

Vlastní cestou



DALŠÍ ČÍSLO V DUBNU !
ZOLTÁN DEMJÁN
HIMÁLAJE
PIVO A PITNÝ REŽIM
NEW YORK....



100
LET
HISTORIE AUTOMOBILŮ

SIMPLY CLEVER



Vede cesta tudy?

Nebo tudy?

Na tom nezáleží.



Škoda Octavia Combi 4x4
Nejlepší rozhodnutí jsou ta, která Vás baví

www.skoda-auto.cz

Kombinovaná spotřeba a emise CO₂ vozů Octavia Combi 4x4: 5,9/8,4 l/100 km, 159/202 g/km



na začátek



Stanislav Bernard
spolupřítel Rodinného pivovaru Bernard

Kdykoliv člověk připravuje něco nového, mívá větší či menší obavy, jestli se *dílo* povede. Když jsme dávali dohromady strukturu magazínu *Vlastní cestou*, trochu jsme se báli, jestli v něm jako firma nebudeme příliš schovaní. Naopak všichni chválí, že tam jsme, že se o nás něco dovědí, ale že příliš nevyčníváme. Že to není *one man show*. Prostě tam jsme – zasazení do zajímavého koloritu lidí, kteří jdou vlastní cestou. Hlavním smyslem našeho časopisu je ukázat, že v naší zemi žijí i schopní lidé, kteří nejenže nečekají milodary od státu, ale naopak dokážou svými schopnostmi a nadšením velké věci. Téměř všechny ohlasy nás potěšily. Mnoho lidí volalo, posílalo maily a víceméně byli nadšení, což považujeme za velmi pozitivní.

Samozřejmě se našlo i několik lidí, kteří měli výhrady. Říkali, že magazín *Vlastní cestou* zatím má ne zcela ucelenou formu, že si – například grafická úprava – musí ještě sednout. Některým se zdálo, že na stránkách je málo textů, málo čtení. Právě to jsme vzali jako impuls a v novém čísle přibyl druhý rozhovor nebo stálá rubrika *Na křižovatce*.

Při přípravě prvního čísla jsme dokázali oslovit velmi zajímavé lidi, kteří jdou vlastní cestou, a tudíž patří do našeho magazínu. Vedle umělců či sportovců jsme se rozhodli do budoucna oslovovat také úspěšné manažery a podnikatele, mezi něž bezesporu patří Vladimír Kovář, šéf softwarové společnosti Unicorn.

„Držte se...“

vlastní cestou 1/06

obsah

leden – únor – březen

editor
Boris Dočekal
redakce
Stanislav Bernard
Zdeněk Mikulášek
Markéta Navrátilová
design
Štěpán Malovec
tisk
Tiskárna David, s. r. o.
vydavatel
Rodinný pivovar Bernard, a. s.
www.bernard.cz

Magazín *Vlastní cestou* vychází čtvrtletně. Chcete-li jej dostávat do poštovní schránky, navštivte www.bernard.cz (hlavní menu > sekce Magazín > formulář, který vyplňte a odešlete). Vaše připomínky a náměty můžete zasílat na pivovar@bernard.cz

Magazín *Vlastní cestou* je zaregistrován na Ministerstvu kultury ČR pod evidenčním číslem MK ČR E 14164



fotografie na obálce > Zoltán Demján

04 _ **V týmu musí být leader**
rozhovor se Zoltánem Demjánem

10 _ **Originál si zaslouží originalitu**
Bernard v reklamě

12 _ **Aspoň trochu si hrát**
lahůdka z architektury

16 _ **Koncert**
povídka Ivana Klímy

18 _ **Himálaje**
exkluzivní fotoreportáž

24 _ **Vědět, co chci, snažit se a věřit**
rozhovor s Vladimírem Kovářem

28 _ **Klasa je klasa!**
informace z pivovaru

29 _ **Sahám si na dno**
Jan Potměšil na křižovatce

30 _ **Pivo – součást pitného režimu...**
pivo a zdraví

33 _ **New York, New York**
reportáž

36 _ **Bernard Top 100 – gastro**
soutěž

38 _ **Radnice**
z historie města Humpolec

rozhovor

text Boris Dočekal
foto Markéta Navrátilová

V týmu musí být leader

> říká horolezec Zoltán Demján

Kdybych měl znovu volit, jestli být vzorným otcem, jak ho vnímá veřejnost, a sedět doma, nebo jít do hor, asi bych zase šel do hor.



Horolezcem se člověk nerodí, ale stává. Kdo vás ze začátku vaší „kariéry“ nejvíc ovlivnil?

Velmi silný vliv na mě měl Maroš Šajnoha. Měl jsem štěstí, že mně rodiče dali do vínku i něco jiného než vzdělání a peníze, jakousi hlubší výchovu, vedli mě k lásce k přírodě. A když jsem se v devatenácti letech začal věnovat horolezectví, pokračoval v tom právě Maroš Šajnoha. Často říkám, že jsem velmi vděčný, že ještě patřím do poslední generace romantických horolezců. Dneska jde hlavně o sport a často také o byznys. Maroš nám vštípil ty pravé hodnoty a principy, úctu k přírodě, skromnost... Vedl nás k tomu, abychom lezli klasické výstupy, i když tehdy bylo moderní hledat nové, technicky velmi náročné. Klasické, logicky vedené cesty nás naučily cítit horu a intuitivně nalézat správnou cestu. V pozdějších letech, kdy jsem se ocitl v krizových situacích, právě horolezecký instinkt, nos mě dostal z hory dolů. Maroš, který je o víc než deset let starší než já, mě jako čtyřřidvacetiletého vzal na himalájskou výpravu spolu s dalšími mladými, což v těch časech bylo skoro neslýchané. Horolezci tehdy tvrdili, že je třeba nejprve lézt v Alpách, v Pamíru a teprve potom v Himalájích, ale my jsme skočili rovnou tam. A důvěru, kterou nám Marián dal, jsme nezklamali.

Zažili jste spolu něco, co ve vás zanechalo nesmazatelnou stopu?

Právě na této výpravě v táboře ve výšce asi pět tisíc sedm set metrů jsme byli spolu ve stanu. Za normálních okolností bychom už spali, ale protože jsme měli – a stále máme – velmi blízký vztah, seděli jsme, kecali, dělali si všelijaké plány do budoucna a ne a ne usnout. To bylo naše štěstí. Noc byla poměrně teplá a skály, jinak zakotvené v ledu, se vylamovaly a spustila se skalní lavina, která trefila i náš tábor. Ale díky tomu, že jsme neleželi, jsme přežili, když padající kámen protrhl stan a prorazil karimatku.

Co se vám honilo hlavou, když jste v podstatě náhodou unikl smrti?

Člověk je samozřejmě rozklepaný a v tom prvním momentě prožívá strach. Údiv, že je ještě naživu. Takových svých smrtí jsem v horách prožil hodně, ale v těch letech jsem si to úplně neuvědomoval. Jsem hluboce přesvědčený, že každý máme svou dráhu života, že máme splnit jakési poslání, a pokud neděláme opravdu mimořádné blbosti, jsme životem nějak provedeni. Zřejmě jsme tehdy neměli zahynout. I v dalších situacích, kdy jsem byl velmi blízko smrti, ale přežil jsem, to zřejmě nebyly úplné náhody. Je potřeba poslouchat svůj vnitřní hlas, varování, která přicházejí.

Myslíte si, že existence onoho vnitřního hlasu je zásluhou právě Maroše Šajnohy?

Určitě. Jsem přesvědčený, že v životě potkáváme lidi, kteří na nás mají určitý vliv, že takhle setkání nejsou náhodná. Máme se s některými lidmi setkat, aby nám něco odevzdali, posunuli nás dál, pomohli na cestě, kterou máme ujit. Od té doby, co si to velmi jasně uvědomuju, chodím po světě s otevřenými očima a ušima. Dříve jsem vždycky musel dopředu vědět, co je smyslem mého setkání s nějakým člověkem. Když mi to sekretářka nedovedla přesně formulovat, jednoduše jsem se s ním neseťkal. Teď se naopak velmi rád sejdu i s někým, o kom nevím nic. Říkám si, jestli ten člověk náhodou pro mě nemá nějaké sdělení. A často se to stane. Když máte nastražené smysly, můžete z těchto setkání získat opravdu hodně. Jistěže jsou i setkání o ničem, ale ta se dají slušně ukončit a neztrácet čas.

Padající kámen, to je jen okamžik, ale jaké pocity jste prožíval, když jste věděl, že situace je špatná a že z ní nemůžete vyvázat?

S Josefem Psoťou jsme jako první Čechoslováci vylezli na Everest. Přineslo mi to určitou popularitu, lidé kolem mě to vnímali – hurá, naši synové dobyli nejvyšší horu světa, ale pro mě to byl velmi

negativní zážitek, protože Josef tam zůstal a já měl namále. Pro mě byl důležitější kopec než Everest Dhaulágirí, na který jsem vylezl v roce 1988. Tenkrát se o tom u nás moc nemluvalo, ale v zahraničí to hodnotili jako světový výstup roku. Právě tam jsem zažil situaci, o kterých mluvíte. Z vrcholu jsme sestupovali už za tmy a na vrcholové pláni jsme museli najít stan, zahrabaný ve sněhové dřevě, aby ho neodnesla vichřice. Vycházeli jsme z toho, že se vrátíme po našich stopách, jenže ty byly beznadějně zasypané. A najděte na ploše pět set metrů krát tři kilometry stan. Už při výstupu jsme bivakovali venku, neměli jsme žádné jídlo. Byli jsme dost načatí, nevím, jak by skončila noc, možná i tragicky. A v té beznadějně situaci, kdy už jsme přemýšleli, jestli se vůbec dostaneme dolů, mnou pronikl velmi intenzivní pocit, že vím, kde ten stan je. Bylo to stejné, jako když v noci jdete po bytě a přesně víte, kde je lednička nebo postel. A ten pocit, že vlastně jdu domů, mě dovedl až k zahrabanému stanu. V horách se totiž člověk stává součástí vyššího systému, kdy se otevírají nějaké vyšší hladiny našeho vědomí. A tohle vědomí vás dovede právě tam, kam se máte dostat.

