

NOTABENE

2,80 €

Polovica
pre predajcu

Záhrada

**Katarína
Jesenská**
Bosými nohami
po tráve

Zakorenení (4) ● Sedmokráska sa dá zjesť (9) ● Moderné Noemove archy (12) ● Vízia sebestačného života (16) ● Poetický protestsong (19) ● Bola som taký chalanisko (22) ● Záhrady s príbehom (26) ● Pestovanie komunity (31) ● Oči záhrady (34) ● Ako v nebi (36) ● Bulharské tajomstvo sadenia cibule (39) ● Život z miníma (40)

JÚN 2026 Č. 299

Ked' inšpirácia kvitne

Vybrali sme pre vás ľudí, ktorí vnášajú prostredníctvom rastlín do života krásu, pokoj a pozitívnu energiu.



Poni Veni

@poniveni

Miesto, kde každá rastlina hľadá svojho správneho človeka. Rastliny starostlivo vyberáme a balíme tak, aby domov prišiel zdravý priateľ, pripravený rásť, kvitnúť a prinášať pokoj a krásu.



Culina Botanica

@culina_botanica

Zo záhrady priamo na tanier. Záhony, semenka, burina i radosť z každého nového lístka. Plody tejto záhrady sa ďalej premietajú do receptov na jedlá, tvorené s láskou.



Ivana Štanclová

@stanclova.ivana

Inšpirujem ľudí, aby si aj z malých záhrad v satelitoch vybudovali namiesto sterilných zelených trávnikov trvankový raj. Aj u mňa sa z plochy medzi betónovými múrmi stáva oáza rastlín.



Žite vo svojej záhrade

@zajtevesvezahrade

Know-how záhradných architektov z ateliéru Flera a ďalších odborníkov na záhrady, pretvorené do podoby online kurzov, s pomocou ktorých zvládnete naplánovať a zrealizovať záhradu svojpomocne.



Magda Švarcová

@magda_na_zahrade

Sprievodkyňa starostlivosťou o okrasnú záhradu. Vzdelávam ľudí o tom, ako podporiť biodiverzitu a ako pestovať rastliny udržateľne. Šírim osvetu o nepoužívaní mulčovacej textílie a rašeliny.



Charles Dowding

@charles_dowding

Mám za sebou dlhú cestu objavovania prírode blízkeho hospodárenia. Zameriavam sa na pestovanie zdravého jedla a učím to aj ostatných – online a vo výučbovej záhrade v Somersete v UK.



100 rokov Davida Attenborougha

Známy britský dokumentarista, prírodovedec, moderátor a producent David Attenborough oslávil v máji sté narodeniny. Noviny New York Times ho nazvali hlasom prírody. A v niečom majú pravdu. Asi nikomu na Zemi sa nepodarilo urobiť pre popularizáciu prírody viac ako jemu. Témy divočiny a krásy života na planéte dostal k širokému okruhu svojich divákov a diváčok a v mnohých tak vzbudil záujem a nadchol ich pre ochranu divej prírody.

Počas jeho života premenil človek prostredie na nepoznanie. V roku 1954, keď pre BBC začal pripravovať prvé dokumentárne filmy o prírode, žilo na Zemi 2,7 miliardy ľudí a podľa vedcov tvorila divočina 64 % rozlohy zemskej pevniny. Dnes nás tu žije 8,3 miliardy a divočina, teda územie s minimálnymi zásahmi človeka, tvorí asi 23 % zemskej pevniny. Štúdie zamerané na ekologickú integritu – nepoškodené ekosystémy a pôvodné druhy – však ukazujú, že nedotknutá divočina môže predstavovať len 3 % zemskej pevniny.

Podľa Davida Attenborougha sa naliehavo potrebujeme dozvedieť, koľko toho naša planéta ešte vydrží. Sám seba sa pýta: „Nekračáme ako námesační v ústrety katastrofe?“ Hovorí, že pri environmentálnych témach sa často rozpráva o záchrane planéty. V skutočnosti však ide o záchranu nás, ľudí. „Cesta k udržateľnosti nás môže zaviesť k lepšej budúcnosti pre všetok život na Zemi,“ napísal v knihe Život na našej planéte: Moje svedectvo a vízia pre budúcnosť.

Píše v nej aj o prírode blízkom hospodárení, obnoviteľných zdrojoch energie, šetrnom využívaní zdrojov, udržateľnosti života v zelených mestách, cirkulárnej ekonomike, ktorá by obmedzila produkciu odpadu a ten, ktorý vznikne, by dokázala ďalej využiť. Aby sme sa zachránili, musíme všetci spoločne bojovať za tieto opatrenia a žiadať ich od politikov, ktorých volíme.

„Pri uvažovaní o udržateľnosti je veľmi ľahké zamerať sa len na to, čo môžeme stratiť a prehliadnuť, čo môžeme získať. Skutočnosť je však taká, že udržateľný svet má samé prínosy. Keď sa zbavíme závislosti na uhli a rope a začneme namiesto nich generovať obnoviteľnú energiu, získame čistý vzduch a vodu, lacnú elektrinu pre všetkých a tichšie, bezpečnejšie mestá. Keď sa zriekneme práva rybáriť v niektorých vodách, získame zdravé moria, ktoré nám pomôžu so zmenou klímy a časom nám budú poskytovať viac divokých rýb a iných morských plodov. Keď časť území prenecháme divočine, získame príležitosť nadviazať zmysluplnejší vzťah s prírodným svetom,“ argumentuje storočný prírodovedec.

Lebo naša jediná budúcnosť je zrejme možná iba v divokej záhrade Zem.



Jana Čavojská
šéfredaktorka



Zakorenení

→ 4

Ema, Tomáš a ich štyri deti zanechali pohodlie mesta a žijú „off grid“ a v súlade s prírodou na farme uprostred Malorky.



Moderné Noemove archy

→ 12

René Hauptvogel pestuje rastliny a ich semená zamrazuje pre ďalšie generácie. Cestoval s nimi aj na Svalbard, kde je v trezore ukrytý rastlinný genofond ľudstva.



Záhrady s príbehom

→ 26

Záhrady s jedovatými rastlinami, anti-záhrady navrhnuté podľa teórie čiernych dier či celé ostrovy premenené na botanické záhrady. Vstúpte do oáz, ktoré viac než krásou pútajú svojím príbehom.

ZAKORENENÍ



Ema, Tomáš a ich štyri deti zanechali pohodlie mesta a žijú „off grid“ a v súlade s prírodou na farme uprostred Malorky.

Od pobrežia zamieriš autom do vnútrozemia, mierne vystúpaš, obídeš mes-
tecká vystavané zo svetlého kameňa,
odbočíš na vedľajšiu cestu, z nej na
poľnú a potom na ešte užšiu cestičku
pomedzi kamenné ploty až k bráne
k dubovému háju a „off grid“ svetu,
ktorý si tu, uprostred ostrova Malorka,
vybudovali Ema a Tomáš Wernerovci
so svojimi deťmi.

FAUNA, VLNA, HVIEZDA A LES
Na Malorku prišli prvýkrát pred
desiatimi rokmi a okamžite sa do nej
zamilovali. „Zamilovali sme si energiu
tohto ostrova, more, hory. Niekedy

↑ Onka a poník.

→ Yuka v maminom
náručí.

sa tu cítime ako na lodi vo vlnách, ktoré nás hádzu. Nie je to tak, ako si možno ľudia predstavujú: jednoduchý život a večná dovolenka. Museli sme prejsť dlhú cestu, kým sme tu boli pripravení žiť,“ vysvetľuje na úvod Tomáš. Vizuálny umelec, roky pracoval aj ako prekladateľ v euroinštitúciách v Bruseli. Ema študovala španielčinu na Slovensku a film v Londýne. „Potom prišla Fauna. Všetko sa mi zmenilo a už som nechcela ísť tou cestou,“ hovorí pokojná tmavovlasá mladá žena. Sedíme uprostred prekrásnej prírody pri drevenom stole a desaťročná Fauna práve priniesla palacinky.



Text a foto Jana Čavojská



„Mladá žena odmietne naďalej naplňať predstavy rodičov a spoločnosti o tom, ako treba žiť a kým sa treba stať, aby sa mohla stať sama sebou.“

Bezprostredne začne komunikovať s vyzretosťou oveľa staršieho dieťaťa. Rovnako aj jej mladší súrodenci, ktorých spoznám o pár minút. Ona – po španielsky to znamená Vlna, volajú ju Onka, lebo je ešte malá. Yuka, Hviezda. A najmenší Bosco, po španielsky Les. V Eminom brušku práve rastie piate dieťaťko.

Keď sa kedysi zamilovali do ostrova, našli malý pozemok na predaj za cenu bratislavskej garáže. Práve teraz na ňom sedíme. Postupne k nemu prikupovali ďalšie kúsky okolitej krajiny, až skončili na troch hektároch zeme. Prvý pozemok bol taký zarastený, že Tomáš sa musel pomedzi vegetáciu doslova predierať. „Z týchto obrovských dubov som bol unesený. Ich hodnota je nevyčísliteľná.“ Najprv si priniesol nožnice na kriky. „Sused Tony sa začal smiať. Hneď som zistil, že potrebujem motorovú pílu. Kúpil som si malú pílu v supermarkete. Vydržala mi jeden deň. Musel som prejsť na pílu iného kalibru.“

ČO DETI POTREBUJÚ?

Tomáš sa učil za pochodu pracovať s drevom, s hlinou, stavať, opravovať. S Emou a malou Faunou spočiatku

↑ Zber vajíčok. Slietkam sa zapáčilo klásť ich do prepravky.

↓ Prvý pozemok na Malorke kúpili za cenu bratislavskej garáže.

cestovali medzi Slovenskom a Malorkou. Žili akoby dva životy. Potom mala prísť Onka a bolo im čoraz jasnejšie, že nechcú žiť v moderných mestách. Na toto miesto, ktoré nazvali podľa dubov Ozina a úradne je registrované ako finka, teda farma, sa úplne presťahovali pred štyrmi rokmi. „Yuka mala vtedy rok a pol. Vždy som mala pocit, že s deťmi je lepšie byť v prírode. Veľa ľudí nás odrádzalo s tým, čo všetko deti potrebujú a čo im bude chýbať. Ale mne niečo hovorilo, že naše rozhodnutie je správne. Tak sme to skúsili. Vtedy sme si na Malorke prenajímali byt a Tomáš na pozemku všetko chystal. V byte to bolo hrozné. Už som to tam s deťmi nezládala,“ rozpráva Ema. Presvedčila Tomáša, aby sa presunuli na svoj pozemok. Hoci ešte nebolo všetko hotové a na začiatku bývali v stane.

„Susedia sa o nás báli. Chodievali nás kontrolovať, hlavne keď boli búrky a lejaky,“ spomína Tomáš. „Vtedy sme ešte nemali ani studňu.“ Mali však čínske mikroprasiatko, ktoré dostala Fauna. „Hralo sa so mnou ako človek, všade za mnou chodilo a keď som mu niečo rozprávala, pozeralo sa na mňa, ako keby mi rozumelo.“

Na povolenie na vrt studne čakali dva roky a stál ich desaťtisíc eur, museli si naň zobrať úver z banky a doteraz ho splácajú. Vodu čerpajú zo stometrovej hĺbky a filtrujú, majú dva typy filtrov, uhlíkový a terakotový. Elektrinu majú zo solárnych panelov. Káble viedol Tomáš popod zem, rovnako ako vodovodné rúry, k jednotlivým stavbám na pozemku: ku kamennej kuchyni, k prístrešku s kuchynskou linkou, ktorý slúži hosťom a rovnako ako kuchyňa domácich má na terase vaňu, a k jurtám. Sú tu štyri jurty. V dvoch bývajú Tomáš, Ema a deti. Dve prenajímajú. Za plnú cenu ľuďom, ktorí k nim prichádzajú na pobyty. Za polovicu umelcom na rezidenciách.

VO VANI POD HVIEZDAMI

Prečo jurty? „My ľudia sme tu len na chvíľu. Prečo by sme mali stavať veľké paláce? Permanentné formy bývania? A narušať prírodu, ktorá je dokonalá? Radšej do nej bývanie





zasadíme tak, že bude neviditeľné,“ vysvetľuje Tomáš s tým, že jurty sa im veľmi osvedčili. Ide o české výrobky, inšpirované mongolskými jurtami. Stoja na drevených základových doskách, majú strešné okno a izoláciu z ovčej vlny. „V zime sa veľmi rýchlo vykúria pieckami na drevo a nie je v nich žiadna vlhkosť. To je na Malorke rarita, lebo domy sú tu v zimných mesiacoch vlhké a nedá sa v nich vydržať, ľudia sedia vo vnútri v svetloch.“ V lete je v jurtách síce teplo, ale majú klimatizáciu. Energia zo solárnych panelov utiahne okrem klímy aj chladničky a práčku so sušičkou. Ema sa smeje, že by mohli mať pokojne aj elektromobil.

Vraj nie je nič krajšie ako napustiť si do vane na terase teplú vodu a ležať v nej vonku pod hviezdami... Kohútiky na vodu sú na pozemku na viacerých miestach. Toalety sú kompostovateľné. Deti vysvetľujú, ako to funguje, kam dávajú odpad a ako sa z neho stáva prírodným procesom hnojivo.

↓ Rodina obýva dve jurty. V zime sú suché a teplé, čo sa o domoch na Malorke nedá povedať.



Tomáš hovorí, že do toho celého išli trochu s naivitou. Bez istoty, že tu budú schopní fungovať. Ale ako keby ich niečo viedlo a hovorilo im, že všetko bude okej a toto je miesto pre nich. „Máme tu obrovskú slobodu. V meste sme sa cítili ako v ohrádke. Ja síce už dávno nemám čas na umenie, ale práca mi dáva taký istý pocit, ako keď niečo tvorím.“

PÔROD V DIVOKOSTI

Ema si po odchode z filmovej školy urobila kurz dudy a venovala sa pôrodom. Fauna sa narodila v nemocnici v Bruseli. Ostatné tri deti porodila Ema doma, mala pri sebe babicu. „Ako to bude teraz? Nevieme. Zatiaľ nemáme žiadny plán. Pri Yuke bola so mnou babica zo Slovenska, s ktorou máme veľmi blízky vzťah, tak uvidíme, či sa to podarí“ Keď má porovnať pôrody doma a v nemocnici, hovorí, že ako sa žena vyvíja, zakaždým potrebuje niečo iné. „Vtedy som potrebovala nemocnicu a nebola to katastrofa, aj keď sa tam stali veci, ktoré by som urobila inak. Doma si vo väčšej divokosti, v nemocnici sa musíš viac krotiť. Ale aj ten pôrod bol pekný.“

Dnes sa Ema venuje témam materstva a rodičovstva, výchovy a života v prírode. Deti vyučuje doma, registrované sú v škole na Slovensku. Na Malorke založila skupinu „homeschoolerov“, na začiatku tam bolo päť rodín, dnes ich je okolo sto, sú to expati z rôznych krajín a každý týždeň sa stretávajú. Fauna vymenuje, že hovorí po slovensky, španielsky, malorsky, anglicky a učí sa po nemecky – raz do týždňa sem za deťmi chodí učiteľka nemčiny.

Ema nemá pocit, že by deťom niečo unikalo alebo chýbalo. „Podľa mňa je dobré, keď zažijú aj nedostatok. Potom sa dokážu veľmi tešiť z maličkostí. Napríklad z každého kúska oblečenia.“ Smartfóny tu používajú iba rodičia. Deti majú svoj tablet. „Ale nepoužívame ho na blbosti!“ zahlásí rezolútne Fauna. „Len fotenie a videjka.“ Okrem toho majú ešte malý fotoaparát na fotenie pod vodou a videokameru. Radšej však tvoria rukami. V jurte mi ukazujú fotografie z výletov, aj čo všetko vyrobili. Fauna chodí do jazdeckého oddielu, Onka na plávanie. Čo bude, keď príde čas na strednú školu, Ema



„Máme tu obrovskú slobodu. V meste sme sa cítili ako v ohrádke. Síce už dávno nemám čas na umenie, ale práca mi dáva taký istý pocit, ako keď niečo tvorím.“

s Tomášom zatiaľ neriešia. Nezvyknú veľmi plánovať dopredu. Realizujú veci za pochodu.

NÁJSŤ CESTU K SEBE

„Postupne sa tu zakoreňujeme,“ rozpráva Ema. „Začali sme sliepkami, teraz máme aj kačice, dve prasiatka, koníka a poníka. Plánujeme včely a možno ovce. Veľa ľudí sa pýta, čo pestujeme. Za našim životom tu hľadajú produkty. Ale pre nás je produkt to, že nám to tu dodáva energiu.“ Jedlé rastliny nachádzajú priamo v lese okolo seba. Zelenina je na Malorke lacná a kvalitná. Sliepky znášajú veľa vajec, môžu ich vymieňať so susedmi za mlieko a ovocie.

Aj ja dostávam biocitróny od susedov a malý Bosco pre mňa pohľadá

↖ Farma má vodu z vlastnej studne.

↖ Na hru stačí aj balík slamy.

↑ Dievčatá pred kuchyniou.

→ Tomáš s dcérkami.

vajíčka, ktoré sliepky s obľubou znášajú do bedničky v hosťovskej kuchynke. V teplých mesiacoch sa takmer celý život rodiny odohráva vonku. V zime sú viac vo vnútri, čítajú si, počúvajú audioknihy, rozprávajú sa. Ale teraz je teplo. Deti behajú po pozemku, do sýtosti sa hrajú, musia mi ukázať, ako kotúlajú balíky slamy aj s jedným súrodencom navrchu, a zoznámiť ma s koníkom a poníkom. Vedia sa postarať o zvieratá, sú zvyknuté komunikovať s ľuďmi z rôznych kútov sveta, ktorí sem prichádzajú na pobyty a ako dobrovoľníci cez wwoofing. Aj vďaka „wwooferom“ zvládajú Ema s Tomášom starostlivosť o pozemok.

