

Coraz mniej zimy zimą | Życie w szponach hazardu | 10 lat Litwy z euro. Czy to się opłaca?

Gazowa kłeska Rosji. Mołdawia nagrodą pocieszenia? | Gastronomiczny rok 2025

KURIER WILEŃSKI

MAGAZYN

11-17 stycznia 2025 r.
Nr 2 (4)

Wydanie magazynowe
polskiego dziennika na Litwie
Cena: 1 euro

Znamy wyniki Plebiscytu Czytelników „Kuriera Wileńskiego”

Polak Roku 2024

We czwartek 9 stycznia w redakcji „Kuriera Wileńskiego” zebrała się Kapituła Konkursu Plebiscytu „Polak Roku 2024”. Zliczyła przysłane przez Czytelników głosy. Członkowie kapituły wyrazili zadowolenie z wyniku. „Uważam, że to zwycięstwo to jest sprawiedliwość boskiej kancelarii” – dzieliła się emocjami po liczeniu głosów Anna Adamowicz, członkini kapituły. W podobnym duchu wypowiedziała się s. Michaela Rak: „Jest to wyraz naszej jedności i wdzięczności”. Gratulujemy!



ISSN 1392-0405



9 771392 040035

Fot. Marian Paluszkiewicz

KALENDARIUM

11 stycznia

1411 – do tego dnia miało trwać zawieszenie broni między Polską i Litwą a zakonem krzyżackim, później zostało przedłużone. Po nieudanym oblężeniu Malborka podpisano zawieszenie broni, które później ewoluowało do tzw. pokoju toruńskiego, kończącego wojnę z Krzyżakami.

12 stycznia

1401 – podpisano w Wilnie tzw. akt radomsko-wileński, dający Witoldowi panowanie na Litwie, jednak z uznaniem zwierzchnictwa Władysława Jagiełły. Akt zakładał też obranie nowego monarchy w razie bezpo-
tomnej śmierci Jagiełły. Losy Litwy i Polski stały się jeszcze bardziej historycznie splecione.

13 stycznia

1990 – z Wilna wyjeżdża Michaił Gorbaczow, lider ZSRS, prze-
bywał w stolicy od 11 stycznia. Był pierwszym liderem ZSRS, który na dłużej udał się z wizytą na Litwę. Na spotkaniu z Algirdasem Brazauskasem miał przyznać, że „pod względem politycznym już jesteście poza [Związkiem Sowieckim]”. Rok później dojdzie do masakry cywilów przez żołnierzy sowieckich.

14 stycznia

1919 – Piłsudski przyjął Witolda Jodkę-Narkiewicza, pepeesowca, dyplomata, późniejszego sygnatariusza traktatu wersalskiego. Twierdził, „nieważne, czy rząd będzie lewicowy, czy prawicowy, tylko aby przyniósł Polsce co trzeba”. Uspokajał, że nie należy się przejmować Dmowskim i Paderewskim na konferencji w Paryżu, bo do nich „opinia się przyzwyczaiła, mają wspólny język”.

15 stycznia

1922 – odbyły się wybory w Litwie Środkowej, na przekór obawom spokojne. Frekwencja wyniosła 64,4 proc. Nowo wybrany Sejm opowie się za scaleniem Wileńszczyzny z Polską (przy 6 głosach wstrzymujących się). Nowe granice potwierdzi Konferencja Ambasadorów Ligi Narodów.

16 stycznia

1919 – Piłsudski powołuje nowy rząd z premierem Ignacym Paderewskim. Przed rządem stały dwa najpilniejsze zadania: reprezentacja Polski na rozpoczynającej się konferencji pokojowej w Paryżu oraz przeprowadzenie wyborów do Sejmu Ustawodawczego.

17 stycznia

1919 – zaprezentowano drugi projekt Lewisa Namiera (Ludwika Niemierowskiego), współpracownika brytyjskiego premiera Lloyd George'a. Ograniczał on polskie granice na wschodzie na Sanie i Bugu; to było oficjalne stanowisko strony brytyjskiej, mówiącej o „polskim imperializmie, militarystyce, nadmiernych roszczeniach Polaków”.



