

Oficiální studentský časopis českotěšínského gymnázia | 10 Kč

v těšínský BOŽKOPIS

duben 2026

VOJTĚCH HABART

Věnuji se hlavně dějepisu, ale účastním se i dalších soutěží a olympiád

REDAKČNÍ RADA

ŠÉFREDAKTORKA

Alžběta Dittrichová

REDAKTOŘI

Eliška Bardoňová

Adéla Capilová

Kinga Michaela Folwarczna

Vojtěch Habart

Jiří Kabát

Miriam Mrozková

Rozálie Otipková

Marie Pavlicová

Sofie Antonie Sklářová

Eliška Stoláriková

Magdalena Štefaňáková

Tomáš Vícha

Eliška Žylková

GRAFICI

Tereza Macurová

Elen Pastrňáková

Richard Ryška

Eliška Žylková

PEDAGOGICKÁ PODPORA

Mgr. Iva Dluhošová

Kontakt, stížnosti, nápady:

gmctbozkopis@seznam.cz

Zdroje obrázků, není-li uvedeno jinak:

Pinterest, Google Obrázky, školní archiv

OBSAH

Anketa: Co ve vás vyvolává nostalgii?

Strana 4

Bolest srdce

Strana 6

#BringBack2016

Strana 7

Student: Vojtěch Habart

Strana 9

Návrat fyzických médií

Strana 12

Knihy Jandy Nelson

Strana 14

Čich jako stroj času

Strana 16

Playlist podle Matěje Šimíka

Strana 18

Rodilý mluvčí: Matt Ammendolia

Strana 19

Báseň: Každý má svůj měsíc

Strana 22

Stopařův průvodce po nostalgii

Strana 23

Film: Zápisník jedné lásky

Strana 24

Babičko vyprávěj

Strana 26

Školní futsalová liga

Strana 28

Absolvent: Simona Riedlová

Strana 29

**Beseda s Karin Lednickou očima
moderátora Vojty Habarta**

Strana 33

Křížovka

Strana 35



EDITORIAL

Bláhově se rozplývat nad minulostí a vzpomínat na dětství, když je většině z nás pod dvacet, vám může připadat poněkud bizarní. Vždyť dětmi ještě pořád jsme. Jenže i to má své kouzlo. Prohrabování se starými věcmi u babičky na půdě nebo nalezení fotografií našich rodičů z mládí má přece jen něco do sebe. Nádech tajemství příběhů, které nám už nikdo neprozradí, protože na zadní straně fotky je napsán jen rok, neznámé místo a nicneříkající jméno. Byla by škoda, kdyby se z našich životů stal pouze nadpis: Gympl – Těšín 2026.

Důležité však je nestrávit všechen čas přemýšle-ním o starých časech, ale žít přítomností. Ano, snadno se to řekne, ale nestresovat se budoucností a nesnažit se měnit minulost není vůbec jed-noduché. Někdy nám ke spokojenosti stačí jen žít v daném okamžiku a tvořit příběhy, které se pro nás jednou stanou krásnou nostalgii.

Příjemné čtení přeje

Bety Dittrichová

Šéfredaktorka

Anketa

Co ve vás vyvolává nostalgii?

Nostalgii čas od času zažije téměř každý z nás. Stačí známá písnička, stará fotografie nebo cesta kolem míst, kde jsme prožili kus svého života. Mě například vždy přepadnou vzpomínky na přátele ze základní školy, kdykoli kolem ní procházím. Co ale vyvolává nostalgii u našich studentů a učitelů nejčastěji? Zeptali jsme se jich.

Adrian, 3.A

Gól Voženílka proti Spartě.

Eliška, 5.Q

Když si projíždím staré fotky, tak se cítím, jako kdybych na tom místě znovu byla. Je to hodně nostalgické.

Daneček, 4.KA

Fidget spinner, nebo další podobné staré hračky, které byly trendy, když jsem byl menší.

Mgr. M. Vlček

Nejsem nostalgický typ.

Maruška, 1.A

Prohlížení si starých rodinných alb.

Lukáš, 2.A

Když slyším nějakou písničku, kterou jsem třeba poslouchal jako menší, tak se mi vybaví ty vzpomínky.

Mgr. Bernatíková

Pohled na staré fotky, poslech hudby a někdy příchod do této školy.
(Protože jsem ji navštěvovala i jako student a teď jako vyučující.)

David, 4.KA

Vůně rozpáleného asfaltu, když v létě začne pršet.

Šimon, 3.TA

Vzpomínky na hraní si na hřišti s kamarády.

Elen, 1.PA

Pohádky, jejichž sledováním jsem kdysi hodně trávila čas.

Terežka, 8.OkA

Věci, které najdu během úklidu pokoje.

Praktikant Tomáš

Pohádky, jejichž sledováním jsem kdysi hodně trávil čas.

Mgr. Lisztwan

Vždycky když vejdu do kabinetu biologie a vidím ty staré vycpaniny.

Vojta, 3.A

Staré videohry, hry, filmy a hudba.

Mgr. Kudělová

Předdigitální doba.

Noemi, 1.A

Prohlížení si starých fotek a poslouchání písniček.

Miriam Mrozková, Kvinta A

Bolest srdce

Každý z nás už jistě zažil ten pocit, kdy se mu náhle vybaví vzpomínky na dávno zapomenuté události. Častým spouštěčem nostalgie může být vůně nebo místo, kde se právě nacházíme. Pocity smutku, melancholie a stesku jsou typickým projevem této emoce, která nás provází už po staletí.

Jako první tento jev popsal armádní lékař Johannes Hofer v roce 1688, kdy pluk švýcarských žoldáků začal kolabovat a lékaři si nevěděli rady. Vojáci trpěli dušností, psychickým vyčerpáním a nekontrolovatelným pláčem.

Doktor Hofer s každým z nich dlouze hovořil, a nakonec určil příčinu jejich stavu: stýskalo se jim po domově. Jediným lékem na tuto „nemoc“ bylo poslat vojáky zpět domů. Tehdy však byla nostalgie považována za čistě fyzický problém – takzvanou bolest srdce – a spojovala se především s odloučením od domova a rodné vlasti.

Postupem času se však význam této „bolesti srdce“ proměňoval. V 19. století byla migrace stále častější, lidé se více stěhovali, a přesto už změnu prostředí neprožívali s tak silným smutkem. Nostalgie začala být vnímána spíše jako touha po něčem dávno ztraceném.

Umělci ji vkládali do své tvorby, aby vyjádřili své smutky, touhy či žal. Pohled na nostalgii se postupně měnil – lidé ji začali chápat jako posílení duše, nikoli jen jako negativní, melancholickou emoci.

Proč ale nostalgii cítíme? Často se objevuje v období, kdy nám v životě chybí jistota, opora nebo něco, co jsme kdysi měli a ztratili. Nemusí však být pouze negativní, i když její doprovodné emoce bývají hořkosladké. Mnoho odborníků tvrdí, že nostalgie prospívá našemu sociálnímu životu – lidé se díky ní cítí více milováni a chráněni a mají větší schopnost udržovat kvalitní vztahy i rozvíjet sociální citění.

Nostalgie je důležitou součástí našeho života a bez ní bychom nebyli takoví, jací jsme. Pomáhá nám uvědomit si chyby z minulosti a vrací staré vzpomínky zpět do světla. Mnozí vynálezci či spisovatelé se inspirovali právě minulostí a čerpají ze svých vzpomínek na mládí.

Až se vám tedy přistě bude zdát, že se topíte ve smutku a nostalgii, vzpomeňte si, že i tato emoce může mít pozitivní stránku. Zkuste si své zážitky uchovávat nejen v paměti, ale také na papíře – v jakékoli podobě.

Magda Štefaňáková, Kvinta A



4
posts

2016
following

425
followers

Edit Profile

Zatímco se písničky Lush Life od Zary Larsson podařilo na začátku roku vyšplhat na vrcholy hudebních žebříčků a vyhledávání „2016“ na TikToku vzrostlo o 452%, celý internet nostalgicky vzpomíná na dobu fidget spinnerů, psího filtru a Pokémon Go – bez covidu, brainrotu, zahalenou do růžového filtru Rio de Janeiro. Nechme se unést vlnou nostalgie a ohlédněme se za realitou tehdejších dní.

Instagram v hlavní roli

„Do it for the gram“, nikoli TikTok – kdo neměl IG, jako by nebyl. Z běžných uživatelů se díky spolupracím stávali influenceři, kteří formovali vizuální identitu mladé generace. Sladěné pastelové feedy, vymazlené k dokonalosti, příběhy plné filtrů a hashtag #goodvibes zachycovaly selfie tyčí idylický sen každého teenagera.

