

**OZDRAVA!!!
AVAPTSO!!!**



Obsah

CO SE DĚJE S LIDSKÝM TĚLEM V JARNÍCH MĚSÍCÍCH.....	4
RECEPT NA SMOOTHIE, KTERÉ NASTARTUJE VÁŠ ORGANISMUS.....	5
POKRMY A NÁPOJE Z JARNÍHO KVÍTÍ.....	Chyba! Záložka není definována.
ÚSKALÍ A VÝHODY LETNÍHO ČASU	6
JARO JE TADY ANEB AT ŽIJÍ ALERGIE!	7
FENOMÉN “JARNÍ ÚNAVY” - JAK NA NI?	8
JARNÍ PRANOSTIKY	10
POHANŠTÍ BOHOVÉ SPOJENÍ S JAREM	11
JARNÍ HOROSKOP 2025.....	11
VÍTÁNÍ JARA V CIZÍCH ZEMÍCH	12
MEZINÁRODNÍ DEN ŽEN	13
DEN MATEK – HISTORIE A SOUČASNOST	14
JARNÍ KONCERTY A JINÉ HUDEBNÍ AKCE	15
NEJOČEKÁVÁNĚJŠÍ KNIHY JARA 2025	17
DEN UČITELŮ.....	19
VLASTNÍ TVORBA ŽÁKŮ	20
V ČEM VIDÍM ŠTĚSTÍ ČLOVĚKA?	20
LITERÁRNÍ SOUTĚŽ.....	22
VÍTĚZNÉ PŘÍSPĚVKY.....	22

CO SE DĚJE S LIDSKÝM TĚLEM V JARNÍCH MĚSÍCÍCH

Během jarních měsíců prochází naše tělo různými změnami. Mohou být způsobeny změnou počasí, vyšší aktivitou organismu či délkou dne. Připravila jsem si pro Vás pár tipů, jak si během jara zlepšit imunitu a na co si dávat pozor.

Úbytek zimní únavy a více energie

- Zimou nám končí i pozdní svítání a brzké stmívání. Čekají nás delší dny a více slunečního světla. To pomáhá zvýšit produkci serotoninu – hormonu štěstí. Tělo se zbavuje zimní únavy a důsledků nedostatku slunce a pohybu.

1. Posílení imunity

- Na jaře je imunita oslabená a tělo náchylnější k nemocem z důvodu změny teplot. Tělo si postupně zvyká na vyšší teploty a je vystaveno jarním virózám a alergii. Je důležité doplňovat vitamíny C, D a zinek.

2. Zvýšená pohybová aktivita

- Sluníčko láká chodit ven, tělo se postupně adaptuje na více pohybové aktivity. Aktivnější životní styl zlepšuje krevní oběh, přispívá ke spalování tuků a zlepšení kondice. Člověku stačí i procházka v přírodě.

3. Detoxikace a obnova organismu

- Játra a ledviny pracují na odstraňování toxinů nahromaděných přes zimu. Zvýšená konzumace čerstvé zeleniny a ovoce dodává tělu vitamíny a minerály podporující organismus.



RECEPT NA SMOOTHIE, KTERÉ NASTARTUJE VÁŠ ORGANISMUS

Suroviny:

- 80 g mražených jahod
- 50 g mraženého banánu
- ½ salátové okurky
- 250 ml jablečného moštu
- 1 hrst polníčku
- 1 hrst kadeřávku
- šťáva z ½ limetky



Postup:

- Všechny suroviny rozmixujeme dohladka. Můžeme skladovat v lednici až dva dny.

Julie Matulová, PS4A

Zdroje:

<https://jimezdrave.cz/recepty/podle-kategorie/napojedetox-smoothie-1290-1111/>
<https://www.zdravyzivot.com/blog/pravidla-jarniho-detoxu-osvedcene-tipy-a-rady-jak-na-to?srsId=AfmBOoq9ULWIToHEirt7FnPKNQFLY-C2ijtIE9rXgy-jBdqHg6iRqsqO>

POKRMY A NÁPOJE Z JARNÍHO KVÍTÍ

S příchodem jara se příroda probouzí a nabízí nám nejen krásný pohled na ni, ale také jedlé květy, které můžeme využít v kuchyni a zařadit do našeho jídelníčku. Kromě své krásy dodávají pokrmům jemnou chuť, vůni, řadu vitamínů a minerálů, které jsou prospěšné pro naše zdraví. Mezi nejznámější jarní květiny patří pampelišky, fialky, bezové květy, sedmikrásky nebo šerák. A každá z těchto rostlin má své specifické využití a přináší kulinářskou inspiraci.

Naše nejoblíbenější jsou bezové květy, které mají výrazné aroma a jsou základem pro osvěžující bezový sirup, který se skvěle doplňuje s vodou nebo sodovkou. Květy lze obalit i v těstíčku, takto připravené připomínají lívance, které můžeme doplnit domácím medem.

Z pampelišek můžeme vyrobit tradiční pampeliškový med, který je skvělým sladidlem do čajů a dezertů. Nesmíme samozřejmě zapomenout ani na pampeliškové listy, které přidáváme

do salátů a skvěle nám nahrazují svou hořkou chutí rukolu. Sedmikrásky jsou na rozdíl od pampelišek jemné a křehké, ale pochutnáme si na nich i v pomazánkách, jarních salátech nebo je můžeme použít jako jedlou dekoraci na chleba s máslem.

Fialky nás nikdy nezklamou, a proto je mohu doporučit do skvělého a sladkého sirupu, který je plný vitamínů a chuti, nebo jako ozdobu na dorty a moučníky. Ze šeríku se dá připravit voňavý šeríkový cukr nebo sirup, který všichni milujeme v domácích limonádách a čajích.

Jarní kvítí není jen krásnou ozdobou krajiny, lesů a našich domů, ale i cennou surovinou pro velice chutné, zdravé a zajímavé pokrmy. Stačí jen vyrazit do přírody, sbírat opatrně, experimentovat a nechat se inspirovat kouzlem a vůní báječného jara.



Aneta Ambrozyová, PS4A

ÚSKALÍ A VÝHODY LETNÍHO ČASU

Letní čas – téma, které každoročně vyvolává debaty a zaručeně přitahuje pozornost všech, kdo se aspoň jednou pokusili přežít první týdny po jeho změně. Mnozí se na něj těší, jiní ho nenávidí. Ale co si o něm opravdu myslíme?

Začneme výhodami. Letní čas, který posunuje hodiny o jednu hodinu dopředu, přináší prodloužený den. Slunce svítí déle, což umožňuje více venkovních aktivit po práci nebo škole. To je pro mnohé lákavé – více času na sport, procházky nebo setkání s přáteli. Můžeme si tak užít víc denního světla, což má pozitivní dopad na naši psychiku, zvláště po zimních měsících, kdy nám sluneční paprsky tolik chybí.

Původní účel změny času je potenciální úspora energie. Delší den znamená, že večer je méně potřeba svítit, což teoreticky snižuje spotřebu elektrické energie. A to už je prospěšné nejen pro jednotlivce, ale i pro životní prostředí. Pravdou však je, že se spotřeba energie změnou času téměř nezmění a energetické úspory jsou diskutabilní.

Nicméně musíme říct, že všechno není jen růžové. Úskalím letního času je především jeho vliv na naše tělo a zdraví. Změna času nás totiž vytrhne z běžného rytmu. Někteří lidé se dlouho nemohou přizpůsobit, což vede k nespavosti, únavě a rozladěnosti. Toto krátkodobé diskomfortní období může mít i negativní důsledky na naše zdraví, protože tělo potřebuje čas na adaptaci.

Dalším problémem je otázka, zda má letní čas skutečně smysl v moderní době, kdy si většina z nás může přizpůsobit svůj denní režim. Někteří tvrdí, že bychom měli přestat posouvat hodiny a přejít na stálý čas.

Nakonec se tedy opět dostáváme k otázce: Máme letní čas zachovat, nebo je na čase se ho vzdát? Odpověď není jednoznačná, ale jisté je, že každoroční změna nám vždy připomene, jak závislí jsme na rytmu času a jak složité může být přizpůsobit se. Jednoduše, i jedna hodina znamená mnoho.

Jana Giercová, LY4

Zdroj:

https://cs.wikipedia.org/wiki/Letn%C3%AD_%C4%8Das

JARO JE TADY ANEB AT ŽIJÍ ALERGIE!

Pro lidi bez alergie je jaro krásné období, bují rostliny, vše nádherně kvete. Avšak pro nás alergiky je to trochu peklo na zemi. Všude pyl, včely, vosy (no a také chlupy a peří od našich mazlíčků).



TIPY PRO ALERGIKY

1. Vyhýbejte se alergenům, sledujte situaci (viz pylové zpravodajství – řekne Vám o aktuální i budoucí pylové situaci, tím pádem si můžete naplánovat výlet v klidu a beze strachu ohledně alergií).
2. Poznejte své alergy: Naučte se je poznávat a vzdalovat se od nich. Květiny mohou sice vypadat hezky, ale těžce Vás potrápí.
3. Berte léky doporučené vaším lékařem týden před obdobím, kdy je Vaše alergie nejhorší.
4. Vyhýbejte se také večerům venku, v tuto dobu jsou alergy nejvíce silné.
5. Na výlet či na procházku jděte nejlépe po dešti, ten vyčistí vzduch a Vy můžete krásně dýchat.
6. Stáhněte si aplikaci Pyly.cz. Najdete tam pylové zpravodajství, příznaky alergie, atlas rostlin a mapu.

OSOBNÍ ZKUŠENOSTI

Já mám také alergie – na chlupy, peří, pyl, roztoče a prach. Proto je mi také toto téma velmi blízké. Nejvíce mi pomáhá vyhýbat se místům s alergenem a každý den brát léky. Naštěstí nemám alergii na potraviny, čemuž jsem ráda.

Nikola Lehnerová, LY3

Zdroje:

<https://www.pyly.cz/pro-alergiky/jak-zvladat-alergii-na-pyly/>

FENOMÉN “JARNÍ ÚNAVY” - JAK NA NI?

Když jsem poprvé slyšel o tzv. jarní únavě, přiznám se, že to bylo něco pro mě zcela nového. Nikdy předtím jsem o tomto fenoménu neslyšel. Rád se však učím novým věcem převážně o lidském těle a o změnách spjatými s tak unikátním organismem. Taktéž se snažím porozumět přírodě, jak působí na nás a naopak, a proto jsem se do svého výzkumu vrhl „po hlavě“. Pokud sdílíte stejné zájmy a taktéž netušíte, o čem toto slovní spojení pojednává, nesmutněte. Během četby se to zajisté dozvíte.

