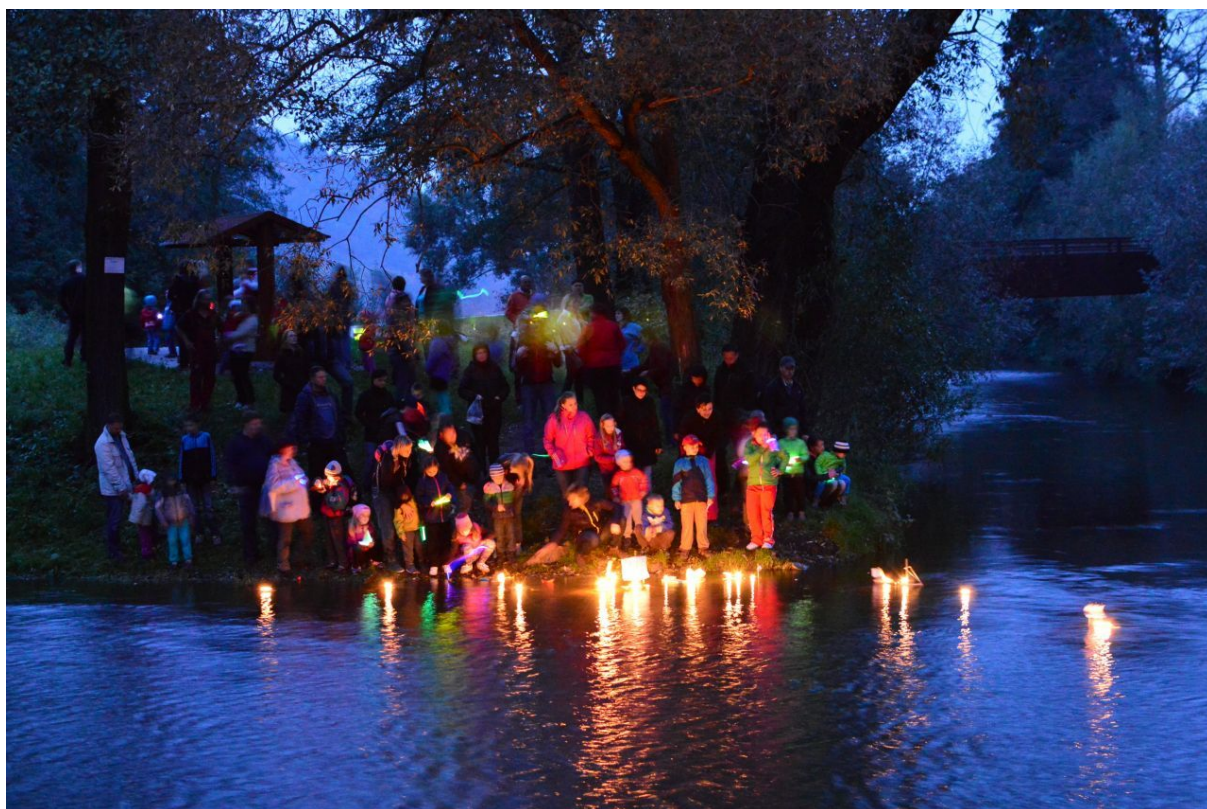


Tělocvičná jednota Sokol Liberec I.

Nazdar!

Sokolské souzvuky

č. 11 – listopad 2014
Ročník 4.



Vám, padlí, čest a dík!

Obsah:

Úvodní slovo

Aby nás Pán Bůh při zdravém rozumu zachovati ráčil

Metodika

Objevte diamant

Zase trochu názvosloví

Jak dál, jak výš?

Připomínka k návrhu br. Nalezence

Test z první pomoci

Informace o Sokolských slavnostech v Plzni

Nejenom pohybem živ je sokol

Listopad – měsíc dvou sedmnáctek

Škodlivé zobecňování

Kalendárium – listopad 2014

„...kterýpak Čech by hudbu neměl rád...“

J. B. Foerster, V. Novák a J. Suk

Jak komunistický režim postihl J. B. Foerstera

Zprávy z jednot a žup

Skromnosti – tvé jméno je Mirek

Večer sokolských světél

Závěrečné slovo

Málo nebo mnoho?

Obrazová galerie

Úvodní slovo

Aby nás Pán Bůh při zdravém rozumu zachovati ráčil...

Člověk se prý odlišuje od zvířat rozumem. Asi je to pravda, o když někdy o tom vážně pochybujeme. Uchýlím se k autoritám – tohle hlásal velký řecký filosof Aristoteles:

„K poznání se dospívá smyslovým vnímáním a navazující činností rozumovou, tj. myšlením!“

Jak je známo, starověcí Řekové položili někdy před více než dvěma tisíci lety základy vědeckého myšlení, základy věd. Jejich závěry dnes považujeme za samozřejmé. Naše smysly nám dávají zprávy o tom, co se děje kolem nás – o přírodě a jejích proměnách, o vesmíru, o lidech kolem nás, o společnosti, ve které žijeme. Bez činnosti rozumu by však tyto poznatky byly pouze nesoustavnou empirií, zkušeností, nechápali bychom souvislosti a nedokázali vyvozovat poznatky, příčiny a důsledky.

Žijeme v jednadvacátém století, chcete-li tak na počátku třetího tisíciletí a už bychom měli být natolik moudří, abychom si vážili toho, co máme, co tvoří součást tradice a co musí být součástí naší příští existence.

Aby bylo jasno – mluvím o známém sokolském znaku, který nepotřebuje dalších výkladů a vyjadřuje vše, co Sokol znamenal, znamená a měl by znamenat i v budoucnosti. Myslím, že teď mluvím za velkou část sokolské veřejnosti, které sice spadl kámen ze srdce, když se dověděla, že toto logo se rušit nebude a je stále naším oficiálním označením, ale s tím, co viděla na stránkách časopisu Sokol se nemůže smířit. Osobně naprosto nechápu potřebu nějakých dalších doplňovacích znaků – zvláště takových, které nic neříkají a nic nevyjadřují.

Přiznám se, že jsem šla přímo za sestrou starostkou a oznámila jí, že – podobně jako celá řada jednot, žup o jednotlivých členů Sokola - nemíním mlčet. Zkušenosti ukazují, že každá demokracie vyžaduje, aby se příslušníci určité společnosti, když je to potřeba, vyjadřovali jasně, srozumitelně a hlavně včas, než je rozhodnutí přijato a uzákoněno.

Takže tedy teď konkrétně k tomu, s čím jsme byli seznámeni v posledním čísle časopisu Sokol. Nepamatuji se, že by se na takové závažné téma vedla nějaká diskuze. Byli jsme postaveni před hotovou věc a já osobně byla zděšena, když jsem viděla, že tento zpotvořený „logotyp“ je už dokonce vyšit na ručnicích, které jsou k dispozici v sokolské prodejně v TD.

V zájmu každé moderní organizace (firmy, společnosti) je přece co nejčastější používání jednotného znaku, který je obecně znám a organizaci přesvědčivě prezentuje. Takový znak musí splňovat dva úkoly – estetický a vypovídající, tedy jasně vyjadřující, o jakou organizaci se jedná.

U uvedeného „logotypu“ snad nelze říci, že by nebyl estetický, důležitější je, že nic a nikoho nereprezentuje a nic nevyjadřuje. Nahodile a bez vysvětlení jsem ho ukázala několika přátelům ze sokolských i nesokolských řad - ani jeden z nich nepochopil, že se jedná o Sokol! Takže se ptám – proč? Několik barevných koleček s bílými „žížalkami“ (ani na jednom není celé písmeno S!!) nás prostě reprezentovat nemůže a nesmí! Povídání o tom, že by to měla být pomůcka na propagačních předmětech, při různých akcích, sletech a podobně – to snad nemůže nikdo myslet vážně. Připomínám, že originální sokolský znak jsme v minulosti dovedli použít i při propagaci např. oblastních a župních sletů – vzpomeňte na brněnského laskavého dráčka pro slet v Brně, siluetu Ještědu nebo Řípu a celou řadu dalších. Ten dráček, Ještěd, silueta Č. Budějovic, Řípu,

vypovídala jasně o tom, kde se co děje a znak vyjadřoval všechno ostatní – čí je to akce, kdo tam cvičí – navazoval na tradici, která je součástí Sokola jako organizace – vyjadřoval myšlenku!

Vracím se ke zdravému rozumu – doufám totiž, že jsme ho neztratili v zájmu o modernizaci za každou cenu – tedy i za ztrátu sokolské identity.

Opakuji znovu, co jsem říkala už tisíckrát a co v hloubi duše všichni sokolové vědí! Chceme-li být skutečně moderní, držme se Tyrše. Cokoliv se v našem oboru děje, to hledme poznat a nejlépe z vlastní zkušenosti, přejímejme a přetvářejme to, co považujeme za přínosné a vhodné pro naše cíle, používejme rozum, přesvědčujme se a vybírejme! Nezůstávejme na povrchu a nebojme se jít třeba i proti proudu, jestliže směřuje někam, kam nechceme a nemůžeme. Nevychovávejme pouze tělo, ale i ducha, budme si vědomi své ceny, od „poznání pravdy“ neustupujme!

Nebojme se diskuze, ale za konečným rozhodnutím mějme odvahu stát!

Historie dávná i nedávná ukazuje, že to stojí za to a že je to jediná cesta, která vede k cíli!

Pro klid duše - rady ověřené staletími:

„Není možné, aby člověk žil slastně, nežije-li rozumně, krásně a spravedlivě, není ani možné, aby žil rozumně, krásně a spravedlivě a nežil při tom slastně!“

(Autorem je Epikuros – při čemž „slast“ je míněna jako stav, kdy člověk necítí bolest v těle ani neklid v duši!)

„Ctnost je jediným dobrem a její protějšek neřest jediným zlem! Ctností a tedy dobrem je rozumnost, uměřenost, spravedlnost a statečnost, zlem a neřestí je nerozumnost, nevázanost, nespravedlnost a zbabělost. Pro ctnost nebo neřest se může člověk rozhodnout sám, musí si proto zocelovat vůli, aby dosáhl nejvyššího blaha, to je štěstí.

U člověka, jehož podstatou je rozum, má při tom rozhodující úlohu moudrost. Moudrý člověk zná hranice svých možností, umí snášet rány osudu důstojně a s klidem a stát nad věcmi a vášněmi!“

(Tak mluví filosof Zénon, představitel školy stoiků).

Nejsem filosof a nejlépe je mi v tělocvičně. Celý život věřím v Tyršova slova: *„Padnout neb dospět! Všechno, anebo nic!“*

Lépe to vyjádřil Karel Čapek: *„Přijde tvůj okamžik, kdy vydáš vše a tak je to dobře. Vydát vše je tvoje právo. Já věřím, že je dobře vydát všechno! Všechno je ve mně srostlé, dobré i zlé i nevyšší. Kdo žije, dělá zlé i dobré, jakoby se drobil. Nyní musím vydát to nejvyšší. To je vykoupení člověka. Je to zarostlé ve mně jako v kameni. I musím se roztrhnout jako náboj a nebudu se ptát, co při tom roztříštím, ale bylo třeba – bylo mně třeba vydát to nejvyšší!“*

Jarina Žitná

Metodika

Objevte diamant.....!

„Hluboko ve vás se skrývá obrovský diamant ! Teď je už třeba jej najít, opracovat a vystavit tak, aby se mohl projevit v celé kráse!“

Ten citát pochází od Mirzakarima Norbekova, uzbeckého doktora psychologie, pedagogiky, filosofie v medicíně, profesora a korespondenta různých zahraničních akademií – od člověka, který je znám jako výtvarník, skladatel, spisovatel, režisér, umělec a sportovec – tuto charakteristiku jsem našla na internetu. Myslet si o tom může každý z nás, co chce...

