

Univerzita Karlova

Filozofická fakulta

Ústav etnologie

Bakalářská práce

Dominika Nôšková

**Neformální transmise vernakulárních „babských rad“
v prostředí českých mladých dospělých**

Informal transmission of vernacular „folk recipes“
among Czech young adults

Praha 2022

Vedoucí práce: doc. PhDr. Petr Janeček, Ph.D.

Poděkování

Děkuji panu docentovi Petru Janečkovi za vedení práce a všem participantům na výzkumu, těm zmíněným i nezmíněným ve finální podobě bakalářské práce. Také děkuji svojí rodině a přátelům za podporu, kterou mi během kompletace materiálů a psaní bakalářské práce poskytovali.

Prohlášení:

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně, že jsem řádně citovala všechny použité prameny a literaturu a že práce nebyla využita v rámci jiného vysokoškolského studia či k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze, dne 6. srpna 2022

Dominika Nůšková

Abstrakt

Primárním záměrem bakalářské práce bylo zmapovat proces neformální mezigenerační transmise „babských rad“, vernakulárních, často rodinných receptů, které mají souvislost se správným zažíváním a prevencí před trávicími potížemi v prostředí současné české mládeže ve věku mladé dospělosti (tj. 18–25 let). Práce je definována badatelskými otázkami, „Od koho, kdy a kde získala tato generace znalost babských rad“, „Předává tato generace aktivně babské rady?“ „Komu, kdy a v jakých situacích je toto převádění uskutečněno?“. Dokumentace dat byla primárně prováděna na základě neformálních i formalizovaných rozhovorů s tázanými. Součástí práce je i teoreticko-historická část, snažící se v dialogu s etnologickou a folkloristickou literaturou definovat koncept „babské rady“. Za pomoci internetové analýzy, polostrukturovaných rozhovorů a dotazníkového šetření jsem došla k závěru, že babské rady jsou stále diskutovaným tématem. Zejména se tomu přibližují mladí dospělí, pocházející z menších měst a vesnic, kteří se přestěhovali do Prahy ve věku mezi 12-15 lety. S odkazem na rozhovory a výsledky z dotazníků jsou to více ženy, které poskytují, předávají a praktikují babské rady v běžném životě.

Abstract

The primary purpose of the bachelor's thesis was to map out the process of informal intergenerational transmission of "recipe knowledge", vernacular, often family recipes that have to do with proper digestion and prevention of indigestion in the environment of contemporary Czech youth at the age of young adulthood (i.e., 18-25 years). The work is defined by research questions, "From whom, when and where did this generation gain knowledge of recipes", "Does this generation actively pass on recipe knowledge?" "To whom, when and in what situations is this transfer made?" " The data documentation was primarily conducted on the basis of both informal and formalized interviews with the interviewees. Part of the work is a theoretical-historical part, seeking to define the concept of "recipe knowledge" in dialogue with ethnological and folklorist literature. Using internet analysis, semi-structured interviews and a questionnaire investigation, I have come to the conclusion that recipe knowledge or advice is still a topic of discussion. Young adults, from smaller towns and villages, who moved to Prague between the ages of 12-15, are particularly close to this. Referring to the interviews and results from the questionnaires, it is more women who provide, pass on and practice grandmotherly advice in everyday life.

Klíčová slova (česky):

Babská rada, zažívání, neformální transmise, vernakulární kultura, folklor, generační repertoár

Klíčová slova (anglicky):

Folk recipe, digestion, informal transmission, vernacular culture, folklore, generational repertoire

Obsah

Úvod	1
1. Teoretická část	3
1.1. Definice spojení	4
1.2. Účely babských rad	6
1.3. Handiness	7
1.4. Směry transmise	8
1.5. Neformální perspektiva	9
2. Historický vývoj	11
2.1. Babské rady součástí lidového léčitelství	11
2.2. Babské rady a orální narativita	13
2.3. Cesta k současnosti	14
3. Současné sdělovací prostředky	16
3.1. Internetové magazíny	16
3.2. Internetové diskuse	20
3.3. Tištěné magazíny a publikace	24
3.4. Audio a vizuální stopa	28
3.5. Sociální sítě	30
4. Terénní výzkum	32
4.1. Polostrukturovaný rozhovor	35
4.2. Dotazníkové šetření	42
4.3. Výstupy z dotazníkového šetření	50
4.3.1. Výstup č. 1	50
4.3.2. Výstup č. 2	51
4.3.3. Výstup č. 3	52
5. Souhrnná analýza dat	53
6. Závěr	54
Použitá literatura	57

Úvod

Babská rada, ostatně jako každá jiná rada, má své místo v orálním i písemném podání odjakživa. Klíčem k její přetrvávající existenci je podle dosavadní teorie, která je v celku přirozená i bez odborného posouzení, právě neformální transmise neboli aktivní či pasivní předávání námi zažitého lidového a domácího moudra. Související otázkou může být například, proč dnešní lidé bez odborné lékařské kvalifikace radí druhým v nesnázi? Proč si předávají domácí recepty a jak je možné, že jejich přesné znění vytáhnou tzv. z rukávu, když je potřeba? Je důležitá 100 % účinnost těchto receptů, nebo se může spolehnout pouze ten, kdo jim opravdu věří?

Ve spektru babských rad je totiž velmi diskutabilní jejich skutečná efektivita, jelikož je individuální. Mé zaměření se netýká pouze čistého sběru dat, ale mapování proudů transmise (jejich převodu), a to jak mezigeneračního v rodinných kruzích, tak i nezávisle na věku dotyčných. Transmisí tudíž myslíme aktivní i pasivní předávání, tedy fakt, který by v rámci uchování tradice neměl být opomenut, jelikož díky převodu je stále možné na babské rady nahlížet jako na aktuální téma. Teorie s praxí přichází do styku především v neformálním a každodenním spektru společenské mluvy, jelikož právě v této sféře je jev babských rad převážně viditelný, poněvadž v mnohých případech účastníci rozhovoru ani netuší, že předávají nějaké moudro, postavené na jejich zkušenosti či praxi někoho jiného.

Díky terénnímu výzkumu je doložitelný i fakt, že v dialogu s druhými nebo sami se sebou, lidé rádi vzpomínají na zesnulé předky, kteří jim babskou radu (BR) často v dětství poskytli. Vzpomínání probíhá na základě historiky, s níž se BR téměř vždy pojí a vytváří tak komplexní památku, možnou dále předávat komukoliv dalšímu. V tomto duchu BR působí úsměvně a bez ohledu na frekvenci v praktikování domácího receptu se jedná o diskutovaný fenomén, a to jak v rodinných kruzích, tak i širším společenském spektru.

Primárním prvkem bakalářské práce je otevřít téma, jež je v odborném diskurzu, a to včetně toho etnologického, z části opomenuto, zatímco v těch neodborných je mu věnováno nespočet

diskuzních webů, online skupin, ženských volnočasových magazínů či příruček. Dále je součástí práce zmapovat používání a předávání BR mezi mladými dospělými, konkrétně lidmi ve věku 18-25 let. K tomuto zmapování posloužil terénní výzkum, který měl za úkol nasbírat co možná největší množství konkrétních babských rad, sledovat jejich obměny, pohyb a míru transmise. Vedlejším, ale zajímavým úmyslem, pro mě zůstává snaha o zprostředkování jiné perspektivy v nahlížení na fenomén babských rad. Jde totiž takřka o nostalgické připomínání orální tradice, která v lidském životě zastupuje primárně dětský věk, což se může zdát na první pohled iracionální, ale osobně věřím, že babské rady a jejich předání v brzkém věku, může jedince do jisté míry ovlivnit. To následně odráží nutnost validity BR či lidové moudrosti, poněvadž zde existuje citový spojník mezi určitým obdobím lidského věku, vírou a oddanou náklonností k autoritě, kterou reprezentuje v našem případě starší generace (prarodiče, rodiče, tety a strýcové apod.).

1. Teoretická část

Tato část obsahuje definici babské rady, její účely a typy výkladu, zařazení do folklorního spektra a interpretaci vzniku/stálé existence. Analytický rozbor narativního fenoménu babských rad je důležitý pro bližší teoretické pochopení samotné existence ve společenském bytí, stejně tak, jako interpretace sdělovacích prostředků v konotaci s transmisí. Bakalářská práce tak představí definici nejen babské rady, ale i transmise a její funkce, na kterou ještě blíže poukáže v kapitole o terénním výzkumu.

Teoretická část a dále navazující část historická pracuje s pojmem babská rada jako se součástí lidové slovesnosti, jelikož vykazuje charakteristické rysy orální narativity. Důvodem zařazení BR do podskupiny (žánru) ústní lidové slovesnosti mezi malé folklorní žánry jsou především její společné znaky s příslovím. Spojující prvek zde zastává generalizovaná lidská zkušenost, která je klíčová, poněvadž se od ní odvíjí i sdělení samotné. Rozdílů mezi příslovím a BR je hned několik. Primárně ve vyjádření samotném, dále pak v praktickém provedení, kdy u přísloví nalézáme metaforickou formu, zatímco BR je doslovná a je navázaná na kulturní praktiku.

Dalším rozdílem může být i frazeologický charakter, který u BR není, jelikož může být pozměněn právě na základě místa nabytí, osoby, rozdílné zkušenosti či dezinterpretace. Praktická odlišnost spočívá ve fyzickém provedení, jež u přísloví není, zatímco u BR, je rozhodující přímá zkušenost formou opakované aplikace receptu. Podobnosti a společné znaky s příslovím se objevují ve společenském charakteru, který u přísloví a BR znamená zásah do oblasti mezilidských vztahů, předání nějaké specifické znalosti (Přivřelová 2013, s. 15). Pojítkem mezi těmito fenomény může být i nutnost transmise, poněvadž přísloví by bylo bez aktivního používání ze společenského povědomí vytraceno, stejně tak jako BR a podpůrná domácí pomoc, o které by se nehovořilo.

Zařazení BR mezi malé folklorní žánry ústní lidové slovesnosti z perspektivy základního umístění pojmu značí variabilitu BR při používání. Tím je myšleno zejména to, že v případě nutné klasifikace BR do konkrétního žánru či skupiny, narážíme na problém, jelikož

existuje několik rovin výkladu a zařazení. Proto bych pro snazší porozumění tématu přiřadila BR primárně ke skupině pověr a přísloví.

1.1 Definice spojení „babská rada“

Akademický slovník současné češtiny definuje přídavné jméno “babský“, jako *slovo vztahující se k starým ženám, ženským, charakteristické pro báby*. Výraz “babský“ je kolokviální¹ a má svůj výklad ve skupině kolokviálních vyšších² výrazů i kolokviálních expresivních projevech³. Podle kategorie kolokviálně vyšších se “babský“ vyskytuje v lidové zkušenosti, tradici a příklady uvádí následující: “*babské rady proti bolesti zubů, podle starých babských receptů může být čaj ze sedmikrásky lékem na kašel*“ (ASSČ online, 2022).

Kolokviální expresivní slova a významy uvádí příklady vztahující se k synonymickému slovu “ženský“ a ukázka zní: “*babský sněm ve sborovně, náš babský kolektiv chystá dámskou jízdu*“ (ASSČ online, 2022). Na základě této interpretace lze tvrdit, že výraz “babský“ stojí na expresivním základu, který přímo předurčuje komplexnost sdělení, tudíž, že rady jsou produkovány primárně ženami, více specificky těmi staršími (bábami). Kategorizace a přívlastek tak doslovně eliminuje mužskou participaci a zainteresování se v babských radách, jelikož je společensky vžito, že se jedná o ženské (babské) téma a zvýšená mužská pozornost by mohla vzbuzovat zženštilost.

Slovník spisovného jazyka českého z let 1960-1971 ke slovu “babský“ dodává i synonyma *babské léky (lidové, domácí), babský jazyk, klep, →příslowce, babský →zbabělý, bázlivý, slabošský* (ASSČ online, 2022). Výše popsané tvrzení tak lze obhájit právě tímto

¹ Kolokviální – slova a významy, které jsou typické pro každodenní vyjadřování a zároveň v něm nepůsobí zhruběle. Tradičně se označují jako nespisovné.

² Kolokviální vyšší – označujeme kolokviální slova a významy, které se poměrně často užívají i v komunikačních situacích, v nichž se přednostně užívá spisovná čeština. V těchto situacích působí jako méně formální, stylově nižší.

³ Kolokviální expresivní – jako kolokviální expresivní označujeme kolokviální slova a významy, které nesou expresivní příznak.

dodatkem, který přímo adresuje příslovečné určení výrazu “babský“, čili slova “zbabělý“, “bázlivý“, “slabošský“. Tato expresivní synonyma, vyskytující se pod příslovcem “babský“, generují styl chování přisuzující ženám (babám), tudíž svým smyslem vyřazují primárně mužskou pozornost ve spektru babských rad.

Nadcházející termín ve slovním spojení “babská rada“, je samotné slovo “rada“, které na základě lexikologického slovníku SSJČ (Spisovného jazyka českého, Ústavu jazyka českého) označuje *podstatné jméno ženského rodu, 1. pokyn, poučení, návod k jednání n. konání něčeho: dobrá, upřímná rada přítele, dát někomu radu* (SSJC. UJC online, 2022).

Podstatné jméno “rada“ ve svém lexikologickém významu obnáší jednání, které má charakter poskytnutí pomoci na základě vlastního přesvědčení o určité pravdě. Ono přesvědčení stojí na osobní zkušenosti a potřebě vyřešení nějakého více či méně tíživého problému.

Po spojení slov “babský“ a “rada“ vzniká slovní spojení, obecně známé jako babská rada. Na základě těchto dvou definic lze babskou radu brát jako folklorní fenomén, produkováný v původním znění primárně, explicitně babou. BR můžeme v praxi chápat i jako recept, podomácku zkonstruovaný, bez použití chemických látek (medikačních přípravků) specificky určených k řešení daného problému. BR existují v nespočetně mnoho podobách, obměnách, a recepty jsou určeny jak na zdravotní problémy, tak například i na zdokonalování fyzického vzhledu, úklid domácnosti a opravy, péče o domácí zvířata, předcházení zdravotním problémům (doplňky stravy) a další.

Vedle BR stojí pojem “transmise“, jehož znění SSJČ definuje následovně: *transmise (-se), převod, práv. dědictví, příd.jm. transmisní* (SSJC. UJC online, 2022). Podstatné jméno tedy lexikologicky vyjadřuje převod v obecném měřítku. Bližší vyjádření závisí na kontextu, v němž se výraz “transmise“ ocitá. V našem případě “transmise“ zaujímá místo nutné k udržení babské rady, její existence a variability (Bronner 2019, s. 38-40).

1.2 Účely babských rad

Již při lingvistickém rozboru slova "rada", je možné sledovat záměr BR v praktickém využití. Roviny výkladu BR poukazují na možnou tvárnost a adaptabilitu v rámci společenského uspořádání a příslušné doby. Stejně tak je ohebná i transmise, jejíž podoby mohou být různé. Účel BR tedy koreluje s dobou, v níž je popularizovaná, což lze pozorovat, například na vývoji BR v současnosti, který má do jisté míry komerční charakter, poukazující na přírodní léčení za pomoci bylin, udržitelnost, zdravý životní styl a vyhýbání se chemicky zpracovaným surovinám. V níže vymezené kapitole s názvem *Současné sdělovací prostředky BR* je možné pozorovat charakter televizních pořadů (Sama doma; Všechno, co mám ráda atd.), které těží diváckou sledovanost právě z této interpretace, ztělesňující značku "aktivní ženy v domácnosti", jejímž posláním je prezentace všeho, co během celého dne doma stihla uvařit, vyhotovit, upravit a zasadit na zahrádce, a to za pomoci vychytávek, které hraničí s potenciálem BR. V jedné rovině tak můžeme tento marketingový tah na společnost, která funguje v rámci rychlého životního stylu, vnímat jako popularizaci a moderní způsob neosobní transmise. Druhá rovina však vnímá i protipól, vyjádřený vypočítavou účelností, působící zkreseně.

Účel BR je do jisté míry i obecně vzdělávací, jelikož je možné narazit na výčty bylin, rostlin a z nich vyhotovených směsí, které jedince často zavedou v rámci podrobnějšího hledání do starých herbářů, receptářů a příruček, dokazující jejich tradici.

Další rovina účelné podstaty BR spočívá v jejím historickém kontextu tradičního lidového folkloru, rozšiřovaného zejména během Českého národního obrození (cca. 1775-1848). V tomto případě je myšlen hlavně sběr lidové slovesnosti, tradic a zvyků, poněvadž právě ty měly za úkol doložit existenci historické a kulturní půdy. Popularizace orální tradice se totiž v této době dočkala nejvyššího růstu, který je pro České národní obrození typický. Účel BR lze historicky chápat i jako narativní kompilační prvek tradičního lidového léčitelství, a to právě díky využívání různých bylin a bylinných směsí na příslušnou problematiku v praktickém využití. Mimo použití bylin se pojí často vyjádření BR i s pověrami⁴ a religiózní tematikou.

⁴ Zíbrt, Č. Lidové léčení na Táborsku, 1924, Český lid – *Proti žaludkovým křečím: Na Štědrý den vezmi červené víno, do kterého vlož tři kroužky kořenu. Při večeři postav to na stůl a nech státi až do Hodu Božího, právě, když poledne vyzvánějí vypí a křen sněž.*

Obsah účelové kategorizace BR pod lidové prvky pramení převážně ze sběru doložených receptů, systematických postupů a téměř magickým vyjádřením s rituálními elementy. BR tak do určité míry stojí v konkrétních případech až na pomezí s čarováním, jelikož se “recepisné” postupy uplatňovaly například u uhranutí⁵ či “pojištění” zdravého dítěte po narození⁶.

Je v celku diskutabilní, zda jde v citovaných případech o babskou radu či přímo o pověřivé rituály, poněvadž hranice těchto dvou fenoménů je tenká či téměř nespecifikovatelná.

