

Z o b o r s k é K l u b o v i n y

ročník IV.

január 2002

číslo 1

Tak som sa zamyslel

..... nad dnešnými uponáhľanými dňami, kedy sa najčastejšie skloňujú slová darčeky a láska. Ale uvedomujeme si, že ozajstná láska by mala byť založená na pravde a dôvere jedného k druhému. Mne sa zdá, že v dnešnej dobe zavládol vzťah medzi ľuďmi skôr stavaný na nedôvere, a to či už dvoch zaľúbených alebo lásky ako takej, ktorá by mala byť medzi nami, všednými ľuďmi. Tak ako som už písal v predošlom, možno najväčší podiel na tejto situácii má mamón, teda honba za peniazmi a to akoukoľvek cestou, teda i neúprimnou a podvodníckou. A tu práve najväčšiu „facku“ dostáva láska a pravda. Nechcem aby moje slová vyzneli tak sprofanovane ako z úst terajšieho českého prezidenta, ktorému jeho predpoveď totálne zlyhala, ba práve naopak, dostali sa k moci lož a nenávisť.

Je pravdou i to, že každý si obhajuje tú svoju pravdu, na ktorú sa pozerá zo svojho pohľadu, len si mnohí neuvedomujú, že najspravodlivejšia pravda je asi tá, ktorá zo všetkých strán pohľadov sa javí čistou.

Mnoho filozofov sa zaoberalo samotným pojmom pravdy ako i jej podstatou a toto zázračné slovíčko zostalo aj tak neobjasnené, hlavne z dôvodov jeho viacerých výkladov. Ja by som sa nechcel zamotať do pavučín nezmyselných úvah, ale chcel by som najmä uviesť príklady spojenia lásky a pravdy.

Preto si myslím, že najčistejšia môže byť iba láska založená na pravde. Ničím by nemala byť prikrášľovaná, menené podľa predstáv druhého partnera.

Na druhej strane sa hovorí, že čistá pravda bolí. Áno, bolí, ale tá bolesť prejde a a zostane čistá lúka, na ktorej sa môže rozvíjať potom aj čistá láska, nezaťažená nepravdou, klamstvom a podvodmi. A tá bolesť, ktorú sme prekonali nás iba zocelí pri vytváraní a nadväzovaní vzťahov. Je pre nás veľkou školou života, pretože už v zmiernenej podobe ju môžeme poskytnúť svojim najbližším, čo bývajú rady do života, ktoré však väčšina mladých odopiera a preto potom musia samy na sebe okúsiť bolesti, ktoré nám život pripravuje.

Pretože, ako som už vyššie uviedol, láska súvisí s pravdou a práve preto je živou a každý z nás žije pravdou. Nikto sa nerodí zlým človekom, všetci prichádzame na svet ako malé zlaté stvorenia. Ako na nás vplýva okolie, tak sa v nás i utvrdzuje alebo stráca dobro a tým i vzťah k samotnej pravde. Keď žijeme dennodenne v prostredí čistých vzťahov, úprimnosti a dôvery, mali by sme byť v neskoršom veku vďační, že sa nám pošťastilo vyrastať medzi takýmito ľuďmi a mali by sme pokračovať v prenášaní dobra, dôvery a úprimnosti na ďalšie generácie. Je to veľmi zdĺhavý proces, ale oplatí sa ho jednak začať alebo v ňom pokračovať. Prináša ovocie, ktoré my už nemusíme vidieť, ale veď život človeka sa nezakladá na tom, aby sme všetko videli a vedeli. Koľkí z nás nevideli napríklad Eiffelovu vežu a prežili pritom krásny a zmysluplný život a neboli ním sklamaní, že sa im nedožičilo vidieť viac. Boli spokojní s tým čo spoznali a s tým, že zasiali do zeme života dobré a čisté semienko, ktoré bude rodiť aj v neskorších generáciách.

