

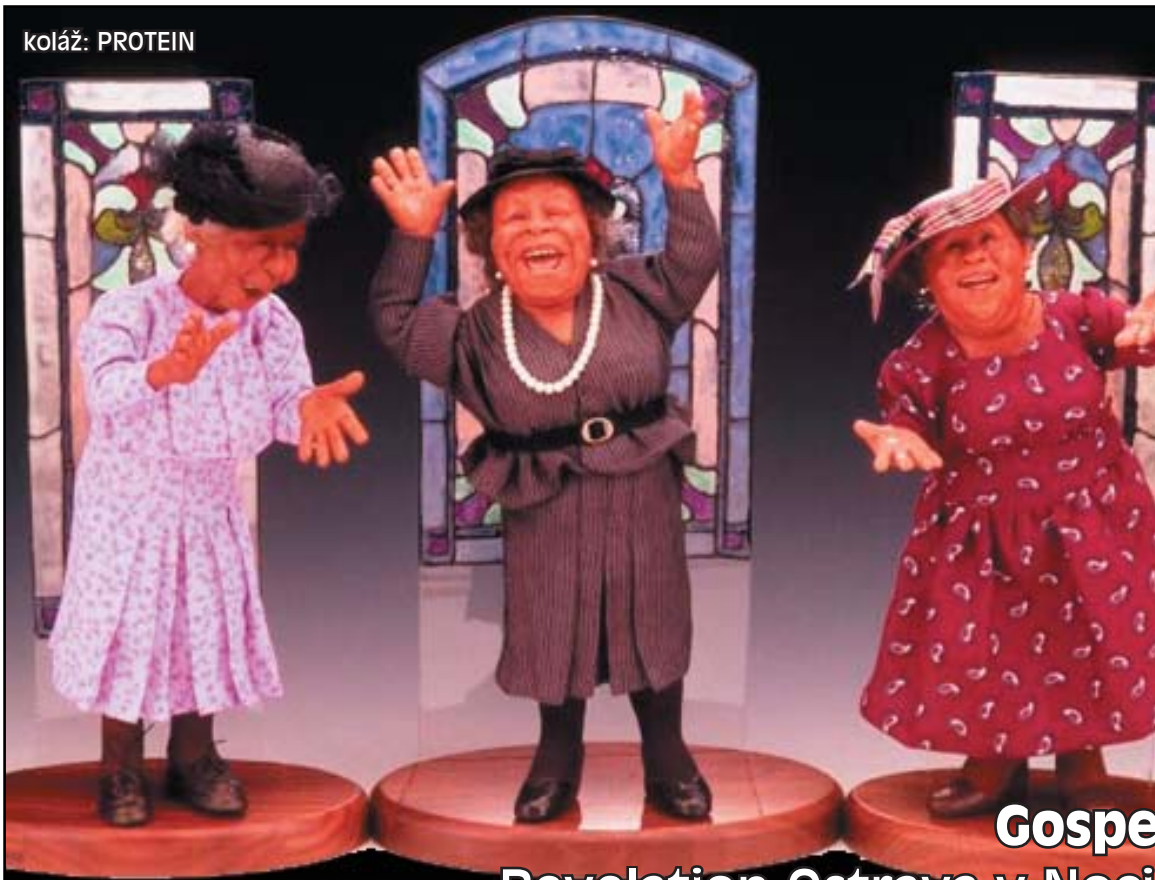
PROTEIN



měsíčník YMCA v ČR, prosinec 2004, ročník VI.

11 Kč / 0,5 €

koláž: PROTEIN



Gospel v televizi
Revelation Ostrava v Noci s Andělem



Čajová inspirace
Příprava čaje je věda a jeho pití obřad

Prosinec v rytmu gospelu
Gospel Night letos kromě Prahy uvidí i Krnov

Milí čtenáři,

právě se loučíme s listopadem, měsícem, jehož třicet dnů přineslo nejméně dvě události celospolečenského významu. Na jeho počátku v USA zdárně proběhla volba prezidenta, který bývá často označován za člověka s nejmocnějším vlivem na celý svět. Naštěstí se neopakovala situace z před pěti let, kdy byl kvůli neuvěřitelně vyrovnanému výsledku vítěz znám až po rozhodnutí soudu.

Letošní volební kampaň byla velmi vyhracená a americká i světová veřejnost rozdělená, jako již dlouho ne. Střetly se dva v mnohém antagonistické pohledy – nejen na zahraniční politiku, ale také na morální hodnoty a ekonomiku. Po volbách si onu dělicí čáru uvědomili i oba kandidáti a veřejně deklarovali potřebu jednoty a spolupráce. Přesto

ona vyhracenost Americe do jisté míry prospěla – např. volební účast byla mnohem vyšší než v minulých letech. Ve státě Ohio se před volebními místnostmi tvořily fronty tak dlouhé, že se na některé zájemce ani nedostalo.

Druhou důležitou událostí je pro nás určitě 15. výročí konce komunistického režimu. Opět došlo na čas k oživení diskuse o tom, jak došlo k samotnému převzetí moci, jakým vývojem prošla naše společnost za těch 15 let, zda je lepší žít dnes nebo v socialismu, a také o tom, proč má dnešní komunistická strana téměř dvacetiprocentní podporu a je nejsilnější levicovou stranou v zemi. S tím, jak roste její vliv, musíme jen doufat, že to s námi nemyslí tak, jako bývalí agent Ludvík Zifčák, který vpředvečer výročí uvedl pro LN, že v Číně se tak neschopní funkcionáři, jako je náš současný prezident – popravují. O tom jaký by



Václav Klaus měl dostat trest, podle něj mají rozhodovat lidové soudy. Zajímavé, že? Zájemce o článek odkazují třeba na www.domousov.bloguje.cz.

Toto byly tedy události měsíce listopadu, ve světle událostí měsíce nadcházejícího, ale přesto působí nevýrazně. Prosinec je totiž měsíc, kdy se můžeme těšit na akci vpravdě prvotřídní důležitosti. Blíží se totiž Vánoce. Je sice pravda, že toto slovo v nás může vyvolávat různé asociace, ale můžeme se opět těšit na připomenutí toho, proč se Vánoce vůbec slaví. Marek Eben zpívá v jedné své písni: „Doba se nám kupředu moc nepohnula, problémy jsou stejný jako v roce nula, hotely jsou narvaný a jak se s váma jedná, je to němlich to samý co v roce jedna. Jenže dny se krátí a mnohem dřív se stmívá, již vyšla hvězda a za ní zlatá hřívá. A z téhleté hvězdy naděje vyplývá, že světlo přijde i do našeho chlívá“. A to vám všem ze srdce přeji.

/František Kroužil/

© **PROTEIN - měsíčník YMCA v ČR.**

Redakce: Štěpán Černý, František Kroužil

Spolupracovníci: Vojtěch Berger, Jaroslav Vojta Hynek, Petr Siska, Dominik Zunt

Sídlo: YMCA DAP, Na Poříčí 12, 115 30 Praha 1.

Kontakt redakce: e-mail: protein@ymca.cz, tel.: 224 872 045,

www.protein.ymca.cz, právo redakční úpravy vyhrazeno,
registr. číslo MKČR: E 14324, uzávěrka tohoto čísla: 20.11.2004

Návštěva z Číny

Českou republiku navštívil generální sekretář čínské YMCA. V Praze jednal o vzájemné spolupráci a intenzivnějším kontaktu s českou Ymkou.

Na počátku října se sešel generální sekretář YMCA v ČR a sekretář pro vnitřní věci YMCA v ČR Jaroslav Hynek s generálním sekretářem YMCA Čína – panem Jianrongem Wu. Nejlepší vtip padl ještě před samotným setkáním – pan Wu vzkázal - můžete si vybrat, kterým jazykem budeme komunikovat – umím čínsky a japonsky J. Nakonec se ale ukázalo, že šlo skutečně jen o vtip a přivedl si sebou překladatele. Zajímavého pána, který v ČR studoval v 70. letech a poté celý život přednášel na univerzitě v Číně a teď, na důchod, se přestěhoval s celou rodinou do Prahy a žije tu. Takže na Čínskou YMCA máme v Praze jakéhosi velvyslance – styčného důstojníka.

Pan Wu nám představil historii YMCA v Číně i její současnost. Dozvěděli jsme se například, že YMCA v Číně vznikla v roce 1900! – tedy o 19 let dříve než u nás. Většinou máme asi vybudovaný postoj – „jó ta rudá Čína“, ale představte si, že tam YMCA fungovala až do roku 1966(!), kdežto u nás přerušila činnost s nástupem fašismu



a komunistický režim zakázal činnost YMCA už v roce 1951. Nám se podařilo obnovit činnost až v roce 1990, ale čínská vláda povolila obnovení YMCA již v roce 1984!

Dnes má YMCA v Číně asi 13.000 členů a prožívá období velkého rozmachu. Mladí lidé, především na vysokých školách mají o YMCA a o křesťanství velký zájem a proto se YMCA věnuje právě seznamování vysokoškoláků s křesťanstvím.

Štěpán Hejzlar byl panem Wu pozván do Shanghai. Náš GS odvětil, že by takovéto prostředky byly užitečněji využity pro jinou formu spolupráce, a to reciproční výměnu mladých lidí, a sám by rád Čínu jistě také navštívil, ale určitě soukromě jako turista. Navrhl tedy projekt, kdy by mladí čeští Ymkaři mohli vyjet do Číny a opačně a pracovat jako dobrovolníci v místní YMCA třeba na půl roku. Oba generální sekretáři si vzájemně uložili úkol ověřit podrobnosti a možnosti financování takového projektu a tak zanedlouho si budete moci nějakou konkrétní nabídku přečíst i na stránkách Proteinu.

/Jaroslav Vojta Hynek/

Slovníček pojmů

总干事

Generální sekretář

青年会

YMCA



Prosinec v rytmu gospelu

Letošní advent nabídne ne jednu, ale hned dvě ymkařské Gospel Night. Kromě zavedené Gospel Night v Praze se letos k městům, kde Ymkaři tráví adventní čas za zvuků gospelu, zařadí také severomoravský Krnov.

V předvánoční době, v době adventu, by se životní rytmus křesťana měl tak trochu zpomalit, v předtuše očekávání vánočních svátků a v očekávání příchodu Ježíše Krista. Bohužel, často tomu bývá právě naopak a člověk je, křesťan nekřesťan, vláčen a smýkán předvánočním shonem, masírován reklamními kampaněmi na potenciální vánoční dárky. Z tohoto sevření jej, vyčerpaného a vycucaného jako citrón, propustí neviditelná chapadla reklamy často až po svátcích. Vlastní podvědomí zmatené vžitou představou o tom, že předvánoční doba je vždy hektická a že tomu ani nemůže být jinak, nás uvrhává do stavu pasivní resistance vůči všemu a všem a my čekáme, až ty Vánoce jaksi přejdou. Takže jakýpak advent, jaképak radostné očekávání? Je to spíš boj o přežití v kritické době mezi prvním a čtyřiatvácátým prosincem (začátek tohoto období se ale posunuje, vždyť obchodní domy na nás se svou vánoční nabídkou útočí už od října).

