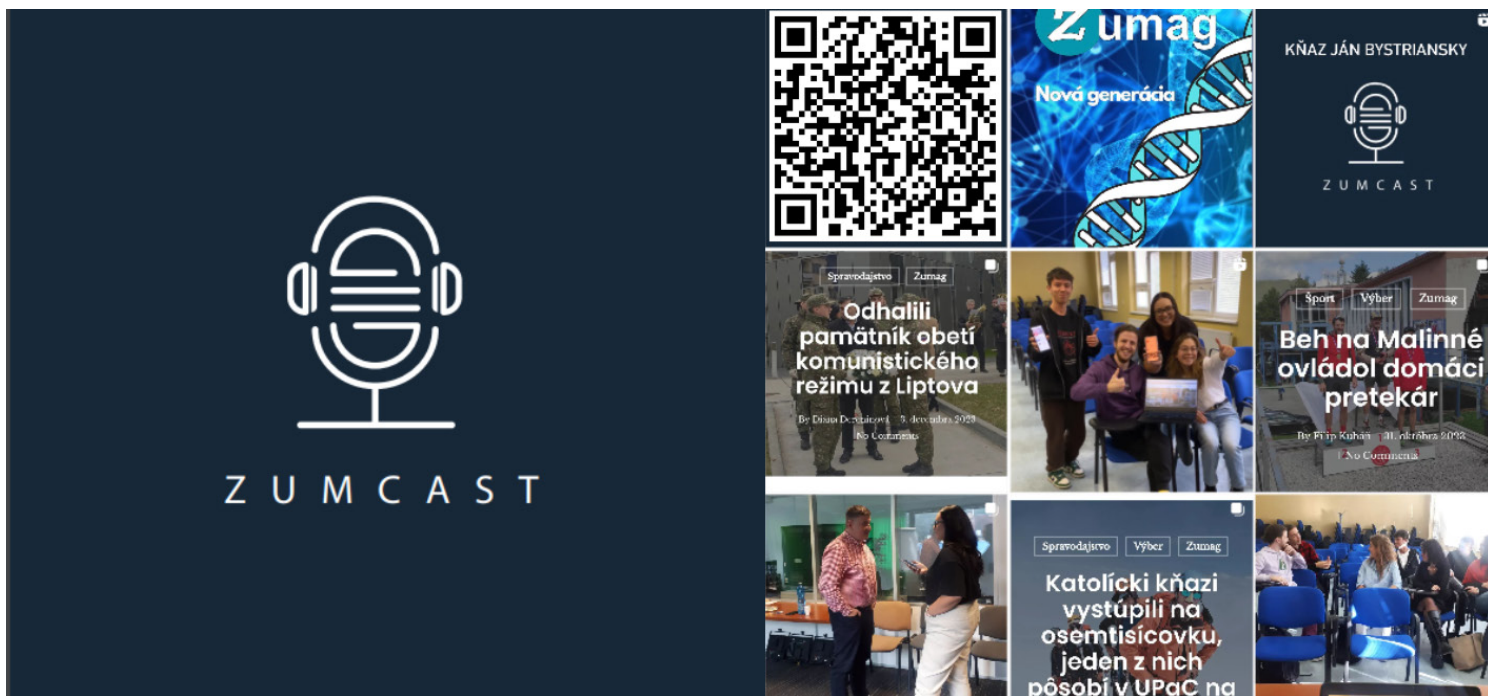


# Zumag

ČASOPIS ŠTUDENTOV FILOZOFICKEJ FAKULTY KATOLÍCKEJ  
UNIVERZITY V RUŽOMBERKU.  
ČÍSLO 1, NOVEMBER 2023 – FEBRUÁR 2024  
ROČNÍK XXI.

## Nová generácia





# MED ART

Celoštátna súťaž v mediálnej tvorbe  
pre študentov stredných škôl

Súťažné príspevky posielaj  
do 18. marca 2024  
na adresu [medart.ku@gmail.com](mailto:medart.ku@gmail.com)

Viac info na [medart.ku.sk](http://medart.ku.sk)



## redaktori Zumagu:



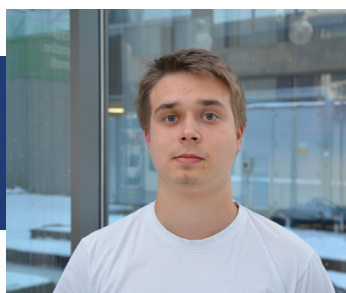
Alexandra Kaučiariková



Katya Shapovalenko



Monika Magdová



Matúš Pažitka



Tymofii Serbin



Dávid Smatana



Filip Kubáň

## Časy sa menia



Nejdem vám tu predhadzovať klišé typu „Ach, tá dnešná mládež“, pretože podobné názory pravdepodobne všetci poznáme. Nejdem vás tu ani presviedčať o opaku a umelo vyzdvihovať môj ročník. Nie. Cieľom tohtoročného Zumagu je niečo iné.

*Je rok 2024 a všetko sa mení.* Technológie, profesie, voľný čas a zábava či samotné fungovanie spoločnosti. S tým sú spojené aj pochopiteľné obavy z neznáma. Zmenám však musíme byť otvorení, pretože „žijeme v budúcnosti“. Ako to dnes medzi mladými vyzerá a ako potenciálne vyzerat' môže sa vám pokúsime ukázať čo najuveriteľnejším spôsobom.

Téma začne porovnaním súčasnej a minulej generácie študentov. Dočítate sa o tom v rozhovore s dvoma pedagógmi, ktorí obe učili a vedia ich tak spravodlivo porovnať. Tiež sa dozvieme, ako sa dnes bojuje s mentálnym zdravím a aké možnosti naša univerzita ponúka na jeho udržiavanie. Pozreli sme sa aj na vieru u študentov Katolíckej univerzity, ktorá (ne)prekvapivo nie je len kresťanská. V kultúrnej časti sme zisťovali, čo dnes „frčí“ vo svete filmov, seriálov, kníh alebo hudby. A o tom, že tradičné umenie nevymiera vás presvedčí ružomerské divadlo Rosart.

Či sa jej bojíme alebo do nej vkladáme nádej, umelá inteligencia je realitou, ktorá veľmi pravdepodobne ovplyvní fungovanie mnohých vecí. A žurnalistiku možno až kriticky. Čo si o tom myslia vybrané osobnosti z mediálneho sveta sa dočítate v ďalšom tematickom článku. Samozrejme nemôžeme zabudnúť ani na šport, ktorý je nadčasovou záležitosťou. V ňom sa stretávajú a spájajú ľudia všetkých vekových kategórií. Niektorí ho však môže poňať trochu viac „netradične“.

*Sme ďalšia generácia študentov, ďalšia generácia novinárov a s tým nevyhnutne aj ďalšia generácia Zumagu. Sme síce mladí a neskúsení, no odhodlaní pokračovať v novinárskom dedičstve.*

Rastislav Červeň  
šéfredaktor

## OBSAH

3	Spravodajstvo	23	Divadlo RosArt		
6	Rozhovor <i>Expedícia do Himalájí</i>	24	Literatúra <i>Pacient Na západe nič nové</i>	26	Hudba <i>Blind channel The Rare Occasions</i>
9	Téma 1 <i>Nová generácia</i>	27	Šport		
18	Téma 2 <i>AI – umelá inteligencia</i>	25	Film <i>The Fall</i> Seriál <i>Eden vás víta</i>	31	Múr nárekov

## Boli sme súčasťou Letnej školy žurnalistiky v Prahe

Posledný septembrový týždeň absolvovali študenti Letnú školu žurnalistiky, ktorá sa konala v priestoroch Inštitútu komunikačných štúdií a žurnalistiky na Fakulte sociálnych vied Karlovej univerzity (UK) v Prahe.

□ TYMOFII SERBIN



Po príchode do Čiech čakala našich študentov žurnalistiky a ich mladších kolegov z českých stredných škôl a gymnázií prehliadka historického centra Prahy, vďaka ktorej sa rýchlo zoznámili s mestom a jeho typickými zákutiami. Budúci novinári sa prešli nielen po Karlovom moste, zamierili aj k Pražskému hradu, Lennonovej stene a nevynechali ani Staromestský orloj či barokový Kostol svätého Františka z Assisi.

Účastníci Letnej školy žurnalistiky sa počas celého týždňa predovšetkým mediálne vzdelávali a absolvovali prednášky, kde skúmali napríklad prepojenie obrazu a textu či informačnú silu fotografie. Zaostrili aj do pseudorealít v kyberpriestore, no tiež sa snažili naučiť rozlišovať publikované dezinformácie. Priestor dostali aj slovenské parlamentné voľby, ktorých diskusiu viedol vyučujúci z Katedry žurnalistiky v Ružomberku, Peter Kravčák, so slovenským politológom Mariánom Sekerákom. Účastníci programu sa tvorivo zapájali aj na ďalších prednáškach, na ktorých rozoberali napríklad aj tvorbu a dramaturgiu rozhlasových hier či samotné písanie poviedok.

Na záver týždňa dostali študenti certifikáty o absolvovaní programu celoživotného vzdelávania, ktorý ukončili prehliadkou Českého rozhlasu. „Tento rok sme robili Letnú školu žurnalistiky spolu s Katolíckou univerzitou v Ružomberku. Umožnila študentom z rôznych krajín, konkrétne z Česka, Slovenska a Ukrajiny, získať nové poznatky, vedomosti a vymeniť si skúsenosti, pretože komunikácia je dôležitou súčasťou nášho života,“ priblížil novinár Karol Lovaš, ktorý vyučuje žurnalistiku na pražskej Karlovej univerzite. Letná škola žurnalistiky, ktorú finančne podporil Vyšehradský fond, má podľa neho pomôcť študentom spoznať novinársku profesiu.

## Katolícka univerzita a Filozofická fakulta majú nových senátorov

Na Katolíckej univerzite v Ružomberku sa koncom októbra konali voľby do akademických senátov univerzity (AS KU) a filozofickej fakulty (AS FF KU). Zúčastnilo sa ich dokopy 23 zamestnancov a 34 študentov.

□ MONIKA MAGDOVÁ



Všetky hlasovacie lístky boli podľa volebnej komisie AS FF KU pre voľby do akademických senátov vyplnené platne a do zasadnutia volebnej komisie neboli vznesené žiadne pripomienky k priebehu volieb. „Do AS KU za Filozofickú fakultu bolo odovzdaných 20 hlasov pre Mareka Babicu, 17 hlasov pre Petru Lajčiakovú a 16 hlasov pre Jána Hrkúta a Mariana Kunu,“ priblížil predseda komisie Samuel Červeňanský. Študentov filozofickej fakulty budú v tzv. veľkom senáte zastupovať Annamária Adamčíková, ktorá získala 31 hlasov a Danyil Tsybulko, zvolený 21 hlasmi. Na svojom prvom zasadnutí (7.11.) si členovia oboch senátov volili nových predsedov, podpredsedov za zamestnaneckú a študentskú časť, a tiež tajomníkov. Predsedom AS KU sa stal Tomáš Jablonský, za podpredsedníčku zamestnaneckej časti bola zvolená Eva Moraučíková, za podpredsedu študentskej časti Jakub Konkol' a tajomníčkou sa stala Annamária Adamčíková.

Komisia poukázala, že vo voľbách do AS FF KU bolo pre Michala Mart'áka odovzdaných 22 hlasov, Jana Juhásová získala 20 hlasov a Peter Volek 19 hlasov, rovnaký počet 18 hlasov získali Miroslav Huťka aj Petra Lajčiaková a 13 hlasov dostal Ivan Koniar. „Do AS FF KU boli za študentskú časť akademickej obce filozofickej fakulty zvolení Katarína Vargová 19 hlasmi, Rastislav Červeň 18 hlasmi a Michal Garaj 16 hlasmi,“ spresnil Červeňanský.

