

Kupujte iba
od predajcu
s preukazom.
Číslo preukazu
predajcu:

NOTABENE

2,80 €

Polovica
pre predajcu

Šťastný život

Nelimituj Hospodina! (4) ● Huculská koleda (8) ● Veční nomádi (12) ● Dosiahnuť život naplnený (17) ● Rozprávková cesta (18) ● Priestor pre odvahu (24) ● Čo je šťastie pre malých a veľkých? (27) ● Žiť z celého srdca (30) ● Ako 19. storočie naučilo ľudí oddychovať (34) ● Slovensko v knižkách (36) ● Bývanie je otázka dôstojnosti (38) ● Sekunda, ktorá zmenila všetko (40)

DECEMBER 2025 Č. 293



Objavujte Slovensko s NOTA BENE kalendárom 2026

Každý mesiac spoznáte príbeh predajcu
alebo predajkyne NOTA BENE a ich obľúbené
miesta v podaní talentovaných ilustrátorov.



Maličkosti

Pri príprave tohto čísla NOTA BENE sme sa pýtali ľudí, vďaka čomu sú šťastní. Medzi našimi respondentmi boli aj škôlkári vo veku štyri-päť rokov. Bezprostredné deti, nezaťažené dospeláckym pohľadom na svet, by nás mohli šťastiu učiť. Dozvedeli sme sa od nich, že im stačia jednoduché veci. Keď ich maminka objíma. Keď im dá ocko božtek. Keď sa môžu hrať s kamarátmi. Ak majú zlý deň, stačí im napríklad jazda na kolotoči a tá vnútorná vlna príjemnej energie, nadšenia a dobrého pocitu je späť.

V tej súvislosti som si spomenula na Nasima. Utečenca z Afganistanu, ktorému mamu zabila ruská bomba, jeho najlepšia kamarátka z detstva zahynula tiež, len pár metrov od neho, pri nálete. Zo školy ho zobrali islamskí extrémisti a rezali mu do tela, lebo sa chceli dozvedieť nejakú informáciu o jeho otcovi. Mal šesťnásť, keď opustil všetko, čo poznal. Cez Irán a Turecko ušiel do Európy. Začínal sám a odznova v krajine, kultúru ani jazyk ktorej nepoznal. Vyštudoval univerzitu a žije tak ako milióny Európanov. Láska, priatelia, práca, byt, občas šport alebo drink v bare, dobrovoľnícke aktivity, v lete dovolenka, najlepšie jednoduchá, niekde v stane na pláži, ďaleko od ruchu a ľudí, iba s milovanou ženou. Hovorí, že najšťastnejší je vďaka maličkostiam. Napríklad, keď ráno svieti slnko a on môže poliať kvety na svojom balkóne. Tichý, pokojný stereotyp po emocionálne náročných a bolestných rokoch mu prinášajú stabilitu. Tvár sa mu rozžiari ako dieťaťu pri pohľade na rozkvitnutý strom. Nevie prečo, ale rád oslovuje na ulici starších ľudí a rozpráva sa s nimi. Cíti sa pritom dobre.

„Jednoduché veci,“ podotýka vždy. „Tie maličkosti majú skutočne význam.“ Asi preto, lebo vie, čo je to všetko stratiť a žiť ďaleko od svojich milovaných. Očakávaniam obrovských hmotných vecí, extrémnych prežitkov a silných emócií, ktoré by nás urobili šťastnými, nerozumie. Veď dokedy ich môžeme násobiť a kam to až môže zísť? Šťastie nie sú množstvá a objemy. Je to naše vnútorné nastavenie.

V článku o šťastí podľa malých a veľkých v tomto čísle NOTA BENE nájdete aj túto krásnu výpoveď: „Šťastie je napríklad aj to, že môžem žiť, lebo ani to som nemusela, ľudia, ktorí ma prijímajú a ktorí chodia do môjho života v správnom čase, možnosť spoznávať rôznorodosť sveta. Ja som bola od malička šťastné dieťa. Niekedy si myslím, že to nastavenie mysle je dar.“ Prezradím vám, že ju napísala Zuzka, ktorá sa narodila s fyzickým hendikepom, ale ešte som ju nevidela bez širokého, milého úsmevu na tvári.

Neželám vám teda „šťastné a veselé,“ ako sa na Vianoce zvykne. Ale aby sme, každý z nás, objavili svoj vnútorný pokoj a vyrovnanosť. Aby sme sa potom cítili vo svojom živote dobre a páčilo sa nám na svete. Aby sme našli ten dar, o ktorom napísala Zuzka, v Nasimových maličkostiach.



Jana Čavojská
zástupkyňa šéfredaktorky

Vydanie časopisu bolo realizované s finančnou podporou
Ministerstva práce, sociálnych vecí a rodiny Slovenskej republiky.



Nelimituj Hospodina!

→ 4

Keď sa ľudia pýtajú, v ktorom kostole nájdú Freemana, odpovedá: Na ulici. V lese. V buse. Na motorke. Na monocykli. Svätý Duch je všade.



Huculská koleda

→ 8

Koleduje sa aj tam, kde nikto nebýva – aby sa tam život vrátil. Prastarý zvyk prinášania dobrej zvesti pretrváva v magických Karpatoch dodnes.



Žit' z celého srdca

→ 30

Stojí na ulici a vyzýva okoloidúcich, aby si vytiahli otázku a odpovedali na ňu. Zvláštne? Žaneta Morovská, autorka hry Hilbina, je nekonvenčná, svojská. Neuchopiteľná. Rada sa pýta. Vďaka za ňu a jej otázky.



Keď sa ľudia pýtajú, v ktorom kostole nájdú Freemana, odpovedá: Na ulici. V lese. V buse. Na motorke. Na monocykli. Svätý Duch je všade.

Nelimituj Hospodina!

Text Petra Vrablicová
Foto Maňo Štrauch, Tomáš Hrivňák

V uliciach Bratislavy občas zazriete muža na monocykli. Fujazdí medzi domami. Keď zastaví, rád sa s ľuďmi hlasno smeje. V žiarivých športových farbách namiesto čiernej reverendy svedčí Paťo Freeman Koval' o Bohu.

Nepovedia mu inak ako padre. Hovorí, že žije na periférii. Namiesto kostola na ulici. Na motorke. Monocykli. Penny-farthingu – velocipéde s vysokým predným kolesom. Unicyclov, ako volá monocykle, má viac. Každý na niečo iné. Na dlhé cesty. Skoky. Do prírody aj do mesta. „Na úzkych cestách, kde nespí ani vietor, Paťo Freeman na unicyclingu si žije svoj priestor,“ spieva sa v jednej z pesničiek, ktorú zložil.

Kedy si začal s jazdením na monocykli?

V roku 2009. Raz som pri supermarkete videl týpka na monocykli. Chcel som vedieť, ako sa na tom jazdí. Povedal mi, že som už na to starý. Mal som 36, on 16. Povedal som mu: „Bro, nerieš moju starobu.“ Na začiatku som z neho stále padal. Po dvoch týždňoch online lekcií som išiel do terénu. Keď som žil v Čechách, chodil som do nemeckého olympijského centra pod Fichtelberg. Trénoval som medzi športovcami na kolieskových lyžiach tri až päť hodín denne. Aj na snehu a ľade. Rozprával som sa popritom s Hospodinom. To boli najkrajšie meditácie.

Jazdíš aj na motorke a vídať ťa s klubom českého prezidenta Petra Pavla.

Mám choppera. Chodím sám. Oficiálne nikam nepatrím. Len sadnem a idem. S Petrom Pavlom sme sa spoznali, keď bol ešte generál. Štyrikrát som s nimi otváral motosezónu a svätil mu motorku. Neprišiel len raz, keď bol s pani prezidentkou Zuzanou Čaputovou v Kyjeve. Nemohol nám to

z bezpečnostných dôvodov povedať, ale poslal pozdrav. Veľmi ľudský.

Čo znamená, že žiješ na periférii?

Chodím medzi ľuďmi, ktorí majú problémy so štruktúrou, organizáciou, s hierarchiou, s chrámom či samotnou vierou. Sami neprídu. Musíš ísť za nimi. Český profesor, pre mňa prorok, Tomáš Halík hovorí, že nastal čas, keď farská alebo lokálna pastorácia nebude potrebná. Potrebujeme tú personálnu. Ísť medzi ľuďmi. Získal som si tak aj motorkárov. Ľudskosťou. Je iné, keď medzi nich príde niekto, kto je sám motorkár. Otvárame spolu sezónu. Svätím motorky. Sadnem si s nimi na pivo. Rešpektujem ľudí. Tolerujem ich, lebo viem, ako Hospodin toleruje mňa. Postavil som všetko na ľudskosti. V katolíckej cirkvi veľmi chýba ľudskosť.

Prečo?

Myslíme si, že sme pupok sveta. Nie sme. Nemáme patent na pravdu ani na vieru. Katolícka cirkev má mantinely. Božie kráľovstvo a Hospodin ich nemajú. Vojde sa k nemu všetko. Keď som medzi ľuďmi na motorke alebo monocykli, zastavia ma, chcú vedieť, kto som, čo robím. Keď zistia, že som kňaz, začnú sa pýtať. Hovorím im o Hospodinovi. Som jednoduchý



„Chcem vydávať svedectvo, že aj kňaz je aktívny občan. Že mi to nie je ľahostajné. Niektorí sa ma raz spýtal, či kňazi môžu protestovať. Čo môžeme? Musíme!“

Freeman (z angličtiny slobodný človek, pozn. redakcie).

Freeman?

Hospodin zo mňa urobil Freemana. Je to fakt, nie prezývka. Netúžil som žiť na periférii. Bolo mi to dané. Sedem rokov som musel byť v exile, aby som mohol žiť ako kňaz. Desať rokov som sa vytrápil. Nerozumel som tomu, no trápenie malo zmysel. Čo ma nič nestojí, za nič nestojí, hovorí jedno príslovie. Je to odrazový mostík, ktorý som dostal darom od Boha.

Dostal si ho?

Áno. Premodlil som sa k nemu. Na prvom mieste je pre mňa osobná modlitba. Niektorí si myslí, že prvá je omša. Dobré, no nestačí si ju odfajknúť. Vždy som bojoval proti formalizmu. Treba ľudí viesť, ale tiež ich nechať samých kráčať. Každý má vlastný chodník. Hospodin je v strede a my k nemu prichádzame z viacerých strán. Ako hovoria Taliani, všetky cesty vedú do Ríma.

Si kňazom 25 rokov...

...a nikoho som nikdy nenútil. Ak chcete, pridte. Ak máte prísť do chrámu nasilu, radšej nechodte. Zostaňte doma a tam sa s Bohom porozprávajte. Môžete s ním hovoriť hocikde. Keď Rabbi z Nazareta stretol samaritánku, povedala: „Ty si Žid, ja som samaritánka, kde sa máme klaňať Hospodinovi?“ „Ani v Jeruzaleme, ani na vrchu Gerizim, ale v duchu a v pravde,“ odpovedal. Aby som Hospodina chválil, nepotrebujem nutne murovaný chrám. Po celom svete ich zatvárajú. Zažil som to v Taliansku. V Sudetoch ich predávajú za korunu. Príde to aj na Slovensko.

Znamená to, že sa ľudia odvracajú od cirkvi?

Je rozdiel odvrátiť sa od Hospodina a odvrátiť sa od cirkvi. Keď ľudia

6	7	8
NOTA BENE	ROZHOVOR	ŠŤASTNÝ ŽIVOT
povedia, že sú neveriaci, neznamená to, že neveria v Boha, ale že majú problém s cirkvou, s organizáciou. Postavme to na ľudskosti. Pápež František bol prorok svojej doby. Všetci k nemu išli. Prečo? Postavil to na ľudskosti. Kto k nemu nešiel? Klerikálna katolícka cirkev. On ale vravel: „Fratelli tutti!“ Všetci bratia! Od kauzy Róberta Bezáka delím katolícku cirkev striktne na dve časti. Na tú hierarchickú a na Boží ľud. Ten je svätý. Ľudia neodchádzajú od Hospodina. Odchádzajú od cirkvi.	a ja neprestávam ďakovať. Ten Žid ma naučil modliť sa.	Súzvučím s Halíkom. Zastávam sa aj kvír komunity. Za 25 rokov som nikomu neodmietol rozhrešenie. Už pre samotný fakt, že sa ku mne niekto príde vyspovedať a hovorí predo mnou o svojich slabostiach. Zastávam sa každého utláčaného človeka. Hospodin mi ho posielal. Viem, čo je byť tým, kto sa nevie dovoliť pravdy. Keď ťa nikto nechce vypočuť. Vždy budem stať na strane kvír ľudí. Niekto hovorí, že idú proti prirodzenosti. Ja som pochopil, že toto je ich prirodzenosť.
Kde k tebe Boh prehovoril po prvý raz? Na Svätej Hore pri Příbrami. Ako chlapec som tam bol na duchovných cvičeniach. Je tam maličká svätyňa. Keď prídeš v správnom čase, je prázdna. Meditujem tam dodnes. Modlím sa za ľudí, ktorí ma o to požia-dajú. Za seba už iba ďakujem.	Zmenili sa rokmi tvoje očakávania? Nemal som ich. Verím v mozaiku života. Hospodin dopĺňa kamienky. Na tej Svätej Hore som počul: „Ty budeš o mne vydávať svedectvo.“ Preto o inom nehovorím. Len vydávam svedectvo o ňom a jeho milosrdenstve. Napríklad na majstrovstvách sveta v penny-farthingu vo Francúzsku som sedel v kempe s takými tvrdšími chlapíkmi z Moravy. Jeden vravel: „Padre, ak by si tu nebol, nikdy by som nestretol kňaza.“ Nehovoril som im, kto som. Chodím v civile. Povedal im to výrobca môjho stroja. Hneď sa začali pýtať. Najmä fundamentálne otázky o živote.	Objavuje sa aj argument, že Biblia o tom nepíše... Vtedy to nebola otázka. Biblia nemá odpoveď na všetko. Je nadčasová, no musíme zohľadňovať kontext vtedajšej doby. Páči sa mi, ako o tom hovorí Ježiš: „Nemôžem vám všetko povedať, lebo by ste to teraz nezniesli, ale príde Duch pravdy. On vám to vysvetlí.“ Pre mňa je toto odpoveď aj na otázku LGBTI+. František povedal: „Kto som ja, aby som súdil človeka? Geja?“ Prijal ich. James Martin o tom napísal super knihu Building a Bridge.
Kedy si zistil, že chceš byť kňazom? Bol som tretiak na gympli. Po matu-rite som išiel do seminára. Myslím si, že išlo o podanú ruku. Hospodina sa dá ohlasovať akýmkoľvek spôsobom. Nerobia to iba kňazi. Zmení sa forma, ale nie podstata. Keď sa ľudia pýtajú, v ktorom kostole nájdú Freemana, odpovedám: Na ulici. V lese. V buse. Na motorke. Na monocykli. Svätý Duch je všade.	A potom? Povedali napríklad, že chodili s ba-bičkou do kostola. To stačí. Hospodin sa o nich postará. On si ide svoje a posúva nás. Možno sú to ľudia, ktorí na kilometer obchádzajú chrám. Ale sú to dobrí ľudia. Sám roky kritizujem klerikalizmus. Všetkým škodí. Vieš, ako dobre mi padlo, keď prišiel papa Francesco? Na nič sa nehral. Rovnako ako moji motorkári. Robil to isté ako tri roky pred ním aj Róbert Bezák. Nariadil ekonomický audit. Nebýval v paláci. Jedával s ľuďmi. Nechcel ochranuku.	Ľudia ťa môžu stretnúť aj na protestoch. Áno, zastávam sa utláčaných. Som proti tým, ktorí útočia na ostatných. Proti klamárom aj tým, ktorí nám rozoberajú štát doslova v priamom prenose. Preto som v prvej línii. Chcem vydávať svedectvo, že aj kňaz je ak-tívny občan. Že mi to nie je ľahostajné. Niekto sa ma raz spýtal, či kňazi môžu protestovať. Čo môžeme? Musíme! Chodia viacerí, ale bez transparentov.
Nie je to v tvojej generácii kňazov ojedinelý názor? Samozrejme, nie všetci to tak cítia. Ak je niekto zamknutý na fare, nemá gule ísť von medzi ľudí a čakať, kým prídu, tak sa nedočká. Babky zomierajú. A mladí? Keď sa niekto správa arogantne a tvrdí, že má vo všetkom pravdu, neprídu za ním. Halík hovorí, že my, katolíci, máme samé zákazy a príkazy. Mladí niečo také nepotrebujú.	Stretol si sa aj s pápežom. Áno, v Bratislave. Róbert nás s bra-tom Marcelom dal na zoznam svojej rodiny, k jeho mame, bratovi, švagrinej a ich deťom. Jozef, Róbertov brat, robí hudbu na moje pesničky. Študoval počítačovú hudbu v USA. Má abso-lútny sluch. Raz ma poprosil, či mu neskorigujem jeden taliansky preklad. Poslal mi za to pesničku. Vznikol Jednokolesový kráľ... On ma inšpiroval k ďalším textom piesní.	Čo pre kňaza znamená, keď skončí v exile? Ak som chcel ďalej oficiálne pôsobiť ako kňaz, musel som odísť z krajiny. Povedali mi, že som podpo-rou Bezáka rozbil jednotu katolíckej cirkvi na Slovensku. Ja, jednoduchý
Študoval si aj judaistiku. Čo ťa naučila? Náš učiteľ, Žid, raz povedal: „Keď ste vy, kresťania, v problémoch, ťaháte Boha za nohy. Prosíkyte. My, Židia, ďakujeme.“ Je pravda, že každá heb-rejská modlitba začína: „Požehnaný si ty, Hospodine...“ Požehnaný znamená ten, komu vzdávame vďaku. Všetko sa začína vďakou. Prešlo tridsať rokov	Vráťme sa k stretnutiu. Keď sme prišli na vatikánske veľ-vyslanectvo, predstavil som seba aj brata nunciovi. Vysvitlo, že nás pozná, aj keď sme sa predtým nestretli. Počas čakania som mu povedal, že Róbert bol dvanásť rokov bratovým vedúcim. Nuncius sa na Marcela obrátil a spýtal sa, či to robil dobre. Odvetil mu, že skvelo. Dodal som, že on skvelo robil aj arcibiskupa v Trnave a to, že ho dali dole, bola čistá nespravodlivosť. Nuncius to zopakoval. Po prvý raz som z úst vysokopostaveného vatikánskeho predstaviteľa počul, že to bola nespra-vodlivosť. Francesco sa na Róberta a jeho rodinu otočil a povedal tú ne-zabudnuteľnú vetu: „On je nevinný! Arcibiskup je nevinný!“ Cítil som, že Francesco to chcel Róbertovi a jeho rodine povedať osobne.	Čo je teraz tvoja úloha? Modliť sa za ľudí, ktorí majú o to záujem. Študujem a veľa čítam.



PAŤO FREEMAN KOVAL
Kňaz. V rokoch 1994 – 2024 bol v ráde jezuitov. Dvanásť rokov účinkoval v Taliansku a dva roky v Čechách. Aktuálne žije v Bratislave. Pôsobí medzi motorkármí a vo vylúčených komunitách.

Koleduje sa aj tam, kde nikto nebýva – aby sa tam život vrátil. Prastarý zvyk prinášania dobrej zvesti pretr- vára v magických Karpatoch dodnes.

Huculi v Karpatoch na Ukrajine obchádzajú každoročne staré drevené chalúčky aj nové moderné domy roztrúsené na svahoch a stráňach v údolí rieky Čeremoš. Koledníkov nezastaví sneh, zima, tma, blato ani vojna. Ak treba, prekročia drevené ploty, ktoré oddeľujú usadlosti a pastviny.

Tradícia koledovania bola súčasťou sviatkov ešte v predkresťanskom období. Nezmysla ani v časoch, keď ju cirkev považovala za pozostatok pohanstva alebo keď bola Ukrajina súčasťou Sovietskeho zväzu a koledovanie bolo zakázané. Región okolo mestečka Verchovyna si tradíciu cití najviac. „Kedysi, keď sme prijímali koledníkov na vianočné sviatky, bolo veľmi veselo. Ľudia spievali, tancovali, hrala muzika, chystalo sa veľa jedál. Teraz, cez vojnu, sa nikomu veľmi nechce,“ hovorí v malej kuchynke v dedine Il'ci pani Vasylivna a čaká, kým jej zovrie voda, aby urobila koledníkom čerstvé vareníky.

DVAKRÁT VIANOCE

Koledníci musia priniesť radostnú zvesť do každého domu. Skupinky mužov v tradičnom huculskom oblečení preto prichádzajú na 1. sviatok vianočný do chrámov. Po liturgii sa každý teší na ich zvučné hlasy. Platí to aj v Il'ci. Ľudia sa rozostavia okolo Chrámu Svätej Trojice, kým ho koledníci, oblečení v bohato zdobených odevoch, trikrát obídu a spievajú pritom koledu. Potom príjmu požehnanie od kňaza a v skupinách sa vydávajú koledovať do domácností.

„Žiadny z dôležitých sviatkov Huculov sa nezačne bez zvuku trembity,“ píše Martin Pollack v knihe Halič, Putovanie po stratenom svete (Absynt, 2020). Je to aj tri metre dlhá pastierska píšťala zo smrekového dreva, obalená v brezovej kôre. V dedine Kryvorivnya ju stále používajú. V Il'ci trúbia koledníci na roh z býka alebo trúbu z brezy. Nielen použitím nástrojov, ale aj jednoduchým



Huculská



tancom je koleda jedinečná v každej dedine. Zvuk hudobných nástrojov sa ozýva dávno predtým, než koledníci vstúpia do dvora.