Našla jsem však – také na internetu – jeho metodickou řadu cvičení s klouby a páteří – a to mne zaujalo. My všichni, kteří pracujeme jako cvičitelé, naprostou většinu jeho uvedených cviků známe a považujeme za samozřejmé zařazovat je do svých cvičebních hodin.

Norbekov však tvrdí, že pouze asi 1 % úsilí tvoří technika pohybu a dává důraz především na 99 % práce s vnitřním nastavením psychiky člověka! To je asi to, čemu my říkáme boj se stresem, vnitřní klid, pocit přátelství a pohody v našich cvičebních hodinách. Mluví o tom, že osobní lenost člověka (ať už se týká aktivního pohybu nebo myšlení) – je sluhou smrti.

Klade důraz především na dobrou náladu a úsměv při jakémkoliv cvičení a tvrdí, že meziobratlové ploténky se dokáží uzdravit v každém věku. Sympatické je i jeho tvrzení, že každý z nás je oporou pro své blízké jen tehdy, když „velí svému životu“! Podle mých zkušeností má pravdu.

Systém cvičení páteře, který jsem našla na internetu, není v podstatě nic nového a tak, jak je uveden, by se asi nedal interpretovat jako celek v našich cvičebních hodinách. Výborně se však hodí pro samostatné cvičení každého jednotlivce doma ve volných chvílích.

Pokud se k tomu rozhodnete – jedna rada. I když se Vám to bude za začátku zajídat a budete ho vykonávat více méně mechanicky, časem se Vám toto cvičení stane potřebou a budete z něj mít radost. A to je v tomto případě hlavním úkolem a cílem!

Takže

Trénink kloubů, páteře, cévního systému, ducha a vůbec člověka s velkým Č!!
(Přepsáno podle videozáznamu uvedenému na internetu!)

ZP pro většinu cvičení je stoj mírně rozkročný - připažit. Je třeba vědomě a postupně uvolnit jednotlivé části těla, narovnat páteř a vyvolat určité vnitřní napětí celého těla.

Začátek cvičení

- třikrát nádech, třikrát výdech (výdech by měl trvat podstatně déle než nádech!!)
- masáž uší – shora dolů a opačně
- uchopit uši a odtahovat je od hlavy
- dlaně za uši a kroužit oběma směry (toto cvičení je nevhodné pro cvičence s poškozenými bubínky)

Klouby ruky

- „hmatání“ vpřed, tzn. pokrčením předpažmo předpažit a rozevřít prsty, při opětovném pokrčení sevřít ruku v pěst
- pokrčit předpažmo - rozevírat a svírat prsty (jednotlivě)
- totéž, ale silou, prsty napnuty

- pokrčit předpažmo – postupně rozevírat a svírat prsty
- „vytřepat“ ruce
- předpažit – sklopit dlaně a mírné hmity. Totéž, ale vztyčit dlaně, vytočit ruce dovnitř a zevnitř (ve vodorovné rovině!)
- předpažit – ruce v pěst a kroužit oběma směry

Loketní klouby

- skrčit upažmo, uvolněné předloktí směřuje dolů – volné komíhání v lokti ze strany na stranu
- ruce v pěst a kroužení vpřed a vzad v loketním kloubu

Ramenní klouby

- přitahovat ramena k uším a mírné hmity
- stahovat ramena dolů a mírné hmity
- stahovat ramena vpřed („vyhrbit“) – mírné hmity
- stahovat ramena vzad – mírné hmity
- připažit a vytáčet dlaně vpřed a vzad – „šroubovat“ vpřed a vzad
- kroužení v ramenním kloubu – vpřed a vzad
- skrčit předpažmo, předloktí dovnitř, levou rukou uchopit pravou za zápěstí – zvolna otáčet vpravo – nejdřív oči, pak hlava a nakonec trup – mírné hmity, totéž opačně

Klouby kotníku a chodidlo

- stoj na levé, pokrčit přednožmo pravou - sklápění a napínání špičky
 - vytáčení chodidla dovnitř a zevnitř
 - kroužení chodidla dovnitř a zevnitř

Kolenní klouby

- stoj – skrčit přednožmo pravou,(levou) – kroužení v kolenním kloubu dovnitř a zevnitř
- mírný stoj rozkročný – předklon – opřít ruce o kolena – kroužení kolena od sebe a k sobě
- stoj spatný – mírný předklon – opřít ruce o kolena – kroužení vlevo, vpravo
- stoj spatný – rovný předklon – opřít ruce o kolena – tlakem dlaní dopínat kolena

Kyčelní klouby

- stoj na levé – střídavě krčit přednožmo – přinožit – skrčit únožmo – přinožit
- mírný stoj rozkročný – krouživým pohybem vytáčet levý bok vlevo a zpět, totéž pravou
- chůze na toporných nohou – na celém chodidle, na špičkách, na patách, po vnější straně chodidla, po vnitřní straně chodidla

Uvolnění a dýchání

- vytřepání (klepání) svalů na nohou
- třikrát nádech a třikrát výdech

Krční část páteře

- stoj – předklon a postupný vzpřím až mírný záklon hlavy (opakovaně!)
- stoj – úklony hlavy k ramenům – střídavě („ucho na rameno“)
- stoj – zvolna otáčet hlavu vlevo a vpravo (tahem)
- stoj - úklon vlevo - vzpažit – předklon – úklon vpravo (krouživý pohyb – spojit v půlkroužky – paže stále ve vzpažení)
- stoj – kroužení hlavy (pozor – pouze velmi mírný záklon!!)
- stoj - postupně otočit hlavu vlevo (vpravo) oči, hlavu až ramena a mírné hmity vzad

Hrudní část páteře

- stoj – volně připažit – střídavě „vyhrbení“ a prohnutí v hrudní části páteře

- stoj – volně připažit – střídavě vytahovat pravé (levé) rameno k uchu – mírný hmit („váhy“)
- stoj – připažit, vztyčit dlaně – mírnými hmity stahovat ramena dolů (lopatky k sobě)
- stoj – volně připažit – kruhy rameny a hrudní částí páteře – vpřed, vzad – opakovaně (paže volně)

Bederní část páteře

- stoj – mírný předklon – připažit dovnitř poohnutě (přestavte si, že nesete těžký meloun!) – mírné hmity (v bederní části)
- stoj – mírný předklon – upažit dolů – mírné hmity (meloun neseme za tělem!)
- stoj – skrčit upažmo levou, předloktí dovnitř, dlaň na lopatku (tlačit vzad!), pokrčit předpažmo pravou – úklon vpravo a mírné hmity – „velké váhy“
- stoj – volně připažit – velké kruhy trupu, ale fixovat křížovou část páteře – opakovaně vlevo a vpravo
- stoj mírně rozkročný – skrčit vzad, položit dlaně na ledviny – protlačovat vpřed, lokty tlačit k sobě
- stoj mírně rozkročný – skrčit upažmo, prsty na ramena – postupně otočit oči, hlavu, hrudní až bederní část páteře (boky) vlevo a mírné hmity vzad a opačně

Křížová část páteře

- stoj – volně připažit – „podsadit“ (kostrč tlačit vpřed) a mírné hmity
- stoj – volně připažit – vysunout pánev (kostrč) vzad a mírné hmity
- podřep mírně rozkročný – mírný předklon, opřít dlaně o kolena – střídavě podsazovat a vysunovat pánev vzad, hmity (totéž vpravo a vlevo)
- stoj rozkročný – předklon – opřít ruce o kolena – střídavě přenášet váhu na pravou a levou – kostrč tlačit střídavě vpřed a vzad („vysadit“)
- stoj rozkročný – skrčit předpažmo, předloktí složit na sebe – přenosem na levou a otočením trupu vpravo mírný podřep přednožný pravou – otočit hlavu vpravo – „podsadit“ a přenosem na pravou totéž opačně
- mírný stoj rozkročný – volně připažit - kroužení pánví (oběma směry) – totéž i v mírném podřepu
- stoj rozkročný – vzpažit levou, pokrčit upažmo pravou, ruka v bok – úklon vpravo – mírné hmity (zvětšení úklonu) – otočit hlavu vpravo a totéž opačně
- stoj rozkročný – vzpažit levou, připažit pravou, dlaň na stehno – mírné hmity úklonmo vpravo – otočit hlavu vpravo (dlaň pravé suneme po pravé noze)
- stoj – vzpažit – výpon a vytáhnout celý trup co nejvíc vzhůru – uvolnit – podřep – uvolněný předklon trupu i hlavy
- stoj rozkročný – skrčit upažmo, ruce v týl – přetáčet celý trup (oči, hlava, hrudní, bederní a křížová část) vpravo, vlevo - hmity
- totéž, ale ZP – stoj rozkročný – předklon
- totéž, ale ZP mírný podřep a mírný záklon

Závěr cvičení

- stoj – volně připažit – opakovaně hluboký nádech a výdech
- stoj – zvolna se pohladit po obličejí, pažích, trupu až nohou – uvolnit
- stoj – vzpřím trupu i hlavy (přenést váhu mírně na přední část chodidel, vytáhnout z pasu, stáhnout ramena dolů a mírně dozadu – výdrž

Pokud jste si uvedenou sestavu cviků zaměřených na kloubní pohyblivost a na správné postavení páteře skutečně poctivě prostudovali, dáte mi jistě za pravdu, že kromě několika neobvyklých cviků (uši!) jsou to cviky naprosto známé a pravidelně zařazované. Pro cvičení doma jsou velmi vhodné – nepotřebují velký prostor, neděláte při něm rámus, nikomu se v bytě pod Vámi netřese lustr a při tom, cvičíte –li poctivě – si skutečně protáhnete všechny klouby, kloubová spojení a páteř.

Několik důležitých metodických připomínek. Ve zdravotní tělesné výchově se ve většině případů nedělají hmity. V případě uvedených cvičení jsou naopak zdůrazněny, ale provádějí se tak, že zatlačíme uvedenou část těla a zvětšíme rozsah pohybu, uvolníme a celý proces několikrát opakujeme. (V žádném případě to není pohyb ve velkém rozsahu, prováděný „sem – tam“, nebo „vpřed a vzad“!) V podstatě takto míněnými hmity můžeme dostat kloub, svalovou skupinu do postavení v co největším rozsahu – a o to právě usilujeme!

Při hledání „diamantu“ v sobě nezapomeňte na radu pana Norbekova, totiž že pro úspěch je rozhodující nálada, úsměv a pocit radosti – pusťte si ke cvičení pěknou muziku a problémy všeho druhu po dobu cvičení zapomeňte – jen tak je možno mít úspěch – a neviditelný „diamant“ v sobě najít!

Materiál z internetu zpracovala
Jarina Žitná

Zase trochu názvosloví...

Lezení, ručkování, šplhání

Jsou to pohyby celého těla na nářadí, hlavním znakem je postupování vpřed i vzad pomocí paží, případně paží a jiných částí těla (na př. nohou).

Ručkování – postupování po nářadí pouze pomocí paží.

Lezení – postupování po nářadí (i po podlaze) pomocí paží i nohou.

Šplhání – postupování po svislém šplhacím nářadí (tyče, lana).

