

MOTOLSKÝ OBČASNÍK

č. 7 / léto 2022



LITERÁRNÍ REVUE STUDENTŮ
A PEDAGOGŮ 2. LÉKAŘSKÉ FAKULTY

*Haiku na náhrobku paní Seifu:
Sakury
rozkvetou a opadají
takový je běh světa.*

[Chrám plný květů, Antonín Líman, překlad japonských haiku]

V průběhu roku máme příležitost vnímat cyklus v různých oblastech života. Střídání doby denní a noční, koloběh života v přírodě, období svátků akcentující dějovou linku kalendářního roku. Dny květů, sklizně a oslav zvolní do delších nocí a ztišení. Světla ubývá, barvy ustoupí, nastane advent. Adventus nese význam příchodu, očekávání. Advent nám umožňuje věřit ve světlo, i když nás zatím ještě obklopuje tma, přináší možnost ztišení a reflexe. Zimním slunovratem pak končí doba temna, oslavou návratu světla do našich dní jsou nám Vánoce.

Dny se prodlužují, příroda se probouzí, do žil se vlévá jaro.

Prach jsi a v prach se obrátíš.

Jarní rovnodennost je mezníkem mezi chladným, nehostinným a oživajícím, plodným. Doba velikonoční staví do úzkého vztahu smrt a vítězství nad ní. Popeleční středa popelcem dává pamatovat, že prachem jsme a v prach se obrátíme. Střetáváme se s naší pomíjivostí, touto konfrontací se smrtí byl člověk připravován na dospělost, zralost, odpovědnost.

*„a osvobodil ty, kteří byli strachem ze smrti drženi po celý život v otroctví.“
[Židům 2:15]*

Doba postní zve ke ztišení. V nastalém tichu vytváří prostor — pro zastavení, dialog, změnu. Je příležitost odložit to, co nám přestalo sloužit. Jako tomu nastává v koloběhu přírody — odhození vyžilého a odpočinek střídá doba znovustvoření. Mohli bychom se od ní mnohému přiučit. Umně přecházet z produktivního období do odpočinku, z rozmluv do ticha. Posloucháme hudbu a zapomínáme poslouchat sami sebe. Řeč těla, rozpravy myslí. Pozvání. V klamně představě efektivní práce odbýváme odpočinek a zpopelňujeme vitalitu. V klamně představě přebytku času jím mrháme a ubíjíme ducha.

Doba půstu a nejistoty je ukončena Velikou nocí, slavíme překonání smrti, ale ještě více překonání strachu ze smrti. Období odpočinku přineslo své plody, příroda je opět schopna hostit život. Konce dávají začátky. Veliká noc nabízí odvahu. Smrt přináší pokoru k vlastnímu času a vyzývá jednat. Dospělost nám předává odpovědnost za naše konání.

Se slovy Mons. Halíka vám přeji odvahu a naději.

Není kamene tak těžkého, aby jednoho velikonočního rána nebyl odvalen.

Přeji vám příjemné čtení.



MOTOLSKÝ OBČASNÍK Č. 7

LITERÁRNÍ REVUE STUDENTŮ A PEDAGOGŮ 2. LÉKAŘSKÉ FAKULTY

šéfredaktor

Gabriela Moslerová (sefredaktor@motolak.org)

korektury

MgA. Tomáš Mikyška, Richard Boček, Barbora Džerengová

literáti

Mgr. Petr Březina, MUDr. Ondřej Lukáč, Bc. Monika Hrdoušková, Bc. Vašek Pecka, Bc. Jan Pihera, Bc. Ondřej Růžek, Matěj Balík, Richard Boček, Barbora Džerengová, Sam Heller, Jitka Ludvíková, Zuzana Malá, Gabriela Moslerová, Martin Stanek, Martin Toman, Vít Vejmelka

ilustrace

MgA. Tomáš Mikyška (48), Sam Heller (43), Hana Ruferová (13, 33, 37), Veronika Vajdová (19, 47), Veronika Zmeková (1, 8, 20)

grafika

Linda Kriegerbecková, Veronika Zmeková

sazba

Linda Kriegerbecková

počet stran

48

náklad

200 výtisků

vydáno

červen 2022

Motolský občasník je neprodejný, vydán jak v tištěné, tak elektronické podobě, a je volně k přečtení na internetových stránkách 2. LF UK. Distribuce tištěné verze se bude odvíjet od aktuální epidemiologické situace. Názory vyjádřené v dílech autorů nereprezentují oficiální stanoviska 2. LF UK. Prosíme o respektování autorských práv.

Vydáváno pod záštitou Motoláku (studentského spolku 2. LF UK). Vydání finančně podpořila 2. lékařská fakulta. Děkujeme.

Vydání příštího čísla Motolského občasníku plánujeme na zimní semestr 2022.



OBSAH

CYKLUS / Vašek Pecka	6
RÁNA / Richard Boček — 2 / Sam Heller	7
RECAPITULŮ (rozhovor s prof. Vladimírem Komárkem) / Gabriela Moslerová	8
VELIKÁ NOC / Vít Vejmelka	12
OCCASIO. / Ondřej Růžek	14
JITŘENKA / Gabriela Moslerová	16
STUDENÁ OBJETÍ / Jan Pihera	17
3 / Sam Heller	18
ABSOLVENT... (rozhovor s MUDr. Milanem Trojánkem) / Ondřej Lukáč	20
ROSE / Zuzana Malá	25
SMRT, DUŠE A NADĚJE (rozhovor s prof. Vladimírem Komárkem) / Gabriela Moslerová	26
NEMLUVIM RUSKY / Matěj Balík	32
KLUB, VÝDECH / Martin Stanek	34
JEDNO PO DRUHÉM / Zuzana Malá	35
ÉÓS / Matěj Balík	36
LATINA V KOLOBĚHU ŽIVOTA / Petr Březina	38
MLHA / Barbora Džerengová	39
O MÁKU A NESMYSLECH / Martin Toman	40
1 / Sam Heller	42
NEMOCNÝ LÉKAŘ / Jitka Ludvíková	44
SMRT V ŽIVOTĚ JE... / Monika Hrdoušková	45
ČERNÁ KOČKA / Zuzana Malá	46
VZKAZNÍK	48

CYKLUS

Vašek Pecka

Až ze Sibiře přiletí i ten poslední střípek větru
a umře,
bude jaro.

||: Samým radostem pak bude zvonit v uších
a barvy budou hýřit sních,
to, jakože to tálo.

Pak léto vše sólové změní v páru,
vlahý večer se změní v dým.
to zase otevírá dveře pro podzim.

Jen smrt sama ujde rozpadání,
když život sám je vrah,
a tak se nad celou zemí sklání
bílý závoj, co je prach.

Co neumře, to se aspoň tváří,
z kraje pádu zří na druhý břeh,
jen mládí všechno stojí za hřích,
stáří mu přijde na pohřeb,
neboť ví,
je po hře.

Až ze Sibiře přiletí i ten poslední střípek větru
a umře,
bude zase jaro. :||

RÁNA

Richard Boček

Ráno,
rána za ránou...

2

Sam Heller

Myslí v budoucnosti
kdy jsou ze mě už jen kosti
skončily všechny radosti
snad jich bylo dosti



Veronika Zmeková

RECAPITULŮ

Rozhovor s prof. MUDr. Vladimírem Komárkem, CSc.,
připravila Gabriela Moslerová.

PANE PROFESORE, PRÁVĚ SKONČILO VAŠE OSMILETÉ PŮSOBENÍ VE FUNKCI DĚKANA. JAK TEN KONEC PROŽÍVÁTE?

Na konec můžeme pohlížet jako na začátek nějaké další životní etapy. Od roku 1990 jsem ukončil již tři taková období. To první bylo nejkratší, v roce 1990 jsem se ocitl v politice ve vedení Občanského fóra na Praze 2, současně jsem se stal ředitelem nově založeného Odboru zdravotnictví a sociální péče na Ministerstvu zdravotnictví za působení pana ministra prof. MUDr. Martina Bojara, CSc. V té době se mi politika jevila revolučně, dramaticky, zajímavě, nicméně mou dráhu celoživotního politika ukončila v roce 1991 nabídka prof. MUDr. Jana Hergeta, DrSc., a prof. MUDr. Martina Vízka, CSc., stát se přednostou Kliniky dětské neurologie. Po konkurzu jsem se stal na 25 let šéfem Kliniky dětské neurologie, kterou jsem opustil definitivně v roce 2016 a poté se věnoval pouze funkci děkana. Nyní po ukončení děkanování jsem po jednatřiceti letech svobodný člověk, který ničemu nevelí, nic neorganizuje, ničemu nešéfuje. A svým způsobem to je příjemné odbřemenění. Myslím si, že je dobře po určité době své vedení ukončit a předat, neboť jsem názoru, že ani v politice, ani v medicíně, ani jinde není dobře setrvat ve své funkci celý život a nikoho k tomu nepustit. Jediné, čeho lituji, je, že s ukončením své funkce zároveň opouštím skvělé lidi, se kterými jsem se měl příležitost setkávat.

JAK SE VÁM ZVYKALO NA NASTALOU ZMĚNU PRACOVNÍHO REŽIMU?

Kdyby se udála ve čtyřiceti nebo padesáti letech, možná by ji člověk vnímal úkorněji, ale málo platné, jsem v penzijním věku, řada mých vrstevníků již dávno nepracuje, a třebaže ještě pracovat hodlám, беру ji za nutný a dobrý krok. Mile překvapivým byl pro mne moment, kdy jsem se krátce po ukončení funkce ocitl v izolaci pro podezření na covid-19, přečetl jsem si krásnou knihu od Pavla Eisnera Chrám i tvrz o krásách češtiny a na chvíli byl úplně svým pánem.