Říká se, že když člověk cítí, že se blíží konec, promítne se mu celý jeho život. Je to pravda?

Těžko říct. Víckrát jsem se ocitl na hranici mezi životem a smrtí, ale nikdy jsem něco takového jako film života nezažil. Zřejmě jsem byl ještě daleko od té brány do druhého světa, i když zdánlivě jsem byl velmi blízko. Bylo to na Dhaulágirí, když jsme se v roce 1985 poprvé pokoušeli vystoupit na její vrchol. S Josefem Rakoncajem a Peterem Božíkem jsme při výstupu svahem hory Manapati strhli lavinu. Ležel jsem na sněhu a racionálně mi bylo úplně jasné, že lavina se nemá kde zastavit a že pode mnou je hluboký sráz a pod ním trhliny a ledovec. Měl jsem zahynout, ale lavina se zastavila. Místo filmu jsem tehdy prožíval pocit trpkosti, našťvanost na sebe samotného, protože jsme udělali evidentní chybu. Vůbec jsme



Zoltán Demján na podzim 2005

do toho lavinového terénu neměli chodit. Všichni tři jsme to věděli, viděli jsme mikrotrhlinky, ale byli jsme tři kohouti... Každý uvažoval, že přece to nebude on, kdo řekne – vrátíme se, je to příliš nebezpečné, třeba to řekne ten druhý. Neměli jsme mezi sebou leadera, který by rozhodl, že končíme a jdeme dolů, život je přece důležitější než nějaký „poondiatý“ vrchol.

Myslíte si, že když se něco dělá, měl by tam být někdo, kdo nese odpovědnost a kdo řekne – stop, tohle už ne?

Ano. Tehdy jsme ovšem byli skupina, dá se říct, hvězd. V osmdesátém osmém jsem se na Dhaulágirí vrátil. Se dvěma Kazachy jsme tvořili ukázkový tým, kde byl jeden leader a zároveň jsme se všichni neuvěřitelně doplňovali. Já už jsem tam byl a tři roky jsem výstup nosil v hlavě, tak jsem se stal přirozeným leaderem a naše skupina výrazně efektivněji a lépe fungovala. Tyhle zkušenosti jsem zúročil v době, kdy jsem stál v čele dost velké

firmy. Velmi dobře jsem vnímal, že když se člověk obklopí silnými lidmi a leader plní svou úlohu, funguje to perfektně. Kdežto ve skupině, která nemá leadera, nevznikne synergie.

Čili tenkrát ve stěně kdyby tam byl neformální leader, zřejmě by si řekl – mám odpovědnost i za ty dva a zavelel by k sestupu?

Přesně tak. To je úloha leadera, na jedné straně nechat lidi, aby se naplno rozvíjeli, na druhé v krizové situaci musí zasáhnout direktivním způsobem. Když spadne lavina, není možné si sednout a společně řešit, co podnikneme. Nelze váhat. Leader nemusí být předem stanovený, pokud ve skupině je zkušená osobnost, kterou ostatní uznávají. Když začne velet, ostatní ho respektují.

Když se podíváte zpátky na svou horolezeckou kariéru – co vám to dalo a co naopak vzalo?

Nezvalo mi to nic a dalo strašně moc.



Nelituju ani jediné minuty, kterou jsem strávil v horách. Zpočátku jsme si určitě neuvědomoval, co mi hory dávají. Mladý člověk má své ambice, sny. Samozřejmě i světská sláva je příjemná. To všechno jsem zažil. Jeden chlapík řekl, že výškové horolezectví je devět dílů trápení a jeden díl radosti. Úplně se s tím ztotožňuju, protože člověk tam strádá, mrzne, je hladový, bojí se. Působí na něho spousta negativních věcí, ale přesto jsem se znovu a znovu vracel, protože ten jeden díl výrazně převyšuje devět dílů trápení. S odstupem let jsem si uvědomil, že v horách na člověka příroda dýchá neuvěřitelně intenzivně. Má to tak pozitivní vliv, že se podvědomě chce do hor vracet.

Co člověku dá výškové horolezectví pro běžný život? Třeba na postu manažera. Je to škola života a je úplně jedno, co děláte. Na vysokých manažerských postech to velmi pomáhá, protože při intenzivním pobytu ve vysokých horách, kde příroda opravdu funguje podle univerzálních principů, pokud chcete přežít, musíte do velké míry s přírodou splynout, být s ní v souladu. A pak se snažíte ten vzorec chování a jednání uplatnit i v každodenním životě. To jsou ty všeobecně známé principy jako čestnost,

spravedlivost, respekt vůči přírodě i vůči jiným lidem, schopnost hledat řešení, která jsou pozitivní pro obě strany, synergie, určitá harmonie, vyváženost. Právě v pozici, kde je člověk v neustálém stresu a nic nestihá, dokáže si najít čas i na rodinu, na umění nebo na duchovní rozjímání.

Asi nejde jen o přírodu, ale také o působení vztahů mezi lidmi, které ve vysokých horách bývají jiné.

Lidé jsou neoddelitelnou součástí přírody a fungují podle stejného principu; co nejpřirozeněji. Do Himalájí jezdím pravidelně dvakrát za rok a snažím se ten pocit zprostředkovat i jiným lidem, umožnit jim setkat se se silou přírody. Vyhledáváme lidi žijící v nejdlejších koutech Himalájí, kteří se nedostali do styku s naší materialistickou a komerční „civilizací“. Neměli možnost vydělat si peníze a žít relativně jednodušším nebo spíš lehčím způsobem. Obdělávají půdu a žijí z toho, co jim dá. Jsou v naprosté harmonii s přírodou a tím pádem i jejich vztahy jsou velmi otevřené, férové, vzájemně si pomáhají. V Nepálu chodí 99 procent lidí pěšky a překonávají velké vzdálenosti. Nemůžou si s sebou nést jídlo, mají jen to nejnütnější na několikadenní pochod. Je běžné, že tam,

kde je putující večer, přijmou ho v kterémkoliv domě, dostane rýži a může přenocovat. Nepálci jsou k sobě shovívaví, ohleduplní. Chtě nechtě to na vás přeskochí, a když se odtud vracíte, jste nějaký lepší. Snažíte se kopírovat jejich způsob života, i když v džungli, ve které žijeme, kde každý chce být lepší než ten druhý, zvítězit nad ním, je to těžké. Ale když se vám to podaří, naleznete pokoj ve své duši a pocit štěstí.

Z.D.
20.04.1955*

Absolvoval Přírodovědeckou fakultu Univerzity Komenského v Bratislavě. Vystřídal řadu povolání, nyní je výkonným ředitelem Zvázu výrobců cementu a vápna SR. V letech 1980 až 1990 byl členem reprezentačního výběru Československé horolezecké asociace. Nejvýznamnější výstupy: Lhotse Shar – prvovýstup jižní stěnou 8400 m, Mt. Everest – prvovýstup jižním piliřem 8850 m v roce 1984 a Dhaulagiri – prvovýstup jihozápadním piliřem 8167 m v roce 1988.

Work differently!
With COMPOD.



Nové myšlení, nová práce. Díky COMPODU bojí firma Wiesner-Hager tradiční přístup k práci v kanceláři. Ukazuje jak rozdílné mohou být představy o práci a komunikaci v kanceláři: můžeme pohodlně sedět, stát, ležet, hořet vzrušením nebo se naprosto uvolnit - proč ne?

wiesner hager. office architecture.

Přípotoční 1519/10b, CZ-101 00 Praha 10, Tel.: +420 271 730 444, Fax: +420 271 732 293, praha@wiesner-hager.cz, www.wiesner-hager.cz

wiesner hager

Originál si zaslouží originalitu!

Nová kampaň Rodinného pivovaru Bernard, připravená agenturou Euro RSCG Prague, vyzdvihuje jedinečnost a výjimečnou kvalitu této značky. Agentura se rozhodla zdůraznit hodnoty ztělesněné sloganem *Vlastní cestou*, který vyjadřuje, že Bernard jako jedinečné pivo jde svou vlastní cestou k dosažení dokonalosti. Bernard je prémiové pivo připravené z nejkvalitnějších surovin za použití tradičních postupů a moderní technologie.

Právě s důrazem na dokonalost a jedinečnost připravila agentura nový komunikační koncept Zlato neotřele oslavující individualitu. Pivo Bernard je prezentováno jako *šperk* mezi pivy, který – stejně jako skutečný šperk – vyjadřuje osobnost svého nositele. Jednoduše vám sedne.



Aspoň trošku si hrát

Mnohé malé i středně velké firmy netrápí, v jakém prostředí pracují. Jejich sídla – zvláště těch mimopražských – vypadají stejně jako před dvaceti lety. Na chodbách by stačilo vyvěsit nástěnky o budovatelských úspěších a životě sovětských přátel a mohl by se tu natáčet film z doby reálného socialismu. Vždyť prostředí přece nepřináší zisk, úplně stačí trochu vypulírovat sekretariát a kancelář pana ředitele. Naštěstí jsou i společnosti jako Podzimek a synové v Třešti.