Robert Mickiewicz

Unijne jubileusze – co z tego Litwie

Na początku 2025 r. obchodziliśmy skromny, bo pierwszy jubileusz wprowadzenia euro na Litwie. Minęło akurat dziesięć lat od momentu, jak zamieniliśmy lit na europejską walutę. Jeszcze jeden „europejski” jubileusz Litwa obchodziła w minionym roku. W maju 2024 r. minęło 20 lat od przystąpienia naszego kraju do Unii Europejskiej.

Właśnie o tych jubileuszach oraz o innych ważnych dla Litwy datach i wydarzeniach Antoni Radczenko rozmawia w tym wydaniu magazynowym „Kuriera Wileńskiego” z prof. Bogusławem Grużewskim, dyrektorem Instytutu Pracy i Badań Społecznych Litwy, członkiem Stowarzyszenia Naukowców Polaków Litwy.

Przystąpienie do Unii i wprowadzenie euro to wydarzenia, których skutki odczuwa każdy mieszkaniec Litwy. O ile znacznie rzadziej słyszymy u nas tezę, że nie warto było poświęcać części swojej suwerenności dla wstąpienia do UE, o tyle znacznie częściej mówi się, że przyjęcie euro było błędem. Zdaniem naszego rozmówcy obydwa wydarzenia mają w sumie pozytywne znaczenie dla Litwy. „UE jest przykładem, jak na rzecz ogólnego dobra i rozwoju jesteśmy w stanie ofiarować swój narodowy egoizm. UE jest przykładem tworzenia państwa dobrobytu dla wszystkich mieszkańców” – ocenia europejską wspólnotę naukowiec. Z kolei mówiąc o euro, zaznacza, że „w kontekście współczesnego pojęcia niepodległości wprowadzenie euro było korzystne”.

Chciałbym zwrócić uwagę Czytelników na jeszcze jeden aspekt rozmowy z prof. Grużewskim: każdy, w tym państwa i narody, jest kowalem swojego szczęścia i nieszczęścia. Unia Europejska i euro są wędkami (jak w przysłowiu), i to w dużej mierze od nas samych, elit zarówno politycznych, jak i gospodarczych, ale także zwykłych mieszkańców, zależy, jakie będą wyniki tego wędkowania. Zdaniem naszego rozmówcy mimo licznych potknięć „Litwa prezentuje się jako jedna z najbardziej prężnych gospodarek UE”.

Robert Mickiewicz

Każdy, w tym państwa i narody, jest kowalem swojego szczęścia i nieszczęścia. Unia Europejska i euro są wędkami, i to w dużej mierze od nas samych zależy, jakie będą wyniki tego wędkowania.

KURIER WILEŃSKI
MAGAZYN

Ukazuje się od 1953 r. Birbynių g. 4a, LT-02121 Wilno, Republika Litewska, tel. +370 526 084 44; **Redaktor naczelny:** Robert Mickiewicz.

Zastępcy redaktora naczelnego: Brygita Łapszewicz, Apolinary Klonowski. **Sekretarz redakcji:** Piotr Łukasik. **Dziennikarze:**

Honorata Adamowicz, Aleksander Borowik, Justyna Giedrojc, Brenda Mazur, Anna Pieszek, Antoni Radczenko, Rajmund Klonowski. **Stali współpracownicy:** Tomasz Balbus (IPN), Grzegorz Górny, Piotr Hlebowicz, Elżbieta Monkiewicz, Tomasz Otocky, Anna Pawłowicz-Janczyz, Tomasz Snarski, Jarosław Tomczyk, ks. Jarosław Wąsowicz.

Fotoreporterzy: Marian Paluszkiwicz, Tomasz Jędrzejowski. **Skład i łamanie:** Mariusz Troliński, Krzysztof Lach-Kubica, Halina Taukin. **Fotoedycja:** Paweł Sulej. **Dział**

promocji: Andrzej Podworski – prenumerata (kolport@kurierwilenski.lt), Jolanta Balkiewicz – reklama (tel. 260 84 44, reklama@kurierwilenski.lt). **Wydawca:** VšĮ „Kurier Wileński”, Birbynių g. 4A, LT-02121 Wilno. **Druk:** VšĮ „Vilnijos žodis”. Nakład: 2500 egz.