CO JE TO JARNÍ ÚNAVA?

Jarní únava je definována jakožto “běžný stav, který se projevuje únavou, letargií a sníženou energií na jaře”.

PROČ TOMU TAK VLASTNĚ JE?

Mezi hlavní faktory patří zejména změna délky slunečního svitu, letní posun času, výrazné změny počasí, rapidní narůstání a klesání teplot, nadbytek melatoninu a nedostatek serotoninu, snížená aktivita v důsledku vyčerpání ze zimy a také osobnější příčina – nenaplnění novoročních předsevzetí.

JAKÉ JSOU PŘÍZNAKY JARNÍ ÚNAVY?

Nejčastější příznaky zahrnují migrény, ospalost, poruchy spánku, fyzické vyčerpání a nechuť k pohybu, také větší náchylnost k chorobám a psychické rozladění včetně podrážděnosti.

JAK FENOMÉNU CO NEJLÉPE PŘEDEJDU?

Hlavně na sebe netlačte a nenastavujte si vysoké cíle v rámci předsevzetí. Pokud jste se rozhodli rozvíjet se v oblasti jakéhokoliv cvičení, snažte se uvolnit a zachovat chladnou hlavu, nejste vrcholoví sportovci, ale lidé, co se pokouší zlepšit svou kondici. Co se odborníků týče, doporučují kvalitní stravování, donutit se vyrazit na čerstvý vzduch, vystavovat se více slunečním paprskům, dostatečně spát a aktivně se pokoušet vyhradit si čas sám na sebe.

JAK SE SPRÁVNĚ STRAVOVAT?

Tzv. “jarní detox”, jež se s tématem úzce pojí, je dle odborníků dosti důležitý pro naše ledviny, játra a lymfatický systém. Těmto orgánům a systému jako celku můžeme dopomoci i změnou našeho jídelníčku. Naše strava by měla být bohatá na ovoce a zeleninu, jídlo, které obsahuje vlákninu, avšak nezapomeňte ani na správnou hydrataci, ta hraje v našem zdraví klíčovou roli. Dopřejte tělu dostatek vody, za zdraví prospěšné se považují i bylinkové čaje. Doporučuje se omezit červené maso, tučná a těžká jídla, uzeniny, sůl, cukr, kofein a alkohol, jelikož zatěžují náš organismus. Naopak bychom měli užívat více vitamínů rozpustných v tucích, obzvláště vitamín D, jehož máme po zimě nedostatek.

Doufám, že Vám přečtení mého článku rozšířilo obzory. Sám jsem se dozvěděl, že mě tento fenomén ovlivňuje více, než jsem se na začátku domníval.



Nicolas Havlas, OS1

Zdroje:

[Jarní únava | Jaké má příznaky a jak se jí zbavit? | Moje zdraví](#)

[Jarní únava – příčiny, příznaky, vitamíny a jarní detox – Dr. Vitamin](#)

[Jarní detox zvládne každý – naše tipy pro rok 2025 | Dr. Max lékárna](#)

[Jarní únava – příznaky, babské rady a prevence | Blendea.cz](#)

[Jarní únava: Proč jsme s příchodem jara unavení a jak si dodat energii? - Médium.cz](#)

[Detoxikační jídelníček s energií do jarních dnů | Blendea.cz](#)

JARNÍ PRANOSTIKY

Znáte jarní pranostiky? Asi si každý z nás nějakou vybaví. Ale jaký je přesný význam slova pranostika? Je to slovo, které je odvozené z latinského prognosis, což znamená předpověď. Ve zkratce tedy můžeme říct, že se jedná o předpověď počasí, která vznikla před dávnými lety na základě pozorování přírody našimi předky.

V minulosti byla pro lidi úroda mnohem důležitější, než je tomu dnes. Pranostiky proto dávaly do souvislosti počasí s úrodou.



Aby si lidé pranostiky lépe pamatovali, je většina z nich veršovaná. Možná si vybavíte jednu z nich: „Na svatého Řehoře, čáp letí přes moře.“ Řehoř slaví svůj svátek 12. března. V tu dobu bývá takové teplo, že se začínají vracet z teplých krajů čápi. Ti přilétají zpět do Čech až v době, kdy mají jistotu, že budou mít dost potravy.

Další pranostika nám říká, že: „Na svatého Jiří vylézají hadi a štíři“ Jirku nalistujete v kalendáři 24. dubna. A to už je venku takové teplo, že můžeme potkávat hady i pavouky.

Jak to bude s oblékáním, nám pro změnu říká pranostika: „Jestli březen kožich stáhl, duben rád by po něm sáhl.“ A tak víme, že když je březen moc teplý, v dubnu se nejspíš zase ochladí.

Pokud si chcete ověřit, zda pranostiky skutečně fungují, tak můžete vyzkoušet tuto: „Mlha v březnu znamená za 100 dní bouřku.“ Letos už to nestihneme, tak třeba příští rok?

Adéla Karásková, LY3

Zdroj:

www.junior.rozhlas.cz; www.pranostik.cz

Obrázek:

www.zenysro.cz

POHANŠTÍ BOHOVÉ SPOJENÍ S JAREM

Jaro bylo pro starověké pohany obdobím nového života, plodnosti a obnovy přírody.



Jednou z nejznámějších bohyní jara je germánská Ostara – spojována s plodností, úrodou a probouzející se přírodou. Jejími symboly jsou zajíc a vejce.

Další je keltský bůh Belenos – patron světla a tepla, jeho svátkem je Beltain, který se slaví 1. května. Slavil příchod teplých dnů.

Nesmí být opomenuta ani slovanská bohyně Vesna – bohyně mládí, života, lásky a jara ve slovanské mytologii. Přinášela radost a hojnost. Je s ní spojená bříza.

Významnou bohyní byla také Flora – bohyně květin, jara a ochránkyně kvetoucí přírody. Její svátek Floralia byl oslavou hojnosti a radosti.

Předposlední je keltská bohyně Brigid – bohyně jara, ohně, plodnosti a léčitelských umění. Uctívána během svátku Imbolc, který se slaví 1. února.

Jako poslední nám zbývá slovanský bůh Jarilo – bůh plodnosti, jara a slunce, jehož návrat symbolizoval konec zimy a začátek nového života.



J

ana Sovová, LY3

Zdroje:

https://cs.m.wikipedia.org/wiki/Keltsk%C3%A9_n%C3%A1bo%C5%BEnstv%C3%AD

<https://cs.m.wikipedia.org/wiki/Vesna>

<https://cs.m.wikipedia.org/wiki/Ostara>

JARNÍ HOROSKOP 2025

Jarní horoskop nám letos přinese možnost uzavřít i velmi staré životní kapitoly a začít nové. Toto jaro přináší pro některá znamení zvěrokruhu důležité životní změny, a to v oblastech lásky, práce, financí a osobního růstu. Bohužel se jim ne vždy budou tyto změny líbit. Jedná se hlavně o Berany, Blížence a Štíry.

Začneme s Berany. Pokud jde o vztahy, tak Vám rozkvetou hluboké vazby, dávejte si ale pozor, abyste v osobním životě dávali přednost rovnováze. Finančně se Vám otevřou nové možnosti a dveře, které jste považovali za zavřené, a splní se Vám věci, které se zdály být naprosto nereálné.

Jaro Blížence bude obdobím plným inspirace a kreativity. V lásce buďte otevření novým zkušenostem a nebojte se experimentovat. V kariéře Vás čeká velká příležitost, možná nové pracovní zaměření, možná nečekaná nabídka, která Vás vynese výš, než jste si, kdy představovali.

Štíři jsou známí svou smyslností a smyslem pro detail. Rok 2025 Vám přinese zásadní průlom. Štíři, přestaňte se zatěžovat tím, co si myslí ostatní, a začnete konečně žít podle vlastních pravidel. Své emoce se naučíte ovládat a nebudete se zabývat zbytečnostmi. Bude Vám nabídnuta příležitost k navázání hlubších vztahů. V oblasti financí mohou osoby narozené ve znamení Štíra na začátku roku čelit překážkám, ale po květnu se vše napraví.

Nella Nováčková, AZ3



Zdroje:

[Jarní horoskop 2025: Jaké změny vás čekají v novém ročním období? Horoskop na příští týden: Co vás čeká v oblasti lásky, práce a osobního růstu – Byznys Deník](#)

VÍTÁNÍ JARA V CIZÍCH ZEMÍCH

JAPONSKO

Vítání jara v Japonsku je událost, kterou tamější obyvatelé oslavují s velkým respektem a úctou k přírodě.

Nejznámější tradicí spojenou s příchodem jara je Hanami, tedy pozorování květů sakur, které začínají kvést na začátku jara.



Hanami je oblíbená společenská aktivita, kdy se lidé shromažďují pod rozkvetlými stromy sakur, piknikují a užívají si krásu přírody.

Tento zvyk symbolizuje pomíjivost života, protože sakura kvete pouze krátce, ale její krásu si Japonci užívají naplno.

Kromě toho je na jaře v Japonsku také běžné provádět očistné rituály, jako je Sekku (slavení svátku Dětského dne), který je spojený s přáním zdraví a štěstí pro děti.

Jaro v Japonsku je obdobím, kdy se lidé zaměřují na začátek nových cyklů, ať už ve škole, v práci nebo v osobním životě. Příchod jara v Japonsku je tedy nejen o přírodní kráse, ale také o obnově, nových začátcích a společenském propojení.

ČÍNA

Vítání jara v Číně je spojené s oslavami tradičního Čínského Nového roku, který se slaví podle lunárního kalendáře, obvykle koncem ledna nebo začátkem února.

Tento svátek je nejdůležitější v čínské kultuře a znamená příchod jara i začátek nového cyklu.

Oslavy trvají až 15 dní a jsou plné rodinných setkání, jídla, tance a ohňostrojů.

Jedním z hlavních symbolů jara je červená barva, která podle čínské tradice odhání zlé duchy a přináší štěstí a prosperitu.

Během oslav se po celém městě objevují červené lampióny, papírové výzdoby a na ulicích září ohňostroje a prskavky, které mají zahnat zlé duchy a přivítat nový rok.

Tradiční pokrmy, jako jsou knedlíčky (dumplings) nebo ryba, jsou připravovány pro jejich symboliku hojnosti a štěstí.

Na konci oslav se často pořádá lampiónový průvod, který symbolizuje příchod jara a nových začátků. Celkově je vítání jara v Číně časem rodinných setkání, radosti a obnovy.