V tanečním rytmu

Radiohead, Rihanna, David Bowie či Frank Ocean – jako by zůstali v roce 2016 a už celou dekádu nás nechávali mluvit o „hudebním suchu“. V rádiích a sluchátkách nejčastěji zněla skladba *One Dance* od Drakea, zatímco sociální sítě ovládla píseň *Panda*. Dominovaly žánry jako tropical pop, dancehall, R&B, EDM nebo trap – živé, odvážné a pestré, jako stvořené pro tanec. Mezi nejvýraznější umělce patřili The Chainsmokers, Beyoncé, Twenty One Pilots či znovuzrozený Justin Bieber.

“That girl” of 2016

Roztrhané skinny džíny, choker, bomber bunda, na nohou Vansky nebo tenisky FILA – a rázem z tebe byla módní ikona školy. Snem mnoha dívek bylo vypadat jako Gigi Hadid, Ariana Grande nebo Kylie Jenner v její éře „King Kylie“, typické výrazným líčením s matnými rty a hustým obočím, často doplněným odvážnou barvou vlasů, ideálně růžovou. „Millennial Pink“ ovládla přehlídková mola módních domů jako Chanel, Dior či Versace společně s boho střapci a semišem.

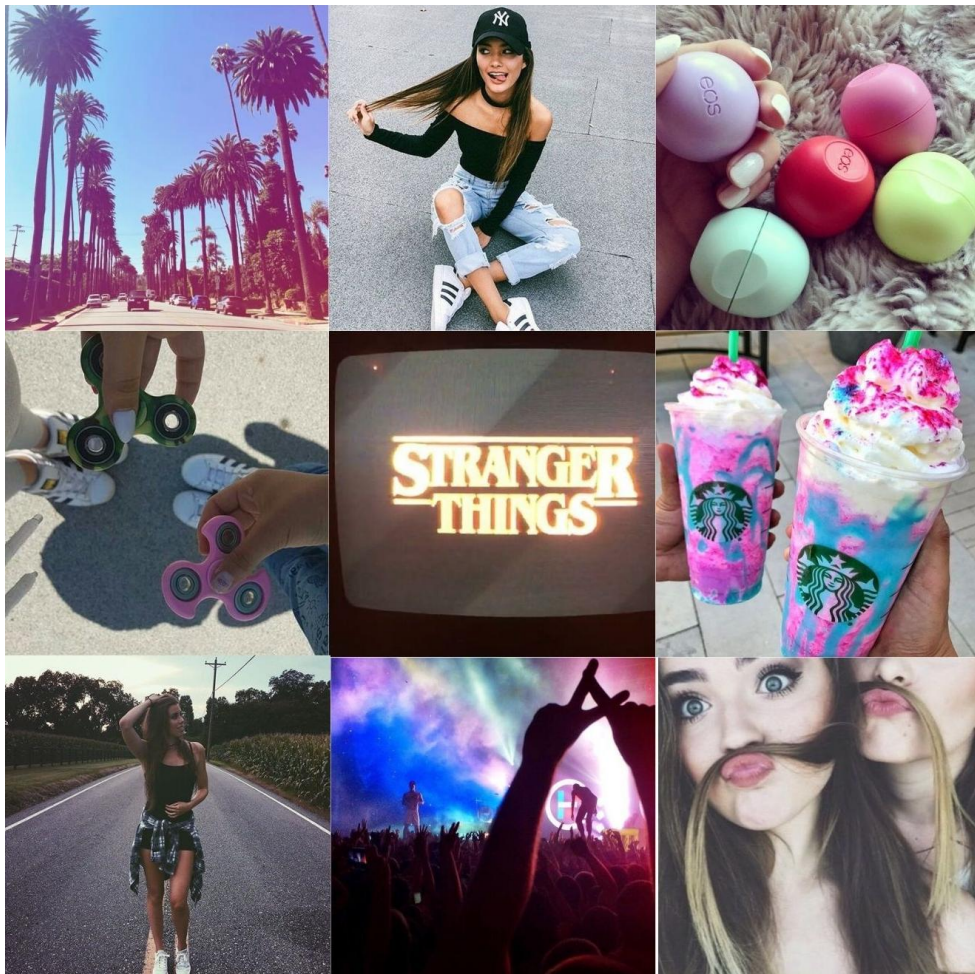
Let's have some fun!

Rok 2016 byl rokem zábavy a hravosti, mnohdy lehce infantilní, která měla přednost před elegancí. Nekonečný hon za Pokémony, masové vykupování Hatchimals, squishies a fidget spinnerů, vajíčkové balzámy EOS nebo Unicorn Frappuccino ze Starbucks – to bylo všechno, po čem jsme toužili. Třpytky a flitry? Ano, prosím. DIY videa a lifehacky? Na ty byl čas vždycky. The Duffer Brothers vyslali do světa první sérii průlomového seriálu Stranger Things, na němž – spolu s hlavními hrdiny – vyrostla naše generace.

Zpátky do roku 2026. Přestože jsme před deseti lety spáchali spoustu módních přešlapů, poslouchali písničky, nad nimiž dnes kroutíme hlavou, a fotili se v pózách tak bizarních, že z nich mrazí, byl to čas, kdy jsme se nebáli vyjádřit sami sebe a užívat si života.

Zkusme si proto vzít příklad z našeho mladšího já a odhodlat se být „bold and careless“. A nebojte – opravdu kvůli tomu nemusíte vytahovat ze skříně ty obepruté, nepohodlné skinny džíny.

Kinga Folwarczna, QA





Rozhovor se studentem

Vojtěch Habart

Vojtěch Habart, student 3. A, je známý především svými úspěchy v různých soutěžích a olympiádách. Věděli jste ale, že je také vášnivým sběratelem vinylových desek a talentovaným moderátorem? Přečtěte si rozhovor a poznejte Vojtu blíže.

Kterých soutěží se v rámci studia účastníš?

Primárně se věnuji dějepisné soutěži a dějepisné olympiádě. Zúčastnil jsem se také olympiády z českého jazyka, angličtiny a minulý rok i SOČ z fyziky.

Co tě přivedlo k účasti v těchto soutěžích?

Většinou to bylo tak, že mě daný předmět jednoduše bavil. Když mi učitel nabídl možnost zúčastnit se soutěže, rozhodl jsem se podle toho, zda mě to opravdu zajímá. Nabídek bylo víc, ale vybral jsem si ty, o kterých jsem mluvil.

Konkrétně do dějepisné soutěže mě oslovil pan učitel Labaj, který před rokem sestavoval nové družstvo. Zeptal se mě, jestli bych do toho šel spolu

s dalšími dvěma spolužáky. Sedli jsme si a rozhodli se, že do toho půjdeme společně.

Který ze svých úspěchů považuješ za největší?

Kromě dějepisné soutěže, kterou považuji za vrchol, jsem se v prvním ročníku proboujel do celostátního kola Olympiády z českého jazyka. Nebyl to úplně takový zážitek, jaký jsem si představoval, ale jsem na sebe hrdý, že jsem se tam dostal.

Nedávno ses s Tomášem Víchou (6. SxA) a Maxmilianem Riedlem (7. SpA) zúčastnil mezinárodního finále Dějepisné soutěže gymnázií České republiky a Slovenska, v němž jste vybojovali skvělé 7. místo. Jak probíhala příprava?

Pan učitel Labaj nám připravil obrovské množství materiálů a prezentací. S kluky jsme si témata rozdělili podle toho, co koho baví. Tomáš si vzal sport, Max film a já hudbu, která je mým velkým koníčkem.

Příprava spočívala především v intenzivním memorování. Měl jsem například vytištěno asi 1 500 portrétů osobností, které jsem se musel naučit poznávat podle tváře. K tomu hudební a vizuální ukázky, vlajky a další materiály. Snažili jsme se témata pokrýt co nejdříve a zároveň jít dostatečně do hloubky.

Jak zvládáš skloubit soutěže s běžným studiem?

Někdy je toho opravdu hodně, jindy naopak téměř nic nezameškám. Jsou předměty, kde si nemohu dovolit výpadek – například v chemii by mi vynechaná hodina mohla výrazně uškodit. Naopak předměty, ve kterých soutěžím, mám často lépe zvládnuté, takže jim nemusím věnovat tolik času. Snažím se všechno vyvažovat a zatím mi to docela vyhovuje.

Existuje historická postava, která tě zaujala nebo inspirovala?