Projekt finansowany ze środków Ministerstwa Spraw Zagranicznych w ramach konkursu pn. „Polonia i Polacy za Granicą 2024 – regranting”. Publikacje wyrażają jedynie poglądy autorów i nie mogą być utożsamiane z oficjalnym stanowiskiem Ministerstwa Spraw Zagranicznych RP ani Fundacji „Pomoc Polakom na Wschodzie” im. Jana Olszewskiego.

Redakcja zastrzega sobie prawo do skracania i adiacji tekstów. Za treść ogłoszeń redakcja nie odpowiada. Opinie Czytelników zawarte w ich listach nie zawsze są zbliżone do opinii redakcji.



Fundacja
POMOC POLAKOM
NA WSCHODZIE
im. Jana Olszewskiego



Trzy pytania o koncert zespołu „Stella Spei” »4

Zdjęcie tygodnia: Polska objęła prezydencję w Radzie UE »5

Rajmund Klonowski: Inwestycje w oświatę się opłacają »6

Antoni Radczenko: Imperium kontratakuje »6

Jarosław Tomczyk: Coś optymistycznego »7

Plebiscyt „Polak Roku 2024” rozstrzygnięty! »8-9



9 stycznia w redakcji „Kuriera Wileńskiego” zebrała się kapituła plebiscytu „Polak Roku 2024”. Znamy wyniki głosowania naszych Czytelników!

Unia Europejska mimo perturbacji trwa »10-11



Wstąpienie do Unii Europejskiej i przystąpienie do strefy euro dały mieszkańcom Litwy poczucie faktycznej przynależności do Europy – twierdzi prof. Bogusław Grużewski.

Lodowata woda na dobry początek roku »12-14



Morsy, czyli entuzjaści zimnych kąpeli, 1 stycznia obchodzili nie tylko początek nowego roku, lecz także Światowy Dzień Morsa.

Coraz mniej zimy zimą »16-17



Zmiany klimatu mają ogromny wpływ na pogodę. Na Litwie już raczej nie uświadczymy takich prawdziwych mroźnych zim ze śniegiem.

Pocopotek: Skąd się wzięło twoje imię? »18-19

Edukacja tradycyjna i włączająca »20-21



Współczesna rzeczywistość często przynosi pytania o sens i wartość tradycyjnych i współczesnych metod nauczania. Czy warto nadal opierać się na sprawdzonych praktykach, czy może lepiej poddać się modnym nurtom postulującym radykalne zmiany?

Gastronomiczny rok 2025 »22-23

Oczekuje się, że rok 2025 będzie kontynuował tendencje gastronomiczne z ubiegłego roku oraz przyniesie wiele ekscytujących i różnorodnych nowych trendów.

Gazowa klęska Rosji »24-25

Koniec eksportu gazu do Europy przez terytorium Ukrainy to cios dla finansów Rosji i dla Gazpromu. Skutki odczuć musi też kilka krajów UE, które wciąż importowały surowiec rosyjski.

Życie w szponach hazardu »26-29



Hazard to uzależnienie, o którym nie mówi się za dużo, a konsekwencje gry bywają rujnujące gracza i jego najbliższych.

Zbigniew Herbert – wielki lwowianin »30-34



29 października 2024 r. minęła setna rocznica urodzin twórcy cyklu „Pan Cogito”. O powrocie Zbigniewa Herberta do Lwowa rozmawiamy z Mariuszem Olbromskim, poetą i prozaikiem.

Krzyżówka »35

Trzy pytania do...



...Ilony Jurewicz,

kierowniczką zespołu muzycznego
„Stella Spei”

1. 12 stycznia o godz. 16 w Domu Kultury Polskiej w Wilnie odbędzie się Świąteczny Wieczór Kolędowy „Gwiazda Nadziei”. Które zespoły wystąpią podczas koncertu?

