

KAPPA →

#1

Červen 2023

Cena: 50 Kč

Studentský magazín Waldorfského lycea

Praha nemá druhé
nejlepší MHD
na světě.



Zasedání parlamentu
Gymnázia na Zatlance.



Betonová monstra,
aneb brutalismus v Praze.



KAMPAK?

Pokud si kladete tuto otázku bezprostředně po otevření našeho časopisu, odpověď je nasnadě. Můžete jím listovat a poznávat články nabízející široký tematický rozhled. Když jsme si podobnou otázku, tehdy se týkající budoucnosti celého projektu, kladli na počátku naší práce v rámci třídy, takovou jistotu, jako je listování tištěným časopisem, jsme neměli. Proto jsem rád, že jsme bezmála půlroční zkušenost s udržováním pokud možno plnohodnotného informačního webu včetně denního zpravodajství dovedli až k tištěné verzi, kterou právě držíte v rukou. Za zmínku rozhodně stojí rozsah rubriky Člověk a společnost či tři plnohodnotné rozhovory. V tištěné verzi časopisu však najdete pouze výběr z naší celkové tvorby. Celý obsah naleznete na stránkách našeho časopisu (casopis.wlyceum.cz) nebo pod QR kódem na zadní straně obálky.

Doufáme, že vám náš časopis bude inspirací.

Vaši šéfredaktoři

Redakce

Šéfredaktoři: Jeroným Janč, Anežka Počtová, Anežka Šmahová, Kryštof Švejda

Manažeri redakce: Jakub Bagate, Jakub Bíža, Romana Chmelařová, Antonín Holas, Anežka Hornová, Emma Kennedy, Karolína Sztogrýnová

Korektoři: Žofie Čechová, Anežka Dbalá, Barbora Jeřábková, Marie Jílková, Marína Nedělová, Johanka Nefe, Josefína Poláková, Marie Votočková

Propagace: Matěj Bejšák, Viola Fialová, Josefa Houdková, Sebastian Klainhampl, Vilém Kraemer, Barbora Mikovcová, Štěpán Vaculík

Grafici: Šimon Hlavnička, Maxmilián Krejcha, Vojtěch Mužík, Marek Novák, Ondřej Počta, Lucie Řípková

Pedagogické vedení: Matouš Černý, Jiří Procházka

Praha nemá druhé nejlepší MHD na světě	5
Komentář k protivládním demonstracím	6
Obsaď a žij!	7
Proč máme rádi horory.....	10
Lenost	11
Okénko ze zákulisí lékárny	12
Papírnictví, které si zamilujete	14
Trollové—lesní bytosti nebo krvežíznivá monstra?	15
Můžeme vyoperovat depresi?	17
Psychologie sériových vrahů	18
Reportáž ze studentského parlamentu Gymnázia Na Zatlance	20
Předškoláci vs. Maturanti	23
Měly by se domácí úkoly zrušit? Irský prezident si myslí, že ano	26
Umělá inteligence jako nástroj budoucnosti?	28
Mikroton a utajená atomová laboratoř v Praze	29
Design pivních púllitrů	30
Superpotraviny, hit dnešní doby	31
Písková baterie	32
Nanoboti—zázrak moderní vědy	33
Rozhovor s filosofem Antonínem Dolákem o Antroposofii a waldorfském školství	36
Japonec nikdy neříká ne	40
Rozhovor s Janem Lukavcem - Na Jižním městě vznikl první český Hip hop	43
Rozhovor se zakladatelem moderní hippies	46
DoGalerie	50
Betonová monstra, aneb brutalismus v Praze	52
John Frusciante vydal dvě nová alba!	53
Hudba a její vliv na člověka	54
Tajemství	57
About Instagram	58
Etymologické okénko	59
Videohra Dadish - ředkev hledající své ředkvové potomky	60
Přioštrí a Kolem toč	62
Sudoku	64



PRAHA NEMÁ DRUHÉ NEJLEPŠÍ MHD NA SVĚTĚ

Možná jste během minulých dní zaznamenali zprávu o tom, že Praha má 2. nejlepší MHD na světě. Novinku před pár dny přinesl časopis Time Out a média (jak česká, tak zahraniční) se jí okamžitě chytila. Náměstek pro dopravu Hřib prohlásil, že se Praha umístila tak vysoko hlavně kvůli svému výkonu, cenové dostupnosti, spolehlivosti a neustálému rozvoji.

Znamená to tedy, že Praha má druhou nejlepší dopravu na světě? Ne.

Pokud se dopravou zabýváte trochu více, tak vás tato zpráva pravděpodobně zarazila. Ano, pražská MHD je sice skvělá, ale druhá nejlepší na světě? Že by se Praze podařilo předehnat města jako Tokio, Stockholm, Singapur, Hongkong, Taipei, Šanghaj, Amsterdam, Londýn, Madrid, Paříž, New York, nebo Peking? Jediný, kdo nás předběhl byl Berlín. Na menší město ve střední Evropě, které má pouze 3 linky metra je to dobrý výkon. Až podezřele dobrý. Háček je v tom, že žebříček nevycházel z objektiv-

ního měření rozvoje, udržitelnosti, hustoty, dostupnosti, frekventovanosti atd., ale z pocitu cestujících. Time Out tak spíše než objektivní hodnocení, přinesl průzkum veřejného mínění. A to hodně nepřesný průzkum. V článku se uvádí, že se do žebříčku zapojilo přes 20 000 lidí ve více než 50 městech. Na jedno město tedy vychází méně než 400 lidí. To není moc. A kredibilita klesá ještě víc, když zjistíte, že položená otázka zněla: „Dá se veřejnou dopravou jednoduše pohybovat po městě?“

Není tedy překvapení, že v případě Prahy odpověď zněla v 96 % případů Ano. Protože každé MHD by tuto funkci mělo splňovat. Co nám to tedy říká? Pražská MHD funguje, to je tak všechno. Rozhodně to ale neznamená, že Praha má druhou nejlepší dopravu na světě.

Jaká je pravda?

Jedno dlouhodobé objektivní hodnocení veřejné dopravy se hledá poměrně těžko. Každý hodnotí



určitý počet měst podle různých standardů a pravděpodobně nenajdeme stoprocentní odpověď. Jedno je ale jisté – Praha druhá opravdu není. Podle mnoha indexů vede přední příčky několik měst, a to převážně Hongkong, Singapur, Tokio, Paříž, Londýn a Stockholm. Co se pozice Prahy týká, je to složité, přesnou vám říct nemůžu. Někdy ji najdeme výše, někdy níže. Podle FIA se Praha v roce 2010 umístila na čtvrtém místě. Podle Sustainable Cities Mobility Index 2017 byla Praha pátá. V roce 2018 podle studie společnosti Arthur D se dmnáctá. Novější studie jsem nenašel. Jediné, co nám může sloužit, jsou různé články, ve kterých se Praha často ani neobjevuje.

Je co chválit

Kromě již zmíněných úspěchů jsou i další, které se dají vyzdvihnout. Například v odvětví tramvají. V minulém roce dopravní podnik provozoval 26 denních a 9 nočních linek na více jak 560 kilometrech kolejí. Praha má tak po Moskvě a Budapešti 3. největší vozový park na světě. DPP s naší sítí vyhrálo 12. ročník Global light railways awards (2018) v kategorii nejlépe vylepšovaného systému. Nutno dodat, že pražské tramvaje T3 se staly legendární ikonou a dodnes je využívají země jako Chorvatsko, Bosna a Hercegovina, Ukrajina, a dokonce i Severní Korea. Velkou výhodou pražské MHD, kterou si často neuvědomujeme, je začlenění do Pražské integrované dopravy (PID), která obsluhuje velkou část Středočeského kraje a části Liberecka, Ústecka, Plzeňska atd. S cenou 10 Kč denně, platící pro všechny druhy dopravy od vlaků po přívozy, se jedná o jednu z nejlevnějších v Evropě.

Shrnutí

Samozřejmě všechno není růžové a Praha má co dohánět. Každého z nás napadne mnoho projektů, co by se daly dokončit, nebo už měly být dokončené. Celkově je ale pražská veřejná doprava na dobré úrovni, ačkoliv má své nedostatky. Ve své dosavadní podobě se jedná o dobrý a spolehlivý systém. Ale rozhodně ne druhý nejlepší na světě. Je proto důležité neusnout na vavřínech, což se v určitých oblastech částečně stalo. Dosavadní systém je solidní základ a je potřeba ho do budoucna víc nakopnout, aby byl ještě lepší. Inspirace je všude okolo nás.

Jeroným Tändzin Janc

KOMENTÁŘ K PROTIVLÁDNÍM DEMOSTRACÍM

Aktuální situace je náročná asi pro všechny. Bez rozdílu politické orientace či finanční situace. Stále zvyšování životních nákladů, táhnoucí se válka na Ukrajině... To vše jsou silné faktory zvyšující napětí ve společnosti. Po více než roční pomoci bránící se Ukrajině tak může mnoho lidí snadno ztratit odhodlání bránit něco tak „vzdáleného a nesmyslného“ jako Ukrajinu napadenou Ruskem a stále to vnímat jako obranu všech našich hodnot a západního společenství založeného na nekonfliktních řešeních, když „nám přece nic nehrozí“. Kdo na rozdělení společnosti staví dlouhodobě, jsou antisystémové uskupení, k nimž se v poslední době upírá stále více pozornosti. Především v souvislosti s potíráním dezinformací. Protizápadně laděná uskupení kritizují prakticky všechny kroky vlády, ať je její finanční pomoc a snaha o uklidnění situace jakákoliv. Snahu vlády tlumit dezinformace či pomoc ukrajinské armádě a uprchlíkům nebo „západní diktaturu“ v podobě zakotvení v EU a NATO vnímají jako ohrožení celého Českého národa a vlastních svobod a jako snahu o cenzuru. Nutno ovšem říct, že cílem boje proti dezinformacím není omezit svobodu slova, ale dlouhodobě upozorňovat na falešné zprávy, které mají za cíl pouze vnášet do společnosti nejistotu a zabraňovat jejich šíření. Momentálně hlavní představitel demonstrantů Jindřich Rajchl proruské postoje schovává za národní hesla, což v mnohých může vyvolat dojem boje proti zlu a ještě větší pocit ohrožení. Vláda, která by v takovéto chvíli měla postupovat nanejvýš obezřetně tak, aby těmto tendencím zabránila, si však počíná příliš nejistě. Vzniklý zmatek ohledně důchodové reformy a rušení poboček České pošty může snadno vyvolat dojem, že se vláda o svoje občany na úkor „někoho jiného“ stará nedostatečně a řeší problémy nám zdánlivě tolik vzdálené.

Švejda Kryštof

OBSAĎ A ŽIJ!

Squatting je produktem moderní společnosti, který se neustále vyvíjí a v současné době si rozhodně zaslouží pozornost. V dnešní době je squatting vnímán mimo jiné jako alternativní způsob života, kultury a myšlení. Squatting není jen prosté vniknutí do domu nebo bytu, ale obsazení nemovitosti za účelem vytvoření určité komunity, která nabízí alternativu k politickému systému, způsobu života a k mainstreamové kultuře. U squattingu můžeme pozorovat i solidární činnost, která upozorňuje na problematiku nedostupného bydlení.

Squatting je životní styl, ale i forma vyjádření politických názorů. Pro některé je řešením životní nebo bytové situace a pro jiné zase svobodný život, očištěný od zla konzumní společnosti.

Squatting je také spjat s budováním kulturně-sociálních center, podpory alternativních umělců, pořádáním koncertů, výstav, přednášek, seminářů nebo workshopů. Squatting vytváří živnou půdu nejen pro alternativní kulturní a sociální vztahy, ale také pro alternativu politickou, díky čemuž bývá státními orgány řazen k extremistickým hnutím.

Právní vymezení squattingu

Již jsem uvedl, že squatting je činnost, při které osoba nebo skupina osob neoprávněně obsadí dům, byt nebo nebytový prostor, ve kterém dále přebývá, převážně za účelem vzniku komunity lidí schopných smysluplného využívání obsazených objektů. I když český právní řád vůbec neuznává pojem squatting, jedná se o trestný čin. Základní činnost squatterů, tedy obsazení a užívání cizího objektu, zahrnuje například následující trestný čin: Neoprávněný zásah do práva k domu, bytu nebo k nebytovému prostoru podle § 208 zákona číslo 40/2009 Sb.

Squatting je ale nutné odlišovat od prostého zásahu do práva k domu, bytu nebo k nebytovému prostoru vniknutím například osobami bez trvalého přístřeší. V takovýchto případech se nejedná o formu squattingu, ale o prosté neoprávněné obsazení objektu za účelem krátkodobého nebo i dlouhodobého získání přístřešku, úkrytu nebo nahrazení funkčního bydlení například bezdomovci. Mezi bezdomovectvím a squattingem je tedy složité vymezit jasnou hranici. Už jen to, že vniknutí a obsazení nemovitosti z důvodu bezdomovectví

lze chápat jako jistou sociální obranu, kterou je uspokojována základní potřeba bydlení. Přitom u squattingu je naplňována potřeba alternativního způsobu života, který si jeho provozovatelé ve velké většině, na rozdíl od bezdomovců, sami vybrali a jehož prostřednictvím aplikují své názory na společnost a politickou, sociální a kulturní situaci.

Squatting je tedy jednání mířené proti hodnotám chráněným právními normami, které má za cíl obsadit a užívat určitý objekt, na němž je třeba poukázat na chyby systému, proti kterému je squatting velmi často namířen a ke kterému se také snaží nabízet alternativu. V tomto objektu pak vytvářet činnost, zpravidla společenskou, politickou, kulturní nebo sociální, kterou se lze prezentovat a poukázat na chyby systému, politickou, sociální a bytovou situaci.

Squatting na území České republiky

První squat?

O tom, který squat byl na území dnešní České republiky první, se různé prameny rozcházejí. Podle Kroniky obsazování byl prvním squatem na území současné České republiky Dům U Divého muže ve Sněmovní ulici č. 1 na Praze 1. Tento dům na Malé straně měla od Federálního ministerstva vnitra České a Slovenské federativní republiky pronajatý Linhartova nadace. Nadace předložila FMV ČSFR (Fakulta mezinárodních vztahů Česká a Slovenská Federativní Republika) plány na rekonstrukci objektu a jeho dalšího využití pro kulturní účely. FMV ČSFR však s Linhartovou nadací nekomunikovala a následně rozhodla o vyklizení objektu, ke kterému došlo dne 11. ledna 1991. Tentýž večer se podařilo několika desítkám lidí vyrazit zabeďná okna a vniknout do objektu. Poté se chystali na okupační stávkou. K objektu se následně dostavili zástupci FMV ČSFR a ti se dohodli s představiteli Linhartovy nadace na opuštění a vyklizení objektu, ke kterému došlo dne 14. ledna 1991.

Ladronka

Jiné prameny uvádí jako první squat na území dnešní České republiky squat Ladronka, který se nacházel na území hlavního města Prahy, v areálu zvaném Ladronka. Jednalo se o památkově chráněný statek s adresou Tomanova 1, Praha 6, který byl a dodnes je v majetku Magistrátu hlavního města Prahy. Jak uvádí Kronika obsazování, statek, který

byl již několik let opuštěný a volně přístupný, obsadili aktivisté z Anarchistické federace s cílem vybudovat v něm Autonomní kulturně sociální centrum. Podle Kroniky obsazování se snažili squatteři svůj pobyt ve squatu Ladronka od počátku zlegalizovat. Přesto proběhlo v letech 1993 až 1995 několik policejních razíí majících za cíl vystěhování squatu, které ale i díky podpoře české anarchoautonomní scény, zahraniční solidaritě a podpoře některých občanských iniciativ nebyly úspěšné a Autonomní centrum bylo squattery uhájeno. Squatteři nadále jednali s Magistrátem hlavního města Prahy o legalizaci Autonomního centra nebo o poskytnutí náhradních prostor pro projekt Nadace Ladronka, to ale nevedlo k žádným výsledkům. Squat Ladronka fungoval jako kulturně-sociální středisko až do jeho vyklizení dne 9. listopadu 2000. Po vystěhování squatterů z Ladronky zůstala usedlost prázdná a obrat nastal až v roce 2002, kdy Městská část Prahy 6 spolu s Magistrátem hlavního města Prahy započala rekonstrukci celé usedlosti i přilehlého parku. Rekonstrukce byla dokončena v roce 2005 a v dnešní době je v objektu provozována restaurace s prostory pro různé akce a sportoviště.

Kavárna Slavia

V Praze rozhodně stojí za zmínku také obsazení Kavárny Slavia na rohu Smetanova nábřeží a Národní třídy přímo naproti Národnímu divadlu v Paláci Lažanských. Kavárna Slavia byla provozována již od roku 1884 a stala se místem vyjádření českého národního citění. V roce 1948 byla znárodněna a dále byla v provozu až do roku 1989, kdy byla kavárna majitelem nemovitosti, Akademií múzických umění v Praze, pronajata americké společností HN Gorin, která přislíbila kavárnu znovu otevřít. To se nestalo, a proto takzvané Sdružení přátel kavárny Slavia dne 8. listopadu 1993 kavárnu protestně obsadilo. Ještě ten samý den uvedené sdružení kavárnu zprovoznilo pro veřejnost. Po pár týdnech okupačního provozu a po vyjednáváním s majitelem nemovitosti a jejím nájemcem byl provoz ukončen s tím, že kavárna bude rekonstruována při zachování stylového prostředí a cen dostupných pro veřejnost. Aktivisté dosáhli svého, když se události dostalo i zahraniční pozornosti, a Akademie múzických umění v Praze vypověděla soukromé společnosti HN Gorin nájemní smlouvu. Kavárna Slavia obnovila svůj provoz až v roce 1997 a je v provozu dodnes.

V 90. letech proběhlo na území dnešní České republiky několik obsazení různých nemovitostí. Squatterská Kronika obsazování uvádí zhruba třicet pokusů o obsazení nemovitostí v různých městech jako např. v Praze, Brně, Teplicích, Plzni

a dalších. Mimo jiné také uvádí, že ve většině případů se povedlo majitelům obsazených nemovitostí nebo státním orgánům v krátké době squaty zlikvidovat. V několika málo případech došlo k vážnějšímu odporu ze strany squatterů, jako např. při obraně Ladronky, Sochorky, Zenklovky a zejména Milady.

Milada

Jeden z vůbec nejznámějších českých squatů byl ten v libeňské vile Milada. Vila Milada stojí v pražské Libni poblíž ulice Pátkova. Tato nemovitost je už od roku 1978 ve vlastnictví státu a již v roce 1988 byla určena k demolici, a proto jí bylo i odejmuto číslo popisné a nemovitost byla následně vymazána z katastru nemovitostí. O nemovitost byl veden restituční spor, avšak rozhodnutím Nejvyššího soudu zůstala Milada ve vlastnictví státu. Tento spor skončil až v roce 2000, kdy už byla vila Milada squatem. K obsazení vily Milada došlo na prvního máje roku 1998 a provedli ho členové ČSAF (Československá anarchistická federace) a jejich přívrženci. Dne 7. října 1998 došlo k pokusu o vyklizení, ale squatteři byli dobře připraveni a za pomoci barikád zdrželi postup policie a pětici aktivistů se podařilo dostat na střechnu budovy, kde zůstali. Policie vilu obklíčila a s aktivisty vyjednávala. Postupně se jejich počet snižoval, až na střeše zůstali poslední dva aktivisté. Na místě zůstala pouze bezpečnostní agentura najatá správcem objektu. Dvěma zbývajícím aktivistům na střeše squatu se v noci z 9. na 10. října 1998 dostalo podpory od studentů ze sousedních vysokoškolských kolejí, když k nim byl za pomoci improvizované lanové dráhy spuštěn další aktivista s jídlem, pitím a spacími pytlí. Najatá bezpečnostní agentura se pokusila slaňujícího aktivistu napadnout, ale v blízkosti squatu se pořád nacházelo dost přívrženců squatterů a mezi nimi a pracovníky bezpečnostní agentury došlo k několika střetům. Následně UIV (Ústav Pro Informace Ve Vzdělávání) bezpečnostní agenturu od vily Milada odvolal a squat na místě zůstal dál. I když byl squat těmito událostmi poničen, znovu se v něm začala rozvíjet kultura a jiné aktivity.

Kolem roku 2007 se znovu obměnil kolektiv a mladší aktivisté squatu vdechli nový život, což se projevovalo pořádáním diskuzí, přednášek, benefičních večerů a renovací vily. Na jaře 2009 požádal UIV o opětovný zápis vily do katastru nemovitostí a v červnu téhož roku mu bylo vyhověno. Poslední červnový den roku 2009 se pokusila soukromá bezpečnostní agentura o vyklizení squatu na objednávku UIV. Squatteři, převážně tedy členové ČSAF ve spolupráci s AFA (Antifašistická akce), ztotožnili několik pracovníků soukromé bezpečnostní agentury a identifikovali v nich přívržence krajní

pravice. Soukromé bezpečnostní agentuře se nepodařilo squat zlikvidovat a několik squatterů se opevnilo na střeše objektu. K Miladě znovu přijela policie, která objekt obklíčila a monitorovala situaci. Někteří aktivisté střechu objektu sami opustili a poslední z nich Miladu opustil až po vyjednávání s tehdejším ministrem pro lidská práva Michaelem Kocábem, ředitelem pražské policie a zástupci kolektivu svalu Milada a příslibem náhradního prostoru pro autonomní centrum.

Vyklizení svalu Milada je některými představiteli anarchistické scény považován za konec plnohodnotného squattingu v České republice.

Klinika

Projekt autonomního sociálního centra v budově bývalé plicní kliniky v Jeseniově ulici na pražském Žižkově by se však dal také považovat za squat. K obsazení budovy došlo 3. prosince 2014 poté, co budova, která patří státu a se kterou hospodařil Úřad pro zastupování ve věcech majetkových, byla od roku 2009 nevyužívána. Dne 9. prosince 2014 však budovu vyklidila policie. Dne 13. prosince 2014 se konala demonstrace na podporu Kliniky za účasti asi 700 demonstrantů, přičemž někteří z nich se pokusili o znovuobsazení budovy. V dalším období došlo k vypsání výběrového řízení na dočasný provoz budovy a k legalizaci činnosti Kliniky. Od března 2015 se tedy budova užívala na základě smlouvy o výpůjčce uzavřené ÚZSVM (Úřad pro zastupování státu ve věcech majetkových). Klinika tedy obnovila svůj provoz a pořádala různé přednášky, jazykové kurzy, divadelní představení, hudební koncerty a rukodělné dílny. Ve zprávě MV ČR o extremismu za 2. čtvrtletí roku 2016 se zmiňuje nadále trvající obsazení budovy aktivisty, což je řešeno soudy a také to, že se kauza Kliniky výrazně zpolitizovala. V této zprávě je také uvedeno, že při přebírání ocenění zástupce centra Klinika uvedl, že se hlásí k českému anarchistickému hnutí a finanční obnos věnuje organizaci Anarchistický černý kříž, která následující den po předání ceny vyjádřila podporu dvěma anarchistům odsouzeným v Madridu. Po neprodlení smlouvy ze strany úřadu v březnu 2016 byla budova obývána proti vůli ÚZSVM, který to označuje za nelegální jednání a požaduje vyklizení objektu. I přes všechny trable, a to jak s vypnutým přívodem vody, tak s falešně nahlášenou bombou, se Klinika stále držela. Městský soud v Praze ale vydal pravomocný rozsudek, kterým nařídil aktivistům areál vyklidit nejpozději do 18. října 2017. A to trvalo až do dne 10. ledna 2019, kdy začala Správa železniční dopravní cesty s vyklizením budovy.



Ve větších pražských squatech žilo vždy maximálně dvacet až třicet stálých obyvatel, zhruba deset pak tvořilo základ komunity. Našli se i studenti, kteří pobytem v Miladě ušetřili za koleje. Největší kulturní odkaz tak po sobě nejspíš zanechala Ladronka. Pod jménem Ladrogang, v Praze dodnes probíhají punkové, ska a hardcorové koncerty.

Co z toho tedy plyne?

Nejen u nás, ale i v Evropě a celkově po celém světě je squatting dosti potlačeným fenoménem. I v Německu, dříve centru evropského squattingu, značně upadá. Ve valné většině je brán jako překonaná etapa, která zde sice byla, ale už vlastně není třeba, aby se vracela.

Já ale zastávám názor, že moderní společnost squaty prostě a jednoduše potřebuje a pro společenský vývoj jsou důležité. Je to místo, kde mohou lidé tvořit kulturu, formulovat své postoje a svobodně žít, bez toho, aby podléhali tržní logice.

Otázkou ale je, zda je vůbec v naší pozdní kapitalistické společnosti squaty možné provozovat a udržovat je funkční. Myslím si, že postupně zhoršující se jak sociální, tak ekonomické podmínky časem začnou na společnost doléhat. A společnost, tedy lidé, se ozvou.

Věřím, že to bude právě generace Z, která nastartuje změnu a novou vlnu zakládání squatů a komunitních center.

Antonín Holas

PROČ MÁME RÁDI HORORY?

Máte rádi strašidelné filmy? Samozřejmě, že ano. To je důvod, proč jste tady a čtete tento článek. Možná zajímavější otázka, kterou si můžete položit, je, proč vlastně máte rádi strašidelné filmy? Proč jste tak přitahováni k zážitku, který ve vás vyvolá tolik strachu a odporu, který je šitý na míru tak, aby vám způsobil co nejintenzivnější, ne však zcela pozitivní prožitek? Proč se lidé rádi bojí?

„Klasická odpověď, jako když se vrátíme do 80. let, je ta, že lidé se rádi bojí, protože mají rádi vzrušení, že? Mají rádi adrenalin. Zjistili jsme, že existují minimálně tři druhy hororových fanoušků.“ uvedla Coltan Scrivner v rozhovoru pro americké National Public Radio.

První druh jsou nadšenci adrenalinu. To jsou ti, kteří mají rádi pocit strachu. Užívají si vzrušení, ale jedná se jen o menšinu hororových diváků.

Druhý typ se nazývá white knucklers (bílé klouby). Takto označujeme lidi, kteří strachem zatnou pěsti,

když procházejí strašidelným domem. Získávají z toho určitou zkušenost s poučením. Horor, ať už v podání filmu, knihy nebo prohlídky strašidelného domu, jim svým způsobem nabízí šanci prozkoumat hranice svého strachu a posunout je. Skutečně se naučit, jak například reagovat, když se nachází v ohrožující situaci. Přirozeně nejsme příliš dobří, příliš vycvičení ve zvládnání strachu a úzkosti.

