

MEZI ŠÁLKY

ČÍSLO 38

PROSINEC 2015

ZDARMA

ADVENTNÍ DETOXIKACE - ♥

Nastala nám doba adventní a my nesmíme zapomenout i v tomto období na detoxikaci.

V prosinci přichází na řadu naše srdce a cévní systém. Říká se, že to nejcennější v našem těle je srdce. Srdce řídí celou bytost. Všechny orgány, svaly a každá jednotlivá buňka závisí na neustálém proudu krve, obsahující živiny a kyslík. Úkolem srdce je pokrýt potřeby našeho těla ve všech situacích od klidu až po silnou zátěž.

Srdce a krevní oběh potěšíme zdravou, lehkou středomořskou stravou, hodně zeleniny, ryb a kvalitních rostlinných olejů. Vhodné je pravidelné sportování a dostatek spánku. Cévám prospívá přiměřená konzumace červeného vína a tmavá nejméně 70 % čokoláda.

Hladinu cholesterolu v cévách snižují hořké byliny jako je zázvor, hořec a smetanka. Podobně

působí i nastrouhaná jablka, jejich vláknina pektin váže kyselinu žlučovou ve střevu.

Po celou adventní dobu proto doporučujeme popíjet cévní čaj s obsahem vřesu, měsíčku, šípku, jmelí, vrby a komonice. Ideální je vypít 2 až 3 šálky denně. K tomu užíváme hloh ve formě kapek anebo kapslí. Hloh jemně posílí činnost srdce bez nežádoucích účinků, takže je vhodný na preventivní užívání.

Přeji Vám, abyste advent prožili v klidu a pohodě. Ani v novém roce nezapomínejte na své tělo a pravidelně provádějte jeho detoxikaci.

Lenka Zemanová



AKCE V ČAJOVNĚ

**Privtělené duše
a andělé**

Jana Faixová

3.12., 18:00, 100 Kč

PŘIPRAVUJEME:

Jemněhmotná energie

Jaroslava Háková

Jak jemněhmotné energie vnímat?

upřesníme, 18:00, 100 Kč

Výstava v čajovně po celý prosinec:

*Jana Faixová
- andělské obrazy*



V TOMTO ČÍSLE:

| | |
|------------------------------|---|
| BUDDHISTICKÉ | 2 |
| OSTATKY | |
| SKOŘICE | 3 |
| PŘÍBĚH O VÝROBĚ FRANTIŠKŮ | 4 |
| ČÍNSKÁ MEDICÍNA | 5 |
| RECEPTY NA CUKROVÍ | 7 |
| NEJHEZČÍ DÁREK | 8 |

BUDDHISTICKÉ OSTATKY

S milující laskavostí můžete dosáhnout svobody.

Lama Zopa Rinpoche - duchovní otec výstavy buddhistických relikvií

Viděla jsem je ve snu – mladé, usměvavé buddhistické mnichy ve vínových rouchách, stáli v křesťanském kostele. Kostel byl čistě bíle vymalovaný, místo oltáře se tyčil velký zlatý Buddha. To byl krásný sen, řekla jsem si, když jsem se probudila. Akorát to můj mozek asi nějak zašmodrchal. Co je to za hloupost – buddhističtí mniši v křesťanském kostele bez oltáře?



Na ten sen jsem pomalu zapomněla. Až jsem poslední srpnový víkend navštívila výstavu posvátných relikvií Buddha a buddhistických mistrů. Výstava se konala v Praze na Kampě v husitském kostele svatého Jana Křtitele. Vstoupila jsem dovnitř a náhle jsem se ocitla znovu ve svém snu. Kostelík byl bíle vymalovaný, uprostřed místo oltáře byl umístěn bíle prostřený stůl ve středu s velkým zlatým Buddhou. Na stole byly položeny všechny ostatky duchovních mistrů v nádherných relikviářích, ozdobených čerstvými květinami. Buddhističtí mniši obcházelí kolem stolu pomalým krokem ve směru hodinových ručiček a prohlíželi si relikvie. Bylo to hodně podobné mému snu.



