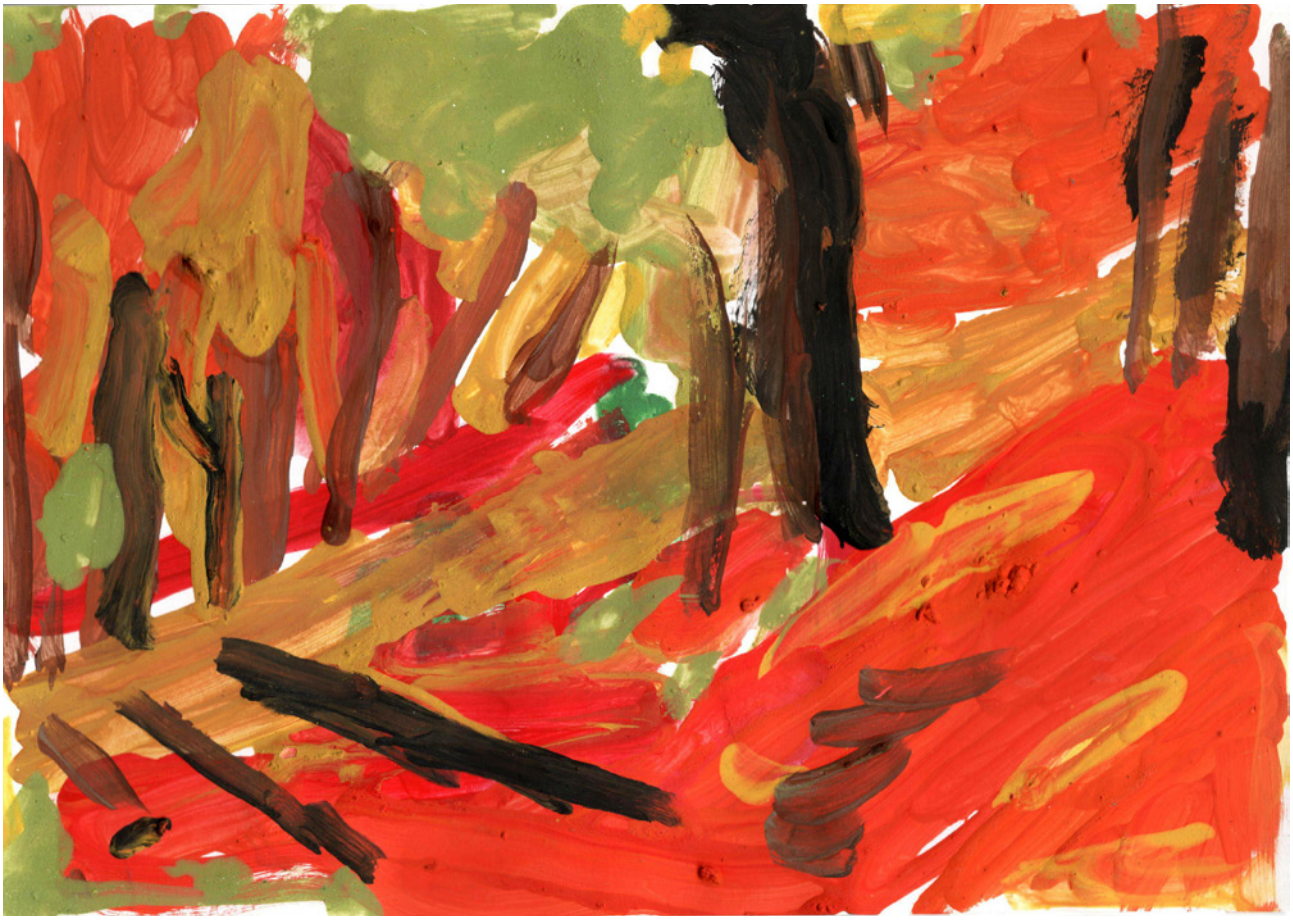
IMPULS
KWARTALNIK
JESIEŃ
2021
NR 86
Dom Pomocy Społecznej
ul. Łanowa 41, 30-725 Kraków



rys. Piotr Stawowy

Jak piękne kolory bywają
Złotą polską jesienią, babim latem
Świecą niczym słońce
Odcienie żółci, pomarańczu, czerwieni
Podsycają naszą wyobraźnię
Oliwkowe zielenie, brązy, beże
Kolory cyny
Czasem nawet fiolety z czerwienią
Odznaczają się niepowtarzalnym wrażeniem
Że jesteśmy w krainie tajemnic

Anna Kwiatkowska

Drodzy Czytelnicy!

Za oknem zmieniają się kolory – na drzewach brązowieją i żółkną liście, na krzakach czerwienieje głóg, w sadach pachną jabłka i gruszki. Temperatury stają się coraz niższe, a dni krótsze, wprost idealne na lekturę przy kubku gorącej herbaty z malinami. Nadeszła jesień, oby była pogodna i słoneczna, piękna i złota, by pozwoliła nam cieszyć się długimi spacerami…

Na te jesienne dni mamy dla Was nowy numer naszego kwartalnika, a w nim wiele różnorodnych tematów – mamy nadzieję, że każdy znajdzie coś dla siebie. Dużo piszemy oczywiście o złotej jesieni, o przyrodzie i zjawiskach tej pięknej pory roku. W numerze wspominamy również lato, zamieszczamy relacje z jeszcze letnich wycieczek i wspomnienia z plaży. Piszemy oczywiście o naszym corocznym Pikniku u Jawora. Znajdziecie kolejny wywiad i refleksje o naszych doświadczeniach związanych z chorowaniem i leczeniem – każdy z nas z czymś się boryka, a jednak razem czujemy się tutaj dobrze i rozwijamy nasze zamiłowania. Wspominamy ważne postaci z różnych dziedzin naszego życia. W poprzednim numerze pisaliśmy o tym, że warto się uśmiechać, teraz na przekór jesiennym smutkom namawiamy do tego, by sięgnąć po komedie. Mamy mnóstwo pięknych wierszy, nie tylko jesiennych, zamieszczamy tradycyjnie złote myśli i refleksje. Publikujemy kolejne odcinki naszych powieści fantasty, legendę, opowiadanie i krzyżówki. Numer, jak zawsze, bogato ilustrujemy naszymi pracami plastycznymi. Zamieszczamy aktualności z życia Domu.

Ze smutkiem żegnamy też naszego redakcyjnego Kolegę, który był z nami wiele lat, Mariana Skoczylasa.

Dziękujemy wszystkim, którzy wspierają nas w tworzeniu kwartalnika – psychologom, terapeutom, opiekunom. Jak co kwartał, zachęcamy Was do lektury i do współpracy, czekamy na Wasze opinie i sugestie.

Z jesiennym pozdrowieniem
Redakcja

Spis treści

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

Współpracują:
Krystyna Cymerys
Marzena Hoszowska-Dylewska
Mirek Konieczny
Robert Kubik
Kazimierz Makowski
Marek Marczyk
Perła
Piotr Stawowy

Prowadzenie:
Beata Słowakiewicz

Pomoc:
Dorota Najder

Jesień (M. Barbara Jaworska) 3
Grzybobranie (Bożena Florek) 8
Biomet (Piotr Stawowy) 9
„Bajkowy świat" u Jawora (Bożena Florek) 12
Zakopane (Sylwester Chalastra, Krzysztof Kijowski, Lidia Wąsik) 16
Sierpniowa wycieczka (Wojciech Wierzbicki) 17
Pszczyna (Wojciech Wierzbicki) 20
Myśli na jesień (Perła) 23
Obóz w Golejowie (Krystyna Cymerys, Kazimierz Makowski, Lesław Wąsowicz) 27
U eremitów w Czernej (Bożena Florek, Lidia Wąsik) 30
Chciałem tutaj przyjść. Wywiad z Lesławem (Sven Haiman) 34
Rak to nie wyrok (Bożena Florek) 37
Na świecie jest tyle pięknych rzeczy (Alicja Rabiej) 38
Po prostu bądź, Koro (Anna Kwiatkowska) 42
„Pewnego razu na Dzikim Zachodzie" (Sven Haiman) 43
Louis de Funès i jego komedie (Wojciech Wierzbicki) 44
Humor numeru (Krzysztof Kijowski, Wojciech Wierzbicki) 48
Kącik szaradzisty (Norbert Głodzik) 48
Legenda o Żelaznym Wilku (Mirek Konieczny) 50
Endi i jego wilk (Sven Haiman) 52
Rheme. Opowieści (Sven Haiman) 53
Wzgórze Czarownic (Robert Kubik) 56
EURO nie... to może Mundial? (Sylwester Chalastra, Lesław Wąsowicz) 58
Strony Rady Mieszkańców 59
Aktualności 60
Żegnamy Mariana 62
Wspomnienie o Staszku (Sven Haiman) 63
Pożegnania 63

Wiersze, myśli:

- Marzena Hoszowska-Dylewska: 22
- Krzysztof Kijowski: 6
- Anna Kwiatkowska: 1, 10-11, 29, 36, 62
- Marek Marczyk: 5, 18-19, 32, 49
- Marek Migdał: 7, 15, 40, 46, 55, 59
- Perła: 9, 28, 45

Jesień

M. Barbara Jaworska

Uwielbiam zapach jesieni, lubię spacerować po parku lub ogrodzie wśród pachnących kolorowych liści. Kiedy nadchodzi jesień, a z nią paleta ciepłych odcieni i barw, wtedy czuję coś w rodzaju ulgi, wewnętrzny spokój i odprężenie.

Jesień to jedna z czterech podstawowych pór roku w przyrodzie, w strefie klimatu umiarkowanego. Cechuje się umiarkowanymi temperaturami powietrza z malejącą średnią dobową, oraz – w Polsce – stosunkowo dużą ilością opadów atmosferycznych. Za jesień klimatyczną przyjmuje się następujący po lecie okres roku, w którym średnie dobowe temperatury powietrza wahają się pomiędzy 15 a 5 °C. Mimo spadku temperatury, jesień nie musi być ponura, smutna i szara, świadczy o tym bogactwo barw liści w lasach, parkach i ogrodach. Jesienią wzrasta wilgotność powietrza, co wynika ze spadku temperatury, ale okazuje się, że sama suma opadów w miesiącach jesiennych jest nawet niższa niż w sierpniu.

Pierwszy dzień jesieni astronomicznej i kalendarzowej nie zawsze przypada na ten sam termin. Data pierwszego dnia jesieni kalendarzowej jest stała (23 września). Jesień astronomiczna natomiast rozpoczyna się w momencie równonocy jesiennej. To moment, kiedy Słońce przechodzi przez punkt Wagi, gdzie promienie słoneczne padają prostopadle na równik i są równocześnie styczne do jej powierzchni przy biegunach. Od tego momentu Słońce będzie mocniej oświetlać jedną półkulę Ziemi od drugiej. Podczas równonocy dzień i noc trwają w przybliżeniu tyle samo, czyli 12 godzin. Po dacie równonocy jesiennej dni stają się coraz krótsze, a noce dłuższe. W tym roku astronomiczny początek jesieni przypada na 22 września. Jesień astronomiczna trwa do momentu przesilenia zimowego, 21 albo 22 grudnia. Dla półkuli południowej wszystko przesunięte jest o pół roku – za miesiące jesienne na półkuli północ-

rys. Lidia Wąsik

nej uznaje się wrzesień, październik i listopad, a na południowej – marzec, kwiecień i maj. W Europie Środkowej jesień dzielona jest na dwie fenologiczne pory roku: wczesną jesień (polecie) i pełną jesień (po prostu jesień).

Wczesna jesień to pora, w której dojrzewa wiele owoców, za kluczowe uważane są owoce kasztanowca zwyczajnego, derenia i ligustru. O tej porze pełnię kwitnienia osiąga wrzos, bluszcz, macierzanka. Owocują drzewa, krzewy i rośliny runa leśnego. W przydomowych ogrodach kwitną jeszcze kwiaty (m.in. nasturcje, aksamitki, begonie, słoneczniki), a na krzewach i drzewach dojrzewają owoce (berberys, bez koralowy, jarzębina, głóg, róża). W parkach pod drzewami znajdujemy już kasztany, żołędzie dębu, czy skrzydełka klonu. W sadach owocują jabłka, gruszki i śliwki węgierki oraz pyszne orzechy laskowe i włoskie. Na polach kwitną chabry, osty, łopiany, a potem dzięgiel, barszcz i pasternak. Wczesną jesienią także w leśnej gęstwinie jeszcze tętni bujne życie i panuje obfitość dóbr. Owocują buki, dęby, klony, jawory, lipy i olchy. Rosną obficie grzyby, dojrzewają borówki brusznice, borówki czernice, jeżyny i żurawiny.

Także w świecie zwierząt wczesną jesienią panuje jeszcze ożywienie, jest to też okres gromadzenia zapasów przed zimą. Z jesiennego lasu dolatują odgłosy rykowiska jeleni, leśne myszy i wiewiórki przygotowują zapasy. Na przełomie lata i jesieni ptaki odlatują do cieplejszych stref klimatycznych. Obserwować można przeloty bocianów, gawronów, kawek, kaczek, gęsi. Na miejscach zbiórki gromadzą się żurawie, by odlecieć w niedużych kluczach.

W okolicy drugiej połowy września, pośród mgiełek i nitek babiego lata, zachodzą stopniowe zmiany, zwiastujące rychłą zimę.

Właściwa jesień to okres przechodzenia w spoczynek zimowy drzew. Pojawia się coraz więcej żółtych, brązowych i czerwonych liści, wkrótce zaczynają dominować na gałęziach, konarach, wreszcie całych drzewach. Wreszcie w październiku zieleń znika niemal całkowicie, ustępując miejsca palecie jesiennych barw i odcieni. Barwę zmieniają również liście krzewów i krzewinek, brązowieją szpilki modrzewia. Niektóre rośliny zachowują barwy zielone, na przykład olcha, brusznica, żurawina, wrzos, bluszcz, czy jemioła. Liście zmieniają kolor, pod koniec października opadają coraz liczniej, tworząc barwny, szeleszczący kobierzec. Najgrubsze części zielone roślin ulegają zdrewnieniu. Rośliny wieloletnie gromadzą substancje zapasowe w korzeniach, jednoroczne z kolei usychają, starając się przedtem doprowadzić do rozproszenia nasion. Na polach wschodzą oziminy, zakwita bluszcz i wrzosiec bagienny. Na trawnikach i skwerach, a także w ogrodach obok malw, słoneczników i astrów pojawiają się późnojesienne złocienie. Tylko niewielkie zmiany zachodzą w borach, czyli lasach iglastych. Pod koniec września nadchodzi tam pora dojrzewania szyszek jodeł, a nieco później – szyszek świerka i modrzewia. W październiku w miarę licznie rosną jeszcze grzyby, ale już bez borowików. Cieszą kolorami czerwone, niebieskie i czarne jagody kaliny, jarzębiny, dzikiej róży, bzu czarnego, czeremchy.

Tą porą pełnej jesieni świat zwierząt przygotowuje się do zimy. Znikają owady i motyle, kończą swe loty pszczoły. Do snu zimowego w gromadach przygotowują się borsuki i świstaki. W lasach rozpoczynają toki jarząbki, słychać śpiew szpaków. Z oddali dolatują odgłosy bekowiska danieli. W październiku odlatują kolejne wędrowne ptaki, m.in. skowronek, kaczka krzyżówka, łabędź, mewa śmieszka. Z kolei z chłodniejszych krain, północy i wschodu, przylatują do nas czyżyki, szpaki, gawrony i kawki. W stada łączą się dziki i wilki, w norkach śpią gryzonie, mysz polna, jeż i otoczony zapasami chomik.

Fenologiczna jesień kończy się z nadejściem zimy, tj. okresu mrozów. Przedzimie to klimatyczny etap przejściowy poprzedzający zimę. W ogrodach pozostają już tylko odporne na przymrozki szałwie szkarłatne, chryzantemy, astry i stokrotki oraz krzewy ozdobne, jak np. cis, kalina, głóg, róża, bez, jarzębina, berberys i rokitnik. Na gałęziach leszczyny, olchy i brzozy można zaobserwować czekające wiosny zalążki kwiatów. W listopadzie dojrzewają ostatnie nasiona na sosnach, świerkach i modrzewiach. Można jeszcze znaleźć czerwone jagody żurawiny i szyszkojagody jałowca. Dominują jednak rozmaite mchy i porosty. Pod koniec miesiąca okres wegetacyjny roślin i zwierząt definitywnie dobiega końca. Na przełomie listopada i grudnia, jesień stopniowo odchodzi, by 22 grudnia ustąpić miejsca następnej porze roku.

Kiedyś pierwszy dzień jesieni obchodzony był bardzo uroczyście. Zostawiano na polu kilka nieskoszonych kłosów po to, by ziemia nie była całkowicie pozbawiona ziarna, a resztę chowano do świątyni. Kilka dni przed początkiem tej jesieni przed posągiem Świętowita (boga urodzaju i wojny) stawiano kielich z pitnym miodem. Jeśli napój został nietknięty, oznaczało to obfite plony. W pierwszy dzień jesieni ludzie dziękowali bóstwom za zbiory z pól i prosili o obfite plony w następnym roku. Organizowali huczne zabawy. Współcześnie obchodzi się dożynki, święto z obrzędami dziękczynnymi za ukończenie żniw i prac polowych.

Źródła: ekologia.pl, wikipedia, radiozet.pl

rys. Anna Kwiatkowska

***

Kiedy cię widzę idącą przez park
kiedy żałuję że się nie uśmiechasz
wtedy mówię mówię tak cicho
nie płacz nie płacz
i otrzyj łzy
i uśmiechnij się do nas Giocondo
twój uśmiech zaczaruje świat
zabłyśnie nad parkiem
nie zgaśnie

Giocondo
ty wiesz że umiesz się uśmiechać
ty wiesz że
jesteś nam potrzebna
Ale nie bądź zarozumiałą
nie bądź smutną
nie bądź złośliwą
Otrzep spodnie z drogi i kurzu
i uśmiechnij się

do mnie

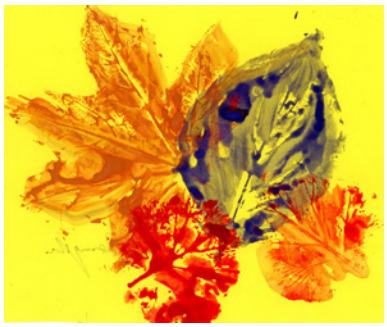
Giocondo

Marek
Marczyk

Piotr Stawowy

Piotr Bal

Józef Zamojski



Józef Zamojski

Piotr Bal

Piotr Bal

Krzysztow Kijowski

– Dlaczego z drzew spadają kolorowe liście?
– Bo przez park idzie jesień.

Krzysztof Kijowski

Marek Migdał

Marek Migdał

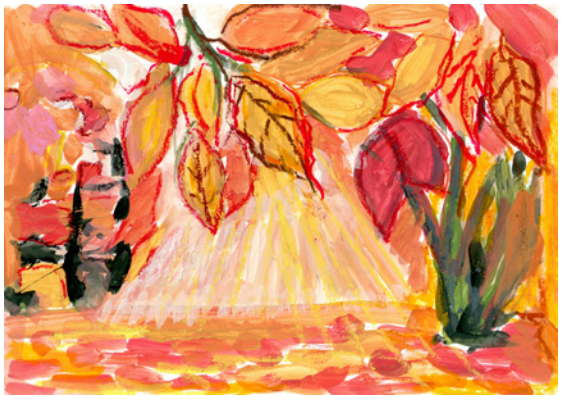
Marek Migdał

Jesień w parku

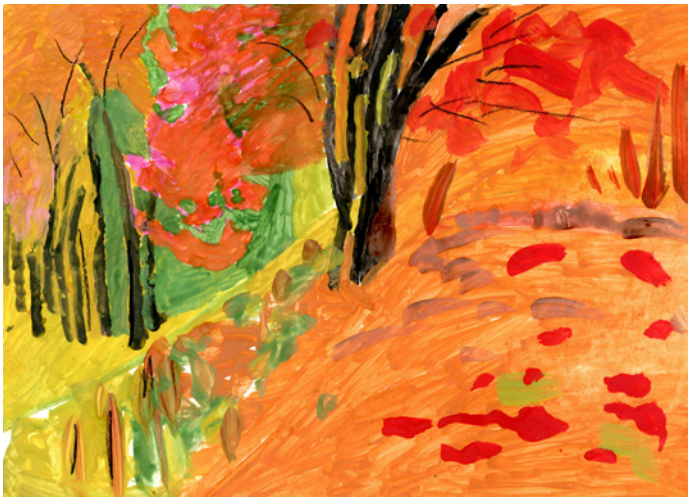
Jesień w parku, kasztany i liście,
Kasztanowe, brązowe oraz rdzawe
Spadają te kasztany tam świetliście
Tworząc na ziemi kształty ciekawe

A pod dębami leżą też żołędzie
Mnóstwo ich w parku wokoło
Leżą one wśród liści wszędzie
Błyszczą i świecą one wesoło

Na drzewach, kasztanach jeszcze liście
Które jesienią szybko opadają
I na ziemię spadają ogniście
Rude, rdzawe one barwy mają



Piotr Bal



Marek Migdał

Grzybobranie

Bożena Florek

Jesień, mnóstwo intensywnych zapachów, wśród nich przepiękny mocny zapach grzybów.

Ja osobiście bardzo lubię zbierać grzyby, ta czynność także bardzo dobrze mi się kojarzy – przenosi mnie do czasów dzieciństwa. Wiele razy w swoim życiu, począwszy od lat najmłodszych, poprzez lata młodzieńcze, aż do wieku dorosłego, zbierałam grzyby w pobliskim lesie, to znaczy obok domu rodzinnego.

Największa obfitość grzybów występuje po deszczu, późnym latem i wczesną jesienią, pamiętam rodzinne wyprawy na grzyby wczesnym rankiem. Chodziłam z Tatą i braćmi, mój Tata dobrze znał się na grzybach i tego nas nauczył. Warto zaznaczyć, że mimo tej dobrej znajomości tematyki, mój Tata zawsze miał ze sobą atlas grzybów, który był nam bardzo pomocny, z opisami i kolorowymi obrazkami rozmaitych gatunków. Z grzybami nigdy nie należy ryzykować, zawsze trzeba być ostrożnym. Około 100 metrów za naszym domem był las liściasty, za nim las modrzewiowo-sosnowy, a w nim mnóstwo maślaków. Z grzybów tych Mama gotowała zupę, smażyła je lub marynowała w słoikach. Mieliśmy tyle radości przy spożywaniu tych smacznych grzybów prawie przez większą część wakacji każdego roku. W lesie liściastym, oprócz orzechów laskowych, malin, borówek, jeżyn, czy poziomek, rosły grzyby jadalne, ale także trujące. Swoją drogą – ileż to pożytku daje nam las, ileż to najadłam się tych leśnych owoców w tamtym czasie. Najczęściej w lesie brzozowym można było znaleźć koźlaki, borowiki, i z nich także można było ugotować pyszną zupę. Grzyby, a szczególnie prawdziwki, koźlaki, czy borowiki można było ususzyć i były one potrzebne w zimie do potraw wigilijnych. Zbieraliśmy również rydze i czarne opieńki, najbardziej nadające się do marynowania. Można było także w lesie zbierać pieczarki, które obecnie kojarzą nam się głównie z tymi uprawianymi w specjalnych halach uprawowych. Z dużym sentymentem wspominam zbieranie gołąbków, z których jadalne są te o seledynowych kapeluszach, oraz żółtych kurek. Piszę o rodzinnym lesie, ale przecież w Polsce mamy wiele lasów, w których można organizować grzybobrania.

rys. Bożena Florek

Powstało już wiele książek o grzybach jadalnych i trujących, bowiem każdego roku dochodzi do poważnych zatruć grzybami. Do grzybów trujących należą muchomory z czerwonymi kapeluszami pokrytymi białymi kropkami. Trujące są również muchomory sromotnikowe oraz jedna z odmian purchawek. Szczególnie trzeba uważać na tzw. sitka, których kapelusze po podziale mają kolor ciemnoniebieski, oraz tzw. zające, które mają brązowy kapelusz, a pod nim białe sitko. Najlepiej zbierać grzyby ucinając nóżkę grzyba tak, by nie wyrwać całej grzybni. Dzięki temu w następnym roku wyda plon.