Třetí typ, kterému říkáme dark copers, jsou lidé, používající horor k řešení existenčních problémů. Úzkost nebo strach, které pocítují ve svém osobním životě, prožívají skrze hororové filmy.

V reálném světě, nám sledování hororů může být užitečné v tom, že nám pomůže naučit se regulovat tyto negativní emoce.

„Například v prvních měsících pandemie jsme provedli studii, která ukázala, že hororoví fanoušci hlásili větší psychickou odolnost, když nikdo pořádně nevěděl, co se děje. Nikdo z nich nezažil globální pandemii nebo lockdown, nebo něco podob-



LENOST

ného. Je možné, že tito hororoví fanoušci se prostě lépe vypořádávají s děsivými zážitky, protože si s těmito pocity neustále hrají.“ řekla dále Coltan Scrivner.

Hororové filmy nám mohou poskytnout představu, jak by to například mohlo vypadat při apokalypse nebo při jiných hrozivých scénářích. Díky tomu, může mít člověk lepší pocit, že je na toto nebezpečí připraven.

Také si při sledování hororů připadáme chytřejší než oběť, přece je jasné, že se nebudeme otáčet zády k nebezpečným místům, nebo že bychom do té temné místnosti nikdy nechodili, být na jejím místě... To nás také uspokojuje a baví.

Sledování hororů vám může pomoci rozvíjet strategie zvládnání. „Myslím, že lidé, kteří je hodně sledují, se učí, jak se vypořádat s nejistotou, napětím a úzkostí,“ uvedla ještě Coltan Scrivner pro Health.com.

„Mozek ne vždy úplně efektivně rozlišuje mezi fantazií a realitou,“ řekla pro Health.com klinická psychologička Krista Jordan z texaského Austinu. „Jsou známy studie, kdy člověk popisoval, že kouše do citronu, a jeho slinné žlázy se při tom aktivovaly, jako by to prožíval doopravdy.“

Stejně to může být u sledování hororů. Mozek si neuvědomí, že to, co vidí není realita a spustí tělesnou reakci, jako by se to dělo doopravdy. V těle stoupne hladina adrenalinu, ale mozek stále ví, že vám nehrozí žádné reálné nebezpečí. A to je vlastně pro člověka nejideálnější kombinace. Tak na konci filmu, i když člověk ví, že se mu nic stát nemohlo, může mít pocit úlevy, úspěchu a vítězství.

Štěpán Vaculík

Asi každý z nás se někdy ocitl v situaci, kdy věděl, že něco musí udělat, ale stejně to neudělal. Zkrátka protože se mu to dělat nechtělo. Prostě se nám ne vždy povede lenosti nepodlehnout. Ale tak to samozřejmě nemusí být pořád. Existuje totiž plno způsobů, jak lenosti předejít a jak jí odolat. Pravděpodobně nejlepší z nich je aktivita. Být produktivní a plný energie už totiž samo o sobě nenechává mnoho místa pro lenost.

Rodinná konzultantka Alyson Schaferová řekla, že lenost používáme jako prostředek k dosažení svých zájmů – líní lidé se budou snažit vymyslet cokoli, jen aby se nemuseli moc namáhat. Americký psychiatr a spisovatel Morgan Scott Peck se k tématu vyjádřil takto: „Lenost je jediná překážka duchovního růstu.“ Řekl, že nejméně líní lidé nejlépe vědí, v čem zaostávají. Dokonce naši lenivou část osobnosti přirovnával k samotnému ďáblu.

Křesťanství vnímá lenost jako jeden ze sedmi hlavních hříchů. Říká o ní, že se projevuje jako absence víry v sebe, víry v Boha, snahy cokoli zlepšit i jako nezájem uskutečnit svoje dobré úmysly. To že je lenost jeden ze sedmi hlavních hříchů, ale neznamená, že je to nějakým způsobem nejzávažnější hřích. Je tím myšleno, že zapříčiňuje další hříchy a je jejich zdrojem.

Maxmilián Krejcha



OKÉNKO DO ZÁKULISÍ LÉKÁRNY

Napadlo vás podívat se někam, kam se běžně nedostanete? Mě ano. Svou zvědavost můžete ukojit při návštěvě mnoha míst, prakticky jakýchkoli, ale do zázemí lékárny vás nikdo nepustí. Pokud ovšem nemáte maminku lékárnici.

A tak jsem se tam „na tajňačku“ dostala. Měla jsem pocit, že mě má matka vydezinfikovala od hlavy k patě, oblékla mě do bílého a já vstoupila tam, kde byly stovky lahviček a kelímků s latinskými názvy, tisíce dóziček, jejichž štítkům jsem vůbec nerozuměla, množství vah, které jsem nikdy neviděla a spoustu latinských a českých knih, které na hřbetu nesly názvy jako „Československý lékopis“, „Český lékopis“, „Rote liste“, „Praescriptiones magistrales“, všechny v mnoha a mnoha ročnících. A všude byla cítit ta zvláštní vůně. V jedné místnosti byl dvoukřídlý obrovský trezor. Připadala jsem si jako v České národní bance, ale místo cihliček zlata tam byly opiáty.

Okénko do vzdělání lékárníků

Zajímalo mě, co vše lékárník musí umět, v čem se musí orientovat a co vše se na Farmaceutické fakultě učí. Základem jsou přírodovědecké obory: biologie, chemie, fyzika a matematika. Pak musí vědět, jak je stavěno a jak funguje lidské tělo a organismy, které ho napadají. Takže anatomie, fyziologie, patologie, mikrobiologie, molekulární biologie atd. Dále pak musí znát léčiva. Přírodní i chemická. Takže botanika, analytická chemie, fyzikální chemie, farmaceutická chemie, technologie lékových forem, analýza léčiv atd. A nakonec celé propojení toho, co do těla dostáváme a jak to v těle reaguje.

Není účelem zde vše vyjmenovávat, ale možná je dobré si vzpomenout, když netrpělivě čekáme ve frontě v lékárně až na nás přijde řada, že lékárník ze všech svých sil dělá svou dispenzační práci lege artis, (dle předpisu). Zkrátka dělá to nejlepší, aby

nám pomohl na cestě k našemu zdraví, stejně tak činí lékař, na kterého v čekárně také vyčekáváme... Lékárník z pohledu hotových léků na potřeby našeho těla a lékař z pohledu potřeby těla na lék. Jeden bez druhého se neobejdou a úzce spolupracují.

Něco z historie lékárenství

Lékárna jako instituce funguje ve střední Evropě od 11. století. Vznikla ze skupiny léčitelů, kteří byli pro společnost nenahraditelní. Lékárenství jako takové rozvíjeli převážně Arabové. V Evropě pak bylo nejdříve v Itálii, Španělsku a jižní Francii kolem 11. a 12. století. U nás bylo lékárenství velice ovlivněno

lékárenstvím vlašským, tedy italským, které se k nám dostalo hlavně po obchodních cestách. Ve starověku se k léčbě používaly výhradně rostlinné a přírodní látky. Středověk tuto paletu rozšířil o chemické látky. Došlo totiž k velkému rozvoji chemie, se kterou velmi úzce souvisí

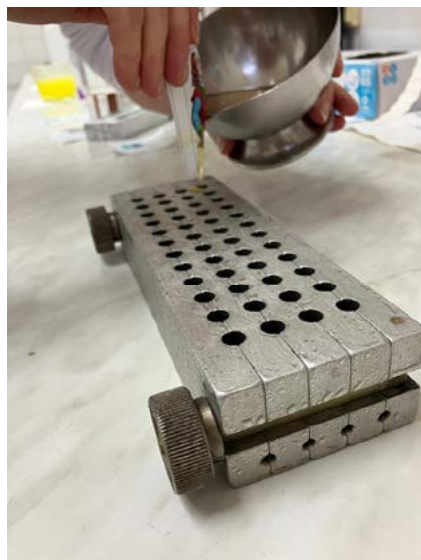


právě celá farmacie. Vznikaly klášterní lékárny a později veřejné lékárny, které patřily městu. Od 17. století dostávají lékárny svůj dnešní ráz a lékárníci začali být váženými a uznávanými odborníky. Začínají se také spojovat s nemocnicemi.. V polovině 19. století od nástupu biochemie, farmakologie, toxikologie a syntézy léčiv (prvním synteticky vyrobeným lékem byl Aspirin) můžeme mluvit o moderní farmacii a lékárenství. Lékárny si také vyrábí své vlastní „speciality“, které nejsou podle daného lékařského předpisu. Zajímavostí je, že takovýto lék se objevil už ve 14. století a byl jím Oleum balsami Magistri Galli de Monte Syon, který vyráběl kanovník a lékař Mistr Havel ze Strahova. Za zakladatele lege artis výroby specialit je považován malostranský lékárník Benjamin Fragner, který ve své lékárně U Černého Orla začal vyrábět „domácí mast“, později „Balsam Dr. Rosy“. Po něm pokračovali i další lékárníci z Prahy i jiných měst.

1. 4. 1882 vychází první číslo Časopisu českého lékárnictva jako výsledek stavovské hrdosti lékárníků. Od té doby je vydáván jako měsíčník, sice s obměněnými názvy, ale bez přerušení celých 140 let!

Profese v lékárně

Dnes v lékárnách pracují farmaceuti, absolventi nejméně pětiletého magisterského studia, kteří po ukončení Farmaceutické fakulty UK získávají titul Mgr, a po případné rigorozní zkoušce titul doktora farmacie PharmDr. Dalším vzděláváním, které je zakončeno atestační zkouškou pokračují v celoživotním vzdělávání.



čují v celoživotním vzdělávání.

Farmaceutičtí asistenti jsou druhou samostatnou profesí v lékárnách. Nyní získávají kvalifikaci v pomaturitním studiu na vyšších odborných školách, dříve na středních zdravotnických školách. Dalším studiem získávají specializaci, zakončenou také atestační zkouškou.

Sanitárky se starají o čistotu, úklid a hygienu na všech pracovištích v lékárně, pomáhají při příjmu a ukládání léků a dalších



činnostech. Farmaceuti a farmaceutičtí asistenti se průběžně vzdělávají. Účastní se odborných přednášek, školení, seminářů, konferencí a webinářů, kde získávají nejnovější informace ze svého oboru. Podobně jako lékaři a zdravotní sestry. Celoživotní vzdělávání lékařů a farmaceutů je sledováno lékařskou a lékárnickou komorou a bez splnění přísných podmínek každé 3 roky nedostanou certifikaci (oprávnění) k výkonu svého povolání. Dalším nezávislým orgánem je Státní ústav pro kontrolu léčiv a Institut postgraduálního vzdělávání ve zdravotnictví.



V současné době, jak říkají lékaři, prožíváme největší lékové krizi za posledních 30 let. Léky prostě nejsou. Pravdivěji řečeno je jich nedostatek a my jsme si v konzumní společnosti přece

zvykli, že máme všeho dost... Je to dílem důsledek covidové krize, zavírání a přestavování farmaceutických továren, celosvětový nedostatek hliníku, takže není na blistry a nedostatek skla, do kterých se léky dávají... a dílem důsledek krize vleklé války na Ukrajině.... Znáte to ze svého okolí? Je nedostatek antibiotik, maminky si stěžují, že pro jejich



malé děti nejsou čípky a sirupy na horečku? A tak jsem si takové čípky vyrobila..

Ano, je tomu tak. I v současné době se v lékárnách stále jako dříve připravují magistraliter receptury i přes všechnu tovární výrobu. Na obrázcích můžete vidět příklad výroby čípků.

Anežka Počtová

PAPÍRNICTVÍ, KTERÉ SI ZAMILUJETE

Papírnictví, na která v dnešní době narazíme, bych rozdělila na dva tábory. Jsou to papírnictví v obchodních centrech, prodávající běžné kancelářské a psací potřeby, a papírnictví, která se specializují na prodej, ale i na výrobu papírenských potřeb, např. sešitů, zápisníků apod.

Tato specializovaná papírnictví jsou většinou malá, jejich výrobky jsou z kvalitního papíru, mají neokoukaný design. Využívají např. upcyklaci, což je přímá recyklace. Jedná se o proces tvorby nového produktu z odpadového materiálu. Tímto způsobem dostane stará věc nový nádech. V dnešní době se s upcyklací pracuje v mnoha směrech, například v umění- výtvarná díla z odpadu, oblečení- staré oblečení přešité na nový kousek, starý nábytek- židle po babičce jako retro doplněk do interiéru. I v papírenském průmyslu se upcyklace stává v poslední době trendem. Lidé chtějí produkty, které mají příběh a jsou šetrné. Papír, který by byl jinak vyhozen a ztratil by svou hodnotu, je kreativně znovu použit.

V poslední době jsem navštívila několik menších pražských papírnictví, která mě zaujala a nadchla zejména díky svému šetrnému a kreativnímu způsobu výroby papírenského zboží.

PAPELOTE a **PAPELOTE²** je papírnictví, které má dvě pobočky. Najdete je v ulici **Milady Horákové 11** a v Holešovické tržnici. Papelete vyrábí a prodává produkty z šetrných a lokálních materiálů. Snaží se kombinovat ruční výrobu s průmyslovou. Jejich produkty mají hravý a kreativní design. Tomuto způsobu výroby také odpovídá cena, která může být i trojnásobně vyšší, než je tomu u zboží v běžných papírnictvích. Vyprodukovaný odpad

pak dále využívají, čímž mu dávají druhou šanci. Papír, který se ve výrobě nepoužije nebo zbyde, upcyklují. Vzniknou tak originální a jedinečné sešity, bloky a další výrobky z papíru, které můžete zakoupit za nižší cenu v **PAPELOTE²** v Holešovické tržnici.

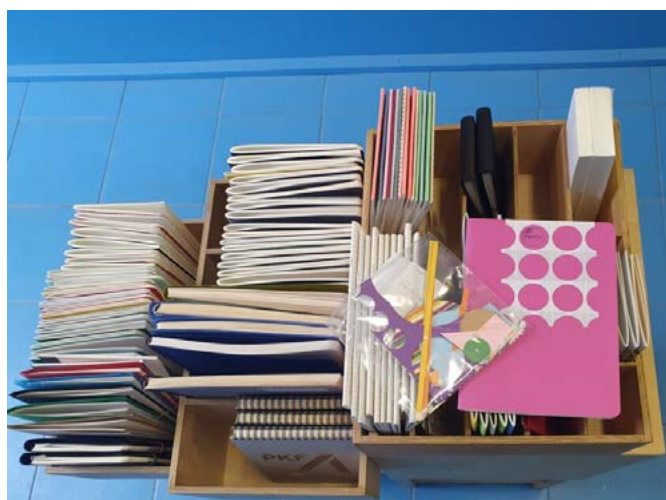


Fotografie Papelete²

VOALA je malé grafické studio, které se nachází v ulici **Kamenická 25**. Soustředí se na výrobu sešitů, fotoalb a diářů z kvalitních materiálů. Jejich design je minimalistický, ale v jednoduchosti je krása! Toto studio má také showroom, ve kterém je knihařská dílna, kde vznikají produkty objednané na zakázku.



Fotografie grafického studia Voala



Fotografie Papelete²

REFORMÁT je „papírnictví z druhé ruky“. Najdete ho v ulici **U Studánky 241/29**. Zabývají se zde upcyklací papíru, z kterého tvoří sešity, bloky, diáře, fotoalba, ale třeba i kuchařky a cestovní deníky. Prodávají i knihařské pomůcky, jako např. knihařskou kost, knihařskou nit, voskovou nit, šídlo, kapitálky a knihařské lepidlo. Součástí tohoto papírnictví je také knihařská dílna, která je přístupná i veřejnosti. Přihlásit se můžete na workshop, kde si vyrobíte svoje vlastní jedinečné album, deník nebo sešit.



Knihařské pomůcky



Papírnictví Reformát

Všechna tato papírnictví vřele doporučuji k návštěvě. Je možné, že si je zamilujete jako já!

Anežka Šmahová

TROLLOVÉ — LESNÍ BYTOSTI, NEBO KRVEŽÍZNIVÁ MONSTRA?

Uřčitě jste už někdy slyšeli o trollech. Na přechodu milénia si je oblíbili filmaři, fanoušci fantasy nebo mytologové. Navíc se tento výraz uchytil i na internetu. Jsou jím označováni lidé, kteří v internetových diskusích či chatech záměrně rozpoutávají hádky, či provokují čtenáře. Šíří dezinformace, zveřejňují záměrně provokativní, nebo irelevantní příspěvky... Původ se odvozuje od trollingu, tedy rybaření (z angličtiny).

Jsme tímto slovem obklopeni ze všech stran.

Pojetí trolla jako bytosti se však velmi liší. Ti z animovaného filmu *Trollové* (2016) jsou malé veselé bytůstky podobné Šmoulům. Mají různé barvy a srandovní účesy. Ten, který se objevil v prvním dílu *Harryho Pottera*, je doslovně popsán jako: „...dvanáct stop vysoký, kůži měl matně, žulově šedou, jeho veliké neohrabané tělo vypadalo skoro jako bludný balvan a nahoře na něm seděla malá lysá

hlava, připomínající kokosový ořech. Měl krátké nohy, silné jako tři stromy dohromady, a ploská, rohovitá chodidla...“ Zkrátka velký neohrabaný člověk. A ten troll, kterého byste našli pod mostem *Aurora Bridge* v americkém Fremontu? Ten zas vypadá jako děsivý obr klubající se ze země.

Tak kde je pravda?

Trollové původně pocházejí ze severské mytologie, a to převážně Švédské a Norské. Jsou popisováni nejčastěji jako hloupá a škaredá stvoření žijící v odlehlých horách, lesích a jeskyních. Většinou žijí v rodinných společenstvích, ale můžeme najít i zdroje, kde jsou vyobrazováni jako samotáři. Podle všeho jsou lidem málokdy nápomocní, v některých příbězích snad i nebezpeční. Ve skandinávské mytologii bývají zaměňováni s Jötnar, tedy démonickými protivníky bohů, jakým byl například Loki. V pozdějším švédském folklóru bývají bráni jako

„přírodní bytosti“ a „bytosti z jiných světů“ přirovnatelné k anglo-saským vilám. Často se tak vyskytují v pověstech, kde jsou takoví tvorové povoláváni na náš svět. Dále lze zaznamenat i malé trolly žijící v mohylách, nebo lesích (Ronya, dcera loupežníka). V Dánsku jsou tato stvoření zaznamenána jako *trolldfolk* ("trollí lid"), *bjergtrolde* ("horští trollové"), *bjergfolk* ("horský lid") a v Norsku též jako *trolldfolk* ("trollí lid") a *tusser*... Záleží na místě vzniku daných pověstí.

S nástupem křesťanství začne povědomí o trollech ve skandinávské lidové slovesnosti nabývat zcela nové podoby. Z trollů se stávají nebezpečná pohanská stvoření, kterým je třeba se vyhnout. S příchodem nového náboženství je spojován i jejich mytologický odchod z „našeho světa“. Podle všeho, a na tom se všechny zdroje shodují, jim vadí zvuk zvonů, a to pravděpodobně pro jejich vysoký řinčivý tón. To údajně vedlo k přesunu trollů do odlehlejších a skrytějších míst. Ve spojení s tímto „odsunem“ trollů je k najití i mnoho příběhů o kamenech, které rozezlení trollové vrhali na rozestavené i již stojící kostely. Tímto si lidé odůvodňují i výskyt balvanů v blízkosti jejich obydlí. Druhou možností, jak pozůstatky těchto bytostí nalézt jsou dle všeho přímo zkamenělí trollové. Trollové se totiž při styku s přímým slunečním světlem mění v kámen. Jestli chcete, můžete vyrazit ven hledat. Jsou totiž dodnes součástí skandinávské kulturní identity a odkazy na ně, ať už v podobě názvů míst, soch či suvenýrů najdete úplně všude.

Z etymologického pohledu nalezneme původ Staroseverského podstatného jména *troll* či *tröll*, jež znamená „zlý duch, démon, vlkodlak nebo jötunn“ a slov střední horní němčiny *troll* a *trolle* - „zlý duch“ v pragermánském *trullan*. Původ tohoto slova však není známý.

Ve fantasy literatuře použil trolla J.R.R. Tolkien, v podobě zlobrů Vildy, Berta a Toma v příběhu *Hobita*, kde se s nimi setkáváme jako s lidožravými (ačkoli vlastně chtěli jíst trpaslíky), hloupými tvory popsanými slovy: „Očividně zlobří (v anglickém originále trolls, tedy trollové) ... Podle jejich ohromných těžkých obličejů, podle jejich velikosti i podle tvaru jejich nohou, a to se nezmiňujeme o jejich mluvě, která nebyla zdaleka salónní.“ Jak jsem již zmínil, svého hloupého, ale nebezpečného trolla má i J.K. Rowlingová v *Kameni mudrců*. Terry Pratchett jim věnoval celou povídku *Trollí most*, a vložil jim do srdcí nenávisť vůči trpaslíkům. Postupně se stali trollové součástí fantazijních světů a her, jak stolních (např. *Cave troll*), tak počítačových (například *World of Warcraft* – zde je najdeme jako modré člověku podobné bytosti s prasečími kly), kde bývají často spojováni, či zaměňováni se zlobry, nebo po anglicku orky (stalo se to i u výše zmíněné hry). Právě ti jsou těmi zelenými krvežíznivými monstry, které si možná někteří vybaví.

Marek Novák



Troll pod mostem Aurora Bridge | CC0



Troll ze hry World of Warcraft | CC0

MŮŽEME VYOPEROVAT DEPRESI?

Co když existuje způsob, jak se kompletně zbavit duševních onemocnění? A to nejde o pilulky, které si člověk dá jednou denně. Ty problém pouze utlumí a většinou nevyřeší. Ne, jde o zákrok, který se používal na léčbu bipolární poruchy klinických depresí a dokonce i schizofrenie.

Přesně touhle otázkou se zabýval dr. António Egas Moniz. Více se zaměřil na historii zákroků na lidském mozku a vymyslel moderní léčbu psychických onemocnění. Tu dnes známe pod jménem lobotomie, za kterou Moniz vyhrál Nobelovu cenu v roce 1949. Poté, co provedl pár pokusů na zvířatech se poprvé pouští do zákroku na člověku. Roku 1935 byl tento novodobý léčebný postup poprvé vyzkoušen. Pacientkou byla žena, která trpěla depresí a paranoidními stavy. Byla uspána a následně jí byly do lebky vyvrtány dvě malinké dírkky. Poté doktoři do mozku vpustili injekční stříkačkou alkohol, který měl přerušit nervová spojení. Stav pacientky se zlepšil, a případ byl považován za úspěšný. Tím pádem mohl António Egas Moniz pokračovat a zkoušet operace dál. Po více úspěšných zákrocích se zprávy začaly šířit i do Ameriky, kde velmi zaujaly dva chirurgy Waltera Freemana a Jamese Wattse. Ti se o provedení pokusili roku 1936 na pacientce Alici Hood Hammatt a Freeman poté získával více a více slávy s každým provedeným zákrokem. Chtěl však vymyslet, jak onemocnění vyléčit jednodušeji se stejným výsledkem, a tak přišel později na transorbitální lobotomii. Nad očním víčkem zasunuli dvě špičaté jehlice až do mozku, kde se díky tomu nervové spojení poškodilo. Na člověku byla tato léčba poprvé prováděna roku 1946. Pacientka, která měla podstoupit zákrok se pokusila své svolení odvolat, ale to už jí nebylo nic platné. I přes komplikace, které pár dní po operaci zažívala, prohlašuje Freeman případ za povedený.

Freeman operoval často a hodně lidí říkalo, že ho práce bavila. Velká část lobotomií už ani neprobíhala ve sterilním prostředí nemocnice, ale klidně u klientů doma. Pacient nemusel být pod celkovou narkózou a postup mnohdy trval pouhých 10 minut. Freeman říkal, že je 85% transorbitálních lobotomií úspěšných. Když se na to však podíváme zpětně, bylo to spíše tak, že 85% pacientů operaci přežilo, a to bez ohledu na výsledky jejich mentálního zdraví. Takže pokud pacient přežil zákrok, neznamenal to zaručené pozitivní výsledky. Stav dvou třetin ze všech pacientů se nezlepšil, naopak spíše zhoršil. Nejslavnější operace, kterou Freeman provedl,

byla na ženě Rose Kennedy (sestra Johna F. Kennedyho). Rose operaci přežila a její případ byl také prohlášen za úspěšný, avšak mělo to své negativní následky. Rose nebyla nikdy nijak neschopné dítě, žila do svých třidvaceti jako samostatný člověk. Poté, co podstoupila lobotomii se stala neschopnou a ztratila schopnost mluvit srozumitelně. Takové následky byly časté a po operaci často přibýly nejen fyzické problémy, jako konstantní migrény a záchvaty. Často se tedy stalo, že operace vyřešila jeden problém, se kterým pacient přišel, ale odcházel s jiným. Hodně pacientů ztratilo svou schopnost reagovat, sebeuvědomění a sebekontrola byly sníženy. Činnost byla nahrazena setrvačností a lidé byli většinou citově otupělí a omezeni ve svém intelektuálním rozsahu.



Freeman provedl 3 500 lobotomií a měl pověst showmana, který při práci miloval obecenstvo. Roku 1967 operoval ženu Helen Mortensen už potřetí. Při zákroku poškodil tepnu v mozku, pacientka zemřela a tím ztratil Freeman i svou licenci. Spojené státy dodnes lobotomii nezakázaly, ale zákrok se už neprovádí. Objevilo se větší množství medikace, kterou jsou pacienti léčeni. Ale v medicíně jsme se od té doby neuvěřitelně posunuli a lidský mozek známe mnohem lépe. Také dnešní přístroje jsou dokonalejší než ty, se kterými pracoval Freeman.

Co kdybychom se k tomuto způsobu vrátili a léčili psychické onemocnění operacemi, a nejen medikací s krátkodobým účinkem? Někteří lékaři se k této myšlence vrací a myslí si, že je to budoucnost léčby duševních nemocí. Není to však moc velký risk a nestačí nám léky? Není mozek tak komplikovaný že bychom se měli poučit z historie a moc si s ním radši nezahrávat?

Anežka Hornová

PSYCHOLOGIE SÉRIOVÝCH VRAHŮ

Sériový vrah je ten, kdo páchá vraždy s časovými prodlevami a většinou se společnými znaky na tělech obětí.

Od masového vraha se liší časovým rozmezím mezi vraždami. Příkladem masového vraha může být třeba útok na ostrov Utoya, který se odehrál 22. července 2012, kdy pachatel postřílel děti na letním pobytu na ostrově. Těsně před útokem spáchal teroristický útok na město, aby odlákal záchranné složky. Poté připlul na ostrov jako policista a zastřelil 77 lidí, z nichž většina byly děti. Podle této události byl natočen dokumentární film, který velmi autenticky vystihuje celou událost (film: Utoya 22. července).

