběma nám prospělo, že jsme měli trpké životní zkušenosti. Probili, propracovali jsme se z chudých poměrů, a to znamenalo nabýt praktičnosti, energie a odvahy!

TGM, Světová revoluce 1925

## *Kaleidoskop*

### *George Everest a Mount Everest*

Většina čtenářů jistě ví, že M. Everest je nejvyšší horou světa, říká se jí také domorodými jmény – Sagarmáthá nebo Čomolungma. Měří 8848 m a leží na území Nepálu a Číny v pohoří Himalaj. To se stále mírně zvyšuje (asi o 3 – 5 mm za rok), což je způsobeno podsouváním Indické tektonické desky pod Eurasijskou.

Měření a mapování tohoto koutu světa měla na starosti Velká Británie, lépe řečeno její Královská geografická společnost, která zde mapovací a měřičské práce prováděla v letech 1830 – 1843. V tu dobu ji vedl George Everest (později povýšený do šlechtického stavu), narozený 4. VII. 1790, zemřel 1. prosince 1866 v Londýně.

George Everest byl zeměměřič a kartograf, který se do funkce šéfa dostal přes měřičské práce na Jávě, r. 1830 byl jmenován generálním průzkumníkem v Indii, r. 1840 po návratu do Anglie byl přijat do Královské společnosti, která podporovala vědy a jejich rozvoj. R. 1861 se stal jejím viceprezidentem. Hora původně označována Peak XV. byla pojmenována jeho jménem, i když on sám ji nikdy neměřil.

21. května 1953 vrcholový team (Novozéland Edmund Hillary a Šerpa Tenzing Norkey) stanuli na jejím vrcholu. Bylo to v den korunovace britské královny Alžběty.

### *První dáma republiky*

Každý ví, že za vůbec první dámu po vzniku samostatného státu je považována manželka prezidenta Edvarda Beneše, paní *Hana Benešová*, rozená Anna Vlčková. (narozena 16. července 1885). Před ní tuto funkci zastávala Charlotta Masaryková - pro svou nemoc však pouze v omezené míře, často ji nahrazovala její nejstarší dcera Alice.

Pozdější paní Hana studovala historii, francouzštinu a literaturu na pařížské univerzitě Sorbonně, tam se také seznámila se svým budoucím manželem. Ten ji požádal, aby si své jméno – Anna – změnila, protože na něj měl nepříjemné vzpomínky. Udělala to a její manžel se od té doby začal psát Edvard místo původního Eduard. Zasnoubili se v roce 1906 a o tři roky později, v roce 1909, se vzali. Bohužel, po jednom nechtěném potratu už paní Hana nemohla mít děti.

Vždy a všude svého muže podporovala, když byl během první světové války Edvard za hranicemi, byla 11 měsíců vězněna. Po vzniku republiky se E. Beneš stal ministrem zahraničí, později – na výslovné přání T. G. M. - prezidentem. Hana byla vždy a za každých okolností vlídná, nikdy se nepovyšovala a byla nesmírně elegantní. Republiku reprezentovala perfektně a lidé ji milovali a obdivovali. Vytvořila vlastně předobraz první dámy, tak, jak by měla vypadat a jak vystupovat. V období druhé světové války doprovázela svého muže do emigrace, pracovala pro Mezinárodní červený kříž, po roce 45 se stala předsedkyní jeho československé sekce. Byla se svým manželem až do jeho smrti v Sezimově Ústí. Přežila ho o 26 let, které trávila v bytě na Loretánském náměstí v Praze, vláda jí platila penzi a byt, ale sledovala ji. Nevyvíjela už žádnou politickou aktivitu, v r. 68 však pronesla dva veřejné projevy, bez zvláštní pozornosti české a světové veřejnosti. Milovala klasickou hudbu, sledovala výstavy. Zemřela v prosinci 1974.

Vilu v Sezimově Ústí odkázala Muzeu v Táboře. Její přání nebylo vyslyšeno, vila se stala obydlím L. Štrougala, po něm ji využívala vláda.

Manželé Benešovi jsou pohřbeni společně v parku pod vilou – a hrobka bývala hojně navštěvována i za komunismu - lidé nedbali na sledování, ale snažili se projevovat oběma manželům patřičnou úctu, vděk i lásku. Vedla jsem tam i svoje dorostenky!

## ***Zpěvák, hudebník, skladatel Jiří Pavlica***

Reprezentuje v současnosti to nejlepší z české soudobé hudby. Mnohé sokolské cvičenky si pamatují a vděčně vzpomínají na sletovou skladbu „Léto“ na Pavlicovu hudbu. Druhou takovou skladbou pro dorostenky a ženy byla experimentální „Voda“.

Narodil se 1. prosince 1953, V současnosti je znám hlavně jako umělecký vedoucí souboru Hradišťan (od r. 1978) Z původního ryze folklorního hudebního tělesa, se časem stalo hudební seskupení naprosto originální na české hudební scéně. Jeho hudba vychází z folklorní tradice a přechází až k hudbě dnešní, moderní. Nebojí se ovlivnění ani hudbou africkou, spolupracuje na př. s jihoafričanem Dizu Plaakjiesem. Skládá filmovou i scénickou hudbu, koncertuje v zahraničí a získává tam vysoká odborná ocenění. Spolupracuje s různými hudebními tělesy i interprety, je vlastníkem několika „zlatých“ desek, např. „Ozvěny duše“ nebo „Mys dobré naděje“, na „platinové“ desce je zaznamenána báseň „O slunovratu“ na slova moravského básníka Jana Skácela. Z volné současné tvorby je nutno připomenout „Misu brevis pastorlis“, případně „Oratorium smíru“ atd.

Je velmi plodným autorem, bohužel, jeho hudba u nás ještě není v širší veřejnosti známá tak, jak by si zasloužila.

## ***Legendární soprán Marie Callasové***

Tato dcera řeckých emigrantů do USA se narodila 2. prosince 1923 a stala se pravděpodobně největší a nejslavnější operní divou dvacátého století.

