

**Čím je břemeno těžší, tím je náš život blíž zemi,
tím je skutečnější a pravdivější.**

Milan Kundera

Apetence či averze ?

Ve spojitosti s hygienou těla a duše a ve vztahu ke vzniku emocí jednoho k druhému je citlivá oblast každého z nás- určité naše aroma či něco méně libého, které nás obklopuje, naši osobnost. Často záleží na zvyku a už s určitou vůní či „pachem“ spojujeme určitého člověka. Vůně velmi ovlivňují náš buď apetenční, vstřícný vztah k druhému či naopak v nás někdo vzbuzuje tím dost velkou averzi, toto přímo útočí na vznik našich emocí k druhému. Proto je vždy nutné zachovávat až snad přísná pravidla v oblasti hygieny těla. Téměř pro každého z nás je samozřejmostí určitá hygiena těla, u duševně nemocných lidí je toto někdy choulostivá oblast. Ale sami víme, že tak jak se prezentujeme ostatním máme tím v rukou i jejich vztah k nám samotným. Mělo by nám všem záležet na tom, jak se představujeme jiným. S hygienou těla úzce souvisí i hygiena duše, mít toto obojí v harmonii by mělo být naším cílem! A vždy mít na paměti, abychom sobě i ostatním „voněli“, příjemné vůně mají velmi pozitivní vliv na celkovou psychiku člověka a přímo souvisí s jeho myšlenkovými potenciály a předurčují naše současné nebo budoucí vztahy s ostatními lidmi. Toto vše je pro naše dobré pocity a spokojenost se sebou samými i pro uspokojení ze vzájemných našich vztahů s jinými!

Marie Ritterová

* * *

Autorem citátu měsíce je přední český exilový spisovatel a literární vědec Milan Kundera. Citát byl vybrán z jeho díla „Nesnesitelná lehkost bytí“, které se zabývá okupací Československa v roce 1968.

.....

Jablko z ráje.

Filosofie velkého německého filosofa Ludvíka Feuerbacha je založena na konstatování-člověk je to, co jí! Reprezentuje biologický směr v německé filosofii. Rozeberme si to! Při hlubším uvažování na tom „něco je!“ Z nejnovějších studií britských vědců vyplývá fakt, že životospřáva, hlavně nesprávná, s množstvím tuků a cukrů, má vliv na vznik a vývoj duševních nemocí. Je naprosto nesporné, že když si pochutnáváme na ovoci naše myšlenky jsou „odlehčenější“ než když si zatížíme zažívání tučným bůčkem. Nejnovější poznatky vědy jasně směřují k doporučení a propagaci ekologické, zdravé stravy s hojností

zeleniny a ovoce s co nejmenším množstvím „tučných a sladkých“ potravin. Tak jako v ráji bylo Evě a Adamovi nabídnuté jablko symbolem poznání, nechtějme se teď zabývat tím hříšným úmyslem, i ve století našich životů, jablko, ovoce, je zdrojem toho, co člověku prospívá! Neboť tělo je nerozlučně spjato s duší a vzájemně si dovedou „prospívat“. Z historie víme, že člověk byl původně „masožravec“, postupně se jeho složení stravy racionalizovalo ve směru k „lehčí“ a rostlinnější stravě. Věda a vývoj jde stále kupředu, zdravý životní styl představuje nejen „modernější“, ale hlavně rozumnější směr stravování v životě člověka. Životospráva úzce souvisí s psychikou a myšlenkami člověka. Jde skutečně o to, aby si každý z nás našel pro sebe ten nejzdravější životní styl, který dá do jeho dnů nový kvalitní rozměr a upevní tím své psychické i fyzické zdraví. Zdraví máme jen jedno, tedy sázejme do loterie zdraví jen ta jistá osvědčená čísla na výhru!!

Marie Ritterová

* * *

Autorka tohoto článku vás bude u nás provázet dne 18. září na akci:

Den otevřených dveří

v naší klubovně v Mladé Boleslavi, Nový park 1262 (vedle Minigolf baru). Všechny zveme.

.....

Z REGIONU

Strážníci mají práci i s duševně nemocnými lidmi

Strážníci městské policie mají na sklonku prázdnin plné ruce práce nejen s bezdomovci a opilci, ale i s některými duševně nemocnými lidmi. Koncem srpna již museli strážníci opakovaně řešit často dramatické situace s lidmi, kteří většinou končí v péči psychiatrů. Potvrzují to svodky městské policie.