„Myslím, že život není jenom o penězích; kdyby tomu tak bylo, udělali bychom s nimi něco jiného, aby přinášely další zisk. Ale člověk přece má něco vytvořit a taky si trošku hrát. Když jsme upravovali okolí firmy, mohli jsme přivést pár kamenů, zasadit keře, nějaký strom... Ale nám to bylo málo. Podařilo se nám přesvědčit Kurta Gebauera, že má smysl něco dělat v Třešti a že jsme dostateční blázní, aby mu stálo za to sem jezdit,“ vysvětluje ředitel společnosti Jan Podzimek. „Ideální nám přišlo použít co nejvíc místních materiálů a protnout stodesetiletou historii firmy s modernou. Aby to bylo zajímavé a jiné. A právě Kurt Gebauer nám do toho fantasticky zapadl.“

Jeden z nejvýznamnějších českých sochařů měl původně vytvořit plastiku před sídlo firmy, ale socha se nakonec změnila v promyšlený park. Kurt Gebauer přizval k účasti na projektu, jehož součástí byla i úprava a dostavba sídla firmy, architekta Stanislava Fialu a se zelení mu pomáhal Vladimír Brabenec, člen slavné rockové kapely Plastic People.

„Určité části parku jsem stavěl osobně se zaměstnanci firmy, zvláště rybník, cyklostezku zeď u truhlárny, v dílně jsem komponoval tyče na mříž brány a plotu. Také jsem osobně upravoval trasování chodníků a povrchů, dotvářel tvarování terénu, korigoval stavění zídek, byl u výběru důležitých kamenů v lomu. Bez takové péče a flexibility zadavatelů a spolupracovníků by byla tato realizace vyloučena. V parku ještě chybí altán, ukončení cyklostezky zdi u truhlárny třímetrovým kamenným objektem, soška stříkajícího vzletavce na vrcholu kamenné desky v rybníku, dotvarování terénu a zeleň v okolí altánu a firemního loga,“ vysvětluje Kurt Gebauer.

Originální a velmi zajímavé jsou i úpravy interiéru. Tvůrci využili vedle železobetonu, dřeva, skla a starých cihel, které v už zaniklé cihelně vyráběl dědeček dnešního ředitele, i například šalovací desky, z nichž nechali vyrobit kancelářský nábytek. Pozoruhodné je i využití běžných továrních svítidel tam, kde by to nikdo nečekal, a další *vychytávky*. „Šlo nám o to, aby byli všichni spokojeni a mohli se pod společné dílo podepsat, i když někdy mezi námi padala i tvrdá slova. Reakce místních lidí byly zpočátku odmítavé. Někteří – včetně návštěvníků – pochybovali, kroutili hlavami, říkali ježišmarjá, tohle přece nemyslíte vážně, ale právě to mě baví,“ říká Jan Podzimek.

O tom, že v Třešti vzniklo pozoruhodné dílo, svědčí i to, že firemní areál byl zařazený mezi deset nejlepších staveb roku.



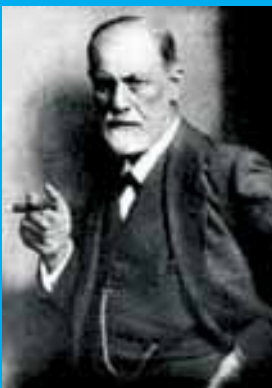
psychologie personalistika vzdělávání

Většina nemocí začíná ne z nemocného těla,
ale z nemocné duše.

Sigmund Freud

narozen před 150 lety

psychologie pro praxi
tel. 556 725 000, 602 744 677
www.psychologiepropraxi.cz





Stála v koupelně před zrcadlem. Koupelna byla cizí a zrcadlo plné fleků, měla by je otřít, ale proč by to dělala, když bylo cizí? Proč tu vůbec je? Protože ten, co ji sem vodí, se k ní chová laskavě a pozorně; bohužel mu chybí jakákoliv fantazie. Vrchol toho, na co se zmoohl, bylo, že jí předváděl triky s kartami a různými předměty, které nechal mizet. Mělo to být záhadné, ale ji to vůbec nezajímalo.

Její manžel má sice fantazii, ale není laskavý ani pozorný.

Ještě si trochu podmalovala oči a vyšla ven. Její milenec seděl na posteli nahý, jen slipy si už oblékl. Na stolku vedle gauče stála nedopitá sklenice, popelník byl plný nedopalků. Sáhla po sklenici a řekla: „Je tam volno.“

Sedla si vedle něho a on ji objal spíš z povinnosti než z lásky, rozhodně ne z vášně.

„Poliješ mě vínem!“

Pustil ji. „Promiň!“

„Stojíš ty o mě vůbec?“ zeptala se.

„Nejvíc, jak jsem kdy o někoho stál.“

„To se jen tak říká.“

„Nikdy jsem to ještě žádné ženě neřekl,“ lhal ve dveřích koupelny.

Zapálila si, opřela se o zeď a hleděla do okna. Z jejího místa se dalo vidět nejvyšší patro protějšího paneláku a antény na střechách okolních domů. A ztemnělé nebe, po němž plula oblaka ozářená posledními slunečními paprsky, také dlouhý pruh výfukových plynů, nějaký tryskáč, co se hnál na jih – do Říma, možná do Káhiry... Bylo by hezčí sedět v křesle na palubě letadla směřujícího na jih než sedět tady, ve vypůjčené garsonce. V letadle ovšem mohli být teroristé anebo... bomba! V Rusku minulý měsíc vybuchla dvě letadla téměř zároveň, ačkoliv každé letělo jinam. Všichni cestující zahynuli. Terorista, co to zorganizoval, měl takové zvláštní jméno, připomínalo jí hudební nástroj.

Garsoniéra, i když je vypůjčená, má tu výhodu, že nevybuchuje. Aspoň zatím.

Její milenec vyšel z koupelny a tvářil se umytě. „Pojedeme?“ zeptal se.

Rychle dopíjela víno. „Jistě, musíme jet, abys byl včas u své drahé manželky.“

„Nemusím být nikde,“ namítl, „to ty vždycky spěcháš.“

„Protože to tady nesnáším,“ řekla. „Je to pořád stejný. Odvezeš mě do tohohle pelechu, kde nám nic nepatří, trochu se pomilujeme – a pak spěcháš, abys byl včas doma.“

„Můžeme tu ještě zůstat, když nespěcháš.“

„Říkám ti, že už to tady nesnáším. Proč nevymyslíš něco, na co bych si večer měla chuť vzpomenout? Co kdybys mě někdy vzal aspoň do kina? Proč nejdeme spolu někam na večeři? Ale to si netroufneš, protože by nás tam někdo mohl vidět.“

V kabelce se jí rozzvonil mobil. Byl to její manžel. Připomínal se, když nebyla doma včas, aby připravila večeři. „Ano, miláčku,“ řekla, „už končím. Měla jsem tu takového řečného klienta. Hrůza. Budu ti to povídat.“

Milenec se taktně se uchýlil do předsíně.

„Ale chtěla bych se ještě zastavit u mámy. Je nějaká špatná.

Myslíš, že by sis mohl ohřát párek? Ne, nebudu tam dlouho, jen ji vyslechnu. Pusu.“

Vrátil se do pokoje.

„Tak vidíš,“ řekla, „já nespěchám. Jedu za mámou. Jsem zvědavá, co vymyslíš.“

Kousek odtud byl parčík. Lidé tu venčili psy, na jaře, pokud neuhodily nečekané mrazy, se u cesty obalily obrovskými květy magnolie. Parkem v hlubokém úvozu vedly koleje, po nichž už nejezdil vlak, nad kolejemi se dalo přejít po úzkém mostku. Cesta vedla k rozpadajícímu se pavilonu, kde snad kdysi hrávala lázeňská kape-la.

Zastavil vůz a otevřel jí dveře.

„Sem mě chceš vzít?“

„Ještě nikdy jsme spolu nebyli v parku.“

„Zapomínáš, že nám už není patnáct, abysme se muchlali někde na lavičce.“

„Chtělaš někam jít. Nemusíme si sedat na lavičku.“

„Vymyslel sis to dobře. Tady tě nikdo neuvidí. I kdybysme někoho potkali, je tu dost tma, aby tě poznal.“

„O to nejde.“

Cesta byla vyasfaltovaná, ale asfalt na mnoha místech popukal pod nápořem plevele. Vypila předtím celou sedmičku vína, a kdykoliv byla trochu v náladě, měla chuť být mezi lidmi, tančit, bavit se. „Nechce se mi tady trmácet,“ řekla, „chtěla bych něco zažít. Nějakou zajímavou cestu. Jenže s tebou.“

„Děkuju ti. Kam bys chtěla? Do Ameriky. Do Thajska anebo na Havaj?“

„Stačilo by mi nějaký místo, kde se člověk může trochu odvá-zat.“

„Tady máme aspoň cestičku,“ řekl. „Třeba se tu přihodí něco, co by tě odvá-zalo.“

„Jistě,“ řekla, „třeba zahlídneme nějakýho úchyláka.“

Lavička u cesty vypadala docela zachovale. Zamířila k ní.

„Dobře, můžeme si hrát na to, že nám je patnáct. Jak se jmenovala holka, kterou jsi tenkrát objímal?“

„Když mi bylo patnáct, pohrdal jsem něčím tak profánním, jako bylo chodit s děvčaty.“

„Teď už ti to tak nepřipadá?“

„Právě naopak, není nic krásnějšího.“

„Nejsem už žádné děvče,“ řekla, „bude mi čtyřicet, mám manžela, dvě děti a žiju ve smradlavém paneláku, ze kterého mě občas uneseš do jiného paneláku, a myslíš si, že to je pro mě strašně vzrušující.“

Zpod mraků se vynořil měsíc a do rozpadajícího se pavilonu naskákaly stíny.

„Podívej, úplněk,“ řekla.

„Skoro. Bude teprve zítra,“ upřesnil.

Na dřevěnou podlahu pavilonu se vyhoupla postava v černých šatech.

