

# Za oponami Marty Fartelovej

## Chlapec bez mena

*Marta Fartelová:*

Začala písať v roku 2007, kedy vydala svoju prvú knihu. Bol to romantický román o vzťahoch. Odvtedy napísala a vydala 15 kníh. Dielo Chlapec bez mena je jej srdcu blízke, pretože to je skutočný príbeh. Dovtedy písala iba fiktívne romány zo súčasnosti, ktorých dianie bolo ľuďom známe a mnohí sa v nich našli. Neskôr od vydavateľa dostala ponuku napísať životný príbeh jeho rodinného známeho, ktorý chcel po 70-tich rokoch odhaliť svoju minulosť z obdobia 2. svetovej vojny. Zo začiatku bola na pochybách, pretože dovtedy si príbehy iba vymýšľala, čo pre ňu bolo aj jednoduchšie. Nakoniec ale prikývla a začala pracovať na knihe Chlapec bez mena. Hlavnému hrdinovi vymyslela meno Dávid.

*Na základe čoho ste vybrali názov Chlapec bez mena?*

„Je to skôr taká metafora. Možno je známe, možno nie, že keď prišli väzni do tábora, dostávali čísla, ktoré im boli vytetované a slúžili ako náhrada mena. To bola jedna z vecí, ako strácali ľudia dôstojnosť. Vziať identitu je podľa mňa jeden z najväčších trestov, takže preto Chlapec bez mena.“

*Prečo si reálna hlavná postava neželala, aby bolo zverejnené jej meno?*

„Bavili sme sa o tom niekoľkokrát. Počas prvého stretnutia som ho nejako nelámala. Vysvetlil mi to tak, že sa bojí, pretože zažil niekoľko režimov a neverí tomu, že niektorý je úplne demokratický. Ja by som povedala, že sa možno nechce kontaktovať s ľuďmi, ktorí by mu to všetko pripomínali. Takže je tu nejaká obava, že by sa také niečo stalo znovu, ale tiež sa k tým časom už nechce vracieť.“

*Napísali ste už nejaké ďalšie diela po Chlapcovi bez mena?*

„Po tomto skutočnom príbehu som sa pustila do tvorby ďalších diel. Nedávno mi vyšla kniha Červená veža smrti, ktorá je tiež podložená skutočnými udalosťami. Dá sa povedať, že je to autobiografia o mojich starých rodičoch, čo ju robí veľmi osobnou.“

*Ktorú z vašich kníh ste písali najdlhšie?*

„Ja mám takú dohodu s vydavateľom, že ročne vydávam jednu knihu, takže žiadna by mi nemala trvať dlhšie. Samotné písanie mi trvá zhruba taký istý čas. Keď už si za to sadnem, tak sa to pomaly črtá. Samozrejme píšem s pauzami a najťažšou časťou sú reálie, kedy si musím naštudovať témy z konkrétneho historického základu. Predsa len je

jednoduchšie písať o súčasnosti.“

*Sú nejakí autori, ktorých vnímate ako inšpiráciu?*

„Už od detstva som vášnivou čitateľkou. Písať bez čítania sa nedá. Všetka tá inšpirácia je určite aj z kníh. Ja čítam naozaj skoro všetko. Kedysi som sa vyhýbala sci-fi, ale moje deti ma donútili čítať aj tieto žánre. Taktiež mám veľmi rada arabských autorov. Majú podľa mňa zvláštne poetické vyjadrovanie a ich romány sú mystické. Čítam beletriu a takú „všeteho“ chuť.“

Na záver by som sa rada poďakovala autorke za to, že si našla čas na tento rozhovor. Ak vás zaujíma, prečo som sa rozhodla písať práve o tejto téme, rada vám poskytnem pár dôvodov. Táto tematika ma zaujala, keďže sama veľmi rada čítam knihy. Práve teraz počas zákazu vychádzania trávime veľa času doma a nudíme sa. A čo zabíja nudu lepšie ako dobrá kniha v ruke? Takže, ak vás tento rozhovor zaujal, určite siahnite po diele Chlapec bez mena.

## Vplyv stresu na vznik a priebeh (nielen) nádorových ochorení

Stres. Každý z nás ho pozná. Zažívame ho v rôznych situáciách a jeho prejavy pociťujeme prevažne ako bolesti hlavy, brucha, prípadne ako problémy so spánkom. To, aké ďalekosiahle následky má stres na ľudský organizmus, sme sa dozvedeli od pána profesora Borisa Mravca z Fyziologického ústavu LF UK v Bratislave.

