

JINÝ SVĚT



Bulletin Občanského sdružení pro podporu a péči o duševně nemocné VOR Jihlava

Můžeme se mít v roce 2014 lépe?

Ročník XIV, číslo 1

Kdo by se nechtěl mít lépe? Netroufám si odhadnout, kolik existuje naprosto spokojených lidí. A existují vůbec? Určitou nespokojenost prožívají lidé zdraví i nemocní, zaměstnaní i nezaměstnaní, bohatí i nemajetní. Na toto téma jsem položila několik otázek **Mgr. Martinu Šťastnému**.

Co pozitivního nám přináší rok 2014? Zatím jsme zaregistrovali zrušení poplatků za pobyt v nemocnici. Částka, o kterou se zvýšily invalidům a seniorům důchody, je spíš pro zasmání. Ale optimista by pravil: „Nemusí přšet, hlavně když kape.“ Je ještě něco, co hovoří v náš prospěch?

Není lehké odpovědět. Podíváme-li se na to z hlediska společenského, tak jak jste to načala, bude to rok docela zajímavý. Všeobecně panuje očekávání, zda se konečně dostaneme z recese spojené s nedávnou ekonomickou krizí, tedy že se budeme mít lépe. Od konce roku nás s různými peripetiemi provází vznik vlády. Ale v době, kdy budou čtenáři článku číst, bude pravděpodobně v tomto bodě jasno. Hodně velkou změnou je platnost nového občanského zákoníku, která se dotýká doslova každého z nás, ať si to uvědomujeme nebo ne.

Praktický dopad to má i na VOR, který musíme transformovat na jinou právní formu. Ale jak jsem se mohl seznámit i s dalšími kapitolami nového zákoníku, tak se skutečně dotýká všech lidí, mění se například přístup k posuzování svéprávnosti, mění se pravidla pro dědictví a tvorbu závěti a v neposlední řadě jde i o ty švestičky ze sousedovy zahrádky. Pokud spadnou k nám za plot, můžeme je beztrápně sníst.



olympijské hry v Soči. Právě Soči mi ale v současné době symbolizuje to, co mě trápí, ale co je asi velmi příznačné pro dnešní dobu. A to je nejistota, nejednoznačnost, relativita dobra a zla, krize hodnot a vztahů. Můžeme cynicky uzavírat sázky, zda bude proveden během her nějaký atentát nebo ne. Svátek sportu je vykopen bídou obyčejných lidí, kteří trpěli nejen na stavbě sportovišť v Soči, ale i v Kataru, kde by se mělo konat mistrovství světa ve fotbale v roce 2022. Sport v Soči je zneužíván k propagandě a je těžko přijatelné, že proto to musí být nejdražší hry v historii. Samozřejmě na úkor obyčejných lidí. Ale vy vlastně chcete vědět, co nás čeká pozitivního! Tak to se omlouvám, ale vlastně nevím. Ani s těmi poplatky to není zas tak růžové. Ano, lidé nebudou muset platit ze svých kapes přímo, ale někde je třeba peníze na zdravotnictví vzít. Ale, s trochou nadsázky vzato, mě asi nejvíce zajímá, jak dopadne referendum ve Skotsku a zda se otřepe jedna z mála jistot v podobě Spojeného království. Od dob, kdy jsem viděl film Statečné srdce, tak nějak Skotům fandím.

Na naší spokojenosti se podílejí vlivy vnější i vnitřní. Máme vůbec možnost ty vnější ovlivnit?

I přesto, že ve světě zuří války, každou minutu dochází k událostem různého stupně tragiky, máme šanci být spokojeni – a jeto tak správně. Dnes máme velkou smůlu, že žijeme v globalizovaném světě, kde se nic neutají. Informační toky mají podobu přílivových vln, jsme zahlceni informačním šumem, který často opravdu nelze efektivně filtrovat. Proto někteří z nás přestali sledovat události kolem, protože vlastně nevědí, co si s nimi počít.

Uvnitř tohoto vydání:

Párty v Chilli baru	2
Štěně	2
Jak se se ztrátou blízkého člověka může vyrovnat věřící člověk	3
Úvaha	3
Sportem ku zdraví	4
Podivuhodné příběhy mojí kamarádky	5
Povídka na pokračování	6
Recepty, vtipy	7

Zanedlouho skalní příznivci zimních sportů zasednou k televizorům a budou sledovat Zimní **Pokračování na str. 4**

Sociální rehabilitace je financována prostřednictvím projektu „Podpora vybraných sociálních služeb na území Kraje Vysočina – individuální projekt II“ z Evropského sociálního fondu a státního rozpočtu České republiky.



Spokojené účastnice
Foto: E. Řídká

Párty v Chilli baru byla super Za pět tři – sraz u dolní kašny na náměstí, tak zněla domluva pro nás „Voráky“, kteří jsme nevěděli, kde se místo našeho vánočního večírku nachází. Sešli jsme se v hojném počtu. Někteří už byli uvnitř a u baru popíjeli. Atmosféra byla přímo úžasná! Každý si našel spřízněnou duši, se kterou si mohl popovídat. Obsluha byla příjemná a rychlá. Někteří si donesli občerstvení upečené nebo vyrobené doma. Rozdali jsme si navzájem dárky, které se nakupily pod vánočním stromčkem. Vystoupení pěveckého sboru CDS se mi moc líbilo. Zazpívali zase nové písničky a po závěrečném potlesku ještě jednu přidali. Pak jsme zpívali koledy. My, kteří rádi tancujeme, jsme si nemohli nechat ujít vystoupení skupiny, kterou přivedl kytarista pěveckého sboru Predrag Duronjić a pořádně jsme si zařídili. Odcházela jsem s krásným pocitem výborně stráveného předvánočního odpoledne.

