



**WENDY HOLDENOVÁ**  
NARODILI SE, ABY PŘEŽILI  
VIDEO

[https://youtu.be/\\_EHEp\\_NAv4s](https://youtu.be/_EHEp_NAv4s)

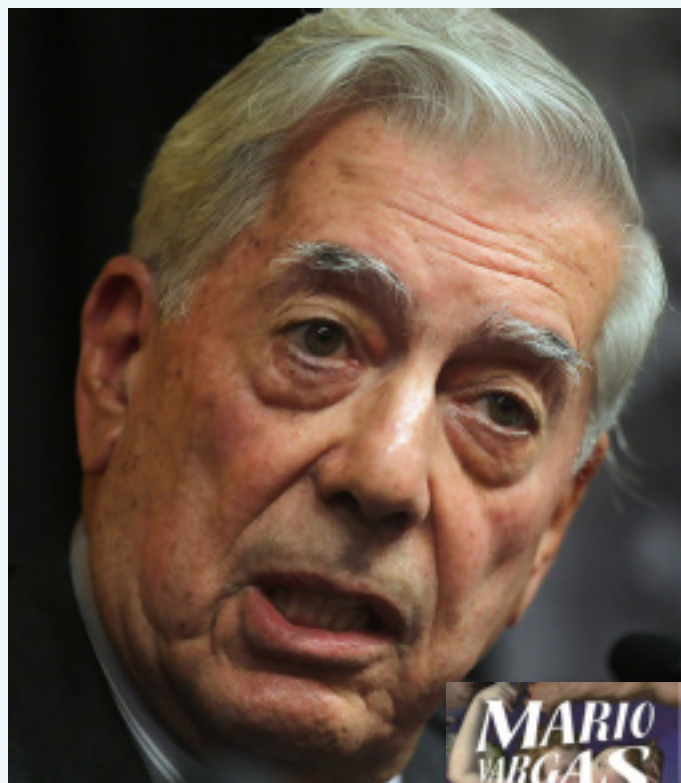
# KN/HY

Pro týden od 7. 5. do 17. 5. 2019

Číslo

10

Ročník 30



**MARIO VARGAS LLOSA**

Pátek 10. 5. v 16 hodin;  
Gauč ve Stromovce

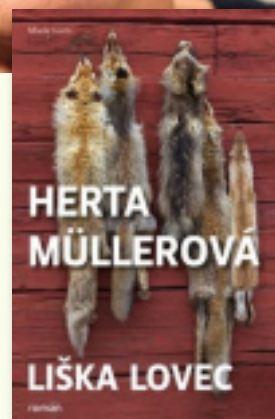


internet. knihkupectví: [www.kosmas.cz](http://www.kosmas.cz)



**HERTA MÜLLEROVÁ**

Pátek 10. 5. v 18 hodin;  
Velký sál – střední hala



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

# Svět knihy Praha '19

9.–12. 5. 25. mezinárodní knižní  
veletrh a literární festival



**UVNITŘ:** Taran Mathan UČEDNÍK; J. D. Barker PÁTÁ OBĚŤ  
(rozhovor s autorem); Cristine Li, Ulja Krautwald CÍSAŘOVNA  
(rozhovor s autorkou); účast a program na veletrhu SVĚT KNIHY a další

Další novinky, videa, rozhovory, recenze, aktuality na: <http://denik-knihy.cz/>



# Host na Světě knihy 2019

Taran Matharu

série

# UČEDNÍK



Pohltil miliony čtenářů,  
pohltní i vás

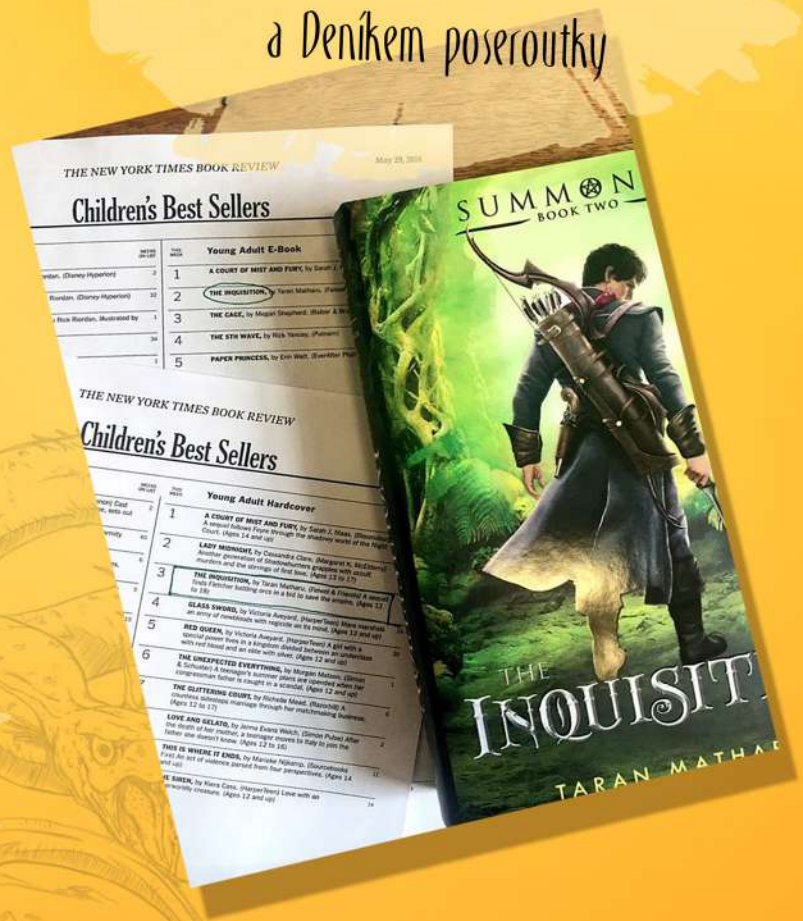
řekají o knihách:

- Učedník byl předurčen k tomu, stát se bestsellerem
- přečetla jsem celou sérii jedním dechem
- démony téhle fantasy budou fanoušci milovat

práva prodána  
do 16 zemí

BESTSELLER

NEW YORK TIMES  
spolu s Harrym Potterem  
a Deníkem poseroutky



Knihy plné života

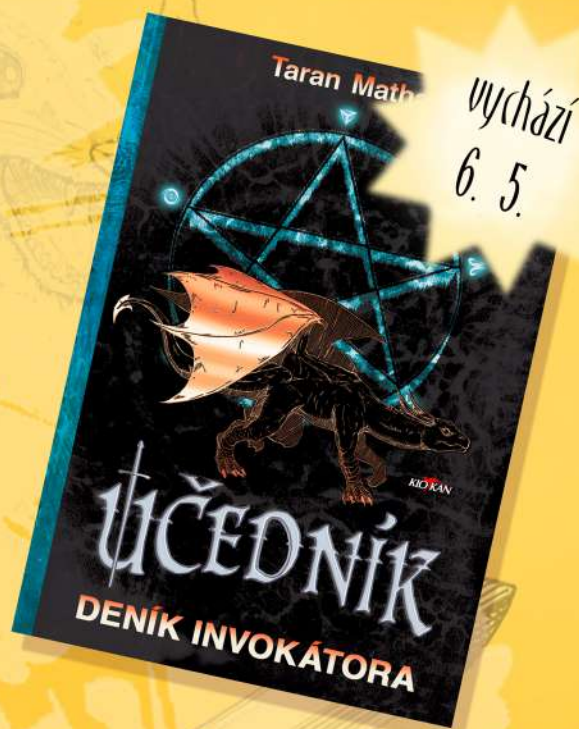
Knihy plné života

Knihy plné života

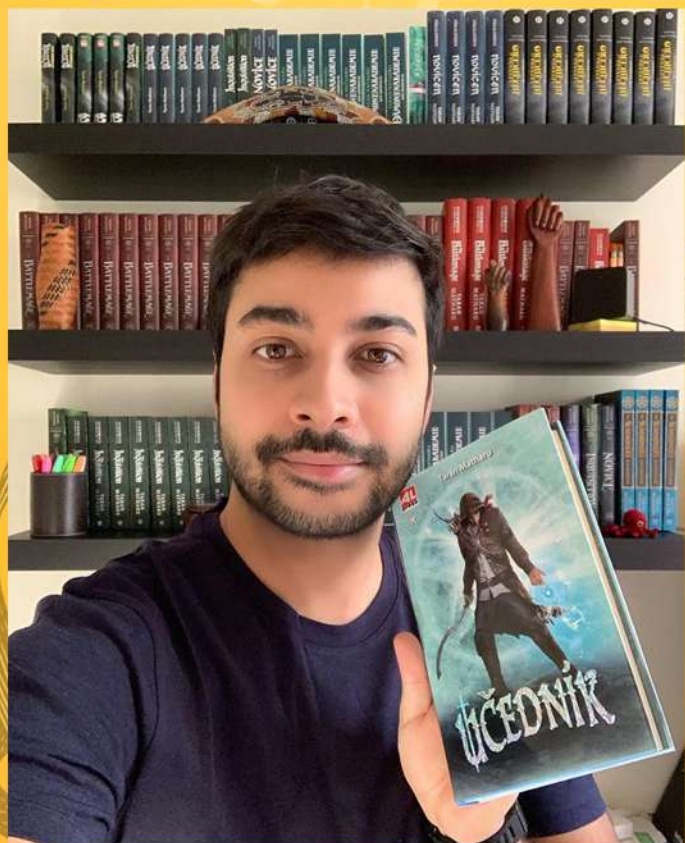




Démoni jsou tady!  
Pro fanoušky série nyní přinášíme  
ilustrovanou démonologii  
a příběh neurozeného invokátora,  
jenž se zasloužil o poznání démonů,  
které využívají orkové a elfové.



vychází  
6. 5.



Víte, že...

- za autorovým exotickým vzhledem se skrývá brazilsko-indický původ!
- obálka na první knihu je vlastním dílem autora!
- Učedník: Zjevení démona byla původně delší povídka, po úspěchu série ji autor přepracoval na plnohodnotný díl!
  - se autor těší na setkání s českými čtenáři 10. 5. 2019 na veletrhu Svět knihy!



