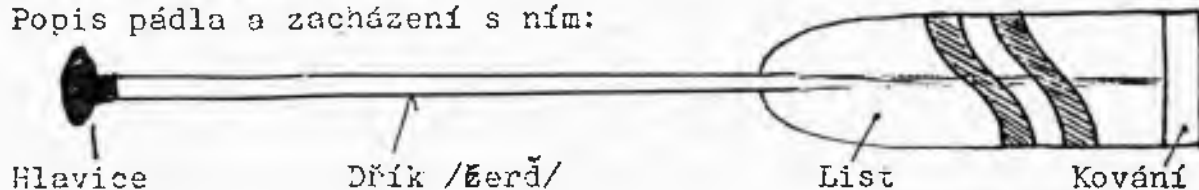


OBČASNÍK ADMIRALITY GEMINI 31. květen 1984

Málo co mi bylo v životě tak protivné jako neustále připomínaný výrok jednoho klasika, který zní: "Učit se, učit se, učit se." To bylo v dobách, kdy jsem byl dítě školou povinné. Postupem doby jsem musel uznat, že na tomto výroku něco je. Začal jsem si být vědom toho, že je neustále třeba si rozšiřovat obzor a to zejména ten duševní; udržovat krok s vývojem poznatků alespoň v jednom oboru podrobně a jinak celkově povšechně. To je také v naší společnosti uznávaný trend i když ne vždy dodržovaný. Přesto lze se u nás vyškolit na jeřábníka, řidiče nákladního automobilu, sportovního maséra, cvičitele nejrůznějších sportů, pedagoga atd., a k tomu získat patřičné osvědčení v nejrůznějších formách. Je však škoda, že prozatím se nelze vyškolit a získat patřičné osvědčení či kvalifikaci poctivého člověka čili zásadového kladáka nebo nebrače úplatků, který přesto poskytuje kvalitní služby. Zajímavá by byla kvalifikace pomahače druhým v nesnázích všeho druhu. A co takhle kvalifikace Člověk? Kdyby toto šlo, asi bychom se na našich akcích mohli věnovat pouze hrám a zábavám a nesnažit se těmto akcím dávat hlubší smysl. Avšak zdánlivě jsem odběhl od tématu a tak honem zpátky. Chci naznačit, že není pro nás nepochopitelné vzdělávání se, tzn. získávání nových vědomostí, v čemž máme širokou škálu možností. Na to koneckonců pamatujeme i naší námořnickou knížku. Existuje však ještě jiná oblast, která více říká o kvalitách člověka, ale která je přitom značně opomíjená a to mravní úroveň člověka. Její zdokonalování je tak trochu opomíjeno a nebo prováděno tak diletantsky, že výsledky jsou spíše nulové. To ostatně vidíme i u nás. Když připravujeme nějakou akci, málokdo z nás /nechci tím někomu sahat do svědomí/ je schopen se zamyslet nad výchovným cílem té akce, ale spíše ji plníme programem. Ten velice často nebývá promyšlený a jeho umístění je spíše otázkou náhody. A přitom cesta k mravní úrovni či kvalitě je cesta především učení se, která začíná třeba u sebrání pohozeného odpadku a zdaleka nemusí končit čestným postojem, na který lze existenčně doplatit. Apeluji tímto na kapitanáty, aby co nejvíce do činnosti oddílů aplikovali takové body, jako jsou v odbornosti Služba, čímž by dávali členům oddílů příležitost učit se být Člověkem. Zároveň je však třeba se členy o těchto o mnohých jiných věcech ~~xx~~ hovořit. Přirovnal bych tuto část výchovného procesu k praxi prováděné v 1. třídě při výuce psaní - než se naučíme podepisovat, musíme natrénovat hezkých pár písmenek. Ale pak na podepisování se nemusíme ani myslet. A dělat samozřejmě dobro pro druhé a čestně vyjít z každé situace - to by měl být cíl naší práce. Fl.



Popis pádla a zacházení s ním:



- rozdíl mezi pádlem a veslem
- rozdíl mezi pádlem slalomářským a turistickým - turistické pádlo je větší a lehčí, slalomové menší a těžší
- výběr pádla - pádlo má sahat po bradu pádlujícího

3. Záběry a povely

Nejlépe potvrzovat při praktickém výcviku.