Autor: Libuška Králová



Posezení v Chilli baru
Foto: H. Korbička



Martin a Eva zpívají koledy
Foto: H. Korbička



Pěvecký sbor CDS
Foto: H. Korbička

Štěně

Autorka: Jitka Pilařová

To jsem bydlela ještě na vsi s mamkou a bratrem, když jsme si pořídili štěňátko jezevčíka. Chodila jsem s ním na procházky, většinou do vedlejší vesnice k rybníku. Betynka (jak jsme ji pojmenovali), procházky milovala, hlavně u vody. Brouzdala se v ní, lovila škebličky, honila žabičky a přesto měla energie na rozdávání. Myslela jsem si, že dvě procházky za den k rybníku jí stačí. To ještě běhala po dvoře. Ale mýlila jsem se. Tu jsem si po jedné z našich procházek rozhodla došít si letní šaty se zelenými proužky. A protože jsem šila v ruce, sedla jsem si na zem. Betynka zmizela, myslela jsem si, že spí. Najednou mě přepadl divný pocit. Zmizel mi metr, jen jsem se otočila po špulce nití, i ta zmizela. Hledala jsem pod stolem a pod židlí a koukám, i šaty byly pryč. No já už myslela, že mám alzheimera. V tom jsem si všimla, že cíp mých šatů leze z ustlané postele a ozývá se odtamtud jakési kníkání. Odhodila jsem peřinu..... nu a co nevidím. Všechny svoje věci, co jsem hledala, ba i ty, co jsem nehledala. A těch míčků a plyšových hraček! A uprostřed se kroutily a vrtěly moje šaty. Betynka se do nich zamotala a nemohla ven. Když jsem jí vysvobodila z těch šatů, hned se mi vrhla do náručí a radostně kníkala a mručela zároveň.

Do dneška nevím, jestli se jí ty šaty tak líbily nebo mě chtěla jen vytrést zato, že jí, naší princezně domácnosti, jsem neušila vůbec nic.



CITÁTY

Ženy čtou lépe v cizím srdci než ve vlastním.

Jean Paul

Pochvala znamená dveře k přátelství.

Oscar Wilde

Člověka stojí vždy mnoho úsilí, aby přesvědčil sám sebe, že je šťastný.

Gotthold Ephraim Lessing

Je lepší zemřít pro něco, než žít pro nic.

Cornell Woolrich

Ze země ke hvězdám nevede vyšpaná cesta.

Lucius Annaeus Seneca

Nejvíce lidí klopýtá o práh svědomí.

Stanislaw Jerzy Lec

Jak se se ztrátou blízkého člověka může vyrovnat věřící člověk

Když ztratíme blízkého člověka, vždycky nás to zasáhne, ať už jsme s ním měli vztah jakýkoli. V takové chvíli si teprve většinou uvědomíme, co pro nás ten člověk znamenal. A každý pozůstalý reaguje po svém. Stává se, že do této chvíle zdraví lidé se dokonce propadají do deprese. Rozdíl bývá i mezi reakcí lidí ateistických a lidí věřících. Koncem minulého roku mě oslovil Petr Šmída, kterému v létě 2013 zemřel tatínek, že by se s námi chtěl o své pocity podělit. Proto jsem mu položila těchto pár otázek.

Petře, kdy a od koho ses dozvěděl, že Ti zemřel tatínek?

Zrovna jsem byl na exerciciích (duchovní cvičení) na Svaté hoře u Příbrami a třetí den jsem ráno obdržel sms zprávu od maminky o úmrtí tatínka.

To muselo být pro Tebe hrozné. Co jsi nejdříve udělal?

Příznám se, že mi to v hlavě šrotovalo. Celou dobu jsem doufal, že tatínek náročnou operaci srdce přežije. Snažil jsem se přes mobil uklidnit maminku a potom jsem skoro celý den klečel v kapli, modlil se za tatínka a plakal tak, že jsem měl večer opuchlé oči a nemohl jsem dlouho usnout.

Co Ti pomáhalo tuto bolest překonat?

Naděje a víra ve věčný život. Tedy to, že tatínkova smrt není konec, ale pokračování. Hodně mi pomohlo vědomí, že se dost lidí za tatínka modlilo a že za něj byly odslouženy zádušní mše svaté.

Jak to cítíš teď, přibližně po půl roce?

Tatínek mi tu lidsky chybí, ale modlím se za něj a věřím v nekonečnou a milosrdnou lásku Pána Ježíše a věřím, že je tatínek u Něj a má se už dobře.

Máš pocit, že jsi měl tatínkovi, za jeho života, ještě něco říct a neřekl?

Jistě, tu a tam mě napadne, že jsem mu chtěl a mohl před smrtí říct, že

Jak to cítíš teď, přibližně po půl roce?

Tatínek mi tu lidsky chybí, ale modlím se za něj a věřím v nekonečnou a milosrdnou lásku Pána Ježíše a věřím, že je tatínek u Něj a má se už dobře.

Máš pocit, že jsi měl tatínkovi, za jeho života, ještě něco říct a neřekl?

Jistě, tu a tam mě napadne, že jsem mu chtěl a mohl před smrtí říct, že ho mám rád a přes všechno, co se stalo, si ho vážím a poprosit ho o odpuštění toho, čím jsem mu v životě snad ublížil.

První Vánoce bez tatínka byly asi smutné. Můžeš nám přiblížit, jak probíhaly?

Docela dobře. Strávil jsem je u maminky. Na štědrovečerní stůl jsme dali talíř i pro tatínka a zapálili svíčku. A v duchu jsem se za tatínka pomodlil. I maminka to nesla velice statečně, i když ji to, pochopitelně, ještě dost bolí.

Myslíš, že už se Ti podařilo se se ztrátou jednoho z rodičů smířit?

Ještě ne zcela. A myslím, že je to lidské, mít občas smutek, když mi tu někdo blízký chybí. Ale v podstatě to mám v srdci srovnané. Zrovna nedávno jsem učinil rozhodnutí, kdy jsem poprosil za odpuštění všeho, čím jsem mu ublížil a zároveň mu odpustil vše, čím se tatínek provinil na mně. A toto mi moc pomohlo. Byla to taková zdravá tečka pro usmíření a určité vyrovnání mezi námi. Svěřuji ho s důvěrou a pokojem v duši denně Božímu milosrdenství.



Moc krásná úvaha, musím se s Vámi o ni podělit...

Psycholožka procházela po místnosti, zatímco publiku přednášela o zvládnání stresu. Když pozvedla sklenici s vodou, každý z přítomných očekával, že se zeptá "Je sklenice z poloviny prázdná nebo z poloviny plná?" Namísto toho se však pousmála a zeptala se lidí, kolik si myslí, že sklenice váží.

Odhadů bylo mnoho. Ona však řekla: "Na skutečné hmotnosti nezáleží. Záleží na tom, jak dlouho sklenici držím. Pokud ji držím minutu, není to žádný problém. Když ji budu držet hodinu, bude mě bolet paže. Kdybych ji držela celý den, moje paže by se cítila paralyzovaná. Každopádně, sklenice je stále stejně těžká, ale čím déle ji držím, tím těžší se zdá." Pak pokračovala. "Stres a starosti jsou stejné jako tato sklenice. Myslete na ně chvíli a nic se nestane. Myslete na ně o něco déle a začnou vás zraňovat. A budete-li se jimi zabývat celý den, budete se cítit paralyzovaní - neschopní cokoli udělat."

