

ALENA NAĐOVÁ



*Žena  
v proměnách roku*

ZRCADLENÍ PŘÍRODNÍHO CYKLU V ŽIVOTĚ ŽENY



 P R E S S

# Žena v proměnách roku

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na  
[www.cpress.cz](http://www.cpress.cz)  
[www.albatrosmedia.cz](http://www.albatrosmedia.cz)



**Alena Naďová**

**Žena v proměnách roku– e-kniha**  
Copyright © Albatros Media a. s., 2021

Všechna práva vyhrazena.  
Žádná část této publikace nesmí být rozšiřována  
bez písemného souhlasu majitelů práv.

**ALBATROS**  **MEDIA**

ALENA NAĐOVÁ

*Žena  
v proměnách roku*





*Mým sourozencům  
Těrkovi a Anušce*

Alena Naďová

## Žena v proměnách roku

Vydalo nakladatelství CPress v Brně roku 2021 ve společnosti Albatros Media a.s.  
se sídlem 5. května 22, Praha 4.

Číslo publikace 38497.

Fotografovala: Barbora Grünwaldová

Fotografie z archivu autorky na stranách 158, 159, 172, 178–179, 200–201, 228, 241.

Ilustroval: Roman Kopecký

Jazyková korektura: Marie Schreinerová

Sazba a obálka: Naďa Moyzesová

Odpovědná redaktorka: Leona Fousková

Technický redaktor: Jiří Matoušek

1. vydání

Ilustrační foto:

© Ines Behrens-Kunkel / Shutterstock.com (strana 32), © vesna cvorovic / Shutterstock.com (strana 33),

© Beekeepx / Shutterstock.com (strana 100), © Ihor Hvozdejskiy / Shutterstock.com (strana 110),

© Victoria Tucholka / Shutterstock.com (strana 122), © Rejdan / Shutterstock.com (strana 139),

© Juergen Bauer Pictures / Shutterstock.com (strana 146), © Natalya Gregory / Shutterstock.com (strana

149), © Chatham172 / Shutterstock.com (strana 154–155), © DeepTrip / Shutterstock.com (strana 156),

© Jullex51 / Shutterstock.com (strana 174), © ju\_see / Shutterstock.com (strana 177), ©

thatmacroguay / Shutterstock.com (strana 182), © MCM Visuals / Shutterstock.com (strana 188–189)

© Alena Naďová, 2021

Illustrations © Roman Kopecký, 2021

Photos © Barbora Grünwaldová, 2021

ISBN tištěné verze 978-80-264-3947-9

ISBN e-knihy 978-80-264-4000-0 (1. zveřejnění, 2021) (ePDF)

[www.cpress.cz](http://www.cpress.cz)

e-shop: [www.albatrosmedia.cz](http://www.albatrosmedia.cz)

Cena uvedená výrobcem představuje nezávaznou doporučenou spotřebitelskou cenu.

**C P R E S S**

ALENA NAĐOVÁ

*Žena  
v proměnách roku*



# Obsah



Úvod.....	6
Pramen života.....	8
Příběh.....	12
Cyklus života.....	16
Obřady, obyčeje.....	18
Od slunovratu ke slunovratu.....	21
Zima.....	46
Jaro.....	90
Léto.....	128
Podzim.....	164
Den a noc.....	204
Žena a růže.....	208
Tajemství žívlů.....	216
Proměny života v kole zvěrokruhu.....	226
Proměny roku na talíři.....	230
Proměny ženy.....	234
Kdo jsi.....	246
Poděkování a prameny.....	248





*...a stvořil svět, aby poznal sám sebe ve všem...  
Skrze prožitky jednotlivých momentů života  
poznáváme sami sebe.*



*Není konce a není počátku,  
pouze  
proměna.*

# Úvod

Bylo to někdy kolem Mikuláše, skončily dračky a tetičky se rozcházely domů. Babička si mne dala na záda a zamotala vlňák. Vyšla do tmy. Hustě sněžilo, ale vločky byly jemné jako ta husí peříčka. Nezabočila hned domů, šly jsme za dědinu. Ke křížku pod lipou. Cesta před námi byla bělounká, beze stop. Bylo mi teplo a dobře. U křížku se babička pomodlila a teprve pak šla domů. Nespěchala. Nemluvila. Cestou jsem usnula a probudila se až ráno v posteli. Na kamnech voněla bílá káva. Když zavřu oči, znovu se houpu v rytmu babiččiny chůze, cítím její vůni i teplo vlňáku.

