

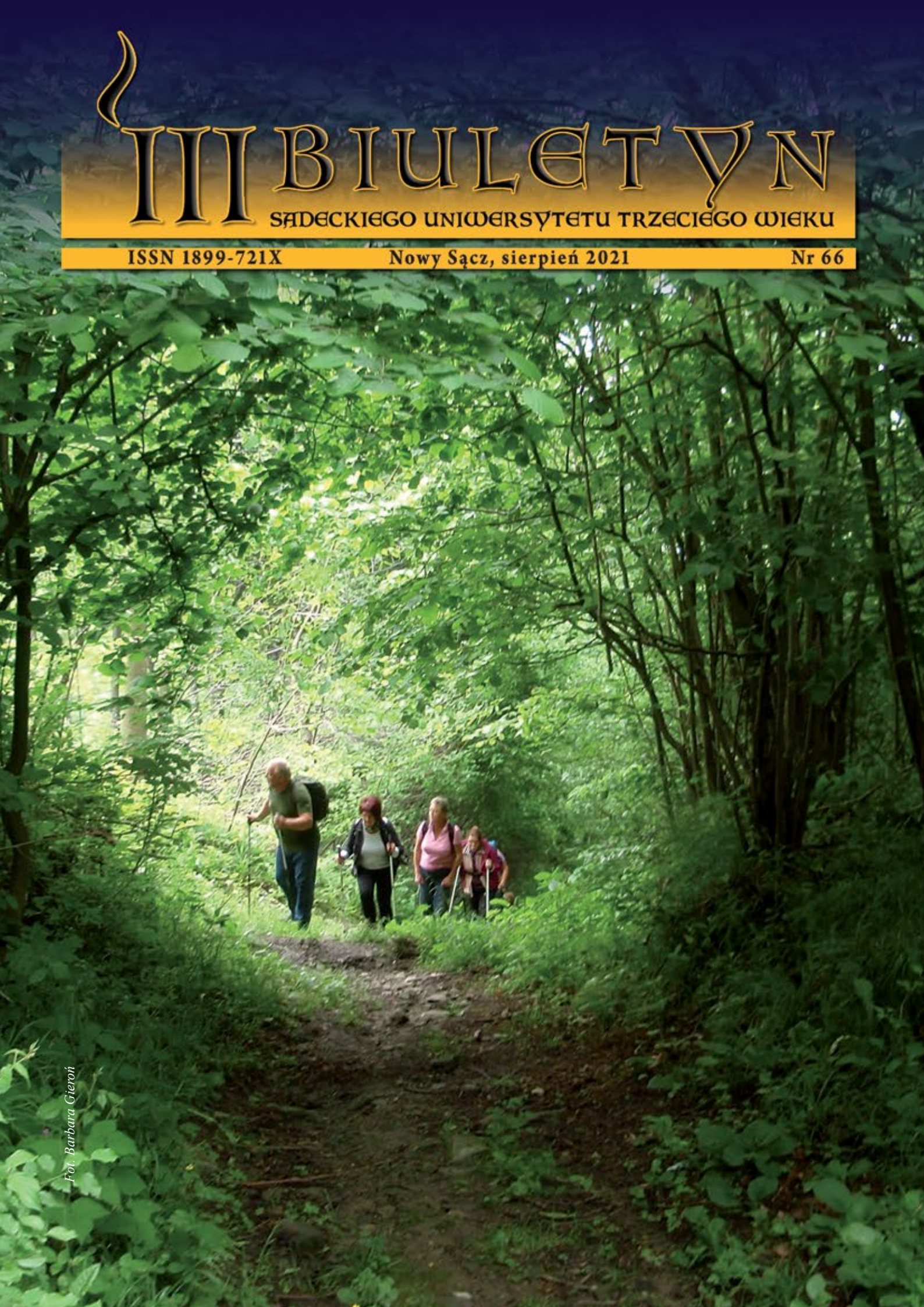
III BIULETYN

SĄDECKIEGO UNIWERSYTETU TRZECIEGO WIEKU

ISSN 1899-721X

Nowy Sącz, sierpień 2021

Nr 66





Ludomir Handzel, Prezydent Miasta Nowego Sącza

PREZYDENT MIASTA
NOWEGO SĄCZA
LUDOMIR HANDZEL
NA SPOTKANIU
ZE SŁUCHACZAMI
SADECKIEGO
UNIWERSYTETU
TRZECIEGO WIEKU

MCK SOKÓŁ NOWY SĄCZ 2021-05-27

Fot. Józef Bartkowski





Drodzy Słuchacze Sądeckiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku

Wraz z nadejściem lata i coraz większą liczbą osób zaszczepionych uległa poprawie sytuacja pandemiczna. Władze Sądeckiego UTW postanowiły, że wykorzystamy w tym roku okres wakacji na realizację różnorodnych zajęć edukacyjno-aktywizujących dla naszych Słuchaczy, z ich osobistym udziałem. Oczywiście nadal będziemy przestrzegać rygorów sanitarnych, pamiętając o tym, że pandemia COVID-19 wciąż trwa.

Bezcennym atutem naszego UTW jest ułatwianie relacji międzyludzkich i twórczej pracy intelektualnej dla własnego rozwoju osobistego, dla realizacji swoich pasji i zainteresowań sądeckich seniorów. Dlatego zaplanowaliśmy, oprócz wykładów, zajęcia w mniejszych grupach, takie jak: gimnastyka na sali, warsztaty fotograficzne, architektury wnętrz, psychologiczne oraz wyjścia plenerowe – wycieczki edukacyjno-rekreacyjne.

Na stronie internetowej Sądeckiego UTW www.sutw.pl zamieszczamy sukcesywnie informacje i harmonogramy zajęć, aby jak najwięcej Słuchaczy mogło się z nimi zapoznać i skorzystać z wybranych przez siebie propozycji. Działają codziennie, z wyjątkiem sobót, sekretariat Sądeckiego UTW, w godz. od 9.00 do 13.00.

Zachęcam wszystkich Słuchaczy i Sympatyków Sądeckiego UTW do polubienia profilu Sądeckiego UTW na Facebooku i udostępniania zamieszczanych na nim postów o charakterze informacyjno-edukacyjnym www.facebook.com/SadeckiUTW

Znaczącym wydarzeniem było spotkanie Prezydenta Miasta Nowego Sącza Ludomira Handzla ze Słuchaczami Sądeckiego UTW, które miało miejsce w MCK „Sokół” w dniu 27 maja br. Z przedstawionej przez Prezydenta prezentacji dowiedzieliśmy się o realizowanych w mieście inwestycjach, które mają służyć mieszkańcom, i inicjatywach podejmowanych dla seniorów.

W tym numerze Biuletynu Sądeckiego UTW zamieszczone zostały ciekawe treści – artykuły i wywiady, opracowane przez Słuchaczki i Słuchaczy SUTW z grupy dziennikarskiej, fotografie są wykonane również przez naszych Słuchaczy.

Polecam Państwu także wywiad z prof. dr hab. Dominiką Dudek, lekarzem-psychiatrą, który udostępniamy za Ogólnopolskim Biuletynem „UNIwersytety Trzeciego Wieku” nr 2/2021(30). Dostępny jest również na stronie www.federacjaautw.pl w zakładce Publikacje.

Życzę przyjemnej lektury.

*Prezes Zarządu
Sądeckiego UTW*

Wiesława Borczyk

SPIS TREŚCI

SEMINARIUM „O ZDROWIU SADECZAN NA WIOSNĘ” I... INTERNET	
<i>Maria Baran</i>	5
TRUDNE DOŚWIADCZENIA NAS HARTUJĄ	
<i>Ewa Pilat</i>	7
KALENDARIUM (STYCZEŃ - CZERWIEC 2021)	
<i>Jadwiga Banach, Katarzyna Zygmunt</i>	10
SZCZEPIĆ SIĘ CZY NIE SZCZEPIĆ	
<i>Irena Cepielik</i>	12
PODKOWA	
<i>Maria Halina Starzyk</i>	14
ROZMOWA Z BASIĄ	
<i>Maria Baran</i>	16
O TWÓRCZOŚCI I FASCYNACJACH KRZYSZTOFA KULISIA	
<i>Barbara Gieroń</i>	23
KASZTANOWIEC CZY KASZTAN	
<i>Barbara Gieroń</i>	26
ALBUMY WSPOMNIENI	
<i>Maria Baran</i>	27
CZY Z NAMI LECI PILOT	
<i>Teresa Barbara Kopczyńska</i>	30
„PUSTY LAS” - ZAPEŁNIANIE PUSTKI	
<i>Maria Halina Starzyk</i>	32
NOWOŚCI WYDAWNICZE	
<i>Dorota Wcześny</i>	33
FRYDMAN	
<i>Stanisław Cholewa</i>	34
CZASAMI KŁAMIE	
<i>Irena Cepielik</i>	36
ŚCIEŻKA EDUKACYJNA PO LESIE W TRZYCIERZU	
<i>Marek Winiarski</i>	38

Wydawca:

Sądecki Uniwersytet Trzeciego Wieku w Nowym Sączu, ISSN 1899-721X

Zespół redakcyjny:

Wiesława Borczyk, Jadwiga Banach, Maria Harcuła, Elżbieta Pachoń, Maria Baran, Barbara Gieroń, Maria Halina Starzyk, Irena Cepielik, Rozalia Kulasik

Współpraca: Zofia Mólka, Katarzyna Zygmunt, Katarzyna Borczyk, Krystyna Słaby, T. Barbara Kopczyńska, Krystyna Stendera, Elżbieta Cholewa, Halina Kacprzycka, Józef Bartkowski, Władysław Szwenik, Elżbieta Cabak, Magdalena Kroh

Zdjęcia wykorzystane w biuletynie: *Obraz jardin z Pixabay.jpg* (s.9); Maria Baran (s. 27, 28, 29); Józef Bartkowski (okładka, rozkładówka); Stanisław Cholewa (s. 34, 35); Barbara Gieroń (s. 16, 17, 18, 23, 25, 26, okładka, rozkładówka); Teresa Barbara Kopczyńska (s. 31); Irena Poręba (okładka); Maria Halina Starzyk (s. 14,15); Władysław Szwenik (s. 38); Dorota Wcześny (s. 33); Katarzyna Zygmunt (rozkładówka)

Adres Redakcji:

Sądecki Uniwersytet Trzeciego Wieku w Nowym Sączu
33-300 Nowy Sącz, ul. Jagiellońska 18
tel./fax (+48 18) 443 57 08;
e-mail: sekretariat@sutw.pl; www.sutw.pl

Redakcja techniczna, skład:

Jadwiga Banach

SEMINARIUM „O ZDROWIU SĄDECZAN NA WIOSNĘ” I... INTERNET

MARIA BARAN



Maria Baran

Przed nami długie lato a za nami kilkanaście miesięcy życia zdominowanego pandemią COVID-19. Stawiamy sobie pytania: Czy będzie to normalny letni okres, w którym będziemy mogli cieszyć się słońcem, spotkaniami z rodziną i przyjaciółmi? Czy będziemy mogli swobodnie chodzić do kina, do restauracji, na koncerty?

Czy zdołamy wyzwolić się z lęków oraz strachu, które nami zawładnęły? Czas pokaże, jak to będzie... Jednakże z pewnością nie da się uciec od tego, co było w minionym roku, bo przecież na całym świecie dalej trwa walka z wrogiem zdrowia i życia ludzkiego. Do przeżywania codzienności w obecnych warunkach i powrotu do normalnego funkcjonowania niezbędnym jest m.in. wsparcie ze strony innych i słuchanie mądrych ludzi. A to możemy sobie dawać nawzajem oraz korzystać z wiedzy i rad specjalistów. Wiedzy nigdy za wiele – zwłaszcza tej dotyczącej naszego zdrowia.

Od dziewięciu już lat w marcu Fundacja Sądecka wraz z partnerami organizuje seminarium zatytułowane „O zdrowiu Sądeczan na wiosnę”. Celem seminarium jest podniesienie świadomości zdrowotnej mieszkańców Sądeczyny oraz wymiana doświadczeń związanych z funkcjonowaniem placówek ochrony zdrowia. COVID-19 dokonał przewrotu w życiu i funkcjonowaniu

społeczeństw na całym świecie. Między innymi całkowitej zmianie musiały ulec sposoby i formy działalności edukacyjnej, kulturalnej, zdrowotnej. Głównym narzędziem umożliwiającym organizowanie i prowadzenie działań w ww. sferach stał się Internet. To dzięki niemu możemy dowiedzieć się, przeczytać, zobaczyć i nawet uczestniczyć w wielu wydarzeniach. Uczestnictwo w ww. seminarium było możliwe dzięki portalowi internetowemu www.sadeczanin.info. Mieliśmy do wyboru czytanie lub słuchanie rozmów dziennikarek z wybitnymi specjalistami i autorytetami z różnych dziedzin medycyny. Tematyka seminarium podporządkowana była sytuacji epidemiologicznej i dlatego szczególna uwaga poświęcona została zagadnieniom związanym z zachorowaniem i konsekwencjami, z jakimi się mierzą pacjenci po przebytej chorobie COVID-19.

Rozmowy ze specjalistami z takich dziedzin, jak pulmonologia, kardiologia, neurologia, diabetologia, psychiatria, rehabilitacja, odbywały się wg schematu COVID-19 a np. choroby układu krążenia, a zdrowie psychiczne itp. Przedstawiciele instytucji odpowiadających za ochronę zdrowia Polaków i związanych z tą sferą (Ministerstwa Zdrowia, Narodowego Funduszu Zdrowia, Głównego Inspektora Sanitarnego, Zakładu Ubezpieczeń Społecznych) mówili o zaangażowaniu tych urzędów w walkę z epidemią. Odbył się także panel dyskusyjny „POZ w nowej rzeczywistości” z udziałem lekarzy kierujących placówkami podstawowej opieki zdrowotnej, szpitala oraz przedstawicielkami NFZ oraz PIS. Wiele informacji przekazywanych przez ekspertów w trakcie seminarium słyszeliśmy i słyszymy w audycjach radiowych i telewizyjnych. Bardzo interesujące były wypowiedzi i rady specjalisty z dziedziny rehabilitacji oraz psycholo-

gii i psychiatrii. Właśnie te dziedziny w ogromnej mierze są już obecnie i będą przez następne lata zaangażowane w starania o powrót do zdrowia i do normalności społeczeństwa.

Tomasz Niewiadomski – wiceprezes Krajowej Izby Fizjoterapeutów, mówił o fizjoterapii pacjentów z COVID-19 po przebyciu tej choroby. Podkreślił on znaczenie fizjoterapii dla pacjentów, którzy borykają się ze skutkami pocovidowymi, a więc zmęczeniem, dusznością, bólami narządów ruchu. Zachęcał do korzystania z filmów znajdujących się na stronie Krajowej Izby Fizjoterapeutów, w których pokazane są ćwiczenia do samodzielnego wykonywania. I znów kłania się nam INTERNET. Wdrażane są programy specjalistycznego leczenia rehabilitacyjnego pacjentów w ambulatoriach i domach osób schorowanych. Poprzez strony internetowe prowadzone są szkolenia dla fizjoterapeutów, na których czekają w szpitalach oddziały pulmonologiczne i kardiologiczne. Jak ważna jest rehabilitacja po chorobie, potwierdził własnym przykładem prelegent; był ciężko chory i stracił aż 80% sprawności. Powrót do dawnej sprawności zajął mu dwa miesiące, w których systematycznie ćwiczył. Ciekawe, jak będzie wyglądać w rzeczywistości dostęp do rehabilitacji, która zawsze była, ale w okresie pandemii czy też po niej jest konieczna w znacznie większej skali?

Prof. dr hab. n. med. Janusz Heitzman – pełnomocnik ds. psychiatrii sądowej przy Ministerstwie Zdrowia, profesor nadzwyczajny Instytutu Psychiatrii i Neuro-

logii, przedstawił problemy dotyczące zdrowia psychicznego Polaków w dobie pandemii i po niej. Wiemy, że pandemia trwająca już ponad rok zmieniła wiele – plany, oczekiwania, nadzieje, a nawet codzienne życie uległo całkowitemu zaburzeniu. Pojawiły się objawy nadmiernego lęku o najbliższych, o siebie, nastąpiło zaburzenie zdolności do życia w radości, w optymizmie. Skutki psychiczne pandemii będą utrzymywać się przez lata. Będą one szczególnie dotkliwe dla młodego pokolenia – dzieci i młodzieży. Brak relacji interpersonalnych (bo nauka zdalna), źle znoszone obostrzenia – to czynniki, które dla młodych ludzi są trudne do przyjęcia i zaakceptowania. Zapotrzebowanie na porady psychologów i psychiatrów będzie rosło. Powstaje pytanie – jak sobie nawzajem pomagać, jak pomóc młodemu pokoleniu? Odpowiedzią profesora na to pytanie było stwierdzenie „Słuchajmy ludzi mądrych, aby się nie bać”.

