IMPULS

KWARTALNIK
JESIEŃ
2019
NR 78

Dom Pomocy Społecznej
ul. Łanowa 41, 30-725 Kraków

Upadły liść ciemnobrązowy
Leży na mchu zielonym
Jeszcze
Gałęzie coraz bardziej nagie
Wkrótce będą ośnieżone całe
I srebrzyste

Trochę chłodniej robi się jesienią
Nawet gdy mamy babie lato
Przejrzyste i jeszcze słoneczne niebo
Które bawi się
Ciemnobrązowym liściem

Anna Kwiatkowska

Drodzy Czytelnicy!

Trwa jesień, w tym roku jest wyjątkowo piękna i złota, mieliśmy nawet chwilowy powrót lata! Podziwiamy jesienne widoki, zachwycamy się ciepłymi, różnorodnymi barwami tej wspaniałej pory roku. Na te dni mamy dla Was kolejny numer naszego kwartalnika – wydanie jesienne pełne ciekawych tekstów, rozważań, wierszy, kolorowych jesiennych pejzaży. W numerze znajdziecie wiele artykułów, relacje z wydarzeń z życia Domu, m.in. nasz coroczny piknik, jesienne wyjścia i wycieczki. Jesienią obchodzimy ważne dni – Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego, Międzynarodowy Dzień Tolerancji, przed nami także nasze Święto Niepodległości – nawiązujemy do tych wydarzeń, a na Dzień Zaduszny poetycko pochylamy się nad grobami naszych bliskich. W numerze znajdziecie także jesienne wiersze, złote myśli, krzyżówki, recenzje i opinie. Zamieszczamy kolejne odcinki naszych stałych cykli: miniprzewodnika po Krakowie i dwóch powieści fantasy. Jest oczywiście kącik sportowy i kącik humoru, aktualności i strony Rady Mieszkańców. Jest też kolejny wywiad z naszego cyklu wywiadów z ciekawymi postaciami naszego Domu i garść wspomnień. Ten kolorowy numer ilustrujemy bogato naszymi rysunkami i zdjęciami, wszystko w klimacie jesieni. Dziękujemy wszystkim, którzy wspierają nas w tworzeniu kwartalnika – psychologom, terapeutom, opiekunom. Mamy nadzieję, że każdy znajdzie w tym jesiennym numerze coś dla siebie. Jak co kwartał, gorąco zachęcamy Was do lektury i do współpracy, czekamy na Wasze opinie i sugestie.

Z jesiennym pozdrowieniem
Redakcja

Redakcja:
Sylwester Chalastra
Bożena Florek
Sven Hajman
Krzysztof Kijowski
Anna Kwiatkowska
Marek Migdał
Marian Skoczylas
Lidia Wąsik
Lesław Wąsowicz
Wojciech Wierzbicki

Współpracują:
Łukasz Damian
Marzena Hoszowska-Dylewska
Zdzisław Kania
Mirek Konieczny
Ewa Krzeczyńska
Robert Kubik
Perła
Łukasz Ruśnica
Waldemar Stachel

Prowadzenie:
Beata Słowakiewicz

Pomoc:
Dorota Najder

Spis treści

„W Grodzie Kraka" Piknik u Jawora 2019 (Bożena Florek) 3
Zdrowie nasze psychiczne (Anna Kwiatkowska) 6
Jesień w Zakopanem (Waldemar Stachel) 10
Szukając równowagi. Wywiad z Bożeną (Sven Hajman) 16
Moje życie (Wojciech Wierzbicki) 19
Za jakie grzechy. O dylematach na temat kąpieli (Łukasz Damian) 24
Tolerancja (Lidia Wąsik) 28
Igrce w Cyklopie (Mirek Konieczny) 29
Wakacje w domu (Marian Skoczylas) 32
Mistrzowie drzeworytu w Muzeum Manggha (Lesław Wąsowicz) 33
Myśli (Perła) 34
Kraków – moje miasto (cz. 39) (Ewa Krzeczyńska) 38
Rodzynek z lamusa. „Casablanca" (Sven Hajman) 42
„Polityka" (Łukasz Damian) 42
Humor numeru (Krzysztof Kijowski, Wojciech Wierzbicki) 43
Integracyjny Turniej Piłki Nożnej 2019 (Sylwester Chalastra, Lesław Wąsowicz) 44
Chłopiec i jego wilk. Regalt (Sven Hajman) 45
Rheme. Rozkaz (Sven Hajman) 46
Wzgórza czarownic. Rozdział 8 (Robert Kubik) 47
Strony Rady Mieszkańców 52
Aktualności 53
Pożegnania 57
Krzyżówka na lato 58

„W Grodzie Kraka” Piknik u Jawora 2019

Bożena Florek

Dnia 5 września, jak co roku o tej porze, bawiliśmy się na naszym corocznym Pikniku u Jawora. W tym roku odbywał się pod hasłem „W Grodzie Kraka”. Tej dewizie odpowiadała specjalna scenografia – na zewnętrznych ścianach naszego Domu zostały rozwieszone ogromne tkaniny, stylizowane na arrasy, na których wypisano hasła: „Mędrzec to nietęgi, co ma rozum z księgi”, czy „Mądrej głowie dość po słowie”, był także średniowieczny herb Krakowa. Już po raz 24 z gromadziliśmy się na tej integracyjnej imprezie. W tym roku Piknik rozpoczął się niespodzianką, a mianowicie gdy wybrzmiał hejnał krakowski, wjechał konno Pan Dyrektor naszego Domu w stroju królewskim. Rozpoczął imprezę, uroczyście witając wszystkich przybyłych – przedstawicieli Władz Miasta Krakowa, Dyrektorów

zaprzyjaźnionych DPS-ów, sponsorów, zaproszonych gości, a także nas, naszych krewnych i znajomych. Patronat honorowy nad imprezą objęła Regionalna Dyrekcja Lasów Państwowych w Krakowie. Scenografię, scenę i dekoracje wykonała terapia zajęciowa naszego Domu. Wiele osób z personelu była specjalnie wystylizowana, miała na sobie stroje krakowskie lub staropolskie. Wszystko to, tak jak przygotowane stanowiska z atrakcjami cieszyły oczy wszystkich zgromadzonych. Przed estradą, na której kolejno występowali artyści, zorganizowano miejsce dla przybyłych gości. W Pikniku wzięło udział ok. 500 osób. Po oficjalnym otwarciu tej wspaniałej, corocznej imprezy integracyjnej rozpoczęła się część artystyczna na estradzie. Cały Piknik z entuzjazmem i swadą poprowadziła para terapeutów – Marzena i Piotr, którzy przedstawili program imprezy i zachęcali do korzystania z atrakcji.

Pierwszym występem na estradzie był występ Zespołu Tańca Dawnego Belriguardo, który przeniósł nas w czasy średniowiecza. Najpierw prowadząca zespół przedstawiła jego historię i osiągnięcia w kraju i zagranicą, następnie przedstawiono Historyczną Żonglerkę Flagami. Potem członkowie zespołu w strojach według kanonu mody obowiązującej w czasach dawnych, zaprezentowali kilka tańców w rytm dawnej muzyki średniowiecznej, m.in. średniowieczną Tarantellę (nazwa nawiązuje do słowa pająk, którego ukąszenie miało być uzdrowione tańcem), średniowieczny, włoski taniec ludowy Saltarello, czy ekspresyjny taniec zakochanych Ballo Amoroso i Ecos del Rocio.

Kolejną atrakcją na estradzie był zespół Krakowskie Andrusy. Witając zespół, prowadząca przypomniała jego liczne sukcesy na niemal wszystkich kontynentach – Andrusy byli siedem razy nagradzani w Ame-

ryce Północnej oraz wielokrotnie na krajowych festiwalach kapel i orkiestr folklorystycznych. W tym roku zespół przedstawił nie tylko piosenki biesiadne, ale również prozę śpiewaną i profesjonalne improwizacje muzyczne.

Wreszcie nadszedł czas na aukcję naszych prac wykonanych na terapii zajęciowej. Prowadząca licytację ogłaszała cenę wywoławczą, a zainteresowani zakupem przedmiotu podnosili stawkę. Dopiero gdy ta sama kwota padła po raz trzeci, praca trafiała do nabywcy. W tym roku na aukcji sprzedawane były obrazy malarskie, między innymi ikony malowane na drewnie, a także lampki nocne, drewniane skrzynie na drobiazgi, kolorowe krzesło i ceramiczne wisiorki.

Jak co roku, na Pikniku nie mogło zabraknąć występu naszego zespołu teatralnego „Teatr Wyobraźni". Zaprezentował on na estradzie nagrodzone Dużą Buławą Lajkonika przedstawienie pt. „Mój ogród". Występ ten to wspaniałe połączenie pantomimy, muzyki, tańca, dialogów i monologów. Dzięki niemu lepiej poznajemy solidarność świata roślinnego – flory, ze światem zwierzęcym – fauną i jego najwyższym stadium – homo sapiens, czyli człowiekiem nie tylko według teorii ewolucji Karola Darwina. Po występie aktorzy usłyszeli rzęsiste oklaski zgromadzonej publiczności.

Piknik obfitował w liczne atrakcje – nie tylko na estradzie, ale i na całym terenie naszego Domu. Przy bramie wejściowej znajdowało się stoisko z naszymi pracami wykonanymi na terapii zajęciowej, które można było zakupić. Obok znajdowało się stoisko z loterią i, co ciekawe, za bardzo niską kwotę można było wylosować książkę czy inne przedmioty wycenione w sklepach kilkakrotnie wyżej. Było też sporo atrakcji dla dzieci, szczególnie cieszyły się zainteresowaniem kule wodne i wyścigi na dmuchanych materacach. Nie zabrakło przejażdżki na koniach. Na terenie Pikniku znajdowało się także stoisko Lasów Państwowych, a w naszej altance stoisko wikliniarskie, gdzie można było nauczyć się wyplatać małe koszyki. Można było zrobić sobie zdjęcie w stroju staropolskim, wkładając głowę w otwór w drewnianej makiecie z pięknym ubiorem. Było również stoisko medyczne, gdzie można było nauczyć się udzielania pierwszej pomocy w przypadkach zadławienia.

Brawo dla kuchni przy ul. Łanowej! W tym roku serwowała bigos, grochówkę, kaszankę, kiełbasę z grilla oraz ciasta, a bez limitu można było zajadać się chlebem ze smalcem i ogórkami kiszonymi, watą cukrową, a także popcornem. Wielkim wyczynem kulinarnym była wędzona wieprzowina w postaci całej świni. Dla kontrastu, po przeciwległej stronie, obok estrady znajdowała się świnia wykonana z gliny, pomalowana na różowo. Pragnienie można było zaspokoić wielosmakowymi napojami, a najlepiej wodą.

Po części oficjalnej i artystycznej oraz po zaspokojeniu głodu przyszedł czas na zabawę taneczną, która trwała do późnych godzin wieczornych. W tym roku nie przygrywał nam do tańca zespół artystyczny, oprawą muzyczną zabawy zajął się DJ, który proponował największe przeboje polskie i zagraniczne, nawet z lat 70-tych i 80-tych, nie zabrakło też piosenek biesiadnych. Każdy mógł zatańczyć, czy chociaż posłuchać i powspominać.

W końcu nadszedł czas na pożegnanie. Wiele osób wzruszyło się tak entuzjastyczną imprezą integracyjną, zachwycając się prezentowanymi talentami i predyspozycjami. Dziękujemy serdecznie szczególnie personelowi naszego Domu za wielki trud jaki został włożony w przygotowanie tak olśniewającego widowiska. Uczestnicy mają na pewno przed oczyma ten entuzjazm, uśmiechy na twarzach, łzy wzruszenia w oczach. Do zobaczenia i do usłyszenia za rok!

Zdrowie nasze psychiczne

Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego

Anna Kwiatkowska

Co roku jesienią, 10 października, obchodzimy Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego. Został on ustanowiony w 1992 roku przez Światową Federację Zdrowia Psychicznego, działającą od 1948 roku. Stało się to z inicjatywy i na wniosek sekretarza generalnego organizacji, Richarda Huntera. Dobór daty nie jest przypadkowy – początek jesieni to dla niektórych czas zmagań z depresją i stanami złego samopoczucia. Coroczne obchody święta odbywają się pod różnymi hasłami, np. „Życie ze schizofrenią", czy „Godność w zdrowiu psychicznym".

Celem tego ważnego dla nas święta jest ogólnie mówiąc zwrócenie uwagi na sprawy dotyczące zdrowia psychicznego i zaburzeń psychicznych, rozpowszechnianie informacji na temat zdrowia psychicznego. Chodzi tutaj o dbałość o zdrowie psychiczne, o pomoc osobom chorym, o walkę ze stereotypami, a na poziomie instytucji – o ulepszanie opieki medycznej nad chorymi. Celem jest także uzmysłowienie ludziom i zwiększenie świadomości w społeczeństwie na temat zjawiska, jakim jest zaburzenie lub choroba psychiczna. Uzmysłowienie, że w porę zdiagnozowana i leczona choroba psychiczna nie jest dla społeczeństwa zagrożeniem; uświadomienie ludziom jak dużo jest stereotypów na temat chorych psychicznie i szufladkowania ich bez próby poznania i zrozumienia.

rys. Anna Kwiatkowska

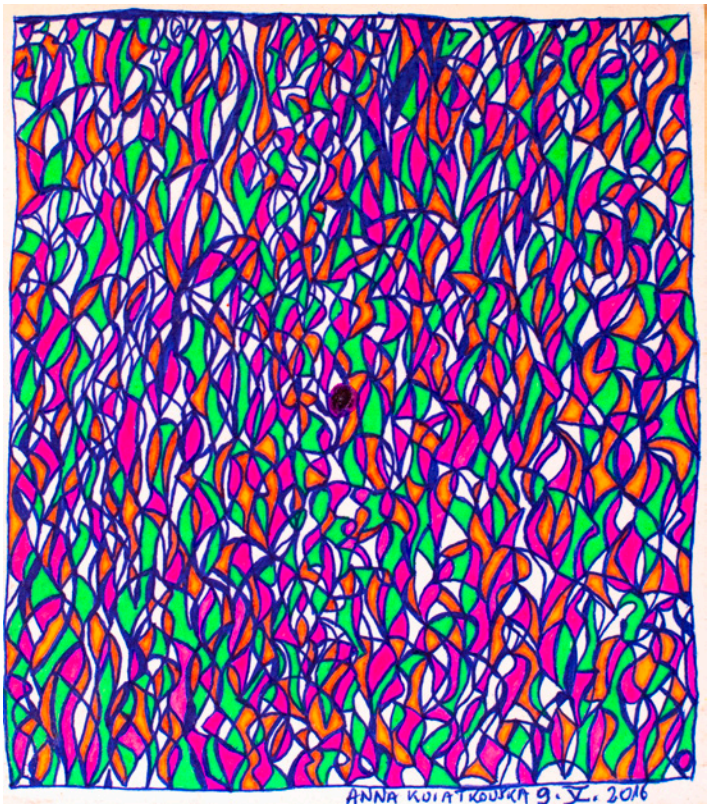
Osoby chore psychicznie są pełnosprawnymi członkami społeczeństwa, a choroby psychiczne nie różnią się co do zasady od chorób somatycznych. Oczywiście, schizofrenii czy wieloletniej depresji nie można porównać z przeziębieniem czy grypą, ale przecież wśród chorób somatycznych są też te przewlekłe, jak cukrzyca, nadciśnienie, choroby serca, tarczycy czy zwyrodnienia stawów, z którymi to chorobami ludzie zmagają się przez wiele lat, a często do końca życia. Odpowiednio leczone choroby psychiczne – nawet te najbardziej stygmatyzujące – dają szansę na normalne życie.

Choroby psychiczne, na przykład schizofrenia, odciskają wyraźne piętno nie tylko na życiu chorego, ale też na jego bliskich, którzy stają się „cichymi pacjentami" i często sami potrzebują pomocy specjalistów. Dlaczego tak się dzieje? Z jednej strony wynika to z samego, często ciężkiego, przebiegu choroby, ale z drugiej strony wynika z negatywnych postaw społeczeństwa. Choroby psychiczne, jak wszystkie inne, trzeba regularnie, systematycznie leczyć, w czym pomagają leki, w tym te o przedłużonym działaniu, oraz terapia. To edukacyjne zadanie Światowego Dnia Zdrowia Psychicznego jest bardzo ważne, okazuje się bowiem, że spośród 385 tysięcy chorych psychicznie (1 procent społeczeństwa), połowa pozostaje niezdiagnozowana i nie jest leczona. Pewnie spora część chorych wstydzi się swych doznań i obawia stygmatyzowania i odrzucenia przez otoczenie. Tymczasem, co pokazuje mój przykład, odpowiednio leczona (lekami i psychoterapią, nie bez walki swojej by się na to zgodzić i walki innych osób o mnie) choroba nie wyłącza z normalnego funkcjonowania i realizowania się na różnych polach.

W Polsce sposoby postępowania z pacjentami oraz przepisy dotyczące ochrony ich praw i godności reguluje ustawa z dnia 19 sierpnia 1994 roku. W myśl ustawy zdrowie psychiczne jest fundamentalnym dobrem osobistym człowieka, a ochrona praw pacjentów z zaburzeniami psychicznymi jest obowiązkiem państwa.

W naszym mieście, Krakowie, w związku ze Światowym Dniem Zdrowia Psychicznego, w dniach 7-11

października odbył się I Krakowski Tydzień Zdrowia Psychicznego, pod hasłem „Human Week". Został zorganizowany przez Szpital Uniwersytecki w Krakowie we współpracy z Uniwersytetem Jagiellońskim w Krakowie oraz z Urzędem Miasta Krakowa. W tym czasie miało miejsce wiele wydarzeń edukacyjnych, literackich, filmowych, czy teatralnych, wszystko w temacie zdrowia psychicznego – warsztaty, wykłady i spotkania z ekspertami, seanse filmowe i wieczory poetyckie. Była otwarta próba spektaklu Teatru Psyche, mecz piłki nożnej „Dokopać psychiatrom", spotkanie z Jurkiem Owsiakiem oraz wiele innych ciekawych wydarzeń. Przez cały tydzień była także możliwość rozmowy ze specjalistami obecnymi w neutralnej i przyjaznej przestrzeni miasta, na Placu przed Muzeum Narodowym, gdzie zostały rozstawione namioty tematyczne, w których można było się dowiedzieć czegoś więcej o zaburzeniach psychicznych i metodach ich leczenia. Można też było porozmawiać (anonimowo) o ofertach pomocy, z jakiej można skorzystać, kiedy staje się to konieczne.



Organizatorzy „Human Week" zwracają uwagę na coraz szybciej rosnącą skalę występowania problemów psychicznych, które dotykają coraz większą liczbę osób, nie tylko dorosłych, ale też dzieci i młodzież. Duży wpływ na kondycję psychiczną ma dzisiejsze tempo życia, pośpiech, stres, brak czasu na odpoczynek i regenerację. „Human Week" ma na celu zainteresowanie tematem zdrowia psychicznego mieszkańców naszego miasta, Krakowa – integrację osoby chorujących czy po kryzysach, zwiększenie w społeczeństwie wiedzy o zagrożeniach w tym zakresie i o możliwościach uzyskania pomocy bez krzywdzącej stygmatyzacji. To niezwykle ważny cel, gdyż choroby psychiczne są podstępne, często nie zdradzają wyraźnych oznak aż do momentu nagłego ujawnienia, co bywa dużym zaskoczeniem zarówno dla chorego, jak i dla jego otoczenia. Dlatego należy uświadamiać, edukować i przede wszystkim zainteresować tematyką.

Ja, pisząca ten artykuł, jako długoletnia pacjentka różnych oddziałów psychiatrycznych, zarówno Kliniki, jak i Szpitala Babińskiego, oraz różnych oddziałów dziennych i rehabilitacyjnych, a obecnie mieszkanka naszego DPS, chcę podkreślić, jak ważne są takie uroczystości. Jak ważne jest uświadamianie społeczeństwu w sposób bezpośredni czym są zaburzenia psychiczne, informowanie o możliwościach ludzi chorych psychicznie, którzy często wracają do normalnego życia, także pracy. Zdarza się niestety, że w niektórych przypadkach, mimo terapii i odpowiednich leków, osoby po ostrym kryzysie nie są już sobą, ale większość chorych powraca do swoich dawnych właściwych i „normalnych, jak u zdrowego" potrzeb i zachowań, ale też obowiązków i przyjemności. Doświadczamy, że możemy robić rzeczy dawno zapomniane, i że wychodzi nam to co najmniej dobrze, że podejmujemy różne funkcje w społeczeństwie i pracę zawodową za realnie wymierne korzyści. W mojej najbliższej grupie jest nas 90 osób, z czego aż 10 osób – wszyscy po kryzysach – pracuje zawodowo w różnych miejscach i zawodach. I robią to z powodzeniem, gdyż pracodawcy zatrudniają ich chętnie i są z nich zadowoleni. Nawiązujemy ponownie lub naprawiamy kontakty z naszymi rodzinami, już z „innej stopy", niekiedy tym razem to my pomagamy naszym rodzinom – wspieramy nasze dzieci, rodziców, czy opiekujemy się naszymi wnukami. Wracamy do naszych zainteresowań albo rozwijamy nowe, korzystamy z życia, chodzimy do kin i teatrów, realizujemy się w działaniach plastycznych, w terapii poprzez sztukę. Chcę przez to powiedzieć, że mimo wielu lat leczenia, można dobrze się czuć. Także mieszkając w Domu Pomocy, gdy nie było już możliwe samodzielnie, można się rehabilitować i stale rozwijać. Dla wielu, zwłaszcza nie związanych z naszym środowiskiem, ale także z nim związanych, sądzi, że zamieszkanie w DPS jest życiową tragedią, porażką. Ja natomiast widzę, że im dłużej tu jestem, tym lepiej

się czuję. Regularne zażywanie leków, bezpieczna przyjazna atmosfera wpływa kojąco. Regularne leki, posiłki i sen, ale też możliwość wyciszenia się, życia w gronie osób wzajemnie powiązanych – oczywiście bez hermetycznego zamknięcia się na innych – daje poczucie bezpieczeństwa, zrozumienia i bycia zaopiekowanym. W takiej bezpiecznej atmosferze opuszczają nas stany depresyjne, uczucie agresji czy autoagresji, pojawia się stopniowo świadomość i zrozumienie własnej choroby, ale też innych ludzi. W chorobie nierzadko tracimy krytycyzm, szacunek dla siebie, dla społecznych norm i zasad, poczucie estetyki i dbałości o swój wygląd, zaniedbujemy relacje międzyludzkie, potrzeby higieny – ciała, jak i psychicznej. Tutaj, dzięki leczącej atmosferze, pozwala się nam wrócić do codziennych funkcji życiowych, do ludzkiego traktowania zarówno siebie, jak i spojrzenia w taki sposób na swoich bliźnich i bliskich, otrząsnąć się z przeżyć swojej choroby i jej niszczycielskiego oddziaływania na nas, na życie nasze i innych.