Rodina se vrátila domů do Athén a Marie se vdala za svého o 30 let staršího manažera, čímž získala potřebné finanční zabezpečení. V začátcích své pěvecké operní kariéry byla nucena tvrdě bojovat s tloušťkou, shodila 30 kilo a stala se z ní krásná stálice operních scén světa. Zpívala snad všechny sopránové party světové operní tvorby – dramatické i lyrické. Sama prohlašovala, že zpěvačka, která nedovede zazpívat všechno, nepatří na operní jeviště. Byla vášnivou interpretkou, vyjadřovala prožívané emoce a v kombinaci s jejím sošným zjevem, byl její projev neuvěřitelný.



Veřejnost ovšem pohoršila svým vztahem k řeckému milionáři Onassisovi, který vedl k rozpadu jejího manželství a rozvodu. Onassis ji později opustil kvůli vztahu s vdovou po americkém prezidentu Kennedymu, s čímž se nikdy nedokázala vyrovnat. Marie Callasová už dávno není mezi námi, ale její úžasný hlas můžeme slyšet z mnoha gramofonových desek, nebo ji i sledovat i na filmovém plátnu.

## *Kdo vlastně vyhrál bitvu o Anglii?*

Byl to nepochybně technický vynález zvaný radar. Dokázal určit letící cíl až na vzdálenost 160 km. Vynalezl ho britský fyzik *Robert Alexander Watson Watt*, který zemřel 6. prosince 1973.

Bitva o Anglii byla krutá. Německo mělo naprostou vzdušnou převahu, nicméně občané britského imperia projevovali nesmírnou statečnost. Na pobřeží Kanálu postavili hustou síť radiolokačních stanic, která dokázala varovat obyvatele ohrožených oblastí. Postupně se pak situace měnila ve prospěch Velké Británie.

## *Marcus Tullius Cicero*

*„Čím víc se kdo zabývá vlastním prospěchem, tím méně je dobrým člověkem, ať již dělá cokoli!“*

To je pouze jeden z proslulých citátů a myšlenek známého římského filosofa, politika, spisovatele, celoživotního zastávce republikánského systému státního uspořádání. Jako filosof zdůrazňoval praktický a politický význam filosofie. Hlavním úkolem je podle něho pokojné a zákonné vyřešení sporu. Byl popularizátorem řecké filosofie, kterou překládal a byl nucen vytvořit novou právníckou terminologii. Jeho myšlenky a závěry jsou dodnes platné a staly se základem evropské filosofie až do 18. století. Dodnes jsou součástí právního vzdělání na vysokých školách. Zachovaly se jeho spisy právně – politické. Jsou psány většinou formou rozhovoru a považujeme je za vzor antické prózy. Narodil se 3. ledna 106 př. n. l. a zemřel 7. prosince roku 43 př. n. l. Pocházel ze zámožné rodiny, která se však veřejně neangažovala. Studoval v rodném Arpinu a později v Římě. Jeho popularita stoupala, protože ve všech zastávaných funkcích (questor na Sicílii, pak konsul, dotáhl to až na senátora) se ukázal jako člověk schopný a neúplatný. Byl vynikajícím obhájcem u soudu, roku 76 př. n. l. byl vyhoštěn z Říma, ale po roce se mohl vrátit. Celý jeho život byl prodchnut republikánským smýšlením, což dokazoval při řešení různých problémů a různých politických situací. Zachovala se řada jeho spisů, především „14 řečí proti Antoniovi.“ Jeho spisy jsou učebním materiálem i dnešním studujícím budoucím právníkům.

## *Hektor Berlioz*

Měla jsem možnost vyslechnout varhanní koncert v kostele sv. Eustacha v Paříži – na varhany v tomto kostele prý hrával Hector Berlioz, jeden z velkých muzikantů 19. století.

Narodil se 11. prosince 1803 jako syn lékaře, byl žákem Antonína Rejchy v Paříži, cestoval, studoval i v Itálii.

Jeho hudba poměrně brzy získávala své posluchače v Evropě, ale jeho rodná Francie zůstávala dlouho chladná. Přesto je dnes Berlioz ve světě znám jako velký improvizátor, jeho hudba je nápaditá, vyznačuje se až překvapivou barevností a nápaditou instrumentací. Jeho život i hudbu ovlivňovala jeho láska k anglické herečce Henriettě Smitsonové, která se za něj konečně provdala. Měl s ní syna, ale brzy ovdověl a tak se po

časе oženil znovu s Marií Martinovou, ale manželství skončilo její smrtí po osmi letech. Když pak tragicky zemřel i jeho syn, lodní kapitán, velký skladatel neunesl tíhu osamění a 8. března 1869 zemřel.

Berlioz je tvůrcem moderním s typickou instrumentací a jeho díla jsou na repertoaru snad všech symfonických orchestrů světa. Jsou dynamická, patetická i lyrická, náladová s hrdinskými efekty – v každém případě zajímavá. Jeho pobyt v Itálii se odráží ve známé symfonické básni „Harold v Itálii“, ale skvostem světové hudební literatury je „Fantastická symfonie“, poznamenaná jeho láskou k Henriettě Smitsonové.

## *Robert Koch*

Lékař a bakteriolog, narozený 11. prosince 1843, nositel Nobelovy ceny za lékařství a fyziologii z roku 1905. Obecně je dnes považován za zakladatele moderní bakteriologie jako vědního oboru. Objevil bakterie smrtelných chorob – sněti slezinné, dobytčího moru a především metly tehdejšího lidstva – tuberkulosa (souchotin).

V té době byla tuberkulosa velmi rozšířenou a většinou smrtelnou chorobou, na kterou umíral každý sedmý postižený. 24. března 1882 objevil bacil, dnes známý pod jeho jménem – Kochův bacil.

V podstatě byl nucen žít se jako venkovský lékař, který svá bádání musel provádět pouze ve volných chvílích a v noci. V roce 1882 vzbuzoval jeho objev jen posměch a nedůvěru – o pět let později byl oslavován jako nejváženější vědec své doby.