Za predsedu AS FF KU bol na prvom zasadnutí malého senátu nominovaný a následne zvolený Miroslav Huťka, podpredsedom za zamestnaneckú časť sa stal Michal Mart'ák, podpredsedníčkou pre študentskú časť Katarína Vargová a za tajomníka bol zvolený Rastislav Červeň. „Voľby prebehli korektne, výsledky sú platné a predsedníctvo je funkčné,“ potvrdil opätovne zvolený predseda AS FF KU Huťka.

## Titul doctor honoris causa putoval do rúk Roberta Nanovica

Partnerské univerzity z iniciatívy The Catholic Universities Partnership (CUP) sa tento rok stretli na Katolíckej univerzite (KU) v Ružomberku. Na októbrovej konferencii prezentovali osobnosti, ktoré prispeli k ich rozvoju.

□ RASTISLAV ČERVEN



Program začal vo štvrtok 19. októbra rannou bohoslužbou v Kostole svätej rodiny v Rybárpoli, ktorú celebroidal emeritný spišský pomocný biskup Andrej Imrich. Po svätej omši sa účastníci presunuli do Auly Jána Pavla II. v budove Pedagogickej fakulty KU, kde prebehlo zasadnutie akademickej obce spojené s udeľovaním čestného titulu. Slávnostného otvorenia konferencie sa zúčastnili aj pozvaní členovia partnerských katolíckych univerzít z USA, Gruzínska, Poľska, Maďarska, Chorvátska či Ukrajiny.

Titul *Doctor honoris causa* bol udelený podporovateľovi katolíckeho vzdelávania a zakladateľovi Nanovicovho inštitútu pre európske štúdiá na Univerzite Notre Dame Robertovi Nanovicovi. Jeho životný príbeh priblížil všetkým zúčastneným dekan Filozofickej fakulty KU Samuel Štefan Mahút. Nanovic sa pre zdravotné dôvody nemohol slávnosti zúčastniť a tak titul za neho prijal jeho dlhoročný priateľ A. James McAdams. Následne sa hostia presunuli do Univerzitnej knižnice, kde bola prichystaná súkromná recepcia. Samotná konferencia napokon začala o tretej popoludní v budove rektorátu.

Konferencia pokračovala na druhý deň bohoslužbou v Univerzitnej kaplnke sv. Alberta, vzápätí po zasadnutí pri okrúhlym stole nasledovali jednotlivé príspevky prezentujúcich, ktoré trvali až do večera. Pozornosť si vyslúžili aj ďalšie osobnosti poľského, ukrajinského, amerického a maďarského katolíckeho vzdelávania. Po záverečnej diskusii vyvrcholil program spoločným stanovením vízií ďalšieho rozvoja katolíckych univerzít.

Medzinárodné stretnutie katolíckych univerzít usporiadal spolu s KU Nanovicov inštitút pre európske štúdiá pod záštitou Ministerstva školstva, vedy, výskumu a športu SR.

## Študenti sa učili, ako reagovať na nečakané násilie

Na Katolíckej univerzite sa koncom novembra konala prednáška Ako reagovať na násilie, ktorú viedol český lektor sebaobrany a kriminológ Pavel Houdek. Na podujatie prišlo množstvo študentov a zamestnancov.

□ DÁVID SMATANA



Praktickú prednášku zorganizovalo Poradenské centrum, aby u študentov odstránilo strach a zároveň aby ich naučilo, ako efektívne eliminovať agresivitu útočníka aj bez fyzického kontaktu. Houdek počas prednášky priblížil rôzne systémy sebaobrany určené pre ľudí, ktorí sa nedokážu ubrániť útočníkovi silou. Vysvetlil, že najčastejšími obeťami útokov bývajú dôchodcovia, ženy, vozíčkari a zdravotne znevýhodnení ľudia. Ideálne odporúčanie, ako na útok zareagovať, je podľa neho nahlas a jednoducho zakričať. Páchateľ sa zľakne, v mnohých prípadoch si útok rozmyslí a odíde preč.

Ďalším Houdekovým odporúčaním bolo vykanie útočníkovi pri jeho oslovení. Okoliu tak dávate najavo, že daného človeka nepoznáte a dokážete vám skôr pomôcť. Inštruktor zároveň všetkým odporučil, aby si kúpili obranný slzný sprej. Nie iba jeden, rovno dva – jeden, aby si nechali u seba a s druhým si vyskúšali, ako funguje.

Študentom tiež poradil, že ak budú mať z nejakej osoby pri stretnutí zvláštny pocit, radšej nech sa jej vyhnú. Takýto pocit im môže zachrániť život. Sám Houdek už podobnú situáciu zažil. "Išiel som raz električkou, keď som dostal divný pocit z jedného muža. Vystúpil na tej istej zastávke ako ja, tak som obišiel jednu budovu, aby som sa uistil, či ma naozaj sleduje," priblížil inštruktor. Keďže muž ho naďalej sledoval, Houdek sa schoval za strom a pripravil si obranný sprej. Muž napokon zmizol, "Asi pochopil, že som si ho všimol. Takže áno, radšej svoj zlý pocit z niekoho poslušajte, pretože sa hovorí, že je to šiesty zmysel človeka," poznamenal.

Poradenské centrum KU avizovalo, že plánuje zorganizovať ešte ďalšie akcie, ako sú napríklad kurzy prvej pomoci.

## J. Bystriansky: Najhoršia je vždy cesta späť, vyjsť hore na vrchol je len polovičný úspech

Otec Ján Bystriansky pôsobí na Katolíckej univerzite ako správca Univerzitného pastoračného centra. V septembri minulého roku sa s tromi katolíckymi kňazmi vybral do Himalájí, kde spoločne s Jánom Dubeckým vystúpil na vrch Manaslu (8 163 m. n. m.).

□ RASTISLAV ČERVEŇ



otec Ján Bystriansky

**Na výprave ste boli spolu s Jánom Dubeckým, Petrom Dubovským a Liborom Marekom. Koľko dní vám trval celý výstup na Manaslu?**

Asi tri týždne. To sme boli v Himalájach, predtým päť dní v Langtangu. V podstate sme celý mesiac boli v Nepále. Vychádzali sme odtiaľto 29. augusta a naspäť som prišiel na parlamentné voľby 30. septembra. Takže mesiac.

**Oproti Slovensku sú v Himalájach dosť odlišné podmienky. Ako prebiehala aklimatizácia?**

Aklimatizácia bola v Langtangu – sú to predsa len iné hory, príroda a podnebie, bližšie k rovníku. Nepál sa nachádza niekde na úrovni pod Talianskom, ešte južnejšie. Samotná aklimatizácia keď sme prišli do base campu bola taká, že najprv sme sa boli prejsť na ľadovec. Potom sme sa vrátili, oddýchli si zo dva dni a išli sme hore do prvého tábora. Otočka naspäť, zase sme si oddýchli nejaký deň a potom sme išli prespať do prvého a druhého tábora, tretí tábor sme len vyšli a zišli

dole. Dostali sme sa teda do aklimatizácie vo výške 6700 metrov. Podľa šerpu to stačí.

**Jednoducho, buď na to máš alebo ideš domov!**

**Niektorí horolezci sa na podobné cesty dlho pripravujú. Absolvovali ste pred výstupom nejakú špeciálnu fyzickú prípravu?**

Dúfal som, že pôjdem viac na bicykel, no bol som na ňom len dva razy. Na Malinô som vyšiel asi dvakrát s batohom, naukladal som si tam najťažšie veci – laná, aby som tam mal aspoň 15 až 20 kíl a vytiahol som to hore. Nech to plecia trochu cítia, aby boli zvyknuté. A to sa vyplatilo. Nechcel som to podceňiť, trochu som sa hýbal, no nerobil som nejaké špeciálne tréningy. Jeden deň toľko pocvičiť, ďalší deň oddych, potom zase pocvičiť. Jednoducho buď na to máš alebo ideš domov.

## V Nepále prevláda budhizmus a hinduizmus. Vedeli o vás vôbec, že ste katolícki kňazi?

Povedali sme im to, aj agentúre, ktorá nám robila výstup, ale oni tomu nerozumeli. Sú tam katolíci, bývali sme pri jezuitoch, ktorí mali univerzitu Xavier College, kde bolo dvadsať katolíkov a zvyšných dvetisíc študentov budhistov. Vedeli, že sú to kňazi, chodili aj v koláriku, ale podľa miestnych zákonov ich nemôžeš evanjelizovať. Je to dokonca trestné, keby si nejakého budhistu pokrstil. U nich je to dané ako kastovnícky systém, takto si sa narodil a takto aj zomrieš. Je to tvoj osud.

## Podarilo sa Vám počas toho mesiaca v Nepále niekam duchovne posunúť? Ako ste sa priblížili k Bohu vďaka tejto výprave?

To je otázka na dlhšie. Zase mi je bližší. Cez ten zážitok, skúsenosť na horách, že som to prežil. Že som sa vrátil. Najhoršia je vždy cesta späť. Vyjsť hore na vrchol je len polovičný úspech a to som si uvedomoval. Potom spätne, keď som si všetko premietal tak som si uvedomil – Pane Bože, stál si pri mne, chránil si ma a bol si so mnou.



Jano, Jano, Peter a Libor. Nešiel som tam ako pán farár, duchovný otec alebo neviem ešte aký iný titul. Išli sme tam ako bratia. Rozprávali sme sa o našich veciach – kňazských, cirkevných. Tam sme sa dozvedeli správu o novom biskupovi, aj o Petrovi, ktorý sa stal práve vtedy rektorom biblického inštitútu. To boli také naše osobné veci, ktoré sme si mohli rozoberať a veľa sme sa rozprávali. Obedy, raňajky aj večere v základnom tábore sme trávili rozprávaním sa aj dve-tri hodiny. Som rád, že som bol s nimi.

## Počas výstupu som si hovoril: Musím to dať!

Pamätám si, že pred nejakými dvanástimi rokmi som išiel na Eiger s inými chalanmi, a to bola skoro katastrofa. Boli dobrí, špičkoví lezci, aj veriaci ľudia, ale aj štrajkovali. Cestou počúvali nejaký tvrdý metal, *Dial'nicu do pekla* a tak, a mne sa pri tom nedalo modliť. To sa pri kňazoch nestane.

## Za ten čas, ktorý ste strávili v Himalájach, ste určite mali veľa času na premýšľanie. Nad čím ste najčastejšie uvažovali? A čo bola prvá myšlienka, ktorá Vám prebehla hlavou, keď ste dosiahli vrchol?

Fíha. Tých myšlienok až tak veľa nebolo. Naozaj, v tej výške je tak málo kyslíka, že mozog ledva funguje. Ja si myslím že som skorej odišiel s odumretými mozgovými bunkami. Počas výstupu na samotný vrchol som si hovoril – musím to dať. Prvá myšlienka asi bola – aleluja! Bože, ďakujem Ti! To bolo asi prvé. Nahlas som to až tak nechcel hovoriť, aleluja by mi mohli rozumieť budhisti. A už môžem ísť nazad?



Modlil som sa, rozprával som sa s Ním a istým spôsobom som sa tu chcel vrátiť ako iný človek. Mám svoje osobné veci, aj určité veci pred Ním a rád by som ich posunul inde. Aby sme boli ako kňazi pre vás užitočnejší, nie že je to len o nejakom naháňaní sa. Tento oriešok ale ešte rozlúskam, túto otázku nemám ešte celkom zodpovedanú.

## Ako ste vnímali spoločenstvo kňazov, ktorí boli s Vami a ako ste celú výpravu brali z duchovného hľadiska?

Bolo to skvelé. Veľmi rád vidím študentov, rád ich aj niekde zoberiem, ale toto bolo iné. Tam sme išli ako

# Peniaze z brigády investovali do vzdelania afrických detí

**Ako to vyzerá, keď dvaja chlapci z Oravy investujú svoje peniaze do niečoho, čo pomôže iným k vzdelaniu? Vďaka chalanom, ktorí sa rozhodli pomáhať pod menom Naše projekty, vyrástla po 2,5 roku v Keni učebňa pre africké deti.**

□ ALEXANDRA KAUČIARIKOVÁ

**B**ratranci Anton a Lukáš Katrenčíkovci sa v roku 2021 rozhodli, že všetky svoje zarobené peniaze z dvojmesačnej brigády vo Švajčiarsku, budú posielat' na výstavbu učebne v Keni. „Chceli sme zanechať po sebe niečo, čo môže fungovať možno 10 – 20 alebo 30 rokov a je to dobrý pocit, že tie peniaze sme neminuli, ale dali niekde, kde pomôžu,“ vysvetlil Tono Katrenčík.