V kostele vládl nesmírný klid a pohoda. Nikdo nespěchal, všichni se na sebe usmívali a trpělivě čekali ve frontě, až na ně dojde řada a budou si moci prohlédnout relikvie.

Co to vlastně ty relikvie jsou? Když je po smrti duchovní mistr spálen, lze v jeho popelu najít krásné objekty podobné perlám. Jsou jedinečné, protože se v nich skrývá esence duchovních kvalit dávných mistrů. Tyto relikvie nabízejí unikátní možnost, jak se dostat do osobního vztahu s těmito již nežijícími duchovními bytostmi. Tito duchovní mistři po sobě záměrně zanechali relikvie, aby chom jejich prostřednictvím mohli nastoupit cestu k osobnímu štěstí. Lidé z celého světa na této putovní výstavě znovu vstupují do zorného pole laskavé energie, která vyzařuje z relikvií. Získávají inspiraci, léčivou sílu, klid a mír už jen tím, že jsou poblíž relikvií.

Ještě dlouho po prohlédnutí ostatků jsem seděla v kostelní lavici, poslouchala tiché mantry a jen pozorovala dění kolem sebe. Bylo mi jedno, kolik je hodin, nepřemýšlela jsem o tom, co bylo včera nebo jaké povinnosti mě čekají zítra. Čas jakoby se zastavil, jen jsem byla...

Tuto příležitost tiše spočinout nám přináší i vánoční čas, doba zklidnění a pohody, doba příchodu Božího světla. Tak si ho krásně prožijte v klidu, míru a pohodě.

SKOŘICOVNÍK ČÍNSKÝ

Skořicovník je tropický strom, který může dorůstat výšky i přes 15 m. Má popelavě šedou drsnou kůru, listy jsou dlouhé a světle zelené. Nezralé plody se sbírají těsně po odkvětu a jsou známé jako Kassiový květ, který má velice příjemné aroma. Kůra se sbírá ze stromů starých přibližně 6 – 10 let.

Známa je také cejlonská skořice, ale ta čínská má o dost výraznější aroma.

V Číně si skořice vždy velmi vážili. Podle tradiční čínské medicíny skořice vyrovnává harmonii elementů jinu a jangu. Skořice byla také ceněna ve starém Řecku a Římě a dobře jí znali též Egypťané.

Mathioli (podle starého přísloví): „Divím se, že umírá člověk, který užívá skořici.“ V Mathioliho Herbáři jsem ještě našla tyto zajímavosti: Skořice utlučená na prášek, smíchaná s medem a natřená na kůži odstraňuje a zahání pihy. Skořicový olej smíšený s husím sádlem je obzvláště účinný při křečích v údech...

Skořice zlepšuje trávení a pomáhá proti nadýmání a doporučuje se také při průjmech.

Je dobré ji užívat zejména v zimě, protože má schopnost zahřívát tělo. Proto ji doporučuji hlavně zimomřivým lidem. Vhodná je kombinace s hřebíčkem. Například takový zázvorový čaj s citrónem, skořicí a hřebíčkem Vás v zimě skvěle prohřeje a působí velice pozitivně při nachlazení. Skořice má totiž dezinfekční a antibiotické účinky.

Na revmatické bolesti je výborná masáž olejem (nejlépe arašídovým), do kterého se přidává skořicová silice. Díky tomu dochází k prohřátí a lepšímu prokrvení bolestivých míst.

Skořici by neměli pravidelně užívat lidé, kterým je neustále horko, jsou červení v

obličejí nebo mají návaly. V tomto případě by jim jen přidávala další polínka do ohně.

Dříve se u nás v zimě často dělal horký jablečný kompot. Připravíte ho tak, že oloupaná jablka povaříte ve vodě s vanilkovým cukrem, skořicí a hřebíčkem. Kdo chce, může přihodit i kousek badyánu. Nádherně Vám to provoní dům a určitě každému zachutná. Podobně si můžete připravit i horký jablečný mošt, který pouze ohřejete a přidáte zmiňované koření.

