

## Tip na dárek: Vánoční Tradinář



### O čem je Vánoční Tradinář?

Kniha vás provede zimním časem klidu přírody od posledních podzimních posvícení přes advent a přípravy na Vánoce, Štědrý den, vánoční svátky a přelom roku až do masopustu. **Porozumíte tradičním zvykům, které můžete začlenit do oslav s rodinou, přáteli i sousedy.**

Kniha ale také ukazuje, **jak využít klidu přírody, který nabízí temné dny a dlouhé noci na konci roku, pro svůj osobní čas, tvořit své další plány a radovat se z příchodu nového roku a světla**

V knize najdete:

- výklad křesťanského vánočního příběhu od farářky Martiny Viktorie Kopecké
- zvyky, lidové obyčeje a rodinné tradice
- přes 35 návodů na tvoření a zdobení z přírodnin
- 115 receptů na tradiční i zapomenutá jídla
- svatomartinské, štědrovečerní, sváteční a novoroční menu
- vánoční cukroví a obřadní pečivo od dušičkových kostí po tříkrálový koláč a mnoho dalšího!

# V tomto náročném čase potřebujeme ukotvení

S kým jiným se naladit na vánoční atmosféru než se spoluautorkou Vánočního Tradináře. Přečtěte si proto následující rozhovor s Martinou Boledovičovou...

## ***Jaké adventní/vánoční tradice z našeho života už vymizely a přitom bychom si jimi mohli toto období zpříjemnit?***

Mám pocit, že v současné době věnujeme nejvíce času dárkům, vánoční výzdobě a užíváme si dobrého jídla a pití. To je samozřejmě v pořádku, ale nemělo by to být to hlavní. Vánoce nám mohou poskytnout něco, co dnes lidem začíná chybět – pocit sounáležitosti a pospolitosti, propojují nás s celkem, jehož jsme součástí – s ostatními lidmi a také (trochu překvapivě nyní v zimě) s přírodou. Vnímáme je jako svátky rodinné, spojené s narozením Ježíše. Ale zapomněli jsme, že byly spojeny i s přírodním cyklem – oslavná večere posvětila vše, co si lidé vypěstovali. Proto už od léta schovávám vlastní marmelády a ty nechybí v lineckém cukroví na svátečním stole. Vzpomínáme na své předky, krásné chvíle tvoříme pro naše potomky. Ti všichni jsou v tomto období obrazně řečeno s námi, i když tam třeba fyzicky nejsou. Je to kouzelný čas.

## ***Dá se vůbec v dnešní době nepodlehnout okolnímu stresu a prožít advent skutečně v klidu a pohodě?***

Příroda nastupuje obdobím Dušiček do klidového období, kdy je sklizeno, bývalo méně práce i jídla, hodně se spalo. Zároveň ale lidé trávili tento čas i společně. Také nás to dnes vede do chumlu, potkat se s přáteli třeba někde u svařáku. Každý prosinec je spousta krásných koncertů, výstav, nevíme co dřív, čekají nás přípravy doma a někdy i uzávěrky v práci. Pak se skutečně stresu vyhýbá těžce.

Mně osobně se osvědčilo podrobnější plánování – nebo minimálně včasná představa, jaké budou naše letošní Vánoce, a to včetně adventu a vánočních prázdnin. Mám moc ráda čas v polovině listopadu, kdy jsme už více doma, protože je venku brzo tma, udělám si nealkoholický svařák z naší aronie, vezmu si Vánoční Tradinář a začnu si vše sepisovat na papír. Snažím se, aby se do příprav zapojila celá rodina a aby nás to bavilo. Lety se vytváří určitý systém poměrně praktických rodinných rituálů. Ta cesta je mít radost už z příprav, nejen z oslavy.

## ***Jak u vás vypadají přípravy a oslavy Štědrého večera?***

Mnoho našich vlastních tradic je rodinných, provázaných s praktickou přípravou. Už na zimní slunovrat dám klíčit hrách na pučálku, peču kynutý zdobený prosperitní koláč se symboly přírody – ptáčky, kytičkami, klasy a spirálkami, balím dárky a u toho do noci hlídám oheň v kamnech. Myslím na dávné předky, kteří v tu nejkratší noc přikládali posvátné poleno do ohně a zažívali v zimě kruté časy, protože nevěděli, jestli tu tmu a zimu přežijí. Uvědomuji si obrovskou vděčnost za to, jak se máme dobře.

Celý prosinec peču cukroví – s každým dítětem to, které mu chutná nejvíc. Mám nejradši recepty po mamince a formičky po babičce. Společně jako rodina jezdíme pro stromeček a vždy jedno z dětí rozhoduje, který si letos vybereme. Stromeček zdobíme až na Štědrý den u pohádek v televizi. Děti se na Štědrý den nejprve starají o zvířátka – sypají zrní ptáčkům a venku na stromě zavěsí jablíčka, která s nimi chystá děda. Ten s nimi také vytváří betlém.