Sérioví vrazi

Sérioví vrazi většinou cílí na skupinu lidí, ke kterým chovají určitou nenávist, nebo k nim mají jiný negativní vztah. Drží se většinou jednoho způsobu zabíjení, typu místa činu a znaků na tělech obětí. Používají to jako své razítko, protože jsou na činy pyšní. Odnáší si sebou suvenýry, které jim oběti a činy připomínají. Vrací se na místa činu a vše si díky tomu prožívají znovu.

Často k vraždám mívají silné nutkání, které bez cizí pomoci nedokážou potlačit. Někteří zase vyrážejí tzv. na lov. Baví je adrenalin a čekání na správnou oběť. Kolikrát se vrazi vyžívají v tom, že je ještě nikdo nechytí.

Jako je například Zodiac, který dodnes nebyl dopaden. To byl americký sériový vrah v 60. letech 20. století, který zabíjel mladé páry na osamělých místech. Občas nechával přežít muže, protože je chtěl nechat trpět. Nikdy však ženu. Zanechával zprávy na místech činu. Vyžíval se v tom, že ho policie nemůže dopadnout, až tak, že psal dopisy a šifry, z nichž některé nejsou dodnes jasně rozluštné.

Sériové vrahy dělíme na několik obecnějších skupin: nenávist k dané skupině nebo menšině, sexuální zaujetí, majetkoví, rodinní, nájemní vrazi, traumatizované - spojené se situací, dispoziční nebo z důvodu psychické poruchy. Z těchto skupin se vymykají nájemní vrazi. Ti totiž vraždí kvůli penězům, a ne kvůli nutkání. Takže pokud neudělají chybu, tak je velmi obtížné je dopadnout. Kriminální kolikrát nedokáží vraždy propojit dohromady, protože oběti nemusí mít nic společného. Aspektů proč to dělají je mnoho, ale většinou je spojuje psychický problém, nenávist či nutkání. (Zodiacův profil na konci článku).

Historie

Studování psychologie sériových vrahů se začalo rozvíjet na konci 19. století v Anglii, poté co bylo brutálně zavražděno 5 prostitutek. K tomuto případu byl přizván chirurg Thomas Bond. Provedl pitvy obětí a přišel s dedukcemi a závěry, které vytvořily to, čemu dnes říkáme psychologický profil neznámého pachatele. Zjistil, že se brutalita u obětí stupňuje, a že pachatel zdokonaluje své činy. Také tvrdil, že by vraždy mohly mít sexuální podtext, nebo že vrah chová k ženám nenávist.

Všiml si také dobrých znalostí anatomie a chirurgických schopností, které byly použity na tělech obětí. Svými domněnkami sestavil profil pachatele, který je do teď znám jako Jack Rozparovač, ale jeho jméno se nikdy nezjistilo, protože nebyl dopaden. Ve Francii a jiných koutech světa se ve stejném období také potýkali se sériovými vrahy. Jednomu z nich se přezdívalo Francouzský rozparovač, ale ten narozdíl od toho anglického byl dopaden a popraven. Od chvíle, kdy došlo k zrození profilování, se profily vrahů zdokonalovaly. Dnes jsou společně se stopami a DNA na místě činu klíčem k dopadení pachatele.

Profilování bylo použito i ve druhé světové válce např. na Adolfa Hitlera k zodpovězení nevyřčených otázek. Podle psychiatra Waltra C. Langerera byl pedantský, stydlivý, konvenční a sám sebe vnímal jako vzor.

Sestavování profilu

Při sestavování profilu se vyvozují pravděpodobné charakteristiky neznámého pachatele ze způsobu spáchání trestného činu, který se většinou něčím vymyká, je nápadný, jiný než obvyklé případy, anebo je patrný individuální rukopis pachatele. Jak čin spáchal? Proč byl čin spáchán? Na kom byl čin spáchán? Profilující expert pracuje s veškerými údaji, které jsou známy a hledá prvky, které jdou dát do souvislostí.

V prvním kroku jsou analyzována základní data: poloha místa činu, zajištěné stopy, pitevní protokoly a výpovědi osob. V následujícím kroku se přechází od popisu vnějšího chování k úvahám o vnitřním prožívání činnosti. Toto směřuje k domněnce, jak se čin odehrál, proč a jak byl spáchán. Z těchto dat se analyzuje, v jakém byl pachatel rozpoložení před činem. Jaký měl motiv, a jaké bylo jeho kriminální chování. Poslední krok zahrnuje vytvoření samotného psychologického profilu.

To znamená sestavení pravděpodobných charakteristik osobnosti a shrnutí důležitých údajů. Na konci expert sestaví profil osoby, který současně zahrnuje i povolání, sociální příslušnost k určité vrstvě, místo, kde žije apod.

Psychologický profil neznámého pachatele obsahuje: pravděpodobné pohlaví a přibližný věk; rodinný stav a orientační odhad sociálních vazeb; dosažené vzdělání a předpokládanou úroveň rozumových schopností; pravděpodobné zaměstnání; relativně stabilní, pro okolí zřetelné projevy chování; stupeň sexuální zralosti a případnou sexuální deviaci; kriminální minulost; odhad bydliště ke vztahu k místu činu; pravděpodobnou reakci na vyšetřování; pravděpodobnost opakování deliktu.

Dnes se k sestavení profilu využívají také zkušenosti z minulosti, protože motivy se často opakují. V některých státech spolupracují krimi-nalisté již s odsouzenými vrahy, kteří se jim snaží pomoci a pochopit jejich myšlenkové pochody výměnou za zkrácení trestu nebo benefity.

Sériových vrahů v dnešní době není tolik jako v minulých stoletích, DNA se zdokonaluje, existují digitální stopy a moderní technika. Toto vše výrazně ztěžuje vrahům jejich činy. V zemích s nižším životním standardem jsou sériový vrazi aktivnější a je jich více.

Neobjasněných vražd a pohřešovaných lidí je na světě nespočet a sériových a jiných vrahů, kteří nebyli ani podezříváni či dopadeni také.

Psychologický profil Zodiaca

V diplomové práci Tomáše Mikuly se lze dočíst psychologický profil sériového vraha Zodiaca:

Paranoidní bludy velikášského typu. Trpí psychózou. V dětství Zodiac pravděpodobně týral zvířata, měl dominantní matku, otce labocha nebo dokonce žádného, bohatý svět představ a fantazií. Zmatené vnímání lásky a násilí. Dochází k jejich záměně. Typ člověka, který by mohl být fanouškem policie a jejich práce. Je možné, že ve svém autě vozí policejní vybavení, sbírá zbraně a mučící nástroje. V okamžicích krize je klidný, vyrovnaný a chladno-krevný. Vše pečlivě plánuje. Své zločiny si dokonce možná i nacvičuje.

Po několika týdnech opakuje podobné přepadení ve stejné oblasti. Rád se vysmívá policii a provokuje ji. Ve styku s okolním světem je tajnůstkářský a obezřetný. Velmi ho rozzuří, když o něm policie šíří nepravdivé zprávy.

Ve svých dopisech je dosti pravdomluvný. Jeho telefonáty a dopisy označené „prosím spěšně doručit redakci“ svědčí o tom, že se Zodiac nemůže

dočkat, až se pochlubí svými skutky. Soudě dle dopisu zasláného příbuzným jedné z obětí je zřejmé, že mu dělá potěšení působit jim bolest. Je pro něj charakteristické napodobování, nikoliv vynalézavost. Všechno, co udělal, odněkud odkoukal.

Vždy se ujistí, že žena zemřela (některé jeho mužské oběti napadení přežili. Ženské oběti nikoliv). Policii telefonuje vždy v blízkosti policejní stanice, aby slyšel sirény policejních vozů jedoucích na místo činu. Plánuje dopředu (u jedné z vražd měl dopředu připravenou prádelní šňůru, již poté svázal oběti). Má pocit, že je pronásledován. Po každém přepadení a během psaní dopisů masturbuje. Zodiac zabíjí zblízka, aby ho jeho oběti viděli. Je ovlivněn měsícem, přílivem a odlivem. Je pravděpodobné, že je voajér (sexuální slídíč). Má ironický a výsměšný způsob vyjadřování. Nejspíše trpí silnými a častými bolestmi hlavy.

Rorschachův test u něj evokuje tvary a odpovědi související s písmenem Z. Svě zločiny bude opakovat. Rozkoš z provokování policie se u něj nakonec může stát motivem ke spáchání dalších zločinů. Chová se často velice inteligentně. Fyzicky je silný, možná až abnormálně. Je nevyléčitelný a nenapravitelný. Nemá žádné výčitky svědomí. Často si vybírá oběti se specifickým zaměstnáním (drtivá většina obětí byli studenti). Nechává si suvenýry. Při vraždách spáchaných nožem bodá oběť tak dlouho, dokud nedosáhne orgasmu. Spáchané zločiny si pamatuje do nejmenších detailů. V souvislosti s jeho fascinací policejní prací je pravděpodobné, že v minulosti žádal o práci u policejního sboru. Má potřebu mít nad někým moc. Homosexualita u něj není vyloučena. Jako dítě si pravděpodobně často hrál na vlastní popravu a zohavoval panenky. Je šikovný a přesvědčivý lhář. Představuje si, jak zabíjí vlastní matku. Oběť považuje za věc. Při psaní dopisů kouří marihuanu, pije alkohol nebo bere nějaká narkotika.

Je sexuální sadista. Vraždí kvůli sexuálnímu uspokojení. Je možné, že nikdy neměl normální pohlavní styk se ženou. Má velmi omezenou schopnost navazovat sexuální vztahy. Vyvíjí velkou snahu, aby vypadal a choval se normálně, a aby nebyl dopaden.

Pokud vás toto téma zaujalo, lze doporučit seriály Lovci myšlenek, Jeffery Dahmer či Rozparovač, z filmů pak určitě Zodiac a 22. července. A pokud se obecně chcete dozvědět něco o kriminálním světě, poslechněte si např. podcasty Opravdové zločiny, České podsvětí či Pohřešovaná.

Karolína Sztogryňová

REPORTÁŽ ZE STUDENTSKÉHO PARLAMENTU GYMNÁZIA NA ZATLANCE: UTĚRKY BUDOU, AŽ SE STUDENTI ZAČNOU CHOvat SLUŠNĚJI!

Dva tajemníci

Je úterý dopoledne a já s fotografem přicházím před budovu Gymnázia Na Zatlance. Zde už na nás čeká tajemník místního studentského parlamentu Adam Hoffmann, ten nás vede po schodišti do místní knihovny, kde se bude zasedání studentského parlamentu konat. Přicházíme do knihovny, která je asi dvakrát větší, než u nás na škole, a dokonce má dvě patra.

Zasedání se koná v provizorních podmínkách, protože obvyklé místo je právě obsazeno výukou, díky probíhající rekonstrukci. Poslanci studentského parlamentu pomalu přichází, zatímco část účastníků začíná přesouvat židle a stoly tak, aby místnost byla plně připravena k jednání. Usazují se v první řadě před židlemi



podpůrného týmu, který prakticky funguje jako předsednictvo parlamentu, a čekám na zahájení. V knihovně pár minut před začátkem panuje takové ticho, že pouhá znělka z mobilní hry od jednoho studenta, dokáže způsobit značný rozruch.

„Všechno je připraveno, můžeme začít.“ Těmito slovy zahajuje Adam Hoffman jednání. Je oznámen program a představen nový tajemník Alex. Hoffmann následně ubezpečuje přítomné, že neodstupuje, a zůstává tajemníkem

i nadále. Po potlesku pro nového tajemníka se průběh zasedání může konečně přesunout k hlavním bodům.

Výjezd do Brna

Nejprve je členkou podpůrného týmu Emily odprezentována výprava 14 zástupců studentského parlamentu do Brna, na pozvání Cyrilotodějského gymnázia. Studentka Emily představila náplň výjezdu, jako předání zkušeností místním studentům, kteří si parlament založili teprve na začátku roku. Na druhou stranu poukázala, že: „Je přece jenom něco, co bychom si mohli od nich přinést sem a to je jejich nástěnka, protože naše nástěnka, byť je dobrá, tak je přeplněná.“

Kritika školního grafika

Dále nás podpůrný tým seznámil s přípravou nového školního merche a školního loga. Tento bod podnítil studenta Otu k otázce, zda by se nedalo s ředitelkou promluvit na téma školního grafika. Vyjádřil i kritiku nad jeho prací, byť dle jeho vlastních slov není vždycky rád tím, kdo kritizuje.

„Pán prostě šel do wordu, vložil tam obrázky na 2D, fotky ponožek a mikin, což prostě není úplně ta standarta, kterou bychom chtěli. Trošku mi přijde, že si z té školy dělá legraci. Samozřejmě nevím, jak vypadá kontrakt mezi školou a grafikem, ale přinejmenším by bylo fajn, kdyby třeba paní ředitelka nebo někdo mu dal vědět, že by bylo fajn, kdyby to vzal trošku vážněji,“ postěžoval si Oto. Členka podpůrného výboru, Máťa, ale studenta ujišťuje, že grafikovi dali vědět a on to bude vylepšovat. Tato slova v místnosti vzbudila menší smích, studentka pak přítomné ubezpečila, že výsledné logo bude schvalovat ředitelka.

Přece jen se z místnosti ozve dotaz, zda se příprava nového loga stihne do konce školního roku. Nakonec jsou přítomni ujištěni, že se to stihne. V tom do diskuse vstupuje Hoffmann se slovy, že by bylo fajn, aby se tímto tématem zaobíral celý školní parlament, ale až na další schůzi nebo teambuildingu. Následně předává slovo další člence podpůrného týmu, Aničce, aby uvedla další bod. Anička seznamuje studenty s organizací Dnů udržitelnosti, což je série přednášek zaměřených na dané téma.

Práce ve výborech

Hlavní novinky byly představeny. Teď je čas přesunout se k práci jednotlivých výborů. Jejich zástupci začínají ostatním představovat výsledky své práce, jejichž prezentaci moderuje Vojta z podpůrného týmu. Například výbor pro akce představuje debatu s pamětníkem, která se bude pořádat pro třetí ročník, o počátcích komunismu v ČSR a přichází i s nápadem na obnovení sportovního dne. Výbor pro charitu zase pokračuje v přípravě projektu s Komunitním prostorem Smíchov, kdy by studenti rozdávali každý měsíc jídlo potřebným lidem. Projekt ale bohužel stojí na nedostatku financí a dobrovolníků, proto je podle studenta Štěpána potřeba více propagace. Dále tento výbor připravuje charitativní koncert a Dětský den.

V tento okamžik se ke slovu hlásí koordinátorka školního parlamentu, Petra Vacková. „Štěpáne, přijde mi, že možná by stálo za to popřemýšlet, jestli by něco z těch charitativních koncertů nemohlo jít do té vaší charity,“ doporučuje, a student souhlasí. „Super, a pak mě napadlo propojit se s Dofe (pozn. red. *The Duke of Edinburgh International Award*), protože v Dofe je dobrovolnictví, tak možná tam by se mohla vytvořit nějaká skupina dobrovolníků, kteří by vám pomáhali ve vydávání,“ dodává Vacková

Koordinátorka parlamentu celou dobu jednání sedí vzadu a vedení schůze nechává na studentech. Jen občas, jako v tomto případě, navrhně možné východisko, když si studenti



s něčím neví rady. Její hlavní náplní v rámci školního parlamentu je především komunikace s vedením této školní samosprávy. „Nejvíce času trávím s podpůrným týmem, s tajemníky našeho parlamentu, kdy strategicky plánujeme, co a jak budeme dělat. Učí se didaktiku a metodiku toho, jak pracovat s vedoucími výborů, jak plánovat akce, takže moje činnost je, že pracuji s vedením parlamentu a oni už si dál pracují s jednotlivými členy,“ popsala koordinátorka Vacková svoji činnost v parlamentu.

Neshody se školníkem

„A ještě prosím technický výbor,“ předává slovo moderátor Vojta. Studentka z tohoto výboru vybědla ostatní, aby se na ně obrátili v případě potřeby cokoliv opravit. Oznámila také školníkovu neochotu opravovat věci mimo chodbu, jako jsou hodiny či poličky ve třídách.

„To je podle nařízení státu, že škola musí mít hodiny, aby žáci věděli, kolik je hodin,“ zmiňuje student Adam. Následně se strhává debata nad tím, jestli má školník povinnost přeřizovat hodiny. „To prostě musí školník dělat, to je jeho práce,“ zní z jedné strany. „Jakože upřímně i ty hodiny do té třídy jsme si koupili sami, takže nevidím problém v tom, abychom si je sami přeřídili,“ zní ze strany druhé. Debatu utírá tajemník Hoffmann s tím, že se to má směř-

řovat na třídní zástupce a kdyby byl problém, bude to parlament řešit jako celek.

„Mohl bych vznést ještě problém tady k techničáku? Pan školník se zabývá jenom chodbami. To znamená utěrky na záchodech nejsou v jeho kompetenci?“ ozve se ze sálu. Už se schylovalo k další debatě. Studentovi Otovi se jí však patrně podařilo utnout ve svém rozsáhlém projevu, ve kterém poukázal na to, jak studenti demontují a ucpávají záchody. „Takže utěrky budou, až se studenti začnou chovat slušněji,“ zakončil Oto svůj dlouhý proslav. Vzápětí koordinátorka navrhla kampaň proti plýtvání za pomoci samolepek. „Já bych dal nálepku na toaleták, tento prostor je monitorován a berte,“ prohodí zas student Adam. V místnosti nakonec panuje shoda s tím něco dělat, avšak na této schůzi se tento problém definitivně nevyřeší.

Druhá školní jídelna

Jednání se přesouvá k tématu návrhu druhé školní jídelny, která nepatří do kompetencí žádného výboru. Na základě dotazníku o spokojenosti se službami školní jídelny, se ukázalo, že polovina studentů by chtěla kvalitnější stravu i za vyšší cenu. Tudíž zástupci studentského parlamentu domluvili smlouvu s možným stravovacím zařízením. Dle studenta Adama, který návrh představoval, stačí už pouze podpis ředitelky.

Volby do celopražského sněmu

Během následujících pár minut se ještě stihne probrat vizáž nástěnky, ale dále už Adam Hoffmann předává slovo tajemníkovi Alexovi, aby zahájil volbu dvou zástupců do celopražského sněmu. Ten funguje jako poradní orgán pražského magistrátu. O post se ucházejí tři zájemci: Kryštof, Máťa a Oto.

Všichni tři dostali prostor něco dodat ke své kandidatuře. Pak už jen následovala prezence lidí s hlasovacím právem. Kandidáti povstali

a šlo se hlasovat. „Dobře, tak tím pádem Máťa je zvolená, jedeme druhé kolo, tentokrát už rozhodujete jenom mezi Otou a Kryštofem,“ ukončil hlasování prvního zástupce tajemník Alex. Vítězka volby byla zvolena celkem jednoznačně dvaceti dvěma hlasy. Následovalo další kolo hlasování, při kterém vznikl zmatek, když tajemník řídící hlasování řekl, že ti, kteří hlasovali v prvním kole hlasovat již nemohou. To by znamenalo znemožnění volby většině účastníků. Po menším rozruchu se tajemník opravil a povolil volbu i těm, kteří hlasovali v prvním kole. Druhým vyslancem v celopražském sněmu se tak stává Oto se třinácti hlasy, jenž poráží Kryštofa se čtyřmi hlasy.



Nakonec koordinátorka zdůrazní důležitost celopražského sněmu, jelikož paní ředitelka bude ve své funkci na konci příštího školního roku končit. Dle jejích slov je potřeba, aby si školní parlament upevnil svou pozici a pokud nový pan ředitel či paní ředitelka nebude podporovat školní parlament, je možné, že se do tří měsíců rozpustí. „Na tomhle se snažíme teď budovat tu pozici i na magistrátu, aby se o nás vědělo a aby ten parlament i tam měl své jméno, aby vlastně byla vůle, aby tady parlament dál existoval, protože bez podpory vedení to velice rychle zanikne.“ Po tomto poselství ukončuje tajemník Adam Hoffmann zasedání studentského parlamentu a studenti se začínají pomalu vytrácet z knihovny.

text Jakub Tiecoura Bagate

foto Vojtěch Mužík

PŘEDŠKOLÁCI VS. MATURANTI

Každý člověk je jedinečný. Každý má své vlastní vize, hodnoty a přání. Jak moc se tyto rozdíly prohloubí, když se podíváme na dvě skupiny, které od sebe mimo jiné odděluje i třináct let školní docházky?

Vybraných maturantů Waldorfského lycea a předškoláků z MŠ Sulanského jsem se každého zeptala na stejné následující otázky:

Čím bys chtěl/a být?

Co je pro tebe to nejdůležitější, co tě rodiče naučili?

Co by sis nejvíce přál/a?

Odpovědi byly podle mého očekávání velmi odlišné.

První jsem navštívila školku. Tondovi a Martynovi by se líbilo stát se hasičem a řidičem auta, protože auta mají rádi. Johanka se zase chce stát doktorkou: „Mě se líbí ty nástroje, který tam jsou. My máme obvazy a máme i opravdickej návod.“ Andyho vysněné povolání je Spiderman: „Je to super a můžeš skákat po domech a tak. Ty máš totiž pavučiny na rukách a můžeš se zachytit za nějaký dům.“ Terezka a Dany sázejí na své dosavadní schopnosti. Terezka na otázku odpověděla: „Chtěla bych být malířkou. Totiž já umím malovat hezký kočičky a pejsky a králíčky, já mám totiž ráda zvířátka. A pak bych ještě chtěla být učitelkou ve školce. Protože bych mohla pomáhat dětem.“ (Její maminka je učitelka ve školce.) A Dany: „Chci se stát policajtem, protože jsem rychlejší. A chtěl bych chytat zloděje.“

Na druhou otázku znějící: Co je to nejdůležitější, co tě rodiče naučili? Děti často odpověď nevymysleli, nebo reflektovali učení spojené se znalostmi: „Učit se; Naučili mě číst, jen trochu; Naučili mě hodně písmen; Naučili mě hrát na klavír.“

Největší přání dětí byla opět velmi různorodá. Terezka si vzhledem, v době rozhovoru,

k blížícím se Velikonocům přála, aby už byly a byly každý den, protože hledá vajíčka. A na příklad Martínek pojal otázku jako seznam přání Ježíškovi: „Nejvíc bych si přál od Ježíška... Hódně čokolád, a ještě nějaký hračky. Třeba I lítající, zapínající.“ Své přání doplnil o „krásnou konvičku“, kterou náhodou viděl na parapetu v místnosti, v níž se rozhovor odehrával.

„Chtěl bych být biohacker. Protože mi to v tuhle chvíli dává největší smysl,“ odpověděl na první otázku jeden z maturantů Ondřej Lopatka. Dělat „něco, co dává smysl“ by si přály i Anna Hartmanová a Amálie Krčmářová. Alžběta Jenická zase s úsměvem odpověděla: „Přesně nevím, čím bych chtěla být... Táhne mě to ale spíše uměleckým směrem, protože umění je mi blízké, moc mě baví a mám ráda to prostředí. Na druhou stranu slýchávám, že si člověk uměním nevydělá a že je práce umělce utrpení. Já to ale cítím tak, že pro mě by bylo větší utrpení to nedělat, než dělat. Takže si myslím, že jsem odsouzena k tomu, dělat umění.“

To nejcennější, co rodiče naučili Agátu Lázeňskou je, aby si šla za tím, co chce, snažila se pomáhat ostatním a pracovala na sobě. Adéla Kusáková po krátkém zamyšlení řekla: „Myslím, že na to přijdu v budoucnu, až jim za to budu děkovat. Ale přijde mi, že mě vychovali v tom, abych si tvořila svůj vlastní názor a byla svým způsobem i trošku samostatná.“ Vedení k samostatnosti reflektovala i Amálie Krčmářová.

Většina dotázaných maturantů si nejvíc ze všeho přeje, aby byli v životě spokojení a šťastní. Ondřej Lopatka si přeje být po celý svůj život přítomný. Anna Šimková si přeje soda-stream a Alžběta Jenická by chtěla umět létat.

Nezbývá nám než všem respondentům držet palce, aby se jim jejich přání vyplnila...

Pro podrobnější a strukturovanější odpovědi se podívejte na následující stránky.

Předškoláci

→ **Andy**

Čím bys chtěl/a být?

Spidermanem, protože je to super a můžeš skákat po domech a tak. Ty máš totiž pavučiny na rukách a vlastně se můžeš zachytit za nějaké dům.

Co je to nejdůležitější, co tě rodiče naučili?

Nevím.

Co by sis nejvíc přál/a?

To ti nemůžu říct, protože je toho moc a... Můžu ti to říct... Takže: spidermanský hodinky, elektrickýho dinosaura, hada, kterej je nahore modrej, dole oranžovej, plyšáka králíka a dalekohled.

→ **Dany**

Čím bys chtěl/a být?

Policajtem, protože jsem rychlej. A chtěl bych chytat zloděje

Co je to nejdůležitější, co tě rodiče naučili?

Nevím.

Co by sis nejvíc přál/a?

Pistol. Já mám jenom jednu.

→ **Honzík**

Čím bys chtěl/a být?

Hokejista, protože chci umět hokej a mám trošku rád fotbal.

Co je to nejdůležitější, co tě rodiče naučili?

Naučili mě číst, jen trošku.

Co by sis nejvíc přál/a?

Stromeček, malej.

→ **Johanka**

Čím bys chtěl/a být?

Doktorkou. Totiž mně se líbí ty nástroje, který tam jsou. My

máme obvazy a máme i opravdičkej návod.

Co je to nejdůležitější, co tě rodiče naučili?

Naučili mě hrát na klavír.

Co by sis nejvíc přál/a?

Abych byla zdravá.

→ **Martínek**

Čím bys chtěl/a být?

Řídit auto, které má barvu... červenou!

Co je to nejdůležitější, co tě rodiče naučili?

Asi nevím.

Co by sis nejvíc přál/a?

Nejvíc bych si přál od Ježíška... Hódně čokolád a ještě nějaký hračky. Třeba i lítající, zapínající. A ještě krásnou konvičku, abyssem mohl zalejvat. (S těmito slovy se dívá na konvičku na parapetu.)

→ **Terezka**

Čím bys chtěl/a být?

Maličkou. Totiž já umím malovat hezký kočičky a pejsky a králíčky, já mám totiž ráda zvířátka. A pak bych ještě chtěla být učitelkou ve školce. Protože bych mohla pomáhat dětem.

Co je to nejdůležitější, co tě rodiče naučili?

Učit se.

Co by sis nejvíc přál/a?