1.3 "Handiness"

Folklorní zařazení ve formě aspektu BR se skrývá v přirozené existenci stálé transmise a každodenním styku ve společenském životě, do jisté míry i virtuálním. Potenciál BR i folkloru v běžném životě se opírá o pojem “handiness”, neboli “mít stále po ruce”. Tento pojem s folklorem spojil Simon J. Bronner ve své publikaci *The Practice of Folklore* (Bronner 2019, s. 37-38). Handiness folkloru a “recipe knowledge” (babských rad) souvisí s neomezeným používáním nejrůznějších domácích receptů nezávisle na místě, čase a souvislosti. Člověk má tedy možnost kdykoliv poskytnout radu, bez toho, aby musel někde dohledávat informace či dokládat zdroje. Formulace nepodléhá přesnému znění, jelikož si uživatel může sám podle svého zájmu recept obměnit, a to méně i více. Pokud ale předkládá v komunikaci určitý typ zkušenosti v podobě receptu či doporučení, které mu předala nějaká osoba a on či ona si na danou osobu vzpomíná, je vhodné pro úplnost sdělení zmínit původní recept a následně obměněnou verzi. Jedná se ale o subjektivní informaci, jejíž potenciál stojí právě na předání samotném a pravdivost receptu si tak může každý ověřit na základě vlastní zkušenosti. Handiness v sobě skrývá slovo “hand” (ruka), které vyjadřuje aktivní a instrumentální činnost, zjevnou a vizuální, individuální a pronikající více sférami než jen gestem bez potencionálního významu (Bronner 2019, s. 37). Efektivnost sdělení se následně odvíjí od kulturního aspektu,

⁵ Čeněk Zíbrt, Lidové léčení na Táborsku, 1924, Český lid – *Prvního máje natrhej květ jahod, a právě když v poledne vyzvání, za modlitby Zdravas, Královno, květy jahod rozetřítí v dlani a potřítí takto uhněteným květem spánky a čela. Před veškerým ouřkem jsi ochráněn.*

⁶ Čeněk Zíbrt, Lidové léčení na Táborsku, 1924, Český lid – *Babička tvrdila, že proto, že snědla můj první zub s chlebem, to, že dítěti pak narostou zdravé trvanlivé zuby, sni-li matka nebo babička první zub.*

v němž je informace zmíněna, což tedy přiživuje narativní vzpomínku a dochází k dalšímu šíření, transmisi.

Orální tradice tak prakticky postrádá psanou formu, dokumentaci konkrétního vyjádření (míněno teď a tady), jelikož klíčová je v případě BR repetitivnost, vzpomínka a zkušenost (Bronner 2019, s. 38). Psaná dokumentace při doporučování nějakého receptu přirozeně ani není na místě, protože se jedná o velmi běžné a zažité téma, které se samozřejmě zaznamenat může, ale je otázkou, jaké množství lidí by podnítilo pravidelné zaznamenávání narativního sdělení k zapsání si jednotlivých receptů. Babské rady tak mají jedinečné postavení, které lze vyjádřit nejdříve slovně, a následně ho buď vyvrátit nebo potvrdit zkušeností, ale v každém případě bude mít zažitý význam pro člověka, a to ve smyslu vzpomínky na určitý okamžik.

1.4 Směry transmise

Transmise funguje v případě předávání si narativních prvků v obou směrech. Na jedné straně stojí příjemce a na druhé straně osoba, která babskou radu předává. V případě běžné každodenní komunikace rozdělení proudů transmise podléhá zejména situaci a kolektivu, v němž se o BR diskutuje. Pokud se orientujeme na dětství, což je nejčastějším indikátorem vzpomínek na různé rady od prarodičů, tak na straně “poskytovatele“ rady stojí nejčastěji ob generační linie rodiny, tedy prarodiče a nad nimi praprarodiče. Příbuzenská linie směřující od sourozenců matky a otce hraje také roli poskytovatele, zejména pokud jsou staršího věku.

Z pohledu vývojové psychologie (Vágnerová, 2005, s. 346), charakterizuje druhé období dětského vzdoru jako součásti pubertálního období, konkrétně prvního období puberty, tedy mezi 11-15 rokem, odmítání rodičovské autority, která tudíž hraje roli i v poskytování rad. Proto se pubescent uchyluje spíše k autoritě ob generační, jelikož v ní často nachází větší porozumění v rámci zkušenostního přínosu. Teorie neobnáší 100% aplikovatelnost u všech jedinců, poněvadž rodinné uspořádání má každá rodina jinak, ale myšlenka pramení převážně z terénního výzkumu, jež je součástí této práce, kdy během doložených rozhovorů 90 % participantů začalo o BR vzpomínat právě prostřednictvím fráze “*To bylo vždycky nejčastější, když jsem byl/a v létě jako malá/ý u babičky*“. Přesně tato úvodní fráze za průvodu sdělení

konkrétní BR evokuje značnou kompatibilitu v dětství spíše s ob generačním vlivem než s rodičovským.

Druhý směre transmise BR funguje přesně opačně, kdy z příjemce se v průběhu života stane poskytovatel, což podmiňují hlavně zkušenosti, spojené s věkem dotyčného, kdy má dojem, že je schopný poradit/poskytnout recept na specifický nesoulad. Je tedy pravděpodobné, že čím starší a zkušenější si člověk připadá, tím více má potřebu poskytovat rady a předávat své znalosti někomu mladšímu či stejného věku. Synchronizované výměny těchto dvou proudů následně fungují jako hnací pohon transmise, díky níž je stále možné pozorovat babské rady v současném folkloru.

1.5 Neformální perspektiva

Důvodem volby neformálního uchopení BR byl především velmi malý obsah dostupných materiálů, jelikož se jedná o teoreticky neuchopené téma. Babské rady se totiž v českém folkloru, lidovém i současném, neobjevují nikdy samostatně.

Jsou součástí lidového léčitelství (Dana Motyčková), přísloví (František Ladislav Čelakovský) nebo rituálních praktik (Čeněk Zíbrt). Neformální přístup k BR a vyjádření jejich potenciálu v rámci transmise a současného užívání mezi mladými dospělými je první svého druhu, neboť se jej v práci pokouším uchopit samostatně. Výše zmíněná myšlenka o takřka neexistujících hranicích mezi lidovým léčením, příslovím a lidovou magií se setkává v jednom fenoménu, jehož vyjádření podléhá přirozenému rozhovoru, díky kterému je možné získat vcelku velké množství konkrétních rad a informací o transmissi. Blíže specifikovaná je samostatná kapitola s názvem Terénní výzkum.

Volba neformální celkové perspektivy podléhá i vnímání BR společností, protože obsahují nespočet variací. Jedna babská rada tak může mít několik obdob⁷, které se i vzájemně

⁷ "Při průjmu se má pít sklenička studeného kravského mléka" (rozhovor, Tereza, 18 let, Pardubice, od babičky v dětství)

vylučují⁸, a je nemožné s jistotou stanovit jednu korektní. Variabilita se odráží i v otázce funkčnosti, jelikož jedna BR nemusí být aplikovatelná pro více než jednoho člověka. Dalším prvkem je i jistá podmíněnost (placebo efekt), který koneckonců určitá BR může mít, její 100 % účinnost se pojí s přesvědčením⁹, jež bylo podloženo zkušeností a vzpomínkou na konkrétní osobu, která radu dotyčné/mu poskytla.

⁸ "Při průjmu se pije hrnek teplého kravského mléka s medem" (rozhovor, Lucie, 22 let, Praha, od babičky a matky, v 11 letech)

⁹ "Na pocit zvracení pomáhá kostka cukru s francovkou, fakt to vždycky funguje" (dotazník, Zuzana, 22 let, Praha, od babičky, 5 let)

2. Historický vývoj

Pro ucelené pojetí babské rady a její role ve společenském a folklorním českém povědomí je důležité nastínit vývoj BR k současnému smýšlení. Historický vývoj podléhá několika částem, které mezi sebou vzájemně kooperují a prolínají se.

První část této kapitoly je věnovaná uchopení BR jako součásti lidového léčitelství a neodborné lékařské praxe, opírající se o výzkumy z etnografické půdy, tedy o odborné články, a to dobové i současné. Druhá část pojímá babskou radu jako orálně-narativní prvek slovesného folkloru, propagovaného během blíže specifikovaných etap Českého národního obrození. A třetí rovina sleduje BR a její cestu k současnosti, kde poukazuje na společenské vnímání domácích receptů a jejich postupnou komercializaci.

2.1. Babská rada součástí lidového léčitelství

Jednou možnou cestou je referovat samotný vznik a dřívější vnímání babských rad jako součásti lidového léčitelství, které však pracuje s mnohem komplexnějšími postupy, a pojímá širší, literaturou podchycené vědomosti, které se týkají lidského těla a zdravotních problémů. Lidové léčitelství tedy stojí v nadřazené pozici nad BR z důvodu hlubších odborných znalostí, podložených praktickým využitím.

Jedna stránka lidového léčitelství obnáší tedy ústní lidovou slovesnost, která je zachycena právě v zaříkávání, příslovích a pověrách o zdraví, názorech na uchování zdraví a návodech na léčení (Motyčková 1992, s. 355).

Spojení těchto dvou sfér nemusí být pouze ve vyjádření lidové slovesnosti skrze léčitelství, ale také ve vztahu s přírodou, přičemž babské rady i lidové léčitelství svým zřetelem k přírodě a lidové moudrosti historicky tíhnou. Obecná shoda v tomto měřítku tedy předurčuje relativní povahu klasifikace a vzhledem k plynutí času a změnám v představách o světě mnoho pověr z lidového léčení a babských rad zahrnujeme do lidové moudrosti. Příkladem tohoto

vědění může být vznik *iridodiagnostiky*, lékařského odvětví moderní vědy, která rozpoznává nemoci na základě změn oční duhovky (Rudněv 1993, s. 192).

Relativní vztah mezi léčitelstvím a BR vyvstává i z opakované zkušenosti, pokud má tedy jedinec pocit, že určitá látka či směs na daný problém zabírá, a další osoba, léčící se s podobným nebo stejným problémem, je poblíž, tak jedinec původní jedinec využivší BR k vlastní zkušenosti, má následně nutkání poskytnou pomoc (Shaffer 1981, s. 71). Tímto způsobem vzniká opakující se rada, podložená zkušeností, jež stojí stejně tak i v základech léčitelství (Zíbrt 1927, s. 28).

Historické měřítko vzniká v momentě, kdy představíme osobu, která léčitelskou praxi v tradičním folklorním prostředí prováděla, poněvadž v průběhu 20. století již přestává být nutnějším zvykem, že osobou je tzv. bába. Jedná se v mnohých případech i o léčitele-muže (Motyčková 1992, s. 354). Čeněk Zíbrt v popisu svého rodného města Kostelce nad Vltavou tehdejší kořenářky, bylinářky a zažehnávačky označuje jako "*Báby z Veselíčka*" (Zíbrt 1927, s. 28). Podle označení se lze predikovat spojitost mezi babskými radami a léčením, a to vzhledem k předešlému vymezení definice výrazu "babské" (ženské).

Důvodem umístění spojitosti BR v léčitelství do historického vývoje je směr, díky kterému babské rady korelují s dobou jejich používání, tudíž si na jednu stranu zachovávají svoji "bylinnou" složku, ale také operují s moderními léky, přípravky, nápoji¹⁰ a mají různé variace. Zatímco tradiční léčení se drží svých receptů, které se předávají buď generačně či dochází k zaučení do tohoto řemesla, případně obojí, u babských rad se jedná spíše o nahodilou transmisi ve smyslu obsahu i pravidelnosti. Vzhledem k současnosti a těmto důvodům tedy v mé bakalářské práci vnímám babské rady a tradiční léčení spojené spíše v minimálním měřítku.

¹⁰ *Coca-Cola po lžičkách na pocit těžkosti*, M.V., 23 let, matka v dětství, Praha

2.2. Babské rady a orální narativita

Výraznou dobou ve sběru babských rad a celkového šíření orální tradice byla éra, kdy českému jazyku vzhledem k německému vlivu hrozil téměř úplný zánik. Ve druhé fázi Českého národního obrození (přibližně roku 1805 až 30. léta 19. stol.) figuroval František Ladislav Čelakovský (1799-1852), jehož sběr přísloví obsahoval i BR tehdejší doby – např. *Hotové zdraví, kdo nemoc poví* (F.L. Čelakovský 1852, s. 27); *Po domácím zelí, břicho nebolí; Z dobrého vína, dobrý ocet bývá; O čem mladí nevědí, to jim starší povědí* (F.L. Čelakovský 1852, s. 405). Ve sběru lidové slovesnosti byla zahrnuta lidová moudra v obecném měřítku, i když F.L. Čelakovský poprvé rozdělil přísloví a pověru, babská rada zůstává zahrnuta v příslovích a nestojí jako samostatný recept, ale jako moudro, podložené institucí zkušenosti.

Ve třetí fázi (přibližně roku 1830 až 1848) z Českého národního obrození vystupuje spisovatelka Božena Němcová (1820-1862), která se zasloužila o sběr lidové slovesnosti formou pohádek, obohacených o lidové hodnoty, pověsti a legendy. Skrze venkovský život se Božena Němcová dostala do kontaktu s životem, zvyky, a především slovesností na Domažlicku a následně na Slovensku. Své poznatky publikovala v časopisech Česká včela (1834-1847), Květy (Květy, 1834-1848), Moravské noviny (1860), almanachu Máj (1858) a dalších (Přivřelová 2013, s. 18).

Sběrem lidové slovesnosti se zabýval i jeden z nejznámějších českých spisovatelů a národopisců Karel Jaromír Erben (1811-1870), který své materiály získával z oblastí Podkrkonoší a Chodska. Ve své tvorbě pokryl i menší žánry lidové slovesnosti, do nichž jsem v předchozích kapitolách babských radách zařadila, jedná se tak například o dílo *Prostonárodní české písně a říkadla* (1864). Stejným žánrem se Erben inspiroval mimo jiné i ve svém populárním díle *Kytice pověstí národních* (1853), jelikož také vycházejí z lidové zkušenosti a tradice (Přivřelová 2013, s. 18).

Doba Českého národního obrození tak s pomocí obrozenců uvedla zvyky, moudra, přísloví a další, větší i menší žánry lidové slovesnosti, do povědomí veřejnosti, která se jimi dále mohla inspirovat a předávat kolektivní vědomosti do aparátu městských vrstev.

2.3. Cesta k současnosti

Vzhledem k výkladu babských rad pomocí lidového léčitelství na jedné straně a pomocí orální narativity (lidové slovesnosti) na straně druhé, není možné fenomén BR historicky uchopit samostatně, jelikož ho doposud nikdo neklasifikoval ve smyslu zmínění jejich kategorie ve vývoji či participace na nich spojené konkrétně s pojmem "babská rada". Nemusí se nutně jednat o dichotomii, nýbrž vztahy mezi lidovým léčitelstvím a orální narativitou lze vzájemně a přirozeně propojit se zřetelem na tradici a folklór, jak tradiční, tak současný (městský).

Cesta k současnosti s přidružením babských rad k lidovému léčitelství s sebou ve 30. letech 20. století přináší v Československu jednu z nejlépe utříděných vlastivěd, jež vyšla ve 13 svazcích, přičemž ve II. svazku se Československá vlastivěda, konkrétně autor J. Matiegka (1862-1941), věnuje lidovému léčitelství. Mimo popisu krátkých dějin ve vlastivědě rozčlenil pojmy jako jsou diagnóza, domnělé příčiny nemocí, předpověď výsledku nemocí či zamezení chorob, a určil i léčebné prostředky. Dále vyčlenil lidové nemoci a poukázal na výklad lidového léčitelství spojeného s pověrami (Motyčková 1992, s. 356).

Konec II. světové války změnil národopisem studovaná témata a lidové léčitelství tak bylo probíráno pouze zkrátka a ojediněle. V 50. letech se vnímání léčitelů s pokusem o alespoň publicistickou literaturu hodnotilo převážně negativně. Léčitelé samotní své bylinné směsi a recepty vydávali v malých nákladech a jednalo se o nepřiliš obsáhlé a interní tisky (Motyčková 1992, s. 356)

Před listopadem 1989 byly informace o léčitelství oficiálně nežádoucí, i když široká veřejnost o jejich rady a recepty stála a aktivně je vyhledávala. Po listopadu 1989 však výrazně vzrostl zájem nejen veřejnosti, ale i odborných kruhů o studium léčitelství. Tento krok doprovázel i vznik časopisů k šíření alternativní medicíny, televizní a rozhlasová vysílání (Motyčková 1992, s. 356). Nárůst zájmu o léčitelství tak v jistém smyslu mohl znamenat i možnost komplexnějšího studia, které tak v přirozeném smyslu oddělilo babské rady do své vlastní sféry, jež neproběhla specifikací, a léčitelství se dostalo odbornějšího postu, což potvrzuje i vznik organizací a společností s léčitelským zaměřením.

Perspektiva vývoje současnosti babských rad v duchu orální narativy s sebou přináší před listopadem 1989 úpadek, a to jak na vesnicích, tak i ve městech. Nahrazení studia každodennosti přichází v této době ruku v ruce s povýšením masové, vyšší kultury, která má urbanizovaný charakter. Interpretační žánry lidového folkloru se staly chudšími a adaptace v rámci celého kulturního života nebyla pozměněna (Sirovátka 1985, s. 51). Tradičnější chod folklorního života a stálá existence tradiční lidové slovesnosti byli převážně v této době přítomi na Slovácku, Chodsku a Valašsku (Sirovátka 1985, s. 51). V rámci folklorních studií šlo údajně o přirozený přechod a jednalo se o jeden z úseku přirozeného vývoje tradice (Sirovátka 1985, s. 50).

Po listopadové revoluci v roce 1989 došlo pozvolna k interdisciplinaritě a s připojením antropologické a sociologické perspektivy nabyla orální narativita dalšího rozměru, neboť ve společenském podvědomí stále přetrvává potřeba vzájemného sdělování, informovanosti pomocí mluveného slova a chuť vyprávět v malé přirozené skupině (Botiková, Válka 2017, s. 241).

Cesta, která vede v rámci obou interpretací (léčitelská a orálně-narativní) k současnosti, je v obou pohledech shodná ve svém společenském odrazu, který je viditelně podmíněn globalizací, ale především komerčním vyjádřením babských rad. Transmise tak v dalších částech sleduje širokou škálu možného předání BR, která spojuje množství několika blíže specifikovaných aspektů.

3. Současné sdělovací prostředky BR

Babskou radu lze předat několika způsoby, přičemž každý z nich má svůj osobitý charakter, který splňuje podmínku transmise. Mezi podmínky úspěšného předání lze zařadit postoupení BR ze strany předávané osoby (poskytovatele BR). Následně diskusi nad konkrétní babskou radou, tedy zjištění přesného postupu, který zahrnuje i výčet surovin, a případné poměry (sklenička mléka, jedna polévková lžice Coca-Coly, špetka hřebíčku atd.). Tato fáze zahrnuje často i původní zdroj, ze kterého poskytovatel BR recept získal. Třetím krokem je přijetí BR, zapamatování si rady, kdy ve čtvrtém kroku dochází k samotnému použití BR při specifickém problému. Transmise se poté opakuje v podobném schématu.