Máme i novější tradice – v naší ulici pořádají sousedé kolem oběda setkání, kam si přicházíme navzájem popřát a ochutnat cukroví. Líbí se mi ta slavnostní chvíle těsně před večerí, kdy tatínek nebo dědeček promluví k celé rodině a děti se ztiší a vnímají, jak je to krásné, že jsme všichni spolu. Před večerí jíme

jablíčko rozdělené na tolik kousků, kolik nás je. Děda vozí rybu z jižních Čech, každý rok učí jedno vnuče rybu očistit, vykuchat a připravit na řízky. A dává každému šupinu pod talíř. Po večeři si u cukroví rozbalujeme dárky, jíme ovoce a odhadujeme příští rok z lití vosku do vody. Je nás vždy u stolu minimálně osm, někdy i víc. S malými dětmi převládly večer pohádky v televizi, což je tradice, kterou bych ráda změnila. Děti ale také hrají na klavír, zpíváme koledy.

### ***Když bychom měli ochutnat nějakou vánoční pochoutku, která v záplavě moderních receptů zapadla, jaký recept byste doporučila?***

Myslím, že nejde ani tak o samotný recept, ale o to, jaký příběh to konkrétní jídlo doprovází. Chtěla bych spíš inspirovat k tomu, aby se čtenáři zeptali svých rodinných pamětníků a snažili se vypátrat jejich vzpomínku na to, co jedli na Štědrý večer, když byli dětmi. Když jsem se o to sama pokusila, zjistila jsem zajímavé věci. Mnoho pamětníků si vzpomnělo na malé buchtičky, které se spařovaly horkým mlékem, sypaly mákem a sladily medem.

Zajímavé také je, jak se „obřadní jídla“ servírovala, ten příběh za tím – jedla se totiž ze společné mísy, což podporovalo soudržnost a svornost rodiny. Byly to například kaše z obilnin, důležitými plodinami byly hrách, houby nebo česnek. Ty obsahuje například houbový kuba, který se dodnes leckde v rodinách na Vánoce připravuje. Na stole se štědrovečerní večeři se konzumací posvětilo to, co si lidé vypěstovali a co se urodilo. Výborná je také omáčka ze sušeného rozvařeného ovoce zvaná muzika, kdysi to byla ta hlavní sladká pochoutka pro děti. Je výborná k vánočce. I ta vlastně symbolizuje úrodu – má tvar klasu. Domácí vánočka je ze základních surovin, nepotřebujete na ni mnoho. Jen čas. Zadělaváme ji ručně a pomáhají mi i další ruce, které jsou zrovna doma.

### ***Jak vypadaly dřívější silvestrovské oslavy? Byly vždy tak bouřlivé?***

Lidé se práskáním biče, strílením a hukotem chtěli ochránit před zlými silami, o kterých si mysleli, že v přelomových dnech přicházejí z jiných světů. Jedním z přelomových dní byl právě předvečer Nového roku. Naši předci se snažili ovlivnit nový počátek a podobností přivolat do budoucího období podobné. Určitě k tomu tedy patřila i radost, veselost, hojnost, dostatek. Všichni známe rčení: „Jak na Nový rok, tak po celý rok“.

### ***Po loňském debutu TraDiáře 2023 vydáváte nový TraDiář 2024. V době, kdy se přesouváme do virtuálního světa, je to odvážný projekt. V čem si myslíte, že se skrývá klíč jeho úspěchu?***

Věřím, že všichni v tomto náročném čase potřebujeme ukotvení a také se mít na co těšit. Každý rok nám dává s novým začátkem i novou naději. TraDiář čerpá z moudrosti našich předků – ti dobře věděli, že se střídá období hojnosti a nedostatku. Že nám každý den připravuje nové zázraky, jen si jich musíme všimnout – zpěv ptáků, pučení květů, bzukot včel, barvení listů každý den trochu více do červena, první napadlý sníh. To nám připomínají tradice, navázané na koloběh přírody, a proto nikdy neztratily smysl, jen jsme je přestali vnímat jako celek a omezili jsme se na to, že si je jdeme užít. Ale můžeme z nich načerpat mnohem víc. Vedou nás k propojení s ostatními lidmi a s přírodou. Dávají nám pocity klidu i radosti, pravidelnosti a sounáležitosti.

### ***Co byste popřála našim čtenářům do roku 2024?***

Pevné zdraví, radost i z maličkostí, dobré vztahy s ostatními lidmi a příjemné místo k žití. Klid a mír. Uvědomění si, že nejsou na všechno sami, že jsou součástí celku a že i v té nejtemnější době stačí malá jiskřička světla, která může vše rozsvítit.

**Kdo by měl zájem, může si knihu Vánoční Tradinář - od Dušiček po Hromnice zakoupit zde:  
<https://www.smartpress.cz/vanocni-tradinar>**