Ďalší hostia prichádzajú na umelecké rezidencie. Môžu prísť aj s deťmi, na tom je založená filozofia Emy a Tomáša. „Niektorí veľa pracujú, iní neurobia nič, sú len sami so sebou a oddychujú. Niektorí prvé tri dni prespia, lebo prídu





„My ľudia sme tu len na chvíľu. Prečo by sme mali stavať veľké paláce? Permanentné formy bývania? A narúšať prírodu, ktorá je dokonalá?“

vyhorení,“ hovorí Tomáš. Ema dodáva, že k nim prichádzajú aj ľudia unavení zo života, ktorí potrebujú opäť nájsť spôsob fungovania ako rodina. Nájsť cestu k sebe.

Pobyty na farme sú momentálne jediným príjmom Emy a Tomáša. Prirodzene pociťujú existenčný stres. Zároveň vedia, že na niektoré rozhodnutia treba mať odvahu. „Musíš vystúpiť z komfortnej zóny, z toho, čo poznáš, a ísť do rizika. Nesmieš sa nechať zabrzdiť strachom.“



↑ Dve jurty sú na prenájom pre hostí a za zvýhodnenú cenu umelcom na rezidenciách.

→ Ema s najmenšími deťmi. O pár týždňov im pribudne ďalší súrodenec.

↙ Fauna chodí do jazdeckého klubu a dokáže sa postarať o koníka.



NEPOCHOPILI

Emini rodičia to nepochopili. „Sú lekári. Cítila som od nich veľký tlak na výkon – na seba aj na mňa. Z toho tlaku sa len teraz pomaly dostávam. Snažím sa robiť, čo ma naplňa.“ Momentálne vôbec nie sú v kontakte, keďže ich dcéra nežije život, aký si predstavovali. Možno aj kvôli tomuto všetkému chcela Ema po narodení Onky urobiť film o materstve. Napísala o tom na svoj instagram a ozvala sa jej režisérka Patricia Drati. Nakrúcali spolu päť rokov. Dokumentárny film Becoming Ema mal nedávno premiéru. Je o tom, ako mladá žena odmietne naďalej naplňať predstavy rodičov a spoločnosti o tom, ako treba žiť a kým sa treba stať, aby sa mohla stať sama sebou. ●



Text Zuzana Gogová

Foto archív Diany Mozolákovej

Na sociálnych sieťach nájdete Dianu pod názvom Divoká strava. Dozviete sa tam napríklad, ako si vyrobiť lekárničku zo sezónnych bylín, ktoré rastú na záhrade či na lúke za mestom. Lebo zdravie sa dá podľa Diany pestovať každý deň vďaka tomu, čo nám rastie rovno pod nohami.

Z RODINNÉHO JEDÁLNIČKA

„To, po čom stúpame, čo považujeme za burinu alebo s čím dokonca bojujeme, má obrovskú nutričnú hodnotu,“ hovorí Diana. Vyrába mastičky a tinktúry a s bylinami experimentuje aj inými spôsobmi. Púpavové gumové cukríky alebo špagety z ich stoniek, magnóliová kombucha, borovicová sóda, jarný elixír zo žihľavy, orgovánový aromatický cukor či bylinkové soli, to je len zlomok z receptov, ktoré sú súčasťou jej rodinného jedálnička. Zo sily bylín môže telo čerpať pri každodennej konzumácii v nenásilnej forme. „My doma nečakáme, kým



Sedmokráska sa dá zjesť

Zdravie si môžeme pestovať vďaka tomu, čo nám rastie rovno pod nohami, hovorí popularizátorka divokých bylín Diana Mozoláková.

ochoríme. Doprajeme si ich stále ako prevenciu.”

NEFUNGUJÚ NA POČKANIE

Sezónnosť bylín je podnetom zasobiť sa na obdobie neskorej jesene a zimy. Napríklad smrekové, jedľové či borovicové výhonky rastú iba počas krátkeho obdobia. Najsilnejšie sú na jar. Diana ich odporúča naložiť alebo rozmixovať v mede. „Je to jedna z najúčinnjších vecí na vykašliavanie, odhlienie a čistenie pľúc. Aj medvedí cesnak rastie iba chvíľu. Významne podporuje trávenie a prirodzenú obranyschopnosť organizmu.“



Na svojom profile má Diana niekoľko receptov, čo s medvedím cesnakom. Skúste si ho primiešať do humusu, vyrobiť pesto, cesnakovú soľ alebo upiecť ako chipsy. Stačí jemne potrieť pár lístkov olejom so soľou a krátko piecť v rúre na stopäťdesiatich stupňoch.

Je zaujímavé, že ak presadíte medvedí cesnak z lesa do záhrady, nedarí sa mu – hoci by ste mu poskytli presne také podmienky, z akých ste ho zobrali.

V dobe rýchlokvasených riešení nie sú bylinky tabletky na počkanie, a predsa k sebe priťahujú ľudí. Najmä keď tradičné lieky prestávajú fungovať. Napríklad problémy s tlakom upravuje



liečivá rastlina známa už v staroveku. Ide o hloh obyčajný. Na rozdiel od liekov nemá vedľajšie účinky.

MAGICKÉ

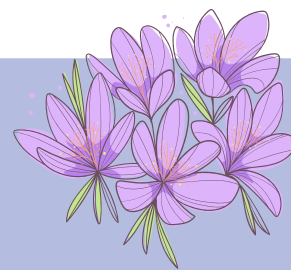
Diana opisuje divoké bylinky prívlastkom magické. „Nerastú iba pre nás a naše potreby. Majú svoju úlohu aj v rámci ekosystému. Len čo sa niekde vytvorí holá plocha, začne tam niečo rásť. Rastliny si nájdu štrbinu aj v malej praskline betónu.“ Podľa Diany dochádza medzi prostredím a tým, kto



„To, po čom stúpame, čo považujeme za burinu alebo s čím dokonca bojujeme, má obrovskú nutričnú hodnotu.“

na danom mieste žije, k nejakej forme magickej komunikácie a nové byliny sú schopné vyrásť aj na mieste, kde dovtedy neboli. „Keď v záhrade zrazu začne rásť valeriána lekárska, súvisí to s psychickými problémami. Ak mi vyrastie kozonoha, bude to súvisieť s kĺbmi, dnou, kyselinou močovou.“ Počas kovidu bola Dianina záhrada posiata skorocelom. Ten sa odporúča na dýchacie cesty.

Špeciálnou kapitolu je komunikácia medzi rastlinami a stromami. Spojenia medzi obrami rastlinnej ríše a jemnými bylinkami nie sú náhodné. Vytvárajú komplexný synergický vzťah, ktorému zatiaľ rozumieme len veľmi málo.



ORGOVÁNOVÝ CUKOR

Orgovánový cukor je jednoduchý, no výnimočný spôsob, ako zachytiť čaro jari do sklenenej nádoby. Jemne voňavé orgovánové kvety dodajú cukru sladkú kvetinovú arómu a mierne fialkový nádych. Kedysi podobné cukry pripravovali gazdiné na dochutenie dezertov či čajov, aby si v kuchyni uchovali kúsok prírody aj na chladnejšie dni. Vôňa orgovánu v kombinácii so sladkosťou cukru prebudí chuťové poháriky a premení aj ten najobvyčajnejší koláč či nápoj na zážitok.

Potrebuje:

- 1 šálku čerstvých orgovánových kvetov (chemicky neošetrených)
- 1 šálku kryštálového cukru

Postup:

Orgovánové kvety jemne otraste, aby ste odstránili nečistoty a prípadný hmyz. Kvety odtrhajte od stoniek a vložte do mixéra spolu s cukrom. Mixujte, kým nevznikne jemná vlhká hmota s krásnou arómou. Zmes rovnomerne rozotrite na plech vystlaný papierom na pečenie a nechajte sušiť na vzdušnom mieste 24 – 48 hodín. Postup si môžete urýchliť v sušičke na ovocie. Občas premiešajte, aby sa cukor nespojil do hrudiek. Keď je cukor úplne suchý, prepasírujte ho cez sitko, aby bol jemný a sypký, alebo ho rozmixujte na jemný prášok. Uchovávajte v uzatvárateľnej nádobe na tmavom a suchom mieste.

Púpava je podľa Diany úplný základ bylinkárčenia. Prospieva našej pečeni a tráveniu. Intuitívny spôsob, ako pochopiť bylinky, je pozrieť sa na to, ako vyzerajú. „Púpava je žltá. Čo máme v tele žlté? Obličky, moč, lymfu, rôzne šťavy,“ vysvetľuje. Každá časť púpavy je jedlá a liečivá. Po odkvitnutí má zmysel konzumovať jej horkejšiu časť – stonku.

Maria Treben, jedna z najznámejších svetových bylinkárov, odporúčala 6 až 8 stoniek púpavy denne na zníženie hladiny cukru v krvi. Modernejšia verzia, ktorú radí Diana, sú púpavové špagety. Stonky púpavy treba krátko povariť, aby stratili horkosť, následne orestovať na masle, cesnaku, soli a štipke čierneho korenia. „Divoká strava sa zrazu premenila na jedlo.“ Stonky púpav môžete pridať aj do šalátov a smoothie nápojov. Na potlačenie ich horkosti používa Diana citrón. Práve horkosť pomáha tráveniu a črevnému mikrobiómu, v ktorom sa ukrýva podstata našej imunity.

JAR V POHÁRI

Žlté púpavové okvetia s medvedím cesnakom, zádušníkom a sedmokraskami Diana zapracováva do masla ghee. Vitamíny A, D, E a K z bylín sa s tukom ľahšie v tele vstrebávajú. „Vznikne zakonzervovaná jar v pohári. Vydrží mesiace a vytiahne z bylín to najsilnejšie.“

Žihľava dvojdomá, prhlava, kopřiva, žihavka. Nejedného z nás už poprhľala a možno aj to je dôvod, prečo jej ľudia venujú menej pozornosti, než si táto kráľovná bylín zaslúži. „Je nesmierne univerzálna. Dala by sa o nej napísať samostatná kniha. Je čističkou našej krvi a má obrovský efekt na naše zdravie,“ hovorí Diana.

Žihľava je zdrojom železa a v kombinácii s vitamínom C napríklad v podobe citróna ho telo prijíma efektívnejšie. „Najväčšiu silu má v prvých jarných výhonkoch. Je extrémne životaschopná. Keď ju pokosíte, znova narastie a vy máte opäť jemné výhonky, do ktorých dáva silu.“

To, čo sa o žihľave vie menej, je nutričná povaha jej semien. Sú zlatým grálom divokej stravy. Právom si zaslúžia označenie superfood. Ak ste si doteraz pridávali do jedla chia semenka alebo morské riasy, nebojte sa ich nahradiť semenami žihľavy. Okrem podpory pokožky, vlasov, mozgu, obličiek a nadobličiek sa odporúčajú pri únave, vyhorení, depresiách a úzkostiach. Nezapadnite si preto na konci leta nazbierať visiace strapčeky prhlavy. Pretože ide o dvojpoľnú rastlinu, dajte pozor, aby ste samičky rastlinky odlišili od samčích. Pekný návod, ako na to, nájdete u Diany na blogu.●



Moderné Noemove archy

Text Petra Vrablicová
Foto archív Reného Hauptvogela



René Hauptvogel pestuje rastliny a ich semená zamrazuje pre ďalšie generácie. Cestoval s nimi aj na Svalbard, kde je v trezore ukrytý rastlinný genofond ľudstva.

Génová banka Slovenskej republiky je ukrytá za stromovou alejou v areáli Národného poľnohospodárskeho a potravinárskeho centra v Piešťanoch. K miestnostiam s kovovými regálmi, na ktorých sú poukladané sklenené poháre plné hlboko zmrazených semien, patrí laboratórium, pole, sad aj kancelária. Na dverách je pre každý prípad nalepený ružový lístok s odkazom „Som na poli“. Vďaka mobilom však nájdeme Reného Hauptvogela, odborníka na obilniny a uchovávanie agrobiodiverzity, celkom rýchlo.

Čo v génovej banke robíte?

Uchováваме a hodnotíme semená genetických zdrojov rastlín určených pre výživu a poľnohospodárstvo, teda na konzumáciu. Najvzácnejšie sú staré krajové odrody alebo odrody vyšľachtené v 50. – 60. rokoch minulého storočia, ktoré už dnes nenájdete. Najohrozenejšie sú väčšinou divorastúce populácie. Z konzumných

rastlín ide o tie, ktoré sa vyskytujú alebo pestujú len v určitých regiónoch. Okrem konzumných rastlín uchováваме v génovej banke aj divorastúce druhy, ktoré vraciame naspäť do krajiny. Ide najmä o aromatické a liečivé druhy.

Kedy vznikla potreba uchovávať rastliny takýmto spôsobom?

V minulom storočí. Priekopníkom bol botanik Nikolaj Vavilov, ktorý v 20. a 30. rokoch 20. storočia zhromažďoval obrovské zbierky semien plodín z celého sveta. Prvé moderné génové banky vznikali v 50. – 60. rokoch. Slovenská génová banka vznikla v roku 1996.

Všetky používajú rovnaké postupy?

Štandardne má každý štát jednu národnú génovú banku. Vo svete je ich okolo 1 700. Nehovoríme o regionálnych združeníach alebo subjektoch,

ktoré nejakým spôsobom uchovávajú populácie rastlín, ale o inštitúcii, ktorá splňa prísne medzinárodné štandardy spôsobu uchovávaní semien.

To znamená?

Zoberme si obilniny. Po žatve klasy vymlátime a urobíme testy klíčivosti. Do nádoby s vodou namočíme filtračný papier. Podľa šablóny naň poukladáme sto semien, ktoré potom prekryjeme rovnakým papierom. Podobne, ako keď ste na základnej škole položili hrášok na mokrá vatu a nechali ho rásť. Ak vyklíči 98 semien, teda test klíčivosti dosiahne 98 %, je úspešný a semenná vzorka putuje do sušiarne. Suší sa štyri až šesť týždňov, aby sa vlhkosť semien znížila na 7 %. Až potom ich ukladáme do mrazu. Do –18°C.

Ako často ich kontrolujete?

Máme dve kolekcie, základnú a aktívnu. V základnej sú vzorky uchovávané na 50 rokov a viac. Takmer s ňou

nemanipulujeme. V databáze vidíme, kedy boli jednotlivé vzorky zaevidované a kontrolujeme ich každých desať rokov. Urobíme test klíčivosti a ak klíčivosť klesla, vzorku musíme regenerovať. Vysejeme ju, aby sme získali nové semeno, a celý proces sa začína od začiatku: test, sušiareň, mraziaca komora.

A čo aktívna časť zbierky?

Tam sú semená uložené pri teplotách od nuly do štyroch stupňov a častejšie sa vyberajú. Vymieňajú si ich génové banky, univerzity aj inštitúcie, ktoré pracujú na rôznych pokusoch a analýzach. Sú uskladnené na rovnaký čas ako tie v základnej kolekcii, no častejšou manipuláciou sa obmieňajú rýchlejšie.

Líšia sa podmienky v slovenskej génovej banke a v Globálnom trezore semien v Arktíde?

Celosvetový trezor na Svalbarde je naozaj trezor. S tamojšími vzorkami sa nemanipuluje. Sú majetkom štátu alebo subjektu, ktorý si ich tam uložil. Pracovníci trezoru nemajú právo otvárať boxy, v ktorých sú vzorky, vymieňať ich ani s nimi manipulovať. Pri procese uskladnenia vzorku rozdelíme na dve časti. Jedna ide na Svalbard, druhá zostáva u nás. Keď po desiatich rokoch pri našej vzorke zistíme, že jej klesla klíčivosť, predpokladáme, že sa to isté stalo aj tam, keďže sú uchovávané v rovnakých podmienkach.

Môžete si tú vzorku vyžiadať?

Nielen vzorku, ale celý box, keďže v ňom je 160 rôznych vzoriek, ktorých sa na Svalbarde nemôžu dotýkať. Pošlú nám ju, my ju zregenerujeme, prebalíme, vložíme novú šaržu a pošleme celý box nazad.

Stalo sa to už?

S našimi vzorkami ešte nie. No krajina si ich môže vyžiadať aj z iných dôvodov. Urobila to Sýria. Počas vojny bola jej génová banka zničená, takže stratila vzácny genofond. Vzorky zo Svalbardu si vyžiadala, aby ich mohli rozmnožiť a nanovo vybudovať, o čo prišli. Globálny trezor semien slúži

ako záloha štandardnej génovej banky. Slovensko má navyše bezpečnostnú kolekciu v Prahe. Na základe česko-slovenskej spolupráce medzi bankami majú zas oni podobnú u nás. Rovnako aj Arméni.

Koľko vzoriek uchovávate?

U nás viac ako 27 000 položiek, v bezpečnostnej kolekcii v Česku je ich asi 4 000. Na Svalbarde vyše 1 500. Postupne tam duplikujeme kolekciu z Česka.

Stačí to?

V bezpečnostnej kolekcii sú najzaujímavejšie vzorky, ktoré na našom území máme. Sú niečím špecifické alebo výnimočné. Keďže prichádza ku klimatickým zmenám, je menej zrážok a dlhšie suchá, objavuje sa v rámci šľachtenia snaha dostať napríklad do pšenice gény suchovzdornosti. Cenené sú odrody, ktoré v sebe už nesú tento gén a lepšie znášajú nedostatok vody. Napríklad *Triticum araraticum*, divorastúci predchodca pšenice.

iba trikrát ročne. V októbri, februári a júni. Minimálne šesť týždňov pred otvorením trezoru musíme poslať zoznam vzoriek, ktoré budeme ukladať, aby sme získali povolenie na vklad. Následne ich pošleme poštou a vzorky počkajú na uloženie v príslušnom termíne.

Nehrozí, že sa pri preprave poškodia?

Nie sú zamrazené, iba v chlade. Teplota im nevaďí, keďže sú vysušené na 7 % a vákuovo balené v hliníkových vrecúškach. Sú menej náročné na priestor a menej náchylné na poškodenie ako sklenené nádoby, ktoré na skladovanie používame my.