Prostředky sdělování babských rad jsem v textu mé bakalářské práce rozdělila na základě doloženého výzkumu a vlastního sběru dat, který podléhal komplexní rešerši v rámci současného šíření BR prostřednictvím internetových magazínů, diskusních fór, tištěných magazínů, knižních publikací, rozhlasového a vizuálního materiálu, sociálních sítí a v neposlední řadě neformální osobní konverzace.

3.1. Internetové magazíny

Po zadání výrazu "babské rady na bolesti žaludku" webový prohlížeč Google zobrazí 33,900 výsledků. Tudíž tento počet odpovídá doporučeným řešením na žaludeční problém, který je podán pomocí nějakého konkrétního postupu. Prvním výsledkem v internetovém vyhledávání se objevuje magazín Prozeny.cz¹¹, který obsahuje článek o přejídání během vánočních svátků. V rubrice Zdraví tento internetový magazín zobrazuje nejrůznější druhy článků s podtitulky jako jsou "příznaky", "těhotenství a porod", "mudr. ování", "psychika" a tak podobně. Analytická podoba článků není v podstatě možná, jelikož každý podtitulek se liší v rámci svého znění a členění obsahu. Babské rady se však objevují buď ve vlastních člancích, nebo jsou součástí "lékařských" doporučení. Velký počet článků s touto tematikou odkazuje na běžnost v jejich interpretaci.

¹¹ Prozeny.cz, Babské rady na bolavý žaludek od přejedení, 2021

Babské rady na bolavý žaludek od přejedení

prozeny.cz/clanek/babske-rady-na-bolavy-zaludek-od-prejedeni-77030



Před 7 měsíci · Koledy, stromeček, rozzářená dětská očka, ale taky řízky, kapr, pěkná porce bramborového salátu, cukroví a spousta jiných dobrot. U stromku vás tak nemusí zaskočit jen radost z nadílky, ale také pěkný...

Zábaly na hrudník, čaje na úlevu, houby k obědu. Bylinky a babs...

prozeny.cz/clanek/zabaly-na-hrudnik-caje-na-ulevu-houby-k-obedu-bylinky-a-babske-ra...



Před 5 měsíci · Při kašli nebo bolavém hrdlu přináší úlevu zázvorový čaj, kloktání nebo šátek kolem krku. Co když ale potíže sedí trochu hlouběji a vy cítíte nepřijemný tlak a chrčení na průduškách? I tady dokážou pomoci babs...

Babské rady, jak se zbavit černých teček: zkuste rajče

prozeny.cz/clanek/babske-rady-jak-se-zbavit-cernych-tecek-zkuste-rajce-74054



Před 11 měsíci · Nevzhledné černé tečky trápí řadu lidí bez ohledu na věk. I když se rozhodně nejedná o problém typu akné, na vzhledu také příliš nepřidávají. Proč vznikají a jak se jich zbavit snadno, efektivně a doma?

Nejlepší babské rady proti chrápání: Míček pod pyžamo, máta...

prozeny.cz/clanek/micek-pod-pyzamo-lepsi-polstar-i-oblicejova-joga-nejlepsi-babske-ra...



Před 5 měsíci · Nemůžete spát, protože váš partner ukrutně chrápe? Ráno se

12

Mezi další populární internetové magazíny patří i Proženyblesk.cz¹³, který má taktéž rubriku Zdraví, v níž je možnost nalézt velké množství článků s tematikou týkající se babských rad. Podtitulky lze členit například na "zahrada", "hobby", "události", "příběhy", "životní styl" a další. Jeden z článků obsahující BR na zažívací potíže rozebírá nejrůznější druhy žaludečních potíží, a to od "žaludku na vodě" po průjem a jiné problémy. Důležitým faktem je, že tento i další články je možné zobrazit v plné podobě až po zaplacení předplatného. Tato informace tak vypovídá o tom, že některé informace ve webovém portále jsou až natolik čtenářsky vytížené, že si za ně čtenář musí připlatit.

¹² Screen vlastní obrazovky s náhledem na webovou stránku Prozeny.cz po zadání termínu "Babské rady"

¹³ Proženyblesk.cz, Babské rady na bolest břicha. Které potraviny a bylinky vás zachrání?

Výsledky hledání pro výraz: **babské rady**



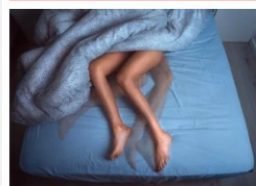
10 babských rad, které uleví pokožce spálené od sluníčka



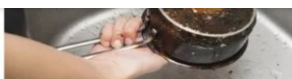
Zesvětlete si vlasy přírodní cestou! Víme, co můžete bezpečně vyzkoušet



Potřebujete oddálit menstruaci kvůli dovolené? Známe tipy lékařů i babské rady



Víme, jak na syndrom neklidných nohou! Zkuste levanduli a jógu



Jak vyčistit připálený hrnec, plech i pekáč? Pomůže obyčejná sůl nebo olej!



Jak vyzrát na spáleniny od sluníčka? Pomůže vám jedna z těchto babských rad



Vyzrajte na popraskané paty! Zkuste osvědčené triky našich babiček: pomůžou citron, sádlo i tvaroh



Pigmentové skvrny: Proč vznikají a jak je odstranit?



HOBBY
Jak se zbavit vos: Vyroberte si pasti a vyzkoušejte babské rady



UDÁLOSTI
Na Česko se řítí invaze komárů! Můžou za to silné



Zase ta žáha? Zatočte s nepříjemným pálením!

14

Třetí nejrozšířenější internetový magazín, má ve svém názvu přímo pojem "recept", tudíž je zjevný i jeho účel. iReceptář.cz¹⁵ pojímá v rubrice Zdraví mnoho BR v provedení týkající se domácnosti, prevenci proti sezónnímu onemocnění, zbavování se hmyzu, zkrášlování fyzického vzhledu a dalších každodenních aspektů. BR je obsažena minimálně v každoměsíčním článku rubriky Zdraví.

¹⁴ Screen vlastní obrazovky s náhledem na webovou stránku prozeny.bleesk.cz po zadání termínu "Babské rady"

¹⁵ iReceptář.cz, Bylinky a babské rady na zklidnění žaludku a proti zvracení



ZDRAVÍ

Babské rady, jak se vyhnout klíšťatům. Které fungují a které jsou nesmysl?

Vytáčet proti nebo po směru hodinových ručiček? Pálit, rozmáčknot nebo jak jinak sprovodit ze světa? Hádáte správně, řeč je o klíšťatech a babských radách...

26. 07. 2021 | Doba čtení 5 minut

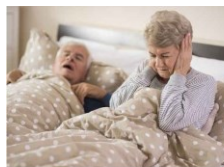


ZDRAVÍ

Nejlepší babské rady na bolest zubů: Co pomáhá?

Věříte na babské rady? Víte, jak si pomoci od bolesti? Když vás přepadne nečekaná bolest zubů, jen málo kdy je po ruce účinná pomoc. Bolest zubů udeří...

02. 09. 2021 | Doba čtení 3 minuty



ZDRAVÍ

Babské rady proti chrápání. Zkuste sůl. Je nad zlato!

Kvalitní spánek - půl zdraví. To hlásí každý lékař. Jak ale docílit klidné noci, když vedle vás milý „zafezává“? Odložte špunty do uší a zkuste babské...

22. 10. 2021 | Doba čtení 5 minut



ZDRAVÍ

Bylinky a další babské rady, které zabírají na bolesti zubů

Bolest zubů potrápí občas každého a nikdo nemůže říci, že by to bylo něco příjemného. Mnoho z nás se také bojí zubaře jako čert kříže a snaží se tuto...

18. 10. 2021 | Doba čtení 3 minuty



DOMOV A BYDLENÍ

Nejlepší babské rady, které se vám budou hodit v zimě

16

Tři nejčtenější internetové magazíny, pobírající babské rady ve své nejobsáhlejší podobě, mají několik společných vlastností. Nejzjevnější se týká včlenění babských rad do rubrik Zdraví, které dále člení BR podle jejich konkrétního využití. Složení BR například proti hmyzovým škůdcům se tak liší od BR na pálení žáhy. Další společnou vlastností článků je i konkrétní údernost podle ročního období. Během letního období jsou tak zřejmé články spojené s dovolenou, například týkající se spálené pokožky od slunce či oddálení menstruace, případně zesvětlování si vlasů pomocí domácích surovin. Zimní období tak zastírají BR mířené na problematiku příslušnou k zimě a vánočním svátkům (přejídání, bolesti žaludku). Poslední postřeh se týká zaměření webových stránek, neboť jsou bezmála v každém případě mířeny na ženy, přímo ve svém názvu obsahují pojem "žena". Zůstává otázkou, zda tvůrci předpokládají pohlaví svých čtenářů, či vnímají ženy jako ty, které tyto problémy prakticky řeší v domácnosti, a přirozeně se o ně zajímají.

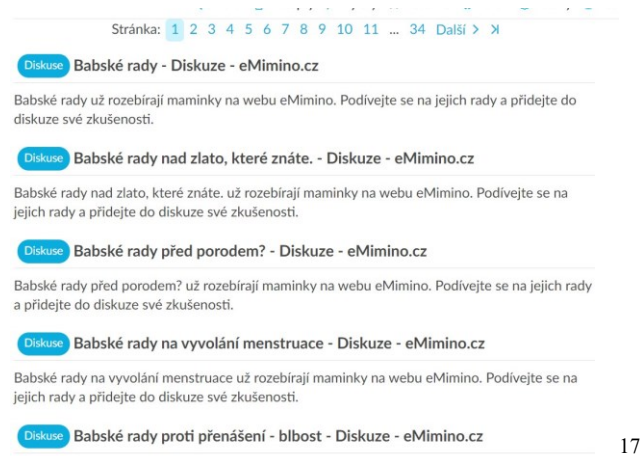
Sdělovací prostředek je publikační, tudíž prostupuje publikací, čtením a aktivním provedením konkrétního doporučení, či jeho zavržením. Transmise tak neadresuje v publikačním charakteru specifickou osobu, jako u narativního vyjádření, ale míří na anonymní osobu, která se možné transmissi přiblíží přečtením článků, a uvážením jejich věrohodnosti.

¹⁶ Screen vlastní obrazovky s náhledem na webovou stránku iReceptar.cz po zadání termínu "Babské rady"

3.2. Internetové diskuse

Internetové diskuse jsou v mnoha případech součástí webových stránek, které pobírají články, bazary, poradny a jiné služby s různým zaměřením. Rozdíl mezi internetovou diskusí a internetovým magazínem pramení z možnosti uživatelů vpisovat vlastní postřehy ve větším měřítku, tedy ne pouze jen do sekce komentářů. Obyčejný uživatel je tak zcela oprávněný své zkušenosti psát anonymně, tedy pod smyšleným jménem, či s uvedením svého pravého jména. Pro vložení dotazu ve fóru je tak potřeba, aby byl uživatel na příslušné platformě zaregistrovaný a přihlášený. Systém funguje na základě vložení dotazu, a čekání, zda se pod dotazem rozroste diskuse, v níž se lidé, nejčastěji pod přezdívkami, snaží dotyčné/dotyčnému poradit ze svojí vlastní zkušenosti, případně z cizí, tedy již přenesené zkušenosti.

Mezi nejfrekventovanější diskusní fóra patří webová stránka eMimino.cz, která ve vyhledávání pod termínem "babská rada" sčítá více než 1020 diskusí, obsahujících tento pojem.



Stránka obsahuje převážně diskuse na téma početí, menstruace, porod a dětská onemocnění, kde se nejčastěji matky radí s jinými matkami o konkrétním problému. Lze tedy tvrdit, že se jedná primárně o stránku, kde si radí matky různého věku, což je možné potvrdit i popiskem "*Babské rady už rozebírají maminky na webu eMimino. Podívejte se na jejich rady a přidejte do diskuze své zkušenosti*" (eMimino, 20. července 2022). Na jednu stranu toto

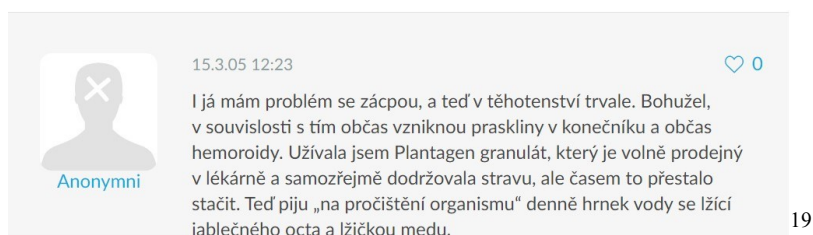
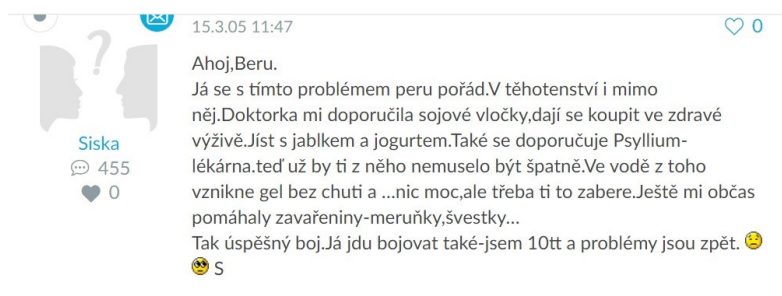
¹⁷ Screen vlastní obrazovky s náhledem na webovou stránku eMimino.cz po zadání termínu "Babská rada"

pobízení kategorizuje babskou radu výhradně do ženského, mateřského sektoru, na druhou stranu vytváří bezpečné prostředí pro laické sdílení, často senzitivních problémů, které mnohdy (nejen) ženy nechtějí řešit s odborníkem, nebo mají pocit, že jsou schopné si poradit z pohodlí domova či využít dostupný lék z lékárny namísto předpisu a odborné návštěvy u příslušného lékaře.



Dotaz v diskusi je tedy formulovaný stejně či obdobně jako při návštěvě odborného lékaře, zatímco publikum může být zcela neznalé problematiky těhotenských zažívacích problémů, jelikož každá babská rada může na jednotlivce působit odlišně, rada tak v některých případech má schopnost uškodit (nebezpečí primárně v těhotenství) či v lepším případě, nezapůsobit vůbec. Jeden dotaz může mít až nespočet nejrůznějších doporučení od volně dostupných léků přes směsi vody, octu a cukru až po konzumaci určitého sušeného nebo čerstvého ovoce.

¹⁸ Screen vlastní obrazovky s náhledem na webovou stránku eMimino.cz, po zadání dotazu "Babská rada na zácpu", zobrazení příspěvku z 15. března 2005, uživatelka "beruka"



V odpovědích lze pozorovat, že uživatelky poskytly radu ochotně, a se zájmem pomoci, jelikož si údajně prošly či procházejí stejným problémem. Poskytnutí rady proběhlo v ten stejný den, po uveřejnění příspěvku, tudíž se tázající uživatelka dočkala okamžité odpovědi a dalších více než 154 rad.

Webová stránka Vitalion.cz obsahuje i samostatnou složku s názvem "Babské rady", která funguje jako online poradna a zároveň automaticky určuje potenciál rady, a to tím, že vymezuje babské rady samostatně, nikoliv v rámci diskusního fóra. Babskou radu na stránku může vložit jakýkoliv nezaregistrovaný návštěvník společně se svým jménem a emailovou adresou, která se v příspěvku nezobrazí. Stránka Vitalion.cz je propojena i odkazem na dříve zmíněné diskusní fórum stránky eMimino.cz. Vitalion.cz obsahuje abecední seřazení BR, nejlépe hodnocené babské rady a seřazení podle zaměření.

¹⁹ Screen vlastní obrazovky s náhledem na webovou stránku eMimino.cz, po zadání dotazu "Babská rada na zácpu", zobrazení odpovědí na příspěvek z 15. března 2005, uživatelka "Siska" a "Anonymní"

Rychlá navigace: Vitalion.cz » Babské rady

BABSKÉ RADY



Tato sekce je jedinečným zdrojem rad pro vaše zdraví i krásu. K dnešnímu dni zde naleznete **132 rad a tipů**. Můžete zde sdílet jak moudra svých předků, tak věci, které se vám osvědčily ve vašem životě.

Reklama

Babské rady | tak teď babo rad!

Nepomáhají Vám léku, nedokáží Vám lékaři pomoci a nebo prostě chcete jen vyzkoušet přírodní léčbu a triky našich předků? Právě pro Vás je určena sekce babských rad!

- Znáte zaručený tip pro dobré zdraví? Přidejte jej a pomozte ostatním uživatelům.
- Přidávejte své babské rady a sdílejte je s ostatními uživateli.

Chcete rychlou odpověď? Na webu eMimino.cz jsme pro vás přehledně sepsali ty nejzajímavější [babské rady](#).

[+ Přidejte babskou radu](#)

Nejnovější babské rady

Kousnutí klíštětem

Před pár lety jsem mi přisálo na pldnouru klíště, bylo pěkně velké, při vydávání jsem jej vymáčkl ,pak to začalo.Začaly problémy s čuráním, oslabil se zadek...

Radí uživatel/ka Lubomír Laco

Bolívá Vás někdy "za kravatou"?

Bolívá Vás někdy "za kravatou"? Mně tam začalo bolet před lety, svěřil jsem se manželce (zdravotnice), ta mne poslala k doktorovi s tím, že možná mám...

BABSKÉ RADY ABECEDNĚ

- [Ajurvédský recept proti infekcím](#)
- [Akné a přírodní léčba](#)
- [Akupresurou proti tinnitu \(zvonění v uších\)](#)
- [Babské rady na vysoký a nízký krevní tlak](#)
- [Bazalkový olej](#)
- [Bělení zácilon od kuřáka](#)
- [Bělení zubů doma](#)
- [Bezinková šťáva - recept proti kašli](#)
- [Bezinky - recepty](#)
- [Bolavá a oteklá kolena či jiné klouby](#)
- [Bolest kloubů - přírodní léčba](#)
- [Bolest svalů a šlach](#)
- [Bolest v kolenně - rybí tuk](#)
- [Bolest zad v kříži i jinde](#)
- [Bolívá Vás někdy "za kravatou"?](#)
- [Borůvky na průjem](#)
- [Bradavice a přírodní léčba](#)
- [Bylinky na průjem](#)
- [Bylinná inhalace proti rýmě a nachlazení](#)
- [Čaj na hubnutí](#)
- [Čaj na žaludek](#)
- [Čaj při ulcerózní kolitidě](#)
- [Čaj z kopřivy na akné](#)
- [Čaj z ostropestřce při mononukleóze](#)
- [Čaj z řebříčku](#)
- [Cibule na kuří oko](#)
- [Cibulový čaj](#)
- [Cibulový sirup](#)
- [Čínská alpa na opary](#)
- [Co na bolesti kloubů](#)

[Zobrazit všech 132 babských rad abecedně](#)

»

Webová stránka Modrýkoník.cz se svým obsahem diskusních fór, probírané problematiky a doporučení BR je podobá stránce eMimino.cz, jelikož obsah se ve většině případech orientuje na poradnu v rámci těhotenského zažívání, novorozeneckých dětí a podobně. Modrýkoník.cz rovněž jako eMimino.cz je propojený s bazarem nejen dětského oblečení a příslušenství, kočárků a dalších vymožeností, ale i kosmetiky, zahradních, domácích potřeb a ručně dělaných výrobků.

