

# BLOG KLUB POSLUCHAČŮ A ABSOLVENTŮ U3V FF UK



Samuel Johnson

„Mysl musí být  
zaměstnána,  
neboť není-li  
zaměstnána,  
stáváme se  
mrzutými.“

Vážené posluchačky,  
Vážení posluchači,

Nedávno jsme uložili své letní vzpomínky z dovolené do fotoalb a už chystáme sváteční vánoční pochoutky a balíme dárky pro potěšení našich nejbližších. Říká se, „žádná zpráva, dobrá zpráva“, tak tentokrát, protože všechno probíhá tak jak má (jen abych to nezakřikla), aktuality z naší U3V, vynechám. Nikdy nezkłame naše slovenská kolegyně svým milým příspěvkem o štěstí, které můžeme prožívat i rozdávat. Jak se vypořádat se stresovými situacemi nám poradí posluchačka v úryvku ze své závěrečné práce a rádi si zavzpomínáme na dětství, kdy jsme si užívali zimní radovánky a prožívali tajemnou vánoční atmosféru. V dalším příspěvku si přečteme dojemnou povídku o zvonečku, který přináší štěstí. V listopadu klub připravil pro své posluchače prohlídku Rudolfinu a pro ty, kdo se neměl možnost zúčastnit, připravily kolegyně alespoň malou ochutnávku. Na závěr ještě několik zajímavostí a zábavný koutek pro dlouhé zimní večery. A když už je časopis plný štěstí,

*prejí Vám hodně štěstí do nového roku*

*Anna Trnava* ♥

## Obsah

- ♥ *Celoživotní vzdělávání dospělých -dobrovolnický projekt aGAIN..... 2*
- ♥ *Příspěvky našich posluchačů..... 3*
- ♥ *Zajímavosti..... 11*
- ♥ *Zábavný koutek..... 14*

## ♥ *Celoživotní vzdělávání dospělých -dobrovolnícký projekt aGAIN*

### O ŠŤASTÍ

Stáva sa, že nám takmer každý pri nejakej príležitosti ku gratulácii zaželá aj veľa šťastia. Prijímame to s úsmevom, radosťou a poďakovaním. Občas sa stane, že sa zahĺbime v myšlienkach do tejto čarovnej žičlivosti a spýtame sa sami seba v tichu svojej mysle, čo vlastne to šťastie je. A po hlbšom zamyslení určite aj každý z nás zistí, že odpoveď na ňu zdanlivo vôbec nie je taká jednoduchá.

Šťastie je rozmarné a vrtkavé. Nedá sa chytiť do ruky. Ba ani zväžiť sa nedá. A čo viac, nedá sa kúpiť v žiadnom obchode, či už kamennom, alebo internetovom e - shope.

Naproti tomu snád už každý z nás zažil neraz ten pocit šťastia a jeho zázračné účinky na vlastnej koži. Keď okolo nás , čo i len na chvíľku šťastie prefrčalo, bolo nám fajn, vyčarovalo nám úsmev na tvári, vyvolalo nám lesk v očiach a slabé chvenie v žalúdku.

Ale ako to v skutočnosti so šťastím je? Sadne si na každého, alebo len na koho chce? Prečo máme niektoré šťastie a niektorým sa lepí smola na päty? Toto sú veľmi diskutabilné otázky.

Možno nám odpoveď naznačí jedno mexické príslovie, ktoré hovorí, že „ Máme len toľko šťastia, koľko sme sami rozdali.

Snád šťastie je len mozaika zložená z drobných radostí, ktoré nám prinesie každý jeden obyčajný deň. Hľadanie šťastia v nedosiahnuteľných sférach a očakávanie, že nám ho niekto podá, že nám samo spadne do lona asi nebude to správne „orechové“. Často potvrdením je, že šťastie praje pripraveným, ba čo viac odvážnym šťastie praje najviac. Ba neraz počujeme prirovnanie: „Mal viac šťastia ako rozumu“...

Možno práve odpoveď na otázku „Čo je šťastie“ poniektorí z nás objavia v zbierke Adolfa Heyduka „Dědův odkaz“ z roku 1879. Pripomeňme si ju aspoň maličkým „zlomkom“:

Štěstí! co je štěstí?  
muška jenom zlatá,  
která za večera  
kol tvé hlavy chvátá;  
oblétá ti skráně,  
v kadeři se kryje,  
v dlaně hlavu skládáš,  
ruka utlačí je.

**Veľa šťastia ...**

*Ing. Anna Frličková  
Študentka U3V pri ŽU v Žiline  
Účastníčka projektu Gain – Grundtvig*



## ♥ Příspěvky našich posluchačů

### Stres a jak s ním bojovat

V rámci studia na U3V jsem navštívila přednášky na 2. lékařské fakultě v Motole. Témata přednášek byla „Význam prevence v medicíně.“ Všechny přednášky byly velmi zajímavé a také poučné, ale nejvíce mě zaujalo téma „Stres a jak s ním bojovat,“ protože jsem v té době prožívala obtížnou životní situaci, úmrtí manžela.

Stresové situace mohou být negativní i pozitivní. Existují rozsáhlé studie, které prokazují vztah mezi stresující životní situací a začátkem různých chorob. Z nich vyplývá, že stresující životní nástrahy mohou vyvolat psychické změny nebo i psychosomatické choroby. Holmes a Rahe sestavili seznam nejčastějších a nejzávažnějších stresujících životních situací, které potkávají lidi na celém světě. V této škále má každá životní událost určitou důležitost, vyjadřující její emoční závažnost. Škála je sestavena na podkladě velkých a dlouholetých průzkumů vlivu různých stresujících nástrah a událostí na člověka a má tu výhodu, že si může každý sám zjistit míru vlastní odolnosti proti stresu nebo naopak zranitelnosti. Seznam obsahuje 41 stresujících událostí, ohodnocených jednotkami závažnosti. Uvedu prvních 10:

Změny v životě	Jednotky závažnosti
1. Smrt manžela/manželky	100
2. Rozvod	73
3. Rozchod s partnerem	65
4. Odpykání trestu ve vězení	63
5. Úmrtí v nejbližší rodině	63
6. Vlastní úraz nebo nemoc	53
7. Vlastní svatba	50
8. Přeřazení v zaměstnání	47
9. Usmíření s partnerem/manželem	45
10. Přejít do důchodu	45

Z uvedeného seznamu vidíme, že některé události jsou pozitivní a ovlivňují náš život v kladném smyslu (svatba, usmíření) a jiné naopak. Život bez silných emočních reakcí vlastně neexistuje. U někoho může stejná událost vyvolat silnou stresovou reakci, jiného se vůbec nedotkne. Je-li někdo v dobré psychosomatické kondici, je mnohem odolnější vůči stresu. Dobrá psychická a tělesná kondice může být u některých jedinců geneticky podmíněna, u jiných, kteří takovou kondici nemají, mohou ji protistresovým opatřením a soustavným tréninkem docílit.