Aby už byly Velikonoce a každé den, protože hledám vajíčka.

→ **Tomáš**

Čím bys chtěl/a být?

Popelářem, protože recyklujou. Dělej nový věci z odpadků.

Co je to nejdůležitější, co tě rodiče naučili?

Nevím.

Co by sis nejvíc přál/a?

Nějakou deskovku.

→ **Tonda**

Čím bys chtěl/a být?

Hasičem. Mě se líbí v tom autě ten předeek.

Co je to nejdůležitější, co tě rodiče naučili?

Naučili mě hodně písmen.

Co by sis nejvíc přál/a?

Umět písmena, co ještě neumím.

Maturanti

→ **Adéla Kusáková**

Čím bys chtěl/a být?

Forezní psychologkou. Protože je to práce s lidmi a myslím si, že by mě to mohlo bavit. Nějak jsem se k ní postupně dostala.

Co je to nejdůležitější, co tě rodiče naučili?

Myslím, že na to přijdu v budoucnu, až jim za to budu děkovat. Ale přijde mi, že mě vychovali v tom, abych si tvořila svůj vlastní názor a byla svým způsobem i trošku samostatná.

Co by sis nejvíc přál/a?

Aby mi vyšla budoucnost a vše bylo tak, jak má být. Chtěla bych být v životě spokojená.

→ **Agáta Lázeňská**

Čím bys chtěl/a být?

Dlouho jsem chtěla být psychologkou, ale teď přemyslím spíš nad sociální pracovníci. Myslím si, že je to povolání, které má budoucnost a které by mě mohlo naplňovat.

Co je to nejdůležitější, co tě rodiče naučili?

Jít si za tím, co chci, snažit se pomáhat ostatním a pracovat na sobě

Co by sis nejvíc přál/a?

Abych byla spokojená, ať už to znamená cokoli. Nemusí to nutně znamenat, že se stanu tím, čím bych chtěla... A bych svou spokojenost šířila i na ostatní.

→ **Alžběta Jenická**

Čím bys chtěla/a být?

Přesně nevím, čím bych chtěla být... Táhne mě to ale spíše uměleckým směrem, protože umění je mi blízké, moc mě baví a mám ráda to prostředí. Na druhou stranu slychám, že si člověk uměním nevydělá a že je práce umělce utrpení. Já to ale cítím tak, že pro mě by bylo větší utrpení to nedělat, než dělat. Takže si myslím, že jsem odsouzena k tomu, dělat umění.

Co je to nejdůležitější, co tě rodiče naučili?

Mamka mi dala lásku ke světu i k sobě a tatka mi dal odvahu dělat naprosto střelené a random věci.

Co by sis nejvíc přál/a?

Umět lítat.

→ **Amálie Krčmářová**

Čím bys chtěla/a být?

Asi bych chtěla být vědec a pracovat v laboratoři. Je pro mě důležité, dělat něco smysluplného a něco, co by mě mohlo bavit. Myslím si, že by to docela pasovalo na moji povahu – jsem zvědavá a nezáleží mi na penězích.

Co je to nejdůležitější, co tě rodiče naučili?

Svobodu v tom se rozhodovat sama. Nemám porovnání, ale myslím, že jsem už v dětství měla svou vlastní zodpovědnost. Myslím, že mi to dalo do života to, že člověk nemůže čekat, až za něj někdo něco udělá nebo rozhodne a také doufám, že ze mě vychovali slušného člověka.

Co by sis nejvíc přál/a?

Být šťastná.

→ **Anna Hartmanová**

Čím bys chtěla/a být?

Chtěla bych dělat nějakou pomáhající profesi, ale ještě přesně nevím co. Vidím v tom hlubší smysl, který by mě mohl naplnit.

Co je to nejdůležitější, co tě rodiče naučili?

Vážít si věci.

Co by sis nejvíc přál/a?

Být šťastná a šířit štěstí i kolem sebe.

→ **Anna Šimková**

Čím bys chtěla/a být?

Já přesně nevím, čím bych chtěla být, ale vím, že to bude něco víc humanitním směrem, něco lidského. Rozhodně ne něco, co se stále opakuje, něco stereotypního, spíš práce, kterou si můžeš každý den udělat tak trochu podle sebe, něco s prostorem pro rozmanitost.

Co je to nejdůležitější, co tě rodiče naučili?

Kritické myšlení, přemýšlet sama za sebe a nenechat se ovlivnit jinými lidmi, pokud mi to co mi říkají a dělají, nedává smysl.

→ **Co by sis nejvíc přál/a?**

Sodastream.

Mariana Hadrabová

Čím bys chtěla/a být?

Je mi jedno, čím budu, ale chtěla bych být šťastná. Myslím, že je dobré být šťastná v čemkoli.

Co je to nejdůležitější, co tě rodiče naučili?

Jít si za tím, co mě baví.

Co by sis nejvíc přál/a?

Najít vnitřní spokojenost.

→ **Ondřej Lopatka**

Čím bys chtěla/a být?

Chtěl bych být biohacker. Protože mi to v tuhle chvíli dává největší smysl.

Co je to nejdůležitější, co tě rodiče naučili?

Táta mě naučil meditovat.

Nejvíc bych si přál být po celý svůj život přítomný.

Marie Votočková

DOMÁCÍ ÚKOLY BY SE MĚLY ZRUŠIT

Každý z nás pravděpodobně zažil nepříjemný pocit, že ač skončila škola, doma ho čeká další plnění domácích úkolů. Nevíme přesně, kdo domácí úkoly vymyslel, ale první zmínky se datují už ve starověkém Římě, kdy si studenti museli doma připravovat svou řeč. Ve středověku bylo zvykem pro mnichy a učence, aby svým studentům dávali cvičení na zapamatování jako domácí úkoly. Ve třicátých letech byly dokonce domácí úkoly vnímány jako nucené práce dětí. Také je zajímavé, že Finsko, má jeden z nejlépe rozvinutých vzdělávacích systémů na světě, a přesto dává dětem omezené množství domácích úkolů.

Irský prezident Michael D. Higgins upozornil veřejnost na to, že kvůli domácím úkolům nemají děti čas na své vlastní koníčky nebo věci, které by rozvinuly jejich kreativitu.

Irské noviny Irishmirror se ptaly kolemjdoucích v Dublinu na jejich názor ohledně zrušení domácích úkolů. Většina lidí odpověděla, že se zrušením domácích úkolů souhlasí. Důvody, které lidé uváděli, byly například, že děti nemají dost času na odpočinek a jiné aktivity. Jsou ve škole několik hodin denně, a i to je pro studenty velká zátěž. Bez domácích úkolů by byli více odpočatí a mohli by se na studium ve škole lépe soustředit.

Také zazněla argumentace, že domácí úkoly jsou zátěž i pro rodiče, a že učivo by děti měl naučit učitel ve škole a ne rodič.

Avšak ne všichni zpovídání měli stejný názor. Několik lidí uvádělo, že děti potřebují něco, co udrží jejich znalosti, které se dozvěděly ve škole. Ale také s poznámkou, že všeho s mírou. Jedna mladá žena uvedla, že se naopak většinu učiva naučila z domácích úkolů a byly jejím studiu prospěšné. Také uvedla, že více než dvě hodiny domácích úkolů denně by nevládla.

Jak obecně vyplývá ze zkušeností studentů, hodně domácích úkolů nadělá více škody než dobroty. Jedná se zejména o psychické zdraví studentů. Je výzkumy a statistikami prokázáno, že studenti, kteří mají hodně domácích úkolů mají vyšší úroveň stresu. Tím může také dojít k nechuti studenta ke studiu celkově. Také dochází k menšímu množství příležitostí k trávení času s rodinou, a budování

přátelství. Přebytné množství úkolů může způsobit snížení sociálních dovedností.

Domácí úkoly však mají i svá pozitiva. Webová stránka lessonplanspage.com jich uvádí několik. Například píše, že domácí úkoly učí studenty si stanovit priority, jak řešit problémy, učitelé mají zpětnou vazbu toho, jak studentům učivo jde, rodiče vidí, co se jejich dítě ve škole učí a pomáhá studentům se samostatností.

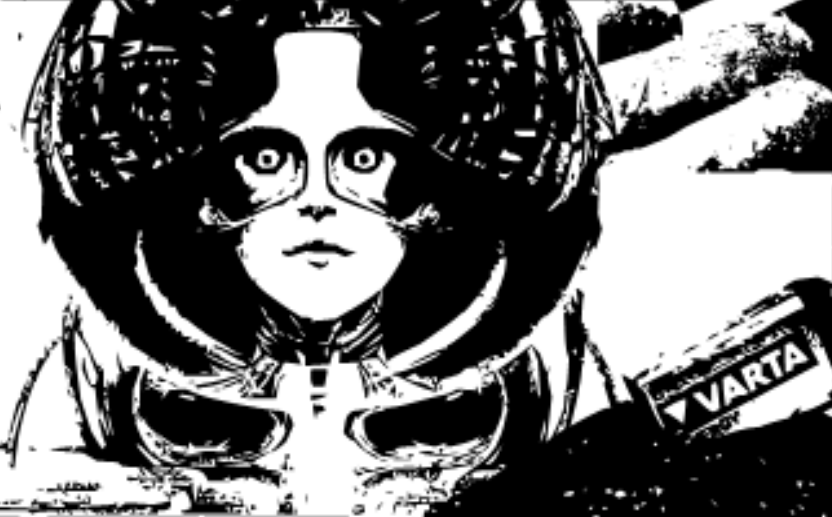
Luboš Zajíc, prezident Asociace ředitelů základních škol České republiky uvedl: "Dost často je to bohužel vnímáno tak, že rodiče musí dětem s úkoly pomáhat a pak je vypracovávají místo žáků. A to je špatně. Rodiče nejsou od toho, aby učili děti, od toho jsou učitelé."



Studentka Sara Kutscher naopak upozornila ve své TED přednášce na to, že spousta dětí je znevýhodněna, tím, že nemají nikoho, kdo by jim s domácími úkoly pomohl, a proto mohou mít horší prospěch než jejich vrstevníci.

Pedagožka pardubické univerzity Helena Zitková uvádí: „Pokud jsou domácí úkoly povinné, tak nevedou k autonomii, nepodporují vnitřní motivaci žáků a také nevedou k zodpovědnosti. Myslím si, že povinný domácí úkol vede pouze k poslušnosti, což může být v konečném důsledku velmi nebezpečné.“

Emma Kennedy



UMĚLÁ INTELIGENCE JAKO NÁSTROJ BUDOUCNOSTI?

V poslední době přibylo do světa mnoho programů, které jsou považovány za umělou inteligenci.

Nejznámější z nich je ChatGPT, inteligence která funguje tak, že si daný uživatel s programem může psát a ptát se ho na otázky, nebo mít po programu požadavky. Program má v sobě převážně veškeré texty, které byly kdy napsány. Od odborných knih až po časopisy a příručky. Program působí opravdu velmi futuristicky, protože téměř vždy udělá to, co po něm žádáte. Dokáže skoro vše, co se týká psaného textu. Jediným limitem je vaše představivost. Program je velmi vyspělý algoritmus, který jako následující slovo napíše slovo takové, které se nejvíce krát opakuje po předchozím slově. Jinými slovy to hledá možnost, na kterou je největší pravděpodobnost, že se zrovna ptáte. Jestli s odpovědí nejste spokojeni, stačí programu říct a program odpověď změní.

ChatGPT byl spuštěn jako prototyp 30. listopadu 2022 a rychle si získal pozornost pro své podrobné a dobře formulované odpovědi v mnoha oblastech znalostí. Podle slovního zadání může například psát počítačové programy, poezii nebo obchodní korespondenci. Dokázal by dokonce složit přijímací zkoušky na právnickou fakultu, byť by byl mezi horšími. Z toho důvodu byl již studentům některých škol zakázán, aby ho nemohli využívat k podvádění při psaní školních prací. Za významnou nevýhodu je však považována jeho nerovnoměrná faktická přesnost. Po vydání ChatGPT byla firma OpenAI oceněna na 29 miliard amerických dolarů.

DALL-E program na vytvoření obrazů. Program

DALL-E Vám dokáže vytvořit přesné obrazy podle toho, co mu zadáte. Jak už jsem výše zmínil, limitem je vaše představivost. DALL-E vám na požadovaný obraz, vytvoří během pár sekund několik verzí. Když se Vám něco nelíbí, nebo jste si část obrazu představovali jinak, tak stačí napsat konkrétně co je špatně a program Vám za dalších pár sekund obraz vylepší. Minulý rok vyhrál malířskou soutěž člověk, který použil čistě DALL-E. Když to



přiznal, tak to spoustu lidí pobouřilo a spoustu lidí uchvátilo. To je důkaz toho, jak přesně a reálně dokáže program obraz vygenerovat. DALL-E a DALL-E 2 jsou modely strojového učení vyvinuté společností OpenAI pro generování digitálních obrazů na základě popisů. Model DALL-E byl odhalen společností OpenAI v příspěvku na blogu v lednu 2021 a využívá verzi GPT-3 upravenou pro generování obrázků. V dubnu 2022 oznámila společnost OpenAI nástupce DALL-E 2, který má generovat realističtější obrázky ve vyšším rozlišení, které "dokáží kombinovat pojmy, atributy a styly". Společnost OpenAI nezveřejnila zdrojový kód ani pro jeden z modelů, ačkoli výstup z omezeného výběru ukázkových výzev je k dispozici na webových stránkách OpenAI. Dne 20. července 2022 vstoupil DALL-E 2 do fáze beta, kdy byly pozvánky zaslány 1 milionu čekatelů. Přístup byl předtím omezen na předem vybrané uživatele pro výzkumný náhled kvůli obavám o etiku a bezpečnost. Dne 28. září 2022 byl DALL-E 2 zpřístupněn komukoli a požadavek na čekací listinu byl zrušen, uživatelé mohou zdarma vygenerovat určitý počet snímků a další si mohou zakoupit.

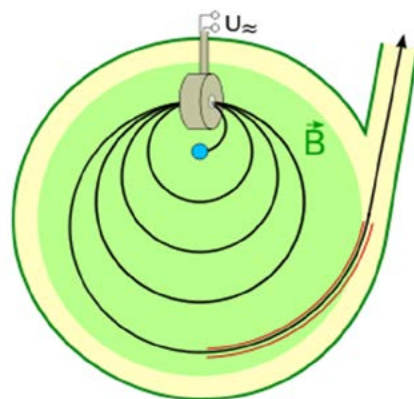
Jakub Bíža

MIKROTRON A UTAJENÁ ATOMOVÁ LABORATOŘ V PRAZE

Žížkovským tunelem spojujícím Žižkov s Karlínem procházel již kdokdo. Ale málokdo ví, co skála Vítkova pod sebou ukrývá. Kolem laboratoře jaderné fyziky kolují různé, často nepravdivé zvěsti o jaderném reaktoru, který může zničit celou Prahu nebo o vývoji a přípravě na jadernou válku. Žádný reaktor ale v laboratoři není. Pod Vítkovem se nachází laboratoř spadající pod jadernou a fyzikálně inženýrskou Fakultu University Karlovy v Praze (FJFI ČVUT). Byla založena profesorem Čestmírem Šimáně a stavba byla realizována v letech 1976–1980. Dodnes je na stejném místě v bývalém protiatomovém krytu pod vrcholem Vítkova. Vědci zde pracují s Mikrotronem, tedy urychlovačem nabitých elektronů. Elektron je nejmenší částí atomového jádra, která je záporně nabitá elektric-

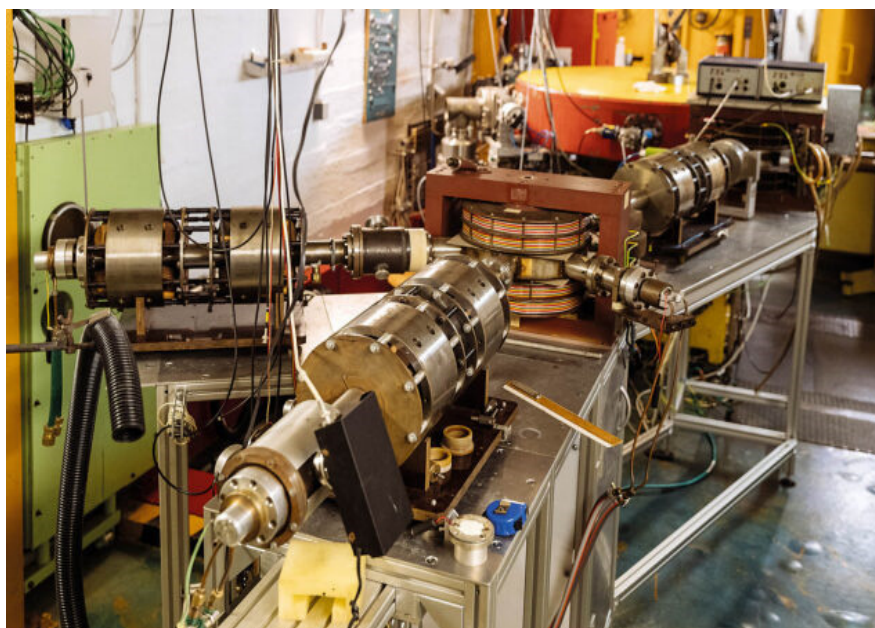
kým nábojem. Mikrotron MT25 uvolňuje z jader atomů elektrony. Krystal, který se používá jako zdroj atomů, je upevněn v dutinovém rezonátoru a rozžhaven do rudého žáru za pomoci mikrovln o vysoké frekvenci. Celé žhavení probíhá ve vakuu s podtlakem 10^{-4} , aby letící elektrony nezbrzdžoval kyslík a aby krystal neshořel. Mikrovlny udělí elektronům ve valenčních vrstvách žhavého krystalu počáteční energii. V těle komory se nachází pólové elektromagnety, a proto elektron vykoná kruhový pohyb uvnitř kruhové komory mikrotronu. Frekvence mikrovln je načasována tak, aby délka kružnice, kterou oběhne elektron, byla násobkem vlnové délky přicházejícího magnetického záření. Díky tomu je elektronům při každém následujícím oběhu dána další energie, a kružnici, po které elektron obíhá, se zvětší polo-

měr. Tedy přesune se na další orbitu („oběžnou dráhu“). Rychlost elektronu se ve vakuové komoře blíží rychlosti světla. Mikrotron MT25 má několik vnitřních průměrů drah a volitelnou možnost, po které bude svazek elektronů vyveden na cíl. Jsou



odstupňovány po 1 Megaelektrovoltu (dále MeV) od 6 MeV do 25 MeV. Svazek je poté v určité chvíli vyveden skrz další elektromagnety, a nasměrován na určitý cíl. Na něj je veden přes clonu. Tou je materiál s vysokým protonovým číslem, do kterého svazek narazí a elektrony jsou zbrzděny nebo zastaveny úplně (např. wolfram). Zastavení je ale na principu toho, že elektron ze svazku narazí do jiného jádra ve cloně a svou rychlostí vyrazí elektron. Toto prázdné místo musí být nahrazeno jiným elektronem za vzniku fotonového gama záření, které je většinou vysoce radioaktivní.

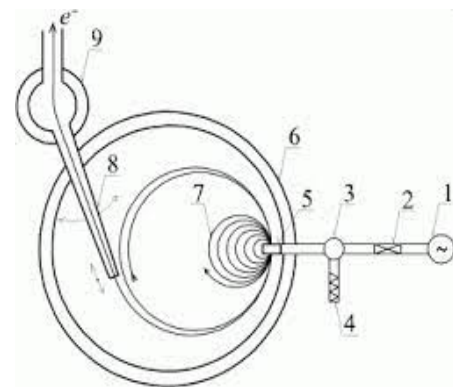
Jiné materiály (např. olovo či ochuzený uran) mají vlastnost gama záření fotonů přeměnit na proud neutronů. Tímto poměrně jednoduchým způsobem se dá



tedy získat proud jak elektronů, tak gama a neutronové záření. Mikrotron se využívá ke krátkodobé analýze prvků v ozařovaném předmětu. Ta je provozována díky fotonovému záření. Za totalitního režimu se tato metoda často využívala k ozařování prvků hornin z různých lokalit a zjišťování poměru zlata v hornině. Výhodou ozařování je že ozařovaný předmět není nijak poničen, což může být velmi užitečné při analýze různých historických nálezů či vzácných prvků, předmětů a apod. Používá se také k ozařování potravinářských nebo chirurgických předmětů ke sterilizaci, v potravinářství také pro delší trvanlivost, jelikož jsou zabity bakterie v po-

travině. Tím je ale také rapidně snížena kvalita potravin a může nést stopy radioaktivity. Poměrně nedávno se metoda začala používat také na výrobu biokompatibilních kloubních náhrad. Ozářením se z želatiny z vepřového sádla, díky změně atomární struktury, stane hmota, ideální na náhradu kloubů, kterou lidský organismus dokáže přijmout. Dnes je mikrotron řízen Davidem Chvátilem, prakticky jediným člověkem, který ho dokáže udržet v chodu. V laboratoři s ním pracují jeho 4 kolegové, všichni vysokoškolsky vzdělaní na ČVUT. Kromě nich sem někdy chodí měřit studenti fyzikální fakulty v rámci svých prací.

Sebastian Kleinhampl



1 – magnetron, 2 – posouvač fáze, 3 – cirkulátor, 4 – vodní zátěž, 5 – dutinový rezonátor, 6 – hlavní magnet (vakuová komora), 7 – trajektorie elektronů, 8 – nastavitelný vývod svazku, 9 – první defleční magnet

DESIGN PIVNÍCH PŮLLITRŮ

Pivní sklo je pro chuť piva velmi důležité. Nejen praktičnost, ale i souznění s charakterem piva by měl tvar půllitru zajistit. Milovníci piva dokáží často vést dlouhé debaty o vzhledu a funkčnosti pivního skla. Jak dobře se drží, jak se z něj pije nebo jak uchovává teplotu či pěnu.

Hodně záleží na technickém provedení, detailech tvaru i potisku. Je tedy pravda, že z různých sklenic může též pivo chutnat jinak. Vnímání chuti závisí mimo jiné na tom, kterých chuťových pohárků se nápoj dotkne jako první. To může ovlivnit tvar hrdla sklenice a tloušťka skla. Nelze ani přehlížet samotný efekt designu sklenice. Věci, které se nám líbí, máme podvědomě raději. Identické pivo z kelímku tak zřejmě nebude nikdy stejně dobré jako to ze sklenice. I pro daný pivovar je to jedinečná šance dát na vlastní půllitry logo s názvem svého piva.

Pivo je jedním z nejstarších a nejoblíbenějších nápojů v historii lidstva, a tak i nádoby na něj se používají již tisíce let. Už Sumerové, jedna z nejstarších civilizací světa pila pivo. Bylo plné obilek a konzistencí připomínalo spíše polévku. Proto ho srkali ze džbánů dlouhými brčky. Oblíbeným nápojem se pivo stalo ve středověku. Začaly se používat nádoby nejen hliněné, ale také z kovu, dřeva a skla. Sklo



bylo ale tehdy velmi drahé na výrobu a moc se proto nepoužívalo.

Ve středověku se používaly speciální nádoby na pivo podobné dnešním püllitrům tzv. korbele. Těm se vyráběla i víčka, která chránila nápoj před nákazou morové pandemie. Cínové víčko navíc pomáhalo s údržbou teploty piva. Revolucí pro výrobu skleněných püllitrů byl rok 1867, kdy německý podnikatel Friedrich Siemens představil stroj pro industrializaci výroby skla. Tento vynález pomohl se strojní výrobou skleněných obalů, rozšířením pivního skla, ale i se změnou typu vaření piva.

Ještě na začátku 19. století se vařila piva hlavně kvasnicová a nefiltrovaná. Ta měla zakalenější barvu. Po objevu spodního kvašení piva, kdy kvasinky nepotřebují tak vysoké teploty pro kvašení, se nápoj stal průzračnějším. Pivovary se začaly snažit své sklenice zkrášlovat a hledat ideální tvar i design. V dnešní době má skoro každý pivovar své vlastní püllitry, do kterých si své pivo nechává čepovat.

Barbora Jeřábková

SUPERPOTRAVINY, HIT DNEŠNÍ DOBY

V dnešní době se často mluví o superpotravinách, které jsou důležité pro náš zdravý život. Co to ale jsou ty superpotraviny? Jsou to všechny potraviny, které přirozeně obsahují velké množství zdraví prospěšných látek jako vitamíny, minerály a antioxidanty.

Jako superpotravina byl první marketingově označen banán a to ve 20. letech dvacátého století.

Americká korporace, obchodující s tropickým ovocem, United Fruit Company začala ve svých reklamách oslavovat přínos banánů na lidské tělo. V té době byl také publikován výzkum o prospěšnosti banánů pro zdraví. Brzy se banány začali označovat jako superfood. Vědci však termín superpotravina nepoužívají a označují to za marketingový tah. Proto bychom si měli dávat pozor, abychom za superpotraviny neutratili nepřiměřené množství peněz. A jaké běžné potraviny se považují za superpotraviny?

Banán

Banán obsahuje tři druhy přírodních cukrů, vlákninu a velké množství draslíku.

Avokádo

Avokádo je bohaté především na draslík a tuky, které podporují naše srdce a pomáhají předcházet kardiovaskulárním chorobám.

Bobule

Bobule obsahují velké množství antioxidantů, minerálů, vlákniny a vitamíny K, E a C.

Mezi nejzdravější bobule patří aronie, goji, borůvky, maliny, brusinky a další.



Chia semínka

Chia semínka původně pocházejí z Mexika a Guatemaly. Jsou bohaté především na minerály, jako je hořčík, fosfor, železo a zinek.

Tmavá listová zelenina

Tmavá listová zelenina obsahuje vyšší množství železa, hořčíku, draslíku, vápníku a vitamíny A, C, E, K, a B. Patří sem špenát, kapusta, mangold, brokolice a další.

Losos

Losos příznivě působí na mozek, cévy, srdce a oči. Je bohatý na omega-3 kyseliny, protein a vitamíny A, B a D.

Zdravá a vyvážená strava je pro náš organismus důležitá, proto bychom měli mít také pestrý jídelníček. Jistě není na škodu superpotravinu do svého jídelníčku zařazovat.