Počas prednášky sme sa dozvedeli, že úlohou stresovej reakcie je pripraviť organizmus na náročnú fyzickú aktivitu. Tento inštinkt pochádza ešte z čias praveku, keď v stave ohrozenia mal človek na výber len dve možnosti – brániť sa alebo utekať. Samozrejme, teraz už pred mamutmi utekať nemusíme, avšak stres stále zažívame, a to v situáciách, ktoré nám nedovoľujú vybiť si energiu nahromadenú stresovou reakciou a tá nám ostáva v tele, škodí nám a mení aktívny stres na chronický. Následkom toho sa niektoré časti tela príliš aktivujú alebo naopak, úplne zabrzdia či stiahnu. Rýchlejšie sa nám opotrebúvajú cievy, zhoršuje imunita, trávenie a sme viac náchylní na depresie.

Je dokázané, že onkologickým pacientom sa vplyvom stresu zdravotný stav zhoršuje. Je to spôsobené práve tým, že adrenalín, vylúčený pri stresovej reakcii, zvyšuje prekrvenie nádoru a ten následkom toho rastie. Stresorom môže byť aj chlad či prílišné teplo, faktory, ktoré sa dajú pomerne ľahko eliminovať. Avšak duševná nepohoda si častokrát vyžaduje terapiu vedenú psychológom. Je potrebné ale dodať, že u nikoho netreba zanedbávať psychickú stránku zdravia, je potrebné venovať jej aspoň toľko pozornosti ako fyzickému zdraviu.

Medzi verejnosťou nie je úplne neznáme, že stres, respektíve nesprávna reakcia naň, spôsobuje množstvo ochorení a zhoršuje ich priebeh. Problémom, aký veľký negatívny vplyv má stres na naše zdravie, sa pomerne málo zaoberáme. Pán Mravec bol na konci prezentácie ochotný odpovedať na veľa našich otázok, medzi ktorými sa hneď niekoľko týkalo toho, ako stres lepšie zvládať – dýchacími cvičeniami, počúvaním obľúbenej hudby či autogénnym tréningom. Kto by sa už len nechcel naučiť zvládať rýchlosť, náročnosť a hektiku tejto doby? Všetci by sme chceli byť nedotknutí tlakom, ktorý na sebe cítime. Metódy na zvládnutie stresu, uvedené vyššie, sú do istej miery účinné, avšak zďaleka nie stopercentné. Človek nie je stroj. Doba, v ktorej žijeme, sa orientuje primárne na výkon a vytvára tak skvelé podmienky pre výskyt nebezpečného chronického stresu. Žijeme v presvedčení, že treba stále prekonávať svoje limity. Ale človek nie je stroj. I pán Mravec súhlasí s názorom, že prehodnotenie spoločenských hodnôt je nevyhnutné na to, aby sme stres vedeli nielen zvládať, ale mu aj predchádzať. Na to je potrebné odhodlanie a výdrž, ale vidieť svet, kde stres nemá taký enormný vplyv na priebeh smrteľných chorôb ako teraz a zlepšiť sa celková kvalita duševného aj fyzického života, stojí za to.

Dodatočne by som chcela poďakovať všetkým prednášajúcim a škole, že umožnili nám žiakom vypočuť si zaujímavé edukatívne prednášky na témy, k odbornému spracovaniu ktorých sa človek nedostane každý deň. Dúfam, že pre všetkých zúčastnených boli obidva prednáškové dni poučné a že si z nich odniesli čo najviac vedomostí, z ktorých budú môcť čerpať počas celého života.

Všetkým prajem čo najviac šťastia a čo najmenej stresu.

Ol'ga Gräffingerová, V. B

Dva dni do prázdnin alebo netradičné vyučovanie

S blížiacimi sa veľkonočnými prázdninami sa poľavilo v očakávaníach, no to neznamená, že sme sa neučili. Kdeže, akurát to vyzeralo menej tradične. V dňoch 30. 3. a 31. 3. (utorok sa streda) sme mali možnosť zúčastniť sa 31 prednášok na rozmanité témy a iste nebudem jediná, ktorá povie, že si to užila.

Na chuť si určite prišli všetci. Milovníci histórie sa mohli dozvedieť niečo o cisárovi Nerovi či skutočné životné príbehy. Tí, ktorých viac zaujímala veda, si mohli vypočuť študentov Ženevskej univerzity hovoriacich o výskume Parkinsonovej choroby a stážach pri OSN. Ďalšie prednášky hovorili napríklad o vplyve stresu na rozvoj nádorových ochorení či demografii- náuke o ľudskej reprodukcii. Nechýbali ani vplyv a význam vedy a techniky na život v budúcnosti, novinky z vesmírneho výskumu, rozhovor s pani Martou Fartelovou alebo rady a typy na uplatnenie sa v podnikaní. Mladšie ročníky zas mali možnosť zúčastniť sa tvorivých dielní, ktoré nepochybne priniesli do sedenia za počítačom aj trochu zábavy. A aby toho nebolo málo, jedna z aktivít svojich účastníkov prinútila tancovať!