PRAŽSKÉ ZAČÁTKY

První Gospel Night YMCA Praha

byla jedinečnou akcí, jaká v roce 1997 neměla v České republice obdoby. Během let si už toto tradiční předvánoční zpívání v některém z pražských kostelů našlo v myslích i diářích Pražanů své místo, a tak se organizátoři nemusejí obávat,



že by kostelní lavice letos zely prázdnotou. Ba naopak – tradiční prostor, kde se Gospel Night koná, kostel U Klimenta v Praze, byl v minulých letech naplněn k prasknutí a dá se očekávat, že nejinak tomu bude i letos.

Gospel – v překladu evangelium, dobrá zpráva. Jen americké černochoy napadlo se ze své touhy po lepším životě v polovině 19. století vyzpívat. Vznikl žánr, který poutavým způsobem hovoří (zpívá) o bohu, o víře, o věcech, na jejichž základě by do té doby zřejmě nikoho nenapadlo postavit hudební hit.

A přece, hvězda gospelu šla rychle nahoru, velkou popularitu má i dnes. Písně, které si většina z nás spojí s černošskými zpěváky s rukama obrácenýma k nebi a s Whoopi Goldbergovou ve filmu Sestra v akci. Ani Whoopi ani jiní černoši se na Gospel Night neobjeví, inter



prety gospelových písní budou skupiny Tensingu, které na letošní ročník akce dorazí kromě Prahy také z Mělníka, Krabčic a Náchoda. Objeví se také speciální Tensingová formace Tis-Želiv.

Kromě klasických gospelů se diváci mohou těšit i na jiné písně, které sice nesplňují kritéria gospelu, ale zato vrchovatě splňují kritéria hudební přitažlivosti a atraktivity, zkrátka hity. Přesto má výběr písní na Gospel Night určité mantinely. Mělo by jít o písně, které svým charakterem zapadají do celkové atmosféry Gospel Night, která je klidná, dává prostor k zamyšlení i modlitbě a má posluchače na necelé dvě hodiny přenést do trochu jiného světa než je ten, ze kterého do kostela přišli.

Petr Chlápek, absolvent Evangelické teologické fakulty UK a nyní vikář ČCE v Lounech, dlouholetý organizátor

pražské Gospel Night říká: „Gospel Night v sobě spojuje několik prvků, které při klasickém koncertě v kostele, ani při bohoslužbě nenajdete. Netradičně pojatý sakrální prostor gotického kostela, vyzdobený pracemi mladých umělců), gospelovou hudbu i vhodně vybrané hity z rádia, živé vystoupení mladých muzikantů, zpěváků, herců a tanečníků z Tensingu.“

A co je cílem Gospel Night? Jak to tenkrát praotci zakladatelé vlastně mysleli, když se rozhodli, že uspořádají první setkání tohoto druhu? „Důvodem ke vzniku Gospel Night byla především zkušenost s takovou akcí na Tensingovém festivale v maďarském Kisköreszi. Gospel Night byla jedním z programů, který pořadatelé mladým lidem nabídli a na všechny přítomné včetně nás udělala velký dojem.“

Chtěli jsme něco podobného ukázat také lidem u nás, a to včetně nevěřících,“ vysvětluje Chlápek. „Každá Gospel Night se snaží zaujmout diváky zcela novým výtvarným řešením prostoru

i programovou skladbou. Každý rok je originální.“

KRNOV, NOVÁ MEKKA GOSPELU?

Po vzoru pražské Ymky se letos rozhodli uspořádat Gospel Night také v Krnově. Spolupořadatelé jsou evangelická církev, nadace Divoké husy, Slezská diakonie a ministerstvo kultury. Plakát krnovské Gospel Night zve diváky na „netradiční adventní koncertní show“. Organizátorka akce Hana Vladíková k tomu dodává: „Pražské Gospel Night jsem se účastnila v roce 2000. Byla krásná, a tak jsem ráda, že se mi podařilo prostřednictvím grantu z MK ČR získat peníze pro uspořádání takové akce na Moravě. Krnovská Gospel Night bude trvat 2 dny. V sobotu odpoledne je příjezd,

ubytování a společný večerní program, který si připravili krnovské tensingářky. V neděli nás čeká dopolední vystoupení v ČCE Krnov a odpoledne vlastní Gospel Night.“

Dvoudenní akce, která vyvrcholí nedělním večerním vystoupením v krnovském evangelickém kostele, nese téma „...takže, s láskou do toho...“ a bude celá vedena v duchu pomoci bližnímu. Výtěžek z Gospel Night půjde na konto chráněného bydlení organizace Archa, přičemž jej ještě předtím zdvojnásobí nadace Divoké husy.

A na koho se krnovská hudbychtivá veřejnost může těšit? Účast přislíbily kromě domácího Tensingu Krnov také Tensingy z Ostravy (Ostrava

Poruba a Ostrava Jih), Frýdlantu nad Ostravicí a Orlové. Do Krnova se chystají také Tensing Praha a Tensing Mělník.

Dvě letošní Gospel Night slibují skvělou podívanou, proto neváhejte a přijďte se na některou z nich podívat.

/Vojtěch Berger/



Fotoreportáže na www.ymca.cz

Jaké bylo letošní podzimní Mraveniště?

Zjistíte to ve fotoreportáži na

www.ymca.cz - v sekci Aktuality.



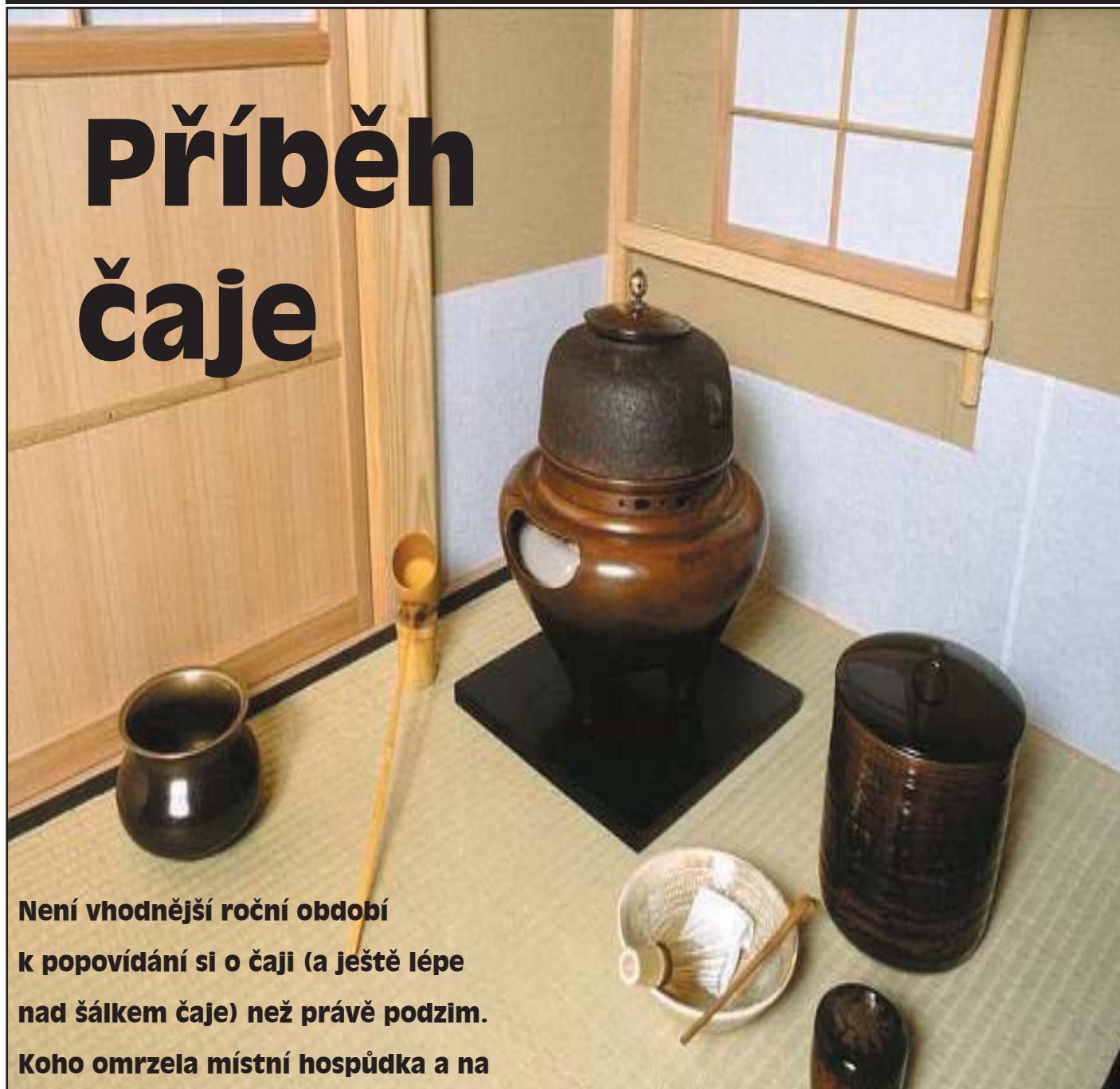
Na stejném místě naleznete také

fotoreportáž z odhalení pamětní desky

v Paláci YMCA.



Příběh čaje



Není vhodnější roční období k popovídání si o čaji (a ještě lépe nad šálkem čaje) než právě podzim. Koho omrzela místní hospůdka a na

pobyt v sychravém počasí se necítí být dostatečně otužilý, nalezne své útočiště právě v čajovně. Původně měl být tento článek jakýmsi zlákaním do těchto místnůstek, kde se mysl potěší a tělo uklidní. Bylo by to ale nejspíš nošením dříví do lesa, neboť věřím, že každý Ymkař alespoň jednou do čajovny zavítal.

Když jsem před napsáním článku několik čajoven navštívila, byla jsem překvapena množstvím přítomných lidiček. Na jednu stranu příjemné zjištění, ale jak už to bývá u masových záležitostí – kdysi klidná místa se pomalu proměňují v čajové podniky.