Zemřel 27. května 1910.

## *Jean Marais*

Filmový i divadelní herec, prototyp romantického hrdiny, milovaného diváky, obdivovaného především ženami. Ironií osudu je to, že byl homosexuálem a nikdy se s tím netajil.

Narodil se 11. prosince 1913, dětství prožil se značně extravagantní matkou, škole příliš neholdoval, vyučil se fotografem, zajímalo ho výtvarné umění, navštěvoval herecké kurzy. Ve čtyřiaadvaceti letech přesídlil do Paříže, kde se setkal s vynikajícím básníkem a dramatickým autorem, což značně změnilo jeho život – Cocteau se stal jeho životní láskou, často pak hrál role, které byly napsány speciálně pro něho. Byly to především historicko romantické filmy, oblíbené i u nás: Ruy Blas, Věčný návrat, Hrbáč, Kapitán Fracasse, Hrabě Monte Christo, Železná maska – většinou podle literárních předloh. Podle Jeana Cocteaua Dvojhlavý orel, Orfeus, Orfeova závěť. Vynikal i v divadelních rolích – Král Oidipus, Rytíři kulatého stolu. Zvláštní postavení v jeho tvorbě znamenají i komediální filmy o Fantomasovi.

Je o něm známo, že se ani v nejnebezpečnějších scénách nikdy nenechal dublovat, kromě toho byl výborný malíř, zabýval se i keramikou. V knihovně mám svazeček jeho pohádek. Zemřel 8. listopadu 1989.

Myslím, že jsem ho prvně viděla asi v patnácti letech – jako hlavního hrdinu filmu Věčný návrat, který zpracovává tristanovskou legendu. Patřilo to k mým životním zážitkům a tak se klidně přiznávám, že jsem vždy patřila k jeho obdivovatelkám.

## *Agrární politik – Antonín Švehla*

Byl po Masarykovi nejvlivnějším politikem v zemi. Narodil se v rodině statkáře v Hostivaři, třikrát se stal předsedou československé vlády a zároveň byl dlouholetým předsedou agrární strany.

Svou veřejnou práci začal založením Sokola v Hostivaři, na konci 90. let založil Sdružení českých zemědělců, které se v lednu 1899 změnilo v legální agrární stranu. Od roku 1903 se plně věnoval politice, řízením statku pověřil svou ženu. Byl to člověk nadprůměrné inteligence a nad to byl nesmírně pracovitý.

Byl více praktikem než teoretikem, dokázal myslet dopředu, měl výborný odhad situace, byl výborným diplomatem, dokázal udržet linii agrární strany, což byla strana „středního stavu“, strana venkovského lidu. Nehonil se za slávou a za poctami.

V roce 1909 bylo jeho volebním heslem všeobecné volební právo, modernizoval stranický tisk, od roku 1906 vydával deník „Venkov“, o rok později fungovala „Rolnická tiskárna“. Agrární strana pod jeho vedením byla početná, moderní, dobře organizovaná a vlivná.

R. 1908 byl zvolen do Zemského sněmu, ale zůstal doma, byl přesvědčen, že o úspěchu české politiky se rozhoduje právě tady. Kolísal mezi politikou protihabsburskou a pro habsburskou – hledal smírné řešení a dobře vážil a odhadoval situaci. V souhlase s radikalizací české společnosti přešel definitivně do tábora protihabsburského. Byl jedním z „mužů 28. října“, kteří měli lví podíl na realizaci státního převratu. V červenci 1918 se stal předsedou národního výboru Karel Kramář, ale všechny nitky domácí politiky se sbíhaly u Švehly. Celý život dával přednost dohodě a ne násilí a jako takový byl významnou postavou české politiky po vzniku republiky.

Z politického života odcházel pro nemoc v r. 1929 a podle Masaryka už nikdy jsme neměli v čele státu politika Švehlova formátu.

## *František Venclovský a kanál La Manche*

Přeplavat úžinu oddělující Britské ostrova od pevniny bylo vždy touhou dálkových plavců – ten sen existoval docela určitě i v českých zemích.

Je třeba si uvědomit, že vzdálenost přibližně 32 km v jeho nejužším místě pro plavce není tak docela odpovídající – díky vlnám, větru a především nebezpečným mořským proudům. Dalším protivníkem je teplota – lépe řečeno chlad – vody. V sedmdesátých letech ještě neexistoval neoprén, kterým si dnes chrání teplotu těla současní plavci. Používala se pouze silná vrstva lanolinu, kterým se tělo velmi nedokonale chránilo.

Venclovský byl původně těžký atlet, boxer – ale pro úraz krční páteře pro něho tato kariéra definitivně skončila. Začal se věnovat otužování a dálkovému plavání.

V 60 – 70 letech minulého století bylo asi větším dobrodružstvím získat povolení k takové akci na západě, než skutečný výkon, na který se ovšem Venclovský dokonale připravil. Od r. 1964 žádal opětovně úřady o možnost podniknout tento pokus a vycestovat na západ. Obdržel ho až v roce 1970 a pokus nedopadl – díky počasí – dobře. Ostatní plavci, chystající se na cestu přes La – Manche včas odstoupili, Venclovský si to – vzhledem k délce povolení k pobytu i nedostatku financí – nemohl dovolit. Podle očitého svědka – kameramana akce – byl pokus předem odsouzen. Nakonec Venclovského spíš násilím vytáhli. Mořská voda se mu dostala za brýle, takže téměř neviděl a byl na pokraji nejjednoduššího vyčerpání.

Povolení k dalšímu pokusu dostal poměrně rychle a vítězný pokus podnikl hned v roce 1971. Plavba mu trvala 15 hodin, 26 minut – takže 30. července 1971 konečně dosáhl cíle.

Narodil se 25. dubna 1932 a zemřel 13. prosince 1996.