Možná to bude znít překvapivě, ale s kluky nás zaujala postava libyjského diktátora Muammara Gaddafiho. Byl to velmi rozporuplný člověk, který měl podle mnoha zdrojů vliv na řadu světových událostí. Neberu si ho jako vzor – rozhodně to nebyl

dobry člověk – ale z historického hlediska je to mimořádně zajímavá osobnost. Patřil také mezi nejdéle vládnoucí nekrálovské vůdce moderní doby. Spíše než inspirace je to pro mě objekt studijního zájmu.

Jaké jsou tvoje další koníčky?

Hudba je pro mě zásadní. Sbíráám vinylové desky, což je asi můj největší koníček. Ve volném čase se občas věnuji malování nebo jiné tvořivé činnosti a čas od času vyrazím na hory. Nejvíce času však věnuji právě hudbě.



Jak ses dostal ke sbírání vinylů?

Upřímně ani nevím, kde se ten nápad vzal. Vždycky mě to lákalo, ale dlouho jsem neměl prostředky na gramofon, který představuje největší investici. Nakonec se ke mně jeden dostal náhodou od příbuzného, který se ho chtěl zbavit, a tím to všechno začalo.

Začal jsem navštěvovat burzy a různé akce, kde se desky prodávají. Postupně jsem zjistil, že důležitá je i komunita. Hudba funguje jako univerzální jazyk. Dokonce se mi stalo, že jsem se na lepší trhu v Těšíně domluvil s polským prodejcem jen díky společnému zájmu o hudbu, přestože polsky neumím.

Jaký je tvůj oblíbený hudební žánr?

Poslouchám opravdu široké spektrum hudby, takže je těžké vybrat jeden žánr. Nejčastěji je to asi progresivní rock a art rock, zejména 60. – 80. let 20. století. Mám rád také alternativu, industriální hudbu, hip-hop i klasickou hudbu. V podstatě mi nevádí žádný žánr.

Inspiruje tě někdo ze světa hudby?

V poslední době mě zaujal americký hudebník Michael Gira, zakladatel experimentální skupiny Swans v New Yorku. Obdivuji, s jakou intenzitou a oddaností k hudbě přistupuje. Jeho koncerty jsou fyzicky i psychicky náročné, skladby často trvají desítky minut a on je prožívá naplno. Právě tato oddanost a autenticita jsou pro mě inspirující.



Příští rok tě čeká maturita. Máš už představu, co dál?

Mám možnost studovat na Fakultě sociálních studií Masarykovy univerzity v Brně, kam bych mohl být díky úspěchu v dějepisné soutěži přijat bez přijímacích zkoušek. Nabízí se obory jako mezinárodní vztahy, soudobé dějiny nebo bezpečnostní studia, což mě velmi láká. Zvažuji také studium práv, případně studium v zahraničí. Každopádně je příjemné mít takto otevřené dveře.

Děkuji za rozhovor a přeji Vojtovi do budoucna mnoho dalších studijních i osobních úspěchů.

Eliška Stoláriková, Kvinta A

NÁVRAT FYZICKÝCH MÉDIÍ

Z definice jsou fyzická média hmotné nosiče informací, patří sem proto i časopis, který právě držíte v ruce. O tiskovinách však tento článek nebude – stejně jako o datových či síťových médiích. Fyzickými médii, která se dnes vracejí do módy, jsou především audio- a video nosiče.

Proč se tedy CD a vinylové desky znovu těší masové oblibě? Jde jen o další krátkodobý trend, nebo je za tím něco hlubšího? Odpověď je příznačně kombinací obojího. Ano, sbírání hudebních nosičů je do značné míry internetovým trendem. Zároveň má však překvapivě dlouhé trvání i rozsah a pramení ze skutečných problémů, které přinesl model streamovacích platforem.



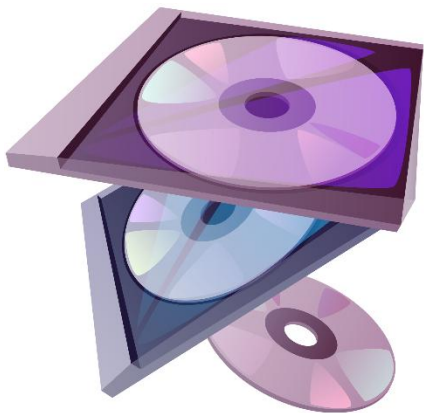
Podobná situace se týká i video nosičů. Pokud si platíte konkrétní platformu jen proto, abyste mohli poslouchat jednu oblíbenou skladbu nebo sledovat určitý film, nemáte jistotu, že její platforma nepřestane nabízet, nepřijde o autorská práva nebo jej jednoduše neodstraní z nabídky. Zdá se, že neexistuje způsob, jak dílo skutečně vlastnit... nebo ano?

Samozřejmě že existuje. Stejně jako mnoho dalších lidí dospěl i autor tohoto článku k závěru, že odpovědi na „streamovací krizi“ jsou – a zůstanou – fyzická média. Teprve poté se naplno rozvinul dlouhodobý internetový trend sbírání

vinylových desek, CD či DVD. Nechápejte mě špatně – lidé, jejichž koníčkem byl sběr fyzických médií, tu byli vždy. Nikdy však jejich počet nevzrostl tak výrazně jako po pandemii.

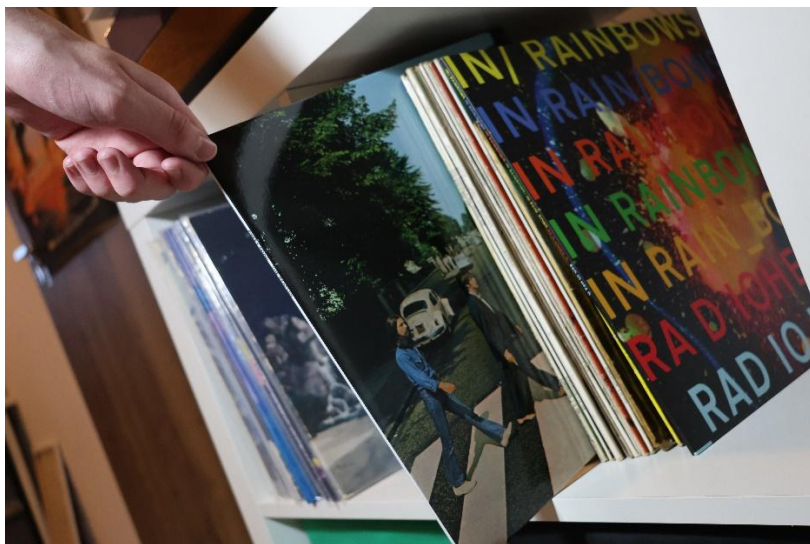
A tak se CD, která předchozí generace odložila, vracejí stejně jako vinylové desky odhozené generací ještě před ní.

Protože se ve volném čase věnuji sbírání obou těchto nosičů, rád bych přiblížil, jak tento koníček vnímám. Sbíráni desek a CD je překvapivě jednoduchý způsob, jak se seznámit s lidmi, kteří sdílejí stejnou vášně. Není nic snazšího než navázat rozhovor s prodejci na burzách nebo v obchodech specializovaných na fyzická média. Zároveň je to příležitost více ocenit umění, které máme v dnešní uspěchané době tendenci konzumovat rychleji než kdy dříve.



Nejsem z těch, kteří by tvrdili, že moderní způsob sledování filmů a poslechu hudby je špatný. Má své nesporné výhody, například snadnou dostupnost, a sám je rád využívám. Možnost vlastnit své oblíbené album nebo film – a vědět, že vám jej nikdo nemůže vzít – je však jedinečný a nenahraditelný pocit.

Vojtěch Habart, 3. A





*Některým lidem
je prostě souzeno
potkat se
ve stejném příběhu*

Začínáte být unavení z romantasy, dark romance a všech knižních trendů dnešní doby? V posledních letech jsou knihy plné romantických vztahů, které jsou více či méně vyhocené do extrémů. Ale co když to jde i jinak?

Knihy Jandy Nelson jsou také plné vztahů, avšak svým jedinečným stylem se od ostatních odlišují. Ve svých příbězích se autorka zaměřuje na rodinné a sourozenecké vztahy, jejichž uvěřitelnost vtáhne čtenáře do děje. Každý z nás si umí představit, jaké by to bylo, kdyby někdo z našich blízkých zemřel nebo měl nehodu, případně si dokáže vybavit všechny špatné pocity po hádkách či pocity životní křivdy. S tímto se potýkají hlavní hrdinové knih *Dám ti slunce* a *Když se svět převrátí*.

Dvojčata Jude a Noah jsou hlavními postavami románu *Dám ti slunce*. Jude ve svých třinácti zjistí, že je krásná, a snaží se udržet své postavení mezi vrstevníky. Noah se naopak snaží dostat na prestižní uměleckou školu a vyrovnává se se skutečností, že je gay. Po smrti jejich matky se však vše obrátí.