- přímý záběr - provádí se na povel "go". Jemu předchází povel "ready", který připravuje pádlující na provedení přímého záběru
- zpětný záběr - provádí se na povel "kontra" a k usměrnění tempa se doplňuje počítáním nebo rytmičnými prupovídkami
- přitahování a odlamování - provádí se na povel "přitáhni" nebo "odlamuj" či "odlom" - zde je nutno dbát na správné provedení /odklon při sedu v lodi, rytmus přitahování či odlamování/.
- závěs za pádlem - provádí se na povel "závěs". Používá se k účinnému zastavení plavidla
- zastavení plavidla - provádí se na povel "stop"

Povely na plavidle vydává kormidelník a udává i rytmus jejich provádění. Při jízdě na pramici rytmus pádlování na kormidelníkovy povely udává levý háček.

4. Ovládání kanoe

Takovým kritériem pro splnění tohoto bodu by mělo být, aby člen oddílu přešel solo Vltavu od klubovny na druhý břeh a zpět v co nejrovnější linii a to samé ve dvojici.

5. Řeka - překážky, jezy, šlajsny, udělání

překážky na řece:

přírodní: kameny, kmeny přes řeku, podemleté břehy, mělčiny

umělé: stupně, jezy, přehrad, zbytky staveb v řečišti, mostní pilíře aj.

N a řece jezdíme zásadně v proudnici a v meandrech zatačku vyjíždíme - při zkrácení oblouku hrozí najetí na mělčinu.

Jezy - slouží k zadržení vody. Při jízdě přes jezové těleso nás zajímá množství vody na koruně jezu. Součástí jezu bývá šlajsna nebo-li vorová propust, která nejčastěji slouží k překonání jezů.

Bývá umístěna obvykle tak, aby průjezd dlouhých vorů byl co nejsnazší. Mívá asi 5 - 6 m šíře. Průtokový otvor je ohraničen po stranách tzv. sruby nebo kozami. Voda v propusti teče po podlaze. Kozy jsou chráněny před krami ledu zařízením, které se nazývá ledolamy. Jsou to trámy nebo železné traverzy šikmo postavené. Uzávěr propusti - hrazení - je na začátku vjezdu propusti. Bývá dřevěné, složené z několika trámů. Počet trámů určuje výšku hrazení. Vysoké jezy se nazývají hrázení nebo přehradami. Velká plavidla překonávají rozdíl hladin u hrází a přehrad plavebními komorami. Další umělou vodní překážkou bývají přívozy. Zde je třeba odhadnout, kde je vodící lano /pokud není viditelné nad vodou/, i když bývá pod vodou v hloubce, která není malým plavidlům nebezpečná

Udělení - jedná se většinou o nedobrovolné opuštění lodi směrem do vody s patřičným obratem plavidla. Snažíme se dostat k hladině, kde se chytáme lodě, zároveň nepouštíme pádlo a díváme se po spolujezdci. Loď se snažíme postupně dopravit ke břehu na vylití. U savých jezů se snažíme dostat do proudu a opustit tak bezprostředně proudy nasávající pod jez.

Stupně

6. Stupně obtížnosti, orientace podle kilometráže, názvosloví

Stupnice obtížnosti vodních toků:

Proudící voda /Zahmwasser/

- ZW A - stojatá a zvolna tekoucí voda /až do rychlosti 4 km/hod/, jejíž rychlost je menší než rychlost chůze
- ZW B - tekoucí voda, rychlost proudu dosahuje rychlosti chůze /cca 4-6 km/hod./. Proti proudu lze vypádlavat.
- ZW C - tekoucí voda, jejíž rychlost značně přesahuje 6 km/hod. Proti proudu lze vypádlavat jen s největším úsilím, případně nelze vypádlavat vůbec; překážky jako stěrkopískové lavice, mostní pilíře, stavby u břehů, jakož i tvoření zpětných proudů /protiproudů/ vyžadující při přistávání již určitou zručnost v ovládnutí lodi.