Ale grzyby nie są tylko tematem tych potrzebnych poradników, bywają również tematem utworów literackich. W epopei narodowej „Pan Tadeusz" w Księdze Trzeciej „Umizgi" Adam Mickiewicz wymienia rozmaitość grzybów na ziemiach litewskich. Na kartach „Pana Tadeusza" wieszcz opisał wiele szlacheckich rozrywek. Mieszkańcy i goście Soplicowa wybierali się na przykład na grzyby, których w litewskich lasach było pod dostatkiem. Do grzybobrania zachęciła towarzyszy Telimena, a Sędzia obiecał, że kawaler, który przyniesie najbardziej dorodnego rydza, będzie mógł usiąść podczas wieczerzy obok najpiękniejszej kobiety, a jeśli w konkursie zwycięży dama, będzie mogła zająć miejsce w sąsiedztwie wybranego przez siebie kawalera. Grzybiarze u Mickiewicza zidentyfikowali dziewięć gatunków grzybów, wbrew warunkom konkursu kawalerowie zbierali lisice a panny borowiki. Pozostali wkładali do koszyków: rydze, koźlaki, bielaki, lejki, opieńki. Od czasu do czasu napotykano także purchawki. Przy okazji rozmowy o grzybach, Mickiewicz zwraca się do kosmopolitów: „Cudze chwalicie, swego nie znacie".

Zbieranie grzybów to wielka frajda, ale uwaga – trzeba to robić z rozsądkiem, bo niektóre gatunki grzybów są szkodliwe, trujące, czego często nie widać na pierwszy rzut oka. Apeluję o ostrożność, nawet do najbardziej doświadczonych grzybiarzy!

Biomet

Piotr Stawowy

Często słuchając w radiu prognozy pogody, słyszę, że mowa jest o biomecie. Co to właściwie jest? Mówiąc najprościej, biomet to prognoza warunków atmosferycznych, z uwzględnieniem ich wpływu na organizmy żywe. Na biomet składają się wszystkie objawy, które występują w związku z danymi warunkami atmosferycznymi.

Biomet może przyjmować trzy stany – korzystny, niekorzystny lub obojętny. Obojętny jest wtedy, gdy w pogodzie nie dzieje się nic specjalnego, wartości temperatury, nasłonecznienia, opadów i ciśnienia atmosferycznego są średnie i nie oddziałują znacząco na organizm. Interpretacja pojęcia korzystnego lub niekorzystnego biometu nie jest już taka oczywista, bo jest to sprawa bardzo indywidualna.

Wpływ pogody na samopoczucie jest potwierdzony, ale informacje w mediach mają charakter bardzo ogólny i są tylko wskazówką, czego można się spodziewać. By stwierdzić, czy biomet danego dnia będzie dla nas korzystny czy nie, należałoby dokładnie wysłuchać całej prognozy i połączyć ze sobą wszystkie informacje. Ktoś może czuć się dobrze przy stosunkowo niskim ciśnieniu atmosferycznym, ponieważ sam ma niskie ciśnienie tętnicze. I na odwrót – osoba o podwyższonym lub prawidłowym ciśnieniu krwi będzie czuć się lepiej przy wyższym ciśnieniu atmosferycznym. Tak samo różne mogą być reakcje na temperatury i nasłonecznienie. Jedni wolą, kiedy słońce nie jest mocne, a temperatura nie przekracza ok. 24 stopni, inni czują się najlepiej podczas upałów i pełnego słońca. To sprawy indywidualne, które zależą od kondycji, wieku i innych czynników.

Są jednak sytuacje, kiedy zdecydowana większość ludzi czuje się niekomfortowo. Niekorzystnie na samopoczucie wpływają zmienne warunki pogodowe, im większa amplituda zmian – tym gorzej. Najczęściej negatywnie oddziałuje na nas gwałtownie zmieniające się w ciągu dnia ciśnienie atmosferyczne. Negatywny wpływ na samopoczucie mają także inne zjawiska pogodowe: porywisty i zimny wiatr, duża wilgotność powietrza, ulewne deszcze, niskie temperatury. Wysoka temperatura, gdy występuje w połączeniu z lekkim wiatrem i suchym powietrzem, jest do przyjęcia. Jednak kiedy podczas upałów występują ulewne deszcze i powietrze nie rusza się, wtedy robi się duszno. Przy takiej pogodzie właściwie każdy będzie się czuł niedobrze, a największe trudności będą miały osoby z problemami z oddychaniem, ciśnieniem, krążeniem. Zimą duża wilgotność powietrza i wiatr powodują, że temperatura odczuwalna jest znacznie niższa od tej wskazywanej przez termometry, co także może powodować złe samopoczucie. Sam silny, porywisty wiatr może wywoływać problemy ze snem.

Niekorzystny biomet najsilniej odczuwają meteoropaci. Mogą odczuwać wyraźne pogorszenie samopoczucia, rozdrażnienie, osłabienie, problemy z koncentracją, opóźniony czas reakcji, brak motywacji do działania, bóle głowy. Osoby starsze i przewlekle chore silniej odczuwają negatywne skutki niekorzystnego biometu, mogą mieć bóle kostno-stawowe, podwyższone ciśnienie, duszności. Meteoropatami najczęściej są kobiety, dzieci, ludzie starsi oraz osoby z niskim ciśnieniem. Dostosowanie się do warunków pogodowych jest utrudnione także wtedy, gdy ciało jest osłabione.

Pytanie czy możemy jakoś radzić sobie, gdy biomet jest niekorzystny? Niestety samopoczucie jest wtedy trochę poza naszym wpływem, ale możemy próbować jakoś sobie pomóc. Sama informacja o biomecie mówi niewiele, ale jeśli zaangażujemy się i połączymy ją z dokładniejszymi prognozami, możemy wiedzieć więcej i podjąć działania – dla każdego inne, zależnie od tego, na jakie warunki reagujemy gorzej. Jeśli źle znosimy upały, wtedy należy np. nad ranem zamknąć okna, by nie wpuścić gorącego powietrza, pić wodę, która pomaga przetrwać upały i chroni od bólu głowy. Jeśli jednak ma być niskie ciśnienie, deszcz, niska temperatura, wtedy nie możemy zrobić nic, jak tylko reagować na te zmiany pogody. Paradoksalnie mocna kawa może jeszcze zaszkodzić – podnosi ciśnienie, co połączone z niskim ciśnieniem atmosferycznym może jeszcze pogłębić objawy. Najlepszym wyjściem w deszczową pogodę jest oszczędne gospodarowanie energią i unikanie dużego wysiłku. Czasem jednak warto spokojnie przeczekać niekorzystny dla nas czas, w oczekiwaniu na biomet korzystny.

Źródła: medonet.pl, kobieta.onet.pl

Złote Myśli

Jesień plecień, wciąż przeplata, trochę zimy trochę lata.
Jesienią nie tylko drzewa się mienią.

Perła

Anna Kwiatkowska
wiersze i rysunki

***

Jesienią, zwłaszcza po upalnym lecie
Lubimy spacery we wczesnym
Lekkim chłodzie października
Zdarza się jednak, że z jego końcem
Lub początkiem listopada
Lepimy już śnieżne kule
Powoli nadchodzą mrozy, zamglenia
Mży śnieg, jeszcze czasem deszcz lunie
Jak z końcem lata
Zasypiają w norach ziemnych
I skalnych dziuplach zwierzęta
Zaczynają się zadymki, oszronienia
Wiatr niesie kolorowe liście
A nad morzem – piasek muszle i kamyki
Mimo to coś nowego budzi się w nas do życia
Jakieś promyki światła dostrzegamy
W jednostajnej pogodzie
I tej rzeczy istoty kontrast

***

Deszcz jesienią ma
Swój charakter i humory
Bywa mdły i ponury
Bywa słoneczny i uśmiechnięty
Przelatuje przez palce
Albo na nich kroplami się zamyka
Filtruje nasze włosy
Moczy obficie
Aż do głowy lub
Zaledwie zrasza niczym
Doniczkową roślinę
Bywa zły, bywa marudny
I nudzi mu się też czasami
Dlatego leje jak z cebra
Albo mży jak pianka do golenia
Czasem zatłucze się i niebo jakby
Pękało i wtedy myślimy:
Chyba nas pochłonie
Po czym delikatnie
Wszystko odchodzi
W dal i nastaje cisza
Bo znów tylko kropla za kroplą
Gdzieś spadnie, siąpnie
I nikt na nią nie odpowie

***

Jesienią mam nadzieję
Usiąść w pustym
Nastrojowym parku
Obserwować różnokolorowe
Trawy, krzewy, drzewa
I puszczane przez wiatr
Kolorowe liście
Niczym miniaturowe latawce
Jesienią lubię też szurać butami
W szeleszczącym
Pełnym pyłu poszyciu
Wybierać z niego
Dłońmi bez rękawiczek
Najładniejsze okazy liści
Do nieistniejącego zielnika
Lub istniejących
Jesiennych bukietów
Lubię tak iść przez park
Jakby bez celu
Jakby donikąd
Najlepiej wtedy mi się ze sobą
Wypoczywa
Od siebie i od dźwięku
Porannego budzika

„Bajkowy świat” u Jawora

Bożena Florek

Nadszedł upragniony dzień naszej corocznej imprezy integracyjnej – Pikniku u Jawora. W tym roku hasłem przewodnim imprezy było hasło „Bajkowy świat”. Dzień ten był przez nas oczekiwany tym bardziej, że z powodu pandemii koronawirusa w roku 2020 impreza nie została zorganizowana w standardowej formie, lecz w każdym budynku osobno i bez udziału osób z zewnątrz.

Piknik to impreza, która odbywa się corocznie w naszym Domu. W tym roku był to już 26. raz. Co roku piknik miał inne hasło przewodnie, i cała scenografia, jak i stroje uczestników nawiązywały do tematu. W tym roku nie zabrakło postaci z bajek – był m.in. Pinokio, Czerwony Kapturek, czy Chatka Baby Jagi. W scenerii dookoła domu znajdowały się ptaki i muchomory. Ponieważ pandemia trwa nadal, w tym roku bawiliśmy się w naszym gronie, nie było występów zaproszonych artystów ani piosenkarzy, nie było też rodzin mieszkańców ani zaproszonych gości z innych domów. Mimo to, bawiliśmy się doskonale, tym bardziej, że sprzyjała pogoda w przyrodzie i pogoda ducha. W części oficjalnej przemawiał Pan Dyrektor przebrany za Króla. Wszystkich powitała również Kierowniczka Terapii Zajęciowej, która następnie przekazała mikrofon Terapeutce prowadzącej co roku fantastycznie tę imprezę integracyjną. Po części oficjalnej nastąpiła część artystyczna. Rozpoczęła ją „Bajka o Rybaku i Złotej Rybce” według Aleksandra Puszkina. Bajkę przedstawiali nasi aktorzy-amatorzy z naszej grupy teatralnej „Teatr Wyobraźni”. Bajka opowiada o starszym małżeństwie, które posiadało tylko ubogą chatkę. Pewnego dnia Rybak złowił Złotą Rybkę, która obiecała spełnić jego trzy życzenia. Po powrocie do chaty Rybak usłyszał od żony życzenie, że chce zostać szlachcianką. Rybak powtórzył Rybce życzenie żony, i gdy powrócił do chaty zobaczył, że życzenie się spełniło. Jednak żona miała jeszcze kolejne życzenia – najpierw chciała zostać królową, a potem jeszcze cesarzową. Złota Rybka oburzona na żonę Rybaka, która ciągle wypędzała męża, powiedziała, żeby wrócił z powrotem do żony po trzecim życzeniu. Zdziwiony Rybak wrócił do żony i zobaczył, że zostali zdegradowani do opcji zerowej, czyli do ubogiej chatki. Morał bajki brzmi: „Chciwość musi zostać ukarana”. Przedstawienie zostało nagrodzone rzęsistymi oklaskami.

Po przedstawieniu nastąpiła prezentacja piosenek karaoke w wykonaniu mieszkańców. W takt melodii rozpoczęły się także tańce, które potem przeszły w huczną zabawę taneczną. W międzyczasie mieszkańcy mogli korzystać z atrakcji kulinarnych, a były to: potrawka z drobiu, biały żurek, grill, chleb ze smalcem i ogórkiem kiszonym, pyszne ciasta, popcorn i wata cukrowa (serwowane przez panie przebrane za nimfę wodną i księżniczkę) oraz oczywiście rozmaite napoje. Kuchnia spisała się jak zwykle na medal. Ze szczególnych atrakcji warto wymienić kule wodne, pojedynki rycerzy o damę serca przy Smoku Wawelskim, malowanie twarzy i włosów przez księżną w pięknej sukni, bańki mydlane tworzone przez Jasia i oczywiście chatka Baby Jagi, gdzie malowane były pyszne pierniki.

Do późnych godzin popołudniowych trwała zabawa taneczna w takt piosenek, nie tylko współczesnych, ale i z lat dawnych.

Trzeba podkreślić, że chociaż w tym roku charakter pikniku był nieco inny, niż w latach poprzednich, a to z uwagi na specyficzną sytuację pandemiczną, to jednak wszystko się udało, łącznie z piękną pogodą. Mamy nadzieję, że w przyszłym roku będziemy mogli ponownie zaprosić naszych gości – nasze rodziny, przyjaciół i znajomych.

Dziękujemy wszystkim organizatorom, którzy przyczynili się do tegorocznej imprezy integracyjnej i wołamy: „Przeżyjmy to jeszcze raz!".

Piotr Stawowy

Marzena Zendak

Piotr Bal

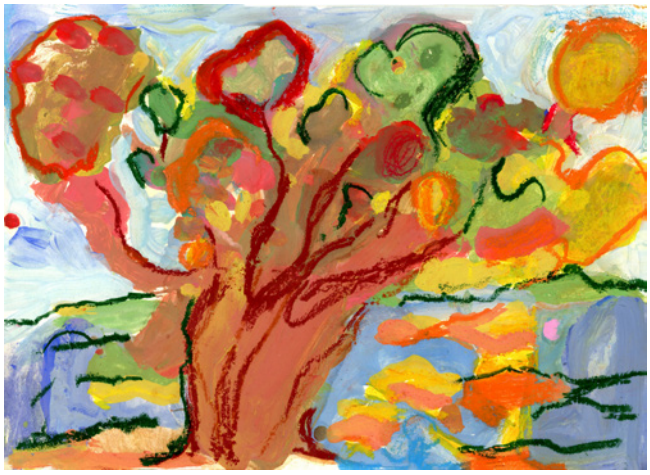
Piotr Bal

Piotr Stawowy

Sylwester Chalastra

Marzena Zendak

Marek Migdał



Lidia Wąsik

Lidia Wąsik

Marek Migdał

Marek Migdał

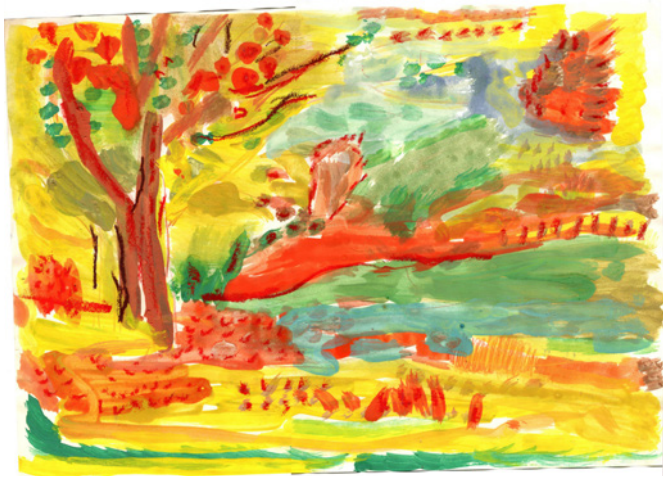
Słoneczna jesień

Słoneczna jesień, ciepłe polecie
Która zaraz po lecie przychodzi
Gdy słońca sporo jeszcze na świecie
Gdy upał, gorąc powoli odchodzi

Gdy ta złocista jesień nastaje
W odblaskach słońca ciepła słoneczna
Gdy barwne widowisko powstaje
Wszędzie wokół pogoda bajeczna

Gdy liście rude i także rdzawe
Lecą gęsto na leśne poszycie
Sypią się barwne liście na trawę
Obok kasztany lśnią znakomicie

Zanim te liście będą spadały
Stale inne kolory będą miały
Coraz inny kolor, inne barwy
Będą inne liście barwy miały

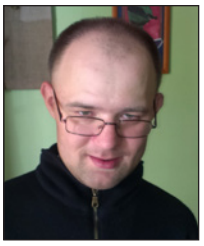


Lesław Wąsowicz

Krzysztof Kijowski

Zakopane

Lidia Wąsik



Sylwester Chalastra

Krzysztow Kijowski

We wtorkowy piękny poranek 27 lipca, zaraz po śniadaniu, wyruszyliśmy na całodniową wycieczkę do Zakopanego. Na szczęście pogoda nam sprzyjała, było słonecznie i ciepło. Podążaliśmy autokarem, obserwując krajobraz i błękitne, bezchmurne niebo zwiastujące cudowny letni dzień. Podróż minęła nam sprawnie, w naszym autokarze było sympatycznie i wesoło.

Po dotarciu do celu, naszą górską wizytę rozpoczęliśmy od mszy świętej w Sanktuarium Matki Bożej Fatimskiej na zakopiańskich Krzeptówkach. Miejsce wyglądało pięknie, w pełnym słońcu, wśród gór i zieleni. Mszę odprawiał nasz kapelan, a po mszy o kościele mówił nam tamtejszy ksiądz. Przypomniał nam, że to maryjne sanktuarium zostało wybudowane jako votum za ocalenie życia papieża Jana Pawła II po zamachu z 13 maja 1981 roku, które to wydarzenie wstrząsnęło całym światem. Opiekę nad sanktuarium sprawują księża pallotyni. Głównym elementem jest kościół pw. Matki Bożej Fatimskiej, konsekrowany przez Jana Pawła II w 1997 roku w czasie VI pielgrzymki do Polski. Obok kościoła znajduje się kaplica, w której została umieszczona figura Matki Bożej Fatimskiej. Na terenie sanktuarium znajduje się Park Fatimski, a w nim kaplica upamiętniająca śmierć Jana Pawła II. Obecnie sanktuarium jest miejscem modlitwy w intencji papieża Franciszka.

Po pełnej emocji i wzruszeń wizycie na Krzeptówkach, wybraliśmy się na miejsce naszego biwakowania. Na leśnej polanie… na łonie natury urządziliśmy sobie grilla – w tych pięknych okolicznościach przyrody kiełbaski smakowały wyśmienicie. Czas umilały nam dźwięki gitary, śpiewaliśmy różne, wesołe piosenki, płynące prosto z serca. Godziny szybko mijały, jak to bywa gdy jest miło. Na zakończenie wizyty w stolicy Tatr, pojechaliśmy na Krupówki, gdzie mogliśmy pooglądać stragany z zakopiańskimi drobiazgami, a także kupić sobie lub komuś bliskiemu pamiątkę – ciupagę lub kierpce, czy na przykład smakowity oscypek. Ludzi było, jak to na Krupówkach sporo. Rozglądaliśmy się za białym niedźwiedziem do zdjęcia, ale nie było go, a i my nie mieliśmy już czasu, bo zbliżała się godzina odjazdu do Krakowa.

Wracając do domu, zmęczeni lecz bardzo zadowoleni i pełni wrażeń, dziękowaliśmy sobie za mile spędzony dzień. To była naprawdę wspaniała wycieczka.

Sierpniowa wycieczka

Wojciech Wierzbicki

Pewnego sierpniowego dnia wybraliśmy się do krakowskiego ogrodu zoologicznego. Zebraliśmy się na portierni, już po śniadaniu, przygotowani na deszczową pogodę, jaka pechowo przywitała nas tego dnia. Do ZOO dojechaliśmy specjalnym autobusem MPK, dostosowanym do potrzeb osób niepełnosprawnych. Miałem sporo obaw, jak będzie na wyjeździe i czy w ogóle dojdzie on do skutku. Wycieczka do ZOO była bowiem moją pierwszą wycieczką od czasu, jak zaczęła się pandemia koronawirusa. Był z nami ratownik medyczny, opiekunowie i panie z terapii zajęciowej. Mieliśmy oczywiście zapewnione leki i suchy prowiant.

Dzięki grupie czułem się pewniej, zwiedzając ogród sam, nie byłbym w stanie tego dokonać. Wcześniej chodziłem sam na Bagry, do miasta, jeździłem na rowerze i w ogóle samodzielnie robiłem wiele rzeczy. Z powodu choroby, nie tylko pandemii, jest to obecnie utrudnione. Często towarzyszy mi lęk, obawa, jakiś brak pewności. Walczę z tym, na szczęście ostatnio mi się to udaje.

Gdy dotarliśmy do ZOO, na początku bardzo padało. Gdy przeszedł duży deszcz, zaczęliśmy chodzić po ogrodzie i zwiedzać. Pomimo zmęczenia i faktu, że bardzo bolały mnie plecy, dużo w ZOO zobaczyłem. Widziałem takie zwierzęta jak na przykład: żyrafy, które bardzo mi się podobały, dwa słonie, pingwiny Humboldta, uchatki kalifornijskie, antylopy. Widzieliśmy też stadko zebr oraz małpy, które wzbudziły nasze duże zainteresowanie i rozbawienie. Były też wielbłądy baktriany, czyli te dwugarbne (dromaderów, czyli wielbłądów jednogarbnych, nie widziałem). Dużo zwierząt pochowało się, ponieważ była deszczowa aura. Przykładowo nie widziałem wilków, większości dużych kotów, jak również niektórych ptaków.

Pod koniec wycieczki zwiedziliśmy Egzotarium. Były w nim: krokodyle, żółwie, ryby morskie, piranie, węże, jaszczury. Bardzo podobały mi się przepiękne kolory ryb morskich, ukwiałów i koralowców.

Niektórzy oglądnęli też tak zwany nocny pawilon, ja tam nie wchodziłem, ale z tego co wiem były tam nietoperze, fenki – lisy pustynne, oraz torbacze, pancerniki i egzotyczne nadrzewne gryzonie.

Dwa razy zatrzymaliśmy się w tak zwanym okrąglaku, gdzie odpoczywaliśmy, spożyliśmy posiłek i napiliśmy się kawy. Na osłodę mieliśmy drożdżówki i soki. Czas minął nam szybko, i nim się obejrzeliśmy, już przyjechał po nas autobus i odwiózł nas do domu.

