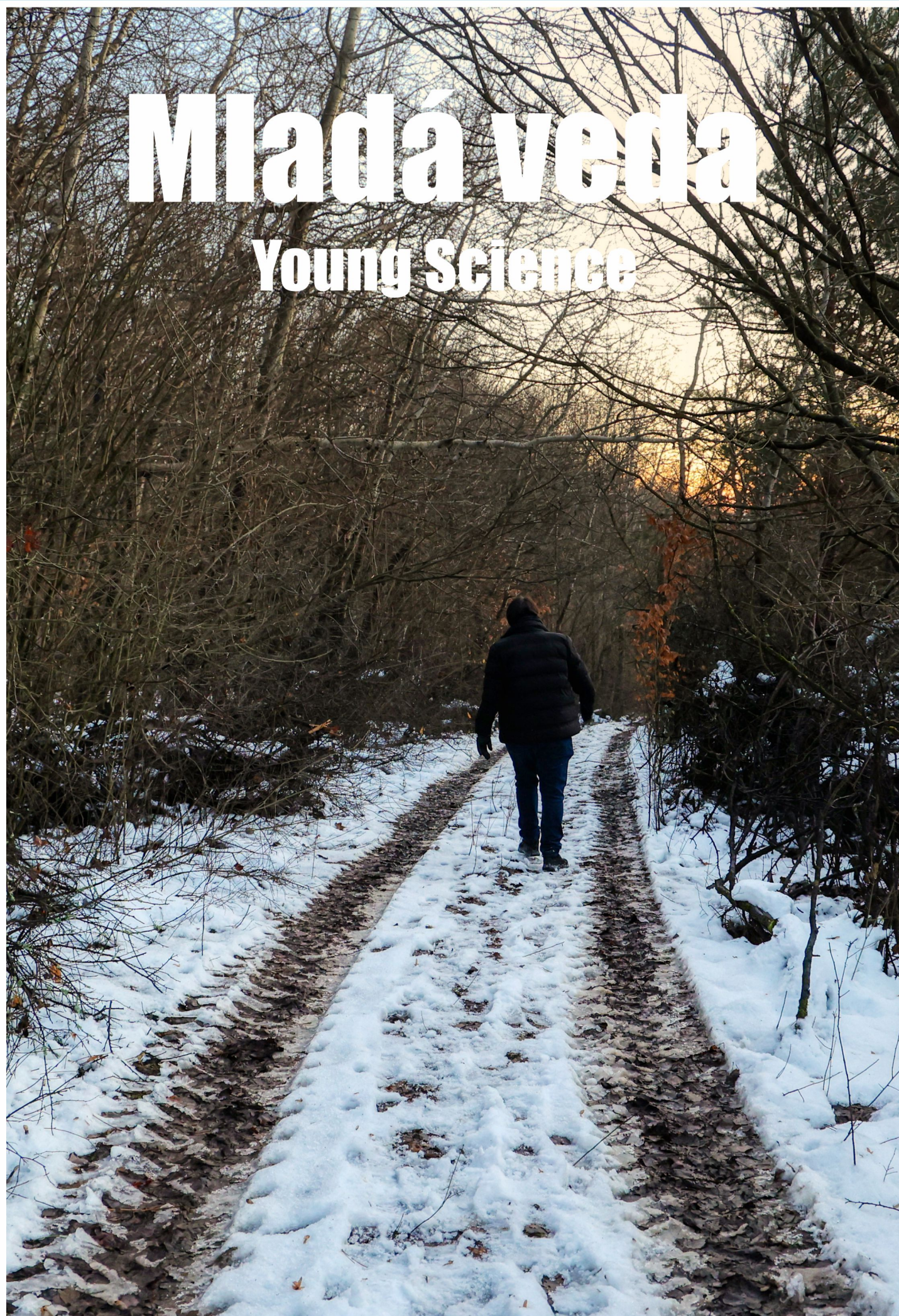


Mladá veda

Young Science



Mladá veda

Young Science

MEDZINÁRODNÝ VEDECKÝ ČASOPIS MLADÁ VEDA / YOUNG SCIENCE

Číslo 5, ročník 11., vydané v decembri 2023

ISSN 1339-3189, EV 167/23/EPP

Kontakt: info@mladaveda.sk, tel.: +421 908 546 716, www.mladaveda.sk

Fotografia na obálke: Zimná prechádzka. © Branislav A. Švorc, foto.branisko.at

REDAKČNÁ RADA

doc. Ing. Peter Adamišín, PhD. (Katedra environmentálneho manažmentu, Prešovská univerzita, Prešov)