Rozlišujeme:

- ručkování střídnoruč (střídnopaž) – postupujeme střídavě levou a pravou paží
- ručkování souruč (soupaž) – postupujeme oběma rukama (pažemi) současně
- ručkování jednoruč – postupujeme pouze pomocí jedné ruky

Ručkování střídnoruč (ve vzporu nebo visu) lze provádět :

- dosahováním – jedna ruka postupuje a druhá se k ní přisunuje
- přesahováním – obě ruce postupují střídavě vpřed – levá, pravá

Ručkováním nebo lezením postupujeme vpřed, vzad, stranou, vzhůru nebo dolů.

Lezení vzhůru označujeme jako vylézání, dolů slézání.

U šplhu rozeznáváme:

- šplhání s přírazem – pomocí rukou i nohou, při šplhu na laně sem patří i šplhání tzv. „kličkou“. Příraz může být proveden obounož nebo pouze chodidly.
- šplhání bez přírazu – pouze pomocí paží

Podle „Názvosloví pro cvičitele“ (Autoři Appelt, Horáková a Novotný)

Jak dál, jak výš...?

Na následujících rádcích si dovoluji přispět k diskuzi o možnostech rozvoje naší činnosti, a to především z pohledu cvičení oddílů všestrannosti.

Velice často slyšíme, jak jsou sokolovny a tělocvičny zcela zaplněny při cvičení rodičů s dětmi a předškoláků, ale že z této spousty dětí, které už si k nám cestu našly, přejde do žákovských oddílů všestrannosti pouze nepatrný zlomek. Obecně to svádíme na to, že nabídka sportů a kroužků je široká, že každý chce mít doma hokejistu nebo fotbalistu. Jenže, slyšeli jste už někoho, že by řekl, že chce mít z dítěte Sokola? A co víc, slyšeli jste už šestileté dítě, že chce být Sokolem? Odhaduji, že kromě dětí z vyloženě sokolských rodin asi nikoli... A proč? Protože ani my Sokolové neumíme popsat, jak se Sokol pozná. Nedokážeme definovat, jaký bude profil dítěte, až po deseti letech opustí jako dorostenec brány sokolovny.

Jak toto změnit? Jak nabídnout rodičům a potažmo dětem takový program, který je zaujme, a u kterého vydrží po celou dobu školní docházky? Než si přečtete můj návrh, zkuste se nad tím nejprve zamyslet sami ;-).

Program sokolské všestrannosti by měl být základem pro všechny členy Sokola. Dokonce i členové sportovních oddílů by měli projít alespoň nějakým sokolským minimem. Rozhodně bych trval na názvu všestrannost, pojem Sport pro všechny je poměrně malým cílem, Sokol musí mít záběr rozhodně širší. Ten, kdo se podívá do stanov našeho spolku, zjistí, že vychováváme k samostatnosti, činorodosti, kulturnosti, lásce k pohybu, atd. Jenže – kolik lidí z vnějšku se do nich podívá? A je tomu všude opravdu tak? Nestává se občas, že už se v Sokole „pouze“ cvičí? Dle mého názoru je nutné dát celé činnosti určitý rámec, který zaručí rodičům, co všechno se v Sokole jejich dítě naučí. Děti pak budou vědět, co všechno je ještě čeká (a že by tedy byla škoda přeběhnout jinam), a tělocvičným jednotám to dá impuls k zatraktivnění a zpestření jejich činnosti.

Jedna z možností je tzv. Karta Sokola (název lze zcela jistě vymyslet přitažlivější). Do ní bude během žákovských let zaznamenáno, co vše mladý sokolík splnil, co vše si vyzkoušel a naučil se. Vždy se činnost během roku musí dotknout více okruhů – jde přeci o všestrannost.

Např. 1. třída

- * CVIČENÍ – základy prostných
- * SPORT – základy míčových her
- * KULTURA – návštěva muzea
- * HISTORIE – krátká ukázka historie Sokola
- * TÁBORNICTVÍ – výlet s přespaním v přírodě

2. třída

- * CVIČENÍ – základy prostných
- * SPORT – základy atletiky
- * KULTURA – návštěva výstavy
- * TÁBORNICTVÍ – příprava na závod ZZZ
- * HISTORIE – hra s námětem národní historie – základy

Namátkově pro další léta – plavání, bruslení, lyžování, přežití v přírodě, návštěva Prahy a Tyršova domu, cyklistika – jízda zručnosti, další stupně gymnastiky a atletiky, účast v odznaku OVOV (splnění všech disciplín na určité minimum) apod.

Pro uznání jednoho roku postačí splnění např. tří z pěti okruhů + účast na hodinách min. 75% (omluva možná při nemoci).

Výsledkem snažení během školní docházky (opět by mělo stačit např. 6 let kvůli možnosti stěhování, pozdního začátku atd.) by mělo být uznání, že se tento „absolvent“ stává Sokolem – člověkem sportovně i duševně všestranným. Za to by mu mělo být umožněno účastnit se dalších aktivit v ČOS (je třeba zaměřit se na dorostenecký věk a připravit pro ně další rozvojový program, který je u Sokola udrží), stát se cvičitelem a nosit sokolský kroj.

Okruhy musí být dostatečně široké, aby si do nich každá jednota mohla dosadit činnosti jí blízké a dostupné (ne všude je např. plavecký bazén, i když – plavat lze i v rybníku nebo řece).

Podklady a návrhy pro činnost jednot především v nesportovní části by měly být dostupné na speciálních internetových stránkách, kde by cvičitelé společně s náčelnictvem mohli umisťovat tipy na činnost a případně i vypracované materiály. Zároveň si lze představit i web přímo pro cvičence s možností rozšíření vědomostí, soutěžemi, ..., na který lze při cvičení upozorňovat.

Pro to, aby byl tento program atraktivní, je potřeba „omladit“ a zaktualizovat obraz Sokola na veřejnosti. Není možné, aby se naprostá většina článků a reportáží v médiích zabývala historií. Přitom právě v historii se můžeme inspirovat:

* sokolský kroj – původní Mánesův kroj byl vymyšlen velice funkčně a moderně, dnes by měl sloužit především k prezentaci při nejslavnostnějších okamžicích. Nový porevoluční kroj vychází z původního, ale vypadá jaksí lacině. A hlavně – je atraktivní pro mladé lidi, tak jako byl Mánesův kroj atraktivní ve své době? Je možné si ho vzít na výlet, na tábor, na soutěž v atletice? Potřebujeme vytvořit nový kroj, který bude pro běžnější použití, vyjde z původní symboliky, ale za použití nových vzorů a materiálů! Kdo v něm uvidí oblečeného člověka, tak si hned musí říct – to je Sokol! Nenašel by se např. student designu, který by takový návrh vytvořil? Nestálo by za to vypsát soutěž na kolekci sokolského jednotného oblečení pro všechny věkové kategorie?

* sokolské písně – kolik písniček se sokolskou tematikou vzniklo po II. světové válce? Ano, je dobré, aby se mládež naučila Lví silou, vzletem sokolím, ale lze ji na to získat? Neměla by se nejprve naučit píseň takovou, která jí bude blíž, která bude moderní a chytlavá jako výše zmíněná skladba v době svého vzniku?

* vzory – je dobré odvolávat se na velikány naší sokolské historie, a určitě na ně nesmíme zapomenout, ale přesto – nenašly by se vzory dnešní? Žijící lidé, kteří prošli Sokolem, a dnes jsou úspěšnými sportovci, lékaři, podnikateli, politiky? Také o nich bychom měli veřejnosti vyprávět, a oni by měli veřejnosti vyprávět o Sokole!

* názor na aktuální témata – podívejme se do sokolských věstníků za první republiky. Sokolové se vyjadřovali k otázkám své doby, dávali své názory ve prospěch veřejnosti, aby jí pomohli se ve své době orientovat. Jaký je názor obce sokolské na dění na

východní Ukrajině? Nestálo by pro začátek za to založit alespoň internetovou diskuzi Sokolů k těmto tématům?

* vzájemnost – je zapotřebí větší provázanosti jednot, aby byl větší tlak na podporu od samospráv a společnosti obecně. Provázanost je nutná i z pohledu vztahů mezi lidmi jako takovými. Např. župní akce je dobré dělat putovní – jednoty si je pak spíše vezmou za své, porovnávají, jak se co komu povedlo zorganizovat, podněcuje se tím zdravá soutěživost.

Výše uvedené názory a nápady určitě nejsou převratné a rozhodně nejsou původní, jedná se spíše o souhrn návrhů, jak naši činnost zcelit, definovat a udělat jí pro veřejnost zajímavou. Můj názor je totiž takový, že pokud budeme „pouze“ cvičit za zavřenými dveřmi, bude nás čím dál tím méně. A to by byla věčná škoda!

Ing. Jiří Nalezenec

TJ Sokol Dolní Ředice - T. J. Sokol Holice

Připomínka k návrhu br. Nalezence

Po obnovení Sokola v samém začátku práce komise PP ČOS jsme připravili návrh „kalendáře“ nebo „zápisníku“ pro žactvo a dorost.

Byly tam stránky se stručnou historií Sokola jako organizace, jeho činnosti i jeho program – vše stručně a forma zaměřená na děti (případně dorost!) Zvláště byly vyznačeny státní svátky a další významná data – doprovázená opět stručným vysvětlením. Myslím, že tam byly i texty sokolských písní.

Kromě toho tam byly stránky, kde si mohli cvičenci zaznamenávat svoje výkony, porovnávat je na začátku i na konci cvičebního roku a hned je srovnávat se současnými republikovými rekordy i rekordy evropskými a světovými. Byl tam i prostor na zapisování účasti na sokolských akcích – výletech, zájezdech, návštěvách kulturních akcí, táborech, sletech atd.

Pro zlevnění celého projektu bylo navrhováno připojit tento Zápisník k běžnému kapesnímu kalendáři.

Komise na tom tenkrát pracovala docela intenzivně, bohužel, projekt se nikdy nerealizoval, nebyly peníze ani zájem o – podle mého mínění - dobře připravenou akci pro žactvo.

Souhlasím s br. Nalezencem, že tento typ práce s mládeží by měl úspěch a vyplatil se nám!

Jarina Žitná

Test z první pomoci

1. Aby nedošlo k nezvratnému poškození mozku, musí být resuscitace zahájena do

a) 3-5 minut b) 6-7 minut c) 15 minut d) 7-10 minut

2. Napište telefonní číslo Zdravotnické záchranné služby v ČR:

3. Bezvědomí zjistíme u postiženého tak, že

- a) nemá hmatný pulz na krční tepně
- b) nemá hmatný pulz na zápěstí
- c) nereaguje na oslovení ani bolestivý podnět
- d) nezvedá se mu hrudník

4. Čím je postižený v hlubokém bezvědomí bezprostředně ohrožen?