Źródła: pulsmedycyny.pl, doz.pl, su.krakow.pl, archiwum.mz.gov.pl, dziennikpolski24.pl

Czworokąt filozoficzny

Zaplanował mąż perfidnie zdradzić żonę,
Więc wybrał się pod pewnymi pozorami w kochanki stronę.
Lecz sumienie go ruszyło, wrócił z połowy drogi niebogi,
Wrócił skruszony w sobie w żony progi.
A że była mu rada ona,
No to mu dała nie tylko ramiona.
I nie byłoby w tym wszystkim nic dziwnego,
Gdyby mole w szafie nie gryzły trzeciego.

Stanisław Skoczek

Nieubłagany władca – czas

Czemu ten czas tak szybko leci,
W starców zmieniają się jeszcze wczoraj dzieci.
Dokąd tak, czasie, pędzisz, daj pożyć jeszcze,
Gdyż na samą myśl o śmierci mam dreszcze.
Chcę żyć, gdyż dopiero po trzydziestce życie ma sens.
Czasie, zatrzymaj się, tak jak toczący się pens,
Ty, czasie, jesteś władcą absolutnym,
Biegnij szybko gdy mam chandrę, jestem smutny,
Lecz gdy mi wesoło, radośnie, to czekaj,
To takie piękne, gdy człowiek lgnie do człowieka.

Tobie

Cisza, siedzę w nieładzie,
Obok potulne słońce
Łagodzi moje czoło,
Stado wron niczym mewy
Kołysze parkowe powietrze,
Kołysze mą duszę, me ciało,
Utula do snu, jak niemowlę,
A ja marzę o Tobie, Kochana,
We śnie, w noce i dnie
I czekam na Ciebie,
Na Twą ciepłą jak poduszka dłoń,
Uśmiecham się gdy krzyczysz…
Masz rację, ja ślepy,
Przecieram oczy potem czoła,
Twoją łzą je nawilżam,
Zaczekaj, przyjdą dobre dni,
Dla mnie i dla Ciebie,
Uspokój się, uśmiechnij, nie płacz..

Jeden lubi wino

Jeden lubi wino,
Drugi lubi konie,
Trzeci dolców wonie,
Inny dziewczyn „błonie”.

Jedni lubią wieś,
Drudzy lubią miasto,
Trzeci mają gdzieś,
Wszystko to do kupy,
To żyjące trupy.

A z tego wierszyka
Morał nam wynika,
Że każdy ma bzika,
Który czasem mocniej,
czasem słabiej bryka.

Jesienny nastrój

Lidia Wąsik

Mijają dni, miesiące lata, wyglądamy jesieni. Wreszcie jest... piękna i złota. Liście spadają z drzew, wkoło kasztany i żołędzie. Szybciej zapada zmierzch, przed nami coraz dłuższe jesienne, a potem zimowe wieczory, które możemy spędzić razem czytając książkę, popijając ciepłą herbatę z aromatem czerwonej róży lub suszonej pomarańczy, rozmawiając długimi godzinami.

Wraz z kończącym się wakacyjnym czasem niebo zmienia swe barwy. Nie tylko niebo – także ziemia i cała przyroda. Także las zmienia swe kolory. Wkoło pełno ciepłych żółci, brązów, czerwieni, fioletów. Kolorowe liście i jesienne kwiaty, wrzosy, chryzantemy, mchy koralowe, goryczki, astry – zabieramy je do domu by jesienny klimat towarzyszył nam stale tą piękną porą.

Jesień to nie tylko słota i niepogoda, to także słońce grzejące, to pora na cudowne spacery. Do koszyków zbieramy grzyby w lesie, a w parku kasztany i liście na cudowne jesienne bukiety, które mogą przyozdobić nasze otoczenie.

Idąc lasem ścieżkami boru pełnego liści kolorów, zbieramy jesienne maliny, z którym robimy sok dla całej rodziny. Szukamy grzybów – prawdziwków, rydzów, kurek czy kozaków. W jesienny czas cieszymy się jesiennymi owocami, które zbieramy w jesiennym sadzie – to jabłka, gruszki, śliwki, dynie – wszystko na wspaniałe jesienne przetwory, soki, dżemy, konfitury, powidła. Ach, jaka ta jesień jest pyszna!

Zobacz ile jesieni, spadają liście, pełne żółci, rdzy, zieleni, w liściach tych cały świat się mieni. Brązowe błyszczące kasztany, rogate szyszki. Brązowe jak kasztany też wiewiórki szukające orzechów. To nowy krajobraz. I nowe dźwięki – szum wiatru, a czasem deszczu, szelest liści, odgłosy spadających żołędzi, kasztanów i szyszek.

Wśród spadających z drzew liści i kasztanów, wędrujemy z koszami pełnymi jesiennych skarbów, idąc ścieżkami zachwycamy się jesieni urokami, barwami i zapachami…

rysunki Autorka

Jesień w Zakopanem

Waldemar Stachel

Polska złota jesień to idealny czas na pobyt w górach. To najbardziej kolorowa pora roku. Drzewa przybierają różne odcienie złota i czerwieni.

W dniach od 7 do 11 października spędziliśmy niezapomniane chwile w stolicy Tatr – Zakopanem. Zatrzymaliśmy się w Domu Wczasowym „U Józefa" położonym w Poroninie. To wymarzone miejsce dla poszukujących wypoczynku w górskim klimacie. Nasze pokoje posiadały udogodnienia – własną łazienkę, czajnik oraz telewizor. Na terenie ośrodka mogliśmy aktywnie spędzać czas korzystając ze stołu bilardowego oraz piłkarzyków. Serwowane posiłki były bardzo smaczne, urozmaicone i miały regionalne akcenty.

W dniu przyjazdu po krótkim odpoczynku udaliśmy się na spacer po okolicy. Następnego dnia spacerowaliśmy Krupówkami, podziwiając widok na Giewont. Później udaliśmy się do Ciuciu Cukier Artist, jest to prawdopodobnie najmniejsza na świecie Fabryka Słodyczy. Wyroby Fabryki Cukierków produkowane są na bazie technologii zaczerpniętej z XVII i XVIII-wiecznych małych manufak-

W Centrum Edukacji Przyrodniczej

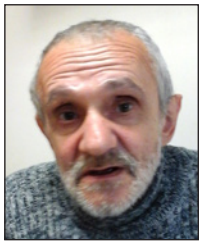
Sanktuarium Matki Bożej Fatimskiej na Krzeptówkach

tur. Mieliśmy możliwość nie tylko uczestniczenia w pokazie, podczas którego mogliśmy obejrzeć od początku do końca jak powstają cukierki i lizaki, poczuć aromat unoszący się podczas produkcji, ale także spróbować jeszcze ciepłego cukierka. Kolejną atrakcją była wizyta w Papugarni, gdzie spotkaliśmy liczne gatunki pięknych, kolorowych papug, od najmniejszych czyli lorys górskich po wielkie ary. Poznaliśmy ich zwyczaje, wrażliwość, a także mogliśmy je nakarmić, a nawet pogłaskać. Innego dnia zwiedziliśmy Centrum Edukacji Przyrodniczej wraz z Ogrodem Roślinności Tatrzańskiej, które mieści się przy ul. Chałubińskiego. To najnowocześniejszy tego typu obiekt w naszym regionie. W środku znajduje się kino 4D, największa w Polsce makieta Tatr, sala odkryć i wiele innych atrakcji. Największe wrażenie zrobił na nas pokaz filmu w 4D, któremu towarzyszyły różne efekty, takie jak podmuchy wiatru czy kołysanie foteli. Następnie udaliśmy się do regionalnej restauracji na degustację serów z żurawiną. Po kolacji część grupy poszła na 4-kilometrowy spacer po okolicy. W przedostatnim dniu naszego pobytu zwiedzaliśmy Sanktuarium Matki Bożej Fatimskiej na zakopiańskich Krzeptówkach, które zostało wybudowane jako votum za ocalenie życia papieża Jana Pawła II po zamachu 13 maja 1981 roku. Potem przez chwilę spacerowaliśmy po Parku Fatimskim, gdzie umieszczony został ołtarz, przy którym Jan Paweł II odprawił mszę św. Tego dnia po kolacji odbył się przejazd bryczkami, który był ostatnią już przygotowaną dla nas atrakcją. Ponad godzinę jeździliśmy po okolicy, podziwiając piękne zakopiańskie domy i kościoły. Następnie udaliśmy się do ośrodka na gorącą herbatę, kiełbaski z grilla oraz sałatki.

Podczas tych kilku dni w Zakopanem pogoda i humory nam dopisały, nie mieliśmy czasu się nudzić, ponieważ było mnóstwo atrakcji. Do Krakowa wróciliśmy w piątek w godzinach popołudniowych. Dzieliliśmy się swoimi wrażeniami planując kolejne wyjazdy.

W Papugarni

Ballada 2



Marek Marczyk

W zamkniętym pomieszczeniu
Jest czasem, czasami się zdarza
Coś takiego dziwnego,
jak rzecz nieoczekiwana.

Zapałki
Stoją na przykład, a nie leżą
Na stole kieliszki błyszczą, czekają
Na dotyk ręki czy powiek,
Jak czasem czeka na przykład…
Sklep na dostawę towaru?

Kocem się jakimś nakrywszy,
Takim na przykład w kratę
Może już 2 ludzi się
Całkiem odciąć od świata.

Jeśli zaś pod koc ten zaproszą np.
Jakąś lampkę, co daje może niewiele
Ale choć trochę światła,
A oni pod tym kocem
Zobaczą się po raz pierwszy,
Wymienią się wspomnieniami
O nieprzeczytanych wierszach, o
Nienapisanych piosenkach…

I patrzeć zaczną na siebie,
Czy obmacywać się zaczną,
A potem znów spojrzą na siebie
Z uwagą czy rozpaczą

I nie będą przez chwilę słyszeć
Karetki na sygnale,
A ich czarne ręce
w ciemności wszystko jest czarne
znowu się z sobą spotkają..

Będą się dziać rzeczy straszne
I krew w żyłach mrożące,
Od których można oszaleć,
Czy z sobą samym skończyć,
Czy się powiesić, czy skoczyć
z jakiegoś mostu do rzeki,
Przebić się nożem, sztyletem
zabić z rewolweru wystrzałem,
Czy programowo, na zimno
niszczyć się alkoholem.

Więc ona na przykład
Zacznie go dręczyć pytaniami,
Czasem bardzo łatwymi,
Czasem podchwytliwymi,
Czasem zaś jakieś takie
Na przykład pytanie mu zada,
Na które odpowiedzi nie ma,
Czy się nie odpowiada.

Czy – odpowiadać nie wypada…

Ile żon miałeś w życiu,
Pytam po raz ostatni,
A jeśli nie odpowiesz zawsze
Do końca świata
Będę się znęcać nad tobą.

Możesz na chwilę przestać,
Zatrzymać czas na zegarze,
Zabierz stąd swoje łapy,
Nie, przesuń na oknie tą doniczkę albo wazę.

Nie lepiej skrzynkę przesunąć.
Na tak postawione pytanie
Swój łepek wystawia spod koca,
Może być skrzynia, kochanie.

Więc wychodzą spod koca,
Oboje spoceni i nadzy, I razem,
solidarnie, tfu,
Tą skrzynię przestawiają.

A wiesz, mi się przypomniała
Taka pewna znajoma...
Widziałem jak przechodziła obok
Chyba jakiegoś kościoła. Pamiętasz,
Całkiem niedawno
Byliśmy tam, no, z tymi. Jurkiem,
Krzyśkiem, Małgosią. No i z
tymi wszystkimi.

I co ona robiła,
Czy z tobą rozmawiała,
Dzieci jakieś niańczyła?
Nie, nie wiem. Ale chyba jest
W jakimś DPS-ie. Głowę
Na łyso zgoliła i okulary czarne
Na oczy nałożyła.

Ja też czasami tak robię,
Zakładam czarny szalik
I czarną wódkę piję.

W ciemności wszystko jest czarne.

I tak rozmawiają
a czasem tak siedzą pod tym kocem,
raz sobie bliżsi, raz dalsi,
tak, jak to bywa nocą.

Tramwaje, lodówki, autobusy
Też raz stoją, a raz chodzą.

2017/18

W parku

A ta idzie powoli przez miasto
I kołysze biodrami powoli
Liście wiatr targa na drzewach,
deszcz do bram przegania przechodni.

W szarym płaszczu, lekko
zielonkawym
I w kaloszach w kolorze czerwonym
Rozchlapuje na boki kałuże
Idąc przez miasto tym wczesnym wieczorem,

Gdy dopiero najwcześniejsze gwiazdy
Wchodzą wolno pod kopułę nieba,
żeby rzucić nieco więcej światła
Jej idącej w parkowych drzew tunelu.

Pewnie idzie na jakieś spotkanie,
Ale jeszcze ma trochę czasu
Właśnie nieco odwróciła głowę,
by raz jeszcze popatrzeć na miasto

I jej usta od szminki czerwone
Rozchyliły się w lekkim uśmiechu
Popatrzyłem na nią spokojniej
I znów sobie przypomniałem o grzechu.

No i nie wiem, co się jutro stanie,
Czy przemówią w Krakowie maszkary,
Czy opuszczą per-shingi swe bazy,
Albo może runą Himalaje,

Ja na pewno będę tu jutro,
Ciekawe czy i ona się tu zjawi.

Infekcja

Stół szary i dzień szary
Na meblach i książkach kurz,
Popielniczka na skraju dywanu
Trzeba by było się wreszcie wziąść
Do kupy, podnieść zwłoki z łóżka,
Bo, rzut oka na starą Ruhlę,
Chyba 8 lub 9 już.

Ale dzisiaj nigdzie się iść nie chce,
Już wystarczy, że żona i dzieci,
Wzięły książki, zeszyty i stalówki,
No i do nauki i do pracy sobie poszły.

Ach, jak w łóżku przyjemnie się leży,
Ach, jak w łóżku przyjemnie jest być.
Owinięty w kołdrę sobie leżysz,
I nie myślisz, i nie myślisz absolutnie nic.

I nic cię dokładnie nie obchodzi,
Ani lampa, nierówności na suficie,
Już za 4 dni będzie wypłata,
Demonstracja się odbędzie gdzieś za tydzień.

No więc, jestem teraz, czy mnie nie ma.
Ano nie wiem, może i coś jest,
Ano trzeba by podejść do półki,
No i z niej odpowiednią książkę zdjąć.

Ale, prawda, tak cholernie mi się nie chce.
Ani wstawać, ani nigdzie iść.
Tylko sobie pod tą kołdrą leżeć,
No i liczyć nadchodzące dni.

Może sobie wieczorem wezmę z półki książkę,
Może „Katar" albo coś innego.
Ale wcześniej, jak dobrze pójdzie,
To przeżyję niemałe emocje
Z tą osobą, którą, prawda, poślubiłem.

No i rzeczy, i sprawy wszystkie,
Może wreszcie jakoś się ułożą,
Kurz i szarość w pokoju, za oknem.
A jak wreszcie nadejdzie to lato,
Wybierzemy się gdzieś nad morze,
Dzieci będą gonić po plaży,
Czy grać w piłkę, czy biec w stronę morza.
A ja będę na sosny się gapił
I o dali, o przyszłości, myślał, marzył...

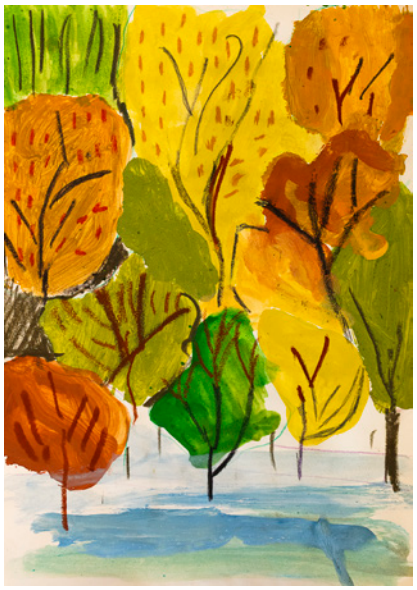
No, a potem, to tak niedaleko,
Pojedziemy sobie na Mazury.
Posiedzimy sobie gdzieś nad jakimś jeziorem,
I ognisko jakieś w nocy zapalimy.

Może jakiś kościół tam będzie,
Taki stary i całkiem pusty.
Podniszczony, przez wszystkich zapomniany,
W którym tylko my będziemy, w półmroku
całkiem sami.

No więc teraz jeszcze ten papieros.
I zapałki, które leżą niedaleko gdzieś.
Trzeba tylko sięgnąć po nie ręką,
Ale tak cholernie nie chce się.

No i jeszcze tylko jedno zrobić trzeba,
Takie coś – bardzo trudnego,
I z wysiłkiem się też łączącego.
Mianowicie trzeba udać jeszcze się
do lekarza. By L4 od niego wycyganić,
i te dni, trzy czy cztery,
nic nie robić i tak sobie leżeć.

J E S I E Ń



Łukasz Damian

Piotr Bal

ZŁOTA POLSKA JESIEŃ

Ta złota polska jesień jasna i pogodna
W promieniach słońca czerwonego
Ta jesień barwna, złocista, łagodna
W blaskach słońca tu jaskrawego

Ten blask złotej polskiej jesieni
W odblaskach słońca świetlistego
Które błyszczy, a także się mieni
W kolorze żółtym odcienia rdzawego

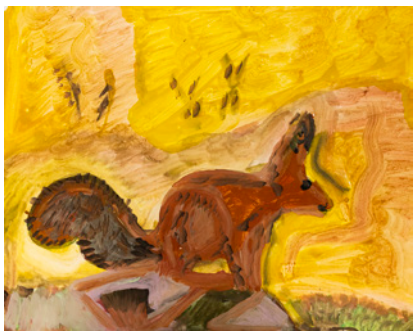
Odbija się blask jaskrawego słońca
W liściach rudych, ich rudej czerwieni
I tam blask słoneczny miesza aż do końca
Wszystkie kolory i barwy tej przestrzeni

Gdy ta złota polska jesień nastaje
W różnobarwnych, złotych odcieniach
Wtedy gdy lato prażyć tą porą przestaje
W złotej polskiej jesieni promieniach

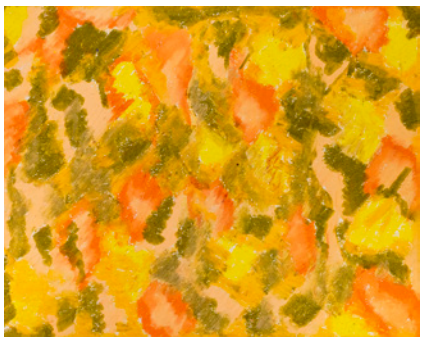
Marek Migdał

Piotr Bal

Marek Migdał

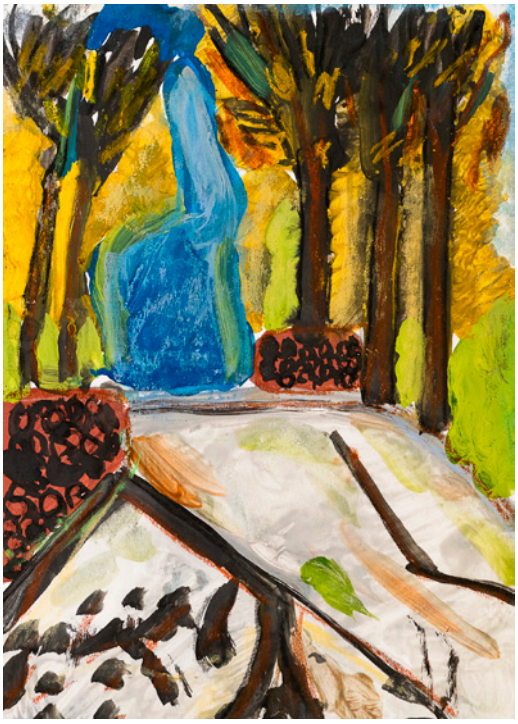


Piotr Bal



Anna Kwiatkowska

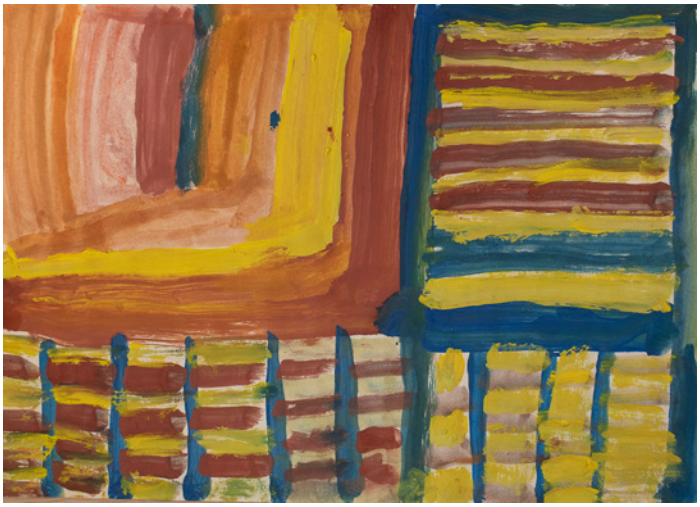
Piotr Bal



Piotr Bal

Krzysztof Piasecki

Jacek Świstek



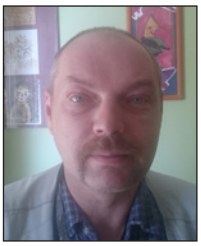
Kazimierz Fudali

Lidia Wąsik

Adam Kukla

Szukając równowagi

Wywiad z Bożeną



Sven Hajman

Kontynuujemy cykl wywiadów z ciekawymi postaciami, które zamieszkują nasz Dom. Autor, Sven Hajman, 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 Hajman: Bożenko, jesteś człowiekiem renesansu, masz wiele zainteresowań, zamieszczasz bardzo różnorodne artykuły w Impulsie, ale nie tylko to – jesteś od lat nie tylko w redakcji pisma, ale też w grupie teatralnej, należysz do Rady Mieszkańców. Krótko mówiąc jesteś bardzo aktywna. Jak to osiągnęłaś i jak dajesz radę?