Romana Chmelařová

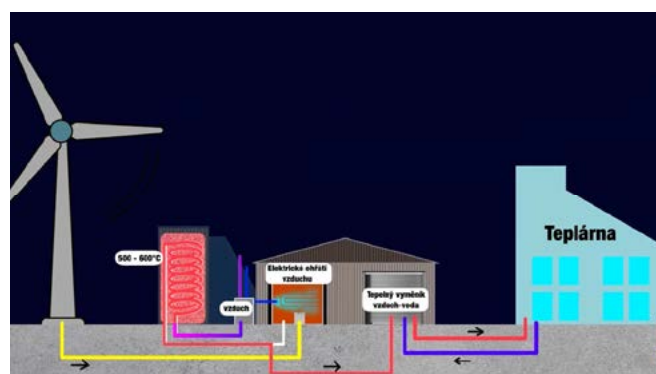
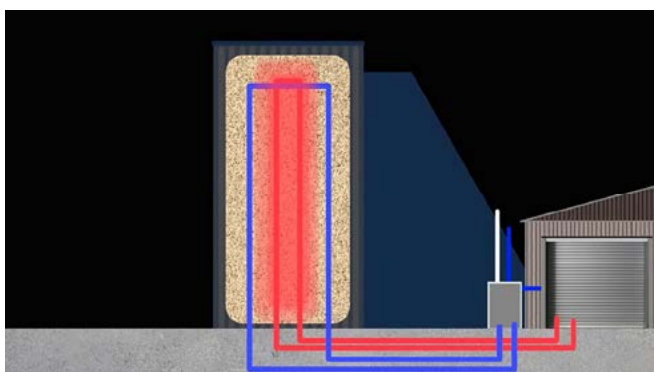
PÍSKOVÁ BATERIE

Největším problémem u obnovitelných zdrojů je ukládání energie z nich vyrobené. V noci například nesvíti slunce, nebo někdy nefouká vítr, ale lidé přesto potřebují nejen svítit. U zdrojů z fosilních paliv se kdykoli může zvýšit produkce ve špičce. Počasí však ovlivnit nedokážeme. Tento problém by mohla vyřešit písková baterie, jejíž první komerční prototyp postavila společnost Polar Night Energy ve městě Kankaanpää ve Finsku.

Dnes se energie z obnovitelných zdrojů, jako jsou solární panely a větrné elektrárny, ukládá do lithium-iontových baterií, u kterých po pár letech kriticky klesá kapacita a jejich recyklace je buď velice obtížná, nebo úplně nemožná. Lithia je celkově na zemi velmi málo a nikdo neví, zda bude stačit pro všechna elektroauta, která se v budoucnu vyrobí. Též je za těmito bateriemi velká ekologická stopa od těžby lithia, přes jejich výrobu, až po jejich recyklaci, respektive likvidaci.

Co vlastně písková baterie je a jak funguje?

Písková baterie je ve skutečnosti levná a ekologická. V podstatě je to tepelně izolovaná kovová válcovitá nádoba naplněná pískem. Uprostřed



je trubka, kterou je veden horký vzduch, ten rozehřívá písek uvnitř nádoby. Tento vzduch je ohříván pomocí tepelného výměníku – komory, kterou vede odporový drát, jímž prochází elektrický proud. Ten vyrábí teplo a okolo něj proudí vzduch. O něco dál od středu baterie je druhá trubka. Tou proudí vzduch, aby v dalším tepelném výměníku ohřál vodu.

První prototyp

Přesně takto funguje akumulární nádrž ve Finsku, která se začala komerčně využívat v lednu 2023. „Písková baterie je v provozu již více než půl roku a funguje ještě lépe, než jsme očekávali. Je to ideální doba pro její oficiální uvedení do provozu, protože topná sezóna je v plném proudu,“ řekl při této příležitosti spoluzakladatel projektu Markku Ylönen.

Baterie je sedm metrů vysoká a čtyři metry široká, pojme 8 MWh, v plném nabití, to znamená rozžhavení na 500–600 °C. Následně dokáže vydávat energii o výkonu 100 kilowatů po dobu 80 hodin. Nejefektivnějším způsobem, jak tuto energii vydávat, je ohřívání vody pro vytápění. Zatím se nenašel efektivní způsob, jak z této „termosky“ produkovat

elektřinu, tuto baterii lze tedy využít v místech, kde je rozšířeno dálkové vytápění. To se využívá v zemích jako je Dánsko, Švédsko, Finsko, Norsko, Německo, Polsko, sever Číny, na 40 % území Česka a asi 50 % území Slovenska. Vydrží nabitá několik měsíců s minimálními ztrátami (efektivita 95 %). Finská baterie také kromě elektřiny využívá odpadní teplo na zahřívání písku.

Podle autorů projektu stála baterie okolo 4,5 milionu korun českých. Někteří by si přáli, aby se tato baterie dala využít u běžných domácností. Tedy nabít ji během léta ze solárních panelů a pak energii využít v zimě, kdy se musí topit. Podle autorů projektu by byl tento způsob velice neefektivní, nejlepší je baterii vybit a nabít přibližně 200x ročně, což je asi jednou za dva týdny.

Polar Night Energy plánuje postavit baterii, která by dokázala naakumulovat 1 GWh a průběžně vydávat kolem 15 MW tepla. Taková nádrž by byla 10 metrů vysoká a 20 metrů široká. Byla by mnohem efektivnější než stávající baterie, protože v poměru

k množství písku by měla mnohem menší povrch. Písek uvnitř by se také měl údajně zahřívát na 1000 °C.

Alternativa

Podobný slibný projekt vzniká v Berlíně (měl by být dokončen tento rok), 45 metrů vysoká válcovitá budova bude fungovat jako termoska. Bude naplněná vodou, konkrétně 56 milionů litry vody. Bude vyhřívána na 98 °C z obnovitelných zdrojů. Její kapacita bude asi 2,4 GWh a její výkon asi 200 MW. S vodou to ale není tak jednoduché jako s pískem. Teplo se rozplyne téměř hned až do okrajů, to znamená větší ztráty, vnitřek stěn bude muset být voděodolný a voda se také bez speciálních vlastností obalu baterie nedá ohřívát na více než 100 °C.

Pořád jsou toto jen jednoduché systémy ukládání tepla v písku, vodě nebo jiném materiálu, jejichž nápad vznikl už dávno, například kachlová kamna. V tomto oboru půjde výzkum v budoucnu jistě dál...

Ondřej Počta

NANOBOTI ZÁZRAK MODERNÍ VĚDY

Za každou změnou stojíme my a naše úsilí. Ale co kdyby to tak nemusel být? Vědci prozkoumávají možnost, která by nám umožnila vylepšit naše "nedokonalosti" během pár minut. Tímto vynálezem s velkou budoucností jsou nanoboti. Jejich aplikace by nám mohla zlepšit soustředění, rovnováhu a držení těla i naši paměť. A jediné, co by stačilo by bylo si zvolit správný počet nanobotů, vložit do nich potřebné látky a vložit je do našeho těla. Zní to trochu jako ze sci-fi filmu, ale za chvíli by to mohla být realita.

Nanoboti, "pomocníci", 10× menší než krvinky, dokáží neuvěřitelné. Do méně jak 100 nanometrů velkých robotů, dnešní vědci vkládají velké naděje. Mohly by se zapojit v oblastech medicíny zejména při operacích, léčbě rakoviny a dokázali by vyčistit zcela zanesené cévy. Pomocí nich by se také mohli změnit tradiční způsoby podávání léků.

Sloužily by jako jejich nosiče a dopravovat je na místa kam se dnešní lékaři

dostávají jen složitými operacemi. Například by se díky nim nemusela rakovina léčit náročnou chemoterapií.

Protože nanoboti obsahují unikátní senzory, které rozlišují cílové molekuly, lze je vycvičit k diagnostice i léčbě smrtelných onemocnění, například při léčbě rakoviny. Náročnost léčby rakoviny je obrovská, ale účinnost malá. Při současných možnostech léčby se 99% chemoterapeutických léků ani nedostane k rakovinným buňkám. Vědci už testují DNA nanoboty, aby našly a odstranily rakovinné buňky. Nanoboti naprogramovaná vlákna DNA cestují krevními řečišti a dodávají srážecí léky do krevních tepen obklopujících nádory, aby zastavily průtok krve. Nanoboti mohou dopravit chemikálie bojující proti rakovině, jako jsou radioaktivní látky, přímo do nádorů (dokonce i přes hematoencefalickou bariéru).

V současné době jsou nanoboti v počáteční fázi výzkumu, a proto mají také ještě mnoho nedokonalostí. Samotná výroba je finančně velmi náročná,

protože roboti posílání do lidského těla musí být nejen z nereaktivních materiálů, ale zároveň musí být bezpečná cesta, jak je dostat z těla ven. Tomuto problému by mohlo pomoci například použití biologicky odbouratelných látek. Další problém, se kterým se vědci potýkají je nedostatečně silný přijímový signál. V budoucnu se očekává že by se na místo tohoto signálu začala používat umělá inteligence, která by fungovala jako mozek nanobota.

Jak se vůbec nanoboti pohybují po našem těle? Někteří nanoboti fungují samostatně. Po těle se pohybují na základě koncentračního gradientu. Jiné lze také ovládat pomocí laseru, teploty i magnet. Dokáží ale taky reagovat na podmínky v nádoru. Například v napadených tkáních je zásaditější prostředí na což reaguje nanobot vyložení léčiv. Také se plánují nanoboti vyrobení z nanočástic kovů, které se budou například pomocí oxidu křemičitého různě upravovat.

„Po ozáření laserem dokážou fotosyntetizéry vyrobit reaktivní formy kyslíku, které jsou žíravé, podobně jako třeba peroxid. Když to řeknu velmi zjednodušeně, dokážou vypálit poškozené buňky,“ popisuje Milan Jakubek z AV ve skutečnosti velmi složitý a komplikovaný proces.

Na rozdíl od léku dodávaného k léčbě rakoviny, kde záleží pouze na účinnosti, musíme u nanobotů porozumět procesu, pohybům, které se vyskytují uvnitř těla a tak dále. To je mnohem obtížnější a zatím neexistuje žádný dobrý způsob, jak to udělat, i když v této oblasti začaly pomáhat počítačové modely.

Pokrok v technologii robotů se stále více využívá ve zdravotnickém průmyslu. Díky svojí velikosti jsou nanoboti vhodnými pro provádění úkolů, ke kterým jsou potřeba jemné a přesné pohyby. Při operacích by se mohly omezit chyby na straně lidí, protože by se zdravotnický personál mohl více soustředit. Nanoboti mohou provádět opakované a přizpůsobené úkoly, které mohou zefektivnit provoz. S jejich použitím totiž lze do značné míry snížit pracovní zátěž a stres operatérů. Dnes už se nanoboti experimentálně používají, ale než se k nim dostanou na operačních sálech běžní doktoři, ještě chvíli potrvá. Nedávný výzkum nanotechnologií DNA podporuje použití nanobotů v regenerativní medicíně ve velkém měřítku, od čehož se očekává, že přispěje k růstu trhu s nanoboty. Nanotechnologie bude využita v lékařské oblasti, aby pomohla s identifikací a léčbou nemocí, jako je cukrovka.

A jaká je jejich budoucnost? Jak se lékařská krajina vyvíjí, očekává se, že nanoboti budou hrát klíčovou roli při nahrazování letitých lékařských diagnostických nástrojů a zastaralých lékařských metod modernějšími a technicky vyspělejšími přístupy k léčbě. Schopnost přístupu ke zdravotnickým činnostem na atomové úrovni by poskytovatelům zdravotní péče umožnila diagnostikovat časný nástup infekcí, identifikovat potenciální onemocnění a provádět neinvazivní biopsie.

Lucie Řípková



GAN IS MISSI



ROZHOVOR S ANTONÍNEM DOLÁKEM O ANTHROPOSOFII A WALDORFSKÉM ŠKOLSTVÍ

Antonín Dolák je filozof a bývalý vysokoškolský pedagog. Mezi oblasti jeho práce patří filozofie 19. století, filozofie 20. století (Wittgenstein, Heidegger, Foucault, Derrida, Deleuze, Žižek), filozofie mysli (Dennett), svobodná vůle a determinismus, problém jáství (Self) a vědomí.

V dnešní době je poněkud kontroverzní postavou, hlavně díky jeho tvorbě na internetu, především na platformě youtube.

Tento text je čistě názorový. Rozhovor není brán jako vykládání nějaké pravdy či reálné skutečnosti.

Jaké filosofické směry momentálně zastáváš, nebo aspoň s čím souhlasíš? Jsou tam i nějaké třeba ezoterní myšlenkové proudy?

Já teď hodně řeším KK, což je slušněji řečeno konvenční konformismus, nebo také konvenční konformistický konzervatismus – to, že se v dnešní době vrací jakási konzervativní kontrarevoluce, která nás omezuje. Omezuje naši svobodu, svobodnou tvorbu a tak všelijak.

Co se týče toho něčeho ezoterického, tak já jsem spíše anti-ezo, ale spiritualita mi není úplně vzdálená. Nejbližší mám možná k buddhismu, taoismu, k těm východním věcem, ale zajímá mě i to, jak křesťanství vnímá utrpení. To, že je všude kříž má podle mě svůj dobrý smysl v tom, že ukazuje, že všude je utrpení. Ale také to ukazuje, kdo způsobil Kristovi to utrpení – jeho spolubratři, tedy, že to utrpení si způsobujeme často sami navzájem.

Křesťanství poměrně souvisí i s anthroposofií (Rudolf Steiner). Co na tu anthroposofii tedy říkáte?

Vyvinula se z teosofie, od Marie Blavatské – ruské mystičky a teosofky.



Rudolf Steiner určitě zajímavý je. Inspiroval se i Goethem a jeho naukou o prabarvách a prafenoménech. Vůbec jeho pojetím o jakési moudrosti skrze všeobecnou znalost. Což od nás známe třeba také od Komenského a obecně od nějakých renesančních mudrců – Erasma Rotterdamského humanisty.

Steiner byl zajímavá postava, ale kromě waldorfského školství nebo waldorfských nauk, je Steiner brán jako marginální (okrajová) postava. To znamená, že hodně nauk přebral, tudíž nebyly tak originální. Pravda je, že byl schopen je aplikovat v pedagogice do praxe – dodneška se mu to vlastně daří v tom waldorfském školství, byť může být problém, že některými může být vnímán jako guru. Byla třeba kritika, že někdy se ve waldorfském školství až indoktrinují (úsilí zaměřené k slepému a odevzdanému přijetí určitých názorů či po-

stojů), fanatizují děti a studenti. Což si myslím, že minimálně dnes už neplatí.

Mohl bys nám jako bývalý učitel filozofie tedy představit, v čem ta Antroposofie tedy spočívá? Nějakou její hlavní myšlenku, a co třeba převzala z té Teosofie?

My víme, že Marie Blavatská byla také okultistka a spiritistka. Snažila se najít nějakého mesiáše. Našla ho, v Indii, v Jidu Krishnamurtim (1895–1986), kde se vlastně odklonila od myšlenek Rudolfa Steinera, který do značné míry zastává křesťanský světový názor. Takový, že je Bůh Stvořitel, který potom do světa už tak nezasahuje - z části však i moudře řídí. Není to tedy úplně deismus.

Já jsem antroposofii tedy vždycky vnímal jako jakési převlečené křesťanství, filosofičtější a abstraktnější. Systém, který je inspirován i Hegelem ve své systematickosti. Navazuje tedy na Marii Blavatskou, na teosofii, kde je středem theos (řecky Bůh). U Steinera jako humanisty a antropocentrika je středem antropos, tedy Člověk. Proto také anthroposofia, sofia je moudrost a anthropos znamená člověk.

Je to trochu jako náš Komenský pro dnešní dobu. Bylo to na začátku dvacátého století před 100 lety. Já to třeba vnímám tak, že ten Steiner má docela myšlenkově blízko ke Karlu Gustavu Jungovi, který přišel až po něm. Myšlenky, kde zdůrazňuje právě třeba roli barev na vývoj člověka, na vývoj dítěte, mladého člověka. Zdůrazňuje také eurytmii, tedy pohybový vývoj. Také se tam kreslí nějaké předem dané formy, což je opět podobné s Jungem, který zdůrazňoval mandaly a tu symetrii mandal. Formy, které se kreslí a jsou přesně dány v antroposofii, jsou dosti podobné tomu, čím se zabýval Jung – mandalami. I ten důraz na pohyb, pohybovost, v té eurytmii. Eurytmie znamená: dobrý rytmus (dobré tempo).

Ty jsi říkal že, je to takové převlečené křesťanství. Mohl by si tu Antroposofii tedy více popsat? Co přesně tam hraje hlavní roli?

Je tam víra v boha, monoteistická, jako, že je tam jeden Bůh. Bůh stvořitel. Je to, ale i spojené s ezem. To znamená, že třeba waldorfáci budou mít asi větší tendenci vnímat nějakou sílu kamenů, numerologii, astrologii nebo třeba modlitby, u kterých je jednak důraz na bo-

ha, ale i třeba na dary země, dary přírody, harmonii s přírodou.

Představím si waldorfáky také tak, že budou v propoceném „duško-tričku“, tedy tričku, které nosí Jaroslav Dušek – nějaké batikované tričko. Představím si, že to budou takoví „free“ lidé, kteří prostě rádi chodí bosí po rozžhavených kamenech. Takový trošku „duškové“, což si myslím, že není nic špatného a taky je to trochu stereotyp. Víím, že dneska to tak není, že všichni waldorfáci takoví nejsou. Vnímám tam prostě liberalismus a otevřenost.

Z toho křesťanství vnímám třeba víru v Boha stvořitele a možná i důraz na jakési modlitby, což typicky je zase křesťanské. Toto bych vnímal jako asi nejpodstatnější. Zároveň bych možná vnímal jakousi víru v Božský řád, Božskou prozřetelnost, Boží vedení, Boží vládu nad světem.

Opravdu je zajímavá waldorfská architektura nebo waldorfské kresby a malby, které jsou zase velice podobné těm, které dělal Jung a jungiáni později. Já jsem třeba hodně rozebíral červenou knihu od Junga. Hlavně ty jeho geniální kresby a malby. Pak jsem se díval na kresby a malby zejména jungových pacientek z jeho archivu z Curychu, které byly také vydány česky. Vidím tam velkou podobnost.

Mně osobně, protože mám rád swag, se hodně líbí právě ta práce s barvami, která se dá vlastně, jak už jsem říkal, nacházet už u Goetha. Když Goethe mluví o prabarvě, prazákladní barvě „urfarbe“, tedy prafenoménu, prajevu, kdy vycházíme z nějaké pra-barvy a potom z toho vznikají ty naše barvy. Barvy působí na psychiku člověka. Hlavně toho mladého různě. Proto je dobré vybírat vhodné barvy ve vhodných formách...Barva není jenom barva. Barva velmi ovlivňuje psychický vývoj člověka. Proto je také důležité všimnout si, jak ty barvy působí. Víím, že třeba existují nějaké barevné komory, že i waldorfáci s tímto pracují. Mají třeba takové chrámy, kde jsou speciálně omítnuté stěny, monolitickými obrovskými barevnými bloky jedné barvy.

S tímto pak ve druhé polovině 20. století pracoval třeba vynikající malíř pozdějšího věku Mark Rothko. On pracoval s působením barev, které na tebe úplně září a hodně tě ovlivňují. Já když jsem měl na podzim trochu psychickou nestabilitu, tak ona měla jednu výhodu

v tom, že jsem byl mnohem více otevřený k působení barev. Proto jsem se tak víc věnoval swagu.

Jednou jsem třeba šel ještě s jednou blízkou osobou po Plzni a viděli jsme tam nějakou ženu. Ta přítelkyně mi říkala: „Ona má takovou barvu, že jsem nucena se na ni neustále dívat“. Takže my jsme ji sledovali po té Plzni, ale nebyli jsme stalkeři a ani nás nezajímalo její pozadí, ale zajímala nás vyloženě ta struktura barev jejího oděvu, která se rozechvívala v tom, jak se ta žena hýbala. Já i ta dívka jsme jí pozorovali asi 100 metrů fascinováni tou barevnou strukturou. Byl to swag.

Ty říkáš, že s tou antroposofií nesouhlasíš, že ti to přijde „ezo“, že je to blbý, je to hovadina. Proč je anthroposofie podle tebe tedy vlastně hovadina?

Takhle to říci, to mi přijde trochu vyhrocený. Souhlasím a nesouhlasím. Je tam prostě něco nepodložené. To, že existuje nějaký Bůh stvořitel je nepodložené. Zároveň to vychází z nějakého Steinera, který byl samozřejmě zajímavý, ale taky už psal před pěknou řádkou let, takže je potřeba se posunout trochu dál. V tomhle smyslu je to tedy nepodložené ezo.

Tak třeba, když někdo uctívá sílu kamenů nebo sílu země, nebo astrologii, tak to samozřejmě jsou nepodložené, někdo by řekl až „bullshity“, ale já bych neřekl úplně „bullshity“, protože vynikající filozof Jan Votava dělal doktorskou práci na vědeckou parapsychologii a ukazuje se, že nějaké paranormální jevy pravděpodobně už dokázány jsou, byť se neví, čím jsou způsobeny. To však neznamená, že každé ezo pak díky tomu platí. Určitě je všude spousta podvodů, spousta placebo, spousta nesmyslných spekulativních teorií, které jsou úplně na vodě, na ničem, na vzduchu z ničeho. Byl bych tam velice opatrný, ale zase bych si myslel, že právě waldorfáci budou mít větší tendenci věřit třeba astrologii nebo homeopatii nebo těmhle věcem. Já jsem k tomuto spíše více skeptický.

Já hodně vycházím z podložených „hard facts“, jak se říká, z tvrdých dat, tvrdých faktů, z vědy, zejména z přírodní vědy, takže do jisté míry jsem ten scientista.

Antroposofie je vlastně ale také nazývaná „duchovní vědou“...

„Tak to nazývá Steiner, ale samozřejmě klasická věda ji nebere jako vědu. Tak to bere Steiner a waldorfáci z něho vycházející, ale jinak nikdo.

Rudolf Steiner byl v podstatě filosof, myslitel, ale na něm není podle mě cenné to myšlení filozofické, to je podle mě banální nebo okopírované. Na něm je spíše cenné, jak to aplikoval do té pedagogiky, do toho Waldorfského školství samotného. Steiner jako filosof...to co říkal on, to říkalo spoustu lidí před ním. Je to prostě křesťanský monoteismus spojený trochu s esem.

Co je zajímavý a v čem je podle mě nedocenený, je to, že zajímavě vlastně anticipoval, Junga. Přesně v té práci s mandalami a barvami, sice tedy navazoval na Goetha a tak..., ale v tomhle byl originální. Jeho malby, práce s barvami, eurytmie, formy, vlastně mandaly, byly to, kde předjímal Junga. Skoro veškerou slávu si z toho vzal Jung, přitom ten Steiner tohle měl dříve, takže v tomhle ano. Jako filozof ne, jako člověk potom, který pracuje s tím, jak jsem říkal... mandaly, eurytmie, formy, barvy, pohyby, tak v tomto podle mě byl velice originální a předběhl svou dobu. Také v tom, jak se to pak aplikovalo do waldorfského alternativního školství a pedagogiky, tam byl také velice cenný.

Toto vnímám pozitivně. Ubral bych prostě trochu eza, ale zase ve waldorfském školství to těm dětem nutně jako do hlav necpou. Taky asi záleží učitel od učitele, ale jako není to tak, že by je tam asi indoktrinovali, že by museli být třeba astrologové.

Co je tedy to waldorfské školství?

Já to waldorfské školství vnímám jako obrovský liberalismus šmrncnutý ezem.

Je tam důraz na to, rozvíjet člověka všemi směry. Potom tam je takové rovnostářství, což se mi líbí. Tolik se neznámkuje. Ve slovním hodnocení se vystihují klady nebo silné stránky každého člověka. Není to tak, že jsou jedničkáři a pětkaři. Není tam takový boj, mezi lidmi. Je to víc komunitní. Je to vlastně menší

individualismus, v tom smyslu, že já budu jedničkář a oni ať jsou pěťkaři (Já, proti všem). V tomhle je to víc kmenové, tedy tribalistické myšlení. Na druhou stranu se rozvíjí individualismus v něčem jiném, a to sice v tom, myslet vlastní hlavou, nezávisle kriticky. Moje zkušenost s waldorfáky je taková, že jsou nezávislý. Víím, že někteří lidé (moje bývalá přítelkyně byla z waldorfu, ze Semil) mají problém pak s pracovním uplatněním, protože jsou vrženi do tohoto soupeřivého světa, ale dneska už se to zase podle mě mění. Už i waldorf vlastně udělal jakýsi kompromis a přizpůsobuje se i těm konvenčnějším formám vzdělávání. Takže waldorfáci, ty nové generace, teď mají docela dobrý úspěch. Udělali tam podle mě vhodný ústupek nebo kompromis: zachovat si jistou alternativu, ale ne tolik, protože v tomhle světě nelze být úplným hyppikem, pokud nechceme dělat jenom třeba ve skladu.

Když se ale dívám na ty ostatní alternativní školství, jako je třeba Unschooling nebo Summerhill, tak ty se posunuli možná ještě víc než waldorf. Ovšem jsou také mladší. Principy „neučení“ Unschoolingu, jsou právě také zajímavé. Z těch alternativních škol tady, je nevlivnější waldorf. Montessori školství je už obyčejnější, je to víc konvenčnější. Pokud by člověk tedy chtěl volit alternativu, která je nějak robustnější, má nějakou delší tradici, není prostě jenom jedna random věc, kterou za dva roky třeba zavřou, tak waldorf je asi nejlepší.

Tvůj názor na waldorfskou pedagogiku je tedy jaký?

Tak spíše pozitivní. Summerhill je lepší, ale u toho waldorfu bych, jak říkám, ještě ubral toho eza, ubral bych toho křesťanství, přidal bych více liberalismu, méně Steinera, který už je taky překonaný, ale jak říkám, v něčem byl výborný, že anticipoval toho Junga a tak.

Ten duch liberalismu, nesoutěživosti. Spíše, že jsme jeden tým, než že jsme proti sobě. Že jsme spolu. Tyto principy se nachází, ale i v jiných alternativních pedagogikách. To waldorf není jenom unikátní, ale asi tady je nejsilnější a nejvíc alternativní.

Já, když jsem poznal waldorfáky, co tímto školstvím prošli, tak mi připadali jako alterna-

tivní lidé, kteří alternativně myslí, jsou jiní, jsou sví, jsou hodně umělecky kreativně zaměřeni. Oni vlastně musí tvořit.

