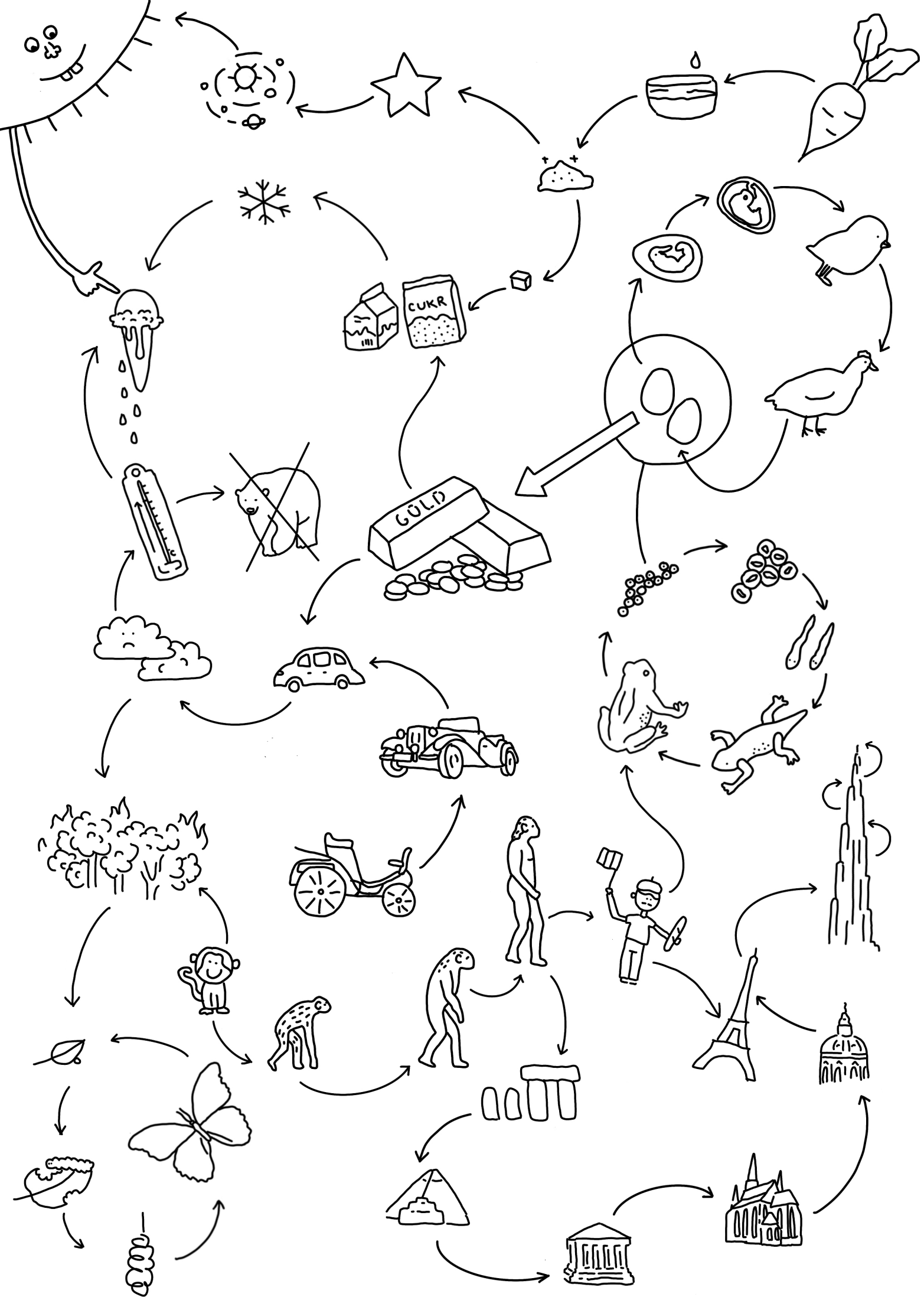




grafoman

tematické
vydání: změna





TEMATICKÉ VYDÁNÍ ZMĚNA

MAGAZÍN GRAFOMAN

- 4 **VLÁDCE NÁŠ, SLUNCE NAŠE PŘILÍŠ JASNÉ** JAKUB ŠIMEK
- 5 **SIRÉNY** SIMONA SMRŽOVÁ
- 6 **RECYKLACE** LENKA VOJTOVÁ
- 7 **VZHŮRU!** JAN LELEK & TOMÁŠ ČAPEK
- 8 **IDEÁLY KRÁSY** ELEN KREJČOVÁ
- 11 **ČASOZMĚNA** PETR HEČKO
- 13 **MUŽ, KTERÝ ZMĚNIL AMERIKU** LUKÁŠ ČAPEK
- 14 **BEZMEZNÝ VDĚK A POSLUŠNOST** MICHAELA MAYEROVÁ
- 16 **VZTAH ČLOVĚKA A KONĚ** ANDREA ŠEFČÍKOVA
- 18 **VIZE ROZBITÉ OSOBY** TOMÁŠ ČAPEK

ZMĚNA! Je tady, tam i jinde a s každou minutou uplyne v Africe šedesát sekund. Držet v ruce další tištěné vydání musí být velká změna i pro vás, milé čtenářstvo, a vím, co si asi říkáte: „Hmm, přišel nový šéfredaktor a hned nové vyd...“ a na to já Vám odpovím: „Víte, co mi můžete?“. Pomocť, tím, že se přidáte do redakce. Protože čím má redakce větší entuziasmus, tím má šéfredaktor menší sklony k eutanazii.

Tímto přeji nově zvoleným šéfredaktorům mnoho úspěchů. Možná jste si voleb ani nepovšimli, protože bílý kouř naší konkláve nevystoupal, o to více jste ale snad zaznamenali například novou nástěnku. Pamatujte si ovšem, že za každým úspěchem stojí zákulisní intriky šéfredaktora, se slzou v oku, bývalého.

Ale já balím šáteček a odcházím do emiritace odpočívat v pokoji, a než předám slovo následovníkům, rozloučil bych se slovy: „I have nothing to declare.“

Jakub Šimek, *bývalý šéfredaktor*

A teď, pokud dovolíte, pár slov i od nás. Ano, nás. Je to změna, ale proč ne? Nikde není napsáno, že musí být jeden šéfredaktor, tak jsme dva, přesněji, dvě. A také jsme to my dvě, kdo dal podnět ke vzniku tohoto tištěného vydání.

Pravdou je, že bychom to bez naší ohromné redakce a všudy-rýpavého a vždy nápomocného šéfredaktora v důchodu nezvládly. A také bychom rády upřesnily zrod tématu, protože ten také nepochází od nás, ale byl to jeden z Jakubových nápadů, nad kterým se přemýšlelo již před naším nástupem. Avšak Jakub tak dlouho váhal, až byly Vánoce na dosah ruky, proto Změna padla a na světlo vzešlo Vánoční vydání. Nám se tedy jen rozzářila žárovička nad hlavami a téma Změna jsme si nenápadně vypůjčily. Děkujeme.

Takže, pokud je toto Váš první střet s našimi jmény, chtěly bychom se Vám představit. Jsme Sabina Strbačková a Anežka Rodová, pod toto vydání se podepisujeme a přejeme Vám příjemné počtení.

