

Co je volný čas?

Leisure, loisirs, Freizeit, svobodnoje vremja, tempo libero – to jsou výrazy, které se neustále objevují v titulech i v textech mnohých populárních článků i knih. Již řadu let je problematika volného času středem pozornosti nejenom mnoha teoretiků, žurnalistů, kulturních pracovníků, ale také celé armády praktiků, kteří lidem volný čas organizují a pomáhají jim ho naplnovat. Sociologové svorně konstatují, že volný čas jako nějaká zvláštní sféra vlastně neexistuje. Záleží především na tom, jaký člověk je, jak si uspořádá svůj život, jaké hodnoty v něm preferuje.

(Adaptováno podle E. Bakaláře, Umění odpočívat, Práce, Praha 1978)

Ve volném čase nemusíme nutně fyzicky odpočívat. Ani hlavní prázdniny a dovolená nepředstavují vždy skutečné volno. To proto, že si lidé o prázdninách vytvářejí zvláštní prázdninové povinnosti. Důležité je, že se zbavujeme požadavků a nároků, jež na nás klade prostředí. **J s m e s v o b o d n í .** Volný čas nám umožňuje věnovat se činnostem, které děláme čistě jen sobě pro radost, žádný jiný důvod naše činnost nemá. Když v době volna neděláme nic, necítíme se vinni. Vnější příčiny stresu se přitom samozřejmě nemění, vnímáme je ovšem s odstupem, a proto nám připadají zvládnutelné. S obnovenými silami jim zase budeme umět čelit.

Připadá vám těžké vyšetřit si volný čas? Volný čas – to neznamená hned celé dlouhé týdny. Většinou stačí pouhých 48 hodin, dokonce i jediná hodina odpočinku za den může poskytnout doušek čerstvého vzduchu, závan svobody, který vám znovu dobije baterii.

(Adaptováno podle J. Renaudové, Co je to stres a jak se mu vyhnout, Práce, Praha 1993)

Dovolená, prázdniny

Na dovolenou a na prázdniny lidé jezdí často do ciziny. Po roce 1989 se České republice otevřely dveře do celého světa. Pokud máme dostatek peněz, můžeme si vybrat kterékoliv místo, kam se chceme podívat. Lidé jezdí do ciziny, aby získali nové zkušenosti, pobavili se, poznali nové přátele, cizí kulturu a zvyky, podívali se na památky. Cestování po cizích zemích se stává i módní záležitostí.

Výlet za hranice si můžeme zajistit sami, nebo využijeme služeb cestovní kanceláře. Z její bohaté nabídky si vybereme zemi, kam bychom chtěli jet. Zvolíme si délku pobytu, druh dopravy atd. Kancelář nám pomůže pojistit zavazadla a zabezpečit zdravotní i úrazové pojištění v zahraničí.

Cestovní kancelář zajišťuje ubytování různé úrovně: hotely všeho druhu, penzion, bungalov, chatičku, stan. V hotelu se můžeme ubytovat v jednolůžkovém či vícelůžkovém pokoji nebo v apartmá. Rodiny s více dětmi často požadují pokoj s přistýlkou. Zařízení pokojů a jejich příslušenství jsou dány kategorií hotelu. Hotely vyšší kategorie nabízejí komfortní vybavení (pokoje s příslušenstvím, s TV a telefonem, bar, vlastní parkoviště, kadeřnictví apod.) a poskytují kvalitní služby, které si můžeme objednat v recepci. Podle bohatosti poznávacího programu i podle svých finančních možností volíme pobyt bez stravování, s polopenzí či s plnou penzí. A tak dovolená s cestovní kanceláří znamená dovolenou v pohodě a bez starostí.

Minikurs numerologie

Víra v tajemnou moc čísel přetrvává od starověku a popisy způsobů, jak jejich prostřednictvím odhalit nejrůznější tajemství, se dají počítat na desítky.

Základní jsou v numerologii čísla od jedničky do devítky. Zvláštní význam potom mají 7, 3 a 4.

Pokud chceme zjistit, jaké číslo je pro nás důležité, a to obvykle zajímá každého, i když v nadpřirozenou moc čísel nevěří, potom je třeba provést následující výpočet.

Jako příklad si vezmeme osobu narozenou 18. 10. 1952. Jednotlivá čísla sčítáme: $1 + 8 + 1 + 0 + 1 + 9 + 5 + 2 = 27$. Pokračujeme dále $2 + 7 = 9$.