Tento typ online prostředí, tak lze vnímat, jako přívětivé místo pro matky na mateřské dovolené, které se mohou s problémem, či dotazem obrátit na jiné matky, a to z pohodlí domova. Rady jsou variabilní, formulované přímo s jasnou instrukcí (receptem), neobnáší však zjevné citové propojení jako v případě narativní formulace babské rady, obsahující příběh a

²⁰ Screen vlastní obrazovky s náhledem na webovou stránku Vitalion.cz, po kliknutí na složku "Babské rady", zobrazení odpovídá úvodní stránce

²¹ Screen vlastní obrazovky s náhledem na abecední seřazení BR, na webové stránce Vitalion.cz

sdělení, od koho rada pochází. Tato rada také postrádá osobní znalost člověka sedícího na druhé straně obrazovky, čímž je účinnost BR snížena a v podstatě neměřitelná.

Důvod použití internetových dat v této kapitole je zásadní, poněvadž prezentuje vernakulární BR a transmisi v současném a přirozeném světle. I když se použití ne odborného materiálu může zdát nespolehlivé, pro práci je nezbytné zmapovat převod a jeho sdělovací prostředky v pravém prostředí. Internetová diskusní fóra tak představují ideální místo, kde se nad babskými radami diskutuje v hojném množství, a taktéž ukazuje i publikum, které se jimi zabývá a elektronickou formou je poskytuje, či přijímá a dále aktivně předává.

3.3. Tištěné magazíny a publikace

Mezi populární týdeníky, které pojímají babské rady pravidelně jako svoji tištěnou přílohu nebo jim věnují kapitolu, patří především časopis Květy. Tento český magazín s dlouholetou tradicí zahrnul BR na zažívací potíže v mimořádné příloze, ²²v roce 1990, příložená část se nazývá *36 přírodních způsobů, jak být fit* a trávicím potížím je věnována jedna strana. Autory přílohy jsou čtenáři samotní, kteří s úmyslem podílet se na tvorbě a přispět svojí zkušeností kontaktovali redakci. Například na nadýmání doporučuje jedna ze čtenářek²³ denní konzumaci jedné nastrouhané mrkve, která údajně pomáhá k detoxikaci trávicího ústrojí. Další BR od čtenáře²⁴ se týká hemeroidů, kdy míří výhradně na mužské publikum, poněvadž doporučuje mužům, které trápí hemeroidy, nošení volných trenek, aby bylo zabráněno zapaření, a s tím spojuje i potírání řitního otvoru sádlem, jež má podle rady hojivé účinky. Radící čtenář slibuje stoprocentní účinnost, jelikož jemu následování rady zajišťuje pohodlí již po 25 let.

Mimo tuto přílohu týdeník Květy zahrnuje téma BR do svého repertoáru poměrně často. Za rok 2022 ve svých vydáních zmiňuje domácí recepty v březnovém²⁵, dubnovém²⁶,

²² Květy, mimořádná příloha, s. 4, 1990

²³ Květy, mimořádná příloha, s. 4, 1990, Lenka Minevová, Plzeň

²⁴ Květy, mimořádná příloha, s. 4, 1990, Karel Krátký, Praha 10

²⁵ Květy, *Tajemství dlouhověkosti odhaleno, nejúčinnější recepty proti stárnutí*, 3. března 2022

²⁶ Květy, *Zázvor: Král domácí medicíny*, 14. dubna 2022

květnovém²⁷, červnovém²⁸ a červencovém²⁹ čísle, a to vzhledem k titulní straně týdeníku. Vize nakladatelství Vltava Labe Media³⁰ představuje týdeník Květy jako moderní zpravodajský týdeník, který je určen pro celou rodinu, zabývá se aktuálními trendy, analyzuje spotřebitelské problémy, a to vše otevřeně, zajímavě a čtivě.

Pod nakladatelství Vltava Labe Media spadá i časopis podobného zaměření Vlasta³¹. Tento časopis na základě popisu nakladatelství adresuje přímo "čtenářky", které mají zájem o odpočinkovou četbu, plnou inspirace k vaření a pečení, péče o vlastní vzhled, rodinu, domácnost a další pilíře, jež jsou téměř totožné s týdeníkem Květy, jelikož se o předání informací usiluje srozumitelnou a přátelskou formou.

Vzhledem k samotnému záměru mé bakalářské práce jsem se pokusila vyzdvihnout pouze ty nejznámější tištěné magazíny na českém trhu, které do svého obsahu předávají povědomí o BR v obecném měřítku, a zároveň se zaměřují v některých svých publikacích i na zažívací problémy a doporučením na jejich odstranění. Časopisů, jež by mohly pobírat v tištěné formě domácí recepty, je tedy mnohem více než pouze dva výše uvedené tituly.

Důvodem uvedení tištěných magazínů jako příkladu sdělovacího prostředku BR je zejména snaha prezentovat BR v prostředí, kde se přirozeně vyskytují. V případě tištěných magazínů se jedná o starší zdroj než u internetových diskusí, a na základě toho lze předpokládat, že adresátem nebude primárně mladý dospělý, ale též starší čtenáři, kteří v opačném případě na základě doporučení z časopisů, mohou radou postihnout své mladší potomky.

Babským radám se věnují v knižním vydání aktivně dvě autorky. Jaroslava Rozsypalová-Vykoupilová, která knihu s názvem "Babské rady"³² publikovala v roce 2021, jedná se o první vydání, jež bude mít 7. září 2022 volně dostupné pokračování formou druhého

²⁷ Květy, *Objevte kouzlo ovoce našich babiček*, 5. května 2022

²⁸ Květy, *Božské plody: Jahody, potvrzeno, brání stárnutí pokožky*, 2. června 2022

²⁹ Květy, *Ocet: Levný přírodní zázrak, léčebné účinky*, 28. července 2022

³⁰ Vltavalabemedia.cz/Květy, 2022

³¹ Vltavalabemedia.cz/Vlasta, 2022

³² J. Rozsypalová-Vykoupilová, *Babské rady*, 2021

výtisku. Jedná se o BR, které aktivně nasbírala od posluchačů brněnského rozhlasového vysílání s názvem *Babské rady* (2016). Skrze sběr konkrétních rad J. Rozsypalová-Vykoupilová navštěvuje setkání v českých městech, kde mimo prezentaci své publikace, sdílí babské rady různého druhu, přičemž některé i na místě testuje (odstraňování skvrn z oblečení)³³.

Knih *Babské rady* J. Rozsypalové-Vykoupilové obsahuje ve své kapitole *Pro zdraví* celkem 16 vernakulárních BR na zažívací potíže. V několika případech podala přímo recept, při kterém je důležitý poměr surovin a příprava vede k uvaření odvaru, například: "*S očistou jater nám pomůže odvar z bobkového listu. 8 lístků přelijeme 250 ml vroucí vody, necháme 10 minut odstát. Poté scedíme a přidáme 6 lžiček medu a šťávu z 1 citronu. Uchováme v lednici a užíváme 3 lžičky denně.*" (J. Rozsypalová-Vykoupilová, 2021, s. 42). Jiné rady jsou takřka nenáročné na přípravu, a zaměřují se například na hubnutí: "*Podpořit hubnutí můžeme i tím, když do jídelníčku zařadíme třikrát denně pár měsíčků hořkého grepu.*" (J. Rozsypalová-Vykoupilová, 2021, s. 40). Autorka doporučuje také BR na obranu proti vážnějším zdravotním problémům: "*Plátek černé ředkve zasypeme moučkovým cukrem, šťávu, kterou pustí, smícháme s kouskem nastrohaného jablíčka a užíváme každý den po dobu jednoho měsíce proti žlučnickovým kamenům*" (J. Rozsypalová-Vykoupilová, 2021, s. 38). Na podporu trávení v knize uvádí známou BR, která doporučuje konzumaci kysaného zelí, jelikož obsahuje probiotika a právě ta jsou pro střevní mikroflóru příznivá. V knize autorka zmiňuje i škytavku, s níž se pojí obecně známá doporučení, jako například zadržení dechu na 10 sekund či vylekání dotyčného. J. Rozsypalová-Vykoupilová doporučuje: "*Při škytavce sníme velmi pomalu jednu lžičku arašídového másla nebo vložíme na jazyk kostku cukru, na který jsme nakapali jablečný ocet.*" (J. Rozsypalová-Vykoupilová 2021, s. 38). Na lepší trávení Vykoupilová doporučuje očištnou kúru, která má trvání čtyři týdny a recept zní: "*Očištěnou mrkev nastroháme, smícháme s medem, strouhanými jablky a citronovou šťávou. Dáváme si 4 lžíce na lačný žaludek ráno, stejně tak dvě hodiny po večeři. Nebo směs podáváme jako večeři, namazanou na pečivo nebo s dušenými bramborami.*" (J. Rozsypalová-Vykoupilová 2021, s. 41) Tato konkrétní babská rada svým doporučením a variací obrátit očištnou kúru ve večeři připomíná spíše klasický, rychlý recept z kuchařské příručky. O značném množství BR z publikace J. Vykoupilové nelze konstatovat, že by se jednalo o "handy" doporučení, a to kvůli jejich časté

³³ Český rozhlas Brno, Na slovíčko s Tomášem, 12.12. 2021, rozhovor J. Rozsypalové-Vykoupilové a Tomáše Hrnčíře

komplexnosti, obsahu více surovin a časovém rozvržení při používání (dvě hodiny po večeři, trvání čtyř týdnů apod.).

Kromě babských rad na zažívací potíže trávicího traktu a břišního ústrojí se autorka v knize zabývá i BR do kuchyně, na úklid, pořádek a čistotu, na zahradu a proti škůdcům, pro krásu či svátečními babskými radami včetně těch na pomoc v receptech. Lze tedy tvrdit, že J. Rozsypalová-Vykoupilová pokryla v podstatě všechny sféry, kde se dají BR použít. Jde však pouze o výčet babských rad, který neobsahuje původce, dobu sběru, ani okolnosti, při kterých BR vznikla nebo se stala zažitou. V práci tudíž autorku vnímám pouze jako inspiraci při výčtu, jelikož postrádá blíže specifikované atributy, klíčové při transmisi.

Transmisi v případě četby knihy *Babské rady* je možné vnímat podobně, jako každou jinou knihu s kuchařskými recepty, kde máme specifický výčet surovin, poměrů a jasně daný postup. Příjemce je tak schopný si domácí recept náležitě zhotovit a při úspěchu jej doporučit, například v průběhu neformálního rozhovoru či internetové diskuse, kde není nutné citovat původce. Kdežto při publikaci (mimořádná příloha týdeníku *Květy*, 1990) si lze povšimnout citovaného původce BR, tudíž při zveřejnění tištěného materiálu bude pravděpodobně citace nutná.

Profesorka Anna Strunecká se ve svých přednáškách a publikacích³⁴ okrajově zabývá BR také, ale její perspektiva nenabývá formu receptáře, ani výčtu, protože naráží ve svém projevu především na rozpor mezi chemicky zpracovanými surovinami a těmi přírodními. Hodnotí současnou dobu a věnuje se převážně těžkým zdravotním poruchám, například autismu³⁵. Její dosavadní práce z důvodu širokého rozpětí, hraničícího se zdravotnictvím, chemií a potravinářským průmyslem nezapadá do interpretace BR a transmise v náležitém, neformálním smyslu.

³⁴ A. Strunecká, *Babské rady profesorky Strunecké*, I. vydání, 2014

³⁵ LAMS (Lektoři a mentoři pro školy), *Jak přemůžeme autismus?*, přednáška, Praha, 2015

3.4. Audio a vizuální stopa

Rozhlasové a televizní vysílání pobírá babské rady ve vlastním měřítku, přičemž jim věnuje buď samostatné pořady, nebo jsou jejich součástí. Audio formou je v tomto případě myšleno rozhlasové vysílání a podcasty. Vizuální stopu zastává televizní a internetové vysílání.

Transmise má předem neovlivnitelný charakter, tudíž si příjemce vyslechne určitý cyklus a v případě vlastního uvážení a ztotožnění se se situací si vybere radu/recept, který touto podobou zaznamenal, a mohl by ho užít či postřeh předat dále.

Rozhlasová stanice Český rozhlas Brno přebrala v roce 1994 pořad *Apetyt*, který byl součástí stanice Regina od roku 1991. Tento pořad v současnosti posluchačům předává první hodinu svého pravidelného vysílání (10:00-11:00) recepty spojené s vařením a pečením a slouží zároveň i jako poradna. Na telefonické dotazy odpovídají, podle popisu pořadu, na oficiálních stránkách Českého rozhlasu ³⁶, příslušní odborníci, kteří mimo dotazů ohledně domácnosti, domácích mazlíčků a zahrady odpovídají i na otázky týkající se zdraví. V rubrice *Pondělní Babské rady*, je možné slyšet doporučení v různých oblastech lidského života, prevenci a péči o vnější i vnitřní zdraví. Pořad posluchačům nabízí například dva recepty, jejichž hlavním komponentem je máta, která má na základě tohoto doporučení pomáhat při křečích v břiše, pocitu plného žaludku a nadýmání. První recept nabízí mátový sirup za studena: "*Převařte více jak 2 litry vody, nechte zchladnout na pokojovou teplotu, nastříhejte nůžkami mátu, přidejte na plátky nakrájené 2 citrony, zamíchejte a na chladném a temném místě nechte stát 48 hodin.*" (Apetyt poradna, 5. května 2022). Druhý recept, mátový likér na střevní potíže, obnáší přípravu: "*Listy nakrájejte nadrobno, zalijte alkoholem, zazátkujte a nechte 2 dny na slunci louhovat. Poté slijte a doplňte vychladlým svařeným cukrem s vodou. Užívejte 3 lžičky denně.*" (Apetyt poradna, 5. května 2022)³⁷. Poradna Apetyt svým posluchačům umožňuje zpětné prohlížení receptů a jejich přímé sdílení na sociálních sítích, mezi které zde patří Facebook, Twitter a LinkedIn. Jednou ze současných moderátorek pořadu je i zmíněná autorka knihy *Babské rady*, Jaroslava Rozsypalová-Vykoupilová.

³⁶ www.brno.rozhlas.cz/apetyt

³⁷ www.brno.rozhlas.cz/apetyt/vhlavnirolimata

Podcastová tvorba v českém internetovém prostředí se zřetelem na babské rady se nejvíce soustředí na rodičovství a doporučení matkám na základě zkušeností jiných matek. Mezi frekventované podcasty na mobilní platformě Spotify i Apple Podcasty, patří relace *Pediatric na vlastní kůži*, *Blízká setkání* (Český rozhlas, Dvojka), *Houpačky* (Český rozhlas, Rádio Wave), *Rodičovská posilovna*, *Maminkář*, *Nevýchova* a mnoho dalších, podobně zaměřených relací. V jednom z podcastů Českého rozhlasu s názvem *Hubněte zdravě s Kateřinou Cajthamlovou*, je přímo babským radám věnován jeden díl s názvem *Kateřina Cajthamlová: Hubnutí podle našich babiček, aneb babské rady* (Apple Podcast, 8. července 2021).

Vizuální stopu zastřešuje ve výčtu televizní vysílání a jeho pořady zejména na programech České televize³⁸, TV Prima³⁹ a TV Nova⁴⁰. Česká televize stojí za pořady *Hobby naší doby* (2011), *Polopatě* (2013), *Všechno, co mám ráda* (2018) či *Co naše babičky uměly, ale my jsme zapomněli* (2021). TV Prima od roku 2005 vysílá pravidelně pořad *Receptář prima nápadů* (2005). TV Nova nabízí pořad *Rady ptáka Loskutáka* (2001).

Výše zmíněné pořady a šíření babských rad prostřednictvím, na první pohled, komerčně orientovaných programů může působit nejasně, ale důvodem volby této interpretace je především ukázka existujícího a společensky přijímaného prostředí, v němž se BR tzv. okatě vyskytují. Všechny uvedené televizní relace mají totiž charakter rodinného vysílání, v několika případech založeného na dlouhodobější tradici, jelikož pořady příslušné kanály vysílají aktivně již více než 10 let. Dlouhodobost vysílání potvrzuje oblibu a diváckou sledovanost, která se stále udržuje. Pořady jsou založeny a prokládány vychytávkami a typy, které by divákům měli ulehčit činnosti spojené s každodenní i sezónní aktivitou. Od rad na vaření, přes zahradničení, přípravu bylinných čajů, mastí, po opravárenské a kutilské typy mířeny na muže (*Hobby naší doby*, *Polopatě*, *Rady ptáka Loskutáka*). Výhodou těchto pořadů může být určitý prostor pro mužskou pozornost, jelikož doposud popsané sféry předávání babských rad směřují spíše do ženského sektoru zájmu (*Všechno, co mám ráda*, *Sama doma*).

³⁸ Zdroj: www.ceskatelevize.cz

³⁹ Zdroj: www.tvprima.cz

⁴⁰ Zdroj: www.tvnova.cz

3.5. Sociální sítě

Místo pro předávání babských rad v současnosti zastávají i sociální sítě a zejména skupiny v nich, které působí buď veřejně či soukromě, kde zájemce pro vstup a aktivní činnost ve skupině musí požádat administrátora. Skupiny mají spíše charakter komunity, ve které uživatel vloží příspěvek do diskuse, a v komentářích mu jsou od jiných uživatelů poskytnuty rady, doporučení přípravků z lékárny či namíchání určitých směsí na daný problém. Transmise zde má podobný charakter jako u internetových diskusí, ale konfrontace nabývá osobnější přístup, poněvadž uživatel (v některých komunitách) žádá o vstup, komunity mají vypsána pravidla, a při jejich nedodržení mohou uživatele tzv. nahlásit nebo zablokovat jeho další participaci na tvorbě obsahu v komunitě. Dalším postřehem v osobitějším přístupu facebookové skupiny je i interakce, jelikož uživatelé vystupují nejčastěji pod vlastními jmény, a je možné si prohlédnout jejich aktivitu po kliknutí na konkrétní profil. Stále se však jedná o virtuální prostředí a není možné identitu uživatelů ani jejich záměr potvrdit se skutečnou jistotou.