Jiná vzpomínka: *Dřív než se skončí tento den, dřív než v Pánu ulehnu...* zpívala babička, když se chystala do postele.

A další: Tichý, horký srpnový den, seděly jsme s babičkou na hůře a čistily česnek. Začaly zvonit zvony. Babička odložila nůž do zástěry, sepjala ruce a pomodlila se Anděl Páně. Chvilí zůstala jen tak s očima upřenýma k lesu. Pak jsme pokračovaly v čištění.

Proč v úvodu vzpomínám na babičku a dětství v Bílých Karpatech? Ušla jsem kus cesty a poznala mnohé, ale vrátila jsem se tam, odkud jsem vyšla. Do Bílých Karpat, k životu v souladu s přírodou. Kdybyste přijeli za mnou, vzala bych vás do lesa, na louku, povídala bych vám o bylinách, poslouchali bychom vítr... Pak bych rozdělala oheň, uvařila v kotlíku něco dobrého a vyprávěla bych příběhy. Domů byste si odnesli kytici z naší louky a pocit, že je život v pořádku. A o totéž jsem se pokusila touto knihou – neknihou.

Vykročte tedy se mnou na cestu proměnami roku.

Ticho zimy vystřídá veselé jaro, které plně rozkvetne do léta, přichází podzim a cyklus se opakuje. Rok za rokem, měsíc po měsíci. Noc střídá den, slunce vychází a zapadá. Nádech a výdech. Život směřuje od zrození ke smrti. Vše má svůj čas.

Tento přirozený rytmus přírody lidé vnímají různě podle svého zaměření. Někdo z pohledu biologie, jiný z pohledu astrologie, další se soustředí na obyčeje a zvyky. A bohužel mnoha lidem hektické současnosti tento koloběh zcela uniká. Odpojení od přírody však znamená odpojení se od prastaré přirozenosti bytí.

Mou upřímnou snahou je ukázat vám cestu, jak nahlížet na život člověka v souladu s přírodními cykly.

Kapitoly knihy zrcadlí pestré děje v přírodě, kde nic není přesně ohraničeno a vše souvisí se vším. O každé kapitole by se dala napsat samostatná kniha. Jak však uchopit proměny roku, aby byly srozumitelné a neztratili jste se v nich?

Nejdůležitějšími mezníky v koloběhu přírody a tím i života člověka byly odpradávná slunovraty, proto jsou i s obřady, které s nimi souvisí, uvedeny samostatně. Násle-



dují obrazy ročních dob s přesnějším popisem jednotlivých měsíců včetně navazujících obřadů. Proměny roku jsou zobrazeny i v metaforických příbězích.

Kniha není návodem, jak se ubírat životem, ale je laskavým průvodcem navázání vztahu s přírodou. Slova, která k vám budou promlouvat, vám mohou pomoci uvědomit si, co dřímá ukryto pod nánosy všech povinností a starostí dnešního člověka. Pokud vám kniha pomůže pochopit vlastní životní rytmus v proměnách roku, ukáže vám cestu k hlubším prožitkům v harmonii a probudí ve vás radost a chuť do života, budu ze srdce ráda.

*Alena*



# *Pramen života*





Z hlubiny jednoty, z prostoru nekonečné blaženosti, v prvním nádechu vytryskne pramen nového života.

V okamžiku zapomnění na to, kdo jsme a odkud přicházíme, vstupujeme do nového kruhu zkušeností.

Krok za krokem se pohybujeme, ohraničení tělem, spirálou času a skrze vlastní prožitky se rozpomínáme na naši pravou podstatu.

Rok za rokem vstřebáváme zkušenosti z jednotlivých cyklů, učíme se a proměňujeme je v moudrost.

V záblesku poznání se s posledním výdechem ponoříme zpět do jednoty VĚDOMÍ DUCHA.









Bůh ví kolikátý šedivý, mokrý den v řadě. Konec února. Ani teplo, ani zima, vlezlo. Ulice plné písku a bláta. Špína a nepořádek, a přece bylo ve vzduchu něco, co velmi jemně, ale přitom důrazně věštilo obrat. Vnímání viditelné nehybnosti bylo v ostrém protikladu k pocitu neviditelného pohybu. Změna, visící ve vzduchu, ale zatím neuchopitelná, vyvolávala neklid, netrpělivost a nervozitu.

Zlobila se sama na sebe. Vždyť přece „na kafe“ nechodí, proč na to pozvání, sice několikáté v průběhu let, najednou kývla?

Pár zdvořilostních vět a konečně přinesl číšník kávu. Malé espresso na tácku v doprovodu mléka, cukru, sušenky a vody. Troška podstatného a plno zbytečností k tomu.

