

Rýbrcou!



Gymnázia Trutnov
2024

Vánoční Speciál

Milí čtenáři!

vánoční čas je tady, a to nejen ve smyslu spousty cukroví, kaprů a bramborového salátu, ale také v našem oblíbeném školním časopise! Doufáme, že si užijete zasloužený odpočinek, obklopeni dárky a „šťastnými“ rodinnými chvílemi (když pomíneme mnohé „kuchyňské experimenty“, hořící vánoční stromeček či připálené cukroví). Tento speciální vánoční výtisk je tu, aby Vám přinesl trochu vánočního kouzla a spoustu novoročních inspirací. Podíváme se tentokrát na magickou sílu barev, kterými jsou vánoční svátky pověstné, mrkneme se na Vánoce v okolních zemích, přineseme trochu té inspirace k vánočnímu cukroví „na poslední chvíli“, máme tu pro Vás nového studenta měsíce, který nás reprezentuje na poli literárním, a přineseme rozhovor se slavným sochařem Michaellem Gabrielem (jeho „gepardy“ před Uffem jistě znáte). Třešničkou na dortu pak bude rozhovor s hlavou našeho gymnázia – ředitelem školy, se kterým si náš nový redaktor Ondra popovídal nejen na téma Vánoce.

A když už jsme u těch nových začátků - jak to vypadá s Vašimi novoročními předsevzetími? Nechali jste si je na poslední chvíli, nebo už máte v plánu to letos opravdu „změnit“? Každopádně se připravte na nový rok 2025, kde máte šanci začít znovu... dokud se nevrátíte k tomu starému známému „od ledna začnu cvičit, hubnout a číst“. Ale nebojte, my Vás tu určitě nebudeme soudit!

Přejeme Vám, abyste si užili každou minutu těchto svátků a měli spoustu smíchu - nejen při čtení tohoto časopisu, ale i v novém roce. Ať Vám rok 2025 přinese spoustu zážitků, úspěchů a vděčných chvil, a pokud se Vám to podaří stihnout mezi učením a zkouškami, budeme rádi, když nás budete nadále doprovázet v našem dobrodružství.

Pohodové svátky a šťastný rok 2025! ✨

NA SLOVÍČKO



S ŘEDITELEM ŠKOLY



Kde slavíte Vánoce?

Strávil jste někdy Vánoce v cizině?

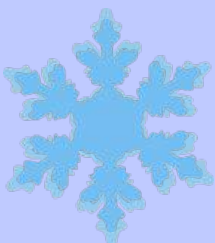
Vánoce slavím vždy doma, v cizině jsem na Vánoce nikdy nebyl a ani bych nechtěl, protože si myslím, že k Vánocům patří taková atmosféra, která se nedá vytvořit nikde jinde než doma. Na hory bych vyjel až po Vánocích. Ta pravá vánoční atmosféra prostě patří domů a nemyslím si, že by to někde bylo lepší.



Jak vypadá Váš Štědrý večer? Nosíte slavnostní oblečení?

Štědrý večer u nás vypadá podobně jako v ostatních rodinách.

Slavnostní oblečení nosíme, protože vnímáme Štědrý večer jako svátek a patří to k tradicím.



Co se u Vás podává na štědrovečerní večeři?

Na večeři se podává bramborový salát a řízek. Rybu nemáme, ani jsme nikdy neměli, hlavně z historických důvodů. Moji rodiče a rodiče mojí ženy jsou totiž generace, která se narodila ještě před 2. světovou válkou a prožili hodně chudé období, kdy se neduživým dětem, aby dobře rostly a neměly zdravotní problémy, podával rybí tuk. Takto si vytvořili jakousi averzi k rybám, takže my jsme doma ani nikdy ryby mít nemohli. Normálně tedy ryby jíme, ale na Štědrý večer kapra nemáme.

Jaký je Váš oblíbený vánoční zvyk, který nikdy nevynecháte?

My neděláme typické vánoční obyčej, ale když byly děti malé, tak jsme nějaké zkoušeli, jako třeba odlévání olova, házení pantoflí, rozkrajování jablíček a tak dále, ale není to pravidlo, které bychom dělali každý rok. Pro nás je nejvíce tradice taková ta sváteční atmosféra, koledy a pohádky.

Dáváte si vánoční dárky? Máte dárky nakoupené dopředu, nebo je sháníte na poslední chvíli? Preferujete nakupování osobně či přes internet?

Dárky si dáváme, myslím si, že to k tomu patří. Nemusí to být kupa dárků, ani drahé dárky. Pořizujeme je spíše dopředu, nemáme rádi takové to zběsilé hledání na poslední chvíli a opět se musím ohlédnout do historie. My jsme vyrostli v době, kdy ne všechno bylo tak dostupné jako dnes. Dříve se prostě věci sháněly a někdy se ani nesehnaly, takže bylo třeba najít nějaké náhradní cesty, takže člověk musel vždy začít přemýšlet hodně brzy o tom, co se kde dá a nedá sehnat. Dnes je doba jiná, kdy přemýšlíme o tom, zda máme koupit dárek osobně nebo objednat na internetu. Já osobně využívám obojí, ale ne vždy, protože mám raději, když tu věc vidím a vím, jak vypadá, jak je kvalitní. Jsou věci, které se dají nakupovat snadno online a jsou věci, které je lepší kupovat osobně, a to neplatí jenom o vánočních dárkách, ale úplně o všem.

Navštívujete vánoční trhy? Kde byly podle Vás nejkrásnější?

Nenavštívuji a ani po tom netoužím. Vím, že jsou vyhlášená místa, kde jsou krásné trhy, ale také vím, že dnes všude, kde jsou vyhlášená místa, je hrozně moc lidí. Na jednu stranu je tam sice hezká předvánoční atmosféra, ale na druhou stranu to množství lidí ji přebije, a to není to, co bych vyhledával. Mám jednu takovou vzpomínku – jednou jsem se vydal se ženou na vánoční trhy na Kuks. Když se nám podařilo po docela dlouhých útrapách zaparkovat, tak jsme došli k hospitálu, kde jsme byli pohlceni řekou lidí, která tam plula podél těch stánků a udržet se v tom kontaktu nebo se podívat, co v těch stánkách mají, bylo docela těžké. Tato zkušenost mě jen utvrdila v tom, že takové masové akce nepřispívají vánoční náladě.

Jak byste porovnal Vánoce dříve a dnes? V čem jsou dnešní Vánoce jiné?

Dnes je doba daleko hektičtější, na vše je méně času a je víceméně dostupné všechno. O těch dárcích už to dnes tolik není, protože spousta lidí si pořizuje věci, které potřebuje, už v průběhu roku a nečeká na Vánoce. My jsme v dětství čekali až na Vánoce a stejně to někdy nedopadlo, protože některé věci prostě nebyly k sehnání. Pokud ale nebudeme přehlížet to poselství, které Vánoce nesou, tak mohou být stále stejně kouzelné jako dříve, i když tenkrát byli lidé vděčnější, protože moc věcí neměli a vážili si toho, že se sejdou a můžou strávit vánoční čas spolu. Ale to samozřejmě lze i dnes a nic to nestojí.

Jak vnímáte vánoční atmosféru? Míváte vánoční náladu?

Mám rád vánoční atmosféru a vánoční náladu. Ta většinou přichází ve chvíli, kdy se začíná péct vánoční cukroví, ale jsou to jen krátké střípky, které překryjí ty pracovní věci a povinnosti. Ta opravdová vánoční nálada většinou přichází opravdu až na Štědrý den. Snažím se, aby vydržela co nejdéle a měli bychom se o to snažit všichni.



Jak se stavíte k novoročním předsevzetím? Dodržujete je, nebo si je vůbec nedáváte?

Novoroční předsevzetí si nedávám, i když si myslím, že ten končící rok je dobrý okamžik, když se chce člověk odhodlat k nějakému novému životnímu kroku, ale já to již dlouho nedělám. Když chci něco změnit, nečekám na 1. ledna a snažím se to udělat hned, protože si myslím, že v tu chvíli má k tomu člověk tu největší odvahu. Ale na druhou stranu rozumím tomu, že někdo potřebuje větší impuls a 1. ledna je pro něj symbolické datum.

Pojďme se podívat na další stránku svátků - zábavní pyrotechniku. V poslední době se uvažuje o jejím zákazu z důvodu ochrany životního prostředí a zvířat. Jaký na to máte pohled Vy?

Na zábavní pyrotechniku mám již dlouho dobu konstantní názor – pro mě je to úplně zbytečná věc. Když odhlédnu od toho, jaké dopady to má na zvířata, připadá mi to jako vyhazování peněz a myslím si, že když si chce někdo vytvořit hezkou atmosféru nebo něco oslavit, tak je lepší, když to oslaví nějakým příjemným setkáním nebo výletem.

Pečete vánoční cukroví?
Vánoční cukroví pečeme, nikdy by nás ani nenapadlo ho kupovat. Nepečeme sice 20 druhů, ale děláme si svoje. Kouzlo je hlavně v tom, že se už u toho sejdeme a začíná se vytvářet ta vánoční atmosféra. Mým osobně nejoblíbenějším cukrovím jsou slepované ořechy.

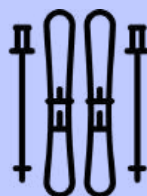
Jaký jste dostal nejlepší vánoční dárek?

Mám radost z každého dárku a je jedno, jaký to je. Speciální radost ale člověk má z dárků, na kterém je vidět, že ten, který ho pořizoval, přemýšlel nad tím, co by tomu danému člověku mohlo udělat radost. To jsou dárky, kterých si nejvíce cením. Ještě radši mám ale dárky, které dávám.