Jedna ze skupin, soukromá skupina s názvem "Babské rady"⁴¹, čítá bezmála 11, 2 tisíc členů, kteří o vstup do skupiny museli zažádat, a následně jim byla administrátory povolena plná aktivita a participace. Příspěvky ve skupině nemají žádnou kategorizaci a uživatelé je píšou podle potřeby. Mohou však zadat do tzv. lupy slovo či slovní spojení, které je následně vyhledáno v historii skupiny, tím pádem není absence kategorizace nijak závažná a snižující potenciál komunity. Dotazy, jež jsou ve skupině pokládány se týkají každodenního fungování, například, čištění pračky, odstraňování skvrn z oblečení, vaření, pečení a podobně. Mimo otázek na domácnost, uživatelé probírají i zdravotní komplikace, a to od štípnutí komárem či jiným hmyzem, po křečové žíly a zvýšený cholesterol. Formulace dotazu je různá, v některých případech jde o krátký popis, jindy je součástí příspěvku i fotografie, a delší popis spojený s příběhem. Formulace odpovědi v mnohých případech působí mechanicky a poskytne přesnou radu, případně objasnění pro správné použití, nechybí ani slib 100% účinnosti.

⁴¹ Zdroj: www.facebook.cz/babskerady-soukroma-skupina (2022)

Výše popsaná soukromá skupina na sociální platformě Facebook má svá pravidla, která zní: *"Rady se nesmí zpoplatňovat, nulová tolerance pro komentáře odkazující na zpřístupnění rady v soukromé zprávě, vše se řeší v komentářích pod příspěvkem, zákaz propagace a spamu, za přijetí do skupiny se neděkuje, stejně tak jako za poskytnutí rady, zákaz vkládání odkazů"* (Facebook, soukromá skupina Babské rady, 10. září 2012). Tato pravidla vytvářejí ze skupiny jednu z nejpřehlednějších co do komunit podobného rázu na Facebooku (českém) týče, jelikož si udržuje charakter poradenství a není prolnutá reklamním materiálem a spamem.

Pro srovnání je možné uvést volně dostupnou komunitu, se stejným názvem⁴², jejíž sledovanost sice čítá 108 437 odběratelů, ale obsah je nesourodý, aktivita v reakcích na dotazy minimální a převládající náplň je v pozici propagace článků s tzv. lékem na všechno.

⁴² Zdroj: www.facebook.cz/babskerady-komunita (2022)

4. Terénní výzkum

Klíčovou pozici mé bakalářské práce zastává kvalitativní terénní výzkum, jehož součástí je polostrukturovaný rozhovor, kolektivizace zjištěných dat na základě rozhovoru, tvorba strukturovaného online dotazníku, vyhodnocení výsledků dotazníku, sběr jejich dat a finální srovnání výsledků s počátečním záměrem výzkumu.

Hlavním účelem výzkumu bylo zmapovat současné užívání babských rad, zaznamenat směr a pohyb transmise, zajistit co největší množství nasbíraných konkrétních BR a zjistit, zda současní mladý dospělý ve věku od 18 do 25 let předávají babské rady dále a v jakém množství takto uskutečňují. Volba věkové kategorie podléhala vlastnímu logickému odůvodnění, poněvadž k této věkové skupině mám osobně nejbližší přístup, tedy bylo poměrně snadné se s těmito lidmi spojit za účelem rozhovoru. Druhým důvodem bylo jasné vymezení věkové hranice, neboť při volbě nevymezení by, podle mého názoru, výzkum nabyl většího množství dat, které by bylo náročné systematicky zpracovat.

Důležitým milníkem ve výzkumu bylo i sledování původu participantů, konkrétně místo jejich působení v dětství, zda se jednalo o větší či menší město, venkov nebo si dotyčný prošel prolnutím obou typů, tudíž je z dětství poznamenaný městskou i vesnickou formou babských rad. O tuto informaci se opírala i mnou stanovená hypotéza, která se v průběhu výzkumu potvrdila, a to, že lidé pocházející (vyrůstající) na vesnici mají větší znalost BR, aktivně je předávají a zařazují je do svého běžného života, což znamená, že jimi přednostně řeší menší zdravotní problémy, před použitím příslušných medikamentů na daný problém. V opačném případě, mladiství pocházející (vyrůstající) primárně ve větších městech, jsou zvyklí na uspěchaný životní styl, tudíž v případě zdravotního problému je pro ně snazší v první řadě aplikace medikamentu než vytrvalost při užití BR. Více konkrétních informací obsahuje podkapitola *Dotazníkové šetření*.

Ve sledování samotného příběhu respondenta posloužil zároveň jako inspirace přístup Dany Motyčkové⁴³, jelikož se ve svém výzkumu léčitelské tradice a léčitelů samotných v letech 1985-1990 specializovala na do té doby neznalý původ a osobnost léčitelů, provádějících v praxi své řemeslo.

Snaha o bližší poznání osobnosti participantů tak do výzkumu přinesla i nové rozdělení ve vnímání babských rad. Na jedné straně tudíž stojí respondent jako subjekt sám o sobě, který má volbu babskou radu předávat, vybrat si vlastní způsob sdělovací metody, aktivně ji využívat ve svůj prospěch, praktikovat ji podle svého mínění či je nepraktikovat vůbec. Druhá strana vnímání BR zastává společnost okolo respondenta (mladého dospělého), která ho ovlivňuje již od dětství v rámci generačního repertoáru, sociálních interakcí, původu a společenského života, v němž se BR doložitelně probírají v rámci komerce i neformální osobní konverzace.

Otázky pro tvorbu výzkumných podkladů, související s transmisí, zastávaly snahu dopátrat se vzorce předávání ze strany mladých dospělých a v opačném směru zjistit, jakým způsobem se babské rady dostaly k nim. Pilíře v tomto případě stojí na otázkách: *Od koho dotyčný/á doporučení/recept získal/a?, o jakou situaci se jednalo?, Co situaci předcházelo?, v jaké životní etapě tomu tak bylo?, předal/a dotyčný/á doporučení/recept ve stejné nebo podobné situaci někomu jinému?, co této situaci předcházelo?, je pro dotyčnou/dotyčného doporučení/recept užitečný a vzpomene si na praktikování v příslušné situaci, pokud se v průběhu života zopakuje?* Na základě vypsaných otázek byly ve výzkumu stanovené dva postupy pro získání výsledků. Mimo výzkumné otázky jsem před samotnou tvorbou struktury výzkumu specifikovala i principy, na základě kterých by mohlo zjištění výsledků záviset: *Původ respondenta, přítomnost starší generace při výchově respondenta, vliv venkovského/městského prostředí, sociální interakce ve smyslu styku s předáváním zkušeností/znalostí, empatická povaha a nutkání pomoci v každé situaci, finanční prostředky ve smyslu snahy pomoci si s finančně dostupnými surovinami, odsouzení pomoci medikamenty a volba alternativní/přírodní cesty ve smyslu nedůvěry v chemické medikamenty, osobní volba životního stylu.* Komplexní zhodnocení možné konexe těchto principů ve výzkumu dopomohla ke snaze pochopit zákoutí v praktikování a předávání lidové moudrosti babských rad.

⁴³ D. Motyčková, *Lidové léčitelství a jeho etnografický výzkum*, 1992, s. 357-361

První část výzkumu tvořil polostrukturovaný, částečně řízený neformální rozhovor, který jsem s účastníky uskutečňovala od října roku 2021 do přelomu března a dubna roku 2022.

Druhou částí, která se zároveň překrývala částečně s první částí, byl strukturovaný online dotazník, jehož tvorba probíhala od února roku 2022 do 8. března 2022, kdy došlo k jeho zveřejnění. Na základě spojení dat ze strukturovaného dotazníku a osobních polostrukturovaných neformálních rozhovorů bylo možné vytvořit vzorec oboustranné transmise, potvrdit stanovenou hypotézu, zajistit výčet konkrétních babských rad a přiblížit osobní příběhy respondentů v rámci jejich zkušenosti s BR, a to buď jejich vlastní zkušenosti či zkušenosti osoby, na kterou vzpomínají.

V určitých případech během rozhovorů jsem se setkala s citovým spojením respondentů k osobě, u které praktikovaní babských rad viděli a ze specifického důvodu neaspírali na přivlastnění si rady a její předání, v opačném případě vnímali BR jako pomyslný spojník mezi nimi a konkrétní, zesnulou osobou.

Variabilita fenoménu babských rad nabyla v průběhu formování výzkumu větších rozměrů, než jsem sama předpovídala, a to i po stanovení zásad pro zadávání. Důvodem podle mého názoru je již zmíněná neuchopitelnost BR, protože jsou do nynější doby ve společnosti zakořeněny jako nesamostatný člen, jehož principy buď vycházejí z pověr, přísloví nebo v některých případech z rituálních praktik, spojených s magií.

Součástí mé bakalářské práce měla být podle mého původního nastavení, souvisejícího s obavami z nedostatku materiálu, i návštěva nutričního specialisty nebo praktického lékaře, který by na základě mého sběru vyhodnotil užitečnost konkrétních dokumentovaných babských rad. Tomuto nápadu jsem byla poměrně dlouho nakloněná a názor odborné lékařské praxe na babské rady ve mně vyvolával zvědavost. Později, při tvorbě dotazníku, na jaře tohoto roku, jsem si vzhledem k již nasbíraným datům z polostrukturovaného rozhovoru svůj záměr rozmyslela. Toto rozhodnutí vycházelo z náklonnosti, citových pout a důvěře, kterou jsem zaznamenala u účastníků k babským radám. Z toho důvodu mi bylo osobně nepříjemné nabourávat nevědomost účastníků, kteří svým radám věří, a spoléhají na ně, i pokud by mělo jít o placebo, fungující na základě vzpomínky a zkušenosti. Tuto část výzkumu jsem tedy

záměrně vypustila. Názor specialisty na správnou stravu či lékaře dle mého nynějšího úsudku do celkové formy nezapadá a možná by byl dokonce v rozporu s takovým množstvím babských rad, že by nebylo možné uvádět hodnotné příklady, jelikož mohlo jít, čistě teoreticky, o vědomé šíření nepravdivé informace.

4.1. Polostrukturovaný rozhovor

Průběh polostrukturovaných rozhovorů je úzce spjatý s již zmíněným termínem "handiness" (překl. všudypřítomnost) (Bronner 2013, s. 37), který se projevoval prakticky v každém rozhovoru. První prezentovaný rozhovor z října roku 2021 tak dokládá možnost mít babskou radu vždy tzv. po ruce a v určité konkrétní situaci ji použít či poskytnout někomu jinému. Schopnost mít babské rady neustále k dispozici tak staví na efektivní transmissi, jejímuž výskytu se udávají nepsaná pravidla, podložená mnou vypracovaným polostrukturovaným, částečně řízeným rozhovorem a související s původem jedince, jenž je transmisí zasažen či ji postupuje dále.

Rozhovor č. 1

D (já): *Tyjo, poslední dobou mě nějak bolí žaludek, nevíš o něčem, co by mi pomohlo?*

Jan: *Mně vždycky na žaludek pomáhá vypít vodu z okurek, zkoušelas to?*

D: *To mi nic neříká, jak jsi na to přišel?*

Jan: *No babička s tetou to říkali, když jsem byl malej a vždycky mi to pomáhá.*

D: *To je zajímavý, to máš od babičky z Ivančic?*

Jan: *Jojo, když jsem měl křeče v břiše jako malej, tak mi dávala vodu z okurek, je to sice nechutný, ale prej to nějak vyrovná ty šťávy nebo co a uleví se ti pokaždý.*

D: *A kolik ti asi bylo, když ti to řekli?*

Jan: *To si nejsem jistej, ale mohlo mi bejt třeba pět nebo šest. Babička toho měla hromadu, pokaždý něco takovýho vytáhla, když nám se ségrou něco bylo.*

D: *A to tě napadne vždycky něco takovýho radši než si dát prášek?*

Jan: *No jasný, tohle máš vždycky doma, prášky sice v pohodě, ale tohle mě napadne jako první.*

D: *Zajímavý, a už jsi to někomu doporučil nebo si to spíš necháváš pro sebe?*

Jan: *Jo tak, když mi někdo řekne a mě tohle napadne tak to asi řeknu, to záleží na situaci.*

(Jan, 22 let, Ivančice, 5-6 let, babička, byt. Praha)

V polostrukturovaných rozhovorech jsem se pokusila o autentičnost, která podle mého názoru udávala prvku "handiness" přirozené prostředí, jelikož respondent neměl možnost se dlouze zamýšlet nad svou odpovědí či jmenovat více BR, které například sám zná, ale nevyzkoušel je či nemá v nich takovou jistotu. Uvedením této konkrétní rady a konstatováním "mně vždycky pomáhá" dokazuje její 100% účinnost a důvěru při nesnázi. "Handy" je babská rada z toho důvodu, že Jan nemusel vyhledávat na internetu, v knihách, odborné literatuře, ani se nemusel dotazovat na místě jiné osoby. Jan totiž dokázal poskytnout radu na určitý problém okamžitě, nezávisle na případné hlubší znalosti onoho problému, či odborné lékařské praxe a opravdovému vlivu láku z nakládaných okurek na žaludek. Tím pádem je zjevné, že babskou radu může poskytnout v podstatě každý, komu byla kdysi předána, pokud si na ni v onu chvíli vzpomene. V dialogu mezi mnou a Janem je patrná i příhodná aplikace BR při bolesti žaludku, což může být jeden z důvodů, proč si konkrétně na BR s pitím láku z kyselých okurek Jan vzpomněl a je tak možné Janův počín interpretovat jako jeho vlastní tradici. Tudiž pokaždé, když má bolesti žaludku, vypije lák z nakládaných okurek a téměř vždy se mu po vypití uleví. S. Bronner v *The Practice of Folklor* uvádí, že k memorování tradice a jejímu následnému pohotovému využití, je nutné tradice repetitivně provádět a aplikovat (Bronner 2019, 38-40). Diskutabilní může být, zda pití láku z okurek Janovi skutečně pomáhá na bolesti žaludku či se jedná o placebo efekt, podmíněný zvykem nebo předáním od starší a respektované osoby.

Zmíněná autentičnost během dialogů vzešla z mojí iniciativy, jež spočívala ve skrytém zájmu. Správné zaznamenávání materiálů tak podléhalo mojí paměti, jelikož jsem si v danou chvíli, během konverzace nedovolila otevřít mobilní poznámkový blok. Zjištěné informace jsem si však zapsala, hned, jak to bylo možné, tedy při odchodu ze setkání. V každém případě jsem započala neformální konverzaci mým smyšleným problémem, a dotyčný na to navázal radou nebo postřehem. Následné doptávání a projev zvědavosti z mé strany vždy protějščí osobu nadchlo, a tak mluvila přirozeně sama. Konverzace se tak vyvíjela od počátku až do konce, bez povšimnutí postranního záměru. Ten jsem během kolektivizace poznámek prozradila účastníkům rozhovoru, kteří si mnohdy na proběhlý dialog ani nevzpomněli a citaci jejich slov mi za účelem zpracování ochotně povolili. Neuvědomění si zmínky BR v běžné neformální konverzaci tak může nasvědčovat o neojedinělosti tohoto tématu, tudíž ho lze klasifikovat do každodennosti obyčejných lidí, co se rozpravy a příběhu spojeném s bezmála každou babskou radou týče.

Vyprávění zasazené do podstaty babských rad v ní hraje osobitou roli, takřka v každém případě originální a nepostradatelnou, neboť právě i díky příběhu a zasazení babských rad do kontextu života si je jedinci pamatují, vyprávějí s úsměvem a rádi na ni vzpomínají. Babské rady a domácí recepty mají mimo jiné spojené s dětstvím, často létem stráveném u prarodičů, kteří i na základě výsledků výzkumu zastávají v očích mých respondentů postoj „vědmy“, blízkého člověka s mnoha životními zkušenostmi. Nejen babičky, ale i dědečkové se díky svým zkušenostem a radám podepisují na formování dospívajícího vnuka či vnučky, zejména pokud u nich tráví značnou část letních prázdnin. Spojené s tímto je i prostředí, jež se dotýká bezmála každé perspektivy a výkladu. Klasické příběhy, se kterými jsem se při sběru dat setkala, počínaly přívětivou větou "To, když jsem byl/a v létě u babičky na vesnici...". Uvozovací věta takového rázu byla spojena s nostalgickým úsměvem na tváři dotazovaného a v hlavní části se dostavila babská rada včetně jistého poučení. Jednoho z neformálních rozhovorů se zúčastnil Marek a dialog obohatil příběhem i ponaučením, na které často se vzpomínkou na zesnulého dědečka myslí a díky podobné památce nezapomíná.

Rozhovor č. 2

D (Já): *Neříkal jsi něco, že máš prarodiče ze statku ve Štětí?*

Marek: *Jojo, už teda jenom babičku děda zemřel.*

D: *To je mi líto, a jak to zvládáš?*

Marek: *V pohodě, už je to nějaký rok zpátky, byl nemocnej, ale mám na něj hezký vzpomínky. Byl to takovej drsník od kosti. Dřevorubec celej život, to víš.*

D: *A na co s dědou tak nejradši myslíš? Jestli ti teda nevádí o tom mluvit...*

Marek: *Hele já ho vždycky vidim, jak si s domácí slivovicí každý ráno kloktal pusou. Prej, aby vypálil červa, tvářil se u toho jak největší zabiják a pak si dal nalačno panáka, a tak spokojeně si mlasknul a šel na to dříví.*

D: *A proč po ránu slivovicí?*

Marek: *No tak víš co, děda říkával, že je to dobrý na všechno, hnedka na lačno. Na zuby, když ho bolely tak do toho hodil hřebíček a vypil to i s ním a šel makat. Na žaludek měl slivku taky, pak hodinu nejedl a nikdy neměl žádný problémy, prostě takhle fungoval. To já si ho furt takhle pamatuju a nebyl ožralej z toho. Řikal, že mu to rozproudí krev a slivka pro něj byla prostě nejlepší lék.*

D: *Zajímavý a máš s tím spojenej nějaký příběh?*

Marek: *Jasný, na to vzpomínám furt. Hele to už jsem si jednou řekl že je načase, aby do sebe děda začal cpát nějaký vitamíny, takových patnáct mi bylo. Když jsem začal s fitkem, tak jsem mu koupil k snídani džus a tos měla vidět ten rámus. Seřval mě na dvě doby, že není žádná bábovka, co se bude ládovat džusama a málem ho z toho kleplo a dostal jsem za uši. Tak jsem si řekl že se na to taky můžu vybodnout. Tenkrát mě to vytočilo, už měl svoje roky, ale teď zpětně se tomu směju. Takovej on prostě byl a přes to nejel vlak, nikdo s nim nehnul, paličatej byl, ale to na něm bylo to ono...*

(Marek, 25 let, Štětí (Mělník), 10-15 let, dědeček, byt. Praha)

V dialogu je možné sledovat zmíněné kouzlo příběhu, stojícího vedle dané babské rady. V Markově případě šlo o dědečka, který měl svůj zažitý každodenní rituál spojený s loknutím pálenky na lačný žaludek. Kulturní střet, možný sledovat v kontextu, je ob generační, tudíž nastává jistá námaha na základě přeučení dědečka na něco nového, jemu připadajíc zženštilého. Spor mezi dědečkem a Markem tak ke konci vyústil v Markovu úsměvnou vzpomínku, kterou si ztotožnil s dědečkovou charakteristickou neústupností a podle jeho slov, paličatostí. Postoj ke konexi je v každém případě individuální a závisí často na vzájemném vztahu subjektů. Marek v současné době pálenku na lačný žaludek nepije, tudíž se babskou radou neinspiroval, ale díky vzpomínce spojené s konkrétní osobou si postup připomíná. Dalším pozorovatelným atributem z dialogu s Markem je skutečnost, že panují jisté rozdíly mezi mužskými tradičními zvyky a těmi ženskými.