Prof. Ota Gregor napsal knihu s názvem "Žít se stresem je kumšt". V ní poukazuje na to, že člověk není proti stresu bezbranný. Nemusí jen pasivně čekat, když se k němu velké či malé nástrahy pomalu a hrozivě blíží, ale měl by na sobě neustále pracovat, a to po všech stránkách, aby byl schopen se se stresovými událostmi pokud možno úspěšně vyrovnávat a ne se jim pasivně poddávat. Jeho kniha nám dává celou řadu podnětů k nejrůznějším činnostem, které nás mohou posílit. Měla jsem možnost se s panem profesorem několikrát setkat a mohu říci, že on svojí osobností na lidi působil velmi pozitivně.

Přestože jsem během svého života musela čelit celé řadě stresových situací, úmrtí manžela byla situace v mém životě ta nejhorší. Zmíněné přednášky mi ale velmi pomohly. Položila jsem si 3 hlavní otázky:

1. Udělala jsem pro svého manžela vše, co bylo v mých silách?  
Mohla jsem si s dobrým svědomím říci, že ano. Do posledních hodin jeho života mohl být doma, udělala jsem pro něj vše, co bylo v mých silách.
2. Mohla jsem jeho smrti zabránit?  
Vzhledem k tomu, že se jednalo o velmi vážné onemocnění, se kterým si nedokázali poradit ani lékaři, nebylo to v mých silách.

### 3. Je na světě někdo, pro koho má můj život smysl?

Ano, jsou to naše 3 děti a každé z nich je i součástí mého manžela. Takže on fyzicky odešel, ale v těch dětech mám část svého manžela a je v nich stále přítomen - mají jeho fyzickou podobu, gesta, způsob řeči, ale i mnoho jeho volných vlastností - pracovitost, vztah k rodině, smysl pro povinnost a velmi hezký vztah i ke mně.

Moje cesta boje se stresem nebyla ani lehká ani krátká. Byl to proces každodenní a namáhavý. Domnívám se ale, že se mi ho podařilo celkem zvládat. Důležité je najít si něco, co člověka zaměstnává, naplňuje jeho život a dává mu smysl, odvádí jeho myšlenky od toho, co bolí, ale hlavně posiluje jeho pozici v rodině. V té době jsem objevila možnost studovat na U3V. Tato činnost mi již několik roků poskytuje možnost jak účelně vyplnit volný čas, umožňuje mi získávat nové poznatky z nejrůznějších oborů, které mě i dříve zajímaly, ale neměla jsem na jejich studium čas. Děláním tím zároveň radost i své rodině. Vnuci mi pomáhají zvládat práci na počítači při psaní závěrečné práce, a všichni rádi přicházejí na slavnostní zakončení a předávání diplomů do Karolína.

Za další důležitý faktor boje se stresem považuji fyzickou aktivitu. Když cítím, že bych se mohla dostat do stresu, vyrazím na kratší, či delší pochod. Chůze musí být rychlá, aby se tělo trochu unavilo. Jdu tak dlouho, až se v duchu přestanu zabývat svými problémy a až začnu aktivně vnímat své okolí - krajinu, přírodu, oblohu, zvuky z přírody. Z takové vycházky se vracím domů zklidněná, s pocitem, že každá situace má své řešení a není nutné nechat se jí stresovat.

#### **Pozitivní stres:**

Mám poměrně velkou zahradu, kde je nutné velkou část roku pracovat. Před odjezdem na zahradu mám třeba špatnou náladu, trápí mě různé starosti, problémy a neveselé myšlenky. Při příjezdu zjistím, že mě čeká hodně práce. Tak si ji rozvrhnu a dám se do ní, protože mě nic jiného nezbyvá. Fyzická námaha vyháňá z mé mysli negativní stresy. Napomáhá k tomu pozorování přírody, poslech zpěvu ptactva, potěšení z květin a já cítím, jak se vnitřně uvolňuji. Když potom odjízďím, tak mě bolí záda a ruce, jsem unavená, ale pohled na upravenou zahradu mě potěší, naplní mě uspokojením z vykonané práce. Víím, že různé bolístky za den nebo za dva přejdou a já si budu představovat, jak je moje zahrada krásná a už se zase budu těšit na to, jak se tam opět co nejdříve vydám.

Závěrem bych chtěla konstatovat, že do boje se stresem je třeba zapojit duši i tělo.

*Naděžda Zelenková*



#### **ZIMA**

Chladný a dlouhý podzim vystřídala zima, ale nic zimního na ní nebylo. Mikuláš na blátě, nikde ani jediná sněhová vločka, jen smutný, uplakaný čas. Výlohy byly vánočně vyzdobené, kapři v sádkách ve Vltavě, doma se peklo cukroví a zpívaly koledy, ale ten pravý vánoční čas stále nepřicházel. Bruslit se taky nedalo, protože Vltava už nezamrzala a na venkovní kluziště přšlo. Jenomže Vánoce se rychle blížily. Ve škole jsme vyráběli vánoční dárky pro maminky a doma jsme snili o kolečkových bruslích, na kterých by se dalo jezdit i bez ledu. Konečně ve škole začaly vánoční prázdniny. Přinesli jsme domů vlastnoručně vyrobené dárečky, které jsem postupně balila do barevného celofánu. Ládík navlečené korálky ze žaludů a usušených jeřabin a lvánek vodnickou princeznu ze zelené bavlnky se žlutými vlásky a s papírovou korunkou. V naší třídě jsme s paní učitelkou vyráběli šperky z vodního skla. Do skleniček od hořčice nebo starých vánočních formiček jsme nasypali korálky, zalili je vodním sklem a když to začalo tuhnout, přidal se tam zavírací špendlík. Za chvíli jsme měli krásné, jantarové šperky, které se daly připnout na kabát nebo na šaty. Při balení našich dáreček jsem měla plnou hlavu starostí. Jeden spolužák mi řekl, že žádný Ježíšek není, protože na něj doma vypadlo ze skříně plno dárků. Praštila jsem ho penálem po hlavě a křičela, že to není pravda, ale pochybnosti zůstaly. Rozptýlila je až babička. Vzala nás do kostela Svatého Salvátora na vánoční mši Jana Jakuba Ryby. Jak začali zpěváci zpívat „Hej mistře, vstaň bystře“ začala jsem zpívat s nimi, protože jsem celou „Rybovku“ znala z domova. Jenomže babička mi ukázala, že musím být potichu. Ale na závěr už mě