Vlani sa boli Katrenčíkovci spoločne pozrieť na svoju investíciu v Afrike. Vzdelávanie je v Keni zamerané viac na angličtinu. Deti majú veľkú nadanú na predmety, ako sú napríklad hudobná, tanečná a šport, pretože pohyb a rytmus majú v krvi. V škole je však vzdelávanie zamerané aj na matematiku, prírodopis a rodný jazyk detí – swahilčinu.



Nie všetky deti majú v Afrike prístup k vzdelaniu. Napríklad dievčatá veľa krát nejdú do školy, pretože musia pomáhať s chodom domácnosti.

„V najchudobnejších krajinách sa veľa detí nedostane vôbec do školy. Preto sme sa to rozhodli podporiť. Čím lepšie vzdelanie, tým lepšia práca. Čím lepšia práca, tým lepší život,“ uviedol Tono.

**Dievčatá veľa krát nejdú do školy, pretože musia pomáhať doma.**

Chalani navštívili v Afrike aj kmeň Masajov, ktorého obyvatelia pijú krv a mlieko z kráv. Žijú tu v domoch, ktoré si stavajú z hliny a kravského trusu, kde bývajú s nimi i zvieratá. Masajovia napríklad veria poverám, že keď si vytrhnú dva spodné zuby, budú chránení proti chorobám. „My tu platíme za implantáty 2000 eur, tam si nožom vyberú dva zuby. Pre mňa bolo to zaujímavé, že stále existujú kultúry, ktoré majú takéto rituály a tradície,“ doplnil Katrenčík.

V dnešom svete sú ľudia podľa neho preťažení informáciami a preto často dochádza k silnej vizuálnej prestimulovanosti. Vďaka internetu vidíme na telefóne denne aj 10.000 rôznych obrázkov z celého sveta. V Keni je internet veľmi lacný. Dospelí, ktorí majú telefóny, síce vnímajú svet, ale neuvedomujú si rozdiely, pretože ich reálne nezažili. „Tým, že ten lepší život neskúsili, tak ich to nejako netrápi. Deti v Keni nevedia, že existuje napríklad nejaká umelá inteligencia. Veľmi sa tešili, keď náš kameraman vytiahol dron, boli z toho hotové a chceli ho skúšať,“ poukázal Tono.

**Katrenčíkovci spolu so svojim kameramanom Dávidom Stašákom natočili v Afrike video, kde podrobnejšie vysvetľujú a ukazujú život v jednej z najchudobnejších oblastí na svete.**





TÉMA:

NOVÁ



GENERÁCIA

# Na univerzite učia už viac ako 20 rokov, telefón a sociálne siete považujú za zlodejov času

Marek Babic a Terézia Rončáková vyučujú históriu a žurnalistiku na Katolíckej univerzite (KU) už takmer štvrtstoročie. Priblížili nám, ako vnímajú postupnú transformáciu generácií a ako hodnotia nástup nových technológií.

□ KATERYNA SHAPOVALENKO

## Marek Babic Katedra histórie

**Aký je rozdiel medzi študentmi, ktorí boli na KU pred dvadsiatimi rokmi a dnešnou študujúcou generáciou?**

Základný rozdiel je v tom, aký prístup majú študenti ku zdrojom. Keď som tu nastupoval, internet nebol bežný a na celej fakulte boli dva-tri počítače. Takže viacej museli chodiť do knižnice a študovať knihy, oveľa menej surfovali po internete. Čiže študenti museli vynaložiť na štúdium viac námahy. Vďaka tomu boli trochu aktívnejší, viac sa zapájali do diskusií.



**Vidíte nejaký rozdiel medzi Vašou generáciou a dnešnými dvadsiatnikmi (generáciou Z)?**

Keď sme boli mladí, nemali sme na výber toľko vecí. Nemohli sme si vybrať, kam budeme cestovať, kde budeme študovať, kam pôjdeme na dovolenku. Museli sme narábať s možnosťami, ktoré boli a ktoré neboli veľké. Dnešná generácia mladých ľudí má obrovské možnosti. Môže sa rozhodnúť študovať v celom svete, jeden ročník môžu študovať v jednom meste, druhý v druhom meste alebo v inom štáte.

**Čo si myslíte o AI? Je umelá inteligencia hrozbou alebo pomocou?**

To je tak, ako so všetkým. Napríklad, na internete sú dobré aj zlé veci. Musíme si vybrať, aké stránky budeme navštevovať. Podľa mňa je AI nová revolúcia, ktorá sa bude veľmi rýchlo rozbiehať. Na jednej strane teraz vidíme ohrozenia. Študenti si môžu dať napísať AI bakalársku a seminárnu prácu. AI vie už teraz písať tak dobré texty, že niekedy nevieme rozlíšiť, či to napísal študent alebo AI. Na druhej strane, umelá Inteligencia nám uľahčí život v mnohých oblastiach, ktoré sú otravné (vytvára tabuľky, grafy, vyplňa formuláre).

**Dnešná generácia mladých ľudí má obrovské možnosti. Môže sa rozhodnúť študovať v celom svete.**

To je mechanická robota, čo nás nebaví. AI je aj ohrozenie, aj pomoc. To je tak, ako keď bola priemyselná revolúcia. Ľudia sa báli, že im roboty zoberú prácu a rozbíjali stroje. Len si neuvedomili, že stroje nenahradia človeka, len za neho urobia ťažkú prácu.

**Darí sa mladým ľuďom nájsť rovnováhu medzi "degradáciou" na sociálnych sieťach a sebarozvojom?**

Telefón je z môjho pohľadu zlodej času. Naozaj, krátke videá na sociálnej sieti dokážu zaberať hodne času. Je to veľké nebezpečenstvo. Vidím to aj na svojich deťoch, ktoré sú v tínedžerskom veku, ako ich to priťahuje. Oberá ich to o reálnu osobnú interakciu s rovesníkmi. Ten čas by mohli radšej stráviť pri knihe, pri športe alebo s kamarátmi. Nebezpečné je, keď človek prepadne tomu tak, že trávi čas už iba na telefóne. Našťastie to nie je prípad mojich detí.

## Existuje tvrdenie, že študenti sú sociálnym a politickým motorom zmien. Súhlasíte?

Samozrejme. Po prvé, mladá generácia má viac huty, energie, schopností. Pred sebou má budúcnosť. Po druhé, mladí ľudia sa snažia vzdelávať. Keď sa spojí mladícka energia so schopnosťou učiť sa, zošľachtovať sa – to je vynikajúca kombinácia, aby bol takýto človek potom veľmi užitočný v spoločnosti. Sú mladí, ktorí nie sú ochotní vzdelávať sa. Povedia si: „Idem pracovať, idem zarábať peniaze!“. Ale z môjho pohľadu to nie je najlepšia cesta. Najlepšia cesta je tá ťažšia, náročnejšia cesta – keď si poviem: Odložím zarábanie a radšej investujem svoj čas a peniaze do školy. To sa mi neskôr vráti viac.

### Terézia Rončáková Katedra žurnalistiky

## Na katedre učíte už skoro 20 rokov. Sú nejaké rozdiely medzi študentmi, ktorých ste učili na začiatku a dnes?

Rozdiely, ktoré sú, nevychádzajú z charakteru ľudí. Keď som tu začínala, bol od študentov veľký záujem. Na odbore žurnalistiky bolo trojciferné číslo ľudí, ktorí sa tu hlásili. Vtedy bol „nátresk“. Bol veľký rozvoj, budovali sa štúdiá, ktoré boli lepšie, ako mali profesionálne médiá. A študenti boli veľmi kvalitní. V súčasnosti, ak ponúkame študentom nejaký výlet, reakcia je presýtená. Keď pred dvadsiatimi rokmi dotiahli k našim študentom nejakého hosťa, tak prišli a diskutovali. No a dnes, keby sme z toho nerobili povinnú akciu, tak príde polovica ľudí.

## Nedokážeme sa už len pozerieť z okna autobusu a nad niečím sa zamyslieť.

Nasledujúci faktor, ktorý všetky vysoké školy ťažko prežijú, sú vlaky zadarmo. Cestovateľské možnosti strašne ťahajú ľudí domov. Ja som zo Žiliny, študovala som v Bratislave a domov som chodila raz za dva-tri týždne. Bola som nútená si nejako vyplniť voľný čas, takže som mala nejaké aktivity. Keď človek nie je nútený, urobí len nevyhnutné minimum a šup-šup domov.

## Môže sa človek, ktorý si nájde chýbajúce informácie na internete, nazývať profesionálom?

To, že sme pohltení informáciami, má veľa odvrátených stránok. Vzdelávanie by sa malo vrátiť

k svojmu účelu narábania s informáciou, s kritickým vyhodnotením a s hľadaním vlastného postoja. Ale stále potrebujeme niečo vedieť, lebo „vygooglime“ len niečo strašne povrchné, nepravdivé a zavádzajúce.

## Prečo sa podľa Vás znížil počet študentov žurnalistiky?

To má veľa faktorov. Jeden z nich je demografický. Druhý faktor je, že škola utrpela v škandáloch pred desiatimi rokmi, ktoré sa rozmazávali po médiách a ťažko sa z nich vyhrabáva. Ja by som dokázala argumentovať, že je to úplne inak, ale verejné povedomie je silné. A ešte jeden zo silných faktorov je iracionálna vlna záujmov, ktorá akosi prechádza cez generáciu. Bez ohľadu na potreby trhu alebo objektívne faktory. Myslím si, že na prelome tisícročí to bolo „Wow, mediálne



štúdiá! Wow, žurnalistika! Wow, PR!”. A my sme s toho profitovali. Bohužiaľ, táto vlna opadla. Teraz je to: „Wow, psychológia!”. Tá je teraz na koni. A ešte jeden faktor – kedysi tu bola vlna: „Poďme všetci na vysokú školu!”. Naozaj, vysoké percento maturantov išlo na vysokú školu. Aj to už opadlo.

## Sú sociálne siete pomôckou alebo hrozbou?

Vo všeobecnosti sú zlodejom času. Nedokážeme sa už len pozerieť z okna autobusu a nad niečím sa zamyslieť. Uvedomila som si to na sebe, keď som počúvala podcasty. Bolo pre mňa úžasné, že si hnusné sobotné popoludnie spríjemním a budem upratovať so slúchadlami v ušiach. Ale moje nadšenie opadlo. Už to zase obmedzujem, keď som zistila, že som tým „ohlušená“.

# Mentálne zdravie: Dôležité je uvedomiť si, že nikdy nie ste sami!

Psychická pohoda je rovnako dôležitým aspektom celkového blaha, ako fyzická kondícia. Ovládanie emócií, správania a myslenia môže mať hlboký vplyv na každodenný život. V tomto článku si priblížime dôležité aspekty mentálneho zdravia a tiež spôsoby, ako ho udržať a posilniť.

□ MONIKA MAGDOVÁ, Liga za duševné zdravie

**N**ajnovšie štatistiky poukazujú na fakt, že až 15 percent populácie do veku 18 rokov trpí psychickými poruchami, ktoré majú negatívny dopad na ich osobnostný a sociálny vývin. Zároveň hrozí, že duševné zdravie bude do roku 2030 hlavnou príčinou zdravotných postihnutí. Napriek znateľnej závažnosti situácie, sa na Slovensku tejto téme zďaleka nevenuje dostatočná pozornosť.