„Kdo to je?“ šeptla. „A co to drží v ruce? Má samopal!“

„Moc se díváš na televizi. Je to pouzdro na housle,“ řekl, „mám

doma podobné.“

„Co tady dělá chlap s houslema?“

Odněkud docela zblízka zahoukal nepatřičný vlak. Kola zaskřípěla, jak vlak brzdil. Pak se z houštiny nad tratí začaly vynořovat další postavy s pouzdry. Když dorazily k pavilonu, začaly pouzdra otevírat; při každém jejich pohybu jí zatrnulo. Ale vytahovaly pouze housle, violoncella, basu, trubky a flétny. Pokud v pouzdrech nezůstalo ještě něco, co nástroje zakrývaly.

Zvláštní bylo, že ačkoliv se muži i ženy v tmavých šatech pohybovali docela nedaleko, nezaslechla žádný zvuk. Také vlak zřejmě odjel, aniž ho slyšela. Připadalo jí to přízračné. „Co to má znamenat?“ šeptla. „Pojd' odtud, já se bojím.“

„Budou asi hrát,“ řekl klidně.

Hudebníci se usadili na dřevěnou podlahu pavilonu, někteří posedali pod stromy na trávník, jiní měli s sebou skládací židličky. Zdálo se, že teď své nástroje ladí, ale stále nezaslechla ani jediný zvuk. Naklonila se k němu: „Jsou to duchové.“

Vtom se na cestě, po níž přišli, vynořil vysoký hubený muž ve fraku a s cylindrem na hlavě, v ruce třímal dlouhou hůlku. Když je míjel, otočil k nim svou bledou tvář a nadzvedl na pozdrav cylindr.

„Kdo je to?“ špitla. „Ty ho znáš?“

„Nejspíš bude dirigovat.“

Muž došel k pavilonu, po dvou schodech vystoupal na dřevěnou podlahu, ale neposadil se jako ostatní, jen pozvedl svoji hůlku skoro až nad hlavu. Hudebníci k němu upřeli pohledy a zdálo se, že jsou připraveni začít hrát.

„Určitě to jsou... duchové,“ přitiskla se k němu a sevřela jeho ruku studenou dlaní. Chvěla se.

Muž spustil hůlku, vzápětí tichou prostorou parku zazněly zvuky nástrojů.

„Co to hrajou?“ šeptla.

„Bacha... nebo Vivaldiho?“

„Nevím, nevyznám se v týhle muzice.“ Stále se k němu tiskla.

„Líbí se ti?“

„Nevím,“ řekla, „mám strach, že se něco stane. Že třeba začnou střílet!“

„Prosím tě, proč by měli střílet?“

„Určitě mají v kapsách pistole. Řekni, tys je na mě objednal?“

„Určitě nemají pistole! Říkám ti, že se moc díváš na televizi.“

„Objednal jsi je, abys mě mohl opustit,“ řekla. „Odejdeš a oni mě zastřelí a moje tělo odtáhnou s sebou.“

Hudebníci dohráli. Muž v cylindru podal ruku prvnímu houslistovi, pak se otočil k lavičce, na níž seděla, a uklonil se.

„Nezatleskáme jim?“ zeptal milenec.


„Ne,“ řekla, „já se jich bojím.“

Hudebníci začali ukládat své nástroje do pouzder, muž v cylindru se otočil a po cestičce, kterou přišel, se opět vracel. Když je míjel, nadzvedl cylindr, ale jeho kroky nebylo slyšet.

„Pojd' už,“ zvedla se z lavičky.

Když odcházeli, ještě se ohlédla, ale pavilon už byl zase lidu prázdný. „Stejně mě opustíš,“ řekla, „a oni mě pak zabijí.“

Koncert

A black bird, possibly a crow or raven, is perched on the top of a colorful prayer flag. The flag is made of many small, multi-colored squares (red, blue, green, yellow, white) and is attached to a blue fabric. The background is a clear, bright blue sky. The bird's wings are slightly spread, and it is looking towards the left.

Himálaje nejsou
jen zasněžené
horské štíty,
ale i zelená údolí,
v nichž žijí lidé
v harmonii s příro-
dou, civilizací
téměř nedotčeni.





Vědět, co chci, snažit se a věřit

> říká šéf společnosti Unicorn Vladimír Kovář

O tom, že Unicorn je poněkud jiná firma, se návštěvník přesvědčí už v recepci. Sotva dvacetiletý mladík zavolá ředitele – Vladimíre, máš tady návštěvu. Ve společnosti platí neoficiální pravidlo, šéf většině zaměstnanců tyká, a kdo si troufne, tyká jemu.

Když člověk něco dělá, dostane se do bodu, z něhož může vykročit různými směry. Kde vidíte tu nejdůležitější křižovatku, na které jste se v podnikání rozhodl správně?

Možná bych to řekl jinak, já se takhle nikdy nerozhodoval. Na hodně věcí jsem přišel empiricky. Zkoušeli jsme různé cesty a někdy jsme zjistili...

Že tudy cesta nevede, jak říká Jára Cimrman?

V podstatě ano. Ale nerad bych, aby náš rozhovor vzbuzoval dojem, že jsem nevěděl kudy. Když našim novým zaměstnancům vysvětluju, o co nám jde, ukazuji jim *slide*, na kterém jsou tři ikony jelenů, stádo laní a text – *o co jim vlastně jde?* Mladí programátoři to velice rychle pochopí a začnou se smát. Na tomhle jednoduchém axiomu jim vysvětluju stavbu dalších postupů, na kterých firma Unicorn stojí. Obvykle jenom jeden z jelenů bývá úspěšný, protože velice dobře ví, co chce, snaží se a věří. A vírou ani tak nemyslím víru v boha, ale v sebe. Je věcí každého člověka, co vlastně chce. Já asi vnitřně toužím po úspěchu. Ale nechtěl bych to říct v nějakém

špatném slova smyslu. Když někdo řekne – toužím po úspěchu, může to vypadat, že mu jde o kariéru. Myslím to jinak. Mě práce fakt baví a nutně potřebuju, aby to fungovalo tak, jak si představuju. Možná jsem přišel na to, že je lepší žít podle pravidel Vládi Kováře než podle pravidel těch ostatních. A přitom na druhou stranu se snažím nějak korigovat, aby mé touhy a cíle byly ostatním spíš prospěšné než ne. Člověk chce dělat věci, aby ti ostatní taky byli rádi. Ale je to složité, protože oni by pak byli rádi, kdyby byli rádi jenom oni.

Ale je ráda například banka, když dodáváte software i jejímu konkurentovi?

Žádný z těch navzájem si konkurujících klientů nás nepovažuje za jediného možného dodavatele. Samozřejmě jejich proces fungování je naším softwarem ovlivněný, ale zdaleka to není jediná složka. To je stejné, jako byste se divil, že stavební firma staví z tvárnic Ytong a z tašek Tondach.

Cihla je cihla, ale my mluvíme o intelektuálním produktu!

Máte pravdu, ale na druhou stranu software je v podniku do určité míry taky cihlou, vlastně se vyrábí stejně jako Baťa cvičky. Tohle laická veřejnost moc nechápe, protože se vytváří jakási chiméra o tom, že software je něco jiného. Já si naopak myslím, že jde o stejný produkt jako třeba auto. Dneska by měla hýbat světem ne vlastní výroba, ale spíš organizace a řízení. Software je k tomu

výborný nástroj. A zejména ten, co děláme my.

Můžeme se ještě vrátit k pravidlům, kterými by se měli řídit vaši zaměstnanci? A přesvědčujete je o nich nebo spíš nařizujete?

Já tomu říkám entropie pravidel. Ale také entropie přístupu. Když řídíte lidi, je třeba na tom neustále pracovat a hledat nové způsoby, kterými nakonec dosáhnete svého. A ten princip u nás možná funguje tak, že chci, aby se pracovalo zejména podle mých představ. Pokud má někdo jiný názor, tak samozřejmě do doby, než mě o něm přesvědčí, platí ten můj. V okamžiku, kdy mě dokáže přesvědčit, nastává ta nádherná věc, kdy manažer řekne – jo, máš pravdu, takhle to budeme dělat. U nás je vysoce kreativní prostředí, motivuji lidi, aby se nebáli, netrestám je za neúspěchy. V zásadě naše filozofie je taková, že když se něco povede, řeknu, tenhle a tenhle dokázal tuhle věc a je to perfektní. Když se něco nepovede, říkám – nic si z toho nedělejte. A to vede k tomu, že vás lidi mají rádi, což je docela dobrý pocit.

Unicorn se živí zejména programováním. Děláme nejsložitější systémy, které vznikají v téhle zemi. A vymýšlí je lidi, jejichž věkový průměr je dvacet pět let. Což je úžasné. Konkurence i klienti někdy říkají – vy sážete na studenty, ale máte i dost odborníků? Na druhou stranu naše produkty pořád kupují a my rosteme nejrychleji na tomhle trhu.

Když jsem s tím před deseti lety začal, mnozí se mi smáli a říkali – musíš se rozmyslet, jestli chceš velkou firmu nebo firmu se studenty. Jenže většina těch, co se mně smáli, dneska už firmy nemají.

Zkuste definovat nosnou ideu vaší společnosti?

Idea je v tom, že firma je postavená na několika základních principech – dejme tomu do deseti. Budu mluvit o třech. První je systémový přístup. Aniž by se to na první pohled zdálo, máme všechno poměrně hodně promyšlené. A k promyšlení se často vracíme. Je to tak, že já tu firmu vždycky nastavím, pak ji zhruba rok sleduji – některé věci samozřejmě řešíme operativně – a pak přijdou zásadní korekce. Po tom roce firmu bafneme za uši, povytáhneme ji a tím vzniknou volné prostory.