Měla jsem možnost se podívat, jak to chodí v takové čajovnické kuchyni (konkrétně, kdo znáte v Praze čajovnu U Dvou šálků) a vyslechla si těžké povzdechnutí čajovníků: „Bohužel čím dál tím víc sem chodí partičky mladých, kteří zajdou hlavně na šíšu. Čaj si dají jen ten nejlevnější a to ještě v šesti lidech dohromady“, trpce konstatuje dredatý čajovník, zatímco v čajových výparech bojuje s několika konvičkami najednou (jestliže je čajovna poklidné místo, tak jistě se tím nemyslí kuchyňka). Skutečně, během čtvrt

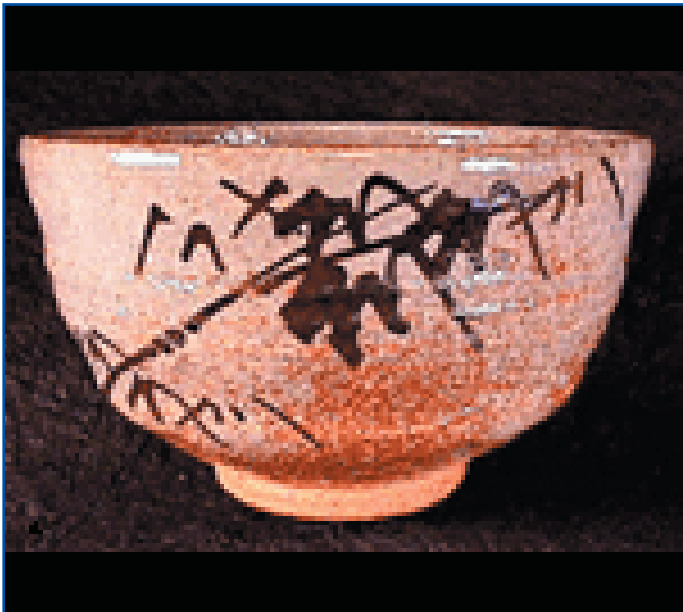
hodiny přišly dvě skupinky nezletilých studentů, kteří přesvědčivě tvrdily, že jim již bylo 18 let, jen aby si mohli dát vodnici. Mnoho lidí v posledních letech podleho exotice orientálních tradic, ale jen málo z nich ocení skutečně dobrý kvalitní čaj. Snad vám tímto článkem trochu přiblížíme osud této neobyčejné rostlinky.

Odkud se vzal název „čaj“?

Čaj pochází z Číny, ze země velmi rozlehlé, takže se nelze divit, že tam pro něj měli hned dva názvy - čcha nebo t' e. Holanďané, kteří čaj přivezli do Evropy jako první, ho získávali z oblasti, kde se používal méně obvyklý název - t' e. Odtud přešel název čaje do většiny evropských jazyků (např. tea v angličtině). Národy, které měly s Čínou samostatné obchodní styky, přezvaly používanější název čcha. Byli to především Rusové a od nich se tento název dostal do slovanských jazyků, tedy i do češtiny

Druhy čaje

Čaj se rozlišuje podle několika kritérií. Podle země původu je to např. čaj čínský, indický, keňský.



Specifičtější pak podle oblasti: v Indii - Darjeeling a Assam, v Číně - Jün-nan.

Podle způsobu zpracování čaj dělíme na zelený (nefermentovaný), bílý (sušené vrcholové lístky), oolong (částečně fermentovaný) a tmavý (čaj Pchu-er).

Výroba čaje probíhá zjednodušeně takto: čajové lístky se po otrhání nechají ve stínu zavadnout, poté se ručně nebo strojově svinují, následuje fermentace, a nakonec usušení v peci. Při fermentaci čaj leží 1 - 2 hodiny rozložen při vlhkosti, kdy je nejúčinnější oxidace. Při ní dochází k chemickým procesům, které výrazně ovlivní vlastnosti čaje. Např. reakce v listech obsaženého chlorofylu způsobí, že zelená

barva ztmavne na červenočernou. proměnu zelené barvy obsažen chlorofyl, který je v listech, se tehdy přeměňuje a zelená barva se tak mění na červenočernou. Zelený čaj se proto po zavadnutí ihned suší - k fermentaci nedochází. Oproti tomu, tmavý čaj Pchu-er prochází hned dvojitou fermentací. Bílý čaj se suší, ale nesvinuje. Aromatizované čaje, např. jasmínový, získávají svoji vůni přidáním květů k čaji během sušení. Čaj tak vstřebává jejich vůni, které se do takto navoněného čaje již později nemusejí přimíchávat. Děje se tak hlavně z komerčních důvodů a u méně kvalit-



ních čajů.

Pitím čaje ku zdraví

Podle tradiční čínské medicíny jsou za 90 procent všech nemocí zodpovědné emoce. Proto chvíle uvolnění nad šálkem dobrého čaje je již prvním krokem ke zdraví. Zelený čaj je prospěšnější než černý, neboť obsahuje až o devadesát procent více polyfenolů. A právě polyfenoly jsou z hlediska léčebného působení nejúčinnějšími látkami, které čaj obsahuje. Při pravidelném pití zeleného čaje se snižuje nejen vysoký krevní tlak, hladina cukru a cholesterolu v krvi, ale i riziko rakoviny jícnu. Čaj chrání tělo před napadením chřipkovými viry a díky vysokému obsahu fluoru příznivě ovlivňuje zubní sklovinu. Už od pradávna sloužil jako přípravek proti únavě. Na povzbuzení činnosti organismu, zejména mozku má zásluhu kofein. Tato látka sice zvyšuje pozornost a zlepšuje náladu, ale ve velkých dávkách může vyvolat úzkost, nervozitu a nespavost.

Cesta od císařského kotlíku

Čajovník je stále zelený keř nebo strom, který původně pochází z oblasti Ásamu v Indii, z Barmy, Jižní Číny, ale i Thajska, Laosu, Kambodže a Vietnamu, kde ještě dnes roste planě. V Evropě se dlouho domnívali, že černý a zelený čaj jsou dvě rozdílné rostliny. Původcem této mylné myšlenky byl „otec botaniky“ Carl Linné, který si ča-

gový keř nechal v 18. stol. přivést z Číny. Čajovník nesl dlouho název *Thea sinensis*, ale později byl přejmenován na *Camellia sinensis*. Toto jméno nese po jezuitovi Camellovi, který jako misionář působil na ostrově Luzon na Filipínách. Pod tímto exoticky vyhlížejícím jménem se neskrývá nikdo jiný, než brněnský lékárník Jiří Kamel. Latinský název čajovníku naznačuje příbuznost této rostliny s kamélií, kterou také původně Jiří Kamel za čajovník pokládal. Nicméně i tak Češi skromně přispěli do historie čaje.

U historie na chvíli zůstaňme a věřte, že čaj jí má opravdu pestrou. Začněme tam, kde i všechny dějiny začínají – u legend.

Za objevitele čaje je považován čínský císař Šen-nung, léčitel a zakladatel hygieny. Příběh, který je datován kupodivu přesně, se odehrává jednoho jarního večera r. 2737 před n. l. Císař Šen-nung sedí u ohniště a převaruje si jako vždy vodu na pití v kotli. Oheň praská a syčí a císař přikládá větvičky stromů, které kolem rostou. Ožehlé listy se vznášejí v horkém vzduchu a pak pozvolna klesají. Tak se stane, že pár jich napadá i do vařící se vody. Císař se nejprve horlivě snaží nečistotu vylovit, ale zaskočí ho přitažlivá vůně, která z kotle vychází. Ochutná a nevychází z údi-

vu jak osvěžující chuť tento nápoj má.

Další z legend je poněkud krvavější, za to čchanoví buddhisté na ní nedají dopustit. Činaně přisuzují čaji božský původ a spojují ho s Bódhidarmou, buddhistickým mnichem (čchan je čínský překlad sanskrtského dhjána – meditace). Existence Bódhidharmy není historicky doložena, údajně přišel do Číny někdy na přelomu 5. a 6. století. Bódhidharma učinil ve zbožném vytržení slib, že se bude neustále modlit a nebude nikdy spát. Dnem i nocí meditoval a vzdoroval spánku. Jednou ale, přemožen únavou, tvrdě usnul. Když se probudil, velice se na sebe rozzlobil, v návalu vzteku si odřízl oční víčka a hodil je na zem. Na místě této podivné oběti vyrostl keřík, jehož lístky se dají proměnit v zázračný nápoj, který odnímá únavu a povzbuzuje tělo i mysl. Byl to čajovník.

Jak vidno z legend, čaj byl v Číně znám už před začátkem našeho letopočtu. 200 – 300 př. n. l. bylo zvykem pít tento nápoj a začátkem letopočtu se stal součástí ceremoniálu u císařského dvora. V 6. století byl čaj obvyklým nápojem aristokracie. Skutečně všelidovým čínským nápojem se stal až v desátém století. Někteří badatelé přičítají obrovské rozšíření zvyku pít čaj mezi lidmi



v Číně tomu, že hygienické podmínky je nutily pít převařenou vodu. Čaj jim jistě požitkem z pití vody mimořádně zpříjemnil.

Když koncem 13. století ovládli Čínu Mongolové, pití čaje u dvora se příliš nepodporovalo. To zřejmě bylo příčinou, proč Marco Polo, který Čínu a jejího mongolského vládce ve 13. století navštívil, o čaji nepsal. Tento fakt byl mnohem později jedním z důvodů, proč byla jeho cesta do Číny zpochybňována.

První námořníci, kteří si přivezli čaj do vlasti, byli Portugalci v 16. století. Zbytek Evropy se s čajem seznámil až o 100 let později prostřednictvím Holanďanů. Lidé v evropských zemích zpočátku nevěděli, jak s čajem naložit, a používali ho jako salát a lék proti různým nemocem. Postava čaje se záslužně podílela na prohlubování zahraničních styků s koloniemi. Popohánění lodí s nákladem čaje, aby nevyprchalo aroma vedlo



k zdokonalování plavidel. Čaj stál i na začátku americké války za nezávislost. Její předzvěstí bylo tzv. Bostonské pití čaje v roce 1773. Několik obyvatel v Bostonu nesouhlasilo s výší cla na čaj dováženého z Anglie, a tak převlečení za indiány přepadli loď vezoucí čaj a náklad vysypali do moře.

Postava Čaje i nadále vystupovala v historii. V roce 1689 byla u zrodu první světové pojišťovny „Lloydovy pojišťovací společnosti“, která začala pojišťovat majitele lodí, na které na moři číhala různá nebezpečí. Byla také nezbytností při jednání Henryho Kissingera s Mao Ce-tungem.

Zkrátka tato rostlinka zasahuje do všech oblastí od politiky a ekonomiky přes lékařství až po umění a náboženství. No a teď zasáhla i do Proteinu.

/Veronika Kočová/

Doušek inspirace



Pokud vás napadla vynikající myšlenka udělat si doma, venku, ve škole, ve zkušebně....kdekoliv svoji čajovnu, pak než ji obohatíte o ryze české prvky, nechejte se inspirovat od „mistrů“.

