

Kuhan za Min

Cookbook

for Peace



Naslov:

"Kuhar za mir"

Izdavač:

Helsinški parlament građana Banja Luka

Grafički dizajn:

Jovana Đukić

Štampa:

Atlantik BB d.o.o.

Tiraž:

700



Ovaj projekat je omogućila velikodušna podrška američkog naroda putem Američke ambasade u Sarajevu i svi stavovi, mišljenja i zaključci izneseni ovdje ne odražavaju nužno stav Američke ambasade ili Vlade SAD, već isključivo autora

Kuhar za Mir

"Moramo izgraditi svijet u kojem na drugom kraju rakete nema nepoznatih i neprijateljski raspoloženih tuđinaca, a to će zahtijevati ogroman i naporan rad. Jedina snaga koja može preći te barijere je snaga ljubavi, snaga istine, duše."

Betty Williams - Dobitnica nobelove nagrade za Mir, Nobel Peace Prize

"We must build the world that won't have unknown, hostile strangers on the other end of an rocket, and that will take tremendous and hard work. The only force that can break down those barriers is the power of love, the power of truth, the soul."

UVOD

Projekat Helsinškog parlamenta građana Banja Luka „Recepti za mir“ namijenjen je promociji kulture dijaloga i multikulturalnosti kroz saradnju i povezivanje mladih ljudi iz četiri grada Bosne i Hercegovine. Predviđeno je da projekat traje od aprila do kraja decembra 2013. godine, a finansijski ga podržava Ambasada Sjedinjenih Američkih Država u Bosni i Hercegovini.

U sklopu projekta održana su dva mirovna kampa, od 5. do 7. juna u Jajcu i od 23. do 25. avgusta u Milićima, kroz koje je prošlo više od 40 mladih ljudi iz Mrkonjić Grada, Jajca, Milića, Bosanske Krupe, Sarajeva, Bratunca i Srebrenice.

Učesnici su prošli niz edukativnih radionica u vezi sa stereotipima i predrasudama, rodnom ravnopravnošću, online aktivizmom, te različitim oblicima segregacije. Uz teorijska predavanja, pripremljene su i kreativne radionice fotografije i slikarstva, kao i radionica pisanja recepata za mir, koje ne bi bile tako dobre i uspješne bez pomoći i zalaganja aktivistica/a

Čeko Nikoline, Dedić-Starović Tajane, Gavrić Nikoline, Ribić Mirjane , Kunić Nikoline, Simić Miodraga i Svjetlanović Suzane.

Rezultate kreativnog predaha učesnika kampova možete vidjeti u ovoj publikaciji. Uživajte!

PREFACE

Helsinki Citizens' Assembly Banja Luka started the implementation of the project "Recipes for peace" in April of 2013, with financial help from the American Embassy in Bosnia and Herzegovina. Within the project, there were two peace camps, from 5th to 7th June in Jajce and from 23rd to 25th of August in Milići. More than 40 young people from Mrkonjić Grad, Jajce, Milići, Bosanska Krupa, Sarajevo, Bratunac and Srebrenica were part of these camps. Participants joined a series of educational workshops about stereotypes, prejudices, gender equality, on-line activism and different forms of segregation. In addition to theoretical courses, there were also creative workshops of photography and painting as well as workshops of writing recipes for peace, that wouldn't be as good and successful as they were without help and devotion of young activists Čeko Nikolina, Dedić-Starović Tajana, Gavrić Nikolina, Ribić Mirjana, Kunić Nikolina, Simić Miodrag and Svjetlanović Suzana. Results of creative breaks are presented in this publication. Enjoy!

Kako su rijetke prilike za druženje sa vršnjacima bez gledanja na nacionalnost i mjesto iz kojeg dolaze, ovakvu priliku, kakva nam je bila pružena, nisam mogao odbiti. Teško je rušiti te zidove predrasuda u glavi, građene dugi niz godina i pune zarazne mržnje prenesene preko medija, ili, pak, sa koljena na koljeno.

Onda vidimo da samo stvarajući skupa sa „onim drugima“ možemo postići nešto.

To nešto stvarano je na kampu održanom u Tajcu. Vjerovatno sa određenom dozom nevjerice skupili smo se tu da bismo napravili recepte za mir, koji će kasnije poslužiti i onima koji će doći poslije nas sa istim predrasudama i stavovima. Na predavanjima kojima smo prisustvovali svaki dan, uz odlične predavače i volontere koji su nam pomagali, svaki smo dan imali grupne radove u kojima smo svoje ideje zatim morali izlagati pred cijelom grupom.

U tim radionicama tražili smo srž problema sa kojima se, ponekad i nesvjesno, suočavamo svaki dan.

Radionice su bile raznolike, svaka je bila drugačija, interesanija, a i za vrijeme svake se osjećala doza rivaliteta među izmiješanim grupama, što je rezultiralo još boljim analizama svakog od zadanih problema.

Na kraju svake radionice bili smo korak bliže željenom cilju-stvaranju recepta za mir. Uz svo znanje potrebno za ostvarenje tog cilja, možda još važnije jeste znanje koje smo sa tog kampa ponijeli sa sobom. Znanje koje će nam poslužiti da se bez predrasuda krećemo u našem društvu, što će nam olakšati mnogo stvari i, sigurno, život učiniti manje stresnim, sigurno. Zadnja radionica pored sastavljanje recepta bila je gledanje i pričanje o utiscima koje su ostavila tri filma koja smo svi skupa gledali u jednoj prostoji. Poslije odgledanih filmova, svi su šutjeli, valjda su ostali bez teksta ili su se pozabavili razmišljanjem o poruci koja se krila u filmovima. Ta radionica je bila ključna, jer poslije nje, kada smo vidjeli kako ljudi djelom pokazuju da je moguće živjeti u zajednici i sa drugačijima od nas, a koji su vjerovatno i propatili više, znali smo da je zadatak pred nama zapravo lakši nego što smo mislili.

Kada su recepti bili napisani, jedina stvar o kojoj smo mislili je bio taj, ipak, težak rastanak od novih prijatelja. Istina, u početku je bilo teško da nađemo zajednički jezik, vjerovatno je dijelom bila kriva i trema zbog upoznavanja toliko novih lica, ali kasnije smo jednostavno uživali družeći se. Svaku noć smo pričali, zezali se i u opuštenoj atmosferi vremenom zaboravili da imamo, u stvari, zadatak stapanja tih imaginarnih međuetničkih granica.

Dešavalo se to samo od sebe. Sve to vrijeme sa nama su bili volonteri koji su nam pomagali oko izrade zadataka.

Oni su bili sa nama i kada smo se odmarali i kada smo pričali o muzici, sportu ili drugim zajedničkim temama.

Nadam se da sve stvari koje smo naučili nisu bile uzalud kao i da se i drugi učesnici još dobro sjećaju svega što smo učili s ciljem da olakšamo i sebi i drugima život u ovom „teškom“ okruženju. I naravno, nadam se da će biti još prilika za nas i druge vršnjake da se ponovo skupimo kao u Tajcu i uživamo gradeći nešto veliko: gradeći svjetliju budućnost.

As opportunities to socialize with peers without looking at ethnicity and where they come from are very rare lately, this was opportunity I could not refuse. It's hard to tear down the walls of prejudices in our heads built for years, infected with hatred transmitted through the media or passed from generation to generation, until we see that only by working together with "those others" we can achieve something. That something was created in our camp in Jajce. We came to make recipes that'll serve to those who will come after us with the same prejudices and attitudes as we've been faced with. Every day we have attended classes; we had group discussions and presented our ideas in front of entire group with the help of our trainers and volunteers. At these workshops we looked for an essence of the problems that we confronted, sometimes even unconsciously, every day. Every workshop was different and more interesting than the one before, and you could feel the rivalry in the air between groups which resulted in even better analysis of the problems. Even though we had school knowledge, more useful for this achievement was knowledge gathered in camp. Knowledge which will reward us to return to our communities without prejudices, and that will make our life easier and less stressful. Last workshop, before we gathered our thoughts and put it on paper in form of recipes, was discussion about films we had watched at that workshop. After watching the movies, you couldn't hear a fly in the room, I guess everyone was out of comments or they were thinking about true messages that were hiding in the films. That workshop was crucial, because after that one, where everyone could see that living among different people was possible, we instantly knew that the problem in front of us was much easier to solve and understand than we could've ever imagined. After we wrote recipes, there was only one thing on our mind, saying goodbye to our new friends. To be honest, it was pretty hard to find a common ground, partly blaming the fact that we've met so many new faces, but later on it came naturally, we've enjoyed spending time together. Every night we talked, joked in a relaxed atmosphere and eventually forgot that we have the task of actually merging these imaginary ethnic boundaries. All that time, with us were volunteers were with us to help us with our tasks, but also being around during free time, talking about music, sport and other topics in common. I hope that all the things we learned were not in vain, that the other participants still remember everything we've learned in order to ease themselves and others living in this "rough" environment. And of course, I hope there will be more opportunities for us, and other peers to get together just like in Jajce, and enjoy building something great: building a brighter future.