Na základě rozhovorů téměř každý druhý mladý muž doporučil ke správnému zažívání konzumaci alkoholického nápoje v malé míře, nejčastěji domácí pálenky či sklenici červeného vína (Jakub, 22 let, Praha)⁴⁴. Pro porovnání z ženského repertoáru babských rad, pití alkoholu na zažívací potíže není tak časté, jelikož na stejný problém ženy na základě výzkumu více

⁴⁴ Jakub se podělil o radu od jeho dědečka, který byl zastáncem pití sklenice červeného vína každý večer, podle jeho slov červené víno prospívá správnému trávení, vnitřnímu prokrvení (zahřátí) a dobrému metabolismu. Jakub se dědečkovým zvykem neřídí, jelikož nemá rád červené víno.

inklinují ke konzumaci například mléka (Tereza, 18 let, Pardubice)⁴⁵, koření (rozmarýn, kmín, majoránka) či ovoce (banány).

Mezi ukázky rozhovorů⁴⁶, které bych v práci chtěla uvést a shledávám je jako hodné k prezentaci, patří i neformální konverzace v příjemném podniku s mou známou, jejíž kořeny sahají do Itálie, konkrétně do Neapole, ale převážně vyrůstala v Děčíně.

Diverzita, která stojí za zmínku, je na místě, protože si dotyčná vzpomíná na velké množství babských rad z dětství v Neapoli, ale zároveň i v Děčíně, ze kterého se do Prahy odstěhovala ve 13 letech. V rozhovoru přirozeně začala hovořit o italské pověrčivosti a zmínila několik BR, které doprovází i jejich striktní dodržování, jelikož si údajně mladí lidé nadmíru váží svých prarodičů, rodičů a celkového rodinného kruhu, v neposlední řadě tradic, jež každou rodinu doprovází. Tím, že se práce zabývá Českou republikou a mladými dospělými, žijícími v Praze, část rozhovoru o italských babských radách a pověrčivost vynechám z důvodu přesnosti dat. Za zmínku však určitě stojí možná diverzita a utříděnost, kterou si v tomto ohledu člověk dokáže vytvořit a vzpomene si, z jakého kruhu tu kterou babskou radu získal a v jakém čase mu byla praktiky předána. Tato známá explicitně uvedla, že se osobně řídí prvotně radami, které získala od rodiny v Neapoli, poněvadž v ní vyvolávají větší důvěru než BR získané od prarodičů z matčiny strany v Děčíně. Otázkou tedy zůstává, zda hraje roli obecná pověrčivost ve společenském měřítku, přirozeně aplikovaná i na rodinné prostředí, často založená na religiozitě, či stačí pouhý respekt k ob generačnímu členu rodiny. Je tedy pravděpodobné, že religiozita hraje svoji specifickou roli v praktikování, víře a rozšířeném předávání babských rad.

Rozhovor č. 3

D: *Nedávno, když mě bolelo břicho jsem si vzpomněla na babskou radu od babičky, když jsem byla malá, často se to dělo k večeru a pokaždý do mě nacpala po lžičkách kmín, já po tom skoro hned usnula a ani vlastně nevím, jestli to pomáhalo na to břicho nebo mě to uspalo... Ale udělala jsem to stejný, večer, právě před týdnem a nic. Vůbec nic to neudělalo.*

⁴⁵ Tereze bylo již od útlého věku podávána na pálení žáhy sklenice studeného kravského mléka. Doporučení jí předala matka a Tereza se jím pravidelně při potížích řídí.

⁴⁶ Laura F., listopad 2021, vinárna Vínečko

Laura: *A zkoušela jsi lžičku medu? Babička z Děčína do mě zase pro změnu furt cpala med, úplně na všechno a každej problém s nim chtěla řešit.*

D: *No, med používám jenom, když mě bolí v krku, ale na břicho jsem ho teda nikdy nezkoušela, tobě to do teď pomáhá?*

Laura: *Jo, někdy, když nemám doma nic jinýho, tak si na to vzpomenu, med si dám, a to břicho se po tom nějak samo uklidní, a pak už dobrý.*

D: *Dávala ti babička i jiný věci, když tě bolelo břicho nebo do tebe cpala jenom med?*

Laura: *Babička jenom med, ale pokaždý, když jsem byla u tety, tak ta mi nastrouhala do misky sirovou mrkev...tvrdila, že mrkev na břicho zabírá nejlíp, hlavně, když jí vytáhneš hned z ledničky, a ještě studenou ti jí nastrouhá, a tak jí sníš.*

D: *Takže babička používala něco jinýho než teta na stejnej problém?*

Laura: *Jojo, a tos měla vidět, jak se o tom dohadovaly furt, prej, co je lepší, a tak...*

D: *Tos byla úplně malá nebo kolik ti tak mohlo bejt?*

Laura: *Hele, myslim, že tak 6 až 10 let mi bylo třeba, pak už mě tak často břicho nebolelo a nebejvala jsem ani tolik nemocná, párkrát do roka možná...*

(Laura, 22 let, Děčín, 6-10 let, babička a teta, byt. Praha)

Z rozhovoru je nutné vyzdvihnout v první řadě pohotovost, která přichází se zmíněním zkušenosti, jež nenabyla očekávané funkce. Laura a další respondenti při stejném postupu reagovali naprosto totožně, protože se jim nabízí prostor pro sdělení jejich vlastní zkušenosti, o které jsou si přesvědčeni, že je účinná. Mají potřebu vést nezávaznou konverzaci dál, tudíž přidávají vlastní postřeh, posouvající rozhovor přirozeně dále. Dalším postřehem je i část rozhovoru, kdy Laura adresuje situaci "... když doma nic jinýho nemám". Tento ukazatel tak dokládá použití BR ve chvíli, kdy respondent v danou chvíli doma nemá lék, přímo určený na potíže. Místo toho, aby šel dotyčný/ná do lékárny a příslušný lék v podobě kapek, pilulek či sirupu si pořídil, je pro něj jednodušší se rozhlédnout doma a nejdříve zkusit cestu BR. Z tohoto smýšlení vyvstává i otázka, zda stabilizace opravdu přichází, nebo dojde k placebo efektu, který vyvolá potřeba nadměrné aktivity, v podobě odchodu z bytu a finanční investice do volně dostupného farmaceutického výrobku. Myslím si, že otázku je nutné ponechat nezodpovězenou, poněvadž závisí na individuální zkušenosti a mohla by následně rozbít víru dotyčného v konkrétní BR. Třetí postřeh zaujímá generační rozpor, který v průběhu setkání Laura vyzdvihla, a to použití rozdílných surovin ze strany babičky a tety. Na jedné

straně se tak může jednat o osobní preferenci, druhá strana by mohla zaujmout postoj generačního rozestupu mezi členy rodiny. Každopádně se soubojem o univerzální pravdu při zmínce BR v podstatě nemůže nikdo vyhrát, poněvadž je to tvrzení proti tvrzení, podložené vlastní zkušeností a zaujatostí. Na základě doložených doporučení J. Rozsypalové-Vykoupilové, lze tvrdit, že obě suroviny jsou na trávicí ústrojí vhodné, dokonce mají účinek i při jejich kombinaci (J. Rozsypalová-Vykoupilová 2021, s. 41).

Po vlastním shrnutí této první části výzkumu jsem veškeré materiály a výše popsané postřehy generalizovala v jednotlivé dotazy, zobecněné a zpracované do formy výzkumného charakteru. V dotazníku jsem se pokusila nenarušit neformální prostor, který jsem vytvořila během polostrukturovaných rozhovorů. Osobně bych průběh rozhovorů zhodnotila kladně, poněvadž participanti měli pocit, že se jedná o klasickou konverzaci, bez vedlejšího úmyslu. Svůj úmysl jsem každému dotazovanému a dotazované prozradila, všichni s uvedením v BP souhlasili a neměli žádné námitky, i když se v některých případech jednalo o citlivější téma. Etická forma mým pozdějším dotazem na souhlas byla podle mého názoru zachována a nedošlo k citové újmě ani jednoho z respondentů. Jak už jsem v předchozím sdělení evidovala, nutnost zachování "utajenosti" původního záměru byla nevyhnutelná, poněvadž by narušila autenticitu rozhovoru a ze strany respondentů by vyvolala kontrolu nad svým vyjádřením. V průběhu sběru materiálu jsem vyzkoušela i techniku, kdy jsem předem svůj záměr před zahájením rozhovoru sdělila dotyčné, která s rozhovorem souhlasila. Z mé strany jsem vedla konverzaci totožným způsobem, jako v ukázkách, ale její reakce byla naprosto odlišná od těch, které jsem získala bez sdělení záměru. Respondentka byla rozpačitá a na žádnou konkrétní BR si v danou chvíli nedokázala vzpomenou, dlouze se zamýšlela a v závěru nebyla naplněna podstata sdělení, rozhovor se tak stal nepoužitelným pro umístění do terénního výzkumu. Rozdílná situace by nastala i v případě, kdy bych svůj záměr prozradila přímo po jeho ukončení, poněvadž bych nedošla k zjištění, že si po pozdější žádosti o souhlas, participanti nevzpomněli na dobu, kdy rozhovor proběhl, a nepřipadal jim nijak výjimečný. Tato skutečnost tudíž formovala i myšlenku běžnosti umístění tématu BR do každodenních neformálních rozhovorů. Každá neformální konverzace byla svým způsobem originální, nenahraditelná a přínosná, jelikož obsahovala vlastní příběh, zkušenost a pokaždé i jiný, obohacující postřeh.

4.2. Dotazníkové šetření

Forma dotazníku byla vytvořena ve funkci „Formuláře“ v prohlížeči Google, který tak snadno zajistil i zveřejnění a následné vyplnění. Pomocí funkce "sdílet" jsem zpřístupnila formulář na základě přímého odkazu na facebookové stránce Ústavu etnologie⁴⁷ s vysvětlujícím popiskem. Tohoto výzkumu se zúčastnilo 21 participantů, bylo položeno 17 otázek, z toho u 8 z nich bylo možné určit pouze jednu možnost, u 6 dalších otázek mohl respondent vybrat více možností a u tří zbylých byl prostor k vyjádření názoru či předání konkrétní BR k dalšímu a vedlejšímu sběru dat. Samotný sběr BR slouží ve výzkumu jako příklad jejich existence, případné variability a byl v práci použit pouze jako doplněk k jejím částem. Dotazníkové šetření bylo uzavřeno a analyzováno přesně měsíc po jeho zveřejnění, tedy 8. dubna 2022.

Systém dotazníku byl vytvořen generalizací a zobecněním nasbíraného materiálu z polostrukturovaných rozhovorů, internetové analýzy a použité literatury. Lze tedy tvrdit, že dotazník byl do jisté míry řízený, jelikož možnosti v odpovědích odkazovaly na jasná tvrzení. Na druhou stranu měl každý zájemce o vyplnění možnost v každém dotazu zvolit variantu "jiná", která dává prostor vlastnímu vepsání odpovědi.

Formální podoba dotazníku měla za úkol působit nezávazně, takřka přátelsky a ve výsledku neformálně, z důvodu jisté nadsázky. Kvůli udržení této atmosféry jsem k pěti dotazům (1., 2., 5., 16., 17.) vložila populární formu humoru, memy, které byly pečlivým způsobem vybrány jako vhodné k jednotlivým otázkám, a korespondovaly s jejich zněním či výběrem možností, v některých případech na ně přímo odpovídaly. Dalším důvodem volby tohoto "doplňku" bylo i jisté pobídnutí respondentů o zájem k vyplnění formy.

„Hlavička“, tedy úvodní část, volně přístupného formuláře má uvozovací charakter, který má za úkol dotazník představit a její znění je následovné: " *Dotazník má charakter výzkumného materiálu, následně použitého v bakalářské práci. Odpovědi jsou zaznamenány anonymně. Je pouze na dotazovaném, zda bude chtít u konkrétní otázky uvést jméno a kontakt*

⁴⁷ Zdroj: www.facebook.cz/ustav-etnologie

určený k osobnímu setkání a neformálnímu rozhovoru nad touto tematikou. Jednou z klíčových podmínek pro tento výzkum je nutné se vejít do věkového rozhraní 18-25 let.

Tato podmínka slouží pouze k přesnějšímu členění a bližší specifikaci nasbíraných materiálů. Pokud v možnostech nenaleznete tu svoji, neváhejte vepsat na volný řádek vámi zvolenou odpověď (Jiné...), či mě kontaktovat v případě otázek vlastních.

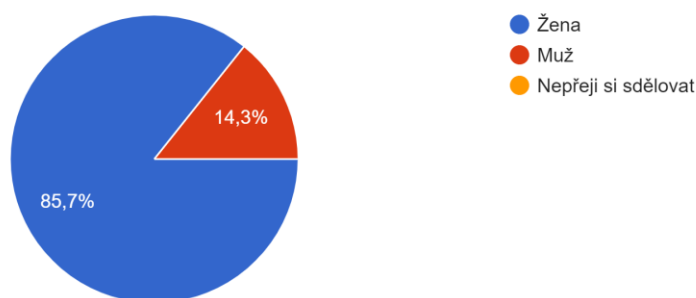
Děkuji za účast na výzkumu:)"

Úvodní část dotazníku měla za úkol participanty informovat o veškerých náležitostech spojených s výzkumem a jeho interpretací.

Otázky č. 1-3 měly základní informační charakter, který byl zároveň kategorizační, jelikož rozdělil participanty podle pohlaví, místa původu a trvalého bydliště v Praze. Participantů, kteří se identifikují jako ženy bylo na základě dotazníku 85,7 %, mužů 14,3 %. Místo původu adresuje 66,7 % participantů městu, 33,3 % vesnici, ale vzhledem ke dvěma vepsaným odpovědím bylo nutné procentuální výsledek vlastním výpočtem pozměnit. Trvalé bydliště má 90,5 % v Praze, a to vzhledem ke studiu nebo zaměstnání.

Graf č. 1

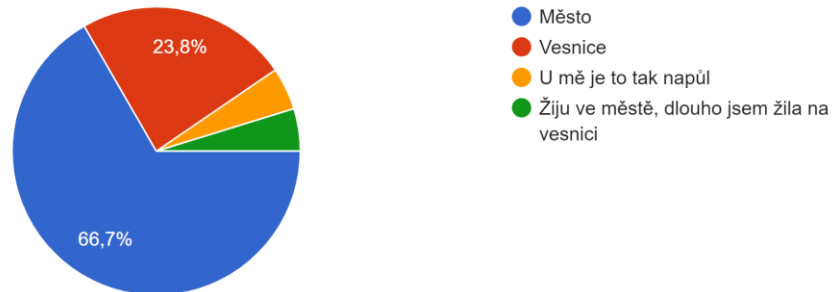
Jsem...
21 odpovědí



Graf č. 2

Odkud pocházíš?

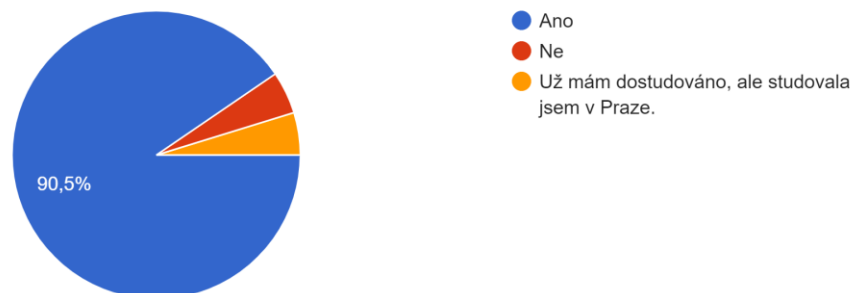
21 odpovědí



Graf č. 3

Studuješ/pracuješ v Praze/blízkém okolí?

21 odpovědí



Otázky č. 4-6 sledovaly v dotazníku zkušenost participanta s BR v obecném měřítku. Následně se specifikovaly na zažívací potíže, jejichž sběru je práce zaměřená a v neposlední řadě sledují transmisi ve směru k participantovi.

Graf č. 4

Máš zkušenost s nějakou babskou radou?

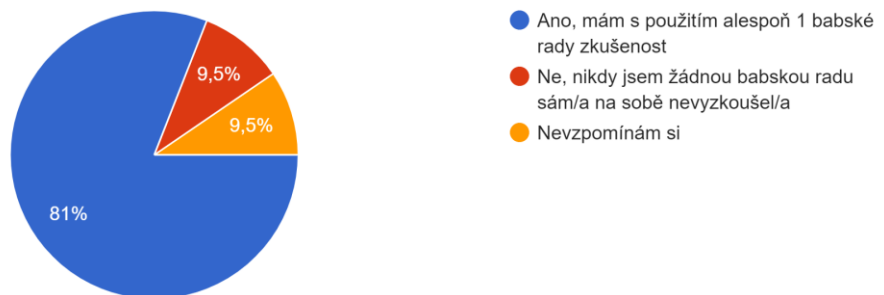
21 odpovědí



Graf č. 5

Vyzkoušel/a jsi někdy babskou radu na zažívací potíže? (průjem, zvracení, zácpa, bolesti břicha, křeče v břiše, střevní chřipka aj.)