nikdo neudržel. Když se kostelem neslo „Narodil se Kristus pán“, zpívala jsem nahlas se všemi zpěváky. To už se dirigent obrátil k nám a společně jsme zazpívali ještě pár koled. Byla to krása a já jsem si řekla, že budu jednou také zpívat ve sboru. Domů jsme došli potichu a ve sváteční náladě. Teprve, když šli bráškové spát, mi babička vysvětlila, jak je to s tím Ježíškem. Na Štědrý den jsme poprvé sami zdobili stromeček, protože babička řekla, že musíme Ježíškovi trochu pomoci, aby nám večer něco nadělil. Krásně nazdobená vánoční jedlička voněla po celém bytě, a když jsme večer pod ní rozbalili kolečkové brusle, nebyly o Ježíškově přítomnosti žádné pochyby. Maminka s babičkou se usmívaly nad svými jantarovými šperky, za oknem se začaly snášet první sněhové vločky a já konečně pochopila, v čem je to pravé kouzlo Vánoc.



### Zvoneček pro štěstí

Sníh se pomalu snášel na koleje, kde už měl dávno zastavit pantograf od Berouna, ale v dnešní sněhové kalamitě není zpoždění vlaku nic neobvyklého. Martin přešlapoval na peróně s kytkou, která pomalu začínala mrznout a v duchu se pořád vracel o deset let zpět do parného léta, kdy viděl Stanku naposledy. Měli tenkrát před svatbou. Oba dva studenti žurnalistiky, chystali se na první společné prázdniny. Pak ale přišel od Stanky telegram. Zemřela jí maminka, a tak Stanka odešla z fakulty a začala prodávat v obchodním domě, aby uživila sebe a své dva mladší brášky, kteří ještě chodili do školy. Byla to tenkrát pro Martina rána. Sám ze spořádané pražské rodiny, tatínek lékař a maminka advokátka, kteří se viděli v jediném synovi. Těžko chápal, že Stáňa, která žila jen s maminkou a mladšími bratry vlastně nemohla udělat nic jiného. „Vždyť by dali kluky do děčáku.“ ..., slyšel jí jako tenkrát. Byli jsme tam kdysi všichni tři skoro půl roku, co byla mamka v nemocnici. Ty nevíš, co to je. Kluci teď už nikoho jiného nemají...“ Nevěděl, co to je, ale miloval Stanku tak, jako nikdy nikoho. To ona ho naučila vidět svět takový, jaký doopravdy byl. Není umění žít, máš-li všechno, co k životu potřebuješ, oba rodiče, navíc dobře situované, nikdy nedostatek a vždycky všechno, co sis přál. Bral to jako samozřejmost, ale pak přišla Stanka. Začali spolu chodit do prvního ročníku a už tenkrát ho zaujala. Byla tak úplně jiná než ty druhé, které znal a které se kolem něj točily. Vždyť modrooký sympaták, sebevědomý, dobře oblečený a vždycky při penězích, děvčata přitahoval. Párkrát byl zamilovaný, ale většinou ho to brzy přešlo. Všechno bylo až moc jednoduché a po pár schůzkách si s nimi neměl co říct. To se Stankou bylo všechno jinak. Líbila se mu hned, jak ji spatřil. Měla černé, na krátko ostříhané vlasy, tmavé, zvládnuté oči, které si nikdy nemalovala. Byla tak prostá a přitom tak zvláštní, působila dojmem milého dítěte, které neví o svých půvabech. Pěkně se oblékala, ale to tenkrát ještě nevěděl, že si skoro všechno šije sama po nocích, ani proč když jdou ostatní do menzy, polyká v koutku s vědomostmi krajíce chleba. Několikrát se pokusil k ní přiblížit, ale vždycky ho s úsměvem odmítla. Až jednou. Bylo to zrovna před Vánoce, dostal se Stankou společný soutěžní úkol, vánoční reportáž. Přinesl magnetofon, stránku otázek, které si doma sepsal a vydali se spolu po Praze. Ty své otázky nikdy nevyndal, protože všechno dopadlo úplně jinak. Zastavovali



chodce, Stanka jim dávala otázky, on to nahrával a nestačil se divit, jak samozřejmě Stanka na lidi působí. Ptala se malých dětí, milenců i babky, prodávající zase po letech pečené kaštiny, spěchajících žen, ověšených vánočními balíčky, lidí ve frontách na to či ono i prodavače kaprů, který zmrzlými prsty házel kapry na váhu a přidal k tomu i vtip a šupinky pro štěstí. Oslovila i ošumělého staříčkého důchodce, který v Koruně dojídal zbytky na talířích. Byl to zajímavý týden, kdy se toho hodně dověděl o obyčejných lidech, ale hlavně týden, kdy se do Stanky vážně zamiloval. S reportáží to tenkrát vyhráli. Pojmenoval ji „Zvoneček pro štěstí“ podle malého zlatého zvonečku s červenou mašlí, který