Tradycyjnie seminarium zakończyło się wręczeniem nagród laureatkom VI Plebiscytu Medycznego. Nagrodzone zostały: Renata Augustyn z NZOZ w Jazowsku – „sądecka pielęgniarka/położna”, NZOZ „Femina” w Łącku – „sądecka przychodnia przyjazna pacjentowi” oraz Anna Olech – „sądecki lekarz”. Także ta uroczystość odbyła się online.

Od seminarium mijają trzy miesiące, przewaliła się przez nasz kraj trzecia fala pandemii, wiele osób zaszczepiło się przeciw COVID-19. Miejmy nadzieję, że będzie znacznie lepiej i sami starajmy się dbać o powrót do dawnej sprawności fizycznej jak i psychicznej. I korzystajmy przy tym także z narzędzia, jakim jest Internet.

WARTO WIEDZIEĆ

RAPORT

„JAK W WARUNKACH PANDEMII REALIZOWANE JEST PRAWO OSÓB STARSZYCH DO OCHRONY ZDROWIA POD WZGLĘDEM DOSTĘPNOŚCI SZCZEPIEŃ PRZECIW COVID 19”

OPRACOWANY PRZEZ DR MARIĘ ŻRAŁEK - WYŻSZA SZKOŁA HUMANITAS I KOMISJA EKSPERTÓW DS. OSÓB STARSZYCH PRZY RZECZNIKU PRAW OBYWATELSKICH

czerwiec 2021

Raport jest dostępny także na stronie <https://www.rpo.gov.pl/pl/content/dostepnosc-szczepien-covid19-osoby-starsze-raport-z-badania>

TRUDNE DOŚWIADCZENIA NAS HARTUJĄ!

Z prof. dr hab. Dominiką Dudek, lekarzem – psychiatrą, kierowniczką Katedry Psychiatrii i Kliniki Psychiatrii Dorosłych Collegium Medicum UJ, prezesem-elektem Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego rozmawia Ewa Piłat, dyrektor Jagiellońskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku



Prof. dr hab. Dominika Dudek

Chciałabym, abyśmy porozmawiały o wpływie pandemii na zdrowie psychiczne seniorów. Koronawirus towarzyszy nam już od półtora roku. Czy to wystarczający czas, aby – obok przypuszczeń i dywagacji – pojawiły się rzetelne badania naukowe dokumentujące psychiczne konsekwencje epidemii? Wielu zjawisk się domyślamy, ale eksperckie opinie wysnute na podstawie badań pozwolą nam lepiej zrozumieć, co się z nami działo w ciągu ostatnich kilkunastu miesięcy.

Badań jest bardzo dużo. Już wiosną 2020 r. zaczęły się pojawiać pierwsze publikacje dotyczące tego, co działo się w Chinach. Od tego czasu wiele ośrodków naukowych publikuje badania dotyczące przede wszystkim

konsekwencji zdrowotnych przebytej infekcji. Żeby mówić o psychicznych skutkach pandemii, musimy brać pod uwagę dwa rodzaje oddziaływania:

- wpływ na psychikę ludzi samego zjawiska pandemii,
- bezpośredni wpływ infekcji na zdrowie fizyczne i psychiczne pacjentów, którzy przechorowali covid.

Przedłużający się stan pandemii przyczynił się do ujawnienia u wielu osób zaburzeń lękowych, depresyjnych, wręcz objawów stresu pourazowego. W pierwszym okresie epidemii SARS-CoV-2 zaburzenia lękowe dotyczyły przede wszystkim osób starszych. To oni czuli się najbardziej narażeni na zachorowanie i śmierć. Zwłaszcza, że wciąż słyszeli, że są w grupie najwyższego ryzyka. Dla psychiki seniorów koszmarem okazała się izolacja.

Jeśli chodzi o drugie zjawisko, badania pokazują, że u osób, które przechorowały covid, ok. 30 proc. cierpiało na długo utrzymujące się zaburzenia psychiatryczne. To przewlekłe zmęczenie, tzw. mgła covidowa – zaburzenia funkcji poznawczych, kłopoty z pamięcią, koncentracją, problemy z płynnością wyśławiania. Pojawił się w literaturze termin „long covid” (długi ogon – zespół dolegliwości utrzymujących się nawet kilka miesięcy po przechorowaniu koronawirusa) objawiający się również bezsennością, zaburzeniami lękowymi, zmianami zachowania. Nawet młodzi ludzie twierdzą, że są mniej sprawni intelektualnie niż przed zachorowaniem. U wielu osób obserwujemy nasilenie objawów otępiennych.

Wspomniała Pani Profesor o izolacji. Czy to osoby starsze najdotkliwiej ją odczuły w czasie pande-

mii? To grupa wykluczona cyfrowo, mająca ograniczone kontakty wirtualne i do tego potrzebująca na co dzień wsparcia innych osób.

Jako psychiatrzy zdajemy sobie sprawę, jak rujnująca dla psychiki starszego człowieka jest samotność. Dlatego staramy się ich wyciągnąć z domów, zachęcać do różnych aktywności. Tymczasem na samym początku pandemii seniorzy usłyszeli, że są najłatwiejszymi ofiarami wirusa. Musieli zostać w domach. Izolacja jeszcze pogłębiła skutki samotności.

Trochę inne skutki odczuwały osoby pozostające w domach profilaktycznie, trochę inaczej te, które zaraziły się koronawirusem. To nie jest choroba taka jak inne. Kto był zainfekowany, natychmiast stawał się trędowaty. Czasami trwało to tygodniami, bowiem na początku epidemii procedury przewidywały zwolnienie z kwarantanny dopiero po uzyskaniu dwóch ujemnych wyników testu. Do tego dochodził niepokój o najbliższych, obawa o pogorszenie się stanu zdrowia i możliwość hospitalizacji. Te złe nastroje pogłębiały informacje o dramatycznym stanie służby zdrowia, o karetkach wożących chorych od szpitala do szpitala, braku miejsc dla pacjentów, braku leków. W samym szpitalu pacjent czuł się odhumanizowany, stykając się z personelem ubranym w kombinezony, przerażony, widząc pogarszający się stan innych pacjentów, przenoszenie na OIOM, śmierć. Po takich doświadczeniach wiele osób do dziś odczuwa skutki stresu pourazowego.

Generalnie jednak uważam, że izolację najdotkliwiej odczuły osoby pozostające pod opieką instytucji, a więc pensjonariusze domów opieki, bez względu na wiek. Zostali pozbawieni i tak rzadkich kontaktów z rodziną, a dodatkowo zgromadzenie w jednym budynku wielu osób w bardzo złym stanie zdrowia sprzyjało szerzeniu się wirusa. Izolacja skazała wielu ludzi na umieranie w samotności.

Epidemia odpowiada również za pewne zjawiska społeczne ważne dla naszej psychiki. Mam na myśli ageizm. Przypomnę jedno bardzo medialne wydarzenie z hiszpańskiej Andaluzji: w marcu 2020 r. karetki przewożące zakażonych pensjonariuszy DPS zostały obrzucone kamieniami przez mieszkańców miejscowości La Línea de la Concepción, a eskorta policyjna materiałami wybuchowymi. Miesiąc później kolega kierujący UTW w Londynie proponował organizację zdalnej konferencji/narady dotyczącej rosnącej niechęci do osób starszych. Brytyjczycy mocno odczuwali bunt i gniew młodych, których - wbrew ich woli - izolowano w domach z powodu zagrożenia czyhającego głównie na seniorów. Ko-

lejne fale wykazały, że młodzi też nie są bezpieczni. Czy epidemia SARS-CoV-2 przyczyni się do nasilenia ageizmu?

Nie prowadziłam takich badań, ale wiem, że w sytuacjach skrajnych, a epidemię można porównać do wojny, ujawniają się postawy zarówno dobre, jak i złe. Takie okoliczności są sprawdzianem, jakimi jesteśmy ludźmi. Agresja w stosunku do osób starszych w tej ekstremalnej sytuacji chyba nie była czymś szczególnym. Proszę sobie przypomnieć hejt wobec pracowników służby zdrowia: ich niszczone samochody, drzwi do mieszkań, odmowy przyjęcia dzieci do przedszkola. Jedni dziękowali służbie zdrowia, inni uważali, że lekarze i pielęgniarki roznoszą zarazę. Według badań z wiosny 2020 r. do grupy niosącej zagrożenie zaliczono również chińskich studentów. Na nich także wylał się hejt.

Z drugiej strony pojawiło się wiele szlachetnych akcji i gestów, jak np. „Widzialna Ręka”. Młodzi bezinteresownie pomagali seniorom. Epidemia i konieczność izolacji uświadomiła młodzieży, jak ważni są dla nich dziadkowie. W badaniach widzieliśmy, że jedną z największych dolegliwości okresu pandemii okazał się brak możliwości odwiedzin starszych rodziców przez ich dorosłe dzieci.

**Ostatnio coraz częściej ze środowisk naukowych sły-
szy się doniesienia, że wirus, który zniszczył nasze
dotychczasowe życie, może być sztucznym tworem.
Czy – jeśli doniesienia się potwierdzą – zniemawidzi-
my Chińczyków, w ten sposób odreagowując naszą
złość i frustrację?**

W niepewnych sytuacjach stajemy się bardzo podatni na teorie spiskowe. One w bardzo prosty, niewymagający wysiłku intelektualnego sposób wyjaśniają złożoność świata. Okazuje się, że teorie spiskowe mają znacznie większą siłę rażenia niż teorie naukowe. To dotyczy zarówno pochodzenia koronawirusa, jak i skuteczności szczepionek. Odreagowanie frustracji chyba nie ma związku z wynikami dochodzenia, co do początku epidemii.

Rozmawiamy w okresie pewnej ulgi od koronawirusa. Po tak długiej izolacji spotkania z innymi ludźmi są jak długo wyczekiwane święto. Lato prawdopodobnie uchyli nam furtkę do normalności, ale już słyszymy przestrogi dotyczące czwartej, piątej fali, zagrożenia wirusem Delta. Radość ze zniesienia obustrzeń nie jest pełna. Obawiamy się, że przywrócenie ograniczeń lub lockdownu może być zabójcze dla psychiki seniorów. Nie każdy potrafi sobie zra-

jonalizować tę sytuację. Jak sobie poradzić z kolejnym stresem, aby koszty psychiczne były jak najmniejsze?

Człowiek jest w stanie bardzo wiele wytrzymać. Gdyby nie takie ekstremalne sytuacje, nawet nie wiedziałby, jaki jest silny. W marcu 2020 r. wyobrażaliśmy sobie, że wystarczy nam kilka tygodni, aby poradzić sobie z epidemią. Potem, że kilka miesięcy... Minęło półtora roku i żyjemy dalej. Wypracowaliśmy sobie strategię przetrwania, nabyliśmy nowych umiejętności. Gdyby nie epidemia, wielu seniorów nadal bałoby się komputera, a teraz go z konieczności obsługują. Niczego nie można przesądzać, ale prawdopodobnie najgorsze za nami. Mamy w tej chwili potężną broń w postaci szczepionek. Trzeba przekonywać nieprzekonanych i pomagać tym, którzy mają trudności z dotarciem do punktu szczepień. To jedyna droga, aby wrócić do normalnego życia.

Lęki, a nawet przerażenie, złe emocje, frustracje, poczucie bezsilności związane z epidemią towarzyszą nam już tak długo, że mogą trwale zmienić naszą psychikę i nasze postrzeganie rzeczywistości. Co Pani Profesor poradzi osobom starszym, aby przetrwały ten trudny czas w najlepszej kondycji psychicznej, w jakiej – w tych okolicznościach – jest to możliwe?

Pandemia już nieodwracalnie zmieniła postrzeganie świata, ale dotyczy to bardziej ludzi młodych niż seniorów. Starsi mają więcej dystansu do świata. W ich wspomnieniach są często trudne doświadczenia wojenne, powojenne, ślady stalinizmu, pamięć o biedzie, niedostatkach, umiejętność przetrwania w bardzo trudnych warunkach. Częściej doświadczali w życiu strat i żałoby. Taka perspektywa daje inne spojrzenie na życie. Co innego młodzi. Oni wychowali się w dobrobycie, w wolności, w poczuciu bezpieczeństwa i przekonaniu, że świat stoi przed nimi otworem. Nagle okazało się, że w jednej chwili można stracić wszystko, także życie. Ich sposób postrzegania świata musiał zostać gruntownie zweryfikowany. Myślę, że osoby starsze, podchodzące z dużą pokorą do rzeczywistości, przetrwają jeszcze to jedno trudne doświadczenie w swoim życiu.

Co – jako uniwersytety trzeciego wieku – możemy zrobić dla seniorów, aby poprawić ich stan psychiczny w obecnej sytuacji?

Trzeba robić swoje. Uważam, że idea uniwersytetów trzeciego wieku to jeden z najbardziej genialnych pomysłów XX wieku. Ludzie żyją długo, powinni też żyć



Obraz jardin z Pixabay

dobrze, gimnastykować umysł i ciało, rozwijać swoje pasje i zainteresowania. UTW to twórcza starość na bogato! Jestem pełna podziwu, że uniwersytety tak szybko przestawiły się na zdalny tryb nauki, zmotywowały swoich studentów do wysiłku i opanowania umiejętności cyfrowych. Czas pandemii przez słuchaczy nie został zmarnowany. Bezcennym atutem uniwersytetów trzeciego wieku jest ułatwianie nawiązywania relacji międzyludzkich, umożliwianie nie tylko biernego słuchania, ale przede wszystkim twórczej pracy intelektualnej. Nie martwiłabym się tak bardzo o słuchaczy uniwersytetów trzeciego wieku. Jeśli podjęli decyzję o uczestnictwie w zajęciach, to znaczy, że nie jest źle z ich kondycją psychiczną. Gorzej z tymi, którzy – mając takie same możliwości intelektualne – zostają w domach. Sami skazują się na samotność i wykluczenie na margines życia. Stąd apel do wszystkich: kierujących UTW, słuchaczy, lekarzy, rodzin, sąsiadów: motywujmy seniorów do aktywności, do spotykania się z innymi ludźmi, do rozwoju! Zachęcajmy starszych do szczepień. Tylko wtedy będą bezpieczni, a poczucie bezpieczeństwa powinno korzystnie wpłynąć na ich stan psychiczny.

Wszyscy obawiają się zaostrzenia sytuacji epidemicznej jesienią, co może uniemożliwić bezpośrednie spotkania osób starszych. Mimo to trzeba działać! W formie, jaką narzuca okoliczności, pamiętając, że to, co przychodzi łatwo, szybko nas rozleniwia. To trudne doświadczenia hartują nas i wzbogacają. Oczywiście, po przekroczeniu pewnej granicy, mogą też okaleczać.

Dziękuję za rozmowę.

Oryginalny tekst znajduje się w Ogólnopolskim Biuletynie UNIWERSYTETY TRZECIEGO WIEKU nr 2/2021 (30), dostępny w PDF na: www.federacja.utw.pl/publikacje

KALENDARIUM

STYCZEŃ - CZERWIEC 2021

JADWIGA BANACH, KATARZYNA ZYGMUNT

2021-01-18 – Broszura edukacyjna Ogólnopolskiej Federacji Stowarzyszeń Uniwersytetów Trzeciego Wieku „ABC opieki nad osobą starszą”, dr n. o zdr. Dorota Ogonowska we współpracy z Wiesławą Borczyk, prezes Ogólnopolskiej Federacji Stowarzyszeń UTW i Sądeckiego UTW.

2021-02-16 – Wykład on-line w formie prezentacji: „Smog w Kotlinie Sądeckiej”, Grzegorz Tabasz, dyrektor Wydziału Środowiska Urzędu Miasta Nowego Sącza.

2021-03-01 – 2021-05-28 – Realizacja projektu „Wiosna dla sądeckiego seniora”, przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.

W ramach projektu przygotowano 8 wykładów on-line i 5 samouczków artystycznych.

2021-03-01 – Rozpoczęcie realizacji projektu z zakresu edukacji prozdrowotnej seniorów „Zdrowy i aktywny Sądecki Senior”. Projekt realizowany przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.

2021-03-01 – Udział 10 osób z grupy sportowej SUTW w Marszu Nordic Walking, na trasie w Nowym Sączu, w ramach VIII Ogólnopolskiej Zimowej Senioriady na Podhalu. Ze względów pandemicznych, organizowana była w formie zdalnej. Marsz odbył się z zachowaniem obowiązujących obostrzeń, nakazów i przepisów związanych z epidemią koronawirusa.

2021-03-21 – Raport „Badanie regionalne: oferta dla małopolskich seniorów – czas wolny, aktywność, informacja” przygotowany przez Małopolskie Obserwatorium Rozwoju Regionalnego i Departament Zrównoważonego Rozwoju Województwa Małopolskiego.

2021-03-22 – Wykład on-line w formie prezentacji: „Rola białka w diecie seniora”, Anna Wieczorek, dietetyk. Materiał ukazał się w ramach projektu „Wiosna dla sądeckiego seniora”. Projekt zrealizowano przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.