Ogólnie wycieczka do naszego krakowskiego ZOO zrobiła na mnie dobre wrażenie i zachęciła mnie do dalszych wyjazdów. Jak już wspominałem, był to mój pierwszy wyjazd od początku pandemii, a w zasadzie już jakiś czas wcześniej nigdzie nie wyjeżdżałem z powodu nie najlepszej psychofizycznej formy. Cieszę się, że pomimo wielu obaw udało mi się przełamać opory różnego typu i jednak do ogrodu zoologicznego pojechać. Z powodu deszczu miałem dodatkowe utrudnienie, bo ławki były nieco mokre i nie za bardzo można było na nich siadać. Mimo to starałem się radzić sobie – co jakiś czas opierałem się o jakąś barierkę i chwilę odpoczywałem. Do klatek starałem się jednak nie zbliżać zanadto, obawiałem się, że mogłoby to być niebezpieczne, co akurat nie jest moim wymysłem, a przynajmniej nie tylko, bo samo ZOO przestrzega przed tym. Rozmawiając podczas wycieczki z innymi jej uczestnikami, odniosłem wrażenie, iż zarówno my, mieszkańcy, jak i nasi opiekunowie, osoby czuwające nad nami, nad naszym bezpieczeństwem, byli bardzo z wyjazdu zadowoleni.

Na plaży

Leżąc tak, beztrosko, na plaży,
W blasku słońca, pod kopułą nieba,
Na materacu czy kocu w kratkę,
Bawiąc się ziarenkami piasku

Przesypując ten piasek palcami,
Rozglądając za dziewczynami,
Znowu czujesz,
jak odpływa gdzieś zmęczenie,
I znów jesteś sobą w średnim wieku,
Więc tak patrzysz na ten świat, na ludzi
I te drzewa tak zielone gdzieś daleko

Które rosną tą bujną zielenią
Pod tym niebem
W niebo wpasowane,
Że niczego więcej nie trzeba,
No i świat się wydaje doskonały.

Jak daleko? No, nie tak blisko,
Na jakimś pagórku czy wzgórzu.

Złoty piasek pomiędzy palcami,
Bez liczenia przesypywany.

Może wyjdzie z wody jakiś potwór?

I zaatakuje właśnie ciebie?
Taki stary, a taki głupi,
Raz na zawsze się pożegnaj z
Takimi nadziejami.

Chociaż. Choć. Czujesz jakiś ból.
Gdzieś tam w piersiowej klatce
Lekkie skrzywienie ust,
Jakiś tekst niewyartykułowany.

Ano nic. Nie jesteś młody,
ani nawet młoda.
Nie wspominając o innych nieścisłościach.
Ale teraz już nie jest tak źle,
z życiem też trzeba będzie się kiedyś rozstać.

Ale dziś się to na pewno nie stanie.
Dziś taki nie zajdzie przypadek.
Więc tak patrzysz na to niebo bez chmurki
Niespecjalnie myśląc co będzie dalej.

Ano nic. Parę godzin słońca.
I niebo bez chmurki choć jednej.
No a potem koc lub materac złożysz,
No i wrócisz po prostu do siebie.

***

szeptają gdzieś dookoła
że wszechświat złudą
jest
że nigdzie niczego nie ma
że życie okrutne jest
ale to przecież nieprawda

dobranoc mówi muzyka
świat jest
niegłupi
wiesz
poezja o coś zahacza
coś wydobywa wiesz

Marek Marczyk

***

Wczoraj było ponuro i szaro
i dziś pewnie lepiej nie będzie,
trzeba kaptur założyć na głowę
i wyjść z domu możliwie najprędzej.

Pora przejść się po pustych ulicach,
kopnąć śmieć gazety na asfalcie,
pora przyjrzeć się uważnie latarni,
i przyglądać się jej zażarcie.

Czas zaufać podmuchowi wiatru,
i dokończyć myśl niedokończoną,
bowiem jutra może już nie być,
tak jak nie ma wczorajszego wczoraj.

Co zostało? Jakieś piękne kwiaty,
jakieś żółcie, zielenie i czerwień,
tak, pogryzły się strasznie kolory
w oknach sklepowych witryn.

Rację miał Kartezjusz czy Platon,
kto mógł mieszkać w tej kamienicy,
o czym myślał Chrystus przed egzekucją,
kto szedł jeszcze po tej ulicy.

Czemu ten samochód jest czerwony,
czemu niebo ucieka przed człowiekiem.
Czemu gwiazd na niebie nie widać,
czemu psy chodzą na smyczy.

To ostatnie mogą być myśli,
to ostatnie słowa być mogą,
ano nic, i kurtkę zapina,
i gazetę kopie lewą nogą.

Potem kaptur poprawia na głowie,
ściera palcem deszczu kropelkę,
i przechodzi w poprzek ulicę,
i jest wielki, jak człowiek jest wielki.

Idzie napić się kawy w kawiarni
i popatrzeć przez szybę na innych.
Zanim ślad ostatni na filiżance
kelnerka po nim umyje.

Deszcz

Pada deszcz, przeziębiony, samotny,
na szare badyle trawy.
Dzień dziś będzie ponury i krótki
i jak życie zupełnie nieciekawy.

Trawa szybko zamieni się w błoto,
suchą nogą nie przejdzie przez nią nikt,
trzeba będzie zostać w tym pokoju,
i pozostać już na zawsze w nim.

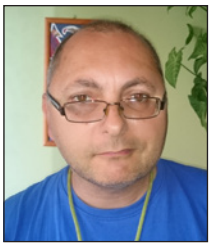
Gdzie tam luksus płaczu czy rozpaczy,
to materiał dla wielkich jest dramatów.
A tu – małe krople na marnym poletku,
i zupełnie pusty szary pokój.

A deszcz ciągle nie przestaje padać,
siąpi nadal, jest coraz smutniejszy,
wie, że nigdy tych szyb nie rozbije,
w których świat się zamknął rzeczywisty.

Więc tak patrzy na te mokre szyby,
na te krople, poszarzałą zieleń,
zanim oczy oderwie od okna,
żeby runąć całkowicie w siebie.

rysunki Anna Kwiatowska

Pszczyna



Wojciech Wierzbicki

Pewnego sierpniowego dnia wybraliśmy się dość liczną grupą na ładną wycieczkę. Celem naszej podróży było miasto o nazwie Pszczyna. Pogodę mieliśmy nawet możliwą. Wyruszyliśmy zaraz po śniadaniu, autokar już na nas czekał. Podróż trwała około dwóch godzin. W autokarze spotkałem mojego kolegę z pokoju z budynku 43D, obecnie remontowanego i rozbudowywanego – Stefana. Całą drogę w obie strony, a także sporo czasu na miejscu, rozmawialiśmy.

W Pszczynie najpierw zwiedzaliśmy pałac z początku XVIII wieku, powstały poprzez rozbudowę XV-wiecznego zamku gotyckiego. Stefan wspierał mnie, bowiem, zwłaszcza na początku zwiedzania atrakcyjnych zakątków Pszczyny, czułem się niezbyt pewnie. A tak – chwyciłem się kolegi pod ramię i już mi było raźniej. W pałacu, który ma dwa piętra, nie licząc przybudówki na dachu, czasami były strome podejścia i zejścia po schodach. Zaczęliśmy zwiedzanie, wspinając się po imponujących, szerokich schodach od strony parku otaczającego pałac. Wewnątrz zobaczyliśmy sale wyposażone we wspaniałe

meble – krzesła, fotele, sofy, imponujące kominki. Bardzo podobała mi się Sala Lustrzana, w której krzesła były ustawione rzędami, jak widownia w kinie czy teatrze. Były tam też ogromne lustra, stwarzające wrażenie, jakoby sala była większa. Później dowiedziałem się, że są to największe lustra w Europie. Podczas dalszego zwiedzania, gdy byliśmy piętro wyżej, co odważniejsi mogli zobaczyć przez balustradę, jak owo pomieszczenie prezentuje się z góry. Ale zrobili to co odważniejsi, ci bez lęku wysokości, ja się do nich nie zaliczam. W ogóle wnętrza pszczyńskiego pałacu imponowały wysokością. Widzieliśmy także elementy wyposażenia wnętrz, oprócz pięknych mebli, również przedmioty służące np. do toalety. Sufity sal były bogato zdobione. Do zwiedzania była też zbrojownia, ale w zasadzie nikt z nas jej nie zwiedzał, bo były tam strome schody.

W pałacu były też prezentowane stare fotografie z początku zeszłego wieku. Dokumentują one spokojny i dostatni okres przed I wojną światową, kiedy to młoda i piękna księżna Daisy von Pless, u boku bogatego męża, śląskiego magnata Hansa Heinricha XV von Hochberg, wiodła wystawny i beztroski styl życia, pełen dworskich uroczystości, zabaw, polowań, przyjęć i nieustannych podróży.

Z początku trochę się obawiałem wyjścia z pałacu, bo myślałem, że będziemy musieli zejść tymi samymi schodami, ale okazało się, że było inaczej – z drugiej strony pałacu, przy wyjściu po zwiedzaniu, było już łagodne zejście. Zarówno po zwiedzaniu obiektu, jak i przed, odpoczywaliśmy na ławkach, co było potrzebne, bo trochę bolały mnie plecy. Niektórzy opiekunowie robili zdjęcia.

Następnie pojechaliśmy autokarem do Jankowic, małej miejscowości pod Pszczyną. Tam była stadnina pokazowa żubrów. Z początku były one w oddaleniu, nieco pochowane przed nami, ale później zbliżyły się i pokazały w całej okazałości. Pracownica stadniny opowiedziała nam następnie nieco o żubrach, ich zwyczajach i pochodzeniu. Dowiedziałem się na przykład, że Żubr pochodzi od tura. Tury niestety już wymarły. Żyły w naszym kraju, ale ostatnia samica zdechła w 1627 roku. Dalekim, amerykańskim krewnym żubra jest bizon. Jest on nieco mniejszy od wyżej wymienionego, nieco bardziej krępy i ma bardziej owłosioną głowę, zwłaszcza czoło. Pani, która opowiadała nam o zwierzętach, mówiła, że żubry w celu pozbycia się insektów, jak również w celach higienicznych, tarzają się w ziemi. Ocierając się o drzewa z kolei pozbywają się swędzenia skóry. Dowiedzieliśmy się też, jak się odżywiają, co jedzą, a także o budowie i funkcjonowaniu ich żołądka – jest on czterokomorowy. Żubry to przeżuwacze i ich trawienie odbywa się podobnie jak u krowy. Są to też zwierzęta parzystokopytne. Ich kopyta, w zasadzie racice, nie są przystosowane do stąpania po grząskim podłożu. Po prelekcji oglądaliśmy film o żubrach, dowiedzieliśmy się jeszcze więcej o nich, ich zwyczajach, żywieniu, utrzymaniu, miejscach występowania w Polsce. W filmie wypowiadało się kilkoro znawców żubrów. Po filmie o żubrach była chwila odpoczynku, po czym udaliśmy się w drogę powrotną do Krakowa.

Na wycieczce byli z nami obecni opiekunowie z różnych budynków, ratownik medyczny oraz terapeuci zajęciowi. Wszyscy oni czuwali nad naszym bezpieczeństwem, żebyśmy się dobrze czuli w trakcie wyjazdu. Na szczęście w zasadzie wszyscy się dobrze czuli, pomimo że były wśród nas osoby w różnym wieku i o różnym stopniu sprawności.

Na koniec niniejszego artykułu chciałbym podzielić się tym, jak się czułem podczas wyjazdu. Otóż miałem dużo obaw, ale dzięki pomocy personelu i dzięki wsparciu ze strony kolegi, Stefana, poradziłem sobie i przełamałem lęki. Gdybym nie miał takiego wsparcia, i gdybym musiał liczyć tylko na siebie, byłoby znacznie trudniej. Pszczyna to był mój drugi wyjazd od czasu, gdy zaczęła się pandemia koronawirusa. Początkowo w Pszczynie byłem trochę słaby na nogach, ale w drugiej części wycieczki zwiększyła się moja „pewność na nogach" i pewność siebie. Podsumowując, na wycieczce czułem się dobrze, mam nadzieję, że pandemia już nie będzie nami rządzić i że pojedziemy wkrótce na wiele innych wycieczek.

Marzena Hoszowska-Dylewska wiersze i rysunek

***

Niepewna siebie, własnego istnienia,
Swych dążeń, swoich wartości,
W poszukiwaniu tego, czego być może
Tak naprawdę nie ma
W poszukiwaniu własnej inności

***

Kiedy odejdę, chciałabym zapomnieć
O tym, co kiedyś kochałam
Stanę u wrót chłodnego smutku
I wiem, że będę płakała
Do chwili, aż się zapomnę
Z rozpaczy skamieniała

Myśli na jesień

Perła

Miłość jest najlepszym ideałem życia.

Miłość jest mądrością życia.

Futbol jest najcudowniejszą grą sportową całego zespołu.

Świętość jest najcudowniejszą i największą doskonałością Ducha ducha.

Kto lata na koniec świata? Kto lata przez lata?

Kto się wyzna, jaka jest drożyzna?

Bolączką tego świata jest niedostatek.

Trójkąt ma najmniejszą ilość kątów w historii wieloboków.

Pan jest nieskończoną i świętą doskonałością i świętością Kościoła.

Najkrótszą i najstarszą jest Ewangelia Świętego Marka.

Wszelka władza królewska należy do Pana.

Władza ma być królewską sługą Narodu.

Ciało jest wyjątkowe. Dusza jest szczególna. Duch jest niezwykły.

Ciało ludzkie jest zewnętrzną postacią i obrazem duchowego wnętrza duszy.

Dziecko jest najgłębszym sensem miłości matki. Ono jest jej największym dziełem.

Ksiądz Pio jest największym, a Karol Józef Wojtyła jest najbardziej popularnym świętym naszych czasów.

Słowo potrafi mieć moc wszechmocy.

Pele był największym magikiem sportu świata..

Pio jest prawdziwym, nieśmiertelnym świadkiem Chrystusa. Ten zakonnik jest przedoskonały i przenajświętszy. On jest prawdziwym wzorem i przykładem godnym naśladowania

Media pełnią rolę kulturotwórczą.

Mowa pełni rolę kulturotwórczą.

Mowa jest największym fundamentem kultury Narodu.

Ciało jest rekwizytem Duszy i duszy.

Komunia Święta potrafi być wszechmogąca, podobnie jak Słowo Boże.

Kto wierzy, w co się wierzy.

Kto wierzy, czy nie wierzy, coś się należy.

Miłość zawsze czyni dobrze.

Prawie zawsze warto czynić dobrze. Prawie zawsze warto czynić dobro.

Słońce przytuli nas do swych rąk.

Rzeczpospolita jest największym krajem poetów, pieśniarzy, pokoju, wolności, tolerancji.

Naród jest natchnionym aniołem, roztropnym i doskonałym.

Oldboje zwykle lubią przeboje.

Miłość jest najszlachetniejszym żywiołem życia.

Motywacje są pobudkami psychicznymi.

Pele był najlepszym magikiem i technikiem oraz wirtuozem sportu świata.

Pele był największym asem i gigantem sportu świata.

Buddyzm najbardziej zmienił nie tylko Chiny.

Modlitwa jest najlepszym rodzajem i doskonałością i świętością mowy.

Modlitwa jest mocą Wiary.

Paolo Maldini był najlepszym obrońcą południa Europy i jednym z największych obrońców historii świata. Miał on najwięcej występów w jakiejkolwiek reprezentacji historii futbolu, jako obrońca.

rys. Sylwester Chalastra

Osoba jest istotą niezastąpioną i niepowtarzalną.

Adoracja jest najdoskonalszym i najświętszym uwielbieniem i ubóstwieniem Boga.

Kochać to nie zawsze znaczny to samo.

Kochać znaczny żyć.

W miłości zaznasz najwięcej sprawiedliwości.

We wrażliwości, w subtelności i w delikatności jest najwięcej czułej miłości.

W uprzejmości jest najwięcej grzeczności, życzliwości, serdeczności.

Kto nie dorósł, ten zwykle podskakuje.

Prawdziwie wierzący jest najbardziej wierny Panu i Jego sługom.

Fryderyk Chopin i Seweryn Krajewski byli najlepszymi romantykami, sentymentalistami i melancholikami w historii muzyki w ogóle świata.

Ciało raczej jest dzieckiem Duszy i duszy.

Dusza chyba jest dzieckiem Ducha i ducha.

Tatry są najniższymi górami z najwyższych wzniesień ziemi.

Najdoskonalsze i najświętsze są prawdy Wiary.

Wielka miłość nie wybiera.

Wolność jest swobodą życia wiecznego.

Wszystko jest niepowtarzalne. Niepowtarzalna jest każda minuta. Każdy dzień jest niepowtarzalny.

Katharsis znaczny oczyszczenie.

Maryja jest Przepanią miłości Ojca, jest Przematką Syna i Przekrólową Dobroci Ducha.

Ciało osoby ludzkiej jest najmniejszym rodzajem Duszy i duszy.

Modlitwa jest dobrym słowem mowy miłości.

Słowo Boże jest nieskończenie doskonałą i świętą istotą Prawdy.

Dziecko jest największym spełnieniem matki.

Dziecko jest najgłębszą prawdą, dobrem, pięknem, głębią, sensem i celem życia matki.

Mąż jest głową żony.

Słowo jest kardynalną sprawą mowy.

Pele był klasą sam dla siebie.

Prawdziwie wierzący są naprawdę wiernymi.

Mesjasz Pan jest Zbawicielem naszym.

Wieczność każdego dnia ma i przeżywa wielką świętą uroczystość Boską, Maryjną, Anielską lub Świętą.

Można, warto, trzeba chcieć i umieć żyć wiecznie.

W duchowości są fale biomagnetyczne i bioelektromagnetyczne.

Kto się ze mną nie zgadza, ten się nie nadaje do ołtarza.

Najbardziej cyniczni są upadli aniołowie.

Niebo aż pęka z nadmiaru piękna.

Święty Jan Paweł II pokazał i objawił prawdziwą władzę.

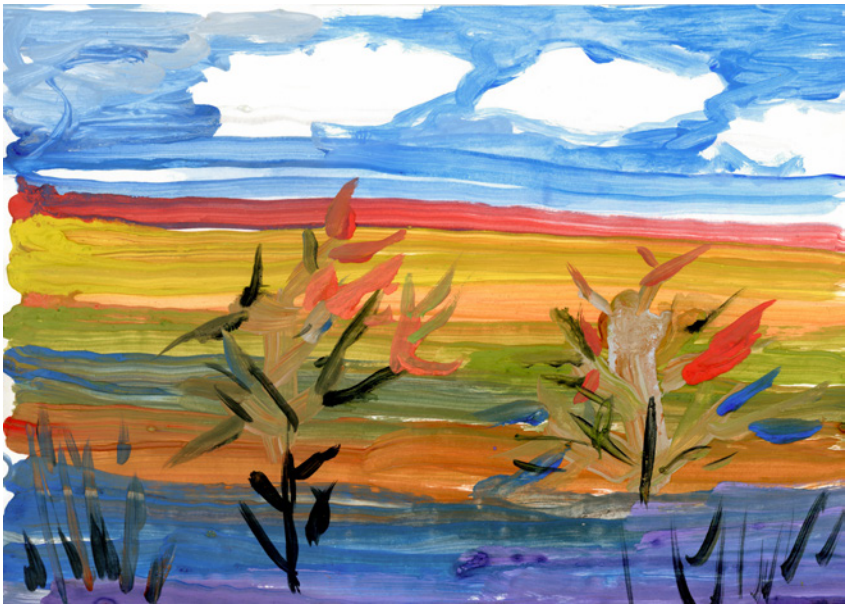
Messi cieszy. Messi nie tylko się cieszy. Messi nie tylko cieszy. Nie tylko Messi się cieszy. Nie tylko Messi cieszy. Messi się cieszy.

Dusza jest Córą Ducha.

Naród jest natchnionym aniołem roztropnym, doskonałym.

Uczciwość jest uczciwą, cnotliwą, znakomitą, cenną, inteligentną wolnością, opatrznościową świadomością cnoty.

Miłość jest najdoskonalszym i najświętszym arcydziełem życia wiecznego.



rys. Sylwester Chalastra

Sumienność jest sumienną, uczciwą, miłosną, intuicyjną, empatyczną, natchnioną, narodową, opatrznościową świadomością cnoty.

Rzetelność jest rzetelną, znakomitą, empatyczną, teologiczną, efektowną, lojalną, natchnioną, opatrznościową świadomością cnoty.

Oryginalność jest oryginalną, roztropną, genialną, intuicyjną, natchnioną, anielską, lojalną, naczelną, opatrznościową świadomością cnoty.

Najświętsze Serce Boże ma nieskończenie doskonałą i świętą, niepojętą Boską miłość Siebie i wielu wybitnych duchów świętych.

Niebo jest natchnioną, inteligentną, empatyczną, boską ojczyzną.

Niebo jest najdoskonalszą i najświętszą Ojczyzną Boga, Maryi, Aniołów i Świętych.

Natura jest arcydziełem nadnatury.

Styl jest najdoskonalszą, mistyczną duszą sztuki.

Bez baby nie byłoby rady.

Boska miłość jest nieskończenie doskonałym i świętym arcydziełem Boskiego Serca.

Gerd Müller był najlepszym piłkarzem futbolu po Pele.

Ksiądz Pio jest jedną z przedoskonałych i przenajświętszych Osób Wszystkich Świętych.

Fatima miała najważniejsze objawienia Maryjne dziejów ludzkich.

Sprawiedliwość i świętość są najdoskonalszymi tajemnicami Raju Nieba i Ziemi.

Kochaj i czyń dobrze.

Edson Arantes do Nascimento był najlepszym kreatorem sportowym w historii futbolu.

ABBA jest najbardziej genialnym i największym zespołem muzyki rozrywkowej.

Dawni twórcy sztuki byli wielce wybitnymi twórcami artyzmu dziejów sztuki.

Miłość wszystko zwycięża.

Nic ponad miłość.

Miłość wszystko przetrzyma.

Nikt ponad Pana.

Bóg jest nieskończenie doskonałą i świętą Mocą i Siłą i Potęgą Ducha.

Kruk jest najbardziej inteligentnym ptakiem i śpiewakiem dziejów zwierząt.

Kto nie uznaje Boga, ten nie jest artystą.

Osoby są moralne, religijne, duchowe, mistyczne, transcendentne i nadprzyrodzone.

Pele grał fenomenalnie, fantastycznie, pięknie, wspaniale.

Miłość Boga jest najdoskonalszym i najświętszym, nieskończenie doskonałym i świętym szczęściem wiecznym w Duchu Pana.

Nie ma ludzi, którzy chcieliby się objawić.

Święty Tomasz z Akwinu powinien być patronem teologów.

Małe jest prawdziwe, dobre, piękne, głębokie, sensowne i cudowne.

Teologia Boga jest nieskończenie doskonałą i świętą matką, cnotą, królową i dziełem i skarbem mądrości Pana w Duchu Świętym.

Teologia jest asem, awangardą i mistrzostwem nauki.

Miłość jest najlepszym źródłem muzyki.

Prawdziwa kultura i miłość jest moralna, religijna, duchowa, mistyczna, transcendentna i nadprzyrodzona w Duchu Pana.

Chyba Ciało jest najlepszym obrazem Duszy i duszy.

Ciało jest dzieckiem Duszy i duszy.

Ciało jest córką Duszy i duszy.

Ciało jest prawdą Duszy i duszy.

Ciało jest dobrem Duszy.

Ciało jest pięknem Duszy.

Ciało jest głębią Duszy.

Ciało jest sensem Duszy.

Ciało jest celem Duszy.

Ciało jest dobrem Duszy.

Ciało jest podobieństwem Duszy.