V roce 1974 se stejný pokus povedl Jánovi Novákovi.

## ***Bostonské pití čaje***

Anglicky Boston Tea Party – začátek boje občanů v amerických koloniích s mateřskou zemí, tedy Velkou Británií. V podstatě se jednalo o placení cla za dovoz čaje. Nešlo ani tak o peníze, ale o nepoměr mezi clem a míře zastoupení zástupců Ameriky v britském parlamentu.

Koncem listopadu 1774 propukla série protestů v amerických přístavech, v popředí stál Boston. Lodě, které přivezly čaj, ho nesměly vyložit a guvernér bránil jejich odplutí zpět do Anglie. V čele hnutí stáli význační muži americké historie – Paul Revere, John Hancock a J. Watson, Samuel Adams, který veřejně prohlásil, že nejde tak o peníze, jako o jediný způsob, jak může lid hájit svá práva. Byl to protest proti způsobu, jakým se snažila Velká Británie rozhodovat o americkém obchodu. V Anglii protesty v Novém světě ovšem způsobily patřičné zděšení. Byly vydány tzv. „donucovací“ zákony, které Američané okamžitě přejmenovali na „nepřijatelné“.

30 – 150 mužů pak v noci v bostonském přístavu vniklo na lodě a naházelo do moře 342 beden lisovaného čaje – stalo se tak 14. prosince 1774.

To byl první otevřený odpor a je dnes považován za počátek Americké revoluce.

## ***New York – Carnegie Hal – 16. XII. 1893***

V ten den se tam konala premiéra s netrpělivostí očekávané „*Novosvětské symfonie*“, v současnosti snad nejoblíbenější a nejmilovanější dílo světové symfonické hudby. Patří ke špičce hudebního romantismu, často bývá označována jako vůbec nejlepší dílo světové symfonické hudby všech dob.

Autor Antonín Dvořák pobýval v letech 1892 – 1895 ve Spojených státech jako ředitel newyorské konservatoře. Práce měl hodně a byl velice populární. Premiéra Novosvětské byla očekávána s netrpělivostí, bylo vyprodáno nejen na premiéru, ale i na generální zkoušku. Plocha obrovské Carnegie Hall by musela být několikrát zvětšena, kdyby se mělo dostat na všechny zájemce.

Dvořákovi se v USA stýskalo po domově a Novosvětská byla jakýmsi výrazem tohoto stesku, ale zároveň i vztahu k Americe a jejímu lidu. Základem skladby jsou nepopíratelně české motivy, objevují se v ní však i motivy černošské i indiánské hudby. I když je to hudba typicky česká, Američané ji považují za něco jako svou druhou národní hymnu. Důkazem toho je, že byla první hudbou, která zazněla na povrchu Měsíce při procházce kosmonauta Neila Armstroga po měsíčním povrchu, když na něm v roce 1969 přistálo Apollo 11. „Largo“ bylo později i otextováno (v angličtině ale i češtině).



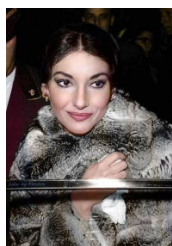
Mont Everest – Himalaj



**Hana Benešová - manželka Edvarda Beneše,...**



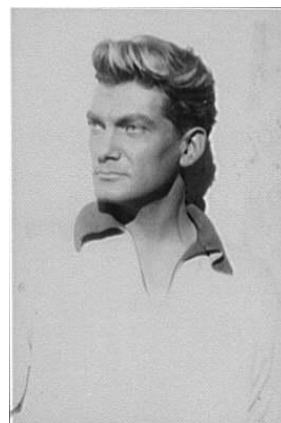
**Jiří Pavlica – soubor Hradišť'an**



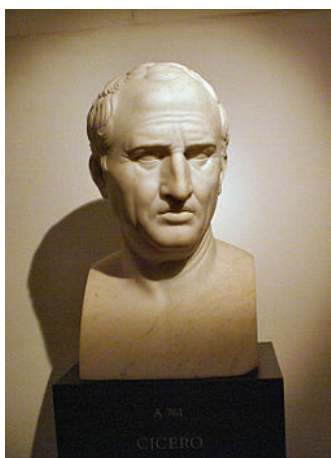
**Maria Callas**



**Hector Berlioz**



**Jean Marais**



**M. T. Cicero**



**František Venclovský**

## *Sokolská soutěž - „Kde domov můj“*

- 1) *Jméno a nadmořská výška nejvyššího vrcholu Jizerských hor!*
- 2) *Ve kterém městě byl internován Karel Havlíček Borovský?*
- 3) *Uveďte jména dvou mužů, kteří provedli atentát na Reinharda Heydricha!*
- 4) *Kdo byl Jan Kubata?*
- 5) *Který hudební skladatel napsal symfonickou báseň „V Tatrách“?*
- 6) *Co najdete na chodníku před Staroměstskou radnicí v Praze?*
- 7) *Ve kterém jihočeském městečku si koupila zámek a žila v něm slavná operní pěvkyně Ema Destinová?*
- 8) *Která řeka protéká Špindlerovým mlýnem?*
- 9) *Ve kterém roce odstoupil z funkce prezidenta republiky T. G. Masaryk?*
- 10) *Jak pokračují slova české písně „Horo, horo, vysoká jsi...“?*

## *Národní parky a ChKO České Švýcarsko*

Je to náš nejmladší Národní park, byl vyhlášen teprve v roce 2000. Rozkládá se u hranic s Německem a na druhé straně hranice navazuje na park Saské Švýcarsko. Oba parky tvoří obrovský komplex, často nazývaný Česko – Saské Švýcarsko, někdy také Labské pískovce. Náleží ke geomorfologickému celku Děčínská vrchovina. Romantický název pro zdejší romantickou krajinu vymysleli malíři A. Zingg a A. Graff, žijící v Drážďanech.