Teprve toto je požadované číslo, které sehraává v životě člověka zásadní význam.

A jaké jsou charakteristiky čísel od jedničky do devítky?

1: Lidé, jejichž číslem narození je jednička, rádi filozofují, hledají vysvětlení závažných životních otázek. Jsou velmi ambiciózní, dobří matematici. Ve společnosti jsou oblíbení, chovají se přátelsky a milují, když se kolem nich „něco děje“. Charakterizuje je optimismus a víra v budoucnost. Jednička je symbolem jednoty člověka a přírody.

2: Symbolizuje neustálý boj protikladů. Lidé, jejichž osobním číslem je dvojka, mívají spíše jemnou povahu a jsou výjimečně vnímaví a citliví. Často se nechávají strhnout emocemi. Bývá mezi nimi mnoho umělců. Negativní vlastností je občasná pasivita. Také jim hodně záleží na tom, co si o nich myslí a říká okolí.

3: Znamená harmonii a neustálou snahu po poznání okolního světa. Lidé z trojky jsou praktičtí, důslední, nedělá jim starosti vyrovnat se s problémy a vyžadují pořádek a řád. Libují si v blahobytu. Paradoxní je, že čím méně o něco usilují, tím spíše toho dosáhnou.

4: Prozrazuje tendence k pesimistickému životnímu přístupu. Navíc znamená žárlivost a závislost. Jde o jedince, kteří mají vysoký stupeň odpovědnosti a je možné se na ně plně spolehnout. Mají vyvinutý smysl pro své fyzické potřeby a dokáží rychle rozeznat, co je a co není dobré pro jejich zdraví.

5: Je odpradávná považována za symbol svobodné volby, poznání dobra a zla. Lidé, ke kterým patří pětka, netrpí obvykle falešnými nadějemi a představami. Najdeme mezi nimi známé politiky a úspěšné obchodníky. Dokáží každému dát najevo, zda jim je, či není sympatický. Vítr z plachet bere těmto lidem omezování svobody.

6: Lidé podléhající tomuto číslu jsou vesměs romantičtí idealisté. Zároveň však projevují nezvyklé kombinační schopnosti, jsou houževnatí a tvrdí. V zásadě se raději sporům vyhýbají, ale v případě potřeby dokáží trvat na svém. Nejednou zaskočí i mnohem silnějšího protivníka. Ve starověku byla šestka považována za symbol jednoty materiálního a duchovního světa.

7: Je výsledkem součtu čísel 3 a 4. Tudíž představuje dokonalost. Obsahuje něco andělského i ďábského. Lidé podléhající jejím vibracím jsou sebejistí, někdy až samolibí. Mívají velkou ctižádost a často dosáhnou vysokých cílů. Nenechávají si do ničeho mluvit, řídí se vlastním rozumem a intuicí. Dostávají se do konfliktů, často jsou mezi nimi ti, kteří nedodržují zákony.

8: Vyjadřuje vztah příčina – důsledek a zároveň vztah minulosti a budoucnosti. Tito lidé mají pevný charakter, patří k maximalistům, ale někdy podléhají náhlým projevům emocí. Jejich okolí si je cení, protože je na ně spolehnoutí. Nemívají moc smyslu pro humor. Trpí občas rozdvojením svého já. Nemívají vždy odvahu odmítnout nesprávné názory. Dobře se starají o rodinu.

9: Charakterizuje velkou aktivitu a nápaditost, ale také bezohlednost. Takoví lidé jen těžko snášejí podřízené postavení a dělá jim velké potíže uznat názory druhých. Devítka symbolizuje úspěšnost a energii, harmonický stav mezi tělesnou a duševní schránkou člověka. Lidé ze znamení tohoto čísla pracují systematicky a spolehlivě. V některých okamžicích jsou hnáni nesmírnou ctižádostí, ale tu ukrývají pod maskou nesmělosti. Obvykle se lépe cítí na jaře a v létě.

Pro úplnost zbývá dodat, jak zjistíte vaše číslo pro letošní rok. Např. pro toho, kdo se narodil 12. 7. 1943, je to součet čísel obsažených v datu narození a letošního roku. Osobní číslo člověka X na rok 1995 je 7. ($1 + 2 + 7 + 1 + 9 + 4 + 3 + 1 + 9 + 9 + 5 = 34$, $3 + 4 = 7$)