Sabina Strbačková a Anežka Rodová,
šéfredaktorky

VLÁDCE NÁŠ, SLUNCE NAŠE PŘÍLIŠ JASNÉ

JAKUB ŠIMEK

Celý náš svět se utápí v problémech, kterých není zrovna málo. Mohou sahat od nicotných maličkostí, jako je válka a hlad, po závažné fenomény, jako je hlad po tom, co jsem si vyčistil zuby. Některé problémy zasahují a paralyzují celou společnost; vysoká cena papriky činí zeleninový salát luxusním zbožím a zbídačeným chudákům nezbyvá nic jiného než jako přílohu k lanýžům jíst kaviár. Tedy pokrm, kterým by už ve středověku pohrdl i ten nejchudší sultán.

Sultáni jsou celkově velmi obskurní lidé (až tak obskurní, že zbyli pouze dva), pro mnohé tudíž bude překvapení, že právě oni vlastnoručně můžou za globální oteplování. Kdekdo by namítl, že to způsobuje zvyšující se koncentrace skleníkových plynů, jako je oxid uhličitý a metan, v atmosféře, ovšem tento problém osobně řeším. Hlavním producentem metanu je totiž chov krav a jejich, jak se říká ve vědecké komunitě, prdíky. Rozhodl jsem se proto, že budu intenzivně jíst hovězí, čím snížím kravskou populaci, a zbavím ovzduší jedovatých plynů. K tomuto bohulibému životnímu stylu však sultáni nedospěli a zůstávají hrozbou pro naši planetu.

Každý si sultána představí jako lehce (velmi) obtlouklého pána s turbanem, ležícího na haldě polštářů a ovívaného palmovými listy. Právě poslední zmíněný znak je největším problémem. Velká poptávka po listech vede k palmovému nedostatku, tím pádem k nedostatku kokosů. Ten pocítujeme i u nás v Česku, kde se zvyšuje cena a snižuje nabídka tyčinek Margot, ne náhodou oblíbené pochutiny sultánů. Dále akutně chybí mléko, protože kokosové není a kravské jsem vypil k hovězímu.

Může se zdát, že řešení je nasnadě – vy-sázejme více stromů. Tak samozřejmě, ale v pouštním Ománu se nejedná o lehký úkol

a v Bruneji zase překáží prales. Neberte mě špatně, já jsem všemi deseti pro pálení pralesů, přeci jen když je málo palem, udělejme místo palem. Navíc čím více budou hořet, tím více bude oxidu uhličitého, a jak je známo, ten je právě ingrediencí pro výrobu kyslíku. A v pralese žijí pavouci. Nikdo nemá rád pavouky. Tolik výhod požárů, a přece se najdou lidé, kteří by je snad chtěli hasit. My do Afriky posíláme malůvky jezer a řek, aby domorodci vodu viděli alespoň na obrázku, a oni by ji ještě plýtvali na hašení. S nedostatkem vody by mohlo teoreticky pomoci tání ledovců, ale zase ti zpropadení sultáni, kteří z nich led kradou do svých koktejlů. Ale abych byl spravedlivý, když už mít nějakou plantáž, myslím, že palmy jsou dobrý nápad. Přeci jenom se stoupající teplotou budou ze všech kukuřičných polí zanedlouho pouze lány popcornu.

Tady vidíte, že změna klimatu má ve skutečnosti jasného viníka, a jsou dokonce dva. Profitují z rozšiřujících se pouští. Čím větší plochu zaberou, tím více si tam arabští šejci budou připadat jako doma a budou mít kde parkovat svá luxusní auta. Na prázdniny potom budou jezdit do vyhlášeného letního resortu v Helsinkách. Nesmíme na ně být ovšem příliš příkří – díky turbanům alespoň nepoužívají hřebeny.



SIRÉNY

SIMONA SMRŽOVÁ

Bylo 23. února. Šla jsem spát. Bylo ticho. Naposledy.

Druhého dne ráno se mi do uší zabodl ostrý, neodbytný zvuk vycházející odnikud a odevšad. Naháněl mi husí kůži a vybízel tělo k okamžitému úniku od zdroje toho rámusu. Měla jsem pocit, že se moje hlava každou chvíli roztříští. Zacpávala jsem si uši, ale nebylo to nic platné.

Když jsem již pátým dnem sbíhala schody do krytu, brala jsem je po dvou. Uvědomila jsem si, že více než před bombovým nebezpečím utíkám před oním zvukem, který se mi zavrtával do ušních bubínek, jako by se po něm už nikdy neměly vrátit do původní polohy.

Jsou jako paměťová pěna. Milá paní v televizi vám řekne, že po uvolnění tlaku se obnoví její prvotní podoba. Opakované namáhání však zanechává prohlubně. Ve sklepech, zákopech, na duších...

Uběhlo pár týdnů a já jsem se procházela ulicemi. Prohlížela jsem si trosky zničených

domů. Byla mezi nimi i nemocnice. Přestože svět kolem vypadal hrozivě a bezútěšně, lidé jdoucí naproti mně po ulici se smáli. Jako doprovod k jejich smíchu se rozléhal letecký poplach. Kolemjdoucí jako by ho ani neslyšeli.

Jsme zajímavý druh. Přizpůsobivý. Člověk si nakonec zvykne úplně na všechno.

Kousek opodál se mladá podnikatelka snažila znovu otevřít svou kavárnu. Lidé se tam přišli setkat s přáteli po dlouhém skrývání ve sklepech. Všichni se snažili alespoň trochu přiblížit normálnímu životu. Nebyli zlomení. Spíše změnění.

I já jsem se změnila. Začala jsem ten zvuk brát jako součást svého života. Už jsem nebořila hlavu do polštáře s vidinou toho nádherného ticha. Těšila jsem se, až odejdu do říše snů.

Bylo 4. června. Šla jsem spát. Kvílely sirény. Pro mé uši naposledy.



RECYKLACE

LENKA VOJTOVÁ

Když se řekne recyklace odpadu, většina lidí by si nejspíš představila hromady plastu na skládkách, všem známý zelený trojúhelník složený ze šipek, nebo dokonce i hotový již zrecyklovaný výrobek. V dnešní době se řeší hlavně zpracování nadměrného množství plastového odpadu, ať už se jedná o sáčky, PET lahve či kelímky, jenž plavou v řekách a mořích, nebo obaly, třeba od jídla a plechovky, které se jen tak povalují v lese a na stráních. Opětovně se využívá i papír, avšak toho je naopak málo a zároveň je stále potřeba.

Z nutnosti recyklovali už lidé v pravěku, i když se může zdát, že využití přebytečného je pouze moderní záležitost. Znovu používali například kosti na výrobu nástrojů každodenní potřeby či ozdob nebo kůže na výrobu oděvů. Uměli kompletně vše využít a bylo to pro ně automatické a zcela normální. Dále pokračovali v době bronzové a v antice, kdy je k opakovanému užití bronzu, stříbra, mědi a skla dotlačila i hodnota znovu získaného produktu. První skládky, kvůli vzrůstu populace, vznikaly za městy starověkého Říma a Řecka. Ale první tehdejší kontejnery přišly až v roce 1884, kdy bylo v Paříži vydáno prohlášení o tom, do jakých nádob se odpad bude vyhazovat.

Ve 21. století, kdy je v moři více odpadu než ryb a v lese vidíte více různého smetí než hub, se především řeší, jak se co nejefektivněji vypořádat s přebytečným odpadem, většinou plastovým, který zaplavuje naši planetu. Některé pokrokové země zejména patřící do Evropské unie, již vydaly nařízení, prohlášení nebo zákony zakazující výrobu a používání nejrůznějších plastových předmětů, které naši planetu zatěžují

nejvíce. Jednorázové plastové příbory, kelímky, sáčky, vatové tyčinky, míchátko do kafe a další podobné výrobky nahradily ekologičtější variantou, která je třeba ze dřeva, kovu, skla nebo již ze zrecyklovaného papíru či plastu.