Tí, ktorí rástli v prostredí hašterivosti, klamstva, nenávisťi voči druhým, neopodstatneným opovrhovaním a ponižovaním, neúprimnosti, zloby a bez lásky, tí nemali to šťastie ako predošli. Lenže najväčšie zlo je v tom, že oni to tak nevnímajú, oni si myslia, že to má byť práve tak, ako boli kŕmení po veľa rokov. Niektorí z nich pri poznaní objektívnej pravdy sa dajú na cestu lepšieho žitia, ale mnohí zotrávajú na svojich postoch a potom sa rozrastajú nedobré vzťahy v rámci rodiny, v rámci partnerských vzťahov a vytvárajú skupinu neprispôsobivých spoluobčanov a spoločnosť musí potom vynakladať veľa prostriedkov na ich prevýchovu, ktorá, priznajme si, býva veľmi málo účinná. Ale to sú tie vonkajšie prejavy nevyrovnanosti človeka. Existuje však aj skrytá forma, ktorá je veľmi zákerná, pretože jej prejav sa objaví až neskôr, kedy už život beží v spleťoch vzťahov.

Všetci, či už zástupcovia prvej alebo druhej skupiny sa počas života stretávame s rôznymi nástrahami, chvíľkovými vášňami, vzplanutiami, sklamaniami, ktoré môžu priniesť i následky. Nech však je pravda akokoľvek tvrdá, mali by sme byť silní a prijímať skutočnosti v tej podobe akej ich priniesol život a brať ich na vedomie. Neprikrášľovať ich a nezamotávať sa do pavučín podvodov a klamstiev a nežiť v lži po celý život. Pretože život nám bude prinášať nové a nové skutočnosti a my máme venovať pozornosť a vkladať sily do ďalšieho napredovania a nie sily vynakladať do pamätania si predošlých klamstiev. Platí stará pravda, že klamstvo plodí iba ďalšie klamstvo. Taký život býva veľmi plytký a prázdny a vo veľmi malej nahrážke môže byť kompenzovaný iba ak zase mamónom. Taký život je pochmúrny a neprináša plnú radosť s dosiahnutých výsledkov poctivej práce.

Žíme život, ktorý nás naplní spokojnosťou a radosťou i z takej maličkosti akou je to, že sa ráno zobudíme a máme tú možnosť vidieť ako slniečko vychádza na oblohu, i keď je možno skryté v danú malú chvíľu za oblakmi.

Váš Tono

Takže počasie sa teda vyfarbilo, „nacápal“ nám snehu, ktorý sa potom trochu rozpustil a následne zamrzol a aby to bolo ešte veselšie tak ešte na to všetko napadol nový sneh. Takže to bola pre väčšinu z nás „radosť“ hľadať, kde je miesto, kam môžeme vkročiť a nenatiahnuť sa pritom na zem. Keby som chcel byť akokoľvek protivný, neviem, či by som väčšiu zlomyseľnosť vymyslel!

Preto som išiel na zasadnutie klubu s dvoma malými dušičkami. Jedna sa týkala priamo mňa, lebo som bol po zákroku v nemocnici čerstvo prepustený a bol som v takzvanom pohotovostno-provizórnom stave. To som ako tak zvládol, to však musia posúdiť tí, ktorí sa dostavili na klub. A to bola tá druhá malá dušička, lebo som mal obavy, že tam nás nebude ani „do mariášu“. Začínali sme „veľmo poskromno“. Čas však plynul a miestnosť sa začala zaplňať a prišli aj takí, ktorých by sme ozaj neboli bývali očakávali. Viacerí, ako napríklad Dáška s Petrom sa ospravedlnili a k nim sa pridali i Katka s Mojmirom, ktorý síce neviem či sa nehnevá, lebo sa veľmi dávno osobne neozval, ďalej sa ospravedlnila Ingridka, Lívika Tárošová, ktorým veľké mrazy vyradili z prevádzky auto, Renatka s Nad'kou a Anka Kanevová. Laci so Soničkou mi volali, že sa budú snažiť, ale vraj malý Palino sa hral na kolotoč s autom a drcol tam, kam nemal, takže budú zháňať druhý povoz.