Park je nejsevernějším výběžkem České křídové pánve, zalité ještě před 90 miliony let, v druhohorách, v období tzv. svrchní křídy, mořem. Sedimenty zde dosahují neuvěřitelné mocnosti – až 1 kilometr. Tvoří je především pískovce, slínovce a slepence. Typické skalní útvary vznikaly ve střední vrstvě (asi 350 – 420m). Tvoří kvádrovité útvary oddělené hlubokými puklinami – odtud název „kvádrové pískovce“. K významným změnám docházelo v období vulkanické činnosti ve třetihorách (Růžový vrch – Růžák 619m n.m.) Ke konečné úpravě reliéfu došlo ve čtvrtohorách v období tzv. alpínského vrásnění, kdy došlo k mohutnému zdvihu pískovcových sedimentů. Vliv měla především intenzivní eroze – pohyby tektonických desek, střídání ledovcového a meziledovcového období, voda a vítr, které působí zvětrávání. Pod pískovci se nachází tvrdá vrstva žuly, která nepropouští vodu. Reliéf je tvořen pískovcovými převisy, skalními věžemi a hlubokými údolními mezi skalami. Nejznámějším útvarem je Pravčická brána, největší v Evropě – je 16 m vysoká a 26,5 m široká.

Krajina vytváří speciální biotop, ve kterém některé organismy už vymizely, jiné se obnovily a zůstávají. Jsou to především lesy, které pokrývají 97 % území, ve kterém původní bukový porost byl nahrazen především smrkem ztepilým. Hodně původních porostů bylo nahrazeno v 19. století porosty uměle vysazovanými, což způsobuje určité problémy. Na území parku najdeme 246 druhů lišejníků, 15 druhů zařazených do Červeného seznamu hub, původně zde žilo 62 druhů savců (někteří časem vymizeli) – především vlk obecný, medvěd hnědý, kočka divoká, los evropský, dnes zde žijí

především rejsci, bobr evropský, hraboši, plch, vydra říční, rys ostrovid, kamzík horský, srnec a divoké prase. Zajímavý je i výskyt netopýrů, kteří zde mají ideální prostor k životu. Jsou to především vrápenci, netopýr velký a celá řada dalších – asi 15 druhů. Najdete zde 227 druhů ptáků, z toho je 148 druhů hnízdivých. Jsou to čáp černý, sokol stěhovavý, bekasina obecná, chřástal, a lelek. Důležitý je větší výskyt sov, 16 druhů plazů, 8 druhů obojživelníků (mlok skvrnitý, čolek, různé druhy žab, především skokani). Ryby najdete ve značně znečištěném Labi, ale především v Kamenici: Ta tvoří pstruhové pásmo, vyskytují se pstruh a lipan, vzácně mihule potoční. Byly pokusy o návrat lososa obecného umělou výsadbou na určitých místech toku. Vyskytuje se zde přes 1000 druhů motýlů, brouci, vážky, šidélka, stonožky, žížaly mravenci atd.

Zajímavé je i osídlení – na území parku se nachází pouze jediná vesnice – Mezná. Nejstarší doklady o sídlení pocházejí z mezolitu, kdy obyvatelé žili v úkrytech pod převisy, ale nikdy jich nebylo mnoho. Do prvního století našeho letopočtu bylo osídlení minimální, větší osídlení se projevilo až ve středověku, kdy docházelo k německé kolonizaci, to bylo ve 13. – 14. století.

Příliv osadníků znamenal hlad po půdě. Aby získali zemědělskou půdu, osadníci vypalovali lesy. Terén byl ovšem vždy špatně přístupný. Počátkem 19. století dochází k rozkvětu obcí na okraji parku.

Už v r. 1739 vydal hrabě Jan Jakub Thun zákaz pastvy a někde i těžby dřeva. Později, podle nařízení Kinských, byla vytypována místa, která byla ponechána samostatnému vývoji. V r. 1933 vznikla z původního ochranného území skutečná rezervace. Národní park byl vyhlášen v r. 2000, i když se o této možnosti mluvilo dávno před tím. Správa Národního parku má sídlo v Krásné Lípě.

České Švýcarsko patří mezi nejkrásnější a nejzajímavější oblasti naší republiky. Je protkáno hustou sítí turistických stezek, oba parky na sebe vzájemně navazují. Svého času jsem se několikrát zúčastnila dálkového pochodu Děčín – Drážďany nebo opačně. Bylo možno použít buď poměrně snadnou a jednoduchou cestu údolím Labe, nebo jít tzv. Labské pískovce – a ty daly našim nohám skutečně zabrat. Byly tam nekonečné schody nahoru i dolů, nadmořská výška trasy kolísala mezi nízko položenou cestou kolem řeky a romantickými průchody a vyhlídkami mezi skalami, což bylo, samozřejmě, daleko zajímavější, ale i obtížnější.

Na německé straně byla trasa příjemnější – byla totiž protkána sítí hospůdek. kde bylo možno za pár šupů dostat kávu a „küchen“ tedy koláč – výborný. Jednou jsme dokonce s přítelkyní kvůli všem těm zastávkám málem zmeškaly odjezd autobusu od hranic zpět do Děčína. Bylo to v době přísných prohlídek na hranicích, přihnaly jsme se s Jiřinou na poslední chvíli, autobus byl připraven hned „za čárou“! „Hod’te to celní prohlášení do té bedýnky na stole!“ Ani nevím, jestli jsme dostaly razítko do pasu, mohly jsme přenést třeba zlatou cihlu. Odhodily jsme celní prohlášení, plácly sebou do autobusu – jelo se okamžitě.

Máte – li rádi skutečné přírodní krásy a jste ochotni zatížit a namáhat nohy, tak tady máte krajinu romantickou, přes všechny ty schody a vyhlídky divokou a zajímavou, do NP České – případně i Saské Švýcarsko to nemáte daleko! Těm, kterým to hůře chodí, doporučuji cestu parníkem z Děčína do Drážďan, nebudete litovat!

Ještě jedna zajímavost – oba parky (na české i německé straně státní hranice) jsou výborně spravovány, turistické cesty jsou dobře opravovány a turistika zde obohatí každého návštěvníkem pocitem krásy a naplnění.

