



rys. Józef Zamojski

*W lecie słońce w zenicie
Praży, świeci, korci
Swym ultrafioletem
Opaleni, wypoczęci, szczęśliwi
Idziemy brzegiem plaży
Tuż nad wodą
Bawiąc stopy drobnymi
Kamykami, poduszczkami wodorostów
Maleńkimi muszelkami
Wszystko to sprawia latem
Piękna pogoda i ciepło słońca
Jego promienie padające wokół
Na nas z uporem i bezpośrednio*

Anna Kwiatkowska

Drodzy Czytelnicy!

Nadeszło upragnione lato! Wreszcie wszystko łśni w blasku słońca. To światło jest nam wszystkim potrzebne do dobrego nastroju i samopoczucia – wszyscy mamy się lepiej kiedy wysoko na niebie świeci słońce. Zbliżają się wakacje, pogoda sprzyja spacerom i byciu na świeżym powietrzu, najlepiej w miłym towarzystwie.

Na ten letni czas mamy dla Was kolejny numer naszego kwartalnika, a w nim wiele ciekawych tematów. Wspominamy najlepsze wakacje, piszemy o pozytywnym wpływie słońca na nasze samopoczucie, o wycieczkach, o nowym przedstawieniu i w ogóle o sztuce. Nie uciekamy od trudnych tematów, nadal mocno wspieramy Ukrainę, a także, szukając harmonii ze sobą, mierzymy się z wyzwaniami, jakie stawia przed nami życie. W numerze mamy dużo letnich wierszy i ilustracji, zamieszczamy kolejne odcinki naszych powieści fantasty i kolejne opowiadanie. Jest oczywiście tradycyjna letnia krzyżówka, kącik sportowy, poezje i myśli. Jak zawsze mamy nadzieję, że każdy znajdzie coś dla siebie. Dziękujemy wszystkim, którzy wspierają nas w tworzeniu kwartalnika – psychologom, terapeutom, opiekunom. Gorąco zachęcamy Was do lektury i do współpracy, czekamy na Wasze opinie i sugestie.

Z letnim pozdrowieniem

Redakcja

Spis treści

Redakcja:

Sylwester Chalastra
Bożena Florek
Norbert Głodzik
Sven Haiman
M. Barbara Jaworska
Krzysztof Kijowski
Anna Kwiatkowska
Marek Migdał
Małgorzata Korn
Alicja Rabiej
Lidia Wąsik
Lesław Wąsowicz
Wojciech Wierzbicki

Współpracują:

Ireneusz Kawalek
Robert Kubik
Marek Marczyk
Waldemar Stachel

Prowadzenie:

Beata Słowakiewicz

Pomoc:

Dorota Najder

O lecie, truskawkach, Rodzicach i Śląsku (Alicja Rabiej)	3	„Pół żartem, pół serio” (Sven Haiman)	37
Wakacje mojego dzieciństwa (Lidia Wąsik)	4	Endi i jego wilk (Sven Haiman)	40
W stronę słońca (Małgorzata Korn)	6	Rheme (Sven Haiman)	41
Moje świadectwo (Rafał Lipka – Sven Haiman)	14	Wzgórza czarownic (Robert Kubik)	42
W harmonii ze sobą (Anna Kwiatkowska)	16	Kącik sportowy (Sylwester Chalastra, Krzysztof Kijowski, Lesław Wąsowicz)	45
Tutaj czuję się kochany. Wywiad z Norbertem (Sven Haiman)	20	Strony Rady Mieszkańców	46
„Kilka słów o ważnych sprawach” (Bożena Florek)	22	Aktualności	47
Inwazja Rosji na Ukrainę – ciąg dalszy... (Wojciech Wierzbicki)	26	Pożegnania	49
„Hey, Hey, Rise Up” (Ireneusz Kawalek)	27	Krzyżówka na lato	50
Atrakcyjna wycieczka do Szczawnicy (Bożena Florek)	32		
Wycieczka do Inwałdu (Waldemar Stachel)	33		
Marilyn Monroe (M. Barbara Jaworska)	35		

Wiersze, myśli:

- Krzysztof Kijowski: 24
- Anna Kwiatkowska: 1, 12-13, 28-29
- Marek Marczyk: 10
- Marek Migdał: 8, 19, 30, 38

O lecie, truskawkach, Rodzicach i Śląsku



Alicja Rabiej

Przyszło lato! Gorąco, prawda? Dzieci się cieszą na wakacje, a my dorośli na relaks i słoneczne kąpiele. Wszyscy usiłujemy wziąć z tego lata to, co najlepsze.

Jakie było lato w PRL-u i jakie truskawki – pamiętają prawie wszyscy. Gdy zaczynał się sezon, truskawkami zasypane były stragany. Rolnik zarobił na truskawkach, a my zajadaliśmy się tymi krajowymi pysznościami. Jedliśmy truskawki z cukrem i śmietaną i wszyscy byliśmy szczęśliwi.

Gdy mieszkałam na Śląsku, truskawki zbieraliśmy w naszym ogródku działkowym. Moja mama robiła kruchy placek z truskawkami, zawsze wychodził jej super, bo była gospodynią ze Lwowa! U nas w domu panowała lwowska atmosfera, było wesoło. Tato spełniał wszystkie nasze zachcianki, sadił w ogrodzie wszystkie kwiaty, które chciałam. Mama robiła też latem dużo przetworów z owoców zbieranych z ogrodu – był agrest, porzeczki, maliny, jabłka, gruszki, śliwki, wiśnie i czereśnie. Mama gotowała nam też pyszny kompot z rabarbaru. W ogródku tata zrobił nam basen, w którym mogliśmy się ochłodzić w upalne dni. Z taty był prawdziwy majster. Miał ule z pszczołami, a pszczoły go nie gryzły. Pamiętam słodki miód, jaki mieliśmy dzięki pszczołom.

Latem słuchaliśmy przebojów Lata z Radiem. Ja śledziłam też zawsze festiwale w Opolu i w Sopocie. Pamiętam także kolorowe tureckie sukienki, bluzki i klapki. W czasie kiedy pracowałam w biurze, w stanie wojennym nie było niczego w sklepach. Dziewczyny jeździły do Turcji i na Węgry nie tylko na wycieczki, ale też by przywozić te kolorowe ciuszki – pamiętam latem pokój programistek był nimi cały zasypany. Wtedy przywoziło się z zagranicy ubrania, kosmetyki i pełno drobiazgów, o jakich nie śniło się w PRL-u. Pamiętacie?

A wracając do dzieciństwa, pamiętam, jak jeździłam na wczasy „wagonowe” kolejowe (mój tata był kolejarzem). Tam było życie! Wczasy wagonowe – bo mieszkaliśmy w pokojach urządzonych w wagonach. Jeździliśmy w czwórkę – mama, tata, siostra i ja. Gdy po długiej



rys. Alicja Rabiej

jeździe wychodziło się z pociągu na plażę i widziało się morze, to człowiek oddychał pełną piersią. Najczęściej jeździliśmy do Jastarni. Pamiętam bursztynowe serduszka, słodkie poziomki i smażone ryby, świeżo wyłowione przez rybaków. Lubiłam obserwować rybackie kutry gdy wracały z połowów. Ja z kolei wody się bałam i pływałam na dmuchanym kole.

Rodzice chcieli nas wychować na wspaniałych, uczciwych ludzi. Zawsze się o nas troszczyli i wspierali nas w różnych sytuacjach. Cieszyło ich, że zdobyliśmy wykształcenie. Jak byłyśmy małe, mama szyła dla nas na maszynie letnie sukienki, czasem przerabiała rzeczy, z większych robiła mniejsze, wyczarowywała cuda! Mama była też kilka razy w Turcji, tak jak moje koleżanki później, i przywoziła nam różne rzeczy.

Mama żyła z tatą długo i szczęśliwie. Tato zmarł na Śląsku, po jego śmierci mama wpadła w depresję,



my z siostrą też mocno przeżyliśmy jego stratę. Myślę, że teraz mama spotkała się z tatą w niebie i znowu są razem szczęśliwi.

A lato? Lato to były zawsze trzy miesiące luzu i bez troski. Pamiętam klapki japonki, krótkie szorty, szyte z pieluch spódnice i plażowe sukienki wiązane na szyi, pamiętam nawet „kolczyki” z czereśni...

Milego lata wszystkim, truskawek i słońca! W następnym numerze napiszę o jesieni, o światłach na grobach we Lwowie i na Śląsku, o śląskich górnikach i o zbieraniu kasztanów.

rys. Alicja Rabiej

Wspomnienia

Wakacje mojego dzieciństwa



Lidia Wąsik

Zanika zapach kwitnącego bzu, przekwitają kasztany, kończą się czerwcowe chłodniejsze dni. Nadchodzi nowa pora roku, jaką jest lato, które przynosi codziennie nowy, słoneczny dzień. Rozpoczynają się wakacje, dzięki nim dzieci będą mogły zapomnieć o szkole, a wszyscy czekamy na letni relaks i odpoczynek.

W czasie mojego dzieciństwa, zresztą bardzo udanego, obie z moją siostrą gdy nadchodziło lato chciałyśmy zmienić klimat i nacieszyć się szczęściem i słoneczną pogodą. Chciałyśmy bawić się i cieszyć różnorodnymi wakacyjnymi atrakcjami.

Co roku, razem z rodzicami i siostrą, wyjeżdżaliśmy w czasie wakacji w ciekawe miejsca wypoczynkowe, by

zmienić klimat i otoczenie, by zapomnieć o codzienności.

Najmilej wspominam moje wakacje w Mrzygłodzie w Bieszczadach, chociaż pamiętam też Ustkę, Międzyzdroje i Władysławowo. Pamiętam nasze spacer



nad brzegiem morza, gdzie maszerując wdychaliśmy jod. Mieszkaliśmy w ośrodkach wypoczynkowych, w których zrelaksowani miło spędzaliśmy czas. Jednak moje wspomnienia z wakacji nad morzem trochę się zatarły, byłam wtedy bardzo mała. Pozostało wspomnienie szczęśliwych chwil spędzonych w gronie najbliższych. Natomiast Mrzygłód to już lata nieco późniejsze – miałam ok. 7 lat, jeździliśmy tam z rodziną aż do kiedy skończyłam 15 lat. Można powiedzieć, że tam dorastałam.

Gdy pierwszy raz jechaliśmy na wakacje w Bieszczady, nie mieliśmy jeszcze samochodu, wybraliśmy się więc w podróż PKS-em z Katowic. Mieszkaliśmy w wygodnych dwupiętrowych domkach kempingowych. Pamiętam wygodne łóżka i fotele, na których chętnie się relaksowaliśmy. Mieliśmy własną kuchenkę, na której mogliśmy gotować i we własnym zakresie przygotowywać śniadania i kolacje. Natomiast obiady jedliśmy w restauracji na terenie ośrodka.

Mrzygłód jest miejscowością turystyczną, do której przyjeżdżają wczasowicze z całego kraju. Leży w województwie podkarpackim, w gminie Sanok, nad rzeką San. Właśnie nasz ośrodek wczasowy położony był pięknie nad brzegiem Sanu. Z okien naszego domku widać było szeroką panoramę rzeki. Podczas rodzinnych spacerów karmiłam pływające w rzece gęsi i kaczki, często spacerowaliśmy brzegiem Sanu. Pamiętam też chwiejny most na rzece, którym przechodziliśmy na drugą stronę miejscowości. Jeździliśmy na wycieczki po okolicy, między innymi nad Zalew Soliński. W pewien upalny letni dzień wybraliśmy się na całodniową wycieczkę krajoznawczą do Sanoka, gdzie odwiedziliśmy tamtejszy skansen. Skansen nosi również nazwę



Park Etnograficzny w Sanoku. Stanowi największy skansen w Polsce, pod względem powierzchni i licz-

by obiektów architektonicznych przeznaczonych do zwiedzania. Uchodzi za jedno z najbardziej atrakcyjnych muzeów na wolnym powietrzu w całej Europie. Muzeum przedstawia kulturę ludową i sakralną polsko-ukraińską na terenie pogranicza wschodnich Karpat i Podkarpacia.

Spędzaliśmy urlop ciesząc się każdym dniem tych wspólnych wakacji, podziwialiśmy krajobrazy i piękno bieszczadzskich okolic. Właśnie w tak gorące, upalne dni docenialiśmy wypoczynek wdychając rześkie poddmuchy wiatru, ciesząc się słońcem na niebie. Podziwialiśmy rozkwitłą przyrodę, łąny zbóż, kolorowe maki i bławatki, smakowaliśmy dojrzewające owoce. Cieszyliśmy się wakacjami, na które czekaliśmy cały rok.

Chodziliśmy na długie spacer, nie tylko brzegiem Sanu, ale i do pięknych lasów. Zbieraliśmy borówki i grzyby, z których najlepszym okazem był kozak. Podziwialiśmy letnie wschody i zachody słońca.

W dni niepogody chętnie spędzałam czas razem z siostrą na wspomnianych wygodnych fotelach, grałyśmy z rodzicami w „Państwa-miasta” lub inne zabawy, by zabić nudę. Jednak, nawet w te deszczowe dni nie spędzaliśmy czasu tylko w domku. Braliśmy peleryny i kalosze oraz wielkie parasole i ruszaliśmy na zewnątrz

w takt płynących z nieba kropli deszczu, omijając kałuże. Ja nuciłam piosenkę mojego ulubionego zespołu, Czerwonych Gitar, „Ciągłe pada”. Na terenie ośrodka była także świetlica, gdzie mieścił się czarno-biały telewizor, w którym razem z siostrą oglądałyśmy wieczorynki. Był też stół do ping-ponga. Czas leciał nam bardzo szybko, i wnet nadeszła pora powrotu. Opaleni i zrelaksowani, po dwóch tygodniach leniuchowania, wracaliśmy do Krakowa. I już czekaliśmy na kolejne rodzinne wyjazdy. I faktycznie, do Mrzygłodu wracaliśmy potem wielokrotnie...

W czasie wakacji, w latach mojej edukacji, wyjeżdżałam również na kolonie. Byłam na przykład na Słowacji, wtedy jeszcze była to zjednoczona Czechosłowacja. Z wypadu na Słowację zapamiętałam głównie lemoniadę w woreczkach. Mieszkaliśmy w miejscowości Domoustnice. Byłam też na kolonii w Moskwie, tam nawiązałam kontakty z Rosjankami, przez pewien czas po powrocie pisałyśmy do siebie listy. Jeździłam również na Kaszuby na obozy harcerskie, mam z nich wiele wspaniałych wspomnień.

Niech wakacje wprowadzą nas w dobry humor i przyniosą chwile relaksu, podczas których będziemy mogli zapamiętać o codziennych obowiązkach!!!

Pory roku

W stronę słońca

O dobroczynnym wpływie światła słonecznego

Uwielbiam słońce i ciepło, przy takiej pogodzie czuję się dobrze, znacznie lepiej niż gdy pada deszcz. Gdy tylko na niebie pojawia się słońce, moje samopoczucie niemal od razu jest dobre. Zdecydowanie sprzyja mi słoneczna pogoda. Ciekawe czy tylko na mnie tak działa słońce? Chyba jednak ogólnie na każdego...

Słońce, poza tym, że świat od razu piękniej w nim wygląda, jest niezbędne dla życia na Ziemi – zapewnia ciepło, światło i pośrednio pokarm. A dla nas jest konieczne do prawidłowego metabolizmu i równowagi hormonalnej, sprawia, że mamy więcej energii i lepszy nastrój.

Światło słoneczne uwalnia hormony szczęścia – endorfiny i serotoninę, co czyni nas radosnymi i szczęśliwymi. Hormony szczęścia są odpowiedzialne za kontrolę emocji i niwelowanie bólu. Uaktywniają się na różne sposoby, a jednym z nich jest właśnie kontakt ze słońcem. Powstawaniu endorfin sprzyja też zjedzenie czekolady czy pikantnych potraw, zawierających np. chili. Przebywając na słońcu, na przykład podczas let-

niego spaceru, możemy podnieść poziom endorfin w całkowicie naturalny sposób, bez żadnego wysiłku. Przebywanie na słońcu powoduje też wytwarzanie melatoniny, która reguluje nasz zegar biologiczny, który wpływa na nasze rytmy dobowe, między innymi snu i czuwania. Właśnie poprzez takie działanie na nasze neuroprzekąźniki i hormony słońce poprawia nam nastrój i samopoczucie. Jest wykorzystywane w leczeniu stanów depresyjnych, zwłaszcza korzystne w połączeniu z aktywnością fizyczną.

Promienie słoneczne powodują produkcję witaminy D, co bardzo dobrze wpływa na kości i zęby, wzmacniając je. W skórze pod wpływem światła słonecznego jest produkowana witamina D, która zwiększa pobór wapnia z jelit i sprawia, że wykorzystywany jest on do budowy zdrowych kości. Słońce przeciwdziała krzywicy i osteoporozie, obniża też podatność na próchnicę. Właściwy poziom witaminy D usprawnia układ krążenia, pomaga w zachowaniu szczupłej sylwetki. Słońce obni-



Małgorzata Korn

za poziom cholesterolu, który pod wpływem promieni słonecznych zamienia się w skórze w witaminę D. Na słońcu znacznie lepiej goją się zranienia skóry. Promienie słońca łagodzą też bóle stawów.