Druhá věc, kterou považuji za velice důležitou, je delegace kompetencí. V podstatě ve firmě mladí lidé nejen dělají, ale taky ji řídí. Není to diskriminace starších, ale mladí v našem prostředí, které je nezávislé na tradičních přístupech, nad těmi staršími naprosto jednoduše vyhrávají. Zaměstnance učíme svůj způsob, a když někdo přijde a už má nějaké návyky, je mnohem pracnější je odbourat než někoho hned od začátku naučit to nové. Pokud budete stát před úkolem objevit Ameriku a jediný plavební instrument bude váš kůň, uplavete tak dvě míle a pak se oba utopíte. Když už se přijde na to, že mohou být lodě, je to lepší a lepší. A stejně je to s počítači, když tuhle technologii začnete využívat a umíte to, najednou se vám otvírají možnosti, které ti druzí vůbec nevidí. Ale to není o mailu. Do té doby, než jsme měli nějaký informační systém, měl jsem devadesát procent klíčových informací v e-mailových schránkách svých kolegů. Dneska informace sdílíme. Naučili jsme lidi všechno důležité publikovat do našeho systému a zase je z něj brát. Zaměstnanci do systému vložili 200 tisíc ríkvestů denně – co mám dneska za úkoly, komu tenhle úkol předám, co nového je v určité zakázce atd.



Vladimír Kovář ve své pražské kanceláři

A třetí klíčový princip?

Stejně tak ke klientům jako k zaměstnancům. Děláme ve službách a zaměstnanci, ať je to jak chce, musí mít firmu rádi. Nedovedu si představit, že by náš zaměstnanec přišel ke klientovi a vykládal, jací jsme magoři a že je dřevo jako koně, což běžně vidím. Myslím, že naši zaměstnanci mají firmu rádi, že u nás rádi pracují.

Říkáte 850 zaměstnanců, nestává se tak velká firma těžko uřiditelnou? Jinak se řídí Národní divadlo a jinak malá scéna.

Tomu rozumím. Na druhé straně v tom je právě kouzlo systematického přístupu. My jsme například empiricky přišli na to, že chcete-li vyvíjet software ve středoevropských podmínkách, tak ve struktuře ředitel divize, ředitel produkčního týmu, ředitel projektu ho můžete vyvinout zhruba za 300 milionů korun ročně. Jestliže ho chcete udělat víc, vystavujete se nebezpečí, že ředitel týmu bude řešit víc než jeden průšvih denně. Čili byste nějakým způsobem musel strukturu komplikovat, zavést speciální řešiče menších průšvihů atd. Řekli jsme si, že je to nesmysl, a od Microsoftu jsme se naučili *copy face* a softwarové týmy jsme jako by naklonovali a teď máme tři. Jeden s plnou kapacitou, dva s poloviční.

Strukturu můžete nakopírovat, ale co lidí?

Ty samozřejmě nelze naklonovat čili to musíte dělat přirozeným výběrem. Do Unicornu dělalo letos pohovory 2 000

lidí. My z nich vezmeme 300 a asi 150 těch stávajících propustíme nebo odejdou sami. Ti noví jdou na tři měsíce do *líně* a pak programátorského poolu, kde je začneme učit naše principy a postupy. Odpracují tu zhruba 5000 hodin a pak mají tři možnosti. Buď se stát manažery a řídit ostatní, nebo úzkými specialisty v nějakém daném oboru a zbytek, těch je velice málo, se spokojí s tím, co už dělají. Čili jedni to odřídí, druzí vymyslí a ti třetí, když vědí jak, to budou perfektně dělat. A takhle to funguje.

V.K. 2.1.1962*

Vystudoval na ČVUT na Fakultě jaderné a fyzikálně inženýrské obor matematické inženýrství. Studium ukončil roku 1985 a poté pracoval ve výpočetním středisku Vysoké školy ekonomické v Praze jako systémový programátor EC1045. Po dvou letech nastoupil do společnosti Koospol Praha, kde byl vedoucím týmu programátorů. V roce 1990 založil softwarovou společnost Unicorn. Ta prošla pod jeho vedením dynamickým vývojem a v krátké době se stala uznávaným hráčem na trhu ICT technologií. V současné době je Vladimír Kovář generálním ředitelem a předsedou představenstva společnosti Unicorn.

GLOBAL GLASS DESIGN

návrh vizualizace dekorace výroba logistika

SAHM
Sklenice pro značkové nápoje

SAHM, s.r.o.
Zálší 71, CZ - 565 01 Choceb
tel.: +420 465 461 111, fax: +420 465 483 195
Písecká 5, CZ - 130 00 Praha 3
sahm@sahm.cz, export@sahm.cz, www.sahm.cz

Partner pro váš gastronomický provoz

SAHM
GASTRO

PRAHA, tel.: 274 772 249, fax: 274 814 279, e-mail: praha@sahmgastro.cz
BRNO, tel.: 548 212 961-2, fax: 548 212 963, e-mail: brno@sahmgastro.cz
OSTRAVA, tel.: 595 136 390-1, fax: 595 136 227, e-mail: ostrava@sahmgastro.cz
OPATOVICE U PARDUBIC, tel.: 466 944 089-90, fax: 466 944 019, e-mail: opatovice@sahmgastro.cz
HERMANOVA HUŤ, tel.: 377 893 135, fax: 377 893 156, e-mail: hh@sahmgastro.cz

KLASA je klasa!

Zaručeně české, zaručeně kvalitní – to je Klasa, kterou od roku 2003 uděluje ministerstvo zemědělství tuzemským výrobkům splňujícím přísná kritéria. Jsou zdravotně nezávadné a jejich výrobci musejí dodržovat správná výrobní a hygienická pravidla... Jedním z prvních výrobků, které značku Klasa získaly, byl Sváteční ležák Bernard s přísadou jemných kulturních kvasinek. Dvanáctistupňové nepasterizované pivo je zdrojem mnoha vitamínů, především vitamínů skupiny B, minerálů a důležitých stopových prvků. Tradiční český ležák má chmelovou vůni a dokonalou harmonii plnosti a hořkosti.

Sváteční ležák Bernard je prostě skvělý!

**„Sahám si na dno“ — Jan Potměšil, herec**

Už je to několik let, co jsme nazkoušeli Richarda III. Ale mělo to pozoruhodný vývoj a různé peripetie. Na počátku byl samozřejmě nápad, že bychom se do téhle hry v divadle Kašpar mohli pustit. Znovu jsem si text přečetl a hned po první stránce jsem si uvědomil, jak je současný a že je o všem, co se kolem nás děje. To musíme udělat! Vzápětí jsme ale zjistili, že na novou inscenaci nemáme peníze. Tak se to o rok odložilo, pak o další rok... Jakub Špalek s panem profesorem Luikešem začali původní text upravovat, abychom ho zhuťnili do dvou hodin a mohli ho hrát v deseti lidech. To všechno se dařilo, ale pořád nám chyběly finance. A najednou přišla do divadla dáma z jedné firmy, že chtějí dát nějaké peníze na kulturu. Prohlásila, že viděla několik našich představení a že se jí líbila. Pak se zeptala, jestli nepotřebujeme půl milionu. To nás položilo naznak a pak jsme skákali půl metru vysoko. Konečně jsme mohli začít!

A teprve v té chvíli jsem se vlastně dostal na tu křižovatku, ptal jsem se – máme to vůbec dělat? Má tahle hra spatřit světlo světa v naší současnosti? Mám se vůbec pokoušet ztvárnit postavu Richarda III.? Odpovídá tomu, jak se snažím žít? Ta Shakespearova hra je příběhem z temných zákoutí lidské duše. Ukazuje, kam až člověk může dojít, pokud otevře dveře zlu. S těmi otázkami v sobě jsem chodil tak měsíc, dva. Zažil jsem chvíle, kdy jsem byl i velmi výrazně nakloněn tomu, že to dělat nebudu. Že se mají hrát spíš kusy, které přinášejí pozitivnější poselství. Ale postupně mi docházelo, že právě proto Richarda možná máme dělat, že je potřeba čas od času přinést i odstrašující příklad. Když člověk vidí, kam až to může dojít, může se v něm probudit touha nejednat takhle, neotvírat dveře zlu.

Samozřejmě, když jsem hru četl, uvažoval jsem – mám na to? Můžu do toho vůbec jít se svým handicapem? Rozebírali jsme to s režisérem

Jakubem Špalkem a říkali si – proč ne. Richard se musel udržet na koni, aby mohl jít do bitvy. Ve středověku bojovali rytíři v těžkých brněních a na koně je často nakládali pomocí kladky. Čili tohle je možné, stačí mě vytáhnout na koně a pak přikurtovat; meč udržím, sílu v ruce mám. Že nemůžu chodit – ten kůň jsou mé nohy! Jedna otázka byla vyřešená. Ale co v *civilu*. Uvědomili jsme si, že podle běžné konvence Richard III. napadá na jednu nohu a má hrb. Prostě je postižený. A pro současnou dobu je přece naprosto přirozeným handicapem vozík. Takže to půjde.

Richard III. je o pokušení moci, o manipulaci, o využití a zneužití svého postavení, konexi a koneckonců i toho handicapu. Začíná to u drobných lží a najednou jsou tu potoky krve a už dávno není cesty zpět. To není můj způsob vnímání světa, jako Richard se v žádném případě nechci chovat, snažím se v lidech vidět to pozitivní. Při představení se mi stává, že si sáhnu na dno, dostanu se i do temných zákoutí lidské duše a to mě masakruje. Dotýkám se věcí, které jsou na hraně, jde o hru s ohněm. Mí přátelé byli překvapeni a vyděšení, říkali – proboha, kdybychom tě neznali, tak bychom si mysleli, že jsi takový.

Uvědomil jsem si, že chodím po tenkém ledě. Hledal jsem i obranu sám v sobě. Říkal jsem si, vždyť je to jenom představení, po dvou hodinách skončí. Touha po moci a manipulaci je ale velmi nakažlivá, člověk má tendenci v tom pokračovat i poté, co spadne opona. A to je hrozně nebezpečné. Musel jsem vyvinout spoustu úsilí, abych to zlo ze sebe vydechl a vrátil se z divadelního života Richarda III. do běžného života Jana Potměšila.

Ale nikdy jsem si neříkal, že jsem se na té křižovatce měl rozhodnout jinak.