Nakoniec prišli a to ešte medzi prvými alebo druhými? Neviem, ale viem určite, že Jožko Hrubý po Anke Benčíkovej, horko ťažko dotlačil Magdušku na vozíku a i keď to má relatívne najbližšie, nebolo tomu tak, lebo kvôli vyššie spomínaným terénnym podmienkam, musel celý blok obchádzať a mal toho práve dost' a bol rád, že si môže oddýchnuť. Po dlhom čase sa objavil i Jožko Psula a vraj si cestou i zatancoval a skúsil vraj aj to aká je tvrdá zamrznutá zem. Našťastie bez vedľajších následkov a tak sme mohli Vlastičke poslať aspoň po ňom kus tej dobrej nálady, ktorá vládla na zasadnutí.

No a potom prišiel ozajstný Mikuláš, či Dedo mráz či čo to bolo, ale malo to tri veľké tašky a spoza nich sa usmieval Lavrinec Elgyütt. Priniesol nám vlastnoručne nazbierané bylinky a pozdrav od Magdušky. Začal jarmok s bylinkami a každý dostal čo si poprial, len ho mrzelo, že tí čo si objednali bylinky neprišli. Ale minuli sa i medzi nami, lebo nás pribúdalo a pribúdalo a zrazu sa vo dverách objavil i čert. Teda nebol to pravý čert, ale my sme sedeli v tme a ono to tak skoro vyzeralo, bol to náš počernejší a opálený Miloško až hen z Dolných Vesteníc. Post'ažoval sa nám, že keď už išiel na klub, tak sa stavil aj v obchodných domoch a minul tam štyri tisíc korún. (Alebo sa chcel pochváliť?) Neviem, ale my sme mu poradili, že si mohol ušanovať čas i nohy a tie štyri tisícky mohol nechať nám pre klub. Neuspeli sme, tak ako vo väčšine iných prípadoch. Vďaka mu patrí ale zato, že priviezol, tak ako i po iné razy, Majku z Uheriec. Ďalšou bombou v príchodích bola Zuzanka Mikulášiková. To sa nám až tislí slzy do očí, že tak ťažko chodiace „dievčisko“ sa spolu s rodičmi vydali do takého terénu. Asi im klub prirástol k srdcu a i keď nemáme honosné posedenia čo sa týka občerstvenia a výzdoby (možno aj k tomu raz príde), je medzi nami taká dobrá atmosféra, že sa človek aspoň na chvíľu odreaguje, pozabudne na každodenné strasti a rozptýli sa. A aby nám nebolo smutno, zazvonil mi mobil a ja som sa tak strhol, až som si strhol okuliare z nosa, asi som sa bál telefonovať v nich, ale som ich snímal tak nešikovne, že sa mi zlomili a celý ošatok večere som ich pre zábavu ostatných mal iba na jednom uchu. Asi ho mám poriadne, lebo okuliare držali, len sa mi písmená skrúcali, lebo okuliare sa mi nakláňali na jednu stranu a to som pritom nič alkoholického nepil. Alebo som bol omámený bylinkami, ktoré neúnavný Lavrinec porcioval a rozdával i s poučením, načo to všetko je dobré. Priniesol nám aj knižky, aby sme mu uverili a u nich vraj už predčasne chodil Ježiško, lebo tam bývajú veľké záveje, a priniesol mu najčerstvejší Veľký atlas byliniek. No asi počas roka bol poslušný. My ostatní buďme radi, že sa nám ušli aspoň tie bylinky.

Ale mal by som sa vrátiť k tomu telefonátu. Volal totiž Milanko Andrejko – to nie sú dvojčičky, pre tých čo ho nepoznajú, tak prvé je krstné meno a druhé je priezvisko – že kde sedíme, lebo on krúži po Chrenovej a nevie to nájsť. Nasnežilo a tvár krajiny sa zmení, len neviem či to platí i o panelových sídliskách. Nevadí nakoniec dorazil, našťastie nie seba a ani nikoho druhého, ale aj so Zuzkou, ktorá sa pochválila s novými zubami. Je to trochu možno smiešne, ale pri našom ochorení je aj to vzácnosť, že sa máme s čím pochváliť. Nakoniec prišiel i náš „financmajster“ – Lydka a bavili sme sa ďalej.