## Nemlčme o depresii: Dôležitý krok k zlepšeniu mentálneho zdravia

Depresia patrí medzi najčastejšie závažné psychické poruchy. Môže zahŕňať pocity smútku, beznádeje, celkovej únavy, znížené sebahodnotenie a pokles sebavedomia, poruchy spánku a rôzne, často mnohopočetné bolesti.

„Smútok je emócia, depresia je psychické ochorenie. Smútok častokrát sprevádza depresiu a je jedným z jej najčastejších príznakov,“ priblížila pracovníčka študijnej podpory Poradenského centra Katolíckej univerzity Ivana Ďuranová.

Bežný smútok nie je depresia. Obyčajne vzniká po nepríjemnom zážitku či strate niekoho alebo niečoho dôležitého. Takýto smútok je psychologicky zrozumiteľný, odôvodniteľný, jeho intenzita a trvanie je dočasné, úmerné vyvolávajúcej príčine. Depresia je však na rozdiel od bežného smútku chorobný stav, ktorý môže vzniknúť aj bez zjavného dôvodu alebo ako neadekvátne vyústenie dlhotrvajúceho smútku. Depresia je vážny stav, je to choroba, ktorá si vyžaduje liečbu.

Problémom sú najmä negatívne myšlienky, na ktoré sa nabaľujú emócie a vytvárajú bludný kruh ústiaci do únavy, bezmocnosti, úzkosti či

depresie. Žijeme spôsobom života, ktorý nás pohlcuje naliehavosťou všetkého, čo musíme urobiť. V dobe, v ktorej musíme zo seba vydať čo najlepší výsledok, bez ohľadu na náš fyzický a duševný stav. Očakávania sú hádam až nad 100 percent a zlyhania sú nepredstaviteľné.

## Vyhľadanie odbornej pomoci

Žiadny z nás nie je v tomto boji sám a vzájomná podpora, a empatia sú kľúčovými zložkami. Hľadanie pomoci nie je slabosťou, ale ukazuje odvahu a sebaúctu. Otvorená komunikácia o našich pocitoch a skúsenostiach môže byť prvým krokom k uzdraveniu. Psychológovia a psychoterapeuti sú tu, aby nám pomohli zvládnuť ťažkosti, porozumieť svojim emóciám a nájsť spôsoby, ako dosiahnuť lepšie zdravie.



Email: [poradna@ipcko.sk](mailto:poradna@ipcko.sk)  
Bezplatná nonstop krízová  
linka pomoci: 0800 500 333



„Strach možno prekonať najmä zistením si informácií o terapii, priebehu a možnostiach. Čím viac sme oboznámení, tým menší môže byť strach. Pomôcť môže taktiež kontaktovanie osoby, ktorá v terapii je alebo bola a ktorá by mohla byť oporou,“ priblížila študentka Ďuranová. Na Slovensku existujú rôzne linky a poradne pre mladých, jednou z nich je napríklad Ipčko, ktoré pomáha mladým v zložitých životných situáciách, ale aj keď sa cítia osamelo. Môžete využiť chatovú poradňu, napísať e-mail alebo im zavolať. Na webstránke Ipčka sa tiež nachádza Mapa pomoci, kde rýchlo a jednoducho nájdete kontakt na odborníka v oblasti psychického zdravia vo svojom okolí.

### Ako môžu pomôcť ostatní?

Každý z nás môže prijať kroky na zlepšenie a môže byť oporou pre ostatných, ktorí možno prechádzajú ťažkými obdobiami. Otvorená komunikácia, vzájomná podpora a snaha o sebazpoznanie sú podstatnými zložkami udržiavania a posilnenia.

### Čo robiť, ak sa nám niekto zdôverí, že ho trápia suicidálne myšlienky?

Nemali by sme sa ho snažiť utešiť vetami typu „ale prosím ťa, je to len obdobie“ alebo „netáraj, ľudia majú aj horšie problémy, nie si na tom až tak zle“. Mali by sme uveriť tomu, čo nám rozpráva, že to, čo prežíva, je pre neho ťažké a veľmi sa trápí. Môžeme ho vypočuť a pomôcť mu už len tým, že tam budeme pre neho a že mu rozumíme. Môžeme pre neho vytvoriť pri nás bezpečné miesto. Nie je potreba dávať rady a tipy. Citlivo sa ho môžeme opýtať, či nerozmysľal zájsť ku psychológovi. Človeka so

samovražednými myšlienkami by sme mali povzbudiť, aby vyhľadal pomoc, prípadne mu pomôcť vyhľadať psychológa alebo ho k nemu odprevadiť, aby nešiel sám, ak sa tak rozhodne. Osobná rada na záver: Ak je vám v určitej chvíli veľmi zle, použite poznámky v mobile a vypíšte sa. Možno sa teraz zdá, že je to málo, ale takéto „tiché“ vyventilovanie emócií skutočne pomáha. Ak ťaživé myšlienky a pocity dlhodobo neustávajú, vyhľadajte odbornú pomoc alebo vyskúšajte spomínané Ipčko. Dôležité je si uvedomiť, že nikdy nie ste sami.

### Čo môžete urobiť pre seba sami?

- zverte sa niekomu so svojimi pocitmi a nečakajte, až pohár pretečie
- skúste cvičiť – je známe, že fyzická aktivita často pomáha zmierniť depresiu
- zamyslite sa nad tým, či je vaša strava vyvážená
- vyhnite sa veľkým dávkam alkoholu, ktoré nepochybne môžu vyvolať depresiu, keď pominie bezprostredné uvoľnenie
- netrápajte sa, že málo spíte, ak vám to pomôže, čítajte si knihu alebo počúvajte rádio
- depresia nie je prejavom slabej povahy ide o chorobu, z ktorej sa zasa uzdravíte i keď tomu teraz nie je ľahké uveriť

## Školu zladila s futbalom. Vraví, že sa to dá

**Školu odsúvajú kvôli svojim záľubám a koníčkam na druhú koľaj. Mladí ľudia by však nemali svoje štúdium zanedbávať. Ako zvládnuť učenie, a zároveň aj šport priblížila študentka druhého ročníka fyzioterapie na KU Rebeka Žihlavníková.**

□ ALEXANDRA KAUČIARIKOVÁ

Rebeka sa dostala k futbalu vďaka svojmu otcovi. „Pochádzam z Ľubochne, tu som začínala s futbalom a hrávala s chalanmi za Ľubochňu do mojich 15 rokov,“ objasnila. Neskôr začala hrať za Ružomberok, čo sa podľa nej zatiaľ za profesionálny futbal nepovažuje, keďže nemá uzatvorenú žiadnu zmluvu. Tréningy a aj zápasy však prebiehajú na profesionálnej úrovni.

čisto amatérsky, pre radosť, na úkor voľného času. A popritom musím pracovať aj študovať, aby som mala z čoho žiť,“ poukázala Rebeka. Ženský futbal sa však podľa nej dostáva do popredia, aj keď nemá takú divácku kulisu, ako pri mužských hráčoch. „Určite divákov stále pribúda a tešíme sa z každého, kto príde,“ potvrdila futbalistka.

Zladiť školu a šport je podľa nej celkom ťažké, ale dá sa to. Katolícka univerzita v Ružomberku ide v tomto svojim študentom v ústrety a podporuje ich, ak chcú spojiť školu so svojou budúcou profesiou. „Keď mám tréningy a potrebujem odísť alebo sa mi nedá prísť (do školy) kvôli zápasu, tak mi to ospravedlnia a sú ochotní poslať mi aj dané materiály. Ostatné veci, ktoré je potrebné absolvovať, mi dovoľia aj v náhradných termínoch,“ priblížila študentka.

### Ženský futbal je na Slovensku nedocenený.

Veľa mladých chalanov, ale aj dievčat odsúva školu na druhú koľaj a ako prioritu si vyberá šport, ktorému sa venujú. Podľa Žihlavníkovej sa však takýto výber môže stať pri závažnom úraze problémom – športovci by mali vždy počítat' so zranením, pre ktoré nebudú môcť daný šport vykonávať. „Potom budú ľutovať, že nemajú žiadnu školu, žiadnu možnosť B, pretože sa zamerali iba na možnosť A,“ vysvetlila Rebeka.

Podotkla, že vzorom sú pre ňu rodičia, ktorí jej ukázali kadiaľ ísť, čo je správne a čo je nesprávne. „Určite mi aj teraz veľakrát pomôžu, keď sa neviem rozhodnúť a snažia sa ma naviesť, aby som správny krok spravila sama,“ priblížila Žihlavníková. Jej cieľom je skúsiť ženský futbal v zahraničí, kde je na vyššej úrovni, ako na Slovensku „Mala som možnosť zúčastniť sa nejakých zahraničných turnajov a veľmi ma to tam láka,“ potvrdila mladá futbalistka.



Ženský futbal je podľa Žihlavníkovej na Slovensku nedocenený. Dievčatá trénujú podobne, ako muži a aj zápasy majú každý víkend. Takisto majú ženskú reprezentáciu, do ktorej chodia. „Hráme najväčšiu slovenskú ligu. Futbalom si nezarábam, hrám ho

# Na Katolíckej univerzite študujú nielen Slováci, ale aj študenti zo zahraničia

Výber vysokej školy nebol pre nich ľahký. Ukrajinka Angelina Lisova študuje na Katolíckej univerzite žurnalistiku a kazašský študent Gleb Mikheyev si zvolil učiteľstvo anglického jazyka, literatúry a telesnej výchovy v kombinácii.

□ KATERYNA SHAPOVALENKO

“Najprv som mal na výber medzi Slovenskom, Českom a Ukrajinou. Vybral som si Slovensko, pretože najviac sa mi páčil slovenský jazyk,” priblížil Gleb, ktorý je na univerzite už v druhom ročníku. Pre tretiačku Angelinu bolo učenie v slovenskom jazyku namáhavé najmä na začiatku. “Predtým som študovala slovenčinu jeden rok. A keď som sem prišla a počula som, ako rozprávajú Slováci, vôbec som im nerozumela. V prvom ročníku boli pre mňa skúšky veľmi ťažké,” vysvetlila študentka poukazujúc na slovenčinu, v ktorej sa musí neustále zdokonaľovať.

Pri výbere krajiny, v ktorej sa rozhodovala študovať, ju napokon ovplyvnila aj samotná blízkosť s Ukrajinou. “Slovensko je pri Ukrajine. To bolo pre mňa dôležité, lebo som chcela byť blízko svojej krajiny a rodiny. Mala som len 16 rokov a sama som nechcela ísť ďaleko,” objasnila Angelina. Obaja si už všimli aj viaceré rozdiely, a to nielen v systéme hodnotenia študentov. “Na Slovensku sa mi páči kreditový systém. Lebo presne vieš, koľko kreditov musíš získať,” ocenil Gleb. Priblížil, že v Kazachstane funguje tzv. systém “úverov”, ktorý študentovi oznamuje, či predmetom prešiel alebo neprešiel. Angelinu na slovenskom školstve zase priťahuje veľké množstvo praxe. “Skúsila



som všetko, čo som robiť chcela. Dôležité je, že na konci štúdia sa nebudem rozhodovať, o čom chcem písať, kde chcem písať. Už to viem,” vyhlásila. Zároveň vyzdvihla priateľské vzťahy, ktoré majú žiaci s učiteľmi. “Môžeš prísť a povedať im, že niečomu nerozumieš a chceš, aby ti niečo dovysvetlili. A oni ti vždy pomôžu,” ocenila.

Napriek všetkým výhodám štúdia sa zahraniční študenti stretávajú v novej krajine aj s viacerými výzvami. Pre Angelinu bolo najzložitejšie zostať na Slovensku sama v čase, keď nebola ešte plnoletá. “Naozaj bolo ťažké tým prechádzať. A nemáš tu ani rodinu, ani priateľov. Musíš všetko začínať nanovo,” priblížila. Podľa nej to však nie je o nič ľahšie ani po troch rokoch štúdia. “Vždy sa stretávam s nejakým problémom, aj preto často chodím domov. Chýba mi rodina a pocit domova,” prezradila.