Oczywiście przede wszystkim wystąpi zespół „Stella Spei” – wykonamy kolędy te znane i te mniej znane, również świąteczne utwory oraz parę utworów własnej kompozycji. Gościnnie wystąpi również zespół wokalny „Kresowy Płomień”. A przede wszystkim liczymy na to, że „wystąpi” sama publiczność, ponieważ jak zawsze będzie wspólne śpiewanie kolęd. Serdecznie wszystkich zapraszamy! Wstęp na koncert wolny.

2. Koncerty zespołu „Stella Spei” to często nie tylko wieczory muzyki i inspiracji, ale przede wszystkim okazja do wsparcia ludzi potrzebujących. Komu pomożecie tym razem?

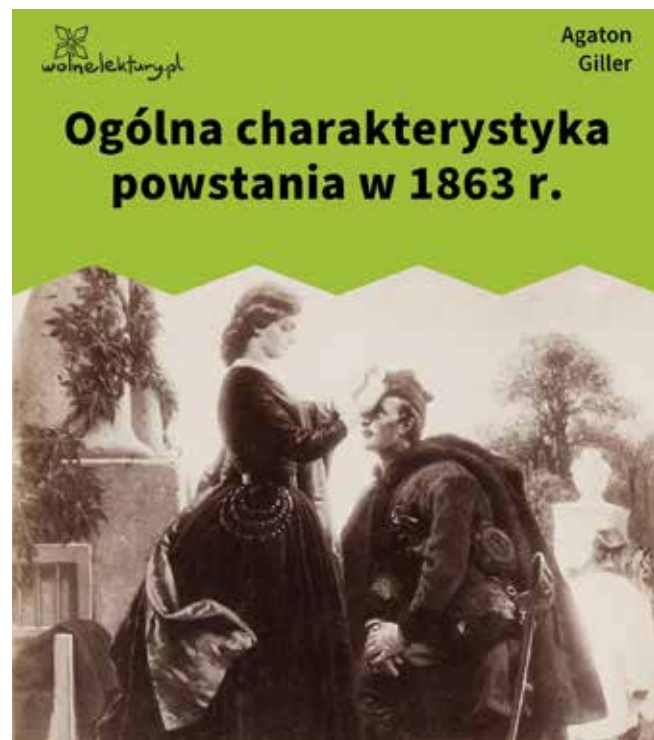
W tym roku chcemy pomóc Emilce, u której jesienią zdiagnozowano chorobę nowotworową, i całej jej rodzinie. Jej mama również choruje na raka. Obecnie rodzina zмага się z trudnościami materialnymi – poza bieżącymi wydatkami dochodzą niemałe wydatki związane z leczeniem i rehabilitacją zarówno mamy, jak i samej Emilii. A w rodzinie pracuje tylko ojciec, który bardzo często musi brać urlop nieodpłatny. Dzięki hojności ludzi oraz wsparciu sponsorów mogliśmy pomóc instytucjom, ale przede wszystkim wielu osobom i rodzinom, o których dowiedzieliśmy się, że potrzebują pomocy. Więcej o działalności dobroczynnej zespołu „Stella Spei” i naszej fundacji jest na stronie www.adbonum.lt.

3. W jaki sposób można przekazać środki na leczenie Emilki?

Wesprzeć rodzinę można, dokonując przelewu na konto bankowe: AD BONUM, VŠĮ, reg. 302817018, AB Šiaulių bankas, LT78 7180 3000 0570 0914, SWIFT CBSBLT26, tytułem (paskirtis): Parama Emilijai. Również podczas wieczoru będzie można wrzucić coś do skarbonki i w ten sposób też wesprzeć rodzinę. ■

Rozmawiała Justyna Giedrojc

E-book



Agaton Giller, „Ogólna charakterystyka powstania w 1863 r.”

„Jest to znaną od dawna prawdą, że tylko narody mierne i bez rzeczywistego znaczenia w świecie nie mają nieprzyjaciół” – takimi słowami rozpoczyna się „Ogólna charakterystyka powstania w 1863 r.” autorstwa Agatona Gillera.