Je důležité nezapomínat své stresy uvolňovat. Každý večer, co nejdříve to půjde, odhodte všechna svá břemena. Netahejte je s sebou celý večer až do nočního spánku. Nezapomeňte svou sklenici včas odložit.

Zdroj: internet

Fejeton z prostředí naší krásné Jihlavy

Sportem ku zdraví aneb není posilovna jako Posilovna

„Čau, Raduš. Kam letíš?“ volám na kolem proběhnuvší kamarádku. Vrátil se ke mně a pokluskává na místě. „Sportuji. To víš, musím se udržovat. „To jsi dobrá, k tomuhle bych se nepřinutila. Já spoléhám spíš na chůzi nebo doma na rotoped. Tak makej, ať tě nezdržuju,“ propustila jsem ji. „Tak ahoj, zítra v kavárně, jo?“ „Jo, ve tři. Ahoj.“ Domluvily jsme se a už jsem jí viděla záda, jak mizí za zatáčkou. Je to borka. Mým nejčastějším pohybem je asi tak ta chůze. Především procházky s manželem, ale v poměrně poklidném tempu.

Druhý den jsem se Radky zeptala: „Kolik toho za týden naběháš?“ „Pár kilometrů. Kdovíjaká sláva to není, ale to víš, když vidím svého muže, jak už rok chodí do posilovny, tak mu chci dokázat, že taky nepatřím do starého železa a že chci vypadat k světu. „Karel že chodí do posilovny?“ „Jo, je domluvený s kolegy z práce a dvakrát týdně si jdou protáhnout těla. To koukáš, co? Jednou jsem tam chtěla jít s ním, ale nevzal mě, prý že to je pánská jízda. Ale řekni, co by mu to udělalo, kdyby mě tam vzal s sebou? Navíc se mi nezdá, že by na něm byly vidět nějaké výsledky. No asi to nejde tak rychle, že jo,“ zamyslela se Radka. „A když se ho vyptávám, jak a co tam cvičí, tak se mi zdá, že mlží. Přitom mám radost, že o sebe dbá a myslí na zdraví i na figuru. Tím, jak posiluje svaly, tím víc spaluje tuk. Nemusí vypadat zrovna jako Schwarzenegger, ale vysportovaná postava sluší každému. Když tak přemýšlím, vždyť on ale ani to tričko nemá zpocené. Jestli on místo do posilovny nechodí za nějakou ženskou. Ty, hele, nemohl by tvůj muž jít někdy s nimi? Pak by mi řekl, co a jak,“ zaprosila kamarádka. „Jako dělat špióna, jo? No tak k tomu se můj manžel nepropůjčí, jak ho tak znám,“ odmítla jsem její návrh. „No tak nic, já si poradím sama,“ řekla Radka ustrašeně.

Za týden jsme se znovu potkaly. „Tak, co? Už něco víš?“ ptám se. „Ani se neptej! Domluvila jsem se se švagrovou, že budeme Karla stopovat. Vlastně ne stopovat, ale že si půjdeme taky zacvičit.“ „Takže vlastně stopovat.“ „No jo, pořad. Oblékly jsme se sportovně, tenisky jsme si vzaly do tašky a vyrazily jsme asi minutu po Karlovi. Došly jsme k budově s nápisem Posilovna. Snad se na mě nebude Kája zlobit, říkala jsem si v duchu. Chvilí jsme čekaly venku a pak jsme vešly dovnitř, jakoby nic. Karel seděl u stolu s kumpánama a debatovali při půllitrech piva. Byli překvapeni, když nás uviděli. My šly ale za barmanem a ptáme se, kudy se jde do tělocvičny. „Do jaké tělocvičny?“ „No do té posilovny přece,“ zdůraznila jsem už trochu netrpělivě. „To si, dámy, s něčím pletete, tohle je restaurace, která se jmenuje Posilovna, ale zacvičit si musíte jít někam jinač. Tady můžete posilovat akorát tak zvedáním půllitrů.“ Chlapi se nám smáli a Karel tušil, že ho doma se mnou čeká rozhovor. No, chápeš to? Rok předstírá zájem o sport a přitom si místo svalů užene spíš pivní mozol. Myslím, že mi bude mít co vysvětlovat. A já běhám jak blbá, abych za ním nezaostávala. Ale aspoň teď vím, že není posilovna jako Posilovna.“

Autorka: **Hana Korbičková**

Pokračování ze strany 1—Rozhovor s Mgr. Martinem Štastným

Je zřejmé, že mnoho okolností a vnějších vlivů, které na nás působí, nemáme šanci ovlivňovat. Ale čím blíže k nám se události odehrávají, tím více se nás dotýkají. To nejdůležitější se děje v našem bezprostředním okolí právě tehdy, kdy si uvědomujeme přímou vazbu mezi prostředím a námi samotnými. Spokojení býváme tehdy, pokud máme pocit, že jsou uspokojovány naše potřeby. Cítíme se bezpečně, jsme víceméně zdraví, netrpíme závažným nedostatkem, máme uspokojivé vztahy s blízkými lidmi i širším okolím, cítíme se hodnotní a užiteční.

Je dobré si uvědomit, že absolutní spokojenost je iluze a asi se nám nemůže podařit být úspěšný ve všech oblastech našeho života. Důležité je nebát se svého okolí, nevnímat ho dopředu jako nepřátelské, snažit se porozumět realitě vyznávat se v ní.

Dnes máme štěstí, že žijeme v klidné době, že netrpíme zásadním nedostatkem, i když mnoho lidí si, jak se říká, vyskakovat nemůže. Čili, naučme se rozpoznávat, co je v našich vlastních silách, co můžeme ovlivňovat a učme se nebyť pasivní a mít odvalu se vyjádřit a angažovat.

Co pro to, abychom se cítili lépe, můžeme udělat my sami?

Tato otázka svádí trochu k moralizování, ale toho bych se chtěl vyvarovat. Ale vyzdvihl bych několik aspektů.

Tak předně, ještě jednou upozorňuji na důležitost sebereflexe, sebepoznání. Čím více si budeme vědomi vlastních možností a schopností, tím efektivněji budeme moci naplňovat vlastní potřeby. Čím větší bude pocit vlastní hodnoty a kompetence, tím méně budeme trpět obecnou nespokojeností a žárlivostí.