Mir u medijima

Na programu javnog TV servisa počeo je sa emitovanjem kulinarski TV šou u kome učestvuju vrsni mladi kuhari. Emisije su posvećene promociji mira te su se mladi kuhari odlučili za pripremu „ručka mira“ za stanovništvo cijele Bosne i Hercegovine.

Međunarodna zajednica je odlučila da podrži ovaj projekat i u proces pravljenja ručka mira uključila se donirajući dio sredstava

Na ovaj potez međunarodne zajednice burno su reagovali mladi aktivisti iz cijele BiH koji su pokazali svoje neodobravanje.

Mladi aktivisti su poručili predstavnicima međunarodne zajednice da se svi neophodni sastojci za ovaj ručak mogu naći u BiH te da je njihova pomoć apsolutno nepotrebna u ovom trenutku.

Aktivisti i kuhari se nadaju da će ovaj šou biti praćen korektnim, fer i poštenim medijskim izvještavanjem te da će novinari, barem ovaj put, izbjeći subjektivne stavove, govor mržnje i tehnike obeshrabrivanja mladih kuhara i aktivista u njihovom pokušaju ka uspostavljanju mira u BiH.

Takođe se pozivaju svi predstavnici medija da aktivno učestvuju u pripremi ručka kao i da probaju specijalitet mladih kuhara.

Na „ručak mira“ biće pozvani i predstavnici oba entiteta kako bi dali svoju ličnu ocjenu, a mi se nadamo da će ovakvih aktivnosti, koje pomažu procesu pomirenja, ubuduće biti još više.



*“Mir se ne može održati silom,
to se može postići samo razumijevanjem”*



Peace in the Media



The program of public TV services began broadcasting a culinary TV show involving skilled young chefs in competition.

As the show is dedicated to promoting peace, a young chef decided to prepare a "Lunch of peace" for the entire population of Bosnia and Herzegovina.

The international community has decided to support this project and joined the process of making the "Lunch of peace" by donating a part of the ingredients.

Young activists from across the country showed their disapproval for this act, declaring that Bosnians should finally make some effort and find the ingredients in their own country. Activists and chefs are hoping that this show will be followed by correct, fair and honest media reporting and that the press will avoid subjective points of view, hate speech and discouragement techniques that will hinder the chefs' attempt to establish peace in BiH.

We also invite all media representatives to actively participate in the preparation of this lunch and to taste the specialty of young chefs.

To the "Lunch of Peace" we will also invite representatives of both entities to give their personal review and hopefully join the making of this lunch and help in the reconciliation process in future.



*"Peace cannot be kept by force,
it can only be achieved by understanding"*





Recept za mir

Za uspješan recept, prvo je potrebno oprezno odstraniti laž te sa nje pažljivo oguliti mržnju, a latentnost koja se pojavi eliminisati aktivizmom.

Sve to nasuti u kalup prihvatanja i pohovati sa slogom.

Tranžirati nacionalizam dok se ne pretvori u entitetsku saradnju.

Sve začiniti požrtvovanošću i pristupiti roštiljanju diskriminacije gdje će se sve dobro ispeći, da bi što bolje išla uz čorbu izvinjenja.

Tokom pečenja, roštilj zalijevati marinadom napretka dok se ne dobije boja slobode mišljenja, onda pozvati međunarodnu saradnju na večeru.

Uz sve to servirati salatu od jednakosti.

Pojesti dok je svježije, jer je recept kvarljiv.

Prijatno!



“Možete ćete reći da sam sanjar, ali nisam jedini. Nadam se da jednog dana ćeš nam se pridružiti. I svijet će živjeti kao jedan.”



Recipe for peace



For successful recipe it is necessary to carefully remove lie, peel off hate, and eliminate latency with help of activism.

Pour all in mold and fry with harmony, and slice nationalism until it turns into ethnical cooperation.

Spice it all with sympathy and start barbequing discrimination in order to make it suit better with soup of apology.

While barbequing, add marinade of progress and continue roasting until it colors with freedom of thinking.

Invite international cooperation on dinner and serve the meal with salad of equality.

Eat it while it's fresh, as the recipe sours pretty fast.

Enjoy!



*"You may say I'm a dreamer, but I'm not the only one.
I hope someday you'll join us.
And the world will live as one."*





Recept za mir (Organizujmo mir)

Priprema:

U zdjelu sačinjenu od jednakosti staviti kilu zaposlenosti i posuti sa 2 kašike odgovornosti i komunikacije.

Sastojci:

Pomoć

Požrtvovanost

Zaposlenost (1 kg)

Odgovornost i komunikacija (2 kašike)

Zainteresovanost (2 prstohvata)

Odvojiti toleranciju od diskriminacije, te je tako pomiješati sa ostatkom smjese.

Napravljenu smjesu peći pola sata na temperaturi od 200 stepeni, a za to vrijeme možete čitati knjigu "Oprostom protiv mržnje".

Kada je kora pečena, ostaviti je da se hladi, te poslije toga dodati kremu od pomoći pomiješanu sa 2 prstohvata zainteresovanosti.

Kako bi se dobio čist ukus istine, od dobijene smjese odvojiti stereotipe. Uživati u jelu i pročitati ostatak knjige!



"Oproštaj nam daje slobodu, a sloboda je uslov za sreću. Ako u našem srcu imamo bijes, anksioznost ili sebičnost ne možemo imati mir"



The recipe for peace (Let's organize peace)



Instructions:

In a bowl made out of equality place a kilo of employment and pour two spoons of responsibility and communication over it.

Separate tolerance from discrimination, and stir it into the batter.

Bake the batter for half an hour at 200 degrees, and in the mean time read the book "With forgiveness against hatred".

When the crust is ready, leave it to cool, and then add cream made out of help and 2 pinches of willingness.

In order to get the proper, full taste of truth, separate stereotypes from the cake.

Enjoy the dessert and read the rest of the book!

Ingredients:

Help

Sacrifice

Employment (1 kg)

Responsibility and communication (2 spoons)

Willingness (2 pinches)



"Letting go gives us freedom, and freedom is the only condition for happiness. If, in our heart, we still cling to anything - anger, anxiety, or possessions - we cannot have peace"





Kolačići mira

5 šoljica ljubavi
5 šoljica bratstva
5 šoljica sestrinstva
5 šoljica prijateljstva
4 šoljice ekonomske sigurnosti
Govor mržnje
Nepoštovanje
2 supene kašike korupcije
Sloboda
Poštovanje



U kipuću vodu dodati 2 supene kašike korupcije
i kuhati na temperaturi od 100 stepeni
dok se isparavanjem ne dobiju 4 šoljice ekonomske sigurnosti.

Zatim isključiti i sačekati dok se smjesa ne ohladi.

Nakon što se smjesa ohladila dodati po 5 šoljica
ljubavi, bratstva, sestrinstva i prijateljstva.

Sastojke treba miješati dok se ne dobije čvrsta, jedinstvena masa.

Dobijenu smjesu oblikovati kalupom poštovanja.

Dobijene kolačiće peći na 200 stepeni 10 minuta.

Nakon 10 minuta izvaditi kolačiće,

te ih po izboru posuti prelivom od slobode.

Poslužiti bez govora mržnje i nepoštovanja uz laganu smirujuću muziku
i čitajući lagano štivo o očuvanju prirode.