Lenka Kotrusová, OS1

Zdroj:

[Jak se vítá jaro v Japonsku, v Číně nebo třeba ve Švýcarsku? | 100+1 zahraniční zajímavost](#)

MEZINÁRODNÍ DEN ŽEN

Mezinárodní den žen je svátek, který si každoročně připomínáme 8. března. Tento den má za cíl připomenout rovnost pohlaví, práva žen a jejich význam ve společnosti. Dnes tento den slavíme v mnoha zemích po celém světě a možná si ani neuvědomujeme, jak je jeho historie zajímavá.

Původ tohoto svátku sahá až do začátku 20. století, kdy ženy začaly bojovat za svá práva, především za právo volit, rovné pracovní a lepší životní podmínky. První zmínka o Dni žen se objevila v roce 1909 v USA, kdy se konala demonstrace za jejich práva. V roce 1910 byla na Mezinárodní socialistické konferenci vyhlášena myšlenka na vytvoření Mezinárodního dne žen, a to právě díky ženské aktivistce Claře Zetkinové. Návrh byl přijat a první Mezinárodní den žen se slavil 19. března 1911 v několika evropských zemích. V roce 1975 vyhlásila OSN jako oficiální Mezinárodní den žen 8. března.

JAK SE MEZINÁRODNÍ DEN ŽEN SLAVIL DŘÍVE A JAK JE TOMU DNES?

V minulosti byl Mezinárodní den žen spojen především s politickými a sociálními protesty. Byl to čas diskusí a veřejného vyjadřování se o právech žen. V socialistických zemích, např. v Československu, byl tento den slaven jako oficiální svátek, kdy ženy dostávaly květiny a pozornost. Bylo to také období, kdy ženy získávaly větší prostor ve veřejném životě a v práci.

V dnešní době je Mezinárodní den žen spojen s oslavou úspěchů žen ve všech oblastech života – v politice, vědě, umění, podnikání, ale i v každodenním životě. Mnozí lidé ho vnímají jako den, kdy si připomínáme, že rovnost mezi pohlavími je stále aktuálním tématem a že boj za práva žen ještě není u konce.

Mezinárodní den žen je důležitým svátkem, a i když se způsob slavení změnil, jeho význam zůstává stejný. Je to den, kdy si připomínáme, že ženy mají stejná práva jako muži a zaslouží si stejnou úctu, jednání a uznání. Ať už je to den pro aktivismus nebo oslavu, je to příležitost zastavit se a zamyslet se nad tím, jak může každý z nás přispět k rovnosti ve společnosti.

Hana Tóthová, LY4



Zdroj:

[► Mezinárodní den žen 2025: historie a význam](#)

DEN MATEK – HISTORIE A SOUČASNOST

Den matek je významným svátkem, během kterého si lidé po celém světě připomínají lásku, obětavost a péči svých matek. Ačkoli se tento svátek v různých zemích slaví odlišně, jeho hlavním posláním je vyjádření vděku matkám za jejich starostlivost. Historie Dne matek sahá

až do starověku, ale svou moderní podobu získal na počátku 20. století. Dnes je tento svátek pevnou součástí rodinných tradic a připomínkou důležité role matek v našich životech.

HISTORIE DNE MATEK

Oslavy mateřství započaly už ve starověkém Řecku a Římě, kde lidé uctívali bohyně plodnosti a mateřství. Řekové každoročně pořádali obřady na počest bohyně Rhey, matky bohů. Podobné tradice se uchovaly i ve středověké Evropě, kde se slavila tzv. Mateřská neděle. Tento svátek připadal na čtvrtou postní neděli a byl příležitostí k návštěvě domova a trávení času s matkami.

Moderní tradice Den matek má svůj původ v USA. O jeho zavedení se zasloužila Anna Jarvis, která chtěla uctít památku své zesnulé matky. První oficiální oslava proběhla v roce 1908 v Západní Virginii a brzy se svátek začal šířit po celé zemi. V roce 1914 ho prezident Woodrow Wilson prohlásil za oficiální národní svátek, který se dodnes v USA slaví druhou květnovou nedělí.

DEN MATEK V SOUČASNOSTI

Dnes se Den matek slaví po celém světě, i když v různých zemích připadá na odlišná data. Ve Velké Británii odpovídá původní Mateřské neděli, v Norsku se slaví v únoru, v Rusku na podzim a ve většině arabských zemí 21. března. V České republice připadá na druhou květnovou neděli a patří mezi oblíbené rodinné svátky. Lidé v tento den tradičně obdarovávají své matky květinami, sladkostmi, přáníčky nebo drobnými dárky. Mnoho dětí připravuje pro maminky vlastnoručně vyrobené dárky a přání, zatímco dospělí často volí květiny, parfém nebo společný oběd. Častým zvykem je také návštěva nebo telefonát, aby si rodina vyjádřila vzájemnou lásku a vděk. Přestože Den matek trvá jen jeden den v roce, jeho poselství bychom měli mít na paměti neustále. Matky hrají v našem životě nenahraditelnou roli, a proto bychom jim měli projevovat lásku a uznání každý den. Tento svátek je krásnou připomínkou toho, jak důležité je vážit si lidí, kteří nám dávají život a bezpodmínečnou lásku.



Zoe Čaflaki, PS4A

Zdroje:

<https://www.florea.cz/blog/vznik-a-historie-mezinarodniho-dne-matek-pribeh-ktery-stoji-za-oslavou-materstvi>
https://cs.m.wikipedia.org/wiki/Den_matek

JARNÍ KONCERTY A JINÉ HUDEBNÍ AKCE

Srdečně vás zveme na jarní koncerty v Moravskoslezském kraji:

1. JARNÍ HUDEBNÍ FESTIVAL HUDEBNÍ ŽNĚ 2025

* Tento festival se koná v Ostravě a nabízí širokou škálu hudebních žánrů.

- * Můžete se těšit na vystoupení různých umělců a kapel.
- * Informace o jednotlivých vystoupeních a vstupenkách najdete na stránkách OstravaInfo (<https://www.ostravainfo.cz/cz/akce/festivaly/>).

2. SVATOVÁCLAVSKÝ HUDEBNÍ FESTIVAL

- * Tento festival se koná v Ostravě.
- * Můžete se těšit na vystoupení hvězd klasické hudby.
- * Informace o jednotlivých vystoupeních a vstupenkách najdete na stránkách shf.cz (<https://shf.cz/>).

3. TĚŠKOVICKÉ JARO 2025

- * Tento festival se koná v Těškovících.
- * Můžete se těšit na divadelní představení.
- * Informace o jednotlivých vystoupeních a vstupenkách najdete na stránkách kudyznudy.cz (<https://www.kudyznudy.cz/akce/teskovicke-jaro-2024>).

4. ROCKOVÉ KONCERTY NIRVANA TRIBUTE CZECH

- * Koncert se koná v Kopřivnici.
- * Můžete se těšit na hity legendární kapely Nirvana.
- * Informace o jednotlivých vystoupeních a vstupenkách najdete na stránkách rockrock.cz (<https://www.rockrock.cz/index.php?kraj=mskraj&>).

5. MONKEY BUSINESS

- * Koncert se koná ve Frýdku-Místku.
- * Informace o jednotlivých vystoupeních a vstupenkách najdete na stránkách rockrock.cz (<https://www.rockrock.cz/index.php?kraj=mskraj&>).

6. KLASICKÉ KONCERTY JANÁČKOVY FILHARMONIE OSTRAVA

- * Koncerty se konají v Ostravě.
- * Můžete se těšit na klasickou hudbu v podání špičkového orchestru.
- * Informace o jednotlivých vystoupeních a vstupenkách najdete na stránkách jfo.cz (<https://www.jfo.cz/koncerty/vesmir/>).



Doufám, že si vyberete koncert, který se Vám bude líbit.

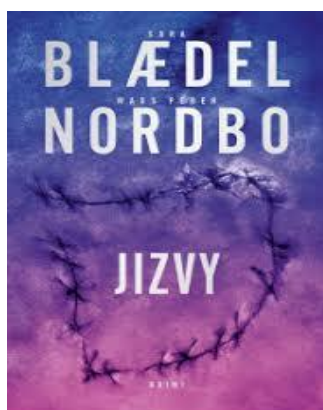
Stela Zajícová, MZ1

NEJOČEKÁVÁNĚJŠÍ KNIHY JARA 2025

★ *DETEKTIVKY A THRILLERY*

- ☐ Nikdo nic neviděl – Andrea Mara
- ☐ Nenech se zmást – Nicola Sanders
- ☐ Pod svícnem tma - J. D. Krik
- ☐ Kam zmizeli Benettovi – Lisa Scottoline
- ☐ Bez masky – Paul Holes, Robin Gaby Fisher
- ☐ Ztracený syn – Alex Smith
- ☐ Jizvy - M. P. Nordbo, Sara Blaedel

Dcera policejní ředitelky Margrethe Dybbølové odešla už před několika dny z domu a nikdo neví kam. Vzhledem k tomu, že se už několik týdnů pohřešuje jiná dívka z okolí, dělá si o ni



Dybbølová vážné starosti. Existuje mezi zmizením obou dívek nějaká souvislost? Inspektor Liam Stark je právě povolán k mrtvole člověka, kterému někdo vyřezal do kůže hrozivé rány připomínající okénka adventního kalendáře. Liama i jeho osvědčenou parťáčku Deu Torpovou pátrání záhy přivede k Monice le Fevreové, která vystavovala vycpaná zvířata s úplně stejnými jizvami. Postupně vychází najevo, že i boj za spravedlnost může mít své velmi temné stránky. Kde je hranice mezi dobrem a zlem? Spravedlivým trestem a krutostí? Kolik lidí bude muset ještě pykat za své činy? Pro policisty z dánského ostrova Fyn je tentokrát vyšetřování nezvykle

citlivou záležitostí, která se jich nakonec dotkne ještě osobněji, než si vůbec dokázali představit.