B: Od dzieciństwa dużo czytałam, nie tylko lektury, no i skończyłam dobre liceum, Nowodworek.

SH: To faktycznie bardzo dobre, znane krakowskie liceum.

B: Zdobywałam dobre wyniki w nauce, którą potem kontynuowałam na Politechnice.

SH: Jaki wydział studiowałaś? I czy udało Ci się ukończyć studia?

B: Studiowałam inżynierię sanitarną, ochronę środowiska. Niestety nie skończyłam studiów, musiałam przerwać po trzecim semestrze. Miałam bardzo duże problemy ze snem, depresję, uciekałam od kontaktów z ludźmi do swojego świata. Potem okazało, że to zaczynała się moja choroba – schizofrenia.

SH: I wtedy zaczęłaś się leczyć?

B: Tak, właśnie wtedy, podczas studiów. Chociaż na początku wcale nie chciałam się leczyć, nie widziałam takiej potrzeby, zaingerowało moje otoczenie. Teraz, po wielu latach leczenia doszłam do wniosku, że ta ingerencja otoczenia była bardzo potrzebna. Dzięki niej, a potem dzięki licznym formom leczenia, terapii odzyskiwałam stopniowo własne „ja".

SH: Czy pracowałaś przed chorobą albo w jej trakcie?

B: Tak, pracowałam w księgowości, na początku leczenia, potem przeszłam na rentę.

Jako Królowa Mórz

SH: A jak byłaś traktowana w pracy, czy byłaś dyskryminowana?

B: O, nie! Koleżanki, z którymi pracowałam, stworzyły mi wspaniały azyl i były bardzo pomocne, dzięki temu wypracowałam tę rentę.

SH: To duże osiągnięcie, zwłaszcza że wtedy nie było tak dobrych leków jak teraz…

B: To prawda, dopiero teraz są nowoczesne neuroleptyki, które nie powodują takich objawów pozapiramidowych jak stare leki.

SH: Masz wszechstronne zainteresowania, mogłabyś o tym opowiedzieć?

B: Interesują mnie nauki zarówno humanistyczne, jak i ścisłe, w dzieciństwie także dużo malowałam.

SH: A czy teraz malujesz?

B: Sporadycznie, raczej czytam.

SH: A możesz powiedzieć co czytasz?

B: Karola Maya, Dickensa, Rowling, z polskiej literatury Rodziewiczównę, Bunscha, Kraszewskiego, zdecydowanie wolę prozę niż poezję.

SH: Kraszewski to piękna polszczyzna. A czy wiesz, że w dzisiejszych czasach prawie nikt już Maya nie czyta, w moim dzieciństwie to była popularność na miarę Harry'ego Pottera. Mogłabyś to skomentować?

B: Myślę, że nastąpiło przejście z powieści przygodowych i historycznych na literaturę fantasy. Znajduje to również odbicie w naszym Impulsie, sam zamieszczasz powieść i opowiadania fantasy.

SH: Z tego, co wiem, interesujesz się także polityką i życiem społecznym w naszym kraju.

Bożena i Sven – rozmawiało nam się bardzo dobrze

B: Tak, ciekawi mnie to, oglądam programy informacyjne, ale nieregularnie...
SH: A co daje Ci współpraca z Impulsem?
B: Rozwijam się w nim, bardzo mnie aktywizuje, daje energię, którą spożytkowuję w innych formach aktywności.
SH: Czyli jest dla ciebie bardzo ważny?
B: O, tak!
SH: A czy mogłabyś opowiedzieć o innych formach aktywności?
B: Teatr, występy wokalne i recytatorskie, ostatnio robótki ręczne, uprawa kwiatów doniczkowych.

Podczas jednego z Pikników u Jawora – występ z Andrusami

Z dyplomem wyróżnienia za jedno z przedstawień podczas Tygodnia Kocham Kraków z wzajemnością

Występy z naszym Teatrem Wyobraźni

Z wieloletnią współlokatorką

Na Lawendowych Polach

Kolejna rola

Występy z naszym Teatrem Wyobraźni

SH: Jest tego bardzo dużo, jak ci się udaje zachować równowagę w tym wszystkim?
B: Tak, faktycznie, mam dużo aktywności, ale przez lata zmieniłam się także w tym zakresie. Teraz więcej czasu spędzam w pokoju z robótką, z dala od zgiełku i od ruchu, to daje mi wyciszenie, ukojenie.
SH: Czyli jednak pojawia się potrzeba wyciszenia?
B: Moje leczenia to szukanie złotego środka pomiędzy brakiem aktywności, bezczynnością a nadmiarem zajęć, przestymulowaniem, przeciążeniem. W miarę stabilizacji mojego stanu nauczyłam się być sama ze sobą i nie jest to przykre.
SH: A jak było dawniej?
B: Dawniej odczuwałam coś w rodzaju przymusu zajęć, przymusu aktywności, brałam udział we wszystkim. Jak tylko pojawiały się nowe zajęcia, czułam potrzebę by w nich uczestniczyć i to z sukcesem, na 100 procent.
SH: I czy to ci pomagało?
B: Na jakąś chwilę tak, potem po jakimś czasie nie dawałam rady, wpadałam w dołki i złe samopoczucie, potrzebowałam przerwy. Dopiero od kilku lat, dzięki stałemu zestawowi leków i w miarę upływu czasu, znalazłam wewnętrzny spokój. Dokonałam swego rodzaju selekcji zajęć, zostały te ulubione, najważniejsze, najbliższe sercu. Teraz mogę powiedzieć, że jestem spokojna, zadowolona i czekam na kolejne dni z radością i nadzieją.
SH: To dobra postawa i – chyba mogę tak powiedzieć – wspaniały rezultat leczenia. Dziękuję Ci za ten ciekawy wywiad.
B: Ja również dziękuję.

Moje życie

Wojciech Wierzbicki

28 sierpnia 2019 roku skończyłem równe 50 lat. Urodziłem się w 1969 roku w Krakowie. Mieszkałem w kamienicy przy ulicy Kościelnej z rodzicami i dziadkami ze strony mamy. Do przedszkola poszedłem późno, bowiem do wieku mniej więcej 5 lat opiekowała się mną babcia. W 1975 roku zmarł bardzo kochający mnie i bardzo przeze mnie kochany dziadek Kazimierz. Bardzo lubiłem i do dzisiaj pamiętam wycieczki samochodowe z dziadkiem do Zakopanego, Rząski, czy Skały Kmity. Z kolei nie lubiłem chodzić do przedszkola, źle się tam czułem, przez cały dzień tęskniłem za rodziną. Byłem dzieckiem bardzo wrażliwym. Po ukończeniu przedszkola poszedłem do szkoły podstawowej, była to szkoła nr 60, przy ulicy 29 Listopada. Chciałbym nadmienić, że w 1976 roku przeprowadziliśmy się z rodziną na osiedle Prądnik Czerwony, gdzie moi rodzice mieszkają do dziś. Pamiętam wakacyjne wyjazdy z rodzicami, byliśmy nad Morzem Bałtyckim, na Mazurach, Pojezierzu Drawskim, a także w górach – Tatrach, Beskidach i Sudetach.

rys. Wojciech Wierzbicki

W podstawówce lubiłem szczególnie biologię, podobnie szczególny respekt miałem do pani od biologii, pamiętam też kilkoro innych miłych nauczycieli. Z czasu podstawówki szczególnie wspominam dwie wycieczki – do podkrakowskiej Dolinki Nikowskiej oraz do Tarnowskich Gór. Na tej pierwszej byliśmy dwiema klasami i z dwiema nauczycielkami, jechaliśmy trochę autobusem a kawałek szliśmy na nogach, w dolince zatrzymaliśmy się, trochę się bawiliśmy, trochę pluskaliśmy w przepływającym strumyku. Po odpoczynku poszliśmy w stronę Krzeszowic, skąd wróciliśmy do Krakowa pociągiem, zmęczeni ale zadowoleni. Na wycieczkę do Tarnowskich Gór pojechaliśmy autokarem z naszą wychowawczynią, po drodze w Chorzowskim Parku Kultury i Wypoczynku przejechaliśmy się kolejką linową. Był to mój pierwszy kontakt z kolejką linową, wcześniej miałem okazję przejechać się koleją szynową na Górę Parkową w Krynicy, gdy byłem tam z rodzicami, a to nie to samo. Trochę bałem się jechać tym wyciągiem, wychowawczyni dodała mi jednak odwagi. Jadąc kolejką, podziwialiśmy chorzowski park. W samych Tarnowskich Górach zwiedziliśmy kopalnię srebra i mieszczącą się nieopodal sztolnię, w obu tych miejscach dodatkową atrakcją był przejazd łódkami pod ziemią. Pamiętam, jak przewodnik wprawiał łódki w ruch odpychając się kijem od ściany, i równocześnie opowiadał nam trochę o sztolni.

Od dziecka interesowałem się rysowaniem. Być może odziedziczyłem talent po przodkach – niektóre osoby w mojej rodzinie były artystami, na przykład mój wujek ukończył Akademię Sztuk Plastycznych, był malarzem. Inną moją pasją były zwierzęta, na przestrzeni lat przez mój domu przewinęło się ich wiele. Mieliśmy ptaki: zeberki australijskie, przypominające wróble, ale bardziej jaskrawo ubarwione, a także kanarki. Z innych zwierząt były u nas świnki morskie – Gebi i Robi, myszki japońskie, chomiki (Maciuś i Kubuś), szczurzycę Berni, kota Klarka, mieliśmy też psy: suczkę Czikę a później, gdy byłem już dorosły foksteriery Foksa i Zmorę. Hodowaliśmy też ryby akwariowe. Interesowała mnie też jazda na rowerze i maszyny budowlane, których modele wykonywałem. Lubiłem też dobrą lekturę, czytałem sporo książek, interesowały mnie też komiksy. Od zawsze interesowały mnie programy informacyjne, gdzie dowiadywałem się o polityce i tym, co się dzieje na świecie, takie jak Dziennik Telewizyjny, Panorama

Dnia, Teleexpress. Dzisiaj też oglądam wszystkie programy informacyjne.

Chciałbym dodać, że jestem człowiekiem ochrzczonym. Chrzest przyjąłem dosyć późno, miałem koło 4 lat. W 1978 przyjąłem Pierwszą Komunię Świętą, a w 1983 roku – Bierzmowanie. Imiona moje z chrztu to Wojciech Ksawery, a z Bierzmowania – Andrzej, moim patronem jest święty Andrzej Bobola. W dzieciństwie byłem ministrantem, a jako nastolatek lektorem. Za namową księdza moderatora oazy młodzieżowej odbyłem w sąsiedniej parafii kurs lektorski, który uprawnił mnie do czytania lekcji mszalnych. Moja rodzina działała w oazie. Ruch Światło-Życie parę dobrych lat bardzo absorbował naszą rodzinę, zwłaszcza moich rodziców. Byliśmy na oazach rodzinnych, dwa razy w Olszówce i raz w Osieczanach. Byłem też dwukrotnie, rok po roku, na oazie ministranckiej w Woli Radziszowskiej. Później byłem jeszcze na oazach młodzieżowych w Kamesznicy i Groniu.

Drugi mój dziadek, Adolf, tata mojego ojca, zmarł tuż po wyborze Karola Wojtyły na papieża; w grudniu 1978 roku. Moje babcie żyły stosunkowo długo, szczególnie mama mojego taty.

Po skończeniu szkoły podstawowej zdałem do XIII Liceum Ogólnokształcącego, mieszczącego się przy ulicy Sądowej, nieopodal Ronda Mogilskiego. Pamiętam, że w moje pójście do liceum zaangażowała się moja babcia za strony ojca, emocjonalnie ale i organizacyjnie – przeżywała to wraz ze mną, pomagała mi przygotować się do egzaminów. Ukończyłem tylko pierwszą klasę tegoż liceum. Do drugiej udało mi się zdobyć promocję, ale jej nie ukończyłem. Przejście z podstawówki do liceum było dla mnie trudnym wydarzeniem, podobnie okres nauki w liceum był dla mnie trudny, co było też związane z okresem dojrzewania. Na rok 1986 datuje się początek mojej choroby psychicznej, a zarazem mojego leczenia. Ponieważ nie radziłem sobie ze swoimi emocjami, zostałem wysłany przez szkolnego pedagoga do Poradni Zdrowia Psychicznego na Dietla, tam przez dwa tygodnie brałem udział w grupie psychoterapeutycznej prowadzonej przez psychologów, a potem nadal byłem w kontakcie z tąże przychodnią. We wrześniu 1986 roku wysłano mnie na leczenie w Klinice Psychiatrii na Kopernika, na Oddział Dzieci i Młodzieży. Z powodu remontu tymczasowo oddział ten mieścił się na terenie Szpitala im. Józefa Babińskiego w Kobierzynie. Opiekował się mną psychiatra, którego lubiłem i który mi pomógł. Opiekowali się tam mną również terapeuci. Po pobycie w Kobierzynie byłem jeszcze przez jakiś czas w kontakcie z oddziałem (mniej więcej do lata 1987 roku). W 1987 mieszkałem jakiś krótki okres z babcią, mamą mojego taty, a potem z rodzicami mojej mamy. Później dłuższy czas przebywałem w domu, lecząc się ambulatoryjnie w Klinice przy Kopernika. W 1988 roku, późną jesienią, zaczął się mój kontakt z Zespołem Leczenia Środowiskowego. Byłem leczony dłuższy czas przez lekarzy psychiatrów i terapeutki – pielęgniarki i psycholożki. W 1991 roku na niedługi okres trafiłem ponownie do szpitala w Kobierzynie, na oddział 3A, w związku z pogorszeniem się mojego stanu psychicznego i nasileniem pewnych objawów chorobowych – zwłaszcza problemem stały się wtedy obsesje. Po zakończeniu leczenia w szpitalu, w lecie 1991 roku, zostałem przez lekarza skierowany na oddział dzienny, mieszczący się przy ulicy Zwierzynieckiej, a później na placu Sikorskiego. Na oddział ten chodziłem aż do wiosny 1992 roku, były tam różne zajęcia: gimnastyka, zajęcia parateatralne, plastyczne, terapia indywidualna i psychoterapia grupowa. Były też zebrania społeczności z udziałem terapeutów, psychologów i lekarzy. Wspólnie przygotowywaliśmy posiłki. Mieliśmy wycieczki autokarowe – kilkanaście jednodniowych i jedną trzydniową na Wielką Rycerzową. Jeżeli chodzi o tą ostatnią, to mieszkaliśmy w schronisku i chodziliśmy po górach. Wkrótce po wypisaniu mnie z oddziału dziennego trafiłem znowu na jakiś czas do szpitala w Kobierzynie. Był to okres letnio-wczesnojesienny roku 1992. Później przebywałem dłuższy czas w domu z rodziną. W tym czasie miałem okres dłuższej remisji, która trwała w zasadzie od 1992 do 2001 roku. W tym okresie byłem też w grupie ambulatoryjnej, cały czas lecząc się w Zespole Leczenia Środowiskowego. Brałem udział w zajęciach grupy plastycznej na od-

dziale mieszczącym się przy Miodowej. Tam głównie rysowałem ołówkiem i malowałem farbami olejnymi. Byłem też w ramach Miodowej objęty na jesieni i w części zimy 1999 roku terapią tak zwaną dochodzeniową. Terapeuta przychodził do domu i wykonywałem pod jego opieką zadania. W ramach tych zadań byłem np. u mojego lekarza psychiatry, w sklepie, na oddziale przy Miodowej, sprzątałem w domu. Potem korzystałem także z terapii domowej w ramach Zespołu Leczenia Środowiskowego, to znaczy terapeuta przychodził do domu na rozmowy ze mną.

W czasie choroby, a może nawet dzięki chorobie, rozwinął się mój talent plastyczny. Pamiętam, że już podczas pobytu w Klinice namalowałem pierwszy obraz farbami olejnymi, stosowałem też inne techniki – suche pastele i kredka ołówkowa, robiłem też origami. Potem w czasie zajęć na Miodowej i pobytów w szpitalu kontynuowałem te techniki, pracowałem też z gliną. Podczas pobytów w domu chętnie korzystałem z technik, których się nauczyłem.

W 2001 roku miałem więcej problemów ze sobą, narastało u mnie napięcie psychiczne, w końcu przyszło załamanie, w efekcie czego w zimie trafiłem znowu do szpitala w Kobierzynie. Na przestrzeni kilku lat byłem wiele razy hospitalizowany na różnych oddziałach tego szpitala. Między innymi były to: 4A, 7B, 6A, 2B, 4B. Najdłużej byłem na oddziale 4A, bo cały pełny rok. Na oddziale tym byłem w sumie parę razy. W latach 2003-2004 mieszkałem w hostelu. Było to miejsce pobytu stałego byłych pacjentów szpitala, którzy byli w tym czasie zaangażowani w różne zajęcia typu WTZ, czy praca. Chciałbym jeszcze dodać, że gdy byłem w szpitalu, a później w hostelu, często korzystałem z przepustek do domu rodzinnego. Ze szpitala trzykrotnie byłem na dwutygodniowych wyjazdach terapeutycznych. Pierwszym był plener malarski w Zubrzycy Górnej, drugi to turnus w Lewinie Kłodzkim, a trzeci to plener malarski w Kościelisku nieopodal Zakopanego. W czasie tego ostatniego pleneru jechałem kolejką linową na Kasprowy Wierch. Na plenerach i w Lewinie było dobre jedzenie, wycieczki, twórczość plastyczna.

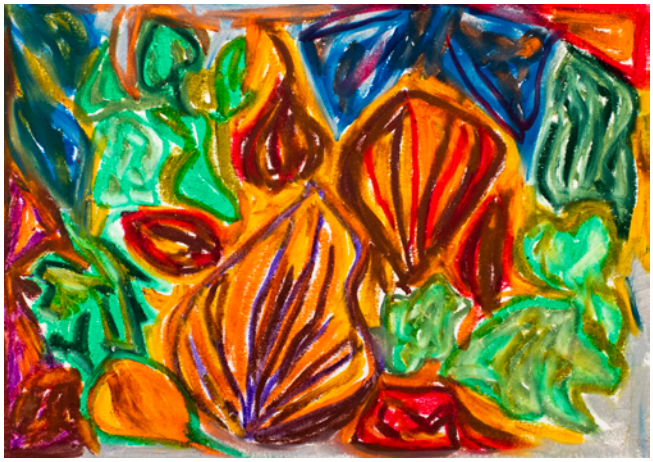
W czasie mojej choroby parę razy stawałem na komisjach rentowych. Ostatni raz gdy byłem na komisji, otrzymałem pierwszą grupę na stałe, było to pod koniec lat 90-tych.

W 2009 roku, w styczniu, 13-tego, doczekałem się przyjęcia mnie do naszego Domu. Czekałem na miejsce dłuższy czas, trwało to kilka lat, ale w końcu się doczekałem! Od tamtej pory aż do chwili obecnej mieszkam tutaj. Uczestniczę w terapii, głównie plastycznej, i w rehabilitacji ruchowej. Są też wycieczki, teraz jeżdżę na nie już rzadziej, ze względu na gorszy stan zdrowia, głównie problemy z nogami. W 2012 byłem znów przez jakiś czas w szpitalu, potem około 2014 lub 2015, tym razem na bardzo krótko. Brałem udział w zajęciach naszej grupy teatralnej, jeździłem też na wyjazdowe występy. Oczywiście brałem udział w paru „Piknikach u Jawora", są to nasze doroczne pikniki, na które zapraszane są inne Domy Pomocy, i na których jest prezentowana nasza twórczość. Brałem udział w kilku turnusach rehabilitacyjnych – nad morzem w Dźwirzynie, w górach w Jaworzynce i w Szczyrku, nad jeziorami w Solinie i Okunince. Na turnusach zawsze było mnóstwo wycieczek, rehabilitacja, wypoczynek czynny i bierny, dobre jedzenie i czasem twórczość plastyczna.

Myślę, że pomimo, że odsunąłem się od Kościoła, co niewątpliwie zaważyło na moim życiu, moja egzystencja na tej ziemi jest ciekawa i urozmaicona. Planuję przeżyć jeszcze kolejne pięćdziesiąt lat. Nie wiem, czy będzie to możliwe? Niemniej jednak mam nadzieję, że tak! Oby tylko zdrowie dopisywało!!