Já si myslím, že mladí lidé rádi tvoří, a že to klasické školství je v tvorbě spíše utlumí, zatímco waldorf to v nich naopak rozšíří. Učil jsem například v Ostravě na univerzitě jednoho kluka, který předtím také absolvoval waldorf a on nosil originální kalhoty, které měly swag. On opravdu sešil z útržků, z kusů hadrů, velmi napohled hnusné, odporné kalhoty. Byly takové černé, tak hnusně navrstvené, z těch trsů, kusů látky. Hnusné, opravdu hnusné. To právě byl ten swag. Nosil vlastně originální věci, které jsem nikde jinde neviděl. To je pro waldorf běžné. Waldorf prostě uvažuje jinak, má otevřenou mysl a zároveň waldorfáci opravdu uvažují tak, jako kdyby byly „tabula rasa“, jak by řekl John Locke, jako kdyby byly nepopsanou deskou, nepopsanou bílou tabulí nebo nepopsaným kusem papíru, kde jsou ochotni a schopni myslet bez předsudků, více než my ostatní. Vyhodnocují vlastně jako nepředsudkově, nepředpojatě.

Vilém Kreamer

Tets Ohnari: „Japonec nikdy neříká ne.“

„*Japonec nikdy neříká ne,“ tak zněla odpověď na otázku, zdali chce náš japonský host ještě přidat porci oběda na návštěvě naší rodiny před několika lety. Tets Ohnari je japonský sochař působící v Česku, kterého znám již dlouhou dobu. Podnítl můj zájem o Japonsko, ale že by on sám byl typickým Japoncem se říci nedá. Jeho čeština je sice na mnohem vyšší úrovni než moje znalost japonštiny, ale přesto jsme se domluvili, že rozhovor raději povedeme v angličtině. V angličtině je rozhovor i publikován.*



Do you still have the same studio? If not, did you manage to get a new one?

Unfortunately not. I lost it. I got a new one but it isn't as great as the old one. If you remember, the space of my studio was pretty big and no one minded me making a lot of noise and dust. I could make any sculptures there. Sadly the contract of the studio finished right after the corona started. I lost many opportunities for exhibitions and also a chance to return to Japan. A lot of things stopped. Since I had no studio I tried to look for a new one in Prague and around surrounding areas, but I couldn't find any with a good price or that would fulfill my needs. Finally I got a normal small apartment, where I now do mainly PC work and only small sculptures. But let's stay optimistic.

Since corona, war and all of that bad stuff happened, people stopped caring about objects and art that much. So I asked myself, what is the meaning of making the same thing over and over again like I did before? I also want to change. I should change. During corona time I turned 40 years old and so I counted my past exhibitions and saw that I have done over 100 of them, and that's a lot. I also made, let's say, over 300 sculptures, so okay, but what is the point? I make a sculpture and you keep it or you go and see it on exhibition and then it's put

somewhere else. That doesn't make sense. It's good to have a change so I'm okay in the small studio now.

Why did you settle in the Czech Republic?

Now I always say that because I have a Czech wife. This marriage, having a wife or family (including my dog), changed a lot of things. It feels like almost a second life. In Czechia it's my life and in Tokyo it's my home. But before marriage I came here to study first. After a year and half of studies I returned to Tokyo but kept missing the Czech Republic, all the friends I made there and myself in a foreign country. I was trying to find a way to return back. I managed to get a foundation, went to study in Ústí nad Labem and got a Ph.D. That's how I settled here.

Since you got a Ph.D. do you feel like „doctor of art“?

Not in the slightest. A Ph.D. stands for doctor of philosophy and I'm not that. I don't feel like I am a doctor of art. I wanted to achieve it just for me, not for the title. Also students can study in Czechia for free, right? In Japan it's pretty expensive. So of course if it's free I'll get it.

You often spend time in Český Krumlov. Why? What do you find interesting about that place?

I think everybody loves Krumlov. Through the mayor of Hluboká nad Vltavou I got the opportunity to make a sculpture outside of Egon Schiele centrum. Yet I couldn't finish it. I got appendicitis and was taken to hospital in Krumlov. It was a little bit funny. I didn't know the word in Czech or English and my doctor spoke only German and Czech. I was told, I was going to have surgery and I was like what, why? They took me to surgery and after I woke up, I felt terrible. My stomach hurt and I didn't know what they did to me. Lately my Taiwanese friend came and told me what an Appendix is in Taiwanese. This word sounds in Taiwanese similarly as in Japanese, so thanks to her I got to know what they operated on me.

Next year I returned to Krumlov and finished the sculpture. At that time the director of Egon Schiele centrum asked me if I will have Artist in residence there in the future which made me happy because it was a reason to return to Czechia. That's how my relationship with Krumlov started and I had my first big exhibition in Egon Schiele centrum. The exhibition was going on three years instead of one due to corona.

Have you encountered racism in the Czech Republic?

Of course I have encountered it. Right now we live in a society, where you can't say words like China, gay, or fat and everybody knows this but ten years ago people didn't care as much. People pointed at me and were like „China!“ which is really bad in a way. First thing, I'm not China at least I'm Chinese, okay? Not China. Also you know, Corona came from China so people were pointing at me saying „corona“. They were trying to avoid me and were covering their mouths with their hands. Well I have lived in Czechia for many years and I'm not Chinese but Japanese, but that is hard to tell from the first glance. So yes I had these experiences. But it really doesn't matter, because I am a foreigner and some people are just more friendly and some are less. There is always this complexity. For example you are not racist to me but there are still these barriers between us like language and culture and that is great on one hand but on the other it's sad. So yeah those are my racist memories. But it's okay, no problem.

The lifestyle of art students can be labelled as Bohemian. Does this also apply in Japan?

Let's say yes but in a way not. It often depends on personality and also on nationality. For example Czech art students don't work on the weekend. For Japanese students, the difference between a school day and the weekend isn't that big then how it is for Europeans. You could say that a European's life is for joy. Japanese life is for training. Especially in martial arts and for monks. You are working on sharpening yourself and are putting a great effort into your work. So this joy and training makes a big difference. It's true that Japanese students spend more time studying or working. That's for sure. We



can see a lot of things from not just Japan and Europe but even from other countries and we can compare them and be inspired. That's important.

As far as I know you studied in Czechia thanks to various scholarships. Can you tell me more about it?

Art is counted as a cultural activity because of its history. I noticed that what I am doing is part of it so I have a right to apply for scholarships or foundations. I really studied how to get one. That's the strategy. I made a list with hundreds of possibilities where I can apply for foundation. Mainly Japanese ones, but even few from Czechia. Private companies, governments or ministries of culture etc. Foundations are nice because then I can care just about my work and finding inspiration.

Your Japanese assistants were often helping you at work. Could your relationship with them be characterized as „European“ boss and subordinate/junior colleague or in the Japanese meaning, master and his apprentice?

It depends on who they are and how our relationship goes but usually it isn't like that. It's not about hierarchy. Half of them came to me because they wanted to help me and it made them happy. Also since they have only 4 work days they can spend time discovering this foreign country or working on what they need. Another half of the assistants are usually people who want to find inspiration.

So you are like an inspiration for them?

Yes, inspiration. They'll watch how I make money, how I behave in Europe, make relationships and get jobs. They are more of researchers, than this master relationship, where they say yes to everything.

So no one has ever called you Sensei? (Sensei means teacher in Japanese)

No, no. Impossible. They would never.

Do you live and behave like a Czech during your stay in Czechia or do you preserve Japanese culture?

That's always a question. Yes and no. Depends on the situation. Sometimes I show more Japanese politeness and sometimes I act like an impolite Japanese Czech guy. (Laugh). But basically I'm still acting super Japanese. For example it's still hard for me to say no. I still think in the Japanese language, watch Japanese YouTube and talk mainly with Japanese people. My wife also speaks Japanese really well, but the thing is that it doesn't matter how I behave. Even if I act European, people will still consider me Japanese since I'm natively from Japan.

So you and your wife speak Japanese at home?

Yes. She studies Japanology and is very good at speaking Japanese. Sometimes she even knows words I don't. Crazy.

You often work with glass. Czechs consider glass as their dominant art material. Do you consider yourself a glass artist or an artist who, among other things, works with glass?

The latter. I work with many materials but the level of Czech glass work is too high. I can never reach the point where I can claim I'm a glass artist. Glass works are usually categorized as hot and cold glass. Hot glass is like blowing and casting in an oven. I don't have the equipment for that and it's pretty expensive. To make it worth it you have to really devote yourself to it. Cold glass is glass cutting and stuff like that. That's what I do. If I would do both I could probably call myself a glass artist but I didn't even study glass works. I studied sculpture.

In the Czech Republic there are several high schools focused on glass processing. How is it in Japan?

It surprised me how many high schools in the Czech Republic have specialization. If there are 40 % of specialized high schools in Czechia, there are 3 % in Japan. Which is super small. There are art schools in Japan, but not specialized specifically like in



Czechia. It might be because in Japan there are way more people, than in the Czech Republic. There is also a pretty small amount of students in Czech class. For example in glass high school there's about 10-20 students in one year? The sad thing is, that these students in Czechia after university, very often lose their passion for glass. Lately it is hard to make a living with it.

Artists, if they do not pander to the tastes of the customers, often find recognition and success only after death. If they achieved success in their lifetime, they must have good marketing. You can make a living with your art so how is it with you?

First thing is that for every person, success is something different. Even for me, success five years ago was something different than it is now. That's natural. As you said, marketing or promotion is important but more important is if you enjoy what you do. There are two types of artists. One is someone who since childhood enjoyed something and even while growing still had this one passion so

they kept doing it and became an artist. The other type, for example, before going to university, sees the work of another artist and thinks „Wow, that's pretty, I want to be an artist just like them.“ That's a huge difference. When you say, I can make living with art, that's also a question. Sometimes it's pretty hard to make money only by art and if you don't are you no longer considered to be an artist? It is hard to define who is an artist. You can say artists are just people in the contemporary art industry. Since I'm also in this field I can be called an artist as well.

Do you do more freelance art or commissions?

Mostly I just do things I want. I'm not doing it for you or others but for myself and for the world. Of course people sometimes ask me, if I can make this and that for the commissions I created a way of sponsorship. These sponsors give me materials and then, I make some sculptures for them. I want them to be happy with it and I'm trying to put a piece of them in it. Either a material they gave me or some thought that characterizes them.

Naturally you get inspiration from people and the world around you. You can never truly tell if you make what you really want to make. Maybe, you made something, that someone else had an influence on. I think that this can also be counted as a sort of commission.

What is the social status of an artist in Japan?

Most people in Czechia will look at art and say: „oh that's so beautiful!“ even when art is not their interest. In Japan there are more people, that if they see art they say „it's nice but don't talk to me about it.“ Maybe they don't understand the meaning of it? And because of that they don't want to have anything in common with it. I think it's not possible to not understand what art means. It's hard to define what it is, but that isn't the point. Almost anything can be called art. Just don't be afraid to have an opinion on it. It doesn't matter, it's just about your feelings.

What do you miss from Japan in Czechia and what on the contrary are you glad that isn't here?

I miss my parents since we are pretty far away. Also seafood. What I'm glad that isn't here is not that much chemical food. In Japan, when you enter a food shop, everything is filled with chemicals. In Czechia you have more organic and natural food and that's what I like. Also in Japan I always miss being in a different country, but at the same time it makes me sad being a foreigner.

Viola Fialová

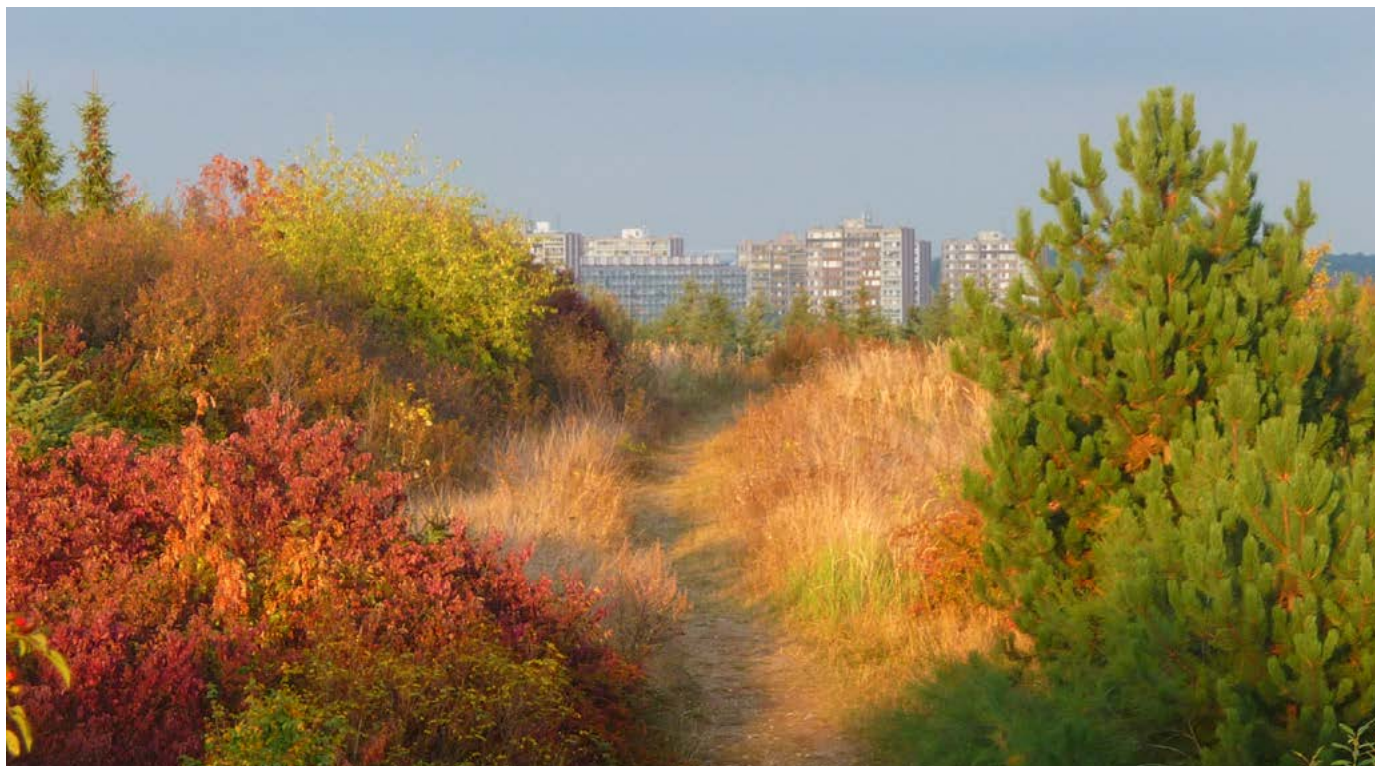
NA JIŽNÍM MĚSTĚ VZNIKL PRVNÍ ČESKÝ HIPHOP

ROZHOVOR S JANEM LUKAVCEM

Sedíme v jedenáctém patře paneláku a z okna máme výhled na panelové hradby či Stonehenge, jak je nazval jeden anglický umělec. Z takové veliké výšky máme dokonalý přehled jak na ulice pod námi, tak na o něco vzdálenější vrchy u Hostivařské přehrady. Okna, u nichž leží stůl, téměř zcela blokuje šum z ulice zvenčí. U stolu sedím já a Jan Lukavec, knihovník a recenzent knih v jedné osobě. Nedávno napsal knihu sám. Najdeme v ní vyprávění o Jižním městě, čtvrti, v níž se nachází i tento více jak desetipatrový panelák. Na město se v ní dívá z pohledu jejího obyvatele, ačkoli čtenáře uvádí i do poměrně odborných témat. popisuje, jak se čtvrť měnila, jak v ní vznikaly nové subkultury či vytváří scénáře o její budoucnosti. Kniha se jmenuje Jižák – město snů, stejně se jmenovala první česká hiphopová píseň.

Ty jsi se na jižním městě narodil, prožil jsi zde své dětství a mimo pár let v ranější dospělosti, když jsi bydlel na sídlišti na Proseku, jsi zde prožil i celý svůj dosavadní život? Co se ti zde líbí, třeba oproti Proseku? v čem to je jiné?

Žil jsem zde déle, k Proseku jsem si nestihl vytvořit takový vztah jako k tomu Jižnímu městu. Rozdíl je také v tom, že tady jsem vyrůstal a pak zde vychoval své děti, kdežto na Proseku jsem žil jako svobodný člověk s přítelkyní. Člověk hodně vnímá své bydliště I podle toho, v jaké fázi života se nachází. Na rozdíl od svého bývalého bydliště zde znám všechna dětská hřiště a veškeré možné lesní a parkové stezky, kam jsme s dětmi chodili. Nachází se zde i vodní park, tam jsme chodili také. Nic podobného na Proseku neznám, neb jsem to tenkrát nepotřeboval. Má perspektiva je odlišná tady i tam. Ale rozdílů samo-



jsou i jiné, neosobní. Prosek je starší. Nachází se v něm budovy staré i z dob středověku, kupříkladu románský kostel sv. Václava. Zde se nachází prakticky pouze chodovská tvrz. nachází se na něm mnohem méně přírody.

Jaké bylo vyrůstat na Jižním městě krátce poté, co byly postaveny první obytné domy? Mnoho infrastruktury tehdy ještě nebylo postaveno.

Moji rodiče se sem nastěhovali kolem roku 1977 mezi prvními. Tehdy tady nebylo mnoho hřišť, místní děti tady běhaly mezi staveništi a panely umístěnými na velkých zarostlých plochách, ale já osobně si tohle nepamatuji. Měl jsem dětství hodně organizované, chodil jsem hodně do kroužků, chodili jsme s rodiči na výlety do Průhonice a zpátky. Tyto výjevy znám převážně z vyprávění a fotografií například pana Čejky. Svá oblíbená místa na Jižáku sem zde našel až později.

Jaká to jsou, pokud nejsou tajná?

Mám jich zde rovnou několik, mým oblíbeným místem je však Milíčovský vrch, vrch vzniklý naložením stavebního materiálu. Je z něj krásný výhled, ačkoliv dnes je již z části zarostlý, na jednu stranu na milíčovský les a Průhonice a na druhou na sídliště. Člověk se tam může cítit jako na hranici mezi přírodou a civilizací. Do milíčovského lesa lze chodit běhat i jezdit na kole. V noci je zajímavé pozorovat svítící paneláky vytvářející jakoby hradbu. Dalším oblíbeným místem jsou kupříkladu skály pod Hostivařskou přehradou.

Jak vypadala zdejší krajina před postavením sídliště?

Nejstarší je již zmíněná chodovská tvrz, poté zde postupně přibývaly dvory, kupříkladu Milíčovský dvůr ležící blízko od nás. také zde dříve stály obce, podle kterých se jmenují i dnešní části Jižního města – tedy Opatov či Chodov. Čtvrť není jednolitá, nachází se v ní i rodinné domy. Dále se dělí na Jižní město 1 kolem Hájků a opatova a Jižní město 2 na území bývalého Chodova na druhé straně dálnice, které je architektonicky zajímavější. Více se experimentovalo s barevným označením domů. Další samostatnou enklávou jsou studentské koleje. Často takové město samo pro sebe – tamější koleje často spolu soupeří například o to, kdo udělá větší hluk. Stále však vzniká i nová zástavba, mimo jiné i hned vedle milíčovského vrchu. Zde bydlí spíše movitější obyvatelé. Též názvy ulic se odlišují od zbytku města. Ulice se jmenují dle slavných umělců 20. století, zatímco ve staré zástavbě se často jmenují po dnes již neznámých komunistických

funkcionářích. Vedle dálnice se nachází The Park Prague skupina kancelářských budov patřících mnoha nadnárodním firmám.

Poblíž se nachází Westfield Chodov. Jaký význam má pro místní obyvatele jako (dle některých odhadů) největší obchodní centrum v české republice?

Na jižním městě neexistuje žádné centrum, neexistují zde žádná náměstí, kde by se lidé jen tak setkali. Mnoho lidí tam chodí do centra se pouze setkat s přáteli, pobavit se. Skladba obchodů je široká, já sám občas chodím si prolistovat v knihách do různých knihkupectví, ač si nic nekoupím. Je snaha jej udělat vizuálně zajímavě. Snaží se navodit atmosféru rušného městského bulváru, jenž Jižní město nemá. Westfield Chodov nabízí však i mnoho dalších služeb a akcí. V USA však je toto množství ještě vyšší, v některých centrech se nacházejí i modlitebny či kostely.

Co se týče kostelů, na rozdíl od Polska se kostely na sídlišti nestavěly až od roku 1989.

Před tím se zde nacházel pouze kostel svatého Františka, což byla budova na kostel přestavěná. Z kostelů postavených v 90. letech a později největší je komunitní centrum matky Terezy, přičemž v něm probíhá mnoho akcí mimo bohoslužby, třeba koncerty, výstavy či různé kurzy. Dále se zde nachází i kostelna, kostel přestavěný z kotelny. Pak tady máme i netradiční prostory jako třeba galerie cesty ke světlu, kde se vystavují obrazy Zdeňka Hajného. I zde se pořádají přednášky a další programy. Někteří lidé sem chodí hlavně pro spirituální prožitky. Před pár lety se zde mělo konat setkání náboženské skupiny lidí očekávajících převibrování v prostředí milíčovského lesa do jakéhosi jiného astrálního prostoru, neúspěšně.



Nejvyšší budova na Jižním městě je bývalý hotel Kupa, před změnou omítky, v nejvyšším patře se nachází restaurace

Jaké vznikly urbanní legendy?

Toto jsem při psaní knihy konzultoval s Petrem Janečkem, autorem knihy Černá sanitka. Ten říkal, že titulní pověst černá sanitka, vyprávějící o černém sanitním vozu projíždějícím mezi paneláky unášející lidi za účelem prodeje orgánů, byla originálně situována právě do Jižního města. Já osobně jsem ji však nikdy neslyšel, znám ji pouze z knížky. Další pověsti byly například hrůzostrašné příběhy o výtazích. V nich často nějaký člověk vešel do výtahu a zmizel či v něm uvízl na několik dní a zešílel či rovnou zemřel. Ani tyto urbanní legendy ale neznám osobně.

Jak je Jižní město vnímáno v popkultuře a celkově v médiích?

Jižní město hrálo důležitou roli v prvních subkulturách. Dokonce se občas říká, že čím dál se sídliště nachází od centra města, tím se na něm nacházejí příznivější podmínky pro jejich rozvoj. Docela známé je, že na území Jižáku vznikaly první hip hopové nahrávky v Česku hlavně díky Lesíku Hajdovskému. První píseň se jmenovala Jižák - město snů. K jeho tvorbě my pravděpodobně pomohla i výška budov – v nejvyšších patrech se skvěle chytaly některé zahraniční západní stanice. Dokonce se zde pořádaly i celé poslechové párty. Podobně bylo město důležité i pro rozvoj street art. Vznikla zde jedna z prvních legálních street artů



Socha kosmonautů Remka a Gubareva na Hájích

vých stěn. V médiích je obraz čtvrti poměrně špatný a často nespravedlivý.

Jak vypadaly první roky po začátku osidlování nového sídliště? Co se od té doby změnilo?

Chyběla velká část infrastruktury, nebyly vybudovány třeba chodníky, obchody či školky. Lidé se brodili v blátě. Lidé se sem přestěhovali z různých koutů republiky, do jednotlivých bloků se často stěhovali lidé z jednoho podniku. V paneláku, ve kterém se právě teď nacházíme, bydlelo velké množství stavařů. Školky se snažili nahradit například svévolně vzniklé pomocné skupiny rodičů hlídající děti. Dnes je prostor mnohem více zazelenalý. I přes odhady movitější obyvatel se postupně neodstěhovali a ze sídliště se nestalo vybydlené ghetto. Dnes zde vyrůstá třetí generace. Moje děti chodily s některými dětmi mých bývalých spolužaček. Čím dál více se buduje občanská vybavenost, vzniká stále pestřejší spektrum obchodů. Vznikají nové kostely a po roce 89 se mnohé paneláky začaly opravovat. Zprvu vše bylo šedé, dnes často mají barevnou omítku.

Jak se liší originální plány od toho, co bylo zrealizováno?

Rozdíl je samozřejmě poměrně velký, to se však týká většiny sídlišť na rozdíl například od Ďáblic, které se podařilo dostavět. Plánoval se systém lávek, aby lidé nemuseli chodit na stejné rovině jako jezdí auta. Lávek nakonec bylo postaveno pouze pár. Mělo také vzniknout jakési centrum kolem stanice Opatov, dříve Družby. Teprve nyní po čtyřiceti letech se začínají podnikat kroky, aby tam opravdu něco vyrostlo. Musíme říci, že původní plány opravdu nebyly špatné, ale často nakonec zvítězil ekonomický aspekt.

Mluvili jsme o názvech ulic. Také stanice metra měla odlišná jména, ta se však na rozdíl od většiny ulic po revoluci změnila. Jak se předtím jmenovaly?

Háje se jmenovaly Kosmonautů, dodnes na nich stojí sousoší Remka a Gubareva. Opatov se jmenoval družby. Stanice Primátora Vacka byly dnešní Roztyly. Chodov se jmenoval Budovatelů, na jeho místě byla postavena socha budovatele metra, dnes stojí naproti obchodnímu centru, což mi přijde zajímavé, neb to ukazuje rozdílné historické vrstvy, jež postupně v průběhu času přibývají. Někdy dokonce vzájemně vstupují do podivuhodného dialogu. Třeba když dělník s přilbou hledí směrem ke symbolu konzumu.

Barbora Mikovcová

KOMUNITA MODERNÍCH HIPPIES

Yachim Svoboda je student střední školy a zakladatel nově rostoucí komunity *Moderní hippies*, která se snaží navázat na myšlenky původních hippies z šedesátých let. Komunita je v začátcích a je pozoruhodné, co byl tento mladý člověk schopen za tak krátkou dobu vytvořit.

Rádi bychom čtenáře upozornili, že se v tomto rozhovoru bude mluvit o zakázaných návykových látkách. Tento materiál nemá sloužit jako propagace těchto látek, od daných popisovaných skutečností se redakce časopisu rozhodně distancuje.

Kolik ti bylo, když jsi komunitu zakládal a jaké to je vytvářet něco takového ve tvém věku?

Bylo mi osmnáct, teď mi je devatenáct a je to... Je to super pocit, protože jsem chtěl od malička něco tvořit, chtěl jsem prostě něco být. Mám odjakživa obrovskou fantazii a měl jsem sny, jak něco strašně cool udělám, občas se to dokonce prolínalo s tím, že dostanu nějakou superschopnost. Mně se strašně líbí, že v rámci posledních deseti měsíců se ty moje dětské sny a realita přibližují a cítím se díky tomu neskutečně naplněný. Mám strašně dobrý pocit ze života. A to, čeho si asi úplně nejvíc vážím, je, že díky tomu poznávám úžasné lidi.

Co tě přivedlo k tomu vytvořit takovou komunitu?