Prečo používate sklo?

Nepodlieha chemickým a biologickým procesom, teda nekontaminuje vzorky. Niektoré génové banky používajú plechovky. Tie sú náchylné na hrdzavenie. Vrecká zase na prederavenie. Sklo je praktické. Ak potrebujete vzorku, pohár otvoríte, odsypete,



Ako vyzerá proces uloženia vzoriek do globálneho trezoru semien?

Trezor súdneho dňa, ako ho niektorí nazývajú, založili vo februári 2008. Prvý vklad Slovensko poslalo v roku 2019 a bol trochu iný ako tie ďalšie, pretože sa ho zúčastnila oficiálna delegácia. Zvyčajne len dostaneme informáciu, kedy bude trezor otvorený. Z bezpečnostných dôvodov sa otvára

„V bezpečnostnej kolekcii sú najzaujímavejšie vzorky, ktoré na našom území máme. Sú niečím špecifické alebo výnimočné.“

koľko potrebujete, a zavriete. Musíte však odsať vzduch, inak sa vzorky znehodnotia. Používame vákuovací prístroj. Funguje na podobnom princípe, ako keď doma teplom sterilizujete uhorky. V laboratóriu odsajeme vzduch za studena. Ak viečko nepovolí, vákuum je v poriadku. Do pohára pridávame silikagél, ktorý indikuje vlhkosť.

Vráťme sa na Svalbard.

Longyearbyen je najrýchlejšie sa otepľujúce mesto na Zemi. Prečo vznikol globálny trezor práve tam?

V hre bolo viacero faktorov. Špicbergy patria Nórom. Kedysi tu bola silná komunita Rusov. Dolovali uhlie, lovili veľryby. Toto územie leží dostatočne severne, aby tu bol permafrost, ktorý vytvára vhodné podmienky na uloženie semien. Ide o trvalo zamrznutú vrstvu pôdy. Jeho prirodzená teplota dosahuje -4°C , preto museli dostávať chladiace zariadenia, ktoré udržiavajú medzinárodne stanovenú úroveň -18°C . Trezor je blízko komerčne dostupného letiska. Má vstup v nadmorskej výške, ktorá ho chráni pred zaplavením aj v prípade, ak by sa roztopili všetky ľadovce sveta.

Ako na vás tá oblasť zapôsobila?

Nečakal som, že tamojšia príroda bude taká pekná a zároveň drsná. Na celom Svalbarde nie je ani jeden strom. Iba pôda a kameň. Trávu a lúčne porasty vidíte iba v lete. Vstup do trezora je ikonickou stavbou. Prístup doň má z bezpečnostných dôvodov len pár ľudí. Trezor sa otvára iba trikrát ročne, aby sa zamedžilo prúdeniu vzduchu a kolísaniu teploty, ale aj z praktických dôvodov: pracovníci musia rozmrazovať zámky na dverách. Pokiaľ tam nepracujete, ďalej ako za prvé dvere sa



nedostanete. Môžete si ho ale pozrieť virtuálne na internete.

Čo je za tými dverami?

120 metrov dlhý tunel. Na jeho konci je veľká hala, nazývaná aj katedrála, do ktorej ústia tri komory. Spolu môžu uchovať 4,5 milióna semien. Aktuálne je naplnená jedna a začína sa plniť druhá.

Ako tam vyzerá každodenný život?

V neďalekom meste Longyearbyen žije približne 2 000 ľudí. 90 % z nich sú vedci a obslužný personál. Je tam univerzita a detašované pracoviská geológov, klimatológov, glaciológov. Ak máte šťastie, uvidíte polárnu žiaru. Cez polárnu noc slnko nevychádza. Je prítmie, svetla toľko ako u nás v zime o siedmej ráno. Mesiac sa neustále točí na oblohe dokola. Počas polárneho dňa zase idete o jedenástej večer z reštaurácie a máte pocit, že sú tri popoludní.

Dá sa na to zvyknúť?

Väčšina pracovníkov trezoru príde len na vklady semien. Sídli v NordGene. Študenti a pracovníci univerzity zostávajú asi rok. Tamojšie prostredie vplýva na psychiku. Mne lepšie vyhovovala polárna noc. Cez polárny deň by ste najradšej bývali v pivnici, aby ste sa mohli vyspať. Navyše v regióne žije približne tritisíc polárnych medveďov. Viac ako ľudí. Preto bez vybavenia na ich odstránenie nemôžete opustiť mesto. Kolega z NordGenu spomínal, že keď spal v hoteli v centre mesta, po ulici sa prechádzal medveď. Nemôžete ho však len tak zastreliť, hoci v sebaobrane. Je chránený.

A čo iné praktické veci?

Elektrinu vyrábajú v uhoľnej elektrárni. Spaľujú v nej aj odpadky. Ich



vývoz na pevninu by bol príliš drahý. Aj preto sa všetko prísne triedi a do koša nemôžete vyhodiť napríklad plechovky. Na ostrove nemôžete nikoho pochovať. Telo by sa v permafroste nerozložilo. Nie je tu ani pôrodnica. Tehotné ženy musia opustiť ostrov.

Môžete popísať, ako sa u nás uchováva genofond?

Každý rok dostaneme zoznam vzoriek určených na obnovenie, regeneráciu. Vzorky vysejeme a hodnotíme ich podľa medzinárodných klasifikátorov, asi 60 znakov. Je to napríklad výška rastliny, dĺžka klasu či hmotnosť tisíc zŕn po žatve. Údaje vkladáme do systému, z ktorého si môžu záujemcovia neskôr vybrať vzorku. Uchovávanie a hodnotenie genetických zdrojov rastlín je základným pilierom našej práce. Tento kolobeh sa neustále opakuje.

Takže ste neustále vonku?

Je tu technický personál a robotníčky. Už sa stalo, že sme mali na poli vysiatych 1 200 odrôd obilnín, čo je kvantum práce. Vzorky vysievame na parcelky. Každá má dva metre štvorcové. Okrem vzoriek určených na regeneráciu a opätovné uloženie do génovej banky pestujeme v rámci špeciálnych projektov aj iné genotypy. Hodnotíme ich priamo na poli alebo v laboratóriu kvality. Tam zisťujú napríklad obsah lepku v múke. Hovorím najmä o pšenici, keďže ide o moju expertízu, no so strukovinami je to podobné.

Ste zodpovedný iba za jednu plodinu?

Kedysi sme mali kurátora pre každú plodinu, spolu približne pätnásť výskumných pracovníkov. Aktuálne sme piati, takže sme museli vytvoriť



skupiny plodín. Je tu pracovník na liečivé a aromatické byliny, iný na strukoviny, obilniny, ovocné druhy a tritikale, hybrid pšenice a raže. Napríklad na kukuricu kurátora nemáme.

Prečo?

Kukurica je opelivá vetrom. Ak by ste vedľa seba vysiali viacero druhov, musíte dodržať izolačné vzdialenosti alebo inak zabezpečiť izoláciu, aby ste predišli kríženiu odrôd a zaistili ich genetickú čistotu. V Piešťanoch na to nemáme možnosti. Venujú sa tomu v našom vysunutom pracovisku v Borovciach.

V banke uchováate aj ďalšie semená. Chodíte ich zbierať po Slovensku?

Získavame ich od iných génových bánk alebo inštitúcií. V 90. rokoch a na prelome tisícročí ešte aktívne fungovali zberové expedície. Okrem polí sa chodilo aj po chalupách. Ľudí sme sa pýtali, čo pestujú. Ak to boli odrody, ktoré sa dedili, vypýtali sme si vzorku. Dnes sa chodí iba raz ročne.

Je vlastné pestovanie jediný spôsob fungovania génovej banky?

Napríklad v Holandsku nemá génová banka žiadne pozemky. Externe si zazmluvnila farmárov, ktorí vzorky dopestujú.

Ako klimatické zmeny ovplyvňujú vašu činnosť?

Je menej zrážok, viac sucha a zvýšila sa priemerná teplota, takže sme museli prispôbiť agrotechnické postupy. Tento rok bola dobrá zima, relatívne slušná snehová nádielka po dosť dlhý čas, no odkedy sa sneh rozpustil, takmer nepršalo. Pri regenerovaní pšenice a jačmeňa sme museli zapojiť zavlažovanie.

Neovplyvňuje to kvalitu semien?

Rastlina je zaujímavá tým, že má určitú mieru tolerancie. Najmä pri suchu. Pokiaľ nejde o extrém, vie sa tomu prispôbiť. Horší sú škodcovia.

Biodiverzita klesá?

O poklese biodiverzity by sme mohli hovoriť, ak by sme ju nejakým spôsobom pravidelne monitorovali. Ja sa tomu nevenujem. Biodiverzitu najviac ovplyvňuje ľudská činnosť. Rozširovanie infraštruktúry a poľnohospodárskych plôch, politické rozhodnutia, vojny, genetická erózia. Vplyvom klimatických zmien sa na naše územie môžu dostať invázne druhy, ktoré môžu ovplyvňovať a vytláčať tie pôvodné. Kedysi živilo 98 % poľnohospodárov zvyšné 2 % populácie. Dnes 2 % živia zvyšných 98 %. To zvyšuje tlak na pôdu a výnosy plodín.

Cítite tieto zmeny aj vo vašej práci?

Viete, koľko trvá vyšľachtiť novú odrodu pšenice so stabilnými vlastnosťami? Asi desať rokov. Následne ju musíte odovzdať na trojročnú skúšku

a až potom ju môžete oficiálne registrovať, a teda používať a ďalej predať na výsev. Pri viniči je to až 25 rokov. Našťastie, tie zmeny zatiaľ nie sú také rýchle. Šľachtenie by malo pokračovať neustále a podporovať prispôbenie odrôd zmenám. Ako vieme z histórie, výkyvy počasia a roky extrémneho sucha pre ľudstvo nie sú novinka.

Ako dlho by trvalo obnovenie druhu z vašich zásob?

Ak by si niekto z génovej banky vyžiadal sto semien nejakej obilniny, tie vysadíte do dvoch riadkov. Prvý rok získate 200 – 300 gramov osiva. Ak by ste chceli osiať plochu jedného hektára, týmto geometrickým radom hovoríme o štyroch až šiestich rokoch. Navyše, nie každý rok je vhodný na regeneráciu obilnín. Môže sa stať, že celá parcela nevyrastie. V génovej banke regenerujeme genotyp dovtedy, kým nezískame množstvo potrebné pre uloženie. Podľa druhu je to 12 000 až 14 000 semien. Stalo sa, že získať toto množstvo trvalo pre nepriaznivé podmienky aj tri roky.●



RENÉ HAUPTVOGEL

Vedecko-výskumný pracovník Génovej banky SR, ktorá patrí pod Odbor rastlinnej výroby Národného poľnohospodárskeho a potravinárskeho centra. V Génovej banke SR pôsobí s prestávkou od roku 2005. Venuje sa ochrane a využívaniu biodiverzity obilnín, zabezpečuje pestovanie, ošetrovanie, hodnotenie a uchovávanie agro-biodiverzity a koordinuje vklady semenných vzoriek na Svalbarde za Slovenskú republiku.



Sekier spojil ľudí z rôznych kútov sveta, ktorí sa snažia hospodáriť v súlade s prírodou a v protiklade ku konzumnému modernému svetu.

Cesta hore zo zaježovských lazov ponúka krásne výhľady. Okolo je príroda, v ktorej rozoznáte stopy ľudskej činnosti len v podobe vysadených ovocných stromov a pasienkov pre zvieratá. Bola by škoda ponáhľať sa a nepozerať okolo seba. Z miesta, kde cesta pre autá definitívne končí, vás asi dvadsaťminútová prechádzka lesom a lúkami dovedie na Sekierske lúky.

Vízia sebestačného života

Text Viktória Hipšová
Foto Jana Čavojská

Tam nájdete tradičné gazdovstvo – Ekokomunitu Sekier.

V roku 1994 tu kúpilo občianske združenie Pospolitosť pre harmonický život pôvodný gazdovský dom z 19. storočia. Pospolitosť tvorila malá skupina ľudí, ktorá vnímala tradičné remeslá a kultúru ako kľúč k skromnému spolunažívaniu s prírodou. Ekokomunitu založili s víziou sebestačného života v protiklade ku konzumnému modernému svetu. Mnohí ľudia vďaka Sekieru našli svoju druhú polovičku a rozhodli sa na Zaježovej usadiť natrvalo. Dnes je komunita z veľkej časti medzinárodná vďaka možnosti dobrovoľníčiť v rámci Európskeho zboru solidarity. Duch improvizácie a jednoduchosti sa nevytratil, aj keď členovia komunity od extrémnych snáh o sebestačnosť sčasti upustili.

PRINCÍP OTVORENÉHO DOMU
Dnes býva na Sekieri viac žien ako mužov, hoci úlohu správcu doteraz preberajú najmä oni. V rámci komunity môžete zažiť rôzne modely fungovania. Ľudia sa tu striedajú a všetko závisí od skupiny, ktorá sa vytvorí. Vždy je

však prítomné zameranie na tradičné a jednoduché spolužitie s prírodou. Účastníci dobrovoľníckych pobytov sa zaujímajú hlavne o budovanie vzťahov, hospodárenie v súlade s prírodou, sebestačnosť a tradičné remeslá. Komunita je spirituálne pestrá, nemá jedno duchovné smerovanie a je otvorená každému záujemcovi.

Dnes tu býva šesť dobrovoľníkov – päť žien a jeden muž z rôznych kútov sveta. Dvaja z nich tu žijú dlhodobo, ostatní prišli na niekoľko mesiacov. Anne, 29-ročná Holanďanka, na nás máva s veľkým úsmevom a prevedie

„Pospolitosť tvorila malá skupina ľudí, ktorá vnímala tradičné remeslá a kultúru ako kľúč k skromnému spolunažívaniu s prírodou.“

nás po celom gazdovstve. Komunita je postavená na princípe „otvoreného domu“. Na návštevy sú zvyknutí a každého srdečne privítajú.

Anne nám najprv predstaví záhradu. Tá je pre nich zdrojom obživy. Kým nám ukazuje záhony a vysvetľuje, aké rastliny pestujú, ostatné dobrovoľníčky sadia semenka. Všade cítiť vôňu kvetov a treba zasadiť všetko, čo bude komunita potrebovať na vyžitie. Red'kvičky, kaleráby, zemiaky, šalát a mnoho ďalších plodín.

Vedľa záhrady práve vysadili nové ovocné stromčeky a iné rastliny, z ktorých postupne vyrastie jedlý les. Jeho koncept vychádza z princípov permakultúry. Je inšpirovaný prírodou, kombinuje rôzne vrstvy vegetácie a poskytuje trvalo udržateľný zdroj jedla. Drvivú väčšinu potravín si zaobstarávajú obyvatelia komunity sami práve vďaka záhrade a zvieratám, ktoré chovajú. Na jeseň si pripravujú zásoby jablkovej výživy, na jar zbierajú žihľavu, koncom leta plodiny ako zemiaky alebo tekvice, ktoré im vydržia až do ďalšej jari. Veci, ktoré si nedokážu dopestovať sami, hľadajú v komunitnej potravinovej banke v centre Zaježovej



alebo ich objednávajú z udržateľných ekoobchodov.

Z VLASTNÝCH PRODUKTOV Každý pondelok si členovia komunity spoločne vytvárajú plán na celý týždeň a rozdeľujú si úlohy. Deň začínajú o siedmej ráno starostlivosťou o zvieratá. Od deviatej do pätnástej pracujú v záhrade a okolo gazdovstva, vyrábajú mliečne produkty a jeden z nich má službu v kuchyni. Anne nám ukazuje malý domček, ktorý vlni postavili dobrovoľníčky zo slamy a hliny s feministickým odkazom „stavať dokáže každý“. Vnútro je skromné, ale zvonku predstavuje precíznu sochársku prácu.

Väčšina dobrovoľníkov prichádza bez skúseností s pestovaním a remeslami. To však nie je problém. Učia sa od skúsenejších členov komunity a navzájom si pomáhajú. Španielka Lili a Portugalka Lýdia sem prišli s cieľom dozvedieť sa čo najviac o udržateľnom spôsobe života. Okrem záhrady využívajú aj okolité lúky a lesy, kde hľadajú bylinky a iné jedlé rastliny. Pripravujú z nich šaláty, čaje a hojivé tinktúry.

Paulína z Poľska tu žije dlhodobo. Ostatných učí rozpoznávať jedlé a liečivé rastliny. Jedlá, ktoré si tu pripravujú, sú jednoduché. Dnes to bude tekvica z minuloročnej úrody. Varí Paulína na peci na drevo.

Kuchyňa sa nachádza v pôvodnom dome a preniesie vás do dávnej minulosti gazdovstva. Na tráme je napísaný rok, kedy bol dom postavený, a meno prvého vlastníka. Z celého priestoru cítiť spomienky. Dom akoby dýchal príbehmi, ktoré sa tu počas 150 rokov odohrali.

KRUH ZDIEĽANIA Sekierčania sa snažia vybudovať silnú komunitu prostredníctvom spoločných aktivít, ako je napríklad kruh zdieľania. Prebieha raz do týždňa. Členovia komunity sa rozprávajú o svojich pocitoch, problémoch a zážitkoch. Každý dobrovoľník môže pre ostatných vymyslieť workshop alebo aktivitu. Slovenka Natália teraz napríklad vedie lekcie jogu. Navzájom sa tak od seba učia.

Anne nás vedie na lúku, kde majú ohradu ovečky. Práve včera ich ostrihali. Vlnu budú v nasledujúcich dňoch spracovávať a neskôr z nej vyrobí produkty na kolovrátku a krosnách. Ovce



„Väčšina dobrovoľníkov prichádza bez skúseností s pestovaním a remeslami. Učia sa od skúsenejších členov komunity a navzájom si pomáhajú.“



a kozy, ktoré sa pasú na vedľajšej lúke, poskytujú mlieko na syry a maslo.