Ja som ale trúba maková, pozabudol som na jednu veľmi dôležitú vec a tou bol prírastok do našich radov. Len čo som prišiel domov z nemocnice, ešte som ani nebol vyzlečený, zvonil mi telefón a v ňom sa ozval hlas jedného pána a ten chcel nejaké informácie ohľadne nášho klubu. Porozprávali sme sa a ja som mu prisľúbil, že ak mi to čo len trochu sily dovoľia, budem sa snažiť dať dokopy kluboviny, v ktorých na poslednej strane je aj pozvánka na zasadnutie, že mu tie kluboviny pošlem a ak sa rozhodnú môže medzi nás kedykoľvek prísť. A oni sa rozhodli a musím povedať, že nás našli a boli medzi prvými na dnešnom zasadnutí a tak sme mohli privítať Michala Hartla zo Šale. Aj touto cestou sa ospravedlňujem za zaspatosť, ale verte mi nebolo mi najlepšie. Verím, že ma pochopíte.

Trochu sme si zadrkotali o tom nešťastnom jednom percente, ktoré sa tak ťažko rodilo a nakoniec vysvitlo, že sa bude týkať iba fyzických osôb, čo predstavuje pre nás, ak chceme získať nejaké finančné prostriedky, dost' práce a oslovovať jednotlivcov, či by neboli ochotný dať nám jedno percento už odvedených daní pre náš klub.

Dorozdávali sme darčeky od de Miclénu tým, ktorí neboli na minulom zasadnutí a tí, čo ešte neprišli, budú musieť počkať, lebo posielat' to poštou, to by nás zruinovalo. Dost' veľkou položkou bolo i poštovné, ktoré bolo za pozdravenia

ostatným slovenským klubom a organizáciám, s ktorými spolupracujeme a v ktorých pôsobnosti sa nachádzame. Nechceli sme už viac zneužívať dobrosrdečnosť firmy, ktorá nám zabezpečuje distribúciu bežnej pošty.

A teraz *zaseky veľmi dôležitejší* oznam, týkajúci sa zasadnutí klubu v prvom polroku 2002, kedy nám znovu umožnia spriaznené duše konať zasadnutia v tých priestoroch, kde sa i doteraz stretávame. Tak ja budem písať pomaly, aby ste to všetko pekne stihli poprečítuvať.

30. január 2002 o 15.00 hodine

27. február

27. marec

24. apríl

22. máj

19. jún

Stihli ste? Dal som to aj hrubšie, aby sa to zvýraznilo, nech sa vryje do pamäti, alebo ak si to vystrihnete, aby vás to hneď upozornilo.

Ešte sa vrátim k tomu 1 %-u, kde sami pozdáva, že tí, ktorí sú o všetkom včas informovaní a majú prehľad, budú ryžovať prví a ostatní nech sa trápia ako sa im podarí. Viac iniciatívy a podpory som očakával od vedenia zväzu, lebo náš predseda je i v iných dosť vysoko postavených orgánoch a my sme mali byť jednotne informovaní a jednotne pripravovaní na takýto krok. Pripadá mi to znovu tak, že kto so koľko utrhne a uchmatne je jeho vecou, čo sa mi však nezdá najsprávnejšia cesta.

Budeme musieť začať od najbližších, ktorí sú zamestnaní a budú ochotní niečo spraviť i pre náš klub. Uvidíme odzvu. Len ma trápí jedna vec, že v čase, keď bude prebiehať registrácia organizácií, budem v nemocnici a termín nám páni poslanci nepredĺžili, veď ich sa to netýka. Termín na registráciu, po vybavení všetkých formalít a spísaní notárskej zápisnice, skrátili na 1.1.2002 – 31.1.2002. Verím však, že sa nájde dobrá duša, možno to bude tá, ktorá už raz vybavovala tie všakovaké potvrdenia, ktorá vec dotiahne do konca a podotýkam, úspešného konca. Veď budú rekondície a my sa vieme odmeniť za prácu navyše. Proti tomu určite nebude mať nikto z našich členov námietky.