Wybuch powstania styczniowego w nocy z 22 na 23 stycznia 1863 r. przyniósł największy polski zryw o charakterze narodowowyzwoleńczym. Giller w swoim opracowaniu przedstawia analizę podjętej przez Polaków próby wyzwolenia się spod jarzma Rosji. Utwór został napisany z perspektywy czynnego uczestnika, a nie tylko biernego obserwatora. Wydano go w 1888 r. we Lwowie, w 25. rocznicę tytułowego wydarzenia, już po śmierci autora.

Giller rozpoczyna swój wywód przedstawieniem argumentacji, dlaczego uważa większość wcześniej powstałych publikacji na temat powstania styczniowego za nieobiektywne i przekłamane. Dokonuje krytycznej oceny decyzji politycznych podejmowanych przez organizacje i osoby mające największy wpływ na przebieg zrywu, podkreślając jednocześnie wytrwałość, odwagę i wytrzymałość fizyczną walczących powstańców. Opracowanie Gillera przybliża też działalność i główne założenia tajnych organów państwowych oraz ich wzajemne powiązania.

Agaton Giller (1831–1887) był konspiratorem, działaczem niepodległościowym, zesłańcem, dziennikarzem i członkiem Tymczasowego Rządu Narodowego. Opowiadał się za zbrojnym wystąpieniem przeciwko zaborcy, jednocześnie krytykując przedwczesny (w jego opinii) wybuch powstania. Brat pisarza Stefana Gillera.

Do pobrania ze strony: <https://wolnelektury.pl>



Polska Prezydencja w Radzie Unii Europejskiej 2025

Polish presidency of the Council of the European Union 2025

POLAND25.EU



Polska objęła przewodniczenie w Radzie Unii Europejskiej

1 stycznia 2025 roku Polska po raz drugi w historii objęła prezydencję w Radzie Unii Europejskiej i przez sześć miesięcy będzie przewodniczyć jej pracom, tworząc wraz z Danią i Cyprzem trio prezydencji. Rada UE (nie mylić z Radą Europejską, ani tym bardziej – z Radą Europy) to jeden z najważniejszych unijnych organów decyzyjnych. Składa się z ministrów ze wszystkich 27 państw członkow-

skich, negocjuje i uchwała unijne prawo oraz koordynuje politykę UE w niektórych dziedzinach. W gali otwarcia polskiej prezydencji w Teatrze Wielkim w Warszawie 3 stycznia wziął udział m.in. przewodniczący Rady Europejskiej António Costa.

Fot. Łukasz Błasikiewicz, KPRP



Inwestycje w oświatę się opłacają

Rajmund Klonowski

W kontekście litewskiej edukacji i permanentnego jej reformowania przez hordy ogarniętych szaleńcem bezcelowej pomysłowości urzędników Ministerstwa Oświaty oraz Narodowego Centrum Oświaty, a skutkującego szybującymi ku dołowi wskaźnikami jakości kształcenia, bardzo często pojawia się u wspomnianych wyżej ludzi (oraz u sympatyzujących z nimi) pogląd, że kształcenie obywateli to koszt, a inwestowanie w oświatę przez państwo to „socjalizm”. Koszty, wiadomo, trzeba ciąć, a w liberalnym świecie oświata to towar, za który powinno się płacić, zaś jego dostarczanie powinno być biznesem, jak sprzedaż parówek. Jest to jednak myślenie krótkowzroczne, co można zaobserwować w geopolityce.

Republika Południowej Afryki z kraju prawdziwie zachodniego stała się w ostatnim czasie bardzo bliskim i ścisłym sojusznikiem rosyjskim; nie tylko tworzącym razem antyzachodni blok BRICS, lecz także prowadzącym choćby wspólne manewry wojskowe. I błędem jest myślenie, że stało się tak jedynie z tego powodu, jakoby

Republika Południowej Afryki z kraju prawdziwie zachodniego stała się w ostatnim czasie bardzo bliskim i ścisłym sojusznikiem rosyjskim.