# Zahraníční autoři nakladatelství Argo

na veletrhu Svět knihy 9. – 12. května 2019



**Mario  
Vargas  
Llosa  
(Peru)**



**Nositeli Nobelovy ceny za literaturu vychází v Argu kniha Chvála macechy.**

**Pátek 10. 5. v 16 hodin: Gauč ve Stromovce – debata s autorem o jeho díle, které oslavuje moc imaginace a svobodu jedince vystaveného kvůli diktatur, šedé úřednické průměrnosti a vojenské absurditě. V 17.30 hodin S201 autogramiáda.**

## **Silvester Lavrík (Slovensko)**

**Autor kontroverzního románu Nedělní šachy s Tisem z doby druhé světové války a Slovenského státu, z doby, která je často nebezpečně idealizovaná. Téma je na Slovensku stále živé a vyvolává bouři emocí a vlnu zájmu.**

**Pátek 10. 5. v 17 hodin.  
Autorský sál beseda,  
18 hodin stánek Arga L407  
autogramiáda.**

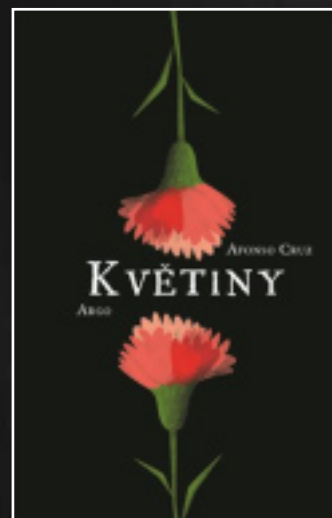


## Morten Strøksnes (Norsko)



**Autor Knihy o moři. Překladatelka Jarka Vrbová získala za převod této knihy z norštiny Magnesii Literu.**

**Pátek 10. 5. ve 12–13 hodin S 117 autogramiáda, 13 hodin Café Evropa beseda Mortena Strøksnese s Václavem Cílkem. Jaká je role moře v dějinách Země? Čeho se dnešní civilizace vůči mořím dopouští a jaké to může mít důsledky? A lze osvětlovat témata životního prostředí formou beletrie?**



## Alfonso Cruz (Portugalsko)

**Portugalský autor knih Kokoschkova loutka a Květiny (právě vychází).**

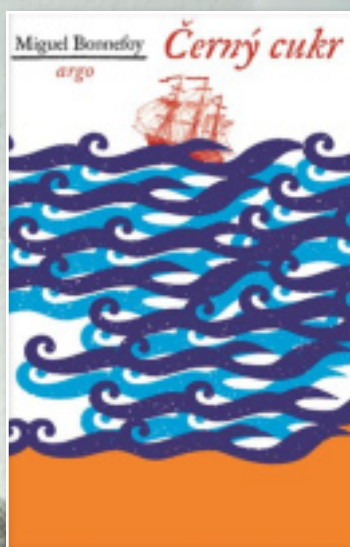
**Pátek 10. 5. v 15 hodin Lapidárium Národního muzea, Velký sál moderovaná beseda s Marií Iljašenko o aktuálním stavu současné literatury, především portugalské**



# Reiner Stach (Německo)



**Autor brilantní trilogie  
o Franzi Kafkovi**  
**Sobota 11. 5. ve 14 hodin  
beseda, 15 hodin stánek  
Arga L407 autogramiáda,  
16 hodin Literární sál  
Diskuse: Javier Cercas  
a Reiner Stach**



## Miguel Bonnefoy (Francie)

**Francouzský spisovatel  
představí oceňovaný román  
Černý cukr, v němž pře-  
vyprávěl nejslavnější kor-  
zářskou legendu.**  
**Pátek 10. 5. v 15 hodin  
Autorský sál beseda, od 16  
hodin stánek Francouz-  
ského institutu S103 auto-  
gramiáda.**



Distribuuje: Kosmas, Za Halami 877, 252 62 Horoměřice, tel.: 226 519 383,  
e-mail: [odbyt@kosmas.cz](mailto:odbyt@kosmas.cz), internet. knihkupectví: [www.kosmas.cz](http://www.kosmas.cz)

# Herta Müllerová –

Hlavní host

25. mezinárodního  
knižního veletrhu  
SVĚT KNIHY.

Prozaička, básnířka  
a nositelka Nobelovy  
ceny za literaturu zde  
představí novou knihu  
Liška lovec.

PÁTEK 10. 5. 18:00 hodin; Velký sál – střední hala



Učitelka Adina má v bytě liščí kůži. Jednoho dne zjistí, že lišce chybí ocas, pak zadní běh, posléze přední běh. Na liščí kůži se ukazuje, že rumunská tajná služba hrozí: Liška je lovec. Když tento román Herta Müllerová napsala (1992), byl Ceaușescu už téměř tři roky mrtvý a jeho totalitní systém poměrně dobře zmapovaný. Autorka ale chtěla ukázat jiný děs, než jakým byly statistiky umučených, vyhnaných, znásilněných...

Chtěla ukázat, jak diktatura ničí vnímání, jak propaganda likviduje význam řeči. Protože právě slova, kterým bylo odeřeno, aby byla vyslovena, ztrácejí smysl a pod kůži se vtírá strach, který všechno infikuje smrtí. Život zahnívá, večer se podobá ránu, hodiny odbíjejí zastavený čas...

Přeložila Radka Denemarková

Vázaná, 200 stran, 269 Kč, ISBN: 9788020421951

Zakoupit můžete zde <https://www.kniha.cz/beletrie-pro-dospеле/detail/kniha-491053-liska-lovec>



## doprovodné akce na veletrhu **Svět knihy**

9.-12. května 2019 / Výstaviště Praha-Holešovice, Průmyslový palác

### DOPROVODNÝ PROGRAM

#### 10. 5. 2019 Pátek

**10.00-10.50 LITERÁRNÍ KAVÁRNA** – Pravé křídlo (balkon vlevo)  
Petr Stančík, Lucie Dvořáková – beseda ke knize „Fila, Žofie a Smaragdová deska“.

**12.00-13.00 LITERÁRNÍ SÁL**  
Beseda spisovatele Pavola Rankova ke knize „Malá dunajská válka“.

**15.00-16.00 STÁNEK SLOVENSKA S116**  
Autogramiáda a čtení z knihy spisovatele Juraje Šeba „Útěk z pekla“.

**16.30-17.30 L101 – Levé křídlo**  
Autogramiáda „Jékaře bez hranic“ Tomáše Šebka.

**18.00-18.50 VELKÝ SÁL** - Střední hala  
Setkání se spisovatelkou a držitelkou Nobelovy ceny za literaturu Hertou Müllerovou ke knize „Liška lovec“.

#### 11. 5. 2019 Sobota

**10.30-11.30 L101 – Levé křídlo**  
Autogramiáda spisovatelky Hany Parkánové-Whitton.

**11.00-11.50 AUTORSKÝ SÁL** – Levé křídlo  
Beseda se spisovatelkou a novinářkou Klárou Mandausovou ke knize „Holky s voctem“.

**11.00-12.00 L101 – Levé křídlo**  
Karel Hvizďala a Iva Pekárková – autogramiáda.

**13.00-13.50 AUTORSKÝ SÁL** – Levé křídlo  
Mariusz Surosz – beseda ke knize „Pepíci“.

**13.00-14.00 L101 – Levé křídlo**  
Ivan Mládek, Petr Zajíc – autogramiáda ke knize Ivan Mládek slovem.

**13.00-13.50 Sál Rosteme s knihou**  
Klára Smolíková, Vojtěch Šeda - beseda ke knize „Pozor, v knihovně je kocour!“

**15.00-16.00 L101 – Levé křídlo**  
Ladislav Špaček – autogramiáda.

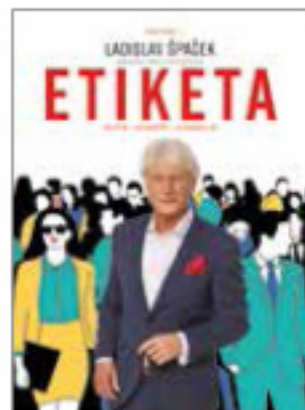
#### 12. 5. 2019 Neděle

**11.00-12.00 L101 – Levé křídlo**  
Eva Papoušková a Galina Míklínová – autogramiáda ke knize „Vombat Jirka je statečný“.

**13.00-13.50 Sál audioknih**  
Beseda ke knize „Báchorky blanického rytíře“ s autorem knihy Milošem Zapletalem a hercem Oldřichem Kaiserem, který knihu načte. Hudebně doprovodí Dáša Vokatá a Oldřich Kaiser.

**14.30-15.30 L101 – Levé křídlo**  
Daniela Kovářová – autogramiáda a čtení z knihy „Jak chovat muže“, host Miroslav Macek.

Na stánku L101 na Vás čekají stovky knih se slevou **20 %**.







Pátá oběť je druhá kniha v sérii detektiva Sama Portera...

## J. D. Barker PÁTÁ OBĚŤ

Každý policista má případ, který se pro něj stane posedlostí. Detektiv Porter není výjimkou. Opičího vraha už měl na dosah, když ho z pátrání odvolala FBI, ale taková drobná překážka ho nemůže zastavit.

Oficiálně se Porter a jeho tým věnuje případu mrtvé dívky, která byla nalezena pod zamrzlou hladinou laguny v chicagském parku. Otázkou je, jak se tam dostala, když laguna zamrzla před několika měsíci a dívka se pohřešuje teprve tři týdny? A jak je možné, že na sobě měla šaty jiné dívky, jejíž zmizení nahlásili rodiče teprve před dvěma dny? Zatímco Porterovi kolegové usilovně hledají odpovědi na tyto znepokojivé otázky, on sám pokračuje v pronásledování Opičáka. Jakmile to zjistí jeho nadřízený, je postaven mimo službu. Ani to ale nemůže Portera zastavit. Je dopadením Bishopa tak posedlý, že se upne na starou rozmazanou fotku a ta ho dovede do světa temnějšího, než si

kdy dokázal představit. A tehdy zjistí, že existuje jen jedna věc děsivější než mysl sériového vraha: mysl matky, která ho přivedla na svět.