Naše republika byla jednou z mála opozdílů a zákaz jednorázových plastů vydala až v roce 2022. Avšak někteří podnikatelé, kteří měli všudypřítomného plastu už po krk, začali již dříve. A tak vznikly prodejny, kde si do svých látkových sáčků, krabiček nebo zavařovaček navážíte, kolik chcete mouky, luštěnin, ořechů nebo zeleniny či ovoce. Také zde můžete pořídit kosmetiku nebo drogerii, kdy si například prací prostředek odlijete do láhve, kterou si přinesete z domova. Mnoho takových obchodů však s příchodem covidu zaniklo, protože si lidé začali více potravin sami doma připravovat, začali dbát více na hygienu a majitelé se museli potýkat s vysokými cenami za biopotraviny, které odebírali přímo od zemědělců.

Covid zanechal velké rány i na recyklaci takovým způsobem, kterému se lidé bohužel nemohli vyhnout. Po dobu pandemie, kdy jsme vyměňovali jednorázové roušky a rukavice velmi často a v nemocnicích se využívalo o mnoho více ochranných prostředků, šla recyklace stranou. Množství plastového odpadu mnohonásobně rostlo a zrecykloval se jen zlomek.

Abychom pomohli naší planetě je zapotřebí snižovat, nejlépe neprodukovat žádný odpad, a ten, který vyprodukujeme stoprocentně zrecyklovat. Víím, že to je v současné době nereálné, ale alespoň bychom se o to měli všichni snažit.

BÁSEŇ

VZHŮRU!

JAN LELEK & TOMÁŠ ČAPEK

Tolik let bili jsme o mříže
Jak Neruda před léty psal
Hrouda nám nohy již nevíže
Však naše zraky hledíce v dál
Hledíce vzhůru k mocnému pokroku

Hvězdy jsme dobyli
Nerudo, proroku
Pod stromem opili
Společně v čase

V té chvíli budoucí
Kocka jak prase

My přijdem, Matičko
Sic jsme tě zklamali
Je nás tu mnoho
A jsme z toho zoufalí

Blesk k myšlenkám jsme spřáhli
Parou svět již necválá
Na dno jsme si sáhli
Štěstěna se usmála

Ach!
Spalovací motore
Duše moje plane
Vyrážíme na pole
Brazdy rozorané

Ve čtyřdobém rytmu
Žene se náš svět
Najednou procitnu
Nechci již dál jet

Tento vesmír vzdálený
Vesmír cizích proudů
Cigaretou spálený
V tomto jsoucnu pojdu

Já už ten svět nezažiji
Vy však hled'te výš
Svoji mříži nerozbiji
Překonejte tíž!



„Dílo stvořeno na setkání, které si tento svět nezasloužil, ale které potřeboval.“

IDEÁLY KRÁSY

ELEN KREJČOVÁ

Vnímání ženské krásy se liší nejen podle kultury, ale také podle doby, v níž se nacházíme. Krása je subjektivní pojem a její ideál se neustále mění. Jak byla tedy krása vnímána dříve?

Pravěk

Prvním nám známým symbolem ženské krásy byla keramická soška Venuše ze starší doby kamenné. Ženský ideál byl spojován s mateřskými rysy, kdy postava ženy s velkými nadry a mohutnými boky symbolizovala především plodnost a schopnost rodit děti. Sošky neměly tolik propracovaný obličej, lidem v pravěku nezáleželo na tom, zda má žena hezké oči a plné rty. Důležité bylo zdravé tělo pro přežití a pokračování rodu.

Starověký Egypt

Za ideál krásy ve starověkém Egyptě byla považována královna Kleopatra. Pro ženy byla typická úzká ramena, dlouhý krk, štíhlá postava a symetrická tvář.

Zde měly ženy větší práva než ve většině ostatních společností dob minulých. Zároveň byly podporovány ve své kráse a nezávislosti. U žen z bohatších vrstev se k přednostem přidávala ještě zlatavá pleť, která ukazovala, že ženy tráví čas doma, místo práce venku na slunci.

I muži nosili velmi výrazné líčení, především silné černé oční linky. Populární byly dlouhé vlasy, které si zaplétali do drobných copánků.

Starověké Řecko

Pro starověké Řecko byla fyzická krása stejně důležitá jako ta duševní. Jejich smýšlení to ovlivňovalo natolik, že půvabný člověk byl automaticky brán jako ctnostný, zatímco člověk, který byl ošklivý či měl nesouměrný obličej, byl pokládán za zlého. Nazývá se to „kalokagathie“.

Řekům se na dámách líbilo srostlé obočí, baculatější postava, světlá pleť, dlouhé lesklé vlasy a samozřejmě symetrický obličej. Ženy se snažily podobat se bohyním. Pythagoras dokonce dospěl tak daleko, že vytvořil jakýsi vzorec, kterým se dala krása vypočítat.

Řekové se ale spíše zaměřovali na krásu mužskou. Vysportované, zdravé tělo bylo ideálem mužské krásy. Mladí muži byli vyzýváni, aby soutěžili a prokázali svou fyzickou zdatnost.

Starověký řecký dramatik Aristofanes napsal, že ideálními rysy u mužů jsou „lesklá hrud', světlá kůže, široká ramena, malý jazyk, silné hýždě a malý penis“. Velké přirození bylo považováno za vulgární a za znak hlouposti, zatímco malé, ochablé přirození představovalo sebeovládání a dobré mravy. Z tohoto důvodu je mnoho mužských soch zobrazeno nahých. Ukazuje to jejich charakter.

Gotika

Toto období velmi ovlivnilo křesťanství. Po celý středověk byla vnímána především „duchovní krása“ člověka. Ženské tělo nebylo považováno za krásné, ale za hříšné. Krásnými ženami byly pouze svěťce, a to pro svou krásnou a čistou duši. V této době bylo nepřístupné, aby ženy nějakým způsobem dávaly najevo, že pečují o svůj zevněšek. Hitem této doby byly rysy Panny Marie, která byla vyobrazena jako štíhlá žena s protáhlou postavou a bledou pleť. Ženy v této době činily vše pro to, aby jejich pleť byla bělostná a rty rudé. Pro splnění cíle si na tváře nanášely olovnatou bělobu (o škodlivosti oliva se tehdy ještě nevědělo). Na takový make-up církev nemohla nic namítat. Čím byl muž vychrtlější, zrostlejší a špinavější, tím více se jeho duše přibližovala k Bohu.

Renesance a baroko

Ženská krása vystoupila z pozadí, a to díky částečnému návratu antických ideálů. Kulturní standardy se šířily z Itálie po celé Evropě. Důraz byl kladen na svalnatá těla mužů. U žen byly v módě kypré tvary, tedy zaoblené boky a velká prsa, která znamenala dobré zdraví, což je velkým opakem viktoriánské Anglie. Renesanční ženy by dnes byly označeny za boubelky, či dokonce za tlusté, ale ve své době byly vrcholem sexuální přitažlivosti.

Oblíbené byly blond vlasy spletené do copánků a vyčesané nahoru, aby bylo odhaleno čelo, které mělo být široké a vysoké. Tmavovlasé dívky se musely pro světlou barvu vlasů složitě odbarvovat šafránem, barvivy z cibulových slupek, kamencem, sírou a sodou.