Kolik doušků? Dva? Ne, rozloží si to na tři, dobře, tak na čtyři.

Káva byla vynikající, horká, silná a hořká. Snažila se rozpoznat tóny její chuti na jazyku a přitom odpovídala na všetečné otázky. Poslouchala melodii jeho řeči. Připomínala jí veselý, rychlý proud zpěněné, ledové vody jarního potoka. Pozorovala jeho tvář, měl malé černé oči a chytrý pohled.

Pěna z kávy se přilepila na stěny šálku a zanechala na nich obraz krajiny, kterou tak milovala.

Do žádné spolupráce se jí nechtělo. Jeho svět je jiný, nepatří tam, úplně mimo její obor i zájem. Neuměla si to představit, a přece se cítila tak podivně hezky. Houkala se na vlnách jeho nadšení, když jí sděloval své představy. Podívala se do šálku a řekla:

„Pojedeme na výlet.“

Jen co to vyslovila, lekla se. Souhlas udělal tečku za setkáním.

Najednou byla klidná. Získala čas na rozhodnutí. Předjaří. Počasí je rozmarné, kdo ví, co bude za týden.

Pomohl jí do kabátu a pak se nečekaně objali. Vlastně se drželi v náruči, jako by se znali celé věky. Jen postřehla, že se jejich dech sladil, pak jí prudký proud energie vyrazil od kostrče směrem vzhůru. V tom okamžiku byla vděčná, že ji drží, protože ta síla jí podlomila kolena. Podívali se do očí. Oba byli zaskočení. Ani jeden nechápal, co to bylo.

Kousek cesty šli ještě spolu. Bavili se o oblíbených písničkách a dotýkali se pažemi. Přišlo jim vtipné, že rytmus jejich kroků byl stejný, i když ani jeden neznal nejoblíbenější píseň druhého.

Jaro bylo na samém počátku. Vzduch byl ještě mrazivý a foukal silný vítr, který jim kradl slova od úst. A tak mlčeli a dívali se z vrcholu kopce do krajiny. Toto je její svět. Tady je doma ona. Vědoma si své síly, úplně na něj zapomněla, zula boty a tančila mezi trylky skřivana. Jako by svými kroky chtěla vydupat ze země život, probudit trávu a květy. Zvedla paže a následovala pohyb větru. Smál se a jeho oči jiskřily touhou, kterou se ani nesnažil skrývat. Políbil ji. Vlastně jí polibek ukradl. Raději se obula a svázala svou divo-



kost. Takto ji ještě nikdo nepoznal. Zaplavila ji vlna strachu z uvědomění, že se otevřela a už není cesty zpátky. Přicházel soumrak, když se mlčky vraceli domů. Ještě mnoho dnů cítila ten letmý, zvědavý, ale jistý dotek jeho pevných rtů.

S rozedněním Slunce vyskočilo vesele na obzor, svlékla pyžamo a lehla si do orosené trávy pod trnky, aby zchladila vášnivou touhu, která se jí prodrala do snu. Sluneční paprsky se hladivě dotýkaly její kůže, ale ranní chlad vykouznil z bradavek vyzývavé korálky. Pozorovala stíny rozkvetlých trnkových větví na svém těle. Kolik ran a bolesti skrývá? Otočila se a země vpíjela její slzy. Milostné ranní zpěvy ptáků se slily v proud a jako voda tekly mezi stromy. Třásla se. Pípl messenger, zvuková zpráva.

Panebože! Nazpíval jí svou oblíbenou píseň.

Rozkvétal jeden květ za druhým, rorýsi na sebe vesele pokřikovali, bzučely včely a lípy provoněly vzduch medovou vůní. Celý svět kvetl. Láska otevřela náruč. Crnkl zvonek. Samým těšením ke dveřím přihopsala. Když otevřela, usmíval se a do chodby vešel broukaje si rytmus jejích kroků. Vždycky ho překvapila. Jeho ruce byly hebké, ale rty tvrdé. Něžný dotek byl v ostrém kontrastu jeho krátkých věčných polibků. Ovinula jej pažemi a odevzdala se mu.

Žasla, s jakou lehkostí spolu vytvořili ten projekt. A kdyby první peníze necinkaly na účet, asi by tomu ani nevěřila. Takový úspěch nečekala. Na oslavu přinesl první jahody, třešně a růže. Radost, chuť, krása a naplnění. Sladkost nektaru a šťáv. Odměna. Pár třešní jí pověsil za uši, další položil na oči, jednu do krční jamky a poslední do pupíku, rty jí potřel jahodou a pak si vše sám dlouho vychutnával. Z dálky doléhaly zvuky všedního dne a oni hodovali.