Słońce wzmacnia układ odpornościowy, co chroni nas przed infekcjami. Gdy przebywamy na słońcu, wzrasta odporność naszego organizmu, zwiększa się ilość białych krwinek, a szczególnie ochronnych limfocytów, rośnie liczba przeciwciał. Efekt działania słońca na organizm może trwać aż do trzech tygodni. Nawet 10 minut przebywania na słońcu dwa razy w tygodniu może uchronić nas przed przeziębieniami. Pod wpływem światła słonecznego lepiej pełnią swą funkcję również czerwone ciała krwi, zwiększa się skuteczność transportu tlenu do komórek, co skutkuje przyływem energii i wzrostem odporności.

Słońce zabija zarazki – stąd warto wystawić na działanie słońca i świeżego powietrza kołdry i poduszki, warto otwierać okna zawsze, gdy tylko jest to możliwe. Światło słoneczne niszczy zarazki chorobotwórcze, a wewnątrz domu chroni przed wilgocią.

Jak widać, słońce ma dla nas zbawienny wpływ, warto wystawiać się na jego promienie przy każdej możliwej okazji, nie tylko latem, ale także podczas zimy i ponurych dni jesienia, czy wiosną. Oczywiście, teraz gdy nadeszło lato i słońce jest często bardzo mocne, pamiętajmy,



rys. Małgorzata Korn

że jak we wszystkim także w korzystaniu z promieni słonecznych jest potrzebny umiar. Pamiętajmy, by unikać najgorętszych godzin w ciągu dnia, nie zapominajmy o kremach z filtrem i letnich kapeluszach. Ale na pewno korzystajmy ze słońca i jego życiodajnej siły!

Źródła: zdrowiezwyboru.pl, portal.abczdrowie.pl



rys. Małgorzata Korn



Piotr Bal



Józef Zamojski

Morze

*Morze, ten bezmiar słonej wody
A nad nim letnie upalne plaże
Nad falami morskiej gorącej wody
Nad morza taflą błękitne miraże*

*Na morzu w blasku słońca jasnego
Łódki wiosłowe, statki, żagle białe
Na wodach morza niebieskiego
Pływają wszystkie piękne, wspaniałe*



Marek Migdał



Sylwester Chalastra



Piotr Bal



Lidia Wąsik



Lidia Wąsik



Piotr Bal



Jacek Świstek



Małgorzata Korn



Piotr Bal



Piotr Bal



Piotr Bal

Wyspa

*Gdzieś jest ukryty skarb
i złoto wysypujące się ze zmurszałej skrzyni,
trzeba tylko tam iść
i nie być takim, jak inni.*

*Trzeba uwierzyć, że jest
wyspa leżąca na morzu,
tak jak się wierzy, że są
ściany na skraju pokoju.*

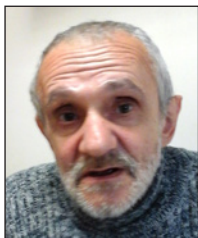
*Trzeba tam iść o świcie,
trzeba tam iść nocą ciemną,
przedzierać się przez góry,
trzeba przekroczyć rzekę podziemną.*

*Tam jest ukryte złoto,
perły i drogie kamienie,
które ty właśnie weźmiesz,
bo one są przeznaczone dla ciebie.*

*Wchodzisz do ciemnej jaskini
i widzisz blask tych skarbów,
tarzasz się w nich i krzyczysz,
że żyć jest jednak warto.*

*Było warto nocami
siedzieć nad starą mapą,
a potem wstać i iść
aż na sam koniec świata.*

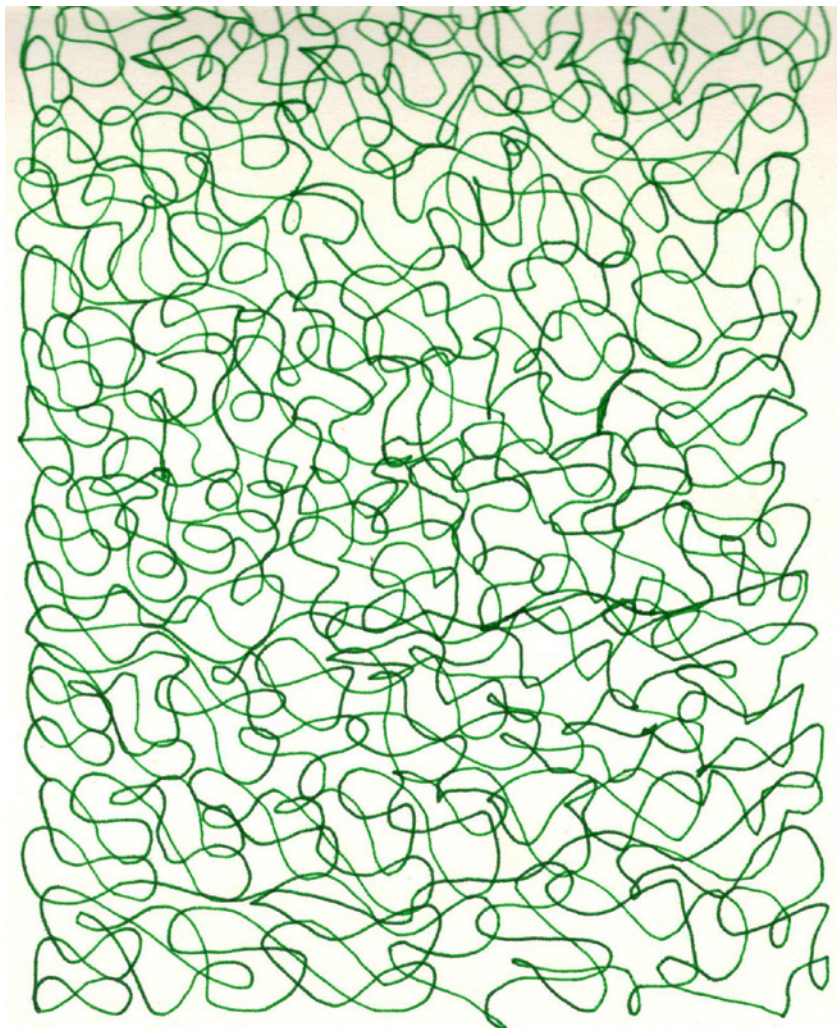
*To jest twój skarb
i ty nie oddasz go nikomu,
i, nim się skończy sen,
powrócisz z nim do domu.*



Marek
Marczyk

*drzewa rosną
dudnią soki
bujnością trawy
poza mną
z trudem unosi się
motyl gdy słońce
promienie mu kładzie
jak kłody*

*wtedy uciekam
w prawdziwą przyrodę
kamienic*



rys. Anna Kwiatkowska

Letnia

Czasami tak się zdarza,
czasem zdarza się tak,
że człowiek idzie ulicą
i że
jakoś go cieszy ten świat.

Dlaczego takie przypadki
czasem w życiu zdarzają się?
Spadek po współmałżonku?

Dla nas zostawiony w banku?

Może jakieś
ubogie dziewczyny,

jedna w dziurawych spodniach,
druga w tak krótkiej mini,
że widać majteczki w kropki,

paseczki, czy inne wzorki.
No i jeszcze, na dodatek,
bez żadnych butów są obie?

Czy te słońca promienie,
tak jasne i tak łagodne
się przedzierające przez zieleń
liści oraz gałęzi tych wszystkich
klonów, lip i kasztanów...

Czy też kasztanów i lip?

Wśród których akurat teraz
znajdujesz się właśnie ty?

A czasem też i w deszcz

zdarza podobnie się.

I idziesz tak w koszuli
mokrej i flanelowej,
tak brniesz przez jesiennych liści zaspę
pustymi alejami parku.

I choć to
niewiarygodne wydaje się,
też
jakoś nie jest ci źle.

Czasami tak się zdarza,
czasami zdarza się tak
że człowiek, choć nieco sceptycznie,
cieszy się, że jakoś jest ten świat.

2022

Dobro jest,
prawda, dobre.

Zaś zło
jest, oczywiście, złe.

Potocznie to głupota,
uczenie
tautologią
nazywają to.

Bowiem,
bowiem, by zbyt długo
a i uczenie

nie wypowiadać się,
to, co złe, bywa dobre,

zaś dobre
tak często bywa złe.

Przykłady, przykłady,
przykłady. Jest
bardzo wiele przykładów.

Alkohol, kawa, papierosy,
no i
np. kolegi żona.

Czy mogę mieć do kogoś pretensje?
Czy do kogoś pretensje mieć mogę?
O co?

Że te nogi nie są moje?

Przecież mogłyby być moje,
gdybym się o nie postarał.
Wtedy by mogły moje być.
A nie tylko tej pani, co na
przystanku stała przez minut 5 czy 6
nie zważając na deszcz.



Anna
Kwiatkowska
wiersze i rysunki

Ciepło, upalnie jest latem
Gdy wszystko skrzy, świeci, pulsuje
Życiem
Ważki, pszczoły, motyle
Kolorowe ptaki, soczyste jeziora
Białe i złote plaże
To wszystko przez słońce
Które wysoko w tym czasie
Na niebie jest
I sprawia, że dojrzewają
Owoce, ziarna, jarzyny
Kochamy lato niezmiennie
Kąpiele słoneczne i w wodzie
Cenimy razem te chwile
Wesoło jest nam latem
Bo słońce ujmuje wszystkich za serce

Ocean tuli swe muszle
Rozbija lekkimi falami
Grudki jasnego piasku
Kolorowe ławice śmigają
Z prędkością światła
W jego wnętrzu
Plaże otoczone palmami
I straganami z kusząco
Pachnącymi potrawami
Okalają go zewsząd
Wczasowicze i miejscowi
Korzystają z wygod i piękna
Urzekającej tropikalnej przyrody
Panują nastroje komfortowe
Jak komfortowa jest rzeczywistość



Przeznaczenie jak kwiaty opływa
Bezbrzeżnie
Linie wodnych oczek, wodorosty
Morza, oceany, tylko bryza
Wyrasta poza przestrzeń ich anomalii
I w ogólnej symbiozie nobilituje
Pływające i pełzające po piasku cuda
Wiem, czasem niebezpieczne
Parzące lub śmiertelne

Lato pszczoł i wążek
Mahoniowych ciał
I białych lodów śmietankowych
Różowych watek cukrowych i żółtych
Lemoniad z cytryną
W niedalekich od morza
Koktajlbarach
Lato rozleniwionych ciał na
Wodnych hamakach
I sprężystości napiętych
Na deskach surfingowych
W oparach wody i słońca
Ciepła kąpiel w falach
Albo lenistwo na piaskach
Niezliczonych plaży
Tak czy inaczej
Wypoczynek, urlop
Bądź tylko weekend
Jak w przysłowiowych bajkach

Meczety bram
Zamknięte miasta
Zaułki miast
Pachnące farbą i olejami
Owijające ubrania, włosy
I te owoce tak pachnące
To miasta nad oceanem
Wśród tłumu turystów
I zwykłych gapiów
Wszystko się dzieje
„Za zasłoną”
Za tuzinami barw
Milionami dźwięków
Odkazona, milionowa rzeczywistość
Od zmroku aż do rana



Pragnę poleżeć w słońcu
Nabrać ciepła poprzez własną skórę
Od promieni – energii natury
I stopy wygłaskać w morza falach
Zrobić im peeling na drobnych
Kamyczkach i grubych piaskach
Potem sięść z mineralną
Ostudzić zapały, by nie spłonąć
I użyć masło kakaowe
Aby równo w tym słońcu się opalić
Nie kryć oczu za czarnymi okularami
Patrzeć prosto w niebo, prosto w słońce
Wiem, że długo tak się nie powinno
Ale teraz...
Tylko teraz?



Moje świadectwo

Poproszono mnie o napisanie świadectwa, jak chorowałem i jak się leczyłem, gdyż gdy trafiłem do szpitala w roku 2000, to mój stan lekarze określali jako beznadziejny, a obecnie pracuję i żyję normalnie. Nie wiem za bardzo, jak napisać takie świadectwo, choć jestem pisarzem, gdyż nigdy nie pisałem czegoś takiego. Ale spróbuję... Więc: w 2000 roku, po kilku latach wstępnego leczenia i chorowania, i w końcu po przerwaniu leczenia, wyładowałem w Szpitalu Rydygiera na psychiatrii z urojeniami prześladowczymi, chroniczną bezsennością, stanami lękowymi oraz depresją. Lęki były tak silne, że nocami błąkałem się po mieście, bo bałem się zostać w swoim domu, a w dzień siedziałem w domu, ponieważ bałem się wyjść na ulicę. Do tego byłem kompletnym bankrutem – miałem więcej długów, niż włosów na głowie. Jednak dzięki determinacji mojej macochy podjąłem drugą próbę leczenia. Podano mi duże dawki h., dzięki czemu przespałem kilka dni i poczułem się lepiej. W szpitalu było strasznie – ludzie chorzy wymieszani byli z alkoholikami, i z tymi, co mieli jakieś kłopoty z prawem. Jakoś to przetrzymałem i, po około dwóch miesiącach, wyszedłem ze szpitala. Zacząłem uczęszczać na Oddział dzienny na Centrum B Szpitala Babińskiego. Było to jak skok w nadprzestrzeń. Doktor I., która mnie leczyła i którą wynalazła mi też moja macocha, zmieniła mi leczenie, co wręcz po prostu uratowało mnie i moje życie. Ustawiła mnie na neuroleptykach nowej generacji, jak wtedy je nazywano, głównie na leku z., dzięki czemu zacząłem wyglądać i zachowywać się normalnie. Po h. byłem bowiem parkinsonowany. Wyglądałem jak manekin, miałem sztywność i ślinotok, z trudem mówiłem, miałem też coś takiego w oczach, że ludzie na mój widok przechodzili na drugą stronę ulicy. Podobno wyglądałem jak naćpany narkoman. Wraz z przyjęciem z. to wszystko zniknęło, natomiast bardzo przytyłem. Ważyłem ponad 100 kilo, z czasem uporam się i z tym problemem. Podjąłem też bardzo ważną decyzję. Postanowiłem napisać pierwszą książkę. Pisałem przez jedną godzinę dziennie po powrocie z oddziału dziennego i była to pierwsza rzecz w moim życiu, którą robiłem systematycznie. Do tej pory pracowałem zrywami, na przykład trzy dni i dwie noce, a potem nic przez tydzień. No więc książka zaczęła się pisać, a ja chodziłem na wspomniany już oddział dzienny.

Na oddziale wszystkie formy terapii były ważne, to znaczy miałem farmakoterapię, psychoterapię, terapię zajęciową. I wtedy uważałem to wszystko za bez

sensu i potwornie się nudziłem. Nie wierzyłem, że cokolwiek mi pomoże. Byłem wściekły, że muszę tam chodzić i zdolowany totalnym bankrutem. Że się pozbiaram finansowo – też nie wierzyłem. Trudne było też to, że nie miałem pieniędzy na telefon. Nie mogłem zadzwonić do nikogo ze znajomych. Pochwały ze strony ojca i terapeutów, że jest lepiej i że dobrze, że się leczę, traktowałem jak drwinę i strasznie mnie to wkurzało. Zawsze zaliczałem się do przystojnych, a tu nagle otyłość. Enklawą szczęścia była tylko moja powstająca książka, która od początku miała dobre recenzje. Jest istotne, że pomimo mojego braku wiary, terapia skutkowała – było coraz lepiej. Aha, no i piwo – nagle nie mogłem pić piwa, które lubiłem.

Czułem się, jakbym nagle przestał być dorosły. Miałem wtedy 30 lat. Poza tym, prócz książki, nie miałem żadnej przyjemności, nawet piwa. „Nie mogę się nawet napić” – mówiłem sobie w duchu, chociaż nie byłem nigdy alkoholikiem. Po kilku miesiącach książka była skończona, a ja przeszedłem na oddział rehabilitacyjny Szpitala Babińskiego. Dla mnie był to właściwy przełom. Po pierwsze, po miesiącu poczułem się znowu szczęśliwy. Miałem na oddziale pierwsze spotkanie autorskie. W temacie leczenia otworzyłem się i terapia zaczęła mnie interesować. Malowałem, uczęszczałem na psychoterapię, zajęcia komputerowe i przepisałem na maszynie rękopis książki. Ważne były dla mnie zajęcia z książką i zajęcia literackie w ramach terapii zajęciowej. Wtedy były jeszcze maszyny do pisania, choć był to dla tych maszyn okres schyłkowy, zaczynała się era Internetu i komputerów. Udało mi się też zawiązać pierwsze znajomości. Przedtem na oddziale dziennym byłem lubiany, ale byłem tak zajęty sobą, że z nikim się nie skumplowałem. Ważne jest to, że między innymi zaprzyjaźniłem się z pijącym alkoholikiem, oczywiście nie na oddziale. Mimo tego ja nie piłem, co bardzo podobało się jego matce. I od tej pory zawsze w moim życiu będzie jakiś alkoholik-przyjaciel, co bardzo nie podoba się mojej rodzinie. Raz w tygodniu chodziliśmy na szpitalną dyskotekę i w ogóle oprócz terapii bawiłem się doskonale. Sercem oddziału była palarnia papierosów, gdzie funkcjonował klub towarzysko-towarzyski. Potem wróciłem na oddział dzienny i tym razem zawiązałem tam już przyjaźnię. Jeszcze w Babińskim po raz pierwszy udało mi się, pierwszy raz w życiu, zaoszczędzić pierwsze kilkaset złotych na leczenie zębów u prywatnego stomatologa. W owym



Rafał Lipka
(Sven Haiman)



rys. Rafał Lipka

czasie nie było dentystów na NFZ, nie było też NFZ. Nie miałeś kasy, to twoich zębów nikt nie leczył, jak ząb bolał, to mogłeś go co najwyżej wyrwać za darmo, nawet gdy nadawał się do leczenia. Pomimo tych sukcesów, mój stan był na tyle trudny, że zamieszkałem w domu pomocy społecznej. Zamieszkanie w DPS początkowo potraktowałem jako porażkę i od razu postanowiłem, że muszę się wyprowadzić, jak tylko mój stan zdrowia będzie na to pozwalał. A już wiedziałem, że leczenie ma sens i daje efekty. I bardzo chętnie się terapeutyzowałem. Okazało się też po kilku miesiącach, że DPS to jeszcze nie koniec świata i że jest bardzo fajnie.