Japonsko a Čína

Umění čaje představuje nejenom samotnou přípravu čaje, ale i cit pro čajovou keramiku, sbírání starých písní, básní a historek, které s čajem souvisejí. Při správném čajovém obřadu byste si měli odpočinout a uvolnit se, oprostít se od napětí a stresu

Čína je sice považována za kolébkou pěstování čajovníku, ale na japonský čajový rituál nemá. Když Japonsko převzalo čajový obřad z Číny, časem ho upravilo a rozvinulo v souladu s filozofií zen. Přední čajoví mistři stanovili pro cestu čaje nový ideál – wabi (smutek, opuštěnost), který byl chápán jako bohatství v chudobě nebo krása v prostotě. Čajový zvykem se stalo vychutnávat čaj na klidném místě. Do té doby totiž obřady často probíhaly i jako velké shromáždění.

Co k takovému prostému čajovému rituálu, čanoji, potřebujete? Postačí vybudovat si zahradu na odlehleém místě, nejlépe někde pěkně v horách, kam se hosté musejí dopravit na koních či v nosítkách. Pak zahradu rozdělte na několik malebných koutů, tak aby každý navodil jinou atmosféru. Nezapomeňte pro ně vymyslet příznačná jména, něco jako Zahrada vábící k odpočinku či Zahrada vzdouvajících se vln. Pak už jen postavte jednoduchý zahradní pavilon, vytesejte schůdky, zasejte na bambusový háj a průzračné potoky překleňte dřevěnými můstky. Další podmínkou je duchem spřízněná skupinka vzdělanců, která bude ochotna vystoupat do těchto výšin a zdolat strmá úbočí skal.

Klíčem k vydařené čanoji je pozvání. Největší dojem uděláte, když pozvánku vlastnoručně napíšete uměleckou kaligrafií. V tradičním provedení bývá tato pozvánka svinuta do ruličky. V případě, že sami takovou pozvánku obdržíte,

sluší se, abyste odpověděli a poděkovali. Lámete si hlavu, co na sebe? Určitě nic nezkazíte, pokud si obléknete elegantní kimono tlumených barev a bělostné palcové ponožky zvané tabi. Ve výbavě každého hosta by neměl chybět skládací vějíř sensu a pro jistotu papírové ubrousky kaiši.

Nastává okamžik, kdy se hosté dopravili k vaší čajové chatrči (sukiji). Sluší se aby se hosté dvacet minut před zahájením čanoje shromáždili v čekárně a rozumně se dohodli v jakém pořadí zaujmou v čajovně místa. Také si musejí zvolit hlavního hosta – šókjaku, jímž se obvykle stává člověk nejstarší věkem nebo s nejvýznamnějším postavením. Zatímco se hosti hádají, vy máte dost času připravit malé pohoštění zvané kaiseki, do kterého přidáte kousek od zeleniny, rýže, ryby, krevety....co dům dá. Pokud neoplýváte kulinářskými dovednostmi, nabídněte hostům nahřáté kameny, které po přiložení na žaludek zmírní pocity hladu. Pokud jste mezitím stihli pečlivě poklidit domek a zahradu a stále vám zbývá chvilka času, můžete stvořit čabanu – květinovou výzdobu určenou pro čajový obřad.



Hle, hosté se už dohodli na pořadí, přistupme tedy opět k samotnému procesu. Hostitel se přivítá krátkou úklonou s hosty a po zahradní stezce je vede k čajovému domku. Nenápadnou venkovskou brankou projdou do vnitřní části zahrady. Tímto aktem za sebou hosté nechávají rušný vnější svět a vstupují do míst plných klidu a míru. U nádržky s vodou si umyjí ruce a vypláchnou ústa, čímž ze sebe symbolicky smývají prach a balast světa. Podle určeného pořadí pak nízkým vchodem pokorně sehnutí a bez bot vejdou do čajovny....

V domku, ve kterém se čajový rituál odehrává vévodí přítmí a uprostřed se rozprostírá ohniště, na němž se v železný kotlík vaří čaj. Samotný rituál se dělí na několik sezení. Pro každé sezení je typický jiný čaj a jiné pohoštění. Abychom dodali na dramatickosti, jednotlivé části rituálu oznámíme údery gongu.

Hosté by neměli zapomenout uctivě zdravít lehkým pokleknutím. Hold vzdáváme nejen hostiteli, ale pokloníme se i před květinou a kotlíkem, jenž tiše bublá na žhnoucím ohništi. Zkrátka čím častěji tím lépe.

Popsat čajový obřad se vším, co k němu patří, obzvláště podávání čaje, by byl nadlidský výkon. V Japonsku jeho výuka obvykle trvá tři rok. Každíčkový pohyb, sebemenší gesto se řídí

přesně určenými pravidly, na které v našem Proteinu není dostatek místa. Proto přijměte, alespoň část, aby nedošlo k netaktnímu chování až budete pozváni na čajový obřad.

Po prvním usrknutí se sluší pochválit výraznou chuť a vůni hustého silného nápoje (kouči). Následují ještě jeden či dva doušky. Po tomto úkonu hlavní host položí čajovou misku před sebe, v místech, kde se jí dotkla jeho ústa, ji otře papírovým ubrouskem kaiši, otočí ji čelem k sobě a předá dalšímu z hostů. Než se všichni vystřídají, vládne v místnosti klid a soustředění, občas přerušované mumláním nezbytných zdvořilostních frází: „Napijte se první vy, prosím. Promiňte, že piji před vámi...“

Když se všichni napijí a miska je zcela prázdná, donese ji poslední z účastníků hlavnímu hostu. Na závěr přípravy hustého čaje čajový mistr poklekne před východem z čajové místnosti, omluví se za svou nedokonalost a všem hostům poděkuje. Také oni mu vyjádří svoji vděčnost.

To bylo letmé přiblížení čajového rituálu, jehož smyslem je objevování krásy v těch nejprostších a nejpřirozenějších věcech a dějích, které nás obklopují.

Věřte, že nejlépe však postačí váš osobitý šarm. Mnohé návštěvníky Číny možná pak nepřekvapí, že čaj se tu často v čajovnách pije ze zavařovací sklenic. S pitím čaje s misek bez oušek se zde můžeme setkat především v čajovnách, které navštěvují zahraniční turisté.

Africké usrknutí

Pití čaje se stalo vášní i v Africe. Typické je, že Afričané pijí silný a velmi sladký čaj. Pití čaje na „africký“ způsob spočívá v hlasitém usrkávání. Těmito zvuky nejlépe oceníte vůni a chuť čaje.

Ruský samovar

V Rusku a Gruzii se můžete setkat s vařením čaje v samovaru. Samovar je speciální nádoba z nerez oceli nebo mosazi, která se vytápí dřevěným uhlím. Modernější typy jsou elektrické. V samovaru se tak po celý den udržuje horká voda, která slouží k přípravě čaje. A jak praví ruské přísloví: Tam, kde mají dobrý čaj, se méně pije vodka.

Tibetský energetický nápoj

V Tibetu se připravuje především lisovaný čaj, který je v podmínkách, ve kterých tamní kočovníci žijí, nejpraktičtější. Tibetané ho popíjejí s rozpuštěným jačím máslem a se solí, což je pro Evropany způsob naprosto neobvyklý. Navíc, jak většina cestopisů z této oblasti tvrdí, bývá toto máslo často žluklé. Nápoj má vysokou

energetickou hodnotu a pomáhá tak obnovit síly lidí.

Angličtí pijáci čaje

Kdo by neznal spojení čaj o páté. Vévodkyně Anna z Bedfordu vytvořila na počátku 19. století tradici odpoledního čaje – svačiny, aby zaplnila a zpříjemnila poměrně dlouhou dobu mezi anglickým lehkým obědem a večeří. Zajímavý nápad dostal i hrabě Sandwich a tak spatřil světlo světa

v tmavém a dobře uzavřeném obalu na suchém a chladném místě, daleko od věcí s výraznou vůní. K přípravě čaje můžeme použít vodu z vodovodu, ale nikdy ne předem teplou. Důležité je také správné načasování pro sundání konvice z ohně. Právý okamžik nastává tehdy, když se objevují první bublinky, ale voda nestačila ještě vzkypět. Pokud připravujeme černý čaj, zalijeme lístky ihned. Pokud jsme dali přednost zelenému čaji nebo oolongu, necháme vodu chvíli "vydechnout". Čaj spařujeme asi tak 3 – 5 minut, přičemž záleží na druhu čaje. Na závěr někdo čaj sladí cukrem či medem, někdo přidává citron nebo mléko, jako např. Angličané. Nedo-
poručuje se ale kombinace mléka s citronem.



„sendvič“. Oba tito kulinářští tvůrci se pevně zapjali do britské čajové tradice a lidé měli hned přinejmenším dva dobré důvody, aby se odpoledne scházeli.

Za velkou louží

V USA, kde je spíše preferována káva, se stává čaj čím dál tím více oblíbený. Nejspíš to souvisí s potvrzením léčivých účinků zeleného čaje. A ochrana zdraví se pro Američany, jak známo, stala módním životním stylem. V USA také došlo k objevu ledového čaje. V roce 1904 na světovém veletrhu v St. Luis byl prodej čaje díky vlně veder nulový. Jistý anglický obchodník se ale nehodlal vzdát a vymyslel osvěžující ledový nápoj, který se stal brzy hitem.

Správná příprava čaje

Ať už jsme kdekoliv a praktikujeme jakýkoliv obřad, měli bychom dbát na několik pravidel. Hned pro začátek bychom měli dbát na skladování čaje. Tato rostlinka snadno přijímá různé pachy a vadí jí světlo. Proto bychom ji měli skladovat

Ten nejchutnější

Pokud jste se někdy v čajovně začetli do nabídky čajů, mohli jste žasnout nad vytríbeným básnickým jazykem, v němž jsou charakteristiky jednotlivých nápojů napsány. Přímo vás vybízí, abyste zakusili čaj nezaměnitelného kouřového nádechu, chlebově nasládlé, lehce oříškové, vytríbené chuti, či jemné svěží svíravé chuti s tóny vzácných dřev, sladce travnaté a dlouze doznívající, lehce bylinkového charakteru. Bylo by odvážné se na těchto stránkách pustit do charakteristiky všech čajů, i když jsou mezi nimi takové, které by si to jistě zasloužily. Bude tedy na Vás je jeden po druhém ochutnat a třeba si pak jednou po napití řeknete: „Hmm. to je ta pravá hladká, ušlechtilá nahořklá chuť.“

/Veronika Kočová/

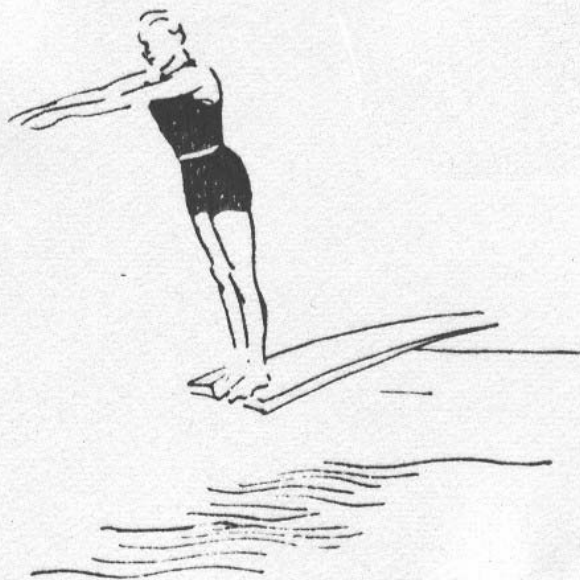




Chcete také nové auto? Napište si o něj na ústředí YMCA! V garáži v Paláci YMCA čekají poslední čtyři kusy. Ústečtí se novou Fabií mohli pochlubit již na podzimním Mraveništi, proto neváhejte, a dopřejte si pěkného Ježíška od Ymky i Vy.