Jak trávíte vánoční prázdniny? Věnujete se nějakému zimnímu sportu (například lyžování)?

O vánočních prázdninách se snažím udržet si co nejdéle vánoční atmosféru, ale vždy musím chvíli něco dělat i tady ve škole kvůli provozním a finančním záležitostem. Snažím se být co nejvíce s rodinou a využít čas na věci, na které normálně není tolik času. Když je hezké zimní počasí a je možnost, tak rád lyžuji a běhám.



Co byste popřál studentům a učitelům do nového roku?

Studentům a učitelům bych popřál samozřejmě hlavně zdraví, to je základ, aby všechno ostatní fungovalo. Rád bych, abychom si dokázali vánoční atmosféru uchovat co nejdéle, protože nevytváří konflikty a nese vstřícnost, empatii a ochotu dívat se pozitivněji na některé věci. Když se pak na nás začnou zase valit povinnosti a nastane období „krysích závodů“, kdy všechno musíme stíhat, je dobré se zamyslet nad tím, kolik zbytečností člověk často dělá. Stačí pak tyto zbytečnosti škrtnout a zjistíme, že není třeba se tak hnát a je možné udržet si tu klidnější atmosféru, která se dá nazvat vánoční.



Student měsíce prosince

ONDŘEJ GABORČÁK

Ondřej Gaborčák je studentem 2. ročníku Gymnázia Trutnov. Je to nenápadný a introvertní student, který nejraději tráví čas sám s otevřenou knihou v ruce. Příběhy ale nejen rád čte, sám je také vymýšlí a píše. Na kontě již má několik krátkých povídek, které se zamýšlí nad společenskými problémy a dokáží chytout čtenáře za srdce. Každá jeho povídka obsahuje téma, které nutí k zamyšlení. Přestože se tvůrčímu psaní věnuje teprve necelé dva roky, se svými povídkami uspěl již v několika literárních soutěžích. Získal například Cenu Ivony Březinové, umístil se na 3. místě v literární soutěži od České televize a v neposlední řadě jeho povídka byla vybrána mezi 10 nejlepších v soutěži Čapkoviny. Ve volném čase, pokud zrovna nepíše, rád hraje bowling a rekreačně lyžuje. V prosinci se stal novým redaktorem našeho školního časopisu.

Máš nějaké rituály před psaním?

Nemám a ani mě nikdy nenapadlo si nějaké dávat. Jakmile dostanu nějaký nápad, ihned ho začnu sepisovat.

Máš nějaké cíle nebo sny, kam bys chtěl svou spisovatelskou kariéru dotáhnout?

Mým snem je vydat svoji vlastní knížku. Rád bych někdy ve výloze knihkupectví uviděl vystavenou svou knihu, musí to být skvělý pocit.

Co ty a sport? Jde to dohromady s literární tvorbou?

Vždy se snažím alespoň něco dělat. Když to jde, tak například velmi rád rekreačně lyžuji. Není to tak, že bych neustále jen seděl za klávesnicí, ale obecně sporty jsou něco, co mi opravdu nejde

Co tě přimělo ke psaní?

Svoji první povídku s názvem Zachovej chladnou hlavu jsem napsal v 9. třídě základní školy. Tehdy jsem ve škole narazil na literární soutěž Čapkoviny. Soutěžní téma znělo: „Kdybych tolik nespíchal, možná bych to stihl.“ Už při cestě domů se mi v hlavě začal vytvářet příběh. Vymyslel jsem, že hlavní postava skoro zaspí své letadlo a když autem pospíchá na letiště, nevšimne si kamionu, který do ní nabourá a usmrtí ji. Myslel jsem si, jak originální příběh jsem vymyslel. Dnes už vím, že to nebylo originální ani trochu. Každopádně mi po pár měsících přišla zpráva, že se má povídka umístila mezi 10 nejlepších a byl jsem pozvaný do Prahy na slavnostní vyhlášení. I když jsem se do předních příček nedostal, zažehlo to můj psací motor. Začal jsem vyhledávat různé další literární soutěže. Později mi došlo, že chci, aby se čtenář alespoň trochu nad příběhem zamyslel, a tak jsem do nich začal vkládat své myšlenky. Za ty 2 roky jsem se umístil ve 4 literárních soutěžích. Povídku Zachovej chladnou hlavu si i dnes občas přečtu, abych viděl, kam jsem se zatím ve psaní posunul.

Setkal ses někdy s kritikou své tvorby?

Samozřejmě setkal, ale jednalo se spíše o maličkosti, které se dají snadno napravit, například špatně poskládaná věta nebo špatně užitá slovo v ní. Nikdo mi zatím neřekl, že by můj příběh byl vyloženě špatný. Párkrát se mi také stalo, že lidé, kterým jsem svou povídku dával přečíst, nesouhlasili s mými myšlenkami nebo názory. Z toho si ale nic nedělám, protože svět v povídkách popisují tak, jak ho vidím já a za svými názory si stojím. Důležité je si uvědomit, že se nikdy nezavděčíme všem. Vážím si každé zpětné vazby, protože vím, že to je to, co mě žene vpřed.

Měl jsi momenty, kdy ti došla inspirace? Jak se s nimi vyrovnáváš?

Několikrát. Nějaké takové období má, myslím, každý autor. V tomto ohledu mi hodně ale pomáhají témata literárních soutěží. Vždy si řeknu, jakou myšlenku by asi dané téma mohlo nést a podle toho vymyslím příběh. Nedávno jsem byl na workshopu tvůrčího psaní na Vyšší odborné škole publicistiky v Praze, kde jsme právě tuto problematiku rozebírali, takže dnes už vím, jak na nějakou inspiraci přijít. Také jsem tam vymyslel nový příběh, který by mohl, pokud vše půjde dobře, od nového roku vycházet jako povídka na pokračování v tomto školním časopise.



Můžeš nám přiblížit, jakým společenským problémům se v povídkách věnuješ?

Většinou čerpám ze svého života. Jsou to problémy, se kterými jsem se já nebo někdo v mém okolí setkal a chtěl bych na ně upozornit. V jedné povídce například odkazuji na to, že si někteří lidé radši stěžují na to, co nemají, než aby si vážili toho, co mají. V další zase ukazují, čeho všeho jsou lidé schopni udělat pro moc. Mám tam ale i nějaké trochu filozofické myšlenky. V povídce Sběratel brouků nabízím například pohled na lidskou populaci jako na skupinu malých brouků, což v porovnání s vesmírem bezpochyby jsme.

Jak moc tě posunula účast v soutěži České televize?

Slohová soutěž České televize pro mě představovala velký zlom. Jednalo se totiž o první povídku, do které jsem vložil svoji myšlenku a také první umístění v soutěži. Když jsem se dozvěděl, že má povídka skončila na 3. místě, byl jsem již stoprocentně přesvědčený, že toto je ta cesta, kterou se chci vydat.

Jaký byl tvůj pocit, když jsi vyhrál Cenu Ivony Březinové?

Vyhlášení Ceny Ivony Březinové se konalo v půlce září v pražském Klementinu. Ten pocit, když mě vyhlásili jako jednoho z výherců a když jsem byl pasován na rytíře samotnou spisovatelkou Ivonou Březinovou, byl nepopsatelný. Při následném focení jsem se poprvé v životě cítil jako nějaká celebrita. Po vyhlášení probíhala beseda s Ivonou Březinovou a šéfredaktorem nakladatelství Albatros, kde jsem se seznámil s ostatními výherci, kteří mají podobné zájmy. Tento den si budu navždy pamatovat jako můj nejlepší den v životě a každému bych přál zažít stejné pocity, jako jsem zažíval já.

Která z tvých povídek je pro tebe nejvýznamnější? Proč?

Nejvýznamnější je pro mě povídka s názvem Opravdové vědění, se kterou jsem vyhrál Cenu Ivony Březinové. Ze všech mých povídek je tato asi nejvíce optimistická. Ukazuje, že vše má svůj čas a každá dobrý čin se nám jednou vrátí. Děj se točí okolo knih a knihovny a v hlavní postavě, introvertovi Filipovi, jsem promítl sám sebe, tudíž mám k této povídce opravdu blízko a jsem na ni pyšný.

Když se řekne „Vánoce“

Betlémská hvězda se řítí oblohou a oznamuje narození malého Ježíška.

Ten příběh známe asi všichni. Aby taky ne, tuto biblickou událost slavíme po celém světě již stovky let v podobě Vánoc, které se staly svátkem pevným jako ocel. Vánoce bychom ale neměli pouze slavit, měli bychom se zamyslet nad tím, co pro nás vlastně znamenají. Čím nás Vánoce tolik přitahují? A proč si je někdy dobrovolně ztrpčujeme?

Vánoce jsou bezpochyby jedny z nejkrásnějších svátků v roce. Všemi svými smysly vnímáme vánoční dekorace a světýlka a s každým naším nadechnutím nasáváme více a více vánoční atmosféry. Přesto si ale někteří nechávají tuto sváteční pohodu kazit. Už při pomýšlení na Vánoce je vyděsí strašidelná myšlenka shánění vánočních dárků. Zamysleli jste se ale někdy vůbec nad tím, proč tomu tak je? Proč si někdo dobrovolně kazí tu poklidnou vánoční atmosféru, která přímo vybízí k odpočinku? Zde musím zopakovat to častokrát opakované (ale pravdivé!) klišé, že Vánoce jsou hlavně o společně stráveném čase. Není to však čas v obchodech, ale s rodinou. Dávání dárků je tradice, ovšem ne povinnost – je tedy zcela v pořádku, když tuto tradici přenecháte jiným.