2021-03-23 – Wykład on-line w formie prezentacji:

„W soczewce pandemii”, Maria Wawszczak, psycholog kliniczny i psychoterapeuta. Materiał ukazał się w ramach projektu „Wiosna dla sądeckiego seniora”. Projekt zrealizowano przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.

2021-03-26 – Samouczek artystyczny on-line w formie prezentacji: „Koszyk owalny na szydełku ze sznurka bawełnianego”, Elżbieta Winiarska. Materiał ukazał się w ramach projektu „Wiosna dla sądeckiego seniora”. Projekt zrealizowano przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.

2021-03-30 – Samouczek artystyczny: „Ozdoby wielkocenne z masy solnej”, Mira Wąchała, plastyk. Materiał ukazał się w ramach projektu „Wiosna dla sądeckiego seniora”. Projekt zrealizowano przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.

2021-04-01 – Ukazał się „Biuletyn SUTW nr 65 – marzec”, podobnie jak nr 64 w wersji on-line. Przyjemnej lektury!

2021-04-01 – 2021-05-31 – Realizacja projektu Informator Seniora Ziemi Sądeckiej, wydanie 2. Projekt zrealizowano w ramach konkursu „Srebrne Sądeckie” przy wsparciu finansowym Powiatu Nowosądeckiego. W ramach projektu przygotowano wiosenny numer newslettera „Informator Seniora Ziemi Sądeckiej”.

2021-04-12 – Wykład on-line w formie prezentacji: „Pejzaże impresjonisty”, Sylwia Kielusiak, plastyk, architekt wnętrz. Materiał ukazał się w ramach projektu „Wiosna dla sądeckiego seniora”. Projekt zrealizowano przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.

2021-04-21 – Wykład on-line w formie prezentacji: „Geologia i ekologia. Wrogowie czy partnerzy”, dr hab. Patrycja Wójcik-Tabol, profesor Uniwersytetu Jagiellońskiego w Krakowie. Materiał ukazał się w ramach projektu „Wiosna dla sądeckiego seniora”. Projekt zrealizowano przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.

2021-04-23 – Konferencja on-line „DraBiNa – Drama, Biografia, Narracja”, w której wzięli udział członkowie i współpracownicy Stowarzyszenia Sądecki UTW. Konferencja odbyła się w ramach projektu pn. „DraBiNa”, realizowanego przez Fundację św. Jadwigi w Morawie w ramach programu Aktywni Obywatele – Fundusz Krajowy, finansowanego z Funduszy EOG.

2021-04-26 – Wykład on-line w formie prezentacji: „Kościoły i klasztory średniowiecznego Sącza”, Jakub Bulzak, historyk. Materiał ukazał się w ramach projektu „Wiosna dla sądeckiego seniora”. Projekt zrealizowano przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.

2021-04-27 – „Pokolenie seniorów bardzo potrzebuje osobistych kontaktów z innymi ludźmi”. Wywiad z Wiesławą Borczyk, prezes Stowarzyszenia Sądecki Uniwersytet oraz Ogólnopolskiej Federacji Stowarzyszeń Uniwersytetów Trzeciego Wieku, który ukazał się na stronie internetowej Podlaskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku.

2021-05-01 – Rozpoczęcie realizacji projektu z zakresu upowszechniania kultury „Kompleksowy program edukacji kulturalnej dla osób dorosłych”. Projekt zrealizowano przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.

2021-05-01 – Rozpoczęcie realizacji projektu „Siłownia Seniora”, dofinansowanego ze środków budżetu państwa w ramach programu „Sport dla wszystkich”.

2021-05-10 – Samouczek artystyczny on-line w formie prezentacji: „Bransoletka makramowa (typu Shambhala)”, Elżbieta Winiarska. Materiał ukazał się w ramach projektu „Wiosna dla sądeckiego seniora”. Projekt zrealizowano przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.

2021-05-11 – Samouczek artystyczny on-line w formie prezentacji: „<http://sutw.pl/index.php/1232-11-05-2021-wiosna-dla-sadeckiego-seniora-samouczek-artystyczny-akwarele>”, Sylwia Kielusiak, plastyk, architekt wnętrz. Materiał ukazał się w ramach projektu „Wiosna dla sądeckiego seniora”. Projekt zrealizowano przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.

2021-05-11 – Warsztaty on-line design thinking nt. innowacji społecznych, w których udział wzięli członkowie i współpracownicy Stowarzyszenia Sądecki UTW. Warsztaty zorganizował Inkubator Innowacji Społecznych “Generator Dostępności”.

2021-05-13 – Wykład on-line w formie prezentacji: „Zdrowe odchudzanie dla seniora. Jak przeciwdziałać otyłości”, Anna Wieczorek, dietetyk. Materiał ukazał się w ramach projektu „Wiosna dla sądeckiego seniora”. Projekt zrealizowano przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.

2021-05-18 – Wykład on-line w formie prezentacji: „Nowoczesne technologie i oddziaływania w rewitalizacji osób w podeszłym wieku”, dr n. med. Stanisława Tala-ga, Podhalańska Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa w Nowym Targu. Materiał ukazał się w ramach projektu „Wiosna dla sądeckiego seniora”. Projekt zrealizowano przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.

2021-05-25 – Wykład on-line w formie prezentacji: „Doświadczenia kryzysowe. Jak sobie z nimi radzić”, Jolanta Piesiewicz-Milek, psycholog. Materiał ukazał się w ramach projektu „Wiosna dla sądeckiego seniora”. Projekt zrealizowano przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.

2021-05-25 – Wiosenna edycja newslettera „Informator Seniora Ziemi Sądeckiej”. Publikacja ukazała się w ramach projektu Informator Seniora Ziemi Sądeckiej – wydanie 2. Projekt zrealizowano w ramach konkursu „Srebrne Sądeckie” przy wsparciu finansowym Powiatu Nowosądeckiego.

2021-05-25 – Samouczek artystyczny on-line w formie prezentacji: Makramowa zakładka dla „mola książkowego” i na szkle malowane, Mira Wąchała, plastyk. Materiał ukazał się w ramach projektu „Wiosna dla sądeckiego seniora”. Projekt zrealizowano przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.

2021-05-27 – Wykład prozdrowotny: „Zdrowie nie tylko seniora, krajobraz po niedokończonej bitwie z niewidzialnym wrogiem”, dr n. med. Andrzej Fugiel, specjalista chorób wewnętrznych, nefrolog, hipertensjolog. Wykład odbył się w ramach projektu „Zdrowy i aktywny Sądecki Senior”. Projekt realizowany przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.

2021-05-27 – Spotkanie Prezydenta Miasta Nowego Sącza Ludomira Handzla ze słuchaczami Sądeckiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku.

2021-06-01 – Wycieczka krajoznawcza na Falkową z przewodnikiem Jackiem Tokarskim.

2021-06-08 – Wycieczka krajoznawcza do Żeleźnikowej Małej z przewodnikiem Jackiem Tokarskim.

2021-06-10 – Wykład prozdrowotny: „O naturalnych skłonnościach i ułomnościach umysłu – wybrane zagadnienia psychologii ewolucyjnej”, dr Stefan Florek, psycholog, filozof, Uniwersytet Jagielloński w Krakowie i Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa w Nowym Sączu. Wykład odbył się w ramach projektu „Zdrowy i aktywny Sądecki Senior”. Projekt realizowany przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.

2021-06-13 – Wycieczka krajoznawczo-edukacyjna do kościółka św. Antoniego Padewskiego na Falkowej – odpustowa, z przewodnikiem Jackiem Tokarskim.

2021-06-15 – Wycieczka krajoznawcza do Moszczenicy z przewodnikiem Jackiem Tokarskim.

2021-06-15 – Wyjazd edukacyjny do Nadleśnictwa Nawojowa – przejście ścieżki edukacyjnej w lesie w Trzywierzu. Organizator z ramienia SUTW – Marek Winiarski.

2021-06-15 – Rozpoczęcie zajęć aktywności ruchowej na sali dla 2 grup, w ramach projektu „Zdrowy i aktywny Sądecki Senior”. Projekt realizowany przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.

2021-06-15 – Dyskusyjny Klub Filmowy – film „Sound of metal” (2019), reż. Dariusz Marder. Prowadzenie: Filip Nowak.

2021-06-16 – Rozpoczęcie warsztatów „fotografia” w ramach projektu „Kompleksowy program edukacji kulturalnej dla osób dorosłych”. Projekt zrealizowano przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.

2021-06-22 – Wycieczka krajoznawcza do lasów mystkowskich z przewodnikiem Jackiem Tokarskim.

2021-06-24 – Wykład: „Album *Bolesław Barbacki* – praca nad publikacją”, Piotr Drożdżik, fotograf, artysta, pasjonat historii Nowego Sącza. Wydarzenie jest częścią cyklu „Spotkanie z artystą” realizowanego w ramach projektu „Kompleksowy program edukacji kulturalnej dla osób dorosłych”. Projekt zrealizowano przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.

2021-06-25 – Rozpoczęcie warsztatów „Architektura wnętrza” w ramach projektu „Kompleksowy program edukacji kulturalnej dla osób dorosłych”. Projekt zrealizowano przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.

2021-06-29 – Wycieczka krajoznawcza „...trochę Doliną Popradu” z przewodnikiem Jackiem Tokarskim.

ZDROWIE

SZCZEPIĆ SIĘ CZY NIE SZCZEPIĆ?

IRENA CEPIELIK



Irena Cepielik

Szczepić się czy nie szczepić? Hamletyczne dylematy przeciętnego obywatela

Pandemia COVID-19 zmieniła świat, odbierając milionom ludzi poczucie bezpieczeństwa, komfortu odpoczynku i stabilności pracy. Nagły atak choroby, która – na początku nieznana i nieopanowana – zbierała krwawe żniwo w każ-

dym zakątku świata, przerażał także pracowników służby zdrowia. Panikę zwiększał fakt mutowania

wirusa; warianty brytyjski, południowoafrykański, brazylijski i indyjski szybko przekraczały granice. Jediną sprawdzoną metodą na powstrzymanie zarazy są szczepienia uparcie kwestionowane przez ruch antyszczepionkowców.

Według danych przedstawionych przez Światową Organizację Zdrowia, liczba zakażeń wykrytych na całym świecie od początku pandemii wynosi ponad 173,1 mln. Na COVID-19 zmarło ponad 3,7 mln osób. W Polsce w okresie od 4 marca 2020 do 15 czerwca 2021 roku zachorowało 2 877 819 osób, zmarło 74 626 osób (tylko 9 tys. więcej mieszkańców ma obecnie Nowy Sącz). Entuzjazm z powodu opanowania zarazy w Chinach i Azji zdusiły doniesienia o nowej fali zakażeń w USA, Turcji, Brazylii, Rosji. Szef Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) alarmuje

o problemie w opanowaniu pandemii, tkwiącym w rażącej nierówności w dostępie do szczepionek krajów ubogich.

Od momentu wybuchu epidemii liczne laboratoria światowe podejmowały próby wynalezienia szczepionki, która pozwoli zażegnać kryzys zdrowotny. Współpraca na poziomie naukowym, produkcyjnym i logistycznym przy wsparciu instytucji UE, rządów krajów członkowskich owocowała wyprodukowaniem pierwszej szczepionki już po 12 miesiącach od pierwszego zakażenia. Obecnie dostępne w Polsce są 4 szczepionki: Pfizer, Moderna, Astra Zeneca, Johnson&Johnson.

Obserwowaliśmy z rosnącym niepokojem, jak rząd i stworzone na potrzeby walki z pandemią organy sprawdzały się w organizacji szpitali, zaopatrzenia w sprzęt i środki ochronne oraz kadrę. Poza obszarem leczenia powstawały rozporządzenia dotyczące zapobiegania rozprzestrzenianiu się zakażeń: zaostrzenia zasad higieny, kwarantanny, odosobnienia; obostrzenia dotyczące zasad działania handlu. Zamknięto granice, szkoły, urzędy, na system zdalnej pracy przeszły przedsiębiorstwa i urzędy, gdzie ten system był możliwy.

Na uruchomienie Narodowego Programu Szczepień większość społeczeństwa czekała z niecierpliwością. Ja także byłam od początku w tej grupie, ale wpisanie się na listę w naszym mieście okazało się trudne. Zanim dotarłam do utworzonych punktów szczepień, żadnego miejsca już nie było. Zarejestrowałam się na stronie Ministerstwa Zdrowia i to stamtąd dostałam skierowanie do „Leśnika” w Krynicy Zdroju...

To że nawet sekundę się nie wahałam, wynikało z przykrych doświadczeń. Miałam za sobą kwarantannę bez możliwości widzenia się z bliskimi, śmierć bliskiego przyjaciela rodziny, w którego pogrzebie nie mogłam uczestniczyć i ciężki przebieg choroby u czterdziestoletniej siostrzenicy. Córka pracuje w szkole, ale akurat była chora, kiedy szczepiono nauczycieli. Ogromnie się ucieszyła, kiedy prezydent Handzel uruchomił w sali ratuszowej punkt szczepień dla swoich pracowników. Z powodu RZS znajduje się w grupie ryzyka i powrót do normalnie prowadzonych w klasach lekcji był dla niej niebezpieczny.

Myślałam, że nie ma już przeciwników szczepień. Przez długie miesiące codziennie śledziliśmy statystyki zarażonych i zmarłych, słuchaliśmy wywodów

wirusologów i innych specjalistów od zdrowia i profilaktyki. Byłam przekonana, że do wszystkich dotarła prawda, że szczepienia są jedyną bronią przed kolejnym atakiem pandemii, być może nawet tej jesieni. Wyliczono też, że do uzyskania odporności stadnej trzeba zaszczepić 80-90% ogółu społeczeństwa. Może się to okazać trudne wobec zmasowanych akcji antyszczepionkowców. Instytut Innowacji i Odpowiedzialnego Rozwoju ustalił, że od 1 lipca 2018 do 5 stycznia 2021 roku w polskojęzycznej przestrzeni internetowej było ponad 10 milionów tekstów dotyczących szczepień (<https://innowo.org>).

Na szczęście młodzież myśli rozsądnie. Podśluchałam rozmowę przyjaciół mojej wnuczki przy okazji ich spotkania w jej pokoju. – Myślałam, że pękne ze śmiechu – mówiła Ewa, gdy przyjaciółka babci opowiadała jej o wszczepianych mikroczipach w szczepionkach Astra Zeneca. Nasza babcia – przerwał jej Michał – przyniosła mrozącą krew w żyłach wieść o pojawieniu się u zaszczepionych Pfizerem i Moderną trzeciego oka. Przewiduje się, dodała z przejściem, że w finalnym efekcie zamienią się oni w zombi. Chodzi bowiem o likwidację ziemian – dookończył teatralnym tonem babci Michał. – Ja czytałam na facebooku, że szczepione dzieci chorują na autyzm albo zespół Aspergera – podjęła wątek Ola. – Podobno brytyjski lekarz potwierdził to badaniami. – To już akurat zostało dawno podważone. Udowodniono, że Andrew Wakenfield fałszował badania i odebrano mu nawet prawo wykonywania zawodu – powiedział Wojtek. – Ja się też nie zgadzam z tezą, że obowiązek szczepienia byłby atakiem na moją wolność. Jeżeli potrzebna jest dla zatrzymania epidemii odporność narodowa, to trzeba zmusić opornych. Zawsze to lepsze niż nowa fala zakażeń – podkreślił. – Dopiero jak nas znowu zamkną w mieszkaniach, stracę wolność – dodał.

Widać wyraźnie, że do akcji przekonywania do szczepień powinni się włączyć wszyscy już przekonani. Nie możemy jednak – jak antyszczepionkowcy – grać na emocjach i sięgać do naturalnych obaw. Potrzebna nam rzetelna naukowa wiedza ze źródeł pochodzących ze środowisk pracujących nad tym problemem. Dobrym przykładem mogą być materiały o szczepionkach, które zamieścił na swojej stronie nasz Szpital Specjalistyczny w Nowym Sączu (w Narodowym Programie Szczepień – szpital węzłowy). <https://www.gov.pl/web/zdrowie/materialy-informacyjne-dla-szpitali-i-pacjentow-dotyczace-szczepien-przeciwno-covid-19>.

PODKOWA

MARIA HALINA STARZYK



Fot. M.H. Starzyk

Na dno mojego biurka schowałam końską podkowę. Jest mocno skorodowana, widać długo leżała w ziemi. Znalazłam ją dawno temu, jednego z tych wiosennych dni, gdy sprawdzałam wykonanie wiosennych uprawek. Wtedy po głębokiej orce i bronowaniu wydostawały się na wierzch gleby metalowe przedmioty: fragmenty złamanych lemieszów, zęby kultywatorów i bron, ale najczęściej podkowy. Zbieraliśmy je wszyscy, bo według przesądu, przybite do drzwi domu, przynoszą szczęście. Ja swoją włożyłam do szuflady (nie odważyłam się rujnować drzwi), teraz przypomina mi to, co jest już przeszłością – konie robocze i moje zawodowe życie.