Tak já jsem na jihovýchodě Moravy a tady všechny akce fungují tak, že se lidé sejdou a chlastají, tam se někdo popere, tam někdo někoho poloznásilní a tak. Pak jsem se v květnu dozvěděl o Czechedsubstance (*komunita šířící osvětu ohledně užívání různých omamných látek, pozn. red.*) a tři měsíce jsem byl zvyklý fungovat jen s těmito lidmi. A bylo zajímavé, že na jejich akcích panovala taková všeobecná důvěra a respekt, byl jsem z toho úplně nadšen! Jenže potom jsem v půlce léta, co jsem byl zvyklý fungovat s těmito lidmi, šel na vesnickou akci, kde jsem byl pod vlivem a chtěl jsem tam někomu podat žvýkačky, protože jsem prostě viděl, že byl na emu (*MDMA, pozn. red.*) a „jela mu držka“. Tak jsem sundal batoh a vyndával jsem z něj věci, který jsem podával lidem kolem mě, abych našel ty žvýkačky. No a jednomu borci vedle mě jsem podal peněženku a od té doby jsem tu pe-



něženku neviděl. Byl jsem z toho docela rozbitej, ale další den jsem si říkal, že jsem si za ty tři měsíce udělal takové růžové brýle na lidi. A došlo mi, že Czechedsubstance se zaměřuje jen na to vzdělávání atd. a respekt a důvěra jsou jen vedlejší produkt toho, co dělají. Tak jsem si říkal, pojďme se zaměřit na to, abychom shromáždili lidi, mezi kterými může panovat nějaká důvěra a respekt.

A myšlenka Hippies se mi líbila odjakživa. Jsou tam ty hodnoty, máš tam všeobecnou lásku, šíření míru a do toho užívání psychadelik, což mi je sympatické.

Takže hlavním cílem komunity je vytvořit klima, kde si lidé mohou důvěřovat a vzájemně se podporovat?

Takhle, ultimátní vize komunity je sjednotit celý svět. A to je taková ta utopická vize, za kterou ale můžeme jít a ani nejde o to, jestli toho dosáhneme nebo ne, ale jde o to, že máme cíl, za kterým si jdeme. A už jenom to, že ovlivníme jednoho člověka je super. Ono vlastně jde o to šířit myšlenku. My máme na Instagramu našich 11 cílů komunity. Jsou mezi tím třeba i základní lidské hodnoty, které jsou pro některé z nás samozřejmé, ale bohužel to tak neplatí u všech.

A jak těchto cílů chcete dosahovat, například pomáhat lidem s mentálními problémy?

Ty cíle nejsou něco, čeho můžeme dosáhnout, to je prostě nekonečná cesta.

Ale jinak, když na tom serveru máme lidi, kteří jsou na tom špatně mentálně nebo jinak, tak za prvé – najdou na našem serveru lidi, kteří jsou na tom

stejně. A za druhé – máme v té komunitě spoustu lidí, kteří jsou ochotní si je vyslechnout nebo někdy i poradit. Do toho já mám obrovské štěstí, že jsem se přes svoji mámu dostal k ženské, která dělá terapie speciálně pro teenagery, kteří mají sebevražedné sklony, takže lidem na našem serveru můžu dát kontakt.

A do budoucna bychom chtěli zapracovat na nějakém programu pro tyto lidi.

Ale měli jsme třeba jednoho člověka, který na tom byl opravdu špatně, pak mu lidi pomohli a teďka je za to vděčnej a pomáhá čtyřicetkrát víc.

Zase na druhou stranu, asi třetí týden, co jsme měli Discord, se k nám připojila jedna sedmnáctiletá holka, která se sebepoškozovala a měla všechno možné, byla po psychologích, psychiatrech, linkách důvěry a všem tomhle, no a my jsme si s ní psali. Vždycky si odchytila někoho na serveru do soukromých zpráv a potom z něho vysála úplně veškerou životní energii a takhle to dělala opakovaně třeba s dvaceti lidma. A já jsem si pak v nějakou chvíli začal říkat, že to vlastně škodí té komunitě. Dlouho jsme to řešili, že to je problém. Nicméně, to je teďka žhavá novinka, mi napsala, že si našla přítele a že si ho našla díky naší komunitě. Potom mi oba zároveň poslali fotku, jak jsou spolu a k tomu mi napsali „děkujeme ti za život“. A z toho jsem se rozbřečel upřímně, to mě fakt dostalo.

Kolik se vás podílí na fungování této komunity, jsi to jen ty, případně kolik vás bylo na začátku a kolik vás je teď?

Na začátku jsem byl jen já a pořád jsem ten co iniciuje celý chod komunity, ale chtěl bych časem dojít k tomu, aby se mohla vyvíjet i když nejsem já přítomnej, což tak zatím není. Nicméně se to zlepšuje, už je spousta lidí, kteří za mnou chodí s nápady, co by se mohlo zlepšovat.



Úplně na začátku jsem byl sám, potom se ke mně připojil kamarád, se kterým jsem posledních dva a půl roku na spirituálně psychedelické cestě, on za mnou přišel s tím, že „hej, to má fakt potenciál“ a já jsem řekl „hej pojď to dělat se mnou“ a on řekl „hej tak jo“. No a potom třeba po měsíci, kdy se to nějak víc rozrostlo, se k nám připojilo dalších několik lidí a postupně to vykrytalizovalo v to, že nás je asi deset.

Vy se tedy setkáváte hlavně na Discordu, ale pokud se setkáváte i jinak, co je to za typ setkávání nebo akcí?

Původně jsem chtěl pořádat srazy třeba dva týdny, co jsem ten projekt založil, ale z toho rychle sešlo, protože by tam nikdo nedošel. *(smích)*

Teďka to je tak, že když je nějaká akce, řekněme nějaký rave, tak my máme roomku eventy a tam se ta akce hodí, lidi se domluví, kdo na tu akci jde a případně se tam můžou potkat.

Taky se už stalo, že si domluvílo, nezávisle na mě, pět lidí sraz v čajce. Potom se v jednu chvíli setkala asi osm lidí v parku v Praze, ale to potom dopadlo tak, že se domluvili na společném fetování. A v moment, kdy to takhle udělali podruhé, jsem jim řekl, že tohle fakt nepodporujeme.

No a teďka jsou srazy pozastavené do té doby, dokud neodmaturuju, protože teď nemám vůbec sílu ani energii na to, to nějak řešit. Ale v půlce července uděláme Psychorave, kde bude několik DJů od nás z týmu. Potom máme v plánu udělat akci kousek od Uherského Brodu v takové malé vesničce. Je tam rybník, je tam ohniště, je tam krásnej prostor, chceme udělat trip friendly akci, kde se budou hrát psytranci a budeme se na té akci maximálně soustředit na vytvoření komfortního prostředí pro lidi, kteří tripují nebo jsou na disociativech. Tam chceme udělat stoprocentně HR *(Harm reduction pozn. red.)*.

To jsou takové velké akce, které chceme udělat a jinak hnedka jak odmaturuju, udělám nějaký sraz, potkáme se v parku, pokecáme tam. A ještě jsme už teďka domluveni, že v Uherském Hradišti, dostaneme k používání prostory na nějaké pořádání přednášek a workshopů.

Ty jsi vlastně hned při druhé otázce zmínil, že myšlenka této komunity začala někde u Czechedsubstance, což je právě komunita zabývající se bezpečným užíváním různých omamných látek, pak jsi mluvil o lidech, kteří si skrze váš server domlouvali fetování a taky o tom, že sám chceš vytvářet prostředí k příjemnému užívání některých

z těchto látek. Tak se chci zeptat, jestli jsi to tak plánoval, jestli to je taky jedním z cílů a jestli jsi s tím takhle spokojený?

Jo, tohle je taky dost probírané téma, protože já jsem sice od začátku počítal s tím, že součástí komunity bude harm-reduction, protože jsem chtěl o tomhle mluvit otevřeně a snažit se dělat destigmatizaci drogové problematiky a přijímat jak ty pozitiva, tak ty negativa.

Přístup k tomu jsme okopírovali z Czechedsubstance, co na serveru dovoluujeme a co nedovolujeme, co se zakazuje a takto.

Ale je problém s tím, že na našem serveru převažuje drogové téma, já jsem si představoval, že to bude řekněme 20 % a teďka je to třeba 70 %. Ono to je kvůli tomu, že já tahám na server lidi z Tiktoku, udělám nějaký video a potom řeknu, hej připojte se na náš Discord. Takhle jsem udělal řekněme padesát videí a z toho 90 % těch úspěšných bylo o drogách. Protože to je prostě to, co lidi zajímá. Takhle se to bohužel sešlo a je to problém... Není to jako problém, ale představoval bych si to trochu jinak. Řešíme to tak, že když lidi mluví o drogách v nějaké roomce, tak je přesměrujeme do té, co je na to určená. Myslím si, že je dobře, že o tom mluvíme, myslím si, že by to mělo být součástí a taky věřím tomu, že jsme pomohli několika lidem, aby k tomu přistupovali zodpovědněji. A já jsem zastáncem toho, že užívání určitých substancí může mít pro člověka benefity. Ale lidi užívaj ty látky jako útek od reality a já bych tam chtěl šířit přístup, že zážitek z užití té látky zpracuješ, nějak ho integruješ tak, abys ho pak mohl využít v reálném životě.

Z toho, co říkáš, tedy vyplývá, že minimálně velká většina lidí v té komunitě užívá nějaké omamné látky, ne-li všichni. A ty jsi na začátku říkal, že s odkazem na Hippies pracuješ a že si je lidi pamatují právě jako komunitu lidí, která brala drogy, přitom ten záměr byl tehdy úplně jiný, myslíš si, že je dobré spojovat znovu jméno Hippies s užíváním drog?

No je pravda, že celé to hnutí bylo původně založené na tom, že byli proti válce ve Vietnamu a základní myšlenky byly mír, láska, přátelství, svoboda a ty drogy nebyly tou myšlenkou. Ale drogy je ovlivnily, spoustu z nich dovedly na tu myšlenku a podle mě je to neoddelitelnou součástí toho. A druhá věc. Myslím si, že je dobře, že je to součástí, protože jsme podle mě na dobré cestě, jak k tomu přistupovat.

Jsi momentálně spokojený s tím, jak vaše komunita funguje?

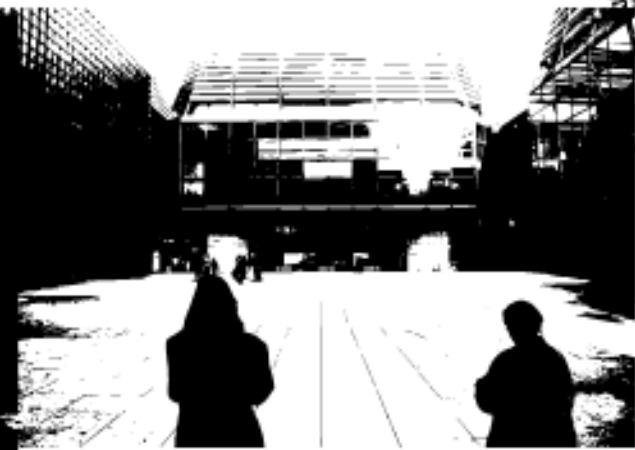
Víceméně ano, je tam samozřejmě pár problémů, například to, že tam máme mladší zastupitelstvo. A to z několika důvodů, my ten server máme 15+, ale stal se takovej zajímavý jev, že na Czechedsubstance ti patnáctiletí k drogám přistupují tak, že se zeptají „co si mám dát, abych se co nejvíc sjel“ například. No a na tom Czechedsubstance serveru jsou vůči nim mnohem přísnější a toho člověka vyduší. A stalo se, že všechny tyhle „děti“, které mají k tomu tento přístup, se přesunuly na náš server a zjistili, že se tam víc snažíme dávat ten respekt a pochopení. Včera jsem si o tom psal se správcem serveru, že i my jsme byli jednou v tom bodě, co jsou oni, a já osobně to беру jako morální povinnost, že když mám vědomosti, tak bych se měl snažit je šířit a těmhle lidem předat. Je to sice neskutečně vysilující, zvlášť když je ten člověk tvrdohlavý, ale mám zase krásný příklad člověka, který jel neskutečnou sebedetruktivní cestu, tak mu nás psalo asi pět, mezi které patřily ty nejvýznamější lidi v Česku a na Slovensku, co se drogové politiky týče, a ten člověk prostě ne a ne a ne. Brali jsme ho jako ten nejvíce ukázkový nepoučitelný případ. Ale teďka měl nějaký strašně špatný zážitek z trávy a poprvé v životě si přiznal, že na drogách je závislý. A cením ho, že sebral tu odvahu nám to říct a jsem strašně rád, že i potom, co opakovaně štvál strašně moc lidí, tak mu stejně spousta lidí napsala, že hej jsme tady pro tebe, kdybys potřeboval s něčím pomoc napiš do soukromých zpráv. A za tu námahu tohle prostě stojí.

Chtěl bych, aby na našem serveru byli všeobecně starší lidi, chtěl bych, aby k tomu přistupovali víc open-minded, chtěl bych, aby lidi byli méně toxičtí, ale to je to, co chci. A situace je taková, že to prostě je, tak jak to je, a já s tím musím nějak pracovat.



MEGAN IS MISSING

Megan and Amy are best friends. They share secrets. They chat with guys online. And in a few days they will never be seen again.



DOGALERIE

Už Vám někdy nepřívětivé počasí překazilo odpolední plány? Zůstali jste nakonec doma a z atraktivních plánů úplně sešlo? Vsadím se, že ano. Mám pro vás však řešení, díky kterému budete mít vždy záložní plán, který se může každopádně stát i vašim primárním cílem.

V tomto článku Vám bude poskytnuta charakteristika tří pražských galerií, které vystavují celoročně rozmanitou škálu většinou současných umělců a umělkyně.

Rady směřuji, vzhledem k mým osobním zkušenostem, směrem ke studentům, ale všechny výstavní instituce bych doporučila jak mladým zájemcům o kulturu, tak celým rodinám s dětmi, párům, seniorům ale i jednotlivcům. Umění je pro každého.

Centrum současného umění DOX

- Poupětova 1, Praha 7

Jedná se o bývalou továrnu, která byla veřejnosti jako galerie zpřístupněna roku 2008. Nabízí často poměrně kontroverzní výstavy, které však mohou návštěvníkům „otevřít oči“, nebo je seznámit s novými problematikami současného světa. Nabízí rozmanitý program. Samotné výstavy doprovází i promítání kultovních filmů, diskuse, performing arts, taneční představení, koncerty...

Že jste ještě nebyli na přednášce ve vzducholodi? Velká chyba! Galerie Dox je tu pro Vás, aby každého jejího návštěvníka povznesla (třeba i ve vzducholodi) nad všední každodennosti.

Studenti za vstupné zaplatí po předložení platného studentského průkazu 130 korun.



V galerii můžete strávit několik hodin, klidně i celý den. Součástí galerie je i bistro, kavárna, knihkupectví, nebo třeba i archiv výtvarného umění.

„Varování“: Některé výstavy mohou na slabších žaludcích zanechat nežádoucí stopu. Pokud se chystáte navštívit galerii s dětmi, určitě doporučuji předem prozkoumat webové stránky.



Kunsthalle Praha

- Klárov 5, Praha 1

Zbrusu nová instituce, na první pohled sálající uměním. Galerie nedávno oslavila první rok od otevření. Jedná se o prostředí s velmi příjemnou atmosférou, kam se lidé rádi vrací. Výstavy se neobměňují zvláště často, instituce k výstavám však nabízí i bohatý doprovodný program. Komentované výstavy samotnými autory, workshopy, přednášky pro učitele...

Pokud jsi student, vyplatí se věnovat pár minut registraci na stránkách. Stanete se tak bezplatně členem Kunsthalle a můžete ji zadarmo navštěvovat po celý rok. Získáte i přednostní právo na komentované prohlídky.

V budově se nachází také velice stylová kavárnička, na jejímž balkoně se vám naskytne bá-

ječný výhled na Prahu. Kunsthalle Praha bych doporučila všema deseti i těm, kteří si myslí, že umění není jejich šálek kávy.

Galerie Rudolfinum

- Alšovo náměstí 12, Staré Město

Funguje od roku 1994 jako výstavní nesbírková instituce.

Výstavy jsou časově méně náročné, jsem však zastáncem názoru, že pokud na výstavě strávíte více času a necháte na sebe umění „promlouvat“, sami si pak odnesete celkově intenzivnější zážitek. Kromě samotného umění však můžete obdivovat samozřejmě i impozantní budovu Rudolfinum, která každé výstavě přidá novorenesanční nádech. Vystavuje se zde zahraniční ale i české současné umění.

Pokud Vás v Praze zastihlo deštivé odpoledne, neváhejte a vydejte se za uměním.

Johanka Nefe



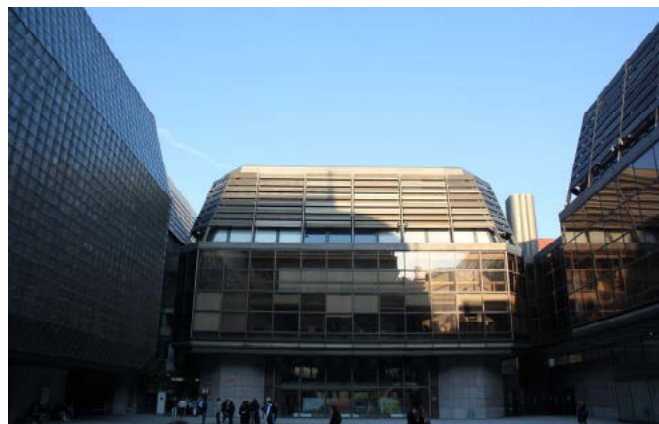
BETONOVÁ MOSTRA, ANEB BRUTALISMUS V PRAZE

Architektonický styl, který vznikl ve čtyřicátých letech v Anglii a Francii. Jeho základní stavební materiál je beton (ten se používá ve stavbách téměř všude, na rozdíl od většiny jiných stylů ho brutalismus přiznává), jsou pro něj typické masivní proporce, brutalistické stavby jsou často postaveny ne tak, aby následovaly formu jiných staveb podobného účelu, ale aby vypadaly brutalisticky. Slovo brutalismus pochází z termínu *beton brut* (surový beton), který začal používat francouzský architekt Le Corbusier.

V šedesátých letech se styl rozšířil i do střední a východní Evropy. Západní brutalismus je ale rozdílný od středoevropského. Zatímco západní brutalismus je často hrubě betonový, českoslovenští architekti stavby navrhovali tak, aby více zapadaly do historického centra měst. Když porovnáme londýnskou Hayward Gallery, která je převelice hranatá a používá surový beton, s pražskou Novou scénou, která je sice stále celkem hranatá, ale využívá sklo a jiné tvary, tak je zde citelný rozdíl. Brutalistické stavby jsou velmi často považovány za ošklivé – v anketách o nejošklivější stavby jsou většinou na prvních místech právě ony – ale to nevypovídá nic o jejich hodnotě. Veřejnost si nikdy neoblíbila například Žižkovskou věž, donedávna byla v nemilosti i Nová scéna ND. Lidé si tyto stavby často spojují s minulým režimem. Naprostá většina vznikla v šedesátých až osmdesátých letech minulého století. Tehdy se kvůli rozvolnění režimu v druhé polovině šedesátých let mnoho architektů inspirovalo západní architekturou, kterou za tvrdšího režimu nebylo možné vidět, jelikož téměř nebylo možné navštívit tzv. západní blok. Toto je jeden z důvodů, proč jsou často stavby bourány – například zbourání hotelu Praha v Dejvicích. Častý problém brutalistických staveb (a celkově mnoha budov z druhé po-



Londýnská Hayward Gallery



Pražská Nová scéna ND

loviny dvacátého století) je jejich integrace do veřejného prostoru. Stavby, jejichž proporce jsou často postaveny v nadlidských velikostech, je obtížné adaptovat na místa, která lze jednoduše používat lidmi. Dalším častým problémem je nedostatečný přístup pro osoby s pohybovými omezeními, což není problém architektonického slohu jako takového, ale spíše dobou, kdy byly budovy postaveny.

Šimon Hlavnička



Budova Centrotex na pražském Pankráci



Londýnský Barbican

Z NARKOMANA KYTARISTA SE ZDRAVÝM ŽIVOTNÍM STYLEM

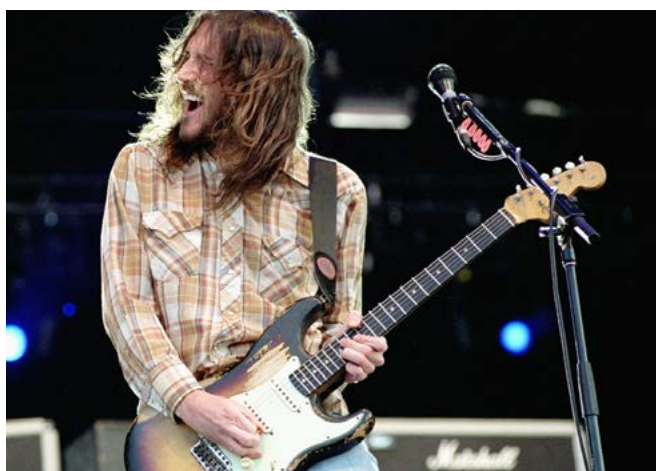
Jeden z nejlepších kytaristů historie hudby je John Frusciante. Momentálně je kytaristou americké rockové kapely Red Hot Chili Peppers, avšak nebylo tomu tak vždycky. Když se John narodil v americkém Queens, žil převážně se svou matkou. V devíti letech dostal svou první kytaru a hraní se mu tak zalíbilo, že byl schopen hrát i patnáct hodin denně. Jeho životní vzor byl známý kytarista Jimi Hendrix, takže i jeho styl hraní je podobný Jimiho stylu.

Již v mládí poznal skupinu Red Hot Chili Peppers a jezdil s nimi na koncerty. Kytarista tehdy ještě ne moc známé skupiny Hillel Slovak byl jeho velkým vzorem, dalo by se říct, že hráli úplně stejně. Když Slovak zemřel na předávkování heroinem, John ho ve svých 18 letech na pozvání členů skupiny okamžitě nahradil. Frusciante později řekl, že se ho Slovak ptal, jestli by měl John skupinu rád, i kdyby se stala slavnou. John řekl, že ne, protože se mu na skupině líbilo, jak má úzký vztah s publikem, a že je vlastně i publikum součástí skupiny.

Red Hot Chili Peppers vydali roku 1989 první album s Johnem - *Mother's Milk*, které bylo mnohem úspěšnější než předchozí alba se Slovakem. Když však Frusciante vydal se skupinou v roce 1991 album *Blood Sugar Sex Magik*, stali se světoznámými. Prodal se přes 13 milionů kopií.

V 90. letech se ale kytarista stal těžce závislým na heroinu a roku 1992 odešel od Red Hot Chili Peppers. Aby se uživil, vydal sólová alba, na které nyní není hrdý. Byl na tom dokonce tak špatně, že si všichni mysleli, že to nepřežije. Měl potenciálně smrtelnou infekci zubů, které mu musely být odstraněny a nahrazeny keramickými, on však v roce 1998 absolvoval odvykací léčbu a začal žít zdravý život. Cvičil jógu a vipassanu, jedl zdravé nezpracované jídlo. Jeho cvičení mu umožnilo se soustředit jen na hudbu a nemyslet na drogy. Řekl, že ho cvičení posouvalo do jiných stavů více, než dříve drogy a že se cítí jako nejšťastnější člověk na zemi. Období závislosti na drogách nebere Frusciante jako něco negativního, bere to jako znovuzrození a nalezení sebe samého. S jógou musel přestat kvůli bolestem zad, ale meditovat se snaží pořád.

Roku 1998 byli Red Hot Chili Peppers na pokraji rozpadnutí poté, co vyhodili kytaristu Davea Navarra. Baskytarista „Flea“ řekl, že jediná možnost, aby se nerozpadli, je požádat Johna, aby se



Zdroj: Peter Pakvis/Redferns

k nim vrátil. Když John tuto zprávu uslyšel, skoro se rozplakal a řekl, že je to to nejlepší, co se mohlo stát. Roku 1999 vydali své nejúspěšnější album *Californication*. Toto období považoval za nejlepší období svého života. I během let v Red Hot Chili Peppers si John skládal svoje vlastní písničky a vydal několik sólových alb. S Red Hot Chili Peppers vydal ještě album *By The Way a Stadium Arcadium*, u kterého se ukázalo, jaký na Johna měl vliv Jimi Hendrix. Mezitím se ještě na tour alba *By the Way* odehrál koncert, *Live At Slane Castle*. Na koncert přišlo 80 000 diváků a je to asi jejich nejznámější koncert, z něhož vyšlo i DVD. Než John znovu v roce 2009 Red Hot Chili Peppers opustil, měl ještě začátkem roku 2004 vedlejší projekt s baskytaristou Joem Lallym a bubeníkem Joshem Klinghofferem, který ho po Johnově odchodu z Red Hot Chili Peppers nahradil. Po přibližně měsíčním projektu zahráli na koncertě jejich skladby a poté se projekt rozpustil.

Frusciante opustil Red Hot Chili Peppers 29. 7. 2009. Pak vydával elektronickou a psychedelickou hudbu a říkal, že je to nejlepší poslouchat co nejhlasitěji a ve tmě, a poté z toho budete mít ten správný zážitek. Řekl, že časy, kdy dělal rockovou hudbu, už jsou za ním a nyní se soustředí na elektronickou hudbu. Po opuštění Red Hot Chili Peppers vydal 3 sólová alba.

V roce 2019 oznámil, že se do Red Hot Chili Peppers vrací a roku 2022 spolu vydali alba *Unlimited Love* a *Return of the Dream Canteen*. Dohromady jich zatím vydal s Red Hot Chili Peppers 7 a sólově 12. V roce 2023 vyšla dvě sólová alba nazvaná *I a II*.

Matěj Bejšák

HUDBA A JEJÍ VLIV NA ČLOVĚKA

Podle dochovaných nástěnných maleb si můžeme být skoro až jisti, že hudba provázela člověka již v pravěku. Je pro nás neodmyslitelnou součástí života, neboť přináší mnoho pozitivních emocí, novou energii a je často součástí léčebných terapií. Hudba plní společenskou a duchovní funkci, provází totiž mnoho významných událostí, jako jsou např. pohřby, svatby, či korunovace. Bez ní bychom si i těžko představili jakýkoliv film (díky hudbě se do filmu dokážeme lépe vžít, pochopit situaci a odnést si z něho lepší zážitek), či reklamu (hudba v reklamě upoutá větší pozornost a napomáhá si ji lépe zapamatovat). V dnešní době existuje již opravdu mnoho hudebních žánrů – rock, pop, jazz, vážná hudba, metal, blues, elektro hudba, folk, hip hop, alternativní rock, reggae... a mnoho dalšího.

