

Kdo setrváš, poznání hledej...

Miluše Kubíčková

Když vstupujeme ve Chmelné u Křemže v jižních Čechách do stavení bývalého statku zářícího nyní novou bělostí, čteme na vrátkách tato slova: "Kdo vstupuješ, lásku přinášej, kdo setrváš, poznání hledej, a kdo odcházíš, mír si odnášej." Slova, jejichž autorem není nikdo jiný než Rudolf Steiner, nebyla volena náhodně. Návštěvníky, kteří sem už téměř dvacet let přijíždějí z celé republiky a někdy i z cizích zemí, sem vskutku vede potřeba, často dokonce silná touha poznávat. Poznávat cesty ke zdraví, to je k takovému způsobu života, který, je-li doprovázen vědomou láskou a aktivním mírem, skutečně napomáhá celistvé lidské bytosti v úrovni těla, duše i ducha ke komplexnímu zdraví.

Ozdravné pobyty v centru Nový Život ve Chmelné, které zde pořádá v posledních 12 letech občanské sdružení s názvem Zdravý životní styl se sídlem v Praze, jsou - obrazně řečeno - z běžného života vyčleněným časem, v němž účastníci mohou nalézt náměty i podněty k postupnému osvojování si jakéhosi "vyššího života". Jsou živou příležitostí pokusit se uvádět do praxe mimo jiné také impulsy antroposofie, v níž její zakladatel Rudolf Steiner nabízí nové metody myšlení, cítění i konání. To společné, co charakterizuje všechny antroposofické iniciativy a k čemu se samostatnými formami snaží postupně přibližovat také naše sdružení, je vědomí nezbytnosti proměny ve smyslu zkvalitnění či zušlechtnění všech projevů lidského bytí: individuálního člověka - v úrovni těla, duše i ducha rozvíjením myšlení, cítění a chtění, a to vždy odlišně v jednotlivých věkových fázích, což se děje na pobytech pro mladé lidi, pro rodiny s dětmi, ale i pro dospělé, včetně starších i nejstarších, společenství, dále rovněž lidského pobývání v přírodě a také v širším kosmickém prostředí, které člověku přibližuje duchovní skutečnosti.

Již ve stanovách sdružení - přiložených v roce 1990 k žádosti o registraci - byly formulovány takové cíle a prostředky jeho činnosti, které svědčí o snahách blízkých záměrům ostatních antroposofických iniciativ. Jeden z cílů a k němu se vztahujících prostředků zní např. takto:

"Probouzet tvořivé fyzické, duševní a duchovní síly lidí různého věku, profesí a sociálních vrstev. Podněcovat je k proměně a kultivaci životního stylu, myšlení, zvyků a hodnot tak, aby mohli žít vnitřně svobodně a zároveň odpovědně ve vztahu ke svému tělesnému a duševně-duchovnímu zdraví, k občanským povinnostem i ke

globálnímu životnímu prostředí.

Okruhy k naplnění cílů:

Okruh psychofyzický: péče o tělo, pohyb, dech a výživu, udržování imunity, pěstování jasného myšlení, pozitivního citění a harmonizace emocí, cvičení vůle a soustředěnosti, uvolňování a zvládání stresů.

Okruh kulturně tvořivý a pracovní: vztah k tvořivé práci, včetně práce manuální, ekonomika práce a času, aktivní zájem o umění.

Okruh vztahový: kultivace mezilidských vztahů, utváření společenství, upevňování rodiny, úcta ke stáří a příprava na stáří, kultivace vztahu k hendikepovaným osobám, pomoc při sociální adaptaci v nových ekonomických podmínkách.

Okruh ekologický: pěstování úcty k darům přírody, péče o životní prostředí a hygienu, podpora biodynamického zahrádkářství a bylinářství.

Okruh etický a duchovní: výchova úcty k životu, příprava na duchovní cestu, orientace ve spirituálních proudech, rozvoj sociálních ctností.

Prostředky k naplnění cílů:

Harmonizační pohybová cvičení spojená s relaxací a aktivizací s využitím prožitkových rytmických pohybových prvků se zdravotními a rehabilitačními aspekty.

Přednášky, semináře, dílny k otázkám zdravého životního stylu se zvláštním důrazem na zdravou výživu a prevenci civilizačních chorob.

Kulturní pořady v rámci oslav hlavních křesťanských svátků a vycházky do kulturně významných míst.

Ozdravné pobyty v přírodě, především v centru Nový život ve Chmelné, dále v termálních lázních, v horách a u moře."