doc. Dr. Pavel Chromý, PhD. (Katedra sociálnej geografie a regionálneho rozvoje, Univerzita Karlova, Praha)

Mgr. Jakub Köry, PhD. (School of Mathematics & Statistics, University of Glasgow, Glasgow)

prof. Dr. Paul Robert Magocsi (Chair of Ukrainian Studies, University of Toronto; Royal Society of Canada)

Ing. Lucia Mikušová, PhD. (Ústav biochémie, výživy a ochrany zdravia, Slovenská technická univerzita, Bratislava)

doc. Ing. Peter Skok, CSc. (Ekomos s. r. o., Prešov)

prof. Ing. Róbert Štefko, Ph.D. (Katedra marketingu a medzinárodného obchodu, Prešovská univerzita, Prešov)

prof. PhDr. Peter Švorc, CSc., predseda (Inštitút histórie, Prešovská univerzita, Prešov)

doc. Ing. Petr Tománek, CSc. (Katedra verejnej ekonomiky, Vysoká škola báňská - Technická univerzita, Ostrava)

Mgr. Michal Garaj, PhD. (Katedra politických vied, Univerzita sv. Cyrila a Metoda, Trnava)

REDAKCIA

Mgr. Branislav A. Švorc, PhD., šéfredaktor (Vydavateľstvo UNIVERSUM, Prešov)

Mgr. Martin Hajduk, PhD. (Banícke múzeum, Rožňava)

PhDr. Magdaléna Keresztesová, PhD. (Fakulta stredoeurópskych štúdií UKF, Nitra)

RNDr. Richard Nikischer, Ph.D. (Ministerstvo pro místní rozvoj ČR, Praha)

PhDr. Veronika Trstianska, PhD. (Ústav stredoeurópskych jazykov a kultúr FSS UKF, Nitra)

Mgr. Veronika Zuskáčová (Geografický ústav, Masarykova univerzita, Brno)

VYDAVATEĽ

Vydavateľstvo UNIVERSUM, spol. s r. o.

www.universum-eu.sk

Javorinská 26, 080 01 Prešov

Slovenská republika

RADINGER, E., 2022. *Dar divočiny*. Bratislava: Ikar. 312 s. ISBN 9788055185804.

„Keď dnes myslím na tú túru, rada ju prirovnávam k životu. Uvoľnene a spokojne ideš po ceste – až sa pred tebou otvorí priepasť a nevieš sa dostať ďalej. Aby si sa dostal na druhú stranu, musíš zostúpiť do hĺbky a prejsť ňou. Až potom cesta vedie smerom nahor – a tá je čertovsky namáhavá. No naučíš sa vydržať. Keď si to zvládol, pociťuješ eufóriu. Ale bez obáv- nezostane to tak. Vždy sa všetko začína odznova. To sa nazýva život.“

Elli H. Radingerová: *Dar divočiny*

Aké dary pre svoje duševné zdravie a pohodu môžeme čerpať z divočiny? Odpovede hľadala najznámejšia nemecká výskumníčka v oblasti vlkov Elli H. Radingerová, ktorá žije naozaj pozoruhodne dobrodružný život. Kniha je okrem iného aj zbierkou jej zážitkov z ciest a nádherných prírodných opisov, ktoré naplno ukázali jej tvorivý talent.