SCIFI, FANTASY, HOROR A DOBRODRUŽSTVÍ

- ☐ Zpovědi zla – Jack Steen
- ☐ Hřeživě ruce duchů – Katherine Arden
- ☐ Anatóma – Nick Roberts
- ☐ Prokletá holčička – Jennifer McMahon
- ☐ Posedlost – Lee Mountford

★ *KLASICKÁ LITERATURA*

- ☐ Misanthrop – Molière
- ☐ Básně – Francios Villon
- ☐ Emma – Jane Austen

★ *KOMIKSY A MANGA*

- ☐ Loutka 1 – Jinfu
- ☐ Jednoho dne princeznou 4 – Plutus, Spoon

★ **SVĚTOVÁ BELETRIE, POEZIE**

- ☐ Život k nevíře – Matt Haig
- ☐ Bez tebe napořád – Taylor Jenkins Reid
- ☐ Paní Quinová na cestě ke slávě – Olivia Ford

★ **LITERATURA PRO ŽENY**

- ☐ Přísahěj – Meagan Brandy
- ☐ To se vsaď – Ilsa Madden Mills
- ☐ Tah na branku – Stephanie Archer

On je sexy nevrlý brankář, do kterého jsem byla zamilovaná už na střední... a teď jsem se stala jeho asistentkou. Bývalý přítel mi zničil sny o kariéře v hudebním průmyslu a já už nikdy nechci, aby mi někdo zlomil srdce. Pracovat jako asistentka hráče v NHL měla být hračka, ale na Jamiem Streicherovi není snadného vůbec nic. Je to hrozně přitažlivý a nabručený idiot, který mě nemůže vystát. Navíc má fakt obrovské ego. Na druhou stranu



to znamená, že udržet věci na profesionální úrovni nebude problém. Ani když mě poprosí, abych se k němu nastěhovala. Pod vší tou nevrlostí je Jamie překvapivě milý a snaží se všechny kolem sebe chránit. Když se dozví, že to mému bývalému vůbec nešlo v posteli, převládne v něm soutěživá povaha a začne mě ve všem podporovat a rozmazlovat. A tvůrčí jiskra, kterou jsem kdysi cítila při psaní textů? Je zpátky a já už zase skládám písničky. Začnu na zápasech nosit jeho dres, chodit s týmem na bujaré večírky a znovu získám odvahu zpívat na pódiu. Zanedlouho zjistím, že jsem se do něj zamilovala až po uši. Možná mi nakonec zlomí srdce, ale bude to stát za to.

Karolína Tomalová, MZ1

Zdroje:

[Nejočekávanější knihy jara 2025? Mrkněte do katalogu Našeho nakladatelství! | Knihy Dobrovský](#)

[Tah na branku – Stephanie Archer | Knihy Dobrovský](#)

[Jizvy – Sara Blædel | Databáze knih](#)

DEN UČITELŮ

Jak se změnil Den učitelů?

Určitě jste si všimli, že jsme nedávno oslavili Den učitelů. Víte ale, jak se tento den slavil dříve? A jak se liší od toho, jak ho slavíme dnes? Pojdme se na to společně podívat.

Dřívější formálnosti a tradice

V minulosti byl Den učitelů vnímán jako velmi formální událost. Žáci s velkou úctou předávali učitelům květiny a ručně psaná přání. Oslavy často zahrnovaly i oficiální projevy, kde se zdůrazňovala autorita a váženost učitelského povolání.

Dnes je to o uvolněnější atmosféře a kreativitě

Dnes je Den učitelů mnohem uvolněnější. Žáci často vymýšlejí kreativní dárky, jako jsou videa, koláže nebo vtipné básničky. Atmosféra je spíše přátelská a neformální. Učitelé se aktivně zapojují do oslav a sdílejí s žáky radost a smích.

Opomíjení v dnešní době

I přes tyto změny však vnímám, že v dnešní době je Den učitelů mnohdy opomíjen. Všichni se honíme za svými povinnostmi, a tak nějak zapomínáme na ty, kteří nás denně vzdělávají a formují. Proto je důležité si uvědomit, že v centru oslav zůstává poděkování a ocenění práce učitelů. Snaha o to, aby se učitelé cítili výjimečně a věděli, jak moc si jich vážíme.

Nezapomínejme na učitele



Co takhle do dalších let vymyslet něco originálnějšího? Můžeme natočit vtipné video, uspořádat turnaj v oblíbené hře učitelů nebo napsat společnou báseň. Fantazii se meze nekladou! Ať už zvolíme jakoukoli formu oslavy, nezapomeňme, že nejdůležitější je upřímné poděkování. Učitelé si to zaslouží!

Roman Ambróz, LY4

VLASTNÍ TVORBA ŽÁKŮ

APRÍLOVÉ POČASÍ

Slunce svítí, ptáci zpívají, lidé odkládají kabáty... a najednou – šok! Mraky se sbíhají, vítr se zvedá a z čistého nebe padá sněhová přeháňka. Klasický apríl! Dubnové počasí je jako komik s nekonečnou zásobou vtípků, který vás rozesměje i přivede k zoufalství během jedné minuty.

Meteorologové se sice snaží předpovídat, ale duben je v tomto ohledu svéhlavý umělec. Ráno si obléknete zimní bundu, v poledne litujete, že jste si nevzali kraťasy, a večer se probíjíte vánicí cestou domů. Deštník? Zbytečný. Buď ho zlomí vítr, nebo se vyjasní dřív, než ho stihnete otevřít.

Ať už ale aprílové počasí považujete za vtipné nebo otravné, jedno je jisté – nikdy se s ním nenudíme. Možná je to jeho způsob, jak nám připomenout, že život se nedá naplánovat. A že někdy je nejlepší se prostě jen zasmát a nechat se překvapit.

Barbora Kadlecová, AZ3

V ČEM VIDÍM ŠTĚSTÍ ČLOVĚKA?

Štěstí je široký pojem, který každý vnímá individuálně. Pro každého je však štěstí pocit uspokojení, který se aktivně snažíme získat a uchovat na co nejdelší dobu. Pocit, který nám připomíná, že žijeme, a který nás motivuje k činnostem, jež nám tento pocit přinášejí.

Věcí a činností, které nás dělají šťastnými, je mnoho. Některé jsou významnější a přinášejí nám radost dlouhodobě, jiné jsou méně významné a přinášejí nám jen krátkodobý pocit štěstí, který ale stejně většinou stojí za to.

V čem já vidím štěstí člověka? Myslím, že na prvním místě by měla být rodina. Pokud je funkční, je zdrojem lásky, domova a bezpečí, které je silně spjaté s pocitem štěstí. Pocit štěstí pramení z toho, že někam patříme, že se máme kam vrátit a že kolem sebe máme lidi, kteří jsou tu pro nás a bezmezně nás milují. Naše rodina nás také odmalička učila, co dělat a jak se chovat, abychom docílili pocitu štěstí a vyvolávali ho i v ostatních.

Dalším důležitým činitelem štěstí je podle mě přátelství. Proč je důležité? Myslím, že hlavně proto, že lidé, které nazýváme přáteli, jsou ti, kterým důvěřujeme. Jsou to lidé, jimž se můžeme svěřit se všemi problémy, třeba i s těmi, které nechceme nebo nemůžeme probírat s rodinou. Jsou to lidé, kteří jsou na stejné vlně jako my, mohou je trápit stejné problémy jako nás samotné. Jsou to lidé, kteří nás podrží a nezradí. Pocit štěstí z toho, že máme někoho, komu se bez obav můžeme svěřit, a někoho, na koho se můžeme spolehnout, je

nenahraditelný. Život bez přátelství je těžký, jak se ostatně zpívá ve Svěrákově písni: „Nemít žádné kamarády, tomu já říkám neštěstí.“

Co dalšího v nás může vyvolat líbezný pocit štěstí? Určitě koníčky a zájmy. Proč? Protože jsou to činnosti, které nás baví a které děláme právě proto, abychom si udělali radost. Záliby mohou být různé. Někdo má jako koníček nějaký sport nebo cvičení, které dokonce prokazatelně vytváří štěstí v podobě hormonu endorfinu. Někdo jiný zase dává přednost vyhledávání pocitu štěstí ve světě fantazie prostřednictvím čtení knih, psaní, kreslení nebo jiné tvůrčí činnosti.

Štěstí je neoddělitelnou součástí lidského života, která pramení z rodiny, přátelství i našich zájmů. Každý ho vnímá jinak, ale vždy je pro něj charakteristický pocit naplnění a radosti. Hledání štěstí nás motivuje k činům, které obohacují nejen nás samotné, ale i naše okolí.

Důležité je vážit si drobných okamžiků radosti a uvědomovat si, že štěstí je často ukryto v maličkostech každodenního života.

Barbora Bruzková, OS3



LITERÁRNÍ SOUTĚŽ

V únoru tohoto roku se opět po roce uskutečnila literární soutěž. Do soutěžního klání se zapojilo čtyřicet pět žáků, kteří mezi sebou měřili své slovesné nadání v kategorii povídka, bajka nebo báseň s ilustrací a fejeton. Odborná porota posuzovala vtipné fejetony, zamýšlela se nad filozofickými tématy zpracovanými ve verších, hodnotila hezké ilustrace k básnickým textům a nechávala se strhnout čtivými povídkami. Vybrat tři nejlepší texty nebylo jednoduché, protože konkurence hlavně v povídkách byla veliká. Nakonec byly vyhodnoceny tyto práce:

Povídka

1. místo – Tereza Friedrichová, PS 4B, Tma na konci tunelu
2. místo – Barbora Škodáková, AZ 3, Bez duše
3. místo – Adéla Bymová, PS 1B, Následky nenávisti

Fejetony

1. místo – Patricie Valová, PS 3A, Co Čech, to houbař
2. místo – Ester Nitka, PS 3A, Umění prokrastinace
3. místo – Kristýna Müllerová, PS 4B, Čekárna u doktora – svět sám pro sebe

Básně s výtvarným zpracováním

1. místo – Lucie Rudinská, PS 3B, Umírající dopisy
2. místo – Klára Chupíková, LY 1, Pod širou nocí
3. místo – Nela Današová, NA 3, Být ženou

Vítězkám blahopřejeme, všem účastním děkujeme za pěkné příspěvky a už se těšíme na další ročník.

VÍTĚZNÉ PŘÍSPĚVKY

Tma na konci tunelu – 1. místo v kategorii povídka

„Jé, další tunel!“ vykřikne Albert, Johnův nejmladší syn, a ještě více se přitiskne na studené okýnko auta.

John zpomalí a zařadí se do jízdního pruhu. Venku skučí mrazivý vítr proudící kolem sněhem obsypaných skalisek. John se nakloní na sedadle více dopředu, aby přes čelní sklo, na které se nepřetržitě lepí velké chuchvalce vloček, viděl o něco líp. Volant pevně svírá, nevědomky do něj zarývá nehty. Zimu neměl nikdy rád. Ten chlad zabodávající se do těla ani tu oslepující bílou barvu.

Krátce se ohlédne po svých dvou synech na zadních sedadlech. Usmívají se, ve tvářích se jim zračí nadšení, tak proč se on sám cítí tak bídě? Proč mu připadá, že se má něco hrozného, opravdu hrozného, stát, a to dokonce dřív, než si je ochotný připustit?

Obratem se podívá do zpětného zrcátka a potvrdí si tak svou domněnku. Je už příliš daleko. Mezitím, co se blížil k tunelu, vytvořila se za nimi kolona dalších aut. Kdyby to teď měl v plánu obrátit, nemohl by. Hrozilo by, že by mu to na přimrzlé zúžené cestě podjelo a on by se společně se synky zřítíl několik desítek metrů volný pádem. Je si příliš vědom toho, že zbývá jediná cesta, a to cesta vpřed.