***

Niczym łzy deszczu krople płyną
Wzdłuż szyb, okien, na pochmurnie
Niebo dławi się wilgocią
I rannym przymrozkiem
Listopad, a zwłaszcza pierwszy i drugi
Nadchodzą szybko
Zanim po nich puszyste śniegowe
Opadną zamiast łez iskry
Łzy, ale szczęścia
Święty Mikołaj nam odciśnie
A potem Święta i Wigilia
Co roku inna
Co roku teraz już tylko świąteczna lub trudna
Upieczemy domowe zawijańce
Z własnych konfitur albo tarty
I już po Sylwestrze
Umówimy się na kawę z przyjaciółmi
Lub tylko rodzinnie posiedzimy sobie
Przy kominku



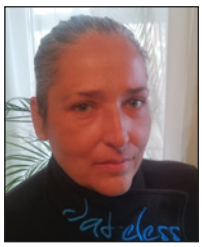
***

Kocham to życie
Nie wiem czemu
I każdą jego porę
Teraz jesień
Lubię kolorowe barwne liście
Tańczące na wietrze czy też
W pierwszym śniegu zamaszyście
Realnie widzę swoje błędy
Ale też zalety
Niestety więcej błądzę
Jesienią, także wiosną
Niż zimą czy latem
Pory te jakby przejściowe
Co łatwo wytłumaczyć – trudne
Trudne dla roślin i zwierząt
Dla nas równie złe, co cudne
Garściami zbieram kasztany i żołędzie
A głowę wypełniają słowa
Naszego Mickiewicza
Co to będzie, co to będzie…

***

Rdzawe i bordowe liście na drzewach jeszcze nie srebrzystych
A już z ostatkiem swojego listowia
Stoją na łąkach i polach pożółkłych i bladoniebieskich
Trawy pokryte szronem z resztą przeróżnych w odcieniach zieleni
Od tych głębokich po całkiem spłowiałe
Mizernie przykryte mgłą i dżdżem porannym
Jak bywa jesienią
Ziemia czarna i popielata zaznacza kolorami swą obecność
I tylko błękit gdzieniegdzie jeszcze ukazuje niebo prawie blade od słoty

Wiersze i rysunki



Anna
Kwiatkowska

***

Jesienny deszcz
Z początkiem jesieni kolorowy
Z końcem ma barwy rdzawe, lecz nie smutne
Ile w jesieni samej jesieni
Oznacza deszcz, wiatr i chłód
Oraz my i nasz nastrój
Jesienią minorowy, lecz podobno nie zawsze
Usiąść tak jesienią w parku
Wśród sosen, jodeł, świerków
Obok jeży i wiewiórek
Obok znanych nam tylko jesienią ptaków
Wpatrzeć się w ten pejzaż już tylko brunatnoszary
I marzyć o „niebieskich migdałach"
Też można
Później kawiarnia, spacer, kino
Świat staje się wesoły
Więcej wieczorów nad książką
Więcej konfitur do ciepłej, aromatycznej herbaty

***

Jesienią małe dzieci lubią kałuże
I błoto
Lubią ludziki z żołędzi, zapałek i kasztanów
Lubią liście czerwone, żółte i rdzawe
Które zbierają do swych pierwszych zielników
Jesienią dzieci lubią miast lodów
Gorącą czekoladę i bajki czytane
Przez tatę i mamę do poduszki wieczorem
Smutnego jak jesień Andersena

***

Pani Jesień
Pani Jesień różne ma humory
Raz zawieje wiatrem, raz słońcem przyświeci
Raz spadnie deszczem
To znów babim latem nas oplecie
Tu liście wrzosu kolorem
To znów cytryną i pomarańczą pod stopami
Szeleszczą
To znów brązem i złotem lub zgniłą
Zielenią nas zadziwią
Szronem porannym drzewa i krzewy się pokażą
To znów astry, chryzantemy, michałki
Gdzieś w ogrodach nam zakwitną
Przeróżne, barwne, drogocenne kolory
Na sobie niosąc tą piękną złotą jesienią polską
Dzieci, ale też dorośli, nazbierają sobie
Kasztanów i żołędzi
Na długich spacerach w jesiennej aurze
Aż po zimę
Cieszą krótsze dni i dłuższe
Wieczory w rodzinnym towarzystwie

Za jakie grzechy

O dylematach na temat kąpieli

Łukasz Damian

Niech mnie zabiją! Na Montelupich zawiozą, w kajdanki zakują! A ja się nie wykąpię!

Pamiętam, jak jednego razu po wypłacie pieniędzy z renty poszedłem do mojego ulubionego baru wietnamsko-chińskiego, do którego chodziliśmy z kolegą swego czasu. Usiadłem. Pani kelnerka podała mi kartę, chciałem coś zamówić. Wybierałem długo, zawsze wszystko długo wybieram, a i było z czego – w tym barze jest wszystko – dania z wołowiny, nawet z krewetek, no i z kurczaka, którego mogą przyrządzić na 7 czy 8, chyba nawet na 10 sposobów, jednego tego samego kurczaka, każdy inaczej smakuje, dlatego tak lubię ten bar! Lubię wschodni wystrój, malowidła i chińskie znaki, dania z ryżem, na każdym stoliku specjalny sos, jakiego nie kupi w sklepie, a nie jest jeszcze tak strasznie drogo w porównaniu z innymi restauracjami. Mam też sentyment do tego baru, bo chodziłem tam często z moim znajomym, który bardzo dużo mi pomógł w życiu.

No i wreszcie się zdecydowałem! Pani kelnerka podeszła, mówię, że chciałem zamówić tego kurczaka po wietnamsku, pokazuję w karcie, ale pani kelnerka zrobiła taką minę nieswoją i mówi: „Wie Pan co, jak coś, to tylko na wynos. I niech zaczeka Pan przed lokalem". Odpowiadam pani kelnerce: „Ale ja bym chciał tu, mam pieniądze, chciałbym tu zjeść, na miejscu". Jednak się nie dało, spokojnie powtarzała: „Na zewnątrz, na zewnątrz". Jak to? O co chodzi? Całą drogę do domu, i jeszcze w domu, i jeszcze przez kilka dni, kląłem na tą kelnerkę, byłem zły… ale chyba nie była winna, nie ona. Nie powiedziała mi wprost, nie chciała zrobić mi afrontu, wstydu przed innymi, ale ja po prostu byłem brudny, a i zapach musiał być fest bo nie kąpałem się już 3 miesiące, od lutego do maja. Wcześniej w banku też, co prawda nie robili mi wymówek, ale widziałem, że nie jest im w smak moja obecność.

Taki niekąpany miałem też inne sytuacje, które pamiętam – w sklepach, jadłodajniach, marketach. Jednego razu młoda ekspedientka w pewnym znanym supermarkecie trzymała się za nos gdy mnie obsługiwała, inna też miała ewidentnie dość, widziałem, jak stałem w kolejce. Nawet w osiedlowym sklepie, najbliżej mnie, nie chcieli mnie już obsługiwać. Przecież nigdy nie robiłem tam burd, nie przychodziłem pijany – mam pieniądze, wejdę na chwilę, kupię, zapłacę, wyjdę. O co chodzi, z jakiej racji? Wyganiali mnie, a po mojej wizycie używali odświeżaczy do powietrza, wtedy szybko odchodziłem od sklepu... W pociągu podczas jednej z moich podróży jechałem w przedziale całkiem sam, miałem cały przedział dla siebie, ciekawe czy dlatego, że tak trafiłem? Że nie było tłoku?

Ktoś w końcu powiedział mi, że jeśli nie doprowadzę się do porządku, to nie wpuszczą mnie do żadnego sklepu, a szczególnie do lokalu gastronomicznego. Mimo że wyciągałem pieniądze, słyszałem: „Pana nie obsłużę, dopóki Pan się nie wykąpie, nie przebierze…". Czasem nic mi nie mówiono, ale wiele razy widziałem, że ludzie z trudem wytrzymywali moją obecność, poznawałem po ich minach i wyrazie twarzy. W tramwaju ludzie otwierali okna, przesiadali się, i to o kilka miejsc lub o całe pół tramwaju. Było mi wstyd, chciałem uciekać. Wiedziałem, że praktycznie do żadnego sklepu, lokalu mnie nie wpuszczą, a może w końcu i do środków komunikacji. „Niechże się Pan wykąpie, doprowadzi do ładu, zmieni te ubrania, niech Pan nie przesadza, nie przychodzi tu śmierdzący, nie żyjemy na odludziu!"

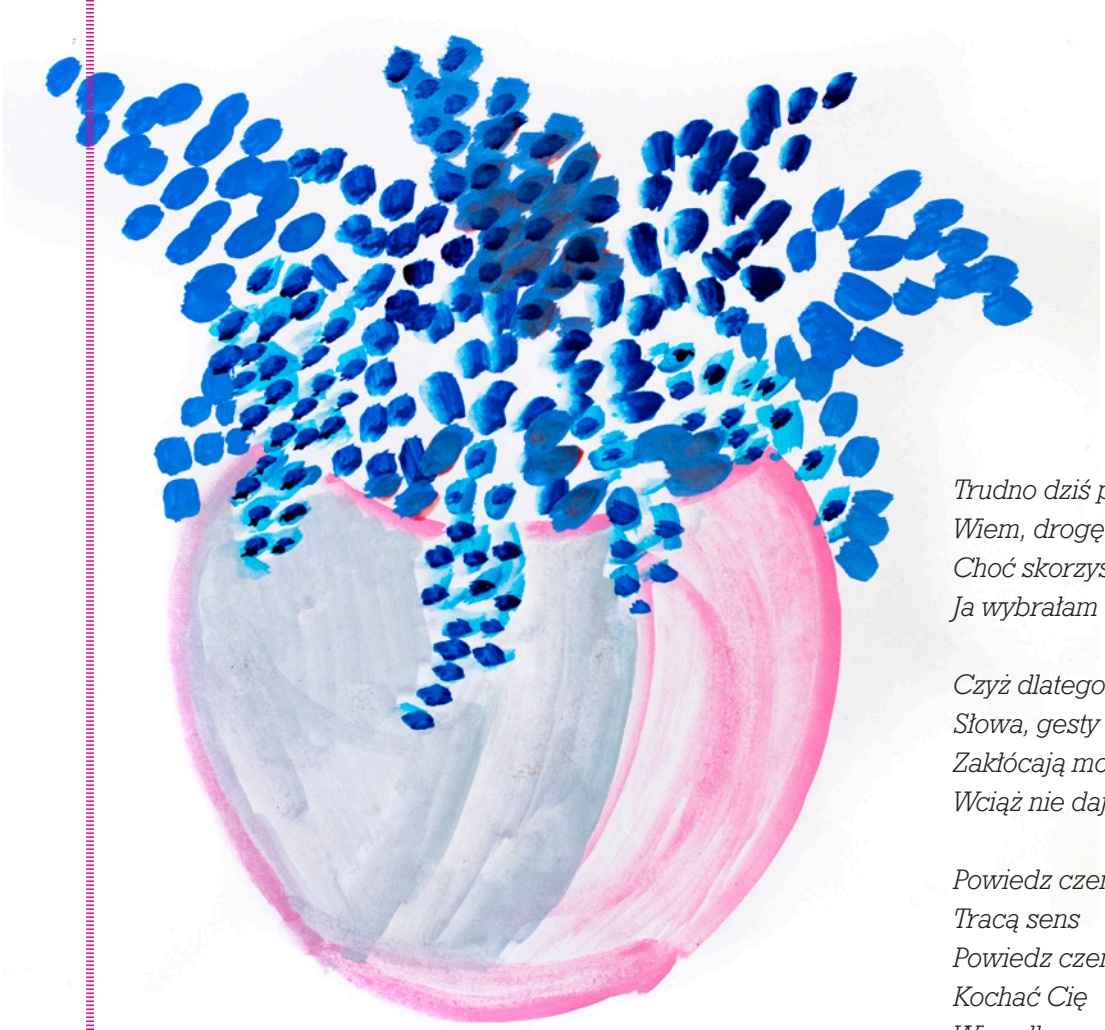
Wszyscy ci ludzie mieli świętą rację – powinienem coś ze sobą zrobić, sam to w końcu wiedziałem, chociaż przez długi czas nie zmieniałem nic w swoim postepowaniu, higienie ani wyglądzie. Ostatecznie nie kąpałem się około pół roku… Teraz temu właśnie się dziwię. Nie rozumiem, z jakich pobudek działałem, co się ze mną działo, przecież wiedziałem, gdzie mogę się wykąpać, wiedziałem, gdzie uzyskać pomoc. Sam nie rozumiem swego postępowania, czy nie zdawałem sobie sprawy, że trzeba się wykąpać, że trzeba zmienić ubrania, dlaczego tak robiłem? Jak mogłem nie wykąpać się w domu albo gdzieś indziej, jak mogłem do tego dopuścić? W końcu wstyd mi było jak cholera, myślałem wiele razy, że zapadnę się pod ziemię… Fizycznie przecież jestem zdrowy… Więc dzisiaj, jak patrzę z dystansu, myślę, że zadziałał szereg czynników, głównie to, że nie brałem leków, ale i to, że nie chciało mi się. Winne moje lenistwo – mogłem przecież pojechać do banku, to dałem rady, a ukąpać się nie – dlaczego nie? Nie można winić tylko leków, powinienem był się zmobilizować. Ciężko mi zrozumieć, że takie zaniedbanie to przejaw choroby, przecież nie jest to urojenie, czy omam, ale zgadzam się, że jak ktoś nie kąpie się dłużej – miesiąc, a co dopiero kilka, to już stan chorobowy tragiczny.

Teraz nadal mam swoje objawy, ale kąpię się regularnie. Kąpiel nadal sprawia mi trudność, po trochę

przez to lenistwo, ale głównie przez moje natręctwa (w 80%), jak już wejdę pod prysznic, muszę szorować się pół godziny. Mam nadzieję, że z czasem poradzę sobie i z natręctwami, chociaż boję się, że chęci do kąpieli nie wykrzeszę w sobie nigdy, że nie będzie mi ona nigdy sprawiać przyjemności. Myślę, że nawet gdybym był całkiem zdrowy, bez natręctw, i tak nie lubiłbym kąpieli, nie lubię jej od dziecka. Teraz jednak rozumiem, że człowiek musi się ukąpać od czasu do czasu, chociażby po to, żeby nie śmierdziało. I żeby nie przeszkadzać innym, nie mówiąc już o zarazkach.

Zdarza mi się jeszcze prosić panią psycholog, by wstawiła się za mną u opiekunów, żebym mógł kąpać się rzadziej, najchętniej raz w tygodniu, w sobotę, by w niedzielę móc o 11-ej iść czysty do kaplicy na mszę świętą, którą odprawia nasz kapelan, byłoby idealnie. Ale pani psycholog odmawia takiej pomocy, poproszę jeszcze… Żarty żartami, teraz się śmieję i żartuję, ale wtedy kiedy byłem w takiej tragicznej, opłakanej formie wcale nie było mi do śmiechu. Najbardziej przeżyłem odmowę obsłużenia mnie w barze wietnamskim, bo kiedyś tak bardzo lubiłem tam chodzić.

Jak Bóg pozwoli, jak pójdę do pracy, zarobię i będę miał pieniądze, to pójdę tam, do tego baru, może przełamię wstyd i się odważę, pójdę czysty i zadbany, ciekawe czy mnie obsłużą, czy znowu tylko na wynos. I czy w sklepach, o których piszę, czy tam też mnie obsłużą? I czy w ogóle poznają? A jeśli tak, co powiedzą? Przekonam się.



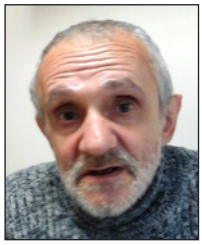
rys. Autorka

Marzena Hoszowska-Dylewska

Trudno dziś płakać nad sobą
Wiem, drogę wybrałam złą
Choć skorzystać mogłam z innej
Ja wybrałam właśnie tą

Czyż dlatego Twoje imię
Słowa, gesty wspólnych chwil
Zakłócają moje myśli
Wciąż nie dają zasnąć mi

Powiedz czemu Twoje słowa
Tracą sens
Powiedz czemu już nie mogę
Kochać Cię
Więc dlaczego
Moje usta powtarzają imię Twe
Jeśli nie chcę
Cię zrozumieć
A bez Ciebie jest mi źle



Marek
Marczyk

Bridge

Gram
takimi kartami, jakie dali,
i choć mogły by być o wiele lepsze,
patrzę na te dupki treflowe
i na te damy czerwienne.

A tymczasem jest noc
i ludzie,
dziwnym zwyczajem, idą dokądś pośpiesznie
Albo i jadą tramwajem
Dokądś, do jakiegoś miejsca.
Do celu, w jakiejś sprawie,
i jakby tak naprawdę
stąd trochę uciekali.

Ja
mam przed sobą ekran, czarny
jak dama pik
i jeden atut w rękach,
że za mną chyba nie stoi już nikt.

A ja
Lubię się napić,
lubię – zapalić papierosa,
pogadać w jakiejś knajpie,
najlepiej o jakichś książkach,
o meczu w piłkę na jakimś
nie całkiem zakrytym stadionie,
pomyśleć, nad tym, na przykład, jakby
poderwać żonę, czy własną

czy jakąś inną, to dziś
trudno określić,
gdy tyle dookoła
dup tych wspaniałych się kręci.

Nic, patrzę w swoje karty
i nie zaglądam naprawdę,
choć pierwsza to ponoć zasada,
by patrzeć w karty sąsiada.

No, nie ma się czym zbytnio – chwalić,
trudno
nie ma odwrotu
jest 300 tys. poległych
na jeden kwartał w roku.

rys. Anna Kwiatkowska

I – czy o tym przypominać trzeba,
Ani jednego winnego.

Cóż, jest i pamięć papieży
i różnych innych – zdobywców,
ja – mam przed sobą karty,
lecz takie, które – żyją.

i nawet mają dzieci,
choć czasem im brakuje
czy to ręki czy nogi, czy,

czy na obiad, w stołówce w rynku, w stołówie.

Nic, tak się tylko wydaje,
że kiedyś na jakiejś plaży
dziewczyna stanie przed tobą i
cała ci się pokaże.

Pokaże ci tyłek swój wielki
i utytłany w piasku,
a ty
zwilgotniałym językiem
zbierać będziesz z niej ziarnko po ziarnku.

A potem, nic takiego,
Szast prast i po krzyku,
Jakieś skomlenie w betonie
Wynik i nie ma wyniku.

Powiedzmy, że jakoś to będzie,
I tylko na niejednym atolu
Palm na plażach przybędzie.
I może – bosych stóp w gnoju.

I tak się będzie działo
Zawsze, wszystkim i wszędzie.

No, coś takiego z grubsza,
Jakiś spacer, czy kawa,
Koszenie trawy na łące,
Pod mostem, potem – kopienie siana.

Odpoczynek po pracy, zajmowanie się sobą,
Myśl, że już nigdy nie będzie

ani bitew pod moskwą, ani

W bridge'u żołędzi?

Nic, tu – czarny ekran
szarość twych smętnych oczu,
co kogo to obchodzi, że łza się zakręci w oku
niczym w tangu dziewczyna,
czy – jakaś primabalerina.

Ty – patrzysz w swoje karty,
dwa asy i dwa dupki,
grasz jakieś 3 bez atu

i – znasz przegranej skutki.

Nic to, raz już niejeden
siadało się do stolika,
ktoś kogoś rozstrzeliwał,
truł gazem, grała muzyka,

odmawiano pacierze,
podobno to pomagało,
choć, niestety, nie zawsze, co
czasem też się zdarza,
Nic, czy tak nic naprawdę,
sen kolacja wyprawa,

powrót do jakiegoś domu.
czy może do mieszkania,
wycieczka, supermarket,
książka lub gra komputerowa,
gdzieś ranni a i zabici,
gdzieś – mocarstwo jakieś kona.

Rozgrywasz swoją partię,
Patrzysz, na walety, na asy,
wypijasz szklankę wódki, herbaty,
jesz ananasy.

i myślisz jedynie o tym
i myślisz wręcz – obsesyjnie,
by kiedyś, gdy stąd odejdziesz,
ci sami, z grubsza, gracze,
zasiedli znowu do bridge'a.

I z kimś podobnym do ciebie
ktoś
chciałby coś jeszcze rozgrywać.

Kołysanka

Niech ci się przyśni melodia
Szara
Jak wczesny zmierzch, zasłoń oczy
Ciemnością, żab nie zabijaj
Przed snem.

Deszcz będzie znowu padał
I opowiadał ci wiersz,
Jakby twój dawny stary przez szarą łąkę szedł.

Jakby poranna rosa
Obmyła z niego kurz, który zostawia ślady,
Jak niewidzialny ten wróg.

Jest to
zły czarnoksiężnik,
Co ludziom odbiera sny,
By ciągle patrzyli w słońce
I widzieć nie mogli tej mgły.

A mgła, jak noc, choć jest
Biała, puszysta, jak śnieg,
Osłania nasze ciała,
By nas nie zobaczył i Bóg.

Więc śpij, sen nadejdzie na pewno,
Bo zawsze nadchodzi sen,
A tyle
to każda sarenka wchodząca
do lasu wie.

Nie tylko są samochody,
Nie tylko pieniądze i chleb,
Bo asfalt po to jest tylko,
By miał gdzie jakiś śmieć
przespać wygodnie się.

I by
gdzie miał padać ten deszcz.