*“Mir ne znači odsustvo sukoba, razlike će uvijek biti tu.
Mir znači rješavati razlike mirnim putem, kroz
razgovore, obrazovanjem, znanjem i na human način”*



Peace cookies

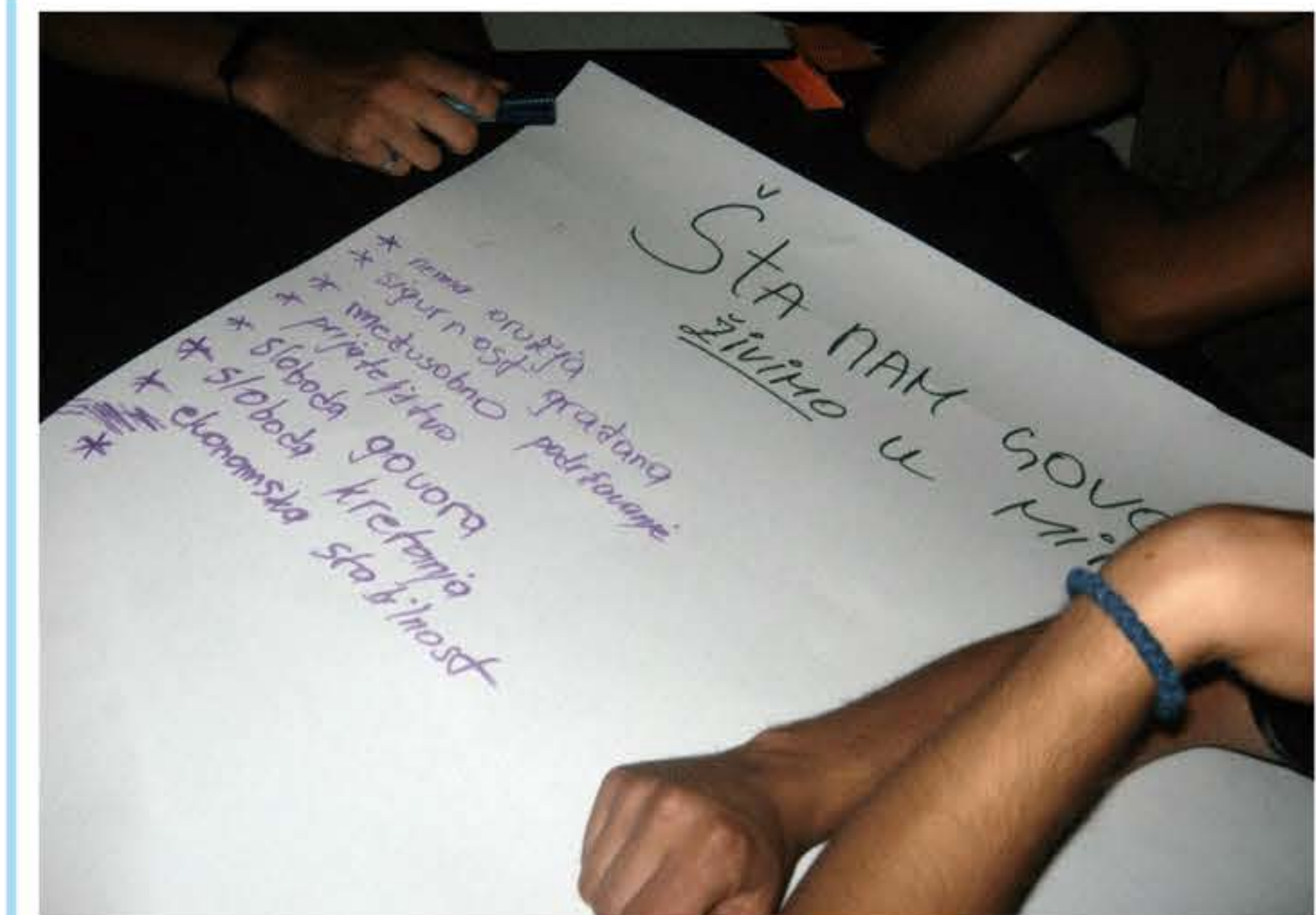


Put 2 spoons of corruption in a boiling water of 100 degrees until you get 4 cups of economical stability by vaporization. Then put it in fridge until mixture becomes cold. After it becomes cold, put brotherhood, sisterhood and friendship in mixture and stir it until all ingredients don't blend in. Then shape mixture with respect. Mixture shapes bake on 200 degrees for 10 minutes. After you baked them you can, if you want, cover it with dressing of freedom. Serve it without hate speech and disrespect with calming music and light ecologically based reading.

5 cups of love
5 cups of brotherhood
5 cups of sisterhood
5 cups of friendship
4 cups of economical stability
Hate speech
Disrespect
2 spoons of corruption
Freedom
Respect



"Peace doesn't mean an absence of conflicts, differences will always be there. Peace means solving these differences through peaceful means; through dialogue, education, knowledge, and through humane ways."





Kolač mira

Za kolač mira potrebno je:

- 3 šolje iskrenosti*
- 2 šolje poštovanja*
- 1 šolja optimizma*
- 2 kašike odlučnosti*
- 3 šolje mladosti*
- 1 kašikica nade*
- 1 kašika hrabrosti*
- 2 šolje povjerenja*
- 1 kašika aktivizma*



Priprema:

Posudu ispunimo optimizmom i u tako ispunjenu posudu, lagano dodajemo prethodno izmiješane

3 šolje mladosti, 3 šolje iskrenosti i 2 šolje odlučnosti.

Sve to ravnomjerno miješamo i postepeno dodajemo kašiku aktivizma.

Dobijenu smjesu stavimo u rernu i na temperaturi od 200 stepeni ostavimo da se peče 15 minuta.

Poslije pečenja dobijenu koru prelijemo sa jednom šoljom poštovanja i ostavimo u rerni još 5 minuta smanjivši temperaturu na 150 stepeni.

Dok je kolač u rerni, napravimo preliv koji će naš kolač učiniti sočnijim i ukusnijim.

Za preliv ćemo iskoristiti preostalu šolju poštovanja i šolju hrabrosti.

Kada se kolač ispeče, odmah ga prelijemo sa prethodno napravljenim prelivom i lagano, dok se hladi, pospemo sa 1 kašikom nade.

“Mir počinje sa osmijehom”



Preparation:

*Fill the bowl with optimism and slowly add 3 cups of youth,
3 cups of honesty and 2 tablespoons of determination.*

Mix it all evenly and add those 2 cups of honesty.

*Obtained mixture place in the oven at 200 degrees
and let it bake for 15 minutes.*

*After baking pour the crust with one cup of respect and put it back
in the oven for 5 min reducing the temperature on 150 degrees.*

*While the cake is in the oven, make a topping that will make our cake
juicier and more delicious.*

*For the dressing we use the remaining cups of respect
and table spoon of courage.*

*When the cake is baked, gently pour the pre-made topping right away
and when it's cooled, sprinkle over with 1 tablespoon of hope.*

"Peace begins with a smile"



Peace cake



For peace cake we need:

3 cups of honesty

2 cups of respect

1 cup of optimism

2 tablespoons of determination

3 cups of youth

1 tea spoon of hope

1 table spoon of courage

2 cups of trust

1 spoon of activism





Mafini mira

10 šolja sreće

2 šolje prihvatanja

2 kašike razumijevanja

1 kašika mira

5 kafenih kašika istine

3 šolje zajedništva

2 kašike predrasuda

Pomiješajte prihvatanje i razumijevanje u činiju

i lagano mutite mikserom dok ne dobijete pjenastu smjesu.

Stavite potom predrasude u ključalu vodu i dodajte istinu i zajedništvo.

Miješajte dok predrasude ne ispare.

*Zatim pomiješajte te dvije smjese
i stavite ih u rernu 5 minuta na 220 stepeni.*

Filujte ih srećom i prekrijte pjenom prihvatanja i razumijevanja.

Pospite ih prstohvatom mira i uživajte.



*“Kad god ste suočeni sa protivnikom
osvojite ga sa ljubavlju”*



Peace muffins



*Mix acceptance and understanding in a bowl
and stir it with blender until it becomes foam.*

Put prejudice in a boiling water and add truth and togetherness.

Stir until prejudice doesn't evaporate.

Then mix those two mixtures and put it in the oven for 5 minutes on 220.