tenkrát od Stanky dostal. Zase jí slyšel, jak říká: „To je zvoneček pro štěstí. Když budeš mít nějaké problémy, zazvoníš a problémy zmizí. A když mě budeš hledat, zazvoníš dvakrát a já se zase vrátím. Přijdu za tebou i z konce světa,“ smála se Stanka a dělala sněhové koule z právě napadaného sněhu, které pak házeli společně z Karlova mostu do Vltavy. A tak Martin čekával denně u vlaku na Smíchovském nádraží, až zaskřípějí brzdy a ona vyskočí na perón usměvavá a šťastná, že ho zase vidí. Začal se dívat na svět jejíma očima a zjistil, že není všechno tak samozřejmé a jasné, jak si to ještě nedávno představoval. Že jsou lidé, kteří i přesto, že tvrdě pracují, nemohou si dovolit víc, než to nejnужnější. Že když se zaplatí činže, složenky a obědy dětem do školy, nezůstane třeba na menzu. Že když ráno vyskočí z vlaku usměvavá Stanka s kruhy pod očima, je jasné, že v noci šila tu novou sukni, kterou má právě na sobě. Těch „že“ je prostě spousta. Naučil se ji chápat a vážil si jí za to, že žila tak, jak žila. Čestně a ve vší skromnosti, se kterou se ve svých jednadvaceti letech pohybovala po světě. Trvalo půl roku, než-li přesvědčil rodiče, kteří pro něj určitě snili o „jiné partii“, že Stanka je ta pravá. Pak už mu to nerozmlouvali. Věděli, že jejich jediný syn si udělá nakonec stejně to, co chce. Ale věděli také, že za uplynulých půl roku se Martin docela změnil. Začal jíst bez řeči všechno, co doma dostal na talíř, občas umyl i nádobí nebo došel na nákup, přestal vyžadovat každý měsíc vyšší kapesné, byl vážnější a často ho doma zastihli zamýšleného. To pak dokázal i mámu pohladit po šedivějších vlasech a konečně cítil, že doopravdy žije. Naplánovali si se Stankou společné prázdniny, na jaře promoci a pak, pak se vezmou. Ale pak přišel ten telegram: „Maminka zemřela, všechno je jinak. Promiň, Stanka.“ Nemohl tomu uvěřit. Poprvé na ni křičel tehdy na peróně, když ji přišel naposledy vyprovodit k vlaku. „Víš co to je, než se tvoji bráchové začnou živit sami? Vždyť to je aspoň deset let. Kdybys mě opravdu měla ráda, tak bys to zařídila jinak.“ Stanka na to neřekla ani slovo, po tvářích jí tekly slzy, a když výpravčí zvedl výpravku, řekla prostě: „Na shledanou, Martine.“ Prvně se tenkrát opil do němoty, přestal chodit na přednášky a nikoho nechtěl vidět. Pak začal ze vzteku a zoufalství střídat holky, ale zůstala jen bolest a touha po Stance, na kterou nepřestával myslet. Nakonec všechno dohnal, odpromoval a nastoupil do redakce „Mladého světa“ do sportovní rubriky. Po roce se oženil, ale ani jeho žena nedokázala zaplnit to prázdné místo někde uvnitř, které po Stance zbylo. Děti neměli, a tak se po čase rozvedli a Martin zůstal sám. Další rok uběhl a opět nastal ten vánoční čas, ulice plné spěchajících lidí, koledy, jehličí a sních. Doma vonělo cukroví, Martin otevřel „Vlastu“, kterou před chvilkou máma odložila, otočil pár stránek a čte: „Zvoneček pro štěstí – vítězná práce bývalých studentů Fakulty žurnalistiky. Píchno ho u srdce a dlouho se nemohl vzpamatovat. Potom vstal a běžel na půdu, kde ve staré skříni byly uschovány všechny jeho časem odložené věci. Prádlo, knížky, skripta, tenisová raketa i brusle a všechno možné a úplně na dně zaprášený maličký zvoneček s kdysi červenou mašlí. Stanka, proběhlo mu hlavou. Na Smíchovském nádraží si koupil lístek do Berouna. U Stančina bytu nejdříve v rychlosti prohlédl jmenovku, byla stále stejná, a tak dlouze zvonil, ale nikdo mu nepřišel otevřít. Načmáral na dveřích pár řádek na zpáteční lístek a vhodil ho do schránky. „Čekám zítra ve stejnou dobu na prvním nástupišti. Martin.“ Do Prahy dojel na černo, ale ani o tom nevěděl, v přeplněném pantografu dnes stejně nikdo lístky nekontroloval. Doma si lehl na postel a zvonil a zvonil zvonečkem s novou, červenou mašlí, kterou sebral mámě ze šití. Teď stojí Martin zase na nástupišti, sníh a mráz k vánoční době patří, ale on běží s rozpálenou tváří vstříc osobáku, který právě se skřipěním brzdí. Roky napětí konečně povolily. Na perón seskakuje usměvavá Stanka s vějířky drobných vrásek kolem tmavých očí. Táž Stanka, kterou tady před lety opustil, to už ví Martin docela určitě. Podává jí zmrzlou kyticí a slyší Stanky hlas: „Proč jsi tak dlouho nezvonil, Martine?“

Vladana Machiánová



Během celkem pošmourného listopadového týdne, se vyloupl den jako ze škatulky, bylo to úterý 14. 11. 2017 a na tento den připadla **prohlídka Rudolfiny**, která byla organizována naším Klubem U3V FF UK.

Nejprve něco málo o místě kde se Rudolfinum nachází a o jeho vzniku.

Náměstí Jana Palacha a okolí, původně Rejdiště, je místo na kterém se nachází kulturní centrum v srdci Prahy s pohledem na dominantu Prahy – Pražský Hrad



- Filozofická fakulta Univerzity Karlovy
- Uměleckoprůmyslové muzeum
- Rudolfinum
- Pražská konzervatoř
- VŠ umělecko-průmyslová
- Pražská taneční konzervatoř

Původně se název na Rejdišti vztahoval k celému prostranství až k Platnéřské ulici.

Byla to městská jízdárna, která se v blízkosti nacházela a spolu s ohrazeným prostorem pro výcvik jezdců i koní dala celému prostranství jméno Rejdiště.

Na Rejdišti se prodávalo dříví a až do roku 1339 byl zde skládán hnůj vyvážený z města, z městské jízdárny.

Břeh řeky Vltavy zde byl utvářen přirozeným terénem, byly zde jámy, lomy, ohrady na dříví, vyráběl se zde sanytr, byly zde koželužny i jiná ne příliš čistá řemesla.

Bylo to místo až do poloviny 19. století nezastavěné, byl to hospodářský pozemek.