NAVŠTĚVUJTE BASÉN

Y
M
C
A



Nedostala se na Vás nová Fabia? Nevadí, pojdte si aspoň zaplavat do ymkařského bazénu v Paláci YMCA. Voda se již hřeje.

Revelation v Noci s Andělem



Revelation v akci

**Cože? Ona prý byla YMCA v televizi?
Viděli jste to někdo? A jakto, že nám
o tom nikdo neřekl? No, nezbývá, než
věnovat pozornost naší reportáži z
tohoto vystoupení.**

Každou sobotu je celý večerní program věnován „Noci s Andělem“. Jeden z jeho říjnových dílů se věnoval tématu Prostituce a spása. Ač není nikomu příliš jasné proč, byla YMCA v ČR moderátorem Pavlem Andělem otázkána, zda by nedodala do pořadu některé ze svých hudebních těles, např. Tensing. Zmíněný Anděl se

totiž od Jirky Foly (se kterým měl co do činění v důsledku výhry Filmu 44, jehož je Jiří duchovním otcem, v televizní amatérské soutěži) dozvěděl o existenci těchto souborů pod křídly YMCA. Po několikerém zmateném jednání, částečně i vinou Pavla Anděla, bylo nakonec rozhodnuto, že se natáčení zúčastní Revelation Ostrava, jelikož málokterý TS je schopen v šibeničím termínu tří dnů nacvičit plnohodnotný program. A tak sledujme pouť Revelationu do Prahy a zpět v poutavém podání Jiřího Foly:

Cesta byla fajn a snad jsme nelezli ostatním pasažérům příliš na nervy, když jsme prozpěvovali přes celý vagón nebo při hraní dosti hlučné hry s podtitulem BossBoss/Sandokáááán. Nyní se hrneme z Hlavního nádraží v dlouhé nudli čítající téměř 30 lidí směrem k paláci YMCA. Terry slibuje

krátkou generálku, pokud budeme dělat přesně to, co řekne a pak, že prý budeme mít volno. Vojta z YMCA Ústředí neúnavně fotí na svůj digitál téměř během celé generálky. Výsledek zní věru ještě lépe než ve středu. Terry každou chvíli nahazuje grymasu amerického úsměvu číslo 84 a pomáhající si rukama v nás probouzí dobrou náladu. Většina nás podléhá jeho charismatu a pouštíme se do toho tělem i duší. Někteří z nás se začínají, pod vlivem zvýšené energetické hladiny, nepřiměřeně potit již v této době, ale další vrstva antiperspirantu je schopna udělat divy.

Přicházíme k policejnímu muzeu, kde se celé natáčení má odehrávat a téměř celá naše grupa skočí do rozběhlého záběru, kde Pavel Anđel vítá diváky a vysvětluje téma dnešní noci. Režisér nás vykazuje pryč z natáčecího prostoru a já v duchu uvažuji, že začínáme opravdu dobře.

Na tom, co se o Pavlovi říká, je nemálo pravdy. Celé natáčení probíhá ve velice úvolněné atmosféře a cítíme se fajn. Je krásný podzimní večer a bylo rozhodnuto, že nás nebudou točit uvnitř, ale venku v krásné podzimní noci. Jsme vysláni ven a čekáme na pokyn k nahrávání. Teplota venku je neskutečně vysoká na to, že je pozdní podzim, ale přesto celý sbor, který má zpívat pouze v Revelation tryčkách, zažívá pocity chladu smíchané s nervozitou.

Někteří vyrábějí teplo třením svých těl a někteří oblékají zpět své bundy do doby než pojedeme na ostro. Exteriér, kde natáčíme se nachází na zahradě policejního muzea plné zajímavých exponátů. Katce Rolkové trčí nad hlavou obrovský list vrtule bojového vrtulníku, náš nový bubeník Kevin je posazen vedle, v porovnání s ním, gigantické lodi a mužské osazenstvo sboru trčí před nákladním autem vedle něhož se krčí nějaký směšně vypadající mikrotank. „Tančik“, opravuje mě Filip, který si narozdíl ode mne přečetl vizitku u komicky vypadajícího povozu. Ke zklamání mnoha z nás režisér ignoruje naše vzrušené návrhy, kdy chceme Kevina přesunout i s bongem z pod lodi přímo na její kapotu.

Napětí stoupá. Reflektory se střídavě zapínají. a vypínají. Dostáváme pokyn a rozjíždíme to na plné pecky s peckama jako Holy, As I went down nebo This is the day. Publikum, složené z přátel, čítající zhruba 5 lidí, šílí, narozdíl od natáčecího štábu, který zůstává profesionálně chladný stejně jako okolní teplota. Jakým způsobem bude vypadat zbytek obecenstva, který se na předtočené písni bude dívat v teplech svého domova, zatím netušíme.

Přichází poslední dvě písničky, které

máme nahrávat bez stříhu s tím, že mezi nimi přijde Pavel a udělá s námi rozhovor. Hlavní kameraman našťavaně huláká na někoho na druhé straně dvora: „Solistku zabírat nebudu!!!“ Nejednalo se ale o nic osobního a myslím, že se Lucka, která onou solistkou byla, neurazila. Terry až do této chvíle docela klidný je naplněn hrůzou. Přichází Pavel a oznamuje mu, že právě s ním začne ono interview.

Terryho obavy se ukazují jako oprávněné. Po zazpívání dalšího kousku Pavel opravdu přichází, chytá Terryho kolem ramen a ptá se velice květnatou češtinou, zda má nějaké zkušenosti s českými úřady. Na tom by nebylo nic strašného, kdyby ale Terry rozuměl všemu, co Pavel svou bohatou slovní zásobou vyjádřil. Snažíme se Terrymu napovědět



překladem narychlo, ale jsme všichni stejně nervózní jako on a tak každý překládáme otázku tak, že má naprosto jiný význam. Pavlovi to ale nevadí a po vyzpovídání první oběti se rozhlíží po někom dalším. Z dalších pár minut nebo možná sekund si moc nepamatuji. Další obětí jsem byl totiž já. S vědomím toho, že pokud řeknu nějakou kravinu, tak zřejmě budeme muset natáčet celou předchozí písničku znovu, kecám naprosto scestné věci. Ještě se k mikrofonu dostává Noemi a Zuzka.

Vůbec nikdo jsme neřekli, kdy a kde v Ostravě Revelation zkouší. Při vysvětlování našich webových stránek jsme nakonec poslali lidi na neexistující stránku <http://www.revelation-ostrava.unas.cz> (správně to má být bez onoho www, tedy <http://revelation-ostrava.unas.cz>). Webmaster Ondra si musel při sledování rvát vlasy z hlavy. Důležitý je ale celkový dojem, který jsme z natáčení měli a ten byl velice pozitivní. Celý pořad jsme sledovali v blízké krčmě a čas od času někdo přečetl komentující smsku od rodinných příslušníků, či kamarádů.

Nějací šílenci ještě hráli dlouho do noci hru zvanou Carcassone, které propadla většina vedoucích YMCA Ostrava-Poruba. Nejen z toho důvodu byl přechod z letního na zimní čas velice příjemný. Spát o hodinu déle je příjemné vždy. Jen ti, kteří se rozhodli odjet zpět do Ostravy hned po natáčení, zažili nepříjemnou zkušenost, kdy se vlak při přesunu času zastavil a čekal jednu celou hodinu. Kamilova věštba, že dráhy pošlou místo jednoho vlaku dva (jeden pro letní a druhý pro zimní čas), bohužel zřejmě platí pouze pro přechod ze zimního času na letní.



čas ochutnat, co jsme si přivezli. Nechyběla bábovka, perník, štrůdl ani buchta. Nejen, že jsme se takříkajíc „pěkně nadlábli“, ale zároveň dobili energii na celý večer. Tento sobotní byl ve znamení neobvyklých her, smíchu a poznávání. Jeho vyvrcholením byla slavnostní večere na velmi vysoké úrovni. Představte si mladé tensingáře ve společenských šatech, jak za svitu svíček zasedají ke společnému stolu. Podávají se „spaghetti a la Krřany“. Člověku by se chtělo říci romantika..., ale pouze do té doby, než mu ruku přiváží k ruce sousedově a... krmte se, přátelé! Kupodivu jsme své žaludky (nebo spíše sousedovy), úspěšně naplnili, a dokonce si i pochutnali. Večer jsme zakončili tradičním posezením u čajíčku a příjemnou tensingovou debatou.

Píše se den 6. listopadu, je 8 hodin ráno. Tensing Praha se schází na branickém nádraží, aby mohl uskutečnit tak dlouho a s napětím očekávanou víkendovku. Na některých z nás je sice znát značná únava po dlouhém pátečním večeru, ale překvapivě se scházíme všichni, včas a v relativně dobré náladě. Po zhruba hodinové cestě vláčkem se dostáváme do Kamenného Přívozu, vesničky uprostřed krásné posázavské přírody. K vytouženému cíli cesty nám schází maličkost - 7 km chůze. Je znát, že s náročnou cestou do kopce naše nadšení zlehka opadá, ale v momentě, kdy se před námi objeví cedule Krřany, zvýší se opět o sto procent. Jsme tady... Příjemní majitelé malebné dřevěné chatičky nás vítají s úsměvem na tváři. Největší radost však máme z tepla, pohodlí, horkého čaje a bramboračky na plotně. S pročištěnou hlavou a plným břichem se hned lépe pracuje. Zvláště jde-li o práci, která nás baví, děláme ji rádi, ba dokonce s nadšením. A tak se zpívalo a zpívalo a zpívalo, ale také zkoušelo, ladilo, vymýšlelo či poslouchalo až do úplného vyhládnutí. Pak přišel

Nedělní ráno (spíše dopoledne - *to platí zejména pro autorku tohoto článku - pozn. F.K.*), nás přivítalo deštěm. Vyspíkaní dorůžova jsme se sešli u snídaně. Přezpívali jsme si ještě pár písniček a plni očekávání zasedli ke společnému zamyšlení, které nám připravili Vojta s Frantou. Nejen nedávné dušičky, ale i nedělní počasí téma přímo



nabízelo. A tak jsme po vyslechnutí několika krátkých příběhů přemýšleli o tom, co bude „po tom“ a jak se na to připravit. Pak už nezbývalo, než po sobě chatu důkladně uklidit a vydat se na autobus - směr Praha.