ZA DOBU SVÉHO PŮSOBENÍ NA FAKULTĚ JSTE POZNAL MNOHO STUDENTŮ. JAKÝ MÁTE NÁZOR NA JEJICH ZAPOJOVÁNÍ SE DO CHODU FAKULTY?

To bylo příjemným překvapením. Měl jsem možnost nepřetržitě sledovat studenty od roku 1990, kdy jsme založili akademický senát, dále v roce 1997, kdy jsem byl proděkanem pro studium, a dále v následujících letech. Nahlédl jsem do hlubin studentské duše a shledal, že je poctivá a tvořivá. Vyskytlo se pár výjimek, ale to se jednalo pouze o jednoho dva studenty. Mohl jsem pozorovat ty desítky fantasticky angažovaných studentů — do hudby, do umění, do sportu, do dobrovolnictví... a na to budu vzpomínat s příjemným pocitem, že současní studenti jsou zcela jiní, než jsme byli my. My jsme se o život na fakultě vůbec zajímat nemohli, v době totality s námi profesori de facto jednali jako na střední či základní škole, naopak studenti po revoluci měli mnoho požadavků, ale nebyli ochotní sami projevit snahu. V dnešní době s potěšením vidím, že většina studentů se spolupodílela na tom, aby se na fakultě něco povedlo. Například když začala pandemie a objevily se problémy s on-line výukou, studenti se významně zasadili o hladký průběh výuky a bezvadnou zpětnou vazbu. Do dobrovolnické pomoci, mimochodem výborně organizované, se zapojily stovky studentů. Na fakultu můžeme nahlížet způsobem, kterým Eisner přistupoval k češtině; která má tělo, ducha a duši. Vezměme za tělo fakulty posluchárny, přístroje, vybavení, které jsme se snažili všemožně vylepšovat a vybudovat tak zdravé tělo naší fakulty. Ušlechtilým duchem fakulty je pěstování efektivního kurikula a excelentní vědy. A tou živou duší jsou naši studenti, učitelé a zaměstnanci děkanátu. Příští rok se fakulta stane sedmdesátiletou dámou, tedy dámou v nejlepším věku a myslím, že jsme ji předali v dobré kondici. Nicméně na další děkany toho ještě mnoho čeká.

JAK HODNOTÍTE MLADÉ LÉKAŘE? CO BYSTE ŘEKL, ŽE DNES POSTRÁDAJÍ?

Tady pozoruji jeden velký rozdíl. Za socialismu, kdy nebyly peníze na léky a přístroje a řada učitelů byla komunistickými kádry, bylo zdravotnictví hodně nemocné. Ale na druhé straně neexistovaly právnícké a bezpečnostní překážky v takové míře jako dnes — hned po promoci jsme byli vhozeni do vody. Již na fakultě nás k mnohému pustili, na letních stážích i během šestáku bylo běžné dělat práci plnohodnotného sekundáře, což pro dnešní studenty může znít neuvěřitelně. Když jsem jako sestra (v prvéku!) nastoupil do krčské nemocnice na noční služby, tak si nás považovali — na rozdíl od dnešního postoje motolské nemocnice ke studentům, který mne mrzí a měl by se vylepšit. Na stáži v Kolíně jsem vyfasoval pacienty, psal vizity, odebíral krev a vše, co bylo potřeba. Supervize nad námi byla, ale učitelé nám dávali velkou důvěru. Vzpomínám si, že jen jednou pana primáře pohoršilo, když jsem do zprávy zaznamenal, že u pacienta pozoruji zlepšení, neboť má chuť na pivo, což prý nepatřilo do lékařské dokumentace. Marně jsem se snažil vysvětlit, jak je to důležitá známka zlepšení u staršího pána. V Příbrami na gynekologicko-porodnickém oddělení jsem měl možnost na nočních službách porodit 16 zdravých dětí, pro medika pátého ročníku to byla úžasná zkušenost. Po nástupu do Teplic, měsíc po promoci, mě ve službě nechali dělat úplně všechno, přežil jsem to já i pacienti. Dnes si mladý lékař stěžuje, že má moc zodpovědnosti a málo dohledu, přijde mi líto, že jsme kvůli předpisům nemohli studenty naučit více samostatnosti při práci s pacientem. Jako předseda Asociace děkanů lékařských fakult ČR jsem se spolu s dalšími děkany obtížně snažil vybojovat na ministerstvu rozšíření kompetencí studentů před promocí, dnes na tom prof. MUDr. Marek Babjuk, CSc., spolu s prof. MUDr. Petrem Marusičem, PhD., dále pracují, ale právnícké předpisy nám to stále ztěžují.

KDYŽ BYCHOM SROVNALI NAŠI FAKULTU SE ZAHRANIČNÍMI, CO UMÍME LÉPE A CO SE OD NICH MŮŽEME NAUČIT?

Jsem toho názoru, a vyplývá to i z anket, které dělala mezi absolventy naše fakulta i Mladí lékaři, že jsou naši mladí lékaři dost dobře připraveni v teoretických znalostech. V čem však zaostáváme, jsou praktické zkušenosti. Poslední dva ročníky by se měly odehrávat především u lůžka, jako je tomu například v Anglii. Některé dovednosti, jež se studenti naučí před promocí, by se měly uznat již v rámci kmene. Končící student a začínající lékař se příliš neliší, oddělující bariéra v podobě diplomu by měla být polopropustná, nelze očekávat, že pouhý zisk titulu ze studenta učiní hotového lékaře.

CO ŘÍKÁTE NA AKTUÁLNÍ NEPOMĚR MEZI STUDENTY A STUDENTKAMI NA MEDICÍNĚ? MYSLÍTE, ŽE PRO MLADÉ MUŽE ZTRÁCÍ MEDICÍNA NA PŘITAŽLIVOSTI?

Zaprvé bych nemluvil o feminizaci zdravotnictví jako o něčem špatném. Na rozdíl od některých starších chirurgů nepovažuji za problém, že je mnoho žen lékařek. Pro mladého muže, který chce hlavně vydělávat peníze, jsou pravděpodobně zajímavější obory (podnikání, bankovníctví, právní čina, informační technologie), na medicíně se k lepšímu finančnímu ohodnocení dostanou, pokud mají hodně služeb nebo po mnoha letech působení ve vedoucích funkcích.

NAPADAJÍ VÁS MOŽNOSTI, KTERÉ BY ŽENÁM LÉPE UMOŽNILY KOMBINOVAT PROFESNÍ ŽIVOT A MATEŘSTVÍ?

Ve zdravotnictví lze pomoci mladým doktorkám, které chtějí být zároveň činné i na poli vědeckém a umožnit jim, aby svou činnost mohly snoubit s péčí o dítě. Má-li žena štěstí na osvětleného partnera, může se dnes samozřejmě do velké míry starat o dítě i muž, dnes již role nejsou tak pevně stanovené, jako je má generace ještě zvyklá. Tam, kde to lze, se mohou vytvořit možnosti práce z domova, dále zkrácená pracovní doba, popřípadě lze využívat předškolních zařízení, která by mohla být umístěna přímo v nemocnici. Jakožto neurolog však nejsem zastáncem jeslí, jsem přesvědčen, že dítě by nejméně do dvou let mělo být trvale s mámou nebo tátou. Možností je ještě mnoho a jsem názoru, že se situace bude dále zlepšovat, nicméně pokroku nelze docílit nařízením, spíše dobrým příkladem. Doufám, že na naší klinice tomu tak je.

JAK VNÍMÁTE PROBLEMATIKU VYHOŘENÍ VE ZDRAVOTNICTVÍ?

Četl jsem velmi zajímavou studii, ve které zkoumali míru výskytu vyhoření napříč obory. Jeden ze závěrů byl, že pokud si doktor zvolí práci, která jej opravdu baví a dostane se do kolektivu, který má správného týmového ducha, tak v tom případě je riziko vyhoření nejnižší. Navíc mne pobavilo, že nejlépe ze všech dopadli epileptologové. Epileptologie je obor velmi zajímavý, je tam stále co objevovat a dle mých zkušeností se u nás i ve světě jedná o lidi se smyslem pro humor, spolupráci a v týmech panuje velmi přátelský duch jako jedna z nejlepších obran proti vyhoření. Na druhé straně, když lékař po promoci nastoupí na místo, kde ho to vlastně nebaví, kde není dobrý tým a kde si ho neváží, tak může získat pocit, že jeho práce nemá smysl a riziko vyhoření se zvyšuje. Připravujeme společný univerzitní projekt věnovaný péči o duši, tedy duši jednotlivce i duši obce, který by umožnil studentům obrátit se na někoho při obtížích nejen s počínajícím vyhořením. Prof. PaedDr. Pavel Kolář, Ph.D., ve své knize Posilování stresem — Cesta k odolnosti doporučuje „otužování“ duše i těla již o dětství s cílem zvýšit resilienci, zvýšit si šanci zvládnout krizové situace.

A CO DALŠÍ FAKTORY CHRÁNÍ PŘED VYHOŘENÍM? OBJEVIL JSTE SVOU „ZLATOU KOMBINACI“?

Základem je dobrý tým na pracovišti, zároveň dobrý tým kamarádů, přátel, rodinné vazby. Stále hledat něco nového a rozvíjet dobré vztahy s rodinou, přáteli a spolupracovníky.