Na začátku sedmdesátých let 19. století kupuje tento pozemek Česká spořitelna, jejíž vedení se roku 1874 rozhodne, že zde postaví vlastním nákladem Dům umělců jako součást oslav padesátého výročí svého založení. (ČS financovala stavbu nákladem 2 milionů zlatých)

Navrhli architekti J. Zítka a J. Schulze

Praha má dva nejvýznamnější koncertní sály, oba pojmu zároveň velký orchestr, smíšený sbor a dětský sbor, jsou to:

- **novorenesanční Rudolfinum (1876-1884), které svým pojetím víceúčelového domu pro umění bylo již v době svého vzniku unikátem evropského významu (koncertní sály, galerie a muzeum)**  
Je sídlem České Filharmonie a Galerie Rudolfinum
- a secesní Obecní dům = Representační dům (1905-1912)



**RUDOLFINUM**

## Interiéry Rudolfina – koncertní sály



Dvořákova síň



Výzdoba horního okna



Sukova síň



### koncertní část Rudolfina

- otevření 7. února 1885 (rakouský korunní princ, Rudolf – Rudolfinum)
- 1896 - první koncert České filharmonie (Antonín Dvořák)
- 1919 - proměněno na poslaneckou sněmovnu Československé republiky
- 1934 – je tu naposledy zvolen parlamentem T.G.M.
- koncertní činnost obnovena v dobách německé okupace 1940 - 1942

pozn.: v současnosti probíhá rekonstrukce Sukovy síně pro víceúčelové využití tohoto sálu např. pro edukativní programy pro děti i dospělé, pro „preludia“ jako bonus před abonentními koncerty i pro programy kdy zmizí podium i klavír, pro který je zbudován za sálem nový úložný prostor

## Interiéry Rudolfina - prostory výstavní a odpočinkové

Dvorana



Sloupový sál (kavárna)



Západní salonek, prezidentský salonek



- Dvorana
- Sloupový sál (kavárna)  
(tyto prostory jsou umístěny v zadní části budovy Rudolfina za koncertními sály)
- Západní salonek- prezidentský salonek  
(umístěn na západní straně, vedle Dvořákovy síně)



V severní části přízemí a prvního patra dvorany, kde jsou v současnosti výstavní prostory Galerie Rudolfinum, byly v r. 1946 zbudovány prostory, tělocvična a třídy Hudební akademie AMU a konzervatoře.

Po roce 1960 – byl objekt dislokovaným sídlem VŠ politické ÚV KSČ.

Plná rehabilitace nastala až v roce 1992, po generální rekonstrukci architekta Karla Pragera.

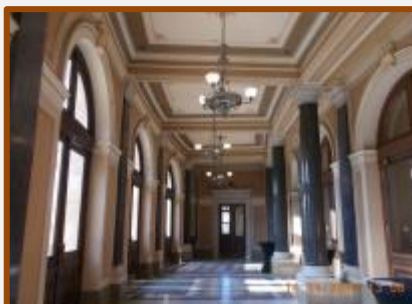
**Od té doby se Rudolfinum stává sídlem České filharmonie a Galerie Rudolfinum.**



Aktuální fotografie z prohlídky ☺ !

Dostali jsme se i na střechu Rudolfinum, kde jsme měli krásné počasí i výhledy, a také možnost uvidět vlastní rudolfinské včely, (tedy = úly), i si všimnout původní výzdoby Dvořákovy síně, kde je včela symbolem ČS. (ČS financovala stavbu r. 1864)

příchod a vstupní hala do Rudolfinum



### Po ukončení prohlídky jsme ještě navštívili výstavy v Galerii Rudolfinum

V přízemí Dvorany je velmi poučná výstava „Kakalík pro Rudolfinum“, kde jsou upřesněny všechny proměny Rudolfinum od vzniku až do současnosti.

A v prvním patře je nainstalována stá, jubilejní výstava Galerie R., kde Krištof Kintera nainstaloval výstavu Nervous Trees, tedy „Les nervózních stromů“, která má poukazovat na drobnosti každodenního života. Jeho díla mohou diváka atakovat, provokovat, nebo bavit nejen použitým materiálem ale také pohybem a zvukem...! Jeho „stavebním materiálem“ jsou např. elektronický odpad, pytle malty či cementu, plakáty a kresby, hora nefunkčních praček, drátěné nervózní stromy, .... = výdobytky moderní techniky. Mnohé je doprovázeno pohybovým, skutečně nervózním a zvukovým efektem (např. při přiblížení se k exponátu, nebo nahodilým časovým programem...?!)

Z mého pohledu odvážné použití materiálů pro tvorbu exponátů, nejprve mne to popouzelo, dokonce „To“ i někde páchlo..., možná i děsilo, poté u nervózních stromů i pobavilo, ALE co mne nejvíce zaujalo, bylo to, že se tam zároveň s námi pohybovala třída školáků (věk cca 4. - 6.třída ?) a ta děcka se výrazně bavila ☺ !! ..a opět se mi nabízí otázka jako – co je vlastně moderní umění?, co všechno může znamenat „obyčejná, běžná věc?“ a podobně...

A některé odpovědi umělců jsou také k zamyšlení:

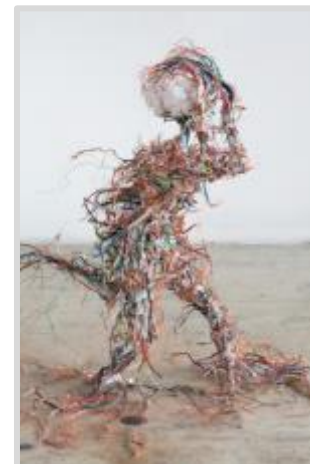
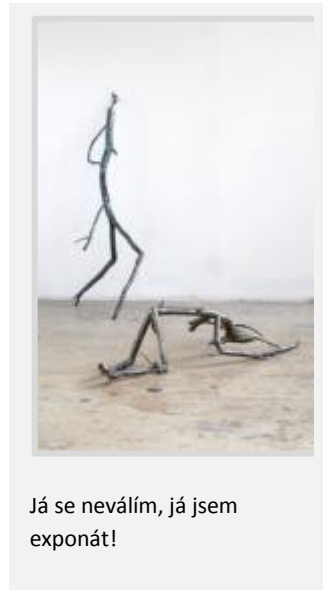
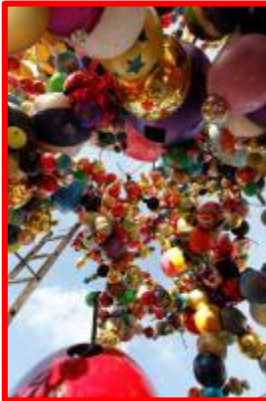
„Umělec je ten, kdo vytváří věci, které ostatní lidé nepotřebují mít.“ – Andy Warhol;