V Il'ci stretávam Mykolu. Pred rokom sprevádzal koledu hrou na husle v neďalekej dedine Kryvorivnya. Tentoraz ho skupina koledníkov zavolať do Il'ci. Niektoré cirkevné zbory sa po ruskej invázii vo februári 2022 rozhodli sláviť vianočné sviatky podľa gregoriánskeho kalendára, iné zostali verné januárovej tradícii. V Kryvorivnyi slávil sviatky už v decembri. Preto sa mohol Mykola pripojiť ku koledníkom v Il'ci. Hra na husle podľa tradície nesmie chýbať.

DO KAŽDÉHO DOMU

V Karpatoch majú dediny podobu lazov, preto koleduje niekoľko skupín koledníkov. Skupina Volodymyra Dudčaka, v ktorej koleduje Mykola, musí obísť viac ako stosedemdesiat domácností v časti dediny nazývanej Pidobič. Začínajú pred obedom a končia po polnoci. V minulosti, keď nebolo toľko koledníkov, mohlo koledovanie trvať od prvého sviatku vianočného až po sviatok Zjavenia Pána, ktorý sa podľa juliánskeho kalendára oslavuje 19. januára. Na Ukrajine ho nazývajú Vodochrešćenie, u nás ho veriaci poznajú ako Epifániu a slávia ho 6. januára.

„Muž mojej sestry chodil koledovať, ale teraz je na fronte, tak idem ja, pretože tradíciu treba zachovať. Koledu treba udržiavať. Ak by som sa vyhovoriť, vyhovorili by sa ďalší a koledovania by nebolo. Keď pôjdem ja, pôjdu aj



ostatní. Tým sa koledovanie zachová,“ vysvetľuje 19-ročný Stanislav, ktorý sa pridal k skupine koledníkov prvýkrát.

Potom, ako niektorý z mužov zatrubí na roh, aby dal vedieť, že koledníci prichádzajú, nasleduje spievaná koleda.

„Kedysi, keď sme prijímali koledníkov na vianočné sviatky, bolo veľmi veselo. Ľudia spievali, tancovali, hrala muzika, chystalo sa veľa jedál. Teraz, cez vojnu, sa nikomu veľmi nechce.“

koleda



Jej súčasťou je jednoduchý, ale rytmický pohyb nazývaný pljes, počas ktorého vyhadzujú muži malé valašky – bartky do vzduchu. „Domáci rozhodne, či vpustí koledníkov do domu alebo ich príjme na priedomí. Ak ich príjme do domu, koleda môže trvať aj niekoľko hodín. Koleduje sa aj tam, kde nikto nebýva – aby sa tam život vrátil,“ vysvetľuje starší Anatolij pri jednom z domov, kde ich na rozdiel od iných domácností nikto nevítal s občerstvením.

Muž nazývaný Bereza, v slovenčine breza, drží v rukách malý drevený kríž. Bereza symbolizuje kňaza. Keď skupina zaspieva koledu, Bereza zažela rodine dobro, dostatok, lásku, šťastie, zdravie, mier a všetko, o čom vie, že rodina potrebuje. Podíde k členom rodiny a dá im pobožkať kríž. Tí prispejú podľa svojich možností na cirkev a vzhľadom na situáciu, ktorej Ukrajina čelí, aj na front.

V MIERI A RADOSTI

Emeritný profesor filológie Ukrajinskej akadémie vied Roman Kyrchiv konštatuje, že pozostatky predkresťanského panteizmu medzi Huculmi pretrvali aj v súčasných koledách. Koledy často hovoria o vidieckom živote, prosia o prosperitu a niektoré sú menej explicitné, keď ide o známe kresťanské postavy ako Kristus, Mária alebo Jozef. Viera medzi Huculmi je tak čiastočne kresťanská a do istej miery stále pohanská, prepletená s magickým svetom prírodných cyklov.

V jednom z domov nás víta staručká žena. Spomína, že kedysi sa zvyklo koledovať po celú noc. Koledníci prespávali u ľudí, ktorí ich koledu prijali. Najčastejšie sa to dialo vysoko v horách, kde sú domy od seba veľmi vzdialené. „Koledníci chodili aj za Nemcov, aj za Sovietskeho zväzu, ale iba tajne, verchovinami, vysoko v horách. V doline

nesmeli,“ spomína. Potom sa rozlúči slovami, ktoré sa medzi ľuďmi opakujú posledné roky možno o čosi častejšie: „V mieri a radosti, aby ste prišli aj na druhý rok.“



„Muž mojej sestry chodil koledovať, ale teraz je na fronte, tak idem ja, pretože tradíciu treba zachovať.“

19. januára sa veriaci za spevu hlasných kolied odoberú po liturgii na riekku Čeremoš, ktorá symbolizuje Jordán. Po krátkom obrade a posvätení vody v rieke si ľudia naberú do fliaš vodu, ktorá ich bude chrániť celý nasledujúci rok. Niektorí sa ňou pokropia priamo tam, aby boli zdraví a požehnaní. V Kryvorivnyi sa v ľadovom Čeremoši niektorí aj okúpu. ●



VEČNÍ

Silvia a Štefan Szabóovci sú za jedným z najstarších občianskych združení na Slovensku. Združenie Sosna spája ľudí s cieľom hľadania ekologických riešení a udržateľnosti.

Text Jana Čavojská

Foto Silvia Szabóová, Jana Čavojská

Nikdy nechceli byť mainstream. Nomádi geograficky aj intelektuálne, väčšinou idú nevyšľapanými cestami. Nebolo by im lepšie bežnými zamestnaniami a každodenným stereotypom? „Bolo by to strašne nudné,“ myslí si Štefan Szabó. Jeho manželka Silvia dodáva, že nemajú v krvi ničो vzdáť. „V práci nás vystihuje to, čo na ťažkých trekoch. Keď nám niekde v Himalájach tvrdia, že ničो neprejdeme, nevrátime sa späť. Ideme ďalej. Aj v práci chceme robiť stále zaujímavejšie a inovatívnejšie veci.“ Silvia a Štefan Szabóovci sú za jedným z najstarších a najvýraznejších občianskych združení na Slovensku. Združenie Sosna od roku 1992 spája a aktivizuje ľudí s cieľom hľadania ekologických riešení a udržateľnosti.

VEČNÉ SŤAHOVANIE

Obaja sa narodili začiatkom 60. rokov, Štefan o štyri roky skôr ako Silvia. Silviina rodina bývala v Košiciach. Štefanova prešla na východ Slovenska komplikovanú cestu. Možno má nomádstvo v génoch. Rodina jeho mamy žila v Budapešti, no pochádzala z dnešnej Vojvodiny v Srbsku – vtedy to bolo Rakúsko-Uhorsko. Nevlastný otec jeho mamy bol českého pôvodu, preto

dostali v roku 1946 od československej vlády ponuku nastá-hovať sa po vysídlení Nemcov do Sudet. Veci mali zbalené v dvoch obrovských drevených truhliciach. Jednu z nich majú Szabóovci dodnes na terase svojho domčeka v Družstevnej pri Hornáde a nechápu, ako ju, ešte naplnenú vecami, vládali kedysi ľudia odniesť. „Významné miesto v batožine zabrali maďarské knihy. Babka a mama boli posadnuté čítaním a ve-deli, že v Sudetách také knihy nezoženú,“ rozpráva Štefan. Babka si pribalila aj vrecúško s hlinou zo svojho dvora.

Najprv žili v obci Loket, potom sa prisťahovali do Krásna. Kraj v okolí Karlových Varov bol známy výrobou porcelánu. „Vo fabrike na porcelán pracovala aj moja mama. Od štrnástich rokov,“ rozpráva. V osemnástich sa vydala. V Česku sa ešte narodila Štefanova sestra a celá rodina potom odišla do Komárna. Štefanov otec tam dostal prácu v lodeniciach. V roku 1960 sa narodil Štefan. Ako dieťa mal problémy s prieduškami. Lekár rodičom odporučil, že by sa mali presťahovať do hornatejšieho prostredia. V Košiciach vtedy otvárali železiarne. Otec sa tam zamestnal a rodina sa opäť sťahovala.



NOMÁDI

ČESTNOSŤ, LÁSKAVOSŤ, ODVAHA

Košice 60. rokov boli multikultúrnym mestom s pestrou zmesou národov a jazykov. V Štefanovom vchode bývali karpatskí Nemci, Maďari, Česi, Ukrajinci, Židia. Štefan si spomína, že medzi susedmi bol prekladateľ z čínskeho jazyka, ktorý sa čínsky naučil, keď ho Rusi na dvanásť rokov odvliekli na „malenkij robot“ do gulagu až niekam k hraniciam s Mandžuskom. A iný sused, Ukrajinec, ktorý mal pätnásť, keď do Československa v roku 1968 vtrhli vojská Sovietskeho zväzu, sa vybral za ruskými vojakmi, veď

hovorili tým istým jazykom. „Vrátil sa so samopalom, ktorý od okupantov za niečo vymenil,“ spomína Štefan. „My sme si vtedy vyrobili samopaly z dreva, vyšli sme na strechu a akože sme strieľali do vzduchu na ruské lietadlá.“

V bytovom dome cez cestu bývala Silvia. Štefan chodil do triedy s jej bratom Lacom o štyri ročníky vyššie. Keď v roku 1970 zakázali skauting, v časopise pre mládež ABC písali, aby si deti zakladali hliadky prírody. Aj Štefan s kamarátmi si založili taký klub. Až dodatočne pochopil, že to mala by náhrada za aktivity v skautských oddieloch, ktoré sa režimu zdali príliš nebezpečné. On bol vtedy ovplyvnený knihami o Rýchlych šípoch od Jaroslava Foglara. Uvažoval o hodnotách ako čestnosť, láskavosť a odvaha, ktorými žili chlapci a dievčatá vo Foglarových knihách. Každý deň mali urobiť niečo dobré, niekomu pomôcť a starať sa o svoje zdravie a prostredie. „Jednoduché, ale principiálne veci, ktoré zároveň posilňujú komunitu,“ je presvedčený Štefan. V klube, ktorý založili podľa časopisu ABC, sa snažili chrániť a poznávať prírodu. O pár rokov však režim zakázal aj tie. Štefan

← Silvia a Štefan Szabóovci.

↓ Putovanie s karavánou cez sedlo Shingu La v Himalájach.

vtedy začal chodiť na Strednú geologickú školu a zoznámil sa tam s Gejzom Legenom, ktorý už mal s kamarátmi tramskú osadu Sosna. Štefanova a Lacova partia sa pridala k nim. Ako mnohí, aj oni vtedy v trampingu hľadali slobodu a únik od pravidiel komunistov.

TÚŽBA PO DOBRODRUŽSTVE

Doma u Silvie sa o slobode nehovorilo. „Otec kedysi robil tkáčskeho majstra. Prišiel príkaz, že časť robotníckej triedy musí vyštudovať vysoké školy. Vybrali ho, vyštudoval medicínu a pracoval ako lekár. Tú prácu mal veľmi rád. No vyhodili ho, keď odmietol spolupracovať s ŠtB,“ spomína Silvia. Napriek tomu bola už ako štrnásťročná slobodomyselná a túžila po dobrodružstvách. Doma si dupla, že bude chodiť na vandre s Lacom. V tramskej osade sa so Štefanom lepšie spoznali. A začali spolu chodiť. Bolo to pred 44 rokmi.

Na svadobnú cestu chceli ísť do Juhoslávie. Nedostali však výjazdovú doložku, tak išli aspoň na koncert Johna Mayalla. Do Juhoslávie sa dostali o rok neskôr, v roku 1986. Za tri týždne ju prešli stopom. To už bolo veľa ich kamarátov, ktorých poznali z trampingu, v emigrácii na Západe. Aj priatelia, s ktorými išli do Juhoslávie, plánovali ujsť. Dnes žijú vo Vancouveri. Hoci Silvia a Štefan milovali slobodu, rozhodli sa, že sa vrátia domov. „Hovorí sa, že tu sme s ľuďmi hrali guličky. Nikto z tých, čo odišli, tam na Západe s nikým guličky nehral,“ vysvetľuje Silvia. „Tu sme doma.“

Pohybovali sa tu v trampingu a umeleckých spolkoch, ktoré sa režimu veľmi nepáčili. Štefan učil na univerzite, Silvia na základnej škole, kým nešla na materskú. V roku



1988 sa im narodil Samuel. Od šiestich mesiacov ho brávali na vandre pod stan. A po revolúcii sa zrazu otvoril celý svet. Sadli na autobus a išli do Viedne. Nasledovali ďalšie cesty. Prvá vážna výprava bola do Gruzínska.

BRÁNA DO INÉHO SVETA

V roku 1990 prišla ponuka na cestu do Škótska, do ekodedyň Findhorn, na kurz permakultúry. Stačilo si zaplatiť autobus. Štefan cestou zažil hipisácke festivaly, ikonické pomalované VW mikrobuses, potulných muzikantov a cirkusantov v uliciach. „Bol som ako Alenka v ríši divov, pred ktorou sa práve otvorila brána do iného sveta. Videl som, ako uvoľnene tam ľudia žijú. Nikto sa nebál, že nablízku bude nejaký špión,“ spomína.

Vo Findhorne na severe Škótska, v chladnom a daždivom prostredí, kde rastie akurát vres, sa permakultúrnej záhrade výborne darilo. Komunita ľudí sa tam snažila žiť udržateľne a prinášať inovatívne riešenia. Štefan sa vrátil s množstvom inšpirácie. On aj Silvia neskôr absolvovali mesačný vzdelávací pobyt na Schumacher College v Spojenom kráľovstve. V inštitúcii, ktorá sa zaoberá holistickým prístupom k vzdelávaniu a do praxe zavádza inovatívne metódy. „Tam som si prvý raz uvedomila, ako odlišne vnímajú svet ľudia zo Západu a z Východu,“ rozpráva Silvia. „Oni si nedokázali ani len predstaviť, že by mali mať zakázaných toľko vecí ako my za

„V práci nás vystihuje to, čo na ťažkých trekoch. Nevrátíme sa späť. Ideme ďalej. Aj v práci chceme robiť stále zaujímavejšie a inovatívnejšie veci.“



↑ *Dedina neďaleko ľadovca Milam v Himalájach.*

↓ *Štefan u holiča v meste Leh v Ladaku.*

normalizácie. Že by nemohli povedať, čo si myslia, lebo by na to škaredo doplatili ich deti.“

Vďaka týmto skúsenostiam si Silvia a Štefan ujasnili, čomu sa chcú profesijne venovať. Prinášať inovatívne riešenia v oblasti zlepšovania životného prostredia a zážitkovou formou realizovať vzdelávacie projekty pre deti, dospelých aj učiteľov. V roku 1992 – to už bol na svete aj mladší syn Daniel – sa zrodilo občianske združenie Sosna. Jedna z prvých environmentálnych mimovládnych organizácií na Slovensku.

ROZPRÁVAŤ NESTAČÍ

Povedomie o životnom prostredí a živote ohľaduplnom voči prírode bolo vtedy u nás veľmi slabé. Rovnako aj zážitkový spôsob učenia. Silvia a Štefan navštevovali vzdelávacie ekocentrá v zahraničí a ujasňovali si, akým spôsobom by chceli pracovať aj na Slovensku. „Že nestačí o veciach len rozprávať, ale ľudia by ich mali aj vidieť,“ vysvetľuje Štefan. Vtedy ešte okrem práce v Sosne učil na univerzite. Iným spôsobom, ako starí pedagógovia, ktorí sa od komunistických čias nikam neposunuli. „Jedného dňa mi vedúci katedry povedal, že to, čo učím, je príliš avantgardné. Vtedy som vedel, že je načas odísť.“

So Silviiu a kolegami sa ako prví na Slovensku pustili do revitalizácie mŕtveho ramena. Išlo o rameno rieky Hornád v obci Gyňov. Hornád tam kedysi meandroval, potom ho napriamili a Szabóovci na základe skúseností zo zahraničia vedeli, že ak rieke vrátia slobodu, vrátia do krajiny život. „Podarilo sa nám dohodnúť spoluprácu s vodohospodármi, ale musel to odobriť aj stavebný úrad,“ rozpráva Štefan.

„Prišiel som tam rozžiarový a nadšene som začal úradnícke vykladať, čo je revitalizácia a prečo je dôležitá. Odpovedala, že mi to potvrdenie aj tak nedá.“ Nakoniec sa to podarilo, rovnako ako vybudovanie cyklotrasy v Medzibodroží či mapovanie kvality vody v Hornáde v spolupráci so školami.

Bol to vždy boj s veternými mlynmi? „Boli sme priekopníci,“ odpovedá Silvia. „Videli sme témy, ktoré treba riešiť, a chceli sme to urobiť v spolupráci s miestnymi ľuďmi, dobrovoľníkmi, samosprávami, nielen za peniaze z grantov. Byť priekopníkom je dobrý pocit. Ale nie je to nič moc, keď projekt zastane na tom, že niektoré inštitúcie si zrazu uvedomia, že to nechcú až tak veľmi alternatívne, ale skôr tak, ako



„Jedného dňa mi vedúci katedry povedal, že to, čo učím, je príliš avantgardné. Vtedy som vedel, že je načas odísť.“

doteraz. Ale semienko už bolo zasiate a raz vyklíči.“

PRÍLIŠ INOVATÍVNI

Často boli priekopníci, často zostali ich myšlienky nepochopené, lebo boli až príliš inovatívne. No často sa im podarilo nadchnúť aj iných. Napríklad človeka, ktorý zdedil pozemok, na ktorom bolo mŕtve rameno, zasypané odpadom. „Na základe nášho know-how zmobilizoval Rastó Šelepý celú dedinu. Všetci prišli ťahať ten bordel, ktorý tam celé desaťročia hádzali. Boli tam neuveriteľné veci. Ešte aj náhrobný kameň s menom zosnulého,“ smeje sa Štefan. „Krásne to vyčistili a urobili tam náučný chodník, deti zo školy vysadili dubový les a obec Trstené doslova ožila.“

Hlavne Štefanovou parketou bol občiansky aktivizmus. Chodil aj s kolegami z iných organizácií na výrubové konania na území Košíc a podarilo sa tak zachrániť tisícky stromov. Vráťane tých v parku pri kaštieli v Barci, na ktoré si brúsil zuby rezešovský klan, aby mohol mať z kaštieľa hotel podľa svojich predstáv. Vďaka obrovskej publicite sa im podarilo spolu s Greenpeace zvrátiť rozhodnutie o ťažbe uránu na Jahodnej. „A môžem neskromne

↖ *Štefan a hory.*

↗ *Ranná modlitba v kláštore Phuktal v Himalájach.*

↓ *Štefan v rozhovore s pastierom v Kazachstane.*



povedať, že máme zásluhu aj na vyhlásení Národného parku Slovenský kras. Vtedajší minister životného prostredia László Miklós mi to sľúbil. Vtedy tam boli aj iné záujmy. Napríklad otvoriť ťažbu v nových kameňolomoch. Potom nám chcel zalepiť ústa, tak nám dal cenu ministra. Poslal som mu ju naspäť poštou. Národný park nakoniec vyhlásili. Proti kameňolomom sme však bojovali celé roky s pomocou právniká Ďođa Šuchtu. Podarilo sa nám ich zastaviť.“

Silvia hovorí, že ukazovali ľuďom, ako byť občanmi, nielen obyvateľmi. Štefan dodáva, že keď vieš, že máš pravdu, si neporaziteľný. „Nikdy sme nechceli byť mainstream ani povrchní. Vedome sme boli okrajoví a poukazovali sme na menšinové a nekomerčné veci.“

HARMONICKÁ ZÁHRADA

Z košického sídliska sa presťahovali do starého dedinského domu v Družstevnej pri Hornáde a v roku 2008 prišla od obce ponuka urobiť niečo so zanedbaným školským pozemkom s takmer zrútenou budovou bývalých školských dielní,



„Nejde o kilometre, tie nie sú podstatné. Na treku pre mňa čas zastane. Neviem, ako ten mesiac uplynie. Je len začiatok a potom som už doma. A medzitým sú príbehy.“

dvomi stromami, antukou a burinou. Sosna dovtedy fungovala z kancelárie v Košiciach. Konečne prišla šanca vybudovať niečo, kde ľudia myšlienky permakultúry a prírodného staviteľstva uvidia v praxi. V Sosne oslovili stovky dobrovoľníkov, ktorí tam odrobili tisícky hodín práce. Ťažkej práce. Čistili pozemok, vozili hlinu, stavali Ekocentrum podľa pravidiel organickej architektúry, budovali jazierko, permakultúrnu záhradu, vytvárali riešenia efektívne v dobe klimatickej zmeny.

V Ekocentre dnes Sosna realizuje množstvo vzdelávacích aktivít, za ktorými prichádzajú aj deti s rôznymi diagnózami a poruchami správania. „Trochu sa zaoberáme aj záhradnou terapiou a pozorujeme, ako naša

↑ Štefan so synom Danielom medzi nomádmi v Kazachstane.