VELIKÁ NOC

Vít Vejmelka

V chlebu a vínu
na dřevu kříže
přijímáme volání
Bohem byl a člověkem
se pro nás stal
umučen
z mrtvých vstal
jedli jsme s ním
za pokrm se nám dal
vnořme se tedy do něj
naše selhání přibijme
na dřevu kříže
on jej od samého počátku sňal
a dal nám maličkým, co nikdo
nedostal:
Možnost jít a následovat
co já jsem dělal, i ty dělej
naslouchej, uzdravuj
oživuj, trpěj
láskou, kterou miluje Bůh
abys pod kompasem kříže
v srdci jediného
z mrtvých vstal

12



13

Hana Rufferová

Rufferová

OCCASIO.

Ondřej Růžek

Schopnost nahlédnutí na sebe samého, jinak řečené sebereflexi, se v životě poněkud komplikovaně učíme. Proces zpravidla startuje výchova — jeden trend je nechat dítě samotné vyhodnotit jak se chová, druhý je mu jednu vlepit, případně pochválit. Aldortová vs. Sparta. Optimum se nachází patrně na středu, jako vždy v životě člověka. Když pak nafasujeme občanský průkaz a zařadíme se do plnohodnotného davu, odráží se v mládí osvojené mravy na našem společenském přijetí. Tak třeba na táboře mě učili pomáhat slabším, v tanečních, že dáma má přednost, na vysoké, že autorita se má poslouchat a na fotbale, že mám hrát fair-play. Teď, kdy mi šediví nejen občanka, ale i vlasy, pokouším se pomáhat sociálně i ekonomicky strádajícím, dámu nechám vstoupit jako první, svádím boj s domnělými autoritami a ve sportu nepodvídám, hraju čistě. Chtěl bych celku prospívat, nebýt na obtíž.

Rád proto sleduji, čemu se v mládí učili ostatní, nakolik je jejich morálka a občanskost rozvinutá. Náhled na napadení Ukrajiny sovětskou armádou a doktrínou je k tomu jedinečnou příležitostí. Jeden říkal, že máme zůstat neutrální. Jak česky švejkovské. Ani černá, ani bílá. Obětovat bez oběti. Jiný radil „nechat si je vybojovat svobodu.“ Jsou svobodní, byli svobodní, čelí útoku. Navíc se má slabšímu pomáhat. Taky se prý máme starat o své zájmy, ne o ukrajinské. Kdo problém neřeší, k problému přispívá. Zkusil jsi neřešit bolavý zub? Jo a že prý to není naše válka, nejde o nás. Jasně, jen z Kremle zaznívá, že Rudá hvězda prahne po záři nad Evropou

v hranicích před rokem 1997, jde sakra o nás. Jo a že prý byli sověti k útoku Ukrajinou vyprovokováni a jen se brání. Bránit se vražděním civilního obyvatelstva na území suverénního státu? Bránit se střelbou na cíle v humanitárních koridorech? Bránit se znásilňováním dcer a synů před očima rodičů? Bránit se popravami dětí? Rozume, humanito, vylezte ze své sluje. Nebo máte strach?

Máme možnost. Máme možnost nahlédnout na sebe sama. Máme možnost učit se pomáhat, učit se lidskosti. Máme možnost brát ohled na své okolí, učit se ohleduplnosti. Máme možnost konat dobro a dokonce si vybrat, jak jej budeme konat. Máme možnost nabídnout kus ze svého potřebným. Máme možnost nechat v nás zakořenit a růst statečnost a odvahu. Máme možnost měnit své životní hodnoty, dát přesah každodennosti. Máme možnost odpoutat se od zakořeněné obskurní sovětské indoktrinace a vykročit směrem na Západ. Máme možnost obstát před světem, prokázat spojeneckou morálku. Máme možnost aktualizovat mapu svého světonázoru a přestat opakovat, že tehdy bylo líp. Avšak — ultra posse nemo obligatur. Nikdo není povinen k něčemu, co je mimo jeho možnosti. Máme možnost, nemusíme. Můžeme stát stranou a doufat, že nám válka raketou nezaklepe na dveře. Můžeme nadávat, že „pro ně“ děláme příliš, že máme myslet na sebe, na české máslo a chleba. Můžeme neuvěřit realitě a lhát si do kapsy čtením Aeronetu. Vždyť i ti mrtví se pohybují!? Můžeme uvěřit, že válka je mír, svoboda otroctví a nevědomí síla. Realitu vytváří naše mysl.

Prokremelská média nedávno sdílela článek* Timofeje Sergejeceva, ve kterém se mimo jiné píše: „nacistickou banderovskou Ukrajinu, nepřítele Ruska a nástroj Západu, nepotřebujeme.“ Navrhuje převýchovu ideologickou represí, přísnou cenzurou v oblasti politické i kulturní. V překladu článku lze dále číst termíny jako demilitarizace, denacifikace, deukrajinizace, deeuropizace. Po přečtení tohoto braku vytane na mysli proslav* Reinharda Heydricha v Černínském paláci z 2. října 1941. Výtažkem klíčová slova z tohoto pamfletu: český ksindl, konečné řešení české otázky, žrádlo pro české dělníky. Následuje manuál — kupříkladu špatně smýšlející Čechoslováky dobré rasy zastřelit, ty nevhodné rasy jen kastrovat a vysídlit. Nehledám paralelu, bije do očí. Genocida, apartheid. V národním vědomí máme ukotveny konkrétní důsledky těchto idejí — deportace do koncentračních táborů, hrdelní tresty, bezprecedentní vyvražďování československé národa. Již dnes jsou obyvatelé z napadených a dobytých území východní Ukrajiny deportováni do tisíce kilometrů vzdálených oblastí na východě Ruska. Osudy nevinných jsou ztraceny v hloubi nezájmu každého, kdo se rozhodne stát stranou a nevyjádřit veřejně svůj odpor proti zhovadilé ruské agresi, kdo se rozhodne nepodat pomocnou ruku člověku v nouzi. Přitom pomáhat může skutečně každý, někdo více a někdo méně. Otázkou zůstává, jestli se nám chce. Lhostejnost k druhým a lhostejnost k osudu celku je přesně tím, co otevírá dveře zlu, praví jeden z největších humanistů

Kde se inspirovat k činu? Pár příkladů z mého okolí. Vyjma přímé podpory v podobě nákupu potřebným přes on-line supermarkety a zasílání finančních darů podporujeme válečné uprchlíky i nepřímo. Jednotlivkyním jsme našli pracovní příležitost v podobě péče o domácnost, zprostředkovali jim práci na víkendovém sportovním kurzu. Podařilo se nám otevřít volnočasovou lekci baletu a moderního tance. Dvě desítky z nich jsme nedávno pozvali na divadelní představení Národního divadla, o pravoslavném velikonočním víkendu jsme uspořádali kinematografickou projekci české pohádky s ukrajinským dabingem a v dalších dnech navážeme prostým setkáním u opékání vuřtů. Stěžejní nákladové položky? Zájem a čas. Čím však může přispět skutečně každý z nás je uvědoměle přistupovat ke zdánlivě nejednoznačné situaci. Nezavírejme oči, neodvracejme zrak.

Věřím v člověka, věřím v ohleduplnost každého jednoho. Válečné dvacáté století přimělo nekonečné řady našich předků k činům až hrdinským. V májovém čase sluší se vzpomenout na pět tisíc obětí, které si vyžádala likvidace výše uvedeného Heydricha, řečeného „řezníka z Prahy“. Prostí lidé tehdy neváhali pomáhat výsadkářům československé exilové armády. Tito nám zůstávají inspirací, mentem odvahy. Buďme podobně stateční, překročíme vlastní stín. Odvaha neznamená nemít obavy, ale překonat je. Máme možnost.

*<https://www.forum24.cz/ruska-agentura-vyzyva-ke-zniceni-ukrajiny-exemplarnim-trestum-dosahneme-nevratnych-zmen-pise/>
** https://www.mzv.cz/file/198483/Microsoft_Word____HeydrichCesky.pdf

JITŘENKA

Gabriela Moslerová

Kolik východů slunce
lze vidět v jednom dni
ptám se v pět hodin ráno

Rodí se den
a na obloze ještě visí
úplněk předchozí noci

Lidé jsou různí
někdo zajídá hlad duše
prázdnými slovy

Kotouč už se vyhoupl
když si pospíší
shledá se s měsícem

— aspoň na chvíli.

Jitřenka se usmívá.

STUDENÁ OBJETÍ

Jan Pihera

V korunách stromů si jinovatka přeje
odkukat jarní podobu květů
nemíní zle — objetí které nehřeje

jen je — tu ještě zima

než vyjde jarní slunce
a bílá krajka nebude se vzpouzet
pod neúprosnou vřelostí rána
se ráda skutálí jako pár slz

tak zkus—se zaposlouchat
do tónů hynoucího ledu
jak zpívá mladým pupenům
o samotě lásky
bez doteku.

3

Sam Heller

Padá déšť jak únava
cítíl jsem se takhle někdy za mlada
přírodu energií nabíjí
mě ale ne

Jsem člověk
ne strom
Jsem muž
ne keř
Jsem osoba
ne květina

I když nám oběma svědčí stejná období
ona necítí
nic ji nebolí



Veronika Vajdová



Veronika Zmeková

ABSOLVENT BY SI MĚL UMĚT SÁM PORADIT V ZÁKLADNÍCH SITUACÍCH

Rozhovor s MUDr. Milanem Trojánkem, Ph.D.,
připravil Ondřej Lukáč.