- a) poruchou vyprazdňování
- b) zapadajícím jazykem
- c) ztrátou tepla
- d) vznikem proleženin

5. Doporučeným postupem u postiženého v bezvědomí je zprůchodnění dýchacích cest

- a) záklonem hlavy a zvednutím brady
- b) vytažením jazyka za jeho špičku
- c) otevřením úst např. pomezním praporkem
- d) předklonem hlavy

6. Jaký je správný poměr stlačení hrudníku a umělých vdechů při oživování dospělého postiženého?

- a) 30 : 2 b) 2 : 15 c) 5 : 1 d) 2 : 30

7. Při nepřímé srdeční masáži u dospělého jedince je stlačení hrudníku do hloubky

- a) 5-6 cm b) 8-10 cm c) 2-3 cm d) 3-4 cm

8. Doporučená frekvence stlačování hrudníku při zevní srdeční masáži je u dospělých

- a) 60/min b) 80/min c) 100-120/min d) 70/min

9. Prosakuje-li tlakový obvaz

- a) ihned přiložíme zaškrcovadlo
- b) přidáme další tlakovou vrstvu do celkového počtu tří
- c) odstraníme jej a stlačíme tlakové body
- d) odstraníme jej a přiložíme nový, který lépe a více utáhneme

10. Při krvácení z nosu

- a) hlavu zakloníme a přiložíme na zátylek studený obklad
- b) předkloníme hlavu, zmáčkeme nosní křídla
- c) zakloníme hlavu a zmáčkeme nosní křídla
- d) předkloníme hlavu a do nosu vložíme vat

11. Mezi příznaky infarktu myokardu patří především

- a) poruchy vidění, závratě
- b) mdloba, zvracení, bolest hlavy
- c) porucha čítí a hybnosti jedné končetiny
- d) palčivá, svíravá bolest na hrudi, pocení

12. K typickým příznakům cévní mozkové příhody patří

- a) acetonový zápach z úst
- b) dušnost s bolestí na hrudi, dávivý kašel
- c) vyrážka po celém těle s otokem obličeje
- d) poruchy hybnosti končetin, poruchy řeči, dezorientace

13. Inzulín glykémii (hladinu cukru v krvi)

- a) zvyšuje b) snižuje c) neovlivňuje d) někdy zvyšuje, někdy snižuje

14. Co je to luxace?

15. Pro popáleninu prvního stupně je typické

- a) puchýř b) zarudnutí c) jizva d) zuhelnatění

16. Při tonutí vytáhneme co nejrychleji dítě z vody, nebude-li dýchat, zahájíme oživování

- a) pěti umělými vdechy
- b) stlačováním hrudníku
- c) vyléváním vody z plic
- d) voláním na telefonní linku 156

17. Klíště na kůži:

- a) neodstraňujeme
- b) odstraňujeme, použijeme olej a pak klíště vykroutíme
- c) odstraňujeme, použijeme speciální pinzetu nebo háček
- d) kryjeme poloprodyšným obvazem

18. Podvrtnutí kotníku ošetříme tak, že

- a) na poraněný kotník přiložíme zaškrcovadlo
- b) končetinu zvedneme do zvýšené polohy a přiložíme studené obklady
- c) na kotník přiložíme teplý obklad a končetinu znehybníme
- d) srovnáme kosti do správné polohy

19. Alergická reakce se neprojevuje

- a) Kožní vyrážka, svědění, zarudnutí
- b) Sevření hrdla, ztížené dýchání, sípání
- c) Otok a brnění rukou, nohou, očních víček, jazyka, rtů
- d) Ochrnutím jedné končetiny

20. Termoizolační folie

- a) slouží k zabránění podchlazení
- b) není součástí autolékárničky
- c) její zlatá strana hřeje
- d) její stříbrná strana chladí

MUDr. Tomáš Jelen, zdravotní komise ČOS

Pozor! Informace o Sokolských slavnostech v Plzni

Podle sdělení župní náčelnice sestry Vrzalové, budou v programu zařazeny obě „liberecké“ skladby – Waldemariána a Koncert. Všechny informace včetně přihlášek vyřizuje kancelář župy.

Upozorňujeme však, že hromadná vystoupení se budou konat v hale, takže nebude příliš moc místa.

Přihlášky budou zařazovány podle pravidla „kdo dřív přijde, ten dřív mele“!!

Nejenom pohybem živ je sokol

Listopad – měsíc dvou sedmnáctek

Ten první – v roce 1939 – znamenal začátek systematické likvidace českého národa, především jeho inteligence.. Znamenal však také začátek odporu proti německé okupaci – a měl odezvu v celém tehdejší civilizovaném světě. V roce 1941 totiž na památku těchto událostí a statečného odporu našeho studentstva vyhlásila Mezinárodní studentská rada, složená ze zástupců 26 zemí, 17. listopad Mezinárodním dnem studentstva. Dodnes je to jediný mezinárodně uznávaný svátek českého původu!

Pamětníků událostí v tehdejší Protektorátu už dnes nežije mnoho. Snad právě proto je nutno tuto událost připomínat – dokazuje totiž, že právě budoucí inteligence národa má svůj rozum, dokáže rozlišovat dobro od zla a neváhá se zlu postavit.

V roce 1939 to nebylo snadné. Říše zla právě začala svou činnost i přímo na našem území.

Datum vzniku republiky, 28. října 1918 se nesmazatelně vrylo do srdcí i duší národa a v kritickém roce 1939 vyústilo v mohutnou manifestaci k jejímu výročí. Tuto demonstraci rozpoutali studenti, okupanti však zakročili silou. Při pouličních šarvátkách byl zabit pekařský dělník Václav Sedláček a smrtelně zraněn student lékařské fakulty Jan Opletal. Tragedie pokračovala – 17. listopadu byl vypraven jeho pohřeb z Albertova na nádraží, odkud měl být odvezen na rodnou Moravu. Pohřeb vyústil v další mohutnou demonstraci.

Ještě v noci se v Berlíně konala porada za přítomnosti Adolfa Hitlera. Následky byly strašné. Vysoké školy na území bývalého státu byly uzavřeny na tři roky, při čemž se naprosto nepředpokládalo jejich pozdější otevření, došlo k rozsáhlému zatýkání nejen v Praze, ale i v Brně a Bratislavě. Devět představitelů studentů bylo zatčeno a ještě ten den bez jakéhokoliv soudu popraveno v kasárnách v Ruzyni. Ostatní zatčení – a bylo jich kolem 1200 - byli internováni v hlavně v Sachsenhausenu – Oranienburgu.

Celá proti studentská akce byla součástí plánu na germanizaci česko – moravského prostoru. Možnost studia ztratilo 15 172 studentů, o práci přišlo 513 profesorů, 475 docentů, 745 dalších pedagogů. Byl to dobře připravený a organizovaný tah proti české inteligenci.

Situace v roce 1989 byla naprosto odlišná. Žili jsme sice v suverénním státě, ale ten byl součástí východního bloku – se vším, co to z vlastní zkušenosti víme, znamená. Po pravdě řečeno, nežili jsme si zrovna špatně, ale...už jsme měli dost neustálého mentorování, politické a kulturní nesvobody, omezeného styku s okolním světem popírání hodnot a tradicí nám vlastním. Krize východního bloku začala uvolňovat situaci v Sovětském svazu ovládaných oblastech, perestrojka v SSSR vzbuzovala myšlenky na kýženou svobodu. Celková politická situace v Evropě i ve světě byla najednou jiná než v roce 1968 – skýtala naději!

Nezávislé studentské sdružení chystalo na 17. listopad pietní akci, jako vzpomínku na události a oběti roku 39. Uplynulo od nich už plných padesát let. K připravované akci se připojila i pražská organizace Socialistického svazu mládeže – všem bylo jasné, že nejde pouze o vzpomínku, ale především o výraz nespokojenosti se současnou situací.

Státní orgány se připravované akce oprávněně obávaly – tak došlo několikrát ke změně trasy připravovaného pochodu. 17. listopadu ráno byla vyhlášena mimořádná bezpečnostní opatření, ale bezpečnostní složky neměly zasahovat silou. Studenti se nakonec podle plánu sešli na Albertově v 15,45 hodin, zazpívali si studentskou hymnu „Gaudeamus igitur“ a vydali se na cestu. Nakonec ne na Vyšehrad, ale do centra.

K rozhodujícímu střetnutí došlo na Národní třídě. Policie zastavuje průvod a nechce povolit jeho pokračování směrem na Václavské náměstí, studenti si pokojně sedají na zem a děvčata zastrkují květiny za štíty ozbrojenců. Pokojná manifestace se však najednou stává nepřehlednou. Policie uzavírá vedlejší ulice, za Národním divadlem se tlačí do Národní třídy další studenti, dál to nejde – dochází na nevybíravé bití a zatýkání. Podle nezávislé lékařské komise bylo zraněno 568 lidí.

A pak se už události přímo řítí. Veřejnost protestuje, žádá odstoupení politiků, propuštění politických vězňů, vysoké školy stávkují. Celková nespokojenost národa se najednou projevuje naprosto jasně. Obrovské demonstrace na Letné i na Václavském náměstí, mluví Václav Havel a Marta Kubišová zpívá veřejně kdysi zakázanou „Modlitbu pro Martu“. Definitivní zlom nastává po shromáždění v ČKD Vysočany – dělníci se přidávají k demonstracím. V pátek 24. listopadu rezignuje Miloš Jakeš, 27. XI. se koná na celém území státu generální stávka, otvírají se dlouho uzavřené hranice a emigranti se vracejí domů. Vzniká Občanské fórum – stávky se konají pod heslem „Konec vlády jedné strany“!! Události se jen hrnou – na náměstích našich měst zvoní občané klíči. Všeobecná euforie – po čtyřiceti letech svoboda! Alexandr Dubček se stává předsedou Federálního shromáždění a 29. prosince je Václav Havel zvolen prezidentem. Zdá se, že cesta k demokratizaci společnosti je otevřená.

Uplynulo 25 let. Doba delší, než bylo celé trvání první republiky. Obrovský politický převrat postihl nejen republiku, ale i Evropu a zhroucením sovětského panství ve střední Evropě vlastně celý svět. Zdálo by se, že konečně nastal klid a otevřela se cesta ke svobodnému rozvoji národů.

Při této příležitosti si musím vzpomenout na varovná slova Viktora Dyka z konce první světové války! Vítězné kokardy, jásot a štěstí přehlušila obava – a výstraha! „Boj teprve nám nastává. Boj se sebou, se všemi zlými pudy, boj se sobectvím, jež vede v sráz – nezapomeňte na svých otců bludy, nezapomeňte běsů v nás!“ A tak se ptám – sama sebe i svých blízkých a přátel, ptám se členů Sokola – co jsme my, každý z nás, učinili, abychom zaplašili bludy minulosti a naopak svým životem, prací a láskou přispěli ke krásnějšímu a lidštějšímu životu u nás – i na planetě Zemi?! Mám pocit, že nikdo z nás nemá tak docela čisté svědomí! Do nekonečna se nemůžeme vylouvat na dědictví komunistické éry, na nedostatky vzdělání a opuštění etických principů, které od pradávna určují, nebo by měly určovat život lidské společnosti. Dopustili jsme, aby peníze a kariéra rozdělily náš svět! Stala se z nás požívačná společnost honící se za výkonem, společnost, která už nedovede dost dobře ocenit ticho lesa, klid horských úbočí, čistotu tekoucích vod – nemáme na to i na sebe čas! A to už vůbec nemluvím o nepoctivosti, sobectví, nedostatku i přebytku ctižádosti, o nekonečné lhostejnosti, která ovládla život v naší zemi.

Už 25 let žijeme ve svobodné vlasti – kam jsme to za tu dobu dotáhli? Proдали jsme už skoro vše, co tvořilo základ existence státu, máme problémy se zdravotnictvím, školstvím, které bývalo československou pýchou, nemáme autority, které by udávaly vzor naší mládeži! Dopustili jsme vznik nezdravé nezaměstnanosti a připustili, že někteří se raději spoléhají na pomoc státu, než aby poctivě pracovali. Nesvornost vládne v české společnosti, nesvornost vládne v Sokole!!

Takhle to ale dál nejde – musíme začít každý sám u sebe a dělat to, co považujeme za správné bez ohledu na to, že se mnozí nad námi útrpně usmívají!

J. W. Goethe napsal: „Člověk nechť šlechetný je, dobrý a nápomocný!“

Má-li u nás být lépe nezbyvá nic jiného, než skutečně šlechetným, dobrým a nápomocným být!