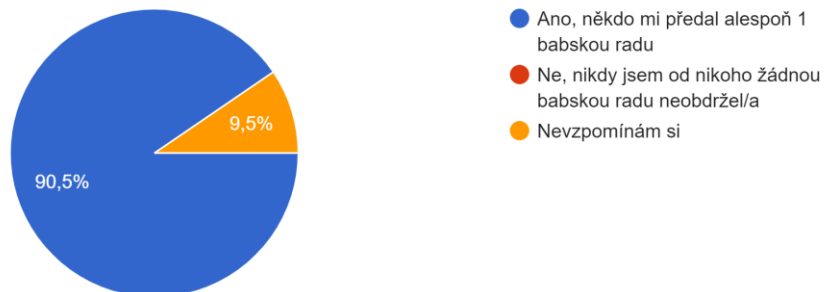
21 odpovědí



Graf č. 6

Předal ti někdy někdo babskou radu?

21 odpovědí

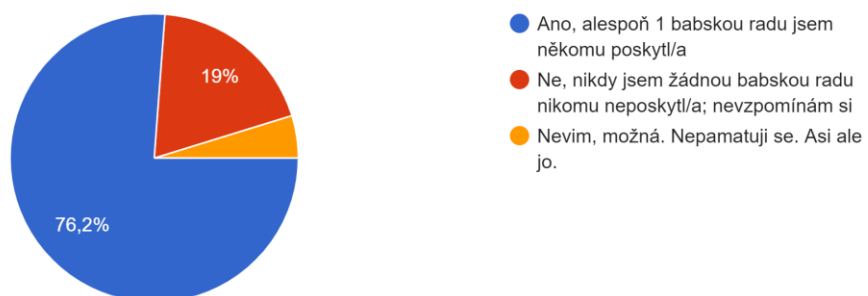


Otázky č. 7-9 sledují participanta v roli poskytovatele BR. Dále směřují ke specifikaci transmise, tudíž konkrétní skupinu, které dotazovaný BR předal. Dotaz č. 9 pozoruje situaci respondenta při příjmu BR.

Graf č. 7

Předal/a jsi někdy někomu babskou radu ty?

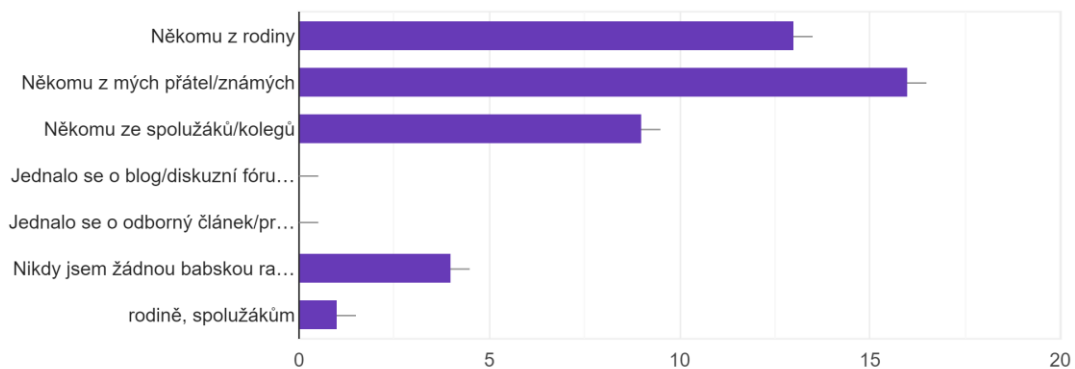
21 odpovědí



Graf č. 8

Pokud jsi někdy předal/a babskou radu, komu jsi ji předal/a?

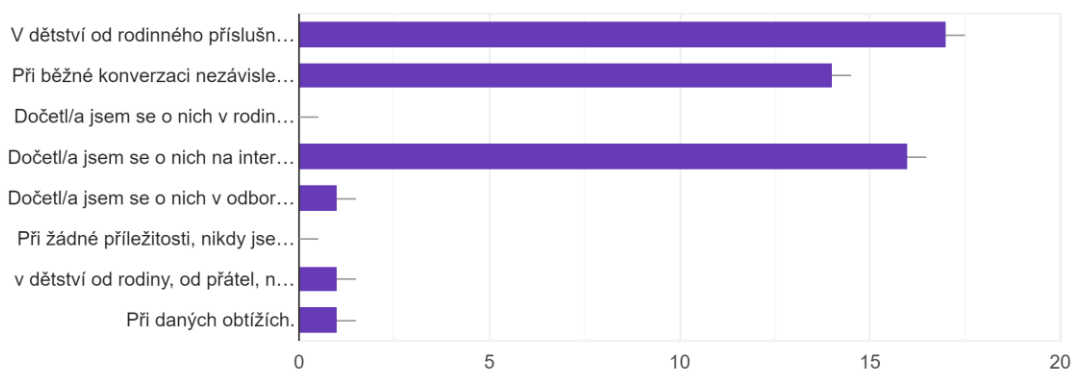
21 odpovědí



Graf č. 9

Pokud ses někdy setkal/a s babskou radou, při jaké příležitosti to bylo?

21 odpovědí

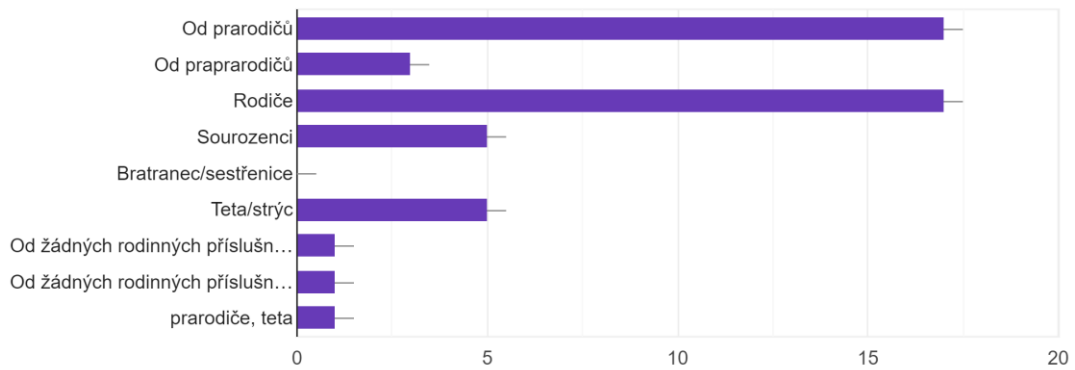


Otázky č. 10-12 se zaměřují na přijímání BR v dětství do 15 let a pokouší se zmapovat konkrétní rodinné příslušníky, kteří se o předání zasloužili. Další otázka směřuje k participantům, jež se setkali s BR v rámci konverzace, nezávisle na jejich věku. Otázka č. 13 míří na dotazované, jejichž styk s BR proběhl v internetovém prostředí.

Graf č. 10

Pokud ses s babskou radou setkal/a v dětství (do 15 let), od jakého rodinného příslušníka jsi ji slyšel/a?

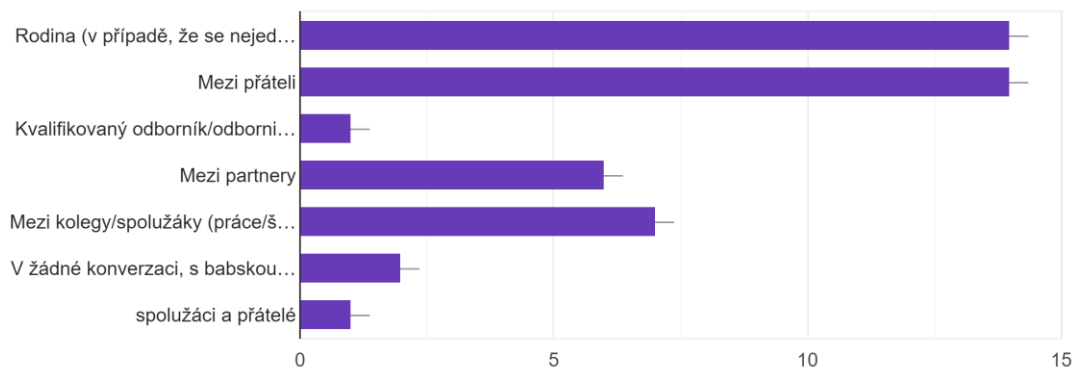
21 odpovědí



Graf č. 11

Pokud ses s babskou radou setkal/a v běžné konverzaci nezávisle na tvém věku, kdo byl účastníkem té konverzace?

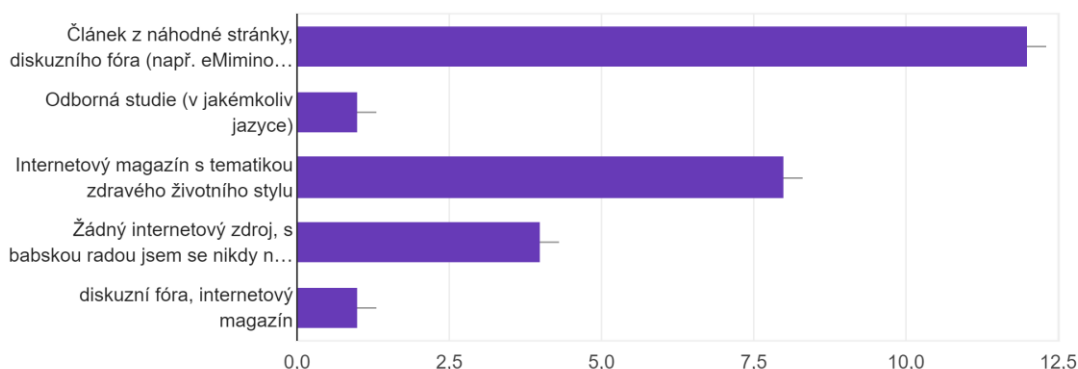
21 odpovědí



Graf č. 12

Pokud ses o nějaké babské radě dočetl/a na internetu, jednalo se o...

21 odpovědí

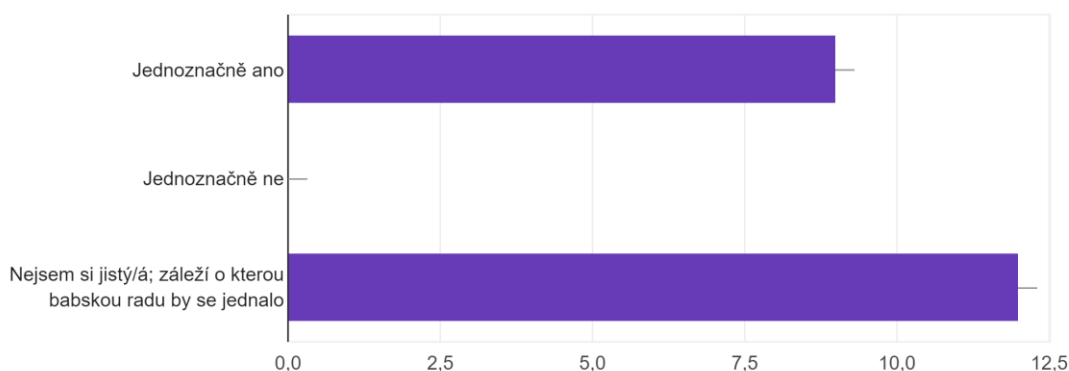


Otázky č. 13-17 sledují vlastní názor participantů na existenci BR a směřují k otevřeným dotazům, jež zobrazují konkrétní data k samotnému sběru BR. Pokládají otázku k osobnímu setkání a neformálnímu pohovoření nad jejich volbami odpovědí v rámci výzkumu a širšího objasnění. Zájemci o setkání v této části udávají osobní kontakt na ně, tudíž není možné část v práci zveřejnit. Závěrečný prostor formuláře udává místo k vlastním postřehům formální stránky, které také nemají výpovědní hodnotu nutnou ke zveřejnění.

Graf č. 13

Zdá se ti existence babských rad podstatná?

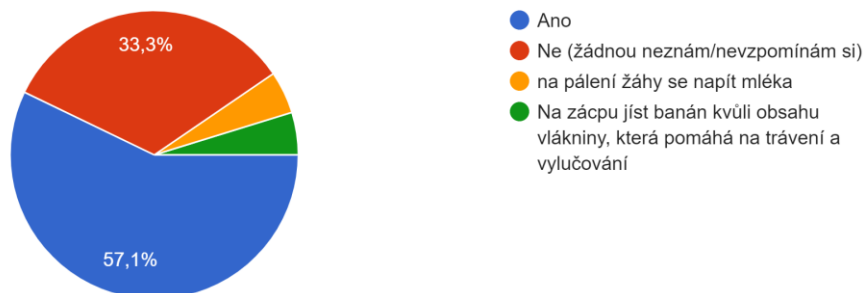
21 odpovědí



Graf č. 14

Byl/a bys ochotný/á uvést nějakou tobě známou babskou radu spojenou s problematikou/prevencí zažívacích potíží?

21 odpovědí



4.3. Výstupy z dotazníkového šetření

Výstupy z vytvořeného dotazníku lze rozdělit do několika menších částí, které je možné analyzovat jak samostatně, tak vzájemně. Části jsem tímto způsobem analyticky vyhodnotila a v závěru je propojila s veškerým získaným materiálem. Tento materiál obsahoval záznamy z polostrukturovaných rozhovorů před a po zveřejnění dotazníku a procentuální vyhodnocení odpovědí, poskytnutých díky participaci na výzkumu. Pouze z dotazníkového šetření jsem vytvořila tři základní roviny výzkumu, opírající se o pohlaví participantů, místo původu a transmisi v obou směrech. Tři roviny jsem následně vyhodnotila v jednu závěrečnou, která shrnuje souvisle celý výzkum.

4.3.1. Výstup č. 1

Dotazníkového šetření se zúčastnilo 85,7 % žen a 14,3 % mužů, žádný z respondentů si nezvolil možnost "nepřeji si sdělovat" nebo "jiná", tudíž je umožněno analyzovat výsledky na základě dvou voleb. Z kompletního formuláře a na základě analýzy jednotlivých 21 odpovědí je možné konstatovat, že muži viditelně méně aspirují znalostí a šířením BR než ženy. BR jsou jim předávány primárně ob generačně, zatímco u žen se vyskytuje větší variabilita v přijímání BR ze strany rodičů, sourozenců, tetiček, strýců, praprarodičů, bratranců i sestřenic. Žádný

mužský respondent nevyužil prostor ke sdělení konkrétní BR, tento prostor byl využit pouze ženami. Poznatkem rovněž je, že muži odpovídali na otázky totožně a bez větší specifikace, zatímco ženy využívaly konkrétnosti a působily otevřeněji k diskusi, především využily v dotazníku volného místa k vpisování vlastních znalostí ohledně BR, jejichž znění jsem využila v příkladech v práci. Zástupkyně ženského pohlaví aspirují větším používáním BR v obecném měřítku, což může dokazovat mužský smysl pro větší míru racionality, tudíž buď v případě potřeby aplikují přímo medikament, jehož účinek se dostaví do kratšího časového horizontu, než pokud by použili babskou radu. Ve druhém případě mohou muži nepříjemnost přečkat bez použití jakékoliv látky. Možností také je, že muži nemají zájem o BR blíže hovořit, což lze prezentovat i na základě polostrukturovaných rozhovorů, ve kterých se mi podařilo neformální rozhovor navázat v minimálním množství. Transmise ze strany dotazovaných více převládala v ženském okruhu než v mužském. Primárně muži rovněž v dotazníku hodnotí důležitost existence BR nejistěji než ženy, které častěji zaškrtny kladnou odpověď.

4.3.2. Výstup č. 2

Tvorba dotazníku podléhala vyhodnocení primární hypotézy a mého záměru, kterým jsem se pokoušela dotazovaného systematicky nasměrovat od nejobecnějších otázek k těm nejvíce konkrétním. Hypotéza se v první řadě opírá o výzkumnou otázku a to, zda lidé pocházející z vesnic více využívají BR, jsou jim častěji předávány a oni sami transmisi více obohacují. Tato hypotéza byla potvrzena, jelikož všech 33 % respondentů pocházejících z vesnice má zkušenost s použitím BR v případě vlastní konkrétní nouze, 90 % z nich BR aktivně předává a je jim v dětství předávána nejen od prarodičů, ale i přímo od rodičů, sourozenců, tetiček a strýců. Tudíž škála výběru transmise v obou směrech se v případě dotazovaných narozených a vychovaných na vesnicích rozšiřuje přes několik generací, včetně praprarodičů. V případě druhé skupiny, tedy respondentů pocházejících z města jsem narazila na očividně menší frekvenci předávání, v součtu 20 % z nich BR nikdy nepředalo. Do styku se většina z nich dostala pomocí internetových diskusních stránek (např. emimino.cz, facebookové skupiny, vitalia.cz apod.), případně pouze od prarodičů. Městští respondenti tak z velké části nebyli schopni uvést konkrétní BR, jelikož si nebyli jisti její správností či si nedokázali vzpomenout na žádnou specifickou. Respondenti měli v závěru dotazníku možnost volby osobního setkání a uvedení jména nebo v opačném případě setkání odmítnout a setrvat nadále v anonymitě.

Z celkového počtu dotazovaných s možností setkání souhlasilo 5 žen, přičemž všechny pocházejí z vesnice. Lze tedy tvrdit, že lidé ve věku 18-25 let, pocházející z venkova nejen, že více oplývají tímto typem poznání, předávaným generačně či rodinně, ale jsou i více ochotni tuto tematiku aktivně rozebírat v osobním neformálním setkání.

4.3.3. Výstup č. 3

Transmise ze strany respondentů je nejbohatší v okruhu přátel a známých, což znovu potvrzuje, že BR je diskutované téma v neformálních společenských setkáních. Dotazovaní blíže uvádí ve formuláři i to, že k předávání BR dochází mezi spolužáky a kolegy v zaměstnání. Druhý nejvyšší procentuální výsledek zjišťuje, že mladí dospělí poskytují rady a domácí recepty i v rodinném kruhu. V opačném případě transmise směrem k respondentům přichází nejvíce v období dětství (do 15 let), a to od rodinného příslušníka, nejčastěji prarodičů a rodičů, kteří procentuálně zastávají totožný výsledek. Toto zjištění je v podstatě jediné, které nekoresponduje s polostrukturovanými rozhovory, jelikož z nich byla patrná zásadně větší participace ob generačních členů rodiny než ve formuláři. Vybraná věková kategorie respondentů přijímá BR z více než 76 % z internetových zdrojů, za nimiž stojí zmíněné internetové diskuse a články. Minimální množství participantů se o BR dočetlo z odborné literatury. Pro shrnutí poznatků transmise z výzkumné části dotazníku je zřejmé, že mladí dospělí ve věku od 18 do 25 let BR zahrnují do běžné neformální konverzace.