Tolerancja

Lidia Wąsik

W życiu szukamy pięknych chwil, by żyć spokojnie, realizować swe cele i życiowe plany. Ważnym tematem, który pomaga żyć spokojnie i godnie jest tolerancja. Samo słowo „tolerancja" pochodzi z łaciny, oznacza cierpliwość i wyrozumiałość dla odmienności, a szerzej poszanowanie dla innych – dla ich uczuć, poglądów, wierzeń, upodobań, obyczajów i postępowania, także wtedy, gdy są one całkowicie różne od naszych, albo nawet całkiem z nimi sprzeczne. Współcześnie rozumiana tolerancja to szacunek dla wolności innych ludzi, ich myśli i opinii oraz sposobu życia.

Sądzę, że nieważne jest jaką kto ma rasę, wyznanie i inne cechy, jakie ma poglądy, każdy zasługuje na taki sam szacunek. Do nikogo nie należy podchodzić z wyższością ani pogardą. Należy akceptować drugiego człowieka, niezależnie jaka byłaby to osoba. Każdy ma równe prawa, w tym do własnych wyborów, decyzji i życia według własnych przekonań.

rys. Anna Kwiatkowska

Postawa tolerancji pomaga nam lepiej żyć – to pewne. To szacunek, akceptacja i uznanie wobec każdego, każdej osoby. Muszę przy tym podkreślić, że jest równie ważne, by inni tolerowali nas jako osoby, by tolerowali nasze poglądy, przekonania, wartości, nasze zachowania, jak i to byśmy my sami potrafili mieć tolerancję dla innych. U podstaw tolerancji leży założenie, że każdy człowiek ma prawo do samostanowienia, decydowania o sobie i o własnym życiu, jeśli tylko nikomu tym nie szkodzi i jeśli akceptuje konsekwencje swych wyborów. Tak rozumiana tolerancja jest tożsama z prawem do wolności, w tym – do każdej inności. Warto pamiętać o tym i nie pouczać innych jak mają żyć, ubierać się, jak mają myśleć i co lubić. Tolerancja łączy się z takimi uczuciami, zachowaniami, postawami jak życzliwość, otwartość na innych, także ciekawość innych z ich oryginalnością, indywidualnością. Postawie tolerancji sprzyja wiedza, intelekt, odwaga, doświadczenie, wiara, a także zdolność do tego, by rozpoznać własny lęk przed obcym i by umieć konstruktywnie go przetwarzać w postawę sprzyjającą kontaktom. Warto pracować nad własną zdolnością do tolerancji – to pomaga w rozwoju, uczy otwartości, pomaga likwidować stereotypy w myśleniu, eliminuje złość i agresję, pozwala na korzystanie z bogactwa, jakie niesie ze sobą niesie odmienność, inny człowiek. Tolerancja bazuje na zgodzie i pokoju, uszlachetnia człowieka i całe narody.

Do tolerancji dochodzi się głównie przez intelekt, ale gdy tolerancja staje się postawą emocjonalną, wtedy staje się cnotą, daje spokój, „ład serca", łagodzi, wycisza, wspiera, pomaga przetrwać trudnie chwile i otworzyć się na problemy innych. Tak więc tolerancja służy porządkowi emocjonalnemu w naszej głowie, sercu i w naszych wzajemnych relacjach. Tolerancja jest wartością w wymiarze ogólnoludzkim i indywidualnym. Może być intelektualna – przejawiana wobec odmiennych poglądów, moralna – polegająca na uznawaniu prawa do odmienności, odmiennych zachowań, religijna – związana głównie z wiarą lub niewiarą w Boga. W wymiarze indywidualnym, jest bezcenna w naszym otoczeniu, w rodzinie, wśród przyjaciół i znajomych, czyli w naszych wzajemnych relacjach, gdzie często mamy odmienne, nierzadko konfliktowe poglądy, postawy, sposoby postrzegania świata, inny styl noszenia się i inny światopogląd, inne sympatie polityczne, inne gusty muzyczne i gdzie kibicujemy innym klubom sportowym. W tych wszystkich sytuacjach właśnie tolerancja jest w stanie skutecznie zapobiegać konfliktom, kryzysom, albo przynajmniej je łagodzić.

Już niedługo, 16 listopada, będziemy obchodzić Międzynarodowy Dzień Tolerancji. Święto to zostało ustanowione przez Zgromadzenie Ogólne ONZ w 1995 roku, z inicjatywy UNESCO, która spowodowana była rosnącymi zjawiskami nietolerancji, przemocy, nacjonalizmu, rasizmu i antysemityzmu. Jest to święto szacunku, akceptacji i uznania bogactwa różnorodności kultur na świecie. Kraje członkowskie UNESCO przyjęły Deklarację na Temat Zasad Tolerancji, w której podkreślają konieczność walki z nietolerancją i rasizmem, a także znaczenie różnorodności kulturowej.

Bądźmy tolerancyjni, uczmy się i domagajmy tolerancji! Nie dajmy się straszyć widmem obcego, cudzego, nie naszego.

Źródła: tolerancja.pl, charaktery.eu, poradniawarka.pl

Igrce w Cyklopie

Mirek Konieczny

I właśnie 07.09 przyszedł ten dzień – dzień klasowego spotkania mojego rocznika maturalnego '83. Od zeszłego roku spotykamy się co rok, aby nie przeżyć szoku poznawczego za pięć lat. Takie spotkania to zawsze okazja do poopowiadania o sobie i worek śmichu do tego. Nie będę przytaczał tu rozmów, jakie podsłuchałem, bo wszystkie były zabawne, może tylko te strzępki, które mi najgłębiej utkwiły w pamięci. Na przykład opowiadanie Krzyśka o jego pasji pieczenia chleba – ma gościu wielki piec do pieczenia chleba w ogrodzie i trzy sześcioletnie zakwasy, które dożywia co tydzień. Krzysiek jest świetnym opowiadaczem, jak i wszyscy inni moi współklasowicze. Albo opowiadania naszego profesora Sławomira o tym, jak jeden gościu z Polski na międzynarodowej olimpiadzie matematycznej zdobył maksymalną liczbę punktów, albo wspomnienia Jacka i Leszka o ich najdłuższych wspólnych wakacjach na stopie.

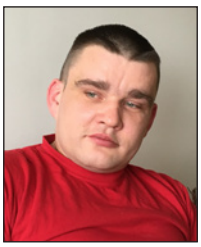
Tych opowiadań z przeszłości było mnóstwo, więc nie przytoczę więcej, choć opowiadania o studiach na Politechnice wywoływały szczególne wybuchy śmiechu całej naszej klasy. Na koniec Jacek i Leszek (opowiadając o Wyspach Kanaryjskich – światowi ludzie) podwieźli mnie pod hotel Radisson na ulicy Straszewskiego i tam się rozstaliśmy. Po powrocie do mojego mieszkadła nie mogłem zasnąć aż do szóstej, wspominając to spotkanie, które musimy kultywować, bo to najwspanialsza okazja posiedzieć i pogadać z kimś, kogo się tak dobrze zna, że nie musi się krępować, jak przy innego typu spotkaniach, gdzie nie znamy kompanionów i musimy się pilnować. My nie mamy przed sobą tajemnic i to nas łączy. A i co roku dochodzą nowe fakty i zdarzenia, więc jest o czym gadać, choć wspomnienia z Nowodworka są zawsze wdzięcznym tematem i kopalnią radości.

Podziękowania tym razem płyną jak zwykle dla Jacka – za to że zajmował się mną od DPS-u do DPS-u, no i oczywiście dla Jurka za jego determinację w organizowaniu nam takiego wspaniałego wieczoru, bo wśród swoich czujemy się naprawdę komfortowo. No i oczywiście dziękuję wszystkim przybyłym, czyli od lewej mojej ręki, przy stole Krzysiek, Leszek, Beata, Ania, Jacek, Piotrek, Sławek, Jurek i Joasia. Czyli ze mną dziesiątka – jak na 22-osobową klasę to świetny wynik. My się naprawdę lubimy i przychodzimy na te spotkania wnosząc z sobą uśmiech i dobry humor. Houk!

***

Dużo dobra i miłości,
już bez złości, zawistości.
Tam w niebiosach ciągle kwiecie,
bez tej czerni na planecie.
Tam są stałe szczęśliwości,
bez tutejszej upadłości.

Zdzisław Kania



Łukasz Ruśnica

***

Szczęście to loteria
zabiera lub daje
jesteś szczęśliwy lub smutny
to proces jest rezolutny
rusza i stoi

przemoc, niemoc
skiwniesz palcem
czuj się na bezdrożu
reszta płynie jak
statek na morzu

Muzyka

Muzyka jest prawdą sztuki.
Muzyka jest dobrem sztuki.
Muzyka jest pięknem sztuki.
Melodia jest głębią muzyki.
Melodia jest sensem muzyki.
Melodia jest celem muzyki.
Muzyka w sercu gra.
Muzyka gra z ciszą.

Perła

Jestem

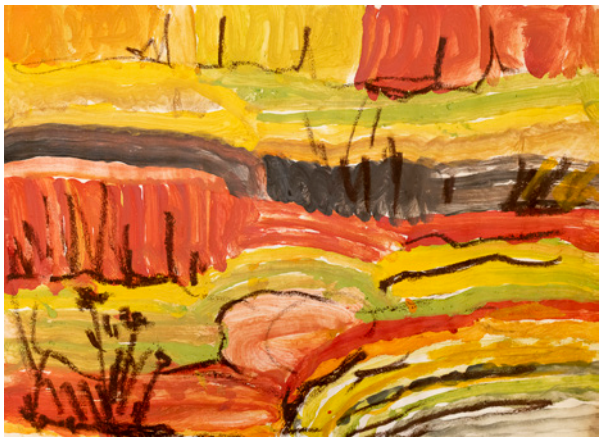
Myślę, więc jestem.
Czuję, więc jestem.
Modlę się, więc jestem.
Kocham, więc jestem.
Mówię, więc jestem.
Pracuję, a więc jestem.

Perła

J E S I E Ń

Andrzej Krupa

Piotr Bal



Kazimierz Fudali

Marek Migdał

JESIEŃ

Oto ta jesień znowu się zaczyna
Ta jesień słoneczna, a także pogodna
I znów się jesień po lecie rozpoczyna
Ta piękna, śliczna, a także łagodna

Jesień, w stubarwnych tu kolorach
I w barwach rdzawych oraz rudawych
W przepięknych barwach i wzorach
W tonacjach rudych, jaskrawych

Marek Migdał

Te barwy rude, złociste, rudawe
W odcieniach też malachitowych
Prześliczne tony jasne i rdzawe
W tonach pięknych, szmaragdowych

Teraz nastaje ten obraz jesienny
W czasie ptaków jesiennych wędrówek
Gdy jesienią odlatują na zimę
Bociany, żurawie, tam na południe

Krzysztof Kijowski

Józef Zamojski

Piotr Bal

KOLORY JESIENI

Ta złota, jasna, żółta jesień
W kolorach żółtych, jasnobrązowych
Wtedy gdy przemija wrzesień
W barwach brązowych i bordowych

Ta złota słoneczna jesień rudawa
W odcieniach jasno-rudo-purpurowych
Przepiękna, śliczna, a także jaskrawa
W tonach ciemno i jasno brązowych

Ten powab złocisty, niezmienny
W barwach jasnych, żółtych, beżowych
Ten ton kolorów – co rok tu niezmienny
W odcieniach jasnych i kaszmirowych

Marek Migdał

Marek Migdał

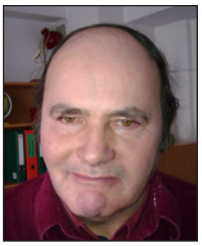
Piotr Bal

Elżbieta Tokarz

Piotr Bal

Władysław Karzyński

Wakacje w domu



Marian Skoczylas

W okresie wakacyjnym wiele osób gdzieś wyjeżdża, ale ze względów czasowych, zdrowotnych czy finansowych nie każdy ma taką możliwość. Jednak wakacje spędzone w domu też mogą być czasem odpoczynku i relaksu, który będziemy dobrze wspominać. W tym artykule zajmę się tym, jak je zaplanować i przyjemnie spędzić. Na pewno warto poświęcić chwilę na zastanowienie się, jak chciałbym spędzić ten czas, na czym mi zależy, co mnie odpręża i pomaga mi wypocząć, a czego raczej w tym okresie nie chcę robić. Sporządzenie takiej „listy wakacyjnej" nie jest trudne, a może być bardzo przydatne. Spędzając urlop w domu, nie musimy się stresować pakowaniem i wyjazdem. Często zamiast po prostu odpoczywać, traktujemy ten czas jako okazję do roboty: przeprowadzenia remontu, generalnego sprzątania, załatwiania zaległych spraw. Uważam, że powinniśmy jednak, nawet fizycznie pozostając w domu w pewnym sensie „wyjechać", to znaczy oderwać się od codziennej krzątaniny. Nasz umysł i ciało są połączone, więc aby uspokoić swój wciąż szukający zajęcia umysł, warto zacząć od ciała. Co przyjemnego mogę zrobić dla swojego ciała, żeby się uspokoiło? Takie proste rzeczy, jak spacer po parku, złapanie odrobiny słońca, długa, relaksująca kąpiel, pomogą nam się wyciszyć. Warto zwolnić tempo, czyli celebrować codzienne czynności, np. jedzenie śniadania czy picie porannej kawy. Kluczem jest przyjemność, rozsmakowanie się w tych czynnościach, powolność, świadomość.

Na co dzień wielu z nas nie wysypia się należycie. Warto zafundować sobie codzienne 8 godzin zdrowego snu. Rano dobrze jest zacząć dzień aktywnie – od spaceru, gimnastyki, czy krótkiego biegu, jeśli na to zdrowie pozwala. W lecie jest dużo świeżych warzyw i owoców, możemy wykorzystywać je na tysiąc różnych sposobów – wyciskać soki, robić koktajle, lody, sałatki. Warto na tym domowym urlopie przetestować różne przepisy.

W wakacje w mieście warto wybrać się na spacer po swojej okolicy. Często jest tak, że lepiej znamy miasta, w których byliśmy kilka dni, niż swoje własne. Jesteśmy tak bardzo przyzwyczajeni do mijanych codziennie budynków, że przestajemy zauważać ich piękno. Warto w czasie urlopu spróbować popatrzeć na swoje miasto oczami turysty. Możemy pobawić się w odkrywanie nieznanych nam dotychczas zakątków, albo zobaczyć co zmieniło się w miejscach, które jak nam się wydaje, dobrze znamy. Ponieważ dzisiaj prawie każdy ma aparat fotograficzny w telefonie, możemy porobić sobie na pamiątkę zdjęcia i przy okazji odkryć w sobie artystę. W wielu miastach w okresie wakacyjnym dużo ciekawego się dzieje, np. koncerty, filmy na świeżym powietrzu, dni otwarte w muzeach, darmowe zajęcia sportowe, warsztaty w bibliotekach czy domach kultury i wiele innych ciekawych propozycji kulturalnych. Nawet, jeśli nie mamy pieniędzy, jest w czym wybierać, wystarczy tylko chcieć!

Na pewno w naszej okolicy są jakieś miejsca, warto odwiedzić ze względu na piękno przyrody. Możemy wybrać się na wieś, podziwiać piękno natury, pooglądać zwierzęta, być może pozbierać jagody, maliny czy grzyby. Możemy zrobić sobie piknik na łące. Jeśli lubimy jazdę na rowerze, możemy na taką wycieczkę wybrać się na dwóch kółkach. W wiejskich okolicach często są stadniny, więc odważni mogą też spróbować pojeździć konno. A może lubimy wodę, pływanie czy opalanie? Na pewno gdzieś w pobliżu jest jakieś kąpielisko, rzeka, zalew czy plaża, a choćby nawet basen.

W codziennym zabieganiu często sferą, którą zaniedbujemy, są przyjaźnie. Pora to naprawić! Warto odezwać się do dawno niewidzianych osób, spotkać się razem, wybrać na spacer, wycieczkę do lasu czy nad rzekę, albo po prostu posiedzieć w domowym zaciszu. Możemy umówić się na małą domową degustację – każdy przyniesie jakąś potrawę albo wypiek, posiedzimy przy jedzeniu i kawie na balkonie albo podwórku. Będzie czas na nadrobienie zaległości w rozmowach, poplotkowanie, pośmianie się razem, a gdy już nasycimy się rozmową, możemy razem choćby pograć w gry planszowe, urządzić sobie maraton filmowy. A wieczorem możemy dać oczom odpocząć patrząc razem w gwiazdy.

Dni wolne to dobry czas na eksperymenty, warto odkrywać nowe książki, płyty czy filmy. Możemy podpytać rodzinę czy znajomych o to, co obecnie czytają czy czego słuchają. Oczywiście zamiast próbować nowych rzeczy, możemy też wrócić do sprawdzonych ulubionych lektur czy filmów, na co na co dzień nie mamy czasu.

Oprócz spędzania czasu z ważnymi dla nas osobami i obcowania z kulturą, warto po prostu spędzić trochę czasu ze sobą, odnaleźć ciszę i siebie w tej ciszy.

To tylko niektóre propozycje, które przyszły mi do głowy, na pewno każdy z czytelników będzie miał swoje pomysły. Na pewno warto robić wszystko powoli, na luzie i bez ciśnienia. Łapmy chwile i odpoczywajmy!

Źródła: mamalife.pl, simplife.pl, zwierciadlo.pl

Mistrzowie drzeworytu w Muzeum Manggha

Lesław Wąsowicz

Celem kolejnego wyjścia naszej grupy „kulturalnej" była wystawa w muzeum Manggha, zorganizowana z okazji stulecia nawiązania oficjalnych relacji dyplomatycznych pomiędzy Polską i Japonią. Równocześnie Muzeum Manggha świętowało 25-lecie swojego istnienia. Tematem wystawy jest japoński drzeworyt, jest to pierwsza w Polsce prezentacja najwyższej klasy arcydzieł tamtejszych mistrzów: Utamaro, Sharaku, Hokusai, Hiroshige, Kuniyoshi. Wybrano osiemdziesiąt rycin mistrzów drzeworytu ukijo-e. Słowo to oznacza „obrazy przepływającego świata", ten nurt w malarstwie i drzeworycie japońskim był przezwyciężeniem wcześniej dominującego w sztuce japońskiej pesymizmu i wyrażał postawę radości życia, hedonistycznej afirmacji ulotnego i przemijającego świata. Po raz pierwszy w historii Japonii, sztuka nie była elitarna, lecz odpowiadała na zainteresowania i preferencje ogółu społeczeństwa. Wśród tematów dominują wizerunki pięknych kobiet, kurtyzan, aktorów teatralnych, zjawisk przyrody i romantycznych widoków, a przedstawiane są w sposób bardzo ekspresyjny, czasem groteskowy. Niezwykła wizja Japonii wyłania się z tych drzeworytów niejako w odbiciu, lustrze czasu, a ich naturalizm i zarazem nastrojowość w brawurowy sposób sprawiają, że widz staje się zarazem uczestnikiem przedstawionego świata.

Bardzo podobało mi się, w jaki sposób wyeksponowano w Mandze te dzieła – były one umieszczone w pięknym ciągu, oświetlone w sposób, który podkreślał ich magię i nastrój, wydobywał z nich, a właściwie z nas, widzów, jeszcze więcej emocji. Na niektórych dziełach kobiety przedstawiane były solo, na innych występowały w parach. Najbardziej zapadła mi w pamięć kobieta, która stała z ręką podniesioną, w pięknym kimonie, w haftowanej chuście na głowie – drzeworyt ten był tak pomalowany, że sprawiał wrażenie, jakby był to haft wykonany złotą nitką. Inne drzeworyty przedstawiały liryczne krajobrazy lub też fantastyczno-baśniowe postaci zbrojnych mężów. Polecam wybrać się na tą wystawę każdemu, zarówno miłośnikom sztuki drzeworytu lub kultury japońskiej, jak też osobom będącym po prostu miłośnikami pięknych kobiet lub piękna przyrody.

Źródła: manggha.pl, wikipedia

Myśli

Perła

Świętość jest owocem doskonałości Osoby.

Świętość jest dla wybranych Wszystkich Świętych przed założeniem świata.

Prawdziwy Święty jest geniuszem.

Rzeczywisty geniusz jest święty.

Prawdziwy Święty jest wniebowzięty.

Rzeczywistość Święta jest wniebowzięta.

Czekania na zadania.

Miłość jest największą szkołą życia.

Życie jest największą szkołą istnienia.

Wiele darów przyrody zaspokaja ludzkie głody.

Słowo Boga nigdy nie przemija.

Prawdziwy prawy człowiek jest moralny, religijny, duchowy, mistyczny, transcendentny i nadprzyrodzony.

Dobro ma największą wartość w miłości, miłosierdziu i dobroci Boga i bliźniego.

Warto się nawrócić, żeby na wieki się nie zasmucić.

rys. Anna Kwiatkowska

Błogosławiony jest sławiony.

Życie jest najbardziej fundamentalnym dobrem istnienia.

W tłumie coś rozumiem i umiem.

Przedwieczny jest bajeczny, bezpieczny, wieczny, konieczny, ostateczny, stateczny.

Bóg jest najbardziej bezcennym Dobrem Nieba i Ziemi.

Wolę fasolę.

Historia łączy się ze współczesnością.

Dzieje są najważniejszym rodzajem historii.

Niech żywi nie tracą Nadziei, niech żywi nie tracą Ducha.

Przez miłość do życia.

Cieszmy się z własnych radości i szczęścia.

Marna polityka szybko znika.

Prawdziwy zawód jest powołaniem.

Różne są talenty mężczyzny i kobiety.

Talenty wzbogacają tożsamość istot żywych.

Talent jest najważniejszą iskrą Boską.

Różne fortyfikacje mają różną rację.

Nagrodę masz na wygodę. Nagroda to wielka wygoda.