↓ Cestou k ľadovcu Milam v Himalájach.



harmonická záhrada pomáha ľuďom. Raz mi prišiel jeden chlapec povedať, že je hyperaktívny a nech to neberieme zle. Zobral som ho do hobitieho domu. Nie sú tam žiadne pravé uhly, všetko je oblé a príjemné, materiál prírodný. Cítil sa tam v bezpečí, upokojil sa a takmer zaspal. Staršia pani s demenciou raz sedela na lavičke pri jazierku, pozerala na hladinu a povedala, že keby tu mohla zostať, tak by ju to jazierko vyliečilo,“ spomína Štefan. „Vždy sme sa zaoberali témami, ktoré visia vo vzduchu, sú veľmi dôležité, ale takmer nikto sa im ešte nevenuje. Takýmto programom je v súčasnosti napríklad naše vzdelávanie pedagógov a pomoc pri zakladaní školských klimatických záhrad, kde sa deti vonku môžu učiť a zároveň pomáhať mikroklimu.“

S BATOCHOM NA CHRBTĚ

Raz za pár mesiacov potrebujú Silvia a Štefan zažiť a vidieť niečo nové. Celý život zostali nomádmi. Odídu obvykle na štyri týždne; ak človek letí ďaleko, nemá podľa nich význam zostať kratšie. S batohom na chrbte chodia pešo cez krásne hory a prírodu, stretávajú miestnych ľudí, s dôverou sa na nich obracajú, sú úprimne zvedaví na ich život a rozprávajú im o svojom. Spávajú pod holým nebom, v stane alebo u miestnych. Radi prespia a najedia sa v skromnej domácnosti niekde v zapadnutej dedinke. Domácim za to dajú nejaké peniaze a zároveň vidia, ako žijú. Kľúčom je podľa nich zbytočne sa nebáť. Za miestnymi neprichádzajú ako bohatí turisti. Obvykle majú za sebou niekoľko dní alebo týždňov pešieho pochodu cez hory, sú trochu špinaví, unavení, niekedy zmoknutí. A stane sa niečo, čo Štefan nazýva prazáklad života, univerzálny a veľmi jednoduchý: vzájomná pomoc, záujem, zdieľanie. „V Gruzínsku sme prišli úplne premočení do dediny, kde bolo len pár domov. Zaklopali sme, otvoril nám muž s jedným okom. Za ním sme v kúte videli kalašnikov. V tme a daždi to pôsobilo ako z hororu. Ale bol veľmi milý. Dostali sme izbu pre návštevy s tými najlepšimi posteľami, čisto prezlečenými, doniesli nám teplé mlieko, aby sme sa zohriali. Nechceli si od nás vziať žiadne peniaze. Tak som im narúbal drevo. Boli to starší ľudia a bolo vidieť, že nevládzu.“

Silviu cestovanie naučilo veľa aj o jej rodine. „V bežných životných situáciách človeka nespoznáš tak, ako keď je v kríze, úplne vyčerpaný a potrebuje podporu,“ hovorí. Synovia dlho cestovali s nimi, hlavne Daniel, aj keď už bol dospelý. Do Indie zobral na predsvadobnú cestu svoju budúcu manželku Zuzku. „Bola som prekvapená. Zuzka necestovala, a pôjde s nami do Indie? Tak to už hej!“ Netreba dodávať, že do rodiny okamžite zapadla.

Láska k cestovaniu sa pretavila do festivalu Iné cesty, ktorý Szabóovci organizujú v Košiciach už vyše dvadsať rokov. Je o cestovaní s presahom, o tom, ako človek môže na cestách pomáhať ako dobrovoľník, ako reportér, ako lekár, ako človek prejavujúci empatiu s ľuďmi. O spoznávaní autentických ľudí a kultúr, o pozitívnych príbehoch, ale aj o zložitých témach, ako sú konflikty, prírodné katastrofy a príbehy utrpenia. O pomalom cestovaní. „Vždy sa nás pýtajú, koľko kilometrov sme na treku prešli,“ hovorí Silvia. „Ale my to nerátame. Nejde o kilometre, tie nie sú podstatné. Na treku pre mňa čas zastane. Neviem, ako ten mesiac uplynie. Je len začiatok a potom som už doma. A medzitým sú príbehy.“●

Viem, čím chcem byť!
Budem dôchodca ako prababka, nebudem musieť chodiť do roboty a budem mať stále víkend, povedal mi odhodlane môj päťročný prasynovec Vilko.

Text Elena Akácsová

Foto Amanda Sofia Pellenz (Unsplash)

Dosiahnuť život naplnený

Už niekoľko týždňov vymenúva, čím chce v živote byť, a príliš sa pre to ani pri tom nenadriehť. Ale zakaždým mu my, dospelí, skazíme radosť: „Paleontológ, čo hľadá dinosaury? To je super, to budeš veľa vonku, ale najprv sa ešte musíš veľa učiť. Smetiar? To budeš tiež stále vonku a nemusíš sa veľa učiť, ale to je fyzicky namáhavá práca...“

Jeho predstava šťastného života je mať čo najviac voľna, zábavy a peňazí a príliš sa nenadriehť. To sa podľa odborníka na pozitívnu psychológiu Martina Seligmána volá príjemný život. Je to jedna z ciest ku šťastiu, no aj to treba robiť poriadne. Lebo často nerobíme to, čo nás najviac baví, čo nám najviac robí dobre, ale to, čo je najjednoduchšie. Napríklad si nejedeme zaplávať, ale sadneme si k telke. Ak chceme mať ozaj príjemný život, okrem zubára a porád si treba v kalendári napláňovať aj plávanie, obed s kamarátkami či book club.

Príjemný život má však zo všetkých ciest ku šťastiu ten najprchavejší účinok. Trvalejšie šťastie ponúka druhá

cesta – dobrý život. Ten vedie väčšina ľudí, ktorých obdivujeme – športovci či odborníci v rôznych odboroch. Robia aktívne veci, v ktorých sú dobrí, a nechávajú sa nimi pohltiť tak, že nevnímajú plynutie času – dosiahnu takzvaný flow. Čím viac hodín denne dospelí veria, že využívajú svoje silné stránky, tým je pravdepodobnejšie, že sa budú cítiť šťastní a že si ich iní ľudia budú vážiť.

Dobrý život je teda lepší ako príjemný život, ale stále má ďaleko k dokonalosti. Musíme k nemu dodať zmysluplnosť. Teda využívať svoje silné stránky spôsobom, ktorý prospieva nielen nám samotným, ale aj ostatným. Dať ich do služby niečoho väčšieho, než sme my sami. Má to nevýhodu, že občas to môže aj bolieť, lebo zmysluplné aktivity zvyšujú stres, starosti, hádky a úzkosť, čo, paradoxne, dočasne znižuje pocit šťastia.

Všetko treba vyvažovať a tým dosiahnuť život naplnený. Lebo podľa prieskumov najšťastnejší ľudia na svete si vychutnávajú životné radosti a snažia sa žiť v prítomnom okamihu,

sú oddaní celoživotným cieľom a ambíciám, ale aj pomoci druhým. Sú dôslední, našli rovnováhu, ktorá im vyhovuje, a neváhajú priniesť obeť.

To sa pekne píše, ale ako to vysvetliť Vilkovi? Zjednodušiť by sa to dalo takto: Každý jeden deň urobte niečo, čo vám vyčarí úsmev na tvári. Každý jeden deň robte niečo, v čom ste dobrí. Každý jeden deň sa uistite, že vaše úsilie pomôže niekomu inému usmiať sa.

V pondelok mi volal Vilko cez whatsapp a vyhlásil, že chce byť ninja korytnačka. Bude bojovať a ochraňovať iných! Povedala som mu: super, ale že najprv musí veľa trénovať a posilňovať svaly. Okamžite začal s tréningom a prinútil ma, aby som mu cez ten whatsapp predcvičovala. Spotila som sa, spomenula si na všetky zabudnuté svaly v tele, ale obaja sme pritom boli vysmiati „jak lečo“. Začínam uvažovať, či by som sa nemala v jeho škôlke ponúknuť, že ich budem trénovať na ninja korytnačky. Alebo aspoň nacvičíme ninja choreografiu na vianočný večierok.●



Kde bolo, tam bolo, boli raz dvaja bratia, ktorí sa rozhodli zozbierať všetky ľudové rozprávky v kraji.

Rozprávková cesta



Text a foto Zuzana Zimmermannová

Na svete snáď niet nikoho, kto by sa s nimi už v nejakej podobe nestretol. Rozprávky bratov Jacoba a Wilhelma Grimmovcov patria k tým najznámejším, najobľúbenejším a najprekladaným. Ktovie, ako by vyzeral dnešný svet, keby ich pred dvesto rokmi nespísali. A aký bol ich príbeh? Príbeh bratov lingvistov, nerozlučných až do smrti. Odpoveď ponúka 600-kilometrová Rozprávková cesta Nemeckom z Hanau do Brém, od zámku Šípkovej Ruženky okolo veže, z ktorej Rapunzel spúšťala svoje dlhé vlasy, a ďalej na miesta, kde bratia pôsobili a ktoré ich ovplyvnili.

↑ *Grimmwelt v Kasseli je najväčšie múzeum na svete zasvätené životu a dielu bratov Grimmovcov.*

OD BOHATSTVA K CHUDOBE

Väčšina príbehov sa začína od nuly k bohatstvu. V prípade Grimmovcov to bolo naopak – od bohatstva k chudobe. A potom opäť k úspechu, ktorého medzinárodné rozmery sa ukázali až roky po ich smrti. Dom, v ktorom prišli na svet starší Jacob a o rok mladší Wilhelm, by ste dnes v Hanau hľadali márne. Zostala po ňom len žltá fasáda s pamätnou tabuľou. Hesenské mesto bolo počas vojny takmer zrovnané zo zemou. „Hanau bolo v troskách. Až do roku 2015 tu prebiehali veľké opravy a renovácie. Stále nie sú úplne dokončené,“ hovorí miestny obyvateľ Wolfgang.

Oblohu nad Hanau križujú lietadlá kvôli neďalekému frankfurtskému letisku. V uliciach však vládne pokoj, prerušovaný len deťmi naháňajúcimi sa za loptou. Chýbajúcu starobylú dušu nahrádzajú rozprávky. Kocúr v čizmách, Červená čiapočka s vlkom či Kráľ Drozdia brada zvečnení v sochách pozývajú na cestu po Chodníku bratov Grimmovcov. Sú rozostavené od parku až po hlavné

námestie so Zlatníckym domom, ktorý je jedným z najdôležitejších výstavných centier zlatníctva a strieborníctva v Nemecku. Na námestie Marktplatz dohliada vysoká socha Jacoba a Wilhelma s knihou v lone. Ľudia pod ňou radi trávia čas, a to aj v decembri, kedy na radnici so symbolickými 24 oknami každý deň až do Vianoc rozsvetujú jeden oblok navyše.

Pár kilometrov za Hanau leží barokový zámok Philippsruhe, obklopený rozľahlými záhradami s jazerom a krásnym kvetinovým parkom. Lúka za bývalou rezidenciou krajinského grófa Philippa Rheinharda ožíva v lete divadelným festivalom Brüder Grimm Festspiele.

ZELENINÁRKINE PRÍBEHY
Grimmovci nepobudli v Hanau dlho. Ich otca Philippa povýšili na mestského sudcu a rodina sa presťahovala do neďalekého Steinau an der Strasse. Aj dnes tu človeka okamžite pohltí malebná atmosféra. Hrazdené pastelové domy zdobia kvety v črepníkoch a starobylé vývesné štíty, dláždené ulice sa vlnia okolo renesančného hradu Steinau. Dokonca v nich môžete stretnúť aj rodinu Grimmovcov. Síce nie sú z mäsa a kostí, majú však trojrozmernú podobu, a to vďaka 3D prehliadkam, ktoré ponúkajú cestu v čase do 18. storočia. Philipp Grimm k svojej novej práci získal nádherný dom zo 16. storočia s vežičkou s točitým schodiskom, kde pracoval. K tomu

↑ *Zámok Philippsruhe.*

↓ *Jacob (vľavo) a Wilhelm (vpravo) Grimmovci prišli na svet v Hanau.*



„Mnohí ľudia si myslia, že Wilhelm s Jacobom zbierali rozprávky na cestách po Nemecku. Nebolo to však tak. Hoci niekedy naozaj sedeli v kuchyniach obyčajných ľudí, oveľa viac rozprávok zozbierali poštou.“

služka, kuchárka i kočiš – rodina so šiestimi deťmi si žila na vysokej nohe.

Všetko dobré však má svoj koniec. Ten nastal v roku 1796. Len 44-ročný Philipp podľahol zápalu pľúc. Rodina bez otca dostala príkaz vysťahovať sa z úradného sídla a skončila v chudobinci, až kým im bohatšia teta nepomohla kúpiť dom. Na vtedy 11-ročného Jacoba ako najstaršieho muža v rodine prešli všetky formálne povinnosti. Musel zo dňa na deň dospieť.

Zo zámku, v ktorom Grimmovci bývali, je dnes pôsobivé múzeum Brüder Grimm Haus. Spoznáte ho vďaka perníkovej chalúpkke, Žabiemu princovi či trónu na dvore. Trávnik pretínajú zvyšky významnej stredovekej obchodnej cesty Via Regia. Viedla z Rýna do Sliezska a vďaka nej Steinau získalo na prestíži. Prízemie bieleho zámku približuje život Grimmovcov, točité schodisko vedie k precíznym diorám z Grimmových ľudových rozprávok. V sklenených vitrínach žijú svoj život papieroví trpaslíci, Sedem kozliatok a Popoluška.

Výstava rozpráva aj o vzniku rozprávkového žánru v európskom kontexte. „Mnohí ľudia si myslia, že Wilhelm s Jacobom zbierali rozprávky na cestách po Nemecku. Nebolo to však tak. Hoci niekedy naozaj sedeli v kuchyniach obyčajných ľudí, oveľa viac rozprávok zozbierali poštou. Ich zdrojom boli najmä vzdelané ženy z bohatých rodín. Tie získavali príbehy od služobníctva. Najviac rozprávok im dodala Dorothea Viehmannová, od ktorej nakupovali zeleninu,“ hovorí sprievodkyňa Stefanie.



MESTO NEVIDIACICH

Rozprávky bratov Grimmovcov nie sú veľmi radostné. Často obsahujú kruté ponaučenie. Typické je pre ne násilie, smrť, tvrdé tresty, veľa krvi a strachu. Nevlastné sestry si odrežú kus nohy, aby sa im zaplavená krvou zmestila do črievičky, nevlastná matka zabije syna, uvarí z neho polievku a dá ju zjesť jeho otcovi... Cieľom takýchto príbehov nebolo potešiť deti. Ľudové rozprávky boli pre dospelých. Rozprávali si ich po zotmení.

Bratia ich spolu s piesňami, legendami a mýtmi zbierali preto, aby vytvorili ucelenú národnú identitu nemecky hovoriacich ľudí. Táto myšlienka v nich skrsla počas štúdií v Marburgu. Jeho ulice s farebnými domami sa kľukatia nahor k veľkolepému stredovekému hradu. Naskytá sa z neho úžasný výhľad na mesto. To je, na rozdiel od Hanau a Steinau, plné života.

Viac ako štvrtinu jeho obyvateľov tvoria študenti. Pravidelne zaplňajú múriky, lavičky a námestia so svojimi skriptami a hrami. Väčšina z nich navštevuje Marbugskú univerzitu, najstaršiu protestantskú univerzitu na svete, založenú v roku 1527. Výnimočná je však aj niečím iným. „Študuje na nej okolo 150 zrakovo znevýhodnených študentov, najviac v Nemecku. Ich potrebám je prispôsobená nielen univerzita, ale celé mesto,“ hovorí sprievodkyňa. Majú tu hmatový matematický font, vylepšenú infraštruktúru a veslárske, futbalové či jazdecké kluby, prispôsobené zrakovo

↑ Prvý zväzok rozprávok bratov Grimmovcov vzbudil rozpaky.

↗ Marburg.

↓ Pri tvorbe nemeckého slovníka sa bratia dostali po písmeno F.

znevýhodneným. Marburg volajú aj Blindenstadt, Mesto nevidiacich.

Najživším miestom je Trhové námestie s fontánou. Z výšky ho stráži kohút na radnici a každú hodinu zamáva krídlami. O niečo ďalej stojí pútnický gotický kostol Elisabethskirche. Raz do mesiaca sa v ňom koná pop-up akcia na obnovu manželských sľubov.

NEŠŤASTNÉ SCHODY

Útulnú atmosféru dopĺňajú strategicky ukryté sochy z Grimmových rozprávok. Sedem kozliatok s vlkom visia z múru, Žabí princ sedí nad pitnou fontánkou, z brečtanom zarastených hradieb vykúka zrkadlo Zlej kráľovnej a pod hradom tróni veľká červená Popoluškina črievička. Rozprávková cesta Grimm-Dich-Pfad tu má bonus navyše: jedno z najúspešnejších vydaní rozprávok Grimmovcov,



„Rozprávky bratov Grimmovcov nie sú veľmi radostné. Nevlastné sestry si odrežú kus nohy, aby sa im zaplavená krvou zmestila do črievičky, nevlastná matka zabije syna, uvarí z neho polievku a dá ju zjesť jeho otcovi...“



↓ Pastelové domy v Steinau an der Strasse.

ktoré vyšlo na sté výročie toho pôvodného, ilustroval marburgský rodák Otto Ubbelohde. Ak si ho vezmete do vrecka, ilustrácie z rozprávok sa vám zhmotnia priamo v uliciach.

Presun z vyvýšeného centra mesta k rieke Lahn, ktorá v lete predstavuje vítané osvieženie, skrakuje výťah. Túto vymoženosť Grimmovci svojho času nemali. Bratia tu v rokoch 1802 – 1806 študovali právo. Žili v belasom dome neďaleko radnice, ktorý dodnes využívajú študenti na spolubývanie. Wilhelm sa vo svojom životopise sťažoval na počet schodov, ktoré museli prejsť k ich profesorovi práva Friedrichovi Carlovi von Savignymu. Práve on ich vo svojej bohatej knižnici zoznámil so spisovateľmi Achimom von Arnim a Clemensom Brentanom. Na ich podnet začali bratia zhromažďovať nemecké ľudové piesne s cieľom zachytiť „dušu ľudu“. Bolo to v čase napoleonských víťazstiev. V uliciach Hesenska čoraz viac znela francúzština.

Po štúdiách sa bratia zamestnali v Kasseli ako knihovníci. V budove Fridericianum, kde pracovali, je dnes múzeum moderného umenia. Stoja pred ňou dva duby – počiatok príbehu

o tom, ako sa z Kasselu stalo zelené mesto. „Bol industriálny a v roku 1943 ho úplne zničili bomby. Obyvatelia hľadali spôsob, ako ho oživiť. A tak začali organizovať dnes najväčšiu výstavu moderného a súčasného umenia na svete Documenta, ktorá sa koná každých päť rokov,“ vysvetľuje Stefanie. Výstava presahuje interiéry, vďaka čomu Kassel získava stále nové dominanty. Projekt Josepha Beuysa s názvom 7000 dubov tak zmenil centrum na malý les.

MANŽELSTVO TROCH

Závan zelene do mesta prináša aj rozľahlá lúka Karlsaue pred zámkom Orangerie, v ktorom sídli planetárium, a najmä najväčší klenot Kasselu – Wilhelmshöhe. Neopakovateľné vodné dielo v horskom parku sa zrodilo v mysli krajinského grófa Karla I. Hesensko-Kasselského začiatkom 17. storočia. Predstavte si obrovitánskeho Herkula, spod ktorého sa voda po stále širších kaskádach valí nadol k zámku Wilhelmshöhe. „Socha Herkula mala v období absolutizmu plebsu pripomenúť, kto je vládca a že dokáže skrotiť prírodu. Keď sochu nebolo dobre vidieť, Karl I. k nej nechal pridať tridsaťmetrový pyramídový podstavec. Trval na tom, že Herkules bude najvyšším bodom v meste.“

Voda sa valí ešte ďalej. Od kaskád pokračuje dva kilometre cez horský park k spleti hučiacich vodopádov, gejzírov a akvaduktov až po veľkolepý záver v rybníku pri zámku Löwenburg. Tu pod prirodzeným tlakom vytryskne z Veľkej fontány do výšky cez päťdesiat metrov. „Všetko funguje vďaka využitiu zákonov fyziky a rezervoáru na neďalekom kopci. Vodné predstavenie púšťajú od jari do jesene dvakrát do týždňa,“ vysvetľuje Stefanie o vodných hrách, ktoré patria k svetovému dedičstvu UNESCO.

Grimmovci žili v Kasseli s prestávkami vyše tridsať rokov. Boli odlišní, no napriek tomu nerozluční. Wilhelm večne chorľavý a zasnívaný, Jacob introvert a dokonalý učenec, ktorý sa postaral o vytvorenie Grimmovho zákona.





„Davy ľudí denne chytajú sochu somára za predné nohy, aby im splnila želanie, a kanálový kryt po vhození mince spieva ako muzikanti.“

Ich puto sa podobalo putu jednovaječných dvojčiat. Keď sa Wilhelm oženil, Jacob zostal žiť s ním a novou švagrinou – usporiadanie, s ktorým bola farmaceutova dcéra Henriette Dorothea Wild uzročená. Toto „manželstvo troch“ pokračovalo po narodení štyroch detí až do Wilhelmovej smrti.