Bez vůně skořice si již asi nikdo nedovede představit vánoční čas, který právě přichází. Proto přeji všem nádherné a vonavé Vánoce!



Hana Jánská

RECEPT NA VÁNOČNÍ CUKROVÍ

- ◆ 400g hladké mouky
- ◆ 250g másla
- ◆ 1 smetana ke šlehání

Vypracujeme hladké těsto, necháme 30 minut odpočinout v chladničce, vyválíme z těsta plát asi 1 cm široký, vykrájíme tvary

a pečeme v troubě na 180 stupňů zhruba 8 minut. Tvary se nám nafouknou a ještě horké obalíme v moučkovém cukru.

Petra Vernerová

JAK JSME VYRÁBĚLI FRANTIŠKY - NAPÍNAVÝ PŘÍBĚH!

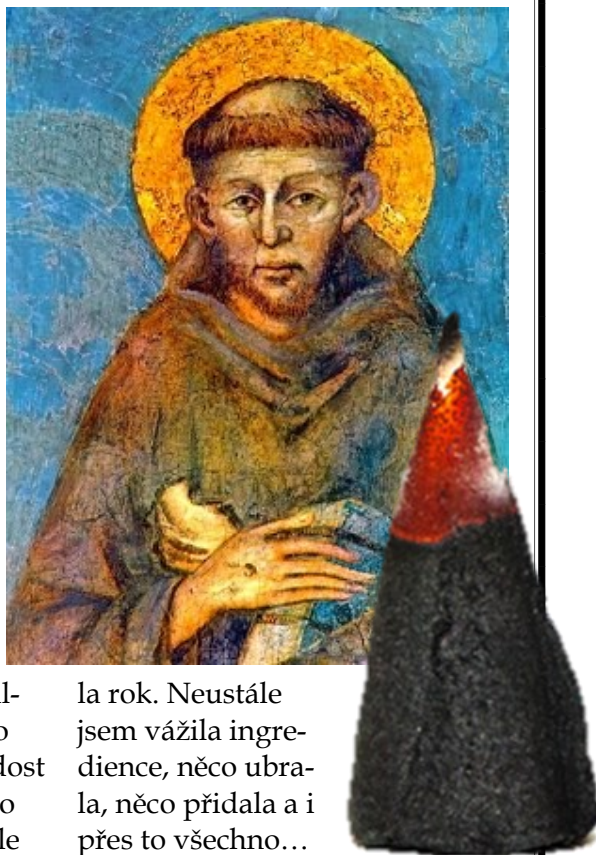
Vánoční svátky se pomalu blíží a nastává období, kdy bychom měli alespoň na chvíli zklidnit svou mysl a užít si trochu klidu v dnešní uspěchané době. K vánočním svátkům patří neodmyslitelně vůně vánočních františků, které už ráda používala má babička. Přiznám se, že ani nevím, kde je kdysi sehnala, ale vůně kadidla a pryskyřice pro mě vždy znamenala příchod adventu a vánoc. Před dvěma roky jsem navštívila adventní trhy v Nelahozevsi. Venku před zámkem stál maličký stánek, a v něm byl muž oblečený v černé kápi, před sebou měl velkou kadidelnici a na ní rozestavené žhnoucí vánoční františky. Ta neskutečná vůně lákala kolemjdoucí k zastavení. S úžasem jsem pozorovala prodávajícího, jak vypráví o historii františků. Tyto jehlánky jsou pojmenovány zřejmě po Františku z Assisi a jejich historie je stará několik století. V dřívějších dobách je používali hlavně k pročištění obydlí, protože jejich hlavním obsahem je nejen kvalitní dřevěné uhlí (a to nejlépe z lipového dřeva), ale také kadidlo, které všichni znáte jako tu známou kostelní vůni a pryskyřice, jako je myrha a borovice, které zभावovaly obydlí zlých sil a nemocí.