Kochanie, zmień przesłanie.

Rachunki za trunki.

Który jest ponury?

Różne są ilości miłości.

Życie jest największą miłością i mądrością istnienia.

Cały wszechświat ma niezwykłą rzeczywistość.

Pan Bóg jest nieskończenie doskonałym i świętym Mistrzem miłości i mądrości.

Seks bez uczuć jest śmiercią miłości.

Nic co dobre nie jest nam obce.

Taka racja, jaka stacja.

Maleńka, niczego się nie lękaj.

Beatlesi mieli najwięcej przebojowych piosenek w historii sztuki.

Takie racje, jakie korporacje.

Co powiesz, jak się dowiesz?

Co wiecie w powiecie?

Niejeden woli powoli.

Słońce jest pełne radości.

Miłość jest pełna radości życia.

Miłość jest nieskończoną historią życia.

Miłość jest najcudowniejszym dziełem mądrości Bożej.

Życie jest niekończącą się historią istnienia.

Jadwiga jest wielką świętą Panią Piastów.

Poezja jest najbardziej wzruszającym rodzajem sztuki.

Wiara ocala. Wiara czyni cuda. Miłość czyni przecuda.

Duch Boski jest Przeboski. Matka Boska to wielka święta troska. Duch Boski jest pełen troski.

Tak Pan, podobnie jak Jego Aniołowie, wiecznie będą cieszyć się owocami zbawienia.

Ty, Matko Boża, jesteś, jak świetlana droga.

Takie gazetki, jakie kobietki.

Niebo jest przedziwne. Bóg jest arcyprzedziwny.

Chyba zwierzęta i rośliny raju były wszechmogące.

Poezja jest największym rodzajem sztuki.

Poezja jest największą mistyczną duszą literatury.

We dwoje zdobędziemy podwoje.

Na pocieszenie macie zbawienie.

W Warszawie dopiero coś sobie sprawię.

Miłość żarliwa jest szczęśliwa.

Chciwość jest narzędziem bałwochwalca.

Spotkanie z Bogiem rodzi kulturę.

Modlitwa jest mocą miłości.

Świętość jest najdoskonalszą miarą życia chrześcijańskiego.

Jak kto może o tej porze? Co kto może o tej porze?

Wiara Maryi jest wypełnieniem Wiary Kościoła.

Twórczość jest w miłości.

Różne są zadania sprzątania.

Miłość powraca, kiedy przebaczasz.

Czy powołanie jest przeznaczeniem?

Kochaj bez granic, kochaj za nic.

Wiele mamy od taty i mamy. Klimaty mamy i taty.

Salony, smartfony, telefony nie tylko męża i żony.

Bóg jest ponad wszelką zwierzchnością i władzą.

Nauczmy się dla innych żyć.

Łąka rozwesela pośród ziela.

Widzisz sam, że nie jesteś sam. Człowiek nie jest sam.

Jak nie będzie nuda, to może się uda czynić cuda.

W sercu Kościoła jest Ewangelia.

Liderzy powinni żyć jak należy. Niech liderzy żyją jak należy.

Rozum kształtuje naturę człowieka.

Każdy człowiek jest adresatem tajemnicy wcielenia.

Triki w takt muzyki.

Nie tylko Krynica zachwyca.

Jaka mama i tata, taka herbata. Alkomaty dla mamy i taty.

Dobro jest metafizycznym warunkiem piękna.

Modlitwa i robota to cnota.

Życie jest największym fundamentem istnienia.

Poezja jest najwyższym rodzajem sztuki.

Życie jest najbardziej szlachetnym żywiołem istnienia.

Roztropność jest największym rozsądkiem.

Brygady mają swoje zasady.

Kto wierzy, że są dobrzy trenerzy?

Największe są naczelne zasady religijne, moralne i duchowe.

Wolę przedszkole.

Kto dobrze rządzi, nie błądzi.

Pokusy, morusy, krokusy, kaktusy, globusy.

Podstawowym podmiotem pracy jest człowiek.

Uosobieniem doskonałej niewiasty jest rola matki ogniska domowego.

Strojem niewiasty jest siła i godność.

Dla dobrej sprawy napijmy się kawy.

Informacje mają swoje racje.

Wszystko dla miłości gości.

Nie tylko batony dla męża i żony.

To może Ci się zdarzy, o czym marzysz.

Nikogo nie można porównać z Bogiem.

Dobrej kawuni napijesz się u tatusia i mamuni.

Przeszłość jest historią.

Perła

Miłość Ojczyzny

Patriotyzm jest największą i najgłębszą prawdą miłości Ojczyzny.

Patriotyzm jest najpiękniejszym i najlepszym dobrem miłości Ojczyzny.

Patriotyzm jest największym i najdoskonalszym pięknem miłości Ojczyzny.

Patriotyzm jest mocą miłości Ojczyzny.

Patriotyzm jest najgłębszą miarą miłości Ojczyzny.

Patriotyzm jest wielką świętą sztuką miłości Ojczyzny.

Patriotyzm jest wyższym uczuciem miłości Ojczyzny.

Patriotyzm jest świętą miłością kochanej Ojczyzny.

Patriotyzm jest poświęceniem i oddaniem Ojczyźnie.

Patriotyzm jest modlitwą i pracą dla dobra Ojczyzny.

Patriotyzm jest między innymi przeciwieństwem megalomanii.

Patriotyzm jest mistyczną duszą miłości Ojczyzny.

Patriotyzm jest wzniosłym romantycznym uczuciem miłości Ojczyzny.

Patriotyzm jest świętą troską o dobro wspólne Państwa, Kraju, Ojczyzny, Narodu i Kościoła.

Patriotyzm jest zachowaniem i pielęgnowaniem świętej tradycji miłości przodków Państwa.

Patriotyzm jest świętą pamięcią i wspomnieniem o Kraju.

Patriotyzm jest umiłowaniem umiłowanej Ojczyzny.

Jest patriotyzm lokalny i narodowy.

Różne są rodzaje tej miłości.

Sztuką jest być patriotą całe życie.

Piotr Bal

Patriotyzm jest dziełem miłości Ojczyzny.

Patriotyzm jest cudem miłości.

Patriotyzm jest doskonałą świętą sztuką miłości Ojczyzny.

Patriotyzm jest spełnionym marzeniem o miłości i wprowadzonym w życie Ojczyzny.

On jest głęboką radością miłości.

Patriotyzm jest świętym skarbem miłości.

On jest największym darem miłości Ojczyzny.

Patriotyzm jest najgłębszą istotą miłości Ojczyzny.

Patriotyzm jest największym ojcem miłości Ojczyzny.

Patriotyzm jest najroztropniejszą mądrością miłości Ojczyzny.

Patrioci żyją miłością ojczyzny.

Patriotyzm jest największą miłością miłości Ojczyzny.

On jest największą głębią miłości Ojczyzny.

Patriotyzm jest najgłębszym sensem miłości Ojczyzny.

Patriotyzm jest najpiękniejszym celem miłości Ojczyzny.

Ojczyzna jest ojcowizną przodków.

Ojczyzna jest największym prawem i obowiązkiem Narodu.

Ojczyzna jest bogata Bogiem i Chlebem.

Ojczyzna jest zbiorowym obowiązkiem.

Patriotyzm jest poświęceniem i ofiarowaniem wszystkiego Ojczyźnie.

Patriotyzm jest miłością państwa, kraju, ojczyzny, narodu i kościoła.

Ojczyzna jest jedna, jedyna.

Patriotyzm jest wzorem tego rodzaju miłości.

Miłości Kochanej Ojczyzny, czują cię tylko umysły poczciwe.

Patrioci żyją Miłością Ojczyzny.

Patriotyzm ma swoje dzieje w Miłości Ojczyzny.

Patriota miłuje Państwo, Ojczyznę, Kraj, Naród i Kościół.

Przeszłość wielka wzniosła to Ojczyzna Twa.

Przeżyć bogactwo to Ojczyzna Twa.

Ojczyzna jest prawem i obowiązkiem Narodu.

Ojczyzna jest najlepszym domem rodzinnym świętego Narodu.

Ojczyznę miej w sercu.

Ojczyzna jest w głębi duszy.

Kraków – moje miasto (cz. 39)

Ulica Zwierzyniecka, Pałac Biskupi przy ul. Franciszkańskiej

Ewa Krzeczyńska

Nasz kolejny spacer rozpoczynamy na ulicy Zwierzynieckiej, którą wiedzie trasa corocznego pochodu Lajkonika. Została ona wytyczona w 1842. Zabudowę ulicy stanowią głównie kamienice czynszowe z końca XIX wieku. W tym artykule opiszę tylko niektóre budynki. Na rogu z al. Krasińskiego mieści się Dom Handlowy Jubilat, o którym krótko wspomniałam w poprzednim numerze. Dom Handlowy został oddany do użytku w 1969 roku. Ten modernistyczny budynek od momentu otwarcia przez niemal trzy dekady był największym domem towarowym w Krakowie. Budynek o numerze 34 pochodzi z około 1892 roku i posiada piękną narożną fasadę. Pod numerem 24 istniała dawniej hala sportowa WKS Wawel, która została zburzona, a na jej miejscu powstał inny budynek, niebędący obiektem sportowym. Kamienica numer 11 pochodzi z 1912 i posiada reprezentacyjną fasadę. Dom numer 10 został zbudowany w 1873 i jako jedyny budynek przy ulicy Zwierzynieckiej nie została od tej pory przebudowany. Budynek numer 6 pochodzi z 1891 roku, do 1938 mieścił się w nim Hotel Victoria.

Filharmonia

Teraz zatrzymamy się na dłużej pod numerem 1, gdzie znajduje się Filharmonia im. Karola Szymanowskiego w Krakowie, jedna z najważniejszych i największych sal koncertowych Krakowa.

Budynek, projektu Józefa Pokutyńskiego został ukończony w roku 1931, i pełnił funkcję Domu Katolickiego. Inicjatorem jego budowy był kardynał książę Adam Sapieha. Wystrój budynku i sali koncertowej ma charakter neobarokowy w odróżnieniu od pozostałych pomieszczeń utrzymanych w stylistyce modernizmu. Budynek został zaprojektowany na wzór litery L. Fasadę budynku wieńczy kartusz z herbem krakowskiej Kurii Metropolitalnej – „Trzy Korony". Jest on własnością Kurii. Sala koncertowa Filharmonii posiada obecnie prawie 700 miejsc i jest jedną z największych sal koncertowych Krakowa, przed przebudową posiadała ponad 800 miejsc. Utrzymana w estetyce lat trzydziestych z charakterystycznymi elementami wystroju – złoconymi kolumnami i stylowymi kasetonami sufitowymi. Scena mieści ponad 200 muzyków. Głównym elementem wystroju sali koncertowej – a zarazem najokazalszym instrumentem Filharmonii – są nowe organy, wybudowane w 1996 roku, w miejsce spalonych w pożarze budynku w grudniu 1991 roku organów. Oprócz sali koncertowej Filharmonia dysponuje także dwiema salami przeznaczonymi do muzykowania kameralnego (Sala Złota, Sala Błękitna – w której 15 października 1938 roku debiutował jako poeta Karol Wojtyła).

Pierwsza zawodowa krakowska Orkiestra Symfoniczna powstała w 1909 roku pod kierownictwem Feliksa Nowowiejskiego. Koncerty odbywały się aż do wybuchu II wojny światowej. Ostatni występ miał miejsce 21 maja 1939 roku pod dyrekcją Bronisława Wolfstala. Wykonano wówczas V symfonię Ludwiga van Beethovena i Koncert skrzypcowy Emila Młynarskiego.

W okresie okupacji, na rozkaz generalnego gubernatora Hansa Franka, w lipcu 1940 roku powstała orkiestra pod nazwą Filharmonia Generalnego Gubernatorstwa. Składała się ona głównie z polskich muzyków zawodowych. Jedynym Niemcem w zespole był koncertmistrz Fritz Sonnleitner. W ówczesnych warunkach orkiestra stanowiła pewnego rodzaju oazę dla muzyków

w niej grających. Dzięki legitymacjom muzycy unikali wywózek na roboty do Niemiec i transportów do Oświęcimia. Był to zasługą Rohra, dla którego muzyka i muzycy stanowiły największą wartość. Repertuar obejmował głównie muzykę kompozytorów austriackich i niemieckich, a od roku 1942, po zniesieniu zakazu wykonywania utworów kompozytorów polskich, grano też muzykę narodową.

Po II wojnie światowej Filharmonia Krakowska rozpoczęła działalność koncertową jako pierwsza w Polsce. Pierwszy koncert orkiestry symfonicznej miał miejsce 3 lutego 1945 roku. Jako ambasador kultury polskiej za granicą, Filharmonia Krakowska zasłużyła się szczególnie wykonując dzieła Karola Szymanowskiego – swego patrona od 1962 roku i Krzysztofa Pendereckiego. W Europie i świecie Filharmonia Krakowska obecna jest od przeszło 40 lat. Jej zespoły koncertowały w ponad 30 krajach – niemal we wszystkich krajach europejskich oraz w Iranie, Japonii, Kanadzie, Korei Płd., Libanie, Turcji i USA. W Filharmonii Krakowskiej gościły najznakomitsze światowe zespoły symfoniczne. O randze instytucji świadczy także lista koncertujących w Filharmonii solistów.

Pałac Biskupi

Kierujemy się na ul. Franciszkańską, gdzie pod numerem 3 mieści się Pałac Biskupi. Pierwotnie biskupi rezydowali na Wawelu. Pierwsze wzmianki o rezydencji w tym miejscu pochodzą z końca XIV wieku. Tę średniowieczną siedzibę rozbudował kardynał Zbigniew Oleśnicki otaczając ją murem. Pałac u schyłku XVI wieku przebudował biskup Piotr Myszkowski. Największa rozbudowa wiąże się z biskupem Piotrem Gembickim, który postawił obecny pałac wykorzystując poprzednie elementy architektoniczne i mury średniowiecznej i renesansowej rezydencji. Z końcem XVII wieku biskup Jan Małachowski urządził skrzydło zachodnie od Plant. W latach 1815-16 na pierwszym piętrze pałacu od ulicy Franciszkańskiej – biskup Jan Paweł Woronicz urządził romantyczne muzeum, którego najważniejszym elementem był Gabinet Historyczny. Przechowywano w nim relikwiarz z kośćmi Bolesława Chrobrego, a ściany pokrywały historyczne obrazy pędzla Michała Stachowicza i Franciszka Smuglewicza. Wszystko doszczętnie spłonęło podczas pożaru w 1850. Uratowano obrazy Stachowicza, relikwie Chrobrego, niektóre rzeźby i meble. Pałac odbudował architekt Paweł Barański (1865-68). Dopiero za rządów kardynała Albina Dunajewskiego w latach 1881-84 pałac odrestaurował architekt Tomasz Pryliński, któremu zawdzięcza loggię w północno-wschodnim narożu dziedzińca pałacowego, fasadę kaplicy, kasetonowy strop w kaplicy. Od restauracji Prylińskiego pałac nie przeszedł większych zmian. Za rządów kardynała Jana Puzyny następcy Dunajewskiego urządzono wnętrza pałacu świetnymi obrazami mistrzów włoskich, holenderskich, flamandzkich, kopiami portretów biskupich, a także stylowymi meblami. Niestety wnętrza pałacu nie są udostępniane dla zwiedzających. Tutaj w latach 1964-78 mieszkał Karol Wojtyła. Tablica pamiątkowa na fasadzie upamiętnia pierwszą pielgrzymkę papieża do Polski i pobyt w Pałacu Biskupim w 1979.

Przez okazały portal wchodzi się na dziedziniec pałacu, gdzie wznosi się pomnik Jana Pawła II, dzieło Jole Sensi Croci, odsłonięty w 1980 roku w 60-tą rocznicę urodzin papieża. Obok na parterze XVI-wieczna loggia arkadowa prowadząca na pierwsze piętro. Na podeście znajduje się portret kardynała Zbigniewa Oleśnickiego, a na piętrze kopie portretów biskupich z franciszkańskich krużganków. Pomiędzy portalami wiodącymi do apartamentów biskupich wisi portret papieża Jana Pawła II malowany przez Zdzisława Pabisiaka. Na ścianach kartony Jana Matejki do polichromii kościoła Mariackiego. Obok kaplica, w której w 1893 roku Henryk Sienkiewicz brał ślub z Marią Wołodkiewiczówną. Warto wspomnieć o słynnym „Oknie Papieskim" przez które Jan Paweł II podczas pobytów w Krakowie prowadził nieformalne audiencje. Obecnie w odrestaurowanym „Oknie Papieskim" pojawiła się mozaika za szkła weneckiego, która przedstawia Jana Pawła II na tle krzyża. Opuszczamy Pałac Biskupi i już teraz gorąco zapraszam do następnego numeru, w którym opiszę kościół Franciszkanów.

Źródła: „Przewodnik po zabytkach i kulturze" Michał Rożek, Wikipedia

J E S I E Ń

Piotr Bal

Sylwester Chalastra

Adam Kukla

Anna Kwiatkowska

Piotr Stawowy

Józef Zamojski

Władysław Karzyński

JESIENNY OGRÓD

Jesienią złotą ogród jesienny
Otwiera podwoje wśród słońca promieni
W nim kolorowe kwiaty i drzewa
W słońcu ciepłym tegorocznej jesieni

Jesień nie musi być szara, ponura
Gdy rośnie tarnina, kalina i głóg
Jarzębina czerwona, z kolcem dzika róża
Obok na polu stoi jesiennego zboża stóg

W ogrodzie słodka jabłoń, śliwy i grusze
A między nimi dojrzałe warzywa
Bakłażany, kabaczki, cukinie
Brokuły, brukselka, por, dynia

Jesienią złotą ogród jesienny
Bogaty też w zioła różnej postaci
Tu mięta, pokrzywa, dziewanny
Tam oregano, bazylia, rozmaryn

W ogrodzie rosną astry, chryzantemy
Różowe, fioletowe i żółte
I zwieszają swe wonne gałązki
Hortensje, aronia, jałowiec

Marek Migdał

Lesław Wąsowicz

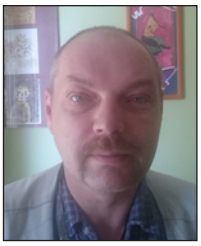
Piotr Bal

Piotr Bal

Jacek Świstek

Film

Rodzynek z lamusa „Casablanca”



Sven Hajman

Klasyczny melodramat? Chyba nie, gdyż melodramaty zwykle są „głupie”. Tutaj mamy bardzo ciekawą fabułę i intrygę miłosną, której nie będę zdradzał – obejrzyjcie sami. Ponadto doskonałe kreacje aktorskie Humphreya Bogarta i Ingrid Bergman. Z czasem okazało się, że dla obojga role w „Casablance” były rolami życia, chociaż początkowo zarówno on, jak i ona, nie chcieli za bardzo w tym filmie występować. Akcja dzieje się – zgodnie z tytułem – w Casablance, w Maroku, które było wtedy pod panowaniem francuskim i niemieckim. Tak więc, oprócz wątku melodramatycznego, można dowiedzieć się jak wyglądało życie we Francji okresu tzw. Państwa Vichy.

Czy film kończy się dobrze? Nie wiem – mamy tu trójkąt miłosny, więc ktoś musi zostać sam. Natomiast na pewno kończy się mądrze i zakończenie zawiera humanistyczny przekaz. Bardzo interesująca była dla mnie przemiana duchowa postaci drugoplanowej – szefa policji w Casablance na usługach hitlerowców i rządu Vichy…

Podsumowując: film jest bardzo dobry i mądry – to duża rzadkość w kategorii filmów melodramatycznych, zawiera doskonałe kreacje aktorskie, zadowoli również widza, który nie gustuje w melodramatach. Film wyreżyserował Michael Curtiz. Obejrzyjcie.

Film

„Polityka”

Łukasz Damian

Zapytano mnie czy lubię kino. Czy lubię kino? Lubię, nawet bardzo, bardziej nawet niż mecze, chociaż jestem kibicem Cracovii. Ostatnio co prawda zaniedbałem wiele rzeczy, od 3 lat zaniedbałem mecze, nie wiem nawet czy nadal mogę nazywać się kibicem. W kinie byłem ostatnio, chociaż bardzo to lubię, bardzo dawno – w 2010 albo 2011 roku, na filmie historycznym „Upadek”. Wcześniej widziałem 4 albo 5 razy mój ulubiony film, jakim jest „Ogniem i mieczem”, miałem ten film także na kasecie VHS.

Teraz za to byłem z grupą na filmie „Polityka” w kinie Cinema City Plaza. Od razu zdecydowałem się na wyjście, bo naprawdę lubię kino. Wcześniej raczej nic nie słyszałem o tym filmie, może widziałem jakąś reklamę w TV, ale nie wiedziałem co to będzie za film, i nigdy bym nie podejrzewał, że to będzie tak dobry film.

Staram się być na bieżąco, śledzić informacje z kraju i ze świata. Mogę powiedzieć, że ciekawi mnie

polityka i ogólnie co dzieje się w kraju i na świecie, interesuje mnie też co kto powiedział, który klub, który polityk. Temat filmu, na którym byliśmy był bardzo aktualny, bo jego premiera przypadła na czas tuż przed wyborami parlamentarnymi.

Obraz wyreżyserował Patryk Vega, a premiera odbyła się 4 września 2019.

Opowiada on generalnie o świecie polityków, rządu, co podane jest w sposób karykaturalny, w krzywym zwierciadle. Wiele sytuacji jest pokazanych w sposób komediowy, z elementami czarnego humoru, można się nawet pośmiać. Jest też jednak wiele sytuacji, które są pokazane w sposób realistyczny, nawet bardzo, i wcale śmieszne nie są. Na przykład pozornie tylko zabawne mianowanie cywila na wysokie stanowisko w wojsku. Niektóre sytuacje są tak nieprawdopodobne, że byłem przekonany, że to czysta reżyserska fikcja.