/Katka Škráčková/



Advent?

Je polovina listopadu a venku prší a tma už je pomalu ve čtyři hodiny. A jsem podrážděný a k depresi je jen kousek. „A teď, milý faráři, napiš adventní úvahu plnou světla a očekávání. Že se spíš ohlížíš, že se právě teď nedokážeš dívat kupředu? O té úvaze už víš jakou dobu, tak se teď nevymlouvej!“

Má pravdu, ten káravý hlas. O této úvaze už vím nějakou dobu, tak žádné výmluvy na děšť a splín. A byla to zvláštní doba, doba, ve které se myšlenky točily kolem nemocných, toulaly se minulostí a vzpomínaly na dva blízké lidi ze sboru, kteří zemřeli. „Advent, milý faráři, advent!“

No právě, advent. Plný očekávání a těšení. A tak zkoumám ten advent, o kterém mám psát, zkouším, prohmatávám, ochutnávám – o čem advent vlastně je? Co s adventem v době nemoci a umírání a lidského trápení? Co s adventem v době, kdy narážím na vlastní omezené schop-



nosti porozumět a pomoci?

V té zvláštní době, kterou prožívám a kterou zdaleka nemám ještě za sebou, promýšlím svědectví lidí, se kterými jsme prožili nejen advent a nejedny vánoce. „Děkuji Pánu Bohu za všechno, co jsem směl prožít.“ „Mám ráda Žalm 23. – o Pastýři.“ Vděčnost a důvěra. Hodně mi při těch vzpomínkách zní hlavou písnička: „Někdo mě vede za ruku, když bojím se jít tmou. To je ten, který o mě ví, který je na mě laskavý, je stále nade mnou.“ Prostá myšlenka. Ale tváří v tvář adventu a vzpomínám na naplněné lidské životy si uvědomuji, že tu mám advent jako na

dlani. Přichází někdo, komu není lhostejný život ve všech jeho starostech a nadějích, v jeho začátku i jeho vyústění a ten někdo bere člověka za ruku.

Vzpomínám na lidi, kteří umírali v této jistotě - velice nedávno i dříve. Vzpomínám a děkuji, že díky svědectví jejich života se mi tento rok otevírá advent.

„Někdo mě vede za ruku, proto se nechci bát. To je ten, který o mě ví, můj dobrý Pán Bůh laskavý, který mě má tak rád.“

/Jiří Ort/

Pozvánka na 5. ročník festivalu amatérských kapel Čerstvě natřeno 18.12.2004, ve 14h v klubu Klamovka.

V Ymkáriu, nízkoprahovém klubu YMCA Praha, funguje již několikátým rokem zkušebna, kde mohou mladí, začínající hudebníci dávat za celkem skromný peníz prostor svému hudebnímu talentu. Jelikož ale mladí hudebníci mají často nouzi o pódium, kde by mohli převádět svůj um, pořádá pro ně YMCA Praha již čtvrtým rokem festival Čerstvě natřeno, hantýrkou zvaný Čerstvě nadřeno. Pro komentář k minulému ročníku doporučuji článek Štěpán Černého z Proteinu 1/2004. V letošním roce se festival uskutečnil na jaře v Kulturním domě

Opatov, který je Ymkáriu blízký. Podzimní díl bylo ale nutno, vzhledem k předpokládané vysoké účasti kapel i publika, přesunout do větších prostor. A tak se kulatý pátý ročník uskuteční ve známém klubu Klamovka na Praze 5.

Můžete se těšit na známé kapely, jako je např. 3. Quadrant, Holy Insect, Mañana, Ve 3 v noci, Jazz Maze a mnohé jiné. Celý večerem bude provádět Jakub Roun, známá postava pražského TenSingu. Proto neváhejte a přijďte 18. prosince ve 14 hodin na Klamovku a nebudete litovat! Vstupné je nízké a za tu zábavu a podívanou to určitě stojí!



/Štěpán Černý/

„ČIA ČEKIJA“ je to litevsky...



“TADY ČESKO” česky,...ale žádné obavy, neocitli jste se v česko-litevském jazykovém koutku, ale ve vyprávění o stejnojmenném projektu, kterého se účastní děti z dětských domovů v Pyšelích (ČR) a ve Vilniusu (Litva) spolu s dobrovolníky YMCA v ČR.

Po bouřlivých přípravách v obou republikách jsme se na konci června 2004 sešli v Dlouhých Ržích v Orlických horách, abychom si užili těch 9 společných, toužebně očekávaných dní. První den byl trochu rozpačitý, stud a jazyková bariéra konali svou práci kvalitně a my se snažili prolomit ledy. Na to, jak zarputile se tvářili zpočátku, byli naštěstí nečekaně tenké a tak se tváře začali rozjasňovat, jazyky rozvazovat a nová přátelství naopak navazovat.

Sportovali jsme, hráli hry, soutěžili, tančili a zpívali (Ó ano, muzika se ukázala jako skvělý spojovatel národů, v rytmu Numa numa jeeee a Chuwawa šli všechny zábrany stranou...),

všemožně výtvarně se vyžívali, koupali se a chodili na výlety, lezli po skalách a radovali se u táboráků, všichni měli příležitost předvést své umění při večeru talentů. Červenou nití našich aktivit byli litevské a české zvyky a tradice. Každý den pro nás znamenal část roku, během kterého jsme se seznámili se zvyklostmi obou zemí. Takže jsme malovali vajíčka, stávil se u nás Mikuláš se svými pomocníky, po litevsku jsme odháněli zimu a dováděli o palačinkovém dnu, během Jonines (svátek Sv. Jana) jsme se dozvěděli, kdo bude mít do roka svatbu (to ale neprozradím) a při litém lesním boji o Májku se zapotil opravdu každý. Poslední den jsme si užili slavnostně – dnem Štědrým. Stromeček i s papírovými ozdobami a Betlémem nám sice zmoknul, ale Ježíšek byl šikovný a nechal nám dárky uvnitř, zaspívali jsme mu pár koled a užívali si posledního večera, veselí, jak se nám tábor vydařil a zároveň smutní, že zítra už nás čeká rozloučení... naštěstí ne navždy.

Všichni jsme se shodli, že takovou povedenou taškařici je třeba zopakovat, tentokrát samozřejmě v Litvě, protože naši noví kamarádi nám chtějí ukázat zase svou zemi a my jsme nadmíru zvědaví! Učarovalo nám, že i bez znalosti společného jazyka si můžeme báječně popovídat, že máme spoustu věcí společných (kdo by to byl řekl, že bramborák je litevský národní pokrm?),

že máme spoustu věcí naopak rozlišných a můžeme se s nimi navzájem obohatit. V současné době mezi oběma zeměmi běhají dopisy a fotografie, esemesky sviští vzduchem a myšlenky a vzpomínky je umně předbíhají... a začínají přípravy na rok příští.

Pokud Vás náš projekt zaujal, jste srdečně zváni na výstavu fotografií a dalších táborových artefaktů, a to do pražského klubu Rock Café, později do paláce YMCA, více informací rádi poskytneme na adrese ymca@ymca.cz. Na tuto adresu se můžete obrátit také pokud byste nás chtěli podpořit v příštím roce, ať už morálně, personálně, materiálně, finančně, nápadem či jakkoli jinak. Takže prozatím Viso Gero – Nashledanou!

/Helenka Kosková/



V letošním roce projekt finančně podpořili Evropská komise, MŠMT v ČR, TIMUDEJ a rodiny Formanových, Vajdičových, Koskových a Švejkovských.



Gospel night

Tensing

PRAHA
KRABČICE
PĚLNÍK
NÁCHOD

10. 12. 2004

kostel U Klimenta

19:00

VSTUPNÉ DOBROVOLNÉ

SBOR + TANEC + DIVADLO + SLOVO

POŘÁDÁ YMCA PRAHA



Svobodárna

Jak fungovala YMCA před sedmdesáti lety?

Ve svobodárně Pražské YMCA bydlí 313 mladých mužů, kteří tvoří velmi zajímavou společnost s hlediska národnostního, náboženského a konečně i společenského. Nechci zde opakovat čísla která by Vám v procentech ukázala přesné rozdělení jednotlivých tříd, poněvadž jsou napsána o několik odstavců dříve, ve statistice všech našich členů. Odpovím raději na otázky, které Vás snad budou také zajímat

Je to zejména pohyb bydlících ve Svobodárně a doba, která je pro tyto změny nejpříznačnější.

Během minulého roku se od nás odstěhovalo 280 bydlících a přirozeně, protože je Svobodárna stále 100 procentně obsazena, se jich právě tolik nastěhovalo. Srovnáváme-li obě čísla - počet lůžek a počet těch, kteří odešli, vidíme, že asi až na 30 starých bydlících se všichni naši členové během roku vymění.

Je to celkem dobře, protože alespoň můžeme vyhovět velké řadě žadatelů o byt. Abychom si mohli udělat představu, řeknu Vám, že průměrně měsíčně dostaneme 25 - 30 přihlášek o ubytování a to snad z celé Evropy. Letos to byly dva dopisy z Holandska, dva z Bulharska, jeden z Itálie, jeden ze Švýcar, pět z Německa, tři z Rakouska atd., mimo celé řady přihlášek ze všech míst naší republiky.

Nejmenší pohyb členstva je patrný v zimních měsících. V této době se téměř nikdo nevystěhovává. Za to koncem června zásluhou studentů vystoupí statistická křivka až na 80 - 90 případů.

Ačkoliv tedy fluktuace bydlících je velká /vyjádřeno v procentech asi 89 1/2/, přece jenom nemá vliv na vnitřní život Svobodárny. Přátelské ovzduší, vytvořené a stále udržované několika „starými chlapy...“, z nichž několik pamatuje ještě slavnostní otevření budovy v roce 1928, nedovoluje, aby toto vysoké procento udělalo ze Svobodárny Pražské YMCA hotel.

Při poslední slavnosti otevření Svobodárny kdy spousta cizích návštěvníků procházela budovou, slyšel jsem úsudek několika skupin, které dobře nedovedly pochopit, jak mohou celkem cizí lidé spolu tak pěkně pracovat. A přece záleží jen na přicházejících, aby se rozhodli, chtějí-li navázat přátelské styky nebo se stranit společenského podnikání.