Divoká voda /Wildwasser/

- WW I - lehká
občas malé peřeje s pravidelnými nízkými vlnami; jízdní dráhu lze snadno určit. Nutno ji dodržovat vzhledem k překážkám jako jsou písčité břehy, mostní pilíře, pobřežní stavby apod.
- WW II - středně těžká
častější peřeje a vlny ještě pravidelné, víry a protiproudy se lehce překonávají; jízdní dráhu lze obvykle snadno určit. Lehké a středně těžké propusti.
- WW III - těžká
časté peřeje s vyššími, obvykle nepravidelnými vlnami, těžkými hřebeny a válci, těžkými víry a ostrými protiproudy; jízdní dráhu nelze vždy snadno určit, těžké propusti.
- WW IV - těžká
dlouhé peřejnaté úseky s vysokými nepravidelnými vlnami, těžkými hřebeny a válci, těžkými víry a ostrými protiproudy; určení jízdní dráhy je obvykle poněkud obtížné, doporučuje se prohlédnout z břehu. Nejtěžší propusti.
- WW V - mimořádně těžká
dlouhé peřejnaté úseky s vysokými nepravidelnými vlnami, těžkými ~~hřebeny a válci~~ zcela nepravidelnými hřebeny a šikmými válci. Je nutno přejíždět zalité kameny, nejtěžší víry a protiproudy. Rychlost proudu často mimořádně velká. Je nezbytně nutné trať prohlédnout z břehu
- WW VI - nesmírně těžká
stupňování všech jmenovaných těžkostí až na dnešní hranici možnosti překonání - prakticky hranice sjízdnosti

Názvosloví

Sem patří vysvětlení termínů jako: proudnice, loupák, jazyk, kotrč, havlinka, retardér, koruna, šlajsna, koza, krakorec, vracák, válec, háček, bagáž, temování, jít pro vodu, volej, střed, zadák, vlnolam, špicdeka, koníčkování.

Orientace podle kilometráže

Zkouší se prakticky, např. vytypovat na určitém toku úsek pro víkendovou výpravu a zjistit záludnosti tohoto úseku.

7. Nalodění, vyloďení, sed v lodi, držení pádla, doprava lodí, spouštění na vodu, přistání

Naloďování do kanoe: Na povel kapitána "nalodit" jde posádka k lodi, spouští na vodu, háček přidržuje loď a nejprve se naloďuje kormidelník, po něm háček, který na kapitánův povel "odrazit" odráží loď. Naloďování se provádí tak, že do lodě vložíme nejprve jednu nohu a zároveň se oběma rukama chatáme bortů /v předkloně/. Potom vkládáme druhou nohu a usedáme. Vyloďování provádíme přesně obráceně.

Naloďování do pramice: Provádíme na stejné povely kapitána. Levý háček odváže pramici a přidrží ji. Nejprve se naloďuje kormidelník, po jeho usednutí na místo pravý zadák, dále levý zadák, pravý střed, levý střed, pravý háček a na kapitánův /případně kormidelníkův/povel "odrazit" odráží loď a skáče do ní a zaujímá své místo. Vyloďování se provádí přesně opačně. Při naloďování a vyloďování se chodí středem lodí a na lodi se nesmí pohybovat víc než jeden maník.

Doprava lodí: v loděnici loď sejmeme z krakorce, uchopíme pddhmatem jednou rukou a druhou ji přidržujeme za koníčkovací šňůru. Tak ji doneseme na plato. Zde ji spouštíme do vody tak, že oba si stoupneme ke středu lodí a loď po špičce ručujeme do vody. Zde ji zajistíme proti odplutí. Způsoby nošení lodí - viz obrázky.

správný sed držení pádla



Přistávání: na plavidlech přistáváme zásadně proti proudu, aby se zmenšila rychlost lodí a tím i eventuální náraz lodí na břeh. Na tekoucí vodě nepřistáváme nikdy po proudu.

8. Signalizace pádlem



Do přístavu



Stop na místě



Ke mně



Rychle vpřed



Jeďte ve směru pádla



Nebezpečí na této straně

10. Práce v loděnici při opravách

Podpisuje se automaticky za získání opravářského glejtu. U plnění se předpokládá znalost práce s pryskyřicí CHS 104 a plátnem při zalepování děr a ~~stihlin~~ a práce s Epoxý 1200 /lepení pádel/.

11. Úspěšně zdolá šlajsnu na kormidle, vylití lodi ve dvojici

Ryze praktický bod, který se může podepsat po předvedení.

12. Výroba a upevnění boje

Vrchní část boje plavoucí - většinou ze dřeva, polystyrénu či jiné plavoucí hmoty /i nafukovací předměty/, důležitá možnost uchycení spojovacího lanka k závaží. Závaží musí mít dostatečnou hmotnost a patřičný úchyt na spojovací lanko.