Za druhé jde o ovlivňování nejbližšího okolí. Zde jsou pro nás nejdůležitější vztahy. Kvalita vztahového pole enormně ovlivňuje pocit životní spokojenosti. Co se za peníze asi opravdu koupit nedá, je autentický, hluboký a blízký vztah s lidmi. Určitě má tedy smysl snažit se neustále o lepší vztahy.

Třetí oblastí by asi bylo téma hodnot. Každý člověk ve svých názorech a postojích vyjadřuje určité hodnoty. Zamysleme se občas nad vnitřním zebříčkem hodnot, co nás motivuje a ovlivňuje, jak se vztahujeme k ostatním lidem, co považujeme za cenné a hodnotné, co jsme někdy schopni obětovat, co ovlivňuje naši víru a přesvědčení.

Na závěr bych ještě rád všechny čtenáře pesimisty vyzval ke snaze učit se omezovat negativní postoje. Je to možná poněkud idealistické, ale myslím, že opravdu máme vždy na vybranou, máme možnost se vnitřně svobodně rozhodovat a hlavně máme právo prožívat naději, že „TO“ může dopadnout vlastně docela dobře.

Pokud máme sklon ke katastrofickým scénářům a na první pohled vidíme vždy jen to negativní, tak si povinně

zařadíme do našeho repertoáru i pohled druhý - opačný. Třeba zjistíme, že můžeme být spokojenější, když se na sebe sama i okolní svět zadíváme z trochu jiné perspektivy.



Otázky připravila H. Korbičková

Děkuji a svěřuji

Petr Šmída

Děkuji Pane Ježíši za vše co jsi mi tento rok daroval
Děkuji za všechno číms mě obdaroval i cos mi vzal
Děkuji za všechno dobré z Tvé ruky, že toho nebylo málo vím
Děkuji za všechny lidi, které jsi mi do cesty poslal též darem Tvým

Děkuji za všechny, které jsem potkal a na cestě mám
Tak Ti je svěřuji do Tvé lásky a Tobě je odevzdám
Svěřuji Ti maminku i zemřelého tatínka co sis vzal k Sobě
Svěřuji všechny lidi s kterými jsem se letos setkal Tobě

Děkuji za Prahu, za Liberec a zvláště za Jihlavu Pane
Věřím, že vše je k mému prospěchu co se stalo a stane
Děkuji za hmotné i duchovní dary, které s mi daroval
Děkuji za Tvoji velkou lásku kterou mi miluješ a miloval

Děkuji za cestu poněkud klikatou, kterou jsi mi vedl
Děkuji za Tvou milosrdnou lásku, kterou jsi mi zpět k Sobě dovedl
Děkuji, že jsi můj Přítel nejvyšší, svěřuji se Ti a Tobě se dávám
Svěřuji Ti také všechny živé i zemřelé celý svět Ti odevzdávám

Děkuji za vítězství a děkuji také za všechny pády své
Které jsem podstoupil i prohrál v bitvách a bojích
Padl jsem mnohokrát, Tys mě vždy pozvedl v Lásce své
Já ač hříšný, ale i Tebou milován chci kráčet po cestách Tvých

Děkuji Ježíši za všechny živé i zemřelé dobrodince mé
A tak Ti je všechny svěřuji milosrdné lásce Tvé
Svěřuji Ti Ježíši všechny, které jsem do srdce vpustil
I ty před kterými jsem srdce zavřel, abys je vedl a neopustil

Děkuji Ježíši za všechny mě svěřené a které jsi mi svěřil
Chraň je svou láskou a ochranou buď jim silou
Děkuji za dar víry, která se chvěje dej, abych Ti zcela důvěřoval a
věřil
Že stojíš při mně jsi v srdci mém a stálou pomocí mou

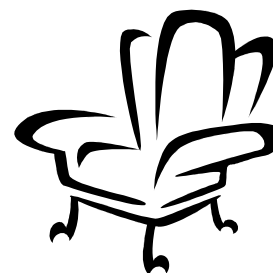
Děkuji za ty co mi pokořují a nejsem v přízni u nich
Děkuji za Tvé podněty a kroky, které jsem čerpal z knih
Děkuji za Tvé zvláštní vedení skrze nešednoucí lidi
Abych se nevypínal a nepyšnil tak to má duše vidí

Svěřuji Ti své hříchy, kříže a také své slabosti
Děkuji, že zahlédnu a vidím své omezené hranice lidskosti
Děkuji za celý rok a za vše co v něm bylo Pane můj
A pokorně prosím v příštím roce nás všechny ochraňuj

Podivuhodné příhody mojí kamarádky,

aneb

Humor v každodenním koloběhu života



Příběh první – V restauraci

Jdeme do City. Objednáme si jídlo a pochutnáváme si na dobrůtkách, které jsme si koupily. Povídáme si. Říkám kamarádce: „No, moc dobře se mi tu neseď. Bojím se, že ta židle pode mnou praskne.“ „Neboj,“ ujišťuje mě kámoška. To se jí to řekne, když má 50 kg i s postelí. Dobře se bavíme a hodujeme a brzy se chystáme k odchodu. Kamarádka se zvedne a kabelku si odloží na židli, aby si oblékla kabát. A jak tam tu kabelku položí, v tom se ta židle rozloží a padne k zemi... Paní na úklid nečeká a židli, rozpadlou na několik kusů, okamžitě odnáší někam pryč. A co teď? Nohy na ramena? A ta ostuda! Naštěstí žádná nebyla. Jenom my dvě jsme zaujaly několik jedlíků svým hlasitým smíchem. Když židle spadla, nehnul nikdo z přítomných zákazníků ani brvou. Pobaveně odcházíme a jsme rády, že to odnesla jen židle a my vyvázly bez zranění.

Příběh druhý – Festák

Jdeme se kouknout na letní kino na koncerty. Budeme za plotem. Jen tak mrknout. Něco by to chtělo na pití. Kámoška jde koupit Frisco. Já sedím na lavičce a držím místo. Přijde s příjemně zbarvenou lahvičkou. „Ale zapoměli mi to otevřít! Zkusím to o lavičku,“ říká. S vervou se pustila do odstraňování zátky. Urputně bojuje chvíli s lavičkou a chvíli s lahvičkou. Povídám velice hlasitě: „Nech to! Já to otevřu klíčem.“ Kamarádka to vzdá a podává mi nápoj. Kouknu se shora na zátku. Dvě šipky do stejného směru a nápis: OTOČ! Mozek rukám vyslal signál dříve, než jsem se stačila vzpamatovat a... zátko povolila. Říkám: „Ono je to na otočný uzávěr!“ No, alespoň jsme se zasmály. Nálada byla výborná a koncert jsme si užily. Cítila jsem se, jako by mi bylo znovu šestnáct.