Z Jude se stane „šedá myška“, která chodí na Noahovu vysněnou školu, zatímco Noah se promění v lamače dívčích srdcí. Jejich sourozenecký vztah dostane tvrdou ránu, se kterou se ani jeden z nich nedokáže snadno vyrovnat. Co se vlastně stalo? A jak znovu navázat zdravý vztah se sourozencem, když máte pocit, že jste ho navždy ztratili?

Když se svět převrátí se odehrává ve sluncem zalité Kalifornii plné vinic. Setkáváme se zde se sourozeneckou trojicí – Wyntonem, Milesem a Dizzy. Přestože jsou sourozenci, každý z nich je naprosto odlišný. Sledujeme jejich chaotický život bez přítomnosti otce. Co se však stane, když se do jejich života vloudí „anděl“, dívka s duhovými vlasy? A co se změní, když se objeví dávno ztracený otec a na povrch začnou vyplouvat tajemství stará jako čas sám?

Knihy Jandy Nelson mě nikdy nezklamaly. Jsou neuvěřitelně chytlavé a nenechají vás vydechnout ani na minutku. Autorka jako by příběh vyprávěla z posledního dechu – jako kdyby jejím posláním bylo předat nám jeho podstatu. Jako by chtěla čtenáře pohladit na duši a možná je i přimět k zamyšlení, zda žijeme tak, jak bychom měli, nebo jak bychom skutečně chtěli.

Tereza Macurová, 3. A





ČICH JAKO STROJ ČASU



Když otevřu staré fotoalbum, vkročím například do budovy mateřské školy nebo se posledního června projdu školní chodbou, a v myslí mi neproběhnou jen obrazy vzpomínek! Celým tělem se rozezní komplexní pocity – jemné šimrání v žaludku, trnutí mimických svalů, nasládlá chuť na rtech nebo známá vůně, která mě nenápadně přivábí.

Najednou se neocítám v přítomnosti, ale v dávno minulé době. Vidím sebe v růžových šatech, jak postávám s plyšákem v náručí před školkou, babičku ve svatebních šatech či nové tváře, které se během roku staly důvěrně známými.

Naše tělo ani mysl sice nemají schopnost vracet se do minulosti, ale pocity, které při záchvěvech nostalgie prožíváme, rozhodně nejsou dílem náhody.

Hledání ztraceného času s čajem a madlenkou v ruce

Slyšeli jste někdy o Proustově efektu? Pokud ne, nevadí. Když slavný francouzský spisovatel Marcel Proust ve svém románu Hledání ztraceného času popisoval zvláštní pocity, které zažíval při namáčení madlenky v čaji a které ho vracely do minulosti, netušil, jaký význam bude mít jeho zkušenost o sto let později pro čtenáře i odborníky z oblasti neurovědy.

Podstatou tohoto jevu je moment překvapení a nevědomosti – stejně jako u Prousta. Vzpomínky se nám totiž nevybavují „jen tak“. Potřebují spouštěč, další faktor, který je probudí.

Čich obelhává rozum

Podívejme se nyní na spojení nostalgie a smyslových vjemů z vědeckého hlediska. Na rozdíl od chuti či zraku má čich přímé spojení s limbickým systémem, konkrétně s amygdalou (centrem emocí) a hipokampem (centrem paměti). Pachové informace tak nejsou nejprve „racionálně tříděny“, ale putují rovnou do emočního centra.

Výsledkem Proustova efektu může být silná emocionální intenzita – vzpomínky vyvolané vůní bývají mnohem výraznější než ty, které vyvolá pouhý pohled na fotografii.

Často jde o autobiografické vzpomínky, například návrat do dětství – k létu u babičky nebo k vůni čerstvě pečené buchty. Někdy dokonce vzniká pocit, že se daný okamžik znovu skutečně odehrává.

Pro emoce do čichového archivu

Přiznejme si – čichové vzpomínky jsou méně časté než ty vizuální. Možná právě proto si jich tolik vážíme a prožíváme je intenzivněji. Stačí malý podnět a okamžitě se před námi začne skládat atmosféra dávného okamžiku.

Vůně dezinfekce nás může přenést do nemocniční čekárny – místa naděje i napětí. Čerstvě posečená tráva připomene bezstarostná léta dětství. Štiplavá slanost moře může signalizovat návrat domů nebo začátek nové kapitoly.

Psychologové tvrdí, že čich je úzce spjat s implicitní pamětí – tedy s pamětí, která není plně vědomá a je ukrytá hluboko v našich emočních strukturách. Možná právě proto nás některé vůně dokážou rozrušit, aniž bychom věděli proč.

Proč si pamatujeme pach školkové šatny?

Výzkumy ukazují, že velká část našich vzpomínek pochází z období mezi pátým a desátým rokem života. Dětství je fází intenzivního učení a emocionálního formování. Mozek si tehdy vytváří mimořádně silná spojení mezi smyslovými podněty a emocemi.

Proto nám vůně domova, pracího prášku nebo školní třídy může přinášet pocit bezpečí – nebo naopak nejistoty. Je to, jako bychom otevřeli archiv, o němž jsme ani nevěděli, že existuje, a nahlédli do složky, kterou si pamatuje jen naše nevědomí.

Když k nám minulost začne promlouvat

Z filozofického hlediska je Proustův efekt výjimečný tím, že narušuje naši představu lineárního času. Minulost se nevrací jen jako vzdálená vzpomínka – vrací se jako živý prožitek. Na okamžik máme pocit, že některé události prožíváme znovu. A stejně intenzivně.

Možná nás čich učí jedině: že ať se stane cokoli, minulost zůstává naší součástí. A je jen na nás, jak se k ní postavíme a zda ji budeme ochotni přijmout.

Rozálie Otípková, Kvinta A

Playlist



podle Matěje Šimíka

Oasis – Morning glory

Tuto skladbu nejraději poslouchám při ranní cestě do školy. Její dravá energie mě vždycky spolehlivě nakopne do nového dne. Když se ozve ten ikonický úvod, hned se mi kráčí o něco lépe.



Jeff Buckley – Lover you should've come over

Tuhle věc si pouštím v podstatě pokaždé, když se potřebuji soustředit na učení. Buckleyho hlas a klidné tempo vytvářejí dokonalou kulisu, která mi pomáhá nevnímat okolní šum a v klidu se ponořit do učebnic.



John Mayer – Gravity

Prostě naprostý chill a pohoda. Je to moje nejoblíbenější skladba pro chvíle, kdy chci jen tak vypnout. Ta píseň má v sobě neuvěřitelnou hloubku, i když působí tak lehce a uvolněně.



Linkin Park – Somewhere I belong

Když přijde čas na úklid, v mých sluchátkách nesmí chybět tenhle kousek. Tahle skladba mi dodává rytmus a potřebnou dynamiku, takže mi práce jde mnohem rychleji od ruky. :) Je to přesně ta energie, kterou u nudných domácích prací potřebuji.



Avril Lavigne – I'm with you

Tuto písničku si pouštím při každé obyčejné procházce venku, hlavně když mám náladu trochu přemýšlet. Má v sobě zvláštní nostalgii a klid, který se skvěle hodí k pozorování okolního světa. Je to takový můj osobní soundtrack pro chvíle o samotě.



Jiří Kabát, Kvinta A

Rozhovor s rodilým mluvčím



Matt Ammendolia

Jaké to je opustit Kanadu kvůli lásce a začít nový život v Česku? Matt, rodilý mluvčí z Ontaria, otevřeně vypráví o své cestě přes oceán, kulturních rozdílech i radostech z rodičovství.

Jak se dnes máte?

Mám se dobře, ale už se těším domů za dětmi, které mi přinášejí velkou radost.

Co vás nejvíce překvapilo na rodičovství?

Nikdy předtím jsem si nedokázal představit, jak velkou lásku může člověk cítit k dítěti. Od té doby, co jsem se stal tátou – a nyní už dvojnásobným – se můj pohled naprosto změnil. Je to hlavně radost a zábava vidět děti šťastné.

Jak byste se popsal třemi slovy?

Rozhodně jako charismatický, chápavý a – pro odlehčení – vtipný.

Co vás přivedlo z Kanady do Česka?

Moje žena. Potkal jsem ji, když studovala v Kanadě, a přibližně po pěti měsících společného života jsem se rozhodl přestěhovat na druhou stranu světa.

Jaké byly vaše první dojmy z České republiky?