Vnímáme hudbu všichni stejně?

Pro každého jedince může hudba znamenat něco jiného. Někdo v ní vidí mnoho inspiraci a příjemné povzbuzení, pro někoho je hudba zdrojem energie a někdo v ní vidí celý smysl života. Mnohdy oblíbený žánr prozradí kus o jeho osobnosti. Je dokonce i dokázané, že hudba ovlivňuje osobní jednání a sociální chování člověka.

Je mnoho teorií pojednávajících o tom, jak hluboko do našeho nitra dokáže hudba proniknout. Existuje teorie tří vrstev naší psychiky a tří vrstev uměleckého díla. Při poslouchání hudby tělo v první vrstvě vnímá kmitočty, které následně mozek zpracuje a vytvoří psychický obraz hudby. Dále hudba proniká do nejhlubší vrstvy vnímání – k myslí, emocím a paměti. Díky tomu dokážeme posoudit, jak na nás

působí a jaký má potenciál. Při nedostatečném vnímání se stane, že hudba do všech vrstev nepronikne. Je důležité se na hudbu soustředit a přemýšlet o ní, neboť nám to umožní pronikat čím dál hlouběji do naší mysli a objevit sama sebe.

Převážně klasická vážná hudba pozitivně působí na rozvoj lidských schopností, jako je řeč, pohyb, chování, pozornost, emoce, intelekt nebo představivost. Nejdoporučovanějším skladatelem je **W.A.Mozart**.

Hudba a emoce

U hudby je již dávno známo, že ovlivňuje a prohlubuje emoce. Dokonce hudba v tomto ohledu předčí výtvarné umění, jelikož je v člověku schopna vyvolat více emocí než zrakový vjem výtvarného díla.

„Hudba ovlivňuje duševní rozpoložení rychleji a intenzivněji než kterékoliv jiné umění. Ostatní umění nás přemlouvají, hudba přepadá.“ E. Hanslick

Jak nám může hudba odlehčit život?

Hudba dokáže výrazně zkreslit subjektivní vnímání času, proto ji lidé rádi poslouchají při dlouhé cestě dopravou. V obchodech se začala také pouštět, jelikož se poté zákazníkovi lépe čeká ve frontě. Podle výzkumu tempo hudby ovlivňuje chování zákazníků. V restauraci s pomalejší hudbou zákazníci zůstali déle, a tak je tomu i v obchodě. Jak se ale říká, „sto lidí, sto chutí“, takže je to poměrně subjektivní pohled. U populární hudby je velmi často kladena větší pozornost na interpreta a jeho image než na hudbu samotnou. Lidi zajímá jeho osobní život, jelikož si poté k jeho hudbě utvoří větší vztah.

V dnešní době jsme hudbou doslova zahlceni, což ale neznamená, že ji vždy kvalitně vnímáme. Pomalu se stává i to, že hudba vyhledává posluchače, a ne posluchač hudbu (např. v restauraci, autobuse, obchodě). Díky technologiím ji bereme jako velikou samozřejmost, protože je pro nás snadno dostupná a někdy zapomínáme na její opravdové kvality.

Marie Kora Jílková





TEN BOD



JE



TAM I TAN



TAJEMSTVÍ

Žofie Čechová

Sedí chlapec, sedí v tichu
v kobce z žuly stavěné.
Že osud přál tomu hříchu,
dveře ven jsou zavřené.

Sedí druhý, sedí tiše
hoch sličný, jak růže květ.
Za to, že pil z lásky číše,
zhroutil se mu celý svět.

Sedí chlapci, odděleni
mříží z chladné oceli,
v objetí jsou, na znamení,
co vše skrývat museli...



ABOUT INSTAGRAM

Jak a kdy vznikl Instagram?

Historie Instagramu se začala psát teprve před necelými třinácti lety. Kevin Systrom vynalezl aplikaci zvanou Burbn, do které jste se mohli přihlásit, sdílet své plány a fotografie, což bylo v té době velmi unikátní. Po tom, co k sobě do týmu přibral kamaráda ze Stanfordu Mika Kriegera, prototyp Instagramu ještě vylepšili a 6. října 2010, během osmitýdenní práce stvořili Instagram. Jméno vzniklo spojením dvou slov INSTANT a TELEGRAM. Aplikace se soustředila hlavně na zveřejňování fotografií, pořízených na mobilním telefonu. Proto byl Instagram nejdříve na Iphonu, který tuto funkci ovládal. Během jednoho dne získala aplikace 25 000 uživatelů, na konci roku jich byl 1 milion.

V dubnu 2012 byl Instagram zdarma ke stažení i na Androidu. Zatímco aplikaci rostla popularita každým dnem, začalo se o ní zajímat hned několik investorů. Mezi nimi byly také společnosti Twitter a Facebook. Zakladatelé se však nechtěli aplikace vzdát, proto se rozhodli si ji ponechat a prozatím ji vést pouze v malém počtu lidí. Protože se Kevin Systrom s Markem Zuckerbergem (zakladatelem Facebooku) znali a už při zakládání Instagramu vedli o aplikaci řeč, uzavřeli dohodu. Mark nabídl 1 miliardu dolarů a stal se vlastníkem Instagramu. Podmínkou obchodu však bylo, že Systrom s Kriegerem zůstanou stále nezávislými řídicími firmy.

Aplikace doposud nezažila žádnou krizi a stále se vyvíjela a rostla. Postupně se stala přístupnou na webovém rozhraní, Amazon Fire a na Microsoft Windows. V prosinci 2012, po aktualizaci podmínek služeb narazil Instagram na hrbol. Aktualizace totiž udělila právo prodávat fotografie uživatelů třetí straně bez jakékoliv kompenzace a oznámení. To odradilo mnoho uživatelů a obhájců soukromí, proto byly brzo kontroverzní podmínky vedením firmy zrušeny.

Vedení Instagramu však nezhálelo a začalo přidávat nové funkce! Ke sdíleným fotografiím, nebo videím, můžeme přidat polohu, nebo hashtag (slovo nebo fráze, před kterým je tento symbol # a používá se hlavně na sociálních médiích k rozpoznání příspěvků na specifické téma). Váš účet může být veřejný, nebo soukromý (tz. můžete rozhodovat o tom, kdo uvidí vaše příspěvky). Uživatelé mohou vyhledávat jiné uživatele, či příspěvky podle hashtagů, nebo lokace. Nově můžeme označovat cizí příspěvky jako „To se mi líbí“ anebo k nim psát komentáře. Mezi další nové funkce patří možnost někoho sledo-

vat, psát zprávy, nebo přidávat instagramové příběhy (příspěvky, které jsou vidět pouze 24 hodin po zveřejnění).

Sociální síť se vylepšuje dodnes. V současnosti je druhou nejstahovanější aplikací a denně ji používá asi 500 milionů lidí z celého světa.

Co je to Meta?

Meta je společnost, jejíž zakladatelem je Mark Zuckerberg. Ten založil v roce 2004 sociální síť Facebook, pak odkoupil a stal se vlastníkem aplikací Instagram, Whatsapp, Oculus VR a dalších. Aby oddělil Facebook, jako sociální síť od své společnosti, stvořil Metu, pod kterou spadají výše zmíněné aplikace, Facebook i Messenger. Samotné jméno má odkazovat na tzv. metaverzum, což má být svět internetu, který firma postupně buduje.

Tipy a triky – novinky o kterých jste možná nevěděli

Instagram téměř neustále obnovuje svoje funkce, a tak je možné, že vám nějaká novinka unikla. Pojďme se podívat na pár z nich, které v poslední době přibýly.

Zpětné označení ve stories

Už se vám někdy stalo, že jste někoho zapomněli označit ve stories? Museli jste pak příběh smazat a vytvořit ho znovu, aby si ho (např.) váš/e kamarád/ka mohl/a pře sdílet k sobě? Pokud ano, mám pro vás tip, jak se téhle nepříjemné situaci příště vyhnout. Instagram si toho totiž nejspíš všiml, a proto vytvořil tlačítko na zpětné označování ve stories. Můžete tak označit člověka i po zveřejnění příběhu. Stačí kliknout na tři tečky u sdíleného příspěvku a pak zvolit možnost „**přidat zmínky**“. Vyberete požadovaného uživatele Instagramu a zvolíte **přidat**.

Oblíbené profily

Všimli jste si, že když kliknete na domovské stránce Instagramu na nadpis „Instagram“, nabídnou se vám dvě možnosti: **Sleduji** a **Oblíbené**. Když vyberete první možnost, zobrazí se vám nové příspěvky od těch, které sledujete. Když zvolíte druhou možnost, měly by se vám sejít příspěvky pouze od vašich oblíbených účtů. Ty vám buď vybere sám Instagram, podle vaší aktivity a interakcí s jednotlivými profily, nebo je můžete označit za oblíbené vy sami. Jak na to? U příspěvku vybrané-



ho profilu se dotkněte tří teček a pak jednoduše zvolte „Přidat mezi oblíbené“. Tímhle trikem se můžete v klidu podívat na vše, co vaši přátelé, příbuzní, oblíbenci, nebo pro vás zajímaví uživatelé přidali na svůj profil, aniž byste dlouho scrollovali a hledali mezi mnoha jinými, nedůležitými příspěvky a reklamami.

Rychlé poslání příspěvku

Taky si rádi posíláte s kamarády vtipná, nebo roztomilá videa? Instagram vymyslel, jak to udělat velmi efektivně a bez zdržování. Posledním trikem, o kterém jste možná nevěděli, je praktické rychlé odeslání příspěvku. Místo toho, abyste ťukli na vlaštovku, označili uživatele, kterému chcete příspěvek poslat a následně zvolili „Odeslat“, stačí pouze jediné podržení. Když prst podržíte na tlačítku pro poslání (symbol vlaštovky), nabídnou se vám čtyři profily, se kterými jste si naposledy psali. Prst posunete na požadovaný z nich a pustíte. Příspěvek je v tu chvíli odeslán.

Co Instagram chystá?

Jak je zřejmé, tahle aplikace se svým vývojem rozhodně nekončí. Mezi chystané projekty patří třeba skupinové profily, nebo Candid stories.

Skupinový profil

Jedná se profil, ve kterém budete moci vytvářet společný obsah ve více lidech. Ten však bude viditelný pouze pro vás, členy skupiny. Tahle funkce se bude hodit například ve chvíli, kdy plánujete s členy skupiny dovolenou. Můžete totiž vytvářet **společné kolekce** uložených příspěvků, tedy třeba tipů na místa k navštívení.

Candid stories

Není to poprvé, kdy se Instagram snaží konkurovat jiné sociální síti. Tentokrát přišel s funkcí Candid stories, která funguje na stejném principu jako aplikace BeReal. Pokud ji neznáte, tak to je aplikace, ve které sdílíte autentické fotografie z přední a zadní kamery na telefonu, a to ve stejný (náhodný) čas jako všichni ostatní uživatelé. Hlavním cílem aplikace je ukázat realitu. Na Instagramu to bude probíhat podobně. Fotky se ukáží ve stories a to pouze těm, kteří již svůj „bereal“ sdíleli. V případě nezájmu se bude dát tato funkce vypnout.

Kdy se aktualizací dočkáme, nelze odhadnout. Většina však nejprve přichází do USA a v Evropě se objeví až za nějaký čas, nebo vůbec.

Marina Nedělová

ETYMOLOGICKÉ OKÉNKO

Zábava. Každý člověk si pod ní představuje něco jiného. Stejně jako se také každý člověk baví něčím jiným. Například generace našich prarodičů pod zábavou nejčastěji rozuměla vesnickou tancovačku. Zatímco dnešní doba nabízí tolik druhů zábavy, že se v nich ani není možné zorientovat

Odkud ale vlastně slovo zábava pochází?

Toto slovo se vyskytuje ve většině slovanských jazyků, např. polsky *zabawa*, rusky *zabáva* nebo srbsky či chorvatsky *zábava*. Praslovanské slovo *zábava* je odvozeno od slova *zabaviti* ve významu *zaměstnat něčím*, nebo původně *způsobit zapomnění*. Ještě původněji to znamenalo *způsobit, že je něco vzadu*

V angličtině se pro zábavu používá slovo *entertainment*, které je odvozené od slova *entertain-udržet*. To pochází ze starofrancouzského *entretenir*, což znamená *držet spolu, podporovat*. Bylo to spojováno s pohostinností, když někdo „zabavoval“ hosta, znamenalo to, že dbal na to, aby byl host spokojený.

Ve francouzštině se používá *divertissement*, což je odvozeno od *divertir-rozptýlit, rozveselit*.

V ostatních románských jazycích je to podobné, např. španělsky *diversión* nebo italsky *divertimento*.

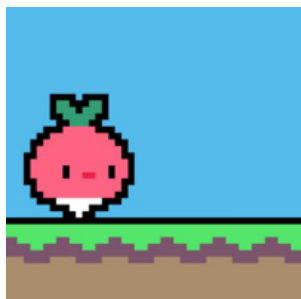
V češtině se pro zábavu dále používají například slova *legrace*, *sranda* nebo *švanda*. *Legrace* vznikla z latinského slova *recreatio*, což znamená *osvěžení, zotavení*. Toto slovo se ve středověku zkomolilo na *rekrací*, a označovaly se jím přestávky ve škole. Poté se z něj postupně stala dnes známá *legrace*. Význam přetrval od středověku, kdy se žáci během přestávek osvěžovali zábavou, humorem.

O původu slova *švanda* existují dvě teorie. Tou první je, že se přejalo jméno Švanda, říkalo se třeba „Pojďme tam, (např. do hospody) bude am Švanda“ a myslel se tím veselý chlapík, z tohoto úsloví se nám tedy možná přenesl význam *švanda-legrace*. Druhou teorií je, že se jedná o zkratku slova *štvan-da*, neboli *štvanice*, protože naši předkové si *štvanici* na zvěř spojovali se zábavou.

Nespisovné slovo *sranda* je odvozeno od vulgární podoby výrazu *vyměšovat*. Avšak tento hrubý význam už ve spojení s významem *sranda* nevnímáme.

Anežka Dbalá

VIDEOHRA DADISH – ředkev hledající své ředkvové potomky

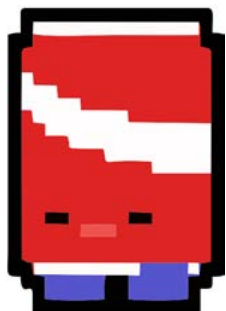


Videohry už dnes patří do života většiny z nás. Já jsem například vyrůstala na arkádových plošinových adventure hrách, jako je Rygar nebo Slime World na konzoli Lynx od Atari games, nebo na hře Super Mario na Nintendo 3DS, možná proto jsou do teď hry s těmito žánry mé nejoblíbenější. Videohra, o které budu mluvit tyto žánry splňuje a je navíc minimalistická a snadno pochopitelná.



Dostupnost videohry Dadish

Tato videohra je pro Nintendo Switch, PlayStation 4, Xbox One, Microsoft Windows, ale i Android nebo iOS. Na Steamu se cena různých dílů hry pohybuje od 2€ až do 10€, na ostatních konzolích pak okolo 10€ u všech dílů hry. Pro Android a iOS jsou všechny díly zdarma a offline. Podle mého názoru se jedná o jednu z nejlepších her na telefon.



O čem video hra je a jak jsou sestaveny její díly?

Název videohry je kombinací slov „radish“ a „dad“, což samo osobě vysvětluje příběh hry. Jedná se o ředkev-tatínka, který hledá své ztracené ředkvové děti. Na konci každého levelu najde Dadish jedno dítě, se kterým má krátký vtipný rozhovor.



Po cestě za dětmi musí překonávat různé překážky nebo se utkávat s „junk food villains“ – různými druhy nezdravého jídla, které na něj útočí.



Videohra má tři díly, každý má 50 levelů, včetně 43 levelů s bonusovými hvězdičkami a pěti levely obsahujícími takzvaný boss fight.

Každých 10 levelů se navíc obměňuje biot, ve kterém se cesta Dadishe odehrává. Dalším trochu speciálním dílem této videohry je Daily Dadish, kde si člověk může



každý den zahrát nový unikátní level. Když dosáhnete požadovaného času, dostanete hvězdičku, za ty si lze pořizovat jiné postavičky, se kterými můžete hrát. Díly jsou tedy celkem 4 a všechny byly spuštěny v posledních třech letech. Čas, za který člověk odehraje jeden level se samozřejmě liší, ale pohybuje se od 30 sekund do 3 minut.



Troufla bych si říct, že Dadishe si oblíbí každý hráč bez ohledu na věk. Mě narozdíl od spousty jiných videoher Dadish neomrzela ani po delší době, a ještě člověk může hrát každý den úplně nový level. Jsem s touto videohrou více než spokojená.



PREZENTACE ROČNÍKOVÝCH PRACÍ 2023



III. ročníku

* 26. a 27. 6. *

* v eurytmickém sále
Waldorského lycea
v Praze *

PROGRAM

PONDĚLÍ

I. blok 10:00-11:10

- Zahájení
- Hynek Holub
Stavba finské sauny
- Samuel Pokorný
Novodobí a digitální nomádi
a přestavba dodávky
- Šimon Kuželka
Výroba elektrické kytary

Přestávka 15 minut

II. blok 11:25-12:25

- Anna Stupková
Ekolog. stopa mléčného
průmyslu a jeho alternativ
- Vanda Jindáčková
Reflexní terapie
- Anna Marie Hlaváčková
Menstruace a cykličnost ženy

Přestávka 15 minut

III. blok 12:40-13:20

- Alena Paloušová
Porovnání českých překladů
poezie Jacquese Préverta
- Johana Svobodová
Básnická sbírka

Pauza na oběd 40 minut

IV. blok 14:00-15:00

- Julie Kateřina Hlavničková
Současné feminismy
- Šimona Kukanová
Sebeobrana
- Julie Holubcová
Ideál krásy

Přestávka 15 minut

V. blok 15:15-16:15

- Tomáš Jansen
Kontrabasové dueto
- Ronja Drew
Videožurnalistika
- Amálie Pilátová
Skladba písní

ÚTERÝ

I. blok 10:10-11:10

- Berenika Žáková
Základy jazzové harmonie
- Karolína Rezeková
Busking
- Adam Cejnar
Hudební album

Přestávka 15 minut

II. blok 11:25-12:25

- Ema Francová
Knižní vazby v baroku
a renesanci
- Magdalena Řezáčová
Šití barokních šatů
- Alena Špičková
Renovace loutkového divadla

Přestávka 15 minut

III. blok 12:40-13:20

- Václav Podrazil
Koktavost
- David Vosáhlo
Vývoj 2D hry

Pauza na oběd 40 minut

IV. blok 14:00-15:00

- Magdalena Čaplyginová
František Kupka
1900-1920
- Nicol Štorková
Temperamenty
v dětském umění
- Alžběta Poláková
Vlastní tarotové karty

Přestávka 15 minut

V. blok 15:15-15:55

- Fabián Richter
Fantasy mapy
- Jan Pavlů
Manipulace v mluveném
projevu

PŘIOSTŘÍ A KOLEM TOČ

Vdnešní době už téměř každý z nás někdy něco vyfotil. Spíše však, nikoliv fotoaparátem, ale smartphonem, kde se dá leccos vylepšit, i když většinu zařídí ono chytré zařízení

Fotoaparáty zprvu zachycovaly obraz na povrchy nebo papíry natřené fotosenzitivní vrstvou technikou camera obscura, avšak pouze jednorázově. Dalším pokrokem byl vynález uchovávání obrazu na průhledné materiály jako sklo nebo umělé hmoty (film) s přenosem na papír, která umožnila vytvářet neomezený počet kopií. Stále však bylo fotografování relativně nákladné, a to převážně díky tomu, že jak filmy, tak fotopapíry byly pouze na jedno použití.

Tato situace se však změnila s příchodem fotosenzorů – elektronických senzorů, které zachycovaly světlo, ale místo uchovávání informace o tomto světle přímo na senzoru posílaly informaci dále do paměťových karet. S vývojem těchto senzorů se již k původním funkcím (clona, čas snímání) přidávají funkce ISO a vyvážení bílé. Tím se celé umění fotografie ještě více zamotává.

Jak jistě všichni víme, focení nemusí být pouze o zmáčknutí spouště, přestože se to tak může zdát. Dnes už většinu dříve náročných úkonů zvládne téměř každý fotoaparát. V jistém slova smyslu je dnes focení pouhé zmáčknutí spouště.

S „automatem“ však nelze dosáhnout každého efektu, a proto se hodí vědět i něco málo o funkcích tzv. „manuálu“, například funkce clony či ISO. Některé z těchto funkcí vám zde ve zkrácené verzi představím.



Hlavní kritérium dobré, či kvalitní fotografie je světlo. K tomu se váže hned několik funkcí - tzv. Svátá trojice: **ISO, clona a rychlost uzávěrky**.

ISO se zabývá jemností senzoru. Pohybuje se v rozmezí 100–6400 (Canon EOS 550D). ISO 100 (minimum) však neznamená, že obraz bude neotesaný, ale naopak – obraz bude čistý, nezrnitý. Nízké ISO však také nevnese do fotky mnoho světla, oproti ISO 6400, které světla vnese mnoho, ale také často zachytí samotné špetky světla a zvětčí ho. Používá se tedy převážně na zesvětlení tmavých scén (např. v noci). Zní to sice skvěle, ale obraz to udělá jaksi zrnitý, což dle mého názoru nevypadá zrovna krásně.



Zatímco ISO se zabývá přímo senzorem, **clona** se zabývá cestou světla k senzoru, a to sice fyzickým zužováním prostoru, kterým v objektivu prochází světlo. Maximální a minimální clona záleží čistě jen na objektivu, který používáte, ale řádově se pohybuje od 2,5 do 22 a označuje se velkým F; např. F22. Čím vyšší je hodnota clony, tím méně světla



se dostane skrze objektiv k senzoru, což vede k tmavším fotografiím. Naopak nízká clona světlo nechává projít ve velkém. Skrytá funkce clony je hloubka obrazu – dává nám možnost mít v záběru zachycen pouze jeden detail ostře a pozadí rozmazané (nízká clona), anebo celý obraz ostrý či minimálně ostřejší.

Rychlost uzávěrky je v jednoduchosti množství času, kdy je sensor vystaven světlu. Nachází se v těle fotoaparátu a je to to poslední, co světlo cestující k senzoru potká. Udává se ve vteřinách, i když nejčastěji ve zlomcích vteřin a to od 1/4000 s do většinou 30 s. Platí že, čím déle má sensor kontakt se světlem, tím více světla sejme. Problém tohoto způsobu zesvětlení fotek je však pohyb. Pokud nějaký je, tak bude při delším čase rozmazaný. Při čase kratším sice bude všechno krásně ostré, avšak takové fotky mají tendenci být tmavší či zvýrazňovat stíny.



Mezi další funkce, které je dobré znát, patří **WB** – vyvážení bílé. Je to funkce, která vyvažuje barevné výstupy různých osvětlení. Mění tedy převážně teplotu barev na fotce obsažených. Měří se cca od 2000K do 7000K. Mnoho fotoaparátů má k této funkci i popisky, napovídající jaké hodnoty kde používat.

Fotografie se ukládají v mnoha formátech, ale většina fotoaparátů vám jich nabídne jen pár. Vícero z těchto možností bude znamenat jen různá rozli-



šení, ale poté je zde ještě formát RAW. Který stojí za zmínku už jen díky rozsahu dat, která uchovává. Většina fotoaparátů exportuje ve formátu JPEG/JPG, který už prošel procesováním softwarem fotoaparátu – takže už v sobě má zafixované úpravy, které se ve foto-editorech

špatně mění. RAW doslova uloží data ze senzoru – vůbec je nezmění a uloží je. Hlavní nevýhoda, a důvod proč všichni nefotí ve formátu RAW, je velikost, kterou zabírá na úložišti a téměř podmíněná editace ve foto-editoru.

Stručně řečeno se s těmito funkcemi dá experimentovat, což je aktivita kterou významně doporučuji.



Vojtěch Mužik

SUDOKU

Věděli jste, že se v roce 2006 konalo **první mistrovství světa v Sudoku** a zvítězila v něm Češka Jana Tylová? A že Češi se stále drží na světové špičce v luštění sudoku?

Tento rébus snad každý pozná. Sudoku se objevilo již v roce 1892, ale mělo trochu jinou podobu. Políčko mělo jen 4 čtverce a jmenovalo se „Number place“. Dnešní podobu Sudoku vymyslel pro newyorský časopis zabývající se rébusy, Američan Howard Garns až v roce 1979. Po pár letech se sudoku dostalo do Japonska, kde se stalo velmi oblíbeným a získalo své současné jméno. Odtud se rozšířilo dále do světa. V Čechách se objevilo poprvé na stránkách lidových novin v roce 2005.

Sudoku má dnes více variant, a to jak s rozdílem ve velikosti, či tvaru hracího pole, tak v „hodnotách“ obsažených v něm.

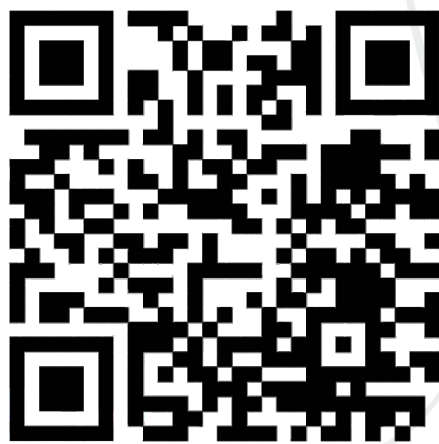
Cílem hry je vyplnit celé pole čísly od 1 do 9. To ale tak, že v každém sloupci, řádku a čtverečku (3*3 políčka) musí být obsažena všechna tato čísla. Nesmí se v nich tedy žádné opakovat. Celé hrací pole má 81 políček, ve tvaru čtverce (9*9 políček), ve kterém jsou zadaná již některá čísla pro řešení.

Sebastian Kleinhampl

Řešení:

1	9	4	2	5	8	6	7	3
7	9	1	3	2	6	7	5	4
5	3	8	7	4	6	1	2	9
6	1	2	3	8	4	5	7	9
4	9	5	7	2	6	3	1	8
7	8	3	5	9	1	6	4	2
2	5	7	4	3	9	1	8	6
8	3	9	1	6	5	7	2	4
1	6	4	2	7	8	9	5	3

1			2		8	9		
8							2	
	5	7	4			1		6
	8			9	1			
	9	5	7			3	1	
		2			4	5	7	
9							3	5
				1	3		6	7
	7	6		5				



casopis.wlyceum.cz

KAM
KAPA →