Jarina Žitná



## *Zprávy z žup a jednot*

### *Pietní akty*

### *u pamětní desky M. R. Štefánika .*

Dne 28. října 2019 položili zastupitelé MČ Praha 5 na budovu radnice k pamětní desce M. R. Štefánika věnec. Aktu byl přítomen br. Richter. Po proslovu paní starostky zahrála hudba hymnu, následovalo položení věnce v kostele sv. Václava u desky se jmény obětí v 1. a 2. světové války z řad občanů Smíchova.

Vladimír Richter, vzdělavatel župy Jana Podlipného a T.J. Sokol Praha Královské Vinohrady

### *Běh republiky – 28. října 2019*

Uspořádala ho Tělocvičná jednota Sokol Syrovice s podporou Sokolské župy Jana Máchala.

**Počet startujících:**

- děti do 10 let	7	počet diváků	200
- děti od 11 do 15	7	počet organizátorů	20
- muži	48		
- ženy	30		

Skvělá nálada a slunečné počasí vyústilo v důstojnou oslavu vzniku naší republiky.

Sokolská župa Jana Máchala



# ***Sraz žactva župy Máchalovy***

**Termín srazu : pátek až neděle 18.- 20.10.2019**

**Místo : Sokol Znojmo, Sokolská12**

**Zahájení : 18.10. v 17,00 hodin; ukončení 20.10. ve 12,30 hodin**

**Program srazu a lektori:**

<b>Ubytování v sokolovně</b>	<b>Macounová V.</b>
<b>Míčové hry</b>	<b>Chalupa S.</b>
<b>Táborák</b>	<b>Němec M.</b>
<b>Vycházka podél Dyje</b>	<b>Němec M. , Ondráková E.</b>
<b>Dračí lodě</b>	<b>Štěrba P., Asociace vodních sportů Znojmo</b>
<b>z.s.</b>	
<b>Bowling</b>	<b>Rybníčková A.</b>
<b>Noční stezka odvahy</b>	<b>Macounová V. a vedoucí družstev</b>
<b>Diskotéka</b>	<b>Cvičenci</b>
<b>Znojemské podzemí</b>	<b>Macounová V.</b>
<b>Stravování</b>	<b>Restaurace v sokolovně</b>

**Srazu se zúčastnilo 80 cvičenců a 12 vedoucích z 5 jednot. Zastoupeny byly tyto jednoty: Syrovice, Nové Bránice, Sobotovice, Znojmo a Moravské Bránice**

**Program srazu byl splněn, účastníci se aktivně zapojili, a náplň srazu hodnotili kladně.**

**Cvičenci dostali drobné ceny za splnění úkolů.**

**Strava a pitný režim byl zajištěn na výborné úrovni.**

**Akce byla v plné režii Sokolské župy Jana Máchala, pouze na stravu přispěli rodiče.**

**Oto Suchánek – garant srazu**

## ***Správné odpovědi – soutěž „Kde domov můj“***

- 1) Vysoká kopa – 1127 na území Polska. Na našem území o tři metry nižší Smrk – 1124 m a o další dva metry nižší Jizera – 1122 m.**
- 2) V Brixenu v Tyrolsku**
- 3) Josef Gabčík a Jan Kubiš**
- 4) Jakub Kubata – rychtář ve Zbudově, popravený za vedení selského povstání roku 1581. Poprava se konala na Blatech za velké bouřky, Kubatovu hlavu odnesl potok Soudný. Dnes je tam pomník – modelem stál Kubatův potomek Rudolf Mertlík**
- 5) Vítězslav Novák**
- 6) 27 křížků v dlažbě chodníku – památka na popravených 27 českých pánů**
- 7) Stráž nad Nežárkou**
- 8) Labe**
- 9) 1935**
- 10) „má panenko, vzdálená jsi. Vzdálená jsi za horama, vadne láska mezi náma“**

## ***Vybráno z obnoveného časopisu Vzlet***

### ***Památný den sokolstva Královské Vinohrady***

Do chodníku budou dány kameny zmizelých u tehdejšího bydliště významných Vinohradských sokolů. Budou to títo sokolové:•Jan Brabec, starosta Sokola Král. Vinohrady, zatčen v noci ze 7. na 8. října 1941, zemřel 27. 3. 1942 v Osvětimi. Bydliště Hradešinská 66, Praha XI I. •JUDr. Rud. Cýrek, náčelník Sokola Král. Vinohrady, zatčen v noci ze 7. na 8. října 1941, zemřel 14. 2. 1942 v Osvětimi. Bydliště Bělehradská 83, Praha XII. •Ing. Vladimír Rozmara, místostarosta Sokola Král. Vinohrady, zatčen v noci ze 7. na 8. října 1941, zemřel 22. 3. 1942 v Osvětimi. Bydliště Jablonského 16, Praha XII. •Št. kpt. Josef Sojka, člen Sokola Král. Vinohrady, člen voj. odboj. organizace Obrana národa. 13. 9. 1940 zatčen, otrávil se. •Generál Hugo Vojta, člen Sokola Král. Vinohrady, člen voj. odboj. organizace Obrana národa, popraven 28. 9. 1941. Divizní generál Hugo Vojta pozdějším dohledáním v ročenkách v průběhu let 1929-1931 působil v Košicích, v roce 1933 v Bratislavě, kámen by mohl být zasazen před vstupem do sokolovny, nebo na podstavci sochy před sokolovnou. Na podestě schodů vedoucích do druhého patra bude umístěna tabulka s textem: 5. května 1945 při boji o sokolovnu zde padl člen jednoty, dorostenec Miroslav Vohrna. Čest jeho památce. Také budou vzpomenu ty osudy členů jednoty během okupace. Zatím co na desce ve vstupní hale naší sokolovny jsou jména 40 obětí, v archivech bylo dohledáno celkem 90 jmen. Vinohradští sokolové se zúčastní jízdy sokolů na kole v pelotonu od sokolské hrobky v areálu strašnického krematoria na Kampu