*Fill it with happiness and cover it with foam of acceptance
and understanding. Sprinkle it with peace and enjoy.*

10 cups of happiness

2 cups of acceptance

2 spoons of understanding

1 spoon of peace

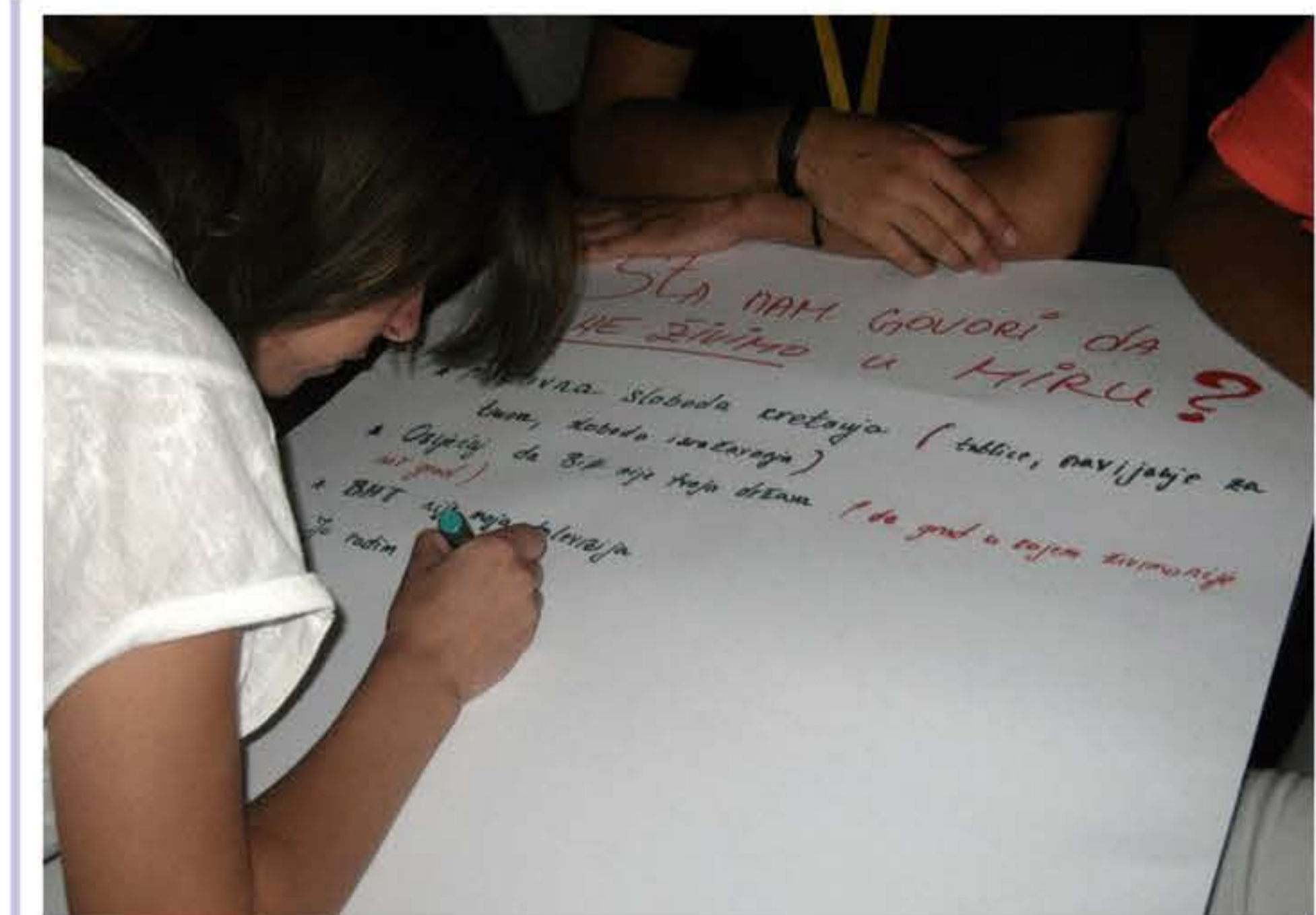
5 tea spoons of truth

3 cups of togetherness

2 spoons of prejudice



*"Whenever you are confronted with an opponent
conquer him with love."*





Rolat mira

- 1 šolja jednakosti
- 1,5 šolja sloge
- 2 šolje prijateljstva
- 5 kafenih kašika snage
- 4 supene kašike poštovanja
- 3 šoljice ljubavi
- 3 šoljice ravnopravnosti
- 3 šoljice bratstva

U plastičnu zdjelu staviti 3 šoljice ljubavi. Zatim kašikom usitniti snagu, dodati je u zdjelu i ravnomjerno rasporediti na dnu kako se smjesa ne bi izlivala iz zdjele.

Potom dodati 3 šoljice bratstva i 2 šoljice prijateljstva koje je potrebno dobro umutiti. Smjesu izliti u pleh i staviti u frižider na 20 minuta kako bi se zgusnula.

Na smjesu dodati masu od jednakosti i sloge koju smo prethodno izmutili u posudi sa 4 supene kašike poštovanja.

Smjesu staviti u frižider da se ohladi.



*“Oprostimo jedni drugimo,
jer samo tad možemo živjeti u miru”*



Put 3 cups of love in a plastic bowl.

Then brake strength with a spoon and carefully put it in the bowl so that mixture doesn't pour out of the bowl.

Add 3 cups of brotherhood and 2 cups of friendship and mix it with the rest of the mixture with a blender.

Put mixture in the brass and then in the fridge on 20 minutes so that the ingredients can condense.

Then mix equality and harmony with 4 spoons of respect.

Combine those 2 mixtures and put it in the fridge so that our cake can get cold.



*"Let us forgive each other,
only then we will live in peace"*

Peace roll



1 cup of sameness

1,5 cup of harmony

2 cups of friendship

5 tea spoons of strength

4 spoons of respect

3 cups of love

3 cups of equality

3 cups of brotherhood





Koncert Mira

Nada

Aktivizam

Ljubav i osjećaj pripadnosti

Mladost

Odlučnost

Povjerenje

Razumijevanje

Ljubaznost

Sreća

Zahvalnost

Hrabrost

*Na koncert mira koji bismo održali, trebali bismo ljubazno pozvati
svu mladež, da prostor ispune odlučnošću.*

*Da bi koncert otpočeo svi bi aktivizmom trebali
da se ujedine, razumiju problem kašnjenja
i da sa ljubavlju i osjećanjem pripadnosti prevaziđu sve
prepreke koje im stoje na putu održavanja koncerta.*

*Kada koncert počne, nastupiće sreća
koja će raspiriti hrabrost i želju svih da stvari učine boljim.
Poslije koncerta svi će izaći ispunjeni nadom u bolje sutra.*



“Muzika je univerzalni jezik čovječanstva.”





Peace concert

On the planned peace concert, you should first politely invite all youth to fill the space with determination.

In order to make it start, everyone should unite with activism and understand the problem of delay.

They should come over obstacles with love and feeling of belonging.

Once the concert begins, there will be great joy that will give us courage and wish to make things better.

After concert everyone will leave filled with strong hope for better tomorrow.

Hope

Activism

Love and feeling of belonging

Youth

Determination

Trust

Understanding

Politeness

Happiness

Appreciation

Courage



"Music is the universal language of mankind."





Kolač - pjesma

Sreća (3 velike šolje)

Nada (2 supene kašike)

Demokratija (2 kockice)

Saradnja (ukras)

Jedinstvo (preliv)

U jednu posudu staviti 3 šolje sreće i 2 supene kašike nade i to dobro pomiješati dok se smjesa ne sjedini.

Zatim dodati 2 kockice demokratije, koje smo prethodno prokuhali i ocijedili od mita i korupcije.

Ponovo dobro promiješati te staviti u rernu da se peče. Nakon pola sata, izvaditi kolač iz rerne, ostaviti da se ohladi, a zatim preliteri jedinstvom i ukrasiti saradnjom.



*“Muzika može promijeniti svijet,
jer ona može da promijeni ljude”*



Cake - song



Place 3 cups of happiness and 2 soup spoons of hope into a bowl and whisk it well until the batter combines. Then add two cubes of democracy, which you have already boiled and drained of bribery and corruption. Stir it well again, and bake it in an oven. After half an hour, take the cake out of the oven and leave it to cool down, then top it with unity and decorate it with cooperation.