Opakované stížnosti občanů vyvolalo 21. srpna jednání ženy, která je slovně napadala, pokřikovala a nakonec poranila i zakročující strážníky. Přivolaný lékař jí aplikoval zklidňující látku a na jeho žádost strážníci sanitku doprovodili do PL v Kosmonosích, kde ženu hospitalizovali. Obdobný, naštěstí méně vážný, případ z téhož dne byl řešen po konzultaci s primářkou PL Kosmonosy převozem nemocné k ambulantnímu ošetření.

Na upozornění občana vyjeli strážníci 20. srpna do jednoho domu, kde byl v posledním patře zřejmě psychicky narušený muž. V domě nebydlel, místo nechtěl opustit a vůbec nekomunikoval. Hlídka zjistila, že tento muž zřejmě utekl z kosmonoské léčebny. Po ověření údajů a po konzultaci s ošetřujícím lékařem jej převezli k hospitalizaci na uzavřené oddělení léčebny. Ve stejný den se v prostoru kruhového objezdu na Jičínské ulici pohybovala žena mezi vozidly a bránila jim v průjezdu. Vyšlo najevo, že se nevrátila z vycházky do PL v Kosmonosech. Dopravit ji tam museli strážníci.

Co k tomu dodat? Snad jen ve stručnosti – většina duševně nemocných běžné normy soužití dodržovat umí (jiná otázka je, že ne vždy je „zdravými“ jejich snaha dostatečně oceněna), v ostatních případech je jádrem problému slabá disciplína některých nemocných při dodržování léčebného režimu.

- red -

Zdroj: Internet www.mb-net.cz, Pavel Šubrt

Československo v otázkách a odpovědích
(humor z nedávné historie, volné pokračování z minulého čísla)

1988:

- je pravda, že se budou zvyšovat mzdy?
- ano, ale podle abecedního pořádku: (A) armáda, (B) bezpečnost, (C) cenzoři, (D) dost.

- je pravda, že nový model škodovky bude bez volantu a brzd?
- ano. Řízení obstará strana, a brzdit bude SSSR.

- četli jsme, že jistý farmář z Texasu měl tak velké pastviny, že je nedokázal za celý den automobilem objet. Je něco podobného možné i u nás?
- ano; s kterýmkoli z našich automobilů.

- jak se řekne "přestavba" japonsky?
- šibetijakeši.

1995:

- víte něco o výměně telegramů mezi Ruskem a Kubou?
- jistě:
 - Kuba: celá země hladoví, pošlete obilí!
 - Rusko: utáhněte si opasky.
 - Kuba: pošlete opasky!

A jeden trvale aktuální:

Víte, jak můžete najít mezi politiky tři naprosté blbce?
Namátkou.

Dobrou náladu navzdory politikům přejí čtenářům
Přádovi

Arthur RIMBAUD – SPÁČ V ÚDOLÍ
(básnický překlad z francouzštiny)

Je to zákoutí opojné zeleně ve kterém zpívající řeka
Bláznivě po travinách rozsypala postříbřené záblesky,
Do kterého slunce z pyšné hory zrak svůj smeká,
Je to drobné údolí perlící se nespočtenými paprsky.

Mladičkový voják tam s ústy dokořán a hlavou obnaženou
Spí a šíjí svou unavenou stápní ve svěží modré řeřiše,
Spí v trávě natažen, pod klenbou nebes rozevřenou,
Pobledlý v zelenavém lůžku, kapky světla na tváři jak milost Ježíše.

Spí a nohy jeho se do gladiol žlutých zatoulaly
Spí a usmívá se jak děcko nemocné, jemuž jasné sny bolesti rozehnaly
Matko Přírodo, pochovej ho v teplé náruči- nohy ho teď zastudily.

Vůněmi kouzelnými chřípě jeho nejsou rozechvěny
Spí na slunci, prsty na ruce roztaženy.
Ukolébán. A v pravé boku má dva krví lemované průstřely.

Přeložil: Luboš Hluchý

V Mladé Boleslavi, 17. 7. 1998

Pro ctitele jak poesie, tak francouzského jazyka připomínáme, že redakce má k dispozici jak originál, tak i překlad od V. Nezvala. Zájemcům je můžeme předložit pro srovnání.

.....