PŘI REŠERŠI JSEM ZJISTIL, ŽE JSTE UŽ NA STŘEDNÍ ŠKOLE NAPSAL PRÁCI
O ANTIBIOTICKÉ REZISTENCI ENTEROKOKŮ, A DOKONCE JSTE S NÍ
REPREZENTOVAL NAŠI ZEMI NA SOUTĚŽI MLADÝCH VĚDCŮ VE VALENCII.
ZABÝVÁTE SE TEDY INFEKČNÍ MEDICÍNOU UŽ TAK DLOUHO? JAK K TOMU DOŠLO?

To je jednoduché. Asi ve čtvrté třídě na základce jsem dostal k Vánocům mikroskop, který mě nadchnul. V kvartě víceletého gymnázia jsem měl možnost navštívit Ústav epizootologie (obdoba naší epidemiologie) na Veterinární a farmaceutické univerzitě v Brně. Tehdy mě neskutečně nadchlo nadšení lidí, kteří tam pracují. Mají tam laboratoř (BSL-3), ve které se pracovalo s vysoce patogenní chřipkou a podobně. Neskutečně mě to zaujalo a chtěl jsem u nich pracovat na studentském projektu. Ale je pravda, že Brno a Pardubice jsou od sebe daleko, tak jsem nakonec začal pracovat v mikrobiologické laboratoři na Univerzitě Pardubice, kam jsem docházel během studia na střední škole. Dnešní perspektivou to nebyl žádný úžasný vědecký projekt, ale naučil jsem se hodně věcí a mělo to pro mě osobně velký přínos. Nakonec projekt získal několik ocenění. Nicméně už tehdy na gymnáziu jsem si vysnil, že bych chtěl pracovat na infekci na Bulovce, kam jsem díky vstřícnosti paní docentky Marešové od prváku na medicíně začal pravidelně docházet. Upřímně, jsem určitě víc doktor a učitel než vědec. (Usmívá se.) V učení mediků i vzdělávání lékařů jsem se našel.

TÉMA REZISTENCE ENTEROKOKŮ ZNÍ OVŠEM STÁLE VELMI AKTUÁLNĚ.
JAK NA TU PRÁCI VZPOMÍNÁTE?

Musíte to brát jako studentský středoškolský projekt. Dneska se už věnuji něčemu jinému a s odstupem času se tomu musím trochu zasmát. Na druhou stranu to byla velká škola. Již na gymnáziu jsem se naučil nejen základy práce v mikrobiologické laboratoři, ale především pracovat s odbornými zdroji a informacemi. Mimochodem právě to, že stále určitá část českých lékařů nevyužívá při své práci kvalitních vědeckých důkazů a principů medicíny založené na důkazech, považuji za velký problém. Domnívám se, že jedním z úkolů nás, kteří pracujeme v akademické sféře, je právě tyto poznatky zprostředkovávat nejen medikům, ale i širší lékařské veřejnosti, což se u nás poněkud podceňuje. Naopak se obávám, že celoživotní vzdělávání lékařů se někdy zaměřuje za marketing farmaceutických firem.

Z VLASTNÍ ZKUŠENOSTI MI PŘIJDE SKORO AŽ NEUVĚŘITELNÉ VYBRAT SI
SVŮJ LÉKAŘSKÝ OBOR UŽ NA STŘEDNÍ. NIKDY JSTE NEZAKOLÍŠAL?

Samozřejmě, že jsem zakolísal. Nejvíce jsem váhal asi až po škole, tehdy mi hodně pomohla stáž na motolské interně, která trvala rok a půl a byla velmi kvalitní. Tenkrát jsem upřímně uvažoval o tom, že se po kmeni vydám jiným směrem, ale právě během této stáže jsem pochopil přínos infektologa v nemocničním provozu. Viděl jsem totiž, jak v dnešní hyperspecializované medicíně mohou i na první pohled relativně triviální poznatky z infekční medicíny velmi pomoci a takový konziliář pak nezřídka vytrhne kolegům trn z paty. Infekční konzilia nemají v České republice bohužel takovou tradici, přitom z nich mohou těžit všechny klinické obory. Velmi zásadní je však kvalitní spolupráce infektologa s klinickým mikrobiologem. Tyto obory se velmi dobře vzájemně doplňují. S infekčním lékařstvím jsem tedy určitě spokojen. Jinak během šesti let na medicíně jsem zažil hodně krizových chvil. Já osobně si je vybral hlavně ve čtvrtém a pátém ročníku, kde se bloky a zkoušky rychle střídají. Proto mám pro mediky v tomto období velké pochopení, protože to opravdu není jednoduché. Naším cílem by už nemělo být nutit studenty, aby se naučili spoustu málo významných teoretických poznatků, ale především jim předat praktické poznatky, aby se ze studenta přibližně za rok stal dobrý lékař. Mám řadu studentů, kteří mi poté, co ukončí studia na fakultě, dávají zpětnou vazbu a hlásí se na naše kurzy v rámci celoživotního vzdělávání lékařů, protože již náš styl výuky infekčního lékařství na fakultě jim připadal užitečný pro praxi.

STÁLE JSTE OVŠEM BĚHEM STUDIÍ NA BULOVKU PRAVIDELNĚ DOCHÁZEL.
JAK TO VYPADALO?

Musím přiznat, že jsem vděčný především tehdejší přednostce Vilmě Marešové, Zuzce Blechové a Františkovi Stejskalovi, kteří se mi ohromně věnovali. František je guru české tropické medicíny a jeden z nejchytřejších infektologů v této zemi. Chodil jsem s ním do služeb, již od třetího nebo čtvrtého ročníku mě nechal pod dohledem pracovat s pacienty na ambulanci, odebíral jsem od pacientů v ambulanci anamnézu, vyšetřoval je, psal ambulatní a příjmové zprávy. To je pro medika neocenitelná praxe! Nestojíte jen někomu za zády, ale sami pracujete s pacientem a cítíte, že jste nějakým způsobem přínosní. Jste prostě součástí týmu. Ohromně mě to motivovalo a právě tohle mě připoutalo k infekční medicíně. Po škole jsem si tak s většinou základních diagnóz věděl rady a zkušenější kolegy jsem potřeboval až v nestandardních situacích. To by vlastně měl být náš úkol na fakultě — připravit mediky na každodenní lékařské problémy, aby si v nich věděli rady. Absolvent nemusí umět všechno, ale měl by si umět samostatně poradit v základních situacích. Na druhou stranu bych chtěl zdůraznit, že můj příběh není v rámci naší fakulty raritou. Na každé klinice najdete někoho, kdo si vás do služeb s sebou vezme a umožní vám hlouběji proniknout do oboru, jenž vás zaujal. Medici by to určitě měli zkoušet, protože tak nejlépe poznají klinickou medicínu.

VY SÁM NEUČÍTE JEN MEDIKY, ALE POŘÁDÁTE PRAVIDELNĚ
WEBINÁŘE PRO LÉKAŘE NA RŮZNÁ TÉMATA Z INFEKČNÍ MEDICÍNY...

Se vzděláváním lékařů jsem začal už v roce 2014 a webináře jsme zavedli už v době před covidem. Pandemie tomu pak dala silný impulz. Budete se divit, ale předtím mnoho kolegů nevěřilo, že formát webináře má smysl. V tom jsem byl z počátku trochu enfant terrible jako ostatně všude. Kvalitní webinář přitom nepochybně zasáhne větší publikum, protože se mohou připojit i lékaři ze vzdálenějších oblastí, kteří by na prezenční dvouhodinový kurz do Prahy přijet nemohli. Pravidelné webináře a online kurzy se tak staly devízou naší Katedry infekčního lékařství na IPVZ, ale myslím, že by to mělo být standardem všude.

ORGANIZACÍ VÝUKY SE ZABÝVÁTE I V NAŠEM FAKULTNÍ SENÁTU, KTERÉMU
DOKONCE PŘEDSEDÁTE. JAKÉ ÚKOLY MÁ PŘEDSEDA AKADEMICKÉHO SENÁTU?

Hlavně spojovat lidi. Akademický senát je platforma pro diskusi o důležitých tématech, jež hýbou fakultou. Upřímně, možnost nějak zásadněji zasáhnout do chodu fakulty není příliš velká, od toho je tu především děkan a vedení fakulty. Mimo jasně daných úkolů a pravomocí senát vykonává spíše kontrolní roli. Volení zástupci studentů a pedagogů mají možnost dotazovat se a diskutovat s vedením fakulty o palčivých tématech a navrhnout změny. Je to zároveň prostor, kde se pravidelně setkávají studenti a pedagogové a mohou spolu diskutovat o výuce. Já osobně si dávám za cíl sjednotit různé názorové skupiny na fakultě a napomoci vzájemné spolupráci. Neměli bychom se na sílu přetlačovat, ale společně hledat optimální řešení pro fakultu.

TO UŽ JE VAŠE DRUHÉ OBDOBÍ V AKADEMICKÉM SENÁTU.
CO BYSTE OZNAČIL ZA ÚSPĚCH V PRVNÍM OBDOBÍ?