Happiness (3 big cups)

Hope (2 soup spoons)

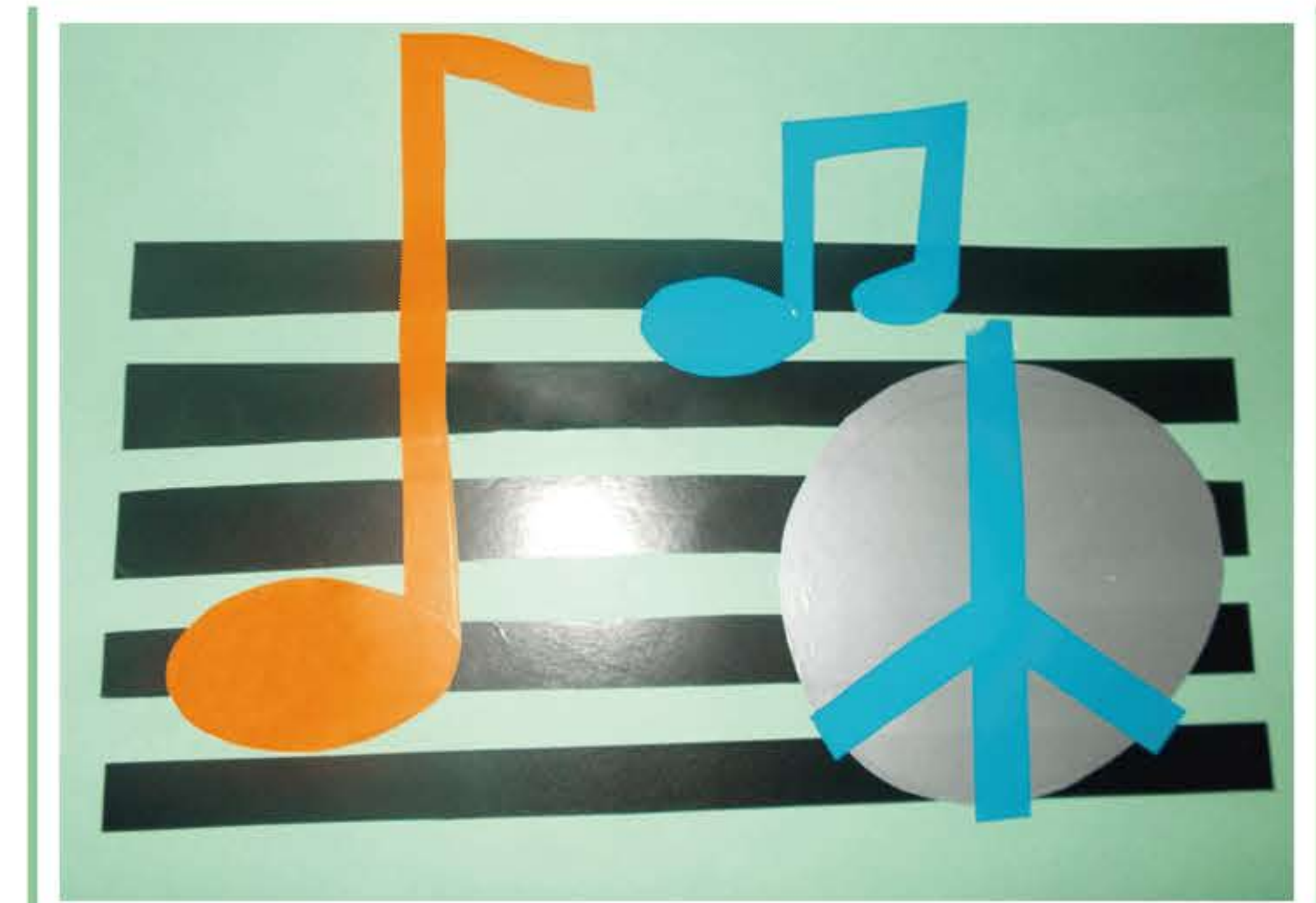
Democracy (2 cubes)

Cooperation (decoration)

Unity (topping)



*"Music can change the world
because it can change people."*





Torta mladosti

Mladost pažljivo pregledati, te odvojiti od mržnje i predrasuda.

*Staviti mladost u jednu posudu i pomiješati je sa
2 čaše saradnje i 1 velikom šoljom jedinstva.*

Dobijenu smjesu preliti ciljevima i nadom.

*Specijalitet pažljivo služiti što većem broju sladokusaca,
a recept dijeliti na svakom ćošku!*

Mladost (beskonačno mnogo kila)

Saradnja (2 čaše)

Jedinstvo (1 velika šolja)

Ciljevi (preliv)

Nada (preliv)



*“U ratu stariji izdaju naredbe, a mladi su ti koji
moraju da se bore, zaustavite rat - spasite mladost”*



Youth should be closely inspected and cleansed from hatred and prejudices.

Put youth into one bowl and mix it with 2 cups of cooperation and 1 big cup of unity.

Top the batter with goals and hope.

This specialty should be served to a large number of dessert lovers and the recipe should be handed out at every corner.

Youth cake



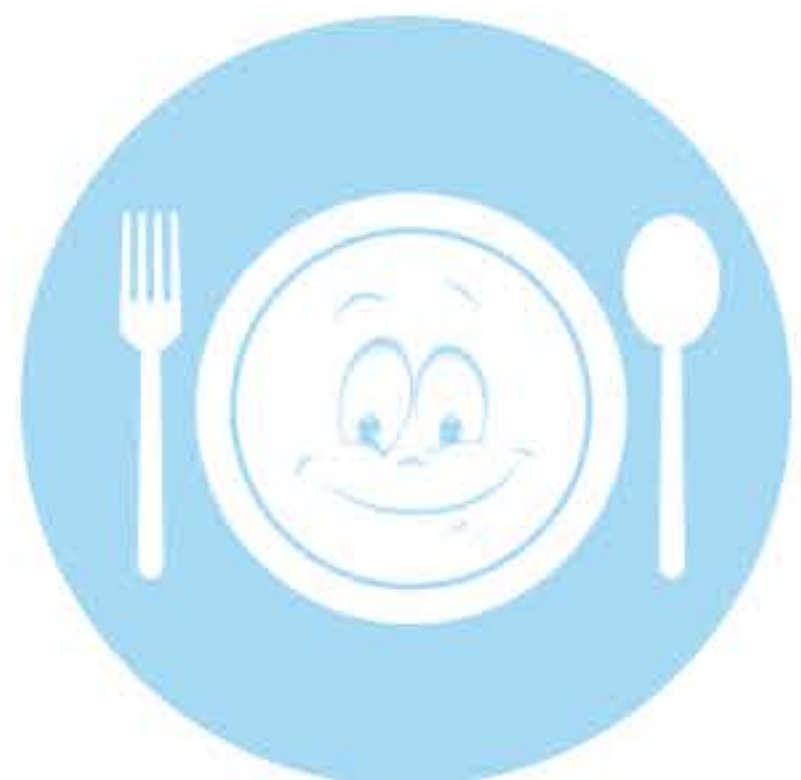
Youth (unlimited amounts)

Cooperation (2 cups)

Unity (1 big cup)

Goals (topping)

Hope (topping)



"In war our elders give the orders, but it is the young who have to fight, stop the war - save the youth."





Palačinke sa prelivom od ljubavi

*Pomiješajte 2 komada nježnosti sa 3 kašike povjerenja i
1 šoljom strasti u veliku posudu kompromisa.*

*Nježno miješajte dok se svi sastojci
ravnomojerno ne pomiješaju u smjesu.*

*Postepeno dodajte 2 kašike osjecajnosti
i 1 kg poštovanja dok dobijena smjesa ne dobije žućkastu boju.*

Zatim pečemo našu smjesu u tavi za palačinke na jakoj vatri.

*Premažemo naše palačinke ljubavlju
i pospemo ih sa malo iskrenosti.*

Uživajte.

*2 komada nježnosti
1 šolja strasti
2 kašike osjecajnosti
3 kašike povjerenja
1 kg poštovanja
10g ljubavi*



*“Kada moć ljubavi nadvlada ljubav prema moći
svijetom će zavalđati mir.”*



Pancakes with love topping



Mix 2 slices of tenderness in a big bowl of compromise with

3 spoons of trust and one cup of passion,

and delicately stir until all ingredients blend in.

Progressively admix 2 spoons of sensitivity and 1 kg of respect until our blend doesn't get yellow color.

Then we bake our mixture on strong fire.

Daub our pancakes with love and sprinkle it with honesty.

Enjoy.

2 slices of tenderness

1 cup of passion

2 spoons of sensitivity

3 spoons of trust

1 kg of respect

10 g of love



"When the power of love overcomes the love of power, the world will know peace."





Ljubavna torta

7,5 dl sigurnosti

250 g povjerenja

250 g podržavanja

2 šolje ljubavi

100 g razumijevanja

150 g slobode mišljenja i govora

1 supena kašika ljubomore

1 šolja iskrenosti i sreće

Skuhati 1 supenu kašiku ljubomore zajedno sa 100 g razumijevanja, ravnomjerno miješati kašikom dok ljubomora ne ispari a razumijevanje ne izađe na površinu.

U posebnu posudu pjenasto umutiti 7,5 dl sigurnosti i 250 g povjerenja.

Ovu smjesu sjediniti sa razumijevanjem i dobro umutiti.