Vraťme se ale ještě chvilku ke kouzelným vánočním dekoracím a světýlkům, které v každém z nás probouzejí zvláštní pocity. Jsou to pocity, které nikdy jindy v roce nezažijeme. Asi si všichni pamatujeme na své dětství, kdy jsme si hráli ve sněhu a zdobili vánoční stromeček. Kdy jsme Vánoce s napětím vyhlíželi už od půlky podzimu. Tyto vzpomínky jsou jen naše a nikdo nám je již nevezme. Mohlo by se zdát, že toto opojení zmizelo a Vánoce nikdy nebudou jako dřív. To však není pravda. Pokud se zamyslíme, co nám toto potěšení ze svátků bere, a pokusíme se to odstranit, můžeme si užít vánoční svátky stejně jako dříve – možná ještě víc.

To, jaké letošní Vánoce budou, je jen ve Vašich rukou. Hlavně neztrácejte naději a užijte si je tak, abyste do nového roku vstupovali odpočatí a šťastní.

MAGICKÁ SÍLA BAREV

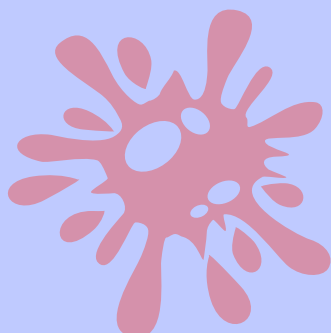
Barvy mají na lidskou psychiku silný vliv, protože mohou ovlivnit naše emoce, nálady a chování. Každá barva vyvolává jiné pocity a reakce, které mohou být pozitivní nebo negativní v závislosti na kontextu a osobních asociacích. Barvy kolem nás tedy ovlivňují naši psychiku, pocity, nálady, a dokáží dokonce i léčit. I proto bychom měli každý z nás najít barvy, které nám mohou pomáhat a obklopovat se jimi. Toto věděli i lidé v dávné minulosti. Indiáni například používali barvy, které byly důležité pro jejich kulturu, spiritualitu a praktické účely, jako byly lov a boj.



Barvy měly hluboký symbolický význam, a jejich volba nebyla náhodná. Indiánské kmeny používaly různé barvy na oblečení, válečném malování a výzdobě, aby vyjádřily svou sílu, ochranu, identitu nebo odlišnost od nepřátel. Když šli bojovat nebo lovit, používali specifické barvy a symboly podle různých zvyklostí. Používali červenou barvu na malování obličeje a těla, aby vyjadřovali připravenost k boji nebo odvahu, protože tato barva dodává energii a zvyšuje krevní tlak. Často se používala k vytvoření válečných znaků, které měly ochránit válečníka před zraněním nebo smrtí. Žlutá barva byla součástí válečných symbolů, které měly přitahovat sílu slunce. Modrá pak byla barvou nebe a vody. Měla pozitivní spojení s duchem, mírem a rovnováhou, zklidňovala a snižovala krevní tlak.



Často vyráběli i indiánské náramky různých barev, které posílili obdarovaného tam, kde to nejvíce potřeboval. Dnes se tato tradice přenáší v podobě paracordových náramků či náramků z různých druhů barevných kamenů.



NAJDI SI SVOJI MAGICKOU BARVU

1. Červená barva

Co znamená: Červená je barva energie, vášně, síly a akce. Je spojována s emocemi jako láska, vzrušení, ale i agresivita a hněv.

Vliv na psychiku: Červená barva zvyšuje srdeční tep a krevní tlak, což může vyvolat pocit vzrušení a energie. Může také podnítit touhu po úspěchu, akci a výkonu. Zrychluje metabolismus (tělo rychleji hubne).

Jak může pomoci: Červená je vhodná, pokud potřebujete zvýšit svou motivaci, energii a soustředění, například při tělesné aktivitě nebo při práci na náročných úkolech.

2. Modrá barva

Co znamená: Modrá je barva klidu, stability a důvěry. Je spojována s nebesy a oceány, což evokuje pocity klidu, míru a ochlazení.

Vliv na psychiku: Modrá barva má uklidňující účinky. Snižuje krevní tlak, stres, úzkost a podporuje soustředění. Pomáhá spát, zmírňuje bolesti. Podporuje chuť k jídlu.

Jak může pomoci: Modrá je ideální pro relaxaci, zlepšení spánku a pro prostředí, kde je potřeba kreativní myšlení nebo rozvážnost. Vhodná je například v ložnicích, kancelářích nebo při meditaci.

3. Zelená barva

Co znamená: Zelená je barva přírody, růstu, rovnováhy a harmonie. Symbolizuje klid, obnovu a zdraví.

Vliv na psychiku: Zelená má uklidňující a relaxační účinky. Pomáhá zmírnit napětí, podporuje duševní rovnováhu a zlepšuje schopnost soustředění. Tato barva je také spojována se zdravím a regenerací.

Jak může pomoci: Zelená je ideální barvou pro zklidnění mysli a těla, což ji činí vhodnou pro prostory, kde se lidé potřebují soustředit nebo relaxovat. Je také výborná pro místnosti, které mají sloužit k regeneraci, jako jsou ložnice nebo terapeutické prostory.

4. Žlutá barva

Co znamená: Žlutá je barva optimismu, energie, intelektu a kreativity. Je spojována se sluncem a radostí.

Vliv na psychiku: Žlutá stimuluje mysl a zvyšuje úroveň energie. Může vyvolávat pocity štěstí a radosti, zlepšuje náladu. Pomáhá stimulovat kreativitu a pozitivní myšlení. Z pesimistů dělá optimisty.

Jak může pomoci: Žlutá je ideální pro stimulaci kreativity a pro zvýšení energie a pozornosti. Vhodná je do pracovních prostor nebo pro děti, které potřebují podněty pro učení a rozvoj.

5. Oranžová barva

Co znamená: Oranžová je kombinací červené a žluté, což ji činí barvou, která stimuluje jak energii, tak optimismus. Je spojována s nadšením, kreativitou a veselím.

Vliv na psychiku: Oranžová je povzbuzující barva, která podněcuje k akci a podporuje pozitivní myšlení. Může zlepšit náladu a přinést pocit radosti, ale pokud je příliš intenzivní, může působit rušivě.

Jak může pomoci: Oranžová je vhodná pro stimulaci kreativity a komunikace, je užitečná v prostředích, kde je třeba aktivovat týmovou spolupráci a energii. Může být vhodná do kanceláří nebo kreativních studií.

6. Fialová barva

Co znamená: Fialová je barva luxusu, tajemství, spirituality a tvořivosti. Je spojována s mystikou, magií a přemýšlením.

Vliv na psychiku: Fialová může podněcovat kreativní myšlení a duchovní rozvoj. Je to barva, která podporuje meditaci a introspekci, ale může také vyvolat pocity osamělosti nebo melancholie, pokud je použita ve velkém množství.

Jak může pomoci: Fialová je vhodná pro stimulaci kreativity, meditace a hlubokého přemýšlení. Pomáhá v prostorách, kde je potřeba klid a soustředění, například v kancelářích nebo meditačních místnostech.

7. Růžová barva

Co znamená: Růžová je barva jemnosti, lásky, soucitu a něhy. Je považována za barvu ženskosti a romantiky.

Vliv na psychiku: Růžová má uklidňující a pozitivní účinky na psychiku. Vyvolává pocity lásky, porozumění a harmonie. Pomáhá zmírnit stres a podporuje klidné a vřelé vztahy.

Jak může pomoci: Růžová je ideální pro vytvoření prostředí, které podporuje pohodu a vztahovou blízkost. Je vhodná do ložnic, obývacích pokojů nebo terapeutických místností.

8. Hnědá barva

Co znamená: Hnědá je barva země, stability, pohodlí a tradice. Spojuje se s přírodou a bezpečím.

Vliv na psychiku: Hnědá má stabilizační účinky, vytváří pocit bezpečí a pohodlí. Může pomoci snižovat stres a vytvářet příjemnou, útulnou atmosféru.

Jak může pomoci: Hnědá je vhodná do prostor, kde je třeba podpořit klid, bezpečí a relaxaci. Je ideální pro obývací pokoje, kanceláře nebo místa určená k odpočinku.

9. Černá barva

Co znamená: Černá je barva tajemství, elegance, síly a autority.

Vliv na psychiku: Černá má silné emocionální účinky – může vyvolávat pocit síly a sebedůvěry. Vhodně použitá může působit sofistikovaně, ale při nadměrném užívání může působit těžce nebo depresivně.

Jak může pomoci: Černá je ideální pro zvýraznění jiných barev a pro dosažení elegantního nebo formálního vzhledu. Dodává sílu a moc, navozuje pocit tmy, tedy období, kdy sníme, takže často „plní sny“. Může podporovat soustředění a seriózní přístup, ale měla by být vyvážena světlejšími tóny, aby nezpůsobovala pocity izolace.

10. Bílá barva

Co znamená: Bílá je barva čistoty, jednoduchosti, nevinnosti a nové začátky.

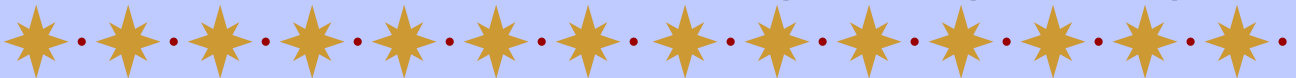
Vliv na psychiku: Bílá barva působí osvěžujícím a uklidňujícím dojmem. Symbolizuje čistotu a otevřenost, může navodit pocity klidu a nových začátků. Příliš mnoho bílé ale může působit chladně nebo sterilně.

Jak může pomoci: Bílá je skvělá pro vytvoření čistého, otevřeného a světlého prostoru. Může podpořit jasnost myšlení a pocit svobody.