Pán v kápi měl natolik kouzelný hlas, že mi intuice celou dobu říkala: „Zeptej se, jak tyto jehlánky vyrábí.“ No, a protože jsem člověk stydlivý, odešla jsem do zámku a prohlédla si všechny stánky se zbožím, ochutnala výborný punč a asi po hodinovém bloudění jsem se nakonec vrátila k tomu osudnému stánku, kde už hořel 50 centimetrový františek, kterého pán

vyrábí do kostelů a sám mi řekl: "Věděl jsem, že se vrátíte. Určitě Vás zajímá, jak je vyrábím," zasmál se.

Upozornil mě, že má starý recept od svých prababiček, že ten samozřejmě nikomu nedá, ale alespoň trochu mě navede, jak se dá vyrobit. A to byl pro mě zlomový bod, kdy jsem si řekla, že je v lékárně U sv. Mikuláše vyrobím. Řekla jsem o všem paní doktorce Zemanové a vzhledem k tomu, že je velice dobrý chemik, souhlasila a ihned mi propočítala ingredience, které by měl jeden františek obsahovat.

A dala jsem se do mé tajné alchymie. Když se mi podařilo udělat hmotu, měla jsem radost z toho, že budu mít vlastního františka. Taková krása... Ale ještě týden budu v napětí, než jehlánek vyschne a potom ho zapálím. Konečně uběhl týden a s velkým očekáváním jsem zapálila františka, který ne a ne hořet. Přiznám se, že jsem byla trochu zklamaná, ale nevzdala jsem to. S paní doktorkou jsme přemýšlely, co dodat do hmoty, aby začal dobře hořet. Přidala jsem trošku hypermanganu a začala jsem znovu. Vyschlého františka jsem zapálila a v hloučku s mými kolegyněmi z lékárny jsme netrpělivě čekaly, co se bude dít. František začal hořet, ale během chvílky zhasnul a byl klid. Takže opět zklamání... A v tom začal františek tak neskutečně hořet a kouřit, že i sopka Etna by nám mohla závidět. Tak dobře – bude bez hypermanganu, protože sopečný efekt do domácího prostředí opravdu nepatří. Tímto procesem jsem se zabýva-



la rok. Neustále jsem vážila ingredience, něco ubrala, něco přidala a i přes to všechno... František prostě nehoří tak, jako na trzích v Nelahozevsi. I když vůni má stejnou, pořád tomu něco chybí... Ale já to nevzdám, přijdu na to a jednou budu mít vlastní recept a v čajovně Vám prodám vánočního františka od svatého Mikuláše!

Prostě – staří alchymisté neustále bádali, naše prababičky také... Takže ani mě nezbyvá nic jiného. Každopádně, abych vás zase tolik nezklamala, i tak máme vánoční františky v čajovně k prodeji. Jsou vyrobené v Karlštejně a jejich vůně je ta vánoční, kouzelná.

Přeji Vám všem, milí čtenáři, krásné Vánoce, ať u vánočních stolů máte všechny ty, které máte rádi a v Novém roce přeji zdraví a štěstí.

Petra Vernerová

ČÍNSKÁ MEDICÍNA - ZÁKLADY

8. září jste mohli v Čajovně U sv. Mikuláše navštívit přednášku o tradiční čínské medicíně.

Myslím, že se tato přednáška moc povedla a ráda bych poděkovala přítomným lidem za velice příjemnou atmosféru. A jak to probíhalo?

Nejprve jsme si pověděli něco o rozdílech mezi tradiční čínskou medicínou a tou naší západní. Zjistili jsme, že čínská medicína myslí především na rovnováhu v těle a prevenci. Asi ten hlavní a největší rozdíl je v tom, že tradiční čínská medicína pracuje s energií. Říkali jsme si, že nemoc nejprve vznikne v našem energetickém těle a teprve později se projeví jako hmotný problém ve fyzickém těle. Pokud čínská medicína zakročí včas, nemusí k nemoci ve hmotném těle vůbec dojít.