Výhody prednášok by som mohla menovať. V prvom rade sa mi páčilo, že sme sa niečo nové dozvedeli od ľudí, ktorí v danom obore trávia dosť času a teda vedeli odpovedať aj na otázky nás, študentov. Často obohatili prednášky aj o osobné skúsenosti, ktoré, podľa môjho názoru, pôsobili sympaticky a poskytli ľudskejší pohľad na nové vedomosti. Po druhé, vďaka rozmanitým témam som si rozšírila obzory. Vedeli ste napríklad, že základy sociálnych sietí siahajú až do renesancie? Že poznáme už takmer 4300 exoplanét? Alebo že sa pripravuje projekt, ktorý by mal byť založený na vesmírnych plachetniciach? Ja nie, a to je len pár zaujímavostí, ktoré sme sa dozvedeli. V neposlednom rade, väčšina z nás bola určite vďačná aj za možnosť dlhšie si v tieto dni pospať.

Témy, ako som už hovorila, boli skutočne rozmanité a stalo sa mi aj, že som mala chuť sa prihlásiť na dve prednášky v rovnakom čase. To sa síce nedá, ale tým, že školský časopis bol prítomný tiež, si o niektorých veciach snáď už čoskoro prečítame viac.

Vzdelávanie týmto spôsobom považujem za osviežujúce. Bolo očividné, že naši ctení hostia sa vo svojich oboroch vyznali a svojimi prezentáciami, slovami a skúsenosťami spríjemnili tieto dva dni. Chcela by som sa teda v mene študentov poďakovať každému, kto si našiel čas a prijal pozvanie, kto ochotne odpovedal na naše otázky a nekonečné vyzvedanie. Ďalej chcem poďakovať aj našej škole, že zorganizovala nevšedný a zaujímavý program, príležitosť naučiť sa niečo nové, nápomocné a inšpiratívne. Ďakujeme.

Patricia Illášová,

V.A

## Beseda s autorkou Martou Fartelovou

Posledné dva dni pred veľkonočnými prázdninami sa žiaci malého a veľkého gymnázia mohli zúčastniť rôznych online prednášok, webinárov aj besied. Po zverejnení bohatého harmonogramu sa viacerí z nás dlho rozhodovali, ktoré z množstva ponúkaných prednášok budú naše „vyvolené.“

Popri prírodovedeckých prezentáciách ma obzvlášť zaujala beseda so spisovateľkou Martou Fartelovou o jej románe *Chlapec bez mena*, napísanom podľa skutočných udalostí.

Autorka nám prezradila, odkiaľ prišla jej inšpirácia, ako prebiehali rozhovory s pánom o jeho hrôzostrašných životných skúsenostiach z obdobia holokaustu i akú stopu zanechal príbeh na jej duši.

*Chlapec bez mena* rozpráva príbeh židovského chlapca z Bratislavy, ktorý len o vlások unikne transportu do koncentračného tábora. Opisuje chlapcov nebezpečný útek cez hranice do Budapešti a jeho ťažký zdravotný stav počas dní strávených na ulici. Napriek všetkým jeho snahám sa na konci dostáva do osviencímskeho pekla, ktorý autorka taktiež navštívila pred zahĺbením sa do románu za účelom čo najväčšej autenticity príbehu. Dozvedeli sme sa aj o psychickej náročnosti príbehu a nutnosti podrobného štúdia historických detailov.

Autorka s radosťou odpovedala na všetky naše otázky a odhaľovala nám rôzne aspekty písania skutočného príbehu. Beseda pôsobila ako efektívnejší spôsob spoznávania spisovateľského povolania, pričom sme si pripomenuli aj zverské praktiky druhej svetovej vojny.

Všetky prednášky, ktorých som sa zúčastnila, boli zaujímavé a plné nových informácií a osobného prežívania prezentujúcich. Som si istá, že „gympabáci“ v budúcnosti určite uvítajú viac takýchto podujatí.

Týmto sa tiež chcem poďakovať Študentskej rade a pedagógom, ktorí sa podieľali na organizácii dvojdňových aktivít.