PO PIVNÚ SRVÁTKU
Ešte pred svadbou, v decembri 1812, vyšiel prvý zväzok rozprávok Grimmovcov. Vzbudil rozpaky. Snehulienka či O Jankovi a Marienke boli doplnené rozsiahlymi vedeckými poznámkami. Navyše príbehy, kde si Rapunzel po opakovaných návštevách vo veži uvedomí, že jej „šaty začínajú byť príliš tesné“, neboli rozprávkami, ktoré by rodičia čítali deťom na dobrú noc. Grimmovci chceli zachovať

22
PÚTNÍK

kultúru obyčajného ľudu, podľa kritikov však zašli ďaleko. Wilhelm preto neskôr niektoré rozprávky zrevidoval, zjemnil a pridal slávne „Kde bolo, tam bolo...“ Až táto detská verzia s výberom 50 rozprávok ilustrovaná ďalším bratom Grimmom, Ludwigom Emilom, dosiahla v roku 1825 úspech. Grimmovci zozbierali celkovo 210 rozprávok. Dnes ich považujeme za základné dielo západnej detskej literatúry.

Bratia považovali svoje rozprávkové zväzky len za jeden z mnohých projektov. V roku 1829 sa Jacob s Wilhelmom, vtedy už štyridsiatnici, zamestnali na univerzite v Göttingene. Tu ich zastihlo zrušenie ústavy novým hanoverským panovníkom Ernestom Augustom. S piatimi kolegami proti tomu ostro protestovali. Následok na seba nenechal dlho čakať. „Göttingenskú sedmičku“ zbavili profesorských titulov a bratov vykázali z kráľovstva.

Strata práce im dala potrebnú voľnosť. V roku 1838 ich dvaja knižní vydavatelia poverili prácou na projekte, z ktorého sa neskôr stal najobsiahlejší Slovník nemeckého jazyka (Deutsches Wörterbuch) vôbec. Projekt mal Grimmovcov zamestnať na maximálne 10 rokov. Ten termín sa časom ukázal byť šialený. Hoci pracovali 12 hodín denne a mali vyše 80 prispievateľov, trvalo im 16 rokov, kým dokončili prvú časť po heslo Biermolke, pivná srvátka.

BOHATSTVO SLOV

Každé písmeno však bolo krokom k cieľu – ak nie zjednotené Nemecko, tak aspoň nemecký národ spojený slovami. Slovník však nedokončili. Wilhelm zomrel 16. decembra 1859 vo veku 73 rokov po komplikáciách spôsobených operáciou chrbta. Zdrvený Jacob ho nasledoval o štyri roky neskôr. Pred smrťou sa dostal po písmeno „F“.

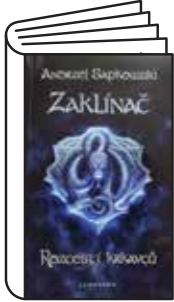
Bratia sú pochovaní v Berlíne tak, ako žili, bok po boku. „Je tak trochu iróniou, že pracovali na zjednotení národa, no zjednotenia Nemecka v roku 1871 sa nedožili,“ hovorí Stefanie.

Slovník, ktorý neskôr dokončovali stovky lexikografov, uzel svetlo sveta 123 rokov po tom, ako Grimmovci podpísali zmluvu. Prácu spomalili vojny a dočasné zhabanie kartoték Spojencami, ktorí ich považovali za nebezpečné šifrované kódy. Od roku 1998 je slovník voľne prístupný na internete.

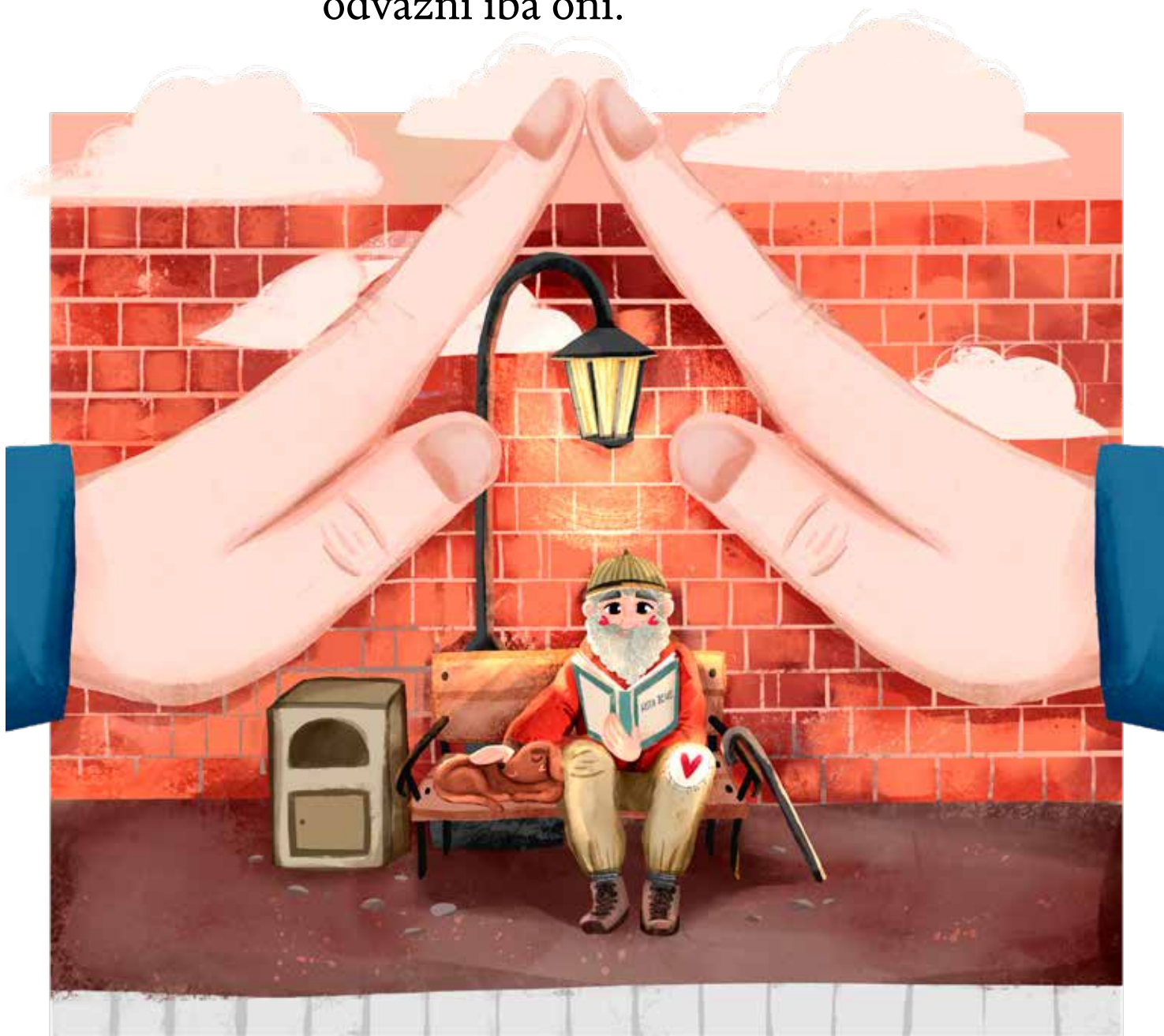
O tom všetkom rozpráva Grimmwelt v Kasseli, najväčšie múzeum na svete zasvätené životu a dielu nemeckých filológov. Rozprávky bratov Grimmovcov boli medzitým preložené do vyše 170 jazykov. Pôvodné exempláre s ručnými poznámkami oboch bratov, ktoré tu ležia vo vitrínach, boli pred 20 rokmi zapísané do UNESCO programu Pamäť sveta.

Hoci tu sa príbeh bratov končí, Rozprávková cesta Nemeckom pokračuje cez Göttingen, Wahlsburg a ďalšie čarovné miesta až po prístavné Brémy k rozprávke o Brémських muzikantoch. Príbeh o oslíkovi, psovi, mačke a kohútovi, ktorí sa na staré kolená rozhodnú pre hudobnú kariéru, aby sa vyhli smrti, zmenil mesto na nepoznanie. Davy ľudí denne chytajú sochu somára za predné nohy, aby im splnila želanie, a kanálový kryt po vhození mince spieva ako muzikanti. Ale to je už iná rozprávka.●

↑ Neopakovateľné vodné dielo Wilhelmshöhe.

		23 KOMENTÁRE	ŠŤASTNÝ ŽIVOT
	 Mikrookamihy radosti <i>Dušo Martinčák</i>	 Mladý Geralt <i>Zuzana Mojžišová</i>	 Čo si počať so šťastím? <i>Daniel Pastirčák</i>
	Asi pred pätnástimi rokmi sa mi do rúk dostala kniha <i>The happiness project</i> (Projekt šťastia) od Gretchen Rubin. Pamätám si, ako ma ten koncept prekvapil. Že sa môžem zamerať na vlastné šťastie, spokojnosť. Pokúsiť sa zväčšiť jeho mieru vo svojom živote. Vychádzal som totiž z predpokladu, že usilovať sa o každodenné šťastie je akési... neslušné. Že treba veľa pracovať a potom, raz, o mnoho rokov, príde zaslúžená odmena. Ale dennodenne sa zamerať na momenty, ktoré prinášajú radosť, akokoľvek sú banálne? To sa smie? Začal som sa sústrediť na krátke momenty šťastia. Nazval som ich mikrookamihy radosti. Drobné veci, ktoré ma potešia, na chvíľu mi dodajú energiu. Napríklad odlesky slnka na náprotivnej budove. Alebo fakt, že som si spomenul, ako sa tie odlesky volajú (slnečné prasiatka, ak neveríte, prečítajte si Pipi Dlhú Pančuchu). Alebo stará pani suseda, ktorá mi na schodoch povedala, že sa jej páčia moje vlasy. Perfektné večerné vajíčko na mätko. Prvý korienok odrezku popínavej rastliny, tajne odstrihnutého na návšteve u svokrovcov. To všetko sa neraz deje počas dní, ktoré sú únavné a demotivujúce. Uvažovať na ich konci o mikrookamihoch radosti mi ale umožňuje vidieť svet v jeho úplnosti. Ako niečo, čo nie je buď plus alebo mínus, ale je to čierne <i>aj</i> biele, smutné a <i>zároveň</i> radosťné, stratené a <i>tiež</i> nájdené.●	Vyšiel nedávno v češtine (Leonardo, preklad Stanislav Komárek) aj v slovenčine (Lindeni, preklad Karol Chmel) a fanúšikovskú komunitu potešil, hoci fanúšikovská komunita často nepatrí k tým kritikom, čo sa v rámci možností snažia o objektivitu – nový <i>Zaklínač</i> s podtitulom <i>Rozcestí krkavců</i>. Nie je klasickým pokračovaním predchádzajúcich ôsmich fantasy kníh poľského spisovateľa Andrzeja Sapkowského, ale ich prequelom, v deji príbehu im teda chronologicky predchádza. Geralt z Rivie je zaklínač. Prešiel školou Kaer Morhen, kde druidi a mágovia pomocou kúziel a čarodejných elixírov upravili jeho organizmus tak, aby, najlepšie víťazne, zvládal bitky s príšerami. Prvú fázu prežije frekventant následne prešiel Cestou meča, bojovým výcvikom. Zostrené zmysly, prehĺbené vnímanie, obratnosť a rýchlosť, amulet na hrudi a schopnosť magických úkonov ho predurčujú k úspechom, ale ľahké to mať nebude – svet, už vtedy dávno a tam ďaleko, bol nebezpečným miestom pre život. A ako to býva, oslobodzované obyvateľstvo reptá, nedôveruje a pozerá na osloboditeľa cez prsty oboch rúk. Geralt, bielovlasý mladík, opúšťa Kaer Morhen a vydáva sa na púť. Neskúsenosť ho privedie do riadnej šlamastiky, do sporu so zákonom. Záchranné lano mu hodí iný zaklínač, Preston Holt, chlapík s poriadne pošramotenou prestížou, majster šermiarskeho umenia. Pre fanúšičku sa čítanie Sapkowského podobá milému stretnutiu s obľúbeným známym z dávnejšej minulosti, spomínaním na časy, keď Geralt ešte nebol celkom tým hrdinom, ktorého sme doposiaľ poznali a ktorý už je v tom mladíčkovi celkom jasne načrtnutý. ●	Šťastie je prejavom zdravého života. Viem to, veď všade mi to pripomínajú. Samozrejme, chcem byť zdravý. Nechcem medzi ľuďmi šíriť zhubnú chorobu melanchólie. Staráť sa o svoje zdravie je moja povinnosť. „Choď za svojím šťastím,“ prikazujem si. „Nepremárni život smútením nad nespravodlivosťou sveta.“ Keď mi prídu na um chmúrne myšlienky, zháčim sa a trochu sa i bojím: „Čo sa to so mnou deje? Kam sa podelo šťastie? Niečo so mnou zrejme nie je v poriadku. Možno prílišný stres, možno hormóny. Mal by som zájsť k psychológovi, či možno i k psychiatrovi, a dať tú vec do poriadku.“ Môžem sa azda takto so zachmúrenou tvárou ukázať ľuďom na oči? Nuž, snažím sa, no márne. Nech robím čo robím, neviem celkom zabudnúť na bolesť a zúfalstvo matiek a ich detí v Ukrajine, Somálsku či Gaze. Nedarí sa mi nevšimnúť si nešťastie, ktoré v uliciach stretám dennodenne. Smútok ženy, ktorú zradil milovaný muž, či zúfalstvo starostlivých rodičov, ktorých syn prepadol heroínu. Hanbím sa, no priznávam – nedokážem to. Vzdal som sa šťastia. Skromne sa pokúšam žiť tak, aby to dávalo zmysel. Trochu mi v tom pomáha Viktor Frankl. Ten nonkonformný muž sa domnieval, že usilovať sa o šťastie nie je dobrý nápad. Ak sa o to človek pokúša, ľahko upadne do pretvárkych či nebudaj do neurózy. Človek by sa nemal pýtať, či je šťastný, mal by sa skôr pýtať, ako dať tomu, čo sa deje, nejaký zmysel. Šťastie je dar. Možno ho prijať iba do rúk, ktoré sa v zmysluplných činoch otvárajú pre druhých.●

Každý mesiac prinášame príbeh predajcu alebo predajkyne NOTA BENE. Ich cesty sú rôzne. Túžba po domove rovnaká. Na to, aby ju naplnili, však nestačí, že budú odvážni iba oni.



Priestor pre odvahu

Text Petra Vrablicová
Ilustrácia Martina Masarovičová

Odvaha má rôzne podoby. Jednou je prihovoriť sa človeku na ulici. Inou doniesť mu teplý čaj na zahriatie. Ďalšou kúpiť si od neho časopis, aby mal kde prespať alebo čo jesť. Všetky odvahy sú krátkodobé. Stačí počúvať pravidlo piatich sekúnd. Konať predtým, ako nás ovládne pochybnosť. Tento rok sa to už šestnásťkrát podarilo aj vám, našim čitateľom. Rozhodli ste sa, že poskytnete predajcom NOTA BENE bývanie. Tu sú príbehy niekoľkých z vás. Z dôvodu ochrany ich súkromia aj súkromia našich klientov uvádzame len krstné mená.

DOMOV VĎAKA RÁMČEKU

Manželia Peter a Katarína poskytujú domov predajcovi NOTA BENE už šiesty rok. O tejto možnosti sa dozvedeli začiatkom roka 2020. „V malom rámčeku pri článku v časopise ste spomenuli, že hľadáte byty na prenájom pre svojich predajcov.“ Nikdy predtým o podobnom projekte nepočuli.

Byt chceli ponúknuť človeku, ktorý ho potrebuje, no nemôže si dovoliť zaň zaplatiť komerčnú cenu nájmu. „Myslíme si, že každý človek by mal mať možnosť slušne bývať.“ Ich okolie to však sprvu videlo inak. „Takmer každý, až na manžela, ma odhovárал, aby som nedala byt do rúk ‚bezdomovcovi‘“, približuje Katarína. „Mysleli si, že ho takýto nájomca zničí a že budeme mať problém s platením nájomného.“ Manžel Peter bol však za. Okrem dobrého pocitu získali aj podporu OZ Proti prúdu.

„Veľmi milo nás prekvapilo, ako bezproblémovo prebehol proces od počiatkových rozhovorov o podmienkach prenájmu cez výber nájomníka až po samotný podpis nájomnej zmluvy.“ Peter a Katarína zvažovali, ako si nastaviť cenu nájmu, ako riešiť prípadné opravy aj to, na akú dobu a komu svoj byt prenajať.

Sociálna nájomná agentúra OZ Proti prúdu im pomohla proces

zastrešiť a odporučila stanoviť dĺžku nájmu na dva roky. Ľuďom v bytovej núdzi chvíľu trvá, kým opäť nadobudnú pocit bezpečia a zmenší sa ich strach z jeho straty. Môže byť pre nich ťažké byť v byte sami alebo si znovu zvyknúť na používanie jeho zariadenia, akým sú napríklad moderné práčky. Mnohí ich totiž na ubytovni nemajú.

Prišli ale aj obavy. „Je to asi prirodzené, keď človek zvažuje niečo, s čím ešte nemá skúsenosti a obáva sa, ako to bude fungovať“, priznávajú. Sociálni pracovníci a pracovníci sociálnej nájomnej agentúry však nájomníka v byte pravidelne navštevujú. „Pomáhajú mu so starostlivosťou o byt a riešia veci súvisiace s nájomom s ním aj s nami.“ Manželia tak získali nielen nájomcu, ale aj spoľahlivého partnera, ktorý dohliada na pravidelnosť platieb, stav bytu a v prípade potreby aj komunikáciu s nájomníkom.

K OBOJSTRANNEJ SPOKOJNOSTI Prenajímatelia majú viaceré možnosti. Môžu podpísať nájomnú zmluvu priamo s klientom alebo môžu do procesu prizvať sociálnu nájomnú agentúru, ktorá im vie pomôcť napríklad s kontrolou dodržiavania podmienok nájomnej zmluvy. Agentúra tak prichádza s individuálnymi riešeniami, ktoré

rešpektujú potreby každého účastníka nájomného vzťahu.

Väčšina prenajímateľov napokon zvolí podpis zmluvy priamo s klientom. Kontakt s agentúrou im však dodáva istotu. Najmä ak s podobným druhom prenájmu ešte nemali skúsenosť. K pochopeniu celého procesu slúži osobné stretnutie so zamestnancom OZ Proti prúdu. V prípade manželov Petra a Kataríny to bol vedúci Programu bývania. Nasledovala obhliadka bytu a dotazník. „Výber nájomníka je podobný ako pri komerčnom nájme. Prihliadalo sa pri ňom na naše preferencie.“

Väčšina vecí sa podľa manželov vyjasnila hneď na začiatku. „Ak neskôr vznikli otázky alebo došlo k situáciám ako potreba vymeniť nábytok, či spraviť drobné opravy, pracovníci Sociálnej nájomnej agentúry navrhli riešenia. Aj vďaka tomu cítime istotu a nezaťažujú nás starosti, ktoré by sme mali pri komerčnom prenájme.“

BEZ ZBYTOČNÝCH PREKVAPENÍ „Som veľmi spokojný“, hovorí Peter. „Všetky veci riešime s inštitúciou a nie s nájomníkom. Pri komerčnom prenájme majiteľ bytu nikdy vopred nevie, na akého nájomníka natrafí. Tu máme istotu profesionálneho vzťahu. V OZ Proti prúdu máme svoju kontaktnú

SOCIÁLNA NÁJOMNÁ AGENTÚRA

Sociálna nájomná agentúra OZ Proti prúdu prepája majiteľov bytov a ľudí v bytovej núdzi už deväť rokov. Ide o ľudí, ktorí nemajú kde bývať, žijú v nevyhovujúcom bývaní napríklad na ubytovniach, sú ohrození stratou bývania alebo sú na ulici. Bez pomoci si nedokážu nájsť bývanie, ktoré by zvládli platiť a ktoré by si dlhodobo udržali. Agentúra sa im preto snaží sprostredkovať byty, ktorých majitelia sú ochotní poskytnúť nájom za zvýhodnenú cenu. Jej cieľom je šíriť osvetu a hľadať bývanie pre klientov s najrôznejšími potrebami. Každoročne poskytuje podporu viac ako tridsiatim ľuďom, bývajúcim v prenajatých bytoch. Nikto z nich zatiaľ bývanie nestratil.

„Veľmi milo nás prekvapilo, ako bezproblémovo prebehol proces od počiatkových rozhovorov o podmienkach prenájmu cez výber nájomníka až po podpis nájomnej zmluvy.“

osobu. S ňou môžeme vybavovať, čo potrebujeme.“ Od vyúčtovania elektrickej energie cez fond opráv, až po inštaláciu klimatizácie.

Nenaplnili sa ani obavy o oneskorené platenie nájomného. „Nájomné sme vždy dostali načas a v plnej sume. Navyše, OZ Proti prúdu to má podchytené. Vyberú nájomníka, ktorý má dostatočný príjem na platenie nájomného, na ktorom sme sa dohodli.“ V prípade neočakávaných výpadkov príjmu má mechanizmus na podporu klienta.