Dovolená. První spolu. Tak moc se styděla, když ji představil kamarádům. Držel ji kolem ramen a prostě řekl: „To je moje milá.“ Poprvé byla na vodě. Bála se, ale byl tak moc blízko, že i ty ponory do hloubek byly radostné. Proud řeky je chvíli nesl spolu životem.

Jeřabiny rozsvítily červenou létu a vlaštovky na drátech rokovaly o odletu. Noc plakala slzy svatého Vavřince. Byla to nádherná podívaná. Když zašeptala:

„Miláčku, něco si přeji,“ on už dávno spal.

Vstala dřív, než se probudil, a tiše za sebou zavřela dveře. Ráno bylo prázdné a chladné. Radost z rozkoše léta byla ta tam.

Zase foukal vítr a z nebe se šklebil drak. Vzduchem poletovaly nitky babího léta a do mobilu jen útržky krátkých zpráv. A přece, ještě procházka tichým lesem. Políbenička kratinká, chladivá. Cítila, že se vzdaluje.

Do mlhy první zpěv havrana. Modré plody trnek mrazem zčernaly a zesládly. Bolest proměňuje poznáním. Když třídila jablka, uvědomila si, že letos jich moc na uskladnění není. Snad těch pár nejhezčích vydrží aspoň do Vánoc.

Vichr strhával listí a škulal větvemi. Jak těžké je pustit se. Směs vůně, tlení a vosku postupovala vzduchem. Čas se završil. Oba se vrátili do svých světů. Nasycení. Bez loučení, tiše a bez dramatu.

*Tajemstvím zůstává, co odevzdali slunovratu.*

*Záblesk světla, Vánoce, cukroví, oslavy a nový rok a na Tři krále přece o krok dále. Už se dobře znají. Oškubání podzimem. Orvaní a bez příkras, vzdálení a křehcí v nejistotě čelili vlastním pochybám.*

*Mráz zimy vykousal díry do tichého zašeptání M.j. M.l. a jako kostra zůstaly jen souhlásky.*

*Třeba na jaře, z teček jak z pupenů, vyraší samohlásky a dají smysl novému volání:  
„Moje Milá.“*





# Cyklus života

Pomalou a pravidelnou se otáčí kolo roku, symbolický kruh zobrazující cyklus střídání ročních období, zrcadlo plynulého a věčného pohybu života.

Proměny ročních období jsou způsobeny sklonem zemské osy a oběhem Země okolo Slunce. Podle toho se mění teplotní i světelné podmínky na Zemi. Česká republika svojí zeměpisnou polohou patří do mírného klimatického pásma a během jednoho roku se zde vystřídají čtyři roční doby: zima, jaro, léto, podzim.

Zima a léto, kontrast tmy a světla, jsou vrcholná období roku, kdy nahlížíme na život. V zimě jsme uzavřeni do sebe a zpracováváme prožité, získáváme moudrost, živíme duši, tělo odpočívá. V létě jsme otevřeni světu, čerpáme sílu, získáváme zkušenosti, živíme tělo, duše odpočívá.

Jaro a podzim jsou obdobím změny, časem práce, přechodem mezi zimou a létem a naopak. Jaro je časem pohybu, kdy se dostáváme z nitra na povrch, z klidu zimy do léta, zatímco podzim nás stáhne z povrchu do nitra, z léta do zimy.