U dvije trećine smjese dodati 2 šolje ljubavi i 1 šolju iskrenosti i sreće a u posljednju trećinu dodati 150 g slobode mišljenja i govora.

Obložiti aluminijskom folijom unutrašnju starnu duguljastog kalupa.

Ravnomjerno rasporediti smjesu sa ljubavlju, iskrenošću i srećom pa tortu kratko odložiti u zamrzivač.

Smjesu sa slobodom mišljenja i govora ravnomjerno rasporediti preko prve smjese.

Kalup sa tortom ostaviti preko noći u frižideru.

Sutradan tortu izvrnuti na duguljasti tanjir, skloniti foliju i tortu ukrasiti sa 250 g podržavanja.



*“Šta možete uraditi da promovirate mir?
Idite kući i volite svoju porodicu.”*



Cook 1 spoon of jealousy together with 100 g of understanding, stir uniformly with the spoon until jealousy doesn't evaporate and understanding doesn't come up on the surface.

Put 7,5 dl security and 250 g of trust in a different bowl and mix it until you don't get foam.

Combine those two mixtures and blend them in.

In 2/3 of mixture put 2 cups of love and 1 cup of honesty and happiness, and in the last third add 150 g of freedom of speech and thinking.

Wrap inside of the elongated mould with aluminium foil.

Uniformly combine mixture with love, honesty and happiness, then put cake in the freezer over the night.

Decorate cake with 250g of support.



*"What can you do to promote world peace?
Go home and love your family."*

Love cake



7,5 dl security

250 g of trust

250 g of support

2 cups of love

100 g of understanding

150 g of freedom of speech and thinking

1 spoon of jealousy

1 cup of honesty and happiness





Ljubavni kolačić

Ljubav (2 kašike)

Oprost (1 kašika)

Sreća (nekoliko zrna)

Pomirenje (4 šoljice)

Požrtvovanost (2 šoljice)

Tolerancija (po želji)

U posudu usuti 2 kašike ljubavi i 1 kašiku oprosta, te dodati što sitnije izrezanu ljubomoru.

Od sreće odvojiti košpice mržnje, pa i nju dodati u smjesu.

Umutiti pjenu od 4 šoljice pomirenja i 2 šoljice požrtvovanosti i dodati malo tolerancije, pa to sve pomiješati sa prvobitnom smjesom.

Smjesu zatim ostaviti u zamrzivaču da se hladi i nakon 2 sata, poslužiti sa šlagom napravljenim od poštovanja.



*“Istina, pravda, mir i ljubav
- to su četiri stuba na kojima je izgrađena palata sreće.”*



*Pour 2 spoons of love and one spoon of forgiveness into a bowl,
cut jealousy into the tiniest pieces possible and add to the mix.*

*Separate crumbs of hatred from happiness,
and add happiness to the batter.*

*Whisk 4 cups of reconciliation and 2 cups of sacrifice into a cream
and add a bit of tolerance, and then stir it into the batter.*

*Leave the mix in the freezer for 2 hours
and serve it with whipped cream made out of respect.*

Love cookies



Love (2 spoons)

Forgiveness (1 spoon)

Happiness (a few grains)

Reconciliation (4 cups)

Sacrifice (2 cups)

Tolerance (as much as you wish)



*"Truth, righteousness, peace and love - these are the four
pillars on which the mansion of happiness is built."*





Ljubav prema prirodi

Potrebni sastojci za obrok
koji kod čovjeka aktivira
sva čula i stimulira nas da
volimo i čuvamo prirodu.

2 kg ekološke osvještivosti

3 kg osjećanja

4 kg pažnje

30 kg poštovanja

5 kg ljubavi prema životinjama



Kako bi ovaj obrok postigao željeni efekat
prvo treba da skuvamo 2 kg ekološke osvještivosti,
jer je onaključan faktor u procesu očuvanja prirode
i svih njenih bogastava.

Tokom kuhanja ekološke osvještivosti
postepeno dodati 3kg osjećanja, a zatim 4 kg pažnje.

Sastojci krčkaju na laganoj vatri i
postepeno poprimaju boju koja liči na ljubav prema prirodi
Postepeno miješati smjesu.

Kao ključan sastojak pri kraju kuhanja, smjesi dodati 30 kg poštovanja
i začiniti sa 5 kg ljubavi prema životinjama.
Kuhati još par minuta i ostaviti da se ohladi.

Gotovu hranu spakovati u korpu,
izaći u prirodu i podijeliti sa dragim ljudima.

*“Čuvajmo zemlju, jer je nismo dobili od svojih očeva,
nego smo je posudili od svoje djece.”*



In order for this meal to achieve the desired effect we should firstly boil 2 kg of environmental awareness, because it is a key factor in the preservation of nature and all its treasures.

While cooking environmental awareness slowly add 3kg of emotions and 4 kg of care.

Ingredients should simmer on low heat and slowly acquire a color that resembles the love of nature.

During cooking slowly stir the mixture.

As a key ingredient at the end of cooking add the mixture of 30 kg of respect and spice it with 5 kg of love for animals.

Cook for few more minutes and leave it to cool down.

Pack the prepared meal in a basket, and go out in nature to share it with loved ones.



“Save the earth, it was not given to you by your parents, it was loaned to you by your children.”

Love of nature



*Necessary ingredients for
a meal that activates the senses
and stimulates humans to
love and cherish nature:*

2 kg of environmental awareness

3 kg of emotions

4 kg care

30 kg of respect

5 kg of love for animals





Saradnja

Za kolač koji ima specifično dejstvo na poboljšanje saradnje među konzumerima, neophodno je prvo napraviti smjesu za koru. Smjesa kao glavni sastojak sadrži solidarnost. Koru, koja će se postepeno sama izravnati, pečemo okvirno 20 minuta u rerni prethodno zagrijanoj na 180 stepeni. Dok se kora peče izmutimo smjesu od izvinjenja koja će izbaciti sve otrovne tvari diskriminacije koje su se nataložile u kori. Koru prelijemo napravljenom smjesom izvinjenja i ostavimo da odstoji i naraste na svježem vazduhu i uz prisustvo jednakosti. Cjelokupan proces rasta ove smjese dovodi do oslobođenja vrlo bitnog enzima zvanog sloboda mišljenja. Nakon što smjesa konačno naraste i dobije oblik kolača počinje da ostvaruje svoju najbitniju funkciju, liječi nacionalizam, poboljšava krvotok i entitetsku saradnju, te dovodi do posvećenije međunarodne saradnje. Nakon višegodišnjeg konzumiranja promjene su zagarantovane.



“Veoma je važno da razgovaramo jedni sa drugima na način da liječi, a ne na način da boli.”



Cooperation



For a cake that has a specific effect on improving cooperation between consumers it is first necessary to make the mixture into a crust.

The main ingredient of the mixture is solidarity.

Crusts, that will gradually straighten, we bake roughly for 20 minutes in an oven preheated to 180 degrees.

While the crust bakes, we prepare a mixture of apology that will throw out all the toxic substances of discrimination that are deposited in the crust.

Over the crust we pour a mixture made of apologies and let it rest and grow in the open air and in the presence of equality.

The entire growth process of this mixture leads to the liberation of a very important enzyme called freedom of opinion.

Once the mixture finally grows and takes the form of cake, it starts accomplishing its essential function, cures nationalism, improves blood circulation and cooperation between entities, and leads to a more committed international cooperation.

After years of consuming, changes are guaranteed.