O tom, že manželia prenajímajú byt človeku, ktorý by bol inak ohrozený stratou bývania, podľa nich pravdepodobne nevedia ani susedia. Všetkých chráni anonymita veľkého bytového domu. Keď sa ich spýtate, či by do toho išli znovu, bez zaváhania odvetia: „Určite. Tým, ktorí majú k dispozícii byt a možnosť prenajať ho za znížený nájom, tiež odporúčame tento krok,“ dodávajú. „Bude vás hriať dobrý pocit, že ste niekomu pomohli v jeho zložitej životnej situácii.“

TRIEZVE OČAKÁVANIA

Pani Martina za tri roky prenajímala byt viacerým klientom OZ Proti prúdu. O tejto možnosti sa dozvedela vďaka časopisu a jeho spolupráci s Adelou Banášovou, ktorá takto byt sama prenajíma. „Spolupráca bola bezproblémová. Časom sa jeden z nájomcov dostal do finančných problémov, no organizácia mu promptne pomohla a rýchlo sa to vyriešilo.“ Hovorí, že neľutuje, že do toho šla.

„S rodinou sme sa presťahovali do väčšieho a položili sme si otázku, čo s voľným bytom. Nie som až taký filantrop, aby som byt prenajímala iba za náklady. Poskytnúť ho OZ Proti prúdu za nižšie ako komerčné nájomné mi však prišlo ako dobrý nápad. Presviedčala som manžela, aby sme to skúsili.“ Neskôr zistila, že v rovnakom čase takto prenajímala byt aj ich

„Ani pri komerčnom prenájme neviete, akí nájomcovia prídu. Tu je ale angažovaná agentúra a naozaj vie pomôcť.“

rodinná známa. „Spoluprácu s OZ Proti prúdu a aj svojich podnájomníkov vnímala veľmi pozitívne, no napokon musela byť predat’.“

Martina a jej manžel sa občas doťahujú. On jej pošle článok o tom, za aké ceny sa komerčné byty prenajímajú, ona zasa apeluje na jeho lepšie, empatičejšie ja. Hoci sa k projektu staval od začiatku neutrálne, podporuje ju. „Zamestnanci Sociálnej nájomnej agentúry nám povedali všetko na rovinu. Pýtali sa nás, kde sú naše hranice tolerancie,“ spomína Martina. „Nevedela som si predstaviť prenajať byt alkoholikovi. Nie z obavy o byt. No kvôli susedom.“

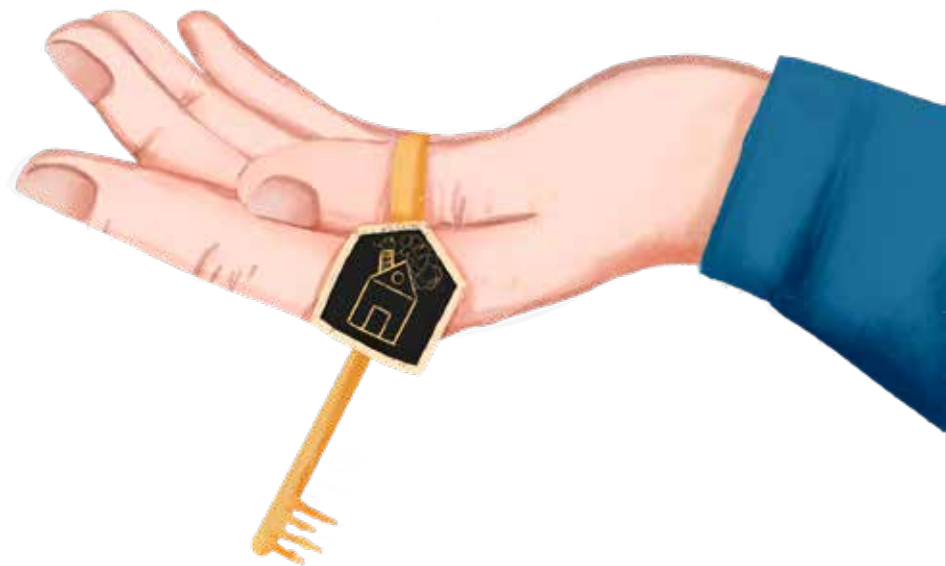
Martina brala svoje požiadavky triezvo. Vedela, že ľudia, ktorí potrebujú sociálnu pomoc len málokedy nefajčia. „Nebol to predsudok, ale skôr skúsenosť vďaka pozorovaniu okolia.“ Jej nájomca napokon naozaj fajčil. „No bol zlatý! Ukazoval mi, že si zaobstaral niečo ako násadku na cigarety, vďaka ktorej nebolo nič napáchnuté. V byte naozaj nebolo nič cítiť.“

BUDOVANIE DOMOVA

„Bolo mi veľmi sympatické, že spravil ten ústretový krok a niečo takéto si zadovážil,“ usmieva sa aj dnes Martina. Hoci neboli kamaráti, ich vzťah nekončil spojením prenajímateľa a podnájomníka. „Boli sme niekde medzi. Občas som mu doniesla bábovku. On mi spravil čaj a rozprávali sme sa.“ Nájomca jej postupne povedal o svojom synovi, ona hovorila o svojej rodine. O situácii svojich nájomníkov so susedmi nehovorí. „Sami sa musia rozhodnúť, čo im povedia.“

Martina si spoluprácu so Sociálnou nájomnou agentúrou pochvaľuje. „Z komunikácie som vždy mala veľmi dobrý dojem. Nič mi neprikrášľovali. Reálne zhodnotili, ako všetko funguje. Mala som stopercentnú podporu, či išlo o zmluvnú dokumentáciu alebo ročné vyúčtovanie.“ Pri problémech s hlukom tiež podľa nej prišla promptná reakcia. „Najprv som bola z celej situácie nervózna a nevedela som celkom, čo robiť, no po rozhovore s vedúcim agentúry a vysvetlení, prečo sa to deje a ako to môžeme vyriešiť k spokojnosti všetkých, som si uvedomila, že každá situácia má riešenie.“ A aj sa podarilo.

Ak by mala komerčných nájomcov, mohlo sa to stať tiež. V tomto prípade by však podporu Sociálnej nájomnej agentúry nemala. „Povedzme si to na rovinu. Ani pri komerčnom prenájme nikdy neviete, akí nájomcovia prídu. Tu je ale angažovaná agentúra a naozaj vie pomôcť. Dokonca keď sa v byte menili nájomníci, bol v lepšom stave, ako som im ho odovzdávala. Najmä vďaka samotnému nájomcovi.“●



Ak sa chcete pridať k nám a prenajať byt našim klientom, kontaktujte našu Sociálnu nájomnú agentúru na e-maile: socialna.agentura@notabene.sk alebo tel. č.: +421 905 812 175.

Text a foto Jana Čavojská

Čo je šťastie pre malých a veľkých?

Dali sme dokopy škôlkárov a seniorov, aby sme od nich zistili, ako vnímajú šťastie, radosť, lásku a dôležité veci v živote. Ich odpovede mali niečo spoločné: najdôležitejší sú dobrí ľudia okolo.

↓ Veronika.



sa aj mimo klubu, boli sme už vo Viedni aj v Luxemburgu.“

Okrem klubu študuje Daria dejiny umenia a digitálnu fotografiu na Univerzite tretieho veku a dvakrát do týždňa trénuje v Centre aktívneho starnutia pri FTVŠ. Každú sobotu zvykne chodiť do Starej tržnice, na trhu má už veľa známych a priateľov. A v nedeľu často chodí na obed dcéra s dvomi malými vnukmi. Daria má čas na divadlo a koncerty. „Každý deň prežívam radosť. Momentálne nevnímam žiadne nevýhody svojho veku. Som v nejakom šťastnom leveli,“ hovorí.

SILA HUDBY

Malá Veronika cíti šťastie, keď sa na ňu doma usmeje tatino, keď sa môže hrať s kamarátmi a bratrancom Jakubkom. Čo je dobré na tom, byť dieťaťom? „Babka mi urobí palacinky vždy, keď chcem. Tak sa mi zdá, že pocit je to dobrý,“ zafilozofuje si dievčatko. No vidí aj nevýhody svojho veku. „Nikam nedočiahnem. Poslúcham mamu, tatina a babku.“ Veľmi rada spinká, no ráno musí skoro vstávať do škôlky. Preto má radšej víkendy. Môže si totiž

ZUZANA

„Šťastie je milovať a byť milovaný, vedieť sa tešiť ako malé deti, mať slobodu sa voľne rozhodovať i pohybovať, cítiť pokoj a vyjsť si v ústrety. Šťastie je aj prvý sneh, májové jahody, chvíle s knihou, tanec a more (v každom ročnom období).“

dlhšie pospať. „A potom ísť na obed do reštaurácie.“ Vždy si rada dá mäsko s hranolkami.

Dospelý život si Veronika predstavuje tak, že bude chodiť na výlety, kam sa jej len zachce. „Tatino už bude starý. Budem ho brať so sebou.“ Bude však chodiť aj do práce. Vraj tam, kde pracuje jej mamina. Aj ona bude pracovať v kancelárii s počítačom. „Mám doma detský počítač a rada sa s ním hrám, ťukám si v ňom písmenká, geometrické tvary a zvieratká.“

Keď bola Dariina mamička na tom zdravotne už veľmi zle, Daria si vždy



← Daria.

po jej návšteve v nemocnici sadla doma za klavír a hrala. „Všetko zlé odo mňa cez klavír odišlo. Hudba mi dáva veľmi veľa. Jej krása mi prináša pocit šťastia,“ vysvetľuje.

Šťastie je podľa nej, keď je zdravá ona a jej najbližší, a keď sa môže stretávať s priateľmi, dcérou a vnúčatami. „Vďaka tomu prežívam každý deň radosť. Stačí, keď sa na mňa na ulici niekto usmeje, a cítim sa dobre,“ pokračuje energická, usmievavá seniorka s výraznými okuliarmi. „Som veriaci. Som vďačná Bohu za to, že v tomto veku môžem ešte takto fungovať, a že mi dal do cesty takých skvelých ľudí a krásne zážitky. Na sviatok Všetkých Svätých som si pospomínala na mojich drahých, ktorí odišli. Ale tým, že som veriaci, viem, že sa tam hore raz stret-neme. Takže môj smútok nie je až taký ťaživý.“

KARNEVAL A SRDIEČKO

V kostole sa cíti dobre aj malá Veronika. Bráva ju tam babka. „Veľmi ma baví pozeráť sa na všetko, čo sa tam deje,“ konštatuje dievčatko. Smutná je, keď na ňu maminka kričí. Potom plače. „Ak plače moja maminka, upokojujem ju alebo sa tiež rozplačem.“

Daria nevie, kedy bola smutná. Azda len keď sú malí vnúčikovia chorí, je nepokojná. Keby mala dať Veronike do života najdôležitejšiu radu, bolo by to: „Stále sa usmievaj a vždy, keď môžeš, poriadne vyobjímaj otecka a mamičku a povedz im, že ich veľmi ľúbiš.“ Veronika má pre Dariu podobnú radu: „Veľa sa usmievaj na kamarátov.“

Ďalší rozhovor viedli manželia Klaudia a Paľo s piatimi škôlkármi – bratmi Tarasom a Nazarom z Ukrajiny,

Zojkou, Barborkou a Mili. Nazar bol práve smutný a nechcel nám nič povedať. Vraj preto, lebo by radšej bol v škôlkarskej triede s kamarátmi ako tu s nami. Rozmýšľali sme, čím by sme ho rozveselili. Jeho zhovorčivý braček Taras tvrdil, že Nazara väčšinou nič nepoteší. „Ani psíka nemá veľmi rád. Nebude šťastný, ani keď príde Dedo Mráz a Mikuláš.“ Ostatné deti navrhli karneval. Alebo nakresliť Nazarkovi srdiečko.

Čo naposledy urobilo veľkú radosť ostatným štyrom deťom? „Mamička,“ odpovedali jednoznačne. To veľmi potešilo Klaudiu. „Lebo aj ja som maminka, mám tri deti, Branka, Borisa a Barboru.“

ČLOVEK CHCE, ČO NEMÁ

Všetky deti sú presvedčené, že najlepšie na tom, byť škôlkar, sú hračky. No pri otázke, či by radšej už boli veľkí

a chodili do práce, spoločne vykríknu, že áno. Vraj by im nevadilo ani skoré vstávanie. „Samozrejme, že mi bolo lepšie, keď som bol dieťa,“ spomenul si Paľo. „Ale vtedy som chcel byť už dospelý. A teraz, keď som dospelý, by som chcel byť opäť dieťaťom. Človek chce celý život niečo, čo nemá. Ale dôležité je, aby si vážil to, čo je tu a teraz.“

Vrátime sa k darčekom. Deti hovoria, že dostávať ich je veľmi príjemné. Hlavne labubu. Vidno, že hovoriaca bábika ich veľmi upútala a dlho nedokážu rozprávať o ničom inom. Všetky až na Lili a Nazara, ktorý neodpovedá na žiadnu otázku, povedia, že radšej sa hrajú s labubu ako s kamarátmi. Paľo konštatuje, že keď začal v roku 1948 chodiť do škôlky on, život bol úplne iný ako teraz. Nedostatok všetkého vrátane potravín bol veľmi citelný. „Ale ani tieto deti nemajú jednoduché detstvo. Hlavne tie, ktoré museli odísť zo svojej vlasti. Možno sa tam vrátia, keď konečne tá hnusná vojna prestane.“

Klaudia dodáva, že oni už darčeky ani nechcú – ale stále ich dostávajú. „Ja som rada, keď sme všetci spolu pri veľkom prestretom stole. My, deti a vnúčatá. O pár dní budem mať meniny a všetci prídu na hostinu. Musíme ich pohostiť. Navaríme a napečieme koláčiky.“

Taras vykríkne: „A tortu!“ Ved' je to predsa meninová oslava. Potom si spoločne uvedomíme rozdiel: keď je človek malý, na narodeniny a meniny mu tortu upečie mamička alebo babka. Keď je veľký, on musí navariť, napeieť

ZUZANA

„Šťastie je veľmi veľa vecí. Napríklad aj to, že môžem ŽIŤ, lebo ani to som nemusela, ľudia, ktorí ma prijímajú a ktorí chodia do môjho života v správnom čase, možnosť spoznávať rôznorodosť sveta. Ja som bola odmalička šťastné dieťa. Je to výchovou? Prostredím? Nevie. Niekedy si myslím, že to nastavenie mysle je dar. Tak sa ho snažím posúvať ďalej.“

a pohostiť ostatných, hoci je to jeho sviatok.

A čo je šťastie? „Ja som šťastná, lebo mám maminu,“ odpovie Barborka. Klaudia zareaguje v niečo podobne: keď sa človek ráno zobudí zdravý a má pri sebe svoju rodinu – manžela, deti, vnúčatá. „Šťastie je, aj keď môžeme ísť von, prejsť sa do prírody, kochať sa ňou, keď svieti slniečko. A keď je človek spokojný so svojím životom.“

Aj podľa Paľu prináša šťastie spokojnosť. Spokojní však musíme byť v prvom rade sami so sebou. Zlé veci v živote treba vnímať s pokorou. Lebo niečo sa nedá zmeniť, a to musíme prijať. „Deti v tomto veku to ešte nevedia, ale život nie je taký, ako by sme ho chceli. No žiť ho musíme.“

SKORO VSTÁVAŤ

Na poslednom rozhovore sa stretla Magda a Mishelka. Škôlkárka cíti radosť, keď svieti slnko, môže sa hrať a ide do škôlky. Má rada svoje hračky, hlavne zajačika. Doma má aj rybičky. „Dve však umreli. Tretia je teraz smutná a plače za kamarátmi. Z toho som smutná aj ja.“

Samu seba však definuje ako veselé dievčatko. Páči sa jej byť malá, lebo môže mať veľa kamarátov a maminku, ktorá ju miluje. No vníma aj negatíva svojho veku. „Ráno musím skoro vstávať. Často je ešte tma. Ako môžem ísť do škôlky, keď je ešte noc? Som smutná, keď sa musím skoro budiť. Budí ma mamina a stále mi hovorí, že už sa musím niekedy zobudiť aj sama.“ Mishelka si svoj najlepší deň predstavuje tak, že by mohla dlho spať. No

nie je to víkend. „Lebo moja škôlka je vtedy zatvorená.“ Obrovskú radosť jej urobí aj taká maličkosť ako zmrzlina. Alebo darček. „Lenže rodičia mi väčšinou kúpia niečo iné, ako chcem.“

Magda hovorí, že ona veľké dary nepotrebuje. „Som šťastná, už keď sa ráno zobudím a zasvieti na mňa slniečko.“ Váži si aj priateľky. Niektoré má od prvej triedy základnej školy, stretáva sa s nimi v Banskej Štiavnici, kde chodila do školy. „Na druhej strane je veľmi dôležité mať aj mladšie priateľky. Dá sa mi to. Skoro všetky moje bývalé asistentky, sekretárky, sú dnes už moje priateľky.“

SÚCIT Z NÁS ROBI ĽUDÍ

Na otázku, či by opäť chcela byť dieťaťom, odpovedá, že rozhodne by v dnešnej dobe nechcela mať osemnásť. „Som rada, že to už mám za sebou. Mám pocit, že v tomto veku som oveľa múdrejšia, oveľa viac si pamätám a viem. Skúsenosti vám nikto nemôže zobrať. Sú výhodou.“ Ďalšou výhodou je, že starší ľudia sa už nemusia snažiť o kariéru, takže sa môžu prestať cenzurovať a môžu hovoriť na rovinu, čo si myslia.

Magda pociťuje aj negatíva svojho veku. „Občas musíte jesť nejaké pilule. Ale našťastie dnes máme takú lekársku starostlivosť, že sa dožívame vyššieho veku. Malo by to nevýhody, keby som si musela nechať vymeniť kĺby. Ale moje zatiaľ držia.“ Čo láska, ako ju prežívajú mladí? Podľa Magdy je už trochu sprofanovaná. Kto túži po neustálom tlčení srdca, asi sa sklame,

lebo táto fáza lásky nikdy netrvá dlho. „Myslím si, že dôležitejšie je usilovať sa o priateľstvo, empatiu a súcit. Súcit je jedna z vecí, ktoré z nás robia ľudí. Lebo náklonnosť ukazujú aj psy.“

Pre Mishelku nemá Magda žiadnu radu do života. „Ona a ostatné deti budú žiť v časoch, aké si my nevieme predstaviť. Či už v pozitívnom, alebo, bohužiaľ, aj v negatívnom slova zmysle. Takže im akurát môžem priať, aby boli zdravé, aby im fungovali hlavičky, aby mali okolo seba rodinu a aby sa cítili v bezpečí.“ A šťastie? „To si každý nosí v sebe. Nemali by ste čakať od druhých ľudí alebo od okolností, že vás urobia šťastnými. To je veľmi zlá životná stratégia. Tou mojou je, že ja som si strojom svojho šťastia. A to je báječné. Lebo šťastné okamihy mám v sebe.“●

ELENA

„Mala som cez víkend na starosti päťročného prasynovca. Užili sme si to, ale už som ho mala dosť, obliekanie mu trvalo hrozne dlho a ja už som sa nevedela dočkať, že zas budem mať kľud. A potom, keď som mu nervózne pomáhala do bundy, pozrel sa na mňa s takou oddanosťou a láskou, že som sa skoro rozplakala. Objala som ho, nič sme si nepovedali, ale celú cestu k nemu domov som cítila, že toto je moje šťastie.“



Taras, Zojka, Paľo, Barborka, Klaudia, Mili a Nazar.



Magda a Mishelka.

Text Petra Vrablicová
Foto Marcel Rebro

Žiť z celého srdca

Stojí na ulici a vyzýva okoloidúcich, aby si vytiahli otázku a odpovedali na ňu. Zvláštne? Žaneta Morovská, autorka hry Hlbina, je nekonvenčná, svojská. Neuchopiteľná. Rada sa pýta. Vďaka za ňu a jej otázky.



Rada hovorí, že nie je podstatné meno, ale sloveso. Lebo je síce podstatná – pre svet, seba, svoju rodinu, ale nie ako osoba, ale ako to, čo robí, čo cíti. Tým, že existuje. Kedysi si myslela, že nie je podstatná. Možno preto má teraz potrebu deklarovať, že jej existencia má zmysel. Príliš ťažké otázky? Na to si pri Žanete musíte zvyknúť. Nie je ako ostatní ľudia. Možno vás raz zastaví so svojou otázkou. Čo odpoviete? Žiaden strach. Nebude to samoučelné. Žaneta vás chce priviesť k úvahe o podstatných veciach v živote.

Kto teda si?

Túto otázku nemám rada. Núti ma zúžiť sa do formuliek a definícií. Ja som pritom všetko a nič. Som ľudská

bytosť a to stačí. Už to je podstatné. Mohla by som tiež povedať: Som Žaneta a mám 33 rokov. Sú to nálepky, ktoré si dávame, aby sme v tomto svete fungovali. Nechcem sa s ničím extrémne identifikovať. Páči sa mi byť Žaneta. Žena. Je to príjemné, ale netrvám na tom. Najslobodnejšie je povedať: Som bytosť. Som človek. Som ľudská.

Nesťažuje ti to žitie?

Sťažuje. Ľuďom to spôsobuje chaos. Nevedia si ma zaradiť. Chcú škatuľku, kam si ma dajú. Dáva im to pocit bezpečia. Preto kategorizovanie vzniklo. Lenže ja úplne nespadám do žiadnej kategórie. Ani nechcem. Málokto je otvorený prijať to. Ľuďom sa v tom

nechce šprtať. Nemajú pozornosť či trpezlivosť, aby sa zamysleli a zistili, kto sú.