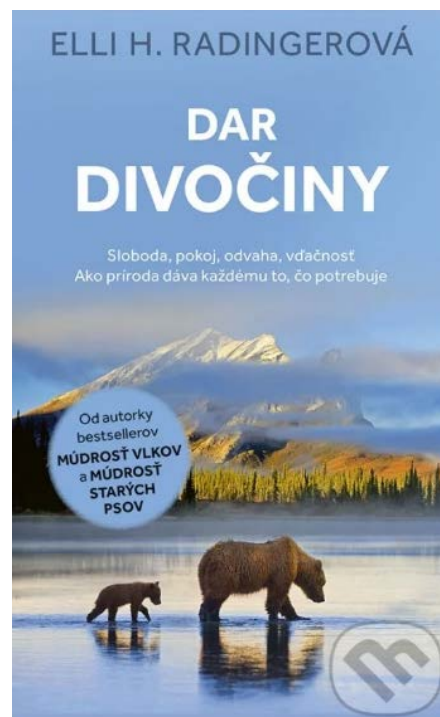
U zvierat môžeme pozorovať mnoho pozitívnych vlastností a navyše sa ich od nich aj môžeme naučiť. Múdrosť, prefikanosť a humor kojotov, pokoj bizónov, či sila spolupráce vlkov. Autorka dokonca odporúča ľuďom s rôznymi stresovými zamestnaniami sledovať konkrétne zvieratá.

Divočinu autorka vidí všade. V lese, pri mori, na lúke, pred dverami domu, aj v nás samých. Divočina je v našej hlave a na jej objavenie potrebujeme prekračovať svoje hranice, rozširovať ich, prekonávať strachy a každý deň si dokázať, že v našej divočine vieme prežiť.

K divočine pociťujeme nenávistnú lásku. Ničíme ju, ale dôsledkom toho po nej ešte viac túžime. Túžime sa vrátiť k svojej vlastnej podstate, späť do lona prírody. Divočina nás fascinuje a zároveň hnevá, pretože sme na nej závislí a aj keď by sme ju chceli kontrolovať, nedokážeme to. Navyše nám pripomína, ako sme sa od nej vzdialili a ako si bez nás dokáže dokonale poradiť. S divočinou bojujeme celý život.

Autorka knižný priestor využila aj na niekoľko motivačných kapitol, v ktorých nabáda nasledovať svoje sny a skúsiť podľa nich žiť. Pritom však máme dôverovať prírode, ktorá poháňa beh nášho života a je majsterkou nových začiatkov.

Kniha je aj učebnicou etológie vybraných druhov zvierat. Popri opisoch správania zvierat sa autorka zamýšľa aj nad tým, čo od nás ľudí potrebujú. Prišla na to, že od nás potrebujú hlavne pokoj. Denne, kvôli tomu, že sme sa vtreli do ich prirodzeného prostredia, prichádzajú o život. Nie my sme nimi ohrození, ale ony nami. V divočine treba ostať len pozorovateľom, vážiť si, že zvieratá môžu byť s nami v tejto roly sami sebou a byť vďačný za tie okamihy, ktoré nám venujú, napríklad, keď sa nám zahľadia do očí, čo môže mať na človeka významný psychologický vplyv.



Najlepším spôsobom, ako sa zamilovať do prírody, je podľa autorky objaviť základnú emóciu - údiv. Údiv prežívame, keď podráždenie zmyslov predstavuje nové a ďalekosiahle výzvy pre limbický systém mozgu. Núti nás zastaviť sa, nie konať. Je to príjemný stav, vďaka ktorému máme pocit, že čas sa spomalil a vďaka ktorému sa cítime ako časť väčšieho celku.

Netreba podnikat veľké dobrodružné výpravy, údiv sa môžeme naučiť prežívať aj v každodennom živote pozorovaním magických zázrakov prírody. A práve dôkladné prežívanie údivu je základom pre získanie lepšieho duševného zdravia prostredníctvom prírody.

Mgr. Patrícia Gajdošociová

Autorka pôsobí ako externá doktorandka na Filozofickej fakulte Prešovskej univerzity v Prešove. Vo svojom výskume sa venuje psychologickým aspektom klimatickej krízy. Je spoluzakladateľkou iniciatívy Psychológia za klímu, spolupracuje s environmentálnymi organizáciami a pracuje ako školská psychologička.

Mladá veda

Young Science

ISSN 1339-3189