NOVOROČNÍ PŘEDSEVZETÍ

Novoroční předsevzetí je tradice, která má kořeny v dávné historii a má silnou souvislost s lidskou touhou po zlepšení, změně a začátku nového cyklu. Tato tradice je známá nejen v České republice, ale i v mnoha dalších zemích světa. Myšlenka novoročních předsevzetí sahá až do starověkého Říma. Římané začínali každý nový rok tím, že slibovali bohu Janusovi (bohu začátků a přechodů) zlepšení svých životů. Janus byl bohem, který měl dvě tváře – jednu, která hleděla do minulosti, a druhou, která směřovala do budoucnosti. Lidé tehdy slibovali, jak se budou v novém roce chovat lépe, například dodržovat morální zásady nebo upravit svůj životní styl. V pozdějších obdobích se tradice novoročních předsevzetí šířila a měnila. V křesťanských zemích se objevily zvyky spojené s postními obdobími a liturgickými změnami, které vedly k reflexím o osobním zlepšení a pokání. Novoroční předsevzetí bylo považováno za způsob, jak začít nový rok čistý a s úmyslem žít lépe.

Jaká předsevzetí se nejčastěji dávají?



Novoroční předsevzetí jsou často spojována s touhou po osobním růstu, zdraví a zlepšení kvality života. Některé předsevzetí se objevují každý rok na vrcholu žebříčku nejoblíbenějších rozhodnutí, zatímco jiná jsou spíše specifická a závisí na individuálních okolnostech. Mezi nejčastější novoroční předsevzetí patří:

1. Zhubnout nebo zlepšit fyzickou kondici

Lidé si často dávají předsevzetí, že začnou pravidelně cvičit nebo se budou zdravěji stravovat, aby zhubli nebo se udrželi v dobré fyzické kondici.

2. Zdravější životní styl

Mnoho lidí si slibuje, že se vzdají kouření, omezí alkohol nebo se budou více věnovat duševnímu zdraví.

3. Naučit se něco nového

Ať už jde o nový jazyk, novou dovednost nebo získání nových znalostí, mnoho lidí si dává za cíl se v novém roce vzdělávat a zlepšovat své schopnosti.

4. Více číst

Předsevzetí, že začnou více číst knihy nebo jiné vzdělávací materiály, je časté.

5. Spořit nebo se zbavit dluhů

Cílem může být lepší správa osobních financí, spoření na budoucnost nebo splácení dluhů.

6. Trávit více času s rodinou a přáteli

Mnozí si dávají předsevzetí, že budou více investovat do vztahů s blízkými, věnovat jim více času a pozornosti.

7. Zlepšit vztahy s ostatními

Někteří lidé se rozhodnou zaměřit na zlepšení mezilidských vztahů, komunikace a schopnosti naslouchat.

8. Zbavit se špatných návyků

To může zahrnovat například přestat kouřit, omezit konzumaci alkoholu, přestat odkládat věci na později (prokrastinace) nebo se zbavit jiných neproduktivních zvyků.

9. Zlepšit organizaci a time management

Mnozí lidé si dávají předsevzetí, že budou lépe organizovat svůj čas, aby se vyhnuli stresu a chaosu.

10. Více cestovat

Lidé často slibují, že si naplánují více výletů, objevují nová místa nebo se budou věnovat novým zážitkům.

11. Žít ekologičtěji

Předsevzetí spojená s udržitelným životním stylem, jako je snížení spotřeby plastů, třídění odpadu nebo podpora ekologických iniciativ, se stávají stále populárnějšími.



JAKÉ JSTE ČÍNSKÉ ZNAMENÍ?

Leden 28, 1960 – Únor 14, 1961 Krysa Kov
Únor 15, 1961 – Únor 4, 1962 Buvol Kov
Únor 5, 1962 – Leden 24, 1963 Tygr Voda
Leden 25, 1963 – Únor 12, 1964 Zajíc Voda
Únor 13, 1964 – Únor 1, 1965 Drak Dřevo
Únor 2, 1965 – Leden 20, 1966 Had Dřevo
Leden 21, 1966 – Únor 8, 1967 Kůň Oheň
Únor 9, 1967 – Leden 29, 1968 Koza Oheň
Leden 30, 1968 – Únor 16, 1969 Opice Země
Únor 17, 1969 – Únor 5, 1970 Kohout Země
Únor 6, 1970 – Leden 26, 1971 Pes Kov
Leden 27, 1971 – Únor 14, 1972 Vepř Kov
Únor 15, 1972 – Únor 2, 1973 Krysa Voda
Únor 3, 1973 – Leden 22, 1974 Buvol Voda
Leden 23, 1974 – Únor 10, 1975 Tygr Dřevo
Únor 11, 1975 – Leden 30, 1976 Zajíc Dřevo
Leden 31, 1976 – Únor 17, 1977 Drak Oheň
Únor 18, 1977 – Únor 6, 1978 Had Oheň
Únor 7, 1978 – Leden 27, 1979 Kůň Země
Leden 28, 1979 – Únor 15, 1980 Koza Země
Únor 16, 1980 – Únor 4, 1981 Opice Kov
Únor 5, 1981 – Leden 24, 1982 Kohout Kov
Leden 25, 1982 – Únor 12, 1983 Pes Voda
Únor 13, 1983 – Únor 1, 1984 Vepř Voda
Únor 2, 1984 – Únor 19, 1985 Krysa Dřevo
Únor 20, 1985 – Únor 8, 1986 Buvol Dřevo
Únor 9, 1986 – Leden 28, 1987 Tygr Oheň
Leden 29, 1987 – Únor 16, 1988 Zajíc Oheň
Únor 17, 1988 – Únor 5, 1989 Drak Země
Únor 6, 1989 – Leden 26, 1990 Had Země
Leden 29, 2025 – Únor 16, 2026 Had Dřevo
Únor 17, 2026 – Únor 5, 2027 Kůň Oheň
Únor 6, 2027 – Leden 25, 2028 Koza Oheň
Únor 10, 2024 – Leden 28, 2025 Drak Dřevo

Leden 27, 1990 – Únor 14, 1991 Kůň Kov
Únor 15, 1991 – Únor 3, 1992 Koza Kov
Únor 4, 1992 – Leden 22, 1993 Opice Voda
Leden 23, 1993 – Únor 9, 1994 Kohout Voda
Únor 10, 1994 – Leden 30, 1995 Pes Dřevo
Leden 31, 1995 – Únor 18, 1996 Vepř Dřevo
Únor 19, 1996 – Únor 6, 1997 Krysa Oheň
Únor 7, 1997 – Leden 27, 1998 Buvol Oheň
Leden 28, 1998 – Únor 15, 1999 Tygr Země
Únor 16, 1999 – Únor 4, 2000 Zajíc Země
Únor 5, 2000 – Leden 23, 2001 Drak Kov
Leden 24, 2001 – Únor 11, 2002 Had Kov
Únor 12, 2002 – Leden 31, 2003 Kůň Voda
Únor 1, 2003 – Leden 21, 2004 Koza Voda
Leden 22, 2004 – Únor 8, 2005 Opice Dřevo
Únor 9, 2005 – Leden 28, 2006 Kohout Dřevo
Leden 29, 2006 – Únor 17, 2007 Pes Oheň
Únor 18, 2007 – Únor 6, 2008 Vepř Oheň
Únor 7, 2008 – Leden 25, 2009 Krysa Země
Leden 26, 2009 – Únor 13, 2010 Buvol Země
Únor 14, 2010 – Únor 2, 2011 Tygr Kov
Únor 3, 2011 – Leden 22, 2012 Zajíc Kov
Leden 23, 2012 – Únor 9, 2013 Drak Voda
Únor 10, 2013 – Leden 30, 2014 Had Voda
Leden 31, 2014 – Únor 18, 2015 Kůň Dřevo
Únor 19, 2015 – Únor 7, 2016 Koza Dřevo
Únor 8, 2016 – Leden 27, 2017 Opice Oheň
Leden 28, 2017 – Únor 15, 2018 Kohout Oheň
Únor 16, 2018 – Únor 4, 2019 Pes Země
Únor 5, 2019 – Leden 24, 2020 Vepř Země
Leden 25, 2020 – Únor 11, 2021 Krysa Kov
Únor 12, 2021 – Leden 31, 2022 Buvol Kov
Únor 1, 2022 – Leden 21, 2023 Tygr Voda
Leden 22, 2023 – Únor 9, 2024 Zajíc Voda

CO NÁS ČEKÁ V ROCE 2025 – V ROCE DŘEVĚNÉHO HADA?

Čínský Nový rok začíná 29. ledna 2025 a skončí 16. února 2026. Vládnoucím elementem je pro rok 2025 dřevo. Kráčíme tedy do roku dřevěného hada, který předpovídá, že **spokojení budou všichni ti, kdo jsou zvyklí poctivě dřít a nic nešidit**. Ti, kteří se práci vyhýbají nebo ji nedělají poctivě, moc spokojení nebudou. Začnou se totiž objevovat problémy, se kterými si nebudou vědět rady. Je to proto, že Had je dřič. Je nesmírně kreativní a pilný. Je to velký myslitel a dokáže vymyslet neuvěřitelné věci. Složitosti a problémy je jen nabuzují a stimulují. Had je vynikajícím řešitelem jakýchkoliv problémů a je **citlivý na dodržování termínů**.

Snad není třeba ani zmiňovat, že se bude rozšiřovat a **zvětšovat vliv umělé inteligence**. Rok Hada je pro ni navíc přímo ideální. Bude se dít spousta velkých změn. Mohou **padat vlády** a kompletně se **obměňovat lidé ve vysokých funkcích**. To samé se však bude dít i ve firmách. Bude to spojeno s jakousi "ohnivou" očistou a nastupujícími změnami. Dá se říci, že v mnoha oblastech nezůstane kámen na kameni. Mnoho věcí se změní a téměř všechno bude jinak.