„Poodrosteme-li od mléka, zůstávati sluší se při věcech podobných mírně temperovaných *(rozuměj – v mírném množství)* při chlebu, máslu, kaši nějaké, vodě a pivu. Tím porosteme jak byliny při tekutých vodách.“

Jan Ámos Komenský tedy už před 350 léty vyslovil zásadu moderní dietologie, že pokud jakékoliv potraviny jíme v rozumné míře, prospívají našemu zdraví.

Pivo — součást pitného režimu moderního člověka

Všeho moc škodí...

Nadměrná spotřeba sebezdravějších potravin i nápojů je škodlivá. Už zakladatel farmacie Paracelsus tvrdil, že o tom, zda je určitá látka potravinou, jedem či lékem, rozhoduje její dávka. U piva to platí o to více, že obsahuje ethylalkohol, i když v jednom půllitru piva ve zcela neškodné a dokonce prospěšné míře (cca 20 ml alkoholu).

Přestože většina dospělých pije pivo (60 % našich mužů a 15 % žen pravidelně pije lahvové 10° pivo, točené jen 35 % mužů a 5 % žen), mnozí z nich si neuvědomují významný zdravotní rozdíl mezi nadměrnou a mírnou spotřebou piva. Pochopení zdravotních předností tradičního českého nápoje by mělo vést na jedné straně k omezení konzumace tam, kde má nadměrné pití piva blízko k alkoholismu, na druhé straně k definitivnímu zařazení mírné spotřeby tohoto nápoje do pitného režimu v zájmu zdraví.

Fakt, že naše populace vypije světově ojedinělých, více než 160 l piva ročně na hlavu, svědčí sice o jeho rekordní, ale velmi nerovnoměrné spotřebě. Tak, jako je spotřeba piva nevyvážená, tak je nevyvážený i náš pitný režim. Pijeme málo tekutin a v nevhodné skladbě. Jen málokdo vypije denně 2–2,5 litru vody ve vhodných nápojích (pozor – pivo obsahuje celých 92 % vody), zato hodně vypijeme silně močopudných nápojů s kofeinem, které nás silně odvodňují, tedy vysušují (káva, energetické nápoje s kofeinem, skupina colových nápojů), a vysokoenergetických limonád slazených cukrem a stabilizovaných fosfáty.

Pivo není zdaleka tak energetické, jak si někdy myslíme. V půllitru desítky je v průměru okolo 200 kcal energie, zatímco v půllitru ovocné šťávy nebo mléka okolo 250 kcal a v půllitru vína dokonce 300 kcal energie. Podíl energie z cukrů na celkovém obsahu energie v pivu je 60 %. To je téměř přesně tolik, kolik sacharidů má obsahovat vyvážená celodenní dávka potravin! Pivo přitom obsahuje jak cukry jednoduché, které se spalují poměrně rychle, tak „pomalé“ cukry, tzv. dextriny, z nichž se uvolňuje energie ještě dlouho po požití. Tím zajišťuje dodávku energie do těla nejen těsně po napití, ale i později. Cukry se při běžném pití v těle nehromadí, rovnoměrně se spalují a nepřeměňují se na obávaný tuk. Tedy ani zastánci štíhlé linie se piva jako součásti pestrého pitného režimu nemusí bát.

Zdraví a energie

Malé množství alkoholu v pivu není tedy z energetického hlediska vůbec na závalu. Při odbourávání alkoholu účinkem enzymu dehydrogenázy na acetaldehyd vznikají volné radikály, které částečně vstupují do rozkladných procesů tuků a tím urychlují jejich energetické využití, namísto aby se tuky ukládaly. Proto začínají dietologové doporučovat fyzicky aktivním mužům i ženám třetinku piva jako vhodný iontový nápoj, který prodlužuje periodu spalování tuků, nastartovanou kondičním cvičením.

Jak mírné množství alkoholu, tak prospěšné fytoflavonodini látky z chmelového extraktu zpomalují uvolňování vápníku z kostí, které je typické zejména pro starší ženy po menopauze a může být příčinou obávané osteoporózy. Tou trpí podle posledních údajů v ČR okolo 1 milionu osob, převážně žen. Podle prognózy tohoto onemocnění jí bude do r. 2020 trpět dokonce 1,6 milionu lidí! Správný pitný režim, obohacený v rozumné míře i pivem, nejlépe živým nepasterizovaným, znamená také dostatečné zavodnění ledvin, v nichž se tak usazuje méně vápenatých solí, které jsou příčinou tvorby ledvinových kamenů.

Nedávno proběhla ve Finsku studie, které se zúčastnilo 27.000 osob ve věku 50–69 roků. Měla prokázat, že u lidí, kteří pravidelně pijí pivo, je výskyt ledvinových kamenů, tvořených zejména vápenatými usazeninami, nižší než u těch, kteří pijí jiné nápoje. Vědci zjistili, že vypití 0,3 litru piva denně (jedna plechovka nebo malé pivo) znamená snížení rizika vzniku ledvinových kamenů o celých 40 %!

Kdy alkohol v pivu neškodí?

Za rozumnou míru spotřeby alkoholu se považuje 10–20 gramů ethylalkoholu denně, což je přibližně obsah alkoholu v 0,3 až 0,5 litru desetistupňového piva. To je i množství, významně snižující riziko srdečně-cévních onemocnění, která se dnes nevyhýbají většině dospělých starších 45 let.

Asi vás překvapí, že riziko infarktu nejvíce hrozí u abstinentů (13 osob z tisíce), kteří vůbec nepijí! Kdo by očekával, že toto riziko nejčastější příčiny úmrtí dnešní populace v závislosti na příjmu alkoholu klesá? U mužů, kteří vypijí denně 0,3 až 1 litr piva denně (12–37 g alkoholu),

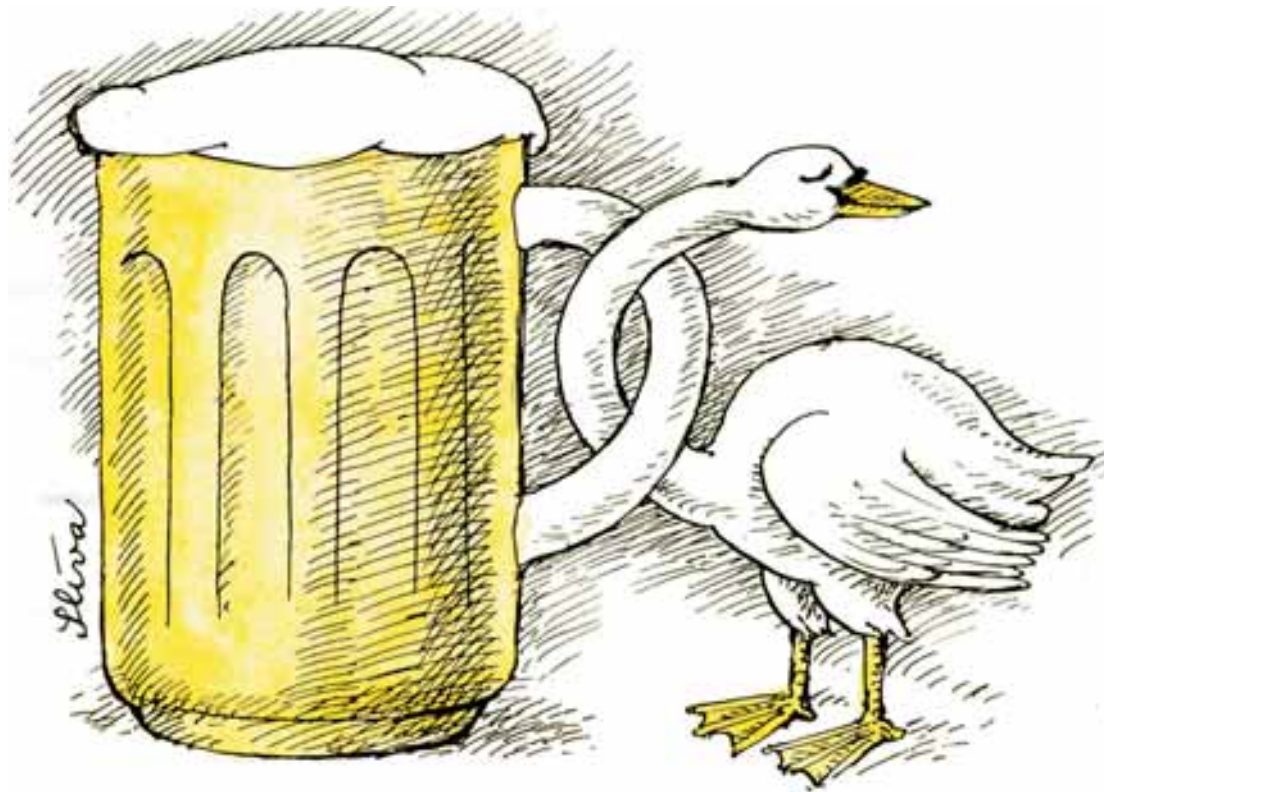
se snižuje na 7 osob z tisíce. Pokud je však toto množství překročeno na více než 40 g alkoholu denně, riziko infarktu a další přidružená rizika (návykovost na alkohol, riziko mozkových příhod, vysoký krevní tlak, psychické poruchy atd.) opět rychle stoupají, jak zjistil německý lékař MUDr. Ulrich Kell. Považuje se tedy za prokázané, že mírné pití alkoholu, a tedy i piva, snižuje riziko srdečních příhod, podporuje krevní oběh, snižuje krevní tlak a stresy.

Alkohol z piva pomáhá rozšiřovat cévy a tím působí proti jejich zužování vlivem ukládání tuků a cholesterolu na jejich stěnách (arterioskleróza). Dále omezuje krevní srážlivost, tedy pravděpodobnost, že se v zúženém místě krevní řečiště zablokuje krevní sraženinou. A do třetice – alkohol mění poměr „špatného“ LDL a „dobrého“ HDL – cholesterolu v krvi ve prospěch dobrého, snižuje míru usazování špatného cholesterolu na vnitřní straně cév.