Najważniejsza dla człowieka jest czystość duszy i ciała.

Prawdziwa polityka nie jest dzika.

Uczciwa polityka nie znika.

Pokora Boga przeszywa niebo.

Pokora nie jest chora.

Pokora jest najdoskonalszym i najświętszym objawieniem ubóstwa Ducha.

Za pałace nie płacę.

Kto za bardzo się bawi, ten się nie zbawi. Kto by za bardzo się bawił, ten by się nie zbawił.

Więcej pożytku diabłu przysparza karnawał niż 40 dni Wielkiego Postu.

Największy jest Pan, głębokie głębiny niepojętej miłości Boga i niezgłębione głębie Ducha Świętego oraz Komunia Święta. Nie ma większych Istot dziejów Nieba i Ziemi.

Gitara elektryczna zrobiła największą rewolucję muzyki rozrywkowej z XX wieku.

Muzyka niepoważna najbardziej rozwinęła się w XX wieku świata.

Technika XX wieku to były największe kamienie milowe techniki dziejów ludzkich. Onego czasu odkryto największe dzieła tego roku.

Moje wynalazki techniki 1975 roku spowodowały i przyczyniły się do odkrycia największej ilości wynalazków w historii.

Osoby Nieba wyprzedzają się w objawieniach kultury, grzeczności, uprzejmości, życzliwości i serdeczności.

Miłość jest najgłębszą Prawdą, Dobrem, Pięknem, Głębią, Sensem i Celem życia.

Miłość jest matką i królową Cnót Boskich.

Miłość jest łaskawa i warto dla niej żyć.

Macie tyle dobrego, koleżanko, kolego.

Bądź cały doskonały.

Tak się dzieje, że są dzieje.

Tak się coś czasem działo, że coś się czasem stało.

Nie ma co się bać, na coś nas stać.

Obóz w Golejowie

Krystyna Cymerys

Kazimierz Makowski

Lesław Wąsowicz

Długo oczekiwaliśmy na ten dzień, i w końcu przyszedł pierwszy sierpnia – początek naszej wycieczki. Organizowało ją Stowarzyszenie Rodzin Abstynenckich „Krąg", którego jesteśmy członkami. Jest to grupa osób, których w jakiś sposób dotyka problem alkoholizmu – zarówno uzależnieni, jak i ich rodziny i przyjaciele.

Duży Staw i Szydłów

W stowarzyszeniu uczymy się przezwyciężać różne problemy związane z trzeźwym życiem, jak to się u nas mówi „uczymy się żyć po trzeźwemu". Wielu z naszych członków już długi czas utrzymuje abstynencję – po kilkanaście, a nawet więcej lat – rekordzista jest już ponad 40 lat trzeźwy! W stowarzyszeniu pomagamy sobie w różnych sprawach, rozwiązujemy pojawiające się, jak u każdego w życiu, problemy, integrujemy się i razem miło spędzamy czas. Często jeździmy razem na wycieczki, robimy wspólne zabawy taneczne, grillujemy wspólnie. Są też obozy integracyjne, gdzie oprócz miłego spędzania czasu mamy zajęcia terapeutyczne dla osób uzależnionych i współuzależnionych. Właśnie o jednym z takich wyjazdów chcemy wam dzisiaj opowiedzieć.

Jechaliśmy pełnym autobusem, bo w wyjeździe brało udział 48 osób. Czas podróży umilał nam kolega Kazimierz (jeden z autorów tego artykułu), akompaniując nam na akordeonie – śpiewaliśmy różne biesiadne hity – bo śpiewać każdy może. Po około dwóch godzinach podróży dotarliśmy do celu, do ośrodka wczasowego „Lotnik" w Golejowie. Byliśmy wszyscy ulokowani w tym samym budynku, w wygodnych pokojach dwu- lub trzyosobowych, z łazienkami i balkonami. W każdym pokoju oprócz wygodnych łóżek był też telewizor, ale dość rzadko oglądaliśmy TV, bo cały czas byliśmy czymś zajęci. Nasz ośrodek usytuowany był w lesie, zaledwie 50 metrów od plaży – gdyż atrakcją Golejowa jest jezioro o dość mylnej nazwie Duży Staw. Spędzaliśmy więc sporo czasu na piaszczystej plaży, odpoczywając i opalając blade (na początku wyjazdu) ciała. Była możliwość skorzystania z kajaków, rowerków wodnych, zjedzenia lodów, gofrów czy frytek. Gofry były świetne, z bitą śmietaną i wiórkami czekolady. Gdy już ktoś miał dość plażowania, mógł wybrać się do lasu w poszukiwaniu grzybów lub jagód. Często też graliśmy w siatkówkę oraz w karty – zwłaszcza w remika.

Każdy dzień zaczynaliśmy od śniadania, menu było bardzo bogate i różnorodne, każdy wybierał coś dla siebie – tzw. szwedzki stół. A późnym popołudniem czekał na nas obfity posiłek – dwudaniowa obiadokolacja.

Chociaż w naszym ośrodku i okolicy było co robić, czasem wypuszczaliśmy się gdzieś dalej – w pewien ładny, pogodny dzień wybraliśmy się do Staszowa, gdzie zwiedziliśmy wspaniały gotycki kościół pod wezwaniem świętego Bartłomieja. Strzeliste wnętrze tej XIV-wiecznej budowli zrobiło na nas spore wrażenie i wprawiło we wzniosły, ale i pełen zadumy, nastrój. Podziwialiśmy obrazy i ikony, a także rzeźby świętych,

największe wrażenie jednak zrobiła na nas powstała w XVII wieku Kaplica Matki Bożej Różańcowej z jej późnobarokowym (XVIII w.) głównym ołtarzem, gdzie znajduje się obraz olejny na płótnie Matki Boskiej Różańcowej z Dzieciątkiem. Nasyceni duchowo, zadbaliśmy też o ciało – bo nasz kolega Bogdan wraz z żoną zaprosili nas troje na przyjęcie do restauracji, gdzie popijając kawę jedliśmy wspaniałą szarlotkę, wyśmienite lody i bardzo smaczne galaretki. Po tym odpoczynku pojechaliśmy do Kurozwęk, podziwiając po drodze okoliczną przyrodę. Tam zwiedzaliśmy pałac, który pierwotnie był zamkiem, został zbudowany w XIV wieku, a dopiero w XVII wieku przebudowano go na pałac, później jeszcze remontowano. Ta barokowo-klasyczna rezydencja tworzy wraz z pawilonem wschodnim zwanym oficyną, pawilonem zachodnim zwanym oranżerią, oraz budynkiem stajni cugowej z dobudowanym na początku XIX wieku i strzeżonym przez dwa lwy portalem kolumnowym, zespół pałacowo-parkowy. Właśnie w tym przepięknym parku, pod wspaniałymi platanami, wypiliśmy kolejną tego dnia kawę. Zarówno pogoda, jak i nasze humory były wyśmienite. Wróciliśmy naładowani pozytywną energią.

Kurozwęki i Staszów

Innego dnia wybraliśmy się z kolei do Szydłowa. Najpierw obejrzeliśmy ruiny zamku w Szydłowie. To jeden z zamków wybudowanych przez króla Kazimierza Wielkiego, który jak każdy wie, zastał Polskę drewnianą a zostawił murowaną. Usytuowany na wzgórzu zamek niestety wskutek różnych przejść, np. pożaru w XVII wieku, potopu szwedzkiego czy opuszczenia przez mieszkańców w XVIII wieku jest obecnie ruiną.

Jako że wyjazd nasz oprócz wypoczynku miał też cele terapeutyczne – codziennie mieliśmy tak zwaną „Panoramę", czyli spotkanie całej grupy, gdzie dzieliliśmy się przeżyciami, opowiadaliśmy, jak nam dzień zleciał, jak się kto czuje i tak dalej. Raz w tygodniu była też terapia grupowa, gdzie wraz z naszą terapeutką przez dwie godziny pracowaliśmy nad różnymi tematami, od asertywności przez komunikację aż po seksualność. Rozmowom nie było końca, każdy z nas wziął coś dla siebie z tych spotkań.

Po dwunastu dniach pobytu nadeszła pora wracać. Wyjazd ten był dla nas zarówno bardzo wartościowy, jak i rekreacyjny. Wróciliśmy wzmocnieni, wypoczęci i opaleni. Zachęcamy wszystkich, których jakoś w życiu dotknął problem alkoholizmu, do naszego stowarzyszenia, to naprawdę dużo może zmienić w waszym życiu!

Złote Myśli

Im więcej chęci, tym bardziej się kręci.
Chyba najbardziej się rusza umysł, serce i dusza.

Perła

***

Spotkałam cię w deszczu
Tak, wówczas padało
Jesień była krótka
Tak szybko przy tobie minęła
I chociaż prawie wciąż lało i lało
Suszyliśmy buty przy kominku i kurtki
A rano wyruszaliśmy na trasy
W niewysokie, zalesione góry
Mieliśmy przed oczami słońce
Właściwie dwa słońca – ciebie i mnie
Chociaż kropla za kroplą
Przemakaliśmy cali
To wieczorem grzejąc i susząc się
Przy kominku
Czuliśmy się jakbyśmy sami jedni
Tańczyli argentyńskie tango
W Sali wynajętej tylko dla nas
Pamiętam tylko, że pocałunki
Nie miały wtedy smaku soli

Anna Kwiatkowska
wiersze i rysunek

***

Jesień – lecą z drzew liście
Z nieba pada i pada
Dużo deszczu, burz, lub zaledwie
Mży kropla po kropli
Dużo wody i błota robi się przy tym
Wszędzie
Są zdradliwe kałuże i rwące strumienie, potoki
Bierzemy wtedy kalosze, parasole, peleryny
Lub sztormiaki
I wychodzimy wtedy często, nie tylko z psem
Na spacer
Ciesząc oko i serce
Tak zwykłą, ale tak ciekawą, bo iskrzącą w nas
Nadzieją, pogodą
Pełną letnich wspomnień i czasu na własne przemyślenia
Czasu na uzupełnienie niezapisanych początków
Lub ich zakończeń

U eremitów w Czernej

Bożena Florek

Lidia Wąsik

W przeddzień astronomicznej jesieni, 21 września, pojechaliśmy na wycieczko-pielgrzymkę do Czernej. Zaraz po przyjeździe powitało nas piękne słońce, zwiastujące wymarzoną pogodę na ten dzień.

Najważniejszym punktem pielgrzymki była Eucharystia, odprawiana w naszej intencji przez karmelitę bosego, ubranego w charakterystyczny dla tego zakonu brązowy habit. Po wzruszającej Mszy św. karmelita odprowadził nas po całym klasztorze, przedstawiając nam w zarysie jego historię.

Klasztor w Czernej jest męskim klasztorem karmelitów bosych, stanowi podwójne sanktuarium: Matki Bożej Szkaplerznej i św. Rafała Kalinowskiego. Dzięki klasztorowi Czerna należy do coraz bardziej znanych i odwiedzanych miejsc pielgrzymkowo-turystycznych w Polsce. Jednak aż do 1805 roku klasztor był pustelnią i wierni nie mieli do niego wstępu. Po wyłączeniu kościoła spod klauzury Czerna stała się miejscem kultu św. Rafała Kalinowskiego i Matki Boskiej Szkaplerznej.

Historia zakonu karmelitańskiego związana jest ściśle z Ziemią Świętą i z tradycją biblijną. Nazwę bierze od góry Karmel, znajdującej się w północno-zachodniej Palestynie. W IX wieku przed Chrystusem w Palestynie działali prorok Eliasz i jego następca, Elizeusz, którzy żyli w odosobnieniu. Regułę dla pustelników z Karmelu napisał patriarcha Jerozolimy w średniowieczu, św. Albert. Od początku istnienia karmelici szczególną cześć oddawali Maryi. Do Polski przybyli na początku XVII wieku i rozpoczęli życie pustelnicze nad rzeką Eliaszówką w Czernej. Mieszkali w eremach, czyli pustelniach. Fundatorką pustelniczego klasztoru w Czernej na początku XVII wieku była Agnieszka z Tęczyńskich Firlejowa, wojewodzina krakowska. Jej grób znajduje się w prezbiterium świątyni pod posadzką i nakryty jest płytą z czarnego marmuru. Po konsekracji kościoła w 1640 roku, ogłoszono wieczystą klauzurę, na teren eremu nie miały wejścia kobiety. Eremici, jako pustelnicy, prowadzili surowy tryb życia, obowiązywała samotność i milczenie, wspólne były tylko Eucharystie. Taki styl życia trwał w eremie do 1805 roku, kiedy została zniesiona ścisła klauzura, kościół udostępniono wiernym, zachowując nakaz milczenia i klauzury tylko w klasztorze i ogrodzie za murami.

Kościół św. Eliasza z 1631–1640 został wzniesiony na planie krzyża łacińskiego w stylu wczesnobarokowym, jest zdobiony czarnym marmurem dębnickim, z którego wykonane są ołtarze, posadzka, świeczniki i portal. Kościół posiada trzy ołtarze, ołtarz główny nad prezbiterium przedstawia proroka Eliasza, któremu objawia się anioł. Po lewej stronie znajduje się obraz Matki Bożej Szkaplerznej, trzymającej w jednej ręce Dzieciątko Jezus, a w drugiej szkaplerz. Jest to medalik na rzemieniu, przedstawiający dwa wizerunki – Pana Jezusa z Jego Sercem Najświętszym, oraz wizerunek Matki Bożej.

Do kościoła przylegają dwie kaplice: św. Jana od Krzyża oraz św. Rafała Kalinowskiego, gdzie umieszczone są jego szczątki. Przed kościołem jest plac, przy którym znajduje się grota z pomnikiem proroka Eliasza i scenami z jego życia oraz źródełko w kształcie serca z rzeźbą kruka, który według Biblii przynosił mu pożywienie. Na zboczu wzgórza, wznoszącym się przed kościołem, jest usytuowany ołtarz polowy, a nad nim

punkt widokowy. Obok kościoła znajduje się cmentarz klasztorny.

Po Mszy św. mogliśmy złożyć pisemne intencje. Potem poszliśmy do muzeum św. Rafała Kalinowskiego, który odnowił życie zakonne w 2. połowie XIX wieku jako trzykrotny przeor klasztoru. Obecnie jest patronem sybiraków i żołnierzy. Drugim muzeum w Czernej jest muzeum misyjne, ponieważ karmelici bosi prowadzą swoją działalność nie tylko w Europie.

Po odwiedzeniu obu muzeów i cmentarza, mieliśmy przerwę na odpoczynek i na posiłek, z pysznym ciastem malinowym przygotowanym dla nas przez siostry zakonne.

Ostatnim punktem naszej pielgrzymki była droga krzyżowa, której stacje znajdują się na wzniesieniu. Przy każdej stacji są umieszczone sentencje świętych. Droga krzyżowa otoczona jest murem klasztornym i obfitą kosodrzewiną. Docierając do każdej stacji, złożyliśmy hołd Jezusowi. Na szczycie, przy ostatniej, czternastej stacji, mogliśmy z góry podziwiać krajobrazy, całą panoramę okolicy.

Zwieńczeniem naszej pielgrzymki była możliwość nabrania wody ze źródełka z dziobu kruka, oraz zakupienia pamiątkowych drobiazgów. Po tych przeżyciach, podobnie jak pogoda w przyrodzie, dopisywała nam pogoda ducha. Udaliśmy się do autokaru w drogę powrotną w wyśmienitych humorach, mając na twarzach entuzjastyczne uśmiechy. Podziękowaliśmy sobie wzajemnie za mile spędzony czas i stwierdziliśmy jednogłośnie, że jest zakątek na tej ziemi, gdzie powracać każdy chce.

Informacja dworcowa

Spytała pani,
Stojąc z wózkiem z dzieckiem,
na przystanku,
Gdzie jest dworzec kolejowy?

Czyżby opuścić chciała
Pani nas?

Kilka osób podniosło
Się z ławek
przystankowych
Kilka kapeluszy uniosło się
z głów.

No i każdy miał
Tę samą odpowiedź.

Dworzec znajduje się tam.

Więc uda się Pani
w tym kierunku,
Żeby opuścić i zostawić
Na zawsze nas?

Ależ tak się przecież nie
robi,
Na to przecież zawsze
będzie czas.

A my mamy
Jeszcze tyle pytań
I tyle jeszcze chcielibyśmy
Się dowiedzieć,

Nim ten pociąg
Z panią w jakąś dal
Przez pola i lasy, i góry
Gdzieś pojedzie.

Np. tam,
Gdzie nie ma nas..

Gdzie np. studiowała Pani
Rzeźbę ciała,
W akademii jakiej
plastycznych sztuk.
Czy to dziecko w wózku
Jest Pani. No i skąd Pani
wzięła się tu.

Zresztą może nie
wszystkich tak bardzo
Akurat to obchodzi,
Może pytań by więcej
Było. I np. na tematy inne.

Ach sekrety, sekrety
kobiety,
Zresztą
Każdy jakieś przecież ma.

Tym bardziej, że na niebie
Nie ma ani jednej chmury,

A w pobliżu ani drzewa, ani
krzewu. Tylko upał.
Który chęć do życia tak
odbiera, i zniechęca,
Że dopiero Pani widok,

Nas, tak do ostatka wręcz
zmęczonych, wycieńczonych
do jakiegoś życia znów
podrywa.

I porywa.

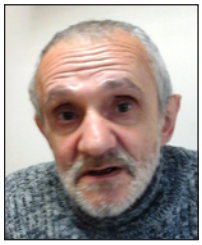
Mimo ogólnego
zniechęcenia.

Że znów po co właściwie
żyć nie ma.

Tak to jest
Gdy z zer 6
Zrobi się 1 zero.

No i ta – słońca ulewa,
Żar i upał, i oddychać
Prawie nie da się.
Zresztą Pani upał ten też
dokucza chyba,
Choć zmęczenia
Ani śladu
nie dostrzega w Pani nikt..

W każdym razie padło
Kilka odpowiedzi,
No I wszystkie brzmiały
tak samo. Tam.



Marek
Marczyk

Jednomyślności takiej
nie znaliśmy od ostatniej
Chyba Sesji sejmu PRL-u,
Czyli odkąd
Skończył się świat.

I zanim ja
Też zdołałem wyrzec
słowo jakieś,
Do-pasowane jakoś
do tej całej sytuacji,
Odpowiedzi padły
Chyba najogólniej wszystkie,
No I temat dworca został
wyczerpany.

No więc niewątpliwie
dworzec kolejowy
Który się
prawdopodobnie
znajduje tam,
Czy istnieje, spierają się
filozofowie,
I to od setek czy tysięcy
nawet lat.

Zresztą ja mam teraz inny
problem,
Czy problemy. Jak pudełko
Kupić papierosów,
I zapałki, i do tego
odpowiedni płyn..

Czyżby jakiś spisek
wszechświatowy.
Uniemożliwić chciał to mi?

Czy też jakiś sąd tajemny,
kapturowy, (albo skorupkowy)
Chciał usunąć panią
spośród nas?

I ta twarz, te piersi,
włosy i nogi,

Oraz reszta ciała,
niewidoczna
W tym krótkim momencie,

Raz na zawsze wyjadą
I samych nas zostawią?
Czyżby to ten jakiś sąd, spisek
mafii, czy też Pani
chęć wyjazdu stąd

No bo przecież po co tutaj
siedzieć. Po co być,
przebywać z wózkiem tym.
I to dziecię kołysać,
Po mieście je obwozić,
Wszystko pokazywać.
I ogórki zrywać, i buraki
przerywać też

I ziemniaki na jakąś
miazgę trzeć?

Czy nie lepiej kankana
Zatańczyć, gdzieś w
australiach wygrzewać na
plażach ciało swe?

Czy się znów zastanawiać
Z kim iść do ołtarza,
Czy urzędu stanu
cywilnego,
Z kim do brydża np. znowu
siąść.

Ano tramwaj, zapewne
nadjedzie.
Przecież w przewodach
płynie elektronów nurt.
No i Pani sama wybierze,
Czy na dworzec jechać, i wyjechać,
Czy też zostać po prostu tu.

Skąd się wziął ten malec w
Pani wózku?
Skąd się wziął ten wózek,
I kółka te?

Wiele wieków się męczyli
Uczeni i filozofowie, i uczt
wiele, też
Sardanapali, odbywało
I odbyło się.

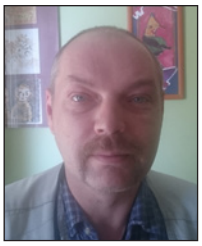
Uczt ostatnich,
Po których choćby potop.
I po których na pewno już
nikt,
Ani 1 nie zorganizuje już
prywatki,
I się z nikim nie spotka nikt.
No i pani,
to słońce, dziecko, ludzie, i
ten nadmiar, i ten ciągły
czegoś brak.

Ale pani
tym 1 pytaniem,
Znów bardziej sensownym
Uczyniła ten cały czas i
opór nasz.

rysunki Anna Kwiatowska

Chciałem tutaj przyjść

Wywiad z Lesławem



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 Haiman: Panie Leszku, od kiedy jest Pan z nami?

Lesław: O, to już jakieś 5-6 lat… Czas szybko biegnie, choć z drugiej strony wydaje mi się czasami, jakby to już było wiele lat, dużo więcej, jakbym był tu już wcześniej.

Sven: A jak to się stało, że przyszedł Pan tutaj?

Lesław: No cóż, znalazłem się w trudnej sytuacji życiowej. Przestałem pracować, w końcu musiałem zdać mieszkanie służbowe, które zajmowałem. Potrzebowałem nowego miejsca do zamieszkania, ale nie tylko – potrzebowałem też miejsca do kontynuacji leczenia.

Sven: A jak długo Pan się leczy? I jak radził Pan sobie przed przyjściem do DPS?

Lesław: Leczę się już około 30 lat, zażywam leki, korzystam z psychoterapii. To już 30 lat, więc długo przed decyzją o zamieszkaniu w DPS. Mam bardzo dobrą rodzinę, bardzo dobrą siostrę i bardzo dobrego brata, bardzo mi pomagali w życiu, zawsze mogłem na nich liczyć. Poza tym leczyłem się regularnie, byłem cały czas pod kontrolą lekarską. Już leczyłem się, a jeszcze pracowałem.

Sven: A jak długo Pan pracował? I w jakim charakterze?

Lesław: W 80 roku rozpocząłem pracę w MPK jako kierowca. Zrobiłem kurs kierowcy autobusu. Po 2 latach awansowałem na stanowisko dyżurnego ruchu w ruchu ciągłym. Następnie zostałem młodszym dyspozytorem. Minął jakiś czas i awansowałem na starszego dyspozytora, po czym zostałem inspektorem ds. ruchu. Miałem do dyspozycji samochód i kierowcę, panowałem nad dzielnicą Nowa Huta. Praca polegała na tym, by zapewnić ciągłość ruchu. I tak pracowałem do około 98 roku. Później byłem już na rencie, ale nadal zajmowałem mieszkanie służbowe.

Sven: Skąd Pan wiedział o DPS? Czy w ogóle wiedział Pan o istnieniu DPS?

Lesław: Nie, nie wiedziałem, że coś takiego istnieje. Znałem szpital, oddziały psychiatryczne, ale o DPS nie wiedziałem. Rodzina poradziła mi to miejsce, zwłaszcza mój brat. Zaczęliśmy rozmawiać i wspólnie doszliśmy do wniosku, że to może być dla mnie najlepsze wyjście w mojej sytuacji. Po prostu chciałem tu przyjść, chciałem spróbować.

Sven: Wielu mieszkańców chciałoby opuścić DPS, a Pan chciał tu przyjść? Jak to?