Čínský horoskop 2025 **varuje především před úrazy**, které skutečně hrozí a mohou být značně nepříjemné. Často i s nějakými **dlouhodobějšími následky**. Jestliže jste ve škole či práci pod velkým stresem, pak byste se měli naučit s ním pracovat.



CO ČEKÁ VAŠE ZNAMENÍ V ROCE 2025?

KRYSA – ČÍNSKÝ HOROSKOP NA ROK 2025

Čínský horoskop 2025 předpokládá, že život Krysy bude v tomto roce průměrný. Bude neustále toužit po pozornosti, která nebude příliš přicházet. Vaše úsilí nemusí být odměněno v takové míře, v jaké očekáváte. Rovněž budete mít v tomto roce obavy o zdraví členů své rodiny. Dobrou zprávou však je, že vaše zdraví bude vynikající, nemusíte se v tomto směru obávat žádných výkyvů. I když půjde o poměrně smíšený rok, po pracovní i finanční stránce se vám bude dařit dobře. Pozor si však dávejte jen na kolegy, kteří vám nějakým způsobem chtějí ničit kariéru. Investice a rozjezd podnikání nechejte raději na jindy. Na to právě nyní není ideální rok.



BUVOL – ČÍNSKÝ HOROSKOP NA ROK 2025

Buvol bude v tomto roce spokojený. Čínský horoskop 2025 mu slibuje skvělý rok. Musíte však dbát na to, abyste vždy a za všech okolností zachovali klid a byli v pohodě. Všechny problémy se snažte řešit s chladnou hlavou. Jejich řešení totiž vyžaduje klid a diplomacii. Jen tak můžete předejít případných sporům. Nesnažte se cokoli obcházet nebo nacházet zkratky, takové jednání vám nebude fungovat. Po stránce finanční se těšte na hojný tok peněz, dobré výnosy vám přinesou investice. Měli byste však věnovat víc peněz úsporám a snažte se maximálně vyhnout rizikům. Svobodný Buvol má šanci najít si milence/ milenkou s vidinou dlouhodobějšího vztahu.



TYGR – ČÍNSKÝ HOROSKOP NA ROK 2025

Tygr se může v roce Hada těšit zejména na štěstí ve finanční oblasti. Peníze budou přicházet z více směrů. A perfektně se bude dařit i pracovně. Oproti tomu není vhodný rok pro romantiku a vášeň, milostná spojení jsou nyní stranou. Čínský horoskop 2025 dokonce přímo varuje, abyste si pořádně rozmysleli než vůbec do nějakého vztahu nebo do manželství vstoupíte. Zároveň vám to ani nedoporučuje. Aktivní budete v oblasti společenského života. Poznáte nové lidi a navážete nové, významné kontakty. Během roku se mohou objevit drobné zdravotní problémy, řešte je okamžitě. Celkově pak pro vás bude rok 2025 šťastným a stabilním rokem. Svých cílů a úspěchů dosáhnete sami, nebude závislí na podpoře ostatních.



ZAJÍC – ČÍNSKÝ HOROSKOP NA ROK 2025

Čínský horoskop 2025 předpokládá, že Zajíc bude muset letos proskákat pustými i drsnými zeměmi. Měl by si však být při tom vědom skrytých hrozeb a měl by mít připravenou alternativní strategii pro každou nenadálou situaci. Rozhodně zapomeňte, že byste dělali cokoli nezákonného. V opačném případě vás čeká potyčka se zákonem. Problémy související s kariérou vás dokonce mohou v tomto roce donutit změnit zaměstnání. Čínský horoskop 2025 rovněž varuje před nestálou finanční situací. Rozhodně se vyvarujte jakýchkoliv půjček na pokrytí svých vydajů. A problémy budete mít i ve vztazích milostných. Pozor na zdraví! Rozhodně byste měli více odpočívat. Dobrou zprávou je, že do konce roku se všechno zlepší a na konci roku zase zajedete do starých dobrých kolejí.



DRAK – ČÍNSKÝ HOROSKOP NA ROK 2025

Pro Draky bude tento rok pohodový a radostný. Dařit se bude prakticky ve všem. V práci či podnikání budete úspěšní a harmonické budou i vztahy milostné. Ve všem, na co sáhnete, se vám bude dařit. A plány vám nic nezhatí. Přesto čínský horoskop 2025 napovídá, že byste v každém případě měli být připraveni na nečekané situace a výzvy. Lehce náročnější může být tento rok po stránce finanční. Je nutné vyhnout se veškerým spekulacím či investicím, mohly by totiž vést k vážným ztrátám. Pozornost byste měli nyní upnout především na svého partnera/ svou partnerku a děti, zkrátka rodinu. Snažte se trávit více společného času.



OPICE – ČÍNSKÝ HOROSKOP NA ROK 2025

Čínský horoskop 2025 slibuje, že pro Opice to bude dobrý rok. Zejména se můžete těšit na zlepšení rodinných vztahů. Díky rodině se vám povede i něco, po čem již dlouho toužíte. Zároveň je tu však varování, že byste se měli vyhýbat jakýmkoliv konfliktům. Nehádejte se a snažte se být diplomatictí. Přestože na začátku roku bude mnoho překážek, s odhodláním bez problémů uspějete. Během roku může mít Opice štěstí v hazardních hrách nebo sázkách, avšak rozhodně to nepřehánějte. Jednou a dost! Pozor si však dávejte na cestách, hrozí nebezpečí.



KOHOUT - ČÍNSKÝ HOROSKOP NA ROK 2025

Rok 2025 bude pro Kohouty slibný a přínosný. Jediné, co budete hodně řešit, jsou peníze. Neměli byste tolik utrácet, příjmy totiž nebudou tak velké. Máte-li nějaké úspory, můžete investovat, to by vám mělo přinést zisk. Značně úspěšní pak budete v práci. Díky svým manažerským schopnostem se posunete dál. Čínský horoskop 2025 předvídá, že je dokonce možný i kariérní postup. Kolegové vám jej budou přát. Maximálně byste se však měli vyhýbat soudním sporům. Svobodné Kohouty čekají neformální vztahy, nic dlouhodobého. Zadaní Kohouti by pak měli být opatrní ve vztazích rodinných, které budou extrémně náročné. A pokud budete schopni kontrolovat své stravovací návyky, bude vše v pořádku i po stránce zdravotní.

PES - ČÍNSKÝ HOROSKOP NA ROK 2025

Rok bude plodný, šťastný a plný lásky i romantiky. Tak vidí budoucnost Psa čínský horoskop 2025. Budete mít dostatek času snít, přemýšlet a objevovat nové věci. Pokud obětujete dostatek času a vložíte i píli do pracovních záležitostí, neminou vás obří zisky. Pomoci by vám dokonce mohli i vaši kolegové či spolupracovníci. Jestliže podnikáte, pak důsledně kontrolujte výdaje. Jen tak může vaše firma nadále přežít. Měli byste však i tak hledat nové možnosti a chopit se jich, jakmile je objevíte. Více času věnujte i partnerskému životu, jen tak budete v této oblasti šťastní. Pozor na zdraví, zde hrozí nějaké komplikace.

VEPŘ - ČÍNSKÝ HOROSKOP NA ROK 2025

Čínský horoskop 2025 předpovídá, že zrozenci Vepře budou čelit turbulentním a znepokojivým časům. Celkově pak tento rok bude průměrný. Zpočátku bude všechno vypadat velice temně, postupem roku se mnoho věcí zlepší. Příliš dobré nejsou ani kariérní a finanční vyhlídky. Nebude se vám dařit, ale v žádném případě byste neměli být agresivní. I když budete kdovíjak zaneprázdněni. V podnikání budete mít problém s konkurencí. Možná si uvědomíte, že je třeba inovovat, pokud chcete nadále přežít. Skvělou šanci nabízí zahraničí, sáhněte po této možnosti. Případné peníze navíc neutrácejte, ale uložte je, abyste s nimi mohli v budoucnu pokrýt nepředvídatelné výdaje. Pohodový rok nebude mít Vepř ani v milostných vztazích. Něco se zvrtně. Nežadaní novou látku nepotkají, budou si muset počkat. A problematické bude i zdraví, měli byste se zamyslet nad svým životním stylem.

HAD - ČÍNSKÝ HOROSKOP NA ROK 2025

Čínský horoskop 2025 varuje, že Had, ač je to jeho rok, nemusí být zase až tolik spokojený. Opatrní byste měli být v rozhodování. Vyhýbejte se náhlým změnám a ukvapeným rozhodnutím. Pokud podnikáte, měli byste se soustředit na nové projekty. Chcete-li uspět, pak bude třeba hodně vytrvalosti a koncentrace. Před startem jakéhokoliv projektu byste si měli vše důkladně prostudovat a analyzovat. Dávejte si však pozor na ty, kteří vám příliš nepřejí a chtěli by vám házet klacky pod nohy. Skvělé ale budou vztahy milostné. Překážkou může být opět jen vaše podivné nepředvídatelné chování. Buďte na sebe také opatrní, neboť je tu riziko nějakého úrazu. A neutrácejte zbytečně. Had-žena má šanci v tomto roce otěhotnět a rozhodně by to pro ni bylo i žádoucí.