„Umělecké dílo nepotřebuje být vysvětleno. Pokud to ve vás nevyvolává žádné pocity, nemůžu vám to vysvětlit. Pokud vás to nezasahuje, tak jsem neuspěla.“ – Louise Borgeois

„Účelem umění je učinit lidi svobodnými a tím pádem je pro mě umění vědou o svobodě“

– Joseph Beuys

Pro mne by umění mělo být „něco“ s čím je mi dobře !!! zajímavé je ale mé vlastní rozhodnutí - pokud mi vyjde čas, patrně se tam půjdu ještě jednou podívat s příručkou „Subjektivní průvodce lesem nervózních stromů!“ (vstupné je bezplatné !!!! ;-)



...a tím se loučí vaše spolužačky  
L.K. + J.S



## ♥ *Zajímavosti*

### Medvědice

Arctostaphylos uva-ursi (L.), medvědice léčivá



**Popis** – Brusince podobný vždyzelený, nízký, poléhavý polokeřík s plazivým kmínkem, s listy podlouhle vejčitými. Na líci má zřetelnou žilnatinu. Na rubu jsou bledší (brusinka se liší tím, že má větve vždy vystoupavé a na rubu listů hnědé tečkování.) Bílé nebo růžové květy s pětizubou korunou jsou sestaveny v chudé převislé hrozny. Plod je červená peckovice nakyslé chuti. Kvete v dubnu a v květnu.

**Vyskytuje se** v Evropě, v Asii a v Americe. U nás roste ve světlých křovinatých porostech horského a alpského pásma.

**Sběr a úprava** – List je možno sbírat prakticky celý rok, nejlépe však na jaře nebo na podzim sdrhováním. Suší se na slunci nebo ve stínu. Zahnědlé listy se po sušení odstraní. Droga je bez pachu, chutná svíravě a slabě hořce, po chvíli nasládle.

**Účinné látky a působení** – obsahuje hlavně arbutin (až 11 %), methylarbutin a tříslovinu (až 15 %), z flavonů isokvercetin a dále urson a fytoncidy. Prvé dvě látky se za určitých podmínek mění v látky podobné fenolu a působí

dezinfekčně. Štěpení se uskutečňuje především v močových cestách postižených zánětem, ne však ve zdravých orgánech.

**Užití** – Vnitřně v nálevu (2 čajové lžičky – 5,5 g – řezaných listů na šálek vody, pít obden). Nesmí se vařit, protože pak je čaj hořký a méně účinný. Také se užívá v prášku (1,8 g prášku 3 – 4krát denně). Používá se jako pomocný prostředek zvláště při chronických zánětech močové roury a měchýře močového, pánvičky ledvinné, při močovém písku a kamencích. Při nemocech močového ústrojí může se použít jen tehdy, je-li moč zásaditá. Lze toho dosáhnout podáním Natrium bicarbonicum. Léčení musí kontrolovat lékař. Tříslovinný obsah listů může při dlouhodobém užívání vyvolávat zácpu.

Poznámka

Někdy se droga medvědice falšuje listy brusinky (*Vaccinium vitis-idaea* L.) nebo listy zimozrázu vždyzeleného (*Buxus sempervirens* L.).

Zdroj: Naše rostliny v lékařství

Korbelář, Endris, Krejča, Avicenum, Praha 1970



### Četba

Divadlo Viola po velmi úspěšné inscenaci *Tři gentlemani*, která vychází z Anglických listů Karla Čapka a *Pozemských radostí* Petera Maylea, zabývající se starou dobrou Anglií, uvedla v zářijové premiéře titul

**Volnost, rovnost, gastronomie**, v němž se tentokrát zaměřila na Francii. Námětem byla kniha **Petera Mayela „Navždy Provence!“** V této inscenaci se vtipně řeší, proč Francouzi netloustnou, když je pro ně jídlo jediným skutečným náboženstvím, proč je snem každého šéfkuchaře michelinská hvězda, proč při její ztrátě se málem uvažuje o sebevraždě.

Na scénáři spolupracovala s Johanou Kudláčkovou Lída Engelová, která se ujala i režijního vedení herců Václava Koptý, Simony Vrbické a Miroslava Táborského.

## Ukázka z knihy Petera Maylea: Navždy Provence!

...

Většina Francouzů, se kterými jsme se setkali, měla určité výhrady k anglické kuchyni, aniž by o ní něco věděli. Ale Régis, ten věděl. Prostudoval si Angličany i jejich kulinární zvyklosti, a v průběhu večere nám vysvětlil přesně, v čem je problém.

Začne to od mrňava. Anglická nemluvnata krmí kaší bez chuti a bez zápachu, pokrmem, který se hodí pro slepice. Ty sní cokoliv. Francouzské nemluvně oproti tomu již od samého počátku, když ještě ani nemá zuby, dostane stravu pro lidi s chuťovými buňkami. Jako důkaz jsou výrobky firmy Gallia, jednoho z výrobců jídel pro děti. Prodávají mozeček, filety z platýze, kuře s rýží, tuňáka, jehněčí, telecí, plísňový sýr, polívčičky, zeleninku, moučníčky z kdoulí a borůvek, karamelový krém a jemný sýr. A to vše, a někdy mnohem více, dřív než je dítěti rok a půl. Zastavil se nad talířem s kuřetem na estragonu, nadechl se a upravil si ubrousek.

Pak se dostal o několik let dál, když rodící se labužník dostane do školy. Pamatujete si, zeptal se mě, co jste jedli ve škole? Samozřejmě, na tu hrůzu se nedá zapomenout. Školní obědy v Anglii jsou proslavené. Šedivé, žalostné a nesrozumitelné, jelikož se nikdy nedozvíte, co je vlastně to, co se snažíte spolknout, Ale ve vesnické škole, kam chodí jeho pětiletá dcerka, tam mají vyvěšený jídelní lístek na celý týden, aby děti doma nedostaly to stejné. A každý den dostanou oběd o třech chodech. Jako včera. Malá Matilda měla celerový salát s kouskem šunkové pizzy se sýrem, rýží s uzeným masem a zapečený banán. Voilà! Výchova chuťových buněk pokračuje. Takže nevyhnutelně dojde k tomu, že dospělý Francouz si umí jídlo vychutnat lépe a očekává od něj daleko více. Régis, rozřízl hrušku, aby ji mohl jíst se sýrem, a ukázal na mě nožem, jako bych to byl já, kdo může za špatně vychované chuťové buňky Angličanů.