Lesław: Miałem świadomość, dzięki lekarzom i rodzinie, że wymagam leczenia i stałej pomocy. To nie wstyd korzystać z pomocy, zwłaszcza jak jest się chorym. Wiedziałem, z tego co udało mi się dowiedzieć o DPS, że tu mogę znaleźć zaplecze, bezpieczne miejsce do leczenia.

Sven: O tak, zgadzam się, ja też korzystam z pomocy i uważam, że gdybym tu w pewnym momencie nie zamieszkał, to nic by ze mnie nie było… A tak, skończyłem szkołę i mam fajny zawód. A jak Pan odnalazł się po zamieszkaniu w DPS?

Lesław: Na początku stopniowo poznawałem sytuację, przechodzenie do nowej rzeczywistości. Ten proces odbywał się u mnie łagodnie. Dość szybko poznałem środowisko i stosunkowo szybko włączyłem się w tutejszy rytm życia.

Sven: Właśnie, z tego co wiem, należy Pan do aktywnych mieszkańców. Należy Pan do grupy teatralnej, do redakcji Impulsu, do Rady Mieszkańców…

Lesław: Tak, to prawda, uczestniczę w wielu formach aktywności, okazało się, że dobrze czuję się w towarzy-

stwie innych, lubię zajęcia grupowe. Prawie od początku po moim przyjściu zaangażowałem się w te formy. Także udzielam się w kościele, czytając Słowo Boże. W tygodniu uczęszczam ma rehabilitacyjną siłownię, lubię rowery, fotel relaksacyjny. Chętnie chodzę do kina czy teatru, brałem także udział w kursie tańca, gdzie ćwiczyliśmy sambę, rumbę, fokstrota, walca.

Sven: Gra Pan w Teatrze Wyobraźni, jakie są Pana ulubione role?

Lesław: Tak, jestem członkiem grupy teatralnej, lubię próby. Także zdobywamy wyróżnienia jako teatr, to daje mi satysfakcję. Lubię dużo moich ról, ale przede wszystkim role w jasełkach, na przykład Proroka Simeona. Same jasełka są zawsze wydarzeniem szczególnym, przeżyciem nie tylko artystycznym ale i mistycznym. I lubię tę rolę bo jest związana z narodzeniem Chrystusa. Bardzo mile wspominam także chyba udaną rolę Mleczarza w spektaklu „Skrzypek na dachu".

Sven: Od lat jesteśmy razem w „Impulsie", ja z przerwą publikuję tutaj właściwie od początku tego stulecia. Sprawia mi satysfakcję, gdy widzę, że mój ojciec lubi czytać „Impuls", chociaż jest bardzo wymagający i byle co go nie zadowoli…

Lesław: „Impuls" jest to inspiracja do pisania, bardzo dużo jest tematów, bardzo mądre artykuły, myśli Perły, wiersze, malunki, czy Pana opowiadania o Wilku.

Sven: Dziękuję, faktycznie to mój stały cykl od wielu lat.

Lesław: Jest to gazeta bardzo ambitna, bardzo dużo jest tematów, które możemy poruszać. Czuję się dumny, że ją współtworzę, mam zaszczyt być w gronie redakcyjnym.

Sven: Jest Pan także członkiem Klubu Rodzin Abstynenckich „Krąg", czy może Pan o tym opowiedzieć?

Lesław: W mojej historii, w słabszym okresie, zdarzyło się, że zacząłem sięgać po alkohol, miałem z tym problem. Teraz już nie piję od 10 lat. Z kolei 4 lata temu przyłączyłem się jako członek klubu, do którego chętnie chodzę 2 razy w tygodniu. Mamy spotkania, muzykoterapię, jeździmy na wycieczki, na turnusy, na grzyby. Byliśmy w Golejowie, o czym piszę w tym numerze razem z moimi kolegami.

Sven: A jak to się robi, żeby nie pić?

Lesław: Najważniejsza jest silna wola, świadomość, ten wewnętrzny obowiązek, żeby nie sięgać po alkohol. Ważna też jest pomoc innych, stabilna sytuacja socjalno-bytowa, sieć wsparcia społecznego.

Sven: Ma Pan duże wsparcie i wszechstronną pomoc w DPS, rozumiem, że Klub jest taką kropką nad i?

Lesław: Tak, mam tu w Domu pomoc, silne relacje, więzi z innymi, bardzo dobrych psychologów, opiekunów, czuję, że wygrałem wielką bitwę o trzeźwość i o zdrowie. Klub daje dodatkowy mandat zaufania i utwierdza mnie w tym, że nie piję. Przy okazji, powiem Wam, że podjąłem próbę rzucenia palenia, nie palę już od 3 tygodni. Teraz nie palę, nie piję, nie podrywam, nic na p. Zostało tylko proszę i przepraszam…

Sven: (uśmiech) Czy dobrze rozumiem, z tego co Pan mówi, że nie pomylił się Pan, podejmując decyzję o przyjściu do naszego Domu? Okazuje się po raz kolejny, że DPS może być fajnym miejscem na ziemi… a nasz jest taki na pewno. Ja obecnie mieszkam w mieszkaniu chronionym, ale cały czas czuję się członkiem społeczności naszego Domu.

Lesław: Tak, to wszystko pomaga, kontakty, więzi, zajęcia terapeutyczne. Chorując i lecząc się też można czuć się dobrze, spędzać życie twórczo. Dlatego trudno byłoby mi odejść…

Sven: Rozumiem i życzę wszystkiego dobrego, dziękuję za rozmowę.

Lesław: Dziękuję i Panu też życzę spełnienia marzeń.

Anna Kwiatkowska
wiersze i rysunki

***

Mokre liście pod stopami
Lgną do butów i alejek
Szaro-żółte, malinowe, jak brunatna zieleń
Podobne do siebie, prawie takie same
Są liście jesienią
Łupiny kasztanów seledynowe
Brązowo nakrapiane
Jeszcze kiedy wyjmujemy z nich
Brązowe kasztany
Na trawnikach oprócz liści i kasztanów
Żołędzie, owoce jesienne dębów
Wybierane przez wiewiórki
O rudych i brązowych, puszystych kitkach
Które nieopatrznie dają nam się wyśledzić
Pośród gałęzi drzew
Przemykając w pobliżu nas
Zapewne dla nich jesteśmy intruzami
Co zrobić, kiedy lubimy naszą jesień

Rak to nie wyrok

Bożena Florek

Myślicie pewnie, że w DPS dla przewlekle psychicznie chorych są tylko choroby psychiczne. Otóż nie. Ja w swoim życiu przeżyłam walkę z rakiem – z rakiem piersi. Można być w leczeniu psychiatrycznym a i tak nie załamać się i nie wpaść w kryzys przy tak trudnej diagnozie, jaką jest diagnoza onkologiczna. Chorując psychicznie można efektywnie walczyć także z inną chorobą. Ja dzisiaj mogę powiedzieć, że pokonałam raka – stale pozostaję w kontroli medycznej, ale najgorsze mam za sobą.

Moja walka rozpoczęła się w czasie menopauzy, kilka lat temu. Na początku wszystkie badania krwi były dobre, jednak po mammografii i drugim badaniu, a mianowicie USG piersi usłyszałam diagnozę lekarza onkologa – rak, czyli nowotwór złośliwy z prawdopodobieństwem przerzutów na inne narządy. W pierwszym momencie była to wiadomość szokująca, ale nie wpadłam w panikę.

Mieszkam w Domu Pomocy Społecznej i dzięki systematycznym badaniom kontrolnym rak został wykryty w początkowym stadium. Przed operacją w szpitalu onkologicznym w Krakowie wykonano mi najpierw dwie biopsje, czyli pobieranie próbki ze zmiany w piersi do badań. Ja przystąpiłam do walki z wiarą i powiększyłam współdziałanie z medycyną na szereg różnych sposobów. Personel DPS-u we wszystkich działach spisał się na medal, szczególnie dział medyczny i dział terapeutyczno-opiekuńczy. Muszę zaznaczyć, że wszyscy otoczyli mnie szczególnie troskliwą uwagą, większą nawet niż dotychczas. Moja opiekunka pierwszego kontaktu, która bardzo mnie wspierała, pomogła mi bardziej dbać o sposób odżywiania, zaczęłam bardziej dbać o siebie, stosować witaminy i zioła. Myślę, że te działania wpłynęły na badania przed operacją 12 maja 2015 roku. Wykazały one, że jest nieruchomy guzek z prawej strony prawej piersi. Przeżyłam operację i pamiętam, że po wybudzeniu się z narkozy (oprócz tego, że wyrecytowałam z pamięci inwokację do epopei narodowej Mickiewicza) jedna z pielęgniarek oznajmiła mi rewelacyjną wiadomość – że cała pierś została uratowana, a więc obeszło się bez amputacji. Pielęgniarki podłączyły mi natychmiast kroplówkę i zmieniały ją aż do wieczora, a pierś miałam pod bandażem elastycznym. Następnego dnia w godzinach popołudniowych zostałam przewieziona przez nasz transport do domu, czyli do DPS.

Tu rozpoczęła się dalsza intensywna walka, czyli przede wszystkim ścisła współpraca z lekarzem onkologiem i przyjmowanie zleconego przez niego leczenia. Wiadomo, że w każdym przypadku lekarz onkolog ustala leczenie indywidualnie. W moim przypadku nie miałam chemioterapii, a radioterapię i hormonoterapię. Wiosną, latem, do późnej jesieni, a nawet w zimie, kupowałam sama rozmaite owoce, a w aptece odżywki i syropy oraz elektrolity. W czasie każdej choroby, a szczególnie choroby onkologicznej, trzeba uważać na przyjmowane substancje i na dobór kosmetyków, najlepiej poradzić się specjalistów. W każdym razie trzeba uważać na leczenie się na własną rękę i porady ludzi niekompetentnych, którzy niechcący mogą nam zaszkodzić. Najlepiej też unikać wiadomości od doktora Google, które mogą uśpić naszą czujność lub wręcz przeciwnie – pogrążyć nas w czarnej rozpaczy.

Po operacji byłam dość sprawna, lewą ręką potrafiłam się sama umyć i ubrać, ale pomoc personelu była konieczna i bardzo troskliwa. Już dwa dni po operacji rozpoczęła się radioterapia w Krakowskim Szpitalu Onkologicznym, na którą dojeżdżałam sama tramwajem przez miesiąc. Konieczna była także odpowiednia pielęgnacja miejsca po operacji. Po radioterapii rozpoczęły się systematyczne, częstsze badania, a przede wszystkim mammografie i USG piersi, wtedy na badania jeździłam raz na kwartał. Oprócz tych badań były oczywiście konieczne badania ginekologiczne.

Należy zaznaczyć, że bardzo ważną rolę w leczeniu mieli psychologowie, którzy częstymi rozmowami, sugestywną perswazją minimalizowali stres w czasie leczenia i przyczynili się do powrotu do zajęć terapeutycznych. Ważną rolę dla ukojenia cierpienia ma fakt, że nie mam nałogów, a więc nie palę papierosów i tym bardziej – nie piję alkoholu. Myślę, że pomogło też odpowiednie żywienie.

Po ponad 6 latach współdziałania psychiatrii z onkologią 15 lipca 2021 roku przeżyłam wielki entuzjazm, bowiem usłyszałam diagnozę, że wyniki organizmu są pozytywne i że pokonałam raka. Leki onkologiczne zostały odstawione, a badania kontrolne będą teraz raz na pół roku, albo raz na rok. Nie zapomnę tego ciągłego oczekiwania przed drzwiami gabinetów, najpierw na badania, a potem na ich wyniki. Brak takiej współpracy z onkologią mógłby doprowadzić do szybkiego rozwoju choroby i wielkich komplikacji, być może nawet w całym organizmie.

Nie jest moim celem w tym artykule sugerować tutaj

jakie środki leczenia trzeba podjąć, jakie maści czy leki stosować. Ale chciałabym powiedzieć wszystkim: Rak to nie wyrok, należy wierzyć w możliwość wyleczenia, z wiarą współpracować z lekarzami. Nasze nastawienie ma wielką siłę.

Ważne są cechy osobowe i podejście do życia osoby chorej – mnie pomogło ogólne pozytywne nastawienie do świata, styl radzenia sobie z trudnościami nastawiony na działanie, myślenie zadaniowe. Przy czym emocje są też niezwykle ważne, nie wolno ich lekceważyć. Wiadomo, że diagnoza onkologiczna to sytuacja kryzysowa, dramatyczna i że nasze reakcje mogą być różne – pojawia się lęk, żal, rozpacz, strach, przerażenie, smutek, depresja, wreszcie złość. I to są normalne, naturalne emocje, jakie towarzyszą nam w takich chwilach. Ja też takie odczuwałam. Jednak po tym pierwszym dramacie, silnym przeżywaniu, trzeba i można nastawić się zadaniowo, podjąć kooperację w leczeniu ze wszystkimi specjalistami, którzy przychodzą nam z pomocą. Ważne jest zaufanie do kompetentnego lekarza prowadzącego, do służby zdrowia, ale także do samej siebie, że potrafię chorobę pokonać. Konieczne są częste badania w trakcie leczenia. Przy okazji chciałabym namówić do wykonywania badań profilaktycznych – mają wielką siłę, podobnie jak szybka reakcja na diagnozę – u mnie wystąpiło szczęście w nieszczęściu, że choroba została wykryta szybko. Bardzo ważne, jak w każdej sytuacji trudnej, jest wsparcie społeczne – otoczenia, rodziny, bliskich, profesjonalne wsparcie psychologa, ale także przyjaciół, koleżanek. Bardzo cenne jest wsparcie osób, które przeżyły chorobę onkologiczną lub także walczą i znają ją z autopsji. Ja jestem osobą wierzącą, więc dla mnie bardzo pomocna była także wiara, modlitwa. Ważne jest, by nie poddawać się, leczyć i jednocześnie – jeśli tylko samopoczucie na to pozwala, nie wycofywać się z dotychczasowych form aktywności, ja np. podczas leczenia czułam się na tyle dobrze, ze mogłam kontynuować z zaangażowaniem moje zajęcia. Dzięki temu wszystkiemu dziś – z wielką radością, z większą swobodą stylu życia i z nadzieją na przyszłość – mogę ogłosić moje zwycięstwo nad chorobą dzięki współpracy onkologii i psychiatrii.

Z życia Domu

Na świecie jest tyle pięknych rzeczy

Alicja Rabiej

Dzień dobry, cześć, wszystkim domownikom przy ulicy Łanowej. Pewnego dnia pomyślałam, że napiszę artykuł o tym, jak się między wami znalazłam i jak się zadomowiłam. Zastanawiałam się czy pisać, ale dlaczego by nie? Ja, Alusia, co setki wierszy napisałam jak młodsza byłam, przygotuję krótki artykuł…

Pochodzę ze Lwowa, tam się urodziłam. Wiele lat mieszkałam na Śląsku, do Krakowa przyjechałam jakieś 5 lat temu. Skończyłam dobre liceum ogólnokształcące w Bytomiu, potem miałam różne plany – marzyła mi się kariera muzyczna, widziałam siebie jako artystkę na scenie operowej, potem próbowałam dostać się na polonistykę. W końcu poszłam do studium ekonomicznego, a potem rozpoczęłam pracę jako ekonomistka.

Długo byłam zdrowa, w pewnym momencie spadła na mnie choroba. Nie umiałam sobie poradzić, nie wiedziałam, co jest chorobą a co rzeczywistością. Rozpoczęłam leczenie, które kontynuuję do dzisiaj. Z moim leczeniem przez lata było różnie, były burze ale i dużo słońca. Obecnie mam dobrze dobrane leki, miewam problemy ze snem, ale ogólnie czuję się dobrze i potrafię cieszyć się życiem.

To, co zawsze bardzo mi pomagało w zmaganiu się z chorobą, to moja chęć kontak-

tu z drugim człowiekiem, jego obecność, bliskość, dobre słowo. Bogu dziękuję, że choroba nie odsunęła mnie od ludzi. Moim dużym wsparciem jest i zawsze była dla mnie moja siostra, Zosia, z którą mam wspaniały kontakt i która prowadziła moje leczenie przez te wszystkie lata.

Zanim zapadła decyzja o DPS, mieszkałam sama, oczywiście pozostając pod opieką siostry. W tym czasie dojeżdżałam do Klubu Samopomocy na Grzegórzeckiej, gdzie była wspaniała atmosfera, jeden drugiego wspierał jak mógł. Niestety przyszła pandemia, wszystko się zmieniło. Nie mogłam jeździć do Klubu. To był trudny czas, doskwierała mi samotność. Było parę takich dni, że nie mogłam sobie ze sobą poradzić, choroba zaczęła się nawracać. Trafiłam na Kobierzyńską, gdzie uzyskałam pomoc – byli wspaniali lekarze i wspaniali ludzie chorzy. Jednak potem znowu czułam się samotna. Zdarzało się nawet, że otwierałam drzwi na klatkę schodową, by nie czuć się samotną. Ludzie zaglądali do mnie, zagadywali, byłam lubiana. Jednak to było mało. I tak trafiłam tutaj.

Przyjechałam do Was zimą, w lutym. Widziałam ośnieżone budynki, śnieg był szary. Początkowo nie wiedziałam gdzie przychodzę i czego się spodziewać. Pierwsze dwa tygodnie były trudne – ponieważ przyszłam już w czasie pandemii Covid 19, po przyjęciu musiałam mieć kwarantannę. Przebywałam sama w pokoju, przychodziły opiekunki i psycholog, które zapewniały mnie, że to tylko początek, że potem na pewno będę zadowolona, że będę miała towarzystwo i wsparcie. Z pomocą przyszedł Pan Bóg, a także moje zainteresowania – czytałam zaległą prasę – religijną, kobiecą, gazety z przepisami, które bardzo lubię.

Potem, po tym pierwszym okresie, była radość jak wyszłam z kwarantanny. Zamieszkałam z Elą, którą bardzo lubię, rozumiemy się i wspieramy. Zaczęłam latać po budynku, wzięłam się do odwiedzania ludzi, poznawania ich, chodziłam na terapię, mogłam słuchać programów telewizyjnych. W ten sposób poznawałam Was wszystkich i stopniowo się odnajdywałam. Kolejną radością było wychodzenie na spacery – bezpieczne dzięki szczepionce, którą przyjęłam. Mogłam chodzić na zakupy, a to nas wszystkich cieszy. Poza tym ruch to zdrowie.

Teraz mija już 8 miesięcy, jak tutaj jestem. Jest mi tutaj dobrze. Tu są ludzie, z którymi rozmawiam, których nie muszę się obawiać, że mnie wyśmieją, że nie zrozumieją, bo oni czują i myślą podobnie jak ja i też łykają tabletki. A czy jest gdzieś nam dobrze, zależy dużo od nas samych, od naszego zachowania i jak sobie życie układamy, jak nim kierujemy. Starajmy się patrzeć na drugiego człowieka dobrze i starajmy się słuchać go, nie myśleć tylko o sobie. Jak słuchamy i szanujemy drugiego człowieka, to wtedy się z nim rozumiemy, i nie wojujemy. Ważne jest tępić w sobie złe humory i uwierzyć, że życie można brać za rogi. Ważne by starać się poznawać świat z tej dobrej strony, wtedy łatwiej jest radzić sobie z tymi trudniejszymi. Ja na przykład nie słyszę na jedno ucho, a na drugim mam aparat. Ale nie myślę o tym – na świecie jest tyle pięknych rzeczy, że niedosłuch nie przeszkadza, można się skupiać na innych rzeczach, które w życiu pokochamy, polubimy. Beethoven, który w starszym wieku był głuchy, dyrygował orkiestrą.

Jest dobrze jak sobie układamy życie, choćby z pomocą innych, choćby z tabletkami. Ważna jest wiara, że każda przeszkoda jest do pokonania, a drugi człowiek też potrzebuje wsparcia i może je dawać. Każdy umie dać od siebie coś co potrafi, artysta śpiewa, robotnik pracuje, a my usiłujemy pomagać sobie miedzy sobą, bądźmy jedną rodziną.

Piotr Bal

Plony jesieni

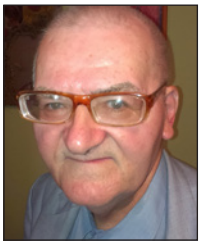
Te wrześniowe plony jesieni
Jabłka, gruszki, śliwy i wiśnie
Kolorami wiśnia się mieni
Morela, brzoskwinia zabłyśnie

Na polach selery, ziemniaki
Cebule, słoneczniki, dynie
Marchewki, pietruszki, buraki
Koperki, kapusty, cukinie

Wonna dzika róża na konfitury
Na korale jarzębina czerwona
Aronia i zioła aromatyczne
Żurawina, orzechy, winogrona

Lidia Wąsik

Piotr Bal



Marek Migdał

Józef Zamojski

Małgorzata Pompa

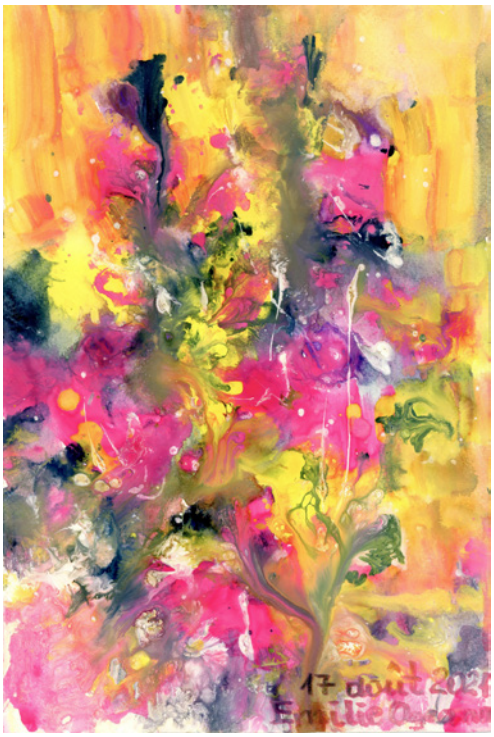
Emilia Ożana

Wojciech Wierzbicki

Piotr Bal

Lidia Wąsik

Marek Migdał



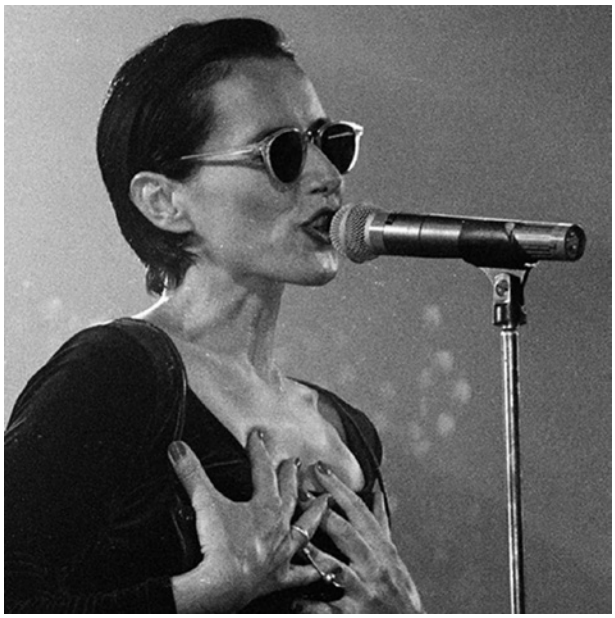
Emilia Ożana

Józef Zamojski

Po prostu bądź, Koro

Anna Kwiatkowska

Jest rok 1981, wchodzę na Halę Wisły od strony Błoń i Parku Jordana, tylnym wejściem, udaję się tak właściwie na zawody pływackie. Z oddali słyszę zadziwiający głos śpiewającej kobiety i wspaniałe dla mojego ucha, nieznane mi dotąd mocne dźwięki rocka. Rocka pełnego ostrych brzmień, ale przede wszystkim ulotnej poezji i doskonałego warsztatu. Wychowywałam się wtedy na Wierniku, Kaczkowskim i Niedźwieckim w programach Trójki. Wchodzę w końcu niecierpliwie na halę sportową. Widzę niesamowicie zgrabną, piękną kobietę, brunetkę w aurze całego zespołu, poruszającą się w rytm utworu „Oddech szczura", szybko, zwinnie. Ma swój styl i wspaniałą dykcję. Śledzę plakaty reklamujące koncert, na którym zjawiłam się prawie na jego koniec i widzę czarno-biały napis Maanam. Absolutnie nie kojarzę, nie mam skąd, wtedy jeszcze zespół nie był na tyle popularny, bym mogła słyszeć go na co dzień w środkach masowego przekazu. Nie chce mi się z koncertu wychodzić, trwa fascynacja tą niezwykłą, nieznaną mi postacią, która jest dla mnie prawdziwym objawieniem. Na hali obecne są osoby starsze ode mnie (miałam wtedy 13 lat, mogłam tam wejść tylko dlatego, że było to moje znajome miejsce). Wiem, że zaraz zaczną się zawody i trzeba iść na rozgrzewkę (występ był o nietypowej jak na koncert porze – w południe). Ale umyślnie przedłużam ile mogę tę chwilę oczarowania i zachwytu. „O! Nie rób tyle hałasu" – słyszę słowa Kory, uśmiecham się, bo hałas jest faktycznie potężny, ale wszystko jest niespotykane i rzeczywiście słowa to słowa, a muzyka to muzyka, wszystko we mnie gra i pulsuje, czuję się odurzona doznaniem i serce bije mi w rytm nieznanych mi refrenów. Tak poznałam drugi co do wielkości „mój" zespół z okresu wchodzenia w pierwszą młodość. Pierwszym



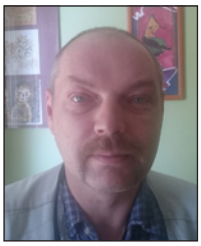
był „Perfect". Oczywiście nawet teraz pamiętam to jak dzisiaj. I mam duży sentyment do Kory, nie tylko do usłyszanych wtedy utworów, ale do całej jej późniejszej twórczości (skończyłam na płycie „Róża").