Z lúky vidíme takmer celé údolie a Zaježovú. Rozkvitnuté stromy pripomínajú krajinu zasypanú snehom. Obklopujú nás zelené lúky a lesy. Anne sem prišla hlavne kvôli nim. Vždy túžila žiť v prírode a naučiť sa o nej čo najviac. Komunitný život opisuje s nadšením. Váži si spôsob, akým tu dokážu naviazať a rozvíjať hlboké vzťahy. Je presvedčená, že jej zostanú na celý život. ●

Text Jana Čavojská
Foto Jana Čavojská,
archív Veroniky Kickovej

POETICKÝ PROTESTSONG

Život ďaleko od cesty, bez vody a elektriny, záhrada, sebestačnosť. Pre Veroniku Kickovú dar a zázrak, že takto môže fungovať.

Na terase pôvodného dedinského domčeka na kopaniciach nad Prochotom spustí dokonalou slovenčinou – hoci pôvodom je Češka zo Sudet. V dome, pred ktorým sedíme, nie je zavedená voda ani elektrina. Elektrinu má zo solárnych panelov, vodu z prameňa. Suchý záchod vonku. Práve za takýmto životom Veronika Kicková kedysi na Slovensko prišla. Písal sa rok 1995 a 21-ročná študentka scenáristiky našla plagátik oznamujúci, že na Zaježovej sa zakladá gazdovstvo, kde sa bude žiť tradične, ekologicky a skromne.

Z HOLÝCH MÚROV

„Bolo to tam nesmierne romantické. Odľahlé miesto a pre mňa celkom nový svet. Veľmi ma zaujímala ľudová architektúra a kroje. Tam sme robili všetko. Remeselné víkendovky, rekonštrukcie starých domov pôvodnými technikami, alternatívne poľnohospodárstvo,“ spomína Veronika. „Niektoré veci boli z môjho pohľadu veľmi naivné a miestni gazdovia, ku ktorým sme chodili pracovať, sa na nás niekedy rehotali. Napríklad, že nepotrebujeme orať. A mali aj svoj kus pravdy.“

Staré domy na Zaježke rekonštruovali niekedy z holých múrov. Nadšenci pre ľudovú architektúru konzultovali postupy s odborníkmi. Pastiereň, ktorá dnes stojí na Sekieri, bola pôvodne v Kalinke. Kultúrna pamiatka, drevenica s hlinenou omietkou a zvyškami slamenej strechy. Dobrovoľníci najprv vybojovali presun s úradmi, potom dreveničku očistili, rozobrali, brvná očíslovali a previezli na Sekier, kde ju podľa nákresov naspäť poskladali. Bolo treba urobiť aj novú slamenú strechu. Znamenalo to ručne zožať a vymlátiť raž. „Bolo to veľmi zaujímavé obdobie ražných pagáčov a chlebov, aby sme využili ražnú múku,“ smeje sa dnes Veronika.

Komunita na Zaježke fungovala živelné. Časť ľudí tam žila roky, iní prišli na pár týždňov alebo na víkendovku. Od pôvodnej myšlienky totálnej sebestačnosti časom trochu upustili. Niektorí členovia komunity





sa postupne osamostatnili a kúpili si domčeky v susedstve. Veronika v roku 1998 odišla na Bugárovo na očovské lazy. Partia jej kamarátov tam vtedy kúpila gazdovský dom. Jeden z nich, Roman Kostúr, tam stále žije. Chová dobytok a huculské kone.

DLHÉ DNI
Očovské lazy znamenali pre Veroniku tvrdé roky výraznej sebestačnosti. Vyдалa sa a s mužom kúpili domček. Mali spoločnú víziu života. „Sebestačnosť bola trochu naivná predstava s dvomi malými deťmi, ale z veľkej časti sa nám to podarilo. Zeleninu, ovocie, kozie mlieko, syry, mäso, fazuľu a zemiaky sme mali svoje. Na obilie sme nikdy nedosiahli. To by bolo zložitý.“

Rovnako žili, keď sa po piatich rokoch presťahovali na gazdovstvo, kde sa práve rozprávame. Znamenalo to štrnásť hodín denne na nohách. „Ale je to veľmi pomalý životný štýl,“ vysvetľuje Veronika. „Má svoje výhody. Nemám pocit, že to rýchlo ubehlo. Deň je dlhý, keď robíš veci zdĺhavo. Napríklad také pranie na rumpli.“ Práčku nepoužíva dodnes, nemá ani chladničku či rýchlovarnú kanvicu. Elektrina zo solárnych panelov jej nabíja laptop, mobil, CD prehrávač, reproduktory a gramofón. Až na najhoršiu zimu a tmú, kedy to nedáva a na rad prídu sviečky, jej stačí.

Názor na sebestačnosť Veronika postupne menila. Už sa jej nezdá taká

„Tu na lazoch neviem odhadnúť, čo z mojej hudby je zaujímavé pre ľudí z mesta. Mnohé moje témy idú úplne mimo ich myslenie.“

podstatná. „Chceš čítať knihy, a tie si nevyrobíš. Môžeš ako niektorí raziť teóriu, že najlepšie je rozprávať sa pri ohni. Ale to je podľa mňa už ,ujetý‘. My sme si chceli kupovať knihy a počúvať hudbu. Náš solárny systém sa nafukoval podľa potreby prehrávania CD-čiek.“ Úplná sebestačnosť nemá logiku. Nefungovali tak ani ľudia v minulosti, životu ktorých sa komunity, ako tá na Sekieri a Bugárove, chceli priblížiť. „Nemôžeš byť dobrý vo všetkom. Remeslá si vyžadovali špecializáciu.“

CHLAPCI V KROJOCH
V nejakej fáze materskej prišla Veronika na to, že sa menej nadrie, keď bude robiť drevené misky a predávať ich na jarmokoch alebo vymieňať za tovar iných trhovníkov. „Roky 2007 až 2010 boli perfektné. Ľudia mali o ľudové výrobky záujem, akcií nebolo toľko a neboli až také komerčné. Ešte

žilo viac starých remeselníkov a na jarmokoch som ich mohla stretnúť.“ Na akcie brala so sebou svojich synčekov Janka a Štefana. „Pre nich to bol výlet. Navyše boli roztomilí a v krojoch im to pristalo.“ Drevený tovar nosila v noši, s ktorou prišla aj dnes po mňa dole k ceste. „Kedysi ich vyrábala pani Hubáč od Novej Bane. Vynikajúci remeselník. Je to veľmi prácne. Konáre treba napariť a potom z nich trhať pásy. Ľutujem, že som si od neho kúpila iba jednu nošu. Mám ju dvadsať rokov a stále je perfektná. Lahučká, pevná aj pekná.“

Keď prišla kríza a ľudia prestali kupovať remeselné výrobky, začala Veronika viac robiť muziku. Nepovažuje sa za speváčku, je skôr pesničkárka, sama si píše texty a skladá hudbu. Obdobie, keď mali na gazdovstve pätnásť kôz a okrem práce okolo zvierat, sena a záhrady cestovala na vystúpenia, považuje za veľmi náročné. Hrávala väčšinou v Česku. Chodila vlakmi a autobusmi s veľkým batohom, v ktorom mala husle aj drevené misky na predaj. „Od ôsmich rokov so mnou hral Janko. Často sme z domu odchádzali na prvý spoj o 4:45. Keď sme nakoniec vyšli na javisko, najradšej by sme spali.“

INŠPIROVANÍ FOLKLÓROM
Na prvom stupni chcela Veronika učiť chlapcov doma. Do školy by museli dochádzať autobusom, k tomu pešo z lazú k hlavnej ceste, a školy v okolí neboli veľmi dobré. Veronika berie ako pozitívum, že deti nezískali hlúpe školské návyky – nenaučili sa podvádzať a učiteľov nepovažovali za nepriateľov. Sociálne kontakty im vraj nechýbali. Janko chodil do hudobnej a na florbal a vyšantili sa aj s deťmi od susedov. Mobily dlho nemali. „Čas trávili reálnou činnosťou,“ hovorí Veronika.

Janko s mamou tvoria hudobné duo Hmlisto. Nedávno nahrali skladbu Zachráňme Čechánky! na podporu ľudí, ktorým hrozí, že kvôli výstavbe prečerpávacej vodnej elektrárne Málinec-Látky prídu o domov. Veronika kedysi hrávala pod umeleckým menom Horana so skupinou Bytosti. Robili hudbu inšpirovanú folklórom, ku ktorému mala Veronika veľmi blízko. V svojskej komunite obdivovateľov starých Slovanov išlo skôr o jej poslanstvo než hudobnú kvalitu.

Pre Veroniku boli zásadné témy ako ekológia, udržateľnosť, protest proti konzumu. Po ruskej anexii Krymu, keď veľká časť tejto scény začala otvorene podporovať Putina, Veronika ju úplne opustila. To už pár rokov hrávala s malým Jankom. Ona na husle, on na gitare. Pôvodné publikum však stratila a mimo neho ju nikto nepoznal.

MANAŽÉR V ČAJOVNI?
„V roku 2016 sme skúsili jedno nahrávanie a vôbec nám to nesadlo. Tú nahrávku sme vyhodili,“ rozpráva Veronika. „Janko bol ešte veľmi mladý. Ale bolo jasné, že k tomu dospeje. Keď mal necelých šesťnásť, nahrali sme album Na druhom brehu. Začínala som sa rozkukávať, ako mikrosvet alternatívnej hudby funguje. Tu na lazoch neviem odhadnúť, čo z mojej hudby je zaujímavé pre ľudí z mesta. Mnohé moje témy idú úplne mimo ich myslenie. Dúfala som, že nájdeme nejakého manažéra. Ale toho len tak nestretnáš, keď hráš po čajovniach.“

Jedna fanyнка Hmlista dala album Na druhom brehu českému pesničkárovi Petrovi Linhartovi. V zime 2019 Veronike napísal, že sa mu platňa páči a chce, aby zahrli na festivale v pútnickom kostole Nanebovzatia Panny Márie v dedinke Skoky v Sudetoch. Aká náhoda! Neďaleko toho čarovného miesta Veronika vyrastala. „Ten koncert ma vrátil naspäť k mojim



koreňom. Bolo to úplne mystické,“ spomína. Spoločné projekty s Petrom pokračovali, až napokon Hmlisto v roku 2023 získalo ocenenie Radio_Head Awards za najlepší folkový album roka. Piesne z albumu Československá sú príbehmi o ľuďoch, krajine a zložitých osudoch počas spoločnej slovensko-českej histórie. Reflektujú aj Veronikinu skúsenosť: vyrástla v byte po odsunutých sudetských Nemcoch, na ktorý padol tieň historickej viny, hoci jej dedo si ho kúpil, nedostal ho pridelený. Odstahovala sa na slovenské lazy a prijala cudzí jazyk a kultúru za svoje. Dokonca tak, že to na jej slovenčine nepoznať. Zamilovala si tradície, o ktorých dokopy nič nevedia ani mnohí hrdí Slováci.

SILA HUDBY
Do Čechániek Veronika zablúdila, ešte kým žila v Zaježovej. Niektorí jej vtedy dal starú mapu a ona podľa nej išla po žltej značke cez dedinu Hámor na Ďubákovo. Narazila však na vodnú nádrž, ktorá na mape nebola. Musela ju celú obísť. Nachádzala opustené domčeky, a keď vyšla na hrebeň, podľa mapy zistila, že neďaleko sú Čechánky. Ako Česku ju tento názov zaujal a išla si ich pozrieť. „Bolo tam pár pekných domčekov,“ nezaprie v sebe obdivovateľku ľudovej architektúry. „Keď sa objavila kauza s výstavbou prečerpávačky, nemala som na výber.

Fascinovalo ma odhodlanie ľudí brániť si svoje domovy. Je to lekcia demokracie. A pesnička? Chcela som protest-song, ale nechcela som sa vzdať poézie. Poetický protestsong, to je čudný žáner.“ Hudba podľa nej môže pomôcť. „Ako poézia sa dotýka inej hemisféry než vecná reportáž.“

Nad dedičstvom predkov sa podľa Veroniky ľudia rozplývajú, len kým je to teoretické. „O jeho realite vedia veľmi málo. Aj preto ho adorujú. Ja mám veľa vecí z neho vyskúšaných. O to viac obdivujem ľudí, ktorí tak žili. Hlavne ženy. Ich postavenie bolo často zúfalé. Všetci vtedy museli hrozne drieť. Takže by sme to nemali prikrášľovať výrazmi, akí dokázali byť vtedy šťastní.“

Na lazoch Veronika teraz býva sama. Hovorí, že ju takýto život veľmi baví. V meste ani v byte by to vraj nikdy nedala. „Od krajiny si tam oddelená schodmi. Všade je hluk. Tu mám vône, hlinu, prírodu. Chuť doma dopestovanej zeleniny. Ješť v civilizácii mi nechutí, jedlo tam nie je dobré. Mlieko z krabice je utrpenie. Považujem za dar a zázrak, že môžem bývať na laze. Áno, v meste zvládnem sprchu aj splachovací záchod, ale necítim sa komfortne. Pre mňa je wellness doniesť kýble vody zo studničky, naplniť si vaňu, ľahnúť si do nej a pozeráť do neba. To je paráda! A nakoniec tou vodou polejem záhradu.“●

„Keď sa objavila kauza s výstavbou prečerpávačky, nemala som na výber. Fascinovalo ma odhodlanie ľudí brániť si svoje domovy. Je to lekcia demokracie.“

Katarína Jesenská vďaka dedkovi kála drevo aj ručne kosí. Chalupárčenie sa podľa nej dedí. Je jej prácou, oázou pokoja aj spojením so sebou samou.



Text Petra Vrablicová
Foto Maňo Štrauch

Katkini rodičia kúpili chalupu, keď mala rok. Jej otec, chirurg, hľadal útočisko pred pracovným a mestským zhonom. Napokon ordinoval aj na terase obklopenej lesom. Dom z nepálenej tehly vtedy ešte nemal vodu, príjazdovú cestu ani splachovací záchod. Detstvo plné potuliek a tvrdej

„Nie je nič krajšie, ako si ekologicky vypestovať vlastnú zeleninu a ovocie, odtrhnúť na lúke bylinku, nazbierať v lese hríby.“

práce známu moderátorku formovalo natoľko, že sa dnes chalupárčeniu venuje aj profesionálne. Už ako malá chodila sama do lesa. Nosila triesky, zbierala bylinky, vyrábala púpavový med. Pamätá si, ako naň potrebovala nazbierať dvetisíc púpav. Hlavičky počítala. A mame potom pri varení spálila dva hrnce.

Viete si vybaviť prvú spomienku na chalupu?

Tých spomienok je viac. Všetky sú spojené s pocitom slobody a najmä s prírodou, ktorá ma fascinovala už ako malé dieťa. Dokázala som tráviť hodiny v lese, dokonca aj sama, napriek tomu, že som bola malé dievčatko. Otec bol poľovník. Často som s ním chodievala do lesa čistiť krmelce alebo v zime dopĺňať zvieratám soľ.

Ako to tam vyzeralo?

Podmienky boli trochu bojové. Vodovod sme nemali. Po vodu sme chodili do studne a v lese sme mali latrínu. Nemala som problém ísť sama

s baterkou do lesa ani v noci. Cítila som sa tam bezpečne.

Čo ste robievali?

Na našej samote sú len dva domy. Vedľa nás vtedy bývala rodina, ktorá chovala prasiatka, sliepky, husi, mačky a psíka. O domácnosť aj zvieratá sa starala najmä starenka, ktorá bola nielen veľmi pracovitá, ale aj úžasne piekla. Často som k nim chodievala za zvieratkami a vždy som odchádzala s buchťou v ruke. Príroda a tento vidiecky život sa mi veľmi páčil.

Uvedomovali ste si aj jeho náročnejšiu stránku?

Moja mama mala veľkú úžitkovú záhradu, kde sme sa celkom narobili.

Studňa s vodou a sud s dažďovou vodou boli odtiaľ vzdialené asi stopäťdesiat metrov. Vodu na polievanie sme nosili vo vedrách na káricku. Otočili sme sa možno aj štyridsaťkrát. Keď si to dnes predstavím, s úsmevom sa chytám za hlavu. Všetko bolo oveľa náročnejšie ako dnes, ale to mojich rodičov nikdy neodradilo.

Viedli vás rodičia k tomu, aby ste si toho vedeli čo najviac urobiť sama?

Áno, a musím povedať, že ma to aj veľmi lákalo. Už ako sedem- alebo osemročná som sa učila káľať drevo a dedo ma učil kosiť klasickou kosou. Nebolo úplne jednoduché, nakoľko bola pre mňa veľmi ťažká. Bola som taký chalanisko, takže ma to bavilo.