ZOFT, ZO borské

FT ipovisko.

najoblúbenejší vtíp môjho najmladšieho syna :

Psychiater sa pýta pacienta :

- Prečo ste tu?

- Viete, začalo to tak, že som sa oženil. A to som nikdy nemal robiť! Vzal som si totiž vdovu, ktorá mala dospelú dcéru, ktorá sa stala mojou nevlastnou dcérou. Keď prišiel na návštevu môj otec, tak sa do nej zamiloval, že si ju zobral za ženu, takže z mojej nevlastnej dcéry sa stala moja nevlastná matka. Potom sa mojej žene narodil syn, ktorý bol švagrom môjho otca, pretože bol brat jeho manželky, čím mi bol vlastne strýcom. Moja žena je matkou mojej nevlastnej matky, takže je vlastne mojou babičkou a ja nie som len jej muž a vnuk, ale aj svoj dedko. Teraz už chápete prečo som tu?

A teraz tie ostatné, lebo pri hentom som sa aj zapotil aj stále ešte dosť nasmial.

Ide černocho po lese a na strome vidí kukučku. Hovorí jej :

- Kukulienka, zakukaj mi môj osud!

- Ku – ku – ku – ku klux klan

Smrťka stopuje pri ceste. Po chvíli jej zastaví okoloidúci vodič a pýta sa jej :

- Tak čo teta, kam to bude?

- Iba tuto kúsok, iba tu po zákrutu

Jednotka ruských vojakov letí do Čečenska a veliteľ takto motivuje vojakov :

- Chlapi! Za každú čečenskú hlavu dostanete fľašku vodky.

Lietadlo pristane, rozrazia sa dvere a vojaci sa rozprchnu. O niekoľko minút sa vracajú a každý z nich tiahne za vlasy kopu hláv. Veliteľ sa plesne do čela a kričí :

- Kurník chlapi! Toto bolo medzipristátie v Kyjeve!

Dežo buchne po stole a kričí :

- Araňa, čo je na večeru?

Araňa na to :

- Čo? Vari by si už chceu jesť. Dežo?! Šak neubéhla ani pólhodina, čo si si obhrýzau nechty!

Kvízmajster :

- Zvolili ste si tému futbal. Myslíte si, že túto tému ovládáte dobre?

- Áno, myslím si, že dobre ...
- O. K.! Koľko dier má futbalová sieť?

..... *dnes ma stretlo šťastie.*
Prišlo sa so mnou rozlúčiť'

- Synak, prečo chodíš každý večer na diskotéku?! Však ohluchneš
- Ďakujem mama, už som obedoval

- *Ahoj! Som veštkyňa Teodora ... vidím vilu s bazénom, novú Ferrari, more peňazí, krásne nahé ženy a teba, ako tam stojíš a cez dieru v plote na to všetko čumiš ako taký*

..... moja sestra je taká chudá, že keď ide po parku, kačky po nej hádžu chlieb.....

Jano prišiel do bordelu a do separé ho pozvala stará škaredá ženská, ktorá mu hovorí :

- *Neboj sa! Veď toto je najstaršie remeslo na svete!*
- *Veď hej! Ale prečo si to musím rozdávať so zakladajúcim členom?*

Učiteľka sa pýta žiaka :

- Jožo! Čo to robíš pod tou lavicou há?
- Ale pani učiteľka buď sa tak sprostó nepýtajte, alebo nenoste takú krátku minisukňu!

Manželia ležia na pláži. Žena zrazu hovorí :

- *Aha, Ferino, pozri na tú kočku! Má také isté kvietkované plavky ako ja!*
- *Vidím, drahá! Lenže ona má na nich aspoň o tristo kvietkov menej!*

Muž hovorí žene :

- Drahá, už sme sa nemilovali viac ako mesiac.

Ona na to :

- Hovoríme každý za seba?!