Gleb spoznal v Ružomberku nielen nových ľudí či slovenský jazyk. “Môžeš spoznať veľa nových ľudí a myslieť si, že v inej krajine budú ľudia iní. Ale vtip je v tom, že takmer všade sú ľudia rovnakí,” myslí si. Veľký rozdiel medzi ukrajinskou a slovenskou mentalitou nevidí ani Angelina. “Slováci a Ukrajinci majú veľa spoločného, lebo určitý čas boli naše územia spojené. Ďalšia vec je, že sme Slovania. Nemám pocit, že sme veľmi odlišní ľudia,” poznamenala.



## Veria ešte mladí ľudia v Boha?

**Dá sa zastaviť úpadok viery medzi mladými? Podľa mňa áno, napríklad dobrým príkladom v rodine, vzdelávaním vo viere či životom v spoločenstve. Na Katolíckej univerzite sme oslovili študentov a spýtali sa ich, čo pre nich viera znamená.**

□ DÁVID SMATANA

Podľa mňa sú dve skupiny ľudí. Jedni chodia do kostola, modlia sa, ale vôbec nevedia prečo. Túto skupinu nútia chodiť intenzívne do kostola starí rodičia alebo rodičia. Potom je druhá skupina – mladí, ktorí sú zapálení a praktizujú vieru, pretože po tom túžia.

**študent 1. ročníka bc. štúdia**  
učiteľstvo matematika biológia

V Boha verím, ale keď mám takto povedať, v kostole som nebol, už ani nepamätám. Ľudia mi hovoria, že to nedáva zmysel, keď do kostola nechodím, ale vieru mám. Od malička som veril a už len to, že mám kde bývať a mám čo jesť, je dosť veľký dôvod na vďaku a vieru.

**študent 2. ročníka mgr. štúdia**  
psychológia

Možno to vyznie hlúpo, ale nemám moc viery. Viem, že toto je katolícka škola, ale u nás v rodine do kostola nechodíme a ani vieru nemáme. Samozrejme, že nie som žiadny odporca, ale mám skôr negatívny názor. Ale keď niekto verí, nemám vôbec nič proti.

**študent 1. ročníka bc. štúdia**  
predškolská a elementárna pedagogika

Myslím si, že dnešní mladí sa vo všeobecnosti odkláňajú od viery. Je to pre nich často nutnosť, ktorú vyžadujú rodičia alebo starí rodičia. Niečo, čo sa nenesie, nie je to „in“. Veľmi to závisí aj od rodiny, v ktorej človek vyrastá. Tradičné chodenie do kostola, ako prejav viery, pre mnohých mladých končí po prvom svätom prijímaní alebo po sviatosti birmovania. To však nemusí byť konečné, človek sa môže vždy rozhodnúť vrátiť k viere, respektíve nájsť ju, ak je tomu otvorený.

**študent 1. ročníka mgr. štúdia**  
učiteľstvo slovenčina a geografia



Pre mňa je viera dôležitá a mala by byť pre každého. Aj pre ľudí, čo kostol nenavštevujú, je viera dôležitá. Svet vie byť hneď krajší, pokiaľ v niečo veríme. Musím úprimne povedať, že mladí od nás skoro vôbec nechodia do kostola, starší ľudia sú tam stále.

**študent 1. ročníka bc. štúdia**  
učiteľstvo telesnej výchovy v kombinácii

Som veriaci človek a viera dokáže prekonávať moje ťažkosti. Mladí by mali mať aspoň nejakú osobnú skúsenosť s Bohom. Pozorujem, že teraz začalo na univerzite veľa ľudí chodiť do kostola. Je to potrebné najmä pre Katolícku univerzitu. Minulé roky som vnímal, že to bolo dosť biedne, aj v rámci toho, že tu bol Covid-19.

**študent 2. ročníka mgr. štúdia**  
anglistika a amerikanistika

Mladý človek má vo viere veľký potenciál. Je to človek, ktorý je na križovatke života, kde sa rozhoduje, ako prežije celý život. Takže mladého človeka a potenciál, ktorý do neho vložil samotný Pán Boh, vnímam s veľkou nádejou. Ale otázka znie, aké vplyvy na neho pôsobia, lebo podľa toho sa potom človek vydá a vieru chyť alebo nechty za svoju.

**Duchovný správca UPaC Ján Bystriansky**



# UPaC pomáha študentom vyplňať voľný čas

Univerzitné pastoračné centrum Jána Vojtaššáka (UPaC) ponúka aj tentoraz rôzne voľnočasové aktivity. Nový kaplán Pavol Forgáč, ktorý pôsobí v upepečku od začiatku akademického roka priblížil, čo všetko v ňom môžu študenti zažiť.

□ ALEXANDRA KAUČIARIKOVÁ

O krem mládežíek, ktoré bývajú každý pondelok o 19.30 v kostole u Jezuitov, môžu študenti vo voľnom čase navštíviť aj priestory UPaC. "Pastoračné centrum sa nachádza v budove pedagogickej fakulty. Nájdú tam kalčeto, pingpongový stôl aj biliard. Môžu si prísť zahrať, oddýchnuť, prečítať si knihu, no aj posediť pri čaji, keď majú voľný čas medzi hodinami. Môžu tam zavítať aj keď v ten deň nemajú žiadny rozvrh. Hlavne na to má slúžiť naše centrum," poukázal Forgáč. Študenti tu podľa neho majú veľa možností stretnúť sa a spoznať nových ľudí.

Vídať sa môžu aj na strestkách, ktoré bývajú v stredu a preto nesú názov Stredko. "Stredká sú spoločenská akcia pre študentov, organizujú ich študenti. Čiže študenti pre študentov. Každý týždeň sa deje niečo iné, máme tu rôznych hostí, niekedy len hráme hry alebo sa len tak spoznávame a tvoríme priateľstvá," priblížila jedna z organizátorov Strediek Betka Raabová.



Pomáhať s pravidelnými stretnutiami študentov sa rozhodla, pretože nechcela len tak nečinne sedieť na intráku. "Chcela som sa zapájať do chodu univerzity a pomôcť kňazom s pastoračiou mládeže na univerzite," vysvetlila.

Do Univerzitného pastoračného centra prídu podľa Raabovej hlavne ľudia, ktorí hľadajú nových priateľov s rovnakými hodnotami. "Prípadne chcú niečo viac ako ísť niekde na párty. Môžu tu zažiť prijatie, priateľstvo, radosť a smiech," poukázala.

Duchovný správca UPaC Ján Bystriansky, ktorý pôsobí ako kňaz 16 rokov a v Ružomberku je tretí rok, zostal po svojom prvom Stredku v tento akademický rok "milo" prekvapený, koľko ľudí prišlo napriek tomu, že je všetko dobrovoľné. "Veľmi ma potešilo, že som tu videl veľa známych tvárí, ale rovnako aj to, že bolo veľa nových študentov – prvákov," zhodnotil.

Jedným z prvákov bol aj študent psychológie Mirec, ktorý sa zúčastňuje na viacerých akciách UPaC, ako sú napríklad mládežky a Stredká. "Treba využívať aktivity Upepečka, lebo je super, že je tu tak veľa možností. V iných upepečkach možno toľko možností nemajú. Go for it (chodte na to, pozn. redakcie), prídte zažiť spoločenstvo, parádnu partiu ľudí, kde sa môžeme zabávať. Tu je na to úžasné miesto," poznamenal Mirec vyzývajúci študentov k návšteve UPaC. Študenti a pedagógovia tu môžu zároveň pristúpiť k sviatosti zmierenia či duchovným rozhovorom.

Pastoračné centrum taktiež organizuje rôzne podujatia, medzi nimi napríklad pravidelný kurz *Žena, poznaj seba, muž, poznaj ženu* s lekárom Františkom Orlovským, počas ktorého sa účastníkom priblížia prirodzené metódy plánovaného rodičovstva.



Sledujte aktivity UPaC

Ďalšie pripravované aktivity či turistické výlety UPaC môžu študenti nájsť na webovej stránke [www.upac.sk](http://www.upac.sk), v časti udalosti.

TÉMA:

UMELÁ



INTELIGENCIA

# Čo si myslia novinári o umelej inteligencii a čo si myslí umelá inteligencia o novinároch

V spoločnosti sa aktuálne živo diskutuje o AI (angl. artificial intelligence), teda umelej inteligencii, ktorá sa stala neoddeliteľnou súčasťou moderného života. Používateľom ponúka nielen odporúčania pri vyhľadávaní informácií a softvérových algoritmov, ale tiež za nich píše texty či generuje im obrázky.

□ TYMOFII SERBIN



## Patrik Herman

Spoločnosť sa bojí úpadku novinárov kvôli umelej inteligencii. Keď jej zadáte presné pokyny, tak dokáže zastúpiť rešeršistu a za malú chvíľu vie vytiahnuť množstvo informácií. Umelá inteligencia dokáže krásne sformulovať moderátorský text, ale nikdy ho nepripraví tak, aby ste to dokázali odprezentovať prirodzene.

## AI by prevzala úlohu novinárov a namiesto nich by písala články

Umelá inteligencia ale nie je stopercentná. Vo výsledku veľakrát ponúka nesprávne a zavádzajúce informácie. AI čerpá z obrovského

**L**udská myseľ je veľmi zložitá štruktúra s obrovským počtom neurónových spojení, ale tieto spojenia sa časom vyvíjajú, pretože ľudia sa učia, robia chyby a snažia sa im v budúcnosti vyhnúť, rovnako ako umelá inteligencia. Existuje mnoho rôznych typov tréningov umelej inteligencie, ale ich mechanika je veľmi podobná. Pri každej iterácii si počítač zapamätá poradie vykonaných akcií, ktoré nedosiahli požadovaný výsledok a následne sa pokúša vykonať nové progresívne kroky, kým úlohu nedokončí.

Niektorí ľudia sa však stále obávajú, že ich umelá inteligencia ovplyvní či dokonca nahradí v práci. Napríklad si predstavte, že AI by prevzala úlohu novinárov a namiesto nich by písala články. V tejto súvislosti sme preto oslovili známych spravodajcov a zároveň dali priestor aj umelej inteligencii (chatu GPT), ktorá mohla na slová novinárov zareagovať.



Patrik Herman

množstva informácií, ale aj z nepresných informácií a urobí z toho výsledok, ktorý nie je pravdivý a môže zavádzať. Je na človeku, aby si overil, či sú informácie pravdivé a či informácia môže byť posunutá verejnosti.

## GPT

Patrik Herman zaujal pútavý pohľad na vzťah medzi umelou inteligenciou a médiami. Jeho obavy o možný úpadok novinárskych profesionálov v dôsledku nástupu umelej inteligencie sú pochopiteľné, pretože v žurnalistike hrá kľúčovú úlohu schopnosť empatie, kritického myslenia a interpretácie, ktorú umelá inteligencia nemusí plne zvládať. Zároveň je však dôležité vidieť potenciál, ktorý umelá inteligencia môže žurnalistike priniesť. Efektívnejšie získavanie informácií a rýchlejšie spracovanie novinových správ môže zlepšiť kvalitu novinárskeho diela. Je dôležité zdôrazniť, že ide skôr o spoluprácu medzi človekom a technológiou, než o nahradenie ľudskej práce.



Ako umelá inteligencia, cítim, že moja úloha je poskytovať nástroje a podporu pre ľudí, nie ich nahradzovať. Súhlasím s novinárom v tom, že potrebujeme byť opatrní pri využívaní umelej inteligencie, aby sme zabránili nezamýšľaným dôsledkom a zavádzaniu verejnosti. Je to výzva na zodpovedné a etické využívanie technológií v oblasti novinárstva a spoločnosti ako celku.