...



## John Le Carré, Naše hra

Tim Cranmer, bývalý pracovník britské tajné služby žije na svém venkovském sídle v Sommersetu, pěstuje víno a přeje si jedině – klidný život se svou krásnou mladou milenkou Emmou. Jenže je tu ještě Larry Pettifer, jeho bohémský, radikální, intelektuálský, svůdnický a lehkomyšlný spolužák, přítel a po víc než dvacet let také dublér. A ten se na rozdíl od Tima nechce smířit s tím, že skončila studená válka a s ní i jeho dráha agenta, a že by měl zbytek života strávit pokojnou akademickou kariérou. A protože ze ztráty svého dřívějšího stylu života viní Tima, pomstí se mu svým typickým způsobem – svede Emmu a uteče s ní.

Při pronásledování obou milenců Tim zjišťuje, že věci jsou mnohem složitější, než to původně vypadalo, a že milostná aféra není to jediné, co uprchlíky spojuje. V běhu je mezinárodní zpronevěra velkého formátu a Tim sám se stává podezřelým ze spoluviny. Jeho dvojrole pronásledovatele a pronásledovaného ho vede nejdřív do světa britského tajného obchodu se zbraněmi, později do Francie, do Moskvy a nakonec i do nebezpečných horských končin severního Kavkazu, do Ingušska a Čečenska. A Tim, který původně nechtěl nic než získat znova svůj dřívější klidný život, zjišťuje, že cesta zpátky neexistuje,

...

Isa studoval papír, který ležel před ním, ale držel ho tak, abych do něj neviděl. „Kdy jste se naposledy potkal s tím mužem?“

„Letos osmnáctého září.“

„Popište to setkání.“

„Bylo to v noci. V místě zvaném Priddy, v Mendipských kopcích v Sommersetu. Byli jsme sami.“

„O čem se mluvilo?“

„O soukromých věcech.“

„O čem se mluvilo?“

Existuje ruské byrokratické vrčení, které jsem občas s úspěchem použil a které jsem teď neopatrně uplatnil znova:



„Nemluvte se mnou, jako bych byl nějaký nevolník. Když říkám, že to bylo soukromé, bylo to soukromé.“

Dostal jsem pár facek ve škole – až příliš často. Dostal jsem několik facek od žen, i když těm jsem nikdy nedovolil to zopakovat. Boxoval jsem. Ale ty dvě facky, které mi dal Isa, když se naklonil přes stůl, se podobaly barvám, které jsem nikdy neviděl, a zvukům, které jsem nikdy neslyšel. Udeřil mě levou rukou a pak skoro zároveň pravou a ta pravá byla jako železná trubka zásluhou té řádky zlatých prstenů a zásluhou mozolů na každém prstu. A když mně udeřil, viděl jsem mezi jeho rukama hnědé oči střelce, které na mě byly tak neochvějně upřené, že jsem se obával, že mě bude mlátit, dokud nebudu mrtvý. Ale zarazil se, protože na něj z druhého kouta někdo zavolal. Odstrčil účetního, popadl mobilní telefon, který mu podal mladík u televizních monitorů. Poslouchal, vrátil telefon a obrátil se s otázkou k účetnímu, který zavrtěl hlavou, ale nepřestal přitom počítat stodolarovky.

„Jsou to podvodníci,“ stěžoval si účetní rusky. „Říkají tomu třetina, ale není to ani desetina třetiny. Nestačí to ani na splátky jejich dluhů, nestačí to ani na slanou vodu. Jsou to tak pitomí lupiči, že se člověk diví, že nezůstali poctiví.“

...



### Víte, že ...

První publikace, která by se dala nazvat časopisem, je *Erlaubiche Monaths-Unterredungen* (Poučné měsíční diskuse) německého teologa a básníka Johanna Rista. Vyšla v roce 1663 jako literární a filozofické periodikum pro intelektuály a inspirovala řadu průkopníků k zahájení vydávání časopisů po celé Evropě. V roce 1672 vydává francouzský literát Jean Donneau de Vizé zábavný časopis *Le Mercure Galant*, který obsahuje soudničky, písně, verše, anekdoty, dokonce klepy. A právě zábavný a nikoliv intelektuální obsah se u veřejnosti těší značné oblibě.

První počítačový časopis vychází v roce 1957. Myšlenka na jeho vydání přichází od amerického počítačového obchodníka Donalda Prella. V té době totiž jeho společnost může propagovat své výrobky pouze v titulech jako *Scientific American* nebo *Business Week*. Specializovaný magazín vychází do roku 1998, kdy přechází na online verzi. Stává se tak jedním z prvních časopisů, které jsou čtenářům k dispozici pouze na internetu.

Nejstarší stavitelství pochází už z mladší doby kamenné zhruba kolem roku 9000-5000 před naším letopočtem. Usedlosti ve tvaru stanů se stavěly z kůží, ze dřeva, hlíny a větví. Později se obydlí stavěla z kamenů a dřeva, shlukovala se do urbánních komplexů, které vedly ke vzniku tzv. protoměst. Za první skutečné město je dnes považováno *Eridu* v Mezopotámii, založené zhruba 5400 let př. n. l.

První zápis číslice nuly je znám ze starověké Babylonie, kde měla podobu šikmého dvojitého klínu. Číslo nula však Babyloňané ani Egypťané neznali. To je patrné dodnes v neexistenci roku 0 v našem letopočtu. Naopak v některých kulturách počítají od nuly i dny v měsíci. Za nejstarší záznam nuly vědci považovali zápis na stěně chrámu v indickém Gválijaru z devátého století. Avšak zápis nuly manuskriptu z pákistánské vesnice Bakhšálí byl pomocí uhlíkové metody nově datován do třetího až čtvrtého století našeho letopočtu. Současná podoba nuly se vyvinula z tečky, již se užívalo ve starověké Indii hlavně pro indikaci řádů v rámci číselného systému.