Vivienne Čorgoová, V. B

## Online workshopy

V dňoch 30. a 31. 3. 2020 naša škola zabezpečila pre žiakov dni workshopov a seminárov. Všetky workshopy sa uskutočnili dištančne pomocou internetovej aplikácie Teams, kam sa okrem žiakov pripojili aj učitelia a samozrejme organizátori workshopov. Počas jedného dňa sa uskutočnilo veľké množstvo takýchto stretnutí, no keďže viaceré boli vysielané v tom istom čase, žiaci sa pripájali na tri workshopy denne.

Mňa osobne najviac zaujal workshop ohľadom života mimo planéty Zem. Stretnutie pripravil vedec, ktorý sa zaujíma o vesmír. Rozprával hlavne o podmienkach života a o planétach, ktoré tieto podmienky spĺňajú. Takisto nám ukázal aj obrázky rôznych rakiet a strojov, ktoré plánujú v blízkej dobe vyslať do vesmíru. Stroje budú zbierať informácie a fotografie z vesmíru na miestach, kam sa astronauti nedostanú. Na otázku, či sme vo vesmíre sami, nevedel odpovedať, pretože priamy dôkaz ešte vedci nezískali. „Avšak napriek tomu,“ povedal, „je veľmi malá pravdepodobnosť, že vo vesmíre je iba jedna planéta, na ktorej je život. Pravdepodobne niekde vo vesmíre je život, hoci aj v podobe baktérií.“ Som zvedavý, či sa niekomu niekedy podarí objaviť mimozemský život.

Zvyšné workshopy boli tiež veľmi dobré. Veľmi sa mi páčilo stretnutie s pani psychologičkou Michaelou Artemiou, ktorá rozoberala tému: Ako mať rád samého seba. Bolo to naozaj povzbudzujúce stretnutie, najmä v čase pandémie. Takisto sa mi páčili aj viac „seriózne“ stretnutia, ako napríklad Možnosti kariérneho postupu, kde organizátor vysvetľoval, ako sa orientovať vo svete práce.

Matúš Ambra, 1.A

## Cesta vesmírom na lodi Gympaba

### Vedecký pohľad na mimozemský život a exoplanéty

Vďaka Samuelovi Kováčikovi, teoretickému fyzikovi, ktorý sa zaoberá nielen modifikáciami kvantovej mechaniky sme mali my, študenti Gympaby, možnosť nachvíľu nahliadnúť do vedeckého sveta vesmíru a dozvedieť sa viac o existencii života mimo Zeme. Niektorí z nás Samuela možno poznajú ako zakladateľa projektu Vedátor SK, kde si každá zvedavá duša nájde to svoje.

Ja osobne som ho poznala už z Instagramu, a preto som sa veľmi tešila na jeho prednášku. Ako som aj očakávala, jeho spôsob vysvetľovania bol tak zaujímavý, že 55 minút utieklo ako voda a pochopiteľný aj pre mňa, úplného laika.

Existencia mimozemšťanov zaujímala ľudstvo už pomerne dlhú dobu. Vo filmoch sme sa s nimi stretli v najčudesnejších podobách, s veľkými očami, zelenou farbou pokožky a často predstavovali nepriateľov.

Ale v akom štádiu výskumu mimozemskej existencie vôbec sme?

#### ***Kde môžeme život hľadať?***

„V prvom rade musíme uvažovať, že čo sú to vhodné podmienky na život. Myslíme si, že jednou zo základných podmienok, možno nie nevyhnutnou, je tekutá voda. Preto hľadáme život na planétach v obývateľnej, tzv. zlatovláskovej zóne. V princípe by mohli byť v našej slnečnej sústave vhodné podmienky na život okrem Zeme na Venuši a Marse. O mesiaci Jupitera Európa sme presvedčení, že sa pod jeho povrchom nachádza niekoľko kilometrový ľadový oceán. Život hľadáme aj na exoplanétach pomocou biosignatúr a technosignatúr, ktoré indikujú možný život a budú sa vo vesmíre aktívne hľadať.“

#### ***Ako komunikovať s mimozemskými civilizáciami?***

„Vedci vytypovali istú špeciálnu frekvenciu, ktorá by mala byť optimálna pre komunikovanie vo vesmíre. Teleskopy sa namieria na rôzne hviezdy a počúvajú, či z nich neprichádza signál. Zatiaľ existuje iba jeden signál, ktorý sa nepodarilo vysvetliť a volá sa Wow! signál. Snažíme sa aktívne počúvať a zároveň sa chystajú 3 misie, ktoré majú veľké ambície nájsť mimozemský život aspoň v mikroskopicko-nej forme. Komunikácia s civilizáciami, ktoré neovládajú naše jazyky, je úlohou antišifrovania.“

Pre zodpovedanie viacerých otázok si môžete vypočuť Vedátorský podcast napr. cez Spotify.