Moje życie wyglądało w ten sposób, że we wtorki w Babińskim byłem na zajęciach literackich, potem w Klubie Fantasy, w środę i niedzielę widywałem się z ojcem, systematycznie brałem leki i chodziłem na psychoterapię. Zrobiłem korektę mojej książki z udziałem trzech wspaniałych korektorów: Jacka, Roberta i Beaty. Czytałem raz recenzję pewnej płyty – dobry zespół, dobra płyta, ale producent najlepszy. Tak było też z moją książką. Dobra książka i dobry pisarz, ale korektorzy najlepsi. Nie mam z tym problemu, bo to była moja pierwsza książka. Dalej było już lepiej. Po kilku latach podjąłem pracę w antykwariacie i wyprowadziłem się

z DPS do mieszkania, które dostałem od brata i było bardzo fajnie. Niestety po kilku latach antykwariat splajtował, a ja podupałem na zdrowiu. Pomimo leczenia nastąpił drugi atak choroby. Wyglądał podobnie jak pierwszy i wróciłem do DPS, tego samego co przedtem. I tym razem wiedziałem dwie rzeczy: 1. Sytuacja nie jest beznadziejna, bo już raz byłem w beznadziejnej sytuacji i z niej wyszedłem. 2. Coś muszę zmienić, coś poszło nie tak, jak powinno pójść. Program naprawczy zacząłem od tego, że zostałem członkiem kolegium redakcyjnego czasopisma „Impuls” – rozwój osobisty i grupa wsparcia, oraz zacząłem się systematycznie modlić. Kontynuowałem też psychoterapię. Tym razem jednak z psychologiem zacząłem poruszać tematy traumatycznego dzieciństwa – do 16 roku życia byłem ofiarą przemocy domowej. Przeszedłem proces wybaczenia, uzdrowiłem przeszłość. Kontynuowałem farmakoterapię pod okiem wspaniałego lekarza – doktora M. W stosunku do mojego lekarza, psychologa i opiekunki byłem bardzo otwarty. Przestałem mieć przed nimi tajemnice. Zacząłem też doświadczać wsparcia ze strony Pana Boga. Poszedłem do szkoły dwuletniej i zdobyłem wymarzony zawód terapeuty zajęciowego oraz pracę w tymże zawodzie. Wyprowadziłem się na mieszkanie

chronione. Zacząłem też spłacać długi.

Zapewniłem też sobie grupę wsparcia – mimo że nie mieszkam w DPS kontynuuję pracę w czasopiśmie „Impuls”, gdzie jestem jednym z redaktorów. Pielęgnuję też relacje z przyjaciółmi spoza „Impulsu” i naprawdę dbam o to. Mam też asystenta osoby niepełnosprawnej i opiekuna w mieszkaniu, gdyż cały czas jest dużo obszarów, gdzie potrzebuję wsparcia. Dbam o to, by oprócz życia zawodowego, mieć życie prywatne – to ważne. Bardzo ważny również jest dla mnie mój pies, Monika. Mam bliską istotę, którą mogę się opiekować i która kompensuje mi brak dzieci. Na zakończenie chcę napisać, że farmakoterapia to fundament domu. Bez dobrych fundamentów dom nie ustoi. Ale terapia psychologiczna, arteterapia, terapia zajęciowa to jest dopiero budynek – gmach, w którym możemy zamieszkać. Warto też skorzystać z pomocy instytucji. Staż w moim miejscu pracy sfinansowała bowiem Fundacja „Zdrowie Psychiczne”, bez której pomocy nie wróciłbym na rynek pracy. Warto się nie załamywać, gdy szukamy pomocy. „Zdrowie Psychiczne” to był siódmy program aktywizacji zawodowej, w którym wziąłem

udział. Dopiero tu spotkałem panią psycholog, Agatę, która po prostu wymyśliła mnie i moją przyszłość zawodową. W dużej mierze dzięki niej mam teraz dwa zawody: terapeuta zajęciowego i copywriter, podczas gdy wcześniej doradcy zawodowi w większości załamywali ręce, gdy pochylali się nad moim przypadkiem i nie mieli na mnie żadnego pomysłu, ja zresztą też długo nie miałem na siebie pomysłu.

Przez cały ten czas powrotu do zdrowia i życia bardzo pomagał mi mój ojciec. Zarówno materialnie, jak i pomógł mi uzdrowić relację z Panem Bogiem, która po takim dzieciństwie była zrujnowana. Jest ważne, że mój ojciec nie wiedział o niczym, ponieważ trzymałem to w tajemnicy przed wszystkimi. Wiele zawdzięczam też pracownikom DPS-u i dziękuję im za wszechstronną pomoc, z wieloma utrzymuję stały kontakt.

Nadal choruję i lecę się. Choroba jest, nie zniknęła. Ale, przynajmniej na ten moment, moją walkę z chorobą uważam za zwycięską i mocno wierzę, że tak pozostanie. Nie poślubiłem księżniczki, a jej tato król nie dał nam połowy Królestwa na własność. Nie żyję z nią długo i szczęśliwie, ale...

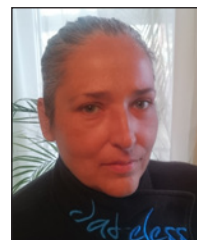
Refleksje

W harmonii ze sobą

Zastanawiałam się co to znaczy być w harmonii ze sobą. Myślę sobie, że taka harmonia jest wtedy, kiedy dobro równoważy przeżycia złe, pesymistyczne czy jakieś natrętne przykre doznania. I nie ma równi pochyłej, a jest równoważnia – jak ramiona wagi aptecznej mogą się wychylać, dzięki czemu odczytujemy proporcje mierzonych specyfików, ale w stanie spoczynku są w linii równej i jednakowej. Tak samo my możemy i mamy wpływ na to, jak możemy się czuć i przeżywać, jeśli pozwolimy sobie i swojemu ciału oraz psychice na rzeczy łatwe i przyjemne lub rzeczy trudne i absorbujące silnie naszą uwagę. Malkontenci z reguły sceptycznie podchodzą do życia, a osoby pełne zapału, wigoru i optymizmu – z radością i życzliwością dla każdego, także dla siebie... Tak więc cokolwiek byśmy robili – złe, czy dobre – zależy z jakiego punktu widzenia do tej sprawy podchodzimy i jaki mamy osobisty stosunek do niej, do czego obliguje nas nasza psychika i wychowanie.

Być w harmonii ze sobą znaczy również prawidłowo się odżywiać, w naszym przypadku także systematycznie przyjmować leki i być pod kontrolą. Jeśli praktyka sprawdza się i pokrywa z teorią, możemy wtedy mówić o harmonii. Możemy też być w harmonii z naturą, czyli

być eko, w harmonii duchowej – na skutek ćwiczeń oddechowych i medytacji, w harmonii ze swym ciałem – ćwicząc na zajęciach ogólnorozwojowych i fizykoterapii, wreszcie w harmonii ze swoim umysłem – literatura, muzyka, malarstwo, i zmysłami – udany kontakt typu partner, partnerka. Najbliższe jest dla mnie bycie ze sobą w harmonii, ale mając na myśli konkretnie i egoistycznie siebie, jeśli nie mam głosów i innych dręczących mnie na co dzień dolegliwości. Czuję się wtedy świetnie i kwitnąco, pomimo wszystko. Jestem w harmonii ze sobą, kiedy bez względu na pogodę i wewnętrzne samopoczucie czuję się dobrze i spełniam się w wymaganiach od siebie każdego dnia. Kiedy tak się nie dzieje – dzieje się źle. Nurty życia dają nam różne przesłanki i przykłady. Biografie osób znanych, a także sławnych dają dużo do myślenia. Sama religia to temat rzeka i przeze mnie do tej pory nie przepracowany, tak jakbym sobie tego życzyła. Pokolenia kontestacji i pseudowolności dzięki narkotekom przerażają swoją wewnętrzną doktryną i mutacjami psychicznymi na podłożu doznań pozazmysłowych i paranoidalnych. Ja mam i miałam to bez tego, więc ludzi, którzy są zdrowi i robią to, by coś poczuć, nie



Anna Kwiatkowska



rysunki Anna Kwiatkowska

rozumiem. Ja chciałabym wreszcie poczuć się jak poprzednio – zdrowa. Nie przeżywać tych zawitych tras w dążeniu do normalności, być ze sobą jak przyjaciel z przyjacielem, nie czuć do siebie wrogości, że zrobiłam to, czy coś innego. Również wówczas czuję równowagę i harmonię. Jeśli osiągnę cele zamierzone od paru lat, jak będę zadowolona z tego, co robię przynajmniej w 65 procentach, to już będzie coś. Jak zacznę sobie pomagać, a nie szkodzić i tym podobne, jak zrealizuję się w swoich obecnych, innych od poprzednich, upodobaniach – to też będzie to. Jak pozbędę się lęku i stresu w każdej sytuacji i okolicznościach w moim życiu – będę szczęśliwa. Jak okażą się wsparciem dla moje-

go dorosłego już dziecka – poczuć się wartościowym i znaczącym człowiekiem. Bo podobno na nic nie jest za późno, byle zmienić sposób podejścia i myślenia. Myślę tutaj o nurtujących mnie sprawach bieżących i aktualnych problemach, także o tych gdzieś po drodze zagubionych i zapomnianych, które wyjawiają się czasem z mroków i pokazują złe kły, a więc niekorzystne wspomnienia, skojarzenia, wreszcie osobiste przeżycia. To tylko z pozoru jest takie proste do załatwienia. Czasem samemu nie da się nic zrobić, ale najczęściej to własne nastawienie budzi w nas bestię lub ofiarę, albo jeszcze kogoś innego – osobę opanowaną, wyważoną, nie pozbawioną altruizmu, ale ostrożną i traktującą życie z uwagą i rozwagą.





Marek Migdał



Krzysztof Kijowski



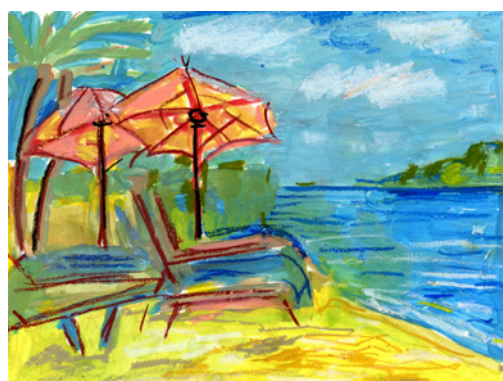
Marek Migdał



Marek Migdał



Józef Zamojski



Józef Zamojski

Zachód słońca

Teraz grzeje upalne słońce
Upał, gorąc i skwar narasta
Niebo jest skwarne i gorące
Temperatura wysoka wzrasta

Wnet teraz, kiedy słońce grzeje
I wkrótce ono na niebie zachodzi
Wtedy zachód słońca się dzieje
I widok ten wtedy przychodzi

Ten zachód słońca w kolorach
I w barwach się różnych jawi
To niebo w tonacjach i wzorach
Złoci się, błyszczą, jaskrawi

I grzeje to słońce jaskrawe
Gorące, czerwone, upalne
A barwy przy słońcu ciekawe
Powietrze wciąż duszne i parne

W odbłaskach zachodu słońca
Gorący letni wieczór nastaje
Ta kula czerwona, jarząca
Za horyzontu linią zostaje

Teraz na niebie zachód słońca
A jutro wschód słońca przychodzi
Gdy wszędzie ta kula jarząca
I jutro dzień nowy nadchodzi



Piotr Bal



Emilia Ożana



Marek Migdał

Józef Zamojski



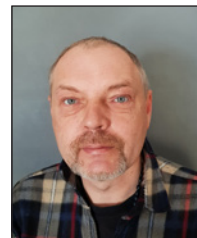
Marek Migdał



Krzysztof Kijowski

Tutaj czuję się kochany

Wywiad z Norbertem



Sven Haiman

Kontynuujemy cykl wywiadów z ciekawymi postaciami, które zamieszkują nasz Dom. Autor, Sven Haiman, rozmawia z osobami, które dzielą się swymi historiami. Zobaczcie, jak jesteśmy różni, barwni, jak ciekawi, a nasze historie, czasem radosne, a czasem tragiczne, mogłyby stanowić materiał do niejednej książki.

Sven: W „Impulsie” znany jesteś z kącika szaradzysty. Należysz również do najmłodszych mieszkańców naszego Domu. A z pewnością jesteś najmłodszy w redakcji „Impulsu”. Czy możesz powiedzieć nam, ile miałeś lat jak tutaj zamieszkałeś? I jak do tego doszło?

Norbert: Trafiłem tutaj wieku 19 lat, to było 10 lat temu. Od szkoły były problemy z moim zachowaniem, jeździłem do różnych szpitali, nie tylko psychiatrycznych ale też neurologicznych i neurochirurgicznych, od małego wymagałem leczenia, także operacji. Cały XX wiek, to znaczy moje życie w XX wieku, to był dla mnie raj...

Sven: Co masz na myśli?

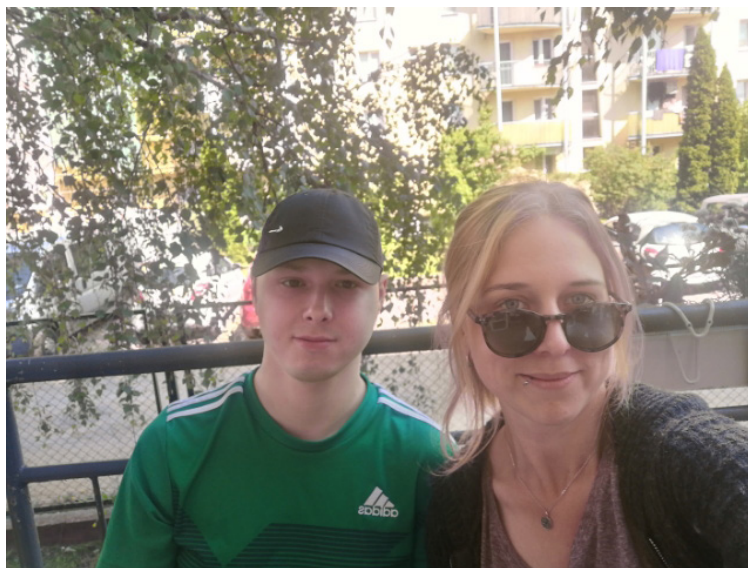
Norbert: Moje problemy i równocześnie problemy ze mną zaczęły się od pierwszego roku szkoły czyli od roku 2000. W przedszkolu nic się nie działo, mam z tego okresu same dobre wspomnienia. Dopiero XXI wiek przyniósł kłopoty...

Sven: A co takiego się zmieniło, co wydarzyło się jak poszedłeś do szkoły?

Norbert: Z powodu moich problemów zdrowotnych nie miałem dobrych relacji szkolnych – ani z rówieśnikami, ani z nauczycielami. Miałem zachowania agresywne, zaczęło się bicie kolegów, awantury szkolne, nie potrafiłem podporządkować się zasadom i wymaganiom wychowawców.

Sven: Czy już wtedy byłeś leczony?

Norbert: Tak, już od I klasy podstawówki byłem pod opieką specjalistów, a od III klasy zaczęły się napady padaczki. Do tego dodatkową trudnością była skomplikowana sytuacja rodzinna i nasze przeprowadzki, zmiany szkoły. Zawsze dużym wsparciem dla mnie byli moi dziadkowie. Od V klasy kontynuowałem naukę w oddziale psychiatrycznym na Alei Pokoju, gdzie miałem też liczne terapie. Po Alei Pokoju były liczne pobyty w szpitalu i równocześnie próby nauki w szkole, ale niestety nic z tego nie wychodziło – nie radziłem



sobie w normalnej klasie.