Autor: **Libuška Královská**

Já a Vánoce 2014...

Chtěla bych vám napsat, jak jsem prožila vánoce 23.12.2013 pro mě přijel brácha a jeli jsme na hřbitov do Českého Rudolce jim tam zapálit svíčku a dát věneček. Maminka by 29.12.2013 měla narozeniny a bylo by jí 73 let. Pak jsme jeli do Albeře se podívat na barák a když jsme jeli zpátky do Jihlavy, tak jsme se stavili u dcery na obědě. Popovídali jsme si brácha mě dovezl do Jihlavy a jel domů.

Autor: Marie Klípková



Prokletí nefritového škorpióna - Woody Allen

Navštívila jsem představení v Horáckém divadle Jihlava Prokletí nefritového škorpióna. Toto divadelní představení vzniklo podle filmu, ke kterému napsal scénář, režíroval jej a hlavní roli hrál Woody Allen. Je to brilantní konverzační komedie, ve které se v první polovině smějete a v druhé polovině se smějete ještě mnohem víc.

V této hře jde o to, že detektiv pojišťovací společnosti C. W. Briggs vyšetřuje případy odcizení šperků z obydlí bohatých lidí. Chudák netuší, že tyto šperky uloupil on sám. Byl totiž pod vlivem hypnózy a jen plnil rozkazy a nic si pak nepamatoval. Považoval za absurdní, když důkazy svědčily proti němu a dokonce skončil jako pachatel za mřížemi. Hru zpestřovaly i milostné zápletky zaměstnanců pojišťovací agentury.

Řeklo by se: výborná komedie. Ale to by přece nebyl Woody Allen, aby v tom nebylo, krom zábavy, ještě něco víc. Když jsem se nad touto hrou zamyslela, brzy mi došlo, jakou má hloubku. Není tak trochu o životech mnohých z nás? Někdy jednáme bezmyšlenkovitě, nesoustředěně, jako bychom sami byli v hypnóze, a pak jsme překvapeni, jaké důsledky naše konání má. Dokonce se někdy bráníme, že jsme to přece nemohli způsobit my.

Každopádně jen ten, kdo tuto komedii shlédne, pochopí, co znamená, když někdo řekne: Konstantinopol nebo Madagaskar.

Autor: Hana Korbičková



MILAN ŠINDELÁŘ a Marta Dřímál Ondráčková jako Cecil Winston Briggs a Laura Kensingtonová v inscenaci Prokletí nefritového škorpióna.

Foto: Leoš Skokan

Novoroční předsevzeti

ALENA

- 2011: Dostanu váhu pod 90 kg.
- 2012: Budu si hlídat kalorie, dokud se nedostanu pod 95 kg.
- 2013: Budu přísně dodržovat novou dietu, dokud nezhubnu pod 100 kg.
- 2014: Pokusím se dívat se realisticky na svou váhu.

JOSEF

- 2011: Nebudu pít před 5. hodinou odpoledne.
- 2012: Nedotknu se láhve před polednem.
- 2013: Nestane se ze mne "problémový piják".
- 2014: Nebudu se vyhýbat protialkoholní léčbě.



IVAN

- 2011: Nebudu lehkomyšlně rozhazovat peníze.
- 2012: Budu pravidelně splácet půjčku.
- 2013: Budu pravidelně splácet půjčky.
- 2014: Ze všech sil se budu snažit, abych byl do roku 2024 bez dluhů.

Zdroj: net



Povídka na pokračování...

Od šestnácti let se léčím na schizofrenii. Po deseti letech léčby jsem dostala třetí ataku. Byla zatím poslední a nejhorší. Stres, přepracování, zřejmě ne úplně dobrá změna neuroleptika...

V pondělí ráno jsem si zavolala z telefonní budky taxi, sbalila všechny věci a vyrazila do Prahy. V té době jsem byla přesvědčená, že se mi podaří dojet až na západ Evropy za jedním mým kamarádem. Seděla jsem v autě, jeli jsme po dálnici a já jsem se v rychlém proudu myšlenek snažila namyslet si, co vlastně hodlám dělat. Zastavili jsme v jednom malém městě, já si vyzvedla peníze z bankomatu a dala taxikáři zálohu.

Stmívalo se, začínalo pršet a my jsme přijeli do Prahy. Můj současný cíl bylo stále dostat se nějakým způsobem, nejlépe autem, v kterém jsem měla věci a s taxikářem, kterému jsem důvěřovala, za Petrem.

Zastavili jsme na Václavském náměstí a můj pan taxikář řekl, že dál nejede. Nemá potřebné doklady, a že prostě do zahraničí nemůže. Zkoušel se dohodnout s pražským kolegou, ale mě stejně něco pořád říkalo, abych z tohoto auta nevystupovala. Nakonec jsme se dohodli, že v Praze přespím, on mi vrátí peníze, prozatím si nechá všechny moje věci a vrátí se s nimi do města, kde jsem bydlela. Jeli jsme zrovna kolem hotelu Panorama. Řekla jsem, že přespím třeba tady. Vystoupila jsem jen s kabelkou, kde jsem měla peněženku, doklady a růženec.

Pokračování příště

RECEPT—Jáhly s hlívou ústříčnou

K tomu, abychom byli zdravější, nám nepomáhají jen medikamenty, ale i vhodné jídlo. Při svých kuchařských pokusech, s informacemi o surovinách prospívajících našemu organismu, vám nabízím tento **zdravý a rychlý** recept. (Asi za 20 min máte hotovo.)

Ingredience

250 g jáhel
50 g hlívy ústříčné
1 cibule
stroužky česneku
drcený kmín
sůl
čerstvé nebo sušené bylinky (tymián, saturejka – usnadňují trávení)
voda
rostlinný olej

Postup

Jáhly uvaříme ve vodě a se solí dle návodu na sáčku. Ve větším hrnci na oleji dusíme hlívu ústříčnou nakrájenou na malé kousky, přidáme nadrobno nakrájenou cibuli, česnek, koření a bylinky. Můžeme přidat i trochu vody, aby výsledný pokrm nebyl příliš suchý. Asi po 15 minutách přidáme uvařené jáhly. Promícháme a je hotovo. Na talíři obložíme zeleninou dle chuti (popř. kysané zelí).