Cítia sa podľa teba ohrození?

Áno. Väčšinou príde otázka: „Dobre, ale čo robíš? Čo ťa živí?“ Nepáči sa mi, že si človeka zaradíme na základe profesie. Mrzí ma, že sa málo pýtame na túžby, sny a plány. Alebo s akými pocitmi sa ráno budíš a aké myšlienky máš tesne pred spaním. Mňa zaujíma práve toto. Až na poslednom mieste sa pýtam, čo robíš.

Dovolíš si napriek reakciám takto slobodne hovoriť o tom, kto si?

Naučila som sa ľudí upokojiť tým, že im poviem nejakú formulku.

Napríklad: „Som Žaneta a robím Hlbinu.“ Spýtajú sa, čo to je. Keď im to vysvetlím, sú spokojní. Niekedy pokračujú: „Ako vyzerá tvoj deň?“ Vždy rôzne. Vydávame nové edície, raz, dvakrát ročne. Mám aj veľa voľného času. Žiť sa dá aj bez toho, aby som mala čas vyplnený prácou. Osem hodín je v pohode, ale nepotrebujem robiť dvanásť.

Mala si to tak vždy alebo si k tomu dospela?

Nepamätám si, čím som chcela byť ako malá. Iba som vedela, že sa chcem venovať umeniu a písať. Ľudia, s ktorými sa náhodne stretnem napríklad počas zdieľanej jazdy, majú rôzne reakcie. Som sympatická a prirodzene sa usmievam. Cítim však, že som pre nich zvláštna.

Cítia si niekedy potrebu definovať sa, aby si sa zaradila?

Koncom vysokej. Študovala som prekladateľstvo a tlmočníctvo. Vedela som, že to nebudem robiť, no dávalo mi to úžasnú slobodu. Robili sme divadlo, s kamoškami sme organizovali recitačné večery. Našla som si ľudí, ktorí boli rovnako divní, neuchopiteľní, hraví a umelecky zameraní. Prežila som s nimi krásne roky. V poslednom ročníku som si povedala, že musím dopadnúť na zem, vhuľnúť do dospeleckého života a zaradiť sa. Pocítila som spoločenskú požiadavku. Dovtedy som lietala. Ale zľakla som sa, čo so mnou bude. Išla som s davom. Nájst' si stabilnú prácu a cez víkend chodiť na výlety. Pomaly si založiť rodinu. Bolo to moje falošné ja, ktoré sa podvolilo očakávaniam. Vtedy som začala písať prvú knihu, Manifest mladej ženy. Už to, že som ju napísala, bol úspech. Bola som presvedčená, že ako 27-ročná nemám ešte čo povedať. Ešte som nič nezažila. Zo spoločnosti som nasala, že nie som podstatná. Som mladá. Som žena. Čo si o sebe myslím?

Ako dlho to trvalo?

Nejaký čas po vysokej. Žila som vtedy v Prahe. Pomohol mi predajca Nového Prostoru, českej verzie NOTA BENE. Stretávala som ho v metre, keď

som celá nešťastná chodila do práce. Pracovať s tabuľkami. Vždy mi povedal: „Miluji tě.“ Občas sme konverzovali, ale často som sa ponáhľala a on len zakričal: „Miluji tě!“ Neverila som mu. Nepozná ma. Ako ma môže milovať? Ale on to hovoril s takou láskou, že som tomu na moment uverila.

Koľko si vydržala taký život?

Tri až štyri roky. S tabuľkami tri mesiace. Keď mi skončila skúšobná doba, poďakovala som a išla na úrad práce. Krátko potom začal covid. Bol pre mňa najlepším obdobím. Celý svet stíchol. Všetci mi dali pokoj. Aj hlasy v mojej hlave, podľa ktorých som mala niečo dokázať. V biznise. Oblasti, kde nie som doma. Úrad práce bol pre moje ego ťažký. Ocítla sa tam vysokoškolsky vzdelaná, inteligentná, pekná žena. Zo strachu som to mesiac nikomu nepovedala. Rodičia aj širšia rodina by to ťažko niesli.

„Mrzí ma, že sa málo pýtame na túžby, sny a plány. Alebo s akými pocitmi sa ráno budíš a aké myšlienky máš tesne pred spaním.“

Ale?

Nikto sa ma nepýtal, či chodím na pohovory. Čo budem robiť. Riešilo sa, či sme zdraví a čo bude so svetom. A ja som sa začala vracieť k sebe.

V akom zmysle?

Metaforicky, poeticky a duchovne som sa vrátila k tomu, čo v sebe nosím. Kládla som si otázky: Čo mám rada? V čom som dobrá? Ako môžem slúžiť ľuďom? Som veľmi kreatívna. Rada píšem, rozprávam sa, mám rada ľudské príbehy, rozhovory aj humor, a keď sa môžeme spájať. Pochopila som, že je pre mňa hodnotnejšie zobudiť sa, kedy chcem, a robiť, čo uznám za dôležité. Slobodu rozhodovania mám vyššie ako kariéru alebo finančné úspechy. Odsúhlasila som si, že budem žiť

skromne, no budem slobodná. Založila som si živnosť, pričuchla k marketingu a zistila som, že sa asi nestratím. Keď ukončíš niečo, čo ti už nerobí dobre, no nevieš, čo budeš robiť, to je odvaha.

Čo pre teba znamenajú otázky?

Otázky sú pre mňa spôsobom prejavovania lásky. Doma. V partnerstve. S kamarátmi. Sú zdrojom poznania. Pýtam sa, pretože chcem vedieť viac. Zároveň sú prejavom mojej neukojiteľnej zvedavosti. Nedá sa to vypnúť. Väčšinou začínajú jednoduchým: Prečo? Chcem pochopiť, ako sa daný človek menil a ako pritom uvažoval. Asi si viem ziskávať ľudí, pretože sa ich ľudsky pýtam. Nehrám záujem.

Všímajú si to aj inde?

Kde-tu mi ľudia po stretnutí povedali: „Toto som ešte nikdy nikomu nepovedal. Si jediná, kto to vie.“ Alebo že to bola pre nich forma terapie. Rozmýšľala som, prečo. Nechcela som vedieť ich tajomstvá. Počas jedného Silvestra som si chcela zrekapitulovať rok. Kamošom som povedala, že mám otázku: „Kedy si najviac cítil, že si?“

Ako reagovali?

Bolo nás pätnásť. Každý odpovedal. Boli dojatí. So slzami v očiach spomínali na pekné momenty. Jeden potom za mnou chodil: „Máš nejaké otázky? Pýtaj sa ma!“ Môj vtedajší frajer, Andrej, si to začal všímať. Hoci sme sa neskôr rozišli, stále sme biznis partneri. Navrhol mi, aby sme spravili hru. Smiala som sa, načo by komu bola taká hra. Každý sa predsa pýta. Myslela som si, že je to prirodzená ľudská výbava. Keď máš niekoho rád, tak sa opýtaš. „Možno to nevedia, ale chceli by,“ povedal mi Andrej.

Čo si urobila?

Sabotovala som to. Mala som rozpísanú knihu. Vnímala som sa ako autorka. To bola prioritá. Vrela som mu, nech ma nevyrušuje. Súhlasil, no chcel, aby som mu dala nejaké otázky. Občas som si ich písala do poznámok, tak som mu ich zazdieľala. On vytvoril vizuál, grafiku, predaj, zafinancoval to. Hlbina vyšla mesiac po mojej knihe a bola trikrát úspešnejšia.

Rozbilo to tvoju predstavu samej seba?

Trochu, ale, samozrejme, tešila som sa. Začali nám chodiť krásne spätné väzby. Ja som sa ale s Hlbinou dlho nespájala. Verím však, že duša prišla na svet s nejakým plánom. Hlava ti hovorí: „choď tam a rob toto“, ale ak necháš pôsobiť život, najlepšie ti ukáže, kde si najviac užitočná. Zdá sa, že to bola práve Hlbina. Mnohí úspešní ľudia tvrdia, že keď tvoříš niečo dôležité, chce to čas a drinu. A mne to trvalo dva dni. Išlo to ľahko. Len som bola sama sebou a kládla som otázky. Niektí ich zhmotnili a pre ľudí to malo obrovskú hodnotu. Nechápala som to. Ľuďom som hovorila: Prečo ju kupujete? Pýtajte sa sami!

Kedy si si uvedomila, že sa naozaj nepýtajú?

Asi až tento rok. Bol to najintrospektívnejší rok v mojom živote. Išla som ešte hlbšie sama k sebe. Zistila som, že Hlbina je moja životná filozofia. Najviac mi dáva, keď sa s človekom môžem spojiť. Otázkami. V hĺbke a nie pri témach o počasí. Hra funguje psychologicky. Odborníci ju občas využívajú pri terapiách. Keď niekto sústredene počúva a nesúdi, je to samo osebe liečivé. Otázky vznikli intuitívne. Pocitové odpovede racionálne zmýšľajúcim ľuďom nestačili. A ja som sa pod Hlbinu nevedela plne a sebavedomo podpísať.

Zmenilo sa to?

Na začiatku roka, keď som si dovoľila objasniť všetko, čo robím, na základe pocitov, vlastných skúseností a akejsi vnútornej múdrosti. Uvedomila som si, že sa mi dokola dejú podobné veci. Životná nespokojnosť a utrpenie sú zdrojom veľkej múdrosti. Získaš ju, keď neutečieš od bolesti, ktorú život prináša. Stretávala som ľudí, ktorí mi ďakovali, že hru robím. No cítila som, že to už asi nechcem. Na jar som sedela v Medicej záhrade a povedala som si, že končím. Nechcem ju viac robiť. Môže pokračovať už aj bezo mňa. Beriem si sabatikal.

Sabatikal? Nebola si živnostníčka, ktorá si prácu vie prispôsobiť?

Áno, a vytvorila som si vlastný sabatikal. Pracujem v kreatíve, stále píšem a som vo svojej hlave. Počas sabatikalu sa zobudíš a je ti jedno, čo budeš robiť, lebo vedome odpočívaš.

Nemáš síce príjem, ale trošku sa uskromníš. Musela som to urobiť pre svoju psychickú pohodu. Myslela som si, že mám čas robiť aj niečo iné. Ale to neprichádzalo. Zároveň prišla aj nenaklonenosť v láske a ja som zase išla do temna. Našťastie som rýchlo našla svetlo. Sľúbila som si, že sa nebudem spochybňovať a budem si veriť. Pochybnosti a nadmerné premýšľanie sú zdrojom utrpenia. Vzdala som sa svojho vnútorného kritika. Dohodla som sa s ním, nech ma nespochybňuje v mojich pocitoch, túžbach a snoch. Mám predsa právo na akýkoľvek pocit a túžbu, ktoré neubližujú iným ľuďom. Prijala som, že mi možno zo života odídu ľudia, ktorí nebudú dávať moje nové ja. Uvedomenie, že sa nebudem každému páčiť, ani mu môcť vyhovieť a ani sa o to nebudem snažiť, ma oslobodilo.

Čo tí, čo sa nevedia takto oslobodiť?

Odporúčala by som im tráviť čas v tichu. Ak je človek stratený či nenaplnený, bolo by dobré nájsť si kouča alebo terapiu. Toto riešenie si nemôže dovoliť každý. Každý však môže písať. Je to zadarmo. Nejde to hneď. Ľuďom odporúčam, aby si kúpili zošit a vyliali to zo seba. Aj ja som to robila. Najdôležitejšie je si veci priznať. Nesúdiť sa za ne a napísať ich. Mnohí pred tým utekajú. Nevedia byť sami so sebou. V tichu. Bez počúvania hudby alebo televízie v pozadí. Radšej sa dohodnú s niekým na stretnutí, len aby neboli trochu sami. Buď chvíľu len ty a už si to.

Keď si dokončila svoju druhú knihu Blahobytie, bola si k tomu bližšie?

Hej. Kniha zhrňa najnovšie poznatky takzvanej pozitívnej psychológie. Väčšinu vecí, ktoré tvorím, robím, lebo pasujú do môjho momentálneho

„Pomohol mi predajca Nového Prostoru, českej verzie NOTA BENE. Stretávala som ho v metre, keď som celá nešťastná chodila do práce. Vždy mi povedal: Miluji tě.“

prežívania. Ponorím sa do témy. Spravím si výcuc a poviem si: Možno to niekomu pomôže. Zachránilo ma to, keď prišlo osamelejšie obdobie. Nechodím do práce medzi kolegov. Som v izolácii. Vďaka nastaveniam mysle z múdrych kníh, ktoré som zhrnula v Blahobyti, som sa cítila spokojne. Tešila som sa. Cestovala. Žila. Samozrejme, že mi niečo chýbalo, no vždy viete obrátiť svoju pozornosť k dobrým veciam. Viem hľadať dary a pestrosti v každodennosti. Naučila som sa všímavosti a vďačnosti. Aj za zlý deň.

Je šťastný život tvoj životný štýl?

Nepoužívam veľmi slovo šťastný. Preferujem a usilujem sa o spokojnosť, vnútorný pokoj a mier. Je to oveľa hodnotnejší stav, než šťastie. Chcem cítiť zmysluplnosť. Tým, ako žijem svoj život. Pocit šťastia je prirodzený následok.

Našla si teda svoj recept na šťastie?

Áno, ale nie je ničím špecifický. Písanie by som doplnila o každoročnú otázku: „Čo chceš v živote?“ Môžu to byť banálne veci. Napíš si všetky svoje chcenia. Každodenné. Smiešne. Neúplné. Ja si každý rok napíšem, že chcem hrať na klavír. Neviem, prečo. Netúžim byť hudobníčka. Všetkým by som odporučila napísať si 50 vecí. Ak vám to umožňujú čas a financie, začnite robiť aspoň niektoré z nich. Okrem šťastia príde pocit, že veci sú tak, ako majú byť. Život bude o niečo ľahší.

Občas sa postavíš na ulicu, aby si sa rozprávala s ľuďmi. Prečo?

Milujem ľudí. Sú to chodiace knihy. V každom nájdem príbeh. Rada na ulici interagujem. Občas aj invazívnejšie. Spýtam sa ich, či si chcú potiahnuť otázku. Rada naruším ich autopilota,

oslovila dievča na ulici. Povedala som jej, že vyžaruje príjemnú energiu. Cítila som, že by som si našla novú kamarátku. Ľudia tu sú, len my sme uzavretí. Bojíme sa urobiť prvý krok. Bojíme sa vzťahov.

Čo ti dala táto nebojácnosť voči cudzím ľuďom?

Pamätám si jedného pána. Oslovila

pocitu správnosti. Keď budem milovať, chcem mať odvahu povedať to. Nič tým nesledujem. Nič od toho neočakávam. Poviem to, nech vieš, že si hodný lásky.

Neťaží ťa odmietanie?

Prihovorím sa trom ľuďom, dvaja ma odmietnu. Je to úžasný tréning. Vďaka nemu viem, že to nič nehovorí o mojej hodnote alebo podstate.



ako predajca Nového Prostoru kedysi vyrušil mňa.

Trénuješ si rada svoju odvahu?

Rada sa v nej kultivujem. Bojkotujem myšlienku, že láskyplnosť a dotyk patrí len tým, ktorých poznáme, a cudzím nie. Ale prečo? Prečo by som sa nemohla s niekým len tak rozprávať na ulici? Nechcem robiť iba to, čo je správne a slušné. Provokujem. Natáčam to skrytou kamerou, aby som ukázala, aké krásne krehké sú ľudské spojenia a ako ich vieme nadviazať s hocikým.

Nejde o opak toho, čo súčasnosť propaguje?

S mojou old school retro dušou som z inej doby. Keď sa so mnou chce niekto spoznať, nech za mnou príde a osloví ma. Nehovorím len o romantických nadväzovaniach. Neraz som

som ho, aby si vytiahol otázku. Pristúpil k tomu seriózne. V krátkosti mi vyrozprával svoj príbeh. Hovoril o téme, ktorá ma nezaujíma. Asi to bola politika. Škoda. Odišla som niekam za roh. Zrazu sa tam zjavil. Znovu si vytiahol otázku. Bola mrzivo krásna: Čo je podľa vás najväčšie umenie v živote? „Zomrieť čestne,“ povedal. Doteraz mám z toho zimomriavky. Neskôr mi skrížil cestu tretíkrát. Kúpil mi kvet. Ja som už na tom rohu nebola. No znova ma stretol a dal mi ho.

Najväčšou životnou odvahou teda je...

Žiť z celého srdca. Žiť, konať, rozprávať a cítiť. Hovoriť o láske a vyznávať ju. Byť otvorený a pripravený, že nám aj niekto ublíži. No a čo. Aj tak to chcem. Je to zraňujúce, preto mnohí žijú so zavretým srdcom. Ja som sa rozhodla opačne. Nie z kalkulu alebo

Ktorá otázka je podľa teba najdôležitejšia, ale najmenej často sa ju pýtame?

Čo v živote skutočne chceš? Naschvál používam slovo „čo“. Zmestí sa doň všetko aj všetci. Keď vieš, že v živote chceš hrať na klavír a nehráš, lebo klavír nemáš a myslíš si, že naň nemáš čas, choď a kúp si ho! Majú ho aj v bazári.●

ŽANETA MOROVSKÁ

Autorka a citlivá pozorovateľka ľudských príbehov. Pod značkou Hlbina tvorí kartové hry, zápisníky a knihy venované (seba)poznaniu a blízkosti. Vo svojej tvorbe prepája psychológiu, duchovno a estetiku každodennosti. Jej najnovším dielom je *Hlbina moja každodenná* – rituál písania, v ktorom nachádzame pokoj, jasnosť a seba.

Text Juraj Červenka
Malba Pierre-Auguste Renoir (impressionistarts.com)

Nebola to žiadna veľká revolúcia, ale všetkým zmenila život. Pred dvesto rokmi sme dostali povolené občas nerobiť nič. Voľný čas prestal byť luxusom.

Ako 19. storočie naučilo ľudí oddychovať

Zamyslite sa – kde budete tráviť najbližší víkend? Na turistike v prírode či niekde na športovisku? Alebo sa vyberiete do obľúbenej kaviarne a celkom spomalíte? A čo tak múzeum? Po stáročia ľudstvo zamestnávali skôr otázky prežitia, no ak by ste sa o vašich plánoch poradili s predkom z 19. storočia, už by vám azda rozumel. Rozvoj priemyslu a rozširovanie železníc výrazne zvýšili migráciu a urbanizáciu Európy. Úmrtnosť klesala, počet obyvateľov stúpал. Niektoré mestá sa menili na rozľahlé metropoly. Starý kontinent nabral medzi rokmi 1750 a 1850 na populácii asi dvojnásobne.

KAVIARENSKÍ POVALAČI
Rodila sa početná robotnícka trieda, spočiatku živiaci v zlých pracovných podmienkach, a podstatne lepšie situovaná trieda stredná. Život v mestách ponúkal nové možnosti. Ľudia uvažovali v širších perspektívach. Už nie iba v rodinných a náboženských, zacielených na panovníka a pôdu. Niekde rýchlejšie, inde pomalšie, no historici vo všeobecnosti konštatujú, že životná úroveň a vzdelanosť sa zvyšovali. Napríklad v roku 1851 usporiadali v Londýne veľkolepú Svetovú výstavu. Krištáľový palác navštívilo okolo šesť miliónov ľudí všetkých spoločenských tried vrátane robotníkov a ich rodín. Na lákavé podujatie cestovali vlakovými spojmi, tak ako ich potomkovia o generácie neskôr. Ľudia mali záujem o dianie okolo, aj o aktívny oddych v zmysle „človek nie je živý len prácou“. V platnosti bol čerstvý zákon o desaťhodinovom pracovnom čase. Trendy zo

západu skôr či neskôr prichádzali aj do východných oblastí Európy. V každom väčšom meste bývalej c. a k. monarchie by sme našli obľúbené miesta oddychu a stretnutí. Vo Viedni to bol jednoznačne Práter. Jeho lúky a lesíky širokej verejnosti sprístupnil ešte osvietený panovník Jozef II. Na zelenej ploche vyrastali kaviarne a krčmičky, honosné i celkom lacné, spolu s kolotočmi vábili divákov šoumeni zo všetkých kútov impéria. Tam, kde v roku 1848 násilne potlačili demonštráciu viedenských robotníkov, prišlo v roku 1890 sláviť 1. máj minimálne 70 000 ľudí a začali tak s dodnes trvajúcou tradíciou.

Kaviarne boli aj budapeštianskym fenoménom. Vo svojom výskume sa im venoval americko-maďarský historik John Lukacs. Fakty oddeľoval od romantiky a vysvetľoval, ako sa kaviarne stávali slušným a pomerne lacným miestom odpočinku pre celé rodiny. V posledných dekádach 19. storočia vznikali v každej štvrti výstavného uhorského veľkomesta, najmä na peštianskej strane. Pripomínali tie dnešné, v ktorých radi pracujeme s notebookmi. K dispozícii boli káva, voda, papier aj atrament a tiež domáce i zahraničné tlačoviny. Novinári, umelci, politici pracovali, tvorili, žili v kaviarnach. Tomuto trendu neunikol ani Prešporok. Pred rokom 1900 počítalo kaviarenské zázemie asi dve desiatky zariadení.

