**Katka Svobodová**

**Nejlepší terapie je ta v objetí stromů**

Každý má jistě své místo, kam se rád vrací nebo kde trávil příjemné chvíle, jež se bezesporu dostanou člověku hluboko pod kůži. Samozřejmě i já mám jedno oblíbené místo, kde se cítím uvolněně a má na mě přímo zázračné účinky. Jsou to šumavské lesy a příroda obecně. Lásku k tomu magickému prostředí ve mně vzbudili prarodiče, když mi bylo sotva pět let.

Ze všech památek Šumavy mě zdaleka nejvíce upoutalo místo nesoucí název „Buk“, kde jsme trávili hned troje prázdniny za sebou. Jedná se o malou vesničku, která mnohým nestojí ani za povšimnutí, odbočka k ní nemá problém zapadnout mezi ostatními lesními cestičkami, dost možná byste ji nenašli ani na mapě. Cíl naší cesty byla malá, ale o to milejší a příjemnější chaloupka obklopená kolem dokola hustými lesy. Svým vzhledem dokonale zapadala do zdejší krajiny. Byla totiž celá ze dřeva, jak se sluší a patří na staré šumavské chalupy.

V životě jsem prošla již mnoho lesů, ale žádný z nich mě neokouzlil natolik, jako ten v Buku. Vstup do něj se přátelsky rozevíral navzdory vysoké koncentraci jehličnanů tvořících na první pohled neprostupnou zelenou hradbu. První zdání ovšem velmi klamalo, jakmile se za vámi totiž uzavřely vzrostlé a letité stromy, ocitli jste se v jiném světě, který vůbec nepůsobil neprostupně či temně. Les se dal vnímat prakticky všemi smysly naráz. Vůně lesních jahod, jehličí a hub, kterým se tehdy obzvláště dařilo, podtrhovala přímo meditační účinky prostředí. Všudypřítomné ptačí švitoření a cvrlikání nás jasně upozorňovalo, že nás z každého stromu pozorují obyvatelé lesa, sem tam nám přes cestu přeběhl ježek pelášící do svého úkrytu nebo jsme narazili na hada vyhřívajícího se na jedné ze skvrn, které četně zdobily vyasfaltovanou cestu. Byl to úžasný paradox, jak je tak uklidňující místo vlastně rušné a živější, než kdejaké městské centrum.

Asfaltová cestička byla sice velmi pohodlná, ale ještě víc svádělo z ní sejít hlouběji do lesa. Člověk měl sto chutí sundat boty a projít se po hedvábném mechu, který by s klidem dokázal konkurovat i tomu nejpohodlnějšímu koberci. U každého stromu se modralo borůvčí nebo naopak červenaly jahody a tehdy mi došlo, že takové lesy nejsou vymyšlené jen v pohádkách, ale skutečně ještě existují.

Největším překvapením pro mě bylo objevení jezírka, o kterém zjevně věděla jen zvířata. Jinak si nedovedu vysvětlit jeho průzračnou hladinu. Jezírko bylo skrytým diamantem celého lesa, odráželo sluneční paprsky a blyštilo se tak silně, až oči přecházely. Na chvíli jsem věřila, že chladivá voda z toho kouzelného místa dokáže vyřešit snad všechny neduhy na světě.

Les měl takovou moc, že popřel důležitost času a běžných starostí tížících každý kout hlavy. Mezi stromy člověk žil teď a tady, atmosféra zdejší přírody prosakovala až do hlubin duše, kde se příjemně usadila a zahnala všechno špatné, co v sobě máme tendenci hromadit.

Jen těžko se mi vždycky vrací do reality ze snového prostředí lesa a každé léto se nemůžu dočkat na už pravidelný „restart“, který mi šumavský les vždy dopřeje.