Návrh na stolování

Recept na dobrou buchtu

Autor: Irena Kittlerová

Suroviny:

150g cukru
150g polohrubé mouky
150g mletého máku
1 vejce
¼ l mléka
½ prášku do pečiva
citronová kůra
rumová příchut'



Všechny přísady smícháme, těsto nalijeme do pekáčku a pozvolna upečeme.

(Valentinské) Vtipy

Žena se probudí na Den svatého Valentýna a oznamuje nadšeně svému choti: „Právě se mi zdálo, že jsi mi na Valentýna věnoval perlový náhrdelník. Co myslíš, že to znamená?“ S jistotou v hlase muž prohlásí: „To se dozvíš dnes večer.“ Večer muž přijde domů s malým balíčkem a slavnostně jej předá ženě. Žena jej dychtivě otevře a najde knihu s názvem: Význam a vykládání snů.

Sedí na sv. Valentýna osamělá žena v obýváku v křesle a představuje si, jaké by to bylo krásné, kdyby k ní přišel nějaký atraktivní muž. Najednou někdo zaklepe na dveře... Kdo je tam? Jean Claude Van Damme... Žena na to: neznám, všichni čtyři vypadněte...

Na svatého Valentýna syn odchází večer z domu. „Kam jdeš?“ ptá se ho otec. „Slavit. Víš, já teď chodím s Blaženou? Máš snad něco proti tomu?“ „Ne, jen jsem chtěl říct, že když jsem byl v tvém věku, tak jsem s ní chodil taky!!!“

„Tati, už mě to sáňkování nebaví.“

„Ale synu, jsi na čerstvém vzduchu, nenaříkej a táhni mě zase nahoru!“

✱

Zima. Chlapec se ptá muže, který zimomřivě drží ruce v kapsách:

„Strejdo, kolik je hodin?“

Ten odpovídá: „Prosím tě, přijď se zeptat v létě.“

✱

Jdou dva skialpinisti po horách a najednou se jeden z nich zřítí do průrvy. Druhý přijede k průrvě a volá: „Jsi v pořádku?“

„Jsem!“

„Co hlava, nerozbil sis ji?“

„Ne, dobrý!“

„A co ruce nebo nohy, nemáš zlomené?“

„Ne, v pořádku!“

„Tak co tam ještě děláš?“

„Padám...“

✱

Kurz lyžování se skládá ze tří částí. Za prvé - připnout si lyže, za druhé - spustit se po svahu, a za třetí - naučit se chodit o berlich.

✱

Telefonát na horskou službu: „Jsem vysoko v horách, nevím kde a zlomil jsem si nohu. Už nemůžu dál. Co mám dělat?“

„Nemusíte dělat nic. Náš doktor vám napíše neschopenku.“

Do nového roku s novou křížovkou

Za odměnu!!!

Přirozený pohyb									
Hloupé zvíře									
Dopravní prostředek (na vodě)									
Oděv s krátkým rukávem									
Znak města									
Lyžařská disciplína									
Zavářka do polévky									
Rozbřesk									
Velmi dlouhý běh									
Náplň do psacího pera									
Zmrzlina na dřívku									
Jižní ovoce									
Lysá hlava									
Trup člověka									
Nová hudební TV stanice (komerční)									
Rychlý proud vzduchu									
Sportovní kalhoty									
Druhý den v týdnu									
Topné těleso									
Ski									

Tajenku prosím vhadzujte napsanou na lístečku do schránky, umístěné před dveřmi do kavárny. Nezapomeňte k tajence připsat své jméno.

Výherce bude vylosován na nejbližším kavárenském setkání.

Redakce časopisu

ZAMĚŠTNANCI VORU

<p>Lenka Vaňhová, DiS.</p> <p>Tel.: 567 213 896</p> <p>email: l.vanhova@os-vor.cz</p> <p>Hana Korbičková</p> <p>Tereza Homolková</p>	<p>Ing. Eva Kantorová vedoucí CDS VOR</p>	567 213 700	e.kantorova@os-vor.cz
	<p>Mgr. Martina Příbylová odborná vedoucí sociálních služeb</p>	567210 861	m.pribylova@os-vor.cz
	<p>Lenka Vaňhová, DiS. vedoucí služby sociální re- habilitace</p>	567 213 896	l.vanhova@os-vor.cz
	<p>Renata Nápravníková vedoucí kreativní dílny</p>	567 215 011	r.naprankova@os-vor.cz
	<p>Bc. Hana Komárková vedoucí služby chráněné bydlení</p>	567 210 594	h.komarkova@os-vor.cz
	<p>Mgr. Martin Šťastný klinický psycholog</p>	567 213 288	m.stastny@os-vor.cz
	<p>Eva Vorálková asistent pro službu STD</p>	567 215 011	e.voralkova@os-vor.cz

ŠÍLENÁ

Autor: neznámý

I mistr tesař se někdy utne a chybička se vloudila i do naší redakce časopisu. Na straně číslo 6 je příspěvek uveden jako Povídka na pokračování. Vzhledem k tomu, že náš časopis vychází 1x za dva měsíce nelze předpokládat, že si obsah předešlých částí budeme pamatovat. Protože už ale mezitím došlo k tisku konečné verze, přikládáme po dohodě s autorem povídky, příspěvek na této zvláštní straně a věříme, že kvalita příspěvku smaže vaše negativní dojmy z našeho pochybení.

Příjemný zážitek!!!

Od šestnácti let se léčím na schizofrenii. Po deseti letech léčby jsem dostala třetí ataku. Byla zatím poslední a nejhorší. Stres, přepracování, zřejmě ne úplně dobrá změna neuroleptika... V pondělí ráno jsem si zavolala z telefonní budky taxi, sbalila všechny věci a vyrazila do Prahy. V té době jsem byla přesvědčená, že se mi podaří dojet až na západ Evropy za jedním mým kamarádem. Seděla jsem v autě, jeli jsme po dálnici a já jsem se v rychlém proudu myšlenek snažila namyslet si, co vlastně hodlám dělat. Zastavili jsme v jednom malém městě, já si vyzvedla peníze z bankomatu a dala taxikáři zálohu.

Stmívalo se, začínalo pršet a my jsme přijeli do Prahy. Můj současný cíl bylo stále dostat se nějakým způsobem, nejlépe autem, v kterém jsem měla věci a s taxikářem, kterému jsem důvěřovala, za Petrem.