Uważam w ciemno, że wszystko co w muzyce robiła było wspaniałe. Minęło właśnie 3 lata jak odeszła – już 3 lata, a jednak ja nadal nie przyjmuję tego do wiadomości. Dla mnie Kora żyje, podobnie jak Piotr Strojanowski z Daabem, który tworzył w podobnym co Kora okresie.

W swoich tekstach, utworach, zdjęciach, teledyskach Kora jest nadal urocza, cudowna i niespotykana. Jest sobą i ma swój styl. Dla mnie będzie zawsze młodą, piękną kobietą, która ruszała się jak ktoś, kto zna każdy taniec i słyszy każdy dźwięk, zna się na każdej muzyce i poezji (a jak się okazuje, także na malarstwie). Jest żywiołowa, boska, charyzmatyczna – taką ją uwielbiam. Utwory takie, jak: „Boskie Buenos", „To tylko tango", „Twist", liryczne „Kocham cię, kochanie moje", „Parada słoni", „Róża", „Po prostu bądź", wreszcie „Krakowski spleen" to nadal ona, wielka Kora i rzesze jej fanów, którzy nie pozwolą jej odejść w niepamięć. Kora ze swoją muzyką zostanie, wierzę, i przetrwa kolejne stulecia, i wróci ponownie razem z nami na Krakowski Rynek, na nowe koncerty, na nowe życie. Witaj, żegnaj, Koro, moja idolko z czasów mojego wchodzenia w nowość, w radość życia i jego doświadczeń, poprzez Twoje teksty, Twoją muzykę, Twoją osobowość.

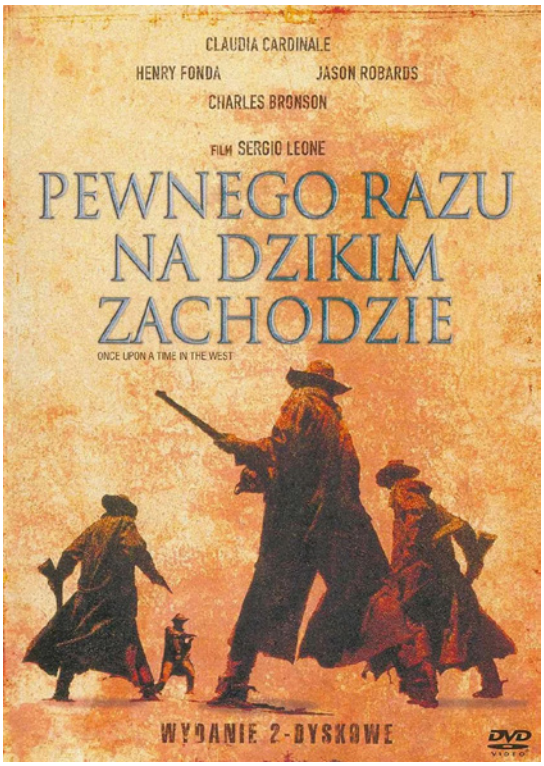
Film

„Pewnego razu na Dzikim Zachodzie"



Sven Haiman

Film „Pewnego razu na Dzikim Zachodzie", nakręcony w koprodukcji włosko-amerykańskiej, wyreżyserowany przez Sergio Leone w 1968 roku, to według mnie jeden z filmów wszechczasów, który zadowoli nie tylko fanów spaghetti westernów, ale i naprawdę wybrednego kinomana. Ma niesamowity klimat – głównie za sprawą świetnej muzyki Ennio Morricone (jednej z najsłynniejszych i najlepszych w gatunku muzyki filmowej), mocnego scenariusza (Dario Argento, Bernardo Bertolucci, Sergio Donati) i świetnej kreacji Charlesa Bronsona w roli tajemniczego rewolwerowca bez imienia. Z filmu pochodzi wielki hit muzyki filmowej „Man with a harmonica". Film jest „nafaszerowany" gwiazdami. Oprócz wspomnianego Bronsona, grają w nim: Henry Fonda i Claudia Cardinale. Obraz przedstawia sytuację, gdy na Dziki Zachód wkracza nowoczesna cywilizacja (kolej). Tak więc następuje początek końca Dzikiego Zachodu. Jak wiele westernów, film opowiada o zbrodni i zemście, jednak historia podana jest w nietuzinkowy sposób. Akcja cały czas trzyma w napięciu,

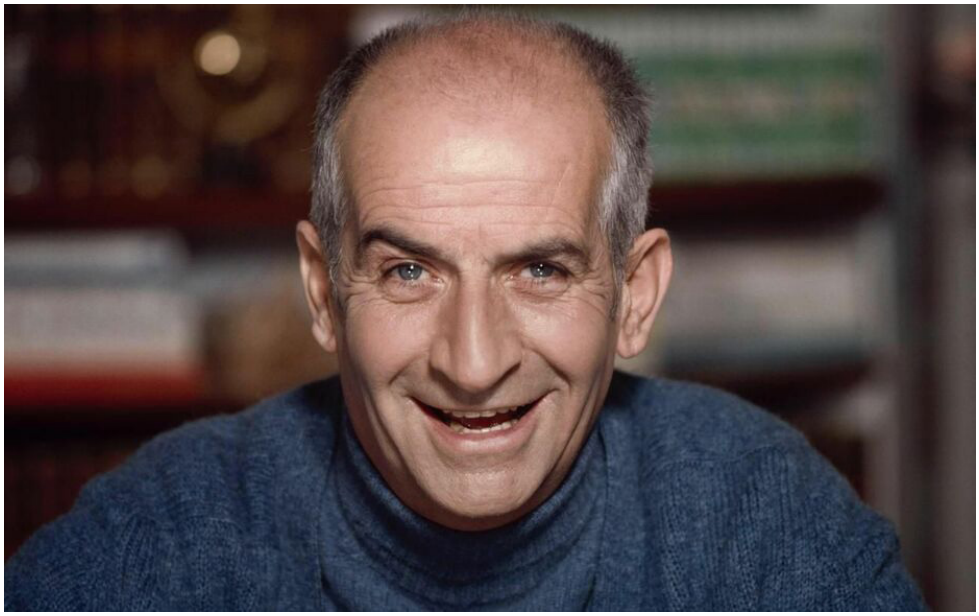


„Pewnego razu na Dzikim Zachodzie" to spaghetti western uważany za szczytowe osiągnięcie gatunku. To szczególny nurt we włoskiej kinematografii na przełomie lat 60. I 70. Kręcone we Włoszech i Hiszpanii westerny produkowano przy zwykle niskim budżecie, z udziałem aktorów europejskich, latynoskich i tylko kilku amerykańskich, filmy cechowały się brutalnością, nihilizmem i czarnym humorem. Jednym z głównych twórców gatunku był właśnie Sergio Leone. Spaghetti westerny początkowo były oceniane negatywnie przez krytyków amerykańskich, jako podróbka ich rodzimego gatunku. Jednak zrehabilitowano niektóre dzieła wyróżniające się wizją artystyczną, zwłaszcza filmy Leone. „Dobry, zły i brzydki" i „Pewnego razu na Dzikim Zachodzie" cieszą się wręcz opinią arcydzieł światowego kina.

Louis de Funès i jego komedie

Wojciech Wierzbicki

Jednym z moich wspomnień z dzieciństwa są komedie z francuskim aktorem, komikiem Louisem de Funès. Pamiętam, że w pewnym okresie filmy te były bardzo popularne i często puszczane w telewizji. Później, gdy nastały czasy wideo, pożyczałem z rodzicami taśmy z filmami tego aktora w wypożyczalniach kaset wideo, najczęściej na osiedlu. Tak więc mam sentyment do tego wybitnego, charakterystycznego aktora i jego filmów, po pierwsze dlatego, że przenoszą mnie one do czasu beztroskiego dzieciństwa, a po drugie – że kojarzą mi się z osobą mojego dziadka, którego zawsze bardzo przypominał mi de Funès. Oglądając jego filmy, zawsze bardzo się bawiłem, śmiałem, cieszyłem.



Bardzo bawiła mnie gra aktorska de Funèsa, ekspresyjna, bardzo dynamiczna. Do dzisiaj z rozbawieniem wspominam pewne sceny z jego filmów.

Louis de Funès urodził się w 1914 roku, zmarł w 1983 (pamiętam, że wzmiankę o śmierci aktora przeczytałem na ostatniej stronie czasopisma „Za i przeciw"). Był aktorem filmowym i teatralnym, a także scenarzystą. Obok Fernandela i Bourvila, z którym występował, jest zaliczany do najwybitniejszych komików w kinematografii francuskiej. W okresie od wczesnych lat 60. do 80. filmy z udziałem aktora przyciągały do kin miliony widzów. W 1980 został nagrodzony honorowym Cezarem za całokształt twórczości. W trwającej blisko 40 lat karierze występował w filmach, radiu, telewizji i na scenie. Pojawił się w 143 produkcjach fabularnych na ekranie. Był jednym z bardziej cenionych artystów francuskiego kina w drugiej połowie XX wieku.

Najlepszymi filmami z jego udziałem były według mnie: „Hibernatus", „Skrzydełko czy nóżka", „Gamoń", „Zawieszeni na drzewie", „Oskar", „Kapuśniaczek", „Przygody rabina Jakuba", „Mania wielkości". Inna produkcja to seria pt. „Fantomas", która liczyła trzy części. Louis de Funès zagrał tam razem z innym znanym francuskim aktorem – Jeanem Marais (aktor ten również, podobnie jak de Funès, już nie żyje, grywał on amantów, ale nie tylko). Z kolei w komedii „Zawieszeni na drzewie" zagrał wspólnie ze swoim synem i z córką Charliego Chaplina, a w „Oskarze" – z synem.

Louis de Funès jest jednak najbardziej znany z serii „Żandarmów". Filmy z tej serii obejrzałem wszystkie i bardzo mi się podobały. I tak były to wyśmienite komedie: „Żandarm z Saint-Tropez" (najstarsza, pierwsza część serii), „Żandarm w Nowym Jorku", „Żandarm na emeryturze", „Żandarm się żeni", „Żandarm i kosmici", „Żandarm i policjantki". Bohaterem serii jest porywczy funkcjonariusz Francuskiej Żandarmerii Narodowej Ludovic Cruchot, który wraz ze swoimi kompanami wytrwale walczy z przestępczością. W serii „Żandarmów", ale nie tylko, powtarza się scena z zakonnicą, która porusza się samochodem i wielokrotnie ratuje bohatera z opałów.

Pamiętam, że kiedyś, całą rodziną, oglądaliśmy mniej znaną komedię z aktorem, a mianowicie „Człowiek orkiestra", film ten szczególnie podobał się mojemu ojcu. Z kolei moich kolegów ze szkoły, i mnie także, bardzo rozbawiła scena z komedii „Mały pływak" – rzecz dzieje się w kościele, podczas kazania nagle urywa się ambona z wygłaszającym je księdzem. Jest to bardzo zabawny moment.

Pamiętam inne śmieszne momenty z filmów z aktorem. W komedii pt. „Skrzydełko, czy nóżka", jest scena, w której de Funès ubrany w perukę, w prze-

braniu kobiety, testuje dania podawane w jednej z restauracji. W pewnym momencie, będąc źle obsługiwanym, wyjmuje kwiaty z flakonu stojącego na stoliku, i wypija z niego wodę. W innym filmie, a mam na myśli produkcję „Żandarm i kosmici", jadąc służbowym, patrolowym gazikiem, podczas przymusowej przerwy w jeździe, żandarmi zauważają latający spodek. W „Kapuśniaczku" z kolei aktor gotuje kapuśniak i częstuje nim kosmitę, którego napotyka. W „Manii wielkości" jadący karetą bardzo bogaty człowiek, poborca podatków, cieszy się, że ma wokół siebie dużo pucharów ze złota oraz innych kosztownych przedmiotów i chełpi się tym. Nagle podłoga karocy zapada się i bogacz zostaje sam na drodze z tym bogactwem. Inną sceną, którą zapamiętałem, jest ta, kiedy podczas pewnego zgromadzenia w pałacu ktoś przerzuca ponad głowami zebranych poduszkę z tykającą bombą. Wreszcie ktoś wyrzuca poduszkę przez okno, bomba wybucha na zewnątrz, dzięki czemu zebranym nie dzieje się krzywda. Pamiętam też scenę, w której aktor przebrany za zakonnicę, śpiewa w chórze zakonnym.

Styl gry de Funèsa cechował się wyrazistą ekspresyjnością, bogatą mimiką twarzy (często wyrażał niezadowolenie, zniecierpliwienie, zdenerwowanie, choleryczność i apodyktyczność), przesadną gestykulacją, grymasami, okrzykami, podskokami i specyficznym chodem. Aktor stworzył nową odmianę komizmu, jego główną inspiracją był Charlie Chaplin, a także postaci komiksowe, m.in. Kaczor Donald.

Zaskakujące jest, że w przeciwieństwie do kreowanych przez siebie na ekranie postaci, w życiu prywatnym aktor był podobno osobą cichą, spokojną, nieśmiałą, skrytą, mało towarzyską, lubiącą spokojne otoczenie rodziny bardziej niż tłumy wielbicieli.

Oprócz filmu, Louis de Funès miał szerokie zainteresowania, za młodu zajmował się sportem (biegami), a później ogrodnictwem, szczególnie uprawą róż w swoim rozarium. Wyhodował nawet odmianę róży o pomarańczowych płatkach, którą pośmiertnie nazwano jego imieniem. Był także pszczelarzem i obrońcą środowiska.

Podsumowując moje wspomnienie o aktorze, który zapadł mi w pamięć jako znakomity komik, mogę powiedzieć, że podobały mi się właściwie wszystkie filmy z jego udziałem. Szczerze polecam komedie de Funèsa, mimo upływu lat prezentowany przez niego specyficzny humor potrafi bawić i teraz!

Źródło: wikipedia

Złote Myśli

Poznać wesołego po śmiechu jego.

Uśmiech w życiu najlepiej gra.

Uśmiech jest jasny, jak niebo bez skazy.

Uśmiech z rana, jak śmietana.

Prawdziwa przyjaźń i miłość zaczyna się od uśmiechu.

Życzymy jasnych dni w słońcu, radości, uśmiechu na co dzień.

Perła

Marek Migdał

Małgorzata Pompa

Lidia Wąsik

Grzyby

W jesiennym lesie piękne paprocie
Mchem podłoże leśne usłane
Zagajnik, drzewek iglastych krocie
Kapelusze grzybów jak malowane

Tam w lesie, daleko nad strumykiem
Rosną pachnące, szlachetne borowiki
Zwane polskich grzybów pułkownikiem
Najsmaczniejsze te grzyby prawdziwki

Nieopodal w tych lasach rosną rydze
Żółte, zdrowe, piękne, wspaniałe
Obok grabów, dębów, sosen ja widzę
Pod sosnami sośniaki doskonałe

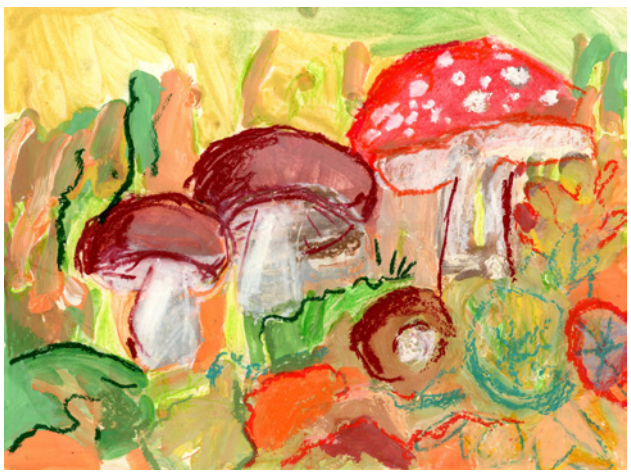
Tam w lasach rosną smaczne prawdziwki
Obok w mchu tam wspaniałe kozaki
Rosną w borze gołąbki, podpieńki
I tam rosną szare koźlarze, koźlaki

Chodzą grzybiarze na grzyby jesienią
Kładą do koszyków kurki i kanie
Do duszenia, smażenia, marynowania
Maślaki, rydze na maśle na śniadanie

Bogdan Czopor

Marek Migdał

Lidia Wąsik

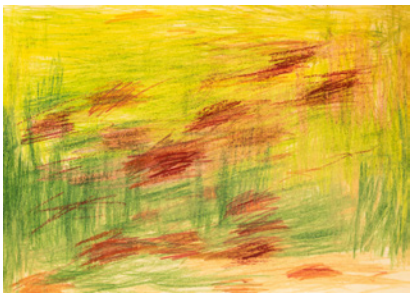


Piotr Stawowy

Marzena Zendak

Piotr Bal

Piotr Bal



Henryka Łożyńska

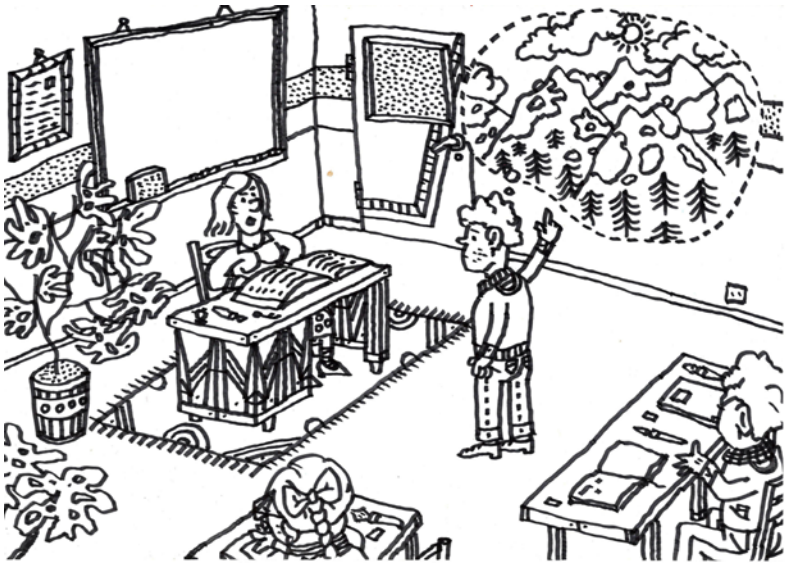
Piotr Bal

Władysław Karzyński

Humor numeru

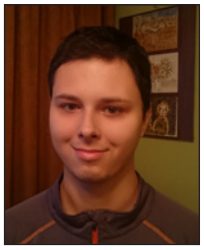
Krzysztof Kijowski
tekst

Wojciech Wierzbicki
rysunek

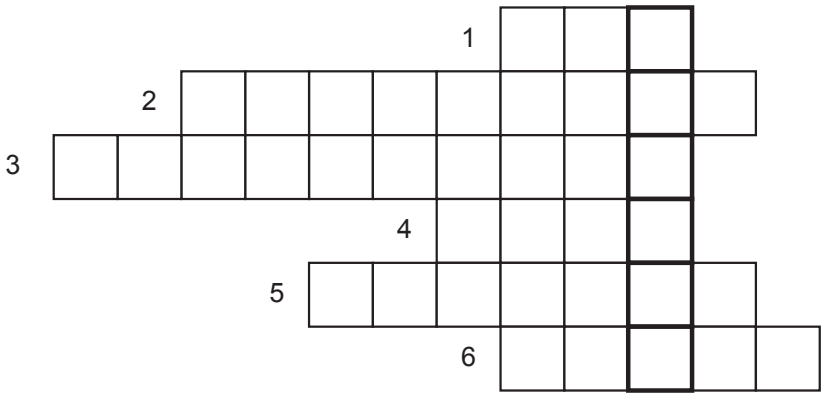


Jasiu wrócił z wakacji, nauczycielka pyta:
– Jasiu, gdzie byłeś na wakacjach?
– W Zakopanem…
– I co ciekawego widziałeś?
Na to Jaś:
– Nic nie widziałem, bo wszystko zasłaniały mi góry…

Kącik szaradzisty



Norbert
Głodzik



1) Transport publiczny tramwajowy lub autobusowy
2) Zastał Polskę drewnianą, a zostawił murowaną
3) Sąsiaduje z województwami: świętokrzyskim, śląskim, podkarpackim, a także ze Słowacją
4) Zieje ogniem
5) Na jego terenie nasz Dom i dworzec PKP, część dzielnicy Podgórze
6) Zamek królewski i producent czekolady

Coś z czasów, gdy nie było jeszcze bezdomnych

Hej siup malutka
Zrobimy krasnoludka

A jak się uda
To może krasnoluda.

No a tu dzień
Już chyba skończył się.
I nie ma nic
Daleko gdzieś tam szczekają
Poszczekują psy..

Hauu, hauu.
I płoną na kominku drwa.

Eh, stary pryku
Na dupie siedź
I nie ryzykuj
Na stare lata

Miłości ci się zachciało..

No wiesz, kochana,
Jeszcze nie jestem taki stary.
I krasnoludka to chyba
Możemy sobie załatwić.

A psy szczekają
I noc wokół zapada,
Księżyc i gwiazdy

I kosmiczne pojazdy
Na ciemnym niebie to gasną, to
Się pojawiają..