Další důležitá informace byla ta, že v čínské medicíně se na tělo pohlíží jako na jeden celek, kde vše souvisí se vším. Hledají se pravé příčiny nemoci, neléčí se pouze jejich následky.

Jin a jang

Podle čínské filosofie se celý vesmír skládá z energie. Energie obsahuje dvě vzájemně propojené složky – jin a jang. Mezi jinem a jangem vzniká pnutí, protože mají opačné vlastnosti, ale přitom je nelze od sebe oddělit. Jin a jang v sobě navzájem koření, vzájemně se převažují, vzájemně se proměňují – například den a noc. Jin je pasivní, ženská síla, jin je noc, symbolem je voda a země. Jang je aktivní, mužská síla, jang je den, symbolem je oheň a vítr. Jin a jang v těle bychom měli mít v rovnováze. Pokud dojde k nerovnováze, vzniká nemoc. Lidé mohou být více či méně jinoví nebo jangoví. Když u nich převažuje jin, může se to projevit například depresemi, pláčtivostí, nedostatkem sebedůvěry, pocitem méněcennosti. Pokud

převažuje jang, lidé mohou mít sklony k podrážděnosti, agresivitě, vznětlivosti.

Pět prvků

Číňané vytvořili takzvaný systém pěti prvků, který jim pomáhá lépe pochopit, jak se jednotlivé orgány v těle na-

vzájem ovlivňují.

Pět prvků neboli pět fází proměny je dřevo, oheň, země, kov, voda.

Dřevo plodí oheň, oheň zemi, země kov, kov vodu a voda opět dřevo.

Všechny tyto prvky spolupracují a vzájemně na sebe působí.

Číňané k pěti prvkům přiřazují nejen orgány, ale i například roční období, chutě, pocity, čísla, tóny, světové strany, barvy apod.

Dřevo

- je rození, početí, dřevo proniká, zprůchodňuje, jeho přirozenost je teplá

Dřevu v čínské filozofii odpovídají játra, žlučník, zelená, vítr, jaro, oči, kyselá, hněv, východ.

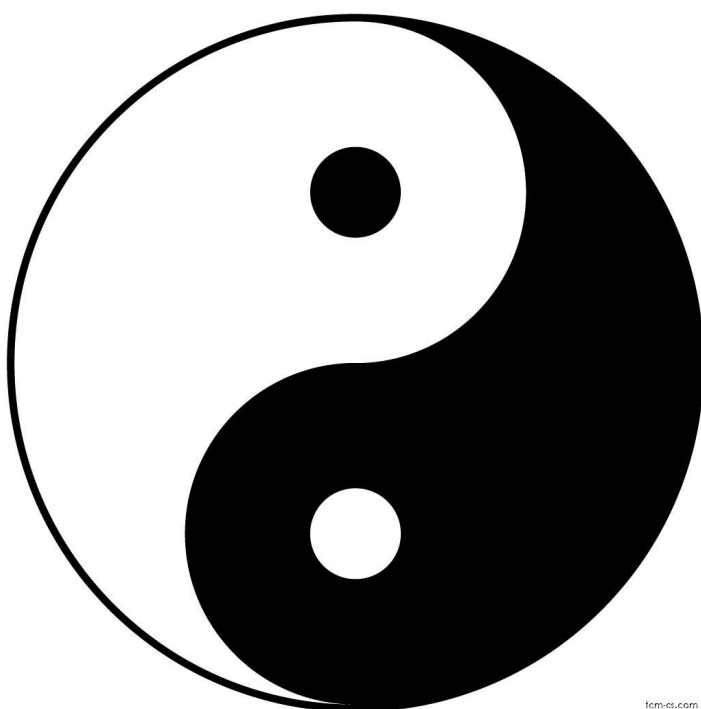
Oheň

- je horký, šlehá vzhůru, ohřívá, vysušuje, znamená dorůstání
Ohni odpovídá srdce, tenké střevo, červená, horko, léto, jazyk, hořká, radost, jih.