Antioxidačně (tj. proti volným radikálům) působí v pivu třísloviny, mající povahu rostlinných polyfenolů (např. kvercetin a myricetin). Chmelový lupulin dává pivu aroma a typickou hořkost. Další látky z chmele dělají z piva mírné diuretikum a slabé sedativum. Díky obsahu vitamínů skupiny B má pivo uklidňující účinky na nervovou soustavu, působí dobře proti stresu, nespavosti a únavě. Podporuje chuť k jídlu, trávení, čistí krev a podporuje vylučování žluče. Člověk žasne, jaké minerály a vitamíny „plavou“ v pivě a kolik jich tam je.

A zejména pro ženy je obzvláště vhodný obsah kyseliny listové – dalšího vitamínu ze skupiny B – v pivu. Ta je nesmírně důležitá pro ženy v reprodukčním věku, které mohou kdykoliv otěhotnět. Nedostatek této kyseliny totiž prokazatelně způsobuje vyšší riziko (až o 50 %) takových vývojových poruch u novorozenců, jako jsou rozštěpy páteře a patra. Proto těmto ženám doporučují gynekologové přijímat listovou kyselinu v doplňcích stravy. K nim nyní přibýlo pivo jako zcela přírodní alternativní zdroj s překvapivě vysokým obsahem kyseliny listové, nejvyšším v nepasterizovaném pivu.

Z pivovarských kvasnic přechází do piva také vzácný chróm, kterého je v běžné stravě stále větší nedostatek, i když jeho denní potřeba nepřevyšuje desítky mikrogramů (miliontin gramu). Tento stopový prvek



podporuje aktivitu hormonu insulinu, regulujícího hladinu cukru v krvi. Je-li chrómu v těle nedostatek, hladina cukru může být rozkolísaná, což vede k pocitům neodolatelných chutí, zejména na sladké. Důsledkem potom bývá nadváha, s níž nezatočí žádná dieta tak spolehlivě jako obohacování stravy chrómem. Proč tedy k populárním chrómovým a vlákninovým tabletám na hubnutí ještě nepřidat třetinku nebo půllitr piva denně jako součást zdravého pitného režimu?

Pivo a sex

Proč se ve výčtu zdravotních předností mírného pití piva, v nichž hraje spokojený sex jistě svoji důležitou úlohu, nezmínit i o sexuálním aspektu pití tohoto nápoje? Citujme naši uznávanou sexuologickou kapacitu – Prof. MUDr. Pavla Zemka, CSc.: „Látky obsažené v pivu, zejména nevelké množství alkoholu, rozpuštěný oxid uhličitý a přítomnost hořčin, mohou pomoci jako zbraň proti poruchám erekce vyvolaným psychogenně. Erektilní dysfunkce vzniká nejčastěji obavou z nezdaru, z nějaké výtky od partnerky nebo strachem ze zapuzení. Po vypití jednoho až dvou piv může postižený opustit roli pozorovatele a začne spíše vnímat libost kontaktu s partnerkou. Tím se neurotická porucha ztopoření eliminuje.“ K tomu není co dodat.

Nelze vyčerpát všechny zdravotní výhody, které mají původ ve složení piva, obsahujícím více než 2000 složek. Díky širokému spektru polyfenolů a dalších rostlinných antioxidantů obsažených v pivu není výzkum tohoto moku ještě zdaleka ukončen. To potvrzuje i poslední objev ze státu Oregonu (USA), kdy byl v pivu nalezen nový silný antioxidant se složitým názvem xanthohumol. Jeho antioxidační „síla“, namířená proti prakticky všem civilizačním nemocem, je jedna z nejvyšších.

Pivo je tedy nepochybně zdravé pro každého, kdo ví, kdy s pitím přestat.

Autorem je dietolog.



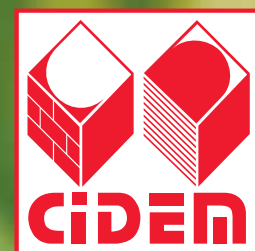
srdce živého organismu

informační systém

společnou cestou s IS KARAT



www.karatsoftware.com



BERNARD *Pivo*



text a foto Markéta Navrátilová

reportáž



Times Square

New York, New York

Kdysi dávno mi někdo řekl, že v Americe – a v New Yorku zvlášť – prodávají tak tenké palačinky, že mají pouze jednu stranu. Šlo sice o nadsázku, ale myslím, že po svých častých návštěvách New Yorku můžu prohlásit v tom velkoměstě jsou místa, kde dělají palačinky tak nedosažitelně tenké a z tak nevšedního těsta, že člověk má pocit, že opravdu mají pouze jednu stranu.

Dokonalé palačinky jsou jen drobným střípkem všeho, co v New Yorku návštěvníka překvapí, co na něj zapůsobí. Nevšedním zážitkem je už cesta z letiště JFK na Manhattan, nevelký ostrov mezi řekami Hudson River a East River. Taxikáři s viditelnou radostí a velkou přesvědčivostí pohovoří o všem možném. Dokonce se zdá, že i o tom, co sami pořádně ani nevědí.

A zdaleka to nedělají jen kvůli výši spropitného. Dokážou navodit velmi osobní a příjemnou atmosféru. Takže poté, co pasažér z taxiku vystoupí, aniž by samozřejmě zaplatil víc, než je obvyklá taxa, má pocit, že je doma. A za předpokladu, že zná čísla od 1 do 100, ví, odkud svítí slunce, a už alespoň něco slyšel o Broadwayi, určitě nezabloudí.

A když už jsme u taxiků, také ty jsou důkazem faktu, jak moc dokázal bývalý newyorský starosta Giuliani zlepšit bezpečnost ve velkoměstě. Ještě před patnácti lety nikdo nedokázal zodpovědět otázku, kdy je nejbezpečnější podívat se taxikem do Brooklynu. Taková denní doba prostě neexistovala. Vydat se do nebezpečné čtvrti v noci, to byla holá sebevražda. Zato dnes má bývalý americký prezident Bill Clinton v Harlemu svou kancelář. A brooklynský malíř Steve McQuaid hrdě chodí po ulici v tričku s velkou barevnou číslicí 718, což je telefonní předvolba



Central Park

Brooklynu. Přitom ještě před deseti lety si stěžoval: „Ukousl jsem si špatný kus Velkého jablka.“ Dnes by svou trvalou adresu nevyměnil za žádnou jinou. Jako mnozí ostatní říká: „Právě v Brooklynu teď vzniká nejmódnější rezidenční a umělecká čtvrť New Yorku. Nedokážu si představit nic, kvůli čemu bych se odtud stěhoval jinam.“

Spousta věcí se samozřejmě v New Yorku nezměnila. Manhattan se svými mrakodrapy zůstal jedním ze symbolů Ameriky. I když dva z nich, takzvaná Dvojčata, zničil brutální teroristický útok a jizvy po něm se zdaleka ještě nezacelily. Američané se ještě nedokázali dohodnout, jak uctít památku několika tisíc obětí a co vlastně postavit na volném pozemku v jižní části Manhattanu místo Světového obchodního centra. Silně emotivní, expresivní a pocitově „zranitelný“ projekt architekta Daniela Libeskinda navržený pro tuto šestnáctiakovou posvátnou parcelu sice zvítězil ve vypsané architektonické soutěži, dokonce byl označen za „hlas lidu“, ale ani to nestačilo. Jeho studie byla postupně pod tlakem investorů upravována do té míry, že z původního návrhu mnoho nezbylo. A tak se znovu mluví a jedná.

New York zůstává místem plným protikladů. Na jedné straně horních deset tisíc. „Kdo mezi ně patří, se dá změřit velmi prostým a exaktním způsobem,“ vysvětluje Walter Barandiaran, který byl jedním z těch

odvážných a posléze také úspěšných finančníků, kteří se při posledním velkém pádu burzy na Wall Street (ten je také jedním ze symbolů Ameriky a samozřejmě i New Yorku) nebáli ještě tentýž den investovat i to málo, co jim ještě zůstalo. „Všichni, kdo mají v New Yorku peníze, to o sobě navzájem velmi dobře vědí. A nejen to, přesně vědí také to, kolik jich máte, a podle toho se k vám také chovají. Když máte milion, odpoví na váš pozdrav. Když jich máte deset, podají vám ruku. Když jich máte sto, pozvou vás na párty. A pokud máte několikanásobně víc, můžete zorganizovat párty vlastní a oni na ni přijdou.“

V Upper East Side, což je část Manhattanu, má svou rezidenci nejvíc světových multimilionářů. Na druhé straně žijí ve městě tisíce bezdomovců, které tak rádi fotografovali novináři z někdejšího Rudého práva a byli vítaným objektem i kulisou televizních redaktorů, zasvěceně hovořících o „zlém a krachujícím“ kapitalismu. A pak si za diety nakoupili dárky, které běžní obyvatelé země „prosperujícího“ socialismu znali jen ze západních filmů.

V New Yorku jsou i slumy, tisíce lidí, kteří musí počítat každý dolar, ale pokud jde člověk po ulici, téměř všichni se zdají v pohodě. Jsou přátelští, a když potřebujete poradit, pomůžou. Newyorské ulice jsou barevné, chodí po nich bílí, černí, žlutí i hnědí, křesťané, muslimové, židé,



Brooklyn

budhisté a vyznavači mnoha dalších náboženství. Právě etnická a národní pestrost přispěla k tomu, že New York je tím, čím je. Mimo jiné i centrem kultury. Najdeme tu Muzeum moderního umění i Metropolitní operu, která se svou prestiží vyrovná slavné milánské La Scale, či světově známou Broadway se svými muzikály a divadly. A také malé divadelní scény, takzvané „off“ (mimo) Broadway, na kterých začínaly i mnohé velké filmové hvězdy. Podobně jako v Hollywoodu jsou tu stovky herců a hereček, kteří čekají na svou příležitost, obíhají nejrůznější castingy a zatím se žijí vším možným.