Karol Lovaš

## Karol Lovaš

Dve veci si uvedomujem. Prvú, umelá inteligencia je ako golem. Samotný golem nie je dôležitý. Dôležité je, kto má šem z golema. To isté platí aj o umelej inteligencii. Keď sa pozrieme na politikov, ktorí dnes vládnu a ktorí potenciálne môžu vládnuť v Európe a vo svete, zdá sa, že je dôležité, kto má ten šem, ktorým by sme ovládali alebo by tí ľudia mohli ovládať, a tým pádom zneužívať umelú inteligencia.

## Covidové obdobie nás upozornilo na jednu dôležitú vec: Sme sociálne bytosti!

Druhá vec je, že umelá inteligencia nám má pomôcť získať viac voľného času a to je fajn. Sú profesie, ktoré zaniknú a naopak sú profesie, ktoré vzniknú v súvislosti s ochranou virtuálneho priestoru. Znepokojuje ma, že zatiaľ nikto nehovorí o tom, čo budeme robiť s tým zvyšným časom.

Covidové obdobie nás upozornilo na jednu dôležitú vec – sme sociálne bytosti. Mnohí ľudia majú dodnes problémy z toho, že boli osamotení počas pandémie a trpia psychickými problémami, kvôli čomu navštevujú psychológov a psychiatrov. Znepokojuje ma teda jedna otázka: Čo budeme robiť, keď nebudeme robiť?

## GPT

Karol Lovaš otvára dôležité otázky týkajúce sa etiky a vplyvu umelej inteligencie na náš život. Jeho zdôraznenie potreby kontroly nad technológiou poukazuje na to, že rýchly pokrok v tejto oblasti vyžaduje nielen technické riešenia, ale aj etický dohľad. Je nevyhnutné, aby sme si ako spoločnosť stanovili jasné normy a smernice pre používanie umelej inteligencie, s cieľom zabrániť potenciálnemu zneužitiu a negatívnym dôsledkom.

Jeho otázka týkajúca sa toho, čo budú ľudia robiť s pribúdajúcim množstvom voľného času, je zásadná. S nástupom technologických výdobytkov by sme mali aktívne premýšľať o tom, ako využívať tento čas naplno. Bolo by vhodné venovať pozornosť nielen efektívnemu využívaniu voľného času, ale aj jeho kvalitatívnemu stráveniu. Spoločnosť by mala podporovať iniciatívy, ktoré pomáhajú osobnému rozvoju, zdravým vzťahom a kultúrnym aktivitám.

## Viliam Hauzer

Umelá inteligencia je určite veľkým pomocníkom. Nemyslím si však, že je úplne opodstatnená obava z toho, že umelá inteligencia by mohla nahradiť človeka. Keď hovoríme len o médiách, tak niektorých redaktorov určite nie. Na písanie článkov alebo tvorbu rozhlasových, televíznych príspevkov potrebujem vždy mať aj

nejaký cit, nejakú emóciu. A nemyslím si, že stroj alebo umelá inteligencia to úplne dokáže. Otázne je, či to v budúcnosti bude vedieť, ale v tomto momente nie.

Teraz, ak vychádzam z toho, čo je na trhu, nevidím AI ako nejakú obavu. Naopak, je veľkým pomocníkom pri práci novinára. Dokáže napríklad rýchlejšie a efektívnejšie vyhľadávať niektoré zábery v rámci agentúrneho servisu.

**Nemyslím si, že je úplne opodstatnená obava z toho, že umelá inteligencia by mohla nahradiť človeka.**

## GPT

Umelá inteligencia je nepochybne silným nástrojom, najmä v oblasti novinárstva. Súhlasím s názorom Viliama Hauzera, že momentálne nie je reálna obava, že by umelá inteligencia úplne nahradila človeka, najmä pokiaľ ide o tvorbu obsahu, ktorý vyžaduje cit a emócie. Stroje v súčasnosti nemôžu reprodukovat autentické ľudské pocity a skúsenosti.

Je pravda, že AI môže byť veľkým pomocníkom v rýchlejšom a efektívnejšom vyhľadávaní informácií a spracovaní obsahu. Zvýšenie produktivity a rýchlosť získavania informácií sú nepochybne výhody, ktoré prispievajú k zlepšeniu novinárskej práce.

Dôležité je, aby sme využívali technológiu s odvahou a rešpektom k etickým normám. Diskusia o etike a zodpovednosti využívania umelej inteligencie by mala byť neustála, s cieľom minimalizovať možné riziká a maximalizovať prospech pre ľudstvo.

Myslím si, že umelá inteligencia nenahradí človeka – ľudia už stáročia používajú rôzne zariadenia, ako sú kalkulačky, počítače, mobilné telefóny. S rozvojom technológií sa objavujú neuveriteľné veci, ktoré menia náš život a zakaždým zaznie otázka: "Nahradia človeka?"



Viliam Hauzer

# KULTÚRA



# V Ružomberku si môžete so sebou zobrať do divadla aj svojho psíka

**Divadelné štúdio RosArt ponúka inscenácie rôznych žánrov. Zároveň je jediným tzv. dog friendly divadlom na Slovensku, teda miestom, kde sa dá na divadelné predstavenie prísť aj s vlastným psom.**

□ ALEXANDRA KAUČIARIKOVÁ

Zakladateľka RosArt Marianna Stančoková pôsobí v divadle ako režisérka, dramaturgička aj manažérka. Marianna začínala ako herečka v divadelnom súbore, keď mala päť rokov – divadlo bolo skôr ľudovo orientované a pôsobila v ňom aj jej mama.

Niekedy po vysokej škole cítila, že práve divadlo je prostriedkom na seba vyjadrenie, a tak založila ružomerské RosArt. “Toto divadlo hovorí o nás, cez nás, jazykom takým, ako my rozprávame, teda jazykom ulice a rieši problémy, ktoré nás trápia, pália, tešia a nejakým spôsobom vzrušujú,” objasnila Stančoková.



Pre niekoho je aj v dnešnej dobe divadlo stále populárnejšie, ako film. Aktuálne sa však stáva problémom skôr skutočnosť, že divadlo absentuje a je potrebné vybudovať divadelnú tradíciu, ako na javisku tak aj v hľadisku a naučiť ľudí chodiť do divadla. Názov divadla vznikol z mesta, v ktorom sa nachádza a z umenia, ktoré divadlo ponúka. “Je to spojenie Ružomberka a umenia,” dodala k názvu zakladateľka RosArtu.

Divadlo RosArt ponúka vo svojom repertoári viacero predstavení. Momentálne v ňom pôsobí zhruba 20 aktívnych hercov, no závisí to aj z ich obsadenia v inscenáciách. “Proces vytvorenia jednej inscenácie je veľmi individuálny, zvyčajne to

bývajú také tri mesiace,” upresnila Stančoková. “Máme v repertoári komédie, ako napríklad *O.Y.E.P.* a *CandyCrush.sk*, tragikomédiu *Znovuzjednotenie Kóreií* alebo monodrámu z prostredia Oravského hradu *Čo čuší v duši*,” doplnila.

RosArt je zároveň jediným divadlom na Slovensku, kde sú vítaní aj štvornohí miláčikovia. S touto myšlienkou prišla zakladateľka spolu so svojou dcérou Nelkou, ktorá má veľmi rada psy. “Uvažovali sme nad tým, prečo by nemohol byť psík aj v hľadisku. A tak naše divadlo môžu navštíviť aj psíky, ktoré sú socializované a nevidia im tento typ zážitku,” vysvetlila režisérka.

Mladí ľudia chcú byť súčasťou divadla, či už ako diváci alebo ako herci, či možno budúci scenáristi, kostyméri alebo čokoľvek, čo s divadlom súvisí. “Na predstavenie chodí dosť mladých ľudí. V súbore je veľa mladých, tak vždy to, kto sedí v hľadisku, determinuje to, kto je na javisku,” potvrdila Stančoková.

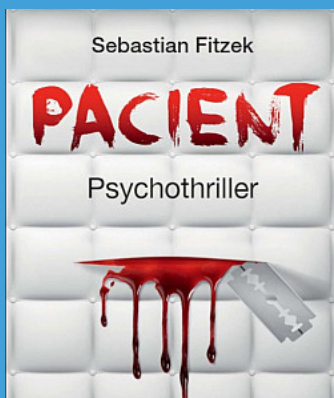
V tejto súvislosti poznamenala, že RosArt je aktuálne súčasťou medzinárodného projektu, ktorého cieľom je dať priestor mladým, hlavne stredoškólakom, vyjadriť sa tvorivo k témam, ktoré ich trápia. “Teraz pripravujeme medzinárodný projekt, spoluprácu s divadlom z Čiech. To bude venované stredoškólakom a so stredoškólakmi. Malo by to byť premiérovane niekedy v máji,” prezradila.

Divadlo je moderne ladené, láka mladých nie len svojou útulnosťou, ale hlavne dejmi inscenácií, v ktorých, ako bolo vyššie spomínané, sa nájde veľa ľudí, najmä tých mladších.



**Aktuálny program RosArt**

## Študenti odporúčajú



### Knihu odporučil študent psychológie:

Pacient od Fitzeka je kniha plná napätia. Príbeh zo psychiatrie, ktorý skončí úplne inak ako čakáte. Až do konca nevíete, čo sa stane. Vďaka tomu nedokážete pustiť túto knihu z ruky.



### Knihu odporučil študent histórie a filozofie:

Vojna celkovo mení svet človeka, ktorý sa pod jej ťarchou stáva vystrašeným, zmäteným a zatvrdnutým. Oko vojaka nám odкрýva svety nenávisťi i lásky, zbabelosti i hrdinstva, krutosti i obetavosti, sebazáchovy i neuveriteľnej veľkorysosti. Na druhej strane nám kniha ukazuje, že aj v zlých časoch môžeme nájsť radosť z maličkostí a silné, úprimné priateľstvá.

## Nečítajte ju, ak nechcete, aby sa z Vás stal Pacient

Temperamentý Till Berkhoff sa nechá zavrieť na psychiatriu, aby konfrontoval jediného podozrivého v prípade zmiznutia svojho syna.

□ RASTISLAV ČERVEŇ

Zaujímavý nápad na psychologický thriller, ktorý si nedáva servítku pred ústa. Nebol som si istý, čo od tejto knihy očakávať, pretože Sebastiana Fitzeka nepoznám. Po prečítaní jeho *Pacienta* som však došiel k názoru, že autor v detstve nevyrastal pri rozprávkach, ale krimi novinách. Vhupnutie do príbehu je rýchle, nezdržujeme sa pri žiadnych nudných opisoch. Tie, ktoré tam sú však efektívne navodia temnú atmosféru tiahnúcu sa celou knihou. Kapitoly sú až nezvyčajne krátke a skoro každá sleduje inú postavu – čo ich pomáha pekne vykresliť a zapojiť do deja. Kniha sa netrápi s pomalým odhalovaním šokujúcich vecí a už v prvej kapitole ukáže niečo veľmi zvrátené. Tu prichádza moja prvá výčitka. Drsné udalosti sú dôležitou

súčasťou deja, no brutalita je v nich opisovaná až prehnane. Zrejme je to Fitzekov štýl, no isté veci by sa dali vykresliť aj skromnejšie a pritom by si zachovali účinnosť. “Zábery nie sú vhodné pre deti a citlivé povahy” by sa v tomto prípade dalo aplikovať asi na celý príbeh. Chémia medzi postavami je účinná, ak teda berieme do úvahy prostredie psychiatrickej liečebne, v ktorom sa väčšina príbehu odohráva. Keďže psychicky chorí ľudia sa zvyknú správať nepredvídateľne, správa sa tak aj príbeh. Množstvo dejových zvrátov nenecháva v čitateľovi žiadnu istotu a drží ho pripútaného ku knihe. *Pacient* je dobre spracované, ale psychicky náročné čítanie. Určite si nájde svoje publikum, no pre svoju špecifickosť aj dosť veľa odporcov.

## Najprv Na západe nič nové spálili, neskôr nominovali na Nobelovu cenu

Remarque dielo napísal na základe spomienok z prvej svetovej vojny, kde bojoval ako 18-ročný.