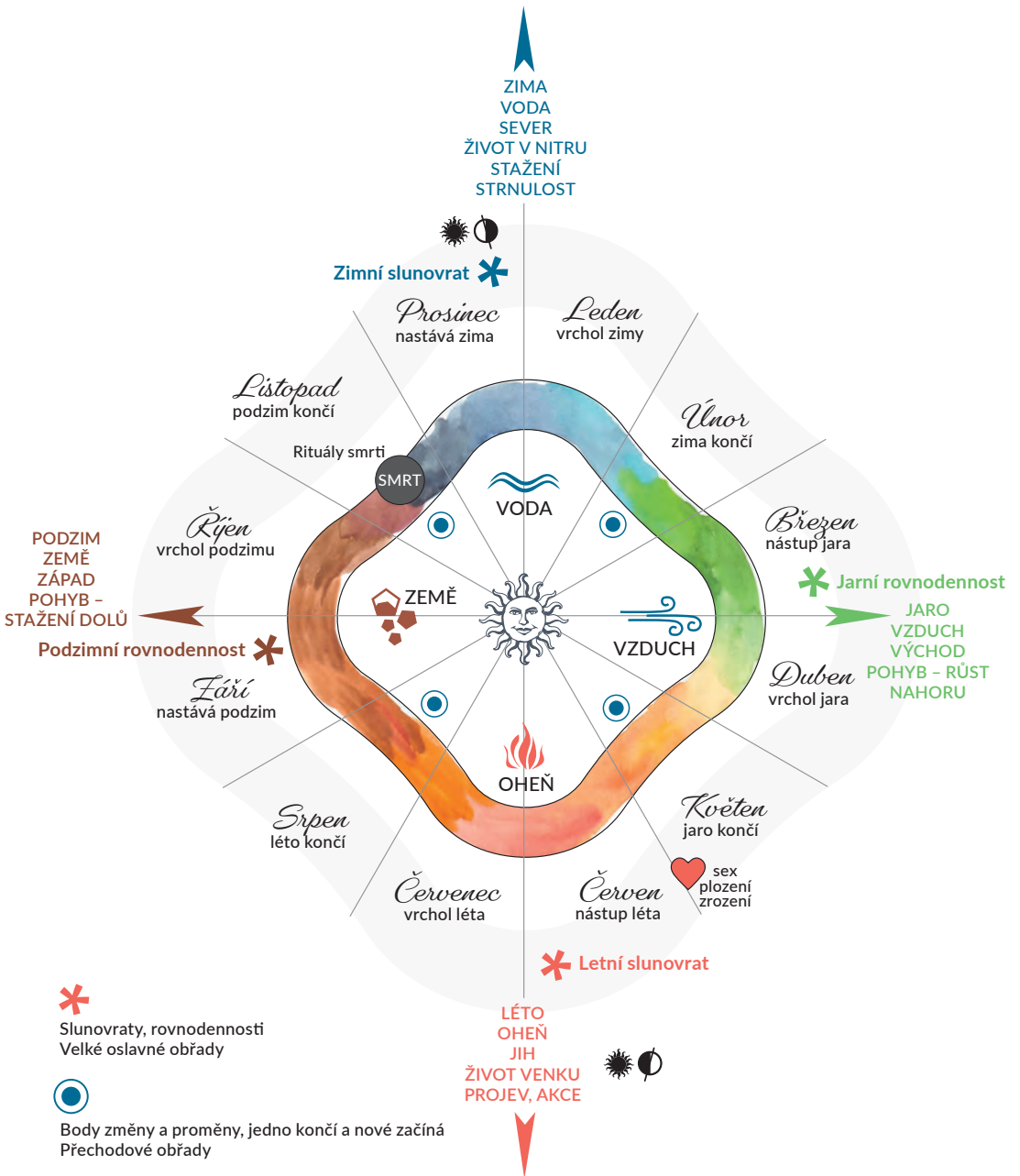
Střídání ročních dob probíhá pozvolna, plynule, není přesně ohraničeno. Tam, kde jedno končí, zároveň nové začíná. Každé období má svůj rytmus – fázi nástupu, vrcholu, sestupu a vlastní specifické projevy, které zároveň ovlivňují naše fyzické i psychické pochody. Prochází plynule ve vlnách a propojuje se v kruhu. V bodě počátku končíme o rok prožitků moudřejší a můžeme opět vykročit.

**Pohyb je základní vibrací vesmíru.** Vše v kosmu, v přírodě i v nás plyne v přesném řádu, má vlastní tempo, podléhá neustálé proměně a je vzájemně propojeno: Vesmír, Země, minerální, rostlinná a živočišná říše. O tento řád pečuje vesmírná síla, která neustále uvádí vše do harmonie, ale která nepodléhá přáním a touhám člověka.

**Vše, co se odehrává venku v přírodě, se promítá do našeho vnitřního prožívání.** Když začneme chápat příčiny jevů, můžeme s přírodními silami vědomě spolupracovat. Každá roční doba má specifickou energii, své moudro. Nalézt vlastní rytmus, sladit jej s tempem přírody a přizpůsobit se změnám podmínek nám umožní být v souladu s přirozeným cyklem života, posílí naši schopnost udržet si fyzickou, duševní i emoční rovnováhu, žít v harmonii.

V hlavních obdobích byly drženy obřady, které pomáhaly člověku vyrovnat se se změnou cyklu, uzavřít jednu etapu, oslavit život a připravit se na budoucnost, proto jim je věnována zvláštní kapitola.