Země

- plodí, pěstuje, znamená dospění

Zemi odpovídá slezina, žaludek, žlutá, vlhko, pozdní léto, ústa, sladká, starost, střed.



tem-cs.com

Kov

- podléhá změnám, dá se formovat, svírá, stahuje, znamená dozrávání, vlastností je pevnost. Kovu odpovídají plíce, tenké střevo, bílá, sucho, podzim, nos, ostrá, smutek, západ.

Voda

- je vlhká, prosakuje směrem dolů, svlažuje, je zdrojem tvořeni

Vodě odpovídají ledviny, močový měchýř, černá, chlad, zima, uši, slaná, strach, sever.

Játra

- podle tradiční čínské medicíny řídí průchodnost, regulují duševní rozpoložení, podporují tvorbu žluče, řídí šlachy a vaziva, uschovávají krev (souvislost s menstruací).

Cítem jater je hněv (hněv poškozuje játra a naopak při problémech s játry mohou být sklony ke hněvu).

Párovým orgánem jater je žlučník (tyto dva orgány podle čínské medicíny spolu souvisí a vzájemně se ovlivňují).

Srdce

- řídí krev a cévy, řídí ducha Šen (vědomí, mysl, psychika). Proudění krve zabezpečuje energie srdce. Při nedostatku energie srdce je slabší pulz, horší prokrvení. Srdce je vládcem ostatních orgánů. Cítem srdce je radost. Párovým orgánem je tenké střevo.

Slezina

- řídí trávení, rozkládá potravu a tekutiny. Část přeměňuje na jemnou esenci, kterou přepravuje do celého těla. Tato esence doplňuje krev. Při špatné funkci sleziny může být nadýmání, průjmky, nechutenství, hubnutí, chudokrevnost, škytání, vodnaté opuchliny, krvácení z nosu. Cítem je přemýšlení. Párovým

orgánem je žaludek.

Plíce

- řídí energii a dýchání (výdech). Energie je díky plicím rozháňena po celém těle. Řídí pohyb vody. Svlažují organismus, nadbytek tekutin se vypotí. Cítem plic je smutek. Párovým orgánem je tlusté střevo.

Ledviny

- jsou kořenem jinu a jangu v těle. Řídí nádech – vdechovaná energie musí sestoupit až k ledvinám. Uchovávají esenci. Řídí kosti, míchu, mozek a zuby. Kondice ledvin se projevuje ve vlasech. Cítem ledvin je strach. Párovým orgánem je močový měchýř.

Energie – Qi

Energie je jemná substance.

Původ energie v těle:

od rodičů (uchovává se v ledvinách)

z vody a potravy (získává se díky slezině a žaludku)

ze vzduchu (plíce)

Energie v těle proudí v takzvaných meridiánech neboli drahách – stejně jako krev proudí v žilách.

Na vnitřní straně ruky vedou tři jinové dráhy – je to meridián plic, srdce a perikardu. Na vnější straně ruky vedou tři jangové dráhy – je to meridián tlustého střeva, tenkého střeva a třech ohňů. Na vnitřní straně nohy vedou tři jinové dráhy – je to meridián sleziny, jater a ledvin. Na vnější straně nohy máme tři jangové dráhy – meridián žaludku, žlučníku a močového měchýře. Meridiány jsou vzájemně propojeny spojnicemi. A dále máme ještě osm zvláštních drah.

Po celé délce meridiánů jsou akupunkturální body. Každý bod má jinou funkci (některé ovlivňují vnitřní orgány, jiné spíše

dráhy, některé doplňují energii, jiné ji zas vypouští atd.) a čínský lékař je musí dobře znát. Na akupunkturální body lze působit akupunkturálními jehlami, moxou a nebo třeba stlačováním.