Přeložil Jan Netolička

Vázaná, 568 stran, 389 Kč, ISBN: 978-80-7498-318-4

Zakoupit můžete zde <https://www.dominoknihy.cz/napeti/pata-obet>

Ukázka z knihy a rozhovor s autorem na dalších stranách



Nakladatelství  
DOMINO

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



# PÁTÁ OBĚŤ

J. D. BARKER

1

Porter

Den první • 20:23

Tma.

Byla neproniknutelná, hustá, vířila kolem něj a požírala veškeré světlo, až nezbylo nic než nicota, temná a neproniknutelná jako inkoust. Jeho myšlenky se dusily v mlze. Slova se sice snažila

nacházet jedno druhé a spojovat se do smysluplných vět, ale když už se zdálo, že se potkají, byla znovu pohlcena a nahradil je rostoucí pocit hrůzy a tíhy. Jako by se jeho tělo potápělo do temných hlubin dávno zapomenutého jezera.

Zápach vlhkosti.

Plíseň.

Dusno.

Sam Porter chtěl otevřít oči.

Musel otevřít oči.

Ty mu ale vzdorovaly a držely pevně.

Bolela ho hlava a bušilo mu ve spáncích.

Cítil tepavou bolest za pravým uchem – a taky ve spánku.

„Snaž se nehýbat, Same. Nechci, aby se ti udělalo špatně.“

Ten hlas zněl tlumeně, jako by přicházel z dálky. A taky povědomě.

Porter ležel.

Pod konečky prstů cítil chladnou ocel.

Pak si vzpomněl na injekci. Jehlu dole na krku, rychlé bodnutí a potom chladnou tekutinu proudící mu pod kůži a do svalu a...

Porter se přinutil otevřít oči, třebaže mu těžká víčka znovu vzdorovala. Oči pod nimi měl suché, až pálily.

Zkusil si je promnout. Pravou ruku mu však zastavil řetízek, který mu škulbl zápěstím.

Zatajil dech a s námahou se posadil. Zatočila se mu hlava, jak se krev prudce přelila jinam. Málem se znovu svalil na záda.

„Hele, pomalu, Same. Ten etorfin odbouráš rychle, ale chvíli vydrž.“

Rozsvítlo se světlo, oslepující halogen namířený přímo do jeho obličeje. Porter přimhouřil oči, ale zároveň nehodlal odvrátit zrak, a pohled stále upíral na muže vedle světla, i když ho viděl jen v podobě rozmazaného stínu.

„Bishope?“ Porter skoro nepoznával vlastní hlas, tak suše a drsně zněl.

„Jak se máš, Same?“ Stín se přesunul o krok doprava, převrátil prázdný desetilitrový kbelík a sedl si na něj.

„Nesviť mi tím světlem do ksichtu, sakra.“

Porter trhl řetízku, který měl ve skutečnosti připevněný k želičkám na zápěstí. Jejich druhý konec zařinčel o trubku, vodovodní nebo možná plynovou. „Co to do prdele je?“

Anson Bishop se natáhl ke světlu a posunul ho trochu doleva. Byla to normální zářivka na stojánku. Světlo dopadlo na stěnu z tvárnice. V zadním rohu stál radiátor a vedle něj stará pračka se sušičkou.

„Lepší?“

Porter znovu zatahal za řetízek.

Bishop se pousmál a pokrčil rameny.

Když ho Porter viděl naposledy, měl nakrátko střížené, tmavě hnědé vlasy. Teď je měl delší, nepoddajné, a hlavně světlejší.

Tvář mu zdobilo tří, možná čtyřdenní strniště. Stejně tak byl ten tam jeho napůl formální oděv, který nahradily džíny a tmavě šedá mikina s kapucí.

„Moc na sebe nedbáš,“ poznamenal Porter.

„Časy jsou zlé.“

Oči si však vyměnit nedokázal. Stále v nich měl stejný chlad.

Jeho oči se nezměnily.

Bishop vytáhl ze zadní kapsy lžičku a bezděčně jí otáčel v prstech. Světlo se odrazilo od zoubkovaného ostří na jedné straně – byla to lžička na citrusy.

Porter si kusu příboru nevšímal. Místo toho sklopil hlavu a zaklepal ukazováčkem na kovovou desku pod sebou. „To je stejné nemocniční lůžko, k jakému jsi připoutal Emory?“

„Víceméně ano.“

„Tos nemohl sehnat normální kavelec?“

„Kavalce toho moc nevydrží.“

Zpod lůžka se po zemi rozlévala tmavě rudá skvrna. Temná kaňka na špinavé betonové podlaze. Porter se na ni neptal. Když sáhl na spodní stranu kovového lůžka, měl ulepené prsty. Ani na to se neptal. Na stěně po levé straně viselo několik polic plných různých malířských potřeb – plechovek, štětců, zakrývacích plachet. Strop tvořily dvoumetrové dřevěné desky, mezi kterými byly půlmetrové mezery. V těch se táhly elektrické kabely, vodovodní trubky a zbytek prostoru zabírala vzduchotechnika. „Tohle je sklep obytného domu. Ne moc velkého, ale staršího. Ta trubka, kterou máš nad hlavou, je izolovaná azbestem, takže na tvém místě bych do ní nekousal.“

Hádám, že je to tady opuštěné, protože to tvoje světlo je zapojené do prodlužovačky, která vede nahoru... možná k nějaké baterii? Určitě ne ke generátoru, protože ten by tady byl slyšet.





Tady dole elektřina nefunguje, jinak bys použil některou ze zásuvek kolem.

A je tu kosa jak z nosa. Jde mi pára od pusy, takže topení taky nefunguje.

Další známka toho, že dům je opuštěný. Jinak by majitel neriskoval, že mu mrazem prasknou vodovodní trubky.“

Na Bishopa to udělalo takový dojem, až mu to na rtech vyloudilo úsměv.

Porter pokračoval: „Ten dům bude poměrně úzký, takže se možná jedná o řadovku. Když uvážím, že bys asi nevolil oblíbenou čtvrť, kde už mají obyvatelé třeba Starbucks nebo inter-

net a hlásí na policii jakékoli podezřelé individuuum, je dost možné, že jsi vybral West Side. Možná Wood Street nebo podobné místo. Na Wood je třeba hodně opuštěných domů.“

Porter volnou rukou sáhl do pouzdra pod teplé sako, kde nosil pistoli, ale bylo prázdné. Stejně tak zmizel i mobil.

„Policajť se v tobě nezapře.“

Wood Street se nacházela dobrých patnáct minut autem od jeho bytu na Wabash, a to nesměla být zácpa. Když Porter ucítil bodnutí do krku, byl zhruba blok od domu. Všechno tohle byla samozřejmě jen domněnka, ale Porter chtěl, aby Bishop mluvil dál. Čím víc mluvil, tím méně se soustředil na lžici v ruce.

Pačivá bolest, kterou Porter cítil v hlavě, se teď koncentrovala do místa za pravým okem.

„Nechceš mě třeba začít přesvědčovat, abych se šel dobrovolně přihlásit? Nechceš mi vysvětlit, jak bych mohl uniknout trestu smrti, kdybych začal spolupracovat?“

„Ne.“

Tentokrát se Bishop naplno usmál. „Hele, chceš něco vidět?“

Porter by normálně řekl, že ne, ale bylo mu jasné, že na jeho odpovědi nezáleží. Tenhle chlap měl v hlavě plán, konkrétní cíl. Unést detektiva chicagské metropolitní policie přímo na ulici představovalo takové riziko, že by ho nikdo nepodstoupil, kdyby neměl dobrý důvod.

Porter cítil, že má v pravé přední kapse klíče. Bishop mu vzal pistoli a telefon, ale klíče tam nechal. Na kroužku měl mimo jiné klíčky k želičkám, které pasovaly k většině kusů. Důvod mu vysvětlili už jako zelenáči. Osoba, která zatčeného poutala, velmi často nebyla tou, která mu následně pouta sundávala.

Zatčeného často během celého evi-denčního procesu dvakrát nebo třikrát převezli. Z toho důvodu platilo pravidlo, že se zatčenému musí odebrat klíče, a to všechny. Kterýkoli trochu zkušenější kriminálník měl u sebe klíčky k želičkám pro případ, že by ho nějaký začátečník zapomněl prohledat.

Porter by však musel vytáhnout klíček z pravé kapsy, nějak ho dostat do levé ruky, odemknout želička a pak zneškodnit

Bishopa dřív, než překoná vzdálenost půl-druhého metru, která je v tuto chvíli dělila.

Nezdálo se, že by měl Bishop jinou zbraň než lžici.



„Koukej sem, Same,“ řekl Bishop.

Porter se k němu otočil.

Bishop se postavil a přešel na druhou stranu sklepa ke stolkou vedle pračky. Pak se vrátil na židli

a v rukou nesl dřevěnou krabičku, na které ležel Porterův glock. Bishop položil pistoli vedle sebe na zem, přešel palcem po zámku na krabičce a otevřel víko.

Na Portera zíralo šest očí uložených na rudém sametu.

Bishopovy oběti.

Porter se podíval na pistoli.

„Sem se dívej,“ zopakoval Bishop a tiše se zasmál.

Tohle bylo špatně.

Bishop se vždy držel stejného vzorce.

Nejprve vzal oběti ucho, pak oči a nakonec jazyk. Všechno spolu se vzkazem postupně posílal rodině oběti v bílé krabičce převázané černým provázkem. vždycky. Od tohoto postupu se nikdy neodchýlil. Nenechával si trofeje. Věřil, že trestá rodiny za zlo, které napáchaly. Že koná jakousi zvrácenou spravedlnost. Oči si nenechával. Nikdy si nenechával...