Řekl bych, že se nám dále postupně daří pozvednout naši diskusi a více propojit pedagogy se studenty. Podařilo se třeba zapracovat na činnosti pedagogické komise, která už není a neměla by být místem, kde si studentští zástupci jen stěžují na výuku a kritizují jednotlivé vyučující. Je to spíše o koncepčních a důležitých změnách. Naší snahou bylo nově spíše hledat pozitivní příklady a nabízet je ostatním jako inspiraci. To podle mě zcela změnilo i nahlížení na senát u pedagogů. Hlavní roli v tom sehrál především pan profesor Kachlík. Velkou výzvou byl covid a zajištění výuky a praxí. Přestože se jednalo především o úkol vedení fakulty, tak jsme se podle mého názoru snažili být vstřícní a povedlo se najít funkční konsensus. Já osobně mám radost z několika menších projektů, které se ukázaly jako životaschopné, např. Medici PRO Očkování. Novinkou z aktuálního období je obnovená komise pro „komunikaci“, které se věnuje pan doktor Kynčl. Jeden z konkrétních výstupů je projekt „Dvojka na Dvojce: Káva o čtvrté“, kde ve vysílání Českého rozhlasu Dvojka pravidelně vystupují odborníci z naší fakulty. Práce senátu je především o těchto menších krocích, vzájemné důvěře a spolupráci.

VY ZÁROVEŇ SVÝM ZPŮSOBEM ZASTUPUJETE V NAŠEM SENÁTU
FAKULTNÍ NEMOCNICI BULOVKA. MAJÍ TAMNÍ KLINIKY SPECIFICKÉ POSTAVENÍ?

Určitě. Bulovka je hodně specifická. Rozdíl mezi motolskou a buloveckou nemocnicí je značný. Bulovka se svým charakterem více blíží typické české „okresní“ nemocnici. FN Motol je přeci jen hodně specifické zařízení s řadou excelentních vysoce specializovaných pracovišť a výborným zázemím. Na Bulovce by však podle mého názoru mělo probíhat více prakticky orientované výuky v rámci fakultou zřizovaných „výukových pracovišť“, protože zde má medik příležitost vidět, jak pracuje běžný a řadový internista, pediatr nebo chirurg. Styl práce více odpovídá běžné menší nemocnici. Samozřejmě by bylo otázkou, zda najdeme ochotné a kvalitní pedagogy, ale myslím si, že více zapojit Bulovku do praktických stáží, K10 a K40 by mělo význam.

VÝUKA INFEKČNÍ MEDICÍNY NA BULOVCE JE ČASTO HODNOCENA
STUDENTY JAKO NEJLEPŠÍ. JAK SE VÁM TO DAŘÍ?

Ta unikátnost není až tak o samotné nemocnici, ale spočívá především v organizaci, formě výuky a zájmu pedagogů. Zdravotnický a fakultní provoz jsou poměrně striktně odděleny, takže nehrozí, že by studenti čekali hodinu, než přijde vyučující. Učitelé nemají v tu chvíli „zdravotnické povinnosti“ a mohou se medikům plně věnovat. Pokud se má lékař starat o pacienty na ambulanci nebo oddělení či operovat na sále a do toho ještě stihnout odučit seminář, nutně musí docházet ke kolizím. Další věc je obsahové zaměření. Naším krédem je, že neučíme mediky, ale mladé lékaře, a pojmáme tedy výuku praktičtěji s cílem připravit absolventy na infekční problematiku v klinické medicíně. Já jsem podobně za studií rozlišoval přednášky na ty „pro mediky“ a ty „pro doktory“. Myslím si, že ke studentům v posledních ročnících bychom měli přistupovat jako k našim kolegům a učit je podle toho. Nepředávat jim jen „nějaký teoretický základ“, ale hlavně prakticky probírat situace, se kterými se mohou setkat.

NERAD BYCH PŘEHNANĚ ZABŘEDÁVAL DO TÉMATU COVID-19,
ALE MYSLEL JSTE SI JAKO INFEKČNÍ LÉKAŘ, ŽE SE BĚHEM SVÉ KLINICKÉ
PRAXE SETKÁTE S NOVOU CELOSVĚTOVOU CHOROBOU?

Ano. Při výročí Sametové revoluce v roce 2019 jsme měli přednáškové odpoledne o vývoji medicíny za posledních třicet let. Já přednášel samozřejmě o nových a nově se objevujících infekcích jako je SARS, MERS, Ebola a obecně o hrozících pandemiích. Jako infektologové jsme čekali, že jednou k tomu dojde a objeví se nová choroba, která se „úspěšně“ rozšíří na všechny kontinenty. Tipovali jsme to spíše na chřipku. Na druhou stranu si pamatuji — a přísahám — že jsem při seminářích pro mediky o respiračních infekcích zdůrazňoval význam koronaviřů a studentům v nadsázce doporučoval jejich další výzkum, protože SARS a MERS pocházely právě z této skupiny a zvířecích koronaviřů již byla popsána celá řada. Ovšem takovou pandemii, jež zasáhne všechny země a naprosto změní naše životy, asi nemohl očekávat nikdo. Na covid-19 se bude určitě jednou vzpomínat stejně jako na španělskou chřipku nebo cholery pandemie. Na druhou stranu, já bych nechtěl práci infektologa zúžit na tyto problémy. Infektolog v nemocnici v běžném provozu věnuje mnohem více času i mentální kapacity řešení „zajímavějších“ problémů jako je diferenciální diagnostika horečnatých nebo zánětlivých stavů, uzlinových syndromů, výběru vhodného antibiotika u pacientů s infekcemi vyvolanými multirezistentními bakteriemi apod.

MÁTE SVÉ OBLÍBENÉ TÉMA V INFEKČNÍ MEDICÍNĚ?

Nejradši mám právě asi diferenciální diagnostiku horečky a zánětlivých stavů, tropickou medicínu a problematiku antibiotik. Podobně jako pan profesor Zámečník rád bourám zažité mýty a kliše v medicíně. V infekční medicíně jich je hrozně moc a já se na ně ve svých webinářích rád zaměřuji.

PO VAŠÍ HUMANITÁRNÍ MISI V KENI V ROCE 2019 JSTE MĚL VÝSTAVU FOTOGRAFIÍ
Z NEMOCNICE I AFRICKÉ PŘÍRODY. JE TO VÁŠ KONÍČEK?

Popravdě ne. V Africe jsem byl několikrát a vždy hodně fotím. Kolegyně z IPVZ mě donutila některé z fotek vystavit a je pravda, že krajina afrických savan a čajovníkových oblastí je fotogenická. Mým koníčkem se v posledních letech trochu překvapivě staly humanitní vědy. Já jsem si sice během studií na gymnáziu přivydělával jako průvodce po památkách, třeba na Kostí nebo na Červené Lhotě, na což dodnes rád vzpomínám, ale jinak jsem se opravdu věnoval především přírodním vědám — biologii, chemii, fyziku — a zbytek šel trošku mimo mě. Ve čtvrtáku na medicíně jsem v létě strávil dva týdny v Římě a tam se mi úplně otevřel svět výtvarného umění, architektury, historie atd. V tomto poznávání jsem pokračoval i po návratu do Čech. Následně jsem se stal členem Klubu Za starou Prahu, Společnosti (Klubu) přátel Národní galerie a hodně jsem si četl o architektuře, obrazech a snažil jsem proniknout i do dalších humanitních oborů. Na medicíně máme někdy tendence těmito obory trochu opovrhovat a to je podle mě chyba. V tom je velká výhoda Univerzity Karlovy, kde jsou různé obory pod jednou střechou, a my tak máme možnost se s lidmi z jiných fakult blíže seznámit a hledat společná témata, což se povedlo například s Mediky PRO Očkování. V podobných spojeních vidím velkou výhodu naší univerzity oproti některým ryze medicínským univerzitám v západní Evropě.

ROSE

Zuzana Malá

I'm a rose
Turning yellow
Soil dried out
Begging for water
No nutrients
Slapped by the wind
Fading out
Spikes sharp
Leaves fallen
Sun set

You
Give
Me
Little
Droplets
I'm
Addicted
As
No
Water
Tastes
Like
Yours

SMRT, DUŠE A NADĚJE

Rozhovor s prof. MUDr. Vladimírem Komárkem, CSc.,
připravila Gabriela Moslerová.

ÚVAHY O SMRTI MŮŽEME OTEVŘÍT PROJEVEM REKTORA
UNIVERZITY KARLOVY PROF. MUDR. KARLA WEIGNERA Z ROKU 1936:

Třebas se zdá, že život uniká poslední dechem, není tomu tak. Je pravda, že nejdříve umírá mozek, mozková kůra — sídlo lidského rozumu, duševní činnosti, orgán, který je v tělesném ustrojení člověka orgánem nejspecifičtější lidským, v rodokmenu všeho živočišstva vymožeností nejposlednější. V okamžení umírání se zakalí vědomí, s posledním dechem, jak se říká, ulétá z těla duše, ale srdce není ještě mrtvé; jeho pravá předsíň, ultimatum moriens Halleri, vykonává ještě několik posledních tepů až nepravidelných záchvěvů a záškubů. Po srdci pozvolna se zastavuje roura střevní, jeden z orgánů nejprimitivnějších; když ustanou vlnivé pohyby působené činností hladkého svalstva v stěně střevní roury, ještě se uvnitř smršťují a zase natahují střevní klky, nassávající do cév živné látky z potravy. Když zanikne pohyb klků, míhají ještě v cestách dýchacích řasinky, prodírají se z krevních vlásečnic krevní buňky do tkáňových skulin a z posledních zásob živin v kůži rostou chlupy a nehty.

Zdá se, že se v postupu umírání člověka opakuje jeho vývoj až do nejjednodušších forem života vůbec.