Paul už pět let pracuje jako číšník v příjemném italském bistro na prominentní Sedmé Avenue. Když se ho zeptáte, jestli také on je jedním z těch, kteří čekají na svou velkou příležitost, vrátí se s poupraveným make upem, bezbřezě optimistickým výrazem a se slovy: „Jsem absolventem Irské akademie dramatických umění. Zrovna minulý týden jsem byl na jednom velmi nadějném castingu.“ Na svou šanci už čeká čtrnáct let, ale nestěžuje si, dál jde za svým americkým snem. Prosadit se v newyorské konkurenci je nesmírně těžké. Jen s mírnou nadsázkou říká slovenský zpěvák Richard Müller, který většinou neoplyývá pokorou: „Na každé ulici potkám nejmiň dvacet zpěváků lepších, než jsem já.“



Flat Iron

Umělce New York vždycky přitahoval. New York svým domovem nazývali Igor Stravinski, Leonard Bernstein či ikona moderního umění Andy Warhol. Doma se tu cítí režisér Woody Allen, herečka Barbra Streisand nebo operní zpěvák Plácido Domingo. Žil tu a před dvaceti lety zemřel i slavný člen skupiny Beatles John Lennon.

Evropané se často o Američanech a Americe vyjadřují se zřetelnou přezíravostí, například tvrdí, že tu nejsou žádné památky. Jistě ty renezanční nebo barokní – o těch ještě starších nemluvě – v New Yorku nenajdete. Ale před takovým mrakodrapem, jakým je třeba Chrysler Building, zůstane člověk stát v úžasu. Walter P. Chrysler chtěl po architektu Williamu Van Alenovi, aby mu postavil provokativní budovu, která se nejen bude dotýkat hvězd, ale protne samotné nebe. Vznikl tak mrakodrap s prvky Art Deco a jeho krásu mu může závidět i Paříž, Mekka tohoto významného uměleckého stylu dvacátého století.

O New Yorku se píší celé knihy a stejně žádná nedokáže zachytit tuhle metropoli světa a její obyvatele ve všech podobách. Jsou města, k jejichž poznání postačí několik dní. Na jiné potřebujete několik týdnů nebo i měsíců, v New Yorku musíte žít.

Bernard Top 100 – gastro

Rodinný pivovar Bernard jako první pivovar v České republice vyhlásil novou celoroční soutěž, zaměřenou na nejlepší možné ošetření a stabilní kvalitu čepovaného piva Bernard. V soutěži jsou hodnoceny všechny naše značkové restaurace, bary, kavárny i hotely, a to nejméně čtyřikrát do roka. Posuzuje se četnost sanitace výčepního zařízení, čistota skla, kompaktnost a kroužkování pěny, sycení piva atd. Výsledky zpracovává počítačový informační systém pivovaru, takže je dokonalý přehled o aktuálním pořadí.

„Rozhodli jsme se výrazně podpořit kvalitu čepování našeho nepasterizovaného piva Bernard,“ vysvětluje Stanislav Bernard. A dodává: „Bernard je prémiová značka, která musí mít i odpovídající podmínky ošetření čepovaného piva. Nechceme přikazovat či zakazovat, proto jsme vymysleli soutěž. Každé z jejích deseti kritérií má určenou objektivně měřitelnou bodovou stupnici, podle které je restaurace, bar, kavárna či hotel ohodnocen. Nejlepších sto podniků získá na galavečeru certifikát kvality a ceny jako například zapůjčení vozu Škoda Fabia na rok zdarma, letecké zájezdy nebo zimní sportovní oblečení.“

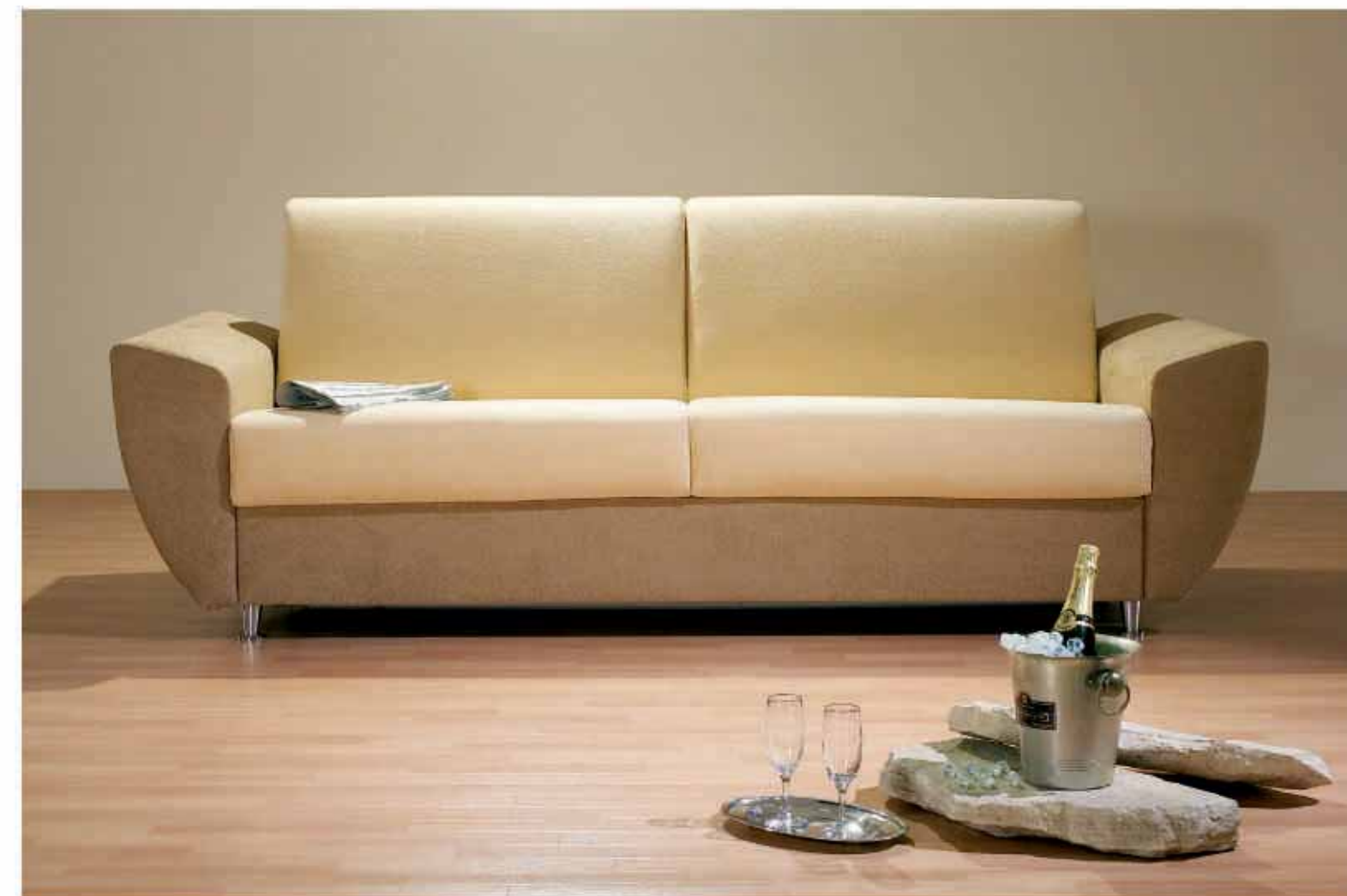
Soutěž TOP 100 – gastro vyhlásil pivovar 1. 9. 2005 a první ročník potrvá do 31. 8. 2006.

Radnice

Budova radnice je ozdobou humpoleckého Horního náměstí. Stojí na místě někdejšího barokního Kašparova domu. V městské kronice se píše, že stavba původně Okresního domu v Humpolci byla zadána dne 7. 8. 1912 stavitelské firmě Bratři Kavalírové v Praze. Původní rozpočet zněl na 140 tisíc korun a stavitelé ho překročili o necelých šest tisíc. Práce se neobešly bez dramatických situací – když se konečně připravovala glajcha, utřhl se zaoblený průčelní štít o váze 150 metrických centů, strhl lešení, zranil deset dělníků a dva usmrtil (viz foto).

Poválečný rozvoj okresu ukázal, že budova Okresního domu ochuzená proti původnímu projektu nestačí, a tak v letech 1931 – 32 musel být postaven nový stánek pro okresní úřad. V budově pak bylo umístěno zemědělské oddělení muzea, policie, byty, finanční úřady. Nakonec se stal trvalým sídlem městského zastupitelstva a městského úřadu.

Humpolecká radnice nepochybně patří mezi architektonicky velmi cenné objekty. Na souměrně rozvrženém průčelí vynikají výrazné secesní prvky – dekorativní výzdoba meziokenních ploch, maskaron nad vchodem. Do zdi budovy byl zazděn kamenný portál z blízkého hradu Orlika, který nese vytesaný letopočet 1548. Druhé patro nese prvky pseudobarokního slohu. Výtvarnou výzdobu umocňují sochy sochaře Františka Fialy, který proslul spíše jako herec – komik Ferenc Futurista a protagonista slavného pražského kabaretu Červená sedma. Sochy pojmenoval symbolicky – Spravedlnost, Práce, Vlast a Samospráva. Do štítu umístil akademický sochař Milan Knobloch k osmistému výročí města plastický znak. Budovu zdobí heslo – SVORNOSTÍ, PRACÍ K ROZKVĚTU. V přízemí je umístěna pamětní deska Josefa Dygrýna – válečného pilota z II. světové války.



resa

český výrobce | český design