□ KATERYNA SHAPOVALENKO

Z knihy, ktorú v nacistickom Nemecku spalovali, sa prvý rok predalo zhruba 800.000 kópií v angličtine. Príbeh mladých Nemcov, ktorí odišli slúžiť do prvej svetovej vojny, rozpráva 20-ročný vojak Paul Baumer. Počas služby sa stretáva s najťažšími vecami, vidí sklúčenosť vojny a premýšľa nad ňou. V knihe opisuje stratu svojich kamarátov, stretnutie s nepriateľom, zdieľanie jedla s väzňami či krutý život v armáde. Na západe nič nové je emocionálnou hojdačkou, ktorá sťažuje vnímanie histórie rovnako, ako vnímanie vojny. Pobyť na fronte zmenil mladých mužov na divochov s minimálnymi potrebami. Najlepšou správou sa pre nich stáva dvojité porcie jedla. Autor sa po celý čas pohybuje na tenkej hranici medzi vojnou a

mierom, životom a smrťou. Počet zabitých ľudí striedajú slová o tom, aké chutné boli fazuľky na obed. Hrdinovia románu sú stratenou generáciou, ktorá sa snaží pochopiť príčinu vojny. Študenti uverili vlasteneckým heslám, ale napokon boli z pomyselného hrdinstva rozčarovaní. Nemajú silu uvažovať o živote, ktorý príde po vojne, nevidia pred sebou žiadnu budúcnosť. Pre mňa bola mimoriadne zaujímavá pasáž, v ktorej sa hlavný hrdina ocitne uväznený pod troskami spolu s francúzskym vojakom. Vtedy sa pozerá na nepriateľa, ako na človeka a nie ako na vojaka. Najväčším nepriateľom nemeckého vojaka napokon nie sú Francúzi alebo Angličania, ale samotný problém vojny.



## Vitajte v Edene, v uzatvorenej komunite!

**Kvalitný scenár a produkcia tvoria dobrý základ pre príbeh, ktorý sa snaží preniknúť dovnútra ľudskej psychiky a komplikovaných medziludských vzťahov.**

□ ALEXANDRA KAUČIARIKOVÁ

Seriálový triler *Eden vás víta* sa vyznačuje vizuálnou atraktivitou a vynikajúcimi výkonmi hercov. Španielskym tvorcom sa podarilo vytvoriť jedinečné prostredie, ktoré je plné fascinujúcich technologických konceptov a etických problémov.

Divák je miestami nútený uvažovať o možných dôsledkoch takéhoto izolovaného komunitného života a čo by mohli znamenať pre ľudskú spoločnosť. Z pozitívneho hľadiska ponúka podľa mňa seriál pútavé momenty a napínavé scény, ktoré držia publikum v očakávaní toho, čo sa stane ďalej. Vizuálne efekty a nádherné prostredie len pridávajú na hodnote celkového estetického zážitku. Herci predviedli skvelé výkony, vďaka čomu dodali postavám život a vyt-

vorili medzi nimi reálne pôsobiace vzťahy. Negatívne však hodnotím, že *Eden vás víta* bol v dejovosti občas až príliš predvídateľný a určité postavy pôsobili nedostatočne vyvinuté. Zároveň boli niektoré scény zbytočne natáhané a následne strácali na význame, čo znižovalo aj celý zážitok z príbehu.

Tvorcovia sa síce snažili vytvoriť komplexné a filozofické prostredie, ale niektoré koncepty mohli byť pre priemerného diváka v konečnom dôsledku príliš mätúce a nepochopiteľné. V porovnaní s inými sci-fi seriálmi je možno označovaný ako solídny, *Eden vás víta* však podľa mňa neprináša do svojho žánru nič revolučné a tiež nemusí oslovit' každého.

## Fall sa zahráva so strachom diváka

**Thriller plný strachu od režiséra Scotta Manna a Jonathana Franka nám ukazuje, ako sa z obyčajného kamarátskeho výletu môže stať boj o vlastný život.**

□ DÁVID SMATANA

Becky (Grace Caroline Currey) a jej najlepšia kamarátka Hunter (Virginia Gardner) sa venujú horolezectvu. Po smrti manžela však Becky nenávidí celý svet, utápa sa vo svojom vlastnom smútku a depresii, ktoré sprevádzajú lieky a alkohol. Keď sa o jej ťažkej situácii dozvie Hunter, rozhodne sa svoju kamarátku navštíviť a navrhne, aby spoločne vyliezli na opustený rádiový vysielateľ. Napriek Beckinmu prvotnému strachu sa dievčatá napokon rozhodnú vyliezť až na vrchol. Príbeh sa úžasne zahráva so strachom diváka a s pocitmi, ktoré by počas lezenia na opustený vysielateľ určite zažíval. Navyše zábery z výšky sú geniálne spracované, rovnako aj malé detaily, vďaka ktorým začne príbeh postupne

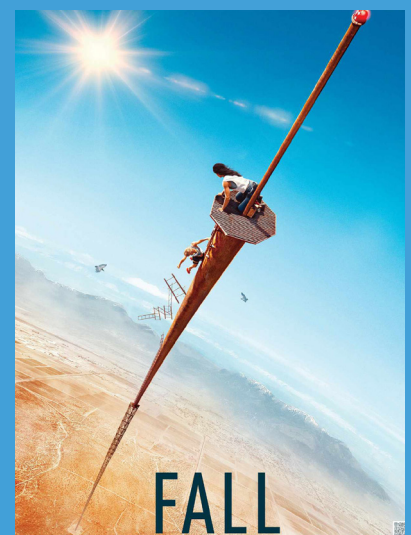
naberat' nebezpečný spád. Pokusy dievčat o záchranu svojich životov však pôsobia v danej situácii veľmi reálne a dávajú divákovi zmysel. *Fall* drží diváka počas celého deja v napätí a adrenalíne, vďaka čomu ho príbeh neprestane baviť. Musím uznať, že hoci film začal celkom pomaly, akonáhle sa rozbehla akcia, úplne som sa vžil do deja. Medzi kamarátkami prúdili pozitívne aj negatívne emócie, čo snímke dodalo správnu štavu. Na konci filmu navyše nastal aj nečakaný zvrät deja, ktorý ma ako diváka celkom zarazil. Očakával som len nejakú klasickú hru o prežitie na opustenom vysielateľ, ale po skončení som ostal príjemne prekvapený. Celý čas som bol nútený premýšľať, čo sa bude diať ďalej a ako hlavné hrdinky z celej situácie uniknú.

## Študenti odporúčajú



**Film odporučil študent filozofie a anglického jazyka:**

Bola to taká oddychovka, pri ktorej vie človek vypnúť. Ale zároveň, ak má slabšiu povahu a vie si rýchlo vytvoriť nejaké city k postave, je to dost nanič, lebo sa tam hrozne zabíja. Na to by mal byť človek pripravený. Ale ak chce zažiť ozajstnú drámu, tak, aby jeho bujná fantázia pracovala, určite nech si seriál pozrie.



**Film odporučil študent manažmentu:**

*Fall* vás bude po celý čas držať v napätí. Napínavý scenár, nezvyčajný formát, nečakaný koniec – film zanecháva veľmi živý dojem.

**Študenti odporúčajú****Hudbu odporučil študent manažmentu:**

Chalani ma uchvátili miestami romantickými, miestami smutnými či temne satirickými textami, sprevádzanými úžasnou inštrumentálkou, ktorá vás núti tancovať a vyhodit' zo seba všetko, čo držíte v sebe. V čase, keď je v hitparádach len popová hudba, bola táto kapela skutočným závanom modernej emo-rockovej hudby, ktorá mi doteraz chýbala.

**Hudbu odporučil študent hudobnej výchovy, anglického jazyka a literatúry:**

Piesne tejto kapely odrážajú rôzne nálady. Som rada, že ich začalo počúvať viac ľudí a ich piesne sa stali poslucháčom tak blízke.

**Blind Channel svojim štýlom hudby pripomína Linkin Park**

**Pre fínsku nu-metalovú kapelu je príznačný alternatívny metal, ktorý pozostáva z viacerých žánrov, ako je napr. hip-hop či alternatívny rock.**

□ MATÚŠ PAŽÍTKA

Šesť chalanov z *Blind Channel* predstavilo vo svojom poslednom albume *Lifestyle of the Sick and Dangerous* 11 piesní. Skladbou *Dark Side* sa napríklad dostali medzi najlepšie pesničky Eurovízie, kde v roku 2021 reprezentovali Fínsko. Pravdupovediac ma však táto ich najpočúvanejšia pesnička až tak nezaujala. Na albume sú podľa mňa piesne, ktoré si zaslúžia oveľa väčšiu pozornosť, ako napríklad *Don't Fix Me* či skladba *Glory For The Greedy*. Obidve majú síce pomalší rozbeh, no pokračujú veľmi sviežim refrénom. Na *Blind Channel* ma však vyrušuje ich používanie rapu, ktorým podľa mňa kazia celý dojem z nu-metalového žánru. Viac by sa mi páčilo napríklad zapojenie spevu a gitarovej hudby, pretože

svojím rapom hudobníci z fínskeho mesta Oulu svoje piesne len spomalia. Skupina, založená v roku 2013, má na svojom konte už štyri albumy. Z jej tvorby kapely sa mi najviac páčila mimoalbumová skladba *Left Outside Alone*. Priznám sa, najprv som *Blind Channel* nepoznal, ale keď som si vypočul túto pieseň, mal som dojem, že som ju už niekde počul. Celkovo vo mne zanechala dobrý pocit a vďaka nej som si spomenul na svoje mladšie časy, keď som hrával NHL 09, kde boli pesničky veľmi podobné. Svojím štýlom hudby mi *Blind Channel* pripomína najmä legendárny Linkin Park či Slipknot. Kapela však určite nie je pre každého, aj keď sa snaží tvoriť populárny žáner hudby.

**Notion rezonuje s hľadaním seba samého**

**Skladba *Notion* od americkej indierockovej skupiny *The Rare Occasions* je expresívnym počínom, ktorý zaujme od prvých tónov a svojím melodickým zvukom po celý čas povznáša a upokojuje.**

□ TYMOFII SERBIN

*Notion* ťa preniesie do populárnych čias indie a alternatívneho rocku, kde každý nástroj mal svoje miesto. Dynamické bicie sú kombinované s rytmickou gitarou a basgitarou. Melodickosť piesne je v dnešnej dobe zriedkavá, takže použitie rôznych techník a zvukových efektov ju len zdobí.

Text skladby upúta hudobné ucho nečakaným nadhľadom a symbolikou. Hoci samotná melódia je harmonická a veselá, opisuje hľadanie seba samého, nedôveru k náboženstvu, jeho vplyv na ľudí a pravdu, ktorú skrýva. Zároveň otvára priestor na otázky, zanecháva poslucháča prekvapeného i zamysleného. Podobne ako väčšina popových indierockových skladieb sa *Notion* neodlišuje zložitou zvučnosťou, ale zau-

jme svojou jednoduchosťou. Pripomína tvorbu kapiel ako *Arctic Monkeys* alebo *Cage the Elephant*, no zároveň má svoju vlastnú jedinečnosť, ktorá sa prejavuje melodickosťou a mladíckosťou, rýchlym tempom a vysokými tónmi.

Pieseň poukazuje na nevyhnutnosť smrti, no zároveň vyvracia mýty a predstavy o večnom živote. *Notion* nabáda ľudí, aby si vážili každý okamih, pretože život sa zdá byť dlhý, ale spoločnosť si až s odstupom času uvedomuje, aký je krátky.

*Notion* od *The Rare Occasions* je podľa môjho názoru fascinujúcou piesňou, ktorá spája intenzívne hudobné aspekty s hlbokým textom. Pre fanúšikov indierockového žánru stojí za vypočutie, ako aj pre tých, ktorí oceňujú hudobnú originalitu.

