

SoLiLL

Groups Projekt „Bread and Housing“ in České Budějovice

Bydlení ve stáří – Housing in the old age

Můj nový domov

My new home

Jan Růžička

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Zdravotně sociální fakulta
Projektová skupina „Chléb a bydlení“: **SoLiLL 2002**



Mé pocity při stěhování do Penzionu Domova důchodců „U Hvízdala“.

Příprava na stěhování ve mně vyvolávala stísněné pocity. Nadešla poslední etapa mého života. Viděl jsem, s kolika knížkami se musím rozloučit. Zabraly mi mnoho místa a stejně se k nim už nebudu vracet. I tak jsem si nechal asi 50 knížek a brožur. Také jsem se rozloučil s několika obleky, stejně už nebyly moderní. Ostatní přebírání už bylo snazší. Sám jsem viděl, co nepotřebných věcí jsem za léta nashromáždil.

Velkou útěchou pro mne byla vyhlídka na mnohem hezčí ubytování v penzionu. Sám jsem se divil, jak jsem si vše dokázal uspořádat. Dokonce se mi do nového pokojíku vešlo i jízdní kolo. Přikryl jsem přehozem.

Všechny chmury zahání krásný výhled z balkonu šestého patra. Mám vyhlídku na Klet', někdy i na Boubín i na chladicí věže temelínské elektrárny. Z ní nemám žádné obavy.

Co mi zde způsobilo stísněnou náladu, byl pohled na belhající se seniory o berlích nebo pohybujících se na invalidních vozících. Mám artrózu kolenních kloubů, a abych nedopadl podobně, jezdím často na kole. Svoji kondici si udržuji cvičením jógy pro důchodce třikrát týdně. Cvičím 55 cviků skoro 2 hodiny. Místo nařikání se raději rozhlížím z balkonu, kde si často vypiji i kávu. Mám na něm vysázeno několik keříčkových rajčat, paprik, cuketu a jednu kytičku.

Jídlo si vařím sám, působí mi radost, když vidím, že i v tom jsem stále soběstačný. Říkávám si „kluku, to jsi měl zase jednou štěstí“. Jiní, hlavně seniorky, bývají naopak zatrpklí, někdy až nesenášenliví, protože se nenaučili v životě mít radost i z věcí zdánlivě prostých. O to víc obdivuji ty lidi houževnaté, co si i o berlích vyjdou na krátkou procházku a posedí s ostatními na lavičkách.

Sám s nikým žádné delší diskuse nenevadu. Spíš se hned při pozdravu snažím říci něco pro zasmání. Potěším-li tak někoho, potěším i sebe.

Personál s námi jedná vlídně a s porozuměním. Určitým stínem je vývěsní tabule, umístěná stranou, na které je občas vyvěšeno parte. Já osobně řeším pomyšlení na neodvratný konec tím, že připouštím „reinkarnaci“.

Vycházím z tibetského způsobu vyhledávání příštího dalajlámy. V Tibetu předkládají hochům, kteří se narodili po smrti dalajlámy, několik jeho předmětů. Podle toho, který chlapec se o ně zajímá, těm rodičům chlapce odeberou a vychovají z něho dalšího dalajlámu.

Soudím, že máme v sobě životní energii, něco jako duši. Když naše tělesná schránka není již schopná další existence, nezničitelná energie, (to odpovídá vědeckým poznatkům), odchází do jiného těla. Nejspíše při početí, kde hraje energie určitou roli. Tato zvláštní forma energie je předešlými životy zdokonalená. Cílem mého snažení je stále se ve všem zdokonalovat a získávat další a nové znalosti.

Občas napíši článek do Českobudějovických listů. Většinou na politické nebo společenské téma. Když jej pak čtu vytištěný, skoro se mi nechce věřit, že něco takového dokážu napsat. Říkám si „ještě ti to, dědku, občas myslí“!

V Českých Budějovicích dne 26. 5. 2002

Jan Růžička,
student univerzity třetího věku