Co będzie dalej

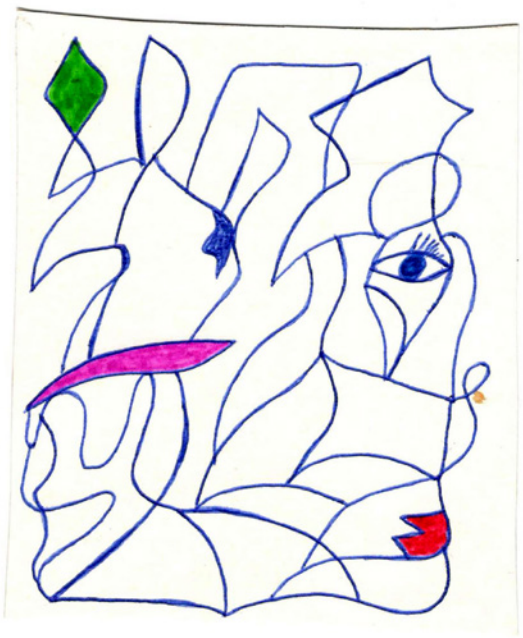
Czy coś się dalej stanie
Trudno powiedzieć
I nikt chyba tego nie wie.

No w każdym razie
Na pewno coś się stanie.

I coś takiego
Dość ciekawego chyba.

Co mężczyzna z kobietą
Kobieta z mężczyzną czasami robią,
Gdy w nocy
Tak są ze sobą.

Szepty i krzyki zaś
Pędzą w kosmiczną dal
A stary sługa na korytarzu
Śpi dalej tak jak spał.



rys. Anna Kwiatowska

I z telewizora
Głos się jakiś rozlega.
Tacy owacy
Ustrój obalać trzeba.

I raz na zawsze rozwalić

Ten cały
socjalizm i kapitalizm.

Nie poradzimy nic chyba
Bo szczęścia na świecie nie ma.

No i być może,
Nigdy go tu nie było.

Hej, siup, malutka
No, zróbmy krasnoludka.

I chwila ciszy
Jej profil w świetle lampki
Usta i ten nos tak cienki
Czy da się coś załatwić
Ta podwinięta sukienka.

A chodź, niech ci już będzie

Mnie na tym tak nie zależy,
A jak się uda
Będziemy mieć krasnoluda.

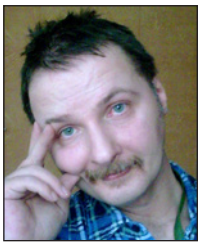
No i w półmroku pokoju
Dwa ciała
Się spotykają.

A następnego dnia może
wydarzy się coś podobnego...

Marek Marczyk

Legenda o Żelaznym Wilku

Baśń tradycyjna



Mirek Konieczny

Pewnego słonecznego dnia na drodze przy rozstaju dwaj starsi bracia zaszlachtowali najmłodszego. I tak mogłaby się zakończyć ta bajka. Ale to nie koniec, to początek Legendy o Żelaznym Wilku.

2.

Nazajutrz wstali bladym świtem kiedy jeszcze krople rosy tworzyły na drucianej sierści girlandy diamencików. Rycerz poszedł do swego karosza – powycinał z jego ciała mięso zdatne do jedzenia, zwinął w tłumoczek swój namiot i lichy dobytek, nabił mięso z tyłu na drucianą sierść, poczem zasiadł wygodnie na Żelaznym Wilku i ruszyli jak dunder świśnie przed siebie. Pod wieczór zajechali pod zamek Rodrigua. I tam wilk wyjawił Księciu jak ma złapać Żar-ptaka, gdy tylko wróci z pierwszych nocnych łowów.

– Ale pamiętaj nie bierz żadnej klatki czy ozdóbki, bo będzie źle.

Książę przyrzekł to Wilkowi i poszedł. Zaczaił się w komnacie na Żar-ptaka, a gdy ten przyleciał ze złotą lilią z jeziora Lilli Wenedy, Książę rzucił się na niego,

rys. Mirek Konieczny

gdy był w klatce i schował go do wora, jak mu kazał Wilk. Już miał odejść, ale światło z Żar-ptaka, które wydostawało się przez dziurę w worku padło na klatkę tak wycyzelowaną w złocie, jakby pochodziła z pracowni mistrza Hefajstosa, którego uczniem był Jednooki cyklop. Była tak nieziemsko cudna, że książę nawet nie wiedział kiedy sięgnął po nią. Zaraz to powietrze rozedrgało się tysięcznymi dzwoneczki. Natychmiast jakby spod ziemi wyjechał złotą windą do sali Cyklop. Oko pałało mu jeszcze od żaru topionego złota, cały był jeszcze gorący od ognia kowalskiego. Podszedł więc do Księcia i mówi:

– Tuś mi bratku capie luby – i dalejże zakuwać Księcia w złote kajdany na nogi. Rycerz w szloch:

– A więc przyjdzie mi zginąć w tych wulkanicznych otchłaniach blisko Tartaru, całe życie dmąc w miech.

Na co Rodriguez dał się ująć nucie szczerości w biadaniach i mówi tak do Księcia:

– Widzę, żeś szlachetnym człowiekiem jest. Dam ci szansę. Puszczę cię jeśli przysięgniesz mi na miecz, że przywiedziesz do mnie białego konia czarnoksiężnika Uranijasza. Wtedy może nawet dam ci Żar-ptaka.

Przyrzekł więc przerażony wizją uwięzienia Książę co trzeba i po rozkuciu poszedł smutny do Żelaznego Wilka i mówi mu, że tak to a tak: siwek Uranjasza, albo kaplica – będzie musiał wrócić do Rodrigueza, na resztę swojego marnego żywota.

– Cóż – powiedział Wilk – następny problem. – Ale nie martw się, masz przecież Żelaznego Wilka za druha. Siadaj na mnie i ruszamy do Uranijasza.

Poczem biegł całą noc unosząc Księcia ku jego przeznaczeniu. Przed południem byli pod chatą Uranijasza, która była jakby jakąś zaniedbaną dużą chałupą, pod jedną strzechą z ogromną stajnią.

– No to teraz uważaj – powiedział Wilk żegnając się z Księciem – bierz tylko zwykłą parcianą kulbakę, ani się waż ruszać zdobnych rzędów. Uranijasz śpi za dnia więc wchodź śmiało. Bierz co twoje i w nogi.

– Dobrze – odpowiedział Książę i ruszył do chaty. Zoczył siwka w ciemnej poświacie jak stoi dumnie w środku zagrody. Chwycił książę za parcianą uzdę i wiedzie konia jak po sznurku, aż tu w smudze przebijającego się przez strzechę snopa światła zobaczył piękny rząd turecki o guzach wielkości piąstki małego dziecka ze szlachetnych rubinów, szmaragdów, szafirów i ametystów. Tknął go nieledwie palcem, aż tu spod sufitu spuszcza się na nici pajęczej pan i właściciel tego miejsca. Ohydny był i błotnisty jak nietoperz i mówi:

– Mam cię chwacie. Za kradzież będziesz od dzisiaj do swojej śmierci mi służył, wynosił gnój spod siwka i innych koni, których zgromadziłem w tej stajni pięćdziesiąt.

I już zaczyna pleść na nogach Księcia grubą pajęczynę. Rozpłakał się nasz Książę i dalejże lamentować:

– Co mam ci ja w tym zaduchu, o smrodzie odwalać brudną robotę. O ja nieszczęśliwy.

Wyczuł w łzach Królewicza wielką naturalność i mówi mu ów Uranijasz:

– Mogę cię puścić wolno jeśli przysięgniesz na miecz, że przywieziesz tu piękną Genowefę ze smoczej baszty Upsalli.

I znowu powędrował biedny książę, a wilk widząc go, że nie prowadzi za sobą siwka, a jedynie wciera kułakiem resztki łez, znowu wypytał go o powód niepowodzenia. Gdy mu Książę wszystko wyłożył jak trzeba, wilk tylko westchnął i mówi do niego:

– Siadaj, zawiozę cię na swoim grzbiecie do smoczej baszty Upsalli.

I zaczęli znowu pomykać przez drogi i bezdroża, aż na noc dotarli do celu. Tu Wilk tak powiedział królewiczowi:

– Księżniczka śpi w najwyższej komnacie wieży. Musisz się tam dostać ostrożnie, tak by nie nadepnąć na zwały cielska smoczego, a na górze pamiętaj aby nie obudzić księżniczki bo smok Azareus się z nikim nie patyczkuje, tylko wali z grubej rury i spali cię na miejscu zanim zdążysz pomyśleć co się stało.

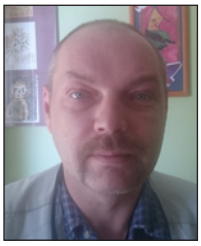
Tak więc wziął Książę sakwę z piórem Żar-ptaka, żeby sobie poświecić, gdy będzie szedł po korytarzu ze zwojami Azareusa. Wysunął więc koniuszek pióra i idzie w górę baszty lawirując między złogami smoka. Gdy wszedł do komnaty Genowefy, aż przeląkł się jej piękna. Ale cóż było robić – wziął jej cudne krągłości i niesie w dół nie chcąc nawet oddechem burzyć cudnej aury Genowefy. Ale w połowie schodów panienka zaczęła się budzić – wszystko wkoło zadygotało i rozległ się przeraźliwy charkot. Książę nie myśląc długo przywarł usty swemi pięknemi do najcudniejszych ustek pod słońcem i złożył na nich tak płomienny pocałunek, że księżniczka wydała jednie długie sapnięcie i znowu zapadła w głęboki sen. [c.d.n.]

rysunki Zbigniew Domaradzki

Endi i jego wilk

Depresja Czarodzieja

Sven Haiman



rys. Autor

Endi obudził się – jak zwykle – o ósmej rano i od razu wiedział, że coś jest „bardzo nie tak". Miał uczucie ciężkiej głowy, drażniło go światło letniego, porannego słońca. Czuł, że nie ma siły ani ochoty na wypełnianie codziennych obowiązków, których na dzisiejszy dzień miał zaplanowane całe mnóstwo. Okres miał trudny. Dzień za dniem goniły go terminy, pracował cały tydzień bez wytchnienia, nawet w niedzielę. Nie pamiętał kiedy ostatni raz kochał się z Riwaną, czy kiedy bez pośpiechu zjedli wspólne śniadanie.

Zielony Wilk wyczuł, że z jego przyjacielem źle się dzieje. Podbiegł do niego, merdając ogonem jak pies, ale Czarodziej był zobojętniały i apatyczny. Kethang był bardzo zraniony jego reakcją na okazywaną mu przez Wilka miłość. Rozejrzał się za Riwaną i przypomniał sobie, że wyszła do przyjaciółki. Wilk zrobił więc Endiemu jego ulubioną kawę z czekoladą. Ale to też nic nie pomogło. Chłopak był dalej bez humoru.

Po kilkugodzinnym marudzeniu wstał z łóżka i w wisielczym nastroju usiadł na trawie w ogrodzie. Zdjął buty. Bose stopy zetknęły się z ziemią. Czarodziej modlił się i kontemplował ciszę i piękno natury. Wilk postawił mu w tym nie przeszkadzać. Tak minęła godzina, po której Endi, jak nowonarodzony, spokojny i zadowolony powiedział, że wraca do obowiązków. Wypił jeszcze jedną kawę z czekoladą i wyruszyli z Kethangiem nadganiać wszystkie zaniedbania.

„Hortiterapia okazała się bardzo skuteczna" – pomyślał Zielony Wilk. – „Trzeba zachowywać higienę psychiczną, zwłaszcza gdy jest się bardzo zajętym trzeba zadbać o czas na relaks i wypoczynek. Endi to zaniedbał i skończyło się atakiem depresji. Nawet czarodziej musi czasem odpocząć i zregenerować siły".

[c.d.n.]

RHEME

OPOWIEŚCI

Sven Haiman

WIZJE PRZYSZŁOŚCI

Lens i Kleo wracali z nocnej narady z Armaniką do rozświetlonej nocnej Leharii. Rozmawiali o tym, jak będzie wyglądało ich nowe życie w Desii, o planie ucieczki i podróży.

– Ja będę musiała zacząć wszystko od nowa – zauważyła Kleo. – Tutaj jestem wielką gwiazdą, ale w Królestwie nikt mnie nie zna.

– Na pewno znajdziesz tam dla siebie miejsce – odparł Lens. – Mnie niepokoi sama ucieczka. Na pewno mój ojciec imperator każe nas ścigać.

– Szkoda, że w teleportów mogą korzystać tylko magowie. Gdyby nie to, po prostu przenieślibyśmy się do Desii.

– To z powodu Prawa Równowagi, w które oni bardzo wierzą.

– Zrobienie dla nas wyjątku nie naruszyłoby równowagi wszechświata.

– Oni uważają inaczej i nie robią wyjątków.

– Co myślisz o drodze ucieczki? Ja wolałabym popłynąć statkiem najkrótszą drogą.

– Na morzu będą nas szukać.

– A na lądzie nie?

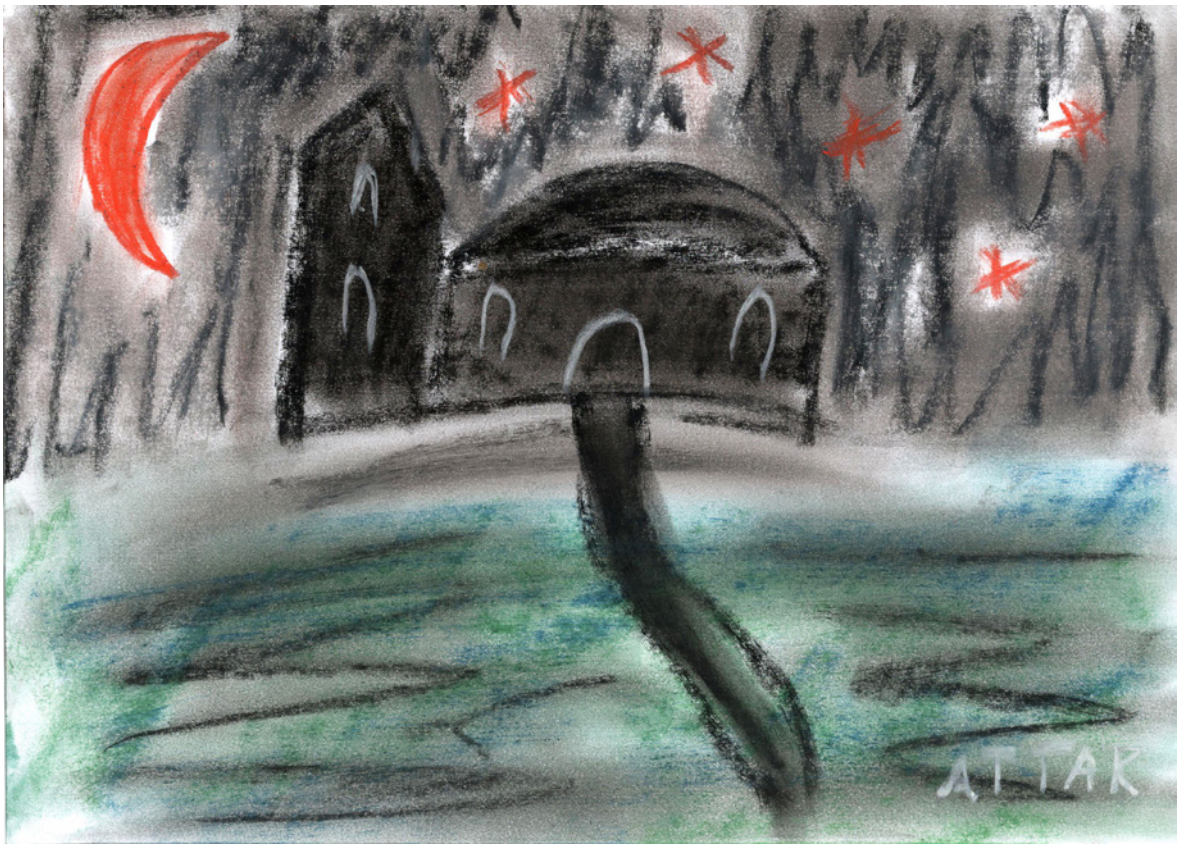
– Kraina Siedmiu Gór jest pod ochroną Desii od kiedy królem jest tam Bahard, więc podróż przez ten kraj będzie bezpieczna. Wystarczy szybko przepłynąć Cieśninę Neoli.

– Ta cieśnina jest pilnie strzeżona – zauważyła Kleo.

– Ale właśnie tam nie będą nas szukać…

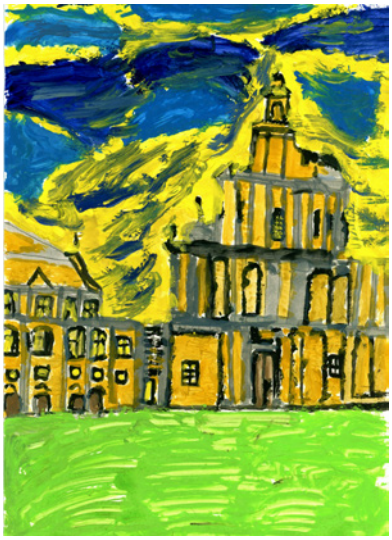
Doszli do miejsca, gdzie musieli się rozstać. Kleo skierowała się do swojej wilii, a Lens powędrował do Pałacu, na odchodnym całując ją namiętnie..

[c.d.n.]



rys. Autor

Józef Zamojski

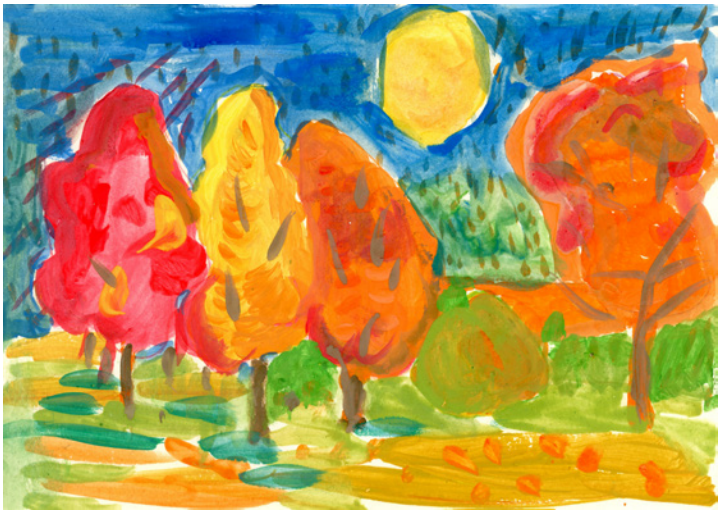


Jacek Świstek

Józef Zamojski

Józef Zamojski

Sylwester Chalastra



Lucyna Stachera

Lidia Wąsik

Marek Migdał

Złota polska jesień

Ta złota polska jesień gdy wrzesień
Minie i październik tu nastanie
Kolorowa, różnobarwna jesień
Z liści barwny kobierzec powstanie

Gdy na drzewach zmieniały kolory
Będą liście na wszystkich tych drzewach
I mieniły się barwami kory
Wszystkie liście na drzewach i krzewach

Gdy ta złota polska jesień będzie
Na wszystkich drzewach i wszystkich krzewach
Będą barwne liście rude wszędzie
Barwy rdzawe, brązowe na drzewach

Marzena Zendak

Marek Migdał

Jacek Świstek

Sabina Smentek

Marek Migdał

WZGÓRZA CZAROWNIC

ROZDZIAŁ 10. WALKA (CZ. 3)

Robert Kubik

Rano Lya obudziła się pierwsza, ujrzałem ją w chwili, gdy przeciągając się stała przed otworem namiotu. Bezszelestnie podniosłem się z miejsca i nieoczekiwanie oparłem dłonie na jej ramionach. Uśmiechnęła się, odwracając do mnie głowę. Pocałowałem ją.

– Tak, wstałam – powiedziała.

– Wracamy na wzgórze, tak?

– Tak, minęło właśnie południe.

W krótkim czasie przebyliśmy drogę powrotną. Szliśmy zupełnie tak samo jak poprzednio, lecz w przeciwnym kierunku. W niedługo dotarliśmy w pobliże namiotów. Ze swojego namiotu wyszedł właśnie czarnoksiężnik, przeciągając się głośno. Szliśmy akurat w jego kierunku.

– Cześć Lya, a i Rob też. Gdzieście się podziewali? Nie było was w namiocie?

– Tak, przytaknęła Lya.

– No, a noc była taka romantyczna – dodał.

– No, a co do naszego nocnego spaceru, to zwiedziliśmy przeciwną stronę wzgórza i nasz obóz, w którym nocowaliśmy.

– Ach tak, czy byliście tam bezpieczni?

– W zupełności, nic nie spostrzegliśmy. Sądzę, że dzisiejszy dzień i wieczór to pory wystarczające do naszego działania.

– A czy znacie dokładnie teren obozowania dwóch grup rozbójników?

– Istotnie nie – powiedziała Lya.

– Dlatego muszę wam pomóc.

– Ale tylko tyle, na ile potrzeba.

– Słusznie – zgodził się czarnoksiężnik.

A ja zrozumiałem dwuznaczność tego. – Jak chcecie dostarczyć wiadomość – dopytywał się.

– To proste – odpowiedziała Lya – zrobimy to naszym wypróbowanym już sposobem.

– Ach tak.

– Yhm, zaprowadzisz nas w pobliże jednego z oddziałów, a ja wypuszczę strzałę z łuku z zawiniętą informacją tak, by dotarła do obozu i następnie się wycofamy. – Czy to wystarczy?

– Tak.

– I następnie ten sam numer z drugą grupą?

– Nie, nie potrzeba. Gdy drudzy nie będą wiedzieć o planowanym ataku, wtedy nie będąc przygotowani, dadzą się łatwiej zaskoczyć – dojdzie, wtedy pomiędzy nimi do bardziej zaciętej walki.

– Czy to ich na pewno skłoni do ataku?

– Tak, znając ich mentalność, gdy się dowiedzą o takiej groźbie i obecności innych, którzy jak się mogą domyśleć, stanowić będą dla nich konkurencję w zdobyciu majątku czarownic – z pewnością doprowadzi to do takiego konfliktu. A dodatkowo będziemy wszystko śledzić. W czasie naszej nieobecności, czarownice będą już przebywać w gotowości bojowej.

A to, jak postąpimy w całości, będzie zależało od sytuacji. Wtedy w zależności od potrzeby będziemy kontaktować się ze wzgórzem i wydawać odpowiednie rozkazy.

– Znakomicie – odparł czarnoksiężnik. – W tym czasie radzę wam wejść do mojego namiotu, ponieważ gdyby ktoś zobaczył Roba, mogłoby być cienko.

– Czy ogłoszono już wyniki narady? – zapytała Lya.

– Nie – odpowiedział czarnoksiężnik – ale postarałem się o to, by w skład wyniku narady wchodziło również to, aby ogłoszono, że na wzgórze oprócz mnie przybył znakomity gość i przyjaciel czarownic, który ma pomóc w odparciu nieprzyjaciół.

– O, to bardzo dobrze – powiedziała Lya. – A znak rozpoznawczy? Po czym mają rozpoznać tego przyjaciela.

– Po tym, że przebywa on w stałym towarzystwie Lyi.

– Fantastycznie to zrobiłeś – stwierdziła Lya i pocałowała czarnoksiężnika w policzek.