Hned první den najde nový bydlící na svém stole dopis od kapitána patra, podepsaný ještě dvěma vůdci - společenským a sportovním, kteří jej vítají a prosí, aby příležitostně některému z

nich věnoval chvíli, ve které by jej mohli blíže informovat a provést budovou. Společné umývárny bývají nejčastěji místem, kde se „homo novus“ pozná se svými nejbližšími sousedy a rozumí li žertu, konstatuje pravidelně už prvý den večer, že má celou řadu nových přátel. Toto přátelství bývá přeneseno i do kroužků nebo klubů, jako je Řečnický kroužek, pěstující umění dobře hovořit, debatovat a p. „Čtenářské Besedy“, vedené způsobem co nejzajímavějším, takže během sezony pravidelní návštěvníci i hosté získávají cenné informace o literatuře starší i nejnovější, „Forum rádných členů“ atd. mimo zpěváckého a několika hudebních kroužků. Přirozeně, že tím naprosto není ukončen výpočet všech zájmů mezi bydlícími a také to není úmyslem této zprávy. Chtěl jsem se jenom zmínit o osobním přátelství a jeho velikém vlivu na výsledky společného podnikání. Taková YMCA-Revue nebo Open-house znamená věnovat spoustu volného času, převzít velikou zodpovědnost a při tom sledovat základní ideu Ymkařského trojúhelníku.

Je zcela možné, že velká část bydlících nejeví naprosto žádný zájem o spolupráci a že se jí skoro straní. Ale přes to nedovedou vysvětlit, proč se nemohou se Svobodárnou rozloučit, když jsou nuceni odejít z Prahy a proč, vrátí-li se po čase zpět, platí jejich první návštěva Ymce a jejím bydlícím.

4.května 1931. M. Feyrer.
Doslovný přepis včetně gramatiky.

ČLENOVÉ
LYŽAŘI!



Připravujte se
na zimní sezonu!

YMCA Vám odborně poradí!

Úžasňákovi

Žijí mezi námi. O jejich minulosti takřka nikdo neví. Nestojí o publicitu, natož slávu. Žijí mezi námi, ale zároveň v minulosti, protože tehdejší svět je potřeboval. Ale dnes...dnes je všechno jinak. Aneb očekávaný 3D film, který vám dá...užasnout!

Režisér animovaných filmů Brad Bird (série *The Simpsons*, televizní *Family Dog*, *The Critic*, série *King of the Hill*) se se svým prvním celovečerním filmem tak trochu stal obětí studiového systému, v němž jsou stejně důležité jak částky investované do výroby, tak do reklamy. V mnohých ohledech je položka reklamy snad ještě důležitější než jinak bychom stěželi mohli vidět tolik špatných filmů s tak masivní reklamou. Birdův první celovečerní film *Železný obr*, jak přinejmenším osvědčilo jeho DVD release, totiž patří do jiné sorty. Je vše, jen ne hloupý, předvídatelný a plný zvířátek s měkoučkými kožíšky, které žvatlavě zpívají porstoduché popěvky, hláskují...a vůbec vytvářejí křoví hlavnímu hrdinovi. Jenže studio Warner Bros. distribuci a reklamu Birdova film příliš nepodpořilo a tak byl příběh železného hrdiny z mccarthyovské Ameriky 50. let uveden v minimálním počtu kopií a zanedlouho stažen z distribuce. *Železný obr* samozřejmě není první, natož poslední film, který postihlo zvláštní jednání představitelů studia, proto se není se co divit, že se Bird rozhodl natočit svůj další projekt pod hlavičkou jiného studia. Někdy v době úspěšného tažení *Příběhu hraček* světem se seznámil se zakládajícím členem Pixaru, Johnem Lasseterem, a ten mu krátce po uvedení jeho *Železného obra* učinil nabídku, aby napsal scénář a posléze se ujal i režie filmu na téma podle svého uvážení. Bird měl už od začátku 90. let rozpracovaný příběh o superhrdinech a tak se není co divit, že si plácli velmi rychle. Ve studiu Pixar se mu dostalo všeho, co potřeboval pro vytvoření dobrého a v konečném důsledku i komerčně úspěšného filmu.

zachraňovali nejen svět, ale i zatoulané kočky osamělých babiček. Ale pak jim společnost určila místo u výrobních pásů a v došeda zbarvených kancelářích, kde jsou zavaleni tunami zbytečných lejster. Inu, mají-li mít všichni stejné šance, pak to platí pro zvláštními schopnostmi obdařené superhrdiny dvojnásob. Jedním z ex-superhrdinů je i Bob Parr (Craig T. Nelson / Jaromír Meduna), kdysi svalovec v přiléhavé kombinéze, dnes likvidátor škod v pojišťovně, který už má pěkných pár kil nadváhu a starosti všedního dne v něm téměř zahlušily ducha odvahy. Není se co divit, když se po večerech schází se svým stárnoucím přítelem, který kdysi vystupoval pod nickem



Nad světem superhrdinů se smráká. Kdysi byl o jejich služby zájem přímo enormní a oni

Frozone (Samuel L. Jackson / Pavel Kříž). Tahle dvojka si po vzoru vysloužilých myslivců vypráví silácké historky ze svých lepších dní, které sice oba dva znají, ale i to jim na pár okamžiků dává zapomenout. Jednoho dne se však Bobovi ozve tajemná organizace, která by ráda využila jeho schopností. A on se musí rozhodnout, zda je pro něj důležitější pohoda rodinného krbu se svou ženou Helen (Holly Hunter / Tatiana Vilhelmová) a kupou neposedných dětí a nebo brnění prstů vzrušením a opravdový pocit uspokojení z toho, co dělá...

S filmem Úžasňákovi to má recenzent

či světa zábavního průmyslu), e) jásá nad tím, že postavy vzbuzují účast a ač animované, jsou velmi lidské...a další body by mohly pokračovat až do konce abecedy.

Jenže nač vršit další slova, když to podstatné je film, který má srdce a vše, co očekáváte od velkých podívaných? Režisér Bird a studio Pixar vytvořili příběh, kde je o čem hrát, ba co víc, 3D animace má své opodstatnění. Ne jako u mdlého *Příběhu žraloka*, kde 3D animace nemá šanci vylepšit či dokonce zachránit vrcholně nudnou podívanou. Máte-li dojem, že už je přeshrekováno



těžké. Neví totiž, co k filmu napsat, aby to nevyznělo jako PR materiál. Na druhou stranu, proč si hrát na zlého kritika, který vyhledává snadné terče a bude celé hodiny a dny neúnavně propokávat "terén filmu", aby našel alespoň jednu nedokonalost, když Úžasňákovi naplnili a překonali jeho očekávání? Těch osmnáct měsíců, kdy se stále dokola bavil opakovaným sledování taseru, kterak se Pan Úžasňák nemůže nasoukat do o několik čísel menšího obleku, mu bezmála dvouhodinový film plně vynahradil. A tak nemůže než s potěšením konstatovat, že a) Pixar v současném animovaném filmu nemá konkurenci, protože umí divákovy oko uchvátit jak skvělou hyperrealistickou animací, tak jímavým a vtipným příběhem, b) jásá nad tím, že ve filmu chybí zvířátka a na první pohled dekódovatelní "hláškaři", c) je rád, jak režisér Brad Bird proklíčkoval mezi Scyllou a Charybdou studiových regulí a udělal film nekompromisně dle svých představ (tolik mrtvých jste v animovaném filmu od Pixaru ještě neviděli), d) si všiml, že režisér nepamatoval postavám vytvořit bytelé zázemí (opět á la mccarthyovská Amerika z *Železného obra*) a příběh prošpikoval desítkami vizuálních, hudebních či interních narážek pro zasvěcence (prakticky kterékoliv číslo, jméno či písmeno na plátně je odkazem k něčemu z filmové historie

a světle zelenou barvu v zorném poli nemůžete vystát, můžete se až do druhého (třetího, čtvrtého...) dílu Úžasňákových (dříve nebo později určitě vzniknou, neboť tahle partička má stejně nevyčerpatelný potenciál jako James Bond a Indiana Jones), těšit společnosti neohrožených hrdinů v rudých kombinézách. Neprohloupíte!

Hodnocení: 100%

P.S. Mimo jiné se jedná o předposlední film, který Pixaru distribuje Disney. Poslední, *Auta (The Cars)*, bude mít v českých kinech premiéru 10. listopadu 2005.

/Petr Siska/

Úžasňákovi (The Incredibles)

Režie: Brad Bird

Scénář: Brad Bird

Hudba: Michael Giacchino

Hrají (v původním znění): Holly Hunter, Samuel L. Jackson, Jason Lee, Craig T. Nelson, Wallace Shawn

Stopáž: 115 minut

Hudební scénou

s Magdou Rounovou a Jakubem Rounem

*NEW YORK SKA JAZZ ENSEMBLE

Vše co potřebujete vědět o této americké kapele, najdete v názvu. Jde tedy o spojení tradičního jamajského ska a amerického jazzu a swingu. Ale jestliže se domníváte, že slovo jazz v názvu znamená jistě zklidnění či kavářenskou pohodu, jste na omylu, protože se jedná o energickou a veselou hudbu, na které se podílejí výborní hudebníci z newyorské scény, hrajících po boku jazzových legend jako Joe Anderson, Eddie Marshall...

*IMODIUM

Od své kamarádky jsem o této kapelce slyšela úplně legendy, takže mě ani tříhodinová cesta nemohla odradit, abych se jela na Imodium podívat, i když jsem vůbec nevěděla, co mám čekat. Byli naprosto výborní a jelikož jsem měla možnost seznámit se osobně s jednou třetinou Imodia, můžu říct, že jsou úplně v pohodě. A když jsem se později dozvěděla o jejich bytovém turné, byla jsem schopná pozvat si je domů, aby hráli jen a jen pro mě...K mé smůle bylo pozdě...bytové turné jim už začalo, a tak jsem byla nucená spokojit se „jen“ s jejich normálním koncertem, který však vám všem srdečně doporučuju...

/Magda Rounová/

VERTIGO

SKA... Jen málokdo ví, jak se tato hudba zrodila. Článek o tom by vydal na mnoho stránek a nejsem si jist, zda bych dokázal vše sám vyložit a nic při tom neopomenout. Sledovat cestu prapůvodní jamajské hudby - ovlivněné punkem, skin-heads a vším možným, na co si jen vzpomenete, není rozhodně jednoduché. I u nás zažívá tato hudba velký vzestup, podobně jako tomu bylo například před několika lety s funky, a rozhodně je na co se dívat.

Přestože české ska plnilo doposud roli jakéhosi udergroundu, nyní už je jasné, že máme před sebou nový, zcela rovnocenný hudební proud.