SRDCE PŘESTANE BÍT, KREV PŘESTANE PROUDIT, ALE CO NAŠE VĚDOMÍ?

Vědomí, mysl i duše zůstávají na poli vědeckém stále obtížně definovatelné. Napomoci nám zde může teorie kvantového vědomí, kterou definovali fyzik a matematik sir Roger Penrose a anesteziolog Stuart Hameroff, MD. Vědomí vysvětlují na poli kvantové fyziky; nosičem kvant je mikrotubulární systém neuronů, tedy dynamická složka cytoskeletu odpovědná mimo jiné za pohyb látek v cytoplazmě.

Pokud přijmeme představu kvantové podstaty vědomí, v poslední fázi umírání se komunikace jednotlivých částí mozku a neuronů samotných může přeměnit ve vlnění — něco neviditelného, nehmatného, ale de facto existujícího. To je možná základem naší duše.

JAKÉ OBRAZY NABÍZÍ POHLED NEUROLOGA A ZNALCE HUDBY?

Smrt mozku nastává postupným odumíráním jednotlivých částí mozku — nejprve kůry mozkové, později subkortikálních a kmenových oblastí. Při představě mozku jako skvěle vyladěného orchestru pak můžeme vnímat odchod jednotlivých částí jako pozvolné doznívání nástrojových skupin orchestru, až nakonec zní samotný dlouhý táhlý tón violoncella.

MŮŽEME SE JI SNAŽIT MECHANISTICKY POPSAT, VĚDECKY POCHOPIT,
ALE NEJKRÁSNEJI O NÍ STEJNĚ PÍŠÍ BÁSNÍCI:

Jaroslav Seifert píše o tom, jak se člověk do poslední chvíle snaží držet života.

BÁSEŇ SBÍRKY MOROVÝ SLOUP

Jaroslav Seifert

Život — to je těžký, strastiplný let
stěhovavých ptáků
do krajin, kde je každý sám.
A nikdy nazpátek.

Křik strašidel

Marně se chytáme letících pavučin
a ostnatého drátu.

Marně se opíráme patou o hroudu,
abychom nebyli vlečeni tak prudce
do tmy, která je černější
než nejčernější noc
a nemá už korunu hvězd.

A denně potkáváme někoho,
kdo se nás bezděčně optá,
aniž by otevřel ústa:

Kdy? Jak? A co je potom?
Ještě chvíli tancovat a tančit
a dýchat voňavý vzduch,
třeba i s oprátkou na krku!

*Další ukázkou volím z básnické sbírky Na sotnách od Vladimíra Holana.
Sotna nese význam posledního tažení, člověk je ještě tady, ale už je skoro tam,
může to znamenat utrpení, ale také klidné odcházení.*

ZMRTVÝCHVSTÁNÍ

Vladimír Holan

Stanislavu Zedníčkovi

Že po tomto životě zde mělo by nás jednou vzbudit
úděsné ječení trub polnic?
Odpust', Bože, ale utěšuju se,
že počátek a vzkříšení všech nás nebožtíků
bude ohlášen tím, že prostě zakokrhá kohout...

To potom zůstaneme ještě chvíli ležet.
První, kdo vstane,
bude maminka ... Uslyšíme ji,
jak tichounce rozdělává oheň,
jak tichounce staví na plotnu vodu
a útulně bere z almárky kávový mlýnek.
Budeme zase doma.

Poslední ukázkou je součástí básnické sbírky Elegie z pera Jiřího Ortena.

SEDMÁ ELEGIE

Jiří Orten

Píši vám, Karino, a nevím, zda jste živa,
zda nejste nyní tam, kde se už netoužívá,
zda zatím neskončil váš nebezpečný věk.
Jste mrtva? Poproste tedy svůj náhrobek,
aby se nadlehčil. Poproste růže, paní,
aby se zavřely. Poproste rozpadání,
aby vám přečetlo list o mém rozpadu.

Smrt mlčí před verši. A já v nich přes vás jdu
tak mlád, tak krutě mlád a ponejprve zralý,
že ve své mladosti podobám se již králi,
zašlého království. Vy jste přec věděla,
co křídel chybí nám k rozletu anděla,
jak krví smějeme se a jak krví pláčem.
Nalezl jsem svůj pád. A chci vám říci, na čem.

Smrt mlčí před verši, hle, ještě o tom sním.
Před jakou bouří mlčí? Před čím strašlivým?
Co pochopíme tam? Co se tam nerozpadá?
Co i tam umírá? Co i tam věčně padá?

POKUD PŘI UMÍRÁNÍ VĚDOMÍ ODCHÁZÍ POSTUPNĚ,
JAK JE TO S JEHO NABÝVÁNÍM BĚHEM NAŠEHO VÝVOJE?

Ani tady nelze mluvit o náhlém nabytí vědomí, myslí. Rýhující se vajíčko ještě duší a myslí neoplývá, ve vyvíjejícím se systému je teprve prostor připravován. Osidlování našeho mozku myslí si můžeme představit jako rozsvěcování krajiny, když se rozednívá. S přibývajícím světlem nakonec nabydeme plného vědomí sebe sama ve třech až čtyřech letech.

NACHÁZÍTE I ZDE PARALELU V HUDEBNÍM POJETÍ?

Již při výstavbě mozku in utero spolu jednotlivé části mozku pravděpodobně musí komunikovat na mikrotubulární úrovni kmitáním o shodných frekvencích. Oblasti, které spolu v budoucnosti komunikují a jsou propojeny v konektomech, dosahují oscilací synchronizace ve vývoji. To můžeme přirovnat k práci na stavbě, během které si komunita společně do rytmu zpívala. Jak jednotlivé oblasti mozku dozrávají, postupně se začíná rozeznívat melodie jim společná. Nejprve se jedná o jednoduchou minimalistickou melodii několika tónů, s vyžíváním je mozková symfonie postupně silnější, komplikovanější. Zpočátku je možná až příliš hlučná, postupem času dochází k prořezávání — místo 10 houslistů postačí tři čtyři. Finální uskupení je pro každého člověka individuální, mozek každého člověka tedy hraje trochu jinak. Všem by ale měla být společná schopnost melodie, harmonie a orchestrace — vyjma těžce postižených mozků. Změny pozorujeme také u některých onemocnění mozku; při Alzheimerově chorobě dochází k postupné ztrátě klíčových propojení, tedy schopnosti vzájemně ladit, a melodie mozku se stává disharmonickou.

ZÁVĚREM SVÉ ZAMYŠLENÍ NAD UMÍRÁNÍM I ROZENÍM MŮŽEME
POVZNĚST TAOSTICKOU MYŠLENKOU OD LAO-C':

TAO TE ŤING / 50.

Lao-c'

Vstupujeme do zrození,
vcházíme do smrti.
Životní dospívání tvoří jednu třetinu,
životní odumírání tvoří jednu třetinu,
aktivní život mezi dospíváním a odumíráním
— též jedna třetina.
Proč tomu tak je?
Jednoduše proto,
aby život dosáhl svého naplnění.
Slyšel jsem, že ten,
kdo správně řídí svůj život,
procházíje pustinou —
nesetká se s nosorožcem ani s tygrem;
procházíje bitvou —
nesrazí se se zbraní ani štítem.
Nosorožec nemá, kam by vrazil svůj roh,
tygr nemá, kam by zatnul své drápy,
zbraň nemá, kam by zasekla své ostří.
Proč tomu tak je?
Protože nemá smrtelného místa.

NEMLUVIM RUSKY

Matěj Balík

Nemluvim rusky
Po měsíci války konečně přší
obloha se uklidnila
ladně mě svou něhou hladí