Vladimír Richter

***Památný den sokolstva v Libni*** si zdejší sokolové a jejich hosté připomněli pietním aktem u pamětní desky obětem druhé světové války v prvním patře budovy sokolovny. Po aktu, který začal v šest hodin odpoledne, pochodovali účastníci průvodem k nedaleké Rokytce a vypustili lodičky – sokolská světla. Hosté z okolních jednot byli srdečně zváni. Na budovách ÚMČ Praha 8 a T. J. Sokol Libeň byly vyvěšeny sokolské vlajky. Památný den jsme si připomněli pietním aktem u hrobky Tyrše a Fügnera na Olšanských hřbitovech, u sokolské hrobky ve strašnickém krematoriu a pelotonem od krematoria po Karlův most. Začátek akce byl u sokolského hrobu v areálu krematoria ve Strašnicích v 16. hodin. Dříve však položili zástupci sokolů naši župy věnec na hrob Tyrše a Fügnera na Olšanech. Tam byla zapálena svíčka a od ní petrolejová lampa, představující sokolské světlo, od kterého následně zapálili svíčku u sokolského památníku v areálu krematoria. Zde také přednesl krátký projev k památce sokolských obětí bratr Mach a byla přečtena jména zde pohřbených sokolů. U hrobky stála sokolská čestná stráž s praporem župy. Pak světlo převezl starosta župy br. Pokorný na Kampu pod Karlovým mostem. Od strašnického krematoria jel peloton cca 50 sokolských cyklistů a cyklistek, aby se připojil k večeru sokolských světel, připravovaný poblíž Tyršova domu na Vltavě. Peloton doprovázeli na kolech čtyři policisté a doprovodný automobil s bannerem. Trasa vedla od strašnického krematoria k ulici V Olšínách, dále pak ulicemi Vršovickou, Otakarovou, Sekaninovou na Albertov, kde zatočila k Výtoni a pak po náplavce k Mánesu, Národnímu divadlu a ke Karlovu mostu. Cíl v 18 hodin u Karlova mostu na Kampě, kde přineseným sokolským světlem byly zapáleny svíčky, které mladí i starší sokolové na lodičkách pouštěli po Vltavě. Plamínkem od hrobu zakladatelů Sokola, Tyrše a Fügnera tak byl symbolicky zahájen večer sokolských světel.

Vladimír Richter, Ivo Antušek (mírně upraveno)

## □ *Celostátní kolo soutěže „Babička roku“*

Po ukončení této soutěže v krajích se 18. listopadu konalo celostátní kolo, letos v Olomouci. Zúčastnilo se asi 1300 diváků. Prvně byla vybrána „babička roku“ za celou republiku. Jmenuje se Jarmila Chudobová, je z kraje Královédvorského, dokonce přímo z Hradce Králové.

Pro nás je ovšem důležitější „babička“, která se umístila na třetím místě. Je z Ústeckého kraje a jmenuje se Miloslava Bálešová. **Pozor!!**

***Na „přehlídku ve společenském oblečení“ přišla v úboru VG.***

Tomu se říká propagace na pravém místě – takže, milá sestro, děkujeme!



Sestra Miloslava Bálešová

Zaslala Marta Hrdinová, Sokol Hradec Králové – Pražské předměstí

## *A jsme v háji...*

Tentokrát ovšem v Háji s velkým H – tedy v *Háji ve Slezsku*. Pracuje a žije tam ne příliš velká, ale za to velmi čilá jednota. S jejími cvičenci se můžete setkat na kterékoliv větší sokolské akci ať už na území kraje nebo mimo něj.

12. října odpoledne tam pořádali slavnostní akademii – byla úspěšná. Konala se jako vzpomínka na třicáté výročí sametové revoluce a pozornost byla věnována i pietní vzpomínce na zemřelého Karla Gotta. Po úvodní slavnostní části se rozběhl vlastní program. Diváci obdivovali cvičení předškoláků ze Sokola Háj, vystoupení školní mládeže za stejné obce („Jak ve škole, tak i v Sokole“), úspěch mělo gymnastické cvičení ze Sokola Smolkov. Následovala část skladby pro ženy „Země vstává“, kterou jsem před časem zveřejnila na stránkách tohoto časopisu, zpíval Karel Gott. Gymnastická vystoupení se pak střídala s ukázkami bojových cvičení – cvičili žáci i žákyně pod vedením odborníků. Pro veřejnost byly ukázky doprovázeny odborným výkladem. Byly

zařazeny i ukázky sebeobrany a tanečky. Velkým zpestřením bylo vystoupení žáků místní hudební školy. V závěru akademie ještě jednou vystoupila Věrná garda s částí skladby Waldemariána.

Závěrečné hodnocení diváků i účastníků bylo více než kladné – byl to celkové krásný umělecký a citový zážitek zakončený poděkováním účastníkům, organizátorům (celou akademii měla na starosti sestra Karla Moravcová) i divákům.

V životě sokolských jednot jsou akademie většinou mimořádnou událostí, je tu ovšem nutno připomenout i další aktivity Sokola Háj ve Slezsku – turistiku, orientační běh i kulturní tradice v obci. Zdařilé akce, jako byla tato akademie, pomáhají šířit dobré jméno Sokola v naší veřejnosti.