Za krásnou se tehdy považovala bílá pleť s výrazným líčením a rudými rty. Jak nevinně tento trend vypadá, že? Bohužel, ženy byly schopné udělat ledacos pro svůj vysněný vzhled. Pro smyslnější pohled si kapaly do očí jedovaté kapky. Pro bledou pleť si k uším a tvářím přikládaly pijavice, aby jim odčerpaly krev z obličejce, nebo si nanášely na pleť vaječné bílky s octem.

V baroku stále převažoval renesanční ideál krásy, akorát se stal ještě kypřejším. Štíhlost odstupovala na vedlejší kolej. Ženy s nadměrným množstvím podkožního tuku byly v této době žádané a přitažlivé, protože to bylo považováno za známku dobrého zdraví a bohatství.

Devatenácté století

Lidé takzvaného evropského století velmi pohrdali make-upem, ale jasné tváře a světlé rty byly žádoucí. Vše muselo vypadat přirozeně, až na postavu. Cílem byla silueta přesýpacích hodin s velmi širokými rameny. Pas měl být ideálně do padesáti pěti centimetrů, k čemuž napomáhaly korzety.

Za zmínku stojí viktoriánská Anglie, kde stejně jako v dalších zemích byla světlá pleť atraktivním rysem ženské krásy. Bohužel se krása (opět) stává velmi „nezdravou“. Bledé kůže ženy dosahovaly pomocí jedovatých bylin a amoniaku. Také byly schopné užívat

tříkrát denně speciálně vyčištěnou tlučenou křidu nebo velké množství neředěné citrónové šťávy. Pro odstraňování pih používaly roztok arsenu. Extravagantní účesy se neobešly bez kulmy. Ta tenkrát připomínala kovové kleště, které se nechávaly nažhavit v otevřeném ohni. Pokud se přiložily k vlasům příliš rychle, vlasy se spálily. Zároveň vkládaly ženy víru do amoniaku, kterým si vlasy myly. Údajně pak byly vlasy krásné a rychle rostly.

Nastává obrat, kdy se krása žene do mnohem větších extrémů. Ani nejde o to, jak ženy vysněného vzhledu dosahují, ale jak se to na nich začíná podepisovat. Ženy z vyšší společnosti vypadají spíše nemocně. Mrtvolně bílá pleť, vystouplé kosti a extrémně tenký pas byly považovány za nezbytnost. Další znaky ideální krásy žen v této době byly ladné pohyby, tichý smích a tajemný pohled.

20. léta

Oblíbené byly ženy, které měly mužskou postavu a nosily podprsenky, které zplošťovaly jejich prsa.

50. léta

Doba je značně ovlivněna Hollywoodem, především hvězdou Marilyn Monroe, která se s mírami 91-56-81 stala vzorem pro mnoho žen. Po její éře se v modelingovém světě i mezi veřejností zapsalo trojčíslí 90-60-90. Ženy se začínají opět více věnovat svému vzhledu.

60. léta

V 60. letech byla hubenost žen žádoucí. Na londýnské scéně se objevují první „waifs“, což v překladu znamená žebráček, chudinka. V nově se rozvíjejícím modelingovém průmyslu byly takto popisovány velmi hubené modelky. První supermodelka Lesley Hornby, která se proslavila jako Twiggy, je typickou představitelkou této vlny. S výškou 168 centimetrů a necelými 44 kilogramy se stává vzorem mnoha žen.

70. a 80. léta

Trend z 60. let stále frčí a k ideálnímu vzhledu nám už údajně mohou pomoci

prášky na hubnutí. Mnohé z nich obsahovaly nebezpečné amfetaminy, které potlačovaly chuť k jídlu.

V 80. letech se prosadil ideál štíhlého, svalnatějšího těla, došlo tedy k propagování fitness.

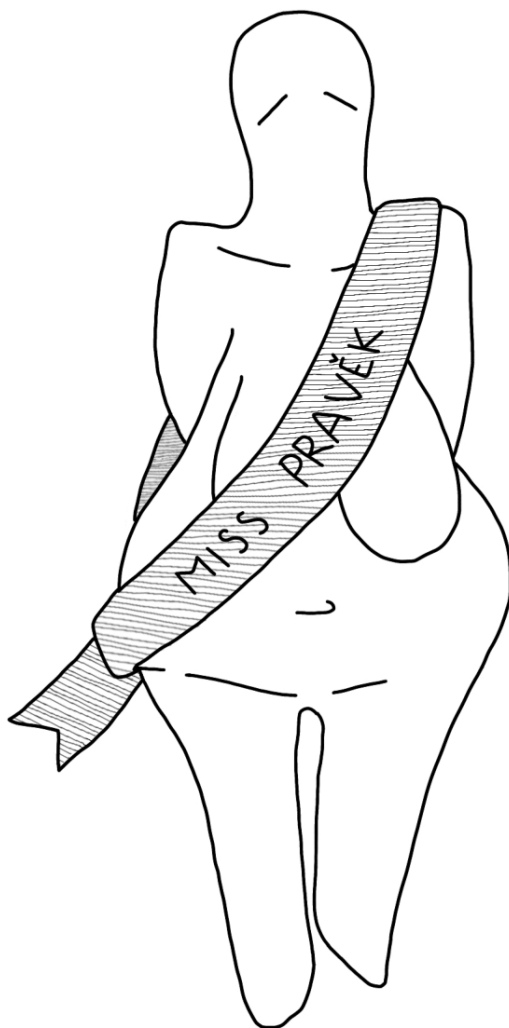
90. léta

Za přitažlivou se považovala dívka, která byla drobná, štíhlá a skvěle ovládala kočičí chůzi. Žádné poprsí, útlé boky a dlouhé

vlasý padající do obličeje. Jako příklad můžeme uvést Kate Moss.

Současnost

Ať už je dnešní ideál krásy jakýkoliv, stejně záleží na mužích a jejich vkusu. Někdo má rád ženy „krev a mlíko“, jiný hledá štíhlé, někomu se líbí dlouhé nohy, další preferuje třeba krásný úsměv a tuk na břiše považuje za malichernost. Ať se to vezme, jak chce, nejdůležitější je stejně zdraví a láska. Nebo ne?



ČASOZMĚNA

PETR HEČKO

Každé jaro máme jeden den o hodinu kratší a každý podzim zase o hodinu delší. To je pravidelná změna času, kterou všichni známe a pocítujeme.

Vždy tomu tak nebylo. Původní, středoevropský čas, který po staletí používali naši předci, je ten, který dnes známe jako zimní. Letní čas, kterému na našich hodinách pravidelně přidáváme šedesát minut, je uměle vytvořený. Proč jsme tedy začali se střídáním času?

Hlavním důvodem je od začátku úspora peněz. Již roku 1784 americký státník a diplomat Benjamin Franklin, který tou dobou působil jako velvyslanec v Paříži, spočítal, že posunem času v létě o hodinu dopředu by Pařížané ušetřili na svíčkách až 200 milionů dnešních amerických dolarů.

Myšlenky zavedení střídání času se znovu objevily koncem 19. století, kdy entomolog George Hudson z Nového Zélandu navrhoval, aby byly každý podzim hodiny posunuty o dvě hodiny dopředu a na jaře naopak o dvě hodiny dozadu. Díky tomu by totiž získal déletrvajícím denním světlem a mohl se déle věnovat sběru hmyzu.