Konia, to piękne zwierzę, udomowiono kilka tysięcy lat temu, ale nie od razu zaprzęgnięto do pług. Był wierzchowcem. To z jego grzbietu poznawano i zdobywano nowe ziemie. Z azjatyckich stepów na podbój Zachodu wyruszali skośnoocy jeźdźcy na małych kudłatych konikach. Attyła „Bicz Boży” pustoszył Europę. Czyngis-Chan był władcą największego imperium w historii, a okrutny Tamerlan, przed którym drżał cały świat, tworzył równocześnie wśród stepów wspaniałą kulturę w zadziwiającej do dziś Samarkandzie. Tatarskie plemiona przez wiele stuleci pustoszyły polskie ziemie, pamięć o tym trwa jeszcze – pozostał nam hejnał mariacki i krakowski Lajkonik. To od tych wschodnich plemion przejęliśmy „do bachmata upodobanie”. Przez wiele stuleci konnica była najważniejszym rodzajem wojskowej

broni, koń wraz z jeźdźcem stanowili w niej jedność. Ciężka jazda – skrzydlate wojsko husaria – niczym pancerny walec starła nieprzyjaciela pod Kircholmem, Chocimiem i Wiedniem. Lekka jazda, szybka w pochodach i w boju, najlepiej pokazała swe zalety i męstwo w kilkuminutowym ataku szwoleżerów na wąwóz Somosierry. Po pierwszej wojnie światowej, w czasie której nad Somoną i Marną piechota latami tkwiła w okopach niszczona ogniem artyleryjskim, bombardowana z samolotów i truta gazami, ruszyła ze wschodu na zachód ostatnia Armia Konna niosąc na swoich czerwonych sztandarach hasła światowej rewolucji. Ułani „malowane dzieci” poszli w nierówny bój we wrześniowe dni trzydziestego dziewiątego roku, ich piękne konie ginęły wraz z nimi i ich fantazją.

Nie zastanawiamy się nad losem koni służących we wszystkich armiach świata. Nie rozumiały swych panów, gdy chociaż posłuszne ich rozkazom, gnały w szalonym pędzie naprzeciw takim samym zwierzodom, tratowały ludzkie ciała, łamały nogi w rozpaczliwych ucieczkach, znosiły głód i cierpienie w długich marszach. Wojny były wojnami nie ich lecz ludzi, chociaż cierpiały jednak i także ich trupy gęsto zaścierały pobojowiska.

„Czcigodne, dobrotliwe konie

Padłe w męczeństwie dobrowolnem

Za grzech i pychę ludzkiej hordy (...)

Leżały śmiercią usztywnione

I puste wewnątrz. Ptaki polne

W prętach ich żeber gniazda wiły” – mówi poeta w „Kwiatach polskich”.

Imiona niektórych z nich zachowały się w ludzkiej pamięci. Wiemy, że koń Aleksandra Wielkiego zwał się Bucefał, Stefan Czarniecki miał Taranta a Marszałek Piłsudski słynną Kaszankę. Były towarzyszami i wiernymi przyjaciółmi człowieka. Koń dodawał splendoru, świadczył o statusie – tylko monarchów zaszczycano konnymi portretami. Mają takie cesarz Karol V, król Władysław IV i Napoleon. Słynne konne posągi: Marka Aureliusza, „jeźdźca miedzianego”, Piotra I i księcia Poniatowskiego, któremu „Bóg powierzył honor Polaków”, są do dziś

ozdobą miejskich placów. Mianowano je konsulami, karmiono migdałami, okrywano królewską purpurą, mieszkaly w stajniach z marmurowymi żłobami i kryształowymi lustrami, kuto złotymi podkowami, by potem mogły je gubić na rzymskim bruku. Te absurdalne działania były wyrazem pychy i ambicji ich właścicieli; one zapewne wołałyby zielone pastwisko o bujnej trawie, żłób pełen obroku i staw pod niebem wybitym złotym owsem gwiazd, w którym można pławić się do woli...

Były cenne, dbano więc o nie. Były przedmiotem dumy, przez nie tracono majątki, śpiewano o nich pieśni. Stały się symbolem dzikiej, nieokiełznanej wolności i piękna równego tylko pięknu okrętu pod rozwiniętymi żaglami i kobiety, której trzy cechy powinny posiadać: piękną pierś, piękne włosy i ustępliwość.

Nowe rodzaje broni: artyleria, szybkostrzelne karabiny, czołgi i samoloty pozwoliły, by wreszcie te zwierzęta przeszły do cywila. Jeszcze w wojskowym ceremoniale paradują przed brytyjską królową i francuskim prezydentem. Obraz konia, idącego stępa z pustymi strzemionami za trumną Kennedy'ego, jest dla mnie symbolem tych czasów, które minęły bezpowrotnie.

Obok koni służących w wojsku, zawsze były konie robocze, konie czasu pokoju. Gdy te pierwsze powoli wycofywano ze służby, te drugie coraz liczniejsze, nabierały znaczenia. To one rozwoziły towary, ciągnęły karety i dyliżanse, przewoziły pocztę. Pracowały w gospodarstwach rolnych i w kopalniach. Dzięki ich sile, wytrzymałości i cierpliwości rosło bogactwo ludzi i narodów. Licho żywione, pracujące nieraz ponad siły, czasem bestialsko traktowane jak ta dorożkarska szkapka w przejmującym opisie Dostojewskiego w „Zbrodni i karze”, były dla swoich właścicieli całym majątkiem. Koń zawsze świadczył o właścicielu, nie tylko o zasobności gospodarza, ale i o jego człowieczeństwie. Pamiętam rozmowy gospodarzy, wielu „koniarzy” – fantastów i zmyślaczy, którzy godzinami potrafili opowiadać o koniach własnych i cudzych, o ich zaletach i wadach. Znali i pamiętali całe końskie pokolenia, nawet z okolicznych powiatów. Posądzenie o sprzedaż ochwaczonego wałacha było powodem wieloletnich sporów i bijatyk na wiejskich weselach. Coś z tego przetrwało. Po wielu latach podobne emocje można było obserwować u pierwszych właścicieli aut – syrenek i fiatów. Koń pozostał w nazwie jednostki mocy i dzisiaj częste pytanie: „ile masz koni”? – dotyczy tych spod maski samochodu, a ich liczba jest nadal dla wielu miarą wartości człowieka. Ale te żywe silniki – konie – przeminęły. Znacznie sprawniejsze maszyny parowe, silniki elektryczne i spalinowe spowodowały, że żywa siła mniej jest potrzebna. Dotyczy to nie tylko koni, ale też ludzi – ich fizycznego wysiłku. Przecież dzisiaj do prozaicznego ubijania piany częściej używamy kuchennego robota niż zwykłej trzepakczki!



W latach powojennych było w Polsce ponad milion koni, dziś jest ich niewiele. Odeszły cicho, niepostrzeżenie. Poznikały z naszego krajobrazu Bałki, Siwe i Kasztany. Odjechały do włoskich rzeźni i zakładów Bacutilu. Poznikały furmanki – drogowe zawalidrogi. Od lat nie słyhać człapania, które niosło się przy końcu nocy od szosy wiodącej do Starego Sącza – to konie szły na środowy jarmark. Wraz z nimi znikła część materialnej kultury, dorobku wielu pokoleń. Zmienia się krajobraz, nie uprawia się wąskich jak wstążka zagonów na spadzistych zboczach. Rzadko można tam zobaczyć człowieka idącego za pługiem ciągnionym przez drobnego konika. Ostały się jeszcze resztki wielkich stadnin i znowu do dobrego tonu należy posiadanie wierzchowego konia. Coraz mniej jest kowali, rymarzy i stelmachów. Dożywają ostatnich dni fornale, którzy kiedyś pracowali „na pańskim”, zadzierzyści furmani, stangreci powożący dziedzicowymi a później dyrektorskimi bryczkami. Jeszcze w latach 60. na praktyce w PGR-ze, zadawałam szyku, wieziona taką bryczką zaprzęzoną w parę karych, wypasionych koni, jadąc po zakupy do pobliskiego miasteczka.

Także moja praca zawodowa związana była z końmi. Tworzyliśmy nowe odmiany owsa, którego ziarno jest najważniejszym składnikiem końskiego obroku. Odmianom tym nadawano takie nazwy, jak Pegaz, Celer, Bachmat, Siwek. Jednak coraz rzadziej sieje się je na polach wielkich gospodarstw rolnych, jak też na małych podgórszych spłachetkach, gdzie tylko one dawały jaki taki plon. Moja praca traciła sens, bo szybko ubywało tych, dla których przeznaczone były jej owoce. Ale takie są koleje dziejów i trzeba się z tym pogodzić. Hic transit... Zostały mi pamiętki – ta podkova znaleziona na nadunajeckiej równi i obraz kupiony za pierwszą autorską premię. Na nim, na tle brunatno-zielonego wzgórze, idą po zaoranym zagonie człowiek i koń.

ROZMOWA Z BASIĄ

MARIA BARAN

Czytelnicy „Biuletynu SUTW” w każdym numerze znajdują ciekawe teksty stworzone przez Barbarę Gieroń. Jej materiały są bardzo różnorodne: opowieści o drzewach, przyrodzie, miejscach wartych poznania, wywiady, bajki. Dała się również poznać jako utalentowana malarka z bogatą wyobraźnią. Współtworzyła spektakle teatralne i w nich występowała. Krótko mówiąc wszechstronna humanistka, która swoją aktywnością intelektualną i kulturalną dostarcza wiedzy i przeżyć artystycznych innym. To moja króciutka charakterystyka Basi. A co opowiedziała o sobie, odpowiadając na moje pytania? Poczytajcie.



Barbara Gieroń

1/ Czy Twoja twórczość dziennikarsko-literacka i artystyczna ma jakieś podłoże teoretyczne zdobyte w szkole, na studiach, czy pracowałaś zawodowo w tych „branżach”? Czy też talenty drzemały w Tobie i w pewnym okresie życia się obudziły?

Niestety, piszę i maluję „bezprawnie”. Zafascynowana w wieku trzynastu lat chemią (podświadoma skłonność do destrukcji rzeczywistości) ukończyłam technikum chemiczne – liczba godzin języka polskiego, w tym obowiązkowych lektur w podstawie programowej szkoły,

była oczywiście zmniejszona. Obawiając się wykonywania (do końca tak zwanego życia zawodowego) kilku tych samych analiz chemicznych, skończyłam biologię. Po to tylko, by blisko trzydzieści lat babrać się w wielopolskim kurzu i błocie przy próbach tworzenia nowych odmian owsa. Myślę jednak, że w całym tym „kreowaniu” przyszłości podstawową rolę w moim życiu odegrały rozmaite książki. W momencie, gdy litery zaczęły się dla mnie składać w słowa, słowa w zdania, a zdania w treść, mogłam pojąć nie tylko opowiedzianą historię, ale również zmienić jej zakończenie. A bazę dla wyobraźni stanowiły logika matematyczna, przyrodnicza i fascynująca mnie od bardzo wczesnej młodości mitologia.

2/ Czy pamiętasz swój pierwszy tekst, pierwszy obraz. Co było inspiracją do ich stworzenia?

W czwartej klasie podstawówki popełniłam pierwszomajowy wierszyk, którego szczęśliwie nie pamiętam. W piątej raz w tygodniu pisałam streszczenie kolejnego odcinka telewizyjnego serialu „Zorro”, a list przysyłałam babci do Nowego Sącza. Ubarwione relacje z wakacji mogły wywoływać przerażenie moich rodziców. Pomijając więc wszystkie prace archaiczne i konieczne, zaczęłam dopiero pisać na zajęciach SUTW prowadzonych przez panią Kasię Godek. Jednym z pierwszych, ważnych dla mnie tekstów, był na pewno napisany na konkurs literacki SUTW i wydrukowany w nagrodę w Gazecie Krakowskiej „Ogród”. Próby literackie na pewno w moim przypadku były bardziej udane niż malarskie. Decydowały o tym wiek i warsztat pracy – kawałek papieru, łamiące się kredki i tępa temperówka. We wcze-

snym dzieciństwie, świadoma własnej niedoskonałości, żądałam, aby to opiekunowie rysowali dla mnie. Niestety, ich prace także doprowadzały mnie do łez. Na swoją malarską ekspresję musiałam więc poczekać do wieku bardziej niż dojrzałego, czyli zajęć w BWA „Pod Jagiełką”. Każdy zresztą zadawany temat i kolejny mentor-artysta – Katarzyna i Marek Lebdowiczowie, Mariusz Brodowski, Jerzy Michalak czy Krzysztof Kuliś wprowadzali mnie na inny poziom wyobraźni i ekspresji.

3/ Co dało Ci i daje uczestnictwo w zajęciach na SUTW?

Odpowiadając kiedyś na pytanie „co mi dał Uniwersytet Trzeciego Wieku” odpowiedziałam, że przede wszystkim – wiedzę. Ale czy tylko to? Bo faktem jest, że bardzo wiele moje szare komórki skorzystały z możliwości uczestniczenia w wykładach, przy tym z dziedzin, którymi sama prawdopodobnie nigdy bym się spontanicznie nie zainteresowała. Mogłam więc w miarę swobodnie zgłębiać świat filozofii, literatury i sztuki, przyrody, psychologii i medycyny, nawet obcym mim fascynacjom, ekonomii i polityki.

Ale przecież równie bezcenne jest poznanie osobistych predyspozycji, być może nawet talentów. Odkrycie, że potrafi się pisać, bez paralizującego wstydu, o własnych uczuciach czy przemyśleniach; że na zajęciach z językoznawstwa czy dziennikarstwa można to wszystko głośno przeczytać bez, odbierającej przy tej okazji oddech, tremy. Przyjemność, że można namalować coś, co podoba się innym, a wykonany stroik stanowi dla kogoś prezent lub nagrodę.

A reasumując, to przede wszystkim te zajęcia i spotkania pozwoliły mi na pozbycie się nadmiaru nieśmiałości w prezentowaniu własnych poglądów. Także na zawarcie nowych znajomości, nawet przyjaźni.

4/ Skąd czerpiesz pomysły i wiedzę do na przykład opowieści o drzewach? Czy trudniej jest stworzyć obraz niż napisać tekst? Co jest najtrudniejsze w procesie tworzenia?

Ogród, las i góry to najważniejsze scenografie mojego życia. Długowieczność drzew, ich ogrom i piękno zasługują na podziw i szacunek. Masowe, coraz szybsze wyrzynanie lasów jest zwyczajną zbrodnią, a opowiadanie, że w miejsce ściętych stu-, dwustu-, trzystuletnich i starszych drzew posadzi się nowe i będą one lasem (kiedyś), jest najdelikatniej mówiąc bezmyślnością. Kiedy więc piszę o drzewach,

to zawsze staram się wspomnieć jak są pożyteczne, jak były dla ludzi ważne, jak były przez nich czczone. Wydaje mi się również, a przynajmniej mam taką nadzieję, że w moim przypadku pisane przeze mnie teksty mają pewną strukturę obrazu, a obrazy lekki schemat opowieści. Myślę, że przy tworzeniu czegokolwiek ważna jest świadomość, pewne techniczne umiejętności, skupienie, nastrój, dziecięca spontaniczność i stworzona przez nas „miejscówka”. Inny obraz powstanie na błękitnym, a inny na czarnym tle. Inny, gdy w trakcie malowania słuchamy Szopena, Mahlera, Rachmaninowa. Jeszcze inny przy dźwiękach bluesa, jazzu, rocka czy w ciszy. Podobno nawet nasz strój określa naszą podświadomość.

5/ Która z „uprawianych” dziedzin daje Ci najwięcej radości i satysfakcji?

Jeżeli się zastanowić, to wydaje mi się, że pętam się na obrzeżach tzw. twórczości (brak papierów sankcjonujących ekshibicjonizm). Dlatego też bezkarnie aktywizuję się naprzemiennie. Niestalość, ale także radość i drobna satysfakcja są zdaje się cechą mej niedoskonałości.

6/ Współtworzyłaś z zawodowym reżyserem Jerzym Michalakiem spektakl teatralny „Madonny” – jak oceniasz swój udział i wpływ na efekt ostateczny tego przedsięwzięcia? Czy przed występami masz tremę?

