

# Dopis vnoučeti – Verunce a Terezce

## Úvod

Na základě výzvy Klubu Aktiv Č.Budějovice, jehož jsem členkou, jsem se rozhodla napsat dopis svým vnučkám a předat jim rady do života, protože je mám moc ráda a záleží mi na tom, aby byly v životě šťastné, spokojené a vyvarovaly se případných chyb, ačkoli vím, že je rodiče vychovávají s láskou a dají jim pevné základy. Věřím, že až jednou dospějí, tyto řádky si přečtou, zamyslí se nad nimi a pokusí se je aplikovat ve svém životě.

Já jsem se narodila spolu se svým bratrem dvojčetem jako čtvrtá, tedy nejmladší (o pouhých 15 min.) a vyrůstali jsme ve skromné rodině s morálními zásadami a hodnotami. Naši rodiče byli obětaví a vzdělaní, vychovávali nás s láskou, předali nám základní životní hodnoty a poskytli vzdělání. Kvůli víře jsme jako rodina byli perzekuováni a otec musel opustit místo středoškolského profesora a starší sourozenci – navzdory výbornému prospěchu - se nedostali na vysoké školy. Byla to pro nás těžká doba, ale i přesto jsme měli šťastné dětství a vyrostli z nás čestní lidé s pevnými životními postoji. Jsme vděční rodičům za to, jak nás vychovali a co nás naučili, protože vše, co uvádím níže jsou stálé a neměnné hodnoty, které dnes platí možná víc, než si připouštíme a jsem si jistá, že to tak bude vždycky.

A co bych já ve svém životě změnila, kdybych ho mohla znova prožít? Určitě bych se naučila říkat NE v případě, že něco skutečně nechci a zmírnila své životní tempo. To by radikálně změnilo můj život. Možná bych byla měla dobrého manžela a více dětí, které jsem si moc přála,... ale jak by to opravdu bylo, se už nikdy nedozvím.

Jinak bych asi nic zásadního neměnila – můj produktivní život byl vcelku úspěšný, mám mnoho dobrých přátel, v životních zkouškách mi vždy pomohla víra v Boha, miluji rodinu svého syna a sourozence, jsem aktivní, optimistická, všestranná, sportuji, cestuji, pomáhám druhým a čerpám energii z přírody. Kdyby se mi vyhýbaly úrazy, byla bych vlastně šťastná. A to bych ze srdce přála i svým vnučkám. Pokud mi to Bůh umožní, budu je v duchu s láskou všude doprovázet a učit všemu dobrému tak, jako jsem to učila svého syna.

## Rady do života od babičky Jany

- **Pomáhej** těm, kdo pomoc potřebují, ale ne těm, kteří tvou ochotu chtějí jen využívat ve svůj prospěch (i takoví existují).
- **Omluv se**, když si uvědomíš, žeš udělala chybu či někomu i nechtíc ublížila.
- **Neber si nic, co ti nepatří** a žij podle desatera božích přikázání.
- **Mluv pravdu** (nikdy nelži), chovej se čestně aby ses nemusela za nic stydět.
- **Nauč se odpouštět** tomu, kdo ti ublížil, budeš se pak cítit mnohem lépe, jinak bys tím byla podvědomě zbytečně zatížena.
- **Své přátele hledej jen mezi dobrými**, důvěryhodnými a čestnými lidmi a važ si jich, zvláště budete-li schopni jeden pro druhého udělat to, co sami pro sebe.
- **Stýkej se s optimisty** a pozitivně smýšlejícími lidmi – s těmi si budeš rozumět, budete se vzájemně inspirovat a posouvat správným směrem.
- **Co dobrého v životě získáš, přijímej s pokorou** a děkuj za to Bohu, že ti to dopřál.
- **Nauč se říci NE**, když nebudeš mít dobrý pocit, jinak se vše nakonec může otočit proti tobě.
- Pamatuj, že tak jak se budeš **chovat ty k druhým**, budou se chovat i oni k tobě.