STOPY V PÍSKU.

Jednou v noci jsem měl sen :
Šel jsem po břehu moře
Se svým Pánem.
Ale nebyla to jen nějaká obyčejná procházka.
Před mým zrakem proběhl celý můj život.
Jak jsme tak šli,
Zůstávaly po nás v písku stopy.
Jedny byly moje
A ty druhé mého Pána.

Než se rozplynul poslední obraz
Ohlédl jsem se zpět na cestu, kterou jsme prošli
A tu jsem si všiml, že mnohokrát jsou vidět
Jen jedny stopy.
A bylo to právě v těch obdobích
Mého života
Která byla nejtěžší
Nechápavě jsem se obrátil
Na mého Pána s výčitkou :
„Kdysi jsem ti odevzdal celý svůj život
se vším, co jsem měl,
a tys mi slíbil, že mne nikdy neopustíš.
A přece v těch nejtěžších chvílích
Mého života vidím v písku jen jedny stopy.
Proč jsi mne opustil právě tam,
Kde jsem tě nejvíce potřeboval ?“
Pán uchopil moji ruku a řekl :
„Milé dítě, nikdy jsem tě neopustil,
a už vůbec ne ve chvílích,
kdy ses potýkal s těžkostmi.
Tam, kde vidíš v písku jen jedny stopy,

Jsem tě nesl na svých ramenou.“

(Neznámý autor), s pomocí Boží vybral Karel Kerda

Týdny pro duševní zdraví

W. A. Mozart a Čechy (pár slov k našemu hudebnímu pořadu)

Jak jsme se již zmínili v minulém čísle Klubka, ČSDZ, pob. Mladá Boleslav pořádá 13.9. hudební pořad s výše uvedeným názvem, a to v Psychiatrické léčebně Kosmonosy, v knihovně, začátek v 15:30. Není bez zajímavosti, že právě v dnešní knihovně sídlilo Denní sanatorium, tehdy ještě jako součást léčebny. Vztah našich starých pamětníků k této části areálu léčebny je důvěrný.

O vztahu Mozarta k Čechám vypovídá hodně seriál F. L. Věk (tak krásný seriál už asi nikdy natočen nebude). Méně se však ví o přímých kontaktech W. A. Mozarta s českými hudebníky nebo vůbec s hudebníky českého původu, například s Josefem Myslivečkem. Wolfgang už jako malé dítě cestoval po celé Evropě se svou sestrou Marií Annou pod vedením otce Leopolda, který předváděl své hudebně nadané děti na všech významných vladařských dvorech. Z dnešních hlediska to bylo vykořisťování dětí, nicméně Wolfgang se mohl stýkat s nejlepšími hudebníky své doby a leccos od nich pochytit. Významné bylo setkání s Johannem Christianem Bachem, nejmladším synem velkého Johanna Sebastiana Bacha. Vliv na umělecké zrání Mozarta měla i „mannheimská škola“. Tak se říkalo skupině skvělých hudebníků, které shromáždil v Mannheimu v Jižním Německu tamější kurfiřt Carl Theodor. A vedoucí osobností „mannheimské školy“ byl Václav Stamic (nebo německým pravopisem Stamitz), zakladatel slavného muzikantského rodu.

Praha, jako pouhé provinční město, pro Mozarta nejdříve zajímavá vůbec nebyla. První pobyt Mozarta v Praze se uskutečnil až v jeho třiceti letech, na počátku roku 1787. V té době se uskutečnila premiéra symfonie D dur, nazvané „Pražskou“ (byla však napsána na konci roku 1786 ve Vídni). Pražská symfonie se skládá ze tří vět, první a třetí rychlé a druhé pomalé, je tedy psána v italském stylu (na rozdíl od většiny pozdních symfonií W. A. Mozarta psaných ve stylu vídeňském chybí menuet po pomalé větě).

Nejslavnější byl Mozartův druhý pobyt v Praze na podzim 1787, kdy nastudoval novou operu „Don Giovanni“, kterou v Praze za vskutku horečného spěchu dokončoval. Současně řídil nadšeně přijaté představení starší „Figarovy svatby“.