Naprázdko polkne a vjede dovnitř. Na okamžik ho obklopí tma, než si oči přivyknou na přitímí. Jak postupuje hlouběji do tunelu, nechává jediné přírodní světlo pomalu za sebou.

Albert s Brettem si zase něco špitají, ale on je není schopen vnímat.

„O nic nejde,“ huhlá si pro sebe pološeptem. „Jen to projedu a jsme venku.“ Sám ale nechápe, z čeho je vlastně tak vystresovaný. Proč si připadá, jako by se měl každou chvíli rozprsknout na milion kousíčků? Co je to, čeho se obává?

Hodí na syny další rychlý pohled. Už se nesmějí... Jako by cítili to samé, co on...

„V pohodě, kluci?“ zeptá se jich, ale než mu stačí odpovědět, prořízne ticho ženský výkřik. John cítí, jak mu srdce splašeně naráží do hrudi. Neodvažuje se ani pípnout. Svaly na předloktí má napjaté, chlupy zježené.

Bojí se. John se bojí.

„Co to bylo, tati?“ zašeptá Brett. I v jeho hlase lze zřetelně rozpoznat strach.

John ale prudce šlápne na brzdu, když se auta před ním nečekaně zastaví v pohybu. Párkrát se hlasitě nadechne a až potom se za chlapci otočí s uklidňujícím úsměvem.

„Nemusíte se bát. Za chvíli budeme venku.“ Nelže nejen jim, ale i sám sobě.

Další výkřik. Tentokrát delší a mužský.

„Tati!“ šeptne Albert. „Je tam příšera?“

„Příšery nejsou!“ napomene ho rozklepaným hlasem bratr. „Že ne, tati?“

„Nejsou,“ potvrdí nepřítomně. Hmátne do bundy položené na vedlejším sedadle a vytáhne svůj mobil. Stačí jediný pohled, aby zjistil, že nemá signál. „Měl bych se jít podívat, co se tam děje.“ Samozřejmě že by měl. Je přece dospělý. Dospělí dělají odvážné věci. Nebo snad ne?

„Ne! Nikam nechod’. Prosím!“

„To nic,“ přinutí se říct vyrovnaným hlasem. Nakloní se k nim a podá Brettovi svůj mobil. „Dávej na Alberta pozor, zahrajte si nějakou hru. Hned jsem zpátky, dobře?“ Počká, až oba nepřesvědčivě přikývnu a jen neochotně odtrhne pohled z jejich vyděšených tváří. Zkousne si ret, rychle si obleče bundu s čepicí a neochotně s klapnutím otevře dveře.

Okamžitě se do něj pustí studený závan, a tak si bundu přitáhne blíž k tělu. Zakáže si se na kluky ještě jednou podívat, protože si není jistý, jestli by od nich potom dokázal vůbec odejít. Sebere veškerou odvahu a vydá se pryč. Pokračuje vpřed, aniž by tušil, co ho tam čeká.

Ujde sotva pár kroků, když do něčeho ztěžka šlápne.

„Mrtvej pták. Je jich tu spousta.“

John se s trhnutím napřímí a zapátrá v šeru po muži, který na něj promluvil. Nakonec ho najde jen necelé dva metry před ním. Stojí tam vyzáblý stařec s dlouhými světlými vlasy, podivně zmačkaným obličejem jakoby od jizev a oblečený do obrovské plandavé bundy a těžkých bot.

„Prosím?“ vypraví ze sebe šokovaně.

„Jen se rozhlédni, chlapče,“ pobídne ho a dojde až těsně k němu. „Je jich tu spousta,“ zopakuje.

„Co se... co se s nimi stalo?“ zeptá se příškrčeným hlasem, když konečně uvidí všechna ta malá černá tělíčka s nepřírozeně zlámanými křídly. Chce od nich odtrhnout pohled, ale nedokáže to.

„Umrzli tu,“ odpoví věcně.

To, jakým způsobem to řekne, donutí Johna se na něj obrátit. „Víte, proč předtím ti lidé křičeli?“ Po jeho slovech ho ovane další přívál ledového vzduchu, až se nepříjemně ošije.

„V těchhle končinách není rozumné zůstat moc dlouho.“

John se krátce ohlédne zpět ke svému autu. Najednou nechápe, co ho to napadlo, nechávat tam kluky samotné. „Co tím myslíte?“

Pokrčí rameny a s pohledem zabodnutým do Johnových očí pronese: „Mnoho z těch, kteří se tady dostanou, se zpátky už nevrátí.“ Opět pokrčí rameny, až to zašustí. „A to se jim nelíbí.“

„Ach tak,“ přikývne John, aniž by byl o něco moudřejší. Snaží se zachovat klidný hlas, ale příliš se mu to nedaří. Uvnitř se ve skutečnosti svíjí strachy. Protože ta slova, která muž řekl,... mluvil tady o smrti? O nedobrovolném odchodu?

Nepatrně od něj odstoupí a ještě jednou se kolem sebe rozhlédne. Kam až dohlédne, táhne se jen řada aut. Aut tichých, podivně tichých. Vychází z nich jen úzký kužel tlumeného žlutého světla zepředu a červené světlo zezadu. Nic víc. Nikde se nic nehýbe. Vše je vlastně až mrtvolně ztichlé.

John se trhavě nadechne, aby ze sebe ten nepříjemný pocit setřásl.

„Nevíte, co se vepředu stalo? Proč stojíme?“ ptá se dál, i když by se teď nejraději otočil a utíkal a utíkal tak daleko, až by ze sebe veškeré vzpomínky na to divné místo vymazal. Až by v něm zbylo jen sladké nevědomí.

Muž se nepříjemně usklíbne. „Myslím, že už jsem ti řekl vše potřebné.“ Popojde o trochu blíž. „Vidím, že váháš, ale nemusíš mít strach. Dnes ti žádné nebezpečí nehrozí. Jsi tady dřív, víš? Naše setkání je naplánováno až na později.“

Cosí v Johnovi se změnil. V životě si nebyl víc jistější jako v tu chvíli, kdy se rozhodne na nic už nečekat a uprchnout. Muže, ať už je to kdokoliv, nechává za sebou. Běží, jako by bojoval o život, a možná to tak i je. Těžce se svalí na dveře auta, s trhnutím je otevře a vyděšené chlapce vystrká ven. Oba je silou, která ho samotného překvapí, zdvihne a sevře je v náručí. Otočí se za světlem a rozběhne se k cestě, kterou sem přijeli. Těsně před začátkem tunelu klopýtne, když šlápne na ptačí zledovatělou kostru. Zakleje, přepadne dopředu a chlapce odhodí na hromady sněhu před ním.

„Utečte!“ zařve na ně a sám se sbírá na nohy.

O pár vteřin později už všichni tři vyběhají z tunelu. Zastaví se až o několik desítek metrů dál.

„Tati!“ zaječí Brett. John syny obejmě. Možná je sevře až příliš, ale na to teď nedbá.

Tunel před nimi se doslova roztříští. Svalí se na něj tunová skaliska a mohutné kmeny stromů. A nad tím vším jako nestranný pozorovatel poletuje lehoučký sníh.

John se zhroutl. Padne na kolena. Chlapci vedle něj ječí hrůzou, ale jeho mysl jako by se od toho všeho odpoutala. Až příliš dobře si uvědomuje, že teď mohli být po smrti. Prošli by tím tunelem, jako ti ostatní lidé v autech, třeba by křičeli a kopali kolem sebe, ale ten muž, ten vyzáblý nevládný stařec, o kterém byl John přesvědčený, že byl Charón, převozník v podsvětí, by je i tak dostal na druhou stranu.

Unikli o vlásek smrti. Smrti, která v tichosti čeká na všechny, ale výhradně na ty, kteří se netěší z obyčejných dnů a kteří promarní život strávený ve tmě s myšlenkou na vřelost světla pevně ukotvenou v paměti.

„Jsem naživu,“ zašeptá John a se slzami v očích políbí slunce vysoko, vysoko nad nimi.

Tereza Friedrichová, PS4B

Bez duše – 2. místo v kategorii povídka

Začalo to před nedávnem. Nejprve jsem tomu nerozuměla a snažila se to ignorovat, ale nešlo to. Pokaždé, když jsem usnula, viděla jsem to. To monstrum. Ten přízrak, který se vplížil do tvé společnosti a vysál z tebe život.

Po několika měsících, pokaždé když jsem zavřela oči a usnula, se mi před očima promítal zvláštní sen. Vždy byl velmi podobný. Viděla jsem v něm někoho... a to. Bylo vysoké a štíhlé. Až šlachovité, řekla bych. Mělo dlouhý, zašpičatělý ocas a dlouhé, štíhlé prsty, které vždy obtočilo kolem své oběti a vysálo ji. Prostě ji vysálo. Viděla jsem, jak se dotýká jejich hlavy,

a pak už jen, jak z očí oběti odchází život. Nemělo to v obličeji nic než pusu—jestli se tomu tak dalo vůbec říkat. Byla proříznutá od ucha k uchu, ale kromě ní tam nic jiného nebylo.

Myslela jsem si, že to jsou jen noční můry, dokud se v naší vesnici nezačali objevovat záhadně usmrcení lidé. Vždy to bylo stejné. Oběť byla nalezena u sebe doma s úplně bílými očima. Někdo by řekl, že se jim protočily, ale já věděla, že ztratily barvu. Protože to jim vysálo duši.

Až při třetí takové vraždě jsem tomu začínala věřit. Snažila jsem se... vážně. Nikdo mě ale neposlouchal. Vypadala jsem jako blázen, když jsem se dožadovala jejich pozornosti, když jsem říkala, že vím, kdo to udělal a kdo bude další.

Táta už nevěděl, co se mnou. Byl přesvědčený, že jsem to zdělila po mámě, ale já stále dokola viděla, jak to bere lidem život. Umírali... a mně nevěřili. V jednu chvíli jsem si dokonce myslela, že když nebudu spát, nikdy to nepřijde. Jako by to na mně záleželo. Ale vždycky to přišlo. Prostě to přišlo.

Toho jsem se bála nejvíc. Že jednou usnu a uvidím pod rukama té věci Elis nebo svého tátu. Elis byla má jediná kamarádka. Ostatní by řekli, že jsem buď divná, nebo rovnou podivínka. S nikým jiným jsem nijak zvlášť nevycházela. Elis byla jediná, kdo dokázal být v mé přítomnosti. Ostatní lidé jako by nesnesli ani můj pohled. Připadala jsem si jako nějaká stvůra, která odhání lidi jen svou existencí.