Ale prvním státem, který celoplošně zavedl změnu času, bylo 30. dubna 1916 Německo. Za první světové války totiž rapidně vzrostly ceny elektrické energie a Němci tímto krokem zkrátily denní dobu, kdy bylo třeba elektřinou svítit, a tím výrazně ušetřili. Po vzoru Německa následně pokračovaly i další evropské země, mezi nimi i Rakousko-Uhersko, jehož součástí jsme byli i my. V Čechách tedy proběhla první změna času 1. května 1916.

Tento systém byl ale po skončení války zrušen a Evropa se vrátila v meziválečném období k původnímu času.

Změna nastala znovu po vypuknutí druhé světové války, opět v reakci na rostoucí ceny elektřiny. Na konci války však

bylo střídání času opět zrušeno a až v 70. letech se začal tento systém opět plošně vracet do evropských států. Od roku 1996 se čas v celé Evropské unii mění synchronizovaně.

Změna času dnes

V dnešní době ztrácí změna času význam. Většinu elektrické energie spotřebujeme na topení a domácí spotřebiče místo na svícení, jak tomu bylo u našich předků. Uspořená suma za elektřinu z hodiny denního světla navíc je tedy opravdu minimální. Některé studie dokonce uvádějí, že rozhození denního režimu lidí stojí v konečném důsledku více, než se ušetří na svícení.

Evropská unie si nesmyslnost střídání času také uvědomuje. Již před lety vznikla iniciativa nazvaná „Pouze jeden čas“, která se snažila prosadit zrušení tohoto systému. Problémem ale bylo, že členské státy se nemohly dohodnout, který čas si v EU ponecháme, zda letní nebo zimní. Evropská komise nakonec navrhla zrušení střídání standardního a letního času do roku 2019 s tím, že státy si sami zvolí, jaký čas si ponechají. V březnu 2019 bylo rozhodnuto, že poslední změna času proběhne v roce 2021. Covid však tyto plány přerušil, takže jediné, co dnes víme jistě je, že do roku 2026 se čas měnit nepřestane.

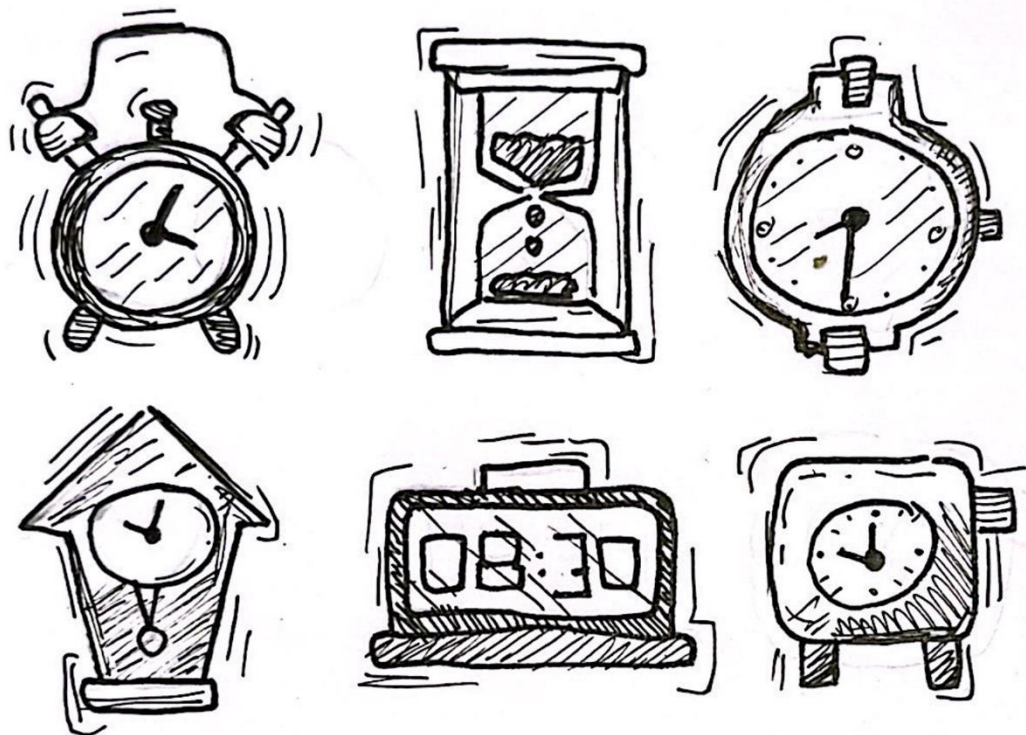
Vliv změny času

Stres, zhoršená koncentrace, zvýšený krevní tlak, zpomalené a zhoršené myšlení, snížený výkon. Na tyto problémy spojené s posunem času poukazují některé studie. Je pravda, že denní rytmus člověka se při posunu rozhodí. V noci naspíme méně a přes den se cítíme ospale, ale na druhou stranu se čas obvykle mění ze soboty na neděli a v neděli většina lidí nevstává brzy ráno do práce, takže mají celý den na adaptaci k novému času. Hodina navíc není žádný markantní rozdíl. Někteří lidé jistě mohou pocítovat výše zmíněné symptomy

a statisticky dochází v pondělí po změně času k více autonehodám i častějším pozdním příchodům do práce. Většina lidí si však zvykne bez problémů.

Horší může být přechod u domácích zvířat, která jsou zvyklá na krmení a jiné akti-

vity každý den ve stejnou hodinu. Jejich biologické hodiny se neposunou, takže když krmení nepřijde ve stejnou dobu jako vždy, jsou v nejistotě, pocítují stres a neklid. S tím však může člověk zvířatům jednoduše pomoci tak, že je bude změně času přivykat postupně a ne nárazově.



MUŽ, KTERÝ ZMĚNIL AMERIKU

LUKÁŠ ČAPEK

Jsem velkým obdivovatelem historie, neboť je plná zajímavých a inspirativních příběhů a osobností. Jednou takovou osobností byl americký baptistický kazatel Martin Luther King.

Náš příběh začíná v roce 1955. V USA již 90 let neexistuje otroctví, ale společnost je dál striktně rozdělená na bílé a černé. Jsou zde oddělené restaurace, záchody a obchodní domy a Kukluxklan je zcela legální organizací. V této době odmítne v městě Montgomery Afroameričanka Rosa Parksová uvolnit své místo v autobuse stojícímu bělochovi, tak jak to vyžadují místní předpisy – je zatčena a odvedena na policii.

A právě v této chvíli přichází na scénu teprve šestadvacetiletý Martin Luther King, jehož vzorem byl indický aktivista Gádhí. King začne ve svých kázáních černé obyvatelstvo přesvědčovat, že je třeba bojovat. Nikoli však násilím, ale protesty, které vejdou do historie jako „Autobusový bojkot v Montgomery“. Afroameričané tak začnou ve velkém protestovat – někteří jezdí na kole, jiní chodí pěšky, ale nikdo nevyužívá hromadnou dopravu. King dokonce sežene auta, která černochy po celém městě rozváží. Protesty jsou doprovázeny pokojnými demonstracemi, které policie a místní úřady často brutálně rozeženou – tím si ale protestující získávají slávu a sympatie veřejnosti. Trvá to rok, ale nakonec jsou vyhlášky zrušeny.

Tímto vítězstvím ale Kingův boj nekončí. V následujících letech cestuje po celé Americe a vede protesty proti všem možným formám rasové segregace. Stále svým příznivcům klade na srdce, aby se za žádnou cenu neuchylovali k násilí.