W szkole podstawowej występowałam w teatrze kukielkowym. Musiałam, bo prowadziła go moja mama. Szczęśliwie przed okiem widzów skrywał mnie parawan. Na SUTW moja aktywność teatralna zapoczątkowana została przez nieporozumienie. Myślałam, że będę techniczną. Pozamiatać, przestawić dekorację, podać



rekwizyt, ewentualnie z halabardą w tle. Okazało się, że niestety na powitanie każdy musi przeczytać fragment „Obcego” Camusa. Na głos. Czytałam więc dzielnie, na całkowitym bezdechu całkiem inne słowa. Ale po dwusemestrowej zabawie w piwniczce Małej Galerii wystąpiłyśmy przed publicznością (panowie skreczowali). Mimo że wcześniej umierałam ze strachu, gdy przyszło do występu, tekstu nie zapomniałam i przeżyłam. Genialnie nie było, ale cóż, pierwsze koty za płoty. Kolejnym projektem był Magiczny Stolik Teatru (w moim przypadku – bajka) i mój pierwszy scenariusz do bajek Ireneusza Ireduńskiego. Cztery koleżanki z SUTW, jeden stolik, cztery taborety i umownie zabawowe rekwizyty dały trzynaście przedstawień – w Małej Galerii, Domu Opieki Społecznej, Szkole Podstawowej, kilku sądeckich przedszkolach. Bawiłyśmy się doskonale. Kiedy nadszedł czas na „Madonny” („Madonny Polskie” Jerzego Harasymowicza) grupa była na tyle skonsolidowana, że „czuła bluesa”. Jerzy Michalak powierzył mi napisanie scenariusza tego spektaklu. Gdy udało się rozpisac na role poszczególne wiersze (w każdym inna Madonna”recytatorka”), reszta była już prostsza, szczególnie, że naszym reżyserem, kostiumologiem i pomysłodawcą ruchu scenicznego był właśnie Jerzy. W tym spektaklu musiałyśmy opanować nie tylko tekst, ale i ruch. Dla mnie właśnie ten spektakl był ukoronowaniem mojej aktywności teatralnej.

7/ Co najbardziej cenisz u ludzi, a co Cię denerwuje?

To niekiedy trudno ocenić, zwłaszcza tu i teraz. Ale chyba przede wszystkim darzę szacunkiem prawość, wiedzę

i umiejętność posługiwania się rozumem. Denerwuje mnie za to gloryfikowanie wszechobecnej głupoty. Także okazywanie innym pogardy, małostkowość, cwaniactwo i kręctwo.

8/ Jakie masz plany, marzenia?

Właściwie nie planuję. Bo trudno nazwać planowaniem świadomość konieczności dokonania codziennych powinności, comiesięcznych opłat czy zdecydowanie rzadszych aktywności remontowych. To musiałyby być dalekosiężne plany dostępne wizjonerom międzyplanetarnym bądź chociażby rekinom finansowym wspomagającym, często teoretycznie, maluczkich. Z moim doświadczeniem życiowym mogę ewentualnie pomarzyć. O podróżach inspirowanych szumem płynącej wody czy wiekowego lasu, zapachem nieskoszonej łąki, obrazem barwnego ogrodu Moneta, górskiego urwiska, białego nadmorskiego piasku, rozgwieżdżonej nocy i cichego średniowiecznego miasta, świadka aktywności wielu pokoleń i może nawet miliardów spełnionych i niespełnionych marzeń.

Basiu, dziękuję za rozmowę. Jestem przekonana, że dalej będziesz dzielić się z nami swoją głęboką wiedzą o przyrodzie, kulturze i wielką wyobraźnią artystyczną poprzez nowe teksty, obrazy, fotografie. A my na tym skorzystamy – dowiemy się czegoś ciekawego, spojrzymy na niektóre sprawy zupełnie inaczej, zdziwimy się lub wzruszymy.





GALERIA PRAC
BARBARY GIEROŃ





dr n. med. Andrzej Fugiel

WYKŁADY



Dyplomy dla uczestników VIII Ogólnopolskiej Zimowej Senioriady na Podhalu 2021 w Rabce-Zdroju (zdalna)



Fot. Józef Bartkowski



dr Stefan Florek

ZAJĘCIA AKTYWNOŚCI RUCHOWEJ NA SALI



Fot. Zofia Pychyrek



Fot. Józef Bartkowski



Trening pamięci dla seniorów



Stres i techniki radzenia sobie z nim



Fot. Józef Bartkowski



Trening kreatywnego myślenia





GALERIA PRAC KRZYSZTOFA KULISIA



Fot. Barbara Gieron



O TWÓRCZOŚCI I FASCYNACJACH KRZYSZTOFA KULISIA

ROZMAWIAŁA Z MISTRZEM BARBARA GIEROŃ

Krzysztof Kuliś: Absolwent Akademii Sztuk Pięknych w Krakowie, dyrektor Biura Wystaw Artystycznych w Nowym Sączu, prezes Związku Polskich Artystów Plastyków, prezes i założyciel Stowarzyszenia Pastelistów Polskich, juror, komisarz wystaw, malarz, scenograf, organizator plenerów, recenzent. Aktualnie na emeryturze, ale czynny artystycznie.



Fot. Barbara Gieroń

Jak to się stało, że został Pan artystą?

Prawdopodobnie przez zbieg okoliczności. W wyniku rodzinnych perturbacji moja mama, wcześniej pozostająca w domu, musiała podjąć pracę zarobkową. Mnie ulokowała w świetlicy działającej przy szkole ćwiczeń w Nowym Sączu, gdzie świetliczanka Irena Włodyka entuzjastycznie inspirowała dzieciaki do spontanicznej twórczości plastycznej. Irena Włodyka szczególnie

pasjonowała się malarstwem na szkłe i miłość do tej techniki przekazywała także dzieciom. Co prawda w tym wieku wolałam kopać piłkę, ale też szybko okazało się, że za rysowanie w imieniu koleżanek i kolegów krasnoludkowych komiksów i pamiątkowych obrazków uzyskuję sensowne profity (owoc, kanapka, czekoladka). Udało mi się wygrać również ogólnopolski konkurs rysunkowy, za co szkoła otrzymała jakieś nagrody rzeczowe. Zrecenzowała moje rysunki (przychylnie) także Maria Ritter. Obie panie, jako pierwsze, pokazały mi barwne wydawnictwa albumowe z dziedziny sztuki, a wywierając istotny wpływ na moich rodziców, do-

prowadziły do rozpoczęcia przeze mnie nauki w Liceum Plastycznym w Krakowie. Rodzice do tego stopnia nie akceptowali mojej drogi życiowej, że z trudem znieśli także moje studia na wydziale malarskim krakowskiej Akademii Sztuk Pięknych.

Czy ktoś miał szczególnie istotny wpływ na rozwój pańskiej twórczości?

Będąc zamiejscowym uczniem krakowskiego liceum, gdzie artystycznie opiekował się mną Józef Kluza, mu-

siałem zamieszkać w bursie szkół artystycznych. Pracownikiem internatu, który zainteresował się zwyczajnym chłopakiem z Nowego Sącza, był Stanisław Szuro ps. „Zamorski”, uczestnik kampanii wrześniowej, więzień obozów hitlerowskich i komunistycznych, historyk. Studiując, mieszkałem w pokoiku u rodziny Stanisława Szury, gdzie napotkałem świat inteligentnego domu. W Krakowie odkryłem nie tylko teatr, kino i muzea, również Jamę Michalika czy Piwnicę pod Baranami.

Najważniejszy wpływ na mój warsztat twórczy miały oczywiście studia. Malarstwo studiowałem pod kierunkiem pierwszej kobiety na stanowisku profesorskim Akademii Sztuk Pięknych w Krakowie, zaliczanej do czołowych i najbardziej typowych przedstawicieli nurtu kolorystycznego – kapizmu, Hanny Rudzkiej-Cybisowej. Kolor, kontrast i faktura stały się tym samym dominującym elementem także mojej twórczości.

Ponieważ studiowanie i pobyt w Krakowie sprawiały mi niespodziewaną przyjemność, a wzrastało również moje zainteresowanie teatrem, na pewien czas moim mentorem – scenografem stał się profesor Andrzej Stopka. Niestety poróżniło nas zwycięstwo Nowego Sącza nad Nowym Targiem w słynnym telewizyjnym Turnieju Miast. Musiałem więc zmienić pracownię i nauczyciela, na profesora Franciszka Walczowskiego. Dyplom broniłem w zakresie tkaniny artystycznej (1970) według projektu „Moja obiektywizacja rzeczywistości”.

Czy ucząc plastyki w szkole ewentualnie dyrektorując w BWA napotkał Pan lokalne talenty plastyczne warte poświęcenia im profesjonalnej uwagi?

Po ukończeniu studiów i założeniu rodziny nie tylko mallowałem. Byłem kierownikiem dekoratorni w Karpackiej Brygadzie WOP, potem dekoratorni WSS SPOŁEM w Nowym Sączu, w końcu dyrektorem Biura Wystaw Artystycznych w Nowym Sączu. W tym ostatnim przypadku, w ramach wolontariatu i na część etatu, pracowałem przez kilka lat w I Liceum Ogólnokształcącym im. Jana Długosza w Nowym Sączu. To wtedy udało się przyciągnąć młodzież, nie tylko licealną, do BWA. Przy BWA działał Klub Sztuki. Prowadzone były zajęcia plastyczne, z malarstwa i rysunku architektonicznego. Odbywały się wykłady z historii sztuki, wyświetlano tematyczne filmy.

W ramach trzykadencyjnego przewodniczenia Oddziałowi nowosądeckiego Związku Polskich Artystów Plastyków, będąc też bezpartyjnym radnym miejskim w Nowym Sączu, starałem się nieść ewentualną pomoc i wsparcie, nie tylko finansowe, potrzebującym kolegom, także sądeczanom. Staraliśmy się w Związku nie tracić z oczu potrzeb Ewy Harsdorf, Ireny Włodykowej czy Jana Olszaka. Promowaliśmy młodych – Ryszarda

Miłka, Krzysztofa Bojarczuka, Wacława Jagielskiego i innych.

Czy któryś z powszechnie uznanych tzw. wielkich malarzy jest Panu bliski/ważny?

Od pierwszego wejrzenia – Pierre Bonnard. To jeden z najwybitniejszych dwudziestowiecznych kolorystów. Oprócz tworzenia wspaniałych obrazów ilustrował książki, był ilustratorem pisma *La Revue blanche*, projektował kostiumy i plakaty teatralne. Ale jak to mówią: każdy ma swój dzień na innego świętego. Więc czasami jest to Gauguin a czasami Klimt i jeszcze wielu innych.

A kierunek w malarstwie/sztuce?

Być może, że to przez Pierre Bonnarda. Impresjonizm.

Co według Pana jest szczególnie ważne dla procesu twórczego?

Fantazja, wyobraźnia, niekiedy wiedza, a często brak poczucia wstydu. Nie można być grzecznym!

Skąd Pan czerpie inspirację twórczą?

Z fantastyki. Zaraził mnie „radomszczański” dziadek, były carski gwardzista, który już wtedy gdy byłem małym dzieckiem wierzył, że ludzie polecą na księżyc. W mojej biblioteczce „Na srebrnym globie” Żuławskiego, powieści Tolkienu, Poe, wszystkie Stanisława Lema stanowią prelude dla mojej ewentualnej inspiracji. Istotą jest jednak to, by wyobraźnia była podparta zdolnością do realizacji wizji.

W pewnym momencie w Sądeckim Centrum Seniora (zresztą w lokalu pańskiego wieloletniego dyrektorowania) prowadził Pan zajęcia malarskie dla seniorów. Odniosłam wrażenie, że pracując nad przybliżeniem uczestnikom spotkań idei i wrażliwości plastycznej napotykał Pan na opór „materii”. Dla wielu osób odstępianie od nabytych przyzwyczajęń było zbyt bolesne. Czy podejmie Pan w przyszłości próbę kształcenia „w sztuce” osób starszych?

Odnoszę wrażenie, że już jestem za stary i zbyt doświadczony na takie eksperymenty. Więc raczej nie.

Czy zajmując się jakimkolwiek aspektem pracy twórczej można się uodpornić na krytykę?

To niemożliwe, choć próbować trzeba. Ale ja mam ten komfort, że nie muszę się martwić z tytułu bycia niedocenionym malarzem-artystą. Z racji intensywnej działalności zawodowej i społecznej, uważając się przy tym za artystę „przy okazji”, nie musiałem cierpieć z powodu ewentualnego odrzucenia. Uważam przy tym, że nie zdradziłem sam siebie, a robię to, co lubię.

Czy któreś z miejsc w świecie (muzeum, obraz, plener itp.) jest dla Pana szczególnie ważne?

Luwr. Na nieoczekiwane zaproszenie kolegi dotarłem do Paryża, z dokumentami, ale bez pieniędzy i adresu zapraszającego (kradzież w podróży). Przetarwałem, wbrew logice obdarowano mnie (biedny artysta z Polski) wejściówkami (ważnymi kilka miesięcy) do niejednego francuskiego muzeum, ale na wszystko mogłem przeznaczyć jeden dzień (wyjazd). Okazało się, że ukochani impresjoniści w większości też wyjechali, z tym że do Nowego Jorku; na Luwr jedna doba to za mało, ale za to odnalazł się zapraszający kolega. Od tego czasu wiem, że do muzeum idzie się, aby obejrzeć jeden wybrany obraz.



Fot. Barbara Gieroń

Jest Pan autorem kilkudziesięciu esejów i recenzji w periodykach i katalogach wystaw. Czy któryś z tych tekstów jest Panu szczególnie bliski?

Tak. Tekst o Józefie Hałasie, urodzonym w Nowym Sączu a zawodowo związanym z Wrocławiem, artyście i pedagogu. Przybliżając nieznanemu Hałasa pisałem między innymi – jest fanatycznym miłośnikiem przyrody i zapalonym turystą... Nie odnajdzie się w Jego malarstwie prostego odtworzenia widoków. Hałas głęboko, prawie mistycznie przeżywając kontakt z Naturą – stara się namalować sens góry, drzewa czy krzyża. W niekończących się cyklach obrazów olejnych, gwaszy czy akwarel próbuje sprowadzić do czytelnego znaku relację pomiędzy tym, co widzialne i rozpoznawalne, a jego znaczeniem emocjonalnym, intelektualnym czy metafizycznym wreszcie. Profesorowi tak się spodobał tekst, że przetłumaczył go na kilka języków obcych.

Bardzo też sobie cenię tekst do wystawy Janusza Trzebiatowskiego (Malarstwo – w Tryptyk Armenii).

Przygotowywał Pan scenografię i projekty kostiumów do przedstawień teatralnych wystawianych przez Teatr Robotniczy w Nowym Sączu. Występował Pan również na scenie. Czy planuje Pan kontynuację takiej działalności artystycznej?

Teatr fascynuje mnie od czasu młodości. Stąd chęć studiowania scenografii, zainteresowanie kostiumem i przestrzenią sceniczną. W Nowym Sączu związałem się z Teatrem Robotniczym. Duże wrażenie na widzach zrobiła inscenizacja „Dziadów” Adama Mickiewicza w reżyserii Agaty Konstancy w synagodze sądeckiej (1974/75). Tu byłem scenografem. Po tym spektaklu dokonano remontu kapitalnego budynku służącego później sztu-

ce przez wiele lat. Do sztuk wystawianych w Domu Kultury Kolejarza opracowałem liczne scenografie, że wspomnę „Antygonę” Sofoklesa w reżyserii Agaty Konstancy, „Odejście Głodomora” Tadeusza Różewicza czy „Chorego z urojenia” Moliere w reżyserii Janusza Michalika. Wykonywałem także scenografię do widowisk plenerowych Krzysztofa Jasińskiego w Nowym Sączu. Wyreżyserowałem też, wystawioną w klubie LACHY (1985), „Mątwę” Stanisława Ignacego Witkiewicza. Z okazji 100-lecia Teatru Robotniczego i Obchodów Roku Bolesława Barbackiego zapraszano mnie do współpracy przy realizacji tego projektu. Jestem wiernej swojej pasji teatralnej i temu teatrowi, więc kto wie. Pora na konkrety i może się uda.

Co dla Pana jest największym/najważniejszym dokonaniem zawodowym?

Zorganizowanie najpierw Ogólnopolskiego a następnie Międzynarodowego Biennale Pasteli. Dzięki temu Nowy Sącz stał się miejscem rozpoznawalnym artystycznie. Pastel przez dziesięciolecia był postrzegany jako technika nietrwała, niewarta uwagi. Sam zresztą odkryłem ją przypadkiem, gdy w drodze na wakacyjny wyjazd zabrakło w sklepie dla plastyków przyznanych dla mnie farb. Bo młodzi ludzie nie mają pojęcia, że farby przyznawano imiennie i zgodnie z przynależnością artystyczną. Byle śmiertelnik nie miał szans na olej, akryl czy temperę.

O co nie zapytałam a powinnam?

O resume? Zadeklaruję więc, że czuję się człowiekiem spełnionym. Mam syna, córkę i ciągle tę samą kochającą i ukochaną żonę, wybudowałem dom, zasadziłem niejedno drzewo. I nie straciłem nadziei na ewentualną artystyczną i nie tylko taką przyszłość.

KASZTANOWIEC CZY KASZTAN

BARBARA GIEROŃ



Fot. Barbara Gieroń

Kasztanowiec zwyczajny, zwany również **białym**, z rodziny mydleńcowatych, pochodzi z Półwyspu Bałkańskiego. Porasta górskie wąwozy i nadrzeczne doliny Grecji, Albanii, Bułgarii i Turcji. Spotykany jest na Kaukazie, w północnym Iranie a nawet do tysiąca dwustu metrów w Himalajach. W szesnastym i siedemnastym wieku rozpoczął kasztanowiec – za sprawą, jak twierdzą niektórzy, inwazji tureckiej na Europę – wędrówkę przez świat. Pierwsze kasztanowce zasadzono w 1576 roku w Wiedniu, w ogrodzie Maksymiliana II. Car Piotr I, dla uczczenia przejścia w posiadanie w 1710 roku Rygi, osobiście w carskim ogrodzie zasadził grupę kasztanowców.