Calin v Trutnově

Dne 22. listopadu se v trutnovském Uffu konal koncert známého rappera Calina. Na Calinovu show dorazilo opravdu hodně lidí. Jak byste reagovali, když by vám někdo nabídl, že s ním můžete vést dokonce rozhovor? Určitě byste neodmítli. Stejná šance se naskytlá i nám, a to díky naší paní učitelce Kubínové, která Calina dříve učila. I proto se paní učitelka rozhodla, že mu zkusí napsat a případný rozhovor domluvit. A měli jsme velké štěstí, že si na nás Calin udělal čas a my jsme mohli v pátek před show přijít na rozhovor. Přesně podle domluvy jsme se v 18:00 sešli s Calinem v zákulisí. Upřímně, čekala jsem, že to bude rychlý pětiminutový rozhovor někde za pódiem. Ale ne, Calin nás velmi vřele přivítal a vzal nás do místností určených jen pro něj. Byl na nás opravdu milý, dokonce nám nabídl své vlastní pití, kafe, nebo třeba oříšky. Původně jsme byli z rozhovoru nervózní, jenže nervozita z nás opadla hned, když jsme zjistili, že se s Calinem dá bavit v podstatě o čemkoliv. Nakonec z toho byl třicetiminutový rozhovor plný zajímavých informací. Samozřejmě zbyl čas i na nějaké ty fotky.



Nám poté nezbývalo nic jiného, než se s Calinem rozloučit, poděkovat mu a těšit se na jeho následnou show. Později nás už jen čekalo vystát frontu, ve které jsme naštěstí stáli hned na začátku. Po otevření dveří do sálu následovaly nějaké ty strkanice, kdo kde bude první, protože všichni chtěli mít ta nejlepší místa. I na nás se dostalo a měli jsme štěstí, že jsme mohli stát také co nejbližší pódiu, a mít tak dobrá místa třeba na pořizování fotek. Čekání na samotné vystoupení jsme si naštěstí zkrátili posloucháním a zpíváním známých písniček, které pouštěl D. Kop. Ani nám nepřišlo, že už čekáme hodinu. Najednou velká část pódiu zhasla a my bouřlivým výskotem přivítali Calina. Postupně zazpíval své starší písničky, ale i písničky ze svého nejnovějšího alba Bieber Fever. Celý večer zakončil již očekávanou písničkou Růže, kterou v originálu zpívá se Steinem27. Jeho show byla tak vyvedená, že jsme Calina vytleskali podruhé na stage a on nám zazpíval už opravdu poslední písničku. Na tento zážitek s Calinem nezapomeneme a určitě ještě někdy dorazíme na další jeho vystoupení. Možná si nás bude ještě pamatovat.

Rozhovor s Calinem

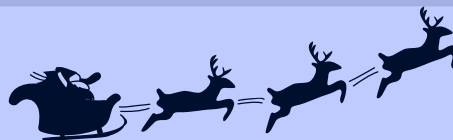


Ahoj. Mohl bys nám říci, jak se vyvíjelo tvoje studium, které si začal na Základní škole Sirotkova v Brně, kde tě učila paní učitelka Kubínová?

Byl jsem tam jenom rok. Myslím si, že jsem byl hodně viditelnou postavou ve třídě. Potom jsem udělal přijímačky na matematické gymnázium v Brně, kam jsem šel spolu se svými spolužáky. Školou jsem dost proplouval, ale měl jsem dobrou třídu. Spolužáci mi dost pomáhali, takže jsem to nakonec zvládl. Dokonce jsem dostudoval Filozofickou fakultu Masarykovy univerzity v Brně, obor Teorie interaktivních médií. Jsem tedy překvalifikovanéj bakalář. Hodil jsem si to tak okrajově, když byl covid. První dva roky byly v pohodě, pak už to šlo hůř. Pro mou mámu to hodně znamenalo.

Jak ses dostal k hudbě?

Na střední, asi ve třetáku nebo ve čtvrtáku, jsem se dal dohromady s kluky, se kterými teď máme firmu. Bylo nám 18 a jel právě hodně rap, ale spíš v Praze než v Brně. V Brně bylo spoustu mladých kluků, co chtěli rapovat, ale neměli kde. Já jsem potkal Davida, společně jsme si založili studio a z toho jsme udělali to, co už 10 let máme.



Maminka je dirigentka, že? Ještě je v oboru?

Teď dělá sama na sebe, dirigování už není její hlavní povolání. Dělá učitelku v hudebce, má svůj sboreček a je do toho zapálená. Ten zápal pro hudbu a celkově to, co mě baví, mám vlastně po ní. Dala mi i hudební základ tím, že mě posílala do zušky na sbor a na různé nástroje. To mi teď pomáhá právě při tvorbě. Cítím se trochu kvalifikovanější, když že se orientuji v tónech, progresu akordů a podobně. To jsou věci, které většina raperů nezná. Dává mi to i možnost jít hlouběji a za to vděčím právě mamce.

Co říkáš na to, že máš hodně fanynek i v řadách starší generace?

Tak to je zajímavý, zrovna na tohle naše tour chodí většinou lidi mezi 15 a 26 lety.

Jak vypadá taková tvoje tour? Preferujete spíš větší či menší města?

Máme města, která jsou našimi stálicemi. Většinou ta velká jako Praha, Brno, Olomouc, Ostrava, kde známe prostředí a koncerty si děláme sami. A potom jsou menší města, kde hrajeme přes promotéra. Máme asi 22 zastávek.

A co na tvou tvorbu říkají rodiče? Jsou fanoušci?

Ze začátku to bylo těžké, protože úspěch hodně ovlivní člověka i jeho okolí. Já jsem dřív dělal judo. A když jsem tátovi řekl, že s judem končím, protože se chci věnovat hudbě, byl hodně skeptický, ale postupně se to zlepšilo. Teď už jsou vlastně docela nadšení, chodí i na koncerty. Bohužel tomu dávají větší pozornost a hodnotu i díky úspěchu. Asi tomu rozumím, zkrátka už vidí, že jsem schopný se tím i uživit. Já jsem totiž po střední chodil chvíli na jednu ekonomku, ze které mě vyhodili, ale našim jsem to ještě rok neřekl, protože jsem věděl, že to bude problém. Tak jsem víc zapracoval v té hudbě a pak se to doma oznamovalo snáz, když jsem mohl ukázat, že se věnuji něčemu, co dává smysl.

Co a koho všechno s sebou vozíte?

Vozíme vlastního ověřeného zvukaře, diskdžokeje, který je zároveň manažer. Většinou máme i sekuriťáka. A potom občas nějaké hosty. Trutnov je zrovna jedna z těch menších zastávek, kde nás je míň. Zima a podzim jsou většinou sezóna klubů, léto jsou festivaly.

Co tak posloucháš za hudbu ve volném čase?

Poslední dobou třeba přestávám poslouchat rap. Už jsem nějak přerapovanej. Nicméně rap mě živí. Jak se teď rap stal hlavním proudem a dělají ho všichni, protože je to snadný dělat, tak se zase hodně vracím k nástrojům, k soft popu a rocku, třeba k The Cure. Rap mě baví dělat, ale už mě asi tolik nebaví ho poslouchat

S kým spolupracuješ ze známějších tvůrců?

Měli jsme na týden půjčené skvělé nahrávací studio ve Slavkově od Davida Kollera. Domlouvali jsme i písničku s kapelou Lucie. Stalo se ale to, že se mezitím rozpadla. S Davidem Kollerem jsme pořád v kontaktu a kdyby něco vzniklo, bylo by to fajn mezigenerační spojení. S Benem Cristovao spolupracujeme hodně. Jsme v kontaktu i s lidmi z širší popové scény. Třeba s Miraiem si chodíme na koncerty, ale hudbu spolu moc neděláme. To samé s Ewou Farnou.

Hraješ na nějaký hudební nástroj?

Hraju na kytaru, jednou za čas si jí vezmu do ruky, vybrnkávám akordy, pomáhá mi to v tvorbě. Ale teď už spíš, když dělám hudbu, tak si vezmu na pomoc počítač a klávesy.

Jak dlouho trvá vytvořit takové album a jak vznikl název toho posledního?

To záleží na mnoha okolnostech. Třeba předchozí album vzniklo jednoduše za dva měsíce, protože jsem toho měl hodně co říct a dařilo se nám tvoření zvuku. Tohle album už trvalo rok. Měl jsem nějaká očekávání od lidí, která jsem chtěl splnit a byl tam zkrátka takový pomyslný tlak. A název Bieber fever... s albem Popstar přišla vlna nadšení a popularity a najednou to bylo nejposlouchanější album. A já si vzpomněl na Justina Biebra, jak z něj holky šlely, když mu bylo 18 let. Bieber fever mi přišlo jako takové tematické navázání.

Jak dlouho to trvá, než dáš dohromady slova?

To zase záleží na tom, jak moc mám co říct. Třeba když jsem byl v LA v Americe, tak tam to mají interpreti rozdělené, jeden dělá klavír, jeden bicí, jeden skládá text a každý dělá to, co mu jde nejlíp. Jenže tady si to každý musel dělat sám, takže každý má svou vlastní lyriku, svůj styl beatů. Teď se snažím najít někoho, kdo by mi s tím víc pomáhal, ale není to tu zavedený. Hledám právě hodně mezi mladými. Ale jinak si to prostě píšu sám. Občas je to napsané za pár minut, protože zrovna cítím, že mám co říct. Někdy je to trochu pokus omyl.

Zjistili jsme, že sleduješ na Instagramu i interprety z našeho okolí, konkrétně ze Rtně, jmenuje se Levák Bob.

Rád sleduju mladé, začínající umělce. On i ta jeho skupina jsou celkem zajímaví interpreti. Dobře se oblékají, je to skvělý new school. Ten jejich rap mě baví o něco míň, ale mají všechno okolo. Sleduju ho a těším se, kam se bude vyvíjet.

Máš nějaký song, který má pro tebe hlubší význam a je to tvoje srdcovka?