Když už to trvalo asi tři měsíce, viděla jsem to monstrum znovu. Vplížilo se do pokoje. Své téměř průsvitně šedé prsty položilo na hlavu mé nejlepší kamarádky. Vzbudila se. Chtěla křičet, ale nešlo to. Z jejích očí už odcházel život. Pomalu bělaly. A pak jsem ji viděla ležet úplně bez života.

Vzbudila jsem se jako z noční můry. Orosené čelo, přerývavý dech. Ten den už jsem neusnula. Ráno jsem hned šla za Elis. Už jsem se ani nesnažila jí to vysvětlit. Před měsícem jsem jí to řekla, ale ona se na mě jen zkroušeně dívala a prosila mě, abych o tom už s nikým nemluvila.

Byla to moje jediná kamarádka. Moje nejlepší kamarádka. Už jsem se jí o tom zmínila předtím, ale myslela si, že si zase jen vymyslím nějaké konspirace o záhadných úmrtích ve vesnici. Takže jsem se s ní domluvila, jestli by nechtěla přespát u mě. Namluvila jsem jí, že se bojím toho vraha, co tady chodí, a jestli by se mnou nezůstala.

Už přicházela noc a stále se nic nedělo. Byla půlnoc a Elis už spala, ale já opět nemohla usnout. Vyčkávala jsem na tu stvůru, ale nepřicházela. Už jsem myslela, že ji to nechá být, ale když jsem začínala usínat, uslyšela jsem za dveřmi jakési škrábání. Jako by někdo dlouhými nehty tiše dráсал dřevo.

Cítila jsem to, ale byla jsem tak vyděšená, že jsem se nemohla pohnout. Pomalu se začaly otevírat dveře... a já to uviděla. Tentokrát to nebyl sen ani vidina. Opravdu jsem to

viděla. Nejprve to do dveří strčilo ruku, tu obtočilo kolem zárubní a začalo je pomalu otevírat. Pak jsem spatřila jeho tvář. Hlava bez očí, nosu či uší. Jen ta velká, protáhlá ústa. Pomalu se po čtyřech připlazilo k Elis. Ani jsem si neuvědomila, že nedýchám, dokud se jí nedotklo a já se zhluboka nadechla, jak jsem se snažila znovu vdechnout vzduch do plic.

V tu chvíli se monstrum zastavilo a pomalu otočilo hlavu směrem ke mně. Postavilo se na zadní a pomalým krokem přistoupilo blíž. Zavřela jsem oči jako malé dítě, které se bojí a snaží se usnout, aby na nic nemyslelo. A pak... pak jsem ucítila u svého ucha teplý dech. To otevřelo svou tlamu a řeklo: „Celou dobu jsem tě hledal, Medelline, ale nikde jsem tě neviděl.“ Odmlčelo se, a pak se svým drápem jemně dotklo mé lící kosti. „Nikde jsme tě nemohli najít.“ Pak se narovnálo a já otevřela oči. Stálo sotva metr ode mě, znovu na čtyřech. Otevřelo pusku a usmálo se. Jehlicovité zuby se odhalily, a když je ještě víc rozevřelo, spatřila jsem v temnotě jeho tlamy dvě rudé tečky. „V noci si pro tebe přijdu,“ řeklo. A pak, stejně tiše jako přišlo, zmizelo. Zavřelo za sebou dveře a já ještě další dvě hodiny neusnula.

Druhý den ráno jsem byla celá rozbitá. Ale myslela jsem na dvě věci—že Elis neublížilo a na slova té stvůry, že se zase uvidíme. Byla jsem přesvědčená, že přijde dnes v noci. A nevěděla jsem, jak tomu utéct. Takže se raději rozloučím se všemi, na kterých mi záleží... pro případ, že by tohle byl můj poslední den.

Před rozloučením s Elis jsem si jí trochu vylila srdce a pak ji silně objala. Se slzou stékající po tváři jsem se vydala domů. Odemkla jsem dveře a zamířila rovnou do pokoje. Zavřela jsem za sebou a sedla si ke stolu. Vzala jsem papír a začala psát. Jelikož mi zůstal už jen otec, který si nelibuje ve sladkých slovech, rozhodla jsem se mu napsat dopis.

Ahoj, tati,

až tohle budeš číst, asi už tu nebude. Chtěla jsem ti jen říct, že tě mám opravdu ráda, a neber si to za vinu. Teď už budu s mámou a dáme na tebe pozor.

Medelline

Možná jsem to trochu přehnala, ale pravdu mu určitě říkat nebude. Ještě by si myslel, že jsem po mámě zdělila její schizofrenii. Ano, i já jsem si říkala, jestli mi nepřeskočilo a jen sdílím máminu diagnózu. Ale po dnešku... Po dnešku vím, co jsem viděla.

Večer opět nemohu usnout. Ani se o to nesnažím. Čekám, co se stane. Minule to přišlo něco málo po půlnoci. Teď na mém budíku svítí 1:00 ráno a pořád nic. A pak to slyším znovu. Ty škrábavé zvuky za dveřmi. Úplně strnu. Nemůžu se pohnout. Dveře se pomalu otevírají. Ale zpoza nich vyjde jen má kočka. Úlevou se celé mé tělo uvolní a já si s povzdechem sednu na postel. Ale pak, z tohoto úhlu, zahlédnu něco na chodbě. Promnu si oči a zbystrím. Tam, ve tmě, na chodbě, svítí dvě rudé tečky. Oči té stvůry.

Ráno se probouzím zmatená. Nevím, jak jsem usnula. Ale hlavně—proč jsem stále naživu? Vezmu dopis pro tátu, který ho ještě nestihl najít, a schovám ho do kapsy. Teď už mám vážně pocit, že mám schizofrenii.

Další týden se nic nestalo. Každý den jsem se probouzela z dvouhodinového, bezesného spánku. Nic se nedělo. Jen ten žravý pocit, který ve mně rostl. Vyloženě jsem čekala, až to přijde. Ale nic se nestalo. Můj život plynul dál.

Po dalším týdnu už jsem začínala šilet. Seděla jsem v pokoji mezi třemi knihami a snažila se najít alespoň malou zmínku o tom, co mě už měsíce děsí k smrti. Až po třetím týdnu jsem ve staré knize z naší malé vesnické knihovny objevila krátký článek s názvem „Zalthar“.

Zalthar

Povídá se, že tato stvůra chodí po vesnicích a bere lidem duše. Traduje se, že to jsou mrtví lidé přeměnění na démony poté, co se narodili a zemřeli jako lidé bez duše. Teď, posmrtně, se mění v monstra a chodí si svou duši vzít zpět.

Jedna duše pro jednu stvůru...

Odstavec pokračoval, ale já knihu prudce zavřela, až se z ní zvedl oblak prachu. Postavila jsem na ni zbylé knihy a odnesla je zpět do knihovny. Rozhodla jsem se na to zapomenout. Vážně to byly jen vesnické povídačky a já bych se měla nechat vyšetřit. Ale ty červené oči ve tmě... Nemůžu na ně přestat myslet. Mám pocit, že mě sledují. Kamkoliv jdu. Ve dne i v noci. Sledují mě.

Takhle to trvalo další měsíce. Až uplynul rok. Už jsem se tím přestala zabývat. Záhadné mrtvolky přestaly přibývat a já mohla konečně poklidně žít dál. A pak... Jednoho dne, když jsem se po škole procházela lesem, kde jsem si vždy hrávala s mámou, zazněl ten zvuk. Zvuk škrábání těch dlouhých drápů po kůře stromů. V jednu chvíli stojím. V další vidím jen tmu. Otevru oči a v šeru sedím na chodbě. Jsem zmatená a nevím, kde jsem. Udělám pár kroků ke dveřím a pomalu je otevřu. A pak si to uvědomím. Jsem ve svém pokoji. A přímo přede mnou, v zrcadle naproti dveřím, **stojí ono**. Na zadních. Otevřená ústa. A ty červené oči. **Ty oči...**

Barbora Škodáková, AZ3

Následky nenávisti - 3. místo v kategorii povídka

Záře plápolajících jisker ohňostroje se leskla v Mizaelových skelných očích. Hudba atrakcí a tamní halas se nesl na desítky metrů daleko. Mizael netrpělivě pozoroval slavnost z dálky svého okna. S každým výstřelem rachejtle zatajil dech a rozzářily se mu oči tancem barev.

Když přišlo na řadu pár finálních rachejtlí, něčí ruka stáhla Mizaela za límec z parapetu.

„Co si myslíš, že děláš?! Všichni v domě pracují a ty se tu válíš?!“ vyštěkl na něj jeho otec. Mizael přešel pohledem místnost. V obývacím pokoji běžela televize, jeho matka seděla v křesle a usrkávala kávu. Mizael věděl moc dobře, že jeho otec strávil celý den pokřikováním po služebnictvu a rodině. Jeho matka celou situaci nepřítomně pozorovala, i ona byla obětí jeho pokrytectví a manipulace

Tohle je pro tebe práce? Však jsi závislý na ničení životů ostatních. Pomyslel si rozhořčeně Mizael.

„Jdi mi z očí! Nemysli si o sobě, že máš nějaká privilegia jen kvůli tvé nemoci!“ probodl ho pohledem jeho majetnický otec.

Když se Mizael pomalu plížil po schodech, slyšel z obýváku křik otce, tentokrát křičel po manželce a vyčítal jí její neschopnost a nulovou podporu. Mizael nikdy nepochopil, jak se jemu otci vůbec podařilo najít manželku. Z jeho myšlenek ho ale vyrušil tlumený zvuk. Nastražil uši a pomalu následoval své instinkty.

Otevřel dveře sestřina pokoje a spatřil své dvojče schoulené na židli. Z levého předloktí jí z otevřeného šrámu stékala krev na koberec a její prázdný výraz měla sklopený k zemi. Mizael posmutněl. Věděl, že je toho jeho sestra schopná a znal i příčinu jejího sebepoškozování. Objal ji kolem ramen a její rána na předloktí se začala zacelovat. Pohlédla mu skelnýma očima do očí. „Promiň, Zaeli. Prostě jsem se mu snažila porozumět,” zavzlykala „Když on ubližuje ostatním, je z toho šťastný. Chtěla jsem vyzkoušet, jaké to je, když mi někdo ubližuje, ale jakýkoli druh radosti z toho opravdu necítím. Vždyť je to otřesné, co ho na tom ubližování ostatním baví?”