CESTOVATELIA Z KRATOCHVÍLE
Vzdelaný človek 19. storočia premýšľal, analyzoval a delil sa so svojimi

svetonázormi s okolím. Bohatému spolkovému životu sa tešil aj približne štyridsaťtisícový Prešporok. Známy prešporský činiteľ Ferdinand Martinengo sa angažoval v šermiarskom spolku, hasičskom spolku aj charitatívnych a športových spolkoch. „Lásku k blížnemu presadzoval aj pomocou chudobným a usilovným školákom, a to bez akejkoľvek náboženskej diskriminácie,“ hodnotili 1. marca 1895 v prešporskej tlači, keď Martinengo zomrel. Vnímať svoje okolie v národných súvislostiach, i to bolo nóvum 19. storočia. Dnes také časté a aj zbytočné a únavné prekážky o konzervatívcoch a liberáloch poznáme už odvtedy.

Kto si to mohol dovoliť, ten cestoval, pretože cestovanie obohacovalo ducha. Turista v modernom ponímaní sa objavil v 19. storočí. „Človek vzdelaný si praje vidieť kraje aj ľud Ibsena, Dickensa, Lotiho a Zolu, scenériu Homérových a Vergíliových básní, snáď tiež dejisko Máchovho Mája, kraj Jiráskov,“ uvažoval Jiří Guth-Jarkovský, jeden z najväčších propagátorov turistiky. V skalických novinách *Obzor* v roku 1879 vysvetľovali, kto vlastne tí turisti, teda „cestovatelia z kratochvíle“ sú. O dva roky neskôr upozorňovali, že i doma sa dajú najsť skutočné skvosty a netreba vždy utrácať za poznanie v cudzine. Tipom autora bola málo známa kapucínska záhrada v Pezinku. V roku 1899 Terézia Vansová vo svojej *Dennici* ponúkala cenné turistické rady: „Najistejšie zahasí smäd čierna káva a čaj, ktorý môžeme so sebou vo fľaške nosiť. V Alpách a Dolomitoch nosia turisti so sebou i cukrovinky-bonbons, ktoré veľmi dobré služby konajú.“

TENIS PRE KAŽDÉHO
Ďalšie možnosti realizácie prinášal najmä mužskej časti obyvateľstva šport. Najprv veslárske a jazdecké disciplíny, potom v oveľa masovejšej miere futbal. Hra strednej triedy, spočiatku zaznávaná, ale čoraz populárnejšia. Kluby od pražskej Sparty či Slavie, viedenského Rapidu alebo Vienny až po budapeštiansky Ferencváros a dnes už neexistujúci PTE z Prešporka spájalo jedno – roky založenia v poslednej dekáde 19. storočia. Aj v Rakúsko-Uhorsku totiž ľudia radi športovali, no „nie tak bláznivo ako Anglosasi, aj tu

existovalo tempo, ale nie príliš veľké tempo“, ironicky opisoval v románe *Muž bez vlastností* c. a k. monarchiu rakúsky spisovateľ Robert Musil. Športové eldorádo dnešnej Bratislavy sa v tých časoch nachádzalo na petržalskej strane Dunaja, kde popri futbalových ihriskách budovali aj tenisové kurty. Desiatky a desiatky kurtov, ihriská trávnaté aj prašné. Tenis bol dostupný každému, mužom aj ženám, oblečenie a výstroj neboli drahé. Stačilo sa prejsť v lete okolo piatej pri Dunaji a počuli ste nadšené volania a smiech hráčov a hráčok. Potvrdzuje to aj dobová reportáž z roku 1891. Tenis bol v móde, v tlačnom inzeráte obchodu na dnešnej ulici Rybárska brána ponúkali „kvalitnú tenisovú obuv s pružnou podrážkou“.

SPOLOČNOSŤ VEGETARIÁNOV
Pracovné príležitosti, množstvo ľudí a zrýchlené životné tempo kontrastovali s túžbou spomaliť a vrátiť sa do prírody. Začalo sa to romantizmom spojeným s ideálmi slobody, ktorý vyznával blaho samoty. Pokračovalo to filozofmi ako Thomas Carlyle, ale aj Karol Marx. Tí sa zamýšľali, ako moderné technológie ľudí dehumanizujú. Prvý raz sa medzi vzdelancami



← Duch 19. storočia navždy zachytil vo svojich maľbách impresionistický veľikán Pierre-Auguste Renoir.

hovorilo o odpore k technológiám. „Smrťou slnka“ myslel Charles Dickens neutešený pohľad na priemyselné centrá a čierňavu sadzí. Britský publicista Dave Wildman, ktorý sa zaoberá viktoriánskou spoločnosťou, upozorňuje na prekvapujúco silný hlas organizácií zameraných na ochranu zvierat. Športy a vystúpenia, počas ktorých zvieratá trpeli, boli čoraz menej populárne. Anglickú spoločnosť vegetariánov z roku 1847 nasledovali ďalšie, v roku 1881 takúto organizáciu založili vo Viedni a združovala aj „vegetariánov najprísnejšieho dodržiavania“, teda vegánov. V slovenskej spoločnosti sa tiež začali diskusie o výhodách a nevýhodách bezmäsitej stravy. „Vo východnej Indii sú celé, na milióny hláv silné národy, ktoré dľa náboženských pravidiel svojich sú najprísnejší vegetariáni,“ argumentovali v skalickom *Obzore* koncom roka 1878. Na našom území vznikali turistické spolky a sieť turistických chodníkov a vylepšovalo sa zázemie pre výletníkov. Dodnes fungujúce tatranské vysokohorské chaty, hotely aj dopravnú infraštruktúru otvárali v 19. storočí. Príroda už nebola ničím necivilizovaným a barbarským. Kladný vzťah k nej

vštepovali aj najmladšej generácii. Svoj podiel na tom mali i slovenskí vzdelanci, napríklad už spomenutá Vansová či Jozef Gregor Tajovský, keď prišpievali do časopisov pre najmenších. V novembri 1878 si deti vo *Včelke – časopise pre školskú mládež* prečítali o prírodných kolobehoch, ako sa vždy „lúka a les zazelenajú v plnej kráse“. *Dom a škola* bol zase určený rodičom a učiteľom, ktorí mohli šíriť osvetu aj vďaka článku z roku 1888. Príroda v ňom bola opisovaná ako úchvatné božské dielo a prvý učiteľ každého z nás.●

„Človek vzdelaný si praje vidieť kraje aj ľud Ibsena, Dickensa, Lotiho a Zolu, scenériu Homérových a Vergíliových básní, snáď tiež dejisko Máchovho Mája, kraj Jiráskov.“

SLOVENSKO V KNIHÁCH



Lenka Šingovská prináša malým aj veľkým čitateľom knihy, do ktorých vkladá lásku k našej krajine.

Text Michaela Mihoková
Foto Matej Fabianek

Stalo sa to dávno, ale dodnes si to pamätám. Vrátila som sa aj s mamou z Prahy. Boli sme preč len päť dní. Vystúpili sme z vlaku na železničnej stanici v Trnave, trochu unavené z cestovania aj z predošlých dní. A zrazu sa mi po tvári rozlial široký úsmev. Začula som slovenčinu, navyše s trnavským dialektom, a srdce sa mi rozbúšilo. Vedela som to. Otočila som sa k mame a zahlásila som tú pamätnú vetu, ktorú raz za čas povie každý s novým poznaním: „Som doma. Konečne som doma.“

Áno, láska k domovine v nás tam niekde je. Niektu ju ešte len objaví, niekto o nej pochybuje. A niekto ju už objavil. Lenka Šingovská to už o sebe vie. Preto prináša čitateľom, malým aj veľkým, knihy, v ktorých je láska k našej krajine.

PRUDKO NÁUČNÉ

Tá cesta trvala niekoľko rokov. Nebol to náhly pocit ani ranné vytriezvenie, ale niečo, čo si Lenka dobre premyslela. Päť rokov strávila v Londýne. Našla si priateľov, žila si dobre. A zrazu

sa ocitla pred voľbou zostať alebo sa vrátiť na Slovensko.

„V zahraničí som zistila, že vo mne drieme láska k domovine. Uvedomila som si, že môj domov je na Slovensku a že sa sem vrátim,“ spomína. Už ve-

im dobrodružné príbehy. Ako dieťa nemala rada dejepis ani vlastivedu. „Nerozumela som, prečo by som sa mala učiť o niekom, kto už nežije, a o niečom, čo je už dávna minulosť. Až v dospelosti som pochopila, že to potrebujeme vedieť, aby sme sa mohli zodpovedne rozhodovať a tvoriť budúcnosť. Takže keď si myslíme, že nemáme niečo radi, nemusí to tak byť. Možno sme len nenašli správny spôsob, ako tému uchopiť, alebo iní, ktorí nám ju predstavili, to nerobili spôsobom, ktorý by nám vyhovoval.“

PERMONÍCI AJ PALATÍN

Témy Lenkiných kníh sú pestré. V knihe Dodo v krajine permoníkov sa venuje našej bohatej banskej histórii. „Prostredníctvom pútavých postavičiek, permoníkov, opisujem sedem podzemných pokladov: zlato, uhlie, železná ruda, drahý opál, soľ, meď a striebro. Tieto boli a aj sú pre ľudí vzácne. Aj v celosvetovom meradle je Slovensko ich zásobami výnimočné. Napríklad najväčší opál na svete je z baní neďaleko Prešova. Váži viac ako 600 gramov a v súčasnosti sa nachádza v prírodovednom múzeu vo Viedni.

V knihe Felix a princeznin prsteň opisuje Oravský hrad. „Roztomilý zvedavý kocúrik Felix sa po hrade potuluje a hľadá princeznú. Do príbehu vstupujú historické osobnosti ako Juraj Turzo a jeho najmilšia dcéra Barbora, pre ktorú chystá sobáš. Felix pri hľadaní princeznej prechádza rôznymi zákutiami hradu. To mi umožnilo bližšie predstaviť čitateľom život na stredovekom hrade,“ hovorí. V rozprávaní venovala pozornosť Jurajovi Turzovi. „Na svoju dobu to bol veľmi vzdelaný a rozhľadený človek. Svojim dcéram sa venoval s náležitou pozornosťou. Keďže bol uhorským palatínom a často musel cestovať, naučil svoju manželku čítať a písať, aby spolu mohli komunikovať prostredníctvom listov. Pre ženy v jej postavení to nebolo bežné. O svojom živote si viedol podrobnú dokumentáciu. Dodnes môžeme napríklad nahliadnuť do slávnostného menu, ktoré podávali na svadbe jeho dcéry.“ Táto kniha je k dispozícii aj v prepise do Braillovoho písma s reliéfnymi obrázkami, ktoré si nevidiaci môžu ohmatať.

Orava je pre Lenku inšpiratívna, keďže tam pôsobili viaceré významné osobnosti z literárnej oblasti. „Nachádza sa tam napríklad Hviezdoslavova hájovňa, ktorá Pavla Országha Hviezdoslava inšpirovala k napísaniu Hájnikovej ženy. Toto prostredie je veľmi upokojujúce. Opakovane ho navštevujem a vôbec sa nečudujem, že v autorovi vyvolalo túžbu napísať príbeh.“

Z BABIČKINEJ TRUHLICE

Ak by mala vybrať jednu vec, ktorá ju na Slovensku najviac fascinuje, bola by to rozmanitosť. Stačí ísť do vedľajšej dediny alebo za kopec a hneď vidno rozdiely. Iné kroje, iné výšivky. Keď sa kedysi stretli naši predkovia, stačil jediný pohľad a na základe oblečenia vedeli rozoznať, kto odkiaľ pochádza.

Najnovšia Lenkina kniha Z babičkinej truhlice: tajuplné hrady, ide práve do tlače. Obsahuje 104 povestí

„V zahraničí som zistila, že vo mne drieme láska k domovine. Uvedomila som si, že môj domov je na Slovensku a že sa sem vrátim.“

o hradoch, ktoré babička zhromažďuje pre budúce generácie. Okrem textu má aj bohatú obrazovú časť so 170 ilustráciami. Práca na nej trvala Lenke deväť mesiacov.

Pri zbieraní materiálu spisovateľka vždy veľa cestuje. Kvôli tomuto príbehu precestovala viac ako dvadsaťtisíc kilometrov. Fotila zo zeme aj dronom. Ako pri všetkých svojich knihách, aj pri tejto fakty overila a prediskutovala s odborníkmi.

Lenka sa často stretáva so svojimi malými čitateľmi. Zaujíma ma, či sú slovenské deti hrdé na to, odkiaľ pochádzajú. „V tomto veku sa ešte hľadajú a neprejavujú výraznejšie svoje cítenie. Mne trvalo do dospelosti, kým som sa viac-menej našla, kým som zistila, kto som a kam patrí,“ hovorí. Napriek tomu stretáva aj deti, ktoré vynikajú svojím vzťahom k histórii a vlastivede. „Buď veľa cestujú po Slovensku, keďže na to majú možnosti, alebo majú prirodzený záujem a hoci cestovať nemôžu, vyhľadávajú si informácie, doslova ich nasávajú z rôznych zdrojov. Niekedy som prekvapená ich vedomosťami.“

Sú aj deti, v ktorých práve stretnutie s Lenkou niečo odštartuje. Zaseje sa malé semienko a pomaly, pomaličky sa prebúdzajú láska k domovine. A láska k dejinám aj u tých, ktorí si myslia, že históriu veľmi nemusia. ●



Takmer pätina Európanov žije v preplnených domácnostiach a ceny bývania vzrástli za posledných desať rokov o polovicu. EÚ sa snaží nájsť riešenie.

Text a foto Jana Čavojská

Bývanie je otázka dôstojnosti



Bývanie, strecha nad hlavou, je jednou zo základných podmienok dôstojného života. Dostupné bývanie zároveň znamená rozvoj lokalít, lebo pritiahne ľudí, ktorí budú na danom mieste vytvárať ďalšie hodnoty. Krajiny EÚ čelia z rôznych dôvodov rovnakým problémom: nedostatku bývania tam, kde je potrebné, a cenám, ktoré si mnohí nemôžu dovoliť. Európsky parlament (EP) preto zriadil Osobitný výbor pre krízu v oblasti bývania. Má za úlohu definovať príčiny a problémy krízy bývania a navrhnúť efektívne riešenia. Jeho členom je aj slovenský poslanec a podpredseda EP Martin Hojsík z liberálnej frakcie Obnovme Európu. On považuje bývanie za ľudské právo

a kvalita bývania je podľa neho úzko prepojená s ochranou klímy.

VLASTNIŤ VERZUS PRENAJÍMAŤ
Hlavne mladí Európania dnes pociťujú krízu bývania. Mnohí si samostatné bývanie nemôžu dovoliť. Výbor EP zistil, že bývanie je nedostupné aj v krajinách, ktoré my považujeme za bohatšie, ako Belgicko či Holandsko. „Prekvapila ma rôznorodosť problémov, ktorým jednotlivé krajiny a oblasti čelia,“ hovorí Martin Hojsík. „Napríklad v Holandsku majú problémy s výstavbou, kvôli veľkému množstvu nitrátov v pôde, spôsobenému aj intenzívnym poľnohospodárstvom.“

Všeobecne je bytov málo tam, kde ich najviac treba. „Na talianskom

vidieku si môžete kúpiť domček skoro za nič s povinnosťou opraviť ho, ale celkovo sú vstupné náklady na takéto bývanie nízke. No otázka je, či tam potom máte čo robiť. To isté sa prejavuje na rozdiely v cenách nehnuteľností medzi, povedzme, Dobšinou a Bratislavou.“

Slovensko patrí medzi krajiny s najhoršou dostupnosťou bývania. Martin Hojsík upozorňuje na historické rozdiely v prístupe k bývaniu. U nás väčšina ľudí svoje bývanie vlastní. „Stačí však ísť do Rakúska. Napríklad vo Viedni žije väčšina ľudí v mestských nájomných bytoch celý život.“ Pretože má každá krajina či región špecifické problémy, neexistuje podľa Martina

Hojsíka jednotné európske riešenie. Práve naopak, najefektívnejšie budú zrejme riešenia na komunálnej úrovni. „Som veľkým zástancom toho, že potrebujeme dostatočné množstvo mestských nájomných bytov, ktoré budú samosprávy dávať k dispozícii

na celoživotné bývanie,“ hovorí Martin Hojsík. Takto si samospráva bude aj budovať komunitu. „V Bratislave si učiteľ nemôže dovoliť kúpiť vlastné bývanie. Ale Bratislava učiteľov potrebuje. Získa ich vďaka možnosti poskytnúť im normálne bývanie. Nemyslím garsónky, ale bývanie, v ktorom si budú môcť založiť rodinu. To samozrejme nevylučuje potrebu výstavby bytov na predaj.“

PLNO PRÁZDNYCH BYTOV
Hoci je bytov na dlhodobé či celoživotné bývanie nedostatok, stavajú sa investičné byty. Často sú prázdne, lebo majitelia ich kupujú kvôli zhodnocovaniu peňazí, vedia, že ich cena

stúpa dostatočne už tým, že tam stoja. Nepotrebnú ich prenajímať. Aspoň sa im neopotrebnú. Od daňového systému závisí, či budú ich majitelia tlačený do toho, aby ich prenajíмали. Niekde je totiž daňovo nevýhodné držať byty prázdne, bez podnájomníkov.

DOSTUPNOSŤ BÝVANIA V EU

Ceny bývania vzrástli medzi rokmi 2015 – 2023 o 47 %, pričom najväčšie nárasty zaznamenali Maďarsko (+173 %) a Slovensko (+75 %).

Nájomné sa zvýšilo o 18 % v rokoch 2010 – 2022, čiastočne kvôli krátkodobým prenájomom, ktoré znížili ponuku.

V roku 2023 minulo 10,6 % mestských domácností a 7 % vidieckych domácností viac ako 40 % svojho disponibilného príjmu na bývanie.

17 % Európanov žije v preplnených domácnostiach, zatiaľ čo 34 % má nadmerne veľké bývanie.

Priemerný vek, kedy sa mladí osamostatňujú od rodičov, je 26,4 roka: od 21,3 roka vo Fínsku po 33,4 roka v Chorvátsku.

V turistických lokalitách zvyšujú ceny bývania aj byty, ktoré ich majitelia neprenajímajú dlhodobo, ale zmenili ich na krátkodobé ubytovanie cez platformy ako Airbnb. Takto byt zarobí viac. No miestni ľudia na to doplácajú vyššími cenami a nedostatkom bytov na prenájom.

Pre Martina Hojsíka je téma dostupného bývania prepojená s ochranou klímy. „Jej súčasťou je otázka, ako skvalitniť terajšie bývanie a ako stavať nové budovy tak, aby boli čo najpriateľskejšie k planéte. A tým aj k peňaženke. Lebo prevádzka energeticky efektívneho domu je lacnejšia.“

Jednotlivé krajiny EU majú veľmi rôznorodo definované práva vlastníkov

a ochranu nájomníkov. Martin Hojsík si všimol napríklad rozdielny prístup k prihláseniu na pobyt. „Strecha nad hlavou je jedna vec, ale možnosť prihlásiť si niekde pobyt je tiež veľmi dôležitý stabilizujúci prvok. Na Slovensku to väčšina prenajímateľov neumožňuje. Pritom je ochrana vlastníkov dostatočná. V Belgicku nájomná zmluva automaticky znamená, že nájomca si pobyt nie môže, ale musí prihlásiť. Nikoho by ani nenapadlo diskutovať o tom.“

EKOLOGICKÉ JE LACNEJŠIE
Záverečnú správu výbor ešte len pripravuje, no Martin Hojsík je presvedčený, že európske peniaze by mali viac smerovať samosprávam, aby tie mohli stavať vlastné nájomné byty. Má to väčšiu logiku ako dávať ich súkromným investorom. „Ich cieľom je totiž zisk. Cieľom samospráv by mal byť verejný prospech, zabezpečenie proročnej rozvojovej politiky. Samosprávy najlepšie poznajú potreby svojho mesta či obce, sú najhlbšie previazaní s ľuďmi, ktorí na mieste žijú. Zároveň ich obyvatelia dokážu brať na zodpovednosť za to, ak niečo spackajú. A je tam väčšia istota, že v podmienkach sa niečo nezmení a z penziónu sa nestane hacienda či z dostupného bývania investičné byty.“

Investícia do výstavby nájomného bývania je navyše návratná. „Tie peniaze sa neprejedú. Časť ide pracovníkom na stavbe. Nájomník platí nájomné, takže sa peniaze vracajú. A navyše na tom mieste niečo tvorí. Keď dáme ľuďom dôstojné bývanie, majú možnosť niečo vytvárať pre spoločnosť. A tým sa to celé vracia naspäť.“

Martin Hojsík nesúhlasí s tým, že by boli ekologické riešenia finančne náročnejšie. Podotýka, že máme obrovské nevyužívané prostriedky na zvyšovanie energetickej efektívnosti bytových domov a domov. „Na účte Environmentálneho fondu ležia skoro dve miliardy eur z Európskeho systému obchodovania s emisiami, ktoré by mohli byť použité na pomoc ľuďom so zatepľovaním a využitím zelených energií. Takže to, že nie sú peniaze, je výhovorka. Ani zďaleka nevyužívame všetko, čo máme k dispozícii. Naozaj nerozumiem, prečo.“ ●

Sekunda, ktorá zmenila všetko

V lete minulého roka si Stankina rodina dopriala dovolenku pri mori. „Boli sme v Grécku. Manželka aj dcérka sa báli nastúpiť do lietadla, leteli prvýkrát, ale zvládli to a bolo tam fajn,“ spomína manžel Stano. Ešte v septembri 2024 Stanka (49) darovala krv, bola zdravá, plná elánu. S manželom Stanom majú dve deti. Už dospelého syna a o dosť mladšiu dcérku. S ňou bola veľmi prepojená. Boli silnou dvojkou. Poobedia boli ich, debatili, varili, smiali sa. Ocko Stano mal dve roboty, okrem práce v závode bol aj profesionálnym záchranárom. Práca ho naplňala, netušil, že jedného dňa bude zachraňovať aj svoju manželku.