5. Souhrnná analýza dat

Celkové výsledky výzkumu přinesly mnoho postřehů, které jsem se pokusila identifikovat a následně definovat, spojit s teoretickým aparátem a objektivně posoudit. Náležité zodpovězení počátečních otázek, vztahujících se k transmisi vernakulárních babských rad v prostředí mladých dospělých vyžadovalo několik fází výzkumu, strategické rozvržení polostrukturovaných, částečně řízených rozhovorů a primárně, potvrzení dat na základě vypracovaného dotazníku. Všechny kroky jsem splnila a získala velké množství materiálu, ze kterého je možné utvořit souhrnnou analýzu a celkový závěr badání.

Výzkumná otázka, zda jsou v prostředí mladých dospělých praktikovány a udržovány BR, může být zodpovězena kladně, protože tomu odpovídá procentuální vyhodnocení dotazníku i polostrukturované rozhovory. Babské rady jsou na základě celkového bádání praktikovány především ženami, což je i důvodem větší míry transmise z jejich strany. Větší míru transmise a využívání BR v běžném životě jsem vyzorovala i u lidí pocházejících z vesnic a malých měst, vzdálenějších od Prahy (Štětí, Ivančice, Malšovice, Děčín, Písek, Veselí nad Lužnicí, Žišov). Celkově se transmise BR vyskytuje ze strany mladých dospělých v rodinném prostředí, neformální společenské interakci mezi pracovními kolegy i studenty, přáteli a známými. Mladým dospělým je transmise BR představena primárně v dětství do věku 15 let, v rámci generačního repertoáru ze strany prarodičů, které měli ve zvyku v létě navštěvovat. Transmise BR nekončí dětstvím, ale pokračuje v průběhu dospívání a mladé dospělosti. Vzhledem k obsáhlému internetovému materiálu se mladí dospělí uchylují k získávání babských rad prostřednictvím internetových článků, facebookových skupin a diskusních kanálů.

Mladí dospělí vernakulární babské rady používají jako prostředek ke vzpomínce na zesnulé rodinné příbuzné, které si vybaví při praktikování BR či jim radu přímo předali. K prakticky každé BR získané v dětství do věku 15 let si mladí dospělí vybaví příběh s ní spojený nebo dané okolnosti. BR tedy má hodnotu narativního prostředku, vzbuzujícího emoce a zkušenosti.

6. Závěr

Vedle terénní dokumentace současných babských rad se má bakalářská práce opírá i o teoretický základ, který je podložen novou funkční definicí babské rady i transmise. Přesné vymezení termínu babská rada bylo nutné vlastní prací vytvořit, jelikož současné společenské vnímání tento populární fenomén přiřazuje historicky k malým folklorním žánrům, jako jsou přísloví a pověra na jedné straně, anebo k tradičnímu lidovému léčitelství na straně druhé. Definice za pomoci rozdělení termínu na dvě samostatně stojící slova a následné spojení lexikologicky vyjádřených výrazů ukázalo, že termín babská rada má pejorativní podtext, jelikož konotuje něco příliš zženštilého, bázlivého, expresivního.

Práce operuje i s účely babských rad, které jsou rozděleny na současné a historické. Historický účel pracuje s babskou radou jako s pojmem souvisejícím se sběrem lidové slovesnosti (jinak nazývané orální narativity), během českého národního obrození, kde jsou právě součástí přísloví, jak ostatně dokládá dobová literatura a babská rada, zachycená sběrem sběru a následné dokumentace Františkem Ladislavem Čelakovským, ve zmíněném díle *Mudrosloví národu slovanského ve příslovích*. Babská rada je v tomto případě vnímána i jako „lidové“ moudro, konstatující kulturní bohatství, ve formě folkloru, tradic a instituce zkušenosti. Současným pohledem byl objasněn i doložený komerční charakter babských rad, v rámci televizního vysílání, které má na jednu stranu tvář moderní podoby neosobní transmise, ale druhá ho může vnímat jako marketingový tah, do jisté míry zkreslený a předurčující ženě, její postavení v domácnosti a snahu něčím ji "zabavit". Interpretovat k této myšlence lze již zmíněný pořad *Sama doma a Všechno, co mám ráda*, z produkce České televize.

V práci jsme si představili i oba směry transmise babských rad, které fungují na principu "překlápění zkušenosti", a díky tomu zajišťují stálý chod předávání tradice. Transmise babských rad byla objasněna i v podobě sdělovacích prostředků, jejichž představení především slouží k poukázání, na jejich pravý výskyt, na místa, kde se o nich diskutuje a aktivně se předávají za účelem poskytnutí rady. Jejich charakter je však neosobní, lze ho označit i jako virtuální.

Samostatnou část v této práci zastává kapitola věnovaná terénnímu výzkumu, který jsem sama pro doložení o předávané zkušenosti zkonstruovala a dala mu současnou podobu. Výsledkem tak jsou data, potvrzující znalost vernakulárních babských rad ve společnosti mladých dospělých ve věku od 18 do 25 let. Výzkum jsem zaměřila i na osobní popis okolností, na jejichž základě k předávání dochází, a to nejen v období dětství, ale i dospívání, rané dospělosti a mladé dospělosti.

Zásadním účelem textu bylo podpořit etnologické studium vernakulárních babských rad a pokusit se o samostatnou definici termínu. Jsem toho názoru, že po důkladném teoretickém bádání v dosavadních materiálech by bylo možné babské rady zařadit do žánru malých folklorních útvarů vedle zařikávání, pověr, přísloví a pranostik. To dosavadní bádání nečinila a budoucí výzkumy by pak mohly v této naznačené žánrové linii pokračovat.

Historických materiálů k babským radám je mizivé množství a jak už jsem prezentovala, hledat se dají pod jinými malými folklorními útvary, tedy ve výsledku nestojí samostatně. Zatímco současných doložitelných materiálů ke zkoumání babské rady, jako samostatného útvaru je dostatek, v mnoha případech však nepůsobí odborně (diskusní fóra, televizní pořady, podcastové stanice). Pro babské rady je zmíněné prostředí charakteristické, proto je podle mého názoru nutné, je klasifikovat s ohledem na jejich přirozený výskyt. Pevně věřím, že témata, která nám připadají na první pohled běžná, zažitá a diskuse nad nimi zbytečná, možná až nic nového nepřinášející, by se měla otevírat a zkoumat do největšího detailu; to je mimochodem častý přístup etnologických a antropologických věd.

V textu také často odkazuji na zkoušení babských rad, jelikož jsem toho názoru, že na základě zkušenosti ve smyslu "pokus, omyl", si jedinec nejlépe zapamatuje okolnosti. Konkrétní babské rady v internetových diskusích apelují pouze na rozumné používání některých surovin, které mohou být nebezpečné pro těhotné či kojící ženy, jinak se prakticky nemůže nic stát. Pokud jedinci poradí někdo hořkou čokoládu na průjem, tak se rozhodně nemusí obávat ani nejmenšího nebezpečí, jelikož v nejhorším případě se vůbec nic nestane, tedy hořká čokoláda nepomůže, ale ani neuškodí.

Závěrem práce bych znovu ráda poděkovala všem participantům výzkumu, i těm, které jsem v textu nezmínila. Jediným důvodem nezmínění veškerých uložených rozhovorů, jež jsem si z mobilních poznámek přepisovala do aktuální podoby, je skutečnost, že rad bylo jednoduše mnoho, a docházelo k častému opakování, tudíž by text nenabyl té správné hodnoty, a byl by zbytečně zahlcený stejně znějícím nasbíraným materiálem. Taktéž pevně doufám, že si čtenář v textu najde příslušné informace, které hledá, a budou mu dostatečně smysluplné a užitečné.

Neshledávám lepší způsob, jak finálně završit tematiku neformální transmise vernakulárních babských rad v prostředí mladých dospělých než několika babskými radami, které jsem si z neformálních rozhovorů záměrně ponechala na závěr. Vzhledem k jejich výjimečnosti jsem se rozhodla jejich zdroje ponechat v anonymitě.

Když tě chytne průjem, tak si do pusy vysyp celý pytlík černého čaje a napij se vlažné vody.

Čím ses nakazila, tím se taky naprav.

Pivo vždycky podporovalo trávení!

V Japonsku prý zjistili, že když si sníš lžičku skořice, zbavíš se plynatosti.

Když chceš zhubnout, tak jez celý tři dny jenom meloun a nic víc, zaručeně budeš jako proutek.

Použitá literatura

Knihy

BOTIKOVÁ, Marta a VÁLKA, Miroslav, et.al. *Ethnology for the 21. Century: Bases and Prospects*. Brno: Masarykova univerzita, 2017. ISBN 978-80-210-8861-0 (elektronická kniha)

BRONNER. Simon J. *The Practice of Folklore: Essays toward a Theory of Tradition*. Mississippi (USA): University Press of Mississippi, 2019. ISBN 978-1-4968-2263-5

ČELAKOVSKÝ, František Ladislav. *Mudrosloví národu slovanského ve příslovích*. Praha: Novočeská bibliothéka (České museum), 1852 (elektronická kniha)

ROZSYPALOVÁ-VYKOUPILOVÁ, Jarka. *Babské rady*. Praha: Radioservis, a.s., 2021, ISBN 978-80-88286-22-6

STRUNECKÁ. Anna. *Babské rady profesorky Strunecké*. I. vydání. Praha: Nakladatelství Almi, 2014. ISBN 978-80-87494-14-1

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie I.*, 1. vyd. Praha: Karolinum, 2005, ISBN 80-246-0956-8

Články a kapitoly v monografiích

MOTYČKOVÁ, Dana. Lidové léčitelství a jeho etnografický výzkum. *Český lid*. 1992, **79** (4). 354-365

SHAFFER, Leigh S. The Growth and Limits of Recipe Knowledge. *The Journal of Mind and Behaviour*. 1981, **2** (1). 71-83

SIROVÁTKA, O. Vývoj a současný stav české lidové slovesnosti. *Česká literatura*, 1985, **33** (1). 49-61

PŘIVŘELOVÁ, Hana. *Lidová slovesnost v hodinách literární výchovy na 2. stupni základní školy*. Olomouc, 18. června 2013, s. 104. Diplomová práce. Universita Palackého v Olomouci, Katedra českého jazyka a literatury. Vedoucí práce: doc. PhDr. Vlasta Řeřichová, Csc.

RUDNĚV, Vjačeslav. Lidová moudrost a moderní problémy ve vztazích mezi lidmi a přírodou. *Český lid*. 1993, 80 (3). 192-194

ZÍBRT, Čeněk. Lidové léčení v Kostelci nad Vltavou. *Český lid*. 1927, 27 (1). 28-31

ZÍBRT, Čeněk. Lidové léčení na Táborsku: Důvěrné vzpomínky z domova. *Český lid*. 1924, 24 (10). 371-374

Elektronické zdroje

ASSČ online. Akademický slovník současné češtiny. Babský. *Slovníkcestiny.cz* [online]. ©2022 [cit. 3. 8. 2022]. Dostupné z: <https://slovníkcestiny.cz/heslo/babsk%C3%BD/0/228>

Česká televize. Co, naše babičky uměly, ale my jsme zapomněli. *ceskatelevize.cz* [online]. ©2022 [cit. 3. 8. 2022] Dostupné z: <https://www.ceskatelevize.cz/porady/12059685760-co-nase-babicky-umely-a-na-co-my-jsme-zapomneli/>

Česká televize. Hobby naší doby. *ceskatelevize.cz* [online]. ©2022 [cit. 3. 8. 2022] Dostupné z: <https://www.ceskatelevize.cz/porady/10314241266-hobby-nasi-doby/>

Česká televize. Polopatě. *ceskatelevize.cz* [online]. ©2022 [cit. 3. 8. 2022] Dostupné z: <https://www.ceskatelevize.cz/porady/10658625776-polopate/>

Česká televize. Všechno, co mám ráda. *ceskatelevize.cz* [online]. ©2022 [cit. 3. 8. 2022] Dostupné z: <https://www.ceskatelevize.cz/porady/12468683635-vsechno-co-mam-rada/>

eMimino.cz. Diskuse, Zácpa v těhotenství (2005). *eMimino.cz* [online]. ©2022 [cit. 3. 8. 2022] Dostupné z: <https://www.emimino.cz/diskuse/zacpa-v-tehotenstvi-2599/>

Facebook. Babské rady, komunita. *facebook.com* [online]. ©2022 [cit. 3. 8. 2022] Dostupné z: <https://www.facebook.com/radybabske>

Facebook. Babské rady, soukromá skupina. *facebook.com* [online]. ©2022 [cit. 3. 8. 2022] Dostupné z: <https://www.facebook.com/groups/225510994244761>

KABÁTOVÁ, Šárka. Bylinky a babské rady na zklidnění žaludku proti zvracení. In: iReceptar.cz [online]. 16. 2. 2022 [3. 8. 2022]. Dostupné z: <https://www.ireceptar.cz/zdravi/bylinky-na-zklidneni-zaludku-30000210.html>

Květy. Mimořádná příloha magazínu. Babské rady: 36 přírodních způsobů, jak být fit (1990). *Archive.org* [online]. ©2022 [cit. 3. 8. 2022] Dostupné z: <https://archive.org/details/babiske-rady/mode/2up>

Květy. Titulní strana. Božské plody: Jahody, potvrzeno, brání stárnutí pokožky (červen, 2022). *periodik.cz* [online]. ©2022 [cit. 3. 8. 2022] Dostupné z: <https://www.periodik.cz/predplatne/casopis.php?akce=vydani&titul=3451&rok=2022&vydani=22>

Květy. Titulní strana. Objevte kouzlo ovoce našich babiček (květen, 2022). *periodik.cz* [online]. ©2022 [cit. 3. 8. 2022] Dostupné z: <https://www.periodik.cz/predplatne/casopis.php?akce=vydani&titul=3451&rok=2022&vydani=18>

Květy. Titulní strana. Ocet: Levný přírodní zázrak, léčebné účinky (červenec, 2022). *periodik.cz* [online]. ©2022 [cit. 3. 8. 2022] Dostupné z: <https://www.periodik.cz/predplatne/casopis.php?akce=vydani&titul=3451&rok=2022&vydani=30>

Květy. Titulní strana. Tajemství dlouhověkosti odhaleno, nejúčinnější recepty proti stárnutí (březen, 2022). *periodik.cz* [online]. ©2022 [cit. 3. 8. 2022] Dostupné z: <https://www.periodik.cz/predplatne/casopis.php?akce=vydani&titul=3451&rok=2022&vydani=9>

Květy. Titulní strana. Zázvor: Král domácí medicíny (duben, 2022). *periodik.cz* [online]. ©2022 [cit. 3. 8. 2022] Dostupné z: <https://www.periodik.cz/predplatne/casopis.php?akce=vydani&titul=3451&rok=2022&vydani=15>

LAMS (Lektoři a mentoři pro školy). Přednáška. Jak přemůžeme autismus?. *Strunecka.cz* [online]. ©2022 [cit. 3. 8. 2022] Dostupné z: <https://www.strunecka.cz/prednasky/1/> (pdf)

modrykonik.cz. Fórum, Žaludeční potíže. *Modrykonik.cz* [online]. ©2022 [cit. 3. 8. 2022] Dostupné z: <https://www.modrykonik.cz/forum/search/?q=%C5%BEalude%C4%8Dn%C3%AD%20probl%C3%A9my>

MÜLLEROVÁ, Lenka. Babské rady na bolavý žaludek od přejedení. In: *Prozeny.cz* [online]. 13. 12. 2021 [cit. 3. 8. 2022]. Dostupné z: <https://www.prozeny.cz/clanek/babske-rady-na-bolavy-zaludek-od-prejedeni-77030#:~:text=Bylinky%20a%20zase%20bylinky&text=Ta%20je%20d%C5%AFle%C5%BEit%C3%A1%20pro%20tr%C3%A1ven%C3%AD,ov%C4%9B%C5%99en%C3%BD%20%C4%8D%C3%ADnsk%C3%BD%20%C4%8Daj%20pu%2Derh.>

Rozhlas Brno. Poradna Apetýt. *brno.rozhlas.cz* [online]. ©2022 [cit. 3. 8. 2022] Dostupné z: <https://brno.rozhlas.cz/apetyt-6371772/o-poradu>

Rozhlas Brno. Poradna Apetýt. V hlavní roli máta: zkuste mátový sirup i likér na střevní potíže. *brno.rozhlas.cz* [online]. ©2022 [cit. 3. 8. 2022] Dostupné z: <https://brno.rozhlas.cz/v-hlavni-rolu-mata-zkuste-matovy-sirup-i-liker-na-strevni-potize-8741581>

PELIKÁNOVÁ, Jindra. Babské rady na bolest břicha. Které potraviny a bylinky vás zachrání?. In: *Prozeny.blesk.cz* [online]. 27. 3. 2021 [cit. 3. 8. 2022]. Dostupné z: https://prozeny.blesk.cz/clanek/pro-zeny-zdravi-zdravi/673302/babske-rady-na-bolest-bricha-ktere-potraviny-a-bylinky-vas-zachrani.html?utm_source=prozeny.blesk.cz&utm_medium=copy

SSJČ online. Slovník spisovného jazyka českého, Ústavu pro jazyk český, 2011. Rada. *ssjc.ujc.cas.cz* [online]. ©2022 [cit. 3. 8. 2022]. Dostupné z: <https://ssjc.ujc.cas.cz/search.php?hledej=Hledat&heslo=rada&sti=EMPTY&where=hesla&hsubstr=no>

SSJČ online. Slovník spisovného jazyka českého, Ústavu pro jazyk český, 2011. Transmise. *ssjc.ujc.cas.cz* [online]. ©2022 [cit. 3. 8. 2022]. Dostupné z: <https://ssjc.ujc.cas.cz/search.php?hledej=Hledat&heslo=transmise&sti=EMPTY&where=hesla&hsubstr=no>

Prima receptář. Receptář prima nápadů. *prima-receptar.cz* [online]. ©2022 [cit. 3. 8. 2022] Dostupné z: <https://prima-receptar.cz/receptar-prima-napadu-a-dalsi-hobby-porady/>

TV Nova. Rady ptáka Loskutáka. *tv.nova.cz* [online]. ©2022 [cit. 3. 8. 2022] Dostupné z: <https://tv.nova.cz/porad/rady-ptaka-loskutaka>

Vltava Labe Media. Květy. *vlmedia.cz* [online]. ©2022 [cit. 3. 8. 2022] Dostupné z: <https://www.vlmedia.cz/casopisy/tydenik-kvety.html>

Vltava Labe Media. Vlasta. *vlmedia.cz* [online]. ©2022 [cit. 3. 8. 2022] Dostupné z: <https://www.vlmedia.cz/casopisy/vlasta.html>

Vitalion.cz. Babské rady: a teď babo rad'. *Rady.vitalion.cz* [online]. ©2022 [cit. 3. 8. 2022] Dostupné z: <https://rady.vitalion.cz/>