Nelson Mandela był komunistą, bo za procesami geopolitycznymi rzadko stoi tylko jedna osoba. Warto sobie uświadomić, że ten proces trwał latami, a obecnie obserwujemy jedynie jego skutek. Prorosyjski piewot elit południowoafrykańskich wynika bowiem w znacznym stopniu z tego, że zostały one przez państwo rosyjskie dla siebie wychowane. Jak?

W czasach, kiedy dla wielu przedstawicieli ludności Republiki Południowej Afryki (i innych krajów afrykańskich) nie było możliwości studiowania na uczelniach zachodnich – albo z powodu wysokiego czesnego, albo innych czynników materialnych (bo studia to także koszty życia w danym miejscu) – rosyjscy imperialiści udostępniali im swoje uczelnie, finansowali akademiki i szczerze wydzielali stypendia. I chodzi tu nie tylko o moskiewski uniwersytet imienia Lumumby, lecz także o inne uczelnie i kierunki, zwłaszcza z różnych sektorów strategicznych, takich jak: lotnictwo i marynarka (również wojenne), inżynieria czy energetyka. Ludzie pracujący w tych sektorach zazwyczaj od początku pracują dla państwa, więc niejako naturalnie współtworzą elity swojego kraju. Czyli inwestowanie w oświatę w swoim kraju i jej przystępny eksport mogą dawać przewagi strategiczne. A zaniedbywanie takich działań – skutkować strategicznymi stratami. ■



Imperium kontratakuje

Antoni Radczenko

Na początku stycznia nie da się myśleć nie powracać do wydarzeń sprzed 34 lat. 13 stycznia 1991 r. mieszkańcy Litwy zapłacili krwią za młodą niepodległość. Mimo kilkunastu ofiar śmiertelnych próba zdławienia litewskiego dążenia do wolności nie powiodła się. Sowieckim wojskowym udało się zdobyć kilka strategicznych obiektów, niemniej chyłce się ku upadkowi sowieckie imperium nie zdecydowało się na szturm siedziby Rady Najwyższej.

Zresztą wszelkie próby ratowania ZSRS, na przeciągu całego tamtego roku, poniosły fiasko. Nieudany sierpniowy pucz Janajewa przyczynił się do międzynarodowego uznania suwerenności Litwy. Kilka miesięcy później ówczesni przywódcy Rosji, Białorusi oraz Ukrainy podpisali porozumienia białowieskie, które

Sama Ukraina coraz głośniej mówi, że „zwycięstwo” przyjdzie w drodze negocjacji, a nie na polu walki. Tak, świat po wojnie rosyjsko-ukraińskiej będzie wyglądał inaczej.

ostatecznie pogrzebały Związek Sowiecki. Wyglądało na to – zwłaszcza mając na uwadze, jaki konflikt zbrojny rozegrał się na Bałkanach – że rosyjskie imperium (którego bezpośrednim kontynuatorem było ZSRS) ostatecznie odeszło do historii. Odeszło, zdawałoby się, bez większego rozlewu krwi.

Niestety, obecna wojna na Ukrainie pokazała, że Rosja w żaden sposób nie chce rezygnować ze swoich kolonialnych ambicji. Można w nieskończoność rzucać oskarżenia pod adresem europejskich i amerykańskich przywódców, że pomoc dla walczącego Kijowa jest niewystarczająca i bardzo często spóźniona. Trzeba jednak przyznać, że bez tej zachodniej pomocy Ukraina nie mogłaby ani bronić się, ani funkcjonować jako państwo przez prawie trzy lata wojny. Tak, Rosja z Władimirem Putinem na czele zniszczyła powojenny ład w Europie. Tak, sama Ukraina coraz głośniej mówi, że „zwycięstwo” przyjdzie w drodze negocjacji, a nie na polu walki. Tak, świat po wojnie rosyjsko-ukraińskiej będzie wyglądał inaczej.