Nemluvim rusky
řeším furt to samý
samý cizí slova
pořád znova a znova

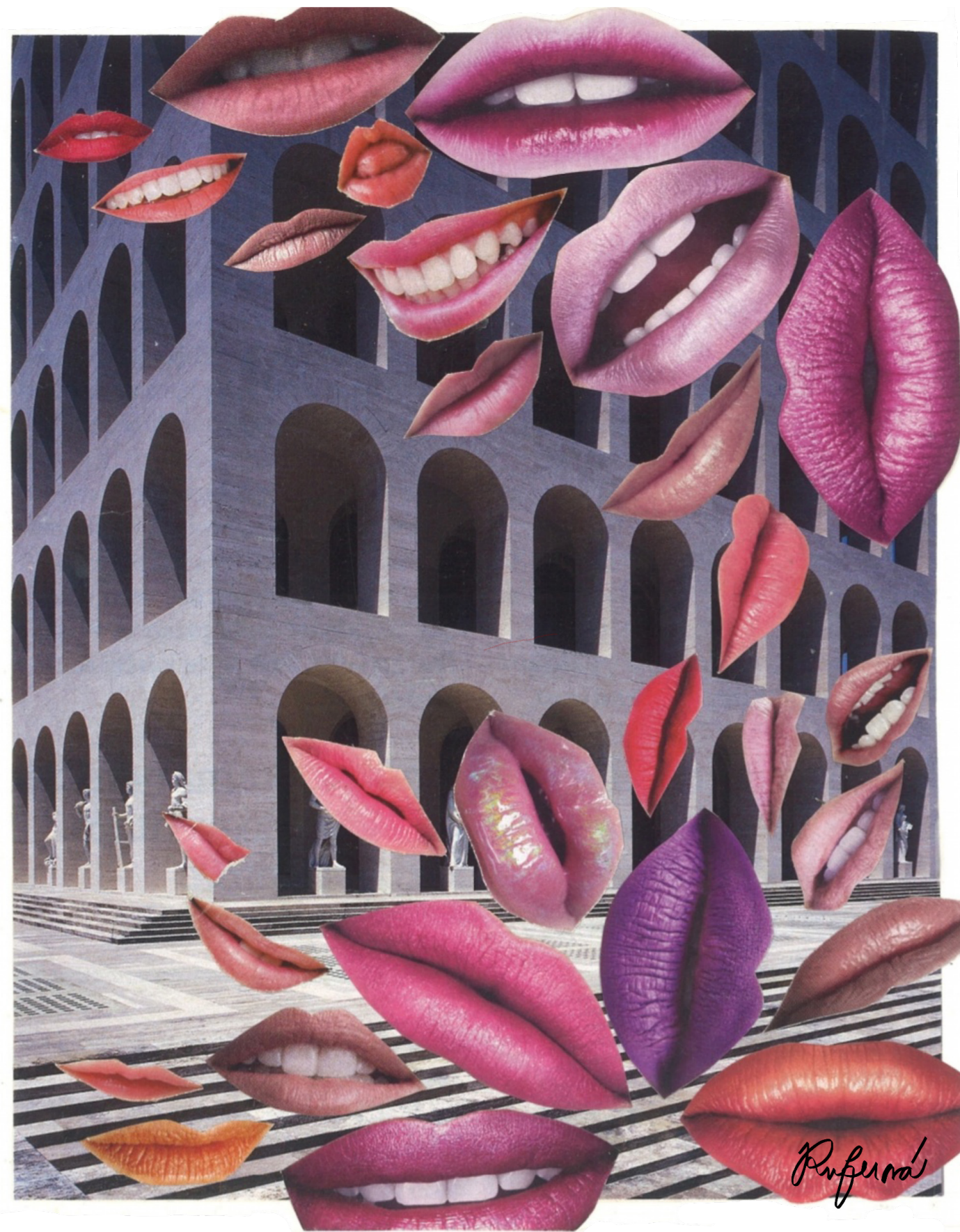
Nemluvim rusky
slova mi nikdy moc nešla
nevešla se mi do hlavy
nešel jsem plavat do Vltavy

Nemluvim rusky
jsem na to moc mladej
asi tomu budu rozumět až budu starší
a to mě straší

Nemluvim rusky
mluvím česky
hezky potichu
jen občas zpívám

Nemluvim rusky
neumím pást ani čist
čistě teoreticky
eticky nepřipustně
to mám radši ústně

Pozor, prosím úsměv.



Hana Ruferová

KLUB

Martin Stanek

Tanec všech
nikdo netančí
hudba všem
nikomu nestačí
každý spolu
sám u stolu

Podivný flám
podivné místo
bavím se dobře
každý má jisto
pochyby utopím
vodkou a konopím

VÝDECH

Martin Stanek

Pádem do tmy
stoupám výš
svítí měsíc
hledám skrýš

Úder bubnů
slyším v dáli
modré ohně
za mnou plály

Kam se vydám
nemám zdání
úsměv větru
letí strání

JEDNO PO DRUHÉM

Zuzana Malá

Život umírá
sekunda po sekundě
Tělo se rozkládá
buňka po buňce
Deprese vrcholí
chyba po chybě
Úzkost otupuje
myšlenka po myšlence
Spánek se probouzí
noční můra po můře
Paměť zapomíná
vzpomínka po vzpomínce
Noc zhasíná
hvězda po hvězdě
Den bledne
jiskra po jiskře
Emoce ubližují
pocit po pocitu
Mysl pláče
slza po slze

Všechno končí
jedno po druhém

ÉÓS

Matěj Balík

Zas mám na kahánku
 bohyně ranních červánků
 mi do spánku nadává
 jaká jsme všichni hovada.
 Skořicový šnek se mi doplazil do pokoje
 co to je
 z těch muškátových jater
 mám úplně květákovéj mozek
 náhle mi vyprávíš své břišní příhody
 už by mohli opravit ty záchody

Bohyně ranních červánků
 pomalu propadá skunku
 jsme na tom obdobně
 jen já rána fakt nezvládám
 běžím na vlak
 postižená žena na nástupišti
 na nás tu piští
 příští zastávka je na znamení doby
 dvě trioly a pomlka.

Ohryzky jsou stejně jen ožralý jablka.



Hana Ruferová

LATINA V KOLOBĚHU ŽIVOTA

Petr Březina

Když jsem na oslavě po zimních pitevních cvičeních hovořil s jedním kolegou z vyššího ročníku, náš hovor se stočil na Charlesa Baudelaira a na to, že byl nejen francouzským, nýbrž i latinským básníkem. V Baudelairově době patřila znalost latiny a umění skládat latinské verše k součástem gymnaziálního vzdělání. Rytmus latinských veršů je vlastně založen na střídání krátkých a dlouhých slabik, verše mají pevný počet stop určité metrické délky a řídí se některými dalšími pravidly. Veršování pak představuje hru s jazykem, kdy se snažíme svoji myšlenku vtěsnat do dané formy. Za svých středoškolských studií Baudelaire, podobně jako Rimbaud, vynikal ve skládání latinských veršů. V poslední čtvrtině XIX. století byla ve Francii povinnost skládat latinské verše ze školních osnov odstraněna. XX. století bylo k latině ještě méně přívětivé a to se leckdy odráží i na jazykové úrovni latinské anatomické terminologie. Před několika dny mě jedna filologická záležitost v anatomické terminologii přiměla k tomu, abych složil žertovné elegické distichon o nočních můrách studenta anatomie. Chtěl bych se o toto dvojverší podělit a připojit přání, aby latina, která kdysi žila slavným životem a nyní skomírá blízka smrti, znovu ožila.

*Saepe mamillari terret me corpore nudo
apparens noctu taetra basis cerebri.*

MLHA

Barbora Džerengová

Při ohlédnutí se zpátky
napadá mě jen mlha.
Mlha, která mi tlačí na tváře slzy
— maličké krůpěje
spojeny v kapku
— jako když z útržků
skládám větu
a na konci věty
hledám vzpomínku,
abych snad věděla,
co napsat k pomníku
mého starého já,
které stále dobíhám,
ale nikdy nevidím.

Mlha prosakuje šat
až na holou kůži.
A studí, šimrá
— tak si představuju pravdu
a její náповědy.
Kulisa lesa
ztracená v mechu,
a záblesk světla,
ke kterému není cesta.

V mlze mi zrezivěl kompas
a ručička jen nervózně tiká.
Je na čase otočit list
a vyběhnout
na vrchol, kde čeká slunce,
ať třeba za mraky,
kde však zas uvidím
do nového kraje.

Ale mlha mi drží rukáv
— nit po niti rozplétá,
nechává si kousky mě,
tak jako kdysi,
na dobro zapomenuté,
ztracené v mé mysli.
Položím svetr do kapradí,
tohle bude ten pomník,
beze jména, bez věnování,
ale stále s vůní, citem.
Až ho najde
moje stará kůže,
snad obleču si ji
a pochovám v náručí
a ona spočne sladce
v mlze.

O MÁKU A NESMYSLECH

Martin Toman

Uvažujme dívku, jejíž duch je duchem města, jsou spolu spjati, jeden bez druhého nejsou ničím. Ono stojí jen pro její dech, jen pro její tanec, pro její kroky a skoky. A bez toho města, bez jeho kočičích hlav, od kterých se odráží špičkami nohou, nebylo by zas jejího tance. Nelze mít takové bez obligátní trochy makového.

Mějme dále chlapce, který při svém zbloudilém putování doklopýtal sem, na rozcestí mezi zítřkem a dneškem, a jenž jen v obrysech tuší, že zrovna tenhle předěl bude osudový. Přišel sem, jelikož chtěl by poznat život, přišel sem s nadějí, že až ho ráno vyzvedne slunce, tak cosi bude jinačí. Aby zahlédl, co zahlédnout může. Mák i to druhé.

A nyní je nechme žít.

Po půlnoci jednoho zářijového dne, jednoho z těch méně příjemných, utvořilo několik osob kruh. No dobrá, tak spíš bramboru, ale ne nikterak velikou. Tak začíná rok.

Zimou, levným vínem a ostrůvkem zeleně vprostřed pole betonu. Svítil-li měsíc? Možná. Spíš asi byly mraky, ale to se básníkovi nehodí. A když už, tak pouze tak, aby se luna mohla každou vteřinu vyloupnout dramaticky zpoza oné kondenzované opony. Doufejme jen, že ona oblaka nehodí na bramboru našich hrdinů nějaký ten sirný deštík. Stačí, co tam dýchají teď. Nicméně tak skutečně začíná nám rok. Symbolicky v neznámém prostředí, mezi lidmi, jež spatřili jsme dnes poprvé. Recept na zábavu. Základ pro příběhovou bábovku. S trochou takového a makového, jak ji ostatně máme nejraději.

Řekněte prosím, že máte rádi život. Na moment, kratičký dle individuální potřeby, se zastavte, a zeptejte se sami sebe, zdali jej milujete. Já nic lepšího nemám a jsem plný závisti vůči těm, kteří dokáží zažívat lásku hlubší než tu, jež nás poutá k bytí. To je replika upřímná, avšak pro příběh přinejlepším pouze zavádějící.