Zastavili jsme na Václavském náměstí a můj pan taxikář řekl, že dál nejede. Nemá potřebné doklady, a že prostě do zahraničí nemůže. Zkoušel se dohodnout s pražským kolegou, ale mě stejně něco pořád říkalo, abych z tohoto auta nevystupovala. Nakonec jsme se dohodli, že v Praze přespím, on mi vrátí peníze, prozatím si nechá všechny moje věci a vrátí se s nimi do města, kde jsem bydlela. Jeli jsme zrovna kolem hotelu Panorama. Řekla jsem, že přespím třeba tady. Vystoupila jsem jen s kabelkou, kde jsem měla peněženku, doklady a růženec.

Potvrdilo se, že v hotelech nepracují žádní hloupí a bezcitní lidé. Když jsem zaplatila, předložila občanku a viděli, jak vypadám (v té době jsem už hubla a svým vzhledem se přibližovala fešačce) do ubytovacího poukazu mi napsali „Individuální host“. Poprvé v životě jsem spala v takovém hotelu! Samozřejmě, že pokoj se neotvíral klíčem, ale kartou. Takže jsem musela sjet výtahem na recepci a požádat personál, aby mi pokoj někdo otevřel. Byla jsem, jak jinak, příjemně překvapená. Krásná koupelna, dvě postele, minibar... Takže jsem si užívala noc a kromě jiného jsem psala. Psala dopisy, s hlavičkou hotelu Panorama Praha.



Jeden své tetě, která jediný jsem skutečně druhý den poslala. Bylo v něm, že se mám jako nikdy v životě a že jsem spokojená. To jsem ale samozřejmě ani v nejmenším netušila, že už v této době mám opravdu pořádně rozběhlou ataku schizofrenie, mám hlasy, o kterých jsem tehdy nevěděla, že nejsou skutečné, mám halucinace a žiji v bludech. Druhý z dopisů jsem ráno při snídání dala slečně, která mě obsluhovala, a který byl adresován právě Petrovi, a z kterého vyplývalo, co hodlám udělat. Tj. ještě stále za ním přijet. Seděla jsem u stolu, vybírala si z pestré nabídky jídel a venku pršelo. Říkala jsem si, že se se mnou Praha loučí. Byla jsem rozhodnuta se sem už nikdy nevrátit. Vyložené jsem pocity, které už nikdy nezažiji, vychutnávala. Po snídání jsem se procházela po luxusním hotelu a byla přesvědčená, že se prostě jen tak na pas pomoci svého tehdy silně sebevědomého chování dostanu letadlem do kýženeho města.

Rozloučila jsem se na recepci, vzala občanku a odešla. Napadlo mě zavolat taxikáři (měla jsem jeho vizitku). Řekl mi, že věci jsou u něj a až se vrátím a zaplatím mu, vrátí mi je. Samozřejmě, že mé chování nemělo logiku, ale copak schizofrenie ji má? Pak jsem s pocitem úžasné svobody a volnosti vyrazila do Prahy. Uvědomovala jsem si ovšem, že mám silnou chřipku a že bych ji měla někde v penzionu nebo levnějším hotelu, vyležet. Nakonec jsem si alespoň

nakoupila Acylpyrin a Neoangin. Pak jsem šla na metro (tím jsem samozřejmě po celou dobu pobytu v Praze jezdila zadarmo). Jela jsem nějak do centra a sedla si do první internetové kavárny, na kterou jsem narazila. Petrovi jsem poslala e-mail, kde jsem psala, že ho zdravím z Prahy a ptala se ho, jak se mu daří. Něco v podvědomí mi opět říkalo, abych se nerozepisovala a hlavně mu nepsala, že jedu za ním. Pak jsem se procházela středem Prahy, až jsem se ocitla u premonstrátského kláštera, nedaleko Hradu. Sedla jsem si v jeho zahradách, svačila a hodně přemýšlela. Teď už vím nebo si to alespoň myslím, co z mých myšlenek byly bludy a co, ale to snad ani nebylo, bylo reálné. Vzpomínala jsem na své dětství, na svůj život a loučila se. Loučila se svým dosavadním životem a věřila, že mě čeká něco krásného a lepšího. Procházením se po klášterní zahradě a jejím okolí jsem strávila zbytek dne, nastal večer a problém, kde budu spát. Seděla jsem před klášterem a nadávala na všechny a všechno. Shodou okolností šel dovnitř jeden z premonstrátů a oslovil mě. Řekl mi: „Počkejte zde na mě, já se hned vrátím“. Skutečně přišel a snažil se komunikovat. Ale já jsem mu odpovídala jen minimálně. Pamatuji si z toho, že jsem si uvědomovala, že nevím, jestli mu mohu vůbec věřit. Procházeli jsme se Prahou, on něco povídal, a pak jsme přišli do ženského kláštera. Přišly dvě řádové sestry, zřejmě s ním o mně mluvily... Nakonec mi daly jízdenku na tramvaj. Páter Lohel (jak se tento premonstrátský kněz jmenoval) mě zavedl do jedné restaurace ve středu města, řekl mi, že teď jde na přednášku a posleze se s přáteli vrátí. Jen jsem zaslechla, jak říká číšníkovi: „Postarejte se o ni“ a odešel. Objednala jsem si pizzu a colu s ledem. Byla jsem hrozně unavená a neměla jsem ani sílu moc toho sníst. Pak jsem chtěla zaplatit, ale vrchní mi všechny peníze vrátil do peněženky, a já odešla, na tramvaj číslo devět. Stále jsem si opakovala číslo tramvaje a jméno hotelu, který mi doporučil páter Lohel. Měla jsem pocit, že všichni kolem mě se o mně baví a radí mi, co mám dělat nebo to byly hlasy? Kdo ví. Seděla jsem v tramvaji, v hlavě, když bych to měla popsat jedním slovem, jsem měla šílenství a dojela na konečnou. Byla tma a já jsem měla velký strach. Potkala jsem dva městské strážníky a zeptala se jich na hotel, kde jsem chtěla přespát. Naštěstí byli tak ochotní a doprovodili mě k němu.

Pokračování ze strany 9

Další hotel, další recepce, podstatně horší, ale také podstatně levnější. Neměla jsem hotovost a ven jsem se bála. Slíbila jsem, že zaplatím ráno a nechala na recepci občanku. Našla jsem pokoj, rychle se osprchovala a ulehla jsem. Vzala jsem si dvě deky a cítila, jak se potím, protože mě chřipka samozřejmě ještě nepřešla. Dokonce se mi i přesto, že jsem už třetí den nebrala antipsychotika, podařilo usnout. Někdy k ránu jsem se vzbudila a uslyšela strašlivý ženský výkřik zvenku. Pomyšlela jsem si, že teď určitě někoho znásilnili a můj strach se znásobil.