Poznámky k vedení vodácké výpravy

- pokud doprovodné vozidlo setrvává na místě, dohodnout s řidičem, kdy a kde bude na celý peleton lodí čekat a kdo dá pokyn k odjezdu na další stanoviště. Tato stanoviště je vhodné volit tak, aby první bylo nedaleko od startu /možnost vrátit na vlek vadnou loď/ a dále pod exponovanými úseky.
- před výjezdem na vodu upozornit na charakter sjížděného úseku a pokud je k tomu prostor, nechat zkusit posádky základní záběry a manévrování s lodí. Připomenout obecně platné zásady pro šetření vodáckého inventáře.
- určit závěrečnou loď a vedoucí loď a seznámit s nimi všechny účastníky. Určit způsob zajištění podle charakteru a obtížnosti řeky /viz dále/, uvědomit je o nutnosti dodržování kázně a respektování pokynů.
- pro přenášení lodí je vhodné dohodnout dvojice lodí, které si budou navzájem pomáhat - jinak vše odnese nejochotnější či majitel nejslabších nervů.

Systémy zabezpečení vodácké výpravy

1. Vedoucí a závěrečná loď - zajišťují začátek a konec konvoje. První loď určuje tempo a ostatní ho dodržují podle ní. Vedoucí loď čeká na ostatní před a po exponovaném úseku. Zároveň ručí za stav opouštěného tábořiště.
2. Vedoucí a závěrečná loď, ostatní ve skupinách 2-4 lodí - totéž jako u předešlého, navíc je důležitá správná volba skupin. Skupiny musí být soběstačné.
3. Hlídkání dozadu - podstatou je dodržování správných rozestupů s ohledem na rychlost proudu tím, že každá loď hlídá častým otáčením jízdu lodi za sebou jedoucí. Tím je zajištěna rychlá pomoc při zvrhnutí, projíždění obtížných míst atd. Následující loď zná podle lodě před sebou jízdní dráhu.

Pro zajištění větší kázně na našich výpravách je nutno uvedené systémy nacvičovat a aplikovat do našich poměrů.

Z admirality 25.4.1984

- na školení cvičitelů turistiky IV. třídy jsou vybráni: Eliš, Jarka, René, Rašana, Sam, Plas, Kwaki. Školení probíhá 17.5., 24.5. na OV ČSTV Pha 7 v Kostelní 22 a 2.6. v Šárce
- přihlášky do TJ VŠ nutno zrealizovat do konce května, pak až v září.
- k táborům - odevzdat POZ 4x, druh tábora: hvězdicový
 - určit co nejrychleji sestavu vedení tábora kvůli uvolnění
 - rozdat formuláře pro ROH
 - variabilní symboly na složenky:
Prometheus 501 - 520 Achilleus 601 - 620 Argo 401 -...449
Poseidón 451 - 460, Zehjeshekha 701 -...
 - odvoz inventáře - obrátit se o pomoc na rodiče - nové zdroje dopravy
- Regata se přesouvá na neděli 17.6. a liga bude 16.6. od 8,30 na Palmovce. V původním termínu těchto akcí budou předtáborové skupiny
- na tábory nutno připravit přihlášky, potvrzení od lékaře a formulář na bezinfekčnost
- hospodaření na táborech - držet se Kurýra č. 5 1. ročníku. Příjmové a výdajové doklady se nebudou realizovat
- kniha zraněných a nemocných - viz tentýž Kurýr
- Nechat si vytisknout formuláře "Denní rozkaz"
- na tábor všichni vedoucí minimum pionýrského pracovníka a zdravotní průkaz
- Deníky ZÚ se budou k 15.6. respektive 18.6. /na Regatě/ odevzdávat. Souhlas zapsaných členů musí souhlasit se stvrzenkami přišitými na deskách deníku.
- příští admirality: 31.5. 18,30 Kosárkáč
20.6. 19,00 Kosárkáč
- Opravářský patent získali v jarním kurzu:
Křeček - Pr, Tarka - Z, Petr - P, Bill - Ach, Řehoř - Ach, Kot - Argo
- pádla podle barev hlavic:
modrá - Poseidón, červená - Prometheus, zelená - Achilleus, žlutá - Zehjeshekha, Kentaur, třibarevná - Argo

Nové knihy

Ivan Dieška - Horolezectvo zblízka

Knihy shrnující v sobě dějiny horolezectví s přihlédnutím k horolezectví československému, horolezecké disciplíny a klasifikační stupnice a horolezecký zeměpis. Množství zajímavých fotografií. Cena 44,- Kčs. K dostání v Slovenské knize.