24 ROZHOVOR	25 ROZHOVOR	ZÁHRADA
Je chalupárčenie dnes iné ako kedysi? Počas môjho detstva nebolo bežné mať v chalupe vodu či splachovací záchod. My sme dokonca nemali ani kúpeľňu. Tú rodičia vybudovali z pôvodnej maštale až neskôr. Vlastnú studňu som dala vykopať až ja pred pár rokmi. S týmto sa dnes stretávam už veľmi zriedka. Žijeme v modernej dobe a tomu sú dnes prispôsobené aj chalupy a technológie v nich. A je to v poriadku.	Podarilo sa vám tieto hodnoty odovzdať vašim synom? Najlepšia výchova je príklad. Vidím, že mnoho vecí automaticky preberajú a k chalupe majú vzťah, keďže aj oni tam trávili časť svojho detstva. Chalupárčenie sa dedí.	Viete sa ľahko odpojiť od vonkajšieho sveta? V dnešnej dobe viac ako kedykoľvek predtým považujem za žiadúce mať svoju vlastnú bublinu. Vonkajší svet nás dokáže úplne pohltiť a zvalcovať, ak sa nevrátíme k sebe a nezačneme uvažovať za seba. Hľadiet od seba je vždy jednoduchšie, ako sa pozrieť do vlastného vnútra. Preto sa mnoho ľudí hnevá na vonkajší svet, akoby neboli jeho súčasťou.
Ovplyvňuje chalupárčenie človeka, ktorý sa mu venuje? Chalupárčenie je predovšetkým životný štýl. Vyhľadávajú ho ľudia, ktorí chcú spomaliť, byť v blízkosti prírody a nie sú im ľahostajné tradície. Chalupárovi neprekáža fyzická práca. Práve naopak. Vyhľadáva ju. Často preto, aby si vyčistil hlavu a zabudol na starosti spojené s bežným mestským životom, prácou, rutinou. Pre mňa osobne sú to dva svety, ktoré mi spoločne zabezpečujú v živote rovnováhu.	Majú k nemu rovnaký vzťah ako vy? Vyrastali v chalupárskej rodine, aj keď v inom období. Latrínu už nezažili.	Museli ste sa to naučiť? Život je najlepší učiteľ a platí to dvojnásobne, ak sa s ním spriatelíte.
Čo pre vás znamená vidiecky spôsob života? Budem sa opakovať, ale je to blízkosť prírody, úcta k tradíciám a záujem o ne, ekológia, jednoduchosť, sebestačnosť. Nie je nič krajšie, ako si ekologicke vypestovať vlastnú zeleninu a ovocie, odtrhnúť na lúke bylinku, nazbierať v lese hriby. Chodiť bosými nohami po tráve či prejsť sa po tichom lese má obrovský liečebný a terapeutický účinok. A je to zadarmo. Žijem v meste a mám kopec pracovných povinností, ktoré ma často tak pohltia, že doslova utečiem na chalupu, aby som sa vrátila opäť k sebe. Tento balans my chalupári vyhľadávame.	Zaujímajú sa o chalupárčenie a záhradkárčenie aj mladšie generácie? Stále viac a viac mladých ľudí si užíva vidiecky život, ak majú tú mož-	Necítili ste niekedy, že vás viac zťažuje ako vám dáva? Boli aj také obdobia. Ale to je prirodzené, keď niečo budujete a idete cestou pokus – omyl. Chalupu som začala rekonštruovať v období, ktoré bolo pre mňa a moju rodinu celkovo náročné a primárne som musela riešiť našu existenciu. Chalupa však bola v takom stave, že bolo treba zachrániť aj ju. Takže bolo nutné spraviť všetko naraz. Paradoxne ma práve táto ťažká situácia posilnila a neskôr mi vnukla námet na reláciu, ktorá sa už desať rokov teší úspechu. Za ten čas vytvorila veľkú komunitu chalupárov. Som za to nesmierne vďačná.
	„Chodiť bosými nohami po tráve či prejsť sa po tichom lese má obrovský liečebný a terapeutický účinok. A je to zadarmo.“ nosť. Poznám veľa mladých rodín, ktoré sa na chalupu dokonca presťahovali natrvalo. Tento fenomén je tu už niekoľko rokov. Kedysi to bola doména strednej a staršej generácie, dnes by som povedala, že je to vyrovnané.	Darí sa vám na chalupu popri povinnostiach chodiť tak často, ako by ste chceli? Viac tam asi nakrúcam, ako relaxujem, ale aj tak si to užívam.
	Aké nové trendy to prináša? Ekologické stavby, drevodomy, vynovené technológie kúrenia, nakladania s odpadom, čistenia vody, všetko v súlade s ekológiou a udržateľnosťou. Tak sa postupne formuje nová generácia chalupárov, ktorí kombinujú postupy tradičného staviteľstva s novými technológiami. Doba ide dopredu a my sa jej musíme prispôbiť. Je to v poriadku, pokiaľ nezabudneme na to, čo kedysi vymysleli naši predkovia a vydržalo to dodnes. Ideálne je kombinovať funkčné nové postupy a technológie a súčasne nezabudnúť na tie tradičné a rokmi osvedčené.	Páčili by sa vašim rodičom zmeny, ktoré ste na chalupe počas rokov urobili? Moji rodičia tu už dlhé roky nie sú a keďže je to otázka skôr na nich, neviem na ňu odpovedať. Pamätám si začiatky rekonštrukcie. Keď som mojej mame ukazovala fotografie, sentimentálne sa na ne zahľadela a videla som na nej, ako si premieta spomienky.
	Privádza vás život na samote k reflektovaniu vlastného života? Len keď sa zastavíte, vidíte krásu v jej jednoduchosti. Žijeme veľmi komplikované životy. Zabúdame na seba, aby sme naplnili očakávania svojho okolia. Lenže na konci dňa je ten ozajstný život oveľa prostejší a práve tým nesmierne bohatý. Treba však spomaliť, nebrať sa tak vážne a veriť, že všetko je v poriadku tak, ako je.	Aký projekt vás čaká najbližšie? Projekt Plot. Vidiecke ploty sú témou, ktorá ma už dlhší čas zamestnáva. Stavba plotu je počas jari a leta aktuálna téma pre mnohých chalupárov.
	A čo sezónnosť? Bez nej by to nešlo. Jar a leto trávime vonku, dovnútra ideme naozaj len spať. Na jeseň chodím rada do lesa kvôli typickým hrdzavým a žltým farbám listov, ktoré ma ukludňujú. Zima je jednoznačne o praskajúcom kozube a prechádzkach v snehu. V každom ročnom období k tomuto všetkému	Ste typ človeka, ktorý si sadne, až keď niečo dokončí a musí mať poriadok? Alebo naopak? Neviem si oddýchnuť v neporiadku, som tým celkom známa.
		Čo na chalupe robíte najradšej a máte aj niečo, čomu sa vyhýbate? Rada varím vonku na sporáku na drevo. Tam uvarené jedlo chutí úplne inak. Skleník je takisto relax. Ruky v hline, to je moje. Tiež rada chodím na prechádzku do lesa. Mám svoj okruh, je to už môj rituál. V lete bicyklujem. Nerada však ukladám drevo, keď je ho veľa. ●
		KATARÍNA JESENSKÁ Vyštudovala VŠMU, pred kameru sa po prvý raz postavila ako osemnásťročná. Po narodení dvoch synov sa stala producentkou a autorkou televíznej relácie Na Chalupe. Inšpiroval ju život na chalupe na myjavských kopaniciach, ktorú zdedila po svojich rodičoch a stala sa jej druhým domovom. Je autorkou troch kníh a niekoľkých diárov s chalupárskou tematikou a tvorí chalupárske doplnky.

Záhrady s príbehom

Text Zuzana Zimmermannová

Foto Zuzana Zimmermannová, Shutterstock, Wikipedia, Garden of Cosmic Speculation

PLÁVAJÚCA ZÁHRADA

Biela loď sa odrazí od brehu, pri ktorom deti lížu zmrzlinu, a po krátkej plavbe na švajčiarskej strane jazera Lago Maggiore zakotví pri dvoch neveľkých ostrovoch Brissago. Obrastené bujnou vegetáciou ukrývajú záplavu nezvyčajnej flóry ako dedičstvo jednej nezastaviteľnej ženy. Barónke Antoinette Fleming Saint-Léger sa v roku 1885 ostrovy uprostred jazera zapáčili natoľko, až si ich spolu s manželom kúpila. Chorľavej žene vyhovovala miestna mikroklima blízka subtropom. Preto začala s budovaním botanickej záhrady, ktorá v sebe niesla prísľub vyliečenia.

Kým zvyšok vtedy chudobného Ticina nemal poriadne čo do úst, barónka sem na člnoch dovážala novú pôdu a množstvo exotických rastlín. Väčší z ostrovov, Isola Grande, dnes imituje malú kvetinovú cestu okolo sveta od Tasmánie až po Južnú Afriku. Stredom ostrova sa tiahne bujný porast, ktorý pripomína lesy spreď 300 miliónov rokov. Miesto tu majú palmy, z ktorých sa zbiera med, karob, ktorého semienka sa kedysi používali na určovanie hmotnosti namiesto závaží, aj tisovce dvojradové ponorené v jazere, ktoré dokážu tolerovať aj



niekoľkomesačné záplavy. Pri rímskych kúpeľoch rastie jojoba, argánovník, eukalyptus a ďalšie liečivé rastliny. Škoricovník z Himalájí, gladioly z Madagaskaru a mnohé z paliem zasadila ešte samotná barónka.

Nad kvitnúcou krásou sa týči vila s nápisom „Aj život je umenie“. Tá nie je dielom barónky. Manžel ju opustil a pre nedostatok peňazí bola nútená ostrovy predať. Ich novým majiteľom sa stal nemecký podnikateľ Max Emden. Bonviván, ktorý zbohatol na koncepte obchodných domov, paradoxne našiel útočisko ďaleko od sveta konzumu. V roku 1927 na mieste bývalého kláštora postavil pompéznú vilu. Ako milovník umenia a žien tam v izolácii ostrova usporadúval divoké párty.

Okolité záhrady však nechal neporušené. Vďaka mikroklimu sa pod holým nebom darí aj vyše dvom tisíciam druhom subtropických rastlín. Jazero obklopené Alpami

Jane s pomocou belgických krajinných architektov postupne menila pustatinu na krásne anglické záhrady, dokonca s kaskádovými vodopádmi a veľkým domom na strome. Najväčším lákadlom sa však stala Záhrada jedov.

Po tom, ako vojvodkyňa navštívila desiatky medicínskych záhrad s liečivými bylinkami, si uvedomila jednu dôležitú vec: deti nezaujíma, čo ich môže vyliečiť, ale to, čo ich môže zabiť. Získala licenciu od britského ministerstva vnútra na pestovanie inak nelegálnych rastlín a nechala ich vysadiť za mrežami. K stovke „vrahov“ patrí napríklad ricín obyčajný, oficiálne najjedovatejšia rastlina sveta, prilbica modrá, ktorá sa minulosti používala na otravu hrotov šípov či boľševník obrovský – jeho šťava v kombinácii so slnkom spôsobuje silné popáleniny a pľuzgiere na koži. V záhrade rastú aj drogy ako konope, mak a koka. Majú demonštrovať, ako dokážu zničiť ľudské orgány.

Do záhrady sa dá vstúpiť len so sprievodcom a platia tam prísne zákazy – ničoho sa nedotýkať, nič neochutnávať a nič neovoniavať. Niektoré výpary z rastlín sú halucinogénne a pár návštevníkov z nich už počas horúcich dní omdlelo. Tie najnebezpečnejšie sú pre istotu umiestnené v uzamknutých kliebkach.

ZÁHRADA KOZMICKEJ ŠPEKULÁCIE

The Garden of Cosmic Speculation v Škótsku pripomína, aký je človek oproti vesmíru malý, a vzdáva hold vede. Namiesto radov begónií tu ležia trávnaté kopce v tvare ulity, špirálovité sochy v tvare DNA alebo čierna diera, ktorá vizuálne pohlcuje okolitú krajinu. Záhrada je totiž navrhnutá podľa teórie fraktálov, DNA a čiernych dier.

Všetko sa začalo v roku 1988, keď sa slávny teoretik architektúry Charles Jencks a jeho manželka Maggie, odborníčka na čínske záhrady, pustili do zveľadenia rodinnej záhrady. Pôvodne chceli vybudovať pár jazierok pre deti. Pri kopaní však narazili na ilovitú, ľahko tvarovateľnú pôdu. Charles, fascinovaný modernou vedou, sa rozhodol, že nebude kopírovať prírodu, ale zhmotní zákony, ktorými sa riadi celý vesmír.

Záhradu rozdelili na sekcie. Tie reprezentujú matematické vzorce, fyzikálne javy a biologické procesy. Leží tu Vesmírna kaskáda – ohromné schodisko, ktorého každý schod reprezentuje míľnik v histórii vesmíru, alebo Fraktálové krajiny, trávnaté kopce vytvarované do dokonalých sínusoid a matematických kriviek. V záhrade nie sú takmer žiadne kvety. Podľa Jencksovcov by ich farby zbytočne odpúťavala pozornosť od geometrie a myšlienok, ktoré majú tvary vyjadrovať.

Keď Maggie v roku 1995 podľahla rakovine, Charles pokračoval nielen v budovaní záhrady, ale aj charity. Založil sieť centier na pomoc onkologickým pacientom Maggie's Centres a na jeden májový víkend v roku otváral súkromné záhrady verejnosti. Keď v roku 2019 zomrel, o záhrady sa začala starať dcéra Jencksovcov, úspešná krajinná architektka Lily. Stráži otcovo želanie, aby v záhrade bolo cítiť gravitáciu či zakrivenie časopriestoru pri každom kroku.

PARK PRÍŠER

Sacro Bosco, známy aj pod prezývkou Park príšer, nie je ako väčšina talianskych renesančných záhrad, ktoré predstavujú prístav pokoja v náručí prírody. Dá sa povedať, že

totiž v lete kumuluje teplo a v zime ho uvoľňuje. Preto majú ostrovy celoročne vyššie teploty než okolitá pevnina. Menší ostrov Isolina zostal v pôvodnom stave, no verejnosti je neprístupný. Nerušene na ňom rastú vzácne pôvodné rastliny a pribudol skleník, ktorý školy využívajú ako experimentálne centrum.

ZÁHRADA JEDOV

Na prvý pohľad je Záhrada Alnwick na severe Anglicka klasickým magnetom pre milovníkov voňavých ruží a precízne zastrihnutých kríkov. Ale len do okamihu, kým pridete k čiernej železnej bráne s obrázkom lebky a nápisom „Tieto rastliny môžu zabíjať“. Za bránou je Záhrada jedov. Rastie v nej viac ako stovka neslávne známych zabijakov. Je dielom Jane Percy, matky štyroch detí, ktorá sa po smrti svojho švagra zo dňa na deň stala vojvodkyňou z Northumberlandu. Spolu s titulom zdedila aj hrad Alnwick, ktorý je fanúšikom Harryho Pottera známy ako filmový Rokfort, a rozľahlé zanedbané záhrady.

← *V Sacro Bosco oživa mytológia.*

✓ *V ústach diabla v Sacro Bosco si môžete dopriať piknik.*

↓ *Záhrada kozmickej špekulácie v Škótsku.*





klasickou literatúrou, že zhmotnil svojich vnútorných démonov alebo že išlo o poctu zosnulej manželke.

Orsini bol vplyvný šľachtic. Panstvo Bomarzo zdedil v roku 1542 krátko pred svadbou s Giuliou Farnese. Neskôr odišiel bojovať do vojny proti Francúzsku a dostal sa do zajatia. Keď sa konečne vrátil domov, čakala ho ďalšia tragédia – Giuliaa náhla smrť. Aj preto sa mnohí historici prikláňajú k teórii, že záhrada bola vyjadrením jeho hlbokého žiaľu. Pre zosnulú manželku dal postaviť veľké mauzóleum, asi jedinú stavbu v projekte, ktorá na rozdiel od tmavých stromov a balvanov stelesňuje pokoj.

Po Orsiniho smrti v roku 1583 park takmer zanikol. Záhrada upadla na stáročia do zabudnutia. Zarastala machom a brečtanom a v očiach miestnych sa menila na strašidelné miesto, kam chodil len dobytok. Jej osud zmenil až Salvador Dalí. Park navštívil v roku 1949 a tak ho to fascinoval, že o ňom nakrútil krátky film. Tak svet opäť objavil Sacro Bosco. Následne ho kúpila a zrekonštruovala rodina Bettini.

V PALMOVOM RAJI

Vidno ich už z diaľky. Tisícky paliem vytvárajú na 144 hektároch nekonečný zelený koberec, ktorý zasahuje priamo do stredovekého španielskeho mestečka Elche a v horúcich dňoch poskytuje osviežujúcu oázu. Palmeral di Elche je najväčším palmovým hájom v celej Európe. Rozpráva príbeh starší než ľudstvo. Nálezy iberskej keramiky s motívom paliem z 3. až 1. storočia pred našim letopočtom v archeologickej lokalite La Alcudia potvrdzujú význam paliem datľových pre vtedajších ľudí dávno pred vznikom Elche.

Skutočný rozkvet však palmový háj zažil až v 8. a 9. storočí. Arabi, ktorí vtedy vládli väčšine Pyrenejského polostrova, založili nové mesto. Pustili sa do sadenia nekonečných plantáží palmy datľovej a vybudovali rozsiahlu sieť zavlažovacích kanálov. Tie sa používajú dodnes, vďaka čomu palmový háj zaradili na zoznam svetového dedičstva UNESCO.

Elche postavili ako opevnené mestské jadro, obklopené palmovými sadmi. Dômyselný systém rástol v poschodiach. Vrchné palmy, vysoké až tridsať metrov, tvorili tieň pre granátovníky, citrusy a ľudí. Vyše 200-tisíc majestátnych

je presným opakom. Veľký park na okraji obce Bomarzo neďaleko Ríma pripomína les plný strašidelných beští a zrúcanín obrastených machom. Návštevník nikdy nevie, čo číha za rohom. Bude to extrémne naklonená budova so šikmými podlahami, ktorá po vstupe dovnútra vyvolá závrat, trojhlavý pes Kerberos, strážiaci vstup do podsvetia, či Echidna, monštrum z gréckej mytológie, napoly žena a napoly had?

A tam sa to nekončí. V parku leží nadrozmerný slon s padlým vojakom v chobote aj obrovské ústa s nápisom „Ogni pensiero vola“, Každá myšlienka letí, symbolizujúce vchod do pekla. Ich desivosť sa stupňuje (alebo vymazáva?), keď vnútri objavíte kamenný stôl, na ktorom ich majiteľ kedysi rád usporadúval večere.