„Raději začneme.“ Bishop láskyplně pohladil víko krabičky, pak ji položil na zem vedle pistole a zvedl lžici na světlo.

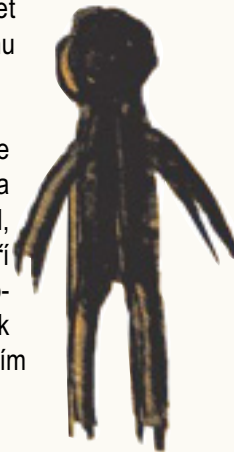
Porter se svalil z lůžka a zařval, když se mu kovové pouto zarylo do zápěstí. Trubka vydržela. Zkusil nevnímat bolest a nemotorně sáhl levou rukou do pravé kapsy pro klíč. Zároveň odkopl lůžko proti Bishopovi. Jeho prsty nahmataly klíče v okamžiku, kdy se Bishop vyhnul lůžku a prudkým kopnutím zasáhl Portera do levé holeně. Porter se na noze neudržel a tvrdě dopadl na zem. Pouto na pravém zápěstí se znovu napnulo, a tentokrát mu síla šklubnutí vykloubila rameno.

Než stačil zareagovat, ucítil další bodnutí jehly, tentokrát ve stehně. Zkusil se podívat dolů, ale Bishop ho chytil za vlasy a šklubl dozadu.

Porter začínal ztrácet vědomí. Snažil se tomu vzepřít.

Bojoval ze všech sil.

Bojoval tak dlouho, že viděl, jak se mu lžička blíží k levému oku, cítil, jak se mu zubaté ostří zakouslo do tarzální ploténky pod oční bulvou, jak má celou lžičku v očních důlku, jak...







**Psát další román po fenomenálním úspěchu Čtvrté opice nebylo určitě jednoduché. Jak zrála myšlenka na Pátou oběť a co jste musel všechno prostudovat, než jste usedl k počítači?**

Podobnou otázku odkud pocházejí myšlenky na mé knihy dostávám často. Jediná upřímná odpověď na ně je, že od Boha. Ne, vážně, nemám ponětí. Nepatřím k těm autorům, kteří mají dopředu vymyšlený děj, všechny zápletky, a pak „jen“ píší. Já si vytvořím postavy a pak je pustím do středu událostí a pozoruji, jak si vedou a zapisuji to. *Pátá oběť* je druhá v sérii detektiva Sama Portera, ústřední postavu jsem tedy znal a příběh nechal volně plynout v mé hlavě. Je to stejné, jako při sledování filmu. Ale s tím se nemohu spokojit. Potřebuji si ověřit spoustu faktů, a k tomu často využívám své přátele nebo známé. Například má sestra provozuje porodnici a zprostředkovala mi kontakt na patologa. Obracím se také na odborníky na vymáhání dluhů, kteří mi pomáhají s procedurálními detaily. Ale z větší části nechávám příběh vyprávět postavy, které často dospějí k neuvěřitelným zápletkám. Třeba *Pátá oběť* začíná objevením hluboko pod ledem laguny těla mladé dívky, která je už několik týdnů pohřešovaná, ale má na sobě šaty nedávno zmizelé dívky. Je to nemožný scénář, děj to však ozvláštňuje a dělá ho zajímavým.

**J. D. Barker** (1971) nepatří k autorům, kteří o spisovatelství snili od útlého dětství. Jeho raná tvorba vycházela ve středoškolském časopise, ale tolik čněla nad průměr, že ho s nabídkou práce oslovil šéfredaktor magazínu *Dvacátá pátá paralela*. V tamní redakci Barker strávil několik turbulentních let s člověkem, jenž se později proslavil jako Marilyn Manson. Souběžně s publicistickou tvorbou se Barker pustil také do psaní knih. Ukázky svého rozepsaného debutového románu poslal Stephenu Kingovi a požádal ho o svolení, aby směl použít jméno jedné z jeho postav. Od Kinga dostal nejen svolení, ale také nadšené povzbuzení do další spisovatelské práce.

**Než jste se stal autorem na plný úvazek, byl jste „doktorem knih“, tedy nakladatelským redaktorem. Jaký byl váš úkol?**

Každý rok miliony lidí napíše knihu. Z nich je pouze několik projektů dokončeno a ještě méně publikováno. Je to mnohem těžší, než si většina lidí představuje. Někdy agenti nebo vydavatelé dostanou román, který je dobrý, ale ne dost dobrý na to, aby byl publikován. Pokud autor nemůže odstranit problémy v rukopisu sám, nabídne mu pomoc redaktor. „Knižní lékař“ identifikuje zranitelnost, přemýšlí o tom, jak knihu zlepšit, a podle potřeby přepíše příběh. Někdy do rukopisu zasáhne už dřív, než autor rozešle román agentům nebo vydavatelům. Úkol je však vždy stejný: vezměte si román, který nefunguje a opravte ho. Dělal

**Máte svou vlastní metodu tvorby. Je přenositelná a mohli by ji využít třeba i začínající autoři?**

Vlastní určitě ne. Nic nového se v tomto směru vymyslet nedá. Kdybych měl radit, tak jen to: pište každý den. Nevyjímaje prázdniny, narozeniny, víkendy.... Psaní je velmi podobné cvičení svalů, čím více to děláte, tím silnější se stanete. Pokud můžete napsat 200–300 slov za den, budete mít do jednoho roku koncept románu. Pak začíná skutečná práce. Chcete-li se stát spisovatelem, musíte se naučit, jak slova použít. Dobrá kniha se rodí střihem. Je to jako socha – při psaní, jakoby tesáte do žuly. Z první verze se snažím vyškrtat zhruba čtvrtinu až třetinu, až zůstane optimální forma příběhu.

**CBS Films zakoupil práva na filmové zpracování vašich románů. Máte představu, kdo by měl hrát detektiva Portera?**

Rád si vyslechnu názory jiných, komu tuto roli svěřit. Ale já jednoznačně preferuji Michaela Keatona. Je to jeden z těch chlápků, kteří dovedou pohledem říct víc, než jiní třeba dvacetiminutovým monologem.



jsem to téměř dvacet let – a tato zkušenost je neocenitelná. Protože jsem pracoval přímo s redaktory a vydavateli, vím, co v románu funguje, a co ne. Víím, co očekávají od knih, které vydávají, co se dobře prodává, co si lidé chtějí přečíst. To velmi ovlivní mou vlastní práci.

**Ví se o vás, že milujete adrenalin, zažíváte často něco hodně nebezpečného... ?**

Téměř jsem zemřel při nehodě na motorce v roce 1991. Od té doby se snažím žít každý den, jako by to byl můj poslední. Mám vášně pro parašutismus nebo motocykl. S adrenalinem je to tak, jakmile vám pronikne až do morku kostí, je sotva cesta zpátky. Každá nová zkušenost musí být extrémnější, než ta poslední.

**A co na to vaše rodina?**

S manželkou jsme se stali rodiči. Naše dcera Ember se narodila 15. září 2017. Tím se pro mě hodně změnilo. Uklidnil jsem se. Když se na vás dítě poprvé usměje, nic není stejné jako dříve.

**Prý jste se sám podílel na vyšetřování vraždy? Je to pravda?**

Na setkání s někdejšími spolužáky po dvaceti letech od maturity jsem se dověděl, že má přítelkyně byla brutálně zavražděna v Tampě na Floridě. Případ byl i po dvou letech neobjasněn, policie neměla žádné stopy. Zavola jsem rodině zavražděné ženy a slíbil jsem, že jim pomůžu. Konečně jsme zjistili, kdo ji zabil, kde a proč. Ale když jsme tyto informace předali policistovi odpovědnému za případ, vůbec nereagoval. Sdělil jsem mu adresu domu, kde zemřela, zajistil auto, v němž bylo její mrtvé tělo přepravováno, a on to všechno ignoroval. Auto druhý den zmizelo. Nejdřív jsem si myslel, že je to opravdu špatný policajt, ale bylo to mnohem horší. Ukázalo se, že vraždu mé přítelkyně neobjasnil záměrně, protože z ní profitoval. Později byl obviněn, ale vyšetřování stále pokračuje.

**Viděl jste hodně krve i jako amatérský vyšetřovatel?**

Od té doby, co jsem se zabýval tímto případem, jsem pracoval s policií po celé zemi. Někdo, kdo se dívá na jinak stagnující

vyšetřování z vnějšku, vidí třeba indicie, které je třeba objasnit. Kromě toho nejsem vázán stejnými pravidly jako policisté. Můžete někoho podezírat, ale policii chybí důkazy, tak musí takovou verzi opustit. Já se toho držet nemusím. Skutečné zločiny mají obvykle mnohem jednodušší motivaci, než si přečtete v dobrém thrilleru, což mi určitě pomůže. Většina zločinců není prostě příliš chytrá.

**Máte mezi policisty přátele, kteří vám pomohou při hledání námětů na thriller?**

V průběhu let jsem se setkal s mnoha skvělými policisty a také jsem je do svých příběhů začlenil. Třeba detektiv Sam Porter a jeho tým mají smysl pro humor, který jsem odpozoval při skutečném vyšetřování. Když trávíte čas s kriminalisty, pro něž je setkání s vraždami téměř na denním pořádku, rychle si uvědomíte, že používají humor – černý humor, který by se k případu ani nehodil. Ale pro ně je to obrana. Vyšetřovatelé, kteří emočně nezvládají zločiny a jejich oběti, obvykle ve své profesi dlouho nevydrží. Ti, kteří jsou schopni vyprodukovat vtip i na strašlivém místě činu, udělají mnohem víc práce, než jejich citlivější kolegové.

**Jak jste přišel na nápad spojit dohromady humor, estetiku a strašidelnost?**

Při psaní mám rád extrémy. Než tedy čtenáře vyděším, snažím se je rozesmát. I něco velmi hrozného, může být zabaleno do něčeho krásného...