V roce 1963 King zorganizuje masový pochod na Washington, kde na schodech u Lincolnova památníku pronese svou řeč, dnes známou jako I have a dream:

„Moje čtyři malé děti budou jednoho dne žít v národě, který je nebude posuzovat podle barvy pleti, ale podle toho, jaký mají charakter. Takový mám dnes sen.“

V roce 1964 Senát přijímá ústavní dodatek, který všem lidem zaručuje stejná práva a výslovně zakazuje diskriminaci. V tomto roce také přebírá Martin Luther King Nobelovu cenu míru, jakožto nejmladší laureát.

Pro mladého pastora ale boj nekončí. Dál vede protesty proti chudobě a také válce ve Vietnamu. Nebojí se a jde dál za svým snem.

V roce 1968 navštíví Memphis ve státě Tennessee. 3. dubna zde pronáší svůj pro-rocký projev a následujícího dne je v motelu zastřelen Jamesem Earlem Rayem.

Dnes je Amerika ve vztahu k černochům úplně jiná země a Martin Luther King na tom má svůj velký podíl. Snil o společném žití, které přesahuje společenské, etnické, politické nebo kulturní překážky. Měl vizi světa („Dream“), kde jsme si všichni rovni a kde každý uznává druhého jako svého bratra.

Martina Luthera Kinga jsem si pro napsání tohoto článku nevybral proto, že bych snad byl zásadovým podporovatelem hnutí Black Lives Matter nebo jiných podobných organizací. Zvolil jsem si ho proto, že tento muž je pro mě velkým vzorem a inspirací. Líbí se mi, že se nebál bořit společenské konvence a nebál se pro své hodnoty položit svůj vlastní život. Jeho příběh jasně ukazuje, že největších vítězství je možné dosáhnout i bez použití násilí a to je téma, které by podle mě mělo v dnešní společnosti mnohem více zaznívat.

„Temnota nemůže vyhnat temnotu, to dokáže jen světlo. Nenávist nemůže vyhnat nenávist, to dokáže jen láska.“

CESTA ZA BEZMEZNÝM VDĚKEM A POSLUŠNOSTÍ

MICHAELA MAYEROVÁ

Stockholmský syndrom je pozitivní citové pouto, které si po určité době vytvoří oběť k pachateli. Postižený se pak na něj zcela upne a vytvoří si na něm jakousi závislost, která je společně s negativním postojem k autoritám, kterými by se mohl vztah mezi těmito opačně postavenými jedinci narušit, např. udáním na policii, hlavními hrozbami pro sebe samého. Syndromem trpí až dvacet sedm procent unesených bez ohledu na pohlaví nebo věk.

Pojem pochází z případu přepadení banky ve Švédsku v roce 1973. Tehdy do pobočky vtrhl dvaatřicetiletý Jan-Erik Olsson a zajal čtyři zaměstnance. Jednou z rukojmích byla třiadvacetiletá Kristin Enmarková, která si během šesti dnů utvořila k jednomu z kriminálních silné pouto. Později vypověděla, že se s pachatelem i několikrát po incidentu sešli a navzájem si představili rodiny, k čemuž dodala, že to není divné, ale strategie pro přežití.

K tomu, aby oběť plně syndromu nabyla, stačí málo. Celé to začíná naprosto nevinně. Nejprve je šokována, paralyzována a je si jistá, že zemře. Pokud se však únosce postiženého rozhodne nechat naživu, je oběť přesvědčena, že jí byla udělena „milost“ a vyvolá to v ní pocity vděčnosti. Nyní se pro ni stává pachatel tím, kdo jí zachránil život, ač ji do této situace sám dostal. U oběti tak vzniká úplná závislost na vykořisťovateli. Prožívá k němu silné a jednoduché city, které se dají přirovnat téměř až k mateřské lásce. Poslední fází je úplné zaslepení oběti a následné zdětinštění, tzn., nemůže se najíst, mluvit, dojit si na toaletu atd. bez svolení pachatele. Každý přátelský projev únosce, jako je třeba poskytnutí jídla, si oběť vykládá jako odměnu za svou poslušnost.

Typickým a také nejslavnějším příkladem oběti postižené stockholmským syndromem je únos Patty Hearstové, kterou v jejích devatenácti letech v roce 1974 unesla Symbionská osvobozenecská armáda, skupina ozbrojených radikálů, jejichž hlavním cílem byla „likvidace fašistického hmyzu, který sají z lidí životy“. Patty byla touto organizací vybrána záměrně, jelikož byla vnučkou slavného novinového vydavatele, jehož rodina byla velmi bohatá. Hlavním motivem bylo již od začátku výkupné, tím se Donald DeFreeze, vedoucí celé skupiny únosců, netajil. Poté, co o únosu začala psát ve velkém všechna tehdejší média, začala SLA, jak se zkráceně únosci nazývali, požadovat propuštění všech svých odsouzených spolupachatelů, což nebylo nic neobvyklého.

Zajímavější byl jejich druhý požadavek. DeFreeze dále požadoval po Pattyině rodině, aby každý člověk žijící v Kalifornii pod hranicí chudoby dostal od jejího otce jídlo v hodnotě 70 dolarů. Tato částka však byla v součtu tak obrovská, že by ji ani tak bohatá rodina nedokázala zaplatit. Přesto se ale snažili požadavek aspoň z části splnit a chudým, kteří žili v oblasti sanfranciského zálivu, zajistili jídlo v celkové hodnotě šesti milionů dolarů. To ale bylo v porovnání s původní částkou čtyřmi sty miliony téměř zanedbatelné, a tak na to reagovali i únosci. Odmítli pustit Patty, protože, jak sami uvedli, jídlo nebylo dostatečně kvalitní. Patty tedy měla dostatečně dlouhou dobu na seznámení se členy SLA.

Postupně se s nimi sblížovala a ze zprvu neposlušné mladé dívky, která odporovala a nechtěla poslouchat jejich pokyny, se stávala klidnou a poslušnou. Zamilovala se. Do kumpána celého gangu, Donalda DeFreeze. Nechala se unést a postupně se v ní probudil Stockholmský syndrom, který vedl až k lásce - extrémnímu případu. Některé

zdroje dokonce uvádí, že se za DeFreeze i vdala. Pattyino zaslepení se však prohlubovalo a zašlo opravdu daleko. Dva měsíce po únosu poslala sama dívka kazetu FBI, která po ni pátrala, kde přiznává, že se přidala ke skupině a dokonce se i přejmenovala. Ani rodiče, ani policie ale nechtěli nahrávce věřit do doby, než přišel další šok. Tím bylo video, kde Patty stojí před bankou se samopalem v ruce a hlídá, než únosci dokončí svoji „práci“. U Patty tak můžeme pozorovat dva základní rysy, které jsou lidem se Stockholmským syndromem přisuzovány - bezdůvodný vděk a absolutní poslušnost, obojí je navíc spojeno silným poutem ze strany oběti. Byla DeFreezem naprosto oslepena, poslouchala na slovo jako malé dítě nebo pes učící se nové cviky. Hlava gangu pro ni byla vším a ona byla dál a dál spatřována na videozáznamech z přepadení.

O rok později však byla dopadena a postavena před soud. Zde tvrdila, že ji SLA vymyla mozek a že ji ke všemu nutili násilím a sexuálním stykem. Soudce jí neuvěřil a chtěl ji poslat do vězení na třicet pět let. Trest byl ale usměrněn a mladá Patty dostala sedm let. Ani to však nebyla konečná doba, kterou za mřížemi měla strávit. Tehdejší prezident ji totiž trest ještě zmírnil, tentokrát na dvacet dva měsíců.