Byl jsem velmi nervózní. Přišlo mi, že na rozdíl od Kanady mají lidé

vážnější výraz. V Kanadě jsou lidé zvyklí si s vámi povídat, tady méně. Když jsem si ale zvykl, zjistil jsem, že lidé v Česku jsou možná i hodnější, jen to nedávají tolik najevo. Mile mě překvapilo také teplejší počasí. Když se na to podívám zpětně, přechod byl vlastně úplně klidný.

Je něco, co vám v Česku chybí?

Nejvíce mi chybí příroda, i když jsem zmínil, že mi zdejší počasí vyhovuje více. V místě, odkud pocházím, je mnoho nádherných jezer. Naopak z Česka bych do Kanady nic nepřidával – každá země má své kouzlo a obě se mi velmi líbí.



Dokážete si představit, že zůstanete v Česku natrvalo?

Ano, dokážu. Kanadu ale stále navštěvuji a navštěvovat budu. Dříve to bylo jednou ročně, ale s malými dětmi a s vysokými cenami letenek je to náročnější. Budeme se snažit jezdit alespoň jednou za dva roky.

Jakou radu byste dal studentům, kteří se chtějí odstěhovat do ciziny?

Jak se říká: „Just do it.“ Přesně to bych doporučil všem. Peníze budou, my nebudeme – a vždy existuje let zpátky.

Osamostatníte se, potkáte mnoho nových lidí a navštívíte spoustu krásných míst, která byste jinak neviděli.

Jaká místa stojí v Kanadě za návštěvy?

Je jich mnoho. Hranice Kanady a USA je plná přírodních parků, například Niagarské vodopády. Mimo Kanadu jsem



byl na mnoha místech ve Spojených státech – krásná je Florida i New York a určitě bych se chtěl podívat i do Kalifornie. Zajímavostí je, že my Kanadáné nepotřebujeme turistické vízum do USA, přestože jde o tak přísně střeženou zemi. Pro práci bychom ho ale potřebovali.

Jaké je vaše oblíbené kanadské a české jídlo?

Z kanadských jídel mám nejraději dezert „butter tart“ – košíček z těsta plněný směsí z másla, cukru a vajec. Z českých jídel jednoznačně poctivou svíčkovou.

Jaká je vaše vysněná destinace?

Vysněnou – a dnes už i navštívenou – destinací bylo Thajsko: Bangkok, ostrovy jako Phi Phi nebo Krabi. Moc se mi líbilo také v Itálii, kde jsem byl jak u moře, tak na horách. Momentálně je mou vysněnou destinací Japonsko.

Děkuji vám za zajímavý rozhovor plný nových informací

Eliška Bardoňová, Sexta A

KAŽDÝ MÁ SVŮJ MĚSÍC

Eliška Žylková

Jedna, dva, tři, ...
Tiché kroky slyším ve snech
a na tebe myslím ve dnech.
Myšlenky, co nedají mi spát,
na papír snažím se teď psát.

Lehčí zdá se mi bez tebe svět,
už ani nechci přemýšlet,
kolik šancí jsem tomu dávala.
Kolik nevyřčených věcí
mezi lidmi zůstává.

Říká se, že kde je konec,
něco začíná,
mě nebaví poslouchat tahle slova
ničivá, která berou lidem naději.

Byl jsi můj měsíc a já tvá hvězda.
Ty pro mě jediný a já jedna ze sta.

Byl jsi má Země a já tvůj vesmír.
Tak na mě pamatuj,
když v noci nespíš.

Byl jsi začátek i konec každé mé
stránky,
i když byly na nich většinou jen samé
hádky.

A prázdná místa,
která chtěla jsem, abys zaplnil.
Jen abys tu pro mě vždycky byl.

Teď končí s tebou i náš příběh,
já nechávám, ať kapitoly
dopíšem si hezky sami.
Oba budem šťastní jinde,
až zahojí se všechny rány.

Vzpomínky slábnou a ty s nimi,
odpouštím si všechny chyby,
jako odpouštěla jsem tobě,
můj milý.

Byl jsi můj měsíc a já tvá hvězda.
Ty pro mě jediný a já jedna ze sta.



Stopařův průvodce po nostalgii



Nepropadejte panice! V dnešní době existuje spousta levných, a hlavně originálních způsobů, jak si uchovat vzpomínky tak, aby se sociální sítě nestaly našim jediným archivem.

Základem všeho je dobrý foťák a album. Digitální fotoaparát můžete zdědit po rodičích nebo si ho koupit v bazaru. Povýšit se samozřejmě dá na analog, ale vyvolávání fotek bude o něco náročnější. Místo klasického alba si můžete vyrobit scrapbook, což je v podstatě vylepšený deník. Sbíráním různých ústřížků, jízdenek, účtenek či nálepek – zkrátka všeho, na co si vzpomenete – si vytvoříte koláž a slepením jednotlivých stránek vznikne kniha plná živých vzpomínek.

Pokud ale nemáte čas nebo se vám nechce trávit hodiny výrobou scrapbooku, ideální variantou je memory box. Princip je víceméně stejný – stačí sbírat drobnosti, ať už je to vstupenka z koncertu nebo účtenka z fast foodu, a jednoduše je ukládat do krabice. Ta může být úplně obyčejná, nebo si ji můžete nabarvit a ozdobit podle svého vkusu. Fantazii se meze nekladou!

Aktivnější variantou uchovávání vzpomínek jsou například vlastní hrací karty. Výroba balíčku sice zabere spoustu času, ale budete mít na celý život nespočet příběhů, které můžete vyprávět při obyčejném hraní her. Když na každou kartu nalepíte fotku a originálně ji ozdobíte, deskový večer získá úplně nový rozměr.

V létě se toho děje spousta – tábory, výlety do hor, oslavy narozenin, přespávačky nebo dovolené. Z cest do zahraničí si můžete přivést klasickou magnetku na lednici, ale možností je mnohem víc. Stačí dát do rámečku několik fotek, mapu navštíveného místa a jako pozadí použít hezkou látku. Zabere to jen pár minut a vaše stěna v obýváku se promění ve vzpomínkovou galerii.

Dalším způsobem, jak si ozvláštnit cestování, jsou pohlednice. Ty možná posílá vaše maminka všem svým známým, ale vlastně to není vůbec špatný nápad. Když si koupíte estetickou pohlednici s vintage nádechem a napíšete dopis sami sobě nebo svým kamarádům z letního dobrodružství, získá tento zvyk úplně nový rozměr.

Mým posledním tipem na zachycení slunečných prázdninových dní je natáčení videí. Ať už použijete starou kameru, nebo jen mobilní telefon, vznikne originální vzpomínka, která jen tak nezestárne. Video navíc můžete upravit a vytvořit z klidné dovolené třeba reality show nebo horor.

Na závěr stará dobrá klasika – deník. Je krásné vracet se ke starým zápisům a vnímat vlastní posun ve všech možných ohledech. Nejhezčí je, když si při čtení připomenete drobné momenty, na které jste už možná zapomněli, ale i po letech vám dokážou vykouzlit úsměv na tváři.



ZÁPISNÍK JEDNÉ LÁSKY

Film inspirovaný stejnojmennou knihou lze dnes považovat za snímek, který by měl každý alespoň jednou za život vidět. V době svého uvedení do kin byl považován za film, na který se lidé chodili dívat opakovaně, a ne pouze jednou. Také hlášky z tohoto snímku se staly velmi známými a často používanými.



Allie Hamilton (Rachel McAdams) a Noah Calhoun (Ryan Gosling) tvoří dvojici, o které film pojednává. Sleduje jejich životy ve dvou časových rovinách – jak v mládí, tak ve stáří.

Film začíná v domově důchodců, kde starší muž předčítá ze své knihy ženě, která trpí Alzheimerovou chorobou a ze svého mládí si nic nepamatuje.

Jak příběh v knize pokračuje, scéna se postupně mění a diváci se přenášejí do doby, kdy se tento milostný příběh odehrával.

Ocítáme se v roce 1940, kdy se Allie a Noah poprvé potkali na pouti. Allie však pochází z bohaté rodiny, zatímco Noah je součástí dělnické třídy. Kvůli jejich odlišným společenským postavením rodiče Allie rozhodně nesouhlasí s jejich vztahem a zakážou jí, aby se s Noahem nadále vídala.