V budoucnu onen rok bude fungovat daleko jinak, nepochopitelně rychle, v místech zprvu cizích až nakonec známých až příliš. V jeden moment se zkrátka výhybka přehodí a čas začne plynout, přímo se sypat, ztrácet, mizet. Nasadí čtvrtou kosmickou rychlost patřící jen jemu a uteče, než si vzpomenete. Z mého úhlu pohledu teprve v tento moment začíná dospělost. Když vám někdo poprvé vypere život na šedesát a on se zkrátí ve všech rozměrech včetně těch, o kterých jste nevěděli, že jsou.

Ovšem dnes, pojďme to oslavit přípitkem, ještě ne. Přes všechnu tu zimu a nepohodlí zářijové Prahy je tenhle den ještě krásný, neboť staří budeme až zítra. Za rok tento náš „spot“ převezme někdo jiný. Anebo možná už zítra. Ale v tento den, poslední jarní den našich životů, ačkoli v září, ještě dýcháme závany větru štěstí i radosti. Ne že by se později ty emoce někam záhadně ztratily a navždy zmizely. Jen se poněkud změní, a to ne úplně směrem, ve který bych doufal.

A nejsme v tom parku sami. S každým jedním z nás, který tam sedí, stojí nebo leží, je tam ještě náš sen. Pomalu krystalizující představa věcí budoucích, k níž se závratnou rychlostí řítí vlak reality. Možná, že sen přejde přes koleje přes úhony, možná že ne. Od zítřka jsme paní či pánem osudu my, a jak krásné bylo to nevědět.

Prohlásit ale honem rychle, že na druhé straně čeká jen samá lidská bolest a neštěstí, je přeci jen přehnané, mírně řečeno. Čekají, samozřejmě, je to znovu jako s takovým a makovým. Není jen jedna strana mince, nezná tmu, kdo nezná světlo. Tato naděje mi stačí. S mým posledním jarním dnem nekončí všude a všem, stále vím, že štěstí trvá, že život trvá. A víc snad ani nepotřebuji.

Úvahu zakončím nekoordinovaným vztykem a dovrávoráním se k nejbližšímu stromu, kterému vyklopím příběh celého večera, totiž zimu, sny a víno, přímo k nohám. Pardon, ke kořenům.

1

Sam Heller

Jednou hraješ
vždy prohraješ
nehraje fér
cíl má jediný
tak neztrácej hlavu
nad tím jak dopadneš
mysli na to
jak si zahraješ

*Sam Heller*

NEMOCNÝ LÉKAŘ

Jitka Ludvíková

Může být lékař nemocný? Ano. A když je, tak stejně jako všichni ostatní do práce nepůjde. Co když je ale jeho nemoc psychického ražení?

Před nedávnem jsem četla článek od amerického internisty Justina L. Bullocka "Suicide — Rewriting My Story". Justin L. Bullock má bipolární poruchu. V minulosti se již pokusil o sebevraždu. Při náročné rezidentuře se opět dostal do depresivní fáze, tentokrát však vyhledal pomoc a díky včasné hospitalizaci a úpravě medikace tuto depresivní epizodu zvládl. Následně se vrátil ke své rezidentuře a šíření osvěty o duševním zdraví. Vše ale není slunečné a i mezi jeho nadřízenými se, dle jeho slov, začala šířit panika. Vypořádat se s ní bralo Bullockovi energii potřebnou na zotavení. Naštěstí našel spojence ve vedoucím lékaři, který mu pomohl v komunikaci s nimi.

Hezký příběh, nějak si ale nedokážu představit, že by se něco podobného dělo u nás, nebo že by to byl dokonce standard. Smutnou pravdou je, že jsem již slyšela, jak se moji spolužáci bojí navštívit psychiatra či klinického psychologa, protože český rybníček je malý a lékařské tajemství sice existuje, ale drby jsou všude. A to jsou ještě ti uvědomělejší. Ten zbytek si svoje trápení raději nepřipouští nebo ho pokládá za slabost. A jsou i tací, kteří sice pomoc vyhledali, ale natolik pozdě, že už jim studium medicíny za to trápení nestálo a vybrali si raději jinou cestu. Upřímně, nedivím se jim. Vlastně si spíš myslím, že jsou odvážní, dali přednost sobě před titulem a prestiží. A to chce notnou dávku odvahy.

A co tedy s tím? Nemyslím si, že se něco v krátké době změní, ale doufám, že ke změně můžeme přispět. Jak? Tím nejdůležitějším je péče o sebe. Nebojte si říct o pomoc, nebojte se jít k odborníkovi. Je jedno jak velké či malé máte obtíže. Když vás bolí záda od sezení nad učením, taky jdete za fyzioterapeutem a nemusíte mít zrovna vyhřezlou ploténku. A jestli jste ti odvážnější, buďte o svém psychickém zdraví otevřenější. Sdílené utrpení je poloviční a třeba zjistíte, že v tom nejste sami. Zjistíte, že je to normální a možná to jednou zjistí i naši nadřízení nebo se jimi staneme my sami.

SMRT V ŽIVOTĚ JE...

Monika Hrdoušková

... každým dnem, kdy nežijeme s otevřeným srdcem
... učitelkou
... o změně, kterou se boj-íme pozvat
... připomínkou, že každou další vteřinou jsme jí blíž
... setkání s podstatou a důležitostí
... o úctě k poznání a uvědomění
... o hledání klidu, který v ní chceme najít
... pokorou k bytí

... když spěcháme a nejsme vděční za to, co už tu je teď a tady
... o zamyšlení nad hodno-tami
... darem
... když sami sobě nenasloucháme
... o chvílích, kdy máme pocit, že čas neexistuje
... když tu neumíme být pro druhé
... hon za ú-spěchem, který jsme si sami nezvolili
... když necítíme svobodu
... probouzením hloubky
... když nemáme touhu objevovat
... každým dnem, který žijeme dle očekávání druhých
... když v sobě uhasíme dětskou radost
... pocit, že nemůžeme od-pustit
... o zro-zen-í

... a na-konec o nalezení moudrosti ve starém a pozvání nového

Lásku všem.

ČERNÁ KOČKA

Zuzana Malá

Občas na mně ustele si
velká černá kočka
v nečekané přítomnosti
nikdy na nic nečeká

Hrud' mi její váha svírá
nutí mě po dechu lapat
drápky do mě rýhy vrývá
srdce začíná bubnovat

Přivírá oči a vrní stále víc
s každým pokusem ji odehnat
dalšímu zranění vstříc
přemýšlím, jak ji obelhat

Všude zanechává stopy, chlupy
zbavit se jich nemůžu
leda rychlou sklenicí vody
s příchutí benzodiazepinu

Útok jsem zdárně zvládla
konečně opouští místnost
kéž by i můj život opustila
kočka jménem Úzkost



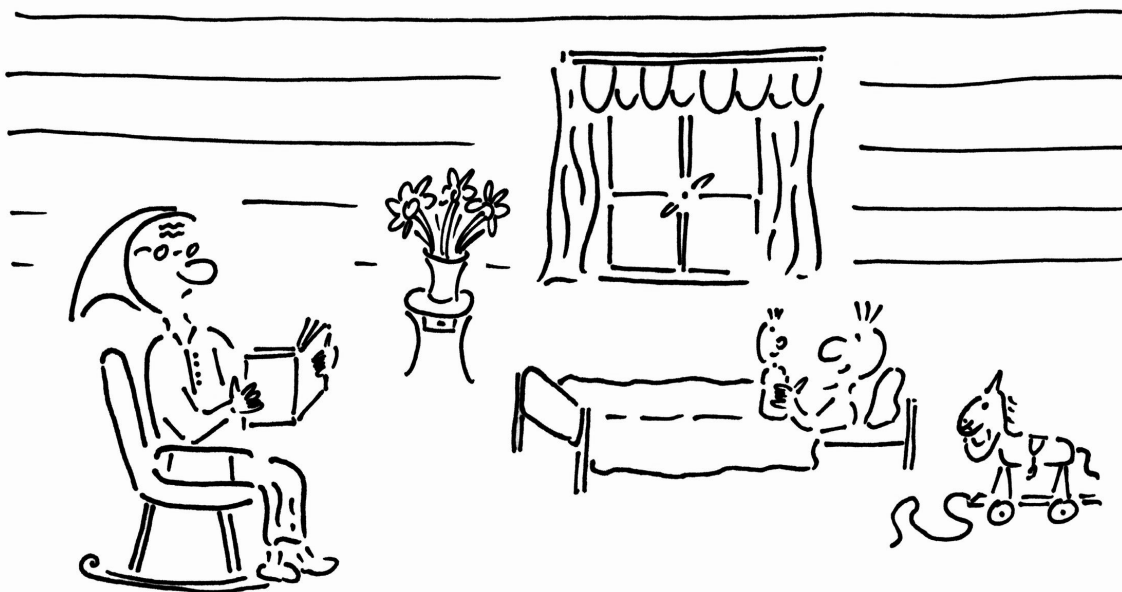
Veronika Vajdová

VZKAZNÍK

Zde můžete zanechat drobný komentář, vzkaz či kresbičku pro další čtenáře. Tomuto výtisku tak vdechnete trochu jedinečnosti a umožníte mu získávat stále čerstvý obsah, i když je již na hony vzdálen tiskařskému inkoustu.

Čtete časopis doma či v e-verzi? Nevadí! Pošlete nám svůj příspěvek na e-mail sefredaktor@motolak.org a my jej zveřejníme.

A abyste se příliš neostýchali, Tomáš Mikyška vykopává...



A JESTLI SE NA TÉ PLANETĚ NEVYHUBILI,
BUDOU TAM VŠICHNI ŽÍT ŠŤASTNĚ AŽ DO SMRTI.

T. M.