Ludvík Souček - Kdo byl kdo

2.díl sborníku zajímavých osobností z historie a současnosti ze všech možných oborů s fotografií a životopisem. Cena 40,- Kčs

Alberto Moravia - Konformista

Ještě jsem nedomluvil /jsem teprve na 60. stránce/. Moravia je však pro mne zárukou dobrého čtení.

Jinak v poslední době vyšlo:

Robert Merle - V rozpuku mládí

Robert Merle - Dědictví otce

John Steinbeck - Na východ od ráje všechny tři tituly v Odeonu

William Saroyan - Srdece na vysočině - Smena /slovensky/

Dovoluji si ještě upozornit na 17. číslo časopisu HORY vydávaného Horolezeckým svazem MV ČSTV Praha, které vyšlo v těchto dnech.

Na 58 stránkách za 30,- Kčs se seznámíte s mnohými zajímavostmi ze světa horolezectví.

FREUDE, ...

3. pokračování z přednášek Z. Freuda na téma Chybné úkony

Tyto nejjasnější případy přeřeknutí lze vysvětlit střetnutím interferencí dvou různých vyjadřovacích záměrů; rozdíly vznikají jen tím, že někdy jeden záměr druhý zcela nahradí /substituje/, jako např. při přeřeknutí v opak, kdežto jindy mu musí stačit, že ho pouze znetvoří nebo obmění, takže vznikají smíšeniny, které se mohou jevit více nebo méně smysluplné.

str. 41

Když někdo zapomene něčí jméno, které jinak dobře zná, nebo si je přes všechnu námahu jen těžko dokáže uchovat v paměti, pak je nasnadě domněnka, že má něco proti nositeli tohoto jména, takže nerad na něho myslí. Vezměte k tomu toto osvětlení psychické situace, v níž k takovému chybnému úkonu dochází:

"Pán Y se neúspěšně zamiloval do jisté dámy, která se brzy na to provdala za pana X. A protože pán Y pana X už delší dobu zná a udržuje s ním dokonce obchodní spojení, jeho jméno znovu a znovu zapomíná, takže se několikrát, když chtěl panu X napsat, musel na ně ptát u jiných lidí."

Pán Y zjevně nechce o svém šťastném sokovi vědět. "Ani myšlenku mu nevěnuji."

Anebo: Jakási dáma se poptává lékaře na jednu jejich společnou známou, ale označí ji jménem, které měla za svobodna. Jméno, které přijala sňatkem, zapomněla. Přizná potom, že s tím sňatkem byla velmi nespokojena a muže této přítelkyně nemůže vystát.

str. 42

Zapomenutí nějakého předsevzetí lze obecně vysvětlit protichůdným hnutím, které se jeho provedení vzpírá. Příznivec, který se svému chráněnci omlouvá, že na jeho prosbu zapomněl, není tím v jeho očích ospravedlněn. Chráněnci si hned pomyslí: Tomu na tom vůbec nezáleží, slíbil to sice, ale ve skutečnosti to nechce udělat.

str. 43

Lidé ztrácejí věci, když se zneprátelili s jejich dárcem a nechtějí už, aby jim ho něco připomínalo anebo také když už se jim věci samy nelíbí a chtějí si vytvořit záminku, aby je mohli nahradit jinými a lepšími.

Kdo zažil dost často ono soužení, že nemohl najít něco, co sám založil, nebude jistě také chtít věřit, že při založení věci hraje roli nějaký úmysl. A přece nejsou nijak vzácné případy, v nichž průvodní okolností, za nichž k založení předmětů došlo, nasvědčují tendenci dočasně nebo trvale ho odstranit. Toto je snad nejhezčí příklad tohoto druhu:

Jeden mladší muž mi vypráví: "Před několika lety jsme si se ženou jeden čas přestali rozumět, připadala mi chladná, a třebaže jsem rád uznával její znamenité vlastnosti, žili jsme vedle sebe bez nějakých něžných citů. Jednou mi z procházky přinesla knihu, protože si myslela, že mě bude zajímat. Poděkovat jsem jí za tento projev "pozornosti", slíbil jsem, že si knihu přečtu, někde jsem si ji položil a už jsem ji nenašel. Tak prošly měsíce, příležitostně jsem si vždycky na založenou knihu vzpomněl a také jsem se ji marně pokoušel najít. Asi půl roku na to onemocněla moje milovaná matka, žijící odděleně od nás. Moje žena odešla z domova, aby svoji tchyni ošetřovala. Stav nemocné začal být vážný a dal ženě příležitost, aby ukázala své nejlepší stránky. Jednou večer přijdu domů nadšený jednáním své ženy a naplněn vděčností k ní. Přistoupím ke svému psacímu stolu, otevřu bez určitého úmyslu, ale s jakousi náměsíční jistotou jednu zásuvku a navrchu v ní najdu onu založenou a tak dlouho pohřešovanou knihu."