Pier Francesco Orsini, pán z Bomarza, park budoval od polovice 16. storočia. Sochy nechal tesáť priamo tam. Skalám tak doslova vdýchol život. Mnohé sochy sú na pohľad skutočne desivé. Ešte záhadnejšou však záhradu robí fakt, že nikto nepozná jej účel. Teórií je neúrekom. Že Orsini chcel predstaviť alegóriu inšpirovanú

↑ *Naklonený dom v Sacro Bosco spôsobuje halucinácie.*

↘ *Umelecké múzeum v Tešime, Japonsku, postavené na ostrove odpadu.*



„Najnebezpečnejšie rastliny sú pre istotu umiestnené v uzamknutých klietkach.“

↖ *Umelecká inštalácia v Tešime.*

↗ *Palmeral v Elche.*

↓ *Záhrada kozmickej špekulácie.*



stromov je rozdelených do 67 huertos – záhrad. Tie vytvárajú z vtáčej perspektívy dokonalú geometrickú mriežku. Najobdivovanejšou je Cisárska palma, majestátna samčia palma v záhrade Huerto del Cura. Z jej kmeňa vyrastá sedem výhonkov. Meno jej dal kaplán Castaño na počesť cisárovnej Sissi, ktorá bola pri návšteve v roku 1894 z palmy unesená.

Palmeral vydržal, aj keď počas priemyselnej revolúcie preťala háj železnica a v Elche vyrástli nové továrne a štvrte. Na spomalení jeho úpadku mal veľkú zásluhu archivár Pedro Ibarra. Neskôr sa ochrana paliem stala súčasťou mestského plánovania. Hoci háj dnes plní najmä estetickú úlohu, stále tu dozrievajú sladké datle. Listy palmy bielej zasa na Kvetnú nedeľu putujú do celého Španielska i za jeho hranice.

VRTOCHY JEDNEJ ARISTOKRATKY

Na sicílskej hore Monte Tauro pri pobreží Iónskeho mora sa vypína rozprávková Taorminak. Kto chce utiecť z rušného korza za príjemným tichom a zeleňou, tropických rastlín a jemných kvetov, musí odbočiť k záhradám Villa Comunale. Vytvorila ich anglická aristokratka Florence Trevelyan, ktorá sa koncom 19. storočia usadila v Taormine.

Florence osirela ešte ako dieťa. V mladosti cestovala po Európe a Sicíliu si zvolila na zvyšok života. Klebety hovorili, že ju tam vyhnala samotná kráľovná Viktória, keďže sa zaplietla s jej synom Eduardom VII. Peniaze Florence nechýbali, investovala ich preto do svojich dvoch najväčších vášní – záhradníčenia a stavby takzvaných follies, stavieb „z vrtochu“ s čisto dekoratívnym účelom a často bizarným vzhľadom, ktoré boli od konca 18. storočia dôležitými prvkami anglických parkov.

Aj záhrada na okraji Taorminy je plná zvláštnych stavieb v tvare pagod a veží. Florence ich nazývala úle a okrem iného slúžili aj na pozorovanie vtáctva. Neskôr si aristokratka kúpila drobný ostrov Isola Bella, ktorý spája s pevninou kamenisto-piesočný chodník. V závislosti od výšky hladiny vody sa na ostrov dá prejsť či prebrodiť. Aj tam Florence vytvorila oázu zelene s pozoruhodnými rastlinami z celého sveta. Korunovala ju vilou, v ktorej trávil väčšinu času. Dnes je z ostrova prírodná rezervácia pod dohľadom Svetového fondu na ochranu prírody WWF.





Florence zomrela v roku 1907 na zápal pľúc – údajne kvôli obľube kúpania sa v mori bez ohľadu na ročné obdobie. Dnes ju označujú za priekopníčku ochrany vtáctva v Taliansku.

OSTROV TLČÚCICH SRDC
Ostrov plný umeleckých inštalácií a ryžových polí na juhozápade Japonska sa zelená nielen na pohľad, ale aj z hľadiska sebestačnosti. Nebolo to tak vždy. Tešima, ktorú dnes návštevníci vnímajú ako rajskú idylku, bola pred pár desaťročiami dejiskom jedného z najväčších environmentálnych škandálov v dejinách Japonska.

Temná éra sa začala v roku 1975, keď miestna spoločnosť Tešima



↖ ↑ *Florencin park v Taormine na Sicílii s vežami na pozorovanie vtáctva.*

↓ *Na ostrove Brissago sa týči vila s nápisom „Aj život je umenie“.*

Sangyo získala povolenie na spracovanie priemyselného odpadu na severnom cípe ostrova. Oficiálne malo ísť o neškodné zhodnocovanie materiálu. Namiesto spracovania začala firma na ostrov nelegálne dovážať a skládkovať toxický odpad z celého Japonska – spolu vyše 600-tisíc ton odpadu vrátane kalov z automobilového priemyslu, použitých olejov a kyselín. Aby ušetrili miesto, odpad v noci nelegálne spaľovali. Ostrov zahalil dusivý dym a do pôdy a spodných vôd unikali dioxíny a ťažké kovy. Z Tešimy sa stával ostrov odpadu.

Miestne úrady roky ignorovali sťažnosti obyvateľov, prevažne rybárov a farmárov. Tí sa však odmietli vzdať. Po 25-ročných súdnych sporoch a verejnom tlaku sa prefektúra Kagawa konečne ospravedlnila a súhlasila s vyčistením ostrova. Spolu s premenou prišiel aj vizionársky nápad japonského miliardára a bývalého predsedu kultúrnej organizácie Benesse Soichira Fukutakeho vzkriesiť ostrovy vo Vnútoranom mori pomocou umenia.

Po úspechu na susednej Naošime prišiel rad na Tešimu. Začali tu vznikať umelecké diela a projekty, ktoré krajinu nielen prekryli, ale aj vyliečili. Príkladom je galéria Tešima Art Museum v tvare dažďovej kvapky, okolo ktorej obnovili terasovité ryžové polia. Najkrajšie úžitkové záhrady ostrova dopĺňajú rozľahlé sady olív, jahôd a citrónov. Rastú na kedysi neplodnej pôde.

Umenie nie je na ostrove len zatvorené v galériách. Je plnohodnotnou súčasťou krajiny. K najkurióznnejším dielam patrí projekt francúzskeho umelca Christiana Boltanského Les Archives du Cœur. Ukrýva archív tisícok nahrávok tlkotu srdcí ľudí z celého sveta. Na ostrove, ktorý sa postupne menil na skládku, ožila príroda aj komunitný život, pre ktoré bije mnoho srdcí. A môže aj to vaše – návštevníci na ostrove zanechávajú zvuk vlastného tlkotu srdca. Bude znieť roky po ich smrti. ●



„V parku leží nadrozmerý slon s padlým vojacom v chobote aj obrovské ústa symbolizujúce vchod do pekla.“

Pestovanie komunity

Text a foto Jana Čavojská



Okolo veľkého stola pod strieškou sedí pestrá skupina ľudí. Navzájom sa ponúkajú jedlom, kávou, limonádou a koláčmi a veľa sa smejú. Každý doniesol z domu niečo iné, jedinou podmienkou je, aby bolo jedlo rastlinné. Okolo behajú deti. V nitrianskej komunitnej záhrade KoZa v kultúrnom centre Hidepark je brigáda. Všetci sa onedlho zapájajú do práce na komunitných záhonoch. Časť ľudí tu má aj svoju malú záhradku. Ostatní sem chodia preto, aby boli vonku, v spojení so zemou, aby sa ich deti mohli vyšantiť aj naučiť niečo nové o rastlinách a zvieratkách. Na pozemku je totiž aj veľká ohrada pre sliepky, vykúpené z veľkochovov.

OD JARI DO JESENE

Nie je to klasická záhradkárska osada. Okrem záhradiek tu totiž pestujú aj komunitu. A nájomcovia musia akceptovať, že sa hospodári bez chémie, postrekov a umelých hnojív. Len tak, ako to chce príroda. Zuzana Kiripolská z občianskeho združenia Cuketa, ktorá pred trinástimi rokmi prišla s nápadom na komunitnú záhradu, ochotne poradí a vysvetlí, ak niekto nevie, ako na to.

„Prečo robiť len festivaly, koncerty, divadlá, keď ľudia môžu vytvárať aj niečo iné? Starat' sa o zem a prírodu?

Čo sa dá vypestovať na štyroch metroch štvorcových? Záhradu môžete mať aj na okennom parapete, učí v nitrianskom Hideparku ľudí Zuzana Kiripolská.



niečo väčšie. Prvá malá záhradka im poslúžila ako inkubátor. Aby zistili, ako na to a či ich to baví.

Tu majú najmenšie políčka 2 × 2 metre a najväčšie 10 × 3 metre. Čo sa dá vypestovať na štyroch metroch štvorcových? „Hrach, ten ide do výšky. Pod ním môže rásť reďkovka, šalát a mrkva. Keď reďkovku so šalátom oberieš, začne rásť cibuľa. Po nej nasadiš paradajky. Stĺpovité formy, aby si ušetrila priestor. Alebo vinič. Princíp vertikálnych záhrad,“ vysvetľuje Zuzka. „Čukety a tekvice, tiež dohora, nech sa nerozliezajú po zemi, ale ťahajú nahor po opore. Nasleduje jesenná reďkovka a cesnak, kel, cibuľa, mangold.“

JEDNODUCHÉ A SKORO ZADARMO

Zuzka vyrastala v rodine farmárov. Pestovanie vo veľkom ju však neoslovalo. „Oveľa väčšiu radosť mi neskôr priniesla malá záhradka za domom. Postupne som sa dostala k permakultúre. V úžasnej škole permakultúry som sa naučila pestovať pestro, zeleninu s ovocím a kvetmi. S využitím zeleného hnojenia – stačí vysiať facéliu alebo ďatelinu, tie vytvoria zelené koberce a vyživujú pôdu a chránia ju pred teplom.

V škole permakultúry sa Zuzka dozvedela aj o princípe nerýľovania. Dážďovky si v pôde budujú chodbičky, pôda sa vyživuje. Rýľovaním sa to celé prevráti a pokazí. „Ani v lese nikto nerýľuje a všetko krásne rastie,“ argumentuje Zuzka. Z tohto princípu vznikli lesné záhrady. „Máš tam stromy, kríky, bylinky. Nerýľuješ, len mulčuješ. Prikladáš slamu. Tá zároveň slúži ako špongia, zadržiava vlhkosť. A všetko krásne rastie. Nemusíš sa báť, že príde slizniak, lebo tam máš ježka. Stromy pritiahnu vtáky, ktoré sa živia slizniakmi. Vznikne rovnováha. Ľudia však na to často nemajú trpezlivosť. Chcú mať všetko hneď. Ale rovnováha sa buduje postupne.“ Zuzka to vidí doma. V jej prírodnej záhrade začalo všetko fungovať po piatich rokoch.

Nedokáže však jednoznačne povedať, či je v KoZe viac organické pestovanie alebo komunita, ktorá v záhrade vznikla. Dôležitou súčasťou projektu je aj



vzdelávanie – dospelých aj detí. „Deti sú neuveriteľní učitelia. Toľko rodičov sa už zmenilo vďaka tomu, že začali inak uvažovať cez deti,“ hovorí Zuzka, ktorá kedysi viedla lesnú škôlku. Zažila tam, že škôlkári presvedčili rodičov, aby začali niečo pestovať, alebo že v supermarkete vysvetľovali ostatným, aby nekupovali mlieko z týraných kráv. „Rodičia, ktorých poznám, si už vďaka vplyvu detí našli chovateľov sliepok vo voľnom výbehu aj láskavého rybára, ktorý sa k rybám správa s citom.“

V Hideparku práve pripravujú vzdelávacie ekocentrum s drevodomom, kde budú ľudí učiť aj sezónne recepty. Samozrejme, čisto rastlinné jedlá. „Vznikol totiž mýtus, že zdravá strava je drahá,“ hovorí Zuzka. „Ľudia dnes hľadajú zložité cesty. Naše okolie nám pritom ponúka jednoduché riešenia, ktoré sú skoro zadarmo. Rastliny zo záhrady a divokej prírody. Ukážeme ľuďom, ako ich uskladiňovať, fermentovať a spracovávať.“

ŽIHĽAVOVÁ POMAZÁNKA

S deťmi vchádzame medzi „šťastné“ sliepky. Majú obrovský výbeh so stromami, kríkmi, jazierkom a kurníkmi. Deti ich



„Ľudia dnes hľadajú zložité cesty. Naše okolie nám pritom ponúka jednoduché riešenia, ktoré sú skoro zadarmo.“



hladkajú ako psíkov a obdivujú, aké sú vnímavé. Učia sa tu, že sliepka nie je náš stroj na vajčka. Dievčatká aj chlapci sa potom prirodzene zapájajú do aktivít v záhrade alebo sa spolu bláznia, skáču a stavajú si bunker. Je ich tu plno, možno preto, že prví nájomníci políčok sa dali dokopy cez komunitnú domoškolu, kde pracuje aj Zuzka. Deti sa hrabú v zemi, sadia, polievajú. Sú celé mokré a od blata. A budujú si imunitu.

Pre Zuzku je rastlinné stravovanie dôležité aj kvôli boju proti hladu vo svete a kvôli utrpeniu zvierat vo veľkochovoch. Ona neje mäso ani živočíšne produkty. Úplne s tým sekla, keď pred rokmi videla strašné utrpenie kráv vo veľkochove. Na tých, ktorí sa mäsa a živočíšnych produktov nechcú vzdať, apeluje, aby aspoň hľadali farmárov, u ktorých zvieratá netrpia. „Kde sú sliepky chované voľne, o zvieratá sa starajú s láskou a s láskou ich aj privedú na smrť, aby mohli byť jedlom pre ľudí.“

Keď na kultúrnych podujatiach v Hideparku ponúkajú návštevníkom rastlinnú stravu, mnohí sú prekvapení. Také dobroty! Žihľavová pomazánka? Mňam! A koľko má vitamínov! „Sama na sebe som cítila, že so zmenou stravovania



sa mi zmenil aj spôsob uvažovania. Do môjho vnútra prišiel pokoj,“ spomína si Zuzka.

Ona vraj vidí záhrady všade. Aj v ľuďoch, lebo sme malé chodiace ekosystémy. Aj v prepájaní našich vnútorných svetov. Deti, ktoré učí v domoškole, často vychádzajú na vyučovanie von z lavíc a z tried. „O nič neprichádzajú. Práveže sú to láskavejšie a súcitnejšie bytosti,“ myslí si Zuzka a ukazuje na svoju žiačku Hanku z piateho ročníka. Tá práve pomáha sadiť. Predtým zas opatrovala zvieratká. „Keď zbada niekoho v núdzi, okamžite sa ho ide opýtať, či nepotrebuje pomoc.“

Zuzka ľudí učí, že na pestovanie nepotrebujú ani záhradu. Ak nemáš nič lepšie, stačí balkón. Alebo okenný parapet. Mikrozáhradku môžeš mať na okne po celý rok. Dopestuješ papriku, pod ňou šaláty a mikrobylinky. Stôl v Zuzkinej obývačke bola tiež jedna malá záhrada. „Malá rukolka alebo brokolička z takej záhrady má väčšiu výživovú hodnotu ako veľká brokolica zo supermarketu.“●



Oči záhrady

Text Petra Vrablicová
Foto Matej Fabiánek

Začiatkom júna môžete počas Víkendu otvorených parkov a záhrad objaviť výnimočné miesta a ich príbehy. Medickou záhradou v Bratislave vás prevedú predajcovia NOTA BENE.

Víkend otvorených parkov a záhrad s témou Oči záhrady vám 5. až 7. júna ponúka viac ako 120 možností po celom Slovensku zastaviť sa a vnímať krásu. „Ťažisko je na historických parkoch a záhradách, keďže sa naša organizácia venuje najmä ochrane kultúrneho a prírodného dedičstva,“ približuje Michaela Kubíková, riaditeľka Národného Trustu, ktorý podujatie organizuje. Do podujatia zapojili aj certifikované prírodné záhrady. Prírodné formy pestovania majú veľký význam pre ochranu biodiverzity a v boji proti klimatickým zmenám. „Chceme ľuďom ukázať, ako pestovať bez chémie a zdravo, aby to neničilo prírodu.“ Popri tom sa môžete zapojiť do workshopov a pozrieť si výstavu historických

obrazov a fotografií, ako parky a záhrady videli ľudia v 18. a 19. storočí.

DOMOV POD STROMOM
Oblúbená bratislavská Medická záhrada je počas pekného počasia obvykle plná ľudí. Tiež je zapojená do programu festivalu. A tento rok špeciálne: sprevádzať ňou budú predajcovia NOTA BENE Joshua a Majka.

Medická záhrada sa pred viac ako dvadsiatimi rokmi stala Joshuovým domovom. Práve sa vrátil z Českej republiky, kde pracoval. Na stanici ho okradli. Prišiel o doklady a nemal kam ísť. „Pod jedným zo stromov sme si spravili bunker. Býval tu Jozef, predajca NOTA BENE a herec Divadla

bez domova, no presťahoval sa inam a miesto nám prenechal,“ spomína. „V tom čase sem ešte chodili rôzni ľudia. Bola to džungľa.“

No príjemných spomienok na Medickú záhradu má viac. „V roku 2004, keď sme vstupovali do Európskej únie, sa tu oslavovalo. Stretol som tu aj Petra Šťastného! Podpísal sa mi.“ Vtedy spolu s ďalšími predajcami trávil v Medickej veľa času. Trénovali na Majstrovstvá sveta vo futbale pre ľudí bez domova, ktoré každoročne organizuje Medzinárodná sieť pouličných časopisov. „Dodnes mám doma medailu,“ smeje sa. „Dostali sme pohár za Fair Play aj za prvú účasť.“ Na majstrovstvá vtedy cestovali do Švédska. Prvý ročník v roku 2003 v Rakúsku museli vynechať. Keďže Slovensko ešte nebolo súčasťou Európskej únie, potrebovali pasy, no predajcovia NOTA BENE ich vtedy nemali.