Kasztanowiec nie ma zbyt cennego drewna, ale piękną, okazałą sylwetką, stał się więc drzewem parkowym. Obsadzano nim także i trakty drogowe. Zdobił place i miejskie rynki, jak choćby ten „ratuszowy”, który jeszcze ciągle w Nowym Sączu ocenia zmęczonych lokalnym bezwładem konsumentów rzeczywistości. Niestety, pod koniec dwudziestego wieku przywędrował za kasztanowcem z Bałkanów zjadliwy motyl, a dokładniej mordercze jego larwy, szrotówek kasztanowcowiaczek. Aby więc czas majowych matur można było i w dwudziestym pierwszym wieku kojarzyć z kwitnącym kasztanowcem, podejmuje się z bezwzględny motylem chemiczną walkę.

Kasztanowiec zwyczajny, ze względu na swą wielkość i urodę, wzbudzał od lat nostalgiczną tęsknotę za przeszłością, a być może nawet beztróską młodością. To w końcu drzewo o mocnym pniu, pachnących kwiatostanach i lśniących, po opuszczeniu zielonej koleczastej osłony, owocach – kasztanach.

stanach i lśniących, po opuszczeniu zielonej koleczastej osłony, owocach – kasztanach. Kojarzone z wiosną (pora kwitnienia), z latem (pora owocowania) i z jesienią (zbiory), z oczekującą świetlanej przyszłości chmurną młodością (egzaminami dojrzałości) i spełnieniem pragnień ostatecznych (masowa produkcja kasztanowych ludków i zwierzaków z wnukami wsparta ewentualnym zastosowaniem maści kasztanowej na opuchnięte, bolące stawy). Różne mikstury pozyskane z kasztanowca mogą leczyć nie tylko nadciśnienie, ale nawet, co w pewnym wieku nie jest bez znaczenia, sklerozę. Pamiętając o kasztanowcu możemy zatem wspominać. W minionym wieku Wojciech Gąsowski śpiewał przecież: *Gdzie się podziały tamte prywatki niezapomniane, Elvis, Sedaka, Speedy Gonzales albo Diana, ...tuż przed maturą kwitły kasztany, żyło się jak we śnie*. Współczesne księgi ezoteryczne przekazują również sposoby na pozbycie się bezsenności i dolegliwości reumatycznych. Wystarczy 60 dojrzałych kasztanów (owoców) ukrytych pod materacem.

Ponieważ na ogół nic nie jest proste i łatwe, to na świecie rośnie również w Europie płd., Afryce płn. i w Chinach malownicze drzewo – **kasztan jadalny**. Owoce kasztana jadalnego były znane i spożywane na terenie Kaukazu już w prehistorycznych czasach. Między Morzem Kaspijskim i Morzem Czarnym kasztany jadalne uprawiano jako drzewa owocowe w IX-VII wieku p.n.e. Stamtąd rozprzestrzeniły się do Grecji i na Balkany, a wraz z Rzymianami dotarły aż do Brytanii. W średniowieczu kasztany uratowały od głodowej śmierci liczne rodziny. Dzisiaj są cenione jako wspaniałe drzewa ozdobne parków i ogrodów. Należy więc mieć świadomość, że kiedy Natasza Zylska, Beata Rybotycka czy Edyta Górniak śpiewały: *Kochany, kochany/Lecą z drzewa jak dawniej kasztany/Wprost pod stopy par roześmianych/Jak cudny rudy grad//* to chodziło o składniki opadłe z kasztanowca zwyczajnego zwanego również białym. Pamiętajcie jednak, że na hasło: „*W Paryżu najlepsze kasztany są na placu Pigalle*” odpowiadamy „*Zuzanna lubi je tylko jesienią*”. Te kasztany są jednak owocami kasztana jadalnego z rodziny bukowatych. I to te kasztany wyciągał z ognia kot Raton, dla zjadającej je z zapalem, małpy Bertrand (W bajce La Fontaine’a – Małpa i kot). Stąd też przysłowie: *wyciągać kasztany z ognia cudzymi rękami*.

ALBUMY WSPOMNIENI

sposób na oderwanie się od pandemicznej codzienności

MARIA BARAN

Miniony rok to okres spędzony przeważnie w domach. Pomimo wielu niedogodności czasu choroby, obostrzeń i stresów, dał on możliwość „odrobienia zadań domowych”, które z różnych powodów były odkładane na później. U mnie do tych zaległych od lat zadań należało m.in. uporządkowanie zdjęć, które znajdowały się na wielu nośnikach (płytki CD, pendrivy, telefon, aparat fotograficzny). Obecne technologie pozwalają je gromadzić i przechowywać, potem wybierać, kasować, przenosić itp., a na końcu drukować. Możliwość przechowywania i archiwizowania zdjęć w wersji elektronicznej ma też negatywną stronę, bowiem bardzo często przez długi czas nie tworzymy na bieżąco albumów. Moim zdaniem (myślę, że nie tylko moim) najlepsze jest zdjęcie „wywołane”, wydrukowane, które umieszcza się w albumie. Album zawsze można wziąć do ręki, usiąść z nim wygodnie na kanapie lub przy stole i przeglądać samemu albo w towarzystwie rodziny, przyjaciół, a przy tym wspominać, opowiadać.

Wykorzystując wolny czas, przystąpiłam do pracy, mającej na celu zrobienie porządków ze zdjęciami. W komputerze założyłam kilka albumów: „Rodzina – moje Szczęścia”, „Małe i duże emerytki podróże”, „Zajęcia na emeryturze – SUTW, CEM, NFS” oraz „Inne różne”. Fotografii z kilkunastu lat mojego emerytalnego bytu nazbierało się tysiące. Zaczęła się „długodystansowa” praca – grupowanie wg albumów, potem co zdjęcie to potrzeba podjęcia decyzji: zostawić czy wyrzucić do kosza? Przeglądanie i wybór zdjęć do albumów wywoływały mnóstwo wspomnień: gdzie i co, jakie wydarzenia i emocje temu towarzyszyły. Podzielę się tu wspomnieniami, które dotyczą albumu „Małe i duże emerytki podróże”. Album z tym tytułem mogę zmieścić tylko w komputerze. Prawdziwych książkowych albumów z tego cyklu będzie kilka. Ujmując chronologicznie, moją pierwszą wielką podróżą na emeryturze była podróż do Australii w jesieni 2007 r., zaś ostatnią do tej pory to wycieczka wraz z SUTW

Fot. Maria Baran



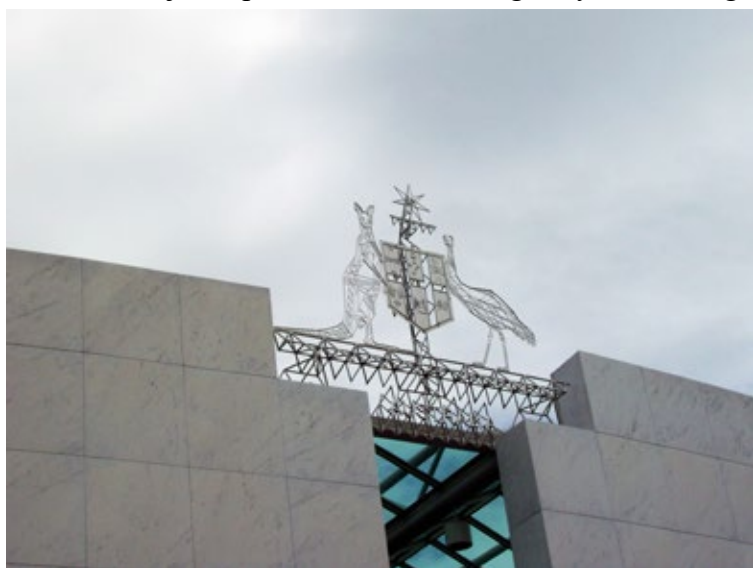


na Ukrainę do Lwowa (wrzesień 2019 r.). Pomiedzy nimi bylo jeszcze kilka wyjazdów zagranicznych i wiele wycieczek krajowych.

Podróż do Australii to „podróż mojego życia”, której z jednej strony bardzo pragnęłam, zaś z drugiej – obawiałam się. Pragnęłam, bo chciałam pobycć trochę z Córką, która tam zamieszkała, i zobaczyć egzotyczny kontynent, który jest wielokulturową mieszanką ludności i zadziwia niezwykłymi miejscami. Obawiałam się zaś długiego lotu z dwoma przesiadkami oraz już samego pobytu w Australii, bo wiedziałam, że przez pewien okres będę musiała sama sobie radzić. Spędziłam tam dwa miesiące. Razem z Córką poznawałam Sydney i okolice – m.in. słynny gmach opery, ogród zoologiczny, muzea, piękne plaże, parki, niesamowite Góry Błękitne, znajdujące się zaledwie 100 km na zachód od Sydney. Góry te swoją nazwę zawdzięczają eukaliptusom, które gęsto porastają ich zbocza i wydzielają eteryczne olejki, dzięki czemu szczyty zdają się być spowite delikatną, niebieską mgłą. Pociągiem przejechałyśmy prawie 300 km do stolicy Australii Canberrę, czyli miejsca spotkań, bo nazwa tego wybudowanego



w XX w. miasta właśnie to znaczy. Tam m.in. zobaczyłam w pobliżu australijskiego parlamentu koczowisko aborygenów, protestujących przeciwko ich dyskryminacji. Z uśmiechem i serdecznością wspominam kobietę, która kierując autobusem miejskim w Canberze zmieniła jego numer i przedłużyła trasę przejazdu po to, abyśmy zdążyły na ostatni w danym dniu pociąg powrotny do Sydney. Niesamowitych wrażeń i przeżyć dostarczyła mi „przejażdżka” po zachodnim wybrzeżu Australii, na którą wysłała mnie Córka. Właśnie stamtąd mam wspomnienia o cudownych niepowtarzalnych miejscach. Zanim je zobaczyłam, najpierw musiałam dolecieć z Sydney do Perth. Lot był ponad dwie godziny dłuższy od planowanego. Przyczyną tego była konieczność zmiany kursu i lądowania samolotu na możliwie najbliższym lotnisku, ponieważ zasłabła jedna z pasażerek. Wspominam o tym, bo nie mogłam w przewidzianym czasie tj. koło północy zameldować Córce, że jestem w Perth, co było powodem „wielkich nerwów” nas obydwu aż do godziny trzeciej nad ranem. Była to tania wycieczka – jak to określiłam – w stylu „harcerskim”, kilkunastoosobowym busikiem suzuki. Uczestnikami tej wyciecz-





ki były osoby z Islandii, Japonii, Korei, Holandii i dwójka Australijczyków. Atmosfera cały czas była bardzo ciepła, prawie rodzinna, dzięki czemu jako najstarsza i znająca język angielski na poziomie podstawowym czułam się bardzo dobrze. Kierowca busa był przewodnikiem, zaopatrzeniowcem, kucharzem, a uczestnicy bardzo szybko włączyli się do prac związanych z przygotowywaniem posiłków, myciem naczyń, sprzątaniami miejsc biwakowych. Na trasie wycieczki przy drogach i w parkach przygotowanych jest wiele miejsc postojowych, gdzie znajdują się kuchenki elektryczne, stoły, ławeczki i woda bieżąca. To pozwala na przygotowywanie przez turystów posiłków we własnym zakresie. Noclegi były w różnych miejscach, np. w opuszczonym starym gospodarstwie rolno-hodowlanym, zaadaptowanym na noclegownię, z ciepłą wodą w dość prymitywnych prysznicach, studenckim hotelu, pensjonacie nad oceanem (jak się okazało prowadzonym przez Polkę). Wieczory kończyły się pogawędkami przy lampce wina.

Zachodnie wybrzeże Australii posiada wiele przepięknych naturalnych skarbów przyrody. Australij-

czycy szczególnie dbają o takie miejsca, chroniąc je i tworząc parki narodowe. Zobaczyłam niektóre z nich, jak np. pustynia z piaskowymi wydhami, plaża z białych muszelek (Shell Beach), pustynia z kamiennymi filarami wysokimi nawet do 5 m, wyrastającymi z piasku w Parku Narodowym Nam-burg, okno na świat w Parku Narodowym Kalbarrii. W małej miejscowości turystycznej Mankey Mia byłam na plaży, do brzegów której każdego dnia podpływają żyjące na swobodzie delfiny. Dzieje się to zawsze rano o tej samej porze i wtedy gromadzą się tam ludzie, aby być świadkami takiego niespotykanego wydarzenia. Niezapomniany widok. Ponadto czerwona spalona słońcem ziemia na drogach, lasy, kangury, misie koala w lasach eukaliptusowych, kamieniste krajobrazy, piękne zachody słońca, niezamieszkałe ogromne przestrzenie – to wszystko piękna, dzika i naturalna przyroda niezniszczona cywilizacją. Wszędzie dawała się odczuć dbałość o środowisko i czystość. Jest jeszcze jedna sprawa, która została mi w pamięci. Wśród mieszkańców Sydney a także i w innych miejscach, które odwiedziłam, nie widać, niestety, rdzennej ludności tj. aborygenów. Spotkałam ich naprawdę niewiele



– kilka osób sprzedających wyroby rękodzielnicze (obrazki malowane na skórze, bumerangi, instrumenty), grupkę grających na starych instrumentach ludowych oraz jedyną kobietę pracującą przy odprawie paszportowej na lotnisku.

Będąc w Australii udało mi się razem z Córką polecieć na tydzień do Nowej Zelandii na jej południową wyspę. A tam piękna niepowtarzalna przyroda, ale to już kolejny album. Powrót do Sydney, w którym dominowały dekoracje, reklamy, witryny zapowiadające święta Bożego Narodzenia. Jeszcze kilka spacerów po mieście, ostatnia kolacja w restauracji, z której rozpościera się widok na oświetlone Sydney. Pożegnanie z Córką na

lotnisku. Długi lot i jestem w domu! Co jakiś czas przeglądam prawdziwy nie elektroniczny album ze zdjęciami („prawdziwymi” zdjęciami na papierze), ilustrującymi pobyt w Australii i Nowej Zelandii. Wspominam niepowtarzalną podróż sprzed kilkunastu lat, różne jej aspekty, a nade wszystko cudowną przyrodę i miejsca niezwykle.

Obecnie, jak się to powszechnie mówi, „wracamy do normalności”. Znowu będą wyjścia na spacer, zajęcia, spotkania, wycieczki. Należy się cieszyć z tego, gromadzić wspomnienia, tworzyć albumy a może ich tworzenie odłożyć na jesienne i zimowe wieczory.

Listy do Marii...

CZY Z NAMI LECI PILOT?

TERESA BARBARA KOPCZYŃSKA



Teresa Barbara Koczyńska

Maryniu!

Za oknami prószy śnieżek, słońce już się też pokazuje, ale generalnie „w marcu jak w garncu” to chyba nie w tym roku. Tak sobie siedzę przed laptopem i myślę („myślę” – wiem, wiem, już się śmiejesz, ale ładnie brzmi), ile to jeszcze nieodkrytych przeze mnie możliwości kryje ten mar-

twy przedmiot i wiele innych nowoczesnych urządzeń. Siedzę w domu i korzystam tak jak potrafię, a już wiem, że potrafię więcej – ale się boję klikania w „nieznane”. Znasz ten temat, bo Ty się jeszcze bardziej boisz i skuteczniej niż ja bronisz. Muszę Cię rozbawić przygodami z „techniką”, które zgotowali mi najbliżsi mężczyźni, czyli brat i syn. Jak wiesz, miałam okrągłe urodziny, oczekiwałam na gości,

w tym na Ciebie, byłam bardzo skoncentrowana na organizacji uroczystości: przygotowanie jedzonka, stołu itd. Bardzo chciałam mieć wszystko dopracowane i na czas, i sama też chciałam wyglądać jakby się czas zatrzymał 10 lat temu.

Zegar wystukiwał upływające minuty, mnie rosło ciśnienie i przerażenie: „czy zdążę”? Wcześniej przyszła moja niewątpliwie sympatyczna przyjaciółka, żeby wspomóc w trudnych chwilach, wszystko się zaczęło spinać czasowo i organizacyjnie. Tylko jeszcze ubrać kieckę, w której dobrze wyglądałam „...ście lat temu”, poprawić urodę, włączyć kuchenkę, żeby to co na gorąco było gotowe na wejście gości. Zostało jeszcze 20 minut, cudownych, wyluzowanych 20 minut, dobra nasza, spokojnie zrobię się na u-bóstwo.