Jarina Žitná

Škodlivé zobecňování

V honbě za atraktivností pojednávají média s chutí o záporných jevech v naší společnosti. Nehledají příčiny ani cesty nápravy a nepromýšlí se nezbytná kultivace. Vše pak vyznívá jako konstantní odsudek českého národního celku. Dnes již nevycházející časopis s názvem Kraus se v jednom z minulých čísel věnoval krádežím. Na titulní straně časopisu byl zvolen titulek: Kradu, kradeš, krademe! První otázka do diskuse byla formulována takto: Proč krademe? V odpovědích pak převládal názor, vyjádřený konstatováním, že zlodějina Čechům jde, že mají na ni talent. Rovněž před časem vysílaný pořad ostravského studia České televize s názvem Ta naše povaha česká zacházel často do urážející paušalizace. Jevy a problémy charakteristické v mnoha případech pro současný vývoj společnosti nejen u nás, ale také v mnoha jiných zemích, se tak již samotným názvem přičítaly na vrub národnímu charakteru. Slovo bylo udělováno těm, kteří české etnikum pojednávali jednostranně v nepříznivém světle. Jeden z pořadů měl dokonce podtitul Nic nám není cizí. Pojednával o krádežích cenných památek v kostelích, knihovnách a jinde. Pořad vyzněl jako odsudek nás všech, což ostatně i potvrzovaly výroky zúčastněných. Bylo pro lidi poctivé urážkou slyšet vyjádření: Krademe věci, které nepotřebujeme. Naše národní povaha je: Ukradnu a pak zjišťuji, na co to mám. Pracovník dětského domova v Turnově vykládal podrobně svěřencům, jak mizely potřebné kabely pro obnovení trati z Volar do Německa. Tím jsou děti zatahovány do prostředí zločinu, které jim pak připadá samozřejmé a možná i inspirující. Závěr vyslovený jedním z komentátorů byl rovněž zarážející. Řekl doslova: U nás to takto funguje. Nikdo si ničeho neváží. Nemusíme zdůrazňovat, že výrok je nespravedlivý. Namátkou připomeňme ty, kteří se snaží o údržbu a obnovu památných míst, kteří pro své potomky pěstují paměť místa, kde žijí. Je tu i mnoho dobrovolníků, věnujících se ušlechtilým činnostem nejrůznějšího charakteru. Jen například pořad ČT Toulavá kamera uvádí řadu těchto kladných příkladů. Na obnovu vyhořelé kulturní památky Libušín na Pustevnách od významného architekta Dušana Jurkoviče bylo do července tohoto roku vybráno 7,5 miliónů korun a sbírka stále pokračuje. Ve filmu Obsluhoval jsem anglického krále podle novely Bohumila Hrabala se scénářem a v režii Jiřího Menzla zaznívají v závěru filmu od hlavní postavy slova: My Češi nikdy nebojujem. I když v této Hrabalově práci se podle mého názoru najde i lecjaká nepřijatelná myšlenka, citovaná pomluva v ní nezazněla, byla tedy do scénáře přidána. Film měl namířeno na berlínský filmový festival, kde sklídl úspěch. V souvislosti s kritikou působení státních i veřejných institucí se v médiích objevuje často slovo ostuda. Přitom obraty „dělat ostudu“ a „utržit ostudu“ patří zejména k popisu nevhodného osobního jednání. Vyskytují se často ve slovníku rodičů a učitelů, kteří nabádají děti, aby se chovaly slušně a nedělaly ostudu. Výraz je takto zatahován do jiné roviny a dotýká se celé veřejnosti, jíž se takovým označením dává punc nedospělosti. Kritika spojená s ostudností a její přijímání podporuje podceňování a přikrčenost, vlastnosti, o jejichž překonávání by právě mediální obec měla svými pořady usilovat. Sebevědomí jako kolektivní vlastnost, která je pro existenci každého národa důležitá, nevzniká samovolně, ale vyžaduje, aby byla pěstována. Je mimo jiné výsledkem spjatosti s významnými obdobími dějin země a úcty k dílu osobností, které prosazovaly společné i společenské ideály. Přičítat nedostatky vyskytující se ve společnosti našemu národnímu společenství jako celku kladný vztah k vlasti v žádném případě neupevňuje.

Marcela Hutarová

Kalendárium

Listopad 2014

1. listopadu 1755 - zemětřesení a následné tsunami v Lisabonu, 60 – 90 tisíc mrtvých
1781 - císař Josef II. zrušil nevolnictví v Čechách, na Moravě i Slezsku
1952 - výbuch první vodíkové pumy na atolu Eniwetok v Tichém oceánu
2. listopadu 1938 - arbitráž ve Vídni – nové utváření slovensko – maďarské hranice
2000 - vyslána první stálá posádka na Mezinárodní vesmírnou stanici
3. listopadu 1957 - první živý tvor na oběžné dráze Země – fenka Lajka
4. listopadu 1922 - objevení vchodu do hrobky krále Tutenchámona v Údolí králů v Egyptě - archeolog Howard Carter
5. listopadu 1956 - sovětská vojska vstoupila do Maďarska, aby potlačila povstání
1414 - v Kostnici zahájen církevní koncil
1997 - Česká republika přihlášena do NATO
2006 - Saddám Husain odsouzen k smrti oběšením za zločiny proti lidskosti
6. listopadu 1836 - zemřel český romantický básník K. H. Mácha
7. listopadu 1811 - narodil se český spisovatel a básník Karel Jaromír Erben
1917 - říjnová revoluce v Rusku – nastolení vlády sovětů
1957 - v NDR začíná výroba Trabantů
8. listopadu 1519 - Hernando Cortéz vstoupil do aztéckého Tenochtitlánu
1948 - letecká katastrofa nad průlivem La Mance – zahynula téměř polovina národního hokejového družstva republiky
9. listopadu 1938 - tzv. „křišťálová noc“ – obrovský protizidovský pogrom v Německu, rabování obchodů, vypálení synagog
1989 - pád Berlínské zdi – spojení západního a východního Německa
10. listopadu 1483 - narodil se Martin Luther – teolog, zakladatel protestantismu
1871 - americký novinář Stanley našel ztraceného cestovatele Davida Livingstona někde u jezera Tanganika
11. listopadu 1821 - narodil se ruský spisovatel a filosof F. N. Dostojevský
1918 - konec první světové války, podepsání příměří v Compiègne ve Francii, abdikace císaře Karla I.
1939 - na následky zranění zemřel student Jan Opletal
1942 - nacistické Německo dokončilo okupaci Francie
12. listopadu 1944 - letadla Royal Air Force potopila německou bitevní loď Tirpitz
13. listopadu 1985 - kolumbijské město Armero zničeno mohutnou explozí sopky Nevado del Ruiz
14. listopadu 1847 - zemřel Josef Jungman – český filolog a překladatel
1918 - první schůze revolučního národního shromáždění – vyhlášena republika, Habsburkové zbaveni nároků na český trůn, TGM zvolen prezidentem a Karel Kramář premiérem
1941 - torpédem byla potopena britská letadlová loď Ark Royal
15. listopadu 1670 - v Amsterdamu zemřel „učitel národů“ Jan Amos Komenský
1939 - pohřeb Jana Opletala v Praze
1942 - vítězství Spojenců v bitvě u Guadalcanalu
16. listopadu 1810 - narodil se Karel Hynek Mácha
17. listopadu 1869 - pro veřejnost otevřen Suezský průplav
1939 - represe proti studentům, uzavřeny české vysoké školy
1989 - počátek „sametové“ revoluce

18. listopadu 1626 - vysvěcena Bazilika sv. Petra v Římě
1852 - narodil se český malíř a ilustrátor Mikoláš Aleš
1883 - znovuotevření Národního divadla po požáru Smetanovou Libuší
1926 - anglický spisovatel G. B. Shaw odmítl peníze za Nobelovu cenu za literaturu
19. listopadu 1493 - Kryštof Kolumbus přistál na Portoriku
1839 - narodil se technik a podnikatel Emil Škoda (Škodovy závody)
1942 - začala bitva u Stalingradu
20. listopadu 1910 - zemřel spisovatel a filosof Lev Nikolajevič Tolstoj
1940 - v době II. svět. války se Maďarsko, Rumunsko a Slovensko připojily k mocnostem OSY
1945 - v Norimberku zahájen proces s válečnými zločinci
21. listopadu 1344 - Karel IV. Arnošt z Pardubic a Jan Lucemburský položili základní kámen katedrály sv. Víta, Václava a Vojtěcha na Pražském hradě
1694 - narodil se osvícenec, básník, filosof, spisovatel a humanista Voltaire
1877 - T. A. Edison oznámil vynález fonografu
2000 - zemřel Emil Zátopek
22. listopadu 1916 - zemřel americký spisovatel Jack London
1963 - v texaském Dallasu byl zavražděn americký prezident John F. Kennedy
23. listopadu 1620 - po porážce českého stavovského povstání zrušil Ferdinand II. Rudolfův majestát
24. listopadu 1642 - Abel Tasman objevil dnešní Tasmanovu zemi
1859 - Ch. Darwin publikoval spis „O původu druhů“
1864 - narodil se franc. malíř a grafik Henri Toulouse – Lautrec
1963 - kosmická loď Apollo 12 se vrátila z Měsíce a přistála v Tichém oceánu
25. listopadu 1895 - narodil se armádní generál a prezident republiky Ludvík Svoboda
1915 - Bedřich Hrozný oznámil, že rozluštil klínové písmo
1915 - Albert Einstein předložil veřejnosti obecnou teorii relativity
1992 - Federální shromáždění odhlasovalo rozdělení Československa na Českou a Slovenskou republiku k 1. lednu 1993
26. listopadu 1346 - Karel IV. byl v Bonnu korunován králem Svaté říše římské
1922 - H. Carter a lord Carnarvon vstoupili do Tutenchámonovy hrobky. Byla uzavřena více než 3000 let.
1926 - zemřela česká spisovatelka Eliška Krásnohorská
27. listopadu 1895 - švédský vynálezce Alfréd Nobel založil Nobelovu cenu
1989 - generální stávkou v Československu
28. listopadu 1414 - Jan Hus byl na koncilu v Kostnici zatčen
1443 - Jiří Kastrioti, zvaný Skanderbeg osvobozuje svou rodnou Kruju z turecké nadvlády, začíná osvobození Albánie a Balkánu
1943 - „Teheránská konference“ první setkání reprezentantů USA, SSSR a VB za druhé světové války
29. listopadu 1378 - zemřel Karel IV. král český a císař římský
30. listopadu 1874 - narodil se britský politik Winston Churchill
1938 - po rezignaci dr. E. Beneše zvolen prezidentem JUDr. Emil Hácha
1943 - uzavřena Teheránská dohoda mezi spojenci (plán na invazi do Evropy.)