CESTA ZA FUTBALOM
„Bolo pekne, takže sme trénovali už od marca,“ spomína Joshua. „V júni sme išli. Nemali sme domov, ale cestovali

sme do Švédska!“ Joshuu to rozosmeje a ukazuje si na tvár, kde má malú jazvu. „Toto mám odtiaľ. Faulovali ma a kopal som penaltu.“ Slováci vtedy vyhrali nad Českom aj Švajčiarskom. Proti futbalovým národom ako Španieli, Portugalci či Brazílčania sa im nedarilo. Keď nastúpili proti Japoncom, bolo im ich ľúto. Vo väčšine zápasov prehrali aj o 8 gólov. „Povedali sme si, že ich necháme vyhrať,“ tvrdí Joshua.

Slovenský tím trénoval jeden zo zakladateľov NOTA BENE, Martin Opet. Joshua spomína, že do vecí, ktoré robil, bol veľmi zapálený. Martin priviedol Joshuu aj k predaju časopisu. „Zaregistrovali ma deň potom, ako sa NOTA BENE začalo predávať.“

Distribúcia časopisu fungovala priamo v uliciach. „Mali dva bicykle a na nich vaky s časopismi. Keď prišli na hlavnú stanicu, sedel som tam okradnutý a nemal som ani topánky.“ Martin za ním prišiel, spýtal sa: „A ty čo tu, taký smutný? Pod’ so mnou!“ Prvé časopisy mu dal zadarmo a odpredal ho na Laurinskú, na jeho prvé predajné miesto.

Okrem futbalu sa Medická záhrada Joshuovi spája aj s Divadlom bez domova a babkou bylinkárkou, ktorú tu v minulosti stretával. „Naučila ma, na

„Chodníčky francúzskej pravidelnej barokovej záhrady kedysi lemovali prepychové záhony kvetov spolu so vzácnymi sochami a plastikami.“

čo bylinky používať. Napríklad skoro cel pomôže na ranu či otlak. No treba ho popľuvať, aby sa prilepil.“ Občas mu priniesla aj jedlo.

Dnes sem už Joshua často nechodí. „So psíkmi je vstup zakázaný a ísť bez nich, sám, je mi proti srsti.“ Svojich štvornohých kamarátov nechce ztvárať doma, a tak spolu chodia radšej do Horského parku. „Mám rád lesy a prírodu,“ hovorí Joshua. Je preňho ťažké predstaviť si, že rušná Medická záhrada bola kedysi pokojným, od centra mesta vzdialeným miestom, kde sa gróf Aspermont rozhodol vybudovať honosnú záhradu a letný palác. V ňom dnes sídli dekanát Lekárskej fakulty Univerzity Komenského.

VONKU V MASKÁCH
Predajkyňa Majka je v Bratislave už tri roky. Času na chodenie do parku však veľa nemá. Výnimku tvoria divadelné skúšky. „Hráť v Divadle bez domova. Naposledy sme mali skúšku v Prezidentskej záhrade. Veľmi sa mi tam páčilo! Všetci sa na nás pozerali, dokonca si nás aj natočili,“ smeje sa Majka.

Živé kulisy im robili robotníci. Tí momentálne opravujú aj Labutiú fontánu v Medickej záhrade od akademického sochára Pavla Mišíka. Štyri štylizované labute z bronzu sedia na podstavci v kamennej nádrži v tvare gotického štvorlistu.

Divadelníci spolu s Majkou nacvičujú nové predstavenie pod holým nebom. „Je o zvieratách a rastlinách, ktoré v Európe už nenájdete,“ približi, no viac povedať nechce. Vďaka maskám však v uliciach Bratislavy môžete vidieť mloka, plcha aj ďalšie zvieratá v životnej veľkosti. „Je preto príjemnejšie nacvičovať vonku.“

Majka sa počas prechádzky Medickou záhradou niekoľkokrát

zastaví. „Veľmi rada sa fotím pri fontánach alebo sochách.“ Okrem fontány a dumajúceho spisovateľa Martina Kukučína si všíma, že záhradu zdobia lipové aleje, nízke kriky, pravidelne strihaný krušpán a tuje. Chodníčky francúzskej pravidelnej barokovej záhrady kedysi lemovali prepychové záhony kvetov spolu so vzácnymi sochami a plastikami. Nezachovali sa, čo je podľa nej škoda.

Zaujmú ju vankúše na jednej z lavíc pri vstupnej bráne zo Špitálskej ulice. Vyzerajú mäkkko, no keď sa o ne oprie, zistí, že ide o pevnú inštaláciu. Posedela by si aj dlhšie, no ponáhľa sa na predajné miesto. Doobeda pomáhala kamarátke na vozíčku, takže dnes ešte NOTA BENE nestihla predávať.

Keď nám o tom rozpráva, pripletie sa jej pod nohy dieťa na malom bicykli. Akoby na všetko zabudla a rozžiarené zakričí: „Ajoj!“ Majka má vnúcatá v rovnakom veku. „Dve majú rok, ďalšie štyri a sedem.“ Tešia ju maličkosti. Úsmev, príjemné stretnutie či ranná káva. Zo všetkého najviac však miluje divadlo a ľudí. „Nemohla by som sedieť, musím byť v pohybe.“

Keď ju počas Víkendu otvorených parkov a záhrad stretnete v Medickej záhrade, rada vám spolu s Joshuom rozpovie, kto ju vybudoval, akými zmenami prešla v rukách grófa Esterházyho, ktorého orchester v nej účinkoval, aj ako ju v 19. storočí obkolesil dobyť trh. Je to však len začiatok možných príbehov. Stačí, ak sa spýtate, ako záhradu vidia oni. ●



AKO

Legenda o svätcovi Brendanovi, cestopis s prvkami fantastiky, patrí k púta-
vým stredovekým literárnym dielam. Írsky mních sa mal so svojimi druhmi plaviť v polovici 6. storočia odľahlými a pochmúrnymi oblasťami severného Atlantického oceánu a hľadať zaslúbenú zem svätých. Mnisi cestovali v tradičnom írskom člne potiahnutom kožou a navštívili mnohé ostrovy. Videli veľa hrozného i strašidelného, dokonca pristáli na chrbte veľryby, až svoj cieľ skutočne objavili. V tej úžasnej krajine rástli stromy prehýbajúce sa pod ťažkým ovocím. Mnisi ju prešli krížom-krážom, no ani raz ich neza-
stihla noc. Ovocia mali, koľko ráčili, aj lahodnej vody z prameňov. No na tom čarovnom ostrove nemohli zostať, museli sa vrátiť domov do Írska.

BOLI NA MADEIRE?

Príbehy o mníchovi Brendanovi naznačujú, ako si ľudia v stredoveku predst-
vovali absolútnu dokonalosť. Ako božský výtvar, miesto, kde si človek užíva príjemné pôžitky a nepozná strádanie. Legenda o svätom Brendanovi bola spí-
saná niekoľko storočí po smrti svätca, no podľa českého historika a prekladateľa Daniela Sameka sa rozprávanie o vzdialenej zaslúbenej krajine stalo impulzom pre uskutočnenie nejed-
nej námornej výpravy. Najmä počas stredoveku, no i neskôr v novoveku – naposledy zo Španielska v roku 1727. Od 13. storočia sa v mapách objavovali Brendanove ostrovy, napríklad v oblasti Kanárskych ostrovov. Niekedy histo-
rici stotožňujú rajske ostrovnú krajinu írského mnícha-cestovateľa s Madeirou alebo Azorskými ostrovmi.

Svieža zeleň a šťavnaté ovocie opoj-
ných chutí. Večný život tam, kde to už nemôže byť krajšie, lepšie. Tak vyzerajú nebesia a raj. Predstavy nepredstaviteľnej hojnosti majú v eu-
rópskom priestore tisícročný vývoj.

Text Juraj Červenka
Ilustrácia Shutterstock

Najmä počas raného stredoveku znázorňovala záhrada niečo až nad-
pozemské. V tých časoch sa ľudská každodennosť odohrávala v prostredí opevnených sídel a voľné zelené plo-
chy slúžili len na pestovanie plodín. Záhrada nepredstaviteľnej hojnosti, to



vysnívané miesto pôžitkov, mala byť odmenou pre duše úprimne zbožných. Kresťanským záhrobím sa zaoberali v knihe Raj, peklo a očistec v stredove-
kých videniach českí historici Pavlína Cermanová a Martin Nodl. Analyzovali videnia ľudí z čias stredoveku. Svedectvá svedkov zázrakov – obyčaj-
ných ľudí aj duchovných, aristokratov aj panovníkov, vtedy patrili k obľúbe-
ným literárnym žánrom. Stredoveké

V NEBI

videnia charakterizovali mnohé de-
taily a farbistá vizualizácia predstáv. Historici vysvetľujú, že jedinec získal v stave extáze či v spánku dojem, že „bol zásahom transcendentných síl prenesený do iného priestoru“.

ANJELSKÝ SPRIEVOD

Výstižným príkladom literárneho zachytenia návštevy nebies sú ví-
zie írského rytiera Tnugdala, ktoré v roku 1149 spísal írsky mních Marek. Cermanová s Nodlom vysvetľujú, že Tnugdalo vo videnie bolo v stredoveku veľmi obľúbené a zachovalo sa vo viac než 150 rukopisoch, napríklad aj v chorvátskom. „Duša zbadala akýsi preveľký a košatý strom, obložený zeleným lístím a kvetmi a oplývajúci všetkými druhmi plodov. V lístí prebý-
vali vtáci rozličných hlasov a spievali. Pod vetvami vyrastali ľalie a veľmi veľa ruží aj všemožné druhy rastlín a vonných bylín,“ písalo sa vo videní z 12. storočia. Tak ako bývalo zvykom, aj Tnugdál mal svojho nebeského sprievodcu. Anjel mu vysvetlil, že muži a ženy, ktorí sa pod stromom radovali, boli duše ľudí prispievajú-
cich na stavbu kostolov alebo kostoly ochraňujúcich.



Podobu raja mal začiatkom 12. sto-
ročia vidieť aj Alberik, mních z Monte Cassina. Videnie mal mať ešte ako de-
saťročný chlapec, keď zápasil s ťažkou chorobou. Neskôr svoje zážitky upravil a doplnil. Podľa Alberika sa slovami ani nedal opísať pôvab nebeskej lúky, na ktorej sa akoby miešali všetky lahodné
vône sveta. Na tej lúke odpočívali duše, mali dostatok many, teda nebeského pokrmu, a čakali, až budú môcť v deň
Posledného súdu vstúpiť do raja.

V literatúre nájdeme aj farbisté opisy pekla s očistcom so všetkými hrôzami a bolesťou, zachytené na základe stredovekých videní. Veriacich mali varovať pred večným zatratením a mukami a zároveň motivovať. Mali pochopiť, čo prináša vernosť Bohu. Vízie raja i pekla fascinovali stredove-
kých umelcov na čele s azda najväčším stredovekým maliarom, Hieronymom Boschom, „obdivovaným najmä fa-
natickými katolíckmi“, ako sa vyjadril

„Na lúke odpočívali duše, mali dostatok many, teda nebeského pokrmu, a čakali, až budú môcť v deň
Posledného súdu vstúpiť do raja.“

anglický kritik umenia a úspešný spisovateľ Robert Cumming.

PERZSKÉ ZÁHRADY

Výjav rajskej záhrady sa nespája len s kresťanstvom. V Raji, záhrade rozkoše, žili podľa judaizmu Adam a Eva predtým, než spáchali prvý hriech. Niekde ďaleko, pri prameni štyroch riek vrátane Tigrisu a Eufratu.

Z tradície obrazu rozkvitnutej rajskej záhrady vychádzali ďalšie obrazy. Slovenská orientalistka Jarmila Drozdíková vo svojich dielach vysvet-
ľovala, že aj v Koráne sa v súvislosti s nebom hovorí o rajskej záhrade „s fontánami, tienistými údoliami a ovocnými stromami, kde tečú prúdy vody, mlieka a medu“. Motívy raja, nikdy nekončiacej jari, krásnych ostro-
vov v dialľavách, boli vlastné aj antike. Tak nejak vyzeralo mýtické elýzium.

Všeobecne prijímaná teória hovorí, že predstava rajskej záhrady pochádza z prostredia Perzie a Mezopotámie – latinsky termín „paradisus“ či grécke slovo „paradeisos“ majú staroperzský základ. Záhrada bohov pri morskom pobreží sa spomína aj v Epose o Gilgamešovi. Ten písali postupne približne od roku 2000 pred našim letopočtom a podľa Vojtecha Zamarovského, ktorý ho prebásnil do slovenčiny, ide o jeden z najstarších a zároveň najväčších básnických
výtvarov ľudského rodu, ktorým sa začínajú dejiny svetovej literatúry.

„Žiara sa dookola rozliala. Vykročil rovno a videl z drahých kameňov stromy. Tu niesol karneol ovocie, tam krásny vinič sa tiahol, lazurit niesol zas
listie, ovocie rodil, radosť sa pozrieť,“ píše sa v príbehu o ceste Gilgameša, kráľa sumerského mestského štátu Uruk. Ústredným motívom perzskej mytológie bolo zobrazenie matky všetkých stromov, stromu rodiaceho všetky semená sveta.

Budovanie záhrad v zmysle čo najväčšej dokonalosti, s cyprusmi, citrusmi a čerešňami, sa stalo v sta-
rovekej Perzii architektonickým umením. K najstarším patrili záhrady Kýra Veľkého v metropole Pasargady. V suchej krajine zabezpečoval vlahu premyslený systém zavlažovacích ka-
nálov medzi záhradami a riekou Pulvar. Navyše, voda ako základný element mala veľký význam v zoroastrizme. Perzskú záhradu tradične obývali divé zvieratá. Rajske záhrady a spôsoby ich výstavby neskôr svet spoznával v súvislosti so šírením islamu. Azda najznámejšou v súčasnosti existujúcou perzskou záhradou je záhrada Eram v iránskom meste Širáz zapísaná v zozname UNESCO.●

	38 NOTA BENE	38 KOMENTÁRE		
	 Ako december sľubuje máj <i>Dušo Martinčok</i> Začala sa o ňu starať na začiatku milénia. Bola už na dôchodku, žila sama. Dovtedy si predzáhradku na Björnsonovej nikto veľmi nevšímal. Rástlo tam čokoľvek, čo si vystačilo bez pravidelnej starostlivosti a vlahy. Betka Mališová záhradu postupne vyčistila, vytvorila záhony, nanosila rašelinu, kvalitnú zeminu. Vysadila ruže, clematis aj broskyňu. Každú jeseň doplnila nové cibuloviny, na jar pozorovala, ako klíčia snežienky, potom fialky, neskôr narcisy a tulipány. Bolo ľahké ju prehliadnuť, lebo sa čičrala – ako sama hovorí – v zemi, ukrytá za živým plotom. Keď ma zbádala, po krátkom rozhovore mi strčila do rúk dve veľké plastové fľaše od aviváže a inštruovala ma, ako mám poľiať jahody. Keď jeden pán mudroval, že broskyňu treba strihať do kotla, aby do vnútra koruny mohlo prenikať svetlo, požiadala ho, aby neteoretizoval a prišiel strom orezať. Dotýčný sa o pár dní dostavil aj s pílkou a záhradníckymi nožnicami. Keď už mala problémy s kolenami, stalo sa jej, že spadla a nevedela sa postaviť. „Čo si robila?“ pýtal som sa jej vystrašene. „Čo by som robila, čakala som, kým niekto pôjde okolo a zodvihne ma.“ Bety má po deväťdesiatke, do záhrady už nechodí. Občas v nej niečo porobí jej vnučka a jej partner. Bety pozoruje opretá o chodítko a dáva inštrukcie. Nikdy si nemyslela, že robí niečo mimoriadne. Že prináša krásu, kultivuje verejný priestor aj ľudí v ňom. „Nie je ti za záhradou smutno?“ Mykne plecami, zaspieva mi niečo po maďarsky, potom to preloží: „Všetko sa pomíne, všetkému raz koniec bude, ale december už teraz máj sľubuje.“●	Dáte si malibu? <i>Zuzana Mojžišová</i>  Spisovateľka (ale aj dramatička a prekladateľka) Jana Juránová zaradila do svojej najnovšej knižky <i>Malibu na Dunaji</i> (Brak 2025) 18 kratších aj dlhších, starších a novších poviedok. Spája ich predovšetkým Juránovej autorský štýl, na prvý pohľad strohý, na druhé stisnutie z viet bohato odkvapkáva šťava, neraz dosť štiplavá, nasýtená iróniou. Tie príbehy sú väčšmi o vnútre než o vonkajšku a, hoci to nie je vždy explicitne vyjadrené, viažu sa k Bratislave, ku kráske na Dunaji, ako sa zvyklo hovoriť, no už sa nehovorí. Dýchajú spomienkami, zdanlivo drobnosťami, ktoré sú však v konečnom dôsledku schopné ovplyvniť chod sveta. Máme tu smutne smiešneho, do seba zahľadeného literárneho vedca prichádzajúceho na oficiálnu návštevu spriatelenej akademickej inštitúcie. Alebo úspešného, so sebou spokojného, vysokopostaveného chlapíka menom Odrod, čo si ráno v posteli siahne do rozkroku, zreve a omdlie, a keď sa „preberie, v prázdnej hlave mu bzučí jediná neodbytná myšlienka ako mäsiarska mucha nad hrncom hovädzej polievky: Čo sa to s ním deje? Zamdlievajú len ženy. Slabé pohlavie. Nevyrovnané. Ako jeho žena. Aj keď zatiaľ nezamdlela, kedykoľvek môže. On stojí pevne nohami na zemi a ona má stále nejaké požiadavky, nápady, nároky. Niekedy jej to musí zostra vysvetliť. Tak prečo zamdlel teraz on?“ Alebo tu máme vrahyňu, skalp na hladine a muzikantky na výletnej lodi. Ženu v domácnosti, ktorá sa rozhodne, aby sa celkom neutopila v nude. Pepeho s hlavou vyvrátenou hore ku hviezdam, rozoznávajúceho svetielka na oblohe a dumajúceho, „kam všetci tí ľudia cestujú a čo tam budú robiť“... Dajte si malibu, konkrétne to, ktoré vo svojej knihe servíruje Jana Juránová. Ani chladiť ho nemusíte.●	 Prameň vo večnosti <i>Daniel Pastirčák</i> Detstvo sa mi v pamäti uchovalo ako záhrada starého otca plná stromov, kvetov, včiel, motýľov a vtákov. Záhrada v slnku, v daždi, záhrada strieborná pod hviezdami. Miesto zázrakov. Priestor, v ktorom sa očiam detí zjavuje tajomná tvár života. Prvý obraz biblie je obrazom záhrady – kozmický symbol. Celý vesmír nám predstavuje ako záhradu. Keď večer zdvihnem hlavu k temnotám nad sebou, dívam sa na záhony planét a hviezd, do záhrady, ktorá tu nezačína a tam nekončí. Pred štrnástimi tisícimi miliardami rokov, bolo zasiate prvé semienko. Z neho sa zrodili slnká, hviezdy, mesiace, z neho sa zrodila Zem. Zem splodila moria, rieky, pralesy, púšte i hory. V pralesoch a stepiach, moriach a riekach sa zrodili ryby, vtáci, plazy a rozmanité zvieratá. A napokon uprostred tej životom pulzujúcej záhrady sa zrodil prvý človek. Tvár, telo, myseľ i srdce toho človeka sa zrkadlili tisícročie za tisícročím vždy v novej podobe v nespočetných generáciách jedinečných ľudských príbehov, až som sa napokon narodil i ja v záhrade tela mojej mamy. Do pôdy tej záhrady sú vpísané celé dejiny vesmíru. Pod jej povrchom sa vlnia prastaré moria, vo svetle prastarých hviezd v nej letia podivní vtáci s tlamami jašterov. Tlupy dávnych kočovníkov v nej hľadajú svoje miesto pod slnkom. V jej húštinách sú ukryté fúzy starého otca i biele vlasy starej mamy, starostlivo učesané pod šatkou. Živá voda, čo ju oplodňuje, vyteká z pominuteľného ľudského srdca, no prameň má vo večnosti Boha.●	