*(Ze zaharničních pramenů)*



**Více o knize  
a rozhovor s autorem  
o ní na:**

<http://denik-knihy.cz/autori/spisovatel-barker-j-d/>







ULJA KRAUTWALD  
CHRISTINE LI  
CESTA CÍSAŘOVNY

Toto je kniha pro císařovny.

Císařovny kráčí svou vlastní cestou. Předem dané odpovědi a zaručené tipy pro těžké životní situace zde tudyž nenajdete. V deseti kapitolách se odráží deset důle-

žitých vývojových fází v životě ženy s jejich typickými výzvami a životními úkoly. Cvičení a magické bylinné elixýry pomáhají osvobodit ducha a duši a otevřít je novým poznatkům a řešením. Na začátku každé kapitoly vám rozpovíme kousek ze životního příběhu císařovny Wu a dané téma potom přeneseme na životní situaci dnešní ženy. Nezáleží na tom, o jakou životní situaci a jaký problém jde – císařovna si čte v náznacích a signálech svého těla jako v knize a využívá je k tomu, aby naplno rozvinula svou ženskou moc a nasadila ji dle vlastního uvážení. Jakmile se žena začne cítit tělesně a duševně zdravější, dostaví se i nové vhledy a impulzy, jež přicházejí z nitra.

**Zakoupit můžete zde:**

<https://www.kosmas.cz/knihy/189867/cesta-cisarovny/>



JAN VAN HELSING  
KNIHA ZA MILION

Věříte na náhody?

Myslíte si, že je náhoda, když několik stovek elitních rodin vlastní větší majetek než zbytek lidstva? Považujete za náhodu, že se tito lidé spolu pravidelně scházejí s vyloučením veřejnosti? Vědí snad tyto osoby o penězích něco, co není zná-

mo zbytku lidstva? Domníváte se, že štěstí, peníze a majetek přicházejí k vybraným lidem náhodně?

Že jste o něčem takovém nikdy neslyšeli? Samozřejmě, že ne! Proč by se asi scházely různé mužské spolky ve skrytu a v utajení, kvůli čemu by se jejich členové vážali mezi sebou přísahou mlčenlivosti? Jen tak pro zábavu? Existuje několik malých tajemství, která jsou známa pouze vyvoleným a jež jsou prostým lidem upírána – jedná se totiž o klíč ke skutečnému úspěchu. A tato tajemství zůstanou skryta i pro vás, pokud se ovšem nerozhodnete otevřít tuto knihu...

**Zakoupit můžete zde:**

<https://www.kosmas.cz/knihy/234120/kniha-za-milion/>



JAN VAN HELSING  
RUCE PRYČ  
OD TĚTO KNIHY!

Jan Van Helsing zde oťrásá základy vašeho světonázoru! Svou publikaci nazval Ruce pryč od této knihy! A myslel to opravdu vážně. Když si ji přečtete, nebude pro vás snadné žít dál jak dosud.

Dnes si snad ještě můžete

myslet: „O tom mi přece nikdo nic neřekl, odkud jsem to měl vědět?“ No přečtete-li si tuto knížku, změníte postoj.

Máte-li pocit, že se světem, v němž žijeme, není něco v pořádku, zajímáte se o jeho poslední tajemství a toužíte se to dozvědět přímo od života – je to VAŠE kniha!

Jan van Helsing v ní mluví o věcech a událostech, které vám otevřou možnosti nabytí moc nad vlastním životem a sílu, o kterou se můžete podělit s ostatními.

Jsou dvě možnosti: Chcete aby nadále žil život vás nebo nastal teď okamžik vzít osud do vlastních rukou? Rozhodněte se!

**Zakoupit můžete zde:**

<https://www.kosmas.cz/knihy/160043/ruce-pryc-od-teto-knihy/>



LI Č'-ČCHANG  
SEDNI SI A NEDĚLEJ NIC

Proč nejsme nikdy spokojení? Proč trpíme stresem a napětím? Proč sníme o tom, že budeme krásnější, mladší či chytřejší? Proč se chceme bavit, být bohatí a bez velkých oklik nalézt svou vlastní cestu?

Co je to štěstí? A proč stále hledáme smysl života?

Na všechny tyto otázky má Li Č'-čchang jednoduchou odpověď: „Sedni si a nedělej nic.“

„Většina z nás neustále pendluje od jedné schůzky ke druhé a neumí se uvolnit,“ říká mistr Li. „Jsme jako kolibříci, co třepotají křídly tak rychle, že to vlastně nelze postřehnout. V neustálém pohybu poletujeme z jedné květiny na druhou.“

Už pouhým prolistováním vám bude tato jednoduchá knížka sympatická. Uvědomíte si, že k tomu, abyste dosáhli vnitřní pohody a uvolněnosti, nemusíte nevyhnutelně tělesně dřít. Naučíte se vědomě cítit, „myslet břichem“ a „ukládat štěstí

**Zakoupit můžete zde:**

<https://www.kosmas.cz/knihy/222343/sedni-si-a-nedelej-nic/>

UKÁZKA NA DALŠÍ STRANĚ





NAKLADATELSTVÍ ANCH BOOKS



Toto je kniha pro císařovny. Císařovny kráčí svou vlastní cestou. Předem dané odpovědi a zaručené tipy pro těžké životní situace zde tudíž nenajdete. V deseti kapitolách se odráží deset důležitých vývojových fází v životě ženy s jejich typickými výzvami a životními úkoly. Cvičení a magické bylinné elixíry pomáhají osvobodit ducha a duši a otevřít je novým poznatkům a řešením. Účinek této knihy se ovšem projeví už při samotném čtení, aniž by pro to čtenářka musela něco dělat. Podobným způsobem vznikly – téměř bez našeho přičinění – i velké části této knihy. Jen jsme si nachystaly k ruce vlastní vědění a zkušenosti jako náradí a soustředily myšlenky. Záhadným způsobem jsme pak narazili na lidi a situace, díky

nimž se nám důkladněji objasnilo téma, na něž jsme se zaměřili. Když se něco nepostihnutečně uskuteční samo od sebe, říká se tomu v čínštině Wu Wei. Takže tak vznikla tato kniha. Tak nás slova císařovny našla.

Císařovna Wu vládla Číně v sedmém století našeho letopočtu a její vliv dosáhl až k nám do naší doby. Wu Zhao byla dívka z venkova, prostá konkubína, která se sama na vlastní pěst navzdory čínské společnosti probojovala až na vrchol. Byla jedinou ženou, která kdy v Číně oficiálně panovala. Byla císařovnou, mnohanásobnou matkou, vášnivou milenkou, umělkyní a učenkyní.

Wu kráčela svou cestou bez kompromisů. Konvence a tradiční představy o morálce pro ni nic neznamenaly. V době, jež byla ženám nepřátelsky nakloněna, vytvořila lidštější zákony; obětavě milovala své přátele, zejména své ženské příbuzné, a byla nemilosrdná k nepřátelům.





## CO SE DĚJE NA ENERGETICKÉ ÚROVNI

Rané nebe — před narozením:

Z chaosu vzniká deset tisíc věcí

To, co z člověka zbyde, pakliže odloží všechny své zvyky, všechny masky a převleky a zůstane to podstatné, se nazývá esence. Ona je pramenem všech životních procesů, kořenem ducha a těla a základem sexuální energie.

V průběhu života se vypotřebuje: rychleji, či pomaleji. Jakmile se veškerá esence spotřebuje, člověk umírá. Proto je třeba o esenci po celý život správně pečovat.

Po narození se už esence nedá změnit. Můžeme ji ovšem lépe či hůře chránit, využívat nebo promrhat. Příslušné postupy učí čínská medicína. Místo o esenci hovoří čínská medicína také o prapůvodní energii, o energii ledvin, o prameni a kořeni raného nebe. Pokaždé se tím miní esence.

Esence pochází od předků. Při sexuálním vzrušení rodičů vznikají z nejjemnějších částí rodičovské esence žhavé páry, jež se v alchymistickém procesu sjednotí do chaosu, do stavu bez formy. Bezformný, beztvářý stav se následně zpolarizuje na jin a jang — na tmu a světlo, chlad a horko, hmotu a energii, na tělo a ducha. V napětovém poli mezi oběma póly jinu a jangu vzniká z chaosu deset tisíc věcí. Během deseti měsíců esence dozraje. Současně se vytvoří všechny aspekty dítěte. Po celou dobu, co budoucí císařovna sídlí v „dětském paláci“ čili v děloze, se živí krví matky.

**Pozdní nebe – po narození:  
Císařovna nachází svůj střed**

Jakmile dítě dýchá, začíná pozdní nebe. Esence dozrála. Dítě už nedostává krev matky. Má-li si uchovat sílu své materiální a energetické základny, musí se opřít o vlastní metabolismus. K odpovídajícím orgánům patří ústa, žaludek a slezina. Číňané hovoří o harmonizující a vyživující funkci země a mají na mysli látkovou výměnu. Úkolem země je dbát o to, aby se všechno přijaté vstřebalo a stalo součástí dítěte.

Je-li země silná, panuje stav dokonalé harmonie. Takové dítě může spočívat harmonicky samo v sobě a navzdory rozličným vlivům a vjemům bude vyváženě růst a rozkvétat. Proto si pamatujte: Země je kořenem pozdního nebe.

Esence dozrála do dokonalosti, ještě je ale křehká. Musí se teď chránit, proto je nutné pečovat o materiální základ. Dítě roste. Vybudování materiálního základu nějakou dobu trvá. Harmonizující a vstřebávající země je zpočátku ještě velmi slabá. Dítě dokáže najednou strávit jen malé množství cizích vlivů a není příliš odolné vůči agresi z okolního prostředí. Velká chladna, vedra nebo vítr stejně jako jakýkoli pokus o kontrolu ze strany rodičů dítě hluboce a nevratně zraňují. Proto potřebuje dítě ochranu.

Aby si postupně rozvinulo vlastní odolnost – čínská medicína hovoří o kovu – je dítě odkázáno na nepřetržitý přítok lehce stravitelné výživy, tepla, vzduchu a lásky.