„Kterýpak Čech by hudbu neměl rád.“

Náš seriál o českých hudebních skladatelích k letošnímu Roku české hudby se pomalu blíží ke svému konci. Po „svaté čtveřici“ Bedřichu Smetanovi, Antonínu Dvořákovi, Leoši Janáčkovi a Bohuslavu Martinů jsme se věnovali také Janu Dismasi Zelenkovi a Zdeňku Fibichovi – a dlouhá, předlouhá řada vynikajících českých skladatelů nám ještě zbývá. Nelze nám tedy jinak než v této části „zvládnout“ hned **tři skladatele naráz – Josefa Bohuslava Foerstra, Vítězslava Nováka a Josefa Suka**. Vlastně zase tak těžké to ale nebude, protože Foerster, Novák a Suk mají leccos společného. Všichni vyšli z pražské varhanické školy, Novák a Suk tu studovali přímo u Antonína Dvořáka – a o všech lze říci, že navazovali na jeho odkaz a rozvíjeli jej. Dílo všech tří zůstalo pevně zakořeněno v české hudební tradici, zároveň však položilo základy moderní české hudbě – a to doslova, neboť Foerster, Novák i Suk vyučovali na Mistrovské škole Pražské konzervatoře (vystřídali se dokonce ve funkci jejího rektora) a jejich třídami prošla naprostá většina mladších českých i slovenských skladatelů – namátkou jmenujme E. F. Buriana, Pavla Bořkovce, Jaroslava Řídkého (Foerster), Aloise Hábu, Išu Krejčího, Eugena Suchoně (Novák), Klementa Slavického, Jaroslava Ježka či Bohuslava Martinů (Suk). A co je bohužel rovněž spojuje: přestože jejich dílo patří i ve světovém kontextu k tomu nejdokonalejšímu, co uzavírá hudbu romantické epochy, provádí se spíše výjimečně i u nás, ve světě pak ještě vzácněji. Velká škoda! Vzpomeňme ale na řadu velkých skladatelů, jejichž hudba si musela na svou renesanci počkat. Například ani takový Gustav Mahler, jehož písně a symfonie se dnes hrají a natáčejí po celém světě o sto šest, nebyl ještě před několika desítkami let coby skladatel pokládán za hodna pozornosti. Snad se tedy dočkáme i návratu k hudbě Foerstrově, Novákové a Sukově.

A teď už pojďme vzít jednoho pana skladatele po druhém. Josef Bohuslav Foerster (1859-1951) pocházel ze staré kantorské rodiny. Jeho otec Josef Jan Förster, na kterého pak Josef Bohuslav po celý život vzpomínal s neobyčejnou láskou a úctou, se z venkovského kantora vypracoval až na ředitele kůru u sv. Víta a na pedagoga pražské varhanické školy. Mimochodem, šlo o jednu z klíčových osobností tehdejší české chrámové hudby a její ceciliánské reformy. Förster starší se osobně znal a přátelil nejen se špičkami české hudby (Smetanou, Dvořákem...), ale s řadou zahraničních skladatelů (např. Berliozem) a jinými umělci. Josef Bohuslav tak vyrůstal v prostředí mimořádně podnětném pro jeho všestranný umělecký rozvoj a jistě i díky tomu dospěl v osobnost s neobyčejně širokým kulturním a všeobecným přehledem (což velmi oceňovali mj. jeho žáci na konzervatoři) a všestrannými uměleckými zájmy – mimo hudbu vynikl i jako esejista a věnoval se také výtvarnému umění. Jako člověk byl Foerster velmi ušlechtilý, povahou mírný a laskavý, ctíci tradiční hodnoty a hluboce zbožný – a právě taková je i jeho hudba. Zasáhl do většiny hudebních žánrů, vynikl však hlavně v oblasti hudby vokální, a to zvláště – podobně jako Smetana – jako autor skladeb sborových. Zejména jeho Velké, širé, rodné lány na slova J. V. Sládka se staly doslova hitem. Z operní tvorby zmiňme alespoň Evu na skladatelovo vlastní libreto vytvořené podle dramatu Gazdina roba od Gabriely Preissové. Na rozdíl od Janáčkovy Její pastorkyně je Eva ještě typickou operou 19. století – plyne ale „moderně“ v jednom proudu a hudba je tu v dokonalé jednotě s textem, a hlavně se smyslem příběhu, takže tuhle operu nesledujete, ale doslova žijete s postavami na jevišti. Foerster měl ostatně k opeře velmi blízko i prostřednictvím své choti, světové sopranistky Berty Foersterové-Lautererové,

angažované Gustavem Mahlerem v Hamburku a později ve Vídni (kam ji Foerster následoval). A mohli bychom jmenovat další a další Foerstrovky skladby – světské i duchovní, vokální i instrumentální, klavírní, komorní i symfonické... Ale přeci jen připojme ještě jeden konkrétní tip k poslechu: Dechový kvintet, op. 95.

Z mnohých skladeb Vítězslava Nováka (1870-1949) zřetelně slyšíme vliv francouzského impresionismu – taková je například symfonická báseň V Tatrách. (Pro zajímavost: Novák byl vášnivý a údajně i velmi zdatný turista, a dokonce přímo horolezec!) V řadě jiných kompozic zase Novák zpracovává folklorní motivy z nejrůznějších koutů Československa – tuto jeho inspiraci asi nejlépe reprezentuje nádherná Slovácká suita. Vládl naprosto suverénní kompoziční technikou, díky níž je jeho hudba řemeslně dokonalá, a muzikologové dodnes žasnou nad její propracovaností. Protože se věnoval téměř kompozici a jejímu vyučování, vytvořil nepřeberné množství skladeb všech žánrů. V meziválečné době byl nejrespektovanějším českým skladatelem a naším nejdůležitějším učitelem kompozice. Mimochodem, „svatá čtveřice“ byla tehdy v jiném složení: Smetana – Dvořák – Fibich – Novák. Dnes se jeho tvorba takovému zájmu netěší. Možná že kompoziční mistrovství není tím hlavním, co činí skladatele nesmrtelnými. Ale ať je tím cokoli, i mnohá Novákova díla to mají, i kdyby to neměla být všechna. Kromě zmíněných dvou skladeb zkuste třeba také symfonickou báseň O věčné touze – není to nádherná hudba?

Také Josef Suk (1874-1935) byl žákem Antonína Dvořáka – a později se dokonce stal jeho zeťem (oženil se s Otilií Dvořákovou). Na rozdíl od Nováka, který byl „skladatelem na plný úvazek“, věnoval se Suk v první řadě hře na housle a jako druhý houslista v Českém kvartetu odehrál zhruba 4 000 koncertů po celém světě. Sukovy skladby, které jsou dosud nejpopulárnější, vznikly v době jeho šťastného mládí a prozrazují silný vliv Antonína Dvořáka. Ale abychom si rozuměli – ani v nejmenším tu nešlo o žádné epigonství. Například Smyčcová serenáda Es dur, kterou Suk vytvořil o prázdninách roku 1892 (kdoví proč ji v rádiu odnepaměti hrají na Štědrý den J), dosáhla větší popularity a uznání než obě serenády Dvořákovy. O několik let později vzniklo vůbec nejslavnější Sukovo dílo, kterým je hudba k Zeyrově pohádce Radúz a Mahulena; houslové sólo vyjadřující lásku Radúze a Mahuleny patří k nejoblíbenějším českým melodiím vůbec. Tragický zlom v Sukově životě znamenal úmrtí milovaného Mistra Dvořáka v roce 1904 a smrt Otilčiny o rok později. Hudebním odrazem těchto událostí se stala monumentální smuteční symfonie Asrael, která společně s pozdější Pohádkou léta, Zráním a Epilogem tvoří tetralogii orchestrálních skladeb představující vrchol celého Sukova díla a bezesporu též jeden z vrcholů české orchestrální hudby 1. poloviny 20. století vůbec. Suk byl spíše instrumentálním skladatelem (jeho vokální skladby stojí poněkud v pozadí) a jako houslista měl pochopitelně nejbliže k nástrojům smyčcovým. Přesto vytvořil i poměrně rozsáhlé klavírní dílo, do něhož vložil mnoho ze svého lyrického nitra (slavná Píseň lásky, O matince aj.). Lyrismus, to by asi byla nejpřiléhavější charakteristika téměř celé Sukovy tvorby. Rozhodně ale nesmíme zapomenout ani na několik jeho vynikajících skladeb na náměty vlastenecké – symfonickou báseň Praga, Meditaci na svatováclavský chorál pro smyčcové kvarteto, Legendu o mrtvých vítězích, věnovanou památce českých legionářích – a samozřejmě pochod V nový život.

Foerster, Novák i Suk, každý z nich byl tak důležitou osobností českého hudebního života a vytvořil tolik nádherné hudby, že by si zasloužil ne jeden, ale hned několik samostatných dílů našeho seriálu. Ale nedá se nic dělat, Rok české hudby se chýlí ke

svému závěru. A protože závěrečný díl seriálu vyjde v prosinci, chystáme se jej zaměřit na téma Vánoce v české hudbě, a tedy hlavně na odkaz Adama Václava Michny z Otradovic a Jakuba Jana Ryby.

Zdeněk Rakušan

Literatura: Kopecký, Jiří. Přehled dějin hudby 19. století. 1. vyd. Olomouc:Univerzita Palackého 2007. 133s. Skripta ISBN 978-80-244-1831-5.

Navrátil, Miloš. Dějiny hudby: přehled evropských dějin hudby. Ostrava: Montanex, 2011. 381 s. ISBN 978-80-7225-344-9.

Šafařík, Jiří. Dějiny hudby. III.díl, 20.století. Ve Věrovanech: Jan Pisliowitz,2006. 357 s. ISBN 80-86768-17-1.

WWW.rozhlas.cz

<http://josefsuk.czweb.org/>

Jak komunistický režim postihl Josefa Bohuslava Foerstera

Ke konci roku 1938 se do nové vily blízko našeho bydliště nastěhoval slavný hudební skladatel Josef Bohuslav Foerster s chotí Olgou. Postupem doby jsme se s nimi seznámili a sousedské vztahy přerostly v krásný přátelský vztah. Hovory při vzájemných návštěvách se ovšem v tehdejší období často týkaly aktuálních událostí. I když po válce se poměry poněkud zklidnily, po známém převratu v únoru 1948 se opět velká část hovoru točila kolem politických aktualit. Proběhl tak i společný „štědrý večer“ roku 1948, kdy nás poctili Foersterovi pozváním a mohli jsme jej s nimi prožít přímo v jejich vile.

Na jaře roku 1949 bylo Foersterovo hluboce prožívané křesťanství podrobena veliké zkoušce. Režim ve snaze podřídit si katolickou církev, jejíž episkopát se snažil vzdorovat komunistickému režimu, založil proticírkevní „Katolickou akci“. Režisér Národního divadla Ferdinand Pujman přijel Mistra přemluvit, aby se stal jejím předsedou. Mistr zásadně odmítl jakoukoli účast (F. Pujman nakonec převzal předsednictví sám) s poukazem: „Poslušen budeš své Církve...“. Brzy došlo k tvrdé mstě: Národní divadlo mělo v plánu uvést k blížícím se Mistrovým devadesátinám cyklus všech jeho šesti oper. Foerster se upřímně těšil, jak opět uslyší díla, která už delší dobu nebyla hrána. Deboru a Jessiku mělo Národní divadlo na repertoáru už začátkem roku 1949, nakonec v den jubilea ještě uvedlo v novém nastudování jeho nejpopulárnější operu Eva. Ostatní tři opery už Národní divadlo uvést nesmělo, i když na repertoáru už nebyly po dlouhá léta. Tak se „vedoucí síla národa“ pomstila oficiálně uznanému národnímu umělci, který se nechtěl přizpůsobit novým podmínkám. Představitelé „strany a vlády“ si ovšem nenechali ujít příležitost licoměrně popřát Mistrovi k devadesátinám. Gratuloval mu nejen ministr Zdeněk Nejedlý (který kdysi patřil k propagátorům Foersterova díla), ale i sám prezident Gottwald a jiní „pohlaváři“. Ve společensky nezbytném poděkování za blahopřání Foerster před svým podpisem uváděl slova: „v povinné úctě“. Tak se ve svém jinak pozeňnaném stáří skladatel ještě před svým úmrtím v květnu 1951 dožil období, kdy jeho dílo začalo být záměrně potlačováno.

Ing. RNDr. Václav Němec, CSc.

Zprávy z jednot a žup

Skromnosti – tvé jméno je Mirek!