Sven: Czy wiesz co było powodem twoich problemów? Myślę o tych problemach z zachowaniem.

Norbert: No cóż, mam pewne wady wrodzone. Niektóre z nich były widoczne od urodzenia – mam jedną nogę krótszą, a inne pokazały się dopiero później – okazało się, że mam w głowie guzy, które powodują nasiloną padaczkę i zmiany zachowania – tę moją impulsywność, drażliwość, a nawet agresję. W latach 2006-08 byłem operowany przez neurochirurga docen-



ta Stanisława Kwiatkowskiego.

Sven: Czy operacje pomogły?

Norbert: Częściowo, na pewno zmniejszyły się napady padaczki, i są one rzadziej, teraz właściwie sporadycznie.

Sven: Czy udało się uzyskać poprawę także w zakresie Twojego ogólnego samopoczucia i zachowania?

Norbert: Nie tak od razu... Dopóki byłem w domu, nadal miałem problemy z zachowaniem, byłem często kierowany i zawożony na Kopernika na oddział dzieci i młodzieży, a potem do Szpitala Babińskiego.

Sven: Czy kontynuowałeś naukę?

Norbert: Skończyłem naukę w ostatniej klasie gimnazjum, potem już nie poszedłem dalej. Potem miałem różne terapie, chodziłem też do Siemachy. Miałem tam różne zajęcia, między innym kącik informatyczny.

Sven: Czy tam narodziła się Twoja informatyczna pasja?

Norbert: Informatyką interesowałem się już wcześniej, od dziecka, zawsze lubiłem komputery. Podczas jednego z pobytów w szpitalu w Prokocimiu na oddziale neurochirurgii miałem kontakt z fundacją „Mam marzenie”, i właśnie moim marzeniem był nowy komputer z systemem Windows XP. U Siemachy rozwinąłem te zainteresowania i wiele się nauczyłem. Komputery są nadal moją pasją, a dane z tamtych lat mam zapamiętane do dzisiaj. Zachowuję też pewne części z moich starych komputerów jako pamiątki.

Sven: Ja też byłem młody, bardzo młody kiedy trafiłem do DPS-u. Miałem 30 lat, czyli prawie tyle, ile Ty masz teraz. Wtedy przychodząc do DPS-u, myślałem, że moje życie się skończyło. Teraz wiem, że tak absolutnie nie było. Także Ty, jak wiem, czujesz się tu dobrze...

Norbert: Tak, ja czuję tutaj, że mam rodzinę, po prostu czuję się kochany. Oczywiście mam stały kontakt z dziadkami, którzy kochają mnie i troszczą się o mnie. Tutaj z kolei jestem częścią społeczności, w której jesteśmy dla siebie ważni. Wiem, że jestem tu szanowany i lubiany przez wszystkich, a często nawet podziwiany...

Sven: Co masz na myśli?

Norbert: Za sprzęty i za moje wiadomości informatyczne – zawsze mogę coś pomóc, podpowiedzieć jak chodzi o komputer, czy telefon. Ale przede wszystkim jestem doceniany za to, że się staram i pracuję nad sobą by zmienić swe zachowanie.

Sven: Faktycznie, tutaj Twoje zachowanie podobno bardzo się poprawiło.

Norbert: Tak, owszem. Jestem znacznie spokojniejszy niż po przyjęciu w styczniu 2013, więcej rozumiem i le-



piej kontroluję emocje. Chociaż jest to dla mnie duże wyzwanie i nie zawsze mi się udaje. Nadal zdarza mi się wybuchnąć, jakoś bez sensu wyładować złe emocje, ale wszyscy widzą, że takie sytuacje są dużo rzadsze. Były lata, kiedy do Kobierzyna jeździłem co chwilę, teraz jestem dumny, że właściwie tam nie trafia od kilku lat, od mniej więcej połowy pobytu tutaj (poza jedną „wpadką”).

Sven: To bardzo osobisty wywiad, dziękuję Ci w imieniu swoim i Redakcji, że zechciałeś o tym porozmawiać i podzielić się z Czytelnikami swoją historią. To wspaniale, że chociaż trudna ma ona swój szczęśliwy ciąg dalszy...

„Kilka słów o ważnych sprawach”

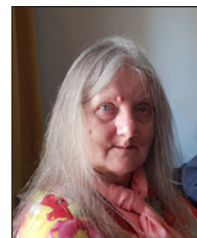
Tegoroczne przedstawienie naszej grupy teatralnej Teatr Wyobraźni nosi tytuł „Kilka słów o ważnych sprawach”.

Premiera odbyła się w Domu Kultury im. Henryka Jordana przy ul. Krupniczej, w czasie dorocznego, w tym roku już 20. Przeglądu Teatralno-Muzycznego Zespołów Domów Pomocy Społecznej. Kolejny raz grupa zaprezentowała spektakl na terenie naszego Domu z okazji Dnia Matki. Jak co roku zobaczyliśmy coś nowego, coś innego, a więc nowatorskie połączenie muzyki, tańca, śpiewu i narracji.

Poszczególni aktorzy otwierają się przed publicznością i ukazują swoją osobowość, swoje usposobienie. Wyraz przedstawienia jest więc chwilami żartobliwy, a chwilami nostalgiczny, melancholijny. Całość przebiega w szczerej, ciepłej atmosferze w café pod nazwą „Planeta Ziemia”. Tu realizowane są „zamówienia na

życie”, a jest ich w całym spektaklu sześć. Sześciu aktorów przedstawia siebie, ze swoimi różnorodnymi uczuciami, wspomnieniami, nostalgiami za sprawami z przeszłości, teraźniejszości i marzeniami na przyszłość. Mówią o tym, co w ich życiu jest najbardziej drogocenne, a nawet bezcenne. Bardzo podobają mi się wypowiedzi aktorów o naszych cechach charakteru, predyspozycjach, a także słowne puenty trafiające w sedno przeżywanych uczuć.

Niektórzy mówią o codzienności, o zdawałoby się zwykłych, ale ulubionych czynnościach, jak na przykład poranna kawa z dobrą muzyką, które zapewniają dobry humor przez cały dzień. Są wspomnienia z dzieciństwa i nostalgiczny powrót do lat beztroskich. Aktorzy mówią o swoim podejściu do życia – żartobliwym na co dzień, a poważniejszym gdy idzie o ważne sprawy.



Bożena Florek



Ktoś mówi o pragnieniu miłości, przyjaźni, o rodzinie. Są więc marzenia w skali mikro – spełnione i nie, oraz w skali makro, kiedy aktorzy mówią o pragnieniu pokoju, zwycięstwa dobra nad złem, wzajemnej życzliwości, serdeczności i szacunku, abyśmy nadal mogli wspólnie tworzyć ten nasz świat.

To wszystko – te nasze marzenia, wspomnienia, które dodają siły, nasze drobne przyjemności, to wszystko jest tak ważne, zwłaszcza teraz gdy ostatnie lata przyniosły nam tyle trudnych spraw – pandemia, a teraz ta straszna wojna, że chwilami wydaje się, że gorzej już być nie może. A jednak okazuje się, że można się uśmiechać na przekór wszystkiemu, co się dzieje dookoła, że możliwe są chwile radości w tych trudnych czasach.

Przedstawienie ma piękną oprawę muzyczną. Przy dźwiękach muzyki możemy wspólnie przeżywać przedstawiane emocje i narracje. W piosenkach wybrzmiewają uczucia, a są to: „Najpiękniejsza”, „Złoty pierścionelek”, „Góralka Halka”, „Granica”, „Czas nie będzie na nas czekał”. I wreszcie kończąca występ „Po słonecznej stronie życia”, przy dźwiękach której aktorzy wypowiadają krótkie życzenia dla siebie i dla świata. Ja także występuję w tym przedstawieniu. Zapowiadam, jako obsługa café „Planeta Ziemia”, każde „zamówienie na życie”.

Tak często mijamy się, przechodzimy obok siebie, a tak niewiele o sobie wiemy. Przedstawienie jest próbą otwarcia się i opowiedzenia o sobie przed szeroką publiką. To ważne – mówmy innym o sobie, nie musi to być od razu szeroka grupa, niech to będzie chociaż jedna osoba, przed którą się otworzymy – nie tylko od święta, ale i na co dzień.



rys. Anna Kwiatkowska

Poezja – najdłuższą drogą na tym świecie.

Takis Antoniu

Muzyka rodzi w sercu pragnienie dobrych czynów.

Pitagoras

Dopóki człowiek się śmieje, nie przegrał.

Andrew Vachss

Antytezą miłości nie zawsze jest nienawiść, bywa nią inna miłość.

Tadeusz Kotarbiński

Gdy naród nie chce już czytać swych poetów, składa im hołdy.

Alec Guinness

Głównym celem edukacji nie jest nauka, lecz rozbudzenie ducha.

Ernest Renan

Wyboru dokonał Lesław Wąsowicz



Piotr Bal



Krzysztof
Kijowski

Zobacz jakie ładne kwiaty...
No tak, bo przyszło już lato.

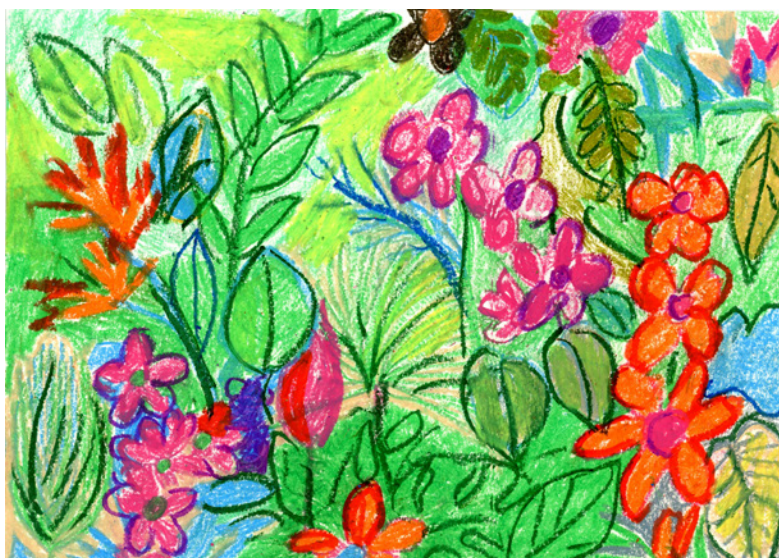
Czy widziałeś już lato?
Widziałem w parku jak rozmawiało
z wiosną.

Nie wiesz gdzie jest lato?
Tam, gdzie najładniej świeci słońce.

Marek Migdał



Lidia Wąsik



Marek Migdał



Lidia Wąsik

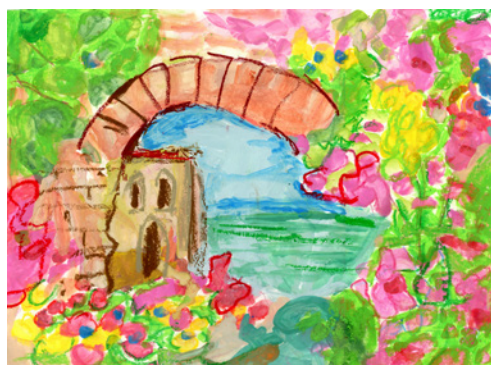


Piotr Bal



Józef Zamojski

Piotr Bal



Lidia Wąsik

Józef Zamojski



Inwazja Rosji na Ukrainę – ciąg dalszy...



Wojciech Wierzbicki

W poprzednim numerze pisałem o mojej trosce o Ukrainę. Wojna, która trwa już 4 miesiące, pozostawi niezatarte piętno na narodzie ukraińskim, tak przecież w ostatnim czasie nękanym w sposób niezasadniony przez prezydenta Rosji, Władimira Putina

cywilów, należycie pociągnięty za to do odpowiedzialności i pewnie odpowiednio ukarani. Walka zbrojna przyczyni się na pewno do jego zguby. Nawet gdyby udało mu się pokonać Ukrainę, w co osobiście nie wierzę, byłoby to dla niego niedobre, oplakane w skutkach.



Na początku wojny, unikałem tego tematu, budził we mnie lęk – o Ukrainę, a także o nasz kraj. Mniej śledziłem media i informacje o rosyjskiej agresji. Obecnie bardziej zaangażowałem się w tę sprawę, oglądam więcej telewizji, słucham w radiu wiadomości i chętniej dowiaduję się, co dzieje się aktualnie na Ukrainie, bardziej interesuję się wojną i jej przebiegiem. Dzięki temu także częściej widuję w TV pana Jana, o którym pisałem poprzednio (mój terapeuta z pobytu w 1986 w klinice psychiatrycznej, a później ambasador Polski na Ukrainie). Pan Jan występuje w programach publicystycznych, gdzie komentuje wojenne wydarzenia.

Ogrom zniszczeń budzi moje przeżenie. Z tego, co wiem, najbardziej ucierpiały: Bucza, Mariupol, Charków, także trochę Lwów i Kijów. Ucierpiało też wiele innych miast i wiosek. Także z przerażeniem słucham relacji z Ukrainy zarówno reporterów, jak i udręczonych wojną mieszkańców. Niedawno wysłuchałem wypowiedzi biskupa z diecezji charkowsko-zaporoskiej, który opowiadał o zagrożeniach i zniszczeniach, jakie przyniosła wojna z Rosją na obszarze jego diecezji. Słuchałem tego ze zgrozą.



i jego wojsko. Putin jest tu przecież agresorem. Jego zachowanie przypomina mi zachowanie myszy, która wchodzi do rurki zatkaney z jednej strony i nie potrafi się wycofać, w rezultacie czego ginie. Skojarzyło mi się to właśnie z działaniem Putina, który tak zapędził się w swoich okrutnych wojennych działaniach, że brnie w to dalej i nie potrafi zakończyć wojny w sposób pokojowy i przerwać ekspansji. Nie może zakończyć wojny, bo zostałby, mając na rękach krew wielu

Oprócz ciągłych rozmów na temat straszliwych skutków wojny, pojawiają się liczne spekulacje co do długości jej trwania i co do możliwych zakończeń. Niestety nic nie wiadomo w tej kwestii. Ja niezmiennie, mimo mojego porównania z myszą, liczę jednak i wierzę w rychłe zakończenie wojny, bo o optymistycznym nie ma co mówić. Wojna to przecież w każdym razie stan koszmaru, niepewności, strachu, strat, wreszcie zagrożenia życia.

„Hey, Hey, Rise Up”

Wojna jest koszmarem. Cały świat obserwuje i debatuje na temat sytuacji na Ukrainie, a jest tam właśnie konflikt zbrojny pomiędzy Rosją a krajem rządzonego przez prezydenta Zełenskigo. Konflikt ten został wywołany, zainaugurowany przez prezydenta Putina, który z Moskwy chciałby zostać carem imperium. Niestety naród rosyjski w dużej mierze popiera ten bestialski atak. Światowi przywódcy rozważają jak pomóc Ukrainie w tej tragicznej, odważnej walce.

Pomóc próbują nie tylko politycy. Także świat sztuki nie pozostaje obojętny.

Odniesienia do wojny i sygnały wsparcia dla Ukrainy płyną z koncertów muzycznych, festiwali filmowych, ze scen teatrów. Wielu artystów muzycznych także wyraziło swe poparcie dla Ukrainy. Między innymi gitarzysta grupy Pink Floyd, David Gilmour & Co. w tej szczególnej dziejowej sytuacji dali o sobie znać. W dniu 8 kwietnia 2022 roku pojawił się utwór „Hey, Hey, Rise Up”. To pierwsze nowe wydawnictwo nagrane i wydane przez grupę Pink Floyd od 28 lat, od chwili nagrania „The Division Bell” w czerwcu 1994 roku.

„Hey, Hey, Rise Up” zostało zainspirowane teledyskiem Andrija Chlyvnyuka, którego zespół BoomBox występował z Davidem Gilmourem w 2015 roku, śpiewającego ukraiński protest song przeciwko rosyjskiej inwazji „Oh, the Red Viburnum in the Meadow” („Oh, Czerwona Kalina na łące”) na linii frontu w Kijowie.

Inicjatorem pomysłu na ten utwór muzyczny był Gilmour, którego synowa jest notą bene Ukrainą, i który postanowił wykorzystać popularność Pink Floyd dla wsparcia Ukrainy. Mówił: „To trudne patrzeć na ten niezwykle szalony, niesprawiedliwy atak wielkiej potęgi na niezależny, pokojowy, demokratyczny naród. To niezwykle ważne, by ludzie rozumieli, co się tam dzieje i być chcieli zrobić wszystko, co w ich mocy, by zmienić tę sytuację. Wsparcie Pink Floyd może podnieść morale Ukraińców – muszą wiedzieć,

że cały świat ich wspiera.” Wraz z perkusistą Nickiem Masonem nagrali nowy utwór z wokalem Chlyvnyuka i wydali go pod szyldem Pink Floyd. Zabieg ten zapewnił wielki rozgłos, a co za tym idzie także wsparcie, jakie muzycy tej formacji prog.rock. mogli zapewnić Ukrainie. Dochód z „Hey, Hey, Rise Up” został w całości przekazany na rzecz akcji humanitarnych działających na rzecz ofiar wojny w Ukrainie. Oprócz Gilmoura i Masona



**Ireneusz
Kawałek**



w utworze występują także Guy Pratt na basie i Nitin Sawhney na klawiszach.