Zdroj: Epoque 22/2017, wikipedie



## ♥ Zábavný koutek

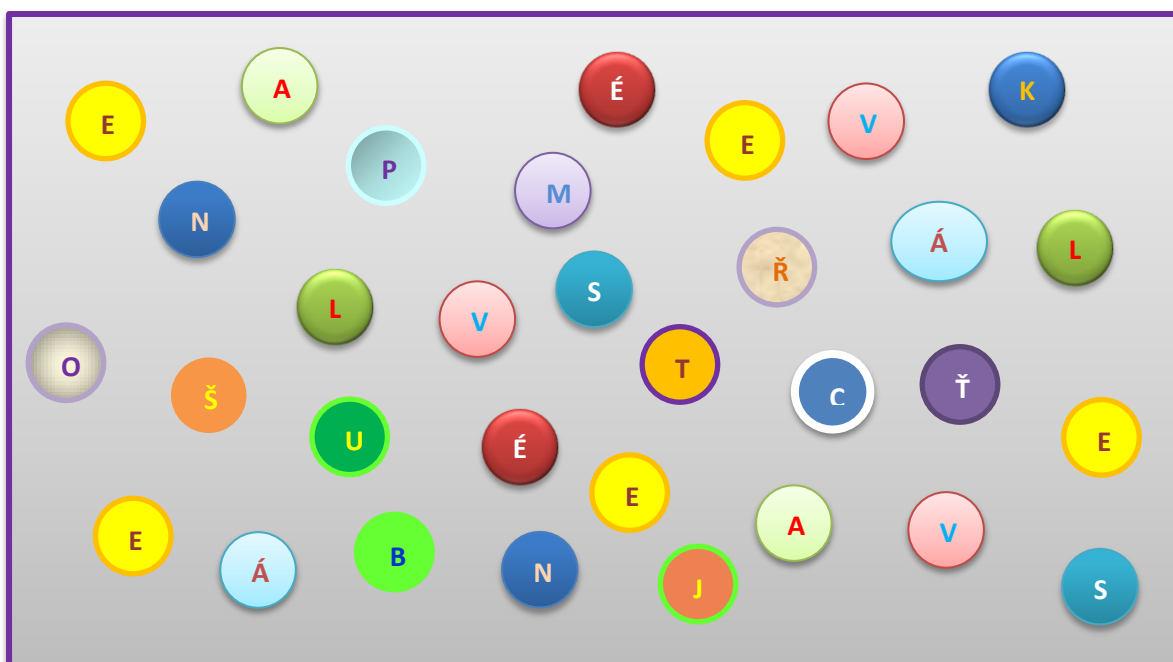
Pokuste se vymyslet co nejvíce slov, která začínají a končí na níže uvedená písmena.

N \_\_\_\_\_ Í      B \_\_\_\_\_ N      Z \_\_\_\_\_ K

A \_\_\_\_\_ A      V \_\_\_\_\_ T      H \_\_\_\_\_ E



Složte knoflíčky tak, aby dávaly smysl



Protože jsme na humanitní fakultě a stále se mluví o téměř matematické negramotnosti, zkuste si trochu započítat:

$$(1 - 2 \cdot 0,5) : 0,02 = \quad (= 0)$$

$$-3 + 0,3 \cdot (-200) : 2 = \quad (= -33)$$

$$9000 : 500 - 250 : (50 \cdot 10 - 10 \cdot 25) = \quad (= 17)$$



## K SILVESTROVSKÉ NÁLADĚ

Na Moravě dostali policajti nový příkaz, hlídat u sklépků řidiče. Tož hlídají a vidí, jak sa strýc těžko sune do auta a rozjede sa. Policajt ho zastaví. Podá mu tester, aby mu strýc do něho dýchnul. Strýc si fúkne a policajt vyvalí oči. Na displeji 2,45. Strčí ho strýcovi před oči.

„Tož co na to říkáte strýcu !!!“

Strýc sa kúkne a praví : „ Kurva, stará mňa zabije, třičtvrtě na tři a já eště nejsu doma, tož ňa nezdržuj...“

„To je báječné, pane doktore, jak rychle jste tu Šísovou vyléčil z té nervózy.“

„To je prosté, řekl jsem jí, že je to příznak stáří.“

„Mohla bych dostat knihu o šťastném manželství?“

„To musíte do oddělení pohádek.“

„Slečno, co dělá pejsek, když stojí na třech nožičkách?“

„Vy nemravo!“

„No, dává přece pánovi pac.“

„To je hrozný, já si myslela, že jsi bohatý a ty nemáš ani vindru.“

„Ale miláčku, vždyť jsem ti před svatbou říkal, že jsi moje všecko.“

„Je ti dvanáct let, Dášo, a už nosíš v kapse pudřenku?“

„Ale ne, tetičko, to je cigártaška.“

Ptá se číšník hosta při placení:

„Pán měl kávu nebo kakao?“

„Nevím,“ povídá host. „Chutnalo to jako kliš.“

„Á, to bylo kafíčko, čtyřicet čtyři. Kakao totiž u nás chutná jako ocet, a je taky dražší.“

Neumíte vařit? Přijďte k nám, najíte se jako doma.

„Pane doktore, můžete mi poradit něco zaručeného proti tloušťce?“

„Kupte si kilo čocky, paní.“

V jednom švýcarském hotelu se prý objevil tento nápis:

Prosíme hosty z Itálie, aby nehlučeli po půlnoci,

Hosty z Německa, aby nevstávali a při hudbě necvičili před šestou hodinou ranní,

Hosty z Francie, aby si na pokoj nevodili slečny,

Hosty z Anglie, aby si na pokoj nevodili zbloudilé psy a kočky,

Hosty z Ameriky, aby si z baru sami nenesili na pokoj alkoholické nápoje,

a hosty ze Skotska, ať si z pokoje nenesí do baru láhve s vodou, aby ušetřili za sodovku.

Rekreace s pěti P: plné půllitry pěnivého plzeňského Prazdroje.

„Tati, když mi dáš 500 korun, tak ti řeknu, kdo spí s maminkou, když nejsi doma...“

„Tady máš 1000 korun a řekni mi kdo to je.“

„Já !“



# PF 2018



**Uzávěrka pro příští číslo je 4. 3. 2018**  
**Těšíme se na Vaše příspěvky – redakce Klubu posluchačů a absolventů U3V FF UK**  
**Příspěvky zasílejte na e-mail: [ff-blogklub@seznam.cz](mailto:ff-blogklub@seznam.cz)**  
**Příští číslo, pokud pošlete příspěvky, vyjde v březnu – předem děkujeme za spolupráci**

Praha 10. prosince 2017