Věděl, jak se cítí, cítil se totiž úplně identicky. Zkoušel si evokovat fyzickou bolest, ale po tom, co otec provedl jemu a jeho sestře, cítil už jen opravdovou bolest, fyzická bolest na něj neměla účinky. Ta tíha mu svírala hrud' a zabraňovala mu dýchat. Už několikrát kvůli těm vzpomínkám upadl do panické ataky.

Mizael popadl sestru za ruku a vlácel ji za sebou jako panenku bez života. Když došli do jeho pokoje, vytáhl Mizael zpod postele plochou desku zahalenou v kusu látky.

„Tohle jsem vyhrál ve školní soutěži. musel jsem proto otci lhát, že jsem soutěž nevyhrál.” vysvětlil Mizael a odhrnul plachtu z desky. Rozprostřela se před nimi zarámovaná mapa světa. Alexandřiny smutné oči se opět rozzářily, hned se ale zachmuřila.

„Blázníš? Víš, co by se mohlo stát, kdyby toto otec našel? Když nás odřízl od světa, mohli jsme sotva chodit do veřejné školy, vždyť nás i odřízl od sítě! Je to psychopat, kdyby zjistil, že máš mapu, zakázal by nám i dýchat!” vyčetla bratrovi jeho hloupost. Mizael jí ale namísto odpovědi věnoval šibalský úsměv. „A musíme snad žít ve strachu? Podívej se!” ukázal na okraj jednoho kontinentu na mapě, kde se překrývalo několik papírů. „Myslel jsem si, že je Derthali jediná obyvatelná planeta, ale tady se kříží několik odlišných map,” kouknul na ni s nadšením, ona ale svažila obočí, jako kdyby na ni mluvil blázen. „No tak, nechápeš to? Myslel jsem si, že je to jedna celá mapa planety, ale jedná se o záměrný tah. Ten, kdo sestavil tuhle mapu chtěl říct světu o dalších planetách, jenže kdyby veřejně rozšiřoval mínění

o okolním světě, byl by za to odsuzován, proto to takhle zatajil. Ty mapy jsou ale nakresleny na jiné papíry a vzájemně na sebe nenavazují, i když to tak na první pohled nevypadá.” rozmachoval přitom rukama Mizael.

„I kdyby byl tento svět mnohem větší, než jsme mysleli, jak nás to ovliv- Ty jsi génius, Zaeli!” rozjařila se Alexandra a Mizael hrdě vypnul hrud’.

Alexandra ale po chvíli zavrtěla hlavou. „Tvůj objev je sice úctyhodný, ale sám o sobě by pro nás neměl žádný signifikantní význam,” mrkla na něj „Hele, žijem v magickém světě, všechno živé i neživé oplývá Astrou, magickou energií. A tohle je další část skládačky a ty jsi do ní taky přispěl dílkem. Ve škole jsme se učili o teleportaci. Je k ní třeba velké množství Astry, velmi precizní šikovnost ovládání Astry k jejímu přetvoření na portál a přesná souřadnice místa, ke kterému se chceš přemístit. To poslední s touhle mapou máme a jakožto Xory, magické bytosti vysoké úrovně obývající tuto planetu máme i značné množství Astry!” zajásala Alexandra. Mizaelovi zajiskřilo v očích.

Domluvili se teda na plánu útěku a nalezení opravdové svobody, jakou dosud nezažili. Jejich plán byl smluvený. Přezkoumáváním mapy a trpkou pílí se naučí teleportaci a utečou z tohoto beznadějného a zoufalého vězení plného lže, jenž by snad jen pošetilec mohl nazvat domovem.

Mizael měl ale zcela jiné úmysly, které své sestře tajil.

Na svém plánu pracovali každou volnou chvíli. Zjistili, že Mizael má obzvláště velkou zásobu Astry, již ke svému plánu potřebovali a Alexandra měla dost obšírné vědomosti o magii. Alexandra proto učila Mizaela, neboť ona sama neměla dostatečné množství Astry k vytvoření portálu, sama by to proto nezvládla. Mizael byl velmi bystrý žák, dosahoval zlepšení rychleji, než očekávali. Avšak celý jejich proces byl ale ustavičně zpomalován utajováním. Kdyby se o nich dozvěděl jejich otec, mohli by se se svobodou rozloučit.

Šest týdnů jim trvalo naučit Mizaela manipulovat Astru, magickou energii. S magií neměl do té doby žádné zkušenosti, ale skvělá pomoc Alexandry a touha po svobodě je oba dva hnala dál. Každou noc padali vyčerpáním.

Po deseti týdnech se Mizael naučil měnit Astru ve viditelné útvary. Jejich původně bláhový pokus přestal vypadat jako iluze a začínal připomínat portál, i když funkčnost stále postrádal.

Jedenáct týdnů jim trvalo naučit Mizaela prostorové vnímání a spojit dvě různá místa a propojit je meziprostorovou bariérou, portálem, a to na pouhých pár metrů.

Po všech těch sto osmdesáti devíti dnech tréninku a učení se jim naskytla ojedinělá příležitost. Oba jejich rodiče museli naléhavě pracovní odjet do vzdáleného Pirtase Quet. Alexandra se s nimi stihla jen letmo rozloučit, avšak Mizael se s matkou stihl obejmout. Ačkoliv se s nimi oba dva velice rádi loučili a doufali, že je už nikdy neuvidí, stále museli dbát na jejich hrané lásce k rodičům. Nemohli dávat najevo, jak moc je nenávidí.

„Teď máme šanci!” vychrlil rychle Mizael a oba dva se odebrali k jejich mapě. „Během tréninku jsem si všiml něčeho zvláštního a ty jistě taky,” kývl na sestru „Kdykoliv jsem se

zkusil teleportovat na vzdálenější místo, myslel jsem si, že něco dělám špatně, ale mýlil jsem se. Při teleportaci na vzdálenější místo využívám větší množství Astry a taková akce mě stojí více úsilí. Jenže to není ten poznatek. Když jsem se teleportoval do větší vzdálenosti, strávil jsem přemísťováním déle, což znamená, že na větší vzdálenosti platí určitá časová prodleva, takže ať už portálem utečeme kdekoliv, je možné, že v po přesunutí na druhé místo uběhne i několik hodin, tak buď na tu časovou odchylku připravená.”

Alexandra přikývla a rychle si oba dva nachystali sbalené věci.

Stoupili si vedle sebe, Mizael natáhl ruce do vzduchu a zavřel oči. Mumlal si pro sebe nesrozumitelná slova a na čele mu vystoupily žíly. Po tvářích mu stékaly krůpěje potu, ale nepřestal se soustředit. Zvedl se okolo nich znenadání vítr a šlehal je do tváří, papíry na zemi se začaly zvedat a kroužit kolem jejich hlav, nábytek se otřásal v návalu energie. Špatně se jim dýchalo, ale nebrali to na vědomí. Před Mizaelovým rukama se shlukovaly zářivé chomáčky a spojovaly se do podlouhlého uskupení. Pulzující energie z tvořícího se portálu procházela jejich těly. Portál se rozšiřoval a přetáhl prostor před nimi. Alexandra žasla, takhle energeticky silný portál se jim ještě nepovedl vytvořit.

Pohled to byl vskutku skvostný, ale sourozenci neváhali ani vteřinu a proskočili časoprostorovou branou do neznáma. Padali do hlubin časoprostoru a kolem nich se rozprostírala skutečná podívaná. Rýsovaly se všude kolem nich kaleidoskopické sféry, které byly protkané zářící energií jako gobelíny. Nevěděli, co právě vidí, ale poprvé v životě se cítili strašně lehčí, jako by je na chvíli nic netrápilo, jako by touto prapodivnou dimenzí mohli padat napořád. Ale blížili se k nepřehlédnutelné safírově zářící podlaze.

Mizael natáhl ruku stranou a vedle něj rozřízla chromatická dimenze jako malý škrábanec. Mizael tak otevřel jiný portál a než se Alexandra stihla ohlédnout, strčil ji Mizael do malého portálu, který právě vytvořil. „Mrzí mě to, ale nechci, abys viděla, co se chystám udělat,” řekl se slzami v očích a naposled spatřil tvář své sestry, která zmizela v portálu vedle něj.

Mizael zatnul zuby a zmizel v bílé záři, opravdovém konci portálu. S těžkým žuchnutím dopadl na tvrdou zem. Když popadl dech, rozkoukal se kolem. Byla tma a on se ocitl za mramorovou moderní budovou. Celý komplex byl dobře střežen mnoha hlídači. Přesně jak očekával, sestra nebyla nikde v dohledu. Brzy ale uslyšel hlasy. Slyšel jeho rodiče uvnitř budovy, a ještě několik dalších neznámých hlasů. Teď mohl pokračovat v jeho skutečném plánu.

Zabít jeho rodiče.

Opatrně obcházel střeženou budovu, aby našel nějaké dveře nebo malé okno, kterým by se mohl dostat dovnitř. Když našel malé otevřené okénko v druhém patře, rozeběhnul se a odrazil od země. Velmi tiše se zachytil parapetu okna a postupně se protlačil dovnitř. Byl v malé temné místnosti, ale jeho oči velmi rychle navykly temnotě. Pootevřel dveře a nahlédl do okolí. Kousek od dveří se točilo mramorové schodiště pokryté rudým kobercem, který se natahoval až do spodního patra, kde skupinka lidí v drahém oblečení velmi tiše konverzovala. Mezi těmi lidmi byli i Mizaelovi rodiče.

Nastal čas dokončit jeho plán. Mizael trénoval mnoho desítek hodin sám, ale netrénoval teleportaci, nýbrž telekinezi, velmi mocnou a nebezpečnou psionickou schopnost. Velmi rychle zjistil, že je v tomto odvětví velmi zdatný a nejspíš měl na telekinezi i talent.

Po těle se mu rozproudil adrenalin. Nemohl se dočkat, až konečně silou mysli přerazí páteř lidem, kteří jeho i jeho sestru celý život trýznili. Zavřel oči a natáhl ruku směrem k nim. Představil si jejich těla jako pouhé loutky a jeho schopnost jako neviditelnou ruku, která může kdykoliv rozpárat stehy na těchto látkových panenkách. Když ale zaměřil svou mysl na jejich zranitelnou páteř, něco se pokazilo, jako by jeho mysl zablokovala nějaká neviditelná změna. Najednou všichni ve skupince lidí zpozorněli a ohlédli se na něj. Všimli si ho. ve tvářích jeho rodičů se linula hořkost. Okamžitě na něj otec ukázal a zakřičel něco v cizí řeči a ze dveří z dolního poschodí začali vybíhat vojáci v uniformách a namířili své zbraně přímo na něj.

Mizaelův plán byl v troskách a po teleportaci sem už neměl dostatek Astry k vytvoření jiného portálu. Vojáci postupně vycházeli schod po schodu, nespouštěje své zbraně. Mizael těžce polknul a začal se třást. Nezmohl se ani na slovo a pomalu se sesunul k zemi s beznadějí v očích.