Na zakończenie tego krótkiego felietonu śmiałbym ja, fan i wielbiciel Pink Floyd, a zarazem historyczny słuchacz z podziwem spoglądający na ten utwór pt. „Hey, Hey, Rise Up” Pink Floyd live zagrane z ogromnym profesjonalnym i zawodowym zacięciem, porównać go pokrótce do aranżacji innego hymnu tej formacji progresywnej live „What do you want from me” („Czego chcesz ode mnie”). To wspaniałe przeszerzenie grania, typowe dla Pink Floyd.

Źródło: groove.pl

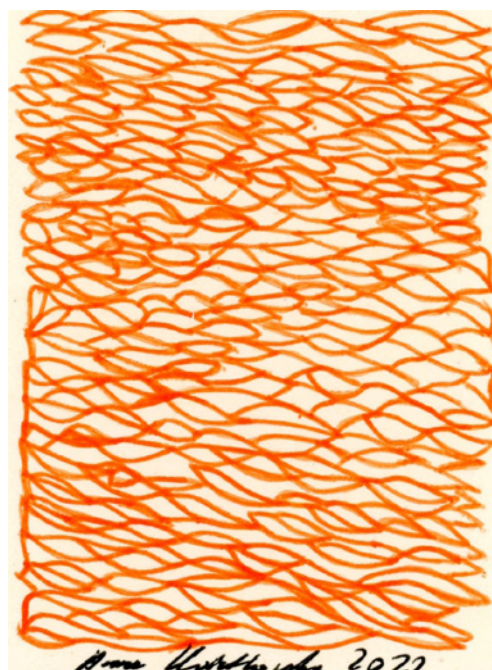
*Oh, na łące nisko pochylili się czerwona kalina
Z jakiegoś powodu nasza wspaniała Ukraina jest w smutku
I weźmiemy tę czerwoną kalinę i ją podniesiemy
I będziemy kibicować naszej chwalebnej Ukrainie, hej, hej
I będziemy kibicować naszej chwalebnej Ukrainie, hej, hej*



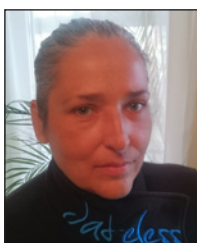
Kocham moje ściany
Kocham moje miasto
I Ciebie kocham niepojęcie
Bo wiem, że jeśli się spotkamy
Spotkamy się „bezszelestnie”
Układam słów, nie omamów
Zabrzmiała struna na wietrze
Wierszem wieloskładni okraszę
Moją percepcję
Dla Ciebie wątek obły
Choć przecież nie robaczywy
Uszyją modnie nimfy
W zatoce nenufarów
I łabędzi prawdziwych
Jak król zaklęty w ptaku
Podpłyniesz niebezpiecznie
Do ust zbliżę konchę kwiatu
Wypiję napój źródła niezależnie
A potem już tylko bal
I karmazynowe płótna oraz tiule
Nie spłoną na nas wcale i tak
Bo czy istniejemy w ogóle?

Było to dla mnie tak ważne
I dla nas jeszcze ważniejsze
Zapytał – co sądzę?
Właśnie, a we mnie trzepotało powietrze...
Powiedziałam coś w rodzaju – nigdy więcej (?)

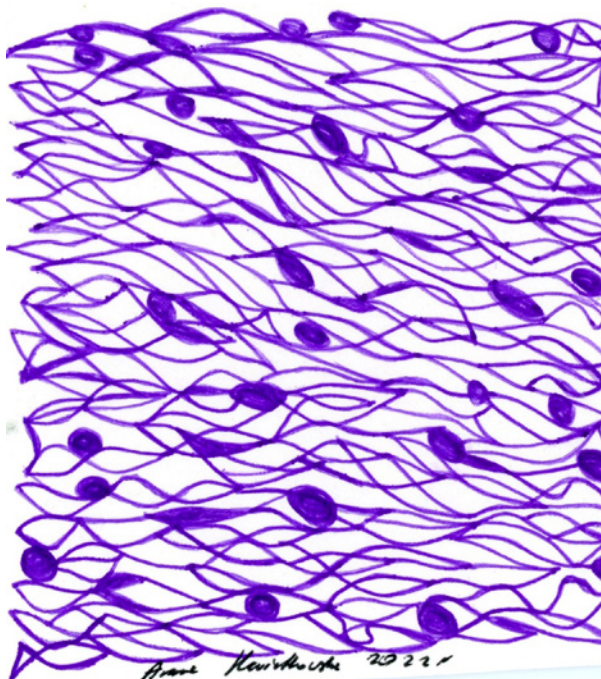
Jak pogmatwany bywa strach
Troska o to, o tamto
Teraz roztrząsanie jutra
Tak miło usłyszeć jest
Że to mała chwila
Co nie reaguje na nas tak, jak kwiaty
Na motyle...
Usiadłszy bowiem nad brzegiem jezior
Czy też łąk
Dostrzeżesz to, co na przodzie wiary
Bezkresnej leży
I pozostaje tam, dokąd przyjdziemy
Optymalnie jeszcze świeży



Chciałam rzucić Ci słońce do stóp
Ubrać w kwiaty i podać
Najlepsze macchiato
Chciałam wesprzeć Cię i pocieszyć
Bo przecież nie jesteś
Ze skazy
Z popiołu i wosku odcisnąć Twą dłoń
I mieć ją na zawsze
Odcisk dłoni - nic więcej
Za całe moje życie
Które wsiąkło w szarą masę
Martwą przestrzeń

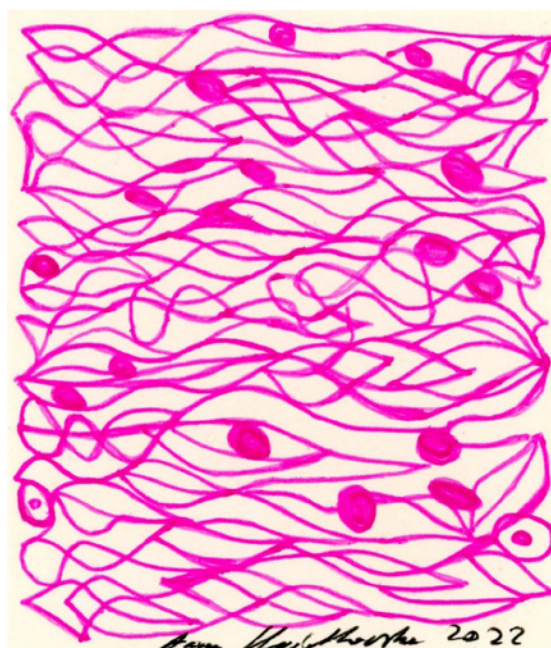


**Anna
Kwiatkowska**
wiersze i rysunki



Wiesz, kiedy rodzi się ból?
Po rozterce...
Wiesz, kiedy budzi się serce?
Po miłości...
A wiesz, kiedy najwięcej się mówi
I pisze się najwięcej?
Kiedy nie ma się już nic
Do urzeczywistnienia

Nie stój, nie czekaj
Schowajmy się przed deszczem
Siecze, ulewa rozbija świeże kwiaty
W cyklony kolorów porwanych
Płatków przybitych
Do gruntu ulewą i deszczem
Tak my poskromieni przez to wszystko
Grzęźniemy
Gdzieś obok siebie przy stoliku z kawą
Czy przy sobie wreszcie
Mamałyga słów lepsza od mamony
Kłamstw
Ruszasz z miejsca?
Nie prędeży niż „zamięć słowa”
– Zróbmy tak wszędzie, post realnie





Marek Migdał



Marek Migdał

Pejzaż latem

*Latem gorącym i upalnym – góry
Nad którymi tam słońce to świeci
A góry te pokryte są lasami
Nad którymi słońce wysoko wzleci*

*Za lasami ciągną się tam pola
Gorąc, upał, skwar wszędzie wzrasta
I wszędzie widoczna uprawna rola
Skwar, upał, gorąc wszędzie narasta*

*A góry ciągną się za polami
Gdzie zielono jest tam wszędzie
I góry ciągną się za lasami
I radość lata wszędzie będzie*

*Zielone góry, pola, łąki i lasy
Przepiękny widok oraz krajobraz
A wokół łąków zbóż jasne pasy
Gdzie mieni się tego lata obraz*

*Ten pejzaż letni oraz wspaniały
W odbłaskach słońca tych upalnych
Tworzy widok ten doskonały
W przestrzeniach tych wizualnych*



Piotr Stawowy



Alicja Rabiej



Piotr Bal



Piotr Bal



Piotr Bal



Józef Zamojski



Marek Migdał



Piotr Bal



Józef Zamojski

Atrakcyjna wycieczka do Szczawnicy

Dnia 2 czerwca tego roku grupą wybraliśmy się na całodniową wycieczkę autokarową do Szczawnicy. Najpierw pojechaliśmy do rezerwatu przyrody pod nazwą Biała Woda. Znajduje się on na terenie Białej Wody stanowiącej część miejscowości Jaworki, w Małych Pieninach. Jaworki są jakby przedłużeniem Szczawnicy ze szlakiem turystycznym na Słowację. Idąc szlakiem, przeszliśmy pieszo kilka kilometrów.

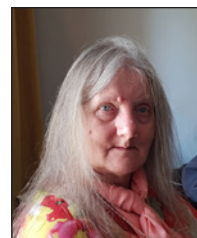
Po powrocie z rezerwatu mieliśmy przerwę na smaczny, syty posiłek przygotowany przez naszą Kuchnię, który spożyliśmy na świeżym powietrzu. Niektórzy kupili przy okazji pamiątki w postaci kubeczków, wido-kówek i różnorodnych miódów.



Głównym celem naszej podróży była Szczawnica, do której wybraliśmy się po posiłku. Zachwyciło nas pięknie zagospodarowane miasto uzdrowiskowo-turystyczne.

Szczawnica leży w zacisznej dolinie potoku Grajcarek, prawobrzeżnego dopływu Dunajca. Otoczona jest Pienińskim Parkiem Narodowym i Poprawskim Parkiem Krajobrazowym. W centrum w parku znajduje się duża scena widowiskowa, przeznaczona na fe-

stiwale muzyki góralskiej. Nazwa miejscowości wiąże się z występującymi tutaj wodami mineralnymi, zwanymi przez górali szczawami. Rozwój Szczawnicy nastąpił w początkach XIX wieku, kiedy dokonano analizy jednej ze szczawnickich wód – późniejszej Józefiny. Od tego czasu zaczęto butelkować i sprzedawać wody ze szczawnickich źródeł. W 1820 zbudowane zostały pierwsze urządzenia zdrojowe i park zdrojowy. Kiedy dobra szczawnickie nabyła węgierska rodzina Szalayów, nastąpił dalszy rozwój miasta, wybudowano pensjonaty i Szczawnica zaczęła nabierać charakteru miejscowości uzdrowiskowej. Zaczęto także organizować



Bożena Florek



pierwsze spływy Dunajcem przy muzyce góralskiej. Pamiątką po rodzinie Szalayów jest klasycystyczny dwór otoczony parkiem. W dalszych latach Szczawnicą zarządzała Akademia Umiejętności w Krakowie, dokończono wtedy budowę Drogi Pienińskiej nad Dunajcem. Następował dalszy rozwój miasta, które przez lata miało różnych zarządców. W latach 30. XX wieku powstało nowoczesne inhalatorium (centrum zabiegowe) z komorami pneumatycznymi. Miejsce



wody mineralne to głównie szczawy wodorowo-węglanowo-chlorkowo-sodowo-jodkowe. Pochodzą one z naturalnych wypływów, a zalecane są przy niezbyt trudnych drogach oddechowych, oskrzeli, w chorobach przewodu pokarmowego i narządu ruchu, a nawet w otyłości. Leczeniu dróg oddechowych sprzyja także łagodny i ciepły klimat uzdrowiska.

Obecnie Szczawnica obok charakteru uzdrowiskowego jest także popularną miejscowością turystyczną. Stanowi bazę wypadową w Beskid Sądecki, Pieniny i Gorce. Na Palenicy funkcjonuje kolej krzesełkowa,

miasto posiada także stację narciarską oraz naturalny tor slalomowy dla kajakarzy górskich. W Szczawnicy kończy się jeden z wariantów spływu Pienińskim Przełomem Dunajca.

W drodze powrotnej obserwowaliśmy właśnie spływ Dunajcem. Nie zabrakło górskich oscypków i sławnych najsmaczniejszych lodów na głównym deptaku. Dopisała nam pogoda w przyrodzie i pogoda ducha, a przekonaliśmy się, że mamy kolejny zakątek na tej Ziemi, gdzie powracać każdy chce.

Wycieczki

Wycieczka do Inwałdu

W piękny, wiosenny poniedziałek, 9 maja, wybraliśmy się na jednodniową wycieczkę do Inwałdu i okolic.

Inwałd to malowniczo położona wieś znajdująca się na terenie naszego województwa, nieopodal Andrychowa i Wadowic. Jedną z głównych atrakcji jest tam Park Miniatur – „Świat Marzeń”, który mieliśmy przyjemność zwiedzać. Miejsce pozwala na swobodne przemieszczanie się po nim wózkami inwalidzkimi, dzięki czemu z wyjazdu mogli skorzystać także mniej sprawni mieszkańcy naszego Domu. Podczas dwugodzinnego spaceru po terenie Parku, w towarzystwie przewodnika, podziwialiśmy miniaturowe budowle charakterystyczne dla różnych państw z całego świata. Budynki wykonane są niezwykle precyzyjnie, wyglądają przepięknie i niemal identycznie jak oryginały, zrobiło to na nas duże

wrażenie. Szczególnie spodobała nam się kopia Watykanu, która zrobiona jest tak, że można wejść na Plac Św. Piotra i tym samym poczuć się jak w Rzymie. W tym miejscu wykonaliśmy sobie pamiątkowe zdjęcie. Byli wśród nas pan Witold oraz pan Rafał, którzy mieszkali w przeszłości we Francji i ogromnie ucieszył ich moment ponownego znalezienia się pod Wieżą Eiffla. Pan przewodnik zadawał różne pytania dotyczące poszczególnych budowli, miast i historii z nimi związanych. Przy tej okazji dużą wiedzę wykazała się pani Irena.

Ku wielkiej radości niektórych z nas, okazało się, że w Parku oprócz miniatur, znajduje się także małe wesołe miasteczko. Prawie wszyscy mieszkańcy w towa-



**Waldemar
Stachel**



rzystwie opiekunów mieli okazję przejechać się elektrycznymi samochodzikami oraz diabelskim młynem, z którego rozpościerał się przepiękny widok na cały Park i okolicę. Natomiast grupka najodważniejszych śmiałków wybrała się na łódź piracką, która rozbijała nas pod samo niebo. Równie emocjonujący był mini rollercoaster, a w domu strachów i kinie 5 D mogliśmy doświadczyć silnego dreszczyku na plecach.

Jak widać, Park Miniatur w Inwaldzie dostarczył nam bardzo dużo wrażeń.



Śmiechom i ekscytacjom nie było końca, a była to dopiero połowa naszej wycieczki.

Drugim etapem tego wspaniałego dnia była biesiada w drewnianej chacie, na pięknej polanie, wśród zielonych wzgórz. Przy dźwiękach góralskiej muzyki, rozkoszowaliśmy się smakami swojskiej kielbaski prosto z ogniska, staropolskiego żurku oraz wiejskiego chleba z prawdziwym smalcem. Było wybornie! Nie obyło się także bez tańców, płąsali nawet najbardziej oporni spośród nas.

To jeszcze nie koniec atrakcji, bo ostatnim punktem naszej wycieczki była przejażdżka wozami zaprzężonymi w piękne konie. Podczas tej wyprawy podziwialiśmy piękno okolicznych wiosek, łąk i lasów, śpiewając radosne piosenki i pozdrawiając mijanych przechodniów. Pogoda tego dnia bardzo nam dopisała, było bajkowo!

Wracając do Krakowa, w autokarze, z rozrzewnieniem wspominaliśmy ten wspaniały dzień, przywołując najpiękniejsze i najweselsze jego momenty. I z pewnością o wycieczce do Inwaldu długo jeszcze nie zapomnimy, jednak już wyczekujemy następnej.



Marilyn Monroe

W ostatnich dniach za 195 milionów dolarów w Nowym Jorku został sprzedany słynny portret Marilyn Monroe autorstwa amerykańskiego mistrza pop-artu Andy'ego Warhola, stając się najdroższym dziełem sztuki XX wieku, jakie kiedykolwiek sprzedano na publicznej aukcji. „Shot Sage Blue Marilyn”, obraz namalowany w 1964 roku, dwa lata po tragicznej śmierci ikony Hollywood, sprzedał się w cztery minuty w siedzibie Christie's, w samym sercu Manhattanu. Warhol po śmierci Monroe stworzył serię jej portretów, które dzisiaj są uznawane za jedno z najważniejszych dzieł powojennej sztuki. Prace znajdują się m.in. w Museum of Modern Art. Namalowany tuszem sitodrukowym i akrylem „Shot Sage Blue Marilyn” jest jednym z pięciu

portretów w żywych, nasyconych, kontrastujących kolorach, które urodzony w Pittsburghu w Pensylwanii Warhol, mieszkający w Nowym Jorku, wykonał w 1964 roku na podstawie zdjęcia Marilyn Monroe z promocji filmu „Niagara” w 1953 roku. Różowa twarz, blond włosy i wyrazista szminka, aktorka enigmatycznie uśmiecha się na turkusowoniebieskim tle.