Žena má nový účes a hovorí manželovi :

- *Pravdaže už nevyzerám ako stará baba?*
- *Nie! ako starý dedo!*

Porad'me si

V chladnom počasí by sme nemali zabúdať na svoje pery. Ich tenká koža totiž v zimných mesiacoch ľahko vysychá a praská. Ako si ich máme chrániť?

Stačí, ak si kúpime balzam na pery. Ak má prísadu skorocelu, lepšie sa nám zahoja prípadné praskliny. Výťažok z austrálskeho čajovníka môže napríklad pôsobiť aj ako čiastočná prevencia proti oparom. Na ochranu pier nám dobre poslúži aj kvapka medu.

Vlákniny sú prirodzené zložky rastlinnej potravy, ktoré sa po prechode celým tráviacim traktom vôbec nezmenia. Rozlišujeme vlákninu rozpustnú vo vode a nerozpustnú. Pocit sýtosti, teda objem, vytvára nerozpustná vláknina. Nájdeme ju v šupách zemiakov, jablák, hrušiek, hrozna, pliev a otrúb. Tvorí ju lignín, hemicelulóza a celulóza. Urýchľuje prechod potravy črevom, viaže na seba vodu a tak zväčšuje objem stolice. Zmäkčuje ju a tým uľahčuje vyprázdňovanie. Tieto účinky sú pre ľudské zdravie mimoriadne významné. Zdrojom rozpustnej vlákniny je ovocie, nájdeme ju v citrusových plodoch, v banánoch, jablkách a v ríbezliach. V podobe gummy sa vyskytuje v bôbe a vo fazuli. Ďalšou formou rozpustnej vlákniny sú slizy, ktoré sa nachádzajú v semenách ľanu, v morských riasach, chaluhiach a v hubách vrátane hlavy ustricovej. Denná odporúčaná dávka vlákniny je 30 g.

Nezabúdame

V mesiaci **j a n u á r 2 0 0 2**
o s l á v i a

Meniny :

23. 1. **Miloš** Poštrk
31. 1. **Emil** Penzeš

Narodeniny :

5. 1. Nad'ka Pavlovičová
22. 1. Vojtech Kántor

Gratulujeme a prajeme všetko najlepšie, veľa zdravia, lásky a porozumenia.

Môžete nás kontaktovať i cez internet na klubovej **email – adrese :**
ksmmr@nr.psg.sk



O platbách do zväzu ste sa určite dočítali v časopise Nádej, kde nájdete a všetky ostatné informácie o platbách i za samotný časopis Nádej a ostatné platby.

Platenie členských príspevkov do klubu sa môže uskutočniť na ktoromkoľvek zasadnutí klubu, samozrejme nie až na tom decembrovom, ale snažme sa do konca marca. Strieľať nebudem ani v tom prípade, ak by to niekomu nevyhovovalo ani v tomto termíne, snažme sa však čo najskôr, aby sme aj my vedeli čo si môžeme dovoliť.

Ďakujeme za pochopenie.

!!! Na koniec si Vás všetkých dovoľujeme pozvať na zasadnutie nášho klubu, ktoré sa uskutoční, ak nám to poveternostné podmienky dovoľia, dňa **30. j a n u á r a 2002 /streda/ o 15. oo hodine na ul. Ľ. Okánika č. 6/A v Nitre – Chrenovej I.**, v zasadačke Klubu dôchodcov a v priestoroch Zväzu telesne postihnutých a vozičkárov.

Zoborské kluboviny zostavuje a vydáva Anton Suchan, predseda Klubu sclerosis multiplex Nitra, ako občasník Klubu SM Nitra. Nepredajné, výhradne pre členov klubu SM Nitra. Text neprešiel jazykovou úpravou. Príspevky zasielajte na adresu predsedu klubu, Anton Suchan, 949 11 Nitra, Novomeského 3/5 resp. cestou internetu, alebo telefonicky na číslo 037/773 22 99 alebo 0904 547 106. Nevyžiadané príspevky nevraciam. Uzávierka čísla 2.1.2001.