# ŠPORT



# Chalan z Liptova dokáže hrať šach aj naslepo

Reč je o talentovanom Jurajovi Druskovi, ktorý v šachu reprezentuje Slovensko na profesionálnej úrovni. Podľa Medzinárodnej šachovej federácie FIDE sa nachádza v prvej desiatke slovenských hráčov a v roku 2015 získal titul medzinárodný majster.

□ MATÚŠ PAŽÍTKA



## Kto ti ako prvý ukázal šachový svet ?

K šachu ma priviedol môj otec, ktorý ho tiež hráva na veľmi solídnej úrovni. Prvé kroky so mnou ale urobila mama, pretože otcovi sa nechcelo vysvetľovať mi základy. Z počiatku som hrával s maminou, ktorá ma nechávala vyhrávať. Potom, keď sa začala snažiť, tak pochopila, že ma nedokáže poraziť. Neskôr som hral s otcom, ktorý si nechával najskôr iba pešiakov. Keď som ho porazil, pridal si jednu figúrku navyše, pokiaľ nemal aj on všetky figúrky. Prvýkrát sa mi podarilo uhrať s ním dobrý výsledok, keď som mal deväť rokov. Po mojom návrate z týždňového šachového tábora sme si dali partiu, v ktorej som uhral remízu. Pre mňa to bol vtedy obrovský výsledok a skákal som od radosti.

## Berieš šach ako šport? Mnoho ľudí si ho pod týmto pojmom nevie ani predstaviť.

Určite ho beriem ako šport! Ľudia majú veľmi malú predstavu, ako vlastne vyzerá šachová partia alebo život šachistu. Predstavujú si, že odohráme jednu partiu za desať minút, a to je všetko. Priemerne šachová partia trvá štyri hodiny. Moja najdlhšia šachová partia trva-

la asi sedem hodín. Celkovo je to aj pomerne veľká fyzická záťaž. Nehovoriac o tom, že sa minimálne dve hodiny pripravujem na súpera, s ktorým idem hrať. V šachovej databáze si nájdem súpera a históriu partií. Snažím sa nájsť jeho slabé a silné stránky, zisťujem aké otvorenia hráva, a ako otvoriť partiu tak, aby mne vyhovovala.

## Dokázal by si šach hrať na slepo?

Áno, myslím si, že v tomto nie som v ýnimočný. Hráči, ktorí majú okolo 2300 elo bodov by podľa FIDE mali vedieť odohrať jednu partiu naslepo. Nestačí rozmýšľať iba jeden ťah dopredu. Musím rozmýšľať päť ťahov dopredu niekedy aj viacej. Počas tej partie nemôžem fyzicky hýbať figúrkami preto si musím predstavovať, čo sa deje. Toto robím počas každej fázy partie. Ako som spomínal partie trvajú štyri až päť hodín – nemusím počas tej partie sedieť pri šachovnici. Môžem sa prechádzať po hracej sále a sledovať druhé partie. Aj keď nie som pri tej partii, dokážem nad ňou rozmýšľať, keď sa prechádzam. Týmto si trénujem schopnosť, že dokážem partiu odohrať aj na slepo.

# Ružomerské basketbalistky sú v hre o titul

Basketbalistky majú za sebou jesennú časť aktuálneho ročníka. Prinášame pohľad na to najdôležitejšie, čo sa v prebiehajúcej sezóne udialo.

□ FILIP KUBÁŇ

Ružomberčanky, ktoré v uplynulom ročníku získali bronzové medaily, vstúpili do novej sezóny s tromi posilami – Diana Mikovčaková (Young Angels Košice), Anna Kaľužná (BK ŠK UMB Banská Bystrica) a ukrajinská hráčka Oľga Jackovecová, ktorá si už v minulosti obliekala oranžový dres. S výnimkou poslednej menovanejačeskejlegionárkyAndreyAndělovej, je káder Liptáčok opätovne rýdzo slovenský.

„Ruža“ mala úvod sezóny poriadne náročný, keďže sa predstavila v kvalifikácii o postup do skupinovej fázy Európskeho pohára FIBA. Do cesty sa im postavilo české družstvo SBS Ostrava. Slovenský zástupca kvalifikačný dvojzápas ovládol celkovým skóre 115:94 a zabezpečil si miestenku v F-skupine tretej najprestížnejšej európskej klubovej súťaže.

V nej hráčky spod Čebraťa čelili mimoriadne ťažkým protivníkom – pobaltskému majstrovi TTT Riga, gréckemu šampiónovi Olympiacos Pireus a tureckému klubu Melikgazi Kayseri. Zverenkyne trénera Juraja Suju išli do európskej súťaže s cieľom zbierať skúsenosti. Všetky stretnutia síce prehrali, no ani v jednom z nich výsledkovo a herne nesklamali.

## Zdolali vicemajstrovskú Sláviu.

V lige je to z pohľadu ružomerských basketbalistiek úplne iná pesnička. S jej doterajším priebehom môžu byť maximálne spokojné, keďže v dvanástich zápasoch zaznamenali desať výhier a dve prehry. Tím z centra dolného Liptova nestačil iba na majstrovské Piešťanské Čajky a vicemajstrovskú Sláviu Banská Bystrica. Druhému menovanému klubu ale Ružomberčanky vrátili prehru na svojej palubovke aj s úrokmi, keďže ho zdolali dvojciferným rozdielom.

Po jesennej časti možno konštatovať, že ružomerské basketbalistky sa prezentujú výbornými výkonmi. Povinné duely zvládajú s prehľadom a v stretnutiach s favoritmi sú viac ako vyrovnaným súperom. Liptáčky od začiatku ročníka kladú dôraz na tímové výkony a agresívny štýl hry, ktorý vyžaduje obrovské fyzické úsilie. Napriek tomu, že nedisponujú vysokými hráčkami a až na dve výnimky nemajú v kádri legionárky, tak sú v hre o najvyššie priečky.

Ak basketbalistky budú pokračovať v nastolenom trende aj po novom roku, tak prebiehajúca sezóna môže byť pre ne veľmi úspešná. To, či bude panovať v centre dolného Liptova spokojnosť, sa dozvieme po skončení aktuálneho ligového ročníka.



# Ružomberok sa nedostal do skupiny o titul

Futbalisti MFK Ružomberok sa po jesennej časti súťaže nachádzajú na ôsmom mieste, so ziskom 22 bodov. Na šiestu priečku, zaručujúcu účasť v skupine o titul, strácajú sedem bodov. Na konci októbra prišlo k zmenám na trénerskom poste.

□ MATÚŠ PAŽÍTKA

## Niké liga

Tím spod Čebraťa zatiaľ nedokázal zvíťaziť na ihrisku súpera. Túto negatívnu bilanciu potvrdzuje aj vysoká prehra v Podbrezovej (0:5). Týmto neúspechom začali Liptáci negatívnu sériu troch prehratých duelov. Po zápase so Železiarmi prišiel na lavičku Ružomberka Ondřej Smetana. Úvodné dve kolá mu nevyšli podľa predstáv, keďže v nich Ružomberok nedokázal zvíťaziť. S príchodom nového trénera prišli zmeny aj na brankárskom poste. Bývalého kapitána Ivana Krajčírika nahradil reprezentant do 21 rokov Tomáš Frühwald a zadné rady vystužil 37-ročný veterán Ján Maslo.

Remízou v Dunajskej Strede (1:1) začali oranžoví päťzápasovú sériu bez prehry. Po tomto stretnutí privítali na svojom štadióne AS Trenčín. Ten po zásahu jeho bývalého hráča Samuela Lavrinčíka zdolali 1:0. V ďalšom súboji cestovali

Ružomberčania do hlavného mesta, kde súradujúcim majstrom remizovali 2:2. V poslednom tohtoročnom vystúpení na domacom ihrisku porazili Banskú Bystricu 2:1. V záverečnom zápase jesennej časti Liptáci nedokázali zlomiť kliatbu na súperových ihriskách. V Košiciach síce vyhrávali 2:0, no po dvoch inkasovaných góloch v priebehu dvoch minút odišli z metropole východu iba s jedným bodom.

## Slovenský Pohár (Slovnaft Cup)

V Slovnaft Cupe sa Ružomberku podarilo prebojovať do štvrtfinále. Najskôr zvíťazil v Diviakoch (4:0) a následne aj v Zubrohlave (3:0). Prvé zakopnutie prišlo v liptovskom derby. „Ruža“ privítala v štvrtom kole Slovenského pohára MFK Tatran Liptovský Mikuláš. Skóre duelu otvoril Jan Hladík, ktorý strelil premiérový gól oranžovom drese. V druhom polčase dostal Viktor Úradník červenú kartu a rozhodca po jeho faule nariadil penaltu pre Tatran. Tú premenil bývalý hráč „Ruže“ Erik Jendrišek. Nerozhodný stav zostal do konca základného hracieho času a o postupujúcom museli rozhodnúť pokutové kopy. Tie lepšie zvládli Ružomberčania, ktorí ich ovládli 4:3, vďaka čomu postúpili do ďalšieho kola.

V osemfinále privítali oranžoví opäť súpera z druhej ligy – FK Pohronie. Duel s Pohroním pre nepriaznivé počasie odohrali Ružomberčania počasie na umelom trávniku. Liptáci skórovali na konci oboch polčasov a nad Pohroním zvíťazili 2:0. Do štvrtfinále Slovnaft Cupu sa prebojovalo sedem tímov z najvyššej ligy a najlepšiu osmičku uzatvára klub z tretej najvyššej súťaže – ŠK Odeva Lipany.



## Múr nárekov

Zmenila by som predmet *Spiritualita pravdy*. Pretože ako človek, ktorý nemal s vierou nejaký priamy kontakt, som v tom dosť zmätená. Dalo mi to iba to, že som sa dozvedela o pánovi Bystrianskom, že prešiel osemtisícovku.

Bola by som rada, keby to naša univerzita poňala inak – tým, že je katolícka a chodí tu veľa ľudí, ktorí s vierou nie sú až tak spätí, ale aj by sa pre ňu chceli otvoriť. Robila by som to záživnejším a nenútila študentov počúvať kvôli kreditom päť hodín niečo, čomu nerozumejú.

Spiritualita v prvom ročníku by mala byť hlavne prívetivejšia pre ľudí, ktorí nie sú veriaci, tým pádom by bola aj vrúcnejšie prijatá. Nie nás hodiť do vody – choď na omšu alebo choď na stretko, kde sú všetci kamoši, lebo sa stretávajú častejšie. Keď chcú privítať ľudí v novej viere alebo im ju nejako predstaviť, tak by to mali robiť inak.

Množstvo ľudí nie je proti viere, len o tom veľa nevedia. Napríklad, mňa by to aj zaujímalo a začala by som nad tým viac rozmýšľať, keby to bolo inak predstavené.

**študent z PF KU**

Neviem rozdýchať, že sme ako prváci nemali žiadne imatrikulácie. Viem, že to bolo asi naplánované na Beániu, ale 40 eur je moc. Čiže negatívna vec – drahá Beánia.

**študent z PF KU**

Na Katolíckej univerzite si vážime jeden druhého, dosť sa poznáme, aj s učiteľmi a toto je jedna z najväčších výhod, ktoré tu máme.

**študent z FF KU**

Bývam blízko... tak pre mňa je pozitívne, že to mám blízko.

**študent z FF KU**

Negatívna bola tombola na Mikuláša... študenti ju zaplatili a profesori si zobrali väčšinu z cien.

**študent z FF KU**

Dlho sme v škole a máme dlhé prestupy, čiže rozvrh. Niektoré hodiny sú zbytočne dlhé, kludne by stačili na 45 minút.

**študent z PF KU**

Jedna nemenovaná učiteľka mi od prvého ročníka robí problémy – zasadla si na mňa, teda aj na viacerých z triedy. Malo by sa to riešiť, aby sa to už nikomu nestalo, nie je to príjemné. Takisto by som navrhla, aby sme si rozvrhy robili sami, lebo šesť hodinové čakanie na jednu hodinu nie je v pohode.

**študent z PF KU**



# Zumag oslavuje 20 ROKOV