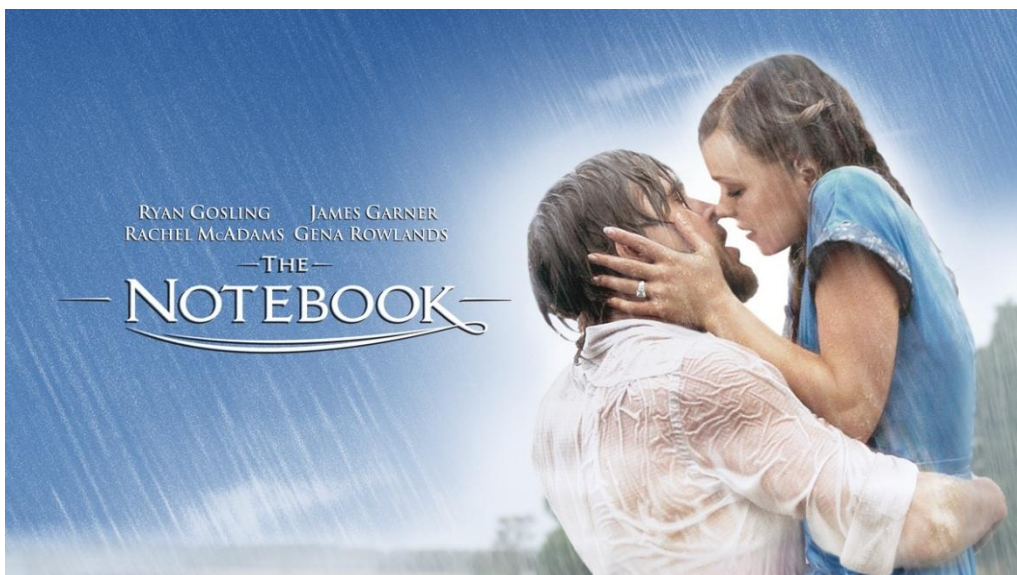
Jak plyne čas, každá z postav se vydává svou vlastní cestou, ale nikdy na sebe nezapomenou. Allie se nakonec zasnoubí s bohatým vojákem, kterého její rodiče plně schvalují. Mezitím se Noah stále utápí ve svých emocích, ale je odhodlaný opravit a obnovit starý dům tak, jak si to Allie kdysi přála. Fotografie opraveného domu se objeví v novinách a Allie si jí všimne těsně před svou svatbou.



Allie a Noah. Noah sepsal jejich příběh a nyní ho znovu vypráví Allie, která si ho však kvůli své nemoci nedokáže pamatovat.

Tento film v každém zanechá trochu jiné pocity. Na jedné straně je to krásný příběh o lásce dvou lidí, ale také o tom, kolik času ztratili, který mohli strávit spolu. Pro mě je to velmi podařený a důležitý snímek. Zajímavostí také je, že jde o oblíbený film populárního zpěváka Harryho Stylese.

Magda Štefaňáková, Kvinta A





Babičko, vyprávěj

Jednou z mých nejmilejších vzpomínek na dětství je čas strávený u babičky. S bratřenci a sestřenicí jsme si vždy pouštěli na gramofonové desce Hurvínka a stavěli ze starých dřevěných kostek po našich rodičích. Často jsme hráli deskové hry a jedna z nich spočívala právě ve vyprávění příběhů. Pomocí obrázků si hráči připomínali historky z minulosti a sdíleli je mezi sebou. Stejně jako já jsem si chtěla prostřednictvím vzpomínek přiblížit své dětství, poprosila jsem babičku, aby mi vyprávěla o tom svém. A tak tedy: „Babičko, jak to tenkrát bylo?“

Zahraniční dovolená, pláž

Moje maminka byla vdova a celý život toužila vidět moře. Šetřila, až si mohla dovolit dovolenou s Čedokem do Bulharska. Bylo mi asi šestnáct let a vydaly jsme se spolu do Zlatých písků.

Bydlely jsme v chatkách vysoko nad mořem a do kruhové restaurace na vrcholu kopce jsme chodily traverzem. Z terasy byl nádherný výhled na vlny a nekonečný horizont. Mamince se splnil sen. Jen já jsem měla malé trápení – když hrála hudba a chlapci si pro mě chodili, neuměla jsem ještě tancovat. Přesto to byla jedna z nejkrásnějších dovolených.

O mnoho let později jsem se do stejné oblasti vrátila s rodinou. Ve Varně se nedalo koupat, a tak jsme každý den jezdili autobusem opět na Zlaté písky. Dcera tehdy onemocněla a všichni radili, ať jí dáваме meloun. Jedla ho s chutí a uzdravila se – jen jsme museli bojovat s dotěrnými faraonskými mravenci, které přitahovala sladká šťáva. I to dnes patří k úsměvným vzpomínkám.

Tanec

V Opavě jsme chodívali na „Čaj o páté“. Dali jsme si sodovku, zatancovali si a kolem osmé byli zpátky doma. To už jsem měla po tanečních, takže mi bylo asi sedmnáct nebo osmnáct let.

Podobně jsme se scházeli s partou ze základní školy. Plavali jsme, bruslili nebo slavili narozeniny. Maminky připravily chlebičky a my jsme tancovali.

Dětství venku

Když jsem byla malá a bydleli jsme v Ostravě-Muglinově, chodilo se do školy do kopce směrem na Slezskou Ostravu. Nejlepší to bylo v zimě, kdy jsme po vyučování sjížděli kopec s ostatními dětmi na aktovkách.

Později jsme se přestěhovali do Opavy, do slepé ulice bez aut. Po domácích úkolech jsme zůstávali venku až do večera. V létě jsme chodili k řece Opavici, lehali si na hladinu a nechávali se unášet proudem. Nedaleko bylo jezero vzniklé po těžbě sádrovce – voda byla čistá a průzračná. Stačilo málo a měli jsme pocit dokonalého dobrodružství.

Víkendy na lyžích

Každý víkend jsme s maminkou jezdily do Frenštátu za stařenkou a staříčkem. Tehdy se ještě chodilo v sobotu do školy, takže když jsem se vrátila domů, popadly jsme lyže a vyrazily na vlak. Z Frenštátu jsme jely autobusem do Ráztoky na lanovku a vyjely na Pustevny lyžovat.

Víkendy mi však připadaly krátké. Po lyžování jsme rychle jely k prarodičům, převlékly se, spěchaly na vlak a vracely se domů. I když byl o víkendu jen jeden volný den, maminka ho dokázala využít velmi aktivně.

Moje babička je pro mě v mnoha ohledech velkou inspirací. Její vzpomínky na dětství a mládí nejsou možná nejdramatičtější ani nejdojemnější, ale jsou opravdové a plné nostalgie. A pro mě je nejcennější to, že mi je vypráví s láskou.

Bety Dittrichová, 3. A



ŠKOLNÍ FUTSALOVÁ LIGA MÍŘÍ DO FINÁLE

S pomalu blížícím se koncem školního roku se také začíná tvořit konečná tabulka naší futsalové ligy. O šampionovi už sice bylo rozhodnuto, o ostatních příčkách se však teprve určí, kdo je obsadí.

K 30. březnu měly všechny týmy odehráno alespoň šest utkání z celkových deseti. Konec dalšího ročníku už tedy klepe na dveře. Stejně jako loni se z titulu mistra Školní futsalové ligy bude radovat tým Galácticos, tedy oktávánů. Ti z osmi zápasů hned sedmkrát vyhráli a zaváhali pouze jednou, když prohráli se 3. A v poměru 2:6. Nic to však nemění na tom, že jim náskok sedmi bodů na obhajobu stačit bude.

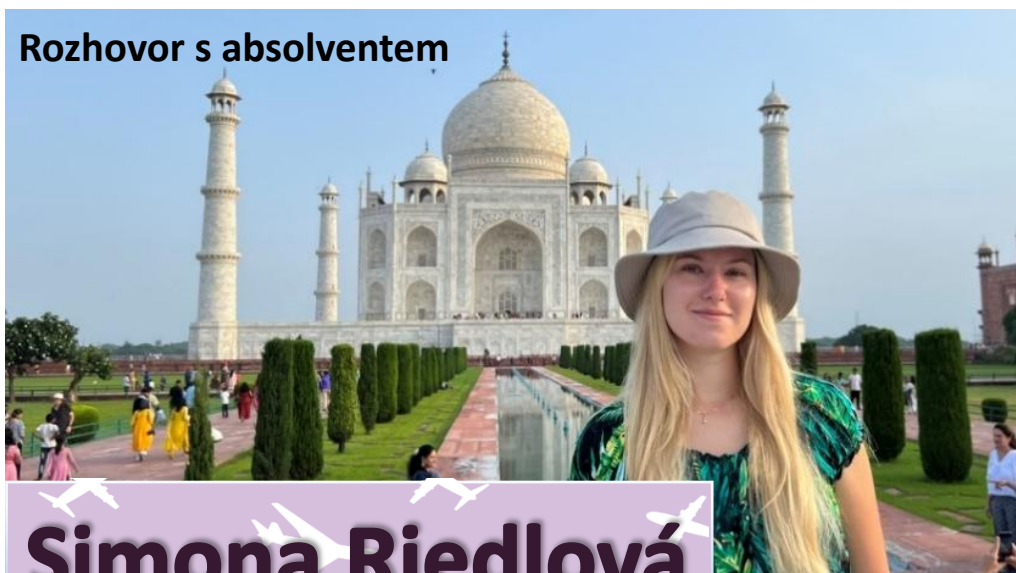
Navíc se mohou pyšnit také nejlepším útokem ligy, když nastříleli hned 35 gólů. Na druhém místě najdeme Panthers z kvinty, kteří drží pětibodový náskok. Za osm zápasů získali sedmnáct bodů a oproti loňsku by si tak mohli polepšit o jednu příčku. Bronzovou pozici mají v držení třetáci, kteří mají zápas k dobru a ještě mohou pomýšlet na stříbrnou příčku. Pouhé dva body od nich je tým složený ze studentů sexty a 2. A. Tyto celky se ještě proti sobě utkají jednou.