Celá léta jsem na náčelnictvu seděla vedle bratra Mirka Malého. Pracovalo se s ním vždy dobře, byl přesvědčen o důležitosti a nutnosti dobré organizační práce i o významu Sokola v české společnosti.

Bohužel, poslední dobou se málo vidíme, ale když se náhodou potkáme, vidíme se rádi. Za celou dobu našeho společného usilování jsem však Mirka nikdy neslyšela mluvit o jeho minulosti - a že by byla stála za vyprávění. Teprve teď, díky časopisu Národní osvobození (číslo 15) jsem se, při příležitosti blahopřání k dožitým devadesátým narozeninám dověděla, co jsme netušili. Při té příležitosti si dovolím citovat zmíněný článek – srdečné blahopřání.

„V září se dožil životního jubilea devadesáti let člen výboru historické skupiny Zpravodajské brigády Miroslav malý. V době války doplňovala své řady převážně z těch, kdo v době předválečné ČSR vyrostli a názorově se zformovali ve Skautu nebo v Sokole. A bratr Malý patřil právě k sokolské části. Dejvický Sokol s jeho starou předválečnou sokolovnou blízko dejvických „šraněk“ byl tím, kdo určil jeho další vývoj, jeho osobní ideové zaměření, jehož podstatnou složkou byla i věrná služba vlasti v době jejího největšího ohrožení. Patřil k dejvické části odbojové druhé roty, jejímž velitelem byl Josef Zepo-Hyhlík (po roce 1989 povýšený na brig. generála). Za povstání spolu s ním a spolubojovníky prodělal legendární anabazi z Podbabý do Troje a dál až do kasáren Jiřího z Poděbrad na nám. Republiky, aby doplnili těžce bojujícím obráncům munici a zbraně, které se jim podařilo v Podbabě ukořistit z rukou Němců. S rotou potom pomáhal bezprostředně po skončení války vytvářet podmínky pro ustavení státní správy v pohraničí.“ Zajímalo by mne, kolik takových Mirků ještě mezi námi žije – ale znám jen toho jednoho.

A tak si dovoluji jménem nás všech, kteří ctíme sokolskou myšlenku i jménem svým bratru Mirkovi nejen dodatečně poděkovat za všechnu námahu, lásku a snahu věnovanou Sokolu a tím i naší vlasti a nám všem, ale zároveň mu popřát všechno dobré, co může člověk - přítel popřát příteli a bratru!

Jarina Žitná

Večer sokolských světél

Akce sokolských světél k Památnému dni Sokola se zúčastnilo, podle hlášení, 25 kolektivů, především dětských. Došlá hlášení nebyla docela přesná, někde uváděli počet zúčastněných dětí a tedy také „světýlek“ samostatně, někde dohromady s dospělými, kteří slavili a vzpomínali společně s dětmi. Celková účast – 1216 zúčastněných, z toho kolem tisíce dětí a lodiček.

Hlášení zaslaly tyto jednoty: Vyškov, společně tři liberecké jednoty („jednička“ a Františkov a Horní Růžodol), Český Dub, Svitávka, Dvůr Králové, Hradec Králové, Č. Budějovice, Val.Meziříčí, Prostějov- Drozdovice, Komárov, Spořice, Valdice, Záblatí, Dobříš, Chrastava a Bílý Kostel, Ostroměř, Frenštát, Předklášteří, Olomouc - Bělidla, Olomouc, Říčany a Kladno.

Z těchto jednot přišla hlášení – přečtěte si namátkou vybrané dopisy a zprávy, potěšte se s fotografiemi – rozhodně to stojí za to!

Den Sokolstva na Bělidlech

Nepočítáme-li rok 2012, kdy Česká obec sokolská vyhlásila "nultý ročník" vzpomínkových akcí na 8. říjen - památný den sokolů (vzpomínku na oběti z řad sokolstva za 2. světové války) a připomínku likvidace Sokola 8. října 1941 a masového zatýkání jeho význačných členů německým gestapem, proběhl v letošním roce již druhý ročník této vzpomínkové akce. Naše jednota, Sokol Olomouc-Bělidla, se zapojila poprvé.

Poněvadž naším předměstím protéká řeka Bystřička, nechali jsme se inspirovat článkem sestry Jariny Žitné "Sokolská světla za sokolské duše", zveřejněným v posledním čísle "Sokolských souzvuků", a do pozvánky, která oznamovala sraz na břehu řeky, jsme připsali, aby si děti přinesly lodičky s upevněnými svíčkami.

Sešlo se nás dost. V úvodu starosta jednoty br. L. Toušek a vzdělavatelka ses. L. Jančářová vysvětlili přítomným význam a krátkou historii Dne sokolstva, přičemž vzpomněli i bratra Stratila, legendárního náčelníka naší jednoty, který byl také po 8. říjnu 1941 zatčen a vězněn v koncentračním táboře. A protože si děti opravdu přinesly své lodičky, neobešla se tato úvodní část bez "výstavky" lodiček, při níž jsme patřičně zhodnotili jejich krásu, výhody a v některých případech i výtvarnou hodnotu.

Poté, když se už slibně stmívalo, jsme přistoupili k závěrečnému aktu celé akce, k zapálení svíček a vypuštění lodiček na vodu. Zde vznikl určitý problém. Naše řeka Bystřička není žádným potůčkem, k němuž by se dalo sklonit a lodičku prostě položit na vodu. Je to docela široká řeka, s poměrně strmými břehy, i když - v této roční době - s dosti nízkým stavem vody. A tak, aby se lodičky dostaly až do toho správného místa uprostřed toku, vymyslel to br. Toušek (patřičně "vybavený" na hloubku až po lýtka) tak, že děti mu budou ze břehu podávat své lodičky a on je bude přenášet do proudu.

Nebudu to napínat: první krok, který br. Toušek ze břehu do vody udělal, ho pořádně "doběhl": místo očekávané mělčiny (která opravdu po celé šířce toku je) se místo dokročení ukázalo jako "téměř bezedný močál". Co naplat; jeho noha se propadla až nad koleno, což mělo za



následek, že se celý, jak široký tak dlouhý, položil do bahna. K nemalému zděšení dospělých a stejně velkému nadšení (když se vzápětí celý špinavý, ale v dobré náladě postavil) dětí. Vše nakonec dopadlo dobře. Všechny svíčky byly postupně zapáleny, lodičky umístěny do proudu, a všichni pak z lávky přes řeku s dojetím sledovali, jak světélka nejprve ze tmy připlouvají, a po podplutí mostku na druhé straně opět mizí v dálce, aby nesly naši vzpomínku na padlé sokoly "až do Černého moře"...

Náš první Den sokolstva 2014 se vydařil. Sešlo se na něm 23 lodiček, 22 dětí a 27 dospělých. Již nyní organizátoři sprádkají plány, jak v dalším ročníku zlepši organizaci "nalodování", aby k žádné kolizi už nedošlo.

Luboš Toušek, Sokol Bělidla (župa Olomoucká)



Památný sokolský den v Sokole Říčany a Radošovice

V minulém roce jsme uctili památku sokolů, kteří položili své životy za obou světových válek a zejména v období nacistické okupace našich zemí na náměstí TGM, kde jsou na radnici poblíž sebe hned tři pamětní desky sokolských rodin. Letos jsme položili květiny a sokolské děti zapálily svíčky u malého pomníčku říčanského rodáka Josefa Kareše. Ten – spolu s gen Lužou, podplukovníkem ruských legií, bojovníkem od Zborova a v době Protektorátu spoluzakladatelem odbojové organizace Obrana národa a posléze velitelem organizace Rada tří – zahynul při přepadení protektorátními četníky v Hřišti u Přibyslavi. Velmi nás potěšilo, že kromě členů naší jednoty přijali pozvání k pietnímu aktu o příbuzní Josefa Kareše.

Jana Slámová, vzdělavatelka Sokola Říčany – Radošovice

Tělocvičná jednota Sokol Louny

Památný sokolský den

Výbor ČOS vyhlásil - **8. říjen jako Památný den Sokola.**

Každoročně si budeme připomínat tragické události –

V tento den byla výnosem zastupujícího říšského protektora R. Heydricha rozpuštěna Česká obec sokolská a úředně zabaven veškerý majetek. V noci ze 7. na 8. říjen 1941 gestapo zatkl všechny sokolské činovníky z ústředí, žup i větších jednot... byli vězněni, mučeni a deportováni do koncentračních táborů a 93% z nich se nevrátilo, jejich rodiny byly krutě pronásledovány.

Čest jejich památce!

Motto: Výrok říšského protektora při Norimberském procesu v r. 1946:

„Sokol byl nejnebezpečnější protistátní organizací. To jsem nemohl trpět. To by byla zrada.“

V letošním roce jsme připravili dvě akce, na které Vás zveme:

8. října 2014

od 15.00 hodin v sokolovně Louny

Beseda pro příznivce Sokola a členy Sokola

„Tragické události 1941“

a

od 18.00 hodin v sokolovně Louny

„Večer sokolských světél“

Účast především pro rodiče s dětmi ale i pro všechny členy Sokola i příznivce Sokola.

O pietním aktu v sokolovně budou rozdány světélka (přátelské lampiony) a přemístíme se do prostoru parku U kamenů, kde na počest Sokolů najednou vypustíme přátelské lampiony s přáním.

Župa Pernštejnská, T.J. Sokol Předklášteří, 40 světél.

Akce Sokolských světél se u nás setkala s velkým úspěchem. Letos máme v naší malé obci 60 malých členů Sokola. Téměř všechny děti se akce zúčastnily se svými rodiči, prarodiči a sourozenci. Naše stanoviště opustila flotila plavidel různých tvarů a velikostí.

Lenka Novotná, Sokol Předklášteří

Sokolská světla za sokolské duše

„Večer sokolských světél“

Asi se mnozí ptáte, proč právě tato akce. Jednou za čas je nutné si uvědomit, jak se máme v současné době dobře. Užíváme si mírové doby, máme co jíst, máme možnost se vzdělávat, možnost cestovat, společně trávit čas dovolených a také máme spoustu příležitostí ke sportování, ke kulturním zážitkům.

V dětech bychom měli pěstovat úctu a vděčnost k těm, díky kterým žijeme už tolik let v míru. Z historie známe spoustu lidí, kteří neváhali položit své životy za to, abychom se my, další generace, měli dobře a nemuseli jsme se bát a zažívat hrůzy válek, které možná někteří pamětníci z rodiny ještě nesou jako smutné vzpomínky na své dětství. My, cvičitelé ve všech T. J. v republice, chceme letos uctít vzpomínku na naše bratry sokoly, kteří hrdě nesli a uskutečňovali myšlenky národní hrdosti, sounáležitosti a bratrství.

Mnozí za ten svůj ustavičný boj o demokracii a svobodu zaplatili svými životy. Možná, že si pamětníci vzpomenu na někoho z našeho okolí, z našeho města, kdo byl v období II. světové války perzekuován, kdo se nevrátil z koncentračního tábora.

Největším krutým poselstvím pro místní českodubské občany české národnosti bylo 11.10 1938 obsazení našeho města okupačním německým vojskem. I spousta ryze českých vesnic v okolí byla protiprávně zařazena do Německé říše. Nastala doba plná strachu, bezpráví a bolesti... To vše si chceme připomenout 7.10. 2014 právě v předvečer největšího zatýkání Sokolů v roce 1941.

Pořádáme „Večer sokolských světél“.,

na který Vás srdečně zveme.

Pod plachtami dětských snů - úkol pro naše tatínky.