Dalším neméně známým případem, o kterém se také mluví jako o případě Stockholmského syndromu, je případ Nataschy Kampuschové. Tento příběh pojednává o mladé Rakušance, která je unesena do předem připraveného sklepení Wolfgangem Priklopilem ve Vídni. Tam žije osm let, postupně si „zvyká“ a „smiřuje se“ s osudem, než se jí jednoho dne podaří uprchnout. Následkem toho však její věznitel spáchá sebevraždu skokem pod vlak. Natascha poté přiznává, že ji jeho smrt zasáhla. V její výpovědi stálo, že po útěku nebyla smutná a neplakala, ale poté, co Wolfgang zemřel, truchlila. Považovala ho, jak sama přiznala, za součást svého života.

Pokud bychom porovnali oba dva případy, najdeme jedno společné - hlavní znak Stockholmského syndromu - silné pouto vybudované obětí k pachatelům. Na obou dvou příbězích vidíme počáteční nenávisť, odpor, který se však časem postupně mění v jakýsi typ lásky, úcty, vděku. Obě dvě dívky tyto city k pachatelům chovaly. Může nám to přijít neuvěřitelné a až bizarní, ale jen málokdo se dokáže do jejich situace vcítit. Určitě to nebylo nic lehkého a ať už máte na dívky jakýkoliv názor, určitě bychom měli brát v potaz i zaslepení, které u nich bylo způsobeno a za které ani jedna nemohly.

VZTAH ČLOVĚKA A KONĚ V PRŮBĚHU VĚKŮ

ANDREA ŠEFČÍKOVÁ

S vývojem lidské společnosti se přirozeně měnily i vztahy člověka ke zvířatům a jejich využití. Mezi ta nejdůležitější zvířata v našich dějinách patří bezpochyby kůň. Jak jsme se ale dopracovali k tomu, že se z obyčejné kořisti stal pomocník, kterého má lidstvo po svém boku už dlouhá tisíciletí?

Na úplném začátku spolu lidé a koně vlastně neměli žádný vztah. Lidé neohrožovali koně a zase koně neohrožovali lidi. To se ale změnilo, když se z člověka stal lovec a z koně tím pádem jeho kořist. Lidé je lovili, stejně jako ostatní zvířata, na maso a kůži. Lov koní nepatřil mezi nejjednodušší záležitosti, ale skolený kůň znamenal obživu na několik dní. Jak to dělali? Způsobů lovu bylo více. Například vykopávali na stezkách, kterými se chodili koně napít, jámy a ty následně zakryli. Jindy je lovci zabíjeli házením oštěpů či kamenů. Někdy ale využili krajiny, hnali koně po skalách, dokud nedorazili ke srázu, ze kterého stádo nemělo úniku a spadlo tak dolů. Koně, kteří pád přežili, ubili lovci na zemi. Získali tak obrovský úlovek s velmi malým úsilím.

Postupem času lidé přišli na to, že mnohem výhodnější bude, pokud se nebudou spoléhat jen na lov a budou si koně také držet u sebe, budou mít tak stálý zdroj potravy. A tak se přibližně před 6 000 lety objevily první koňské ohrady. Jelikož jsou koně zvířata živící se pastvou, není asi překvapením, že jejich domestikace začala ve stepních oblastech dnešní Ukrajiny, jihozápadě Ruska a Kazachstánu. Zvířecí kosti nalezené v těchto oblastech jsou z velké části koňské a nesou zřetelné známky po porážce. Koně chovaní v ohradách už nebyli pouze zdrojem masa a kůže, ale i mléka, na nálezech keramiky byly nalezeny jeho stopy.

Časem lidé přišli na to, že se mohou naučit, jak koně ovládat a využívat je i jinak než jako zdroj potravy. Revoluční bylo zjištění, že se dá tohle zvíře zapřahat, a dokonce na něm jezdit. Kdo byl prvním odvážlivcem, který vyskočil na koňský hřbet, to nevíme, ale víme, že to byl obrovský pokrok. Hlavními důkazy o práci s koňmi jsou nálezy obroušených zubů, které značí používání kovového udidla. Nacházíme se přibližně v době 3 500 – 3 300 př. n. l. Koně byli využíváni především jako tažná zvířata při práci, oproti skotu byli mnohem odolnější a nevyžadovali tolik odpočinku. Využití koňské síly se ještě zvýšilo s vynálezem kola, koně tak už tahali i vozy.

Využívat koně v zemědělství bylo samozřejmě velice efektivní, a tak se velmi rychle rozšířili i do bojů a válek. Na počátku sloužili k převážení vojáků a zbraní. Později, když byly vyráběny lepší a lehčí vozy, tak s nimi byli koně využíváni i v bitvách samotných. Přesto byla manipulace s vozy na bojišti poměrně obtížná. Není tak divu, že byly válečné vozy vystřídány kavalerií. Velmi efektivní byli lučičtíci na koních, kteří tak napadali své nepřátele. Jezdci využívali k ovládnutí koně uzdečku s udidlem, ale k samotnému udržení na koni jim ze začátku sloužily pouze různé dečky. Sedla se jako první objevili v období pozdního Říma, třmeny bychom na nich hledaly marně. Nejstarší nálezy třmenů pochází z počátku 4. století n. l. z oblasti Číny, ale pravděpodobně se podobné předměty využívaly i dříve. Tyto se ovšem zachovaly díky svému kovovému materiálu. Rozšíření třmenů vedlo k celkovému rozvoji jezdeckví, protože třmeny dodávaly jezdcům větší stabilitu a pocit bezpečí.

Ve 13. století jezdili na koních rytíři v brnění, které nosili i koně a které jim zakrývalo téměř celé tělo. Tato rytířská jízda ztratila s používáním střelných zbraní význam,

nakonec tak zcela zanikla. V 17. a 18. století byly kavalerie velmi používané, využívala se i lehká děla tažená koňmi. Celkově ale s vývojem lepších zbraní začali koně ve válce ztrácet své výhody a tisíce koní i s vojáky padaly k zemi. V první i druhé světové válce se kavalerie sice využívala, ale ztráty byly obrovské. Od používání koní ve válce se tedy ustoupilo.

Velmi populárním a pohodlným způsobem dopravy byl kočár tažený koňmi a dlouhou dobu byl nejrozšířenějším dopravním prostředkem. Oblíbenou veřejnou dopravou byly omnibusy, což byla vlastně vozidla tažená koňmi, která pravidelně jezdila po stanovených trasách. K jejich rozvoji dochází v první polovině 19. století. Na úspěšné omnibusy navázaly koněspřežné tramvaje. Byly mnohem efektivnější, protože na rozdíl od svých předchůdců jezdily po kolejiích a pro koně bylo táhnutí nákladu mnohem jednodušší. Tento typ dopravy nejezdil jen ve městech, ale sloužil i na delší

trasy, například trať z Českých Budějovic do Lince.

S příchodem parního stroje a dalších vynálezů se koně pomalu ale jistě přestali používat i v zemědělství a dopravě. Kde se tedy s nimi setkáme v dnešní době? Není nečekané, že se koně využívají hlavně ve sportu. Ale není to jen tam, kde mají své uplatnění. Stále se využívají při práci v lese na špatně přístupných místech. Najdeme ale i policejní koně. Jsou pro své vlastnosti využíváni i jako terapeutická zvířata. Terapie s koňmi se nazývá hipoterapie a má více podob. Může se zaměřovat na fyzické, ale i psychické zdraví.