Uslyšel dunivé otřesy a všichni v budově se začali nervózně ohlížet. Otřesy se ozvaly znovu, nyní však ještě hlasitěji. Celá budova se začala třást. Vázy s květinami se převrátily a zničily a okna se od horního patra roztrhla na hromadu střepů. Tentokrát i vojáci sklopili své zbraně a snažili se najít původ těchto otřesů. Při dalším dunění se po všech dnech rýsovaly trhliny. Všichni lidé v budově začali utíkat k nejbližšímu schodišti, Mizael pořád ležel na studené podlaze a před očima mu tikaly hodiny. Než však kdokoliv stihl kamkoli utéct, poslední dunění rozpoltilo strop a všichni skončili pod lavinou trosek.

Když se usadil prach, Mizael velmi pomalu mrkal, viděl před sebou osm mrtvých těl a dvě z nich byli jeho rodiče. Nyní už necítil žádnou bolest, pouze blaženost. Ti, kteří jemu a jeho sestře způsobili nespočet ran na duši, leželi rozmačkáni pod zříceninou budovy.

Mizaela pomalu opouštělo teplo, jedna rozvalina mu probodla břicho a on ztrácel krev. Viděl rozmazaně, ale když se před ním zvedla jedna velmi známá osoba, poznal ji ihned. Na tváři se mu rozlil úsměv.

„Promiň, kdybychom se narodili do jiné rodiny, nemusel bys pro své cíle umřít.“ Po tvářích Mizaelovy sestry stékal pramínek slz. Tentokrát ji už viděl opravdu naposled. Tušil, že se stejně znovu dostala za ním, aby ho zachránila od jeho břemene, však i ona je nenáviděla.

Slyšel, jak pomalu její kroky mizí v dáli a než naposled zavřel oči, napsal vlastní krví poslední slova: NÁSLEDKY NENÁVISTI.

Adéla Bymová, PS1B

Co Čech, to houbař – 1. místo v kategorii fejeton

V některých zemích chodí lidé do lesa na procházku, aby si užili klid a čistý vzduch. Ale u nás v Česku se do lesa vyráží na bojovou výpravu. Cíl? Najít, sebrat a odnést co nejvíc hub, nejlépe dříve než soused. Protože co je horšího než vidět někoho jiného odcházet z lesa s plným košíkem, zatímco vy máte ve svém košíku sotva muchomůrku?

Houbová sezóna je pro Čechy obdobím, kdy se mění v houbové predátory s ostrým zrakem schopné z dálky vycítit i ten nejvíce maskovaný hřib. Každý správný houbař má svá tajná místa, která neprozradí ani pod hrozbou mučení. „Jo, rostou, ale kde přesně, to ti neřeknu!“ zní typická odpověď na nevinný dotaz. Některé extrémní případy dokonce parkují schválně dál od lesa, aby nikoho ani ve snu nenapadlo jít sbírat na stejné místo.

A pak přichází pro mnohé to nejlepší – užívání si své tvrdě odřené práce v lese. Smaženice, polévky nebo sušení na zimu. A když už se houby nevejdou do lednice, rozdávají se po rodině a kamarádech. Ale na darování hub si člověk musí dávat pozor, protože jakmile někomu věnujete kousek stanete se tak automaticky prvním podezřelým a důvodem, proč jim je špatně. A hned vám přijde do mobilu zpráva typu: “To je určitě z těch tvých hub!”

A tak, i když jiní chodí do lesa pouze na procházku, pro nás je to záležitost vážně soutěže. Možná by nebylo na škodu přidat houbaření na seznam národních sportů. Protože, upřímně, v některých sportech jsme opravdu marní, například ve fotbale.

Patricie Valová, PS3A

Umění prokrastinace – 2. místo v kategorii fejeton

Každý máme nějaký skrytý talent. Někdo umí nádherně kreslit, jiný se dorozumí pěti jazyky a další zvládne upéct dokonalý cheesecake. A pak jsme tu my – mistři prokrastinace.

Prokrastinace není jen obyčejné odkládání povinností. Je to promyšlený, sofistikovaný proces, ve kterém jsme se roky zdokonalovali. Můžeme to nazvat taktikou, uměním či životním stylem. Jak jinak by bylo možné, že místo napsání důležitého e-mailu dokážeme hodinu hledat, proč mají zebry pruhy? A místo úklidu pokoje si nutně musíme pustit dokument o včelařství?

Existují různé druhy prokrastinace. Ta klasická – kdy víme, že bychom měli něco dělat, ale „jen si na chvilku“ projedeme sociální síť. Pak je tu ta produktivní – kdy

se sice vyhýbáme důležitému úkolu, ale zato uklidíme celý byt, umyjeme okna, a ještě přeskládáme skříně podle barev. Nejzákeřnější je však ta intelektuální – když si řekneme, že přece nemůžeme začít pracovat, dokud si nezjistíme naprosto klíčové informace, třeba jak funguje kvantová fyzika.

Prokrastinace je zároveň fascinující fenomén. Když máme celý týden na splnění úkolu, strávíme šest dní tím, že „ještě není ta správná chvíle“. Ale poslední den? Najednou jsme schopni zvládnout práci, která by normálně trvala týden, za pár hodin. Možná by si vědci měli všimnout tohoto fenoménu a začít jej zkoumat jako nový druh superschopnosti.

A tak si říkám – měla bych se konečně pustit do toho důležitého úkolu, co na mě čeká. Ale nejdřív... možná bych si mohla zjistit, proč vlastně mají ty zebry pruhy.

Ester Nitka, PS3A

Čekárna u doktora – svět sám pro sebe – 3. místo v kategorii fejeton

Čekárna u doktora je místo, kde se zastavuje čas. Doslova. Přijdete na objednanou hodinu, ale i tak strávíte půlhodinu sledováním dveří ordinace, které se otevírají méně často, než byste si přáli. A tak čekáte. A čekáte.

Společnost vám dělají – důchodkyně, která vám bez zábran líčí své zdravotní problémy a stěžují si, jak se tento rok zase zvedla cena másla, matka s kašlajícím dítětem (které by rozhodně mělo mít roušku, ale nemá) a pán, který si nahlas povzdechne pokaždé, když sestřička zavolá někoho jiného než jeho.

Na stole leží staré časopisy – většinou z doby, kdy bylo ještě moderní nosit bokovky a Paris Hilton byla ikonou stylu. Sáhnete po mobilu, ale připojení k internetu je tu slabší než naděje, že se dostanete na řadu včas. Čas se vleče a vy začnete analyzovat interiér. Proč má ta béžová barva stěn tak zvláštně depresivní odstín? Kdy asi naposledy někdo zalil tu ubohou, napůl uschlou květinu v rohu?

Z myšlenek vás vytrhne pohyb – dveře se otevrou! Napjatě čekáte, ale sestřička vysloví cizí jméno. Povzdechnete si a vrátíte se k pozorování tikajících hodin.

A pak konečně přijde váš moment! Vaše jméno zazní jako rajská hudba. Rychle se zvednete, aniž byste se rozhlédli, a zamíříte do ordinace. V tu chvíli jste vítězem – i když jen do chvíle, než si uvědomíte, že na vás za dveřmi čeká něco mnohem horšího než čekání. Vyšetření.

Kristýna Müllerová, PS4B

Umírající dopisy – 1. místo v kategorii básně

Na stole dopisy, co nikdy neodešly,
slova se lámou jak vyschlý prach.
Čas je jen stín, co kreslí své břehy,
přes proud dní táhne svůj tichý strach.

Na stole dopisy, řádky se lámou,
inkoust už vybledl, zbyl jen jeho pach.
Slova, co bolí, se rozplynou ránou, čas je jen stín,
co uhýbá v tmách.

Oči se dívají k prázdnému stropu,
ticho se vkrádá do studených zdí.
Proud všech těch myšlenek strhává k toku,
kde voda je kalná a láká mě jít.

Zrcadla křičí, já mlčím dál,
čáry jak řeky na bledých zdech.
Voda mě volá, prázdný je sál,
klid je tak blízko – na dosah dech.

Dopis se trhá a proudem mizí,
kreslím si rány jak v tajném psaní.
Možná se zahojí, možná se vrátí,
možná jen jedna rána
můj čas konečně zkrátí.

Lucie Rudinská, PS3B

Pod širou nocí - 2. místo v kategorii básně

Jsem člověk, který radši tančí,
než otevírá ústa.

Radši zpívá,
než vríská.

Nerada mluvím před lidmi
a už vůbec ne o svých pocitech.
Copak vás to zajímá?
Nevěřím lidským bytostem.

Ano, necítím se dobře,
ale není to to jediné, co cítím.
Nezajímám tě, když jsem šťastná,
tak proč, když před tebou mlčím.

I kdybych ti to vše řekla,
nezbavím se pocitu,
že jen přidávám do tvého pekla
a nutím tě k chování soucitu.

A proto radši tančím,
než otevírám ústa.
Radši mluvím pohybem
než vrískám.

Možná že mě nepochopíš,
ale mně pak bude lépe.

Vyjádřím, co cítím,
a zraním tě o něco méně.

Tak pochop,
když znovu mlčím.
Já jen moc dobře vím,
že když o tom mluvím,
lidé se ode mě odvrací.
Lidé mě nechápou.
A to já nechci.
Ne s tebou.
Ne, když právě ty se mnou tančíš
jako jediná pod širou nocí.

Klára Chupíková, LY 1

Být ženou - 3. místo v kategorii básně

Být ženou znamená nést tichá břemena,
smát se, i když uvnitř duše rozpraskaná sténá.
Znát bolest, co se nesmí říct,
a strach, že „ne“ znamená nic.

Je to boj s vlastním tělem, co se mění,
co bolí v rytmu luny, v čase zrození i umírání.
Je to křik, co dusí se v polštářích,
když svět se tváří, že přeháníš.

Je to úsměv, když tě soudí,
pohledy, co řezou kůži,
řeči, co ví, jak bys měla,
jako bys neznala svá těla.

Je to strach, když noc je dlouhá,
klíče v ruce, krok se loudá.
„Neběž, nechod’, nemluv, nebud’,
nehřeš krásou, nechod’ v klidu.“

Být ženou je unést váhu,
o které svět mluví málo.
Je to síla skrytá v dlaních,
je to plamen, co se chvěje,
ale nikdy neuhasí.

Nela Današová, NA3

Krásné velikonoční svátky, bohatou pomlázku, mnoho štěstí, zdraví a hodně energie z jarního sluníčka Vám přeje

Vaše redakce