Paradoxně první album, co jsem udělal, mi teď zní jako album, které mělo být poslední. Protože to bylo zrovna v době, když začal covid, já jsem byl po rozchodu a celkově to bylo těžké období, nevěděli jsme, jestli se vůbec uživíme. Takže celé tohle album je pro mě hodně emotivní a hodně jsem se tam vepsal.



Bydlíš teď v Praze nebo jsi zůstal věrný Brnu?

My jsme rozhodli, že uděláme silnou stránku z Brna. Zůstali jsme tam. Máme tam studio a snažíme se tam natáhnout lidi. Je to známé, stabilní prostředí. Pro tvoření mi přijde ideální. V Praze se většinou otočíme párkrát do měsíce, když je potřeba tam něco zařídit.

Uvažuješ, že bys někdy vyrazil někam do zahraničí na tour?

Na světový trh bych si asi netroufl. To už je fakt ostrá hra. Nedokážu si to představit. Myslím si, že v Česku je ještě rozhodně co dobývat, neplánuju expandovat.

Mluvil jsi o judu, je to pro tebe odreagování?

Já jsem judo přestal dělat v ten moment, kdy jsem se rozhodl pro hudbu. Snažil jsem se s trenérem domluvit, že bych to dělal jen tak pro zábavu, ale to nedopadlo a nechal jsem ho být. Teď dělám víc jiných bojových sportů, občas mi to chybí, ale co se dá dělat.

A nyní něco osobnějšího. Je těžké si najít partnerku, když jsi svým způsobem profláklej?

Myslím si, že záleží na tom, co člověk od vztahu chce. A je to určitě těžké v tom, že ta dotyčná je vystavovaná tomu, že je známá jako přítelkyně známého člověka... Je to na nic, co si budeme povídat. U známých lidí veřejnost pořád všechno řeší, do všeho rúpají. Já si rád hlídám svoje soukromí, takže svoje vztahy moc neprezentuju veřejně. Je to tak lepší.

Blíží se Vánoce. Je něco, co by sis hodně přál?

Já si asi to, co chci, koupím a vlastně toho moc nechci. Hlavně zdraví, to bych chtěl a abych mohl trávit čas s blízkými. Čím déle v tom všem jsem, tím víc si uvědomuju, že jsou důležitější věci.

Pronásledují tě občas fanoušci nebo novináři?

To ani ne. Bulváry jako je Blesk a podobně cílí hodně na starší generace. Myslím, že ta naše mladá je tolik nezajímá. Jednou mi kamarád řekl, že mi někdo pořvává po okny: "Tady někde bydlí Calin!" Nebo jede někdo kolem v autě a pustí nahlas můj song. Nebo mi pán dovezl stůl a večer mi volal, jestli by si nemohl dojet pro podpis pro svojí kolegyni. Ale jinak jsou lidé docela v klidu.

Děkujeme, že sis na nás udělal čas, a přejeme Ti hodně štěstí do budoucna. ★

Vánoce na Ukrajině

V tomto článku bych vám chtěla přiblížit, jak vypadají ukrajinské Vánoce. Na Ukrajině neslavíme Vánoce stejně jako v Evropě nebo v Americe. Jelikož Ukrajina byla dlouho součástí Sovětského svazu, převzali jsme mnoho ruských tradic, například to, že v Rusku se více slaví Nový rok než Vánoce. Přesto některé ukrajinské rodiny uchovaly své vlastní tradice a dodržují je dodnes, navzdory rusifikaci na našem území.

Ukrajinci mají rádi oslavy, a když máme alespoň malý důvod něco oslavit, rozhodně s tím neotálíme. Ukrajina je pravoslavná země, a proto slavíme Vánoce tradičně 7. ledna, ale mnoho lidí slaví i katolické Vánoce, ačkoli nejsou katolíci. Tradičně začínáme slavit 6. ledna večer jen v rodinném kruhu. Na stole musí být dvanáct různých postních pokrmů. Možná se ptáte, proč dvanáct – je to symbol dvanácti apoštolů (učedníků Ježíše). Hlavním vánočním jídlem je „kutia“ – pšeničná nebo ječná kaše smíchaná s rozinkami, mákem, medem a ořechy. Musí se podávat jako první před ostatními chody, protože křesťané prostřednictvím tohoto pokrmu vzpomínali na zesnulé předky. 7. ledna už mohou přijít vzdálení příbuzní a blízcí přátelé rodiny. Na stole pak bývají i různé jiné pokrmy, často s masem.



Dalším zajímavým zvykem, který je na Ukrajině neodmyslitelně spojen s Vánocemi, je koledování neboli „koljada“. Skupiny dětí nebo dospělých chodí od domu k domu, zpívají tradiční vánoční písně a přejí rodinám štěstí, zdraví a hojnost. Koledníci na sobě obvykle mají speciální oblečení, často zdobené výšivkami, a jeden z nich nese hvězdu jako symbol Betlémské hvězdy. Hostitelé jim za koledy dávají drobné dárky, například sladkosti, ovoce nebo drobné peníze. Původně měli koledníci za úkol oznámit, že se narodil Ježíš, čímž přinášeli do domácností štěstí, zdraví a hojnost. Tento zvyk pomáhá udržovat pocit sounáležitosti a radosti v komunitě a to je důležité zejména v těžkých časech. Koledování také umožňuje předávat tradice dalším generacím a připomínat si kulturní dědictví.

Zajímavým vánočním příběhem z Ukrajiny je historie vzniku skladby Carol of the Bells, jedné z nejznámějších vánočních písní na světě. Ta má svůj původ v tradiční ukrajinské lidové písni s názvem Šchedryk, kterou složil skladatel Mykola Leontovych v roce 1916. Píseň původně neměla vánoční tematiku, ale byla oslavou štědrosti a příchodu nového roku. Její text vyprávěl příběh vlaštovky, která přináší dobré zprávy o bohaté úrodě a šťastném roce. Až později byla skladba přeložena do angličtiny a adaptována do podoby vánoční písně, kterou dnes známe jako Carol of the Bells. Tato melodie je tak důkazem, jak může ukrajinská kultura ovlivnit celý svět.

Osobnost našeho kraje

Michal Gabriel

Michal Gabriel se narodil 25. 2. 1960 a v roce 1978 nastoupil na Střední uměleckoprůmyslovou školu v Praze. Poté vystudoval Akademii výtvarných umění - obor sochařství a v roce 1987 byl zakládajícím členem výtvarné skupiny Tvrdohlaví. V roce 1995 získal cenu Jindřicha Chalupického a o tři roky později nastupuje na místo vedoucí ateliéru sochařství na FaVU VUT v Brně. V roce 2001 byl habilitován docentem na Vysoké škole uměleckoprůmyslové v Praze a o šest let později je zvolen děkanem FaVU VUT v Brně. V roce 2009 jmenován profesorem. Jeho sochy najdete téměř všude, dokonce i nad vstupem do prezidentské kanceláře na Pražském hradě. Zde se vyjímá jeho Okřídlený levhart, plastika vytvořená ve spolupráci s arch. Bořkem Šípkem. Levhart s motýlími křídly zde nahradil tradičního heraldického lvíčka v netradičním duchu myšlení, tentokrát opravdu postmoderního. Podobnou formu měla Okřídlená lvice pro atrium Banky Union v Ostravě. Prací zcela mimořádnou se stala realizace Kašny pro Hradec Králové, na níž Gabriel spolupracoval s ing. arch. Olegem Hamanem. Byla odlita jako celek z chromniklové oceli s leštěným povrchem. I v Trutnově tu máme sochy, kterými se naše město pyšní. Soubor soch nazvaný Smečka tvoří sedm bronzových šelem před kulturním centrem Uffo a jeho socha Lev je skoro dva metry vysoká, váží tunu a půl, a téměř neustále mění barvy. Chvillemi doslova září, chvillemi vypadá velmi nenápadně a téměř splývá s okolím. Podobně vypadá i socha Václava Havla před místním kinem Vesmír.



Zajímalo Vás umění už od dětství? Byl jste „výtvarný“ a tvořivý typ studenta?

Umění mě opravdu od dětství zajímalo, ale spíše jako průvodní a důležitá součást historie. Neuvědoměle jsem ho vnímal jako něco, co se nevyvíjí ve své kvalitativní rovině. Kamenná čepel z pazourku je nádherná, má historickou hodnotu, ale její technologická cena je v současnosti nulová. Jeskynní malby z Altamiry jsou srovnatelně krásné jako malby vynikajícího současného německého malíře Gerharda Richtera. Vždy mě na umění přitahovala krása spojená s bezčasím. Tvůrce historicky není limitovaný technologickým vývojem a vědeckým poznáním společnosti, ve které právě žije. Byl a je limitovaný pouze sám sebou. Hodně jsem četl knihy o historii a rodiče mě vodili na výstavy. Nebyl jsem dobrý student, ale hodiny spojené s výtvarnou výchovou pro mě byly osvobozením.

Co je Vaší největší inspirací při tvoření soch?

Každá socha má svůj příběh i svou inspiraci. Samotné tvoření sochy může původní záměr postupně proměnit, a to jak formou, tak nakonec i tématem. Nejsem konceptuální umělec, a tak se ve své volné tvorbě nebráním změnám, které vedou k úplně jiné soše, než jakou jsem původně zamýšlel vytvořit. Samozřejmě to neplatí u soch, které tvořím na zakázku. Inspirací je pro mě příroda ve své tvarové kráse a příběh lidí v archetypální podobě.

V Trutnově všichni obdivují Vašeho nerezového Iva. Jak je finančně nákladné vyrobit takovou venkovní sochu?