39 PROTI SRSTI	ZÁHRADA
BULHARSKÉ TAJOMSTVO SADENIA CIBULE <i>Text</i> Elena Akácsová <i>Foto</i> archív Eleny Akácsovej Keď nastal čas zasadiť v záhrade cibuľu, dedo s babkou sa vždy hrozne pohádali. Babka Karamfila (to je po bulharsky karafiát) chcela sadiť cibuľky ručne po jednom do hriadok s presnými rozstupmi. Dedo Vasil si však každý rok presadil, že ich len rýchlo rozhádzu. Keď cibuľu zberali, pohádali sa znovu, pretože v nerovnomerných zhlukoch sa mnohé cibule nevyvinuli, vyschli, iné zas zhnili a museli ich vyhodiť. Bol to taký náš rodinný bulharský folklór. Môj dedo patril k bulharským migrujúcim záhradníkom, gradinari-gurbeti, ktorí od 18. storočia sezónne putovali po Európe a živili sa pestovaním zeleniny. Dedo takto chodil do Bratislavy so svojím otcom od detstva a v roku 1943 sa sem natrvalo presťahoval aj so ženou a dcérami. Takže keď sa povie záhrada, nepredstavím si romantické zátišie plné kvetov a záhradného nábytku, ale pôdu, do posledného milimetra využitú na pestovanie zeleniny. So skleníkmi, fóliovníkmi, s potrubím pozdĺž záhrady pre napojenie hadíc na polievanie, s drevenou latrínou a budú na náradie. A uprostred toho všetkého babku v šatovej zástere a večnom predklone, ako pleje, okopáva, trhá. A deda v klobúku a tielku, ako orie, nosí ťažké debny alebo polieva. Polieval špeciálne. Hadicu, ktorej ústie bolo omotané handrou, aby voda len mätko vytekala, ťahal pomedzi vyvýšené hriadky. Nevedela som, že to bol jeden z bulharských patentov, ktoré si doniesol z rodného Polikraišťa. Dozvedela som sa to až nedávno. Zistila som, že dedina, z ktorej starí rodičia pochádzali, nebol len nejaký zabudnutý kraj poľa, ale sídlo progresívnej poľnohospodárskej školy, ktorú tam založil najvýznamnejší rodák Dimitar Kušev. Aj môj dedo sa volal Kušev. Možno to bol jeho strýko z tretieho kolena, to som zatiaľ nezistila, ale pátram ďalej. V každom prípade Dimitar bol vzdelaný úradník, agronóm, cez vojnu minister poľnohospodárstva, ktorý osobne vybavoval víza, pracovné povolenia a pasy pre stovky záhradníkov smerujúcich do Európy a fungoval ako ich neoficiálny ochranca v zahraničí. Žiaľ, po nástupe komunistov v roku 1945 ho popravili. V roku 1996 jeho meno najvyšší súd očistil a rozsudok zrušil. V 30. rokoch Kušev založil pre migrujúcich záhradníkov v Polikraišti	 Mám v krvi bulharských záhradníkov, ale nie som schopná nasadiť si ani pár muškátov na balkón. Možno preto, že záhrada bola pre moju rodinu synonymom driny, nie relaxu. školu. Vďaka progresívnym metódam dokázali potom priviezť na trh úrodu ako prví a v nevidanej kvalite. Vyučovali ich aj, ako hospodáriť či ako predávať na trhoviskách. Určite tam učili aj presnú metódu sadenia cibule. Žiaľ, mojím starým rodičom sa toto vzdelanie nedostalo. Nemali ani poriadne základné vzdelanie. Väčšinu vychytávok sa zrejme naučili len praxou v záhrade, od susedov, príbuzných. Možno aj od samotného Dimitara Kuševa. Hovorí sa totiž, že aj keď už bol vo vysokých funkciách v Sofii, často navštevoval rodný kraj a jeho prvá cesta vždy viedla do záhrady, kde pracoval spolu s domácimi. Bol to pre neho príjemný relax od úradníckej driny.●

Text Lucia Bucheňová

Foto Alan Hyža

Keď sa jej opýtam, čo ju trápi najviac, nehovorí o diagnózach. Ani o bolestiach. Nehovorí o tom, že jej telo už nevládze tak ako kedysi. Najviac ju bolí niečo iné. Nevie si nájsť prácu.

Život z minima

„Cítim sa prázdno a zbytočne, neužitočne. Prakticky celý život som stále niekde robila a odrazu som na bode nula,“ hovorí Marta, ktorá sa nedobrovoľne ocitla na čiastočnom invalidnom dôchodku. Má 53 rokov a s 15-ročným synom Jakubom žije v malom rodinnom domčeku, ktorý zdedila po otcovi a ktorý s pomocou rodiny opravili do obývatel'ného stavu. Nad domom ale aktuálne visí exekúcia. A nad Martou každodenný strach, či všetko zvládne.

Pritom sa celý život snažila vyriešiť každý problém okamžite. Nebyť nikomu nič dlžná. Bola naučená fungovať, makať, nesťažovať sa. Najskôr pracovala v materskej škole, potom dlhých 23 rokov na železnici. Keď začali rušiť pracovné miesta na menších železničných staniciach, musela sa posunúť ďalej. Doslova. „Ponúkali mi síce úväzok na inej pozícii, ale nemohla by som byť ráno alebo večer so synom. Takže to neprichádzalo do úvahy. Nechať malého syna samého – to by som si nikdy neodpustila.“

Našla si nové miesto v hypermarkete. Pracovná doba vyhovujúca, plat naskočil na účet každý mesiac a hoci nebol vysoký, bola to istota, ktorá je na nezapltenie. Marte nešlo o kariéru. Chcela len byť so svojim synom, aby neostal sám. „Žiť obyčajný, jednoduchý život.“

Po štyroch rokoch v obchode však prišla pandémia. Obchody zostali zatvorené. „Strach z budúcnosti mal asi každý. Aby toho nebolo málo, začala som pociťovať zdravotné problémy.“ Opúchali jej nohy, pridal sa vysoký tlak, potom Martu vystrašila pľúcna embólia a napokon prišla najsilnejšia rana. Kolotoč vyšetrení potvrdil chronické zlyhávanie obličiek 3. stupňa. Z piatich stupňov je to už vážne štádium ochorenia. Po roku péenky jej lekárka jasne naznačila, že pľúcna embólia aj obličky sú rizikové diagnózy, a takmer automaticky jej vypísala žiadosť na invalidný dôchodok. „Tretí rok mám čiastočný invalidný a pravidelne dochádzam na nefrológiu. Nemôžem dvíhať ťažké veci, bolesti kĺbov mi komplikujú bežné fungovanie a tým pádom je takmer nemožné nájsť si vhodnú prácu.“ Marta skúsila robiť telefonistku, bavilo ju to, ale pri prepúšťaní prišla aj o toto miesto.

Dnes si trikrát musí premyslieť, na čo použije povestné euro. Pretože matematika nepustí. Príjmy: invalidný dôchodok 395 eur, výživné na Jakuba 110 a prídavky 60 eur. Povinné výdavky: voda, elektrina, plyn dokopy cez 120 eur, telefóny, mesačné karty na MHD a televízia takmer 180 eur.

Na žitie ostáva minimum. „Je to viac o prežívaní. Nedajbože, aby sa niečo pokazilo,“ podotkne Marta. Potraviny nakupuje iba v akcii, s jemným ostychom priznáva pomoc od charity. „V stredu si chodím po chlieb a v utorok zas na inom mieste dostanem pečivo, vďaka aj za to.“

Najväčšia ťažoba na ňu dolieha večer, keď zostane sama so svojimi myšlienkami. Ešte v časoch, keď pracovala, si zobrala z banky úver vo výške štyritisíc eur na rekonštrukciu domu. „Verila som, že ho budem normálne splácať.“ Splátky neboli enormne vysoké – 90 eur. Lenže prišla choroba, strata práce a všetko sa zosypalo ako domček z karát. Dnes má síce dohodnuté splátky po 30 eur, no na dom už bola uvalená exekúcia. Pre niekoho možno „len“ pár tisíc eur, pre Martu suma, ktorú si momentálne nevie predstaviť splatiť. So všetkými súdno-exekútor'skými trovami treba vyplatiť 4350 eur. „To je pre mňa ako milión. Nepredstaviteľná suma.“

Jedinou a overenou vzpruhou pre nešťastnú mamu je syn Kubko. Dospievajúci chalan, ktorý práve robí prijímačky na strednú školu. Na prvom mieste má obchodnú akadémiu, do zálohy vyskúša elektrotechnickú priemyslovku. Marta o ňom hovorí s obrovskou láskou, oči jej žiaria. Kubko je totiž jej malý veľký zázrak. Narodil sa predčasne, o dva

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 Marty so synom osloví. Aj váš príspevok sa použije na vyplatenie dlžoby a zrušenie exekúcie na dom. Ďakujeme!

Číslo účtu IBAN: SK85 3100 0000 0040 4021 8205 (Prima Banka), SWIFT: LUBA SKBX. Názov účtu: Medzi nami, pripíšte poznámku – Marta.

Kontakt na OZ Medzi nami: 0905 910 827 alebo 0905 240 389 (medzinami@zoznam.sk).

Prispieť môžete aj naskenovaním tohto kódu z vášho mobilného bankingu.



↑ Jakub je pre Martu jasným dôvodom aj v najťažších chvíľach nachádzať silu ísť ďalej.

mesiace skôr. Bol to však veľký bojovník. Už v jedenástich mesiacoch podľa lekárky dobehol svojich rovesníkov. „Na tú vetu nikdy nezabudnem,“ pyšne povie Marta. Priznáva, že otca mu dobrého nevybrala, spomienky naňho Jakub nemá. Kým bol malý, občas za ním prišiel, ale už sú to roky, čo posla len výživné. Nezaujíma sa o synove meniny, narodeniny či Vianoce. Kubo to berie flegmaticky. Je to preňho „cudzí ujo“. Napriek tomu vyrastá v láske – skromnej, ale úprimnej. Na svoju mamu nedá dopustiť. Teší sa, že o rok bude môcť ako šestnásťročný brigádovať a priniesť do domu nejaké peniaze. Cíti, že mamke by práca prospela, aby prišla aj na iné myšlienky, aby bola v kontakte s inými ľuďmi, aby opäť získala pocit užitočnosti a aby sa konečne viac usmievala a tešila zo života.

V dvojizbovom dome sa naozaj funguje skromne, Marta však verí, že prácu na čiastočný úväzok si predsa len nájde.



Pravidelne odpovedá na inzeráty a nádeja sa, že kladná odpoveď raz príde. „Musí. Nečinnosť je ubíjajúca nielen pre chýbajúce financie. Škodí to mojej psychike. Mám zdravotné hendikepy, ale nie som ležiak, o ktorého sa treba starať. Veľmi chcem pracovať, verte mi.“

Jedného dňa chce splniť sľub, ktorý Kubovi dala pred rokmi. Zobrať ho na výlet do Prahy, o ktorej chalan básni. Z roka na rok sa cestovanie odkladá, stále mu ale hovorí, že raz sa tam dostanú. Marta napriek všetkému nepotrebuje ľútosť. Potrebuje šancu nadýchnuť sa, odraziť sa od dna. Zbaviť sa exekúcie, ktorá ju psychicky ničí. Lebo strata strechy nad hlavou by ju definitívne zrazila na kolená.

Ďakujeme za každú pomoc pre silnú dvojicu – mama Marta a syn Jakub.●

42

NOTA BENE

LÚŠTENIE

autor: Pavol Surovec	v, vo (lek.)	nastokni	minulý rok (nór.)	astronóm (čes.)	EČV Ružomberka	stĺp v plote	stúpenec trampingu	Pomôcky: FJOR, MARRO, ÚLET	predmestie Viedne	španielsky člen	dezinfekčný prostriedok	uchádzač	chem. zn. niklu	ozn. rus. lietadiel
upchatie ciev								druh francovky						
2. časť tajničky								orientálny hrdina						
	páštarsky úder				banský chodník					kód Venezuely			1. časť tajničky	neodišiel
	citoslovce kravy				obrobi motykou					klobúk (zast.)				
rieka v Taliansku						solmizačná slabika			bez snehu (prísl.)					
						unikanie (odb.)			francúzsky člen					
konzervuj dymom			očisti v kúpeli					popevok			jedovatý ihličnan			
			ozvena					decht, smola			žrd na voze			
	EČV Parti- zánskeho	organická zlúčenina					organizmus					filmový mi- mozemšťan		
		citoslovce povzdychu					slovesný zápor					a dato (skr.)		
3. časť tajničky									bahníako- vitý vták					
prístroj na meranie dna mora									vysoko- školský úradník					

Vylúštenie z minulého čísla: Úspech je súčet malých snáh (opakovaných deň čo deň) – Robert Collier

Nič nemôže byť milované ani nenávidené, pokiaľ [...]. — Leonardo Da Vinci

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

griddlers.net

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

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 triežvy, 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, 24. ROČNÍK, 6/2026

Redakcia: Šéfredaktorka: Jana Čavojská, jana.cavojska@notabene.sk, 0903 546 742. Redaktorka: Petra Vrablicová, petra.vrablicova@notabene.sk. Vizualný koncept: Denisa Šířová & 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: Štatutárna zástupkyňa: Nina Beňová 0908 434 826. Finančné oddelenie: Daniela Žideková 0911 209 559.

Program NOTA BENE: Terénny tím podpory predajcov: koordinátor Peter Kadlečík 0907 733 388, Robert Olejár 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 Nagyová 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.

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



Čo sa udialo s vašimi peniazmi, kým ste dočítali poslednú stranu?

Keď ste si toto číslo kúpili, váš predajca získal peniaze na jedlo, lístok na MHD alebo nocľah v ubytovni. Je to konkrétna pomoc, vďaka ktorej zvládol dnešný deň o niečo dôstojnejšie. A za to vám z celého srdca ďakujeme.

Realita života na ulici je však náročná a čím dlhšie je človek bez domova, tým ťažšie sa z nej dokáže dostať. Okrem hmotného nedostatku musí prekonať bariéry, ktoré nie sú vždy len finančné. Po dlhom pobyte na ulici často stráca schopnosť zorientovať sa vo veciach, ktoré sú pre iných úplne samozrejmé. Zarobiť pár eur na jedlo je jedna vec, nájsť si ako človek bez domova finančne dostupný prenájom je výzva, ktorú by bez pomoci nezvládol takmer nikto.

Preto hľadáme nájomné byty za zvýhodnené ceny, ktoré si naši klienti môžu dovoliť. Sme styčným bodom pre prenajímateľov a sociálnou, administratívnu a technickou podporou pre klientov. Aktuálne sprevádzame **viac ako 30 ľudí v 26 bytoch**. Pomáhame im vrátiť sa k veciam, ktoré človek bez skúsenosti s bezdomovectvom robí automaticky, no v náročných podmienkach ulice idú do úzadia — k hospodáreniu s peniazmi, vareniu vo vlastnej kuchyni či zvládaniu obyčajného ticha a samoty za vlastnými dverami. Po rokoch na ulici aj takéto veci môžu byť úplne novou skúsenosťou.

Dostupné nájomné bývanie je jedinou cestou, ako bezdomovectvo ukončiť natrvalo. Popri tom neustále pracujeme na systémových zmenách, aby život na ulici nebol pascou, z ktorej niet návratu. Tieto procesy trvajú mesiace a stoja peniaze, ktoré predaj časopisu nepokryje. Ak považujete našu prácu za užitočnú, **venujte nám vaše 2 % z daní**. Dá nám to možnosť lepšie plánovať a systematickejšie rozvíjať naše aktivity. Naším klientom tak dávate istotu, že sa budú mať vždy na koho obrátiť. **Kúpou časopisu pomáhate niekomu prežiť deň. Finančnou podporou im odomykáte dvere k stabilnému a bezpečnému domovu.**

Návod ako darovať
2% z daní, nájdete online
naskenujte QR kód

notabene.sk/dve-percenta

NOTABENE