# Cyklus života



# Obřady, obyčej

Moci projít mlhou zapomnění, šerem věků, až na samotný úsvit lidských dějin, ocitli bychom se v časech, kdy člověk žil v těsném sepětí s přírodou, odkud čerpal veškeré zdroje nutné pro svůj život, jehož rytmus určovaly neustále se měnící přírodní podmínky. Každá lidská zkušenost vycházela z přímého prožitku, z konfrontace s přírodními silami. Jakákoliv změna v přírodě se okamžitě odrazila v životě člověka a každé jeho pochybení, nepozornost nebo liknavost byly otázkou života či smrti. Člověk vnímající mocnou sílu přírody se snažil pochopit princip jejího působení, příčiny a souvislosti jednotlivých dějů a své poznání využíval ke zlepšení svého života. Síly přesahující lidské chápání byly přisouzeny do rukou bohů, jejichž jména, charakter a oblast působení se během dějin proměňovaly. Skrze lidskou vnímavost vůči cyklickým přírodním dějům a víře ve vyšší moc nepodléhající vůli člověka se zrodily obřady, jejichž smyslem bylo pomoci člověku překlenout období změny a naklonit si přízeň vesmírných sil. Stejně jako se prohlubovalo lidské poznání, život člověka se měnil, proměňovala se i podoba obřadů a obyčejů. Základ však zůstal, neboť podstata všech obřadů vychází z energie daného ročního období. A jejich smyslem je usnadnit přechod a přijmout změnu, odstranit strach z neznámého, posílit důvěru v život, vnést ducha – vyšší smysl – do lidského bytí, odlehčit od každodenní tvrdé práce zajišťující obživu.

## *Obyčej (synonymum zvyk)*

*komplexnější vzorec chování, jenž se vytváří opakováním určitých činností v určitých soc. situacích ve skupině s dlouhodobějším, kontinuálním trváním, většinou v lokální komunitě. Obyčeje jsou aktivity, které jsou přijímány a vykonávány jako samozřejmost, nejsou podrobovány opakovanému rozhodování a vážení účelu. Akceptování místních obyčejů bývá vnímáno jako důležitý indikátor identifikace s daným společenstvím. Obyčeje jsou chápány převážně jako dílčí aktivity nebo svérázný rys chování nějaké komunity (např. pořádání pravidelných slavností, specif. forma zásnub a svateb, způsob oblékání pro určité příležitosti, stolování, bydlení apod.). Obyčeje v tomto smyslu se stávají součástí životního stylu a místní tradice, zčásti jsou na nich postavena specifika místní kultury. Bývají také charakteristickými znaky etnických společenství, které je odlišují od jiných (výrazné je to v případě národnostních menšin).*

---

Zdroj: [www.encyklopedie.soc.cas.cz](http://www.encyklopedie.soc.cas.cz)

Sociologická encyklopedie, Sociologický ústav AV ČR, v. v. i.; hlavní editor: Zdeněk R. Nešpor



## *Obřad (synonyma rituál, ceremonie, slavnost)*

*jde o pojmenování souboru činností, které probíhají v předem stanovené posloupnosti za účelem orientovat magické nebo božské síly požadovaným směrem nebo k dosažení určitého cíle. Původně a obvykle se tedy obřad chápe jako náboženská nebo magická aktivita.*

Lidé dávnověku vnímali skryté přírodní síly, se kterými byli v těsném kontaktu, stejně jako elementární bytosti (skřítky, víly, dévy, elfy, draky) a s jejich pomocí se snažili ovlivňovat příslušné živly, hybné síly všech dějů. Obřady těchto časů měly natu-  
rální charakter. Dnes nacházíme střípky jejich víry i praktik v pohádkách a mýtech. Jakmile člověk opustil výlučnou roli sběrače a lovce a začal obhospodařovat půdu, chovat dobytek, proměnily se také obřady. Přibývají obřady k ochraně prostoru a majetku, k nápomoci živlů s jednotlivými činnostmi člověka.

Čas běžel, člověk se vyvíjel a zdokonaloval, touha pochopit hybnou sílu života ne-  
utuchala. Člověk obrátil pohled od země k nebesům a moc ovládat životodárné síly  
přisoudil bohům. Jména bohů, jejich charakter, oblast působení i držené obřady se  
lišily podle kultur. Pokud bychom se podrobněji podívali na obřady Slovanů, Ger-  
mánů, Keltů a jiných pohanských kultur, našli bychom jisté společné prvky. Stejný  
základ, jiná jména.