Diagnostika

Čínský lékař se nejprve zabývá důkladnou diagnostikou. V čínské medicíně se používá diagnostika z jazyka, kdy různá místa na jazyku odpovídají různým orgánům v těle. Sleduje se i povlak na jazyku, barva jazyka a jeho tvar, různé skvrny, praskliny, žilky na spodní straně jazyka atd. Dále se provádí diagnostika z pulzu. Vychází z předpokladu, že krev prochází všemi orgány v těle a nese informace o těchto orgánech. Lékař také získává informace dotazováním se např. na moč, stolicí, pocení, teplo a chlad. Dále zkoumáním úseků drah – kde mohou být vyrážky, otoky nebo bolesti. Zkouší se také bolestivost některých akupunkturálních bodů.

Terapie

Terapie se v čínské medicíně provádí pomocí akupunktury, ale často se také používá například moxa, baňky, masáže, akupresura, tuina, cvičení, byliny nebo úprava stravy.



Hana Jánková

NAŠE OSVĚDČENÉ RECEPTY NA VÁNOČNÍ CUKROVÍ

Mrkvové vánoční cukroví od paní magistry Nevšimalové

- ◆ 300 g polohrubé mouky
- ◆ 1/2 balíčku prášku do pečiva
- ◆ 150 g mrkve
- ◆ 50 g moučkového cukru
- ◆ 1 vejce
- ◆ 250 g tuku
- ◆ 1 vanilkový cukr



- 1) Mouku smícháme s práškem do pečiva, cukrem a tukem a s jemně nastrohanou mrkví a vajíčkem. Vláčné těsto vyválíme a vykrájíme různé vzory.
- 2) Upečeme v předehřáté troubě a horké obalíme v moučkovém cukru, smíchaném s vanilkovým cukrem. Necháme několik dní uležet.

Nejlepší čokoláda rodiny Zemanů

- ◆ 37 dkg moučkového cukru
- ◆ 37 dkg 100% tuku Iva
- ◆ 17 dkg sušeného plnotučného mléka
- ◆ 1 lžíce mleté kávy
- ◆ 2 vanilkové cukry
- ◆ 10 dkg tmavého holandského kakaa



- 1) Na vodní lázni rozejdeme tuk a postupně přisypeme sypké ingredience. Mícháme dokud není čokoládová hmota hladká.
- 2) Na závěr můžeme přidat oříšky, mandle, kandované ovoce, rozinky.
- 3) Směs vylijeme do formiček, necháme ztuhnout a pak vyklopíme.

Rohlíčky s krémem a čokoládou paní Jánské

Rohlíčky:

- ◆ 2 celá vejce
- ◆ 25 dkg moučkového cukru
- ◆ 7 dkg mletých ořechů
- ◆ 22 dkg hladké mouky
- ◆ 1/4 balíčku prášku do pečiva

Vytvarovat malé rohlíčky na pečicí papír, péct asi 10 minut na 180 stupňů (při pečení se trochu roztečou)

Krém:

- ◆ 3 dcl mléka
- ◆ 3 lžíce polohrubé mouky
- ◆ 2 lžíce kakaa
- ◆ 1 žloutek

Uvařit kaši, do horké přidat hrst

mletých ořechů.

Utřít:

- ◆ 1 a1/2 másla
- ◆ 20 dkg moučkového cukru
- ◆ trochu rumu

Po lžících přidáme vychladlou kaši.

Krém zdobíme na rohlíčky trubičkou a potom namáčíme do čokolády.



Čajovna U sv. Mikuláše

Kde nás najdete?