Nejméně zápasů mají odehráno poslední dva týmy, 4. A a kvarta. Zatímco čtvrtákům se již letos podařilo alespoň jednou vyhrát a remizovat, nejmladší účastníci školní ligy na své první body do tabulky ještě čekají.

Tomáš Vícha, Sexta A

Rozhovor s absolventem



Simona Riedlová

Absolventka gymnázia Simona Riedlová v rozhovoru popisuje své studium na Žilinské univerzitě i vášeň pro cestování, díky níž navštívila téměř tři desítky zemí. Sdílí zkušenosti z různých kultur, tipy pro low-cost cestování i silné zážitky, které jí pomohly lépe poznat sebe samu.

Kam vás po gymnáziu zavedly další studijní kroky?

Gymnázium jsem absolvovala v roce 2020. Teď dokončuji poslední ročník inženýrského studia na Žilinské univerzitě v Žilině, obor Ekonomika a management podniku. Podmínky studia mi na Slovensku vyhovují. Celou dobu studuji, na rozdíl od Česka, ve stejné skupině se stejnými lidmi, díky tomu jsme se vyhnuli klikací válce o rozvrh a bylo jednodušší najít si kamarády. Všichni vyučující jsou moc milí a ochotní.

Kromě vysokoškolského studia často a ráda cestujete. Která země vás nejvíce překvapila?

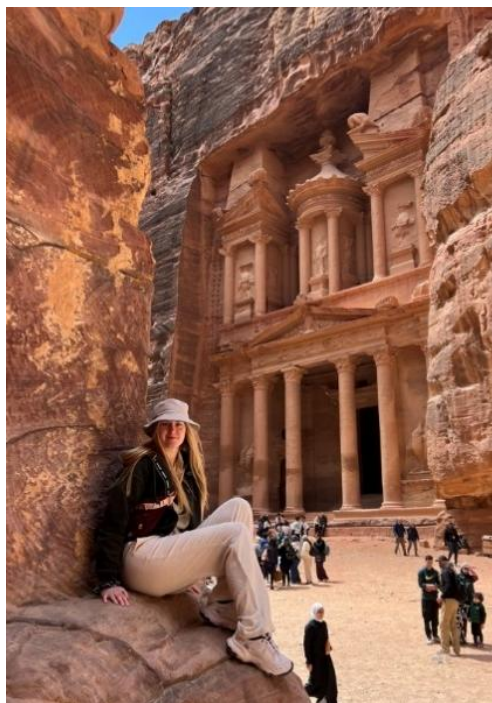
Navštívila jsem 29 zemí, nejčastěji se svým přítelem, který mě na „dráhu“ cestování vlastně navedl. Asi nedokážu říct, která země mě překvapila nejvíc. Každá země má něco do sebe, může vás naučit něco jiného a dodat vám jiný pohled na svět.

Co vás cestování naučilo o sobě samé? Pravděpodobně to, že jsem poměrně odolná a přizpůsobivá podmínkám.

Nedělám si hlavu z věcí, které by některé vykolejily, a beru věci tak, jak jsou. Cestování mi také pomohlo uvědomit si, jak moc nostalgický člověk jsem a jak často žiji ve vzpomínkách – například na jaře si vybavuji krásné jaro v Jerevanu nebo teplé dny v Antalyi...

Jaké kultury vás nejvíce oslovily?

Asi díky četbě knih a filmům mě zajímaly země Blízkého východu, kde je cítit historie na každém rohu. Lidé zde žijí v komunitách, pomáhají si a jsou více v souladu s přírodou. Nejvíce se mi líbilo v Jordánsku, ve skalních městě



Petra a v poušti Wadi Rum, kde dodnes žijí beduíni podle starých tradic kočovným životem.

Máte nějaké tipy pro někoho, kdo chce procestovat mnoho zemí, ale má omezený rozpočet?

Základem je flexibilita. Levné letenky se objevují náhodně – a kdo chce ušetřit, musí se přizpůsobit. Odlety brzy ráno, návraty v noci nebo méně atraktivní termíny jsou často výrazně levnější. Někdy to znamená jet do destinace, která nebyla původně v plánu – ale právě to často vede k nejlepším zážitkům. Důležité je také využívat nízkonákladové letecké společnosti, spát v hostelech nebo levných apartmánech, stravovat se v místních podnicích, fast foodech nebo si vařit a samozřejmě si našetřit během roku (brigády, práce o víkendech).

Kdybych měla doporučit země, určitě jsou vhodnou volbou státy na Balkánském poloostrově. Hlavní město Srbska, Bělehrad, vám nabídne pohled na brutalistické stavby minulého režimu, ale zároveň i krásné centrum a možnost koupání v Dunaji. V albánském hlavním městě Tiraně najdete krásné kavárny, park a mnoho historických míst; dominantou je bunkr ve skále s pěti patry. Kousek za městem jsou hory a na opačné straně moře. Krásnou zemí je také Severní Makedonie, kde můžete navštívit jezero Ohrid či hlavní město Skopje

s historickými památkami a zajímavou architekturou. V Sofii, hlavním městě Bulharska, jsou kousek od centra hory s nádhernou přírodou a krátkým vnitrostátním letem se dostanete do slunečné Varny u Černého moře. Všechny tyto země spojuje historie, kontrasty měst a přírody, milí lidé a výborné jídlo. Stejně tak i Kosovo, jehož hlavní město Priština nabízí mix kultur, historii i skvělou gastronomii. Řekla bych, že tyto země jsou ideální volbou pro low-cost cestovatele.

Kterou radu byste dala svému mladšímu já, než vyrazilo na první velkou cestu?

Asi se prostě nebát objevovat svět. Neváhat a nestrachovat se nad otázkami „co když...“. Prostě vyrazit a zkusit nové věci, i když neumíte jazyk.

Byla nějaká destinace, kde realita úplně předčila očekávání?

Nejvíce mi vyrazil dech Grand Canyon. Je to opravdu neskutečné dílo času a přírody. Člověk si tu připadá strašně malý. Kaňon je obrovský a hluboký, fotky ani videa ho nedokážou plně zachytit. Líbilo se mi, jak byl slyšet vítr proudící mezi skálami, které se po tisíce let utvářely. Vzpomněla jsem si na hodiny biologie a geologie, kdy jsme se učili o jednotlivých obdobích a vzniku vrstev hornin. Navštívili jsme také národní park s obrovskými sekvojemi. Red Rock Canyon nedaleko Las Vegas zase nabídl odlišné prostředí



včetně divoce žijících želv. V San Franciscu můžete vidět lachtany, tuleně nebo pelikány, v Miami jsme potkali nespočet druhů ještěrek a ptáků. Amerika má opravdu co nabídnout a doufám, že ji budu moci znovu prozkoumat.

Která země vám přišla kulturně nejvzdálenější?

Indie. Indům nedělá problém házet odpad na zem. I když jsou pro ně krásy posvátným zvířetem a volně se pohybují po městech, nikdo se o ně nestará a většina z nich živoří. Pobláznění

z posvátné řeky Gangy nikdy nepochopím. Navštívili jsme její břeh po dvou dnech vydatných dešťů, kdy se veškerá špína z ulic splavila přímo do řeky. Zároveň je zvykem na jejích březích pořádat kremace nebo nechávat těla unášet proudem. Přesto lidé do řeky vstupují, polévají se vodou a odnášejí si ji domů. Historická místa Indie jsou ale opravdu zajímavá a krásná.

Dostala jste se někdy do situace, kdy jste se opravdu bála?