Doba pokračovala svým tempem a poznání člověka se prohlubovalo. Přichází víra  
v jednoho všemocného Boha a zeměmi se šíří křesťanství. Mnoho bitev a krve si vy-  
žádalo soupeření křesťanství s bohy pohanů. Přes veškeré snahy se nepodařilo vy-  
mýtit „pohanské“ obřady a zvyklosti. Ani nemohlo, protože jejich prapůvod a smysl  
je dán samotným vesmírem, určen přírodními silami. Došlo k překrytí pohanských  
obřadů křesťanskými svátky.

Vývoj se nezastavil, ani bohové nedokázali uhasit žízeň člověka po poznání tajemné  
životní síly. Přichází období vědy a člověk podrobuje přírodu své badatelské činnos-  
ti. Fyzika, chemie, biologie. A víra podle volby náboženství.

Chvíli se zdálo, že člověk našel, co hledal. Že zná tajemství života, umí poručit větru  
a dešti. Porozuměl mnoha životním dějům a zákonitostem. Jeho životní standard  
výrazně stoupl. Ovládl mnohé technologie. Těžký život ve snaze zajistit si základní  
životní potřeby, světlo, teplo, bezpečí (domov) a jídlo se proměnil. Vše, co člověk  
potřebuje k životu, je snadno dostupné. Držení obřadů ztrácí smysl. Člověk se za-  
číná odpojovat od přímého kontaktu s přírodou, jeho život se více individualizuje  
a pozornost se upíná k získání zdroje peněz, za které si vše ostatní může opatřit.

Člověk je ale součástí přírody, živým organismem, a proto se nemůže vyčlenit  
z vesmírného řádu. Odklonit od přírody a pouze využívat její zdroje, narušit harmo-  
nii. Ona tajemná, doposud nepoznaná síla se postará o soulad.

A tak se člověk ocitá na prahu třetího tisíciletí poněkud zmatený a nespokojený. Zdá se, že neustálý pokrok ani pohodlný život není klíčem ke štěstí. Zlehounka člověk přichází na to, že skrze své prožitky a zkušenosti přišel na Zem poznat sám sebe. Protože skrze něj se uskutečňuje život. A pozná-li sebe, porozumí tajemství života. Všechny nástroje má k dispozici, je schopen vědomě vnímat svými smysly, začlenit do svého života spiritualitu, využívat vědecké poznatky a technologie v každodenním životě, aniž by se dogmaticky upnul pouze na jednu oblast. Co tedy zbývá?

*Naslouchat vlastnímu rytmu  
a skrze otevřené srdce jej sladit s rytmem vesmíru.*

*Vnímat, cítit a konat.*

*Být v harmonii. Plynout rokem v jeho proměnách.*

Obřady, ony slavnostní okamžiky přelomových bodů v proměnách přírody, nám mohou pomoci být v souladu s přirozeným proudem života. Není potřeba následovat dávné pohanské obřady ani křesťanské svátky, pokud nám to není vlastní. Je moudré proniknout do poselství jednotlivých svátků, podle své víry a naturelu si vybrat a držet vlastní obřady a obyčeje, umět se zastavit a vědomě se propojit s proměnami v přírodě. Být v souladu.

U jednotlivých měsíců jsou uvedeny obřady a zvyky, které zrcadlí energii příslušného měsíce.





# *Od slunovratu ke slunovratu*

V nekonečném prostoru vesmíru, v planetárním systému hvězdy, Slunce, planeta Země a její věrný druh Měsíc. Nebeská tělesa s vlastním osudem, jejichž pohyb ovlivňuje život na Zemi. A věčná snaha člověka pochopit vesmírné zákony a proniknout do tajemství života.

Jeden rok trvá Zemi, než oběhne kolem Slunce, které ji zásobuje světlem a teplem, a její postavení vůči Slunci se na této dráze mění, Země se přiklání a odklání. Právě tento pohyb, změna sklonu rotační osy Země vůči oběžné rovině, je příčinou střídání ročních dob na Zemi. V zimě je ke Slunci přikloněná jižní polokoule (kde panuje léto) a v létě polokoule severní (na jižní je zima).