Nepřetržitost je důležitá, protože slabá země ještě neumí přerozdělovat v dobách přebytku a nedostatku. Jakékoli přerušení v přísunu výživy, tepla a lásky dítě oslabuje. Čím je dítě silnější a vitálnější, tím víc se takovému oslabování vzpírá a křičí.

Nařikající dítě nehraje podle čínských představ „mocenské hry“ ale bojuje jen o svůj život. Proto jsou Číňané toho názoru, že by se dítě nikdy nemělo nechat křičet.

Nadměrným ovlivňováním se křehká bytost v této době může snadno poškodit a malé děvče pak zapomene, že přišlo na svět jako císařovna.

Pokud se však dítě nechá v klidu být a rozvíjet se a jestliže dostává dost výživy a lásky a respektují se také jeho přání i záliby, vyroste z něj císařovna sama od sebe. Milují-li rodiče své dítě skutečně a cení si v něm i jeho vnitřní císařovny, vědí, že se tato císařovna narodila svobodná. Když přichází na svět, je dokonalá a přináší si s sebou všechno potřebné. Tehdy ji nebudou ani „vychovávat“, ani „tlačit“ určitým směrem jako umělecky tvarovaný a ořezávaný strom. Jak smutný pohled skýtá živý plot z buku ve srovnání s bukem velkým, svobodně stojícím! A přesně to je rozdíl mezi císařovnou a ne-císařovnou. Ke správnému růstu potřebuje stromek zemi, vodu, sluneční světlo a ochranu před bouří a poškozením. Totéž platí pro mladou císařovnu. Potřebuje svobodný prostor plný respektu, dobrou výživu, a aby jí její okolí láskyplně vnímalo. Chybí-li z toho být jen jedna věc, nemůže se rozvinout naplno.

Podle čínské obrazné mluvy pěti fází proměny – voda, dřevo, oheň, země a kov – vyžaduje dítě především tyto tři věci:

**Oheň = slunce, láska**

Esence dítěte je sama o sobě statická a zůstává skrytá. Aby se mohly na světlo prodat všechny vložené vlastnosti, musí dojít k jejich aktivaci. U rostlin to bývá teplo a sluneční světlo, kdo malé výhonky láká a vytahuje ze země. U lidí je to láska. Chybí-li dítěti láska, brzy zchradne. Láska by proto měla zářit jako Slunce – na světlé i tmavé stránky stejnou měrou – bez jakéhokoli hodnocení. Každý lísteček rostliny je důležitý. Jestliže se láska přiděluje jen jako odměna pro obzvlášť dekorativní květy, naučí se dítě, že jsou na něm hodny lásky pouze určité stránky, a ostatní své vlastnosti nechá zakrmet. Začne hladovět po lásce, být závislé na uznání, stane se z něho ješitné, snadno zmanipulovatelné a nejisté dítě. Po celý život bude hledat něco, co nikdy nenajde.

**Země = výživa a voda**

Chybí-li dítěti dobrá výživa, je neduživé a slaboučké tělesně i psychicky a nerozvine si základnu ani stabilitu. K výživě se počítá také potrava duševní. Obojí, potrava tělesná i duševní, by mělo být chutné a pestré. Jenže stejně, jako se rostlina nesmí přehnojit, ani dítě by se nemělo přecpávat. Ani vitaminy, ani informacemi. Překrmění vede k omrzlosti a znechucení, ke zmatku, zanesení odpadem a hlenem.

**Kov = ochrana a respekt**

Pakliže se dítěti nedostává respektu a ochrany a nemá svůj volný prostor, samo se pro vlastní ochranu „zneprůhlední“, je odmítavé a uzavřené a podle čínské medicíny bude později velmi náchylné k problémům v kontaktu s jinými nebo k problémům s plícemi a kůží. Zároveň bude samo k sobě nesmírně přísné, bude se hnát do extrémů, vyhledávat nebezpečí nebo se případně samo úplně zničit. K respektu patří rovněž důvěra, že si dítě dokáže samo vybírat, a proto by mu měly být dopřány prázdnota a volný čas. Dítě se nemusí nepřetržitě povzbuzovat. Už tak je od přírody dost zvědavé.







„Každá žena může být císařovna,“ začíná kniha Christine Li a Ulja Krautwald a odkazují na čínskou císařovnu Wu Zhao, která prošla změnou od konkubíny v nejmocnější ženu v zemi. Pomohla jí k tomu její chytrost i erotické charisma. (Historiografie uvádí narození Wu Zhao v roce 624 v Sichuan. Zemřela v roce 705).

Cesta císařovny není historický román, je to vzrušující příběh, sbírka moudrosti a průvodce životem každé ženy. Využívá tradiční čínskou medicínu a diety. Protože racionální strava dala i Wu Zhao potřebnou sílu. Ženy by i dnes měly jíst různé diety odpovídající měnícím se fázím života a věku. Například císařovna si udržovala krásu tím, že se vyhýbala sladkostem, vepřovému masu nebo mléčným výrobkům, které mohou zadržovat vodu. Meloun a dýně mají naopak dehydratační účinek. A ve stresových situacích se doporučují potraviny, které rostou přímo v zemi? Například brambory nebo jáhly. V tradiční čínské medicíně jídlo neslouží jen k potlačení hladu. Je zdrojem energie pro tělo – pokud je jeho skladba správná.

Obě autorky jsou skutečné profesionálky: **Christine Li** je lékařka čínské medicíny a také sinoložka. Přeložila několik spisů čínské medicíny do němčiny. **Ulja Krautwald** je klinická socioložka a vzdělání si doplnila v Heilpraktikerschule.



### **Paní Krautwaldová, jak vznikla tato kniha?**

V roce 1998 jsem pracovala jako externí redaktorka v časopise pro ženy v Hamburku a napsala jsem sérii článků o TCM – tedy tradiční čínské medicíně. Díky tomu jsem se setkala s Christine Li, která chtěla napsat knihu pro ženy a seznámit je s dávnými objevy čínského lékařství a možnostmi aplikací jeho poznatků do moderní medicíny. Mohla k tomu využít četných zkušeností svých pacientů. V té době jsem si ještě neuvědomila, o jak důležitou knihu by šlo. Ale při spolupráci s Christinou Li mi to bylo stále víc jasné. Dnes se kniha dokonce dočkala překladů do bulharštiny, češtiny, chorvatštiny, řečtiny a samozřejmě do angličtiny.

### **Pozorovala jste i na sobě nějakou změnu?**

Jsem přesvědčena, že je to otázka postoje ke způsobu léčby. Já ráda přijímám výzvy. Pro jinou ženu může být léčebný proces uklidňující a pro další zase vzrušující. Například u mě převládá pocit chladu, o to intenzivnější pro mě bylo vnímat stoupající teplo. Mohu říci, že sledovat proces změny bylo pro mě velmi zajímavé.

### **Změní se každá žena?**

V kulturách jako jsou Maya, Bantu, Maří, Maori, kde starší ženy za menopauzou dosahují vysokého postavení, se dají symptomy

klimaktéria nalézt jen zřídka. Souvisí to s životními postoji, sociálním zařazením a výživou. Třeba japonské ženy nemají pro změnu ve svém organismu v závislosti na životní styl žádný výraz. V Japonsku totiž jedí lidé velmi odlišně od ostatního světa. Do svého jídelníčku zařazují mnoho sójových výrobků, řas, ryb, rýže a zeleniny, yam a další hlízy. Možná budou fungovat i fytohormony sóji a kořene yam. Naproti tomu potraviny podporující teplo, jako je červené maso, chilli nebo červené víno jedí jen příležitostně.

### **Co radíte ženě, která touží po změně?**

Nejprve si užívejte času! Když stoupající teplo budete vnímat jako něco nepříjemného, změňte jídelníček a vůbec životní styl. Věnujte se cvičení, vhodný je také tanec, turistika. Nastartujte něco nového a buďte přitom odvážná. Nyní je také vhodná doba začít si uvědomovat vlastní tělo. Začíná nové vzrušující období života. Stárnutí je skutečnou výzvou v naší společnosti, zejména pro ženy, protože jim může přinést hodně ocenění. Můžete konečně získat pocit svobody a nezávislosti. Děti jsou většinou dospělé nebo alespoň už nepotřebují tolik vaší péče, často i muž je z domu. To vám vytváří úplně nový prostor. Z profesionálního hlediska dosáhlo mnoho žen teprve nyní, co si kdysi stanovily. Mohou se přeorientovat a konečně realizovat vše, pro co nebyl čas, žádný prostor a síla. Dokonce i absence měsíčního krvácení je požehnáním.

Považuji za naprosto nevhodné, pokud je menopauza považována za nemoc. Změna v organismu je přirozený proces. Stejně jako puberta, má také klimaktérium v sobě něco horkého, nepředvídatelného. Někoho může třeba vyděsit strach z divoké ženské povahy, která se často vyhýbá kontrole, samozřejmě kontrole mužů.

### **Co si myslíte o hormonálních produktech?**

Existuje mnoho studií o hormonální substituční terapii, které poukazují na zvýšené riziko rakoviny prsu, infarktů, mrtvice, trombózy, embolií a rakoviny vaječníků. Neradila bych podstupovat taková rizika, ale každá žena rozhoduje sama za sebe.

(Ze zahraničních pramenů)



## DNES SE NAUČÍTE NEČINNOSTI TÉ NEJVYŠŠÍ ÚROVNĚ

Když svým novým žákům říkám, jak je důležité být líný, vždy se na mě zpočátku nechápavě dívají. Dlouhé roky totiž měli v hlavě zakořeněnou větu: „Neposedávej tu jako ňouma a něco dělej!“

A já jim říkám: „Nic nedělej a ko-ne-čně se už posad.“

Užijte si alespoň jednou denně několik vteřin (nebo ještě lépe minut), zastavte se a zvnitřněte si tento okamžik. Nemyslím jím nesmyslné, apatické poflakování, nýbrž vědomou nečinnost. Není nic-nedělání jako nicnedělání. Umění spočívá v tom, abyste se naučili nic nedělat aktivně.