Výrok Mozarta „Moji Pražané mi rozumějí“ byl v poslední době předmětem polemik. Z Rakouska zazněly hlasy, že těmi Pražany byli tehdejší pražští Němci a Čechů že se to vůbec netýkalo. Je třeba se proti takové demagogické polopravdě ohradit. Pravdou je, že v tzv. lepších vrstvách společnosti se mluvilo především německy, nicméně Mozart vzpomínal, že slyšel pohvizdovat si jeho melodii i obyčejného pekařského učedníka (tedy s nejvyšší pravděpodobností Čecha). A Čech byl i učitel zpěvu František Xaver Dušek (1731-1799), Mozartův přítel a pozorný hostitel na pražském zámečku Bertramce. Paní Josefina Dušková, významná sopranistka, (rozená Hambacherová, 1754-1824) však byla Němka – její otec byl pražský německý lékárník a matka pocházela – podobně jako Mozartovi – ze Salzburgu. Jejich nerovné manželství (Dušek byl o více než dvacet let starší a navíc tělesně postižený po úraze) vzbuzovalo řadu dohadů, spojovala je však láska k hudbě a široký kulturní rozhled.

Třetí pobyt Mozarta v Praze se datuje ke konci léta 1791 a je spojen s premiérou opery „La clemenza di Tito“, psanou na počest korunovace Leopolda II. českým králem. Ta však oficiálním publikem s pochopením přijata nebyla.

Na konci roku 1791 Mozart zemřel ve věku pouhých 35 let. Jeho smrt bolestně zasáhla jeho přátele i příznivce v Praze. Mozart přes krátkou dobu života vytvořil obrovské dílo – a to je nesmrtelné.

RNDr. Jan Bázler

Zdroje:

Dr. David Daugty – komentář pro vydavatelství Brilliant Classics

Internet: www.bertramka.com

.....

Jsou ještě maltézští rytíři A jejich krásný odkaz?

Ne všichni lidé si libují a tráví svůj život na výsluní hmotného i ostatního přebytku prostředků, které usnadňují a zpříjemňují životní pouť. Jsou i lidé, kteří strádají hmotnými i jinými nedostatky, jsou i chudáci, jejichž psychické schopnosti jsou oslabeny těžkými psychickými insuficiencemi (nedostatečnostmi) z důsledku duševní nemoci, která postihuje často celý organismus. Pro všechny, jímž život nenadělil právě všeho bohatě do vínku je někdy existence velmi krušná. Bylo by potřeba, tak jako kdysi maltézští rytíři bez bázně a hany, umět pomoci všem potřebným. Je tolik bolesti a nepochopení mezi námi všemi, najdeme v sobě sílu, odvalu a hledejme způsoby jak pomoci všem těm bédným a ubohým co strádají ať už fyzicky či psychicky, buďme vstřícní. Zmírněme bolest a utrpení těm, kteří to potřebují, staňme se novodobými maltézskými rytíři a vraťme v tom krásném jejich odkazu štěstí a radost do našich životů. Učme se stále rozumět všem vzkazům života, pracujme na sobě všichni, zdokonalujme se a jděme cestou pokory k pravdě, respektu před realitou a nadšením pro všechno krásné, dobré, žádoucí, náš život tím nabude odlesku a záře skvělé duhy po bouřkách, povětrí a katastrofách životních. Zamysleme se nad sebou, ať naši životní cestu provází jen dobro a láska, toť pravá cesta!

Marie Ritterová

* * *

Pozn. red: Řád maltézských rytířů doopravdy působí dodnes a má sídlo i v Praze na rohu Lázeňské ulice a Maltézského náměstí. Část svých prostor poskytl svépomocné organizaci diabetických dětí a jejich rodičů. Před pár lety jsme i my využili tyto místnosti ke schůzi Komory duševně nemocných Národní rady zdravotně postižených ČR. Kdo si ukládá starší čísla Klubka, najde o tom článek v 7/2005.

* * *

Řešení šachové úlohy z června

Pozorný čtenář si všiml, že v minulém čísle bylo otištěno řešení logické úlohy (té o filosofu Kantovi), avšak nikoliv řešení úlohy šachové. Redakce jej dostala až po uzávěrcce srpnového čísla, a tak jsme jej mohli otisknout až nyní:

- 23. Vxh7+ Kxh7
- 24. Dh1+ Sh3
- 25. Dxh3+ Sh6
- 26. Dxh6 mat

Řešení šachové úlohy z července

- 9. Dd8+ !! Kxd8
- 10. Sg5+ Kc7

(po Ke8 je 11. Vd8 mat)

řešení dodal –MV–