W dobry sposób świat polityki jest pokazany od kuchni, od tej strony, o której się nie mówi oficjalnie w telewizji, w mediach społecznego przekazu, a już na pewno nie w TVP. Słyszałem nawet, że to jeden

z najbardziej odważnych filmów ukazujących politykę (gdzieś to usłyszałem albo przeczytałem).

Film jest podzielony na kilka wątków tematycznych, których bohaterowie są inspirowani rzeczywistymi postaciami polskiej polityki, każdy wątek zawiera cykl zdarzeń dotyczących tej osoby, także wydarzenia w filmie inspirowane są rzeczywistością.

Wśród wielu postaci inspirowanych rzeczywistymi osobami polskiej polityki, jest oczywiście ktoś jak Prezes, jak członkowie obecnego rządu, pojawia się także ktoś jak Ojciec Dyrektor... Ksiądz biskup mógłby być na mnie trochę „krzyw" (jak mawiał Zagłoba), że podobał mi się film, bo jest w nim trochę krytyki Ojca Dyrektora. Dla jasności, nie chcę śmiać się z Kościoła, a już nigdy z Pana Boga, z sakramentów i rzeczy świętych, natomiast doceniam dobry żart i trafną krytykę błędów, jakie Kościół popełnia.

Czytałem, że reżyser, Patryk Vega stwierdził, że żeby w Polsce w 2019 roku uderzyć we władzę, wystarczy po prostu opowiedzieć odbiorcy, co robią politycy.

Źródło: dziennikbaltycki.pl

Humor numeru

Wnuczek pyta dziadka, czy umie udać sowę.
– Nie umiem.
– Dziadku, a powiedz jak było gdy poznałeś babcię:
– Uhu…
– A widzisz, że umiesz?

Krzysztof Kijowski
tekst

Wojciech Wierzbicki
rysunki

Przychodzi kobieta do apteki:
– Macie jakiś naprawdę skuteczny środek na odchudzanie?
– Tak, plastry.
– A gdzie się je przykleja?
– Na usta.

Integracyjny Turniej Piłki Nożnej 2019

Sylwester Chalastra

Lesław Wąsowicz

Jeszcze latem, bo w dniu 6 sierpnia tego roku braliśmy udział w rozgrywkach piłkarskich w ramach „Integracyjnego Turnieju Piłki Nożnej". Pogoda dopisała, było ciepło i słonecznie, nic nie mogło nam przeszkodzić w rozgrywkach, na które czekaliśmy cały rok.

Tak jak w ubiegłym roku, turniej odbył się na pobliskim boisku piłkarskim. Turniej został zorganizowany przez nasz Dom oraz Stowarzyszenie Osób Niepełnosprawnych „Wspólna Radość", współorganizatorem imprezy był Zespół Szkół nr 2 im. J. Tischnera w Krakowie, który gościł zawodników na swoim boisku. Boisko było wspaniale przygotowane – sztuczna nawierzchnia z doskonale widocznymi liniami.

W turnieju wzięło udział 6 drużyn piłkarskich z Domów Pomocy Społecznej i WTZ-ów. Każda z drużyn rozegrała po 5 spotkań, systemem każdy z każdym. Wszyscy uczestnicy turnieju przyjechali na zawody po wcześniejszych regularnych treningach, czego wynikiem był wysoki poziom umiejętności technicznych zawodników. Wszyscy też grali w profesjonalnych strojach, godnie reprezentując swe barwy. Poziom poszczególnych meczów był wyrównany, a o zwycięstwie niejednokrotnie decydowała różnica jednej bramki.

Wszyscy bawili się doskonale – zarówno zawodnicy, którzy grali z pasją i pełnym zaangażowaniem, jak i kibice, którzy nagradzali brawami piękne akcje. Największe szczęście dopisało, tak się złożyło, naszej reprezentacji – może to szczęście, a może umiejętności i wspaniała forma, która pozwoliła uzyskać tak dobre wyniki. Nasi piłkarze w ostatnim meczu turnieju, po pasjonującej grze, w końcowych sekundach zdobyli gola na wagę mistrzostwa! Ta wygrana zapewniła nam zwycięstwo w całym turnieju. Warto przypomnieć, że to już drugie z rzędu zwycięstwo naszych reprezentantów – podczas ubiegłorocznej edycji turnieju także my zdobyliśmy pierwsze miejsce. Tym sposobem zwyciężając w imprezie tegorocznej obroniliśmy zaszczytny tytuł!

W naszych zawodach w poszczególnych drużynach grały osoby niepełnosprawne wraz ze swoimi trenerami czy też opiekunami, z którymi na co dzień trenują w swoich ośrodkach. Takie zawody pozwalają nam doskonalić swoje sportowe umiejętności w bezpośrednich pojedynkach z innymi drużynami, ale także mają znaczenie integracyjne. Za udział w turnieju każda drużyna otrzymała pamiątkowe medale, puchar oraz drobne upominki. Dodatkowo na wszystkich uczestników czekał poczęstunek.

Wszyscy wracaliśmy rozpromienieni, pełni wrażeń, już czekamy na następne zawody, które odbędą się w przyszłym roku.

Chłopiec i jego wilk

Regalt

Sven Hajman

Endi i Kethang wędrowali przez cały dzień. Wybrali się do chrzestnego ojca Endiego – czarnoksiężnika Gwenolta, na jego urodzinowe przyjęcie. Przed nimi było jeszcze kilka dni drogi…

– „Trzeba znaleźć miejsce na nocleg" – powiedział w myślomowie do wilka chłopiec.

– „Koniecznie" – odparł Zielony.

Wtem z daleka zobaczyli płomień ogniska.

– „Może tam znajdziemy gościnę" – wskazał ręką Endi.

– „Może".

Gdy dotarli na miejsce, obaj bardzo się zdziwili. Ognisko płonęło, lecz nikt nie pilnował ognia. Na ruszcie było spalone mięso.

– „Dziwne" – pomyślał Endi i zaczął szukać tego, kto rozpalił ogień.

Nagle potknął się o coś i upadł. Gdy się podniósł, zobaczył leżące ciało człowieka. Sprawdził, czy ów człowiek żyje, wyniki oględzin były dla niego zaskakujące.

–„Żyje" – powiedział do wilka – „ale jest kompletnie pijany".

Podciągnął pijanego blisko ognia, by ten nie zamarzł, i zaczął przygotowywać dla wszystkich wieczerzę. Gdy jadło było gotowe, ich gospodarz się ocknął:

– Kim jesteście? – zapytał.

– Endi i Kethang. – odpowiedział Endi – Omal nie zamarzłeś – dodał.

– Zatem dziękuję za ocalenie. Choć moje życie nie jest wiele warte.

– Dlaczego tak uważasz?

– Jestem wędrownym artystą, niestety przeciętnym. Żaden ze mnie Leonardo da Vinci. Więc moja sztuka nie jest wiele warta, poza tym finansuję z niej moje pijaństwo. Żyję zupełnie bez sensu. Na imię mam Regalt.

Nagle, ku zdziwieniu całej trójki, do obozowiska podeszła sarna, utykała na jedną nogę. Endi zbadał ją i stwierdził, że noga jest złamana. Poskładał ją, ale…

– Ona potrzebuje kilku dni rekonwalescencji. Ja i wilk musimy jutro ruszyć dalej w drogę. To może ty się nią zajmiesz – zwrócił się do artysty. – Jak zrobisz dobry uczynek, to może życie nabierze dla Ciebie sensu.

– Dobrze, zaopiekuję się nią – zgodził się Regalt.

Regalt zaopiekował się sarną należycie, a następnie przestał pić i założył w okolicy szpital dla leśnych zwierząt.

rys. Sven Hajman

Sven Hajman

Rozkaz

– Należy uzmysłowić mieszkańcom Krainy Siedmiu Gór, że wybierając Baharda popełnili błąd – mówił przez telepatę cesarz Axel. – Dlatego będziesz regularnie najeżdżał miasta portowe tego kraju.

– Tak, panie – odparł książę Delgord i wsiadł na swój flagowy okręt.

W chwilę potem na czele flotylli złożonej z dwunastu okrętów wypłynął na pełne morze. Była piękna pogodna noc. Gwiazdy lśniły na niebie, księżyc w pełni uśmiechał się do niego. Wyglądało na to, że nawet niebo sprzyja korsarzom.

– Wygląda na to, że nawet niebo sprzyja tym korsarzom – referował Olaf arn Pik, sekretarz wielkiego mistrz zakonu Khaneth. – Ich okręty płyną po wodach neutralnych, więc nie możemy ich zaatakować.

– Ale kiedy wpłyną na wody Krainy Siedmiu Gór, to już nie będą na wodach neutralnych i będziemy mogli sprawić im niemiłą niespodziankę. Wyślę tam naszą siódmą flotę – odparł Wielki Mistrz Zakonu Arkard arn Wisdh.

– Być może nasze okręty zdążą przed korsarzami – zauważył Olaf.

– Być może zdążymy przed desyjczykami – powiedział do Khadira Delgord.

– Zdążymy, tak czuję – odparł Khadir. – Ale jest jeszcze coś…

– ?

– Tego Baharda chroni jakaś moc. Kolejny zamach na niego się nie udał. Gdy Fuzim usiłował go otruć, lew tej Armaniki rzucił się na Fuzima i go zagryzł. A ta czarownica sprawdziła wahadłem, że wino w rękach Fuzima było zatrute.

Wino, którym Fuzim chciał „poczęstować" Baharda – niby na zgodę – było zatrute. Ciekawe, kto za tym stoi – zastanawiała się Armanika i nagle zobaczyła jak widzący kryształ pokazuje Salazarię, a po chwili flotylle handorską płynącą w stronę Krainy Siedmiu Gór. Od razu zrozumiała wszystko.

rys. Sven Hajman

WZGÓRZA CZAROWNIC

ROZDZIAŁ 8. WZGÓRZE CZAROWNIC (CZ. 1)

Robert Kubik

Tym razem już bez przygód dotarliśmy do zamku, lądując tam, gdzie poprzednio. W niedługo byliśmy już w sypialni. Obudziłem się pierwszy, a zaraz po mnie Lya.

– OK, już po kłopocie – powiedziałem.

– Słusznie – potwierdziła – czarownik się zdematerializował.

– Znałaś go wcześniej?

– Nie.

– A zamek?

– Trudno powiedzieć gdzie jest. Nie interesuje mnie zresztą.

– Może znajdowałoby się w nim coś przydatnego?

– Oj nie sądzę. Czarownik się zdematerializował, a ogień? Też. To samo dotyczy wszystkiego cennego związanego z jego osobą.

– Tak myślisz?

– Yhm.

– I co teraz?

– Ym... Mam ochotę wybrać się na jedno ze wzgórz.

– Czarownic? Na tym, na którym byłaś?

– Tak.

– W jakich tam byłaś stosunkach?

– Początkowo gdy mnie zaprowadziła czarownica... To były początki, które nie są najlepsze. Ale stopniowo awansowałam. Z nauką szło mi całkiem dobrze. Na szczęście wśród wspólnoty czarownic nie ma zbyt wyraźnie zarysowanej hierarchii – znośne społeczeństwo.

– A z tobą jak było?

– W nauce przodowałam, ale nie zależało mi specjalnie na zaszczytach. Pozostawałam w cieniu, o ile oczywiście nie było mi źle.

– W końcu uciekłaś?

– Odeszłam, dość niepostrzeżenie. Szukałam większej niezależności.

– No i...

– I OK, znalazłam.

– A ja?

– O ty jesteś wspaniały. Cieszę się z tej znajomości, nie czuję się skrępowaną. Na zdrowych zasadach można przebywać w obojętnie jak licznym gronie.

– Słusznie.

Wreszcie zbliżał się wieczór. Nie robiliśmy nic konkretnego. Gdy było już prawie zupełnie ciemno Lya zaprowadziła mnie do lochów. I pomogłem jej wyciągnąć coś co miało nieforemny kształt i trudno było zlokalizować na razie co to było, w końcu okazało się, że jest to ponton. Lya wyciągnęła z piwnicy również dwa wiosła i pompkę, a następnie wsadziła całość do obszernej torby. Z drugiego pomieszczenia wyciągnęliśmy natomiast namiot i wszystko co było do niego potrzebne. Lya wsadziła wszystko do drugiej torby. Następnie wzięliśmy ze sobą również łuki i noże. Gdy było wszystko gotowe, zamknęliśmy wszystkie wejścia prowadzące do zamku i skierowaliśmy się do sekretnego korytarza. Lya dźwigała jedną z toreb, a ja drugą. Niebawem byliśmy już nad brzegiem. Na niebie świeciły tylko gwiazdy. Na przemian napompowaliśmy ponton, który był średnich rozmiarów i umieściliśmy pozostałe rzeczy na jego tyle. I wreszcie zsunęliśmy ponton do wody. Ja usiadłem przy sterze, a Lya z przodu – naprzeciwko mnie, ujęliśmy wiosła.

Lya w pewnym momencie wskazała przed siebie. W blasku gwiazd zobaczyłem głaz wystający z wody, teraz była tam osoba.

– Roseta? – spytałem.

– Tak, widzisz macha nam na pożegnanie.

– Istotnie.

W niedługo odpłynęliśmy jeszcze dalej od tamtego miejsca i zamku. W tym miejscu prąd rzeki był większy w swojej sile. Mogliśmy odłożyć wiosła. Pomimo jego siły nie słyszeliśmy szumu fal, płynąc w ciszy. Zajęty byłem tylko sterem. Gwiazdy odbijały się w wodzie. Po obu brzegach widoczne były drzewa.

– Lya... – szepnąłem.

– Tak?

– Kochasz mnie?

– No oczywiście – uśmiechnęła się – przecież wiesz.

– Pytam się również z troski o ciebie.

– Ach tak...

– Właśnie. Co będzie gdy w tej ciszy pociągnie cię nagle topielec za nos, prosząc byś została jego żoną w głębinach.

– No zastanowiłabym się, gorzej byłoby z rozwodem z tobą. Ale w takim razie ja ciebie też kocham – powiedziała to z zatroskaniem.

– No bo mnie może porwać jakaś rusałka. Zakręcając dokładnie w głowie.

– Oj nie, ciebie by porwała tak sobie.

– A co z tobą?

– Poradziłabym sobie mój drogi, dostałby wiosłem po swoim nosie. Roześmialiśmy się. Płynęliśmy w dalszym ciągu.

– Czy masz konkretne plany związane z wizytą tam?– spytałem wreszcie.

– Właściwie nie, no może jeśliby się dało, to przydałoby mi się kilka ksiąg dotyczących eliksirów.

– Yhm. A tak poważnie, nie boisz się tych stworów?

– No, jesteśmy dość cicho. W przypadku zbójników, zachowywali się oni głośno, następnie dali się zaskoczyć podczas snu. Zdążylibyśmy się uratować, zanim by coś się z nami mogło stać, w końcu płyniemy.

rys. Jacek Świstek

– Czy rusałki i wodniki są zagrożone przez nich?

– Niekiedy tak, ale przeważnie gustują w napadach nadwodnych.

– Wybrałaś podróż pontonem, czy wzgórza są niedaleko rzeki?

– Ten masyw tak. W jednym miejscu rzeka niemalże styka się ze wzgórzem.

– Czym zajmują się czarownice?

– Głównie polują, a żyją w namiotach i jaskiniach. Zajmują się również magią. Ogólnie mają ciekawy styl bycia.

– A mężczyźni?

– O nie, czarownice żyją bez nich. Wszelkie kontakty nie mają charakteru intymnego.

Płynęliśmy nadal. Po dłuższym czasie ujrzałem pomimo nocy, że na lewo od nas widoczne są wzgórza. Zwróciłem na to uwagę Lyi.

– Tak zbliżamy się. Za niedługo przybijemy do brzegu i udam się najpierw sama na zwiady, by sprawdzić jakie obecnie u nich panują stosunki, A ty zaczekasz w pobliżu.

W niedługo skręciliśmy do brzegu. Lya wyskoczyła na ląd i przymocowała ponton, wbijając śledzia z linką do ziemi. Odprowadziłem ją kawałek przez ciągnący się tutaj las. Teren był jeszcze równinny.

– OK, dalej już pójdę sama, mam broń, poradzę sobie.

Lya odeszła. Umówionym znakiem jej powrotu miał być głos wilka. Początkowo stałem w miejscu, a gdy już zniknęła, wróciłem z wolna powrotną drogą. Lecz widocznie nie szedłem całkiem tak samo, musiałem nieco skręcić, gdyż w pewnym momencie zatrzymałem się i wciągając kilkakrotnie powietrze nosem poczułem zapach dymu. Dlatego poszedłem w tamtym kierunku. Woń dymu stawała się coraz bardziej wyraźna.

Właściwie nie było to dla nas całkiem obojętne, być może w pobliżu znajdowało się towarzystwo podobne do spotkanego wcześniej. Istotnie miałem rację, podobieństwo do zbójów było duże, chociaż może nie byli to całkiem zbójnicy, jednakże z ich postawy mogłem wywnioskować, że są to ludzie jeszcze gorsi i kierując się w stronę skąd było czuć dym, szedłem z ostrożnością. Niedługo ujrzałem spomiędzy drzew i krzewów blask ognia. Skierowałem się w stronę gęstych zarośli i wpełznąłem w nie. Kierując się do skraju polany zobaczyłem na jej środku płonące ognisko i siedzących przy nim kilku mężczyzn, a przy pobliskim drzewie.... ktoś był przymocowany. Ujrzałem kobietę przywiązaną do drzewa. Jej opis pasowałby również do opisu Lyi. Może nie była tak piękna, ale na pewno niezwykle urocza. Prowadzono następującą rozmowę:

– To mówisz Jim, że schwytaliście ją gdy wpatrywała się w was z brzegu polany?

– Tak, to na pewno jedna z tych wiedźm, które zamieszkują pobliskie wzgórze, przeklęta hołota. Gdyby to ode mnie zależało wytępiłbym je.

– Nie było mnie wtedy tutaj z wami, ale nie wiem czy postąpiłbym tak na twoim miejscu.

– Chcesz mnie pouczać – sprawiał wrażenie głównodowodzącego.

– Wcale nie, ale skoro się tylko przypatrywała... Żeby nie zeszła się ich cała sfora.

– A już myślałem, że się w niej zakochałeś. Teraz wychodzi na to, że jesteś tchórz, co mi te wiedźmy zrobią? Załatwię się z nimi krótko.

– Nie byłbym tak pewien.

– A jednak, te ich praktyki, o ile to całkowita prawda, to kwestie związane z jakimiś ceremoniami, zanim taka czarownica zdołałaby mi coś zrobić, załatwiłbym się z nią tak jak ze zwykłą babą. Czy widzisz by nam coś zrobiła? Natomiast gdybym zaniechał ostrożności polegającej na tym, że ją schwytaliśmy, właśnie wtedy

można by się słusznie obawiać, że nie dośpimy do rana.

– Skoro nie czaiła się zanadto, może nie miała wrogich zamiarów.

– Znowu Jon bredzisz, co mnie to obchodzi. Przybyłem w te okolice po to, by szukać złota. A teraz skoro naocznie się dowiedziałem, że go tu nie ma, to niech mam przynajmniej satysfakcję z tego co tu widzisz, to wszystko miała przy sobie. Wskazał na błyszczące kosztowności.

– Hm, może jest tego tutaj więcej.

– Nie sądzę, te wiedźmy może mają tego trochę, bo potrzebne im to do tych swoich praktyk. Więc napad na nie, bądź odwiedziny byłyby bezsensem, podczas którego byśmy się zbędnie narazili.

– Zależy wam na kosztownościach panowie – odezwała się dotąd milcząca czarownica.

Mogę wam wskazać miejsca gdzie jest dużo złota. My czarownice znamy takie rejony.

– Milcz wiedźmo – odezwał się przywódca – liczysz na ucieczkę? To ci się nie uda. Chcesz nas pewno zwieść, nie wierzę w żadne wasze złoto. Jesteście biedną hołotą, tylko te wasze czary doprowadzają do opętania i zatracenia wielu. Mnie na to nie weźmiesz.

– Wcale tak nie jest jak mówisz. Każdy ma prawo do swojej osobowości. A nasza szkodliwość jest tylko wtedy, gdy jesteśmy zmuszone do obrony. Żądam od was tylko wolności za przyrzeczoną przysługę.

– Tak... To dlaczego czarownice nie mieszkają w zamkach, pełnych bogactwa, skoro jesteś taka hojna.

– Nie każdy odczuwa potrzebę tego.

– Dobra, nie udadzą ci się żadne sztuczki, tak jak dotychczas ci się nie udawały. Wolność dana tobie wiedźmo równałaby się z samobójstwem. Załatwiłabyś nas przy pierwszej lepszej okazji, na ten swój piekielny, niespodziewany sposób.

– Rozwiąż mi pęta, a pokażę ci te sposoby, nie tak zdradzieckie jak twoje. Pożałujecie tego, a i tak się może uwolnię.

– No skoro to powiedziałaś, to tym bardziej utwierdzam się w swoim zdaniu. Zginiesz przed świtem i będą uważać cię za zaginioną.

– Mylisz się, możesz spodziewać się, wtedy najgorszego wyroku.

– Wyroku? – zaśmiał się – czarownice i wyroki?

– Tak.

– No dobrze, w takim razie zginiesz tak jak to robią w naszych stronach z podobnym plugastwem, a mianowicie na stosie.