Drzwi się otwierają, wchodzi mój pierworodny i jedyny Syn i od progu zaczyna składać życzenia i wręczać prezenty. Podkreśla, że specjalnie przyjechał wcześniej, żebym sobie pooglądała prezenty

i zdążyła przed przyjściem gości... I tu uważaj... przeczytać instrukcję i zamontować to maleńkie urządzenie z antenką. **Przeczytać instrukcję!!! Zamontować!!!** Zegar stuk, stuk, minuty za...! Ja w stroju roboczym... Syn nie odpuszcza, router do Internetu, prezentowe urządzenie z antenką musi być w tej chwili zamontowane!!! Już za 15 minut wejdą goście. No dobrze, ustępuję i idziemy na ugodę, nie będę czytała instrukcji, Syn mi będzie mówił, co mam robić, a ja sama podłączę. Będzie szybciej, jak się poddam, może zdążę zmienić kieckę, pudru to może nie zdążę, ale niech będzie. Podłączyłam, czyli wymieniłam stary na nowy, nic strasznego, ot tu wyjąć, tam włożyć – Syn zadowolony, ja dumna, że sama potrafiłam, choć nie przeczytałam instrukcji, ale nadal w stroju roboczym.

Zegar wskazuje 10 minut do godziny „0”. Dzwonek do domofonu, dwie koleżanki przed czasem – dobra, naciskam guziczek otwierający drzwi do klatki. Mieszkam na pierwszym piętrze i tyle czasu, ile zajmuje wyjście po schodach, zostało mi na przebranie się! Sekunda – bluzka w górę, druga – spodnie w dół, trzecia – założenie kiecki! Już dzwonek do drzwi, Syn otwiera, ja wychodzę do przedpokoju, a przemiła koleżanka wita mnie słowami: „A co Ty w nocnej koszuli? Nie zdążyłaś się przebrać? Zdążyłam, zdążyłam, nawet „bardzo zdążyłam”!!! Sukienka, która miała fason ponadczasowy rozmiarowo, bo na lata 30., mogła pomieścić mnie kiedyś, jak byłam o 10 kilogramów młodsza a i teraz też.

Punktualnie weszła pozostała grupa gości w tym jedyny syn mojej mamy. Ten od progu oznajmia, że mam otworzyć prezent teraz! i natychmiast mam przeczytać INSTRUKCJĘ! i twardy dysk zamontować do telewizora! Tu jednak zapałam się, że nie zdążę teraz, bo gorące danie musi zmienić miejsce z garnka na talerze. Brat odpuścił! Uff, ale mi ulżyło! - sam zamontował.

Impreza była przednia i chyba poszło wszystko zgodnie z planem bo i karaoke zaprogramowane w telewizorze pozwalało wszystkim pośpiewać, i utwory muzyczne zgodnie z życzeniami obecnych i gra na gitarze na żywo i wreszcie wspinała Polaków nocne rozmowy. Mnie odpuszczać zaczęły emocje i było dobrze.

W niedzielę brat przyjechał, żeby nauczyć mnie obsługi urządzenia. Słowo w słowo

zapisałam, poznałam tajniki programowania wybranych do zapisywania programów telewizyjnych. Mięło kilka dni, pojechałam odwiedzić Mami, a Brat po chwili pyta...”czy już zapisałaś jakieś programy, czy mój prezent nie jest do niczego potrzebny...?”. Zadrżałam, co teraz, przecież nie miałam chwili czasu, kłamać nie będę, bo nie mam do tego talentu i zaraz wpadnę. Odpowiedziałam zgodnie z prawdą, że nagrały mi się te programy, które przy nim w ramach nauki ustawiałam, ale jeszcze nie oglądałam, bo i nie było kiedy. Ten wzrok zrezygnowanego mężczyzny był bardzo wymowny. Natychmiast po powrocie do domu, włączyłam TV i zgodnie z notatkami weszłam w funkcję nagrywania.

Mario! To jest proste, jak przysłowiowa budowa cepa. Dotarło do mnie, ile tracimy przez irracjonalny strach przed nowościami w smartfonach, laptopach, telewizorach. W systemie 4K, wędruję po całym świecie, zobaczyłam takie miejsca na tym naszym globie, że nawet nie wiedziałam, że takie istnieją, odwiedziłam najwspanialsze budynki oper i oglądałam ich spektakle, nadrobiłam część zaległości w repertuarach teatralnych. Ile mam frajdy teraz!! Po pierwsze gadam do pilota co chcę oglądać i mi się to otwiera, po drugie mogę nagrywać programy, które nakładają się czasowo z innymi lub są w czasie mojej nieobecności. Gadanie do pilota też ma podwójną funkcję – jak jesteś sama, to masz z kim pogadać a po drugie słucha cię i wykonuje twoje polecenia. Tylko trochę odwagi i ważne, żeby strach przed osobą uczącą Cię, na której Ci bardzo zależy, był większy niż nowinki techniczne! Mario – odwagi!!! Pozdrowionka, a ja teraz powiem do pilota „czy z nami leci pilot?” ...



Fot. Teresa Barbara Koczyńska

„PUSTY LAS” - ZAPEŁNIANIE PUSTKI

MARIA HALINA STARZYK



Nawet w upalne lato zdarzy się kilka deszczowych dni. Można wtedy usiąść, oddać się lekturze i szukać odpowiedzi na pytania, które zadaje sobie i nam autorka książki „Pusty las” Monika Sznajderman. W trakcie czytania otworzy się przed nami świat, który zaginął, a którego przeszłość ciągle woła o pamięć.

Monika Sznajderman w „Handlarzach pieprzu” starała się odpowiedzieć na pytanie: „kim ja jestem?”. Poszukując swoich korzeni odkryła skomplikowaną historię rodziny i swoje żydowsko-polskie pochodzenie. W książce „Pusty las” mierzy się z historią Łemkowszczyzny. Autorka mieszka od trzydziestu lat w Wołowcu (ok. 20 km na południe od Gorlic), w Beskidzie Niskim. Przyszła, zastając puste miejsce po Łemkach, Żydach, Cyganach, zbudowała tu dom, prowadzi wydawnictwo „Czarne”.

Historię Łemków, tak jak i historię polskich Żydów, wyparto z pamięci. Zniknęli z naszego krajobrazu, pozostały po nich samotne, zawłaszczone przez rośliny cmentarze. Przyszli tu ludzie, których zwykle nie interesowała przeszłość tych miejsc, starali się zetrzeć to, co po niej pozostało i na nowo urządzić świat.

Antoni Kroh w książce „Za tamtą górą” opisywał historię Łemków żyjących w Beskidzie Sądeckim, zaś Monika Sznajderman stara się odtworzyć życie kilku sąsiednich wsi położonych pomiędzy Ropą a Wisłoką.

Historia nie oszczędzała tych ziem i ludzi, a wiek XX obszedł się z nimi wyjątkowo okrutnie. Nieurodzajna ziemia, przeludnienie, „galicyjska nędba” skutkowałą falą emigracji do Ameryki. Niezwykła jest historia rozwoju przemysłu naftowego, „polskiego Teksasu” w okolicach Gorlic i Łemków, którzy uczyli wydobywania tej kopaliny np. na Sumatrze. Przez te spokojne, dolinne

wsie przetoczyła się I wojna światowa, niszcząc zagrody, a mieszkańców którzy uważani byli za Rusinów internując w obozie w Talerhof. Długo stał tu front, potem przysła bitwa gorlicka. Pozostały po nich liczne cmentarze a w lasach rdzewiejące resztki uzbrojenia. Społeczność ta nie była jednolita. Istniały podziały, które mocno odcisnęły się na jej życiu. W międzywojniu wynikały konflikty na tle religijnym i narodowościowym. Podział na tych, którzy określali się jako grekokatolicy i tych, którzy wyznawali prawosławie, na tych, którzy uważali się za Ukraińców i tych, którzy określali się jako Łemkowie. Druga wojna światowa dramatycznie zmieniła los mieszkańców tych wsi zagubionych w karpaccich lasach. Najpierw znikli Żydzi wymordowani w Treblince i Bełżcu, pamięć po nich trawą porosła. Znikli Łemkowie. Wyjechali w 1945 roku na Ukrainę, a w ramach akcji „Wisła” na Ziemię Zachodnie. Część z nich trafiła do obozu w Jaworznie. Niektóre wsie spalono, w innych zostało tylko kilka domów. Pozostały puste wsie i pusty las. Przyszli nowi ludzie, ale nie wypełnili tej pustki, nie odtworzyli tego co bezpowrotnie i ostatecznie znikło po 1947 roku.

Dla Moniki Sznajderman Beskid Niski miał ciemną siłę przyciągania, „która kazała mi wziąć w opiekę cudzą historię i zamieszkać w cudzym pejzażu, aż nieuchronnie staną się moje”. Wie, że przyszła tu, zajmując miejsce po innych i jest im winna chociażby tylko pamięć.

Szuka śladów nieobecnych sąsiadów, przeszukując księgi metrykalne, katastry, archiwa. Z ich fragmentów, ze wspomnień ostatnich świadków, z własnej wyobraźni lepi świat, który był i którego już nie ma. Rekonstruuje historię. Pochyla się z czułością nad losem ludzi, wydobywa ich z niepamięci – mogą znowu zaistnieć. Odtwarza pejzaż dawnego świata. Stara się „przywrócić krajobrazowi przeszłość, a jego twórcom imiona, nazwiska”, „aż staną się konkretnymi ludźmi”. „Pusty las” to opis wrastania autorki w miejsce, które stało się jej domem, osvajania przeszłości, zapełniania pustki, wrastania w łagodny i skrzywdzony krajobraz Beskidu Niskiego.

Warto zajrzeć w te miejsca, od których dzieli nas zaledwie kilka gór i wielka nieobecność pamięci.

WARTO PRZECZYTAĆ

NOWOŚCI WYDAWNICZE

DOROTA WCZEŚNY, Sądecka Biblioteka Publiczna



„Przewóz” Andrzej Stasiuk
Dwupoziomowa powieść rozgrywająca się w czasie II wojny światowej oraz współcześnie. Wątki historyczne przeplatają się z obecnymi czasami, by za pomocą kontrastu opowiadać o bohaterstwie, okrucieństwie wojny i życiu w czasach konfliktów. Typowe dla autora naturalistyczne opisy sugestywnie oddają klimat opisywanych wydarzeń.



„Czas burz” Charlotte Link
Historyczna saga rodzinna, ukazująca zawile losy bohaterów na tle wydarzeń historycznych. Polityczne burze i przemiany społeczne, następujące w wyniku I wojny światowej, odciskają piętno na opisywanych postaciach a główna bohaterka dojrzewa wraz z rozwojem sytuacji. Walcząc o najbliższych i rodzinny majątek, wykazuje się ona niejednokrotnie hartem ducha i niezwykłą odwagą.



„Pensjonat Samotnych Serc” Zofia Ossowska
Przejmujące historie gości tytułowego pensjonatu na Mazurach sprawiają, że powieść zabiera czytelnika w głąb ludzkich tragedii, dramatycznych przeżyć i ogromnego bólu zadanego przez najbliższych. Siłę negatywnych wspomnień z przeszłości bohaterów równoważy postać właścicielki pensjonatu – niezwykle ciepłej i dobrej kobiety, której życzliwość i zrozumienie sprawiają, że zagubieni w życiu ludzie odnajdują swą właściwą drogę.



„Opowieści o nadziei: znajdowanie inspiracji w codziennym życiu” Heather Morris
Niezwykle osobista powieść autorki „Tatuażysty z Auschwitz” i „Podróży Cilki”. H. Morris opisuje swoje relacje z osobami, których wspomnienia spisała oraz rozpamiętuje swoje dzieciństwo i opisuje relacje z najbliższymi. Forma osobistego pamiętnika staje się często poradnikiem, gdyż autorka, bazując

na doświadczeniu życiowym i zdobytej podczas pisania książek wiedzy, udziela wielu cennych rad dotyczących komunikacji międzyludzkiej i umiejętności słuchania swojego rozmówcy.



„Dom Holendrów” Ann Patchett
Portret rodziny, w którym obok korzeni najważniejsze są uczucia. Tytułowy dom jest milczącym świadkiem wielu przejmujących historii, które czytelnik poznaje wraz z rozwojem fabuły. Nietrafione życiowe wybory, utrata najbliższych, niesprawiedliwość, ale i wielkie uczucia i namiętności towarzyszą przypowieści o matce marnotrawnej, którą jest ta rodzinna saga.



„Wojenka. O dzieciach, które dorosły bez ostrzeżenia” Magdalena Grzebałkowska
Historie dzieci, o których przyszłości zdecydowała historia. Kiedy wybuchła wojna, miały po kilka lat. Doświadczenia dzieci wojny z Hiszpanii, Niemiec, Polski czy Stanów Zjednoczonych pozwalają spojrzeć na problem z pominięciem dzielących nas granic. Magdalena Grzebałkowska dociera do ostatnich świadków międzynarodowego konfliktu, by pokazać, że odległa przeszłość wciąż wpływa na naszą teraźniejszość.



„Sen o okapi” Mariana Leky
Tytułowy sen o okapi jednej z mieszkańek małej społeczności zwiastuje śmierć, przynosi strach i niekończącą się obawę mieszkańców, stając się ucieleśnieniem najmroczniejszych ich obaw. Jest to podstawą do snucia przez autorkę metaforycznej opowieści o życiu – miłości, cierpieniu, bólu i marzeniach, opowieści przepełnionej magią i baśniowością, w której poszczególne wydarzenia zyskują niczym w przypowieści drugi wymiar.



„Krewni” Emma Donoghue
Lekka, wywołująca pozytywne emocje i przepełniona humorem sytuacyjnym powieść. Emerytowany wykładowca zmuszony jest zaopiekować się wnukiem siostry. Choć bohaterów dzieli praktycznie wszystko, z czasem znajdują wspólny język i zrozumienie dla siebie nawzajem. W tle historii docierania się międzypokoleniowego duetu rozgrywiają się zmuszające do refleksji rodzinne historie i tajemnice.

FRYDMAN

STANISŁAW CHOLEWA

W „covidowym zamęciu” ostatniego roku prawie niezauważenie minęło stulecie wielu ważnych wydarzeń decydujących o ustroju i granicach odradzającego się po latach zaborów Państwa Polskiego. Jednym z nich było postanowienie Konferencji Ambasadorów w Paryżu, na której w lipcu 1920 ustalono przebieg południowej granicy naszego kraju, przyznając Polsce niewielki skrawek północno-zachodniego Spiszu, historycznie i kulturowo blisko związanego z sąsiadującą z nim Sądecczyzną. Wśród trzynastu leżących na tym terenie miejscowości największą i przez wielu historyków uznawaną za najstarszą jest Frydman, o którym pierwsza pisemna wzmianka pochodzi sprzed równo siedmiuset lat, z roku 1320.

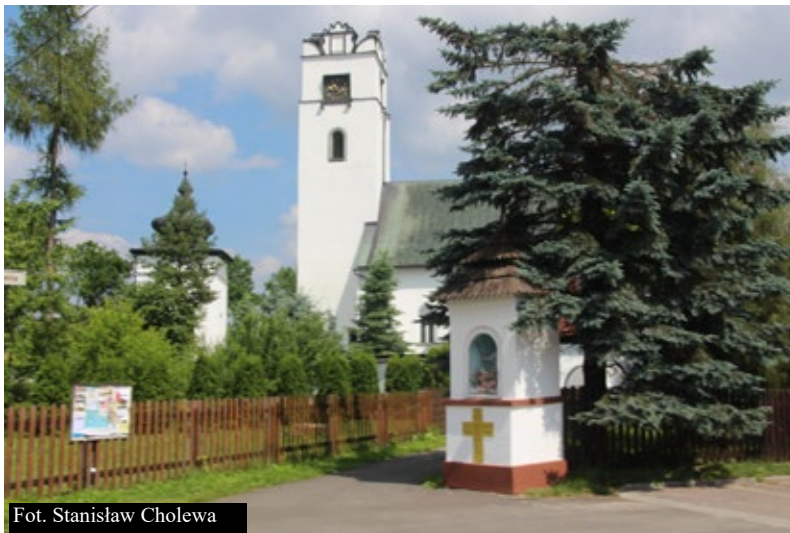
Znajdująca się od 100 lat w granicach Polski niewielka północno-zachodnia część Spiszu to teren niezwykle atrakcyjny turystycznie, zarówno ze względu na walory przyrodniczo-geograficzne, jak i znajdujące się tu liczne zabytki, co jednakże jak na razie nie przebiło się do powszechnej świadomości.

Najpopularniejszą, najliczniej odwiedzaną miejscowością jest położona nad Jeziorem Czorsztyńskim Niedziąca z pięknym zamkiem, zaporą i stale rozbudowywaną infrastrukturą turystyczną. Tu też praktycznie kanalizuje się cały ruch turystyczny i mało kto dociera do innych ciekawych miejsc, jak choćby do nieodległego Frydmana oferującego co najmniej porównywalne, choć o wiele mniej znane atrakcje.