HIAWATHOVA ZKOUŠKA

Tisíce porazit v boji lze,
tisíckrát nad lidmi zvítězit,
ale kdo zvítězí nad sebou jediným,
pravý je hrdina.

1. **P e r o o v l á d n u t í ž í z n ě**
Lhůta pro splnění tohoto orlího pera je různá podle okolností. V této lhůtě se nesmí pojídat ovoce, polévky. V případě nejistoty je lepší se zeptat. Kdo jednou pero získá, musí i napříště dokazovat, že se ovládne. Pero se plní při běžném zaměstnání.
2. **P e r o o v l á d n u t í h l a d u**
Lhůta pro splnění je 24 hod. Nelze ani okusovat trávu, pouze pít čisté vody je povoleno. Ke zkoušce se nastupuje po večeři.
3. **P e r o o v l á d n u t í b o l e s t i a n e p ř í - j e m n ý c h p o c i t ů**
Podmínky : a. pobyt ve studené vodě - doba pobytu je individuální
b. vodní mučení - zkoušený nesmí vydat ani hlásku
c. utržení a projití kopřivami
d. tři rány pruzným proutkem
Odmítnutí plnění je klasifikováno jako nesplnění
4. **P e r o p ř e m á h á n í s p á n k u**
Bdění za ztížených podmínek po dobu jedné až dvou hodin. Ztížené podmínky jsou: ležet ve spac. pytli, nemluvit, mít otevřené oči. Bdící musí reagovat na otázky hlídky, která se čas od času přesvědčuje o jeho bdění. Odmítnutí plnit znamená nesplnění.
5. **P e r o p ř e m á h á n í s t r a c h u**
Požadavky a náročnost tohoto pera se řídí podle vyspělosti účastníků. Odmítnutí plnit znamená nesplnění
6. **P e r o s a m o t y**
Znamená 24 hod. strávených o samotě s užitečnou činností. Splnění či nesplnění je plně ponecháno na cti plnícího. Plnění se nastupuje po večeři.
7. **P e r o o v l á d á n í j a z y k a**
Podmínky jsou kruté - nepromluvit celých 24 hod. Vztahuje se i na různé zvuky a pískání. Opět ponecháno na cti plnícího. Plnění se nastupuje po ranním nástupu.
8. **P e r o v z d o r o v á n í n e p ř í z n í v é m u p o - č a s í**
Podmínky značně individuální a řídí se okamžitým stavem počasí.
9. **P e r o p ř e k o n á n í ú n a v y**
Podmínky individuální, řídí se podle situace v táboře
10. **P e r o o v l á d n u t í h n ě v u**
Po dobu 7 dnů se uchazeč o toto pero nesmí dostat do područí hněvu
11. **P e r o V i g i l i e**
Strávit převážnou část noci u ohně sám bez jakýchkoliv věcí vyjma sekery a zde přemítat o zadaném problému. Své uvahy pak přednese před komisí, která se skládá z držitelů odznaku orlích per a ti posoudí, zda lze toto pero uznat za splněné. Toto pero se plní tehdy, když je převážná část Hiawathovy zkoušky splněna.

Hiawathova zkouška je zkouška na posílení pevné vůle. Proto projevy slabé vůle jsou nežádoucí a v mnohém znamenají nezískání orlího pera a tím tedy i nesplnění této zkoušky.

Tři pokusy máš ke splnění orlích per přemáhání spánku a mlčení. Dva pokusy jsou ke splnění orlích per ovládnutí žízně, hladu, bolesti., přemáhání strachu, samoty, vzdorování nepříz. počasí, překonání unavy a ovládnutí hněvu.

Jediný pokus máš ke splnění orlího pera Vigilie.

Pakliže odmítneš u některého orlího pera jeho plnění / z vlastní pohodlnosti či pod různými "zástěrkami" / a toto podepíšeš, považuje se to jako slabost a tím jsi ztratil nároky na další plnění tohoto pera.

Přemoci sám sebe vyšší je,
než kdybys přemohl druhého,
jestli se přemůžeš jednou,
pak nadále stále se ovládáš.