Widziałem, że czarownica się rozgniewała, dałaby mu pewno odpowiedź co sądzi o nim i ludziach żyjących w jego stronach. Mój pogląd już był sprecyzowany, hołota należała do nędznej bandy, którą również można było spotkać w moim świecie. Postanowiłem jej pomóc przed tym towarzystwem składającym się z pięciu osób. Jednakże ona nie spodziewała się widocznie tego, a nie posiadając mocy dostatecznie wielkiej, by wyzwolić się będąc w aktualnej sytuacji – pohamowała swój gniew szukając wybiegu.

– Źle mnie zrozumieliście – powiedziała – nie mam zamiaru was wlec ze sobą tak długo aby was stracić, chociaż bym tego nie zrobiła. Mogę wam wskazać miejsce, które znajduje się całkiem blisko i możecie tam trafić bez trudu, nie uwalniając mnie nawet. O ile przyrzekniecie, że mnie uwolnicie – przynajmniej o tyle zluzujecie więzy, abym mogła się wkrótce uwolnić.

– Dobrze – zgodził się ochoczo drab – co to za miejsce?

Przekonacie się, że mówiąc prawdę, nie mam wobec was złych zamiarów. Czy mnie wtedy uwolnicie?

– Naturalnie! – A zatem?

– Gdy mnie obszukiwaliście, nie zwróciliście uwagi na moje ubranie, w każdej jego części mam zaszyty złoty piasek.

– O, to zapowiada się ciekawie. [c.d.n.]

Złote Myśli

Listopad.. liść opadł.
Na żółto drzewa maluje czas.
Gdy w listopadzie liść późno opada, siną zimę zapowiada.
Nie tylko tej jesieni natura się odmieni.
Miłości naszej nic nie zmieni, aż przyjdą słotne dni.
Dziś tylko liście zdobią pusty las, na żółto drzewa maluje czas.

Perła

J E S I E Ń

Piotr Bal

Krzysztof Kijowski

Piotr Stawowy

Krzysztof Kijowski

Józef Zamojski

Piotr Stawowy

Piotr Bal

Władysław Karzyński

Piotr Bal

Jacek Świstek

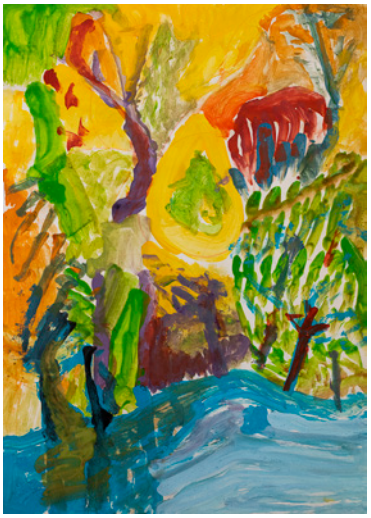
JESIENNY CZAS

Gdy teraz nastaje jesienny ten czas
Czas grzybobrania i barwnych liści
Gdy po grzyby, borówki, maliny idziemy w las
Zbierać ostrężyny w lesie będziemy z kiści

Ten czas jesienny widoczny barwami będzie
Liści żółtych, burych, rudych oraz czerwonych
I liście opadały nadal będą rdzawe wszędzie
Te liście złociste, brązowe i w barwach zielonych

Wszędzie na drogach, w parkach, na chodnikach
Te rude, złociste, żółte, ognistopurpurowe
Liście są deptane przez ludzi w butach, trzewikach
Szeleszczą pod butami suche liście pomarańczowe

A wiatr jesienny wkoło wszędzie je rozwiewa
Z szumem ten wiatr je w dal wszędzie niesie
I jesienna jemiołuszka, czubatka, gil śpiewa
I ten ptaków chór jesienny rozbrzmiewa w lesie.



Kazimierz Fudali

Marek Migdał

Piotr Stawowy

Strony Rady Mieszkańców

Informujemy, że w dniu 30 września tego roku, po wygaśnięciu dwuletniej kadencji dotychczasowej Rady Mieszkańców, odbyły się wybory do nowej Rady. Do 20 września była możliwość zgłaszania kandydatów. Wybory były tajne, w głosowaniu mógł wziąć udział każdy mieszkaniec Domu. Głosowanie przeprowadzono najpierw w kawiarni, a następnie w poszczególnych budynkach. Do Rady Mieszkańców zostały wybrane osoby, które cieszą się zaufaniem i przez kolejne dwa lata będą przedstawicielami społeczności, a są to: Bożena Florek, Barbara Jaworska, Krzysztof Kijowski, Anna Kwiatkowska, Marian Skoczylas, Lesław Wąsowicz, Wojciech Wierzbicki. Pierwsze zebranie nowej Rady odbyło się 11 października b.r.

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

Przypominamy, że członkowie Rady działają na równych zasadach, mają równe prawa i obowiązki, bez podziału na określone funkcje, takie jak przewodniczący, zastępca, sekretarz itd. Decyzje podejmowane są większością głosów, dlatego liczba członków jest nieparzysta – 7 osób. Zebrania Rady odbywają się regularnie co dwa tygodnie, w piątki. Na naszych regularnych spotkaniach omawiamy bieżące sprawy dnia codziennego, problemy i sprawy zgłaszane przez mieszkańców, mówimy m.in. o remontach czy żywieniu, zgłaszamy swoje uwagi, jednocześnie chwalimy i doceniamy to, co jest dla nas robione. W ważniejszych kwestiach kontaktujemy się z Kierownikiem Działu Terapeutyczno-Opiekuńczego, się raz na kwartał spotykamy z Kierownikiem Działu Żywienia.

Od lewej: Anna Kwiatkowska, Barbara Jaworska, Wojciech Wierzbicki, Lesław Wąsowicz, Bożena Florek, Marian Skoczylas, Krzysztof Kijowski

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".

Pod koniec każdego miesiąca organizowane są Zebrania Społeczności, które odbywają się w kawiarence „Grosik" w bud. 41. Gorąco zachęcamy do licznego, regularnego udziału w tych comiesięcznych zebraniach! Mogą one być ważnym elementem w życiu naszego Domu, to od naszego zaangażowania zależy jak będą wyglądały – stąd nasz apel o liczniejszą frekwencję. Zebrania społeczności to nie tylko omawianie imprez i wydarzeń mijającego miesiąca oraz informacje o planach na następny miesiąc. Istotą zebrań jest możliwość rozmowy – dyskusji na bieżące tematy, zadawania pytań i zgłaszania własnych propozycji. Róbmy to otwarcie!

Każdy członek Rady jest gotowy wysłuchać uwag i propozycji współmieszkańców. Prosimy Was o kontaktowanie się z nami w różnych sprawach, w których możemy być pomocni.

Gotowa do nowych wyzwań!
Rada Mieszkańców

„W grodzie Kraka"

Na pikniku przy ul. Sołtysowskiej

5 września bawiliśmy się na naszym tradycyjnym, 24. już pikniku integracyjnym organizowanym przez nasz Dom, który w tym roku był pod hasłem „W grodzie Kraka". Relację z jesiennego pikniku, a także bogatą fotorelację zamieszczamy w numerze. Oprócz tego, bawiliśmy się też na innych zabawach i piknikach. Byliśmy na Pikniku Norymberskim w Parku Krakowskim, gdzie czekały takie atrakcje jak: joga na trawie, strefa mądrych książek i gier planszowych, potańcówka. Na pożegnanie lata zostaliśmy zaproszeni na piknik integracyjny do Ojcowa. Spotkanie rozpoczęło się uroczystą Mszą Świętą. Później miały miejsce zawody sportowe, zajęcia plastyczne oraz wspólna zabawa taneczna. Z kolei na zaproszenie Domu im. Władysława Godynia przy ul. Sołtysowskiej w Krakowie, wspólnie świętowaliśmy 70-lecie powstania Nowej Huty. Mogliśmy sprawdzić naszą wiedzę dotyczącą Nowej Huty i jej powstania, wysłuchaliśmy również koncertu gospel oraz obejrzeliśmy występ taneczny dzieci z Nowohuckiego Centrum Kultury. Pod koniec września bawiliśmy się na pikniku rodzinnym w Parku Bednarskiego, zorganizowanym przez Dom Kultury Podgórze. W naszym Domu, jak co roku, odbyło się w spotkanie na pożegnanie lata.

Pożegnanie lata

W Parku Bednarskiego

Grupa teatralna „Teatr Wyobraźni" regularnie spotyka się na próbach i reprezentuje nas podczas przeglądów teatralnych. Pod koniec października w Nowohuckim Centrum Kultury w ramach Krakowskich Spotkań Artystycznych „Gaudium" wystąpiła z przedstawieniem „Mój ogród". W najbliższym czasie aktorzy rozpoczną próby do Jasełek. Z przyjemnością oglądamy też sztuki w wykonaniu innych aktorów, wybraliśmy się na Mały Rynek,

Festiwal Teatrów Ulicznych

Na konkursie historycznym „Ogniem i mieczem" w DPS przy ul. Helclów

tam w ramach „32. Ulica. Festiwal Teatrów Ulicznych" obejrzeliśmy kilka interesujących przedstawień. W ostatnim czasie obejrzeliśmy w Teatrze Ludowym sztukę „Kolacja dla głupca", a w Teatrze Stu „Gould". Pod koniec września wzięliśmy udział w konkursie historycznym „Ogniem i mieczem" w DPS przy ul. Helclów, gdzie zaprezentowaliśmy piosenkę „Dumka na dwa serca" z filmu „Ogniem i mieczem".

W ZOO

W Pieskowej Skale

Jesienna pogoda potrafi być zaskakująca! Niezależnie od pogody często wychodzimy na spacery – do Rynku Głównego, do pięknego o tej porze, pełnego egzotycznych roślin Ogrodu Botanicznego, do krakowskiego ZOO. Byliśmy też na całodniowej wycieczce w Pieskowej Skale oraz w Muzeum Lotnictwa. W Muzeum Manggha obejrzeliśmy ciekawą wystawę „Mistrzowie ukiyo-e" (*o wystawie piszemy w środku numeru*). W październiku grupa kilkunastu osób wyjechała na kilkudniową wycieczkę do Zakopanego (*wyjazd opisujemy w numerze*).

W każdy ostatni czwartek miesiąca w kawiarence „Grosik" odbywają się spotkania muzyczne w ramach cyklu

Spotkanie z muzyką biesiadną

„Moja muzyka". W lipcu słuchaliśmy muzyki biesiadnej, miesiąc później wystąpił Ryszard Styła – gitarzysta jazzowy, muzyk sesyjny, lider formacji Spectrum Session. Ostatnie spotkanie poświęcone zostało twórczości jednego z największych polskich zespołów artystycznych odwołujących się do tradycji polskiej muzyki i tańca ludowego, czyli Zespołu Pieśni i Tańca „Mazowsze". Pod koniec października byliśmy z kolei na Festiwalu Piosenki Filmowej i Serialowej, na który zostaliśmy zaproszeni przez DPS przy Łanowej 39.

Ryszard Styła, gitarzysta jazzowy

Festiwal Piosenki Filmowej

W ramach terapii zajęciowej rozwijamy naszą twórczość i różnorodne zdolności. Przez całe lato uczestniczyliśmy w warsztatach letnich, podczas których powstało wiele pięknych prac. Na zaproszenie DPS przy ul. Praskiej braliśmy udział w warsztatach malowania obrusów, a także w konkursie na jesienny bukiet, a także w II edycji „Turnieju neuronów", w którym cztery drużyny walczyły o Złotą Sowę, czyli symbol mądrości, rywalizując ze sobą w czterech kategoriach: słowotwórstwie, fluencji słownej, antonimach oraz tangramie. Ostatnio uczestniczyliśmy w warsztatach fotograficznych z portretu, które odbyły się w Muzeum Fotografii przy ul. Królowej Jadwigi.

Warsztaty letnie

Malowanie obrusów

W sierpniu po raz kolejny odbył się Integracyjny Turniej Piłki Nożnej organizowany przez nasz Dom. W zawodach wzięły udział drużyny z 6 Domów Pomocy Społecznej, pierwsze miejsce zajęła nasza reprezentacja, broniąc tytuł zdobyty w poprzednim roku, gratulujemy! (*o turnieju piszemy w środku numeru*). Także w sierpniu, na zaproszenie Domu przy ul. Praskiej, uczestniczyliśmy w III Olimpiadzie Sportowej. W wiele wydarzeń sportowych obfitował wrzesień: wzięliśmy udział w 8. edycji Olimpiady Ogrodowej w DPS przy ul. Kluzeka, w XVI „Dniu Sportu i Zabawy" im. Tadeusza Giżyckiego w DPS im. św. Brata Alberta Izdebniku, w XVII Olimpiadzie Sportowej w DPS przy ul. Krakowskiej. Nadal regularnie na terenie naszego Domu, a także na zaproszenie innych Domów, rozgrywamy turnieje gry w remika.

Integracyjny Turniej Piłki Nożnej

W lipcu zostaliśmy zaproszeni na „Odpust Świętej Anny" w Domu im. L.A. Helclów. Wydarzenie rozpoczęła uroczysta msza św. w kaplicy, następnie odbyła się loteria fantowa, a później zabawa ogrodowa. Na zakończenie oktawy Uroczystości Podwyższenia Krzyża Świętego uczestniczyliśmy w pielgrzymce do Sanktuarium Pana Jezusa Ukrzyżowanego w Krakowie-Mogile. Przed mszą św., której przewodniczył ks. bp Janusz Mastalski odbyła się Droga Krzyżowa na Placu św. Jana Pawła II. Myśląc o zbliżającym się Dniu Wszystkich Świętych, wyjeżdżamy na cmentarze porządkować groby naszych zmarłych mieszkańców i zapalić symboliczną lampkę ku Ich pamięci.

Listopad

Dokąd odchodzą – skąd przybywają
Kiedy się rodzą
Nowi na zawsze
Czemu na koniec zabierają ze sobą ból o nich
I naszą troskę o nich
Ludzie najbliżsi, ludzie obok
I wszyscy na ziemi naszej i w galaktyce
Dokąd winduje ich świdrująca nas
Cisza po nich
W uszach, umyśle i sercu
Dokąd zabiera nam czas
Bezlitośnie ich żywy obraz
Pozostający już tylko na zdjęciu
Jako wspomnienie
Bóg, który słucha naszych próśb
Ma własną myśl i logikę
Naszą moralną etykę dzieli na czworo jak włos
W swej teologicznej ideologii
Grobów i chowania do nich prochów lub ciał
Osób tak nam drogich
By w Dzień Zaduszny, Święto Zmarłych
Ich szczątki fizycznie odwiedzić
Dusze ich natomiast są z nami
Pomimo ich niewidoczności
Pomimo naszych o nich załamań
I naszego buntu przeciwko ziemskim i Bożym
Obrotom sprawy
Myśląc już tylko o tym, jak wytrzymać
Rozłąkę z nimi
Ale przecież nie na zawsze
Wierzę, że czas naprawi wszystko
Tak jak leczy rany i żałobne depresje
Dlatego w te dni uroczyste znicz
Kolorowy lub biały zapalmy
Przynieśmy kwiaty pachnące
I modlitwę za zmarłych odmówmy
Mimo łez ciesząc się, że tam, dokąd odeszli
Jest odrodzenie i wiekuiste szczęście

Anna Kwiatkowska

***

Ziemia przybrudzona
Mchem złocistym kolorowym
Z szyszkami, barwnym liściem
Co bez tła jest
Jak księżyc bez oktawy
Jak dzień bez poranka
Jak park jesienny bez ławek
Wdycham, ziemio, twój zapach ochry
Czarnoziemu i piaszczysty
I wiem dokąd przyjdę
I wrócę dokąd
- z powrotem do ciebie

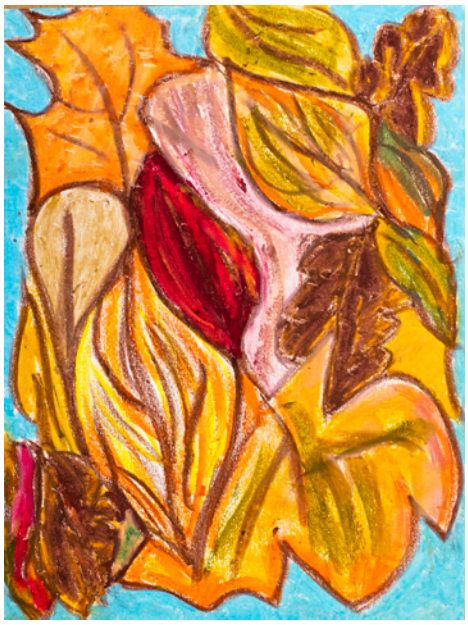
Anna Kwiatkowska

Ja i ziemia

Kiedy się zespolę
Z świętą ziemią moją,
Boleści ustaną,
Rany się zagoją.
Ścichnie krzyk wewnętrzny,
Ścichną niepokoje,
Kiedy się zespoli
Z ziemią serce moje.

Bośmy z jednej gliny,
Z jednego korzenia,
Choć ona wielkością,
a ja bez imienia.
Przytuli mnie miła
Przygarnie serdecznie,
Będzie mi tak dobrze,
Cicho i bezpiecznie.

Stanisław Skoczek



rysunki Anna Kwiatkowska

Pożegnania

W minionym kwartale odeszli od nas nasi koledzy:

Andrzej Biesiadowski – wieloletni mieszkaniec bud. 43E, towarzyski, wesoły, miły dla innych, bardzo lubił śpiew i taniec.

Marian Cichy – mieszkaniec bud. 43D, nie dane nam było dobrze Go poznać – ten spokojny, kulturalny i naprawdę cichy pan odszedł od nas po zaledwie kilku tygodniach.

Paweł Dudra – od wielu lat mieszkał w naszym Domu (bud. 43E), otoczony troskliwą opieką przez personel i kochającą, zawsze przy Nim obecną, Mamę.

Krzysztof Kopijka – mieszkaniec bud. 43E, zawsze bardzo spokojny, uśmiechnięty, cierpliwy, z poczuciem humoru, dzielnie znosił swą chorobę.

Marek Leiss – mieszkaniec bud. 41A, odszedł od nas nagle, niedawno. Bardzo wrażliwy, zainteresowany losem innych, o wielkiej wiedzy, kolekcjoner, fotograf, podróżnik i nasz redakcyjny kolega, na łamach „Impulsu" zamieszczał artykuły podróżnicze i recenzje filmowe. Będzie nam brakowało jego żartów, trafnych spostrzeżeń i pogody ducha.

Janusz Owcarz – mieszkaniec bud. 41, odszedł niespodziewanie. Zostanie zapamiętany jako osoba otwarta, chętnie dzieląca się swoim doświadczeniem życiowym i wiedzą z innymi, ceniąca niezależność i samodzielność.

Zbigniew Poprawa – mieszkał w bud. 41B, pasjonat skoków narciarskich, uwielbiał celebrować święta, był bardzo związany z rodziną. Lubił spędzać czas oglądając ulubione programy telewizyjne.

Stanisław Skoczek – mieszkaniec bud. 43D, odszedł od nas w październiku. Także nasz redakcyjny kolega, na łamach „Impulsu" publikował swe piękne wiersze. Inteligentny i dowcipny rozmówca, niezrównany gracz w karty, płodny poeta.

Małgorzata Szlęk – przez wiele lat mieszkała w naszym Domu (bud. 43E), odeszła od nas ostatnio, niespodziewanie, po krótkiej chorobie; będzie nam brakowało jej żarliwej modlitwy, opiekuńczości wobec słabszych i romantycznej duszy.

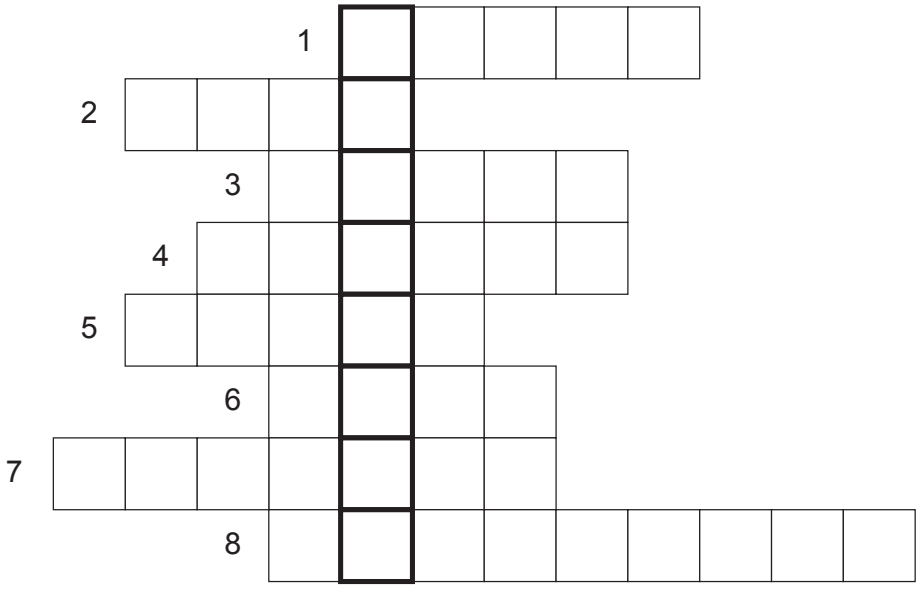
Zdzisław Wyżga – mieszkaniec bud. 41B, towarzyski, wielbiciel kobiet i muzyki. Z przyjemnością uczestniczył w spotkaniach okolicznościowych, chętnie grał w tenisa stołowego.

Polecamy ich modlitwie. Pozostaną w naszej pamięci…

Krzyżówka na jesień

Objaśnienie haseł:

1) Popularny grzyb, but lub hardy charakter
2) Jak mleko, jesienią często o świcie
3) Kolorowe jesienne kwiaty ogrodowe
4) Fioletowe na łąkach
5) Szaro, deszczowo, mokro
6) Idealny na jesienne spacery
7) Święto Plonów
8) Jelenie gody



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