### SEDNI SI — A NEDĚLEJ NIC

Posadte se na pohodlnou židli se vzpřímenými zády. Chcete-li, můžete se opřít. Pokud to je možné, vyzujte se. Nohy dejte mírně od sebe; chodidla spočívají na zemi. Hlavu držte rovně a bradu mírně vystrčte: díky tomu budete mít pocit, že máte krční páteř mírně nataženou. Ruce položte na stehna dlaněmi nahoru. Palce na nohách několikrát přitlačte do podlahy a zase je povolte. Uvolněte obočí: vytáhněte je nahoru a povolte. Víčka lehce a bez námahy sklopte, abyste viděli jen úzkou škvírkou.

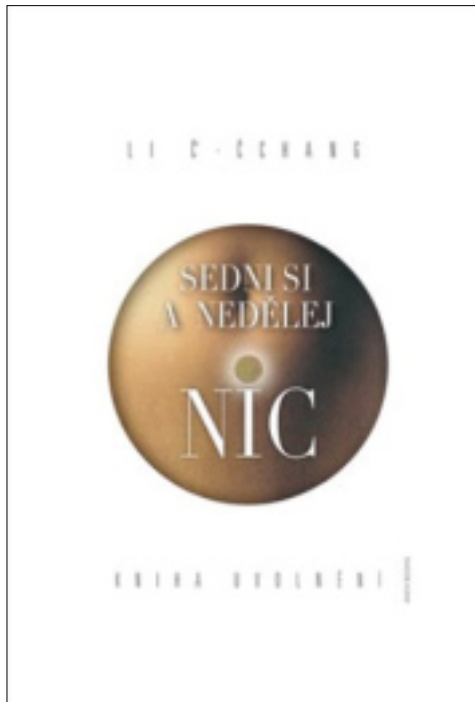
V této pozici můžete začít se základním relaxačním cvičením, jež vás zklidní: s uvolněním smyslů.

Trik: pozvolna tak umlčíte hektické proudění myšlenek ve své hlavě, ono zcela běžné vnitřní tlachání, které přes den ovládá každého z nás. Stejně naložte i se smyslovými vjemy a veškeré rušivé zvuky a obrazy nechte zmizet.

### CESTA TICHÁ

Denně na nás útočí řada vjemů: každodenní hluk a příliv informací, ve kterém se někdy doslova utápíme, jež nás unavují a nutí být v neustálém střehu. Chceme-li se uvolnit, musíme na okamžik veškeré vjemy vypnout a odpoutat se od všedního dne. Pro Číňany to znamená odříznutí kořenů šesti smyslů. Poté nastane ticho.

V mých cvičeních zjistíte, že jednoduchým soustředěním na smysly v sobě můžete vytvořit klid a ticho.



#### Kočí tajemství

Li Č'-Čchang se svým milovaným kocourem. Opuštěné kotě našel jednou v lese. „Číňané jsou přesvědčeni, že kočky mají duši,“ uvádí. Jako mistr čchi-kungu obdivuje jejich mrštné pohyby a schopnost soustředit se. „Někdy působí, jako by meditovaly s lehkostí Buddha.“



#### Kočí zen

Možná nejsou kočky zvířata, ale začarované bytosti. V Asii se už po tisíciletí těší velké úctě. Vyzařuje z nich klid a síla. Jeden starý příběh pojednává o zdánlivě líném kocouroví, jež nečinností dosáhl štěstí. Vedlo se mu stejně dobře jako kočkám Li Č'-Čchanga: Zei Zei a Dung Dungovi.

Není se čemu divit, vždyť je kočíruje mistr.

## UVOLNI ŠEST SMYSLŮ

Podle čínských představ máme šest smyslů, jež nás jako kořeny spojují s vnějším světem. Taoisté o nich hovoří jako o anténách.

Na svět koukáme očima, jeho zvuky slyšíme ušima, vůně nasáváme nosem, ochutnáváme jej jazykem, vnímáme celým svým tělem a uvažujeme myslí.

Začátečníkům stačí, budou-li se řídit třemi kroky:

### 1. UVOLNI OBLAST MEZI OČIMA

Uvolněte obočí a zaměřte svou pozornost na střed čela. Zkuste se u toho přehnaně nesnažit! Napětí v nose, ústech a tvářích poklesne.

Na pokožce obličeje by neměla zůstat ani stopa po napětí. Postupně přesuňte svou pozornost dopředu: představte si zhruba metr před svým čelem nějaký bod. Je to pocit, jako byste se rozpínali a uvolňovali. Na čele pocítíte úlevu.

### 2. NASLOUCHEJ VZDÁLENÝM ZVUKŮM

Zaposlouchejte se chvíli do vzdálených zvuků a šumu, jako byste sluchem dosáhli až na kraj vesmíru. Tyto vzdálené i blízké zvuky si na okamžik vpusťte do uší a vraťte se přitom k sobě. Nyní je nechte zmlknout a přestaňte je vnímat. Zaposlouchejte se do svého nitra a dostaví se klid. Začnete pokojně a pravidelně dýchat, aniž byste pro to cokoliv aktivně dělali.

### 3. ÚSMĚV

Nyní si vykouzlete na tváři lehký úsměv. Koutky úst pozvedněte něžně nahoru, a koutky očí naopak dolů. Je to tak trochu jako úsměv Buddha či spícího anděla. Tento úsměv by měl vycházet z vašeho nitra a neměl by vás stát žádné úsilí. Je to úsměv vašeho srdce, jenž vytvoří veselou a prosvětlenou náladu. Tento pocit štěstí čeká jen na to, aby vám jako usměvavá vlna zaplavil tělo. A vy „musíte“ udělat jedině: dovolit, ať se tak stane.



## Audioknižní novinky vydavatelství OneHotBook na SVĚTĚ KNIHY 2019

Každoroční festival literatury na pražském výstavišti je opět za dveřmi, a abychom si ho co nejlépe užili, připravili jsme i letos spoustu novinek. Náš stánek najdete na stejném místě jako předchozí roky pod číslem L207 a nebude chybět tradiční sleva 25 % na veškerou naši produkci či oblíbená akce 2 audioknihy na CD + 1 ke stažení zdarma. Navíc jsme dali dohromady také bohatý **PROGRAM** s účinkujícími herci i autory a pokřtíme některé čerstvé audio přírůstky. **A na které nové tituly se můžete na veletrhu Svět knihy 2019 těšit?**

### Tiché roky



*Alena Mornštajnová*  
účinkují: **Klára Suchá** a **Miroslav Hanuš**

Plachá Bohdana začne pátrat po rodinné minulosti poté, co ji umírající babička osloví jiným jménem. Její pohled se střídá s vyprávěním Svatopluka, z něhož nečekaná tragédie udělá člověka, který není schopen lásky ke svým nejbližším.

Poslechněte si ukázkou z audioknihy: <https://bit.ly/2vCIYCV>

**Program na Světě knihy (Literární sál):** V sobotu 11. 5. proběhne od 11 hodin **křest audioknihy** a beseda s autorkou **Alenou Mornštajnovou**, herečkou **Klárkou Suchou** a režisérkou **Jitkou Škápíkovou**.

### Nebe nezná vyvolených



*Erich Maria Remarque*  
čte: **David Novotný**

Nevyléčitelně nemocná Lilian nehodlá jen čekat na smrt. Když sanatorium navštíví stárnoucí automobilový závodník Clerfayt, odjíždí s novým známým do Paříže. Tahle láska probíhá mezi kapkami krve ve smrtící rychlosti.

Poslechněte si ukázkou z audioknihy: <https://bit.ly/2Wgo8Aj>

### Pražské jaro



*Simon Mawer*  
účinkují: **Robert Hájek** a **Jan Teplý**

Dva oxfordští studenti James a Eleanor se v létě roku 1968 vydají do Evropy a do Československa. První tajemník britské ambasády v Praze zatím sleduje vývoj v zemi a baví se ve společnosti mladé Lenky, která je plná nadějí.

**Program na Světě knihy (Sál audioknih):** V neděli 12. 5. proběhne od 12 hodin křest audioknih *Pražské jaro* i *Skleněný pokoj* a beseda s **Robertem Hájkem, Janem Teplým, Milenou Steinmasslovou** a režisérkou **Jitkou Škápíkovou**.

### Skleněný pokoj



*Simon Mawer*

čte: **Milena Steinmasslová**

**Literární předloha stejnojmenného filmu**

Příběh inspirovaný osudem brněnské vily Tugendhat zrcadlí v životech majitelů domu úděl českého národa ve 20. století. Večírkům prvorepublikové smetánky v architektonickém skvostu záhy učiní přítřz

nacisté a poté komunisté.

Poslechněte si ukázkou z audioknihy: <https://bit.ly/2vsXyZ8>

**Program na Světě knihy (Sál audioknih):** V neděli 12. 5. proběhne od 12 hodin křest audioknih *Skleněný pokoj* i *Pražské jaro* a beseda s **Milenou Steinmasslovou, Robertem Hájkem, Janem Teplým** a režisérkou **Jitkou Škápíkovou**.

### Maigret na dovolené



*Georges Simenon*

čte: **Jan Vlasák**

Maigret odjíždí se svou ženou na dovolenou. Když však jeho choť místo slunění leží v nemocnici se zánětem slepého střeva, vloží komisaři při návštěvě sestra do kapsy lístek s prosbou, aby se zeptal na jednu pacientku. Ta však záhy umírá.

Poslechněte si ukázkou z audioknihy: <https://bit.ly/2V6rlpR>

**Program na Světě knihy (Sál audioknih):** V sobotu 11. 5. se od 16.30 uskuteční akce *Detektivové na dovolené*, na níž proběhne křest audioknihy a beseda s interprety **Janem Vlasákem, Lukášem Hlavícou, Pavlem Soukupem** i režiséry **Hynkem Pekárkem** a **Michalem Burešem**.