– No to nie było nic trudnego – zarumienił się, bo już był w starszym wieku.

– Ale bardzo przydatne, dodatkowo sprawiłeś, że Rob musi mi dochować wierności, aby zachować osobiste bezpieczeństwo.

– To dobrze. A miałaś już kłopoty?

– Tak, wyobraź sobie, że przyłapałam go na flirtowaniu z Simoną.

– O to niedobrze, niedobrze, panie czarodzieju – Rob – odezwał się z dystansem czarnoksiężnik.

– Ale to nie była żadna zdrada – próbowałem się bronić – wyjaśniłem już to Lyi.

– Istotnie – wzięła mnie w obronę Lya – to nie była żadna zdrada, Rob jest po prostu dość romantyczny, co również mnie się zdarza. A nie uważamy tego jako

zdradę. Ale teraz pozwolisz, że skorzystamy z twojej rady.

– Tak, wejdźcie do jego środka, będę na zewnątrz i nie dopuszczę, aby ktoś tam zaglądał – to w razie gdyby kogoś trapiły ewentualne wątpliwości dotyczące prawdziwości Roba.

Nie mieliśmy jednakże takich problemów.

W niedługo później ogłoszono wyniki narady, oznajmił nam to czarnoksiężnik. Wyszedłem z Lyą z namiotu i zaczęliśmy spacerować po równinie. Pomimo, że nie staraliśmy się nikogo spotkać, byliśmy często zatrzymywani przez kilkuosobowe grupy czarownic, które chodziły między namiotami. Lyi wtedy podawano ręce, a na mnie spoglądano z sympatią, kłaniając się skinieniem głowy. Kilka razy zostałem pocałowany. Czułem się naprawdę cudownie, ja z Lyą, a wokół te niezmiernie fascynujące istoty. W ten sposób było już późno po południu, gdy wróciłem z Lyą do namiotu. Po chwili wszedł również czarnoksiężnik w towarzystwie przewodniczącej rady.

rys. Marek Migdał

– Jesteście gotowi? – zapytała.

– Myślę, że tak – odpowiedziała Lya. – Czarnoksiężnik nas zaprowadzi. Po krótkiej rozmowie wyszliśmy z namiotu, kierując się do zbocza wzgórza.

Lya wzięła łuk i pełen kołczan oraz przybory potrzebne do napisania listu. Czarnoksiężnik i ja wyposażeni byliśmy w noże. Słońce było już nisko nad widnokręgiem, gdy nasza trójka zniknęła między drzewami wzgórza, kierując się w dół. Czarnoksiężnik szedł przodem, za nim ja i Lya na końcu. Nie było tu ścieżki na szczęście krzewy tylko miejscami rosły w dużych ilościach,

– Czy trafimy tam? – zapytała Lya szeptem.

– Tak – odparł czarnoksiężnik. Wprawdzie nie szedłem tędy nigdy, ale orientacyjnie domyślam się, którędy można tam dotrzeć, gdyż przy pomocy kuli względnie jestem rozeznany w terenie. W pewnym momencie czarnoksiężnik zatrzymał się i wskazując ręką przed siebie, powiedział: – W tym miejscu las pozwala poprzez ukształtowanie rozeznać się w sytuacji. Jak widzicie, poniżej nas widoczny jest jeszcze tylko fragment gęstego lasu, który pokrywa zbocze, a równinę widać już stąd. Tuż przy wzgórzu widoczny jest mały las, naprzeciwko nas. A po jego prawej i lewej stronie widoczne są kolejne fragmenty lasu. Poza tym reszta terenu jest nie zalesiona.

– No i... – podchwyciła Lya.

– Zejdziemy ponownie w dół – wskazał ponownie czarnoksiężnik, a następnie znajdziemy się w lasku, który znajduje się naprzeciwko nas.

– Dobrze, i co dalej?

Wtedy, po naszej lewej stronie – kontynuował czarnoksiężnik – Będziemy mieć jeden z oddziałów, stacjonujących w lesie, a po drugiej kolejny.

– Chcesz powiedzieć, że znajdują się oni w obu częściach lasu – spytała Lya.

– Dokładnie tak.

– OK – niech będzie tak.

Następnie, w dalszym ciągu, kierując się w dół zbocza, dotarliśmy do lasu , znajdującego się na równinie, po chwili wybraliśmy dogodne miejsce. Czarnoksiężnik udał się na skraj lasu, po jego lewej stronie, a Lya usiadła na pniu drzewa, w cieniu krzewów. Przykucnąłem obok niej, a ona wyciągnęła tymczasem przybory do pisania listu.

[c.d.n.]

EURO nie... to może Mundial?

Sylwester Chalastra

Lesław Wąsowicz

Mamy nowego Mistrza Europy w futbolu – są to Włochy. Mistrzostwa Europy w Piłce Nożnej 2020 – Euro 2020 odbywały się latem w okresie od 11 czerwca do 11 lipca 2021. Była to 16. edycja mistrzostw Europy w piłce nożnej mężczyzn, mecze rozgrywane były w 11 miastach-gospodarzach i w 10 państwach. Pierwotnie turniej zaplanowany był na rok 2020, jednak w związku z pandemią COVID-19 UEFA podjęła decyzję o przeniesieniu imprezy na bieżący rok. Tytułu mistrza nie obroniła Portugalia (zwycięzca w 2016). Polska niestety nie wyszła z grupy w czasie rozgrywek fazy grupowej i zakończyła mistrzostwa Europy na 21. miejscu. W grupie nasza reprezentacja przegrała ze Słowacją (1:2) oraz Szwecją (2:3) i zremisowała z Hiszpanią (1:1). Kadra prowadzona była – i jest nadal – przez Portugalczyka Paulo Sousę. Miejmy nadzieję, że w kolejnych rozgrywkach pójdzie nam lepiej.

Teraz trzymamy kciuki za biało-czerwonych w eliminacjach do Mistrzostw Świata. Mundial odbędzie się w Katarze, na Półwyspie Arabskim nad Zatoką Perską, w dniach od 21 listopada do 18 grudnia 2022 roku. W wyniku grudniowego losowania nasi piłkarze trafili do grupy I, gdzie ich rywalami są Anglia, Węgry, Albania, Andora i San Marino. Obecnie, po sześciu kolejkach liderem grupy I są Anglicy. Polska jest na miejscu trzecim, po wygranych meczach z Albanią (4:1) oraz San Marino (7:1) i po remisie z Anglią (1:1). O awans może być trudno, bo bezpośrednią promocję na turniej uzyska wyłącznie zwycięzca grupy. Drużyna, która zajmie drugie miejsce, zagwarantuje sobie miejsce w barażach.

EURO nie... to może Mundial? Taki los kibica, że zawsze wierzy…

Strony Rady Mieszkańców

Rada Mieszkańców:
Bożena Florek
Barbara Jaworska
Krzysztof Kijowski
Anna Kwiatkowska
Lesław Wąsowicz
Marian Skoczylas
Wojciech Wierzbicki

Z przykrością zawiadamiamy, że Rada w dotychczasowym składzie już się nie spotka… Kilka dni temu odszedł od nas nasz Kolega, Marian Skoczylas, wieloletni członek Rady Mieszkańców, zawsze obecny, rzetelny, życzliwy. Z żalem żegnamy Go i wspominamy na kolejnych stronach.

Rada spotyka się ponownie regularnie od marca 2021, po przerwie spowodowanej koniecznością czasowego zawieszenia działalności na okres pandemii COVID-19. Spotkania Rady odbywają się co 2 tygodnie, w piątki. Omawiamy bieżące sprawy dnia codziennego, zagadnienia zgłaszane przez mieszkańców, zgłaszamy swoje uwagi, jednocześnie doceniamy to, co jest dla nas robione. W ważniejszych kwestiach kontaktujemy się z Kierownikiem Działu Terapeutyczno-Opiekuńczego, ponownie raz na kwartał spotykamy się z Kierownikiem Działu Żywienia. Nadal często rozmawiamy o chorowaniu i zdrowieniu, o tożsamości mieszkańca DPS, o radzeniu sobie z problemami. Jako Rada staramy się przekazywać otoczeniu naszą pozytywną energię i afirmację życia, budować poczucie wspólnoty wraz z ideą integracji ze środowiskiem. Także, przy każdej okazji, staramy się szerzyć w otoczeniu pozytywny odbiór pomocy społecznej. Przecież wielu z nas dzięki zamieszkaniu w DPS wróciło do życia! U wielu dokonały się ważne życiowe zmiany, o czym często piszemy na łamach „Impulsu".

rys. Anna Kwiatkowska

Ponownie pod koniec każdego miesiąca są organizowane zebrania społeczności, które odbywają się w kawiarence „Grosik" w bud. 41. Zachęcamy do aktywnego, regularnego udziału w zebraniach! Mogą one być ważnym elementem w życiu naszego Domu. To nie tylko omawianie aktualności, imprez i wydarzeń mijającego miesiąca czy informacje o planach na następny. Istotą zebrań jest możliwość rozmowy – dyskusji na bieżące tematy, zadawania pytań i zgłaszania własnych propozycji. Róbmy to otwarcie!

Jako Rada apelujemy do wszystkich o to, by przestrzegać zaleceń sanitarnych związanych z pandemią – stosujmy się do nich, dbajmy o higienę, zachowujmy dystans w kontaktach, w przestrzeniach zamkniętych nośmy maseczki. Pamiętajmy, że robimy to dla naszego wspólnego dobra – chronimy siebie i nasze otoczenie.

Informujemy, że wybory do Rady, które przypadałyby na październik zostały przełożone na rok 2022 (wybrana poprzednio Rada przez rok nie miała możliwości pracy w związku z pandemią). Prosimy Was o kontaktowanie się z nami w różnych sprawach, w których możemy być pomocni. Każdy członek Rady jest gotowy wysłuchać uwag i propozycji współmieszkańców.

Rada Mieszkańców

Złote Myśli

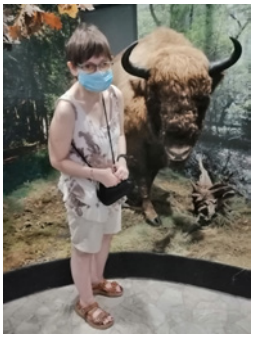
Ja jestem po to, by kochać Was.
Wy jesteście po to, by kochać co najmniej mnie.

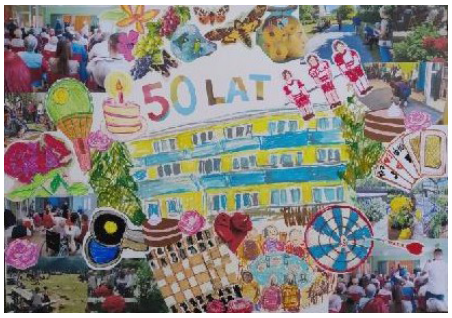
Perła

AKTUALNOŚCI

9 września bawiliśmy się na naszym tradycyjnym, 26. już pikniku integracyjnym, który w tym roku był pod hasłem „Bajkowy świat". W programie był występ grupy teatralnej z przedstawieniem „Bajka o rybaku i złotej rybce", a także inne atrakcje, między innymi bańki mydlane, kula wodna, zabawa taneczna. Relację z pikniku zamieszczamy w numerze. Jak co roku, pod koniec września odbyło się spotkanie na pożegnanie lata i powitanie jesieni.

Ostatni czas obfitował w wiele wycieczek – byliśmy na całodniowych wyjazdach w Zakopanem, Niepołomicach, w Wiśniczu i Lipnicy, Pszczynie, a ostatnio w Czernej. Wybraliśmy się także na spacery – do pięknego o tej porze, pełnego egzotycznych roślin Ogrodu Botanicznego, a także krakowskiego ZOO. W połowie września grupa kilkunastu osób wyjechała na kilkudniową wycieczkę do Rewy (*niektóre z wycieczek opisujemy w tym numerze*).

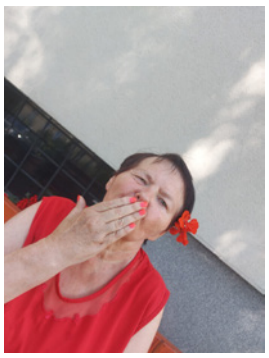




Latem uczestniczyliśmy w plenerowych warsztatach: sportowch, tanecznych, plastycznych. Na zaproszenie Domu przy ul. Nowaczyńskiego wzięliśmy udział w VI edycji „Kuźni Brata Alberta", a także w „Beczce Śmiechu 2021, czyli V biesiadzie humoru", która odbyła się w sąsiednim Domu przy ul. Łanowej 39. Reprezentant naszego Domu przedstawił piosenkę kabaretową „Jesteśmy na wczasach" W. Młynarskiego. Z okazji Jubileuszu 50-lecia DPS przy ul. Kluzeka wykonaliśmy kolaż, przedstawiający nasze ciepłe wspomnienia związane z tym miejscem.

Nieustannie muzykujemy. W piękne, słoneczne przedpołudnia spotkaliśmy się regularnie na wspólnym śpiewaniu, kontynuujemy także spotkania muzyczne z cyklu „Moja muzyka". Pod koniec września wybraliśmy się do NCK na koncert zespołu wokalno-instrumentalnego Wołosatki, który wykonywał ballady, bluesa, reggae, country, rock`n rolla.

Tradycyjnie w piątek 17 września b.r., na zakończenie oktawy Uroczystości Podwyższenia Krzyża Świętego odbyła się diecezjalna pielgrzymka osób chorych i niepełnosprawnych do Sanktuarium w Krakowie-Mogile. Uczestniczyliśmy w niej za pośrednictwem transmisji w Internecie.



Wspólnie świętujemy urodziny, imieniny, sadzimy kwiaty, gramy i śpiewamy. Z radością spędzamy razem czas, także bez okazji.

Nie tylko regularnie trenujemy i rozgrywamy mecze piłki nożnej na stadionie „Płaszowianka", ale również dopingujemy inne drużyny. We wrześniu uczestniczyliśmy w ceremonii otwarcia Mistrzostw Europy AMP Futbol Kraków 2021, która odbyła się na stadionie K.S. Cracovii, jak również w meczu otwierającym turniej oraz w spotkaniu finałowym. Podobnie jak w ubiegłych latach, w okresie letnim wychodziliśmy nad zalew Bagry, aby popływać na rowerkach wodnych.

***

Uśmiechasz się do mnie
Z otwartego okna
To nic, że zaraz ma padać
Niedługo 1 listopada
I tak jak liść masz dotknąć
Ziemi
Chociaż jeszcze o tym
Oboje nie wiemy
Jest przez moment tak ciepło
I w ustach sucho
Przez moment jest
Jakby właśnie szła ulicą
Roześmiana wiosna
I rzucała kwiaty
Ze swych włosów dookoła

Anna Kwiatkowska

rys. Józef Zamojski

Żegnamy Mariana

Pozostawiając nas w smutku i tęsknocie, odszedł od nas na zawsze nasz lubiany, drogi Kolega, Marian Skoczylas. Z żalem patrzymy na Jego puste miejsce na zebraniach redakcyjnych, na zebraniach Rady Mieszkańców, społeczności. To miejsce jest już puste od pewnego czasu, od kiedy Pan Marian z powodu gorszego samopoczucia nie mógł już do nas przychodzić. Dzielnie zmagał się z chorobą, która stopniowo nie pozwalała mu na działanie. Wcześniej był obecny zawsze, nie opuszczał żadnego spotkania, zarówno redakcyjnego, jak i Rady. Jako jeden z pierwszych miał pomysły na swoje artykuły w kwartalniku i często jako pierwszy je przygotowywał. Swą obecnością wprowadzał do grupy spokój, dobrą atmosferę, emanował pozytywną energią. Był obowiązkowy, punktualny, zawsze wiedzieliśmy, że przynależność do redakcji „Impulsu", do Rady Mieszkańców, do grupy teatralnej była dla niego ważna. Od wielu lat był członkiem „Teatru Wyobraźni", gdzie grał różne role, zapamiętamy jego postać Króla w Jasełkach. Cichy, skromny, a jednak mocno obecny w naszej społeczności. Zawsze troskliwy, pomocny, opiekuńczy, szarmancki. Pozostanie z nami we wspomnieniach z codziennego życia, ze spotkań, wyjść, wycieczek, wspólnie spędzonych turnusów rehabilitacyjnych. Zapamiętamy na zawsze jego ciepły, miły uśmiech…

Redakcja

Wspomnienie o Staszku

Staszek Dyraga należał do najsympatyczniejszych i najbardziej lubianych Mieszkańców naszego Domu. Był przez kilka lat moim towarzyszem w pokoju, zawsze mogłem liczyć na Jego przyjaźń. Systematycznie uczęszczał na WTZ do pracowni stolarskiej, gdzie był bardzo ceniony. Popołudniami w naszym Domu, zawsze uczestniczył w ludoterapii (gry karciane, rozmowy i wspólne oglądanie telewizji), często uczestniczył w imprezach kulturalno-oświatowych. Był bardzo aktywnym Mieszkańcem i rzadko przebywał w pokoju, także zawsze miałem niedosyt Jego towarzystwa. I tak już pozostanie… Staszek odszedł z tego świata na zawsze…

Sven Haiman

Pożegnania

W minionym kwartale odeszli od nas:

Stanisław Broś – mieszkaniec bud. 41, bardzo energiczny, pełen sił, pomimo trudu choroby. Zawsze konkretny, szanował jasność myśli i w lot przechodził do rzeczy.

Stanisław Dyraga – wieloletni mieszkaniec bud. 43D, odszedł od nas po ciężkiej chorobie. Bardzo przyjemny, kulturalny, zawsze chętny do pomocy. Wytrawny karciarz i miłośnik muzyki. Stasiu, bo tak lubił być nazywany, wiele lat uczestniczył w WTZ „Miodowa", tam spełniał się jako stolarz i bębniarz. Był członkiem stowarzyszenia „Otwórzcie drzwi", zrobił wiele dobrego dla zmiany postrzegania przez społeczeństwo osób chorujących psychicznie.

Kazimierz Grzesik – mieszkaniec bud. 43 D, cichy, spokojny, lubił przebywać w towarzystwie innych osób mimo swych trudności z rozmową. Bardzo też lubił spacery i tańce.

Władysława Jarema – mieszkanka bud. 43E. Była z nami niedługo, ale zdążyła skraść nasze serca – zawsze bardzo miła, pogodna, ciepła. Cierpliwie znosiła swą chorobę, zawsze bardzo wdzięczna za okazywaną troskę.

Jadwiga Kisielewska – mieszkanka bud. 43D, opuściła nas niedawno. Bardzo czujemy jej brak w społeczności – była duszą towarzystwa, uwielbiała przy kawie opowiadać kawały i rymować. Miała talent wokalny i nie wstydziła się go – codziennie śpiewała nam piosenki, a miała naprawdę imponujący repertuar.

Teresa Książkiewicz – mieszkanka bud 41B, odeszła od nas nagle, kilka dni temu. Uśmiechnięta, życzliwa, opiekuńcza wobec swojej współlokatorki.

Marian Skoczylas – mieszkaniec bud. 43 D. Był człowiekiem o dobrym sercu i wielkiej kulturze osobistej. Przez lata aktywnie działał w społeczności DPS, wielokrotnie był wybierany do Rady Mieszkańców, współtworzył „Impuls", występował w przedstawieniach grupy teatralnej. Zawsze był chętny do pomocy i miał dla każdego dobre słowo. Będzie nam Go brakowało.

Anna Szczur – mieszkanka bud. 43D. Wspominana przez wielu jako dobra koleżanka i przyjaciółka. Była też świetną aktorką, przez wiele lat, póki zdrowie jej pozwalało, brała udział w przedstawieniach naszej grupy teatralnej.

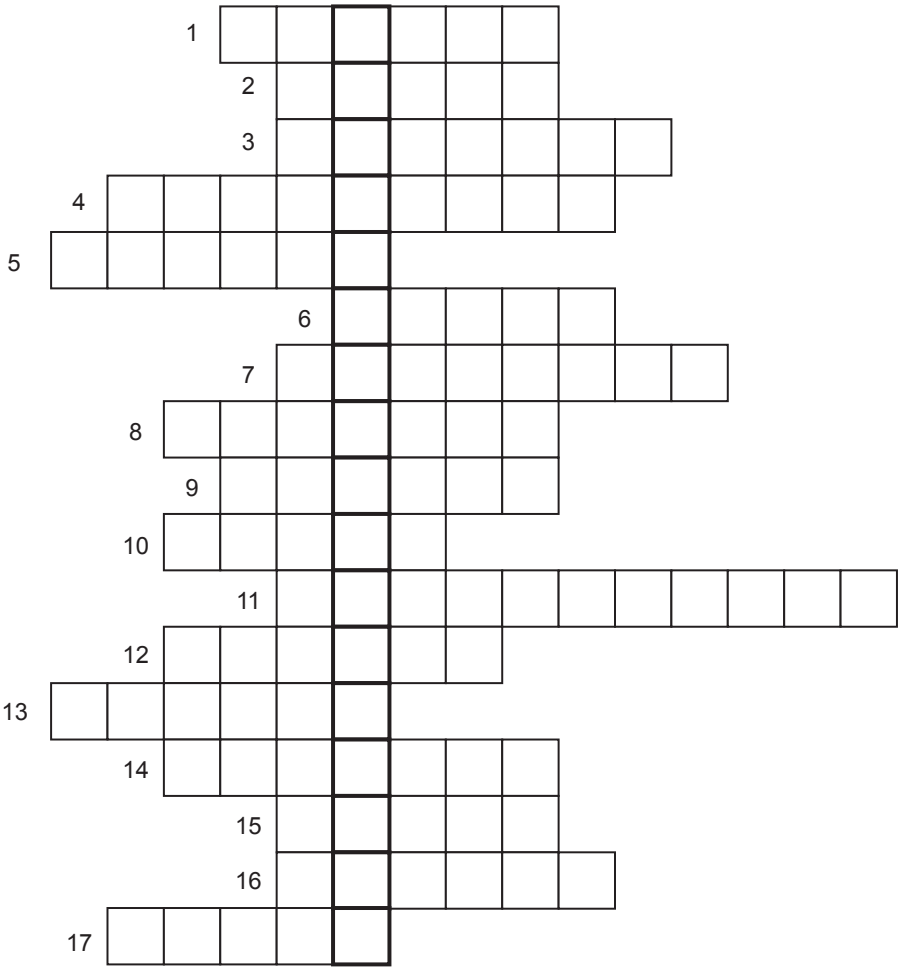
Piotr Świetlik – wieloletni i wszystkim znany mieszkaniec bud. 41. Był dobrym kolegą i wiernym kompanem na palarni. Swój czas spędzał w różnych miejscach, dlatego każdy kojarzy i miło wspomina jego sylwetkę i figlarny uśmiech.

Polecamy ich modlitwie. Pozostaną w naszej pamięci…

Krzyżówka na jesień

Objaśnienie haseł:

1) Aromatyczne, jadalne lub trujące
2) Siąpi, kapie, dżdży
3) Święto urodzaju
4) Jesienne, w słoikach
5) Otwiera się po wakacjach
6) Efekty pracy, zbiory
7) Pod drzewami, obok kasztanów
8) … liści pod nogami
9) Intensywny lub nie, zawsze mokry
10) Drewniana, w parku
11) Nieśmiertelnik, żółty… w wierszu Tuwima
12) W parku, spacerowa
13) Opadają, kolorowe
14) Soczyste, np. klapsy
15) Hula w kominie
16) W sadzie, szara lub złota
17) Wszystkich Świętych



rys. Anna Kwiatkowska

„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. 18

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 wspisując 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