Frydman, o którym pierwsza pisemna wzmianka pochodzi z 1320 roku, uznawany jest za najstarszą miejscowość Zamagurza, a większość historyków uważa, że założony został wcześniej niż w połowie XIII wieku. Przez kolejne wieki dzielił skomplikowane losy tego regionu i pozostawał własnością różnych rodów magnackich: Łaskich, Palocsayów, Horvathów, Salamonów i in. Chociaż nie oszczędziły go pożary – będące przez wieki zmorą drewnianych wsi i miasteczek – położony na uboczu uniknął zniszczeń spowodowanych kataklizmami XX w. Dzięki temu, jak zgodnie podają wszyscy piszący o nim autorzy, zachował – choć dziś już mocno zniekształcony współczesną zabudową – unikalny układ urbanistyczny, charakterystyczny dla wsi spiskich, cechujący się kilkoma ulicami zbiegającymi się na głównym placu w centrum



Fot. Stanisław Cholewa



Fot. Stanisław Cholewa

wsii, stanowiącym coś w rodzaju rynku. Obecnie, ten do niedawna zaniedbany, plac został uporządkowany i stanowi sympatyczne centrum miejscowości. Inną cechą zabudowy, charakterystyczną dla wsi spiskich, jest zgrupowanie stodoł na obrzeżu wsi, co zmniejszało zagrożenie budynków mieszkalnych w przypadku często zdarzających się pożarów.

Wymienione, na pewno ciekawe, cechy układu urbanistycznego są jednak dostrzegane jedynie przez specjalistów i nie mogą stanowić specjalnej atrakcji dla przeciętnego turysty. Powinna już jednak zainteresować go okazała budowla stojąca w samym centrum miejscowości, bezpośrednio przy wspomnianym placu. Mowa o kasztelu Horvathów – dworze obronnym pochodzącym z XVI w. Pomimo że z początkiem XX w. wskutek fatalnej przebudowy został on pozbawiony wielu elementów charakterystycznych dla tego typu obiektów (w tym pięknej attyki), stanowi dalej cenny przykład renesansowego dworu obronnego, jakich niewiele zachowało się na terenie naszego kraju. Niestety, zwiedzenie jego wnętrza jest niemożliwe, gdyż jest on własnością prywatną, pozostaje więc jedynie oglądnięcie go z zewnątrz i porównanie ze zdjęciem na pobliskiej tablicy informacyjnej, ilustrującym jak wyglądał on przed niefortunna przebudową.

W niewielkiej odległości od kasztelu znajduje się najstarszy i najbardziej znany zabytek Frydmana – murowany kościół pod wezwaniem św. Stanisława.

Do prostej gotyckiej bryły kościoła z masywną wieżą, zwieńczoną renesansową attyką, przylega od płn. dobudowana w XVIII w. ośmioboczna kaplica. Kościół otacza kilkanaście drzew, których zieleń kontrastująca z bielą ścian sprawia, że otoczona niewysokim owalnym murem całość, tworzy piękny, harmonijny zespół.

Wnętrze kościoła zaskakująco kontrastuje z zewnętrzną surowością i prostotą budowli. Rokokowy wystrój z poło-

wy XVIII w. szokuje niezliczoną ilością ozdób, detali, rzeźb, obrazów, a oczy poraża blask złota. W prezbiterium dominuje późnobarokowy bogato zdobiony ołtarz, z centralną rzeźbą przedstawiającą scenę zabójstwa św. Stanisława. Dwa bliźniacze boczne ołtarze spina łuk tęczy ze sceną Ukrzyżowania. Nawę zamyka bogato zdobiony chór muzyczny z organami z końca XIX w.

Opuszczając nawę główną i wchodząc do bocznej kaplicy Matki Boskiej Karmelitańskiej, doznajemy kolejnego olśnienia. Ośmioboczna kaplica z jednolitym rokokowym wystrojem nie ma odpowiednika w żadnym z polskich kościołów. Jej środek zajmuje unikalny dwustronny ołtarz zwieńczony olbrzymią dwunastoramienną gwiazdą. Nad kaplicą rozpościera się drewniany strop, na którego błękitnym tle znajduje się bogato rzeźbiona scena koronacji Matki Boskiej.

Na ścianach oprócz wielu innych intrygują dwa obrazy „Pia Desideria”, mające skłonić wiernych do rozmyślań nad marnością tego świata.

Kierując się do wyjścia z kościoła, obowiązkowo należy zwrócić uwagę na obrazy w umieszczone w antypediach dwu bocznych ołtarzy, bo tu czeka nas niespodzianka, o której nie wspomina żaden przewodnik. Obraz w prawym ołtarzu, przedstawiający scenę Ukrzyżowania, jest zapewne kopią obrazu jakiegoś dobrego malarza, na co może wskazywać nietypowe ujęcie sceny i ciekawa kolorystyka. Niestety, nie udało się nam ustalić, kto jest autorem oryginału. Nie ma natomiast żadnej wątpliwości co do obrazu umieszczonego w lewym ołtarzu, przedstawiającego scenę Zwiastowania. Jest to kopia obrazu genialnego Leonarda da Vinci, a oryginał ekspozowany jest obecnie w Galerii Uffici we Florencji. Kto jest autorem tej kopii oraz jak kopia jednego z niewielu obrazów sławnego Leonarda trafiła do małego kościółka w prowincjonalnym Frydmanie, pozostaje zagadką dla specjalistów. Dla zwykłych turystów jest to na pewno kolejna atrakcyjna ciekawostka. Dziwić może tylko, że przed dwoma laty, gdy uroczyste obchodzono 500-lecie śmierci Leonarda, nikt nie wspominał o tej ciekawej, dość zagadkowej sprawie.

Kierując się z powrotem do centrum wsi, z pewnymi kłopotami odnajdziemy ukrytą na prywatnej posesji kolejną nie byle jaką atrakcję. Są nią tzw. Piwnice Frydmańskie. Co prawda zwiedzał je i pisał o nich już Seweryn Goszczyński, a obecnie wspominają wszystkie przewodniki, ale zamieszczane w nich informacje w żaden sposób nie przygotowują na czekające nas zaskoczenie. Przez mocno zdewastowany murowany pawilon i zniszczone drewniane schody, schodzimy ok. 10 m pod ziemię, gdzie stajemy zdumieni ogromem wysoko sklepio-

nego, kamiennego korytarza, którego końca nie widać nawet w świetle silnej latarki. Gdy zapuścimy się w głąb, odniesiemy wrażenie, że trafiliśmy do jakiegoś olbrzymiego podziemnego labiryntu. W rzeczywistości obiekt jest rozległy: na każdym z dwóch poziomów znajdują się po trzy równoległe prawie stumetrowe tunele o szerokości ok. 5 m i zbliżonej wysokości.

Z literatury możemy dowiedzieć się, że obiekt ten zbudowany został na pocz. XIX w. przez Andrzeja Horvatha, właściciela Frydmana i pobliskiej Niedzicy i był częścią poważnego, handlowego przedsięwzięcia – piwnice miały bowiem być składem „tranzytowym” win wywożonych z Węgier do ówczesnej Galicji. Patrząc na rozmiar tej „inwestycji”, nasuwają się pytania o jej koszty i o to

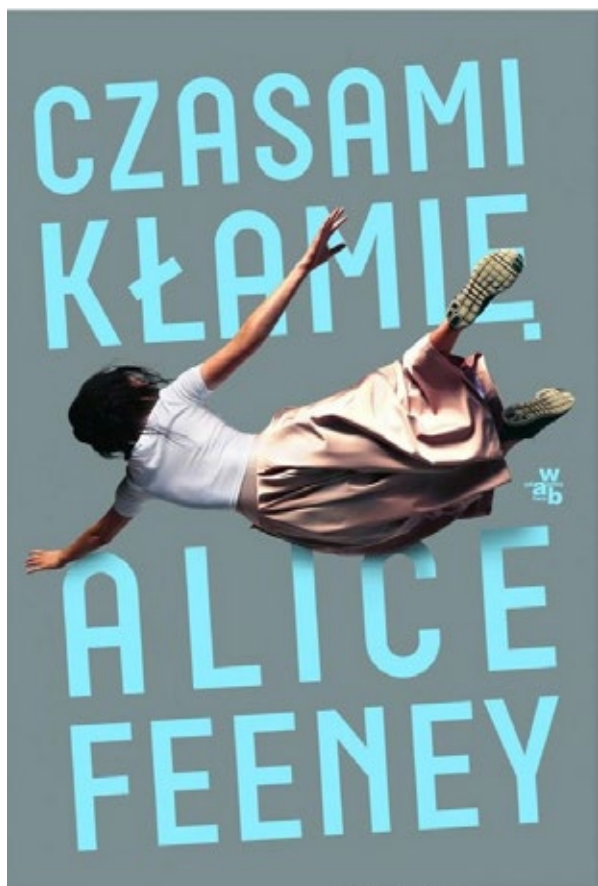
czy kiedykolwiek spełniła ona oczekiwania fundatora. O tym, niestety, nie dowiemy się z przewodników ani z „wszechwiedzącego” Internetu. Natomiast z faktu, że na początku XX w. spadkobiercy Horvathów, Salamonowie, zmuszeni byli sprzedać swoje posiadłości we Frydmanie, domyślić się jedynie możemy, że jedną z przyczyn tego mógł być ten niezbyt udany „biznes”. Niemniej pozostał po nim unikalny, jedyny tego rodzaju obiekt w kraju, niestety z roku na rok coraz bardziej niszczący.

Myślę, że tych kilka informacji może „po powrocie do normalności” zachęcić do odwiedzenia tej sympatycznej miejscowości, zanim zostanie ona odkryta przez „masową turystykę”.

RECENZJA

CZASAMI KŁAMIĘ

IRENA CEPIELIK



„Czasami kłamie” – mroczny obrazek ze współczesności (?)

O tej powieści są liczne opinie. Niezupelnie się zgadzam z zaliczeniem jej do thrillerów, gdzie indziej widzę akcenty tej tematyki. Obie bohaterki są, według mnie, ofiarami błędów wychowawczych dorosłych.

Książka, o której piszę, pochodzi z listy Klubu Dyskusyjnego, działającego przy Sądeckiej Bibliotece Publicznej w Nowym Sączu. Planowo mieliśmy o niej dyskutować 29 marca, w związku lockdownem termin został przesunięty na bliżej nieokreślony czas. Mocno przeżyłam tę lekturę, dlatego postanowiłam, że podzielę się z Wami paroma refleksjami.

„Czasami kłamie”, bo o tej publikacji mowa – to literacki debiut Alice Feeney, brytyjskiej pisarki i dziennikarki, z 2017 roku. Na wstępie chciałybym się odnieść do gatunku tego utworu. Najczęściej spotykałam określenie thriller psychologiczny,

ale trudno mi się z nim do końca zgodzić. Klasyczne dreszczowce w budowaniu napięcia, tajemniczości i grozy pełne są budzących strach wydarzeń, tu autorka buduje fabułę powoli i spokojnie, odkrywając w kolejnych rozdziałach nowe fakty, stawiając nowe pytania, budząc nowe wątpliwości. Nie pozwala nam aż do zaskakującego końca sformułować choćby jednego poprawnego wniosku. Precyzyjnie przemyślana konstrukcja fabuły wiedzie nas przez wypadki i zdarzenia o fundamentalnym znaczeniu dla kształtowania charakterów dwóch sióstr: Amber i Claire. Postacie drugorzędne wnoszą informacje ważne dla oceny przeżyć i zachowań głównych bohaterów. Prerażające fakty także są wynikiem psychologizmu, ilustrują, jak bardzo można manipulować człowiekiem, jaki może być ogrom zła rozbudzonego chorobą ambicją lub zazdrością. Skoncentrowanie uwagi autorki na przeżyciach, doznaniach, sposobie odczuwania świata i analizie życiowych wyborów bohaterów skłania mnie do zaliczenia książki do powieści psychologicznych.

Historia opowiedziana w utworze rozgrywa się na czterech płaszczyznach czasowych: **Teraz** (wypadkowa śpiączka bohaterki), **Wtedy** (kilka dni przed wypadkiem), **Przedtem** (wspomnienia spisane w pamiętniku z lat 1991/2). Swoistym zamknięciem są ostatnie rozdziały zatytułowane: **Później** i **Potem** (kilka tygodni po opuszczeniu szpitala). Właściwą treść poprzedza wyznanie:

Nazywam się Amber Reynolds. Są trzy rzeczy, które powinniście o mnie wiedzieć: Jestem w śpiączce. Mój mąż już mnie nie kocha. Czasami kłamie.

Teraźniejszość obrazuje walkę Amber o powrót do życia po strasznym wypadku, po którym jest w śpiączce. Przywieziona wieczorem w drugi dzień Świąt Bożego Narodzenia 2016 roku nie daje znaku życia, ale jest w pełni świadoma wszystkiego, co się wokół niej dzieje. Straciła pamięć, ale z zasłyszanych rozmów wnioskuje, kim jest, co się stało i powoli przypomina sobie minione wydarzenia. Z zakamarków pamięci wydobywa przeżyte chwile, starając się przy okazji rozwikłać zagadkę swojego obecnego stanu. Kolejne elementy historii wprowadzane są przez pojawiające się przy łóżku bohaterki postaci: zwłaszcza pielęgniarki, jej męża Paula i siostrę Claire, ale również byłego chłopaka Edwar-da i rodziców. Sny i koszmary mieszają się chorej z jawą. Głębsze przeżycia i emocje powodują,

że dwukrotnie przechodzi resuscytację. Szpital opuści w połowie stycznia 2017 r. po odzyskaniu świadomości.

Urywki wspomnień zapisane w rozdziałach opisanych hasłem **Wtedy** obejmują czas między 19 a 26 grudnia 2016 roku. Amber Reynolds pracuje w radiu jako asystentka Madelaine Forst, szefowej programu *Poranna kawa*. Grozi jej wyrzucenie z pracy, ale przeprowadza akcję, w wyniku której nie lubiąca jej szefowa traci stanowisko i stanie przed sądem. Amber może już zrezygnować z pracy, jak się później okaże, zrealizowała polecenie siostry Claire, skrzywdzonej przez gwiazdę programu.

Szczególny charakter mają zapisy z dziennika pisanego 25 lat wcześniej przez Claire, odnalezionego przez Amber (**Przedtem**). Wyłania się z nich straszliwa prawda o manipulacjach małej 10-letniej dziewczynki, która potrafiła pozbyć się ubogich rodziców i biednego domu, wkraść się w łaski innych i zapewnić sobie uczucia i bezpieczeństwo materialne. Poraża sposób podporządkowania sobie Amber i odebranie jej prawa do samodzielnych decyzji. Nie dziwi nas potem fakt, że zamężna Amber Reynolds panicznie boi się o bezpieczeństwo ludzi, którzy są z nią związani.

Ostatnie rozdziały, moim zdaniem, mogą porazić czytelnika. Amber świadoma już tego, że Claire postanowiła ją zabić, przeprowadza akcję odwetową na jej rodzinie. Odzyskuje poczucie własnej wartości i zapewnia sobie rodzinne szczęście. We własnym mniemaniu jest teraz kolejną wersją siebie. Wyjeżdża z mężem i przejętymi po siostrze dziećmi na zasłużone wakacje. Czuje się wreszcie szczęśliwa.

Ta powieść musi nasuwać głębokie refleksje. Obrazuje współczesne wypadki (lata 2016-2017), ilustrując typowe problemy w pracy i domach. Ale nie na nich skupia uwagę autorka. Stykamy się z porażającą bezwzględnością, cynizmem i obłudą dorosłych osób i docieramy do źródeł ich zepsucia. Musimy pochylić się nad skutkami braku miłości rodzica do dziecka, przyczynami manipulowania słabszymi, potrzebami dzieci i dorosłych. Myślę, że każdy znajdzie tu temat do przemyślenia, problem do rozwiązania. Może pozwoli to nam wnikliwiej popatrzeć wokół siebie, zobaczyć to czego nie dostrzegliśmy?

ŚCIEŻKA EDUKACYJNA PO LESIE W TRZYCIERZU

czerwiec 2021

MAREK WINIARSKI

Trzycierz, tak nazywa się wieś koło Korzennej w powiecie nowosądeckim, gmina w Czechach oraz las w Nawojowej. Jest to nieduży kompleks leśny, obecnie pod pieczę Nadleśnictwa Nawojowa. W kwietniu nasza prezes Wiesława Borczyk zwróciła się do Regionalnej Dyrekcji Lasów Państwowych w Krakowie o pomoc edukacyjną dla Uniwersytetów Trzeciego Wieku. W odpowiedzi Dyrekcja Lasów Państwowych w Krakowie przesłała listę nadleśnictw w województwie małopolskim, z usług których możemy skorzystać i w taki oto sposób poznaliśmy pana Przemysława Nosala z Nadleśnictwa Nawojowa, który przeprowadził nas, czyli kameralną grupę słuchaczy Sądeckiego UTW po ścieżce edukacyjnej w lesie Trzycierz.



Fot. Władysław Szwenik



SPACER EDUKACYJNY - FALKOWA
PRZEWODNIK: JACEK TOKARSKI

Fot. Józef Bartkowski



WYJAZD EDUKACYJNY - MUSZYNA
ORGANIZATOR: HALINA HEJMEJ

Fot. Irena Poręba