Dziś dużo mówi się o znaczącej roli Donalda Trumpa w zakończeniu konfliktu. Ze względu na niewyparzony język i nieprzewidywalność nie jest to najlepsza kandydatura na architekta nowego ładu globalnego. Tymczasem Stany Zjednoczone pozostają jedynym światowym mocarstwem. Dlatego nie mamy większego wyboru. Ale w miarę swoich możliwości powinniśmy wpływać na to, aby ten nowy system jak najlepiej bronił naszych interesów i naszego bezpieczeństwa. Tak by imperium już więcej nigdy nie mogło kontratakować. ■



Coś optymistycznego

Jarosław Tomczyk

No to zaczął nam się ten nowy rok. Od nominacji Herberta Kickla, prorosyjskiego, skrajnego nacjonalisty, na stanowisko kanclerza Austrii. Od mapy zamieszczonej w mediach społecznościowych przez Donalda Trumpa, na której Kanada jest 51. stanem USA. Od zapowiedzi tegoż prezydenta elekta, że Zatoka Meksykańska powinna zmienić nazwę na Amerykańska, a Grenlandia i Kanał Panamski mogą zostać przejęte przez Stany Zjednoczone. Nie byłoby dużą sztuką kontynuować tę wyliczankę z głównych medialnych nagłówków, ale może wystarczy.

Poszukajmy czegoś optymistycznego. Tylko gdzie? Może w sporcie. Za dwa miesiące z okładem, równo z przyjęciem kalendarzowej wiosny, wystartują w strefie europejskiej kwalifikacje piłkarskich mistrzostw świata, które w 2026 r. zaplanowane są w USA, Meksyku i Kanadzie (chyba że spełnią się zapowiedzi Trumpa, to wówczas lista krajów organizatorów się skróci). Pierwszym eliminacyjnym meczem, 21 marca, będzie spotkanie na Stadionie Narodowym w Warszawie, w którym Polska zagra z Litwą.

Nigdy jeszcze
spadkobiercy
dawnej
Rzeczypospolitej
nie grali z sobą
w piłkę o poważne
cele.

Nigdy jeszcze spadkobiercy dawnej Rzeczypospolitej nie grali z sobą w piłkę o poważne cele.

Dotąd mierzyli się tylko towarzysko. W sumie 11 razy. Polacy wygrali pięć spotkań, Litwini dwa, a cztery razy padł remis. Jeden z tych remisów widziałem na własne oczy. W 2016 r. w Krakowie Polacy zaprosili Litwinów jako ostatnich sparingpartnerów przed wyjazdem na mistrzostwa Europy we Francji. Mecz skończył się bezbramkowo, ale potem na Euro Biało-Czerwoni dotarli aż do ćwierćfinału, gdzie dopiero w rzutach karnych odpadli z Portugalią. Ich występ odebrano jednak ze wszech miar pozytywnie, więc selekcjoner Adam Nawalka, człowiek na wskroś przesądny, dwa lata później, przed wyjazdem na rosyjski mundial, znów do roli ostatnich sparingpartnerów zaprosił Litwinów. Tym razem w Warszawie Polacy rozbili gości aż 4:0, ale cóż z tego, kiedy z Rosji sami wracali na tarczy, rozbici przez Senegalczyków i Kolumbijczyków.

Od tamtej pory Polacy z Litwinami więcej nie rywalizowali. Teraz, zrzędzeniem losu, muszą. W roku słusznie minionym – przynajmniej z tego punktu widzenia – jednym i drugim szło gorzej niż źle. Latem Polacy zakończyli udział w mistrzostwach Europy na miejscu przedostatnim, a jesienią ostatni Szkoci wyrzucili ich z dywizji A Ligi Narodów. Litwini przegrali wszystkie mecze i z hukiem wylecieli do dywizji D, niżej niż San Marino. Teraz kibice na Wileńszczyźnie mogą być spokojni. W najgorszym razie będzie remis, a jeśli ktoś wygra, to tak czy inaczej na pewno nasi. Są więc powody do optymizmu. ■