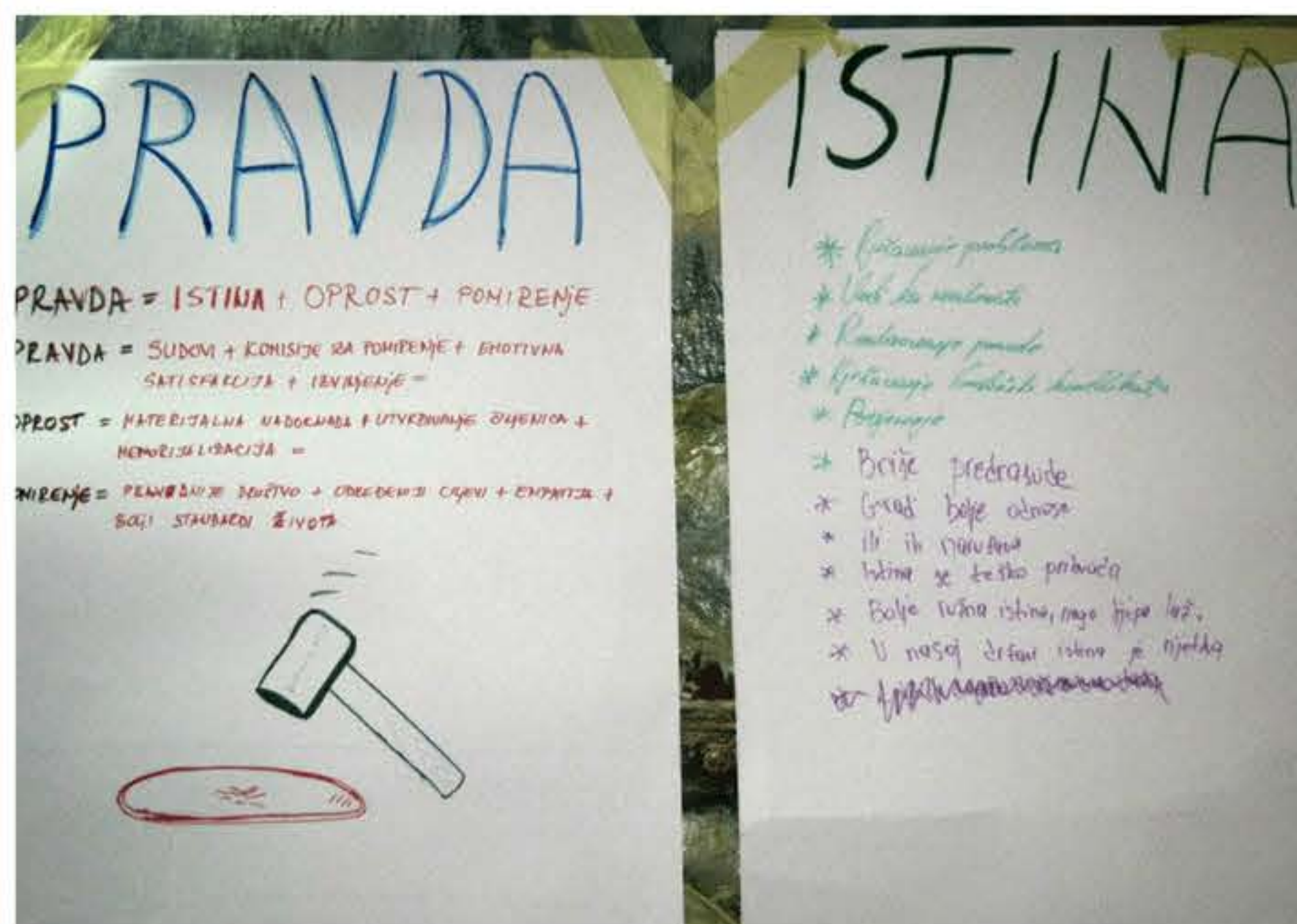
"It's important that we're talking with each other in a way that heals, not in a way that wounds."



Stavite netoleranciju u ključalu vodu i dodajte 1 kafenu kašiku zavisti, te miješajte dok smjesa ne postane tečna tolerancija.

100 g netolerancije

te je pospite sa prstohvatom ljubavi.



“Slušajte ušima tolerancije, gledajte kroz oči suosjećanja, govorite jezikom ljubavi.”



Tolerance cake



Put intolerance in boiling water then add 1 tea spoon of envy and stir until our mixture become liquid tolerance.

Put forgiveness, democracy, ethnocentrism in the bowl of open-mind and stir with the blender.

Add tolerance and security in our blend.

Put our mixture in the oven on 200 and bake it until it gets brownish color.

Cover it with mixture of justice and communication and sprinkle it with love.

100 g of justice

1 spoon of love

100 g of forgiveness

1 cup of security

1 tea spoon of envy

200 g of democracy

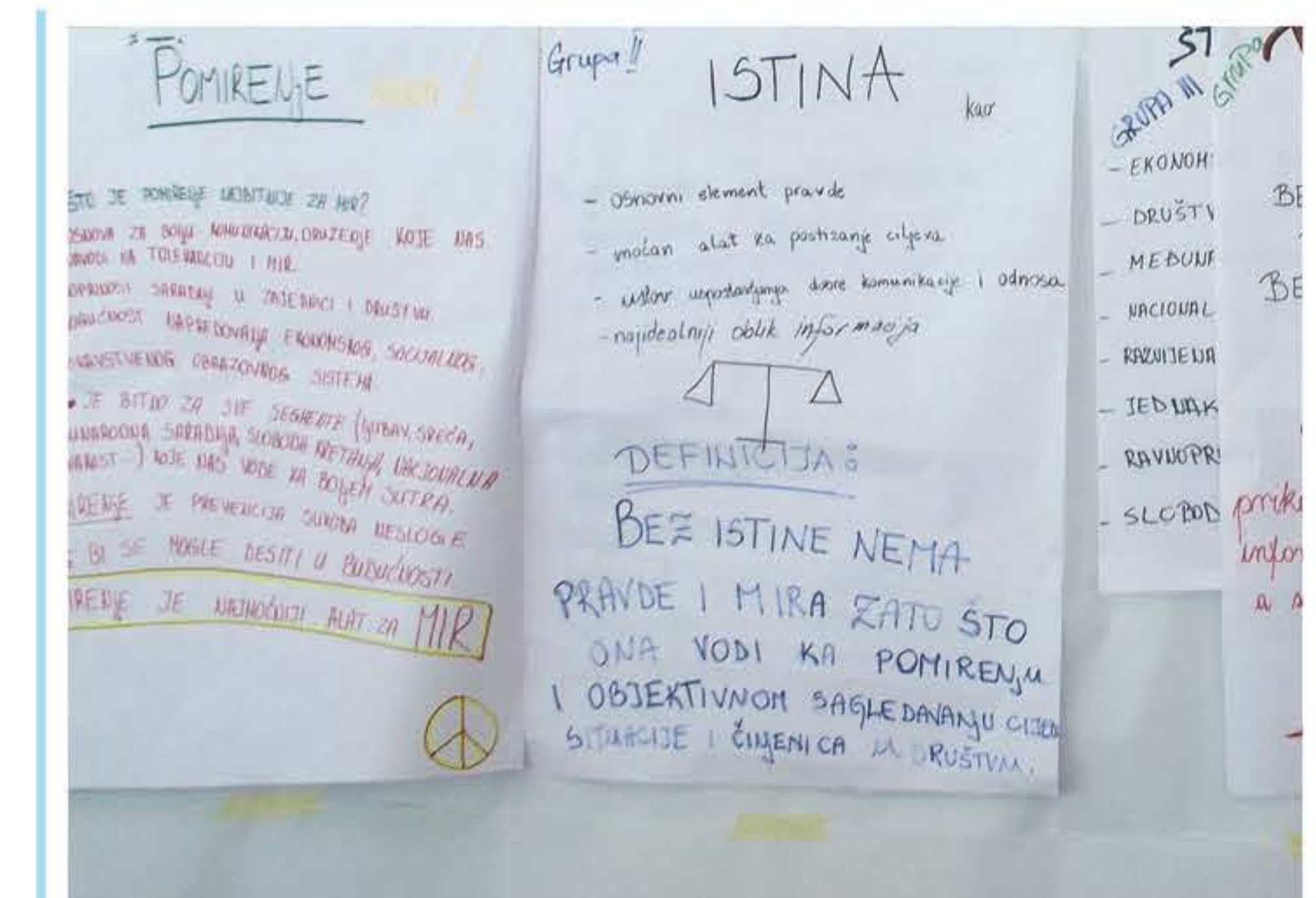
1 cup of communication

200 g ethnocentrism

100 g of intolerance



*"Listen with ears of tolerance,
see through the eyes of compassion,
speak with the language of love."*





Torta komunikacije

Kora:

0,5 kg sigurnosti
1 šolja optimizma
7 kašika obrazovanja

Fil 1:

Sloboda govora,
mišljenja i kretanja, strah

Fil 2:

Neinformisanost
3 šolje podržavanja
5 kašika socijalizacije

Krema:

2 kapi optimizma
1 kašičicu međunarodne saradnje



U posudu staviti 0,5 kg sigurnosti,
šolju optimizma i 7 kašika obrazovanja.
Sve dobro izmiješati dok se ne zgusne.

Zatim staviti u zagrijanu rernu i na 150 stepeni peći 45 minuta.

Fil 1:

Pomiješati slobodu govora, mišljenja i kretanja.
Mutiti mikserom turbo brzine sve dok se strah ne izdvoji na površini.

Sloj straha lagano skinuti drvenom kašikom
koju nakon ovog postupka možete baciti u smeće.