Tatínkové našich sokolů, muži – dostáváte takovou krásnou práci, při které si připomenete klukovská léta. Pokud do práce zapojíte vaše ratolesti, jistě uděláte velikánskou radost maminkám. Ty si jistě zaslouží mít chvíli klidu za tu velkou a ustavičnou lásku, se kterou se starají o celou vaši rodinu. ♪

Výrobou lodičky z kůry nebo ze dřeva jistě stoupnete o stupínek výš v radostných očích vašich dětí. Lodička musí dokázat plavat s malou rozsvícenou svíčkou.

Až budete stát společně na břehu naší krásné Ještědky, svírat tu svoji lodičku, možná vám bude líto, že už lodičku nevidíte. Sledujte její krátkou cestu! Každá z těch malých lodiček ponese moc krásné, vzácné a zářivé poselství. Bude to poselství úcty, vděčnosti a lásky, na kterou nesmíme zapomínat. Možná, že právě tento okamžik ponese zrno vzpomínek až do dospělosti našich dětí. Jednou se možná jako vzácný kamínek vynoří ze dna vzpomínek a bude to vzpomínka jistě hřejivá. Tak ať se dílo daří. Budu vám, tatínkové a dědové držet pěsti!

Večer sokolských světél se vydařil

V naší sokolovně se v úterý 7. října sešlo 87 účastníků. Společně jsme uctili Památný den sokolstva věnovaný na paměť sokolů, kteří přinesli během válek obětí nejvyšší. Milan Pavlů nám přiblížil dobu válečných let v sokolském dění. Byla to doba velmi smutná, dá se říci, že velmi krutá, zejména pro ty rodiny, ve kterých došlo ke ztrátám velice citelným a bolestným. Milanovi touto cestou moc děkujeme a rádi bychom uspořádali tuto besedu pro dospělé zájemce ještě během měsíce října nebo listopadu. Děti se však tento den sešly natěšené z jiného důvodu. Toužily s napětím vypustit po vodě ty své

světélkující lodičky, které každý tatínek s láskou a umem pro ně vyrobil. Ještědka zazářila, děti byly nadšené a my dospělí si budeme hýčkat vzpomínku na tento podvečer. Byli jsme zase jednou u toho, kdy jsme zbytečně nepromarnili čas a udělali jsme něco pro rozzářené oči a úsměvy našich dětí. Děkujeme všem účastníkům za podporu a doufáme, že se za rok zase setkáme.

Milena Havelková, náčelnice Sokola Český Dub



Sokol Český Dub - rozprava v sokolovně před odchodem k říčce Ještědce.

A jak to bylo ve Frenštátě ?

Když jsme se v jednotě rozhodovali jak uctít památný sokolský den, upřednostnili jsme nápad - pouštění sokolských světýlek. Počet žactva u nás převyšuje nad počtem dospělých, tak jak jinak.

Nejlépe s dětmi. V 8.10. jsme se sešli u sokolovny. Málem jsme neodešli, když děcka se chlubila se svými lodičkami. Bylo nás 40. Děti i rodičů . Od sokolovny jsme vyšli směr říčka Lubina. Některé děti snad ani takovou vycházku před spaním nezažily. Na místě jsme dětem vysvětlili, co tento den znamená a proč světýlka a věřím, že tak si to zapamatují lépe než třeba při nástupu v tělocvičně. Dvě děti mají 100 letou pratetu a ta chtěla vědět, co tento den znamená, protože se o Památném dnu dozvěděla, až když rodina odcházela se světýlky na akci . Pak ji děcka poučila. Akce se moc líbila dětem i rodičům, kteří je doprovázeli. Posílám pár fotografií, nějak se nepodařily, břeh byl malý a nás bylo moc. Lodičky se světýlky nám rychle uplavaly. Ono u nás potoky mají rychlý spád. Příště najdeme nějaký rybníček.

Majka Žáčková T. J. Sokol Frenštát p.R.

Chtěla bych chtěla poděkovat za akci Sokolská světla.

Naše akce se konala ve Svitávce. Jsme tělovýchovná jednota ze Župy Krále Jiřího z Poděbrad.

Uskutečnili jsme jí v podvečer 7. října. Děti si přinesly doma vyrobené lodičky různých tvarů a velikostí, kreativité se meze nekladly. Bylo nás asi 74 a vypustilo se 52 lodiček s jednou a více svíčkami. Všem se to velice líbilo, kdo mohl tak ještě kus lodičku doprovodil po břehu. Myslím, že si v naší obci tento památný den najde tradici. Ještě bych chtěla poprosit o informaci, kolik asi lodiček a lodiček se celé akce zúčastnilo. Děkuji.

Hana Kohoutková, Sokol Svitávka

Nazdar z Vyškova!

"Večer sokolských světel" se všem moc líbil. Děti vytvořily pěkné lodičky, některé byly vyzdobené sokolskými symboly. Velmi mne to překvapilo, protože jim to z vedoucích nikdo neporadil, napadlo to děti.

Všichni se těší na příští rok.

Byla to krásná akce!

Radka Daňková, Sokol Vyškov

Světýlka bez vody

Nemáme poblíž žádnou tekoucí vodu a světýlka jsme proto pouštět nemohli. I tak jsme se snažili tento den dát sokolům i veřejnosti co nejvíc na vědomí. Nechali jsme vylepit plakátky s pozvánkou na pietní akci, rozeslali jsme maily, udělali nástěnku. Město nám vyšlo vstříc a vyvěsilo náš sokolský prapor na stožár vedle pomníku II. svět. války, kde jsme se navečer sešli. Poslechli jsme si "povídání" o tomto dni, položili květiny a zapálili svíčky. Sešlo se nás kolem čtyřiceti, většinou dospělých.

Marcela Št'ástková, Dobříš

V Záblatí si dnes připomněli Památný den sokolstva



Členové Sokola Záblatí společně s dětmi se sešli v 10 hodin na prostranství proti sokolovně. Záblatí je totiž na kopci a tak bylo pro oslavu a vzpomínku nutno zvolit méně atraktivní program.

Sokolové ze Záblatí k vzpomínce přizvali žáky základní školy. „Společně jsme položili malý věneček u sochy Sokola, která vznikla na letošním ročníku festivalu Léto-kruhy. Poté jsme se s dětmi přesunuli do areálu blízke sokolovny, kde jsme jim ukázali naše nejen sportovní zázemí,“

Věřím, že se Památný den a vzpomínka na ty, kteří se nedožili, stane u nás tradicí. Díky Tyršovým disciplínám v tělocvičně, se nám podařilo „nabrat“ do jednoty nové mladé sokolíky

Pavla Skokanová , místostarostka Sokola Záblatí

Posíláme pozdravení z Valdic

a zprávu o akci "Večer sokolských světél", kterou jsme uspořádali 9. 10. 2014. Akce se zúčastnilo 33 dětí, 10 pořadatelů a 18 dospělých. Pro děti jsme připravili běh parkem s různými překážkami v délce 450m. Děti byly tak nadšené, že tuto trať absolvovaly minimálně 2x.

Pak jsme se společně vydali k pomníku TGM a zároveň pomátníku občanů Valdic, kteří zahynuli na bojištích obou světových válek nebo v koncentračních táborech. Se svíčkami jsme se trochu trápili, foukal totiž velmi silný vítr. Museli jsme změnit organizaci akce, protože nemáme v blízkosti žádný vhodný potok či říčku a Cidlina je od nás vzdálená 2,5 km polními cestami. Není to zas až tak vzdálené, ale počítali jsme s účastí i rodičů s kočárky.

Se sokolským " Nazdar" a přáním krásného dne.

Marie Fialová,

Tělocvičná jednota Sokol Valdice, župa Jičínská-Bergrova.

Ve Dvoře Králové

Sokolská světla za sokolské duše, tak zní tato krásná myšlenka, která oslovila sokolské cvičitele ze všech koutů republiky, a tak v těchto dnech na mnoha místech vypluly na cestu sokolské flotily.

Do této akce se zapojila také královédvorská sokolská jednota. Cvičitelky připravily přes devadesát malých plavidel se svíčkami. Počasí nám přálo, a tak se u sokolovny sešla stovka účastníků. Rozsvícené lodičky poslali sokolové po Labi. Na hladině svítily lodičky a na břehu zářily oči dětem. S napětím všichni sledovali, zda lodičky poplují až k lávce a budou pokračovat dál.

Na závěr se všichni zastavili u pomníku na stadionu. Zde jsme uctili památku našich bratrů sokolů, kteří hrdě nesli a uskutečňovali myšlenky národní hrdosti, sounáležitosti a bratrství.

I zde jsme zapálili svíčky a položili květiny. Na závěr zazněla česká státní hymna.

Děkujeme všem, kteří si našli čas a přišli uctít památku hrdinů.

Za cvičitele Sokola Dvůr Králové n. L. P. Špatenková, vzdělavatelka

Video z akce je k nahlédnutí na adrese: www.sokol.dk.cz – večer sokolských světel,

nebo www.youtube.cz



***„Člověk sám o sobě znamená, nejistotu, pochyby a chaos,
člověk se svými druhy znamená sílu a pevnost!“***

(Boh. Říha – „A zbyl jen meč“)

Závěrečné slovo

Málo nebo mnoho?



To je otázka do prance. Četba dopisů a zpráv z jednot o uspořádání Večera sokolských světel je skoro dojemná, čtenáři mi jistě dají za pravdu a budou mít z těchto zpráv radost.

Všichni mne ujišťují, že vzhledem k tomu, že se jednalo o první ročník nové akce, je rozhodně možno považovat ji za úspěšnou!

Ale.....

V současnosti má ČOS kolem 1100 jednot, zprávu o uspořádání Večera jich poslalo 25. Co tedy dělají cvičitelé v ostatních jednotách?

Je pravda, že nároky na volný čas cvičitelů jsou značné. Už jenom to, že se pravidelně starají o své cvičence je náročná záležitost. Jenže právě tahle akce časově náročná nebyla, dalo se to všechno stihnout za hodinu, hodinu a půl, případně na ni věnovat jedno normální cvičení. Mezi zaslanými zprávami se objevily i takové, které ukázaly, že aktivní a přemýšliví cvičitelé si vědí rady i v obtížných podmínkách, (v tomto případě to bylo tam, kde nemají přístup k tekoucí vodě) a dovedou připravit vlastní program. Proč to nejde i jinde? Je to pouze otázka pohodlnosti, nebo je v tom něco horšího – lhostejnost k národní tradici a odkazu těch, kteří se svobody nedožili ?!

V současnosti se nemusíme obávat o svou svobodu, nežijeme v době otevřeného válečného konfliktu, ale i život v míru vyžaduje značné osobní úsilí všech, kteří věří v demokracii a humanitu, nebo – jednodušeji řečeno – v dobrou vůli člověka!

Víme dobře, že bez dobré vůle, lidské slušnosti a přátelství to prostě nejde! Jenže věřit, mluvit, rozčilovat se, to nestačí. Věci lze měnit k lepšímu pouze činy a každý z nás má celou řadu možností, jak se zúčastnit tohoto věčného a nekonečného zápasu o mravní svobodu, volnost a bratrství lidstva.

Ten Večer sokolských světel měl být takovou připomínkou tohoto věčného lidského snažení - a měl to ukázat hlavně našim dětem, na jejichž budoucnosti závisí všechno!

A tak děkuji touto cestou všem, kteří se společně zasloužili o vzpomínku na bratry a sestry, kteří svým životem a smrtí dokázali svoje přesvědčení.

Těšme se, že se nás příště zúčastní více a že vznikne nová tradice přístupná dětskému chápání – a časem i přesvědčení!

Nazdar!
Jarina Žitná