### Zlo pod sluncem

*Agatha Christie*

čte: **Lukáš Hlavica**





Hercule Poirot se domníval, že si na tichém ostrůvku bude užívat dovolenou, ale vražda Arleny Marshallové mu překazila plány. Kdo měl motiv krasavici zavraždit? Inu, skoro každý. Ať už z lásky, nenávisti, žárlivosti nebo z touhy po penězích...

Poslechněte si ukázkou z audioknihy: <https://bit.ly/2Li9hEH>

**Program na Světě knihy (Sál audioknih):** V sobotu 11. 5. se od 16.30 uskuteční akce *Detektivové na dovolené*, na níž proběhne křest audioknihy a beseda s interprety Janem Vlasákem, Lukášem Hlavicou, Pavlem Soukupem i režiséry Hynkem Pekárkem a Michalem Burešem.

### [Zázrak svaté Winifredy](#)



*Ellis Peters*

čte: **Pavel Soukup**

#### **První případ bratra Cadfaela**

Píše se rok 1137 a převor opatství ve Shrewbury chce získat ostatky velšské mučednice Winifredy, jejich nabytí však provázejí problémy a konflikty. S výpravou za relikviemi putuje i světoznámý bratr Cadfael, který se chopí vyšetřování, když dojde k vraždě.

Poslechněte si ukázkou z audioknihy: <https://bit.ly/2V6rlpR>

**Program na Světě knihy (Sál audioknih):** V sobotu 11. 5. se od 16.30 uskuteční akce *Detektivové na dovolené*, na níž proběhne křest audioknihy a beseda s interprety Janem Vlasákem, Lukášem Hlavicou, Pavlem Soukupem i režiséry Hynkem Pekárkem a Michalem Burešem.

### [Pád nebes](#)



*Reinhold Messner*

čte: **Martin Stránský**

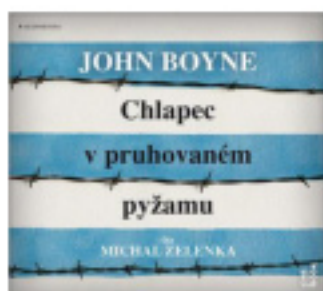
Zápas o první dobytí Matterhornu je příběhem o přátelství, které se rozpadlo, o souboji dvou výprav, o zklamání i o velké tragédii. Poutavé vyprávění nejslavnějšího horolezce současnosti se dotýká témat jako zodpovědnost, důvěra a zrada.

Poslechněte si ukázkou z audioknihy: <https://bit.ly/2vuZW1o>

### [Chlapec v pruhovaném pyžamu](#)

*John Boyne*

čte: **Michal Zelenka**



### Literární předloha stejnojmenného filmu

Devítiletý Bruno neví nic o konečném řešení židovské otázky, je jen nešťastný, že musí s rodiči odjet z Berlína kvůli tátově práci. V novém domě u jakéhosi tábora nemá žádné kamarády, než za vysokým plotem uvidí chlapce Šmuela.

Poslechněte si ukázkou z audioknihy: <https://bit.ly/2GXq7mM>

### [Pětka na ostrově pokladů](#)



Enid Blyton

čte: Michaela Maurerová

Začátek generacemi oblíbené dobrodružně-detektivní série pro děti v audioknižní verzi

Správná pětka, to jsou ve skutečnosti čtyři a pes: Julián, Dick, George, Anna a hafan Tim. Při prázdninovém dobrodružství na ostrově se budou plavit po moři, přespávat za bouře ve zřícenině hradu a prozkoumají potopený vrak. A vy můžete s nimi!

Poslechněte si ukázkou z audioknihy: <https://bit.ly/2LIDrGW>

**Program na Světě knihy (Sál audioknih):** V sobotu 11. 5. se od 11.30 můžete zúčastnit velkého dobrodružství. Zábavný program pro děti bude kočirovat režisérka příběhu **Jitka Škápíková** a spolu s herečkou **Michaelou Maurerovou** možná objevíte opravdický poklad!

### [Dívka, která upijela měsíc](#)



Kelly Barnhill

čte: Helena Dvořáková

Román ověnčený 15 cenami

Každý rok obětují lidé v Protektorátu jedno novorozeně čarodějnicí. Jenže Xan není krutá, o opuštěné děti se stará a najde jim novou rodinu. Když se však jedna holčička omylem napije svitu měsíce, v její krvi začne kolovat magie.

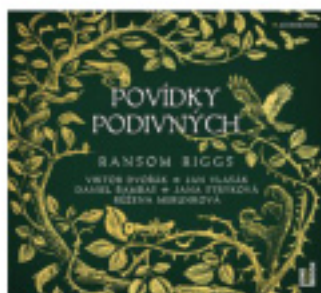
Poslechněte si ukázkou z audioknihy: <https://bit.ly/2GV84Pt>

### [Povídky podivných](#)

Ransom Riggs

účinkují: Viktor Dvořák, Jan Vlasák, Daniel Bambas, Růžena Merunková a Jana Stryková





### Spin-off bestsellerové série *Sírotčinec slečny Peregrinové*

Tradiční příběhy z lidové slovesnosti *podivných* ukazují, že obdaření jedinci nejprve bez problémů žili v širší komunitě obyčejných lidí, ale postupně byli kvůli svým zvláštním schopnostem a nadáním vytlačováni na okraj společnosti.

Poslechněte si ukázkou z audioknihy: <https://bit.ly/2XXKG9p>

**KOMPLETNÍ PROGRAM** vydavatelství OneHotBook na veletrhu Svět knihy 2019 najdete zde:

<http://www.onehotbook.cz/blog/svet-knihy-2019/>

Přidejte se na **OneHotBook Facebook**, abyste nepropásli soutěže o pozoruhodné ceny ani novinky ze světa audioknih, literatury a čtení!



SVĚT KNIHY PRAHA  
9.–12.5.2019

**AKCE 3 KNIHY  
ZA CENU 2**



Výstaviště Praha - Holešovice, č. stánku BB/art: P004

# NAKLADATELSKÝ DŮM GRADA na veletrhu Svět knihy 2019

9.-12. 5. 2019, VÝSTAVIŠTĚ HOLEŠOVICE PRAHA

Srdečně vás zveme na náš stánek, který již tradičně najdete v levém křídle areálu (**číslo L301**).

Těšit se můžete například na autogramiádu bestsellerového autora thrillerů **ROBERTA BRYNDZY** nebo miláčka českého národa **ZDEŇKA SVĚRÁKA**. A připravili jsme toho pro vás daleko víc...

## PÁTEK 10. 5. 2019

### 10:00 hodin

Pohádkové vyprávění o Strašidláři s Hynkem Klimkem na stánku GRADA

### 14:00 hodin

Nejen o židovských hřbitovech s Jaroslavem Achabem Haidlerem na stánku GRADA

### 16:00 hodin

Autogramiáda Zdeňka Svěráka na stánku GRADA

## SOBOTA 11. 5. 2019

### 11:00 hodin

Setkání s osobností kresleného humoru Honzou Vyčítalem na stánku GRADA

### 11:00 hodin

Beseda s „Chlapcem, který přežil pochod smrti“ Pavlem Taussigem v Malém sále – Profesní fórum

### 12:00 hodin

Putování s kouzelným atlasem Veroniky Válkové v Literární kavárně – pravé křídlo, balkon



### 13:00 hodin

Autogramiáda Jitky Molavcové a křest své knihy Zuzany Pospíšilové na stánku GRADA

### 14:00 hodin

Autogramiáda oblíbené herečky Sandry Pogodové na stánku GRADA

### 15:00 hodin

Autogramiáda bestsellerového autora thrillerů Roberta Bryndzy na stánku GRADA



### 15:00 hodin

Beseda s autorem knihy Bitcoin Dominikem Stroukalem v Malém sále – Profesní fórum

**20% VELETRŽNÍ SLEVA**

Více na [www.grada.cz](http://www.grada.cz)





# PORTÁL NA SVĚTU KNIHY



## Daniela Krolupperová, **NA ROZCESTÍ KE ŠTĚSTÍ/ NA ROZCESTÍ OD ŠTĚSTÍ**

9. 5. 2019 Čtvrtek, 11.00-11.50, AUTORSKÝ SÁL - Levé křídlo

*Na rozcestí ke štěstí/ Na rozcestí od štěstí* je nová dvojkniha pro mladší školní věk Daniely Krolupperové. Co kdybyste měli možnost se v jednom okamžiku rozhodnout pro špatnost/ctnost? Jak by vypadal váš příběh?



## Jan Dungel, **PŘÍBĚHY Z AMAZONSKÉHO PRALESA**

9. 5. 2019 Čtvrtek, 12.00-12.50, AUTORSKÝ SÁL - Levé křídlo

*Příběhy z amazonského pralesa* s ilustrátorem Janem Dungelem. Výtvarník Jan Dungel kreslí zvířata v tropech Jižní Ameriky skoro třicet let, setkává se s nimi „osobně“ a s některými i opakovaně. Přijďte si s dětmi poslechnout jeho vyprávění a zkusit i něco nakreslit podle knihy *Příběhy z amazonského pralesa*.



## Petr Horáček, **O MYŠCE, KTERÁ SE NEBÁLA**

12. 5. 2019 Neděle, 12.00-12.50, PROFESNÍ FÓRUM 2 - Pravé křídlo (balcon vlevo)

*O myšce, která se nebála* - nový Petr Horáček. Jednoho rána se myška rozhodla, že půjde do lesa na průzkum. Nic jí nevystrašilo. Ale jak to dopadne, když najde malé, bílé, chlupaté... kofátko? Knihu pro nejmenší čtenáře představí známý a oceňovaný výtvarník a autor Petr Horáček, žijící ve Velké Británii.



# VÝHODNÁ SLEVA 20 %

## PORTÁL NA STÁNKU L603:

- stovky našich knížek pro děti, studenty, laiky i odborníky
- možnost platby kartou nebo v hotovosti
- časopisy *Psychologie dnes*, *Rodina a škola*, *Informatorium 3-8* a jejich výhodné předplatné