Beneš z Loun 321
Louny

Otevírací doba:

Po 10:00 – 17:30

Út 10:00 – 17:30

St 10:00 – 20:00

Čt 10:00 – 17:30

Pá 10:00 – 20:00 (*mimo přednášky*)

So 9:00 – 11:00 (*během trhů*)

Telefon: 415 652 164

E-mail: cajovna@arsys.cz

Facebook: Čajovna U sv. Mikuláše

DALŠÍ INFORMACE NA:

WWW.CAJOVNAMIKULAS.CZ

TEN, KDO NEMÁ VÁNOCE V SRDCI,
JE NIKDY NENAJDE ANI
POD STROMKEM.
Roy L. Smith



STAŇTE SE FANOUŠKY
NAŠICH
FACEBOOKOVÝCH
STRÁNEK A DOZVÍTE
SE VŠECHNY NOVINKY
JAKO PRVNÍ!
A NAVÍC DALŠÍ
INFORMACE ZE
ZÁKULISÍ ČAJOVNY :-)

/CAJOVNAUSVMIKULASE

Na tomto čísle spolupracovali:

texty: Lenka Zemanová, Petra
Vernerová, Kateřina Zemanová,
Hana Jánská

fotografie: archiv,
Kateřina Zemanová,
wikipedia.cz, Jiří Zeman

Tak a teď jste na poslední stránce tohoto „časopisu“.

Přes všechny ty informace o čajích, bylinkách, kamenech... pořád jedna chybí. Ta o čajovně. Takže...

Jméno: Čajovna U svatého Mikuláše

Co nabízím: přes 40 druhů kvalitních čajů, výbornou čokoládu, skvělou kávu, nejrůznější mňamky, vodní dýmku, čaje a kameny, čajové náčiní a jiné nezbytnosti na prodej

Pro koho jsem: pro nekuřáky cigaret, pro kuřáky vodní dýmky, pro mladé a naivní, ale i pro životem zkušené

Z čeho mám radost: ze zajímavých přednášek léčitelů, z dech beroucích koncertů a z obrazů nejrůznějších autorů

Každá návštěva mně a čajovníkům udělá radost! :)

Čajovna U sv. Mikuláše

TEN NEJHEZČÍ DÁREK

Minulé Vánoce u nás – s námi trávil bráchův kamarád. Američan. Mamka neumí anglicky vůbec a táta láme slova jako špagáty, aby alespoň sdělil základní myšlenku. I tak si ale hezky popovídali. Televizi jsme taky jednou ztlumili na minimum. Když jsem byla malá, vstávala jsem buď hodně brzo – abych stihla zkontrolovat všechny filmy, které jsem si naplánovala, nebo hodně pozdě – aby čekání na dárky nebylo tak dlouhé. Teď jsme ale seděli v obýváku a propovídali celé hodiny. Hodně dlouho jsme si nepovídali. Anebo – alespoň ne takhle všichni.

Nick (ten Američan) nechtěl trávit Vánoce sám. A tak mu brácha nabídl, že může být u nás. Nechtěl být sám... To všichni říkají – že je nejdůležitější, aby člověk na Štědrý den nebyl sám. Nejde snad o dárky... Ale o to, být s někým. A když jsem o tom tak

přemýšlela, vzpomněla jsem si na lidi, kteří jsou dneska večer sami. Já takové Vánoce nezažila. Vždycky u nás krásně voněl byt a všichni jsme se sešli u stolu. Co kdyby ale... byly jednou moje Vánoce taky osamělé? Osamělé...

Přistihla jsem se, jak jsem se chvíli před tím, než jsme měli jet na půlnoční mši do Ročova, vytratila do pokoje. Chtěla jsem být sama. Jenom chvíli. Blíží se konec roku. Vánoce – to je vlastně taková malá inventura. Kupuju dárky. Dostávám dárky. A právě v týhle malý chvílce samoty myslím na to, jaký tenhle rok byl. Co ještě můžu do úplného konce roku stihnout. Vzpomínám na to, co bylo... Na to, koho jsem potkala. Čtu si staré poznámky. Pak mi zadrnčí mobil. „Mám Tě rád.“ Jakoby věděl, že zrovna tohle teď potřebuju slyšet. „Mám Tě rád...“ Rád. Radost? Mám radost, že Tě mám... Že ses mi připlatl /

připlatla do života.

Třeba je zrovna tohle to jediný, co někdo chce o Vánoce slyšet.

Třeba je to ten nejhezčí dárek.