Před prázdninami jsem navštívil koncert pražské kapely Vertigo, který se konal na okraji Prahy v klánovickém klubu Black Pes. Na programu byl, kromě vystoupení samotné kapely a předskokanů Green Smatroll, také křest nové desky Vertiga, nazvané Graveyard Shift a promítání klipu k jedné jejich písni. Výborná atmosféra a také radost z dokončené desky byla cítit doslova na každém kroku přeplněného klubu. Byl to podařený večer a velice temperamentní koncert (jak už tomu u ska bývá), byl toho důkazem, stejně tak jako roztančené publikum.

Přestože od natáčení desky uběhlo už mnoho času a složení kapely se měnilo, je to stále to Vertigo, jejichž deska Vás určitě pobaví, i když zvuk není zcela vybroušený. To ale neubírá nic hudbě, kterou si myslím rádi poslechnete a třeba si na ní i zatančíte.

/Jakub Roun/



KDO HRAJE	KDY	TYP AKCE	KDE
Imodium*	5/12/04	koncert	Praha (Vagon)
	18/12/04	koncert	(Baracuda)
Iné kafé	4.12.-22.12.2004	vánoční turné	Košice, Ostrava, Brno, Zlín, Č. Budějovice, Plzeň, Praha, Bratislava
ZNC	8/12/04	koncert	Praha (Futurum)
	15/12/04	koncert	Brno (Musilka)
New York Ska Jazz Ensemble*	30/12/04	koncert	Praha (Futurum)
2v1	17/12/04	koncert	Havlíčkův Brod (Vagon)
Fast Food	22/12/04	křest alba	Praha (Roxy)
Wohnout, Polemic, -123 min. atd	10/12/04	koncert	Č. Budějovice (BB Centrum)
FRU-FRU	22/12/04	koncert	Jihlava (sokolovna)
Chinaski	9/12/04	křest DVD a CD	Praha (Lucerna)
Monkey Business	21/12/04	koncert	Praha (Lucerna)
Čechomor a Lenka Dusilová	10/12/04	předvánoční koncert	Hradec Králové (Sportovní hala)
Divokej Bill + Tři sestry	2. - 22.12.2004	turné pro radost 2004	Olomouc, Ostrava, Praha, Liberec



POŘÁDÁ NÍZKOPRAHOVÝ KLUB

YMKÁRIUM



ČERSTVĚ NATŘENO



FESTIVAL KAPEL Z YMKÁRIA

ANAL FEVER /CROSSOVER/
HOLY INSECT /HARD CORE/
ASPHALT /METAL/
3. QADRANT /PUNK ROCK/
JIŽNÍ GHETO /ROCK/
VE 3 V NOCI /ROCK/
JABLEČNÝ BONG /PSYCHO/
NEPLATNÁ IDENTITA /HIP-HOP/
STWN CREW - NÁZOR MENŠINY
/HIP-HOP/



YMCA PRAHA
Na Poříčí 12, 110 00, Praha 1
224872128

18.12. OD 16:00
KLUB KLAMOVKA
VSTUP: 50,-

Info: ympkarium@seznam.cz

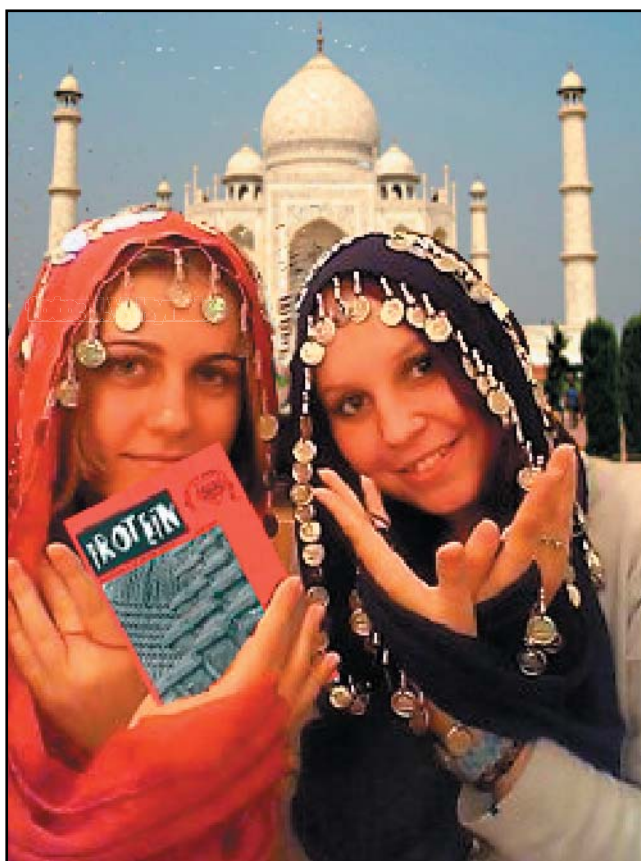
Nové saze z vyčištěného redakčního komína, střípky a klepy

Výtěžek z cihel jde na hermelíny

11. listopadu otevřelo občanské sdružení Portus Praha chráněnou dílnu na výrobu nakládáných hermelínů na Slapech. Dílna byla vybudována díky výtěžku veřejné sbírky Akce Cihla, která proběhla v Praze v květnu a červnu a o níž jsme vás v PROTEINU informovali. U příležitosti otevření chráněného pracoviště se v pražské kavárně Vesmírna uskutečnila „hermelínová párty“ spojená s ochutnávkou produktů slapské dílny.

Nakládáné hermelíny budou vyrábět lidé s mentálním postižením a veřejnost je bude moci ochutnat například v kavárně Hned vedle v pražské Míšeňské ulici, v kavárně Citadela v Klimentěské a v kavárně Vesmírna v ulici

Ve Smečkách. Nejen pikantní hermelíny jsou dobrým důvodem pro návštěvu zmíněných podniků. Například ve Vesmírně naleznou návštěvníci kromě neobvyklého jídelního a nápojového lístku (nechybí na něm „neodolatelný



Tádž Mahal, Indie. Indíra a Gándhíra, které na schodech indického monumentu Tádž Mahal prodávají turistům místní speciality (smažené krysy, červy se zeleninovou nádivkou, apod.), se věnují během polední přestávky vášnivě četbě PROTEINU, který v druhé nejlidnatější zemi světa vychází již od roku 2001. Tehdejší zavedení PROTEINU na indický trh s tiskovinami způsobilo výrazný pokles tržeb zavedených novin a časopisů, protože PROTEIN byl díky svému šikovnému formátu a nízké ceně stále populárnější i mezi nejchudšími vrstvami obyvatelstva. Po úspěšné infiltraci indického trhu je dále v hledáčku marketingového oddělení PROTEINU Thajsko, Laos a mnohoslibná Malajsie.



obrovský štrúdl“ či „neuvěřitelné koktejly“) také příjemnou a ochotnou obsluhu z řad mentálně postižených.

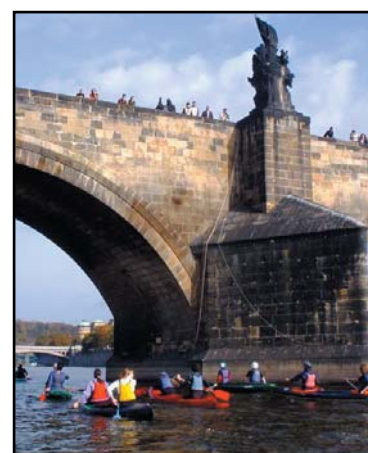
Na přelomu listopadu a prosince plánuje Portus Praha další kolo internetové veřejné sbírky. Zájemci mohou přispět zakoupením internetové cihly či poslat dárcovskou SMS ve tvaru DMS CIHLA na číslo 87777. Bližší informace je možné najít na stránce www.akcecihla.cz nebo www.portus.cz.

-vob-

KRÁTCE

YMCA Braník pokořila pražské jezy v rámci vodácké akce, kterou pořádala na konci října. Braničtí podjeli osm pražských mostů a překonali Šitkovský a Staroměstský jez vorovými propustmi (na snímku braničtí podjeli pod Karlovým mostem).

Foto: <http://branik.ymca.cz>




Webové stránky PROTEINU zaznamenaly od své aktualizace 1.11. rapidní nárůst návštěvnosti. Redakce PROTEINU chce z tohoto webu učinit fórum čtenářů a přivítá proto každý komentář, kterým čtenáři na zveřejněné články zareagují. Více na <http://protein.ymca.cz>

DRB

V poslední době se v nabídce sázkových kanceláří objevují i mimosportovní události. Novým hitem je sázka na to, zda váš oblíbený časopis Protein získá grant od agentury Mládež. Pokud ano, můžete těšit na mnohá vylepšení. Jeden z redaktorů již vsadil symbolických 11 Kč v kurzu 5:1. Jak radí známý hazardér M.H., spolumajitel Fortuny: „Nebojte se vsadit na svého koně“. frk

DIÁŘEK CO KDY V YMCAE

CO	KDE	KDY	KONTAKT	DRUH AKCE
Jednání grantové komise YMCA v ČR	Palác YMCA, Praha	8.2.2005	vojta@ymca.cz	
Gospel night YMCA Praha	Kostel U Klimenta V Praze	10.12.04 19:00	praha@ymca.cz	TENSING
Gospel night YMCA Krnov	Krnov, evangelický kostel	19.12.04 16:00	krnov@ymca.cz	TENSING

NOVÝ <http://protein.ymca.cz> !!!
NOVÝ OBSAH WWW STRÁNEK,
kompletní články v HTML. Průběžné aktualizace

Archiv starších čísel ve formátu PDF, možnost hlasování, ankety,...

VÝROČÍ. A ČÍ?	kde se narodil, zemřel či zapsal do dějin	kdy to udělal	proč bychom si ho měli pamatovat
+ František Kriegel	Praha	3.12.1979	čs.lékař a komunistický politik. Ve známost vešel tím, že v r.1968 jako jediný v Moskvě nepodepsal sovětskou okupaci ČSSR. Podepsal naopak Chartu 77, za normalizace byl činný v opozičním hnutí.
+ Bedřich Hrozný	Praha	12.12.1952	světově proslulý čes. orientalista, rozluštil neznámý jazyk Chetitů. V r.1939 se stal rektorem UK a postavil se okupantům během studentských demonstrací v říjnu a listopadu 1939.
* Jan Opletal	Lhota nad Moravou	31.12.1915	český student medicíny, smrtelně zraněn při demonstraci proti německé okupaci 28.9.1939. Jeho pohřeb 15.11.1939 přerostl v novou demonstraci proti nacistům, kteří na ni odpověděli uzavřením čs. vysokých škol 17.11.1939.
* Emanuel Rádl	Pyšely	21.12.1873	český filosof, významná postava meziválečné YMCA v ČSR. Je autorem řady knih, například: Útěcha z filosofie, Dějiny filosofie, Moderní věda nebo Válka Čechů s Němci, kde se zabývá vztahy obou národů v průběhu tisíciletí.

Vaše příspěvky a pozvánky na akce zasílejte na protein@ymca.cz