Rychle jsem se potmě (měla jsem pocit, že mě někdo sleduje) oblékla, vzala tašku a odešla na recepci. Ještě potmě jsem doběhla k nejbližšímu bankomatu, vyzvedla si peníze a zaplatila. Pak jsem si sedla u recepce, byl tam muž z hotelové ostrahy a ještě nějakí dva muži. Dala jsem se s nimi do řeči. Řekla jsem muži z ochranky o výkřiku, který jsem slyšela a zeptala se, jestli někoho v noci znásilnili. Zachoval se jako opravdový profesionál. Nehnul ani brvou, jen si něco zapisoval a myslím, že se mě i na pár věcí zeptal. Pak řekl, že se jde podívat na onu postiženou. Vrátil se, povídali jsme si, mluvil o svém synovi, na kterého, jak jsem správně pochopila, byl patřičně hrdý a nakonec řekl, že s touhle žábou začíná nový život.

Vzala jsem si první taxi, které jsem uviděla a nechala se odvést k premonstrátskému klášteru. S taxikářem jsme se dali do družného hovoru, možná byl rád, že si s ním někdo popovídal, nevím, ale nechtěl ani korunu.

Čekala jsem před klášterem, až se objeví jeden řádový bratr. Usadil mě do salónku a řekl, že na pátera Lohela mohu počkat tady. Znovu jsem opravdu vychutnávala pohodu okamžiku. Bylo ráno, svítalo, modrá obloha. Viděla jsem do rajské zahrady a pamatují si, že se mi tam moc líbilo. Udělala jsem si pořádek v tašce, vyházela do koše papírové kapesníčky a jiné zbytečnosti a ulehla na malý gauč. Přikryla jsem se bundou, protože mi byla zima a udělala si pohodlí. Pak se objevil páter Lohel. Rychle jsem doslova vyskočila a on jen povídal: „Tady nemůžete být“. Odešla jsem, ale velice nerada. Pak jsem opět celý den, doslova potulovala po Praze a byl tu, tentokrát už třetí večer. To jsem

ještě netušila, že mě čeká noc hrůzy.

Byla jsem bez peněz a měla strach. Byla jsem prostě bezmocná. Zkoušela jsem volat na záchranku a policii, ale nikde nebyli ani trochu vstřícní. Dostala jsem se na jakési sídliště na okraji Prahy, ptala se lidí po azylovém domě, hledala jsem jednoduše pomoc... Byla zima a já jsem byla hrozně unavená. Najednou zastavilo taxi. Taxikář mi řekl, že mohu nastoupit. Vykládala jsem mu něco o sobě a on mi řekl, že u něj mohu zůstat, pokud se s ním ovšem vyspím. Bylo mi přílišně. Zastavovat před nočními kluby, zajel snad i někam za Prahu. Jeho „nabídku“ jsem odmítla. Nakonec mě vysadil u Masarykova nádraží a řekl mi: „Tady se takoví vyskytují“.



Posedávala jsem po lavičkách v nádražní hale a klepala se zimou. Bylo tam malé občerstvení, pamatují si, že tam prodával mladý muž. Dal mi zadarmo kávu. Stála jsem s ním u stolku a hájila si své území. Nikomu jsem nedůvěřovala. Pak jsem nasedla na vlak a jela jednu zastávku. Nevím už, kde to bylo, ale když jsem vystoupila, nasedla jsem znovu do vlaku jedoucího nazpět. V něm jsem už zůstala, jen jsem slyšela neskutečný hlas: „Tento vlak musí jet do Říma“. Lehla jsem si na sedadla a dělala, že spím. Druhá zastávka byla v Pečkách, to už pro mě přišli policisté a odvezli mě na místní stanici. Usadili mě na židli, zavřeli zamřížované dveře a vzali si mou tašku. Tušila jsem, že mi prohlíží věci a zjišťují, co jsem vlastně zač. Pak pro mě přijela sanitka a odvezli mě na příjem havlíčkobrodské nemocnice. Tentokrát mi pomohlo moje sebevědomí a jistota, že mám všechny doklady v pořádku (s mojí psychikou už to bylo podstatně horší). Lékař, který měl službu, mě propustil a zeptal se, jestli mám nějaké peníze. Příznala jsem, že ne. Dal mi pár drobných. Přijeli opět policisté, vyloženi se se mnou „nepárali“, zavřeli mě do auta a vysadili u nádraží v Kolíně.



Kolín. Nikdy v životě jsem tam nebyla. Nic a nikoho neznala. Ve stánku jsem si za darované peníze koupila bagetu a vodu. Nevím proč, ale jedné paní jsem se zeptala, jestli je zde klášter. Přikývla a ochotně mi ukázala cestu. Ptala jsem se na jméno řádové sestry, na kterou se mohu obrátit. Zazvonila jsem u vrat a ptala se na sestru Janu. Z domácího telefonu se ozval ženský hlas: „Dveře kláštera jsou vždy dokořán“. Sestra Jana mě nedůvěřivě přivítala a sdělila, že si zde bohužel vyprat oblečení a odpočinout nemůžu. Dodala jsem si odvahy a obešla klášterní budovu. Jak jsem se později dozvěděla, byl tak Noviciát Tovaryšstva Ježíšova. Zazvonila jsem. Nepamatuji si, kdo mi otevřel, ale vím, že mi donesli polévku a chléb. Přišel tam za mnou mladý budoucí řádový kněz Tomáš. Ví, že mě držel za ruku a uklidňoval. Snažil se mi pomoci. Bylo tam ještě pár jeho kamarádů, kteří ale k Noviciátu nepatřili. Přesně si pamatuji, že se mi snažili nějak pomoci. Nakonec jsem jim utekla někam do města.

A byl tu opět večer a poslední noc mého cestování. Prochodila jsem snad půl Kolína, jezdila jsem autobusem a skončila na vlakovém nádraží. Odtud mne odvezla policie. Posadili mě na lavici, vzali si moje věci a já vnímala, jak se ke mně vlídně chovají. Jak jsem se pak dozvěděla, volali policistům do města, kde bydlel můj bratr. Ten pro mě přijel a zavezl do Psychiatrické léčebny v Jihlavě. Ale to už je začátek jiné kapitoly ...