Marilyn Monroe, ikona stylu pin-up, jedna z największych gwiazd kina, jest uważana za symbol seksu, zmysłowości i kobiecości. W latach 50. czarowała wyglądem, tańcem, śpiewem i temperamentem. Nawet teraz, w początkach XXI wieku jest uznawana w rankingach za najseksowniejszą kobietę wszechczasów (m.in. TV Guide Network, magazyn „People”). Była najczęściej fotografowaną osobą w XX w., zaliczana do grona

najbardziej znaczących Amerykanów tego stulecia. Jest uważana za protoplastę współczesnych celebrytek, jak np. Paris Hilton i Kim Kardashian. Niektórzy uznają ją także za symbol feminizmu ze względu na jej osobiste, trudne, poważne doświadczenia.

Postać Monroe pojawia się w wielu filmach, książkach, piosenkach. Jest także obiektem badań.



**M. Barbara
Jaworska**

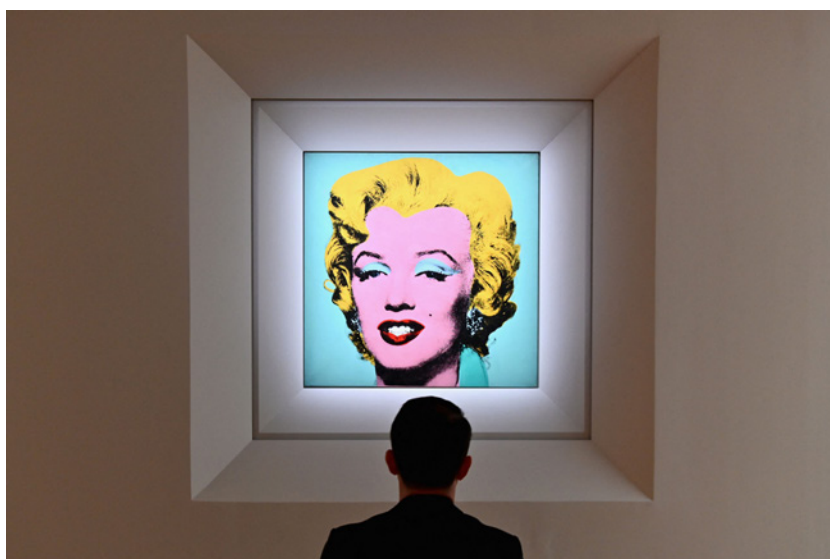
Skomplikowane życie Monroe stało się tematem dyskusji nad środkami masowego przekazu, sławą i konsumpcjonizmem. Na przestrzeni lat Monroe stała się marką samą w sobie. Jej wizerunek związany był z kampaniami reklamowymi i produktami m.in. takich firm, jak: Fiat, Max

Factor, Chanel, Procter&Gamble czy Mercedes-Benz. Aktorka znalazła się na liście Forbesa, wśród najlepiej zarabiających zmarłych gwiazd.

Monroe wpłynęła na wielu artystów, nie tylko Andy'ego Warhola, ale także np. na Madonnę. Jej styl był pod różnymi postaciami wielokrotnie powielany i prezentowany m.in. przez: Beyonce, Cindy Crawford, Christinę Aguilera, Jennifer Lopez czy Britney Spears.

Sceniczny wizerunek Monroe sprawiał, że stała się obiektem pożądania wielu mężczyzn. Odgrywała zwykle role sekretarek,

chórzystek, modelek i była postrzegana jako „idealna towarzyszką do zabaw”. Monroe przeszła do historii kina jako aktorka wcielająca się w rolę stereotypowych blondynek. Dziecięcy głos oraz specyficzny



sposób poruszania się były nieodłącznymi elementami jej filmowego wizerunku, łączącego zmysłowość i niewinność.

„Marilyn Monroe to jest ktoś, kogo nigdy nie było. Ona absolutnie podporządkowała się pewnej idei, dlatego to jest ponadczasowe, dlatego nam się ciągle podoba, bo to jest pewien ideał, pewna idea” — Tomasz Raczek.

Krytycy filmowi aktorstwo Monroe oceniają różnorodnie. Zaś jej fenomen tak tłumaczyła pisarka Francine Prose: „Jej piękne ciało zniknęło, zanim zdążyła dopełnić dwa amerykańskie grzechy ciężkie: roztyć się i zestarzeć”.

Norma Jeane Mortensen, bo tak nazywała się Monroe, urodziła się 1 czerwca 1926 roku w Los Angeles (Kalifornia, USA). Dzieciństwo upłynęło jej w trudnych warunkach, wychowywała się w domach dziecka i rodzinach zastępczych, matka chorowała psychicznie. W wieku 16 lat rzuciła szkołę i wyszła za mąż. Pracując w fabryce samolotów Radioplane Company została odkryta przez łowcę talentów, który widział w niej materiał na przyszłą gwiazdę i zrobił pierwszą sesję zdjęciową. W 1945 roku została przyjęta do agencji modelek, ale chciała być aktorką. Kiedy dowiedziała się, że producenci filmowi zatrudniają tylko niezamężne dziewczyny, rozwiodła się z mężem i zmieniła nazwisko na Marilyn Monroe. Szybko wpadła w oko filmowcom, podpisała kontrakt z wytwórnią 20th Century Fox. Początkowo grała w filmach małe, epizodyczne role, pozo-
wała też dla „Playboya”, występowała w telewizyjnych reklamach. Nie przeszkadzało jej to, gdyż pragnęła się uczyć



i równocześnie uczęszczała do szkoły aktorskiej.

Na ekranie zadebiutowała w 1947 roku, w filmie „Dangerous Years”, potem występowała w epizodach w kilku filmach, jednak nie została zauważona. Zwróciła na siebie uwagę w obrazach „Asfaltowa dżungla” i nagrodzonym 5 Oscarami „Wszystko o Ewie”, gdzie wystąpiła u boku Bette Davis i nagrodzonego Oscarem George’a Sandersa. Marilyn spodobała się publiczności i pojawiła się w kolejnych filmach: „Na krawędzi”, „Proszę nie pukać” oraz „Małpiej kuracji”. Wraz z tym ostatnim filmem pojawił się wizerunek platynowej blondynki, który pozostał z Monroe do końca.

Twórcy eksponowali przede wszystkim jej urodę, Monroe natomiast marzyła o docenieniu jej talentu (uczęszczała na kursy do Actors Studio L. Strassberga i E. Kazana).

Po sukcesie tych obrazów, w początku lat 50. Monroe wystąpiła w dramacie „Niagara”, w komediach „Mężczyźni wolą blondynki” (gdzie zaśpiewała słynną piosenkę „Diamonds Are a Girl’s Best Friend”) i w „Jak poślubić milionera”, gdzie przyćmiła takie gwiazdy jak Betty Grable i Lauren Bacall. W westernie

Roberta Mitchuma „Rzeka bez powrotu” wcieliła się w postać właścicielki saloonu, Kay.

W 1954 roku Monroe wyszła za mąż za baseballistę Joe DiMaggio. Małżeństwo rozpadło się za sprawą słynnej sceny z komedii „Słomiany wdowiec” z 1955 roku, w której biała sukienka Marilyn unosi się do góry. Scena przeszła do historii kina. Po jej obejrzeniu DiMaggio rozpętał kłótnię i pobił aktorkę, która szybko złożyła pozew o rozwód.



Na początku 1956 partnerowała Lawrence'owi Olivierowi w komedii „Księżę i aktoreczka”, następnie zagrała w dramacie „Przystanek autobusowy”. W 1956 roku Marilyn wyszła za mąż za znanego dramaturga i scenarzystę Arthura Millera i zaprzestała występów na ekranie, dopóki małżeństwu nie zaczęło brakować pieniędzy. Wtedy Billy Wilder przysłał aktorce scenariusz kultowej już komedii „Pół żartem, pół serio” (1959), za rolę w której otrzymała jedyny w swej karierze Złoty Glob. Latem 1960 zagrała w filmie „Pokochajmy się” oraz w swym ostatnim filmie, dramacie „Skłócenie z życiem”, u boku legendarnego Clarka Gable'a.

Małżeństwo z Millerem okazało się pomyłką, w 1961 roku rozwiedli się. Aktorka zaczęła ponownie spotykać się z Joe DiMaggio. Wdała się też w romans z prezydentem USA, Johnem F. Kennedym. W 1962 miała zagrać w „Something's Got to Give”, ale filmu nie ukończyła – rzadko docierała na plan i ostatecznie studio zerwało z nią umowę. Życie Marilyn stało się

bardzo ciężkie, od dawna żyła w silnym stresie, była roztrzęsiona i nie mogła spać, nie miała żadnej bliskiej osoby, która by mogła ją wspierać, media nieustannie zabiegały o wywiady i spotkania. 5 sierpnia 1962 roku Marilyn Monroe w wieku 36 lat zmarła w Los Angeles (Kalifornia, USA), w niewyjaśnionych okolicznościach. Oficjalnie poinformowano, że przedawkowała środki nasenne. Do dziś nie są znane przyczyny jej śmierci – mówi się o samobójstwie aktorki, która miałaby zażyć śmiertelną dawkę barbituranów. Jednak badania krwi wykazały, że w jej organizmie znalazły się inne szkodliwe substancje chemiczne, co wzbudziło spekulacje o morderstwie. Podejrzewano o zabójstwo rodzinę Kennedych, dla której romans Marilyn z Johnem stał się niewygodny. Niczego jednak nie udowodniono. Fotograf George Barris powiedział o Monroe: „Była tak pełna życia, że nigdy nie uwierzę, by mogła zadać sobie śmierć”.

Źródła: Filmweb, wikipedia, bankier.pl

Film

„Pół żartem, pół serio”

Czy „Pół żartem, pół serio” to najlepszy film Marylin Monroe? Chyba nie. Ja za najlepszy uważam „Skłóconych z życiem” – ale to moje zdanie. Na pewno natomiast „Pół żartem, pół serio” to najpopularniejszy film, który ją „unieśmiertelnił”. I który to film jej fani mogą oglądać bez końca i który bawi, nawet gdy znają go na pamięć. Coś jak nasza „Seksmisja”, czy „Sami swoi”.

Jest to sprawnie nakręcona czarno-biała komedia z 1959 roku, z doskonałym aktorstwem i – posłużę się tu cytatem z mojego znajomego – brzuch można wypluć ze śmiechu oglądając ten film. Co prawda on powiedział tak o innym filmie, ale doskonale pasuje to do „Pół żartem, pół serio”.

Film powstał na podstawie opowiadania Roberta Thoerena i Michaela Logana, a wyreżyserował go Billy Wilder. Obok Marylin Monroe na ekranie wystąpili Jack Lemmon i Tony Curtis. Obaj w roli muzyków, którzy nagle tracą pracę, zostają przypadkowymi świadkami mafijnych porachunków i przyjmują pracę w żeńskiej orkiestrze. W kobiecych przebraniach jadą na Florydę, podczas podróży z orkiestrą zaprzyjaźniają się z piękną piosenkarką... Potem następuje szereg zabawnych sytuacji i gagów.

W 1960 roku film zdobył Złotego Globa za

najlepszą komedię, zostali nagrodzeni też reżyser i aktorzy – Marylin Monroe i Jack Lemmon. Komedia trafiła też na listę stu najlepszych amerykańskich filmów stulecia.

Ja przyznam się, że osobiście za tym filmem nie przepadam. Po prostu nie lubię jak faceci przebiegają się w damskie fatalaszki – ale to moje zdanie. Większość najwyraźniej to lubi i ok. Niech żyje różnorodność!



Sven Haiman





Lidia Wąsik



Piotr Bal

Lato

*Żółte, złote to słońce
Czerwienią się całe jarzy
Kulą czerwoną jarzące
Gorącym upałem żarzy*

*Błękit w dali do końca
Czysty błękit wnet nastanie
Promienie tego słońca
Ten upał, gorąc powstanie*

*Słońce wkoło tam grzeje
I dnia coraz to przybywa
Wtedy, gdy poranek dnieje
A nocy ciemnej stale ubywa*

*Dzień ten jest coraz ładniejszy
W świetle wstającego poranka
Czas lata coraz piękniejszy
Do nocy od wczesnego ranka*



Józef
Zamojski



Lidia
Wąsik



Marek Migdał



Władysław
Karzyński

Sylwester
Chalastra



Małgorzata Korn



Piotr Bal



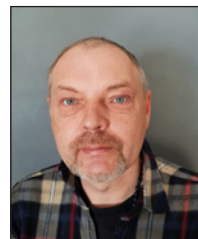
Sylwester
Chalastra

Marek Migdał



Marek Migdał





Wakacje u Alunara

Endi, Riwana i Wilk spędzali urlop u Alunara. Wstawali późno i jedli późne śniadania, które przygotowywała matka Alunara, Montoja. Potem włóczyli się po wiosce, odpoczywając od zgiełku życia w stolicy. Około 19-ej była obiadokolacja, potem szli nad pobliskie morze zażyć kąpieli i podziwiać zachód Słońca. Dzisiejsza obiadokolacja była inna od poprzednich. Podano lekkie mszalne wino, lekki bezmieśny posiłek, po czym wszyscy poszli nad morze. Ich celem tym razem nie była plaża. Poszli w miejsce, gdzie fale z hukiem rozbijały się o wysokie skały. Tam, w pieczarze Helkvast, żyła Bezimienna Potęga. Tam urodził się Alunar i zyskał ojca w osobie Bezimiennej Potęgi z pieczary Helkvast. Potęga podziękowała Endiemu i Wilkowi za uwolnienie Alunara z rąk porywaczy. Następnie Endi i Riwana opowiadali o życiu na dworze cesarskim. Natomiast Alunar mówił o życiu w małej wiosce. Bezimienna Potęga podzielił się wrażeniami ze sztormów morskich, których wiele przeżył w swojej nadmorskiej pieczarze. Opowiadał też o czasach przedwiecznych, gdy ludzi nie było jeszcze na świecie. Bezczesne morze przed jego pieczarą było rozpaloną słońcem pustynią. Montoja opowiedziała o narodzinach Alunara, tutaj przed pieczarą. Na kanwie tej opowieści doszli do wniosku, że zawsze jest jakieś rozwiązanie, a sytuacje beznadziejne zdarzają się bardzo rzadko.

Ale i wtedy nadzieja umiera jako ostatnia – wtrącił Zielony Wilk – bo trzeba wierzyć, że będzie lepiej, że przyjdzie taki dzień, gdy wszystko zmieni się na lepsze, nawet gdy ta wiara jest wbrew rozumowi – Wilk nagle zamilkł, jakby zawstydzony swą przemową w obecności Bezimiennej Potęgi.

Potęga jednak słuchał z uwagą i przyznał Wilkowi rację:

– Bardzo trafne obserwacje – pochwalił Kethanga. – I – dodał – miło mi było dzisiejszego wieczoru, ciesząc się, że mogłem was zobaczyć, ale teraz jestem już zmęczona – wyjaśnił Bezimienna Potęga z pieczary Helkvast. – Więc wybaczcie starej duszy i odwiedźcie mnie jeszcze, ale na dzisiaj zakończmy to spotkanie.

Przyjaciele udali się do domu, a po drodze na rozgwieżdżonym niebie zauważyli o wiele jaśniejszą niż zwykle gwiazdę Syriusza.

[c.d.n.]



rys. Autor

W PORTOWYM DOKU

Statek z Lensem i Kleo przybył do portu Reinhold na desyjskim wybrzeżu. Pasażerowie czekali, aż zapadnie noc, by pod jej osłoną wyruszyć do stolicy Desii – Taily. Przez całą podróż Wodami Rhemu „towarzyszyła” im flota imperialna, która nie odważyła się jednak zaatakować okrętu pod banderą desyjską. Obawiano się jednak, że uciekinierzy z dworu cesarskiego zostaną na terytorium Desii porwani lub padną ofiarą zamachu. Dlatego dok, w którym stacjonował ich statek, był odcięty od reszty portu i pilnie strzeżony przez trzy desyjskie dywizje...

Tuż przed zmrokiem na pokładzie pojawił się Wielki Mistrz Zakonu Magów z Khaneth, wprowadzony przez Armanikę. Poinformował on przybyłych, że zamieszkają w warowni Khaneth, głównej siedzibie Zakonu. Tam będą najbezpieczniejsi. Do Kleo dotarło wtedy, że życie, które znała, naprawdę się skończyło. Nie będzie już gwiazdą oklaskiwaną przez tłumy widzów w teatrze. Będzie żyła w ukryciu, w warowni, jak więzień.

„Co będę robiła? Jestem wybitną aktorką, ale nic oprócz tego nie umiem” – myślała.