Podle dopisu svědka akademie, sestry Olgy Bubeníkové (Sokol Ostrava) zpracovala  
Jarina Žitná

## *Závěrečné slovo*

### *Hořká úvaha*

Dvě historky, které ilustrují situaci v sokolském hnutí:

První – žiji ve velkém městě, které mělo vždy několik sokolských jednot. Obnoveny byly čtyři, ale časem jedna z nich zanikla. Byla to jednotka na nejstarším sídlišti ve městě, které se v současnosti stalo sídlištěm především starší generace, šlo to tak daleko, že zde byla dokonce zrušena základní škola a zbylé děti jsou nuceny dojíždět do centra (doprava je bez problémů). Odpadlo tedy nejdříve cvičení žactva a v podstatě zbylo pouze několik žen. Problémy byly i s tělocvičnou a tak se členové rozhodli jednotu zrušit, s tím, že stávající cvičenci přejdou do činné jednoty v centru. Dobře – zbylé cvičenky skutečně jednou, možná dvakrát, přišly do našeho cvičení. Pak už nic! K našemu překvapení raději přešly do cvičení Asociace sportu pro všechny. Důvod? Bylo to levnější a hlavně o jednu zastávku bližší, než zmíněné cvičení jednoty v centru.

Druhá – bezprostředně po zahájení cvičení v obnoveném Sokole přišla do župní kanceláře postarší paní. Byla jsem jediná, kdo ji znal. Náhodou jsem totiž byla třídní učitelkou její nejstarší dcery a v následujících letech jsem učila i její dva mladší syny. Pozdravila a prohlásila: „Já jsem vždy byla sokolka, od dětství. Dnes už moc cvičit nemohu a tak se jdu alespoň přihlásit a zaplatit příspěvky“ Všichni oněměli a já prohlásila: „Tak Tě vítám, Boženko!“ (Celá léta jsme si vykaly – já jako učitelka a ona jako maminka!)

Napadlo vás už, proč uvádím tyto dvě (možná zajímavé) historky?

Je to totiž názorná ukázka dnešní situace a dnešního přístupu ke členství v Sokole. Říkávali jsme to nejdřív především o sportovních oddílech, ale platí to i o cvičencích, kteří cvičí pro radost a kondici, bez dalších ambicí. Rozhodující jsou pro ně finanční podmínky a blízkost tělocvičny ať už ve školách nebo v sokolovnách. Jdou prostě tam, kde se jim to zdá výhodnější nebo tam, kde je to víc „in“!

Ten druhý příběh představuje reakci člověka, který si svého členství v Sokole celá léta vážil a považoval za samozřejmou povinnost obnovit své členství! (Upozorňuji, že zmíněná paní celá léta nikde necvičila!)

### *A jsme u jádra problému!*

V poslední době se v sokolských řadách a hlavně na ústředí hodně mluví o programu Sokol 2030, který by měl zaručovat jednotnou vizualizaci Sokola jako tradiční a při tom moderní organizaci, představovat jeho členy jako občany silné tělem i duchem a zdůrazňovat priority sokolského programu - sport, občanství, komunitu, osobnost, laskavost. Součástí materiálu je také jednotný design, který by měl sjednotit roztržštěnou dosavadní komunikaci. Program byl schválen na 12. sjezdu ČOS v červnu letošního roku. Stejně tak tam byl schválen program odboru všestrannosti, který by měl platit v příštích letech.

At' už máme k tomuto programu nebo designu jakékoliv připomínky, je to komplexní a promyšlená práce, která by měla znamenat krok vpřed.

Bohužel však neřeší to nejpodstatnější a ne důležitější – sokolství jako životní styl a přesvědčení. Při posunu obecného nazírání na svět a na lidské priority si uvědomují, že dnešní svět je jiný, než byl za našeho mládí. Peníze a kariéra jsou silní protivníci, dobrovolná práce se nosí pouze slovem, ale málo činy – a při tom naši cvičitelé pracují dobrovolně, rádi a bez peněz, takže mnozí krčí ramena a považují nás tak trochu za blázný. Musím konstatovat, že je pravda, že lidé jdou tam, kde to mají snadnější a kde je kromě placení nic nesusazuje. Připočtete k tomu všudypřítomnou paní módu, která vyžaduje „být in“ bez ohledu na společnost kolem nás. Charakteristická je snaha o úspěch, peníze, kariéru a vítězství za každou cenu – jenže jestliže to nezměníme, bude svět a lidé v něm stále sobečtější a neurvalejší – ani nám, ani našim potomkům se v něm nebude žít dobře!

Takže, co teď?

Blíží se Vánoce a konec kalendářního roku. Za dlouhá léta své pedagogické a cvičitelské práce jsem se přesvědčila o tom, že výsledky má pouze vlastní příklad a nezištná práce. Nezbývá nic jiného, než předávat to, co je v nás dál, ovlivňovat svým příkladem své okolí, nemít strach a angažovat se. Ovlivňovat své okolí svým klidem, trpělivostí i sdílenými myšlenkami. Nekoukat na vlastní pohodlí a prospěch, nedbat na pomluvy, zlé řeči a řídit se pouze zdravým rozumem – nenechat se strhnout žvanily a nemakačenký – rozum, práce a pravda a vzdělání jsou priority, které se vždy v Sokole uznávaly a preferovaly.

Podarí – li se nám to alespoň trochu, tak pak snad budeme moci bez obav prohlásit „jsem sokol“, (což znamená slušný člověk) a přestane platit ošklivá hláška: „Jsem u Sokola!“

To jsou poslední slova Sokolských souzvuků v roce 2019, cítím, že jsou skutečně trochu hořká, protože si dobře uvědomujeme, kde selháváme a nejsme úspěšní

Přes všechna uvedená fakta můžeme být na práci, kterou jsme vykonali a na své členství v Sokole hrdi.

Věřme ve vlastní sílu a přesvědčení a příští rok bude úspěšný a užitečně ho využijeme.

Náš první prezident vyznával krátkou myšlenku: „Nebát se a nekrást!“ v podtextu ještě můžeme rozpoznat další: Nefňukat, nesusvádět vinu za eventuelní neúspěch na svoje okolí, věřit ve vlastní sílu a sílu a práci všech, kteří mohou skutečně prohlásit: „Jsem sokol“!!

*„Dějiny spíš potřebují lidí, kteří něco dělají, než lidí, kteří navrhují, co by někdo udělat měl!“*

(Karel Čapek)

***Do roku 2020 sokolské „Nazdar“***

Jarina Žitná

