
Praha v pohybu

Také si všímáte, jak se na jaře dává všechno do pohybu?



17.5.2008, autor: Václav Hampl

Člověk téměř cítí, jak se ve stromech rozproudila míza a lidé jako by ožili, probudili se ze zimní letargie a vyrazejí ven, na sluníčko a čerstvý vzduch.

Také turistický ruch je živější než v zimních měsících, jarní přival energie je zkrátka patrný úplně všude. Minulý víkend např. proběhl Prahou mezinárodní maraton a i na univerzitě jsme pohybu zasvětili tradiční květnový Rektorský sportovní den.

Vždyť nejen studiem a výukou živ je akademik a na tomto místě nelze než vzpomenout antického ideálu harmonie ducha a těla. Měli bychom ji mít na paměti hlavně proto, že moderní věk s sebou nese kromě záplavy informací a zážitků také negativní stránky - stres a zrychlený životní styl.

Návrat k rovnováze může být paradoxně právě v pohybu, který rozvíří stereotyp a přináší radost i odreagování od všedních starostí. Pohyb je zkrátka nezbytný pro vše, co se kolem nás děje.

Jen bychom v obecné rovině měli vždycky myslet na to, odkud a kam se vlastně chceme hýbat.

Václav Hampl, rektor Univerzity Karlovy v Praze