Každá země má své dobré i špatné stránky, ale naštěstí jsme se se špatnými zkušenostmi setkali jen minimálně. Opravdu jsem se bála v Indii ve městě Jaipur, když jsme se snažili dostat do vlaku. Při jeho příjezdu se na nástupišti nahrnuly stovky lidí a měla jsem pocit, že mě dav strhne

s sebou. To bylo poprvé, kdy jsem se bála o svůj život. Nepříjemná byla také situace v autobuse v New Yorku, kdy za námi seděl velmi podezřelý muž.

Co vám dalo studium na gymnáziu? Postupně jsem si uvědomila, jak je vzdělání důležité. Nelze se zaměřit pouze na vybrané předměty, protože každý rozvíjí naše schopnosti jiným způsobem. Často si sice klademe otázku, proč se některé věci učíme, ale je důležité nenechat „zakrňt“ jiné oblasti, jen proto, že nás daný předmět nebaví. Stavím na základu, který mi gymnázium poskytlo. Zároveň je důležité nečekat, až nám někdo ukáže cestu, ale hledat si vlastní.

Adéla Capilová, Kvinta A



Beseda s Karin Lednickou

očiima moderátora Vojty Habarta

V úterý 10. února 2026 se na naší škole uskutečnila beseda se spisovatelkou, publicistkou a filantropkou Karin Lednickou. Setkání nabídlo nejen pohled do zákulisí její tvorby, ale také osobní zkušenost studenta, který se ujal role moderátora. Jak náročná byla příprava a jak na Vojtu známá autorka zapůsobila?

Dva týdny intenzivní přípravy

Vojtěch začal opravdu poctivě – během pouhých dvou týdnů přečetl všechny autorčiny knihy. „Byl to docela záhul, ale povedlo se,“ říká s úsměvem. Poté následovala samotná příprava otázek. K dispozici dostal prepis starší debaty z Havířova. Právě z ní pochopil, že autorka nestojí o obvyklé a stále se opakující otázky typu: Proč začala psát nebo jaké měla dětství.

Vojta se proto rozhodl jít více do hloubky – zaměřil se na konkrétní knihy a aktuální témata. Otázky si připravil tak, aby na sebe logicky navazovaly a rozhovor plynul bez zbytečných tematických skoků. Velký prostor věnoval například knize Životice, která ho osobně velmi zaujala.

Nervozita i úleva na pódiu

Před samotnou besedou měl Vojtěch možnost se s paní Lednickou krátce setkat. Neformální rozhovor mu dodal trochu klidu, i když – jak sám přiznává – nervozita nakonec stejně přišla.

„Byl jsem strašně nervózní. Upřímně si skoro nepamatuju, co říkala. Spíš jsem se snažil vybalancovat to, abych na pódiu neomdlel



a kladl smysluplné otázky,” popisuje s nadsázkou.

Autorka si však průběh besedy pochvalovala, což bylo pro moderátora velkou úlevou. Po oficiální části měl navíc možnost si s ní ještě osobně popovídat a zeptat se na věci, které ho zajímaly. Celou zkušenost proto hodnotí jako velmi přínosnou.

Osobní dojem z výrazné osobnosti

Na otázku, jak na něj spisovatelka působila, odpovídá jednoznačně: „Velice inteligentní osoba.“ Ocenil především to, že má názor téměř na všechno a nebojí se jej vyjádřit. Díky tomu se rozhovor nemusel vyhýbat žádným tématům.

Zároveň měl pocit, že ho během diskuse přirozeně zahrnula do konverzace, takže se necítil jako „páté kolo u vozu“. Vyzdvihuje také její silný vztah ke kraji, o němž píše a mluví s velkým zaujetím.

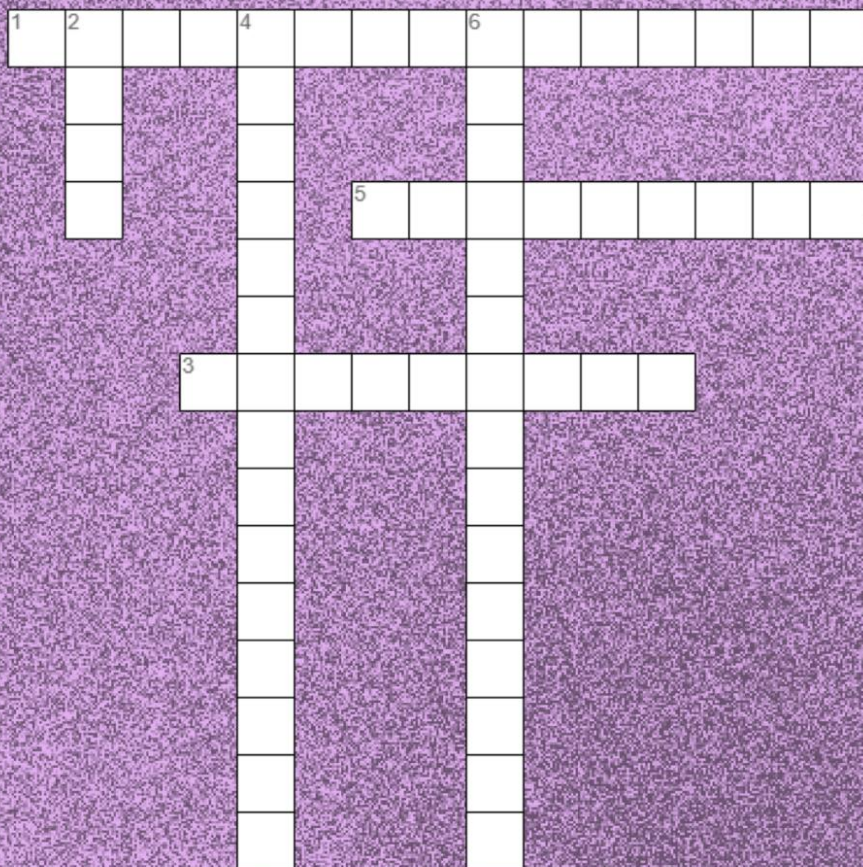
Zkušenost, která motivuje do budoucna

Pokud by šlo o podobné setkání s osobností, jejíž práce Vojtu alespoň v širším kontextu zajímá, do moderování by se pravděpodobně pustil znovu. Naopak téma, které je mu zcela vzdálené, by raději přenechal někomu jinému.

Beseda s Karin Lednickou tak nebyla pro studenty a vyučující jen literárním zážitkem, ale i cennou zkušeností pro Vojtu Habarta, který si vyzkoušel roli moderátora se vším, co k ní patří – s pečlivou přípravou, trémou i radostí z dobře odvedené práce.

Eliška Stoláriková, Kvinta A





Vodorovně

1. Architekt současné budovy gymnázia
3. Název robotického týmu GMCT
5. Hra roku 2016

Svisle

2. Kam se vydali žáci prvních ročníků?
4. Staň se spisovatelem se...
6. Styl současné budovy gymnázia



ZESTÁRLI JSME SPOLU

Oktáva A

Gymnázia Josefa Božka, Český Těšín

2018 - 2026



Mgr. Iva Dluhošová
Třídní učitelka



RNDr. Tomáš Hudec
Ředitel školy



Jana Mlýnská



Michaela Kozmanová



Anna Fialová



Vendula Hlaváčková



Samuel Adamčík



Jan Běhák



Mikuláš Jurek



Adam Fodor



Karolína Šimánková



Markéta Maršalová



Tereza Moravcová



Jakub Louda



Martin Hlaváč



Lukáš Hlaváčkovský



Ondřej Černoch



Jan Kouta



Erika Šupová



Anička Schránková



Lucie Strynská



Karolína Studová



Ondřej Lorek



Václav Perinálka



Ondřej Pláček



Tomáš Barta



Dita Váňanová



Markéta Těšlová



Květa Trávníčková



Barbora Sotálková



Daniel Rovanek



Jakub Štyrcík



Jozef Špinko



Jan Záhrobník



HODNĚ ŠTĚSTÍ LETOŠNÍM MATURANTŮM

Gymnázium Josefa Božka, Český Těšín

4. A 2022 - 2026

Hory nás vchovaly, gympl zocelil.



Mgr. Richard Moldrzyk
Třídní učitel



RNDr. Tomáš Hudec
Ředitel školy



Mája



Matěj



Adri



Lucka



Nikol



Yeva



Ondra



Market



Viki



Michal



Richard



Ema



Lucka



Miša



Verča



Kača



Daniel



Kája



Esťa



Aba



Adam



Lala



Pavel



Michal



Simča



Ema



Matěj



Klára



Simča



Kamča



Honza



Eiška