- **Pečuj o své zdraví** – pravidelně cvič, zhluboka dýchej čerstvý vzduch, zdravě se stravuj, sportuj, medituuj a udržuj svého ducha i tělo mladé. Nezáleží na tvém skutečném věku, ale na tom, jak se budeš cítit.
- **Chraň přírodu** a nacházej v ní vnitřní klid. Všiměj si, kolik krásy, síly a energie ti poskytuje a přijímej to s vděčností.
- **Nezapomeň, že pozdrav** a zvláště s úsměvem je důležitý a každý ti ho rád vrátí. Svědčí to o tvém kladném vztahu k lidem.
- **Vzdělávej se a buď otevřená k novým poznatkům** a informacím a vůbec všemu, co tě může duchovně obohatit, ale zároveň obezřetná, abys uměla rozpoznat, co je dobré a co ne.
- **Dávej přednost osobnímu kontaktu** a komunikaci před mobilními aplikacemi a sociálními sítěmi a nepodléhej módním trendům. **Když s někým mluvíš, dívej se mu do očí**, oba pak budete mít lepší pocit.
- **Cestuj a poznávej svět** – uvidíš paláce a krásná místa, ale i bídu a chudobu – vždy se zpět vracej ráda a važ si svého domova i krajiny, kde žiješ.
- **Uč se jiné řeči** – pomohou ti otevírat dveře ve světě i v rodné zemi a pak poznáš, jak pravdivé je rčení „**Kolik řečí umíš, tolikrát jsi člověkem**“.
- **Než něco slíbíš**, zvaž, zda je skutečně v tvých silách to splnit, pak ale **každý slib splň**.
- **Až najdeš muže svého srdce** a budeš si tím jistá, **vezmi si ho** z lásky, ale zapoj i rozum. Dbejte na to, abyste neztratili **vzájemnou důvěru, úctu, lásku a toleranci** a zachovávejte si **věrnost**. Budete se pak moci na sebe spolehnout, váš vztah bude pevný a vaše děti budou vyrůstat v harmonické rodině.

## A ještě něco důležitého bych ti ráda sdělila veršem ☺

- **Raduj se ze života**, každý den za to stojí, oč chudší je vždy ten, co radovat se bojí.
- **Projevuj skromnost**, je někdy nad zlato i kdyby peněz bylo jak sněhu naváto.
- **Pomáhej chudým** a těm co strádají, rádi ti s vděčností svou ruku podají.
- **Važ si svých rodičů**, kteří tě s láskou vychovali a měj je v úctě, i kdybys byla v dáli.
- **Nešetři vlídným slovem**, to dělá zázraky, pak slunko pro tebe vykoukne za mraky.
- **Najdi si práci**, která tě vskutku baví, je to základní kámen, na němž se vždycky staví.
- **Buď pracovitá a čilá**, ale snaž se i zastavit, tvůj život utkaný pak bude z pevných nití.
- **Rozdávej úsměv, pohodu a klid**, pak jistě najdeš toho, kdo s tebou chce být.

- **Ber život jako výzvu** a přijímej jí s vděčností, važ si jí i za cenu, že přinese ti těžkosti.
- Aby jsi dospěla vždy k velké radosti, je často třeba vzít svůj **rozum do hrsti**.
- Každý den není svátek a nenajíš se dosyta, nikdy však **nezahazuj svou flintu do žita**.
- **Snaž se vždy úsměvem ozdobit tvář**, i morous zvedne obočí a pocítí tu zář.
- **Bud' obezřetná** a měj vždy otevřené oči, když se ti bude zdát, že vše se kolem tebe točí.
- **Co život dobrého ti dá, s pokorou přijímej**, poděkuj za to Bohu a viru v sobě měj.
- **Ať dobrý pocit máš**, když ohlédneš se zpátky, nikdy pak nemusíš běžet zadními vrátky.
- **Uměj se povznést** a přijmout i ránu osudu, vím, že to zvládneš, byť já už tady nebudu.
- **Uznávej božské ctnosti** – víru, lásku a naději, pak o to víc tě svět bude mít raději.
- **Neboj se býti maminkou** a přijmi s láskou tuto roli, tvůj plod pak ochutí ti život jak dobré jídlo solí. Je to ten **nejcennější dar** co můžeš kdy mít, pak vždycky pocítíš, že máš pro koho žít.

**Závěr** – nejlépe vystihuje **citát Konfucius 103** (čínský učitel a filosof)

**KDYŽ JSI PŘIŠLA NA SVĚT, PLAKALA JSI A VŠICHNI SE RADOVALI. ŽIJ TAK, ABY VŠICHNI PLAKALI AŽ JEJ BUDEŠ JEDNOU OPOUŠTĚT.**

V Českých Budějovicích 4.4.2019

*Jana Kolářová*