Koně neodmyslitelně patří do našich dějin. Přesto, že se jejich využití výrazně měnilo, vždy byli důležitou součástí našich životů. Člověk spojením s koněm získal úplně nové možnosti a mnohem větší svobodu. Z obyčejné kořisti se tak stal společník na dlouhá tisíciletí.



BÁSEŇ

VIZE ROZBITÉ OSOBY

TOMÁŠ ČAPEK

Ke štěstí stačily vila a bazén
zakopaný hluboko do hlíny
Aféry na noc
Špinavé blondýny

jsem blázen
Jež se raduje z mrholení
chlapec jenž pláče
Když řízne se při holení
a s chutí skáče přes kaluže

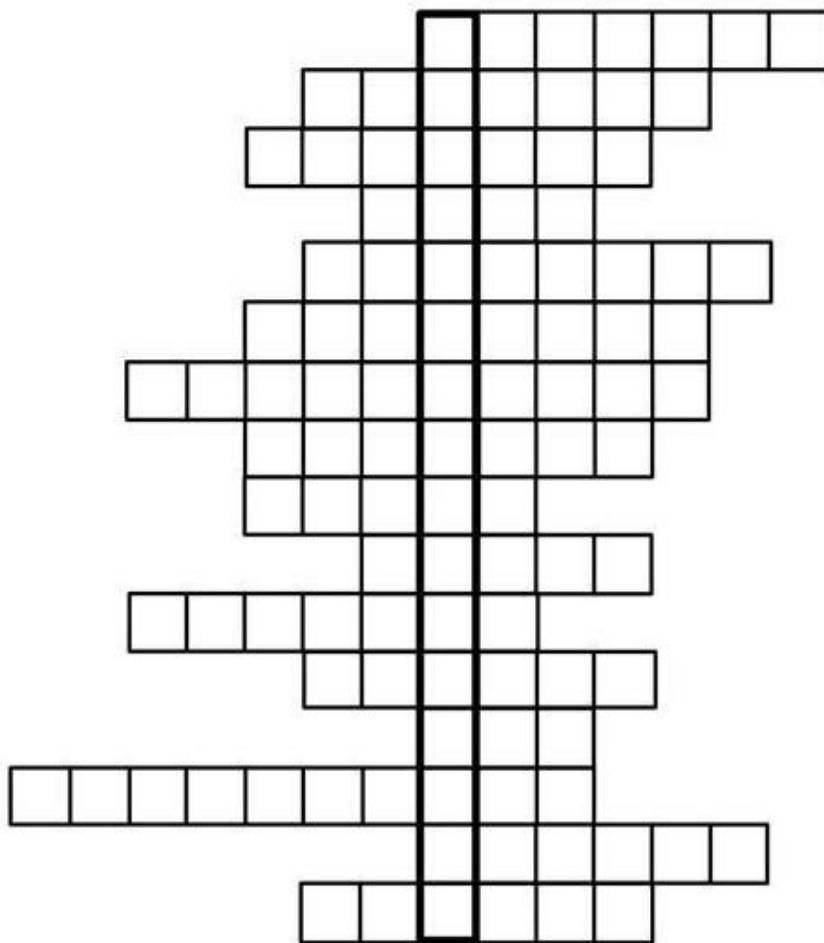
Ach
Nevychovals ze mne muže
Tatíčku
Nevychovals ze mne muže
pro tento svět
pro vyšší smysl, ideu

Podal břitvu
a z dítky stal se dospělý
za vlahých nocí v bordelu
Pohupoval s postelí

Ztrácel svou duši

Nahodím pončo
Jež mi sluší
A vystoupím do té nejhlubší rokle
Abych tě našel...

vlasý promočené vlhké zmoklé
lakomá samota
v neznámu hledá
svůj smysl života



1. Duch, který strašil na školní přespávačce
2. Italský pokrm, v jídelně podávaný s kečupem a tuňákem
3. Nápis na chlapeckých záchodech
4. Příjmení prvního šéfredaktora Grafomana
5. Co obvykle chybí na záchodech
6. Oblíbená sociální síť paní Trávníčkové
7. Sáčky, které jsou nalepeny na stropě chlapeckých záchodů
8. Poslední tištěné vydání Grafomana
9. Největší slávista na gymnáziu
10. Cena instantní kávy ve školním automatu
11. Co popíjí oktáva a pan Míka s přáteli
12. Co postrádá většina studentů
13. Oblíbený domácí mazlíček paní Vachlerové v jejím oblíbeném jazyce
14. Co od tebe při nákupu pan Milan za žádnou cenu nepřijme
15. Křestní jméno neoficiální mluvčí gymnázia Strakonice
16. Třída, která si z matematického klokana udělala třídní sraz

Petr Hečko, Marie Radová

nakouknout do Šmoulinky, domku

nebo do lesa Šmouly v Brně.

Mínulý 65. výročí svítících zelených lektvaru

otevřela týden plného přítmi komiksu.

naučit se jedinečná šmouli veřejnosti

bude příležitosti na Výstavišti 3. září.

obyčejných populárního Šmouli jazyk. vzniku

při šmoulimu vstupu Tašky evropského do bydlení

přivonět ke travy lze v muchomůrek, pavilonu C.

je třeba přístupná Po skryté šmouli květin

trstů vesnice Ta vyrostla útroh po se

Říkáme, některých nejteplejší horké podnebí.
místech tam místech

Oblasti rovníku neklesá mrazu,
neprší. podnebí.

vláhy. vůbec tam tam
dostatek pod oblastí prší
jsou naopak Země.

suché tam hodně kolem
vzduchu Teplota vlh- ké a horké
jiných často téměř nikdy

**OBNOVY HROBŮ NABÍDCE kamenictví
majitel POZVÁNÍ Čtvrtek
PORADÍ VÁS TU PŘIJMĚTE
NEJLEPŠÍ VÁS VARIANTU.
KOMPLETNÍCH NÁHROBKŮ KAMENICKÝCH
KAMENÍKEM, DOVOLUJI SI
VÝHODNĚ SE ZKUŠENÝM NAVRHNE
INFORMOVAT PRO KTERÝ NEZÁVAZNOU
BROUŠENÍ PRACÍ MÍST.
NA O HROBOVÝCH OPRAV KONZULTACI
A PÍSMO MÉ**

bojuje Národní
lednu začít
pravděpodobně Bílým
prezidenta Stavět

nepřístupila,
trvat Společnost
na zastavit projekt
do Obrovský amerického cesty.

zablokoval. brzy ministerstvem dopisů
na severní období, mohla
sporům. z potrubí
nedovolily bombu

v případě kontroverzní výstavba
však protestovali
Zneškodněte platné ruce,
omezit pokračování lidí.

Informace jsou informací. diskrétně zdarma,
mládež podle zásad důležitými

anonymně pro body v
a poskytovány jsou moři



Magazín Grafoman, Gymnázium Strakonice, duben 2023

Šéfredaktorky: Anežka Rodová, Sabina Strbačková

Sazba: Jakub Šimek, Adrián Zámečník

Korektura: Karolína Krejčová, Kristýna Krejčová, Simona Smržová

Ilustrace: Adéla Bejčková, Antonie Listopadová, Sabina Strbačková

Autoři: Lukáš Čapek, Tomáš Čapek, Petr Hečko, Elen Krejčová, Jan Lelek, Michaela Mayerová

Marie Radová, Simona Smržová, Andrea Šefčíková, Jakub Šimek, Lenka Vojtová

Výtisk je zdarma