Sdružení řídí členskou schůzí volený výbor ve spolupráci se sborem poradců. Příjmy

pozůstávají z členských příspěvků (150 Kč zaměstnaní, 100 Kč ostatní), neboť jsme neziskovou organizací zastřešenou Českou radou humanitárních organizací. Na základě projektů řešících hlavně otázky zdravotní prevence pohybových potíží, civilizačních, zvláště pak kardiovaskulárních chorob byly doposud dva druhy ozdravných pobytů dotovány Ministerstvem zdravotnictví. Na těchto pobytech jsou přítomni lékaři s celostním pohledem na člověka, cvičitelé zdravotní tělesné výchovy, pedagogové pro práci s dětmi, lektori orientovaní v psychologii, umění, výživě, ekologii, rehabilitaci a v zdravotní prevenci. Duchovní záštitu nad obsahem pobytů má doposud PhDr. Miluše Kubíčková.

Další programy, jak je patrné ze zmíněných stanov sdružení a pravidelně konkretizovaných programů, se konají v Praze, případně i v jiných městech, na př. v Pardubicích, Českých Budějovicích a jinde. V Praze se akce uskutečňují v prostorách Karlovy university na pedagogické fakultě, v galerii Cesty ke světlu, v Toulcově dvoře, v několika pražských školách a v klubu zdravého životního stylu na Korunní ulici. Vlastní úřední a shromažďovací prostory sdružení k dispozici nemá.

S uspokojením lze konstatovat, že v poslední době je věnována zvýšená pozornost mládeži, v níž vidíme budoucnost národa i lidstva. Ne náhodou byl do stanov vložen zvláštní cíl, který tento záměr kodifikuje. V souladu s ním byl na členské schůzi v roce 2001 navržen dokonce na funkci druhého místopředsedy vysokoškolský student a ekologický aktivista Miroslav Andrt. Významný prostor pro realizaci tohoto záměru poskytují v létě nejen ozdravné pobyty pro rodiny a děti, ale především dva mládežnické pobyty na okraji prázdnin. Tyto rovněž ozdravné a zároveň brigádnické pobyty, inzerované jako setkání mládeže hledající duchovní cestu jsou finančně velmi výhodné. Motivací ke stále rostoucímu zájmu o ně však nejsou zdaleka jenom ekonomické důvody. Co sem mladé lidi přivádí je především náplň programu, včetně inspirativních setkání s lidmi podobných hlubších zájmů. Vzniká zde řada zajímavých tvůrčích iniciativ, jako jsou besedy ke vzájemné výměně názorů a zkušeností spojených s kladením otázek a hledáním odpovědí k závažným problémům osobního, společenského i duchovního života. Jako příklad uvedeme jeden z posledních pobytů, kdy zde referoval podle svojí diplomové práce absolvent Vysoké školy sociálních věd Karel Netík o antroposoficky založené teorii sociální trojčlennosti. O své činnosti v pražském hospicu se rozhovořil dále Dušan Slepíčka a jeho dobrovolní spolupracovníci Jitka Lébllová a Zdeněk Eliáš, redaktor časopisu mladých nazvaného Krůček. Mladým lidem se během těchto pobytů v překrásném prostředí otevírají nové hlubší pohledy na přírodu, jak o tom vypovídá třeba báseň Silvie Pospíšilové složená s názvem "Člověk a strom" k příležitosti oslavy staré jabloně ve zdejším sadu. K

tvůrčím iniciativám patří též i jiné druhy umělecké činnosti, dále hry pro oživení vědomé komunikace, ale též objevování radosti z užitečné fyzické práce, dokonce i z přijímání chutné bezmasé výživy provázené ztišením a prožíváním nové kvality vztahu k darům vesmíru. To nejcennější, co chmelenské pobyty mladým lidem dávají je ovšem příležitost k utváření pravého společenství, které jim pomáhá objevovat hodnotu sebe sama, vlastního já prosvětleného opravdovým přátelstvím. Často se zde proto zpívá písnička: "Přátelství je jako zlatá brána, v nás, jen v nás je od té brány klíč". V kruhu si také navzájem všichni často říkají s doprovodem eurytmicky prováděných pohybů: "Tobě dávám, od tebe přijímám, spolu se dělíme a z toho žijeme. Důvěřuji ti, žehnám ti a podporuji tě."

Těchto mládežnických pobytů se ovšem obvykle zúčastňuje i několik starších lidí. Jsou proto zároveň ojedinělou příležitostí pro pěstování zdravých mezigeneračních vztahů. Mladí zde objevují obvykle neznámé hodnoty stáří a starší s radostí pozorují a oceňují často netušené kvality nastupující generace. I to je přínosem do pokladnice nového poznání podporujícího naději v lepší budoucí svět.

Člověk a strom,

jak odedávni bratři,
dva dobří přátelé,
kež duše jejich každý dnes jen spatří,
jak splynou v jediné.
Paže své do výšin vztahujícíce
poznání hledají,
za bouřky ani za vichřice
zlomit se nedají.
Vždyť Země kořeny jim dala
a volně nechává je kvést,
by srdce jejich sama rozpoznala,
jaký ve světě pro ně úkol jest.

Text byl uveřejněn v knize Průvodce českou antroposofií redigované Radomilem Hradilem, vydané v roce 2002 nakladatelstvím Fabula v Hranicích, Přátelství 1370.