– Będzie dobrze, coś wymyślimy – powiedział Wielki Mistrz Arkard arn Wisth, jakby czytając w jej myślach.

Kleo pomyślała, że skoro jest magiem, to może faktycznie zna jej myśli. Spojrzeli na siebie i w oczach Wielkiego Mistrza uciekinierka zobaczyła wielką miłość do wszystkich istot i uduchowanie. Nigdy przedtem tak się nie czuła. To było tak, jakby osobiście dotknął ją sam Bóg. Również Lens był pod wrażeniem osobowości Arkarda, ujął go kojący spokój emanujący od Wielkiego

Mistrza. Poczuł się też pierwszy raz w życiu bezpiecznie – na obfitującym w intrygi dworze imperialnym zawsze czuł się zagrożony.



rys. Autor

Poczucie bezpieczeństwa to było coś absolutnie nowego, nigdy przedtem tego nie doświadczył. Zrozumiał, że to właśnie tego bezpieczeństwa szukał w ramionach licznych kochanek i podczas alkoholowych libacji, ale znalazł je dopiero tutaj, na obcym lądzie, który będzie jego nowym domem, i u boku tej Jedynej. Wielu innych nie pamiętał, nawet z imienia.

Armanika wniosła Wino Magów i bułę drożdżową. Wszyscy obecni poczęstowali się jednym i drugim, jedli i pili ze smakiem. Lens tak dobrego wina nie pił nigdy w życiu. W imperium Wino Magów było zakazane, zakazane było bowiem wszystko, co mogło kojarzyć się z desyjską monarchią

konstytucyjną, demokracją i Zakonem Magów. Młody książę słyszał, że gdzieś w trudno dostępnych zakątkach imperium żyją Kontestatorzy sprowadzający produkty z Królestwa, ale nigdy do nich nie dotarł. Nigdy też nie próbował, zajęty balangami w stolicy imperium, poszukujący ukojenia w utracjuszowskim stylu życia. Kontestatorzy prowadzili sprawiedliwe, ale bardzo proste i surowe życie. Teraz pomyślał, że brak kontaktu z nimi to był jego największy życiowy błąd.

Zapadła noc.

– Czas na nas – powiedziała Armanika. Wielki Mistrz kiwnął głową, a do pomieszczenia weszli Zouck i Thornvald.

[c.d.n.]

WZGÓRZA CZAROWNIC

ROZDZIAŁ 10. WALKA (CZ. 6)

Szliśmy, w pewnym momencie poczułem na ramieniu rękę Lyi i usłyszałem, gdy szepnęła:

– Jesteśmy już blisko, teraz będziemy się czołgać.

Lya położyła się na ziemi, a ja zrobiłem to samo. W tym miejscu trawa była gęsta i dość wysoka. Pełziliśmy tak, aż do momentu, gdy usłyszeliśmy głosy dobiegające z gęstych krzaków, które znajdowały się na przeciwko nas.

Minęliśmy właśnie drzewa i obecnie czołgaliśmy się po bezdrzewnej części lasu. Wkrótce dotarliśmy do krzaków i ostrożnie wpelziliśmy pomiędzy nie, gdyż światło gwiazd było stosunkowo mocne. Polana, tak jak również fragmenty wzgórz, widoczne na lewo od nas, były rozświetlone tą fantastyczną poświatą, płynącą z zupełnie czystego i niebieskiego nieba. Tak, było już prawie zupełnie ciemno, wątle promienie słonecznego światła dobiegały hen daleko zza wzgórz. Ostrożnie rozsuwając krzewy, poruszaliśmy się, kucając teraz do przodu. Wreszcie kucnąwszy tuż obok siebie, znajdowaliśmy się już na tyle blisko, że tylko mało gęste gałązki krzaków oddzielały nas od obozu. Istotnie ujrzelśmy bardzo małą polanę, na środku której płonęło małe ognisko. Dookoła niego widoczne były ciemne postacie, których było jednak więcej, nieco dalej, to znaczy pomiędzy drzewami, po drugiej stronie ogniska od naszej strony las w tamtym miejscu był niezbyt gęsty i pomimo panującego mroku widzieliśmy rozsypane postacie. Tuż przy ognisku widocznych było właściwie tylko kilku osobników. Teraz właśnie jeden z nich odsunął się trochę w bok i zobaczyłem nad czym byli skupieni. Zgodnie z przypuszczeniami byli to rozbójnicy, a list – czyli arcydzieło taktyczno-satyryczne Lyi, widoczny był aż tutaj. Widocznie mieli kłopoty z rozszyfrowaniem tekstu. Wreszcie jeden z nich, sprawiający wrażenie dowódcy oddziału, a zarazem herszta, wziął kartkę jednemu z nich, który dukając, jakając i prycharając próbował coś odczytać.

– Dajcie to lepiej mnie – odezwał się herszt zbójów – w ten sposób nigdy nie doczytacie się. Może istotnie nie jest to jakiś głupi żart.

– Ten, który trzymał kartkę, podał list mówiącemu, a on usiadłszy nieco w tyle zaczął czytać grubym głosem to, co było napisane. Drab czytał znośniej od swoich poprzedników, a w trakcie lektury listu, zbój śmiał się na całe gardło ze swoim przywódcą. W koń-

cu wśród ogólnych salw wybuchów śmiechu, herszt dobrnął do ostatniego zdania.

– Nie myślcie, że uda wam się uniknąć sprawiedliwości – przeczytał – dysponujemy liczbą stu pięćdziesięciu ludzi, napisał herszt.

– Nie podpisał się nawet – dodał – ciekawe co to za jeden. Wyglądają na jakichś niespełna rozumu.

– Stu pięćdziesięciu – powtórzył i zaśmiał się ponownie, a reszta zawtórowała mu jeszcze głośniejsze. Gdyż teraz zrozumieli sens ostatniego zdania. Zastanawiałem się tylko czy było to wynikiem żartobliwej natury zbójów, czy istotnie rozśmieszyła ich treść przesłania. W każdym bądź razie nie zachowywali się rozsądnie, w jakimkolwiek przypadku, gdyż zagrożenie występowało zawsze.

– No to istotnie jesteście zagrożeni – powiedział, gdy śmiech względnie zamilkł – ci kretyni na dodatek doskonale są poinformowani co do naszej ilości i nas samych. Trzeba być niezwykle rezolutnym, by straszyć wroga o połowę mniejszą ilością przeciwników.

– Może to nieprawda – zapytał jeden z nich.

– Być może, to się okaże – odparł herszt – zachowamy się odpowiednio w zależności od sytuacji.

– Czy można tak? – dopytywał się – nie jestem pewien czy niezależnie od tego, możemy zachować się zupełnie swobodnie.

– Tego nie powiedziałem, gdyby chcieli zrobić nam niespodziankę swoim nawiedzeniem w nieodpowiednim momencie, to pomimo ich znikomej ilości mogliby nam zaszkodzić.

– Na przykład? – zapytał trzeci.

– Na przykład – powtórzył herszt – w trakcie naszego napadu na czarownice, byłby to najbardziej nieodpowiedni moment ich wizyty.

– Słusznie – potwierdził drugi – co zrobimy?

– Dlatego być może nie należy pozostawić ich obecności sobie samym, lecz..

– Przejdziemy się teraz do nich?

– Tak, to znaczy należy stwierdzić co w ogóle jest grane, a później to się zobaczy.

– OK.

Nie słuchaliśmy dłużej, gdyż Lya skinęła na mnie i zaczęliśmy się cofać. Odbiliśmy tę samą drogę i do-



**Robert
Kubik**

piero, gdy szliśmy przez wzgór-
rze zapytałem:

– I co teraz zrobimy? – pyta-
nie jednakże należało bardziej
do formalnych.

– Udamy się teraz do czar-
noksiężnika. Oczywiście nie
będziemy ich teraz śledzić,
gdyż powinien zostać uprze-
dzony.

– OK, może jedna osoba by
wystarczyła i co dalej.

– Z naszej pozycji będzie-
my ich śledzić, gdyż najpraw-
dopodobniej będą przecho-
dzić obok nas. Lepiej, jednak
będzie, gdy będziemy razem
choćby dlatego, że nie wie-
my dokładnie czy będą szli
przez wzgórze, czy też równinę.

Gdyby ktoś z nas śledził ich bezpośrednio, wiedziałby
o tym, że mają się udać do drugich.

– Masz rację, to już wiemy, a poza tym będąc ra-
zem możemy korzystniej się bronić i śledzić ich dwie
prawdopodobne drogi do prawego lasu.

– Tak.

– No a poza tym to, że nie będziemy ich bezpo-
średnio śledzić koryguje to, że według dużego praw-
dopodobieństwa spotkają się teraz już bez nas – za-
kończyłem.

– Yhm.

– A czarownice?

– O, one już są gotowe, od czasu początku naszej
wyprawy.

– Ach, tak – a kiedy wkroczą do akcji.

– Początkowo miały się bronić ze wzgórza. Teraz
jednak sytuacja się zmieniła, jednakże przewidzieliśmy
również to. Stary, porozumiewawczy znak czarownic,
nawołujący do spotkania się, to głos wilka. Gdy do-
jdzie do walki pomiędzy rozbójnikami, to w odpow-
iednim momencie użyje tego sygnału i wtedy dojdzie
do kolejnego starcia, jeżeli zajdzie taka potrzeba. To
znaczy czarownice pojawią się, gdy zejda ze wzgórza
po usłyszeniu „wilka”...

– Tak, rozumiem.

W tym czasie dotarliśmy do naszego stanowiska.
Czarnoksiężnik wyszedł nam na spotkanie.

– Martwiłem się trochę o was.

– Niepotrzebnie – odpowiedziała Lya.

Następnie opowiedziała czarnoksiężnikowi prze-
bieg wyprawy.

– I co teraz pocznijemy? – zapytał gdy skończyła.

– No, nic szczególnego. Proponuję abyś udał się



rys. Lidia Wąsik

w kierunku wzgórza i zajął stanowisko mniej więcej
w tym samym miejscu, przez które przechodziliśmy.
Nie jest wykluczone, że będą szli tamtędy.

– A wy?

– My zajmiemy pozycje na krańcach lasu, bliżej
stacjonowania prawego oddziału. Prawdopodobnie
będą szli przez równinę. No a poza tym znasz znak
porozumiewawczy.

– OK, rozumiem.

Czarnoksiężnik odszedł, a ja z Lyą udałem się we
wspomnianym kierunku. Niebawem dotarliśmy do
krańców lasu i usiedliśmy w cieniu jego drzew.

Z tego miejsca widok na równinę był doskonały.
Widzieliśmy zarówno cały teren równinny, jak również
oba fragmenty lasu. Równina pogrążona była w bla-
sku gwiazd.

– Będziemy razem czy osobno? – zapytałem.

– Wystarczy razem – odpowiedziała Lya, poprawia-
jąc się w trawie.

Ja również usiadłem wygodnie, podciągając nieco
kolana ku górze, obejmując je rękami. Lya klęczała,
opierając ręce na kolanach i siedząc na piętach. Ob-
jąłem ją i zapytałem:

– Wspaniały widok, prawda?

– Yhm – przytaknęła na swój sposób.

– Jak sądzisz, uda nam się?

– Powinno.

Od tej pory siedzieliśmy już w ciszy. Aż do momentu,
gdy usłyszeliśmy głosy, dobiegające z lewej strony od
nas. Lya położyła palec na ustach i gestem nakazała
cofnięcie. Weszliśmy głębiej w gęstwinę. Głosy, aczkol-
wiek stłumione, były słyszalne dość dobrze. Ujrzelśmy
dwie postaci mknące przez równinę.

– Czy to tu? – zapytał jeden z nich.

– Nie sędzę – odparł drugi – a po głosie rozpoznałem herszta bandy, gdy dodał głośniejsz: – Jest tu mniejszy występ lasu, chodzi o to drugie wysunięcie, widoczne przed nami.

– Może to pułapka?

– Być może, ale nie mamy wyboru. Chcąc uniknąć niespodzianek, które mogą nam przeszkodzić w napadzie, musimy wcześniej zająć się nimi.

– Minęli nas właśnie.

– Co robimy? – zapytałem.

– Zaczekajmy – odpowiedziała Lya – może nie są sami, w istocie, spoglądając w lewo zobaczyliśmy wkrótce szereg postaci, mknących poprzez równinę, w ślad za pierwszymi. Jednakże dotarli tylko do miejsc naszego lasu, a raczej zatrzymali się już wcześniej.

– Czekają teraz pewno na odpowiedni znak – powiedziała Lya.

– A my?

– Właśnie, sędzę, że teraz możemy udać się za hersztem i tym drugim.

– To był na pewno herszt.

– Tak, świadczy o tym jego wygląd.

– A czarnoksiężnik?

– Może poczekać i obecnie jest raczej bezpieczny. Cofnęliśmy się, idąc z powrotem, lecz nie dotarliśmy jeszcze do końca lasu, tuż przed wzgórzem Lya skrzyła w prawo a ja poszedłem za nią. Minęliśmy tylko fragment równiny i trafiliśmy na wzgórze. Idąc nim w kierunku „prawego lasu” dotarliśmy do prawego w tym odcinku gęstwiny, równina była jeszcze lepiej widoczna. Szliśmy dość szybko, nie zmniejszając jednakże prędkości. Tak, że niebawem ujrzelśmy dwóch drabów, którzy już zbliżali się do lasu.

Zniknęli nam jednak w gęstwinie w miejscu, gdzie równina, z naszej pozycji krzyżowała się z lasem – Lya skrzyła w dół zbocza. Gdy znaleźliśmy się na dole położyła się na ziemi, a ja zrobiłem to samo. Czołgaliśmy się teraz. Tuż obok nas – po prawej stronie, widoczny był las. Wkrótce zobaczyliśmy, a wcześniej poczuliśmy – zapach dymu. Widocznie ta banda, jako niestrzeżona, czuła się bezpiecznie, nie napotykając nikogo. Ani herszta, ani też kogoś z drugiej grupy. Wpełzliśmy wreszcie pomiędzy gęstwinę, kierując się teraz w głąb lasu. Las w tym miejscu nie był gęsty. Tak że bez większego trudu i szelestu dotarliśmy w miejsce, gdzie ogień widoczny był z gęstwiny. Wcześniej jednak, gdy mijaliśmy krzaki usłyszeliśmy – po ich lewej stronie, szelest – a w chwilę później poczułem rękę Lyi, która mnie w ten sposób dodatkowo ostrzegła. Przywarliśmy do ziemi – cicho – usłyszałem – był to głos jednego ze zwiadowców – Są tutaj – musimy ich zobaczyć.

Niebawem zobaczyliśmy ich przed sobą, gdy wła-

śnie minęli nas i krzaki i znaleźli się przed następnymi krzakami, które osłaniały polanę, skąd widoczny był ogień.

– Teraz skróćmy w prawo i zaczajmy się również, tak aby mieć pod widocznością i zwiadowców i tych drugich – powiedziała szeptem Lya.

– OK – potwierdziłem i zaczęliśmy czołgać się w prawo. W chwilę później, znaleźliśmy dogodnie miejsce tuż przed krzakami, które otaczały polanę.

Z lewej strony widzieliśmy dwie ciemne postaci, które podobnie jak my obserwowały możliwość wypełnienia pomiędzy krzaki, aby ujrzyć obozujących.

– Nie musimy tego robić – powiedziała Lya – o widzisz, oni już weszli pomiędzy krzaki, teraz wiemy gdzie są. Wystarczy, że wszystko słyszymy.

– Czy, istotnie są tak bogate jak twierdzicie – słyszeliśmy głos.

– Z całą pewnością, mówił mi to jeden z tutejszych ludzi, który obznajomiony jest z sytuacją. A powszechnie przecież wiadomo o bogactwie czarownic.

– Oby tak było, bo te przekłete wiemy to również, jak słyszałem, przekłete diablance.

– Wcale nie jest tak źle. Te ich sztuczki nie są takie dobre, jak o tym sądzą. Mój przyjaciel, również herszt zbójników, opowiadał mi o udanym napadzie na jedną z siedzib czarownic.

– Może te akurat nie są tak bogate, a konkurencja?

– Nie, tego nie musimy się obawiać. Nie napotkaliśmy takich jeszcze, a skoro czarownice są, jak to stwierdziliśmy już, to skarby pewno też. Oczywiście musimy się pospieszyć. Następnie rozmowa toczyła się na mniej interesujące tematy. W pewnym momencie Lya szepnęła z uśmiechem – Mam pomysł, widzisz – wskazała przed siebie, unosząc się nieco z miękkiej trawy. Zrobiłem to samo i ujrzałem jak prawie naprzeciwko nas, z gęstwiny krzaków wychylała się jedna z dwóch postaci.

– Tak, obserwują ich intensywnie – stwierdziłem.

– Yhm, ale chodzi bardziej o to, że jeśli coś zrobię, to tym bardziej ten fakt na coś wpłynie.

– Co masz na myśli?

– Zaraz zobaczysz, gdy to zrobię – zacznij głośno krzyczeć.

– A następnie się wycofamy?

– Tak i to szybko.

– OK, zaczynaj.