Zatím mi náklady na výrobu soch z nerezové oceli formou vrstvení vychází při srovnání s litím do bronzu přibližně stejně. Stejně jako u litého bronzu jde o cenu, na jaké se s výrobcem domluvíte. Vyzkoušel jsem tři firmy a cenové nabídky byly srovnatelné. Konkrétně prodejní cena této sochy v roce 2024 je 2 800 000 Kč bez DPH. Socha je bezplatně zapůjčena městu

Máte v životě ještě jiné koníčky než umění? Jak trávíte svůj volný čas?

Kdysi jsem měl, ale vše se nakonec vždy stáčí k umění a sochám. Když pronikáte stále hlouběji do podstaty sochařství, tak si uvědomíte, že tak můžete vnímat celý svět okolo sebe. Hudebníci ho vnímají v tónech rytmu nebo nakonec ve vibracích a vlnění. Já ho vnímám ve tvarech a strukturách, a to se nakonec může promítnout do jakékoli k umění přidružené činnosti, pokud pro ni vznikne prostor.

Jak dlouho trvalo vytvoření bronzových soch koček, které stojí před Uffem?

Sochy vznikaly v rámci mé volné tvorby, a tak nebyly limitovány žádným termínem dokončení. Dokonce jsem na začátku ani nevěděl, kolik soch bude sousoší tvořit. Nakonec jsem skončil u sedmi. Na celém sousoší jsem pracoval průběžně asi 6 nebo 7 let. Samozřejmě jsem dělal v tomto období i na jiných sochách. Pro představu popíši, jak taková socha vzniká. Nejprve ji vymodeluji do hlíny, potom odlíji do sádry. Na sádrový model vytvořím silikonovou a laminátovou formu. Do této formy vyskládám strukturu budoucího povrchu sochy ze skořápek ořechů a zaliji je polyesterovou pryskyřicí. Všechny díly formy spojím. Po zatuhnutí pryskyřice formu otevru a celý odlitek vyretušuji. Tento odlitek putuje do slévárny, kde ho opět zaformují, aby mohli celou sochu odlít do slévárenského vosku. Voskový model je dutý a tloušťka stěny odlitku je tloušťkou budoucího bronzového odlitku. K modelu slévači přilepí voskové kanály pro vtok bronz. Voskový model zalijí do formovací hmoty. Vzniklou formu vypálí a vosk v ní vyhoří. Do horké formy se potom nalije roztavený bronz. Formu po zatuhnutí bronzu rozbijí a odlitek vycizelují. Jde o dlouhý proces, který jsem měl v některých fázích patentovaný.

Na které ze svých děl jste nejvíce pyšný a proč?

Na tuto otázku neumím odpovědět. K sochám, které jsem vytvořil, mám osobní vztah a neumím trvale upřednostnit některou z nich. Je to jako odpovědět na otázku, které ze svých dětí máte nejraději.

Je něco, co byste si chtěl v profesním nebo osobním životě ještě splnit?

Byl bych šťastný, kdyby se mi podařilo zrealizovat všechny moje sochařské záměry. Ty se ale stále přeformovávají, a tak třeba za půl roku by plán sochařských záměrů vypadal jinak než nyní.

Co byste poradil studentům, kteří milují umění a tvorbu a rádi by se tomuto koníčku věnovali do budoucna?

Pokud bude pro ně umění koníčkem, tak jim přeji co nejhlubší ponor do něj. Pokud se ale chtějí umění věnovat trvale nebo se jím dokonce živit, tak je určitě důležité, co nejdříve zjistit, kým jsou a jestli to je opravdu jejich cesta, a ne jen přání.

Vánoce a Nový rok ve Vietnamu

Vánoce a Nový rok v Vietnamu se slaví jinak než v tradičních křesťanských zemích, protože většina Vietnamců není křesťanského vyznání. Nicméně Vánoce jsou v posledních letech stále populárnější, zejména ve velkých městech a mezi mladými lidmi, a to i díky západním vlivům. Naopak Lunar New Year (Tết Nguyên Đán), což je vietnamský Nový rok, je pro Vietnamce mnohem důležitější svátek a tradiční oslavy jsou bohaté na zvyky a rituály.

Většina komerčních obchodů a nákupních center je během prosince bohatě vyzdobena vánočními stromečky, světýlky a figurkami Santy. Vietnamci, kteří jsou křesťané, chodí na půlnoční mši (thánh lễ đêm Giáng Sinh), která je důležitou součástí oslav. Dávání dárků není ve Vietnamu tak běžné jako v západních zemích, ale některé rodiny si vzájemně dávají malé dárky, zejména děti dostávají něco od svých rodičů nebo příbuzných.

Většina Vietnamců o Vánocích nevaří tradiční vánoční pokrmy, ale některé rodiny mohou připravit jídla jako pečené kuře nebo jiné západní pokrmy, které se během Vánoc podávají.

Tết Nguyên Đán - Vietnamský Nový rok

Tết Nguyên Đán, nebo prostě Tết, je největší a nejdůležitější svátek ve Vietnamu. Oslavy mohou trvat až týden a zahrnují širokou škálu rituálů a zvyků, které mají zajistit štěstí a prosperitu v nadcházejícím roce. Tết je založený na lunárním kalendáři, takže každý rok připadá na jiné datum (většinou na přelomu ledna a února).

Před Tětem Vietnamci obvykle provádějí důkladný úklid svých domovů, aby se zbavili všeho starého a přitáhli do domácnosti štěstí a pohodu. Tết je také časem k uctění předků, a to jak v domácnostech, tak na hrobech. Rodiny připravují oltář s jídlem a květinami, aby uctili své předky. Podobně jako v Číně, Vietnamci dávají v Tětu dětem i dospělým červené obálky s penězi jako symbol štěstí a prosperity do nového roku. V období Tětu je velmi oblíbená výzdoba ve formě květů jako tulipán (hoa đào) nebo zlatý květ (hoa mai). Také různé dekorace v červené a zlaté barvě, které symbolizují štěstí a prosperitu.

A co máme ve Vietnamu v tento čas dobrého?

Bánh chưng (severní Vietnam): Je to čtvercový rýžový dort plněný vepřovým masem a fazolemi. Tento pokrm symbolizuje zemi a je velmi oblíbený v severní části Vietnamu.

Bánh tét (jižní Vietnam): Tento kulatý rýžový dort je podobný bánh chưng, ale má jiný tvar a je populární v jižním Vietnamu. Je také plněný vepřovým masem a fazolemi.

Thịt kho hột vịt (maso s vejcem v omáčce): Je to pokrm z vepřového masa a vařených vajec, který se vaří v sladké a slané omáčce a je velmi oblíbený během Tětu.

Canh măng (polévka s bambusovými výhonky): Tradiční polévka, která se připravuje na Nový rok a symbolizuje prosperitu.

Xôi: Rýžová kaše s různými přísadami, jako jsou slané nebo sladké ingredience, se často podává na sváteční stoly.

Mứt Tết (kandované ovoce a sladkosti): Různé druhy kandovaného ovoce, jako je papája, dýně nebo kokos, jsou tradičním občerstvením během Tětu.



RYCHLOKURZ VÁNOČNÍHO CUKROVÍ

ZVLÁDNEŠ TO I TY!

KOKOSOVÉ KOULE

Čas přípravy: 10 minut

Ingredience:

200 g sušeného mléka

100 g strouhaného kokosu

100 g moučkového cukru

100 g másla (rozpuštěného)

2-3 lžíce mléka

1 lžička vanilkového cukru

50 g čokolády (pokud chceš koule obalit v čokoládě)



Postup: vše smíchej, vytvaruj kuličky a dej do ledničky ztuhnout.
Za 30 min servíruj!

TATRANKOVÉ KULIČKY

Čas přípravy: 10 minut

Ingredience:

6 ks tatranečků

240 g změkklého másla

1 lžíce rumu

360 g cukru moučka

4 lžíce neslazeného kondenzovaného mléka

strouhaný kokos na obalení



Postup: oplatky rozdrť a vše smíchej, vytvaruj kuličky a dej do ledničky. Za 30 min servíruj!

TIRAMISU TRUFFLES

Čas přípravy: 15 minut

Ingredience:

1 lžička instantní kávy

30 ml horké vody

250 g mascarpone

50 g moučkového cukru

0,5 lžičky vanilkového moučkového cukru

140 g cukrářských piškotů

kakao na obalení



Postup: Instantní kávu zalijeme vodou a necháme vychladnout. Smícháme mascarpone, moučkový cukr, vanilkový cukr, nalijeme kávu, přidáme rozdrčené piškoty. Na 30 min dáme do mrazáku. Vyndáme a tvarujeme kuličky, obalíme je v kakau.

MÁSLOVÉ CUKROVÍ PRO MÍRNĚ POKROČILÉ

Čas přípravy: 60 - 120 minut

Ingredience k těstu:

70 gramů cukru

140 gramů másla

280 gramů hladké mouky

1 žloutek

Vykrajovátko

Plech vymazaný tukem

dvě polévkové lžíce příchutě (kakaa, máku, skořice, nadrcených oříšků) na ozdobu

čokoláda na polevu



Ingredience k přípravě krému:

½ kostky másla

1 polévková lžíce cukru moučky

Postup: Ve středně velké míse smícháme všechny suroviny a těsto necháme uležet do druhého dne v lednici. Druhý den těsto po malých částech vyválíme, vykrojíme zvolené tvary a přemístíme na tukem vymazaný plech. Plech vložíme na 150°C předehřáté trouby cca na 10-15 min. Po vyndání si připravíme krém smícháním másla a cukru, slepíme tvary k sobě. Rozpustíme si čokoládu ve vodní lázni a upečené těsto do ní namáčíme.

Po ztuhnutí podáváme.

Jitka Procházková, 1.X