*Tak moc. Moc zahlcená. Myšlenky vířící hlavou, emoční propady jak divoká jízda na horské dráze, a přitom sotva jde. Ta tíha. Třesoucí se prsty a ramena vytočená dopředu skrývají srdce. Pohled jen na špičky svých nohou. Nemá sílu se otočit ani chuť podívat se dopředu. Krůpěje potu stékající po zádech. Odkud a kam se plahočí? Jaký to má smysl? Lehla si na zem do trávy a dívala se do nebe. Vysoko, mezi mraky radostně poletovaly vlaštovky. Vzduch voněl zrajícím obilím a mateřídouškou, pilně bzučel hmyz. Na lícní kost jí sedl motýl a do oka padl jeho stín. Usnula.*

*Probudil ji chlad. Byla ztuhlá tak, že se nemohla vůbec pohnout. Z nebe na ni mrkaly tisíce hvězd a skrze tmu se dívala do hlubiny vesmíru. Nádech a výdech. Ucítla pevnou oporu země pod sebou. Nemá kam padnout. Bůh ví, proč ji napadlo: „A přece se točí.“ Usmála se. Ta představa. Leží tady nehybná, rozplácá na zemi jako placka, a přece se s ní Země otáčí. Den střídá noc a léto zimu. V nádechu všechen okolní život a ve výdechu kousek jí samotné. Zvedla ruku a prstem zamířila na hvězdu. „Prosím, veď mě,“ šeptla do tmy. Pomalu rozhýbala tělo a pokusila se vstát. Šlo to velmi, ale velmi pomalu. Tmou klopýtala k domovu plně soustředěná na každíčký krok. V trávě do cvrčkova koncertu blikaly světlušky a kolem hlavy jí pískl netopýr.*



## *Slunovrat*

Ne, Slunce se nevrací. Stále září na svém místě, to Země se přiklání a odklání, vzdaluje a přibližuje, vydechuje a nadechuje. Ze země život vyrůstá, ona jej vyživuje, do ní se život navrácí, ona jej přijímá a proměňuje. Lidé dávnověku citlivě vnímali proměny roku, určující rytmus jejich životů. Čas změny pohybu, bod obratu, kdy docházelo ke změně světelných podmínek, okamžik zrození nového cyklu a okamžik počátku odumírání, moment, který zachycoval nejkratší a nejdelší den, nazvali SLUNOVRAT.

Obřadům, které provázely slavnosti slunovratů, byla věnována velká pozornost, protože tyto zlomové okamžiky, počátky hlavních období roku – zimy a léta, přinášely největší změnu v životě a činnostech člověka. Stejně jako vše na Zemi i on se obracel ze světla do tmy, z povrchu do nitra a naopak. Z prožitků tělesnosti do prožitků duše. Z tvořivé činnosti léta do klidu a nehybnosti zimy. Každá změna vyvolávala v lidech mnoho obav a otázek. Obřady ve své podstatě sloužily k přijetí změny, k přípravě na nové období, k zachování života a jeho vědomého prožívání.



ní. Účast na obřadech a vědomé prožití jednotlivých ceremonií umožňovaly získání silného emočního prožitku. Emoce přímo ovlivňují myšlenky a ty pak vedou k určitému typu konání. Obřady pomáhaly člověku naladit se na vládoucí energii v přírodě a být v souladu s veškerým životem a v harmonii sám se sebou. Jak se Země přiklání ke Slunci, nadechuje se a otevírá a naopak, mění se energie v přírodě, tak se proměňuje i charakter a smysl jednotlivých obřadů. Žádná změna se neprojeví ihned a není trvalá, ale plyne v přirozeném rytmu, který kopírují člověkem vytvořené obřady tak, aby využil mocné síly živlů k posílení svých fyzických i psychických schopností, aby přežil. Hlavním obřadům, Slunovratům, předcházelo období očisty jak prostoru, tak nitra k vytvoření podmínek pro nové. Po slunovratových obřadech pak přicházelo období klidu, důležité k ukotvení.

Byliny – věrní souputníci člověka – byly vždy součástí obřadů. Člověk je vnímal jako prostředníky mezi vesmírem (Bohem) a jím samotným. Ony mají moc v jemnosti přinášet poselství ze zdroje. Na obrazech života bylin člověk snadněji chápal život. Toliká podoba! Životní cyklus a vývojové fáze rostlin zrcadlí cyklus života člověka, zobrazují jeho přirozený vývoj a plynutí životem. Sběr bylin používaných u obřadů měl svá pravidla a ve své podstatě byl sám obřadem.

(Půjdeme-li hlouběji do historie, budeme nacházet u obřadů i zástupce z říše zvířat, ptáků a hmyzu, skrze které člověk čerpal specifické druhy síly k překonávání životních nástrah a překážek.)

Od slunovratu k slunovratu, od zrození ke smrti otáčí se kolo života v proměnách roku, v rytmu vesmírného řádu.

Ze zimy do léta, proměna, od snu ke skutečnosti. Od léta do zimy, proměna, od skutku ke snu.

Obřady Slunovratů, největších mezníků v roce, byly zasvěceny k uctění síly ohně a vody, k oslavám daru života.