**KURIER
WILEŃSKI**

Prenumerata 2025

na kolejny miesiąc oraz do końca br.
trwa do 28 dnia każdego miesiąca

Wydanie codzienne (kod 0044)

Na miesiąc 10,00 €
Na 3 miesiące 28,00 €
Na 6 miesięcy 54,00 €
Na rok 105,00 €

Wydanie magazynowe (kod 0172)

Na miesiąc 4,00 €
Na 3 miesiące 11 €
Na 6 miesięcy 21,00 €
Na rok 40,00 €

Dla osób niepełnosprawnych oraz emerytów

Wydanie codzienne (kod 0227)

Na miesiąc 9,00 €
Na 3 miesiące 25,00 €
Na 6 miesięcy 49,00 €
Na rok 93,00 €

Prenumerata dla czytelników za granicą

Wydanie codzienne

Na miesiąc 20 €
Na 6 miesięcy 120 €
Na rok 240 €

Wydanie magazynowe

Na miesiąc 10 €
Na 6 miesięcy 60 €
Na rok 120 €

„Kurier Wileński” można zaprenumerować:

- w każdym urzędzie pocztowym (Lietuvos paštas);
- drogą elektroniczną:
www.prenumeruok.lt;

Zasięgnąć informacji można pod nr. tel. (8-5) 260 84 44,
Birbinių g. 4A, LT-02121 Vilnius,
kolport@kurierwilenski.lt, www.kurierwilenski.lt

Marzena Suchocka Polką Roku 2024 „Kuriera Wileńskiego”

Anna Pieszko

Znamy zwyciężczynię tradycyjnego plebiscytu „Kuriera Wileńskiego” o tytuł Polak Roku! Ten zaszczytny tytuł za rok 2024 Czytelnicy przyznali Marzenie Suchockiej, choreograf Polskiego Zespołu Artystycznego Pieśni i Tańca „Wilia”.



Zwycięstwo Marzeny Suchockiej wpisuje się w jubileusz zespołu „Wilia”, który w 2025 r. będzie obchodził 70-lecie działalności
Fot. Marian Paluszkiwicz

– Jestem ogromnie wzruszona i serdecznie dziękuję wszystkim osobom, które oddały na mnie głos – powiedziała Marzena Suchocka „Kurierowi Wileńskiemu” tuż po ogłoszeniu wyników.

Zgodnie z zasadami konkursu Polaka lub Polkę Roku wybierają Czytelnicy, którzy mogą zagłosować na wybranego faworyta spośród 10 zgłoszonych wcześniej kandydatów. Swoją głos przyznaje także kapituła konkursu. Czytelnicy oddawali głosy, wypełniając specjalne kupony i umieszczając je w skrzynkach do głosowania w redakcji, Domu Kultury Polskiej w Wilnie lub przesyłając tradycyjną pocztą.

W czwartek 9 stycznia członkowie kapituły, w której skład wchodzi zdobywcy tytułu „Polak Roku” z poprzednich edycji plebiscytu, spotkali się w redakcji, by podliczyć nadesłane gło-

sy i wyłonić zwycięzcę. W tym roku w spotkaniu wzięli udział: s. Michaela Rak, ks. prałat Wacław Wołodkiewicz, Anna Adamowicz, Krystyna Adamowicz, Adam Błaszkiwicz, Antoni Jankowski. Członkowie kapituły również oddali głosy na swoich faworytów.

– Bardzo się ucieszyłam, że Polką Roku 2024 została właśnie Marzena Suchocka. Osobiście z całego serca jej kibicowałam, z tej prostej przyczyny, że uważam, że prezentuje bohaterską postawę silnej, oddanej swej pracy i swemu zespołowi kobiety. Uważam, że jej zwycięstwo to jest sprawiedliwość boskiej kancelarii – dzieli się emocjami Anna Adamowicz, członkini kapituły.

Jak dodaje, o zwycięstwie laureatki zdecydowali przede wszystkim Czytelnicy, którzy sercem widzą to, co najważniejsze, czują i rozumieją. – Głosy oddane przez Wilniuków to »

też ukłon w stronę tych, których los