Smjesu umotati u aluminijsku foliju
i staviti u frižider dok kora ne bude gotova.

Fil 2:

Guliti neinformisanost sve dok ne dođete do informisanosti,
te je propasiranu dodati u smjesu koju smo napravili od
3 šolje podržavanja i 5 kašika socijalizacije.

Kada se kora ohladi podijeliti je na dva dijela,
pa prvi premazati prvim filom, zatim staviti drugu koru i fil.

Ovakvu tortu premazati sa šlagom u koji smo kapnuli
2 kapi esencije optimizma i kašičicu međunarodne saradnje.

*“Način na koji komuniciramo sa drugima i sa sobom
na kraju određuje kvalitetu našeg života.”*



Communication cake



Put security, cup of optimism and 7 spoons of education in a bowl.

Mix it until ingredients don't get condense.

Then put it in warm oven and bake it on 150 for 45 minutes.

Custard 1:

Mix freedom of speech, thinking and moving with the blender on turbo-speed until fear don't come up on surface.

Remove layer of fear with the wooden spoon which you can throw away after this move.

Wrap mixture in aluminum foil and put it in the fridge until peel doesn't get ready.

Custard 2:

Peel lack of information until you get awareness, then strained awareness put in mixture which we made with 3 cups of support and 5 spoons of socialization.

After the peel gets cold, split it in two parts and first part cover with custard 1, and the second part with custard 2. Put parts on top of each other.

This cake cover with whipped-cream in which you can put 2 drops of optimism and a spoon of global collaboration.

Peel:

0,5 kg of security

1 cup of optimism

7 spoons of education

Custard 1:

Freedom of speech
thinking and moving fear

Custard 2:

lack of information

3 cups of support

5 spoons of socialization

Cream:

2 drops of optimism

1 spoon of global collaboration



"The way we communicate with others and with ourselves ultimately determines the quality of our lives"





Torta jednakosti

3 šoljice prijateljstva
2 supene kašike slobode
2 supene kašike sreće
4 šoljice topline
4 šoljice ljubavi
3,5 šoljica optimizma

*Stranice i dno okruglog kalupa prečnika 20 cm
obložiti optimizmom i odložiti.*

*Pjenasto umutiti 4 šoljice topline i 4 šoljice ljubavi
i dodati 2 supene kašike sreće i kuvati smjesu na pari 10 minuta.*

*Umutiti 3 šoljice prijateljstva
i 2 supene kašike slobode pa i to dodati u smjesu,
sve dobro promiješati, sipati u kalup i ostaviti preko noći u frižideru.*



“Jednakost je duša slobode ustvari nema slobode bez nje.”



Cake of equality



Cover bottom of the 20cm-diameter mould with optimism and put it away.

Mix 4 cup of warmness and 4 cups of love until you get foam, then put 2 spoons of happiness and cook mixture on steam for 10 minutes.

Mix 3 cups of friendship and 2 spoons of freedom that mixture combine with the first mixture, put in the mould and leave it over the night in the fridge.

3 cups of friendship

2 spoons of freedom

2 spoons of happiness

4 cups of warmness

4 cups of love

3,5 cups of optimism



“Equality is the soul of liberty, there is, in fact, no liberty without it.”





Čorba jedinstva

Sreća (aroma)

Jedinstvo (2 šolje)

Saradnja (4 supene kašike)

Nada (2 kg)

Mladost (3 šolje)

U jednu posudu staviti 2 kg nade i preliti sa 3 šolje mladosti, te dobro pomiješati.

U drugu posudu staviti 4 kašike saradnje i 2 šolje jedinstva, te i ovo dobro sjediniti.

Ove dvije smjese izliti u jednu posudu te sjedinjavati dok smjesa ne postane potpuno homogena. Zatim peći na 200 stepeni sve dok se ne osjeti prijatan miris sreće.



“Mi smo jaki onoliko koliko smo ujedinjeni, jednako slabi kao što smo podijeljeni.”



Place 2 kg of hope in a bowl and top it with 3 cups of youth, and stir it well.

In another bowl, put 4 spoons of cooperation and 2 cups of unity, and whisk it well.

These two mixtures should be poured into one bowl and stirred until the batter is completely homogenous. Bake it at 200 degrees until the intoxicating smell of happiness fills the room.



*"We are only as strong as we are united,
as weak as we are divided."*

Unity soup



Happiness (aroma)

Unity (2 cups)

Cooperation (4 soup spoons)

Hope (2 kg)

Youth (3 cups)





Kolačić razgovora

Razumijevanje (2 supene kašike)

Tolerancija (3 šolje)

Jednakost (1/2 šolje)

Prstohvat zainteresovanosti

Zrnevlje istine

U zdjelu sačinjenu od pomoći staviti

2 supene kašike razumijevanja i 3 šolje tolerancije.

Smjesi dodati pola šolje jednakosti i prstohvat zainteresovanosti.

Uz slatkiš poslužiti zrnevlje istine koje pažljivo treba odvajati od zrnevlja zavisti, te pojesti specijalni desert u ugodnom razgovoru sa bliskom osobom.



*“Budi dovoljno hrabar da
započneš razgovor koji je bitan.”*



Chatting cookie



*In a bowl made out of help,
put 2 soup spoons of understanding and 3 cups of tolerance.
Add half a cup of equality and a sprinkle of willingness to the batter.
Serve a few grains of truth with the dessert,
but the grains have to be carefully separated from grains of envy,
and eat the dessert while in a pleasant conversation with a loved one.*

Understanding (2 soup spoons)

Tolerance (3 cups)

Equality (1/2 a cup)

A sprinkle of willingness

A few grains of truth



"Be brave enough to start a conversation that matters."





Čorba sreće

*1 kg slobode govora i mišljenja
3,5 l sigurnosti
Optimizam
4 l podržavanja
Obrazovanje
Ljubomora
1 kg socijalizacije
100 g neinformisanosti
Međunarodna saradnja*



*Oguliti ljubomoru i dobijenu ljubav pomiješati sa
1 kg slobode govora i mišljenja, 4 l podržavanja i 3,5 l sigurnosti,
ugrijati i usuti u posudu sa optimizmom.*

*Usitnimo 100 g neinformisanosti
i pržimo je dok ne postane vruća, slatka informisanost.
Zatim sve dodamo u posudu koja se sastoji od 1 kg socijalizacije.
Stavimo da se kuva
i na kraju dodamo začini obrazovanja i međunarodne saradnje.*

*“Sreća je kada ono što mislite, ono što kažete,
ono što uradite u harmoniji.”*



*Peel jealousy until you get love,
then love mix with 1kg freedom of speech and thinking,
4 l of support and 3, 5 l of security,
warm up mixture and put it in the bowl with optimism.
Chop up 100 g of lack of information
and we fry it until it doesn't become hot, sweet awareness.
Then we put everything in a bowl with 1kg of socialization.
Bake everything together and in the end spice it up with
education and global collaboration.*



*"Happiness is when what you think, what you say,
and what you do are in harmony."*

Happiness soup



*1kg of freedom of speech and thinking
3,5 l of security
Optimism
4 l of support
Education
Jealousy
100 kg of socialization
100 g of lack of information
Global collaboration*





Kolač sreće

1 kg sreće
200 g prijateljstva
500 g istine
100 g znanja
200 g iskrenosti

Dok odmrzavamo sreću,
u posudi miješamo 500g istine sa 100g znanja i 200g prijateljstva.
Miješamo dok se naša smjesa ne zgusne te je onda prelijemo sa srećom.
Stavimo našu smjesu u rernu i pečemo je na 180 stepeni 20 minuta.
Servirajte kolač sa poštenjem i uživajte.



“Najbolji način da se oraspoložiš je da oraspoložiš nekog drugog.”



Unfreeze happiness and in meanwhile put 500 g of truth,
100 g of knowledge and 200g of friendship in a bowl.
Mix until mixture get strong and then daub it with happiness.
Put it in the oven and bake it on 1800 for 20 minutes.
Serve it with honesty and enjoy.



*"The best way to cheer yourself is
to try to cheer someone else up."*

Happy cake



1kg of happiness
200g of friendship
500g of truth
100g of knowledge
200g of honesty





Jajce - Juli 2013



Milići - Avgust 2013



Ovaj projekat je omogućila velikodušna podrška američkog naroda putem
Američke ambasade u Sarajevu i svi stavovi, mišljenja i zaključci
izneseni ovdje ne odražavaju nužno stav Američke ambasade ili Vlade SAD, već isključivo autora