Dnes sa Stanke prihovárane na posteli. Odpovede sa nedočkáme. Len sa nádejame, že sa prebudí...

Mala to byť obyčajná nedeľa. Po dobrom obede sa doma dohodli, že pôjdu na menšiu túru, pretože Stanka zbožňovala prírodu. 10. novembra 2024 padol výber na neďalekú haluzickú roklinu s výstupom na miestnu rozhľadňu.

„Stanka bola už len kúsok od cieľa, ja s dcérkou pár metrov pod ňou. Všetko sme videli v priamom prenose. Bola to sekunda. Len si priložila ruku na hrud', klesla na kolena a ľahla. Nebol to pád. Dobešli sme k nej a... odvtedy sa nám do bodky zmenil život,“ hovorí Stano. Ako záchranár okamžite vedel, koľká bije. Začal s resuscitáciou a popritom usmerňoval deväťročnú dcéru Simonku, ktorá navigovala privolaných leteckých záchranárov. Dievčatko bravúrne všetko zvládlo. Kým sa v náročnom teréne lekárka zlaňovala, Stano sústavne dával prvú pomoc. Masáž srdca a umelé dýchanie. Stankino srdce nabehlo po prvom výboji, v devätnásť minúte od kolapsu. „Už to

Text Lucia
Bucheňová
Foto Alan Hyža

Prispieť môžete aj naskenovaním tohto kódu z vášho mobilného bankingu.



Veria v zázrak a zároveň vedia, že zázrakom treba pomáhať. Preto robia všetko pre maminu v bdelej kóme. Ešte je šanca, že sa Stanka prebudí.

bolo na hranici, pretože od 20-25 minúty sa resuscitácia zastavuje,“ hovorí Stano.

Dovtedy zdravú krásnu ženu transportovali do trenčianskej nemocnice, kde sa potvrdil opuch mozgu. Ten vďaka liekom ustúpil. Vitálne funkcie aj dýchanie sa stabilizovali, lenže dôvod na radosť nebol. Stanka ostala v bdelej kóme. So zavedenou tracheostómiou, s PEG-om na výživu. „Život sa zachránil a čo bude ďalej, nevie nik. Z pohľadu zdravotníkov treba len čakať. Lenže my veríme v zázrak a vieme aj to, že zázrakom treba pomáhať. Preto sme prakticky okamžite začali s rehabilitáciami. V Piešťanoch v Adeli a následne dlhodobým pobytom v Ostrave v Arcade.“

Všetko museli riešiť okamžite. Zháňanie peňazí, výber rehabilitačných centier, opatrovateľky, ktorým môžeš veriť. Plus zvládať celý arzenál emócií – strach o život, ľútosť, bezmocnosť, obavy. Aj preto, lebo jedno nádherné malé dievčatko stratilo aj nestratilo mamu. A všetko videlo na vlastné oči.

Ich dom sa zmenil na nemocničný priestor. Simi s otcom sa presťahovali o ulicu ďalej, k dedovi. Pretože mama Stanka si vyžaduje nonstop opateru. Simonkina detská izba s ružovými bodkovanými tapetami sa pre ňu stala hlavnou zónou. Každý deň po škole príde štvrtáčka Simi aj s otcom za mamkou. Stano rieši všetko možné aj nemožné, Simonka je pri mamke, objíme ju tak silno, ako to len veľké malé dievčatko dokáže. Potom odbehne nakrímiť mačku. A podvečer idú k dedovi. Urobia sa domáce úlohy, večera a spať.

Stanka už dokáže obsedieť na polohovacom vozíku, nie je odkázaná iba na posteľ. Postupne začínajú s vertikalizáciou. Kým je mama vo vertikalizátore, Simi stojí pred ňou, povzbudzuje ju a motivuje. Nevzdávajú sa sna, že sa im podarí naštartovať chôdzu.

Obrovskou vzpruhou pre Simonku je fakt, že maminka už nemá zavedenú tracheostómiu. „Dali jej to preč v Ostrave,“ placho povie a opatrne sa rozhovorie o svojom živote. V škole má najradšej etiku, informatiku a matematiku, doma u deda sa najradšej hrá s Akimom. Polročný retriever je pre ňu veľkým parťákom. Nedá naňho dopustiť. Keď ukáže svoje maliarske výtvyry, ostaneme v nemom úžase. Maľuje nádhorne. S mamkou raz boli na výtvarnom workshope, bolo to vraj super.

Stano je pragmatik, ktorý vie, že situácia bude dlhodobo neudržateľná. Prácu záchranára musel nechať prakticky okamžite. Na jar asi bude musieť skončiť aj v pracovnom pomere v podniku. Stane sa oficiálnym opatrovateľom svojej manželky. A najmä jej terapeutom. „Je extrémne finančne náročné platiť opatrovateľky aj fyzioterapeutov. A k tomu dlhodobejšie rehabilitačné pobyty. Pomohli nám mnohí, ale peniaze sa rýchlo mniajú. Finančne pôjdeme výrazne dolu, ale inej cesty niet. Verím, že do jari sa stihnem ešte veľa z fyzioterapie naučiť.“

Nikto si neželá nič iné, len aby sa Stanka naplno vrátila. Aby sa znova spolu smiali, zhovárali, varili, užívali si. Až keď všetko stratíš, uvedomíš si, aký krásny je obyčajný, bežný život. Pacient ako je Stanka, je totiž pre náš systém obrovskou prekážkou. Na problémy Stano naráža na všetkých frontoch. Medicínskych, sociálnych a o opatrovateľských ani nehovoriac. Pritom je tu ešte malá Simonka. Mamičku hladká, dáva jej pusy, prihovára sa jej, len odozvu zatiaľ nemá. „Vie, čo sa s mamou deje, vie, že operácia alebo liek na vylicenie neexistuje. Je veľmi statočná.“ Spolu sa tešia z maličkých pokrokov, ktoré Stanka robí. Cítia, že všetko vníma. Chcela by hovoriť, ale nejde to. „Výraz jej tváre je už oveľa živší. Po milimetroch, ale predsa sa posúvame. To je pre nás jasný signál, že nesmieme poľaviť.“

Na Slovensku neexistuje zariadenie, ktoré by vedelo zabezpečiť adekvátnu starostlivosť pre pacientov v bdelej kóme. Stanka je doma. Náklady na opatrovateľskú službu, nepretržitú starostlivosť, liečenie a rehabilitácie sú extrémne vysoké. Každé jedno euro má pre Stankinu rodinu nesmiernu hodnotu.

Vianoce? „Vlani ani neboli, bolo to čerstvé. Tento rok budeme so Stankou. O darčeky nepôjde, len nejaká drobnosť pre Simonku, pre ktorú je pocit, že sme spolu, najviac,“ povie hrdinský manžel Stano.●

„Až keď všetko stratíš, uvedomíš si, aký krásny je obyčajný, bežný život.“



↑ Bojovníčky.
Mama s dcérkou.

Časopis NOTA BENE poskytuje priestor OZ Medzi nami, aby pomohlo sociálne slabším rodinám a ľuďom so znevýhodnením. Nie vlastnou vinou sa ocitli v ťažkej situácii. Možno sa nájde niekto, koho príbeh Stanky osloví. Aj váš príspevok sa použije na potrebné rehabilitácie, ktoré sú pre Stanku alfou a omegou. Aj v mene malej Simonky ďakujeme!

Číslo účtu IBAN: SK85 3100 0000 0040 4021 8205, SWIFT: LUBA SKBX. Pripíšte poznámku – Stanka. Kontakt na OZ Medzi nami: 0905 910 827 alebo 0905 240 389 (medzinami@zoznam.sk).

42

NOTA BENE

LÚŠTENIE

autor: Pavol Surovec	americká vesmírna agentúra	ostrov vo Fínsku	Všeobecne záväzné nariadenie	rieeka pri Omsku	anglické ženské meno	jazero vo Fínsku	zn. oblátok	čln na Rýne	Pomôcky: AJOS, BANLA, INARI, KAMA	duša u st. Egyptanov	zverník	plynné skupenstvo vody	orgán zraku	umelý násyp
spôsobila (kniž.)									druh poľovníckeho psa					
2. časť tajníčky									manilské konope rímsky starovek					
syn (angl.)				peňažný ústav						veľký dravý vták				
				stavebná hmota						oblok				
chem. zn. arzénu			nočná ťažoba výsledok vnímania					zvieraci brloh severské muž. meno					pokoj zbraniam	predmety
	Bratislavský samosprávny kraj	azda exmetropola Barmy					škrabka na pluh osobné zámeno					1005 rím. číslicami Very Import- tant Person		
filipínsky mys						patriaci Ole symetrála					ovláda anglický zápor			
1. časť tajníčky														
planétka					nočný dravý vták					podopri				

Vylúštenie z minulého čísla: Netuž po tom, aby si mal úspech, ale skôr po tom, aby [tvoja práca mala hodnotu]. – Albert Einstein

Tí blázni, čo si myslia, že dokážu zmeniť [...]. — Steve Jobs

	3		7		4		8	
			8		5	7	2	3
8	7	1					6	
1		2		9		6		4
	4			8	7			
7		9		4		2		8
5	9	3					1	
			1		9	3	4	7
	1		3		8		5	

griddlers.net

3			8	6	7			2
		8	1		2	7		
6		2				8		1
	6		4		9		8	
2	8						5	4
4			5		8			6
	5	6		7		4	3	
	2	4				1	7	
	1		9	4	5		2	

griddlers.net

KÓDEX PREDAJCU SOCIÁLNEJ SLUŽBY

- Predajca nosí preukaz so svojim registračným číslom a fotografiou na viditeľnom mieste.
- Predajca ponúka časopisy označené číslom zhodným s registračným číslom uvedeným na preukaze.
- Predajca ponúka časopisy na určenom mieste uvedenom na jeho preukaze.
- Predajca ponúka časopisy za odporúčaný príspevok uvedený na titulnej strane časopisu.
- Predajca ponúka časopisy spôsobom, ktorý neobťažuje okoloidúcich (je triezvy, čistý, upravený, slušný).
- Predajca sa zdržuje na svojom mieste bez detí do 16 rokov.
- Predajca aktívne pracuje na zlepšení svojej sociálnej situácie, svojich zručností a riadi sa pokynmi sociálneho pracovníka.
- Predajca v Bratislave je povinný nosiť aj oficiálnu vestu s logom NOTA BENE. Začiatočník vestu nemá, iba špeciálny preukaz platný v daný mesiac.

KÓDEX PRISPIEVATEĽA

- Preverte si preukaz predajcu, na ktorom je uvedené registračné číslo, fotka.
- Prispievajte na časopisy označené číslom zhodným s registračným číslom uvedeným na preukaze predajcu.
- Neprispievajte viac, ako je uvedené na časopise, pokiaľ sa tak sami nerozhodnete.
- Časopis, na ktorý ste prispeli, si prosím zoberte so sebou.
- Časopis po prečítaní darujte alebo znehodnoťte tak, aby sa nedal znova ponúkať.

MESAČNÍK NOTA BENE, 23. ROČNÍK, 12/2025

Redakcia: Šéfredaktorka: Sandra Pazman Tordová. Zástupkyňa šéfredaktorky, editorka: Jana Čavojská, jana.cavojaska@notabene.sk, 0903 546 742. Redaktorka: Petra Vrablicová, petra.vrablicova@notabene.sk. Vizualný koncept: Denisa Šířrová & Martin Jenča (Milk). Sadzba a zalomenie: Martin Mistrik. Vizualný editing: Jana Liška Schmidt. Korektúra: Mária Beňačková Rišková.

Vydavateľ: OZ Proti prúdu, Karpatská 10, 811 01 Bratislava, 02/5262 59 62, notabene.sk. IČO: 360 68 781, IČ DPH: SK 202 158 57 31, číslo účtu IBAN: SK21 1100 0000 0026 6347 5014, BIC (SWIFT): TATRSKBX. Registrácia na MV SR dňa 20. 3. 2001, číslo spisu: VVS/1-900/90-17945, na MK SR pod číslom EV 3665/09 ISSN 1335-9169.

PROTI PRÚDU: Štatutárne zástupkyne: riaditeľka Nina Beňová 0908 434 826 a šéfredaktorka Sandra Pazman Tordová 0905 143 651. Finančné oddelenie: Jana Puhová 0911 209 559, Martin Tuščin.

Program Bývanie NOTA BENE: Terénny tím podpory predajcov: koordinátor Peter Kadlečík 0907 733 388, Daniel O'Sullivan 0917 526 158, Ivan Scholtz 0905 440 764, Michaela Kukučka 0908 293 233, Monika Miková 0905 952 471. Sociálni pracovníci: koordinátorka Lucia Frimmelová 0905 440 878, Erik Kapsdorfer 0905 440 946, Dagmar Korentsy 0908 229 830, Kristína Nagytová 0915 985 640. Distribúcia: Barbora Sekelská 0915 779 746, Peter Kováč 0908 986 603

Program Bývanie NOTA BENE: koordinátor Ivan Lorenc 0908 062 194, Barbora Žiaranová 0905 595 520, Rebeka Sekulová 0908 268 034, Mária Teleky 0905 440 887, Alexandra Lukačovič Senajová 0911 654 411, Dagmar Gurová 0917 337 235. Sociálna nájomná agentúra: Petra Groschová 0905 812 175.

Program Advokácia: Nina Beňová 0908 434 826. Emaily: meno.priezvisko@notabene.sk

● Pouličný časopis NOTA BENE začal vychádzať v septembri 2001. Vydáva ho občianske združenie Proti prúdu ako svoj hlavný projekt na pomoc ľuďom, ktorí sa ocitli bez domova alebo im hrozí strata ubytovania z finančných dôvodov. Cieľom je aktivizovať ľudí bez domova, pomôcť im získať sebaúctu, dôstojný príjem, pracovné návyky a sociálne kontakty. Úlohou NOTA BENE je tiež kampaň na pomoc ľuďom bez domova.

● Predajca časopisu musí byť registrovaný v OZ Proti prúdu alebo partnerskej organizácii mimo Bratislavy. Pri registrácii dostane 4 kusy časopisov zdarma, všetky ostatné si kupuje za 1,40 € a predáva za plnú sumu 2,80 €. Je povinný nosiť preukaz, v Bratislave aj oficiálnu vestu a dodržiavať kódex predajcu (pozri str. 42). Ak zistíte, že niektorý predajca porušuje pravidlá, prosím, informujte nás alebo partnerskú organizáciu.

● OZ Proti prúdu v rámci integračného projektu NOTA BENE poskytuje predajcom ďalšie služby: základné a špecializované sociálne poradenstvo, pomoc pri uplatňovaní práv a právom chránených záujmov, podporu streetworkera na predajnom mieste, právne poradenstvo partnerskej advokátskej kancelárie, tréningy, skupinové stretnutia a workshopy, prístup do kupónového motivačného sociálneho obchodu, príspevky na lieky, internet, PC a telefón zadarmo pre vybavovanie práce, bývania a úradných záležitostí, úschovu peňazí a úradných listín a možnosť využívať korešpondenčnú adresu o. z. na zasielanie osobnej pošty.

● OZ Proti prúdu od roku 2001 realizuje pilotné projekty v oblasti riešenia bezdomovectva, iniciuje systémové a legislatívne zmeny na národnej úrovni, vydáva knihy z pera ľudí bez domova, organizuje odborné konferencie a vydáva odborné publikácie. Je členom siete pouličných časopisov INSP, organizácie FEANTSA a Slovenskej siete proti chudobe.

Viac na notabene.sk.

43

TIRÁŽ

ŠŤASTNÝ ŽIVOT

PROGRAM BÝVANIE NOTA BENE

Hľadáme prenajímateľov bytov

Pomôžte našim predajcom opäť zažiť pocit domova.

PREČO PRENAJAŤ BYT PREDAJCOVI?

- Pravidelné platby bez meškania
- Kvalitne pripravená nájomná zmluva
- Asistencia pri komunikácii s nájomcom
- 26 spokojných súkromných prenajímateľov
- 36 nájomcov v Programe Bývanie NOTA BENE

socialna.agentura@notabene.sk

+421 905 812 175

HĽADÁME
Garsónky
1-izbové byty
2-izbové byty

ORGANIZÁCIE ZABEZPEČUJÚCE REALIZÁCIU INTEGRAČNÉHO PROJEKTU NOTA BENE NA SLOVENSKU

Bratislava (od roku 2001): O. z. Proti prúdu, vydavateľ NOTA BENE, Karpatská 10, 811 01 Bratislava, 02/52 62 59 62, poradcovia@notabene.sk, notabene.sk

Banská Bystrica (2003): Sociálno-charitatívne centrum Ivana Šedibu, prevádzkovateľ: Územný spolok SČK, Pod Urpínom 6, 974 01 Banská Bystrica, Bc. Erik Kováč, 0904 211 211, socialne.bb@redcross.sk

Bardejov (2017): Centrum sociálnych služieb, Toplianska 9A, 085 01 Bardejov, Bc. Mária Chochoľáková, 0901 713 903, seniorcentrum.bardejov@gmail.com

Čadca (2006): Dom charity sv. Gianny, prevádzkovateľ: DCH Žilina, Kukučínova 4, 022 01 Čadca, Katarína Melicháčová, 0918 874 839, 041/432 40 88, dchgianna.ca@gmail.com

Galanta (2023): Centrum pomoci človeku, prevádzkovateľ ADCH Trnava, Hlavná 997/14, 924 01 Galanta, Petra Penzešová, 0948 632 483, petra.penzesova@charitatt.sk

Holíč (2009): Azylový dom Emauz, J. Čabelku 3, 908 51 Holíč, Mgr. Hana Šafránková, 034/668 31 10, emauzy.holic@gmail.com

Hlohovec (2009): Armáda spásy, Pribinova 51, 920 01 Hlohovec, Milan Hyll, 0940 438 130, milan.hyll@armadaspasy.sk

Košice (2003): Charitný dom sv. Alžbety, prevádzkovateľ: ADCH Košice, Bosáková ul., 040 01 Košice, Martina Kochová, 0910 842 182, martina.kochova@charita-ke.sk

Levice (2005): O. z. Miesto v dome, Kpt. Nálepku 125, 934 01 Levice, Mgr. Ľubica Prištiaková, 036/622 15 86, mvd@miestovdome.sk

Liptovský Mikuláš (2010): Mestský úrad Liptovský Mikuláš, Štúrova 1989/41, 031 42 Liptovský Mikuláš,

Mgr. Veronika Bániková, 044/556 53 24, veronika.banikova@mikulas.sk

Malacky (2006): Azylové centrum Betánia, prevádzkovateľ: N. o. Križovatky, Ludovita Fulu 16, 901 01 Malacky, Lukáš Krchnák, 034/772 24 57, centrumbetania@gmail.com

Nitra (2003): Dom charity sv. Rafaela, prevádzkovateľ: DCH Nitra, Štúrova 57, 949 01 Nitra, Mgr. Andrea Rončková, 0907 451 771, 037/652 30 28, rafael.charita@gmail.com

Nové Zámky (2022): Mestský úrad Nové Zámky, Hlavné námestie 10, 940 02 Nové Zámky, Róbert Kuki, 0905 900 573, robert.kuki@novezamky.sk

Piešťany (2005): ZSS Domum, Bodona 55, 921 01 Piešťany, Eva Papšová, 0915 400 577, 033/772 76 87, domum@piestany.sk

Poprad (2005): ZSS pre občanov bez prístrešia, Levočská 4051/55, 058 01 Poprad, Ing. Marcela Michalková, 0910 890 488, 052/772 42 09, marcela.michalkova@msupoprad.sk

Prešov (2023): Podaj ďalej, o. z., Hlavná 73, 080 01 Prešov, Tatiana Vaškova, 0947 975 909, podalej@gmail.com

Svidník (2016): Spoločnosť priateľov detí, mládeže a rodín Svidník, Dlhá 505/9, 089 01 Svidník, Valéria Kurillová, 0917 673 107, info@spodmar.sk

Trenčín (2016): ISKRA Trenčín, Dolný Šianec 1, 911 01 Trenčín, Lujza Roderová, 0905 983 099, roderovalujza@gmail.com

Trnava (2006): ADCH Trnava, Hlavná 43, 917 01 Trnava, Peter Mlynský, 0940 602 151, peter.mlynsky@charitatt.sk

Vranov nad Topľou (2009): Charitný dom pre mládež, prevádzkovateľ ADCH Košice, Lučná 812, 093 01 Vranov nad Topľou, 0903 982 906, 057/443 15 78, chd.vranov@charita-ke.sk

Žilina (2003): Dom charity sv. Vincenta, Bratislavská 423/27, 010 01 Žilina, Mgr. Jana Kadašiová, 0918 314 197, 041/724 47 95, spdchvi@charitaza.sk



Pomôžte predajcom NOTA BENE zmeniť adresu

S vašou podporou im pomôžeme
získať bezpečný domov
v prenajatých bytoch.



Darujte na
pomahatjelahke.sk
Ďakujeme.