– Chcę przyspieszyć bieg zaplanowanych przez nas wypadków, a przede wszystkim upewnić się, że one nastąpią – powiedziawszy to, Lya podniosła z ziemi kamień i gdy się uniosła – cisnęła go z całej siły w drzewo, które znajdowało się wewnątrz polany...

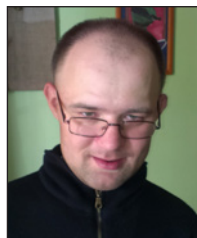
[c.d.n.]

Kącik sportowy

Polska pokonała Szwecję 2:0 w finale baraży do piłkarskich Mistrzostw Świata 2022. Gole Roberta Lewandowskiego i Piotra Zielińskiego w drugiej połowie przesądziły o awansie Biało-Czerwonych do Mundialu. MŚ Katar 2022 dla Polski rozpoczyna się 22 listopada. Podczas losowania fazy grupowej 1 kwietnia wylosowaliśmy: Argentynę, Meksyk i Arabię Saudyjską. Wszystkie reprezentacje trafiły do grupy C. Mecz otwarcia, w którym wystąpią gospodarze, czyli Katar, zostanie rozegrany 21 listopada 2022 na stadionie Al Bayt. W fazie grupowej, każdego dnia, odbędą się cztery mecze. Mecz o trzecie miejsce odbędzie się 17 grudnia 2022 na stadionie Khalifa International Stadium, a finał zostanie rozegrany 18 grudnia 2022 na stadionie Lusail Iconic Stadium.

Trwa dobra passa tenisistki Igi Świątek! Właśnie po raz drugi w karierze wygrała wielkoszlemowy turniej French Open. 4 czerwca w finale Rolanda Garrosa w Paryżu pokonała Amerykankę Coco Gauff. Wcześniej zwyciężyła na kortach w Paryżu w październiku 2020 roku, kiedy pokonała w finale Sofię Kenin. Dzięki triumfowi w finale French Open sięgnęła po swoje 35. zwycięstwo z rzędu. Przez to wyrównała najdłuższą serię wygranych od 2000 roku. Tyle samo triumfów z rzędu miała tylko Venus Williams.

31 stycznia 2022 powołano nowego selekcjonera reprezentacji Polski. Został nim Czesław Michniewicz, piłkarz i trener. Pod jego wodzą nasza drużyna zagrała już kilka spotkań, z różnymi wynikami. Dwa mecze udało się wygrać: mecz barażowy ze Szwecją (2:0) oraz mecz w ramach tegorocznej Ligi Narodów z Walią (2:1), a w jednym zremisować – mecz z Holandią (2:2). Niestety dwa kolejne mecze Ligi Narodów nasza reprezentacja przegrała – były to mecze z Belgią, która nas zdecydowanie pokonała (1:6 i 0:1).



Sylwester Chalastra



Krzysztof Kijowski



Lesław Wąsowicz



Strony Rady Mieszkańców

Rada Mieszkańców spotyka się regularnie co 2 tygodnie, na koniec każdego miesiąca organizuje zebrania społeczności.

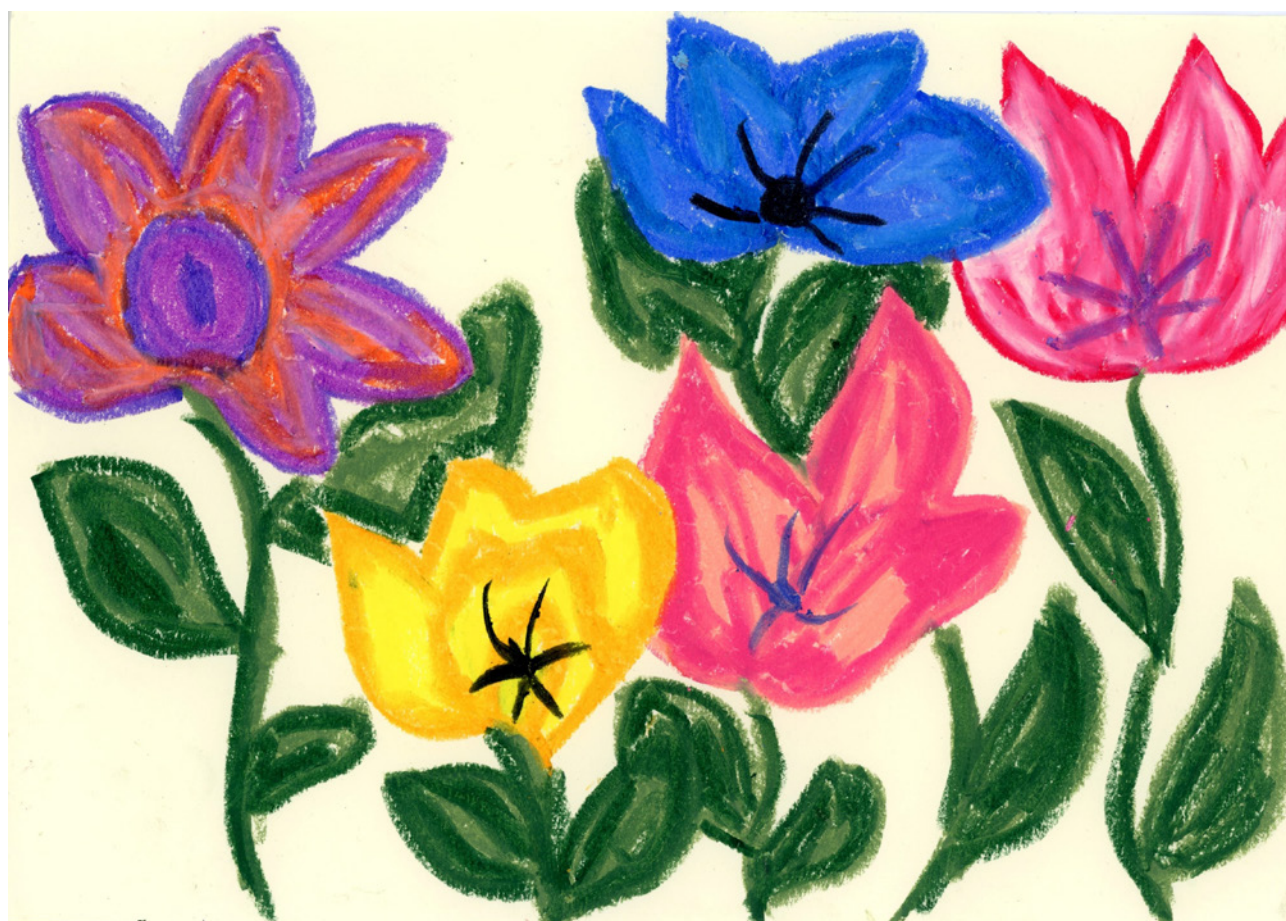
Podczas naszych spotkań omawiamy bieżące wydarzenia dnia codziennego, problemy i sprawy zgłaszane przez mieszkańców, mówimy m.in. o remontach czy żywieniu. W ważniejszych kwestiach kontaktujemy się z Kierownikiem Działu Terapeutyczno-Opiekuńczego, spotykamy się raz na kwartał z Kierownikiem Działu Żywnienia. Rada to nie tylko takie sprawy, istotą naszej grupy jest chęć budowania pozytywnych relacji między nami wzajemnie, a także między nami i naszym otoczeniem. Jako Rada chcemy przekazywać otoczeniu pozytywną energię, budować poczucie wspólnoty wraz z ideą integracji ze środowiskiem. Przy każdej okazji, staramy się szerzyć w otoczeniu pozytywny odbiór pomocy społecznej i przełamywać stereotypy na temat chorób psychicznych i mieszkańców DPS. Często wspominamy początki leczenia i z radością dostrzegamy efekty rehabilitacji – leki, psychoterapia, inne działania terapeutyczne przynoszą naprawdę dobre wyniki.

Przypominamy, że wkrótce kończy się kadencja obecnej Rady. Jesienią będziemy organizować wybory do nowej Rady, już teraz prosimy o liczny udział w głosowaniu.

Rada Mieszkańców:

Bożena Florek
Barbara Jaworska
Krzysztof Kijowski
Anna Kwiatkowska
Lesław Wąsowicz
Wojciech Wierzbicki

Rada Mieszkańców



rys. Anna Kwiatkowska

AKTUALNOŚCI



„Teatr Wyobraźni” przygotował nową sztukę pt. „Kilka słów o ważnych sprawach”, którego premiera miała miejsce podczas XX Przeglądu o Buławę Lajkonika. Po raz drugi grupa wystąpiła podczas spotkania z okazji



Dzień Matki

„Domek Artystów Wszelakich” w Wygiełzowie

Dnia Matki na terenie naszego Domu. W ramach integracyjnych Dni Bronowic odbył się koncert laureatów, grupa zaprezentowała piosenki z przedstawienia, które zostało nagrodzone Wielką Buławą, gratulujemy! Podczas XV Festiwalu Osób Niepełnosprawnych „Domek Artystów Wszelakich” na scenie amfiteatru w Wygiełzowie nasi artyści zaprezentowali swe talenty wokalne i aktorskie.



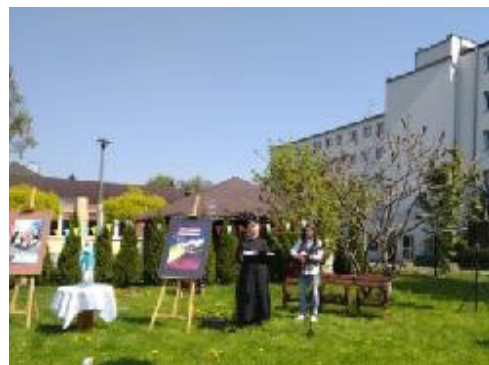
Dzień Matki



Koncert „Walcz Ukraino”

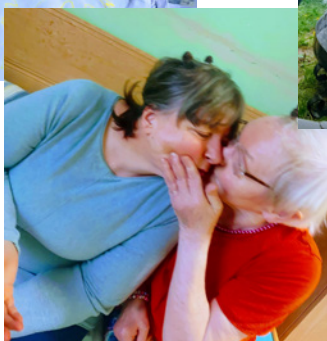
Jak co roku, w maju odbyła się w sąsiednim Domu Misyjna Majówka w intencji misji, misjonarzy i pokoju na Ukrainie. Na zaproszenie Domu przy ul. Helclów wysłuchaliśmy koncertu pt. „Walcz Ukraino”. Z kolei pod koniec maja odbyło się spotkanie z piosenką w DPS przy ul. Sołtysowskiej. Nasz Dom reprezentowało kilka osób, które przygotowały z tej okazji swoje utwory.

Spotkanie z piosenką
w DPS przy
ul. Sołtysowskiej
i Misyjna Majówka



Letnie miesiące obfitowały w imprezy okolicznościowe, takie jak Dzień Matki, Dzień Dziecka czy Dzień Ojca, w związku z tym odbyło się wiele spotkań, podczas których mogliśmy nie tylko wspólnie śpiewać, ale również podziwiać występy wokalne Mieszkańców naszego Domu.

Aura sprzyja spędzaniu czasu na świeżym powietrzu, chętnie grillujemy, uczestniczymy w piknikach, ostatnio na zaproszenie Domu przy ul. Krakowskiej 55, gdzie odbyło się coroczne Święto Rodzin. Pod koniec czerwca w naszym Domu zorganizowano spotkanie integracyjne, na które zaprosiliśmy Dom przy ul. Sołtysowskiej.



Przy każdej okazji,
a nawet bez,
zawsze chętnie
spędzamy ze sobą
czas!



Wraz z nastaniem ciepłych dni powróciliśmy do ulubionej formy wypoczynku nad wodą – do rowerków wodnych. W poszczególnych budynkach rozpoczęliśmy też cykliczne spotkania rekreacyjne z zaprzyjaźnionym psem Moniką, który wraz z naszym redakcyjnym kolegą Svenem Haimanem uczestniczy też w spotkaniach redakcji „Impulsu”.



W Częstochowie



W ostatnim czasie byliśmy na całonocnych wycieczkach w Inwałdzie i Szczawnicy, w malowniczej scenerii upłynęły nam miłe chwile (wyjazdy opisujemy w numerze). Odwiedziliśmy też Częstochowę, uczestniczyliśmy w Mszy Św. w Bazylice Głównej, odwiedziliśmy muzeum i przeszliśmy wzdłuż murów zakonu OO. Paulinów odmawiając własną Drogę Krzyżową.

Pożegnania

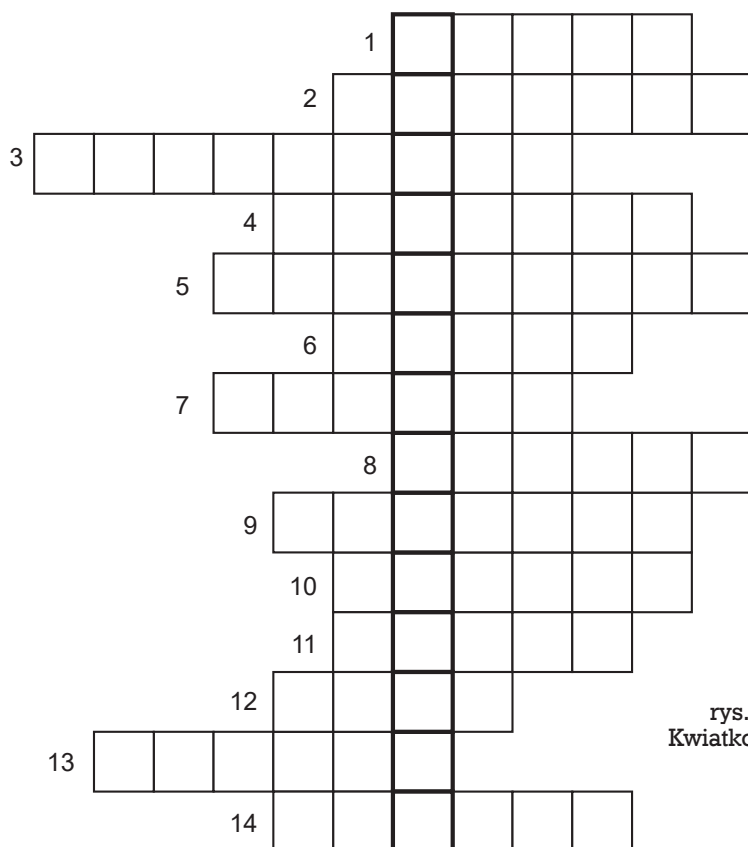
W minionym kwartale odeszli od nas:

Ewa Fusiek – mieszkanka bud. 41. Zawsze pięknie ubrana, ożywiała wszystkie piętra swoją energią i nawet wtedy, gdy czuła się gorzej, zawsze można było liczyć na jej uśmiech.

Jan Semik – mieszkaniec bud. 43D. Szarmancki wobec kobiet, uśmiechnięty, obdarzony dużym poczuciem humoru, które pomagało mu znosić przeciwności losu.

Polecamy ich modlitwie. Pozostaną w naszej pamięci...

Krzyżówka na lato



rys. Anna
Kwiatkowska



Objaśnienie haseł:

- | | | |
|------------------------------------|---------------------------------------|-----------------------------|
| 1. Harcerski, z ogniskiem i gitarą | 4. Tam u Szczepanika mgły ściga wiatr | 9. Spadają w sierpniu |
| 2. Pełno ich na Mazurach | 5. Rosną parami, z pestkami | 10. Dla malarzy, w plenerze |
| 3. Ucieczka w plener | 6. Na nim fale i sztormy | 11. Z piaskiem i muszlami |
| | 7. Gorący, złoty | 12. Żar z nieba |
| | 8. Latem w rzece lub jeziorze | 13. Z tropikiem i śledziami |
| | | 14. Świeci, grzeje, opala |

„Impuls” ukazuje się od 2000 roku. Powstaje w efekcie psychoterapii grupowej. Zajęcia, prowadzone przez psychologa, odbywają się w ramach rehabilitacji psychiatrycznej.
Kontakt: mgr Beata Słowakiewicz – psycholog, DPS ul. Łanowa 41, Kraków, tel. 659-00-48 w. 518

Stowarzyszenie Przyjaciół Osób Niepełnosprawnych „Wspólna Radość” jest organizacją pozarządową działającą od 1999 roku. Od 2007 roku jest organizacją pożytku publicznego. Działa na rzecz osób niepełnosprawnych, wspiera Dom Pomocy Społecznej w Krakowie przy ul. Łanowej 41. Misją Stowarzyszenia jest rozwijanie i promowanie inicjatyw, postaw i działań zmierzających do pełnego rozwoju osób niepełnosprawnych, a także ich integracja społeczna ze środowiskiem. Na konto Stowarzyszenia można przekazać 1% swojego podatku wpisując numer KRS 0000151562.

Dom Pomocy Społecznej
ul. Łanowa 41,
30-725 Kraków,
tel. 650-56-00

Stowarzyszenie Przyjaciół Osób
Niepełnosprawnych „Wspólna Radość”
ul. Łanowa 41, 30-725 Kraków, tel. 650-56-00
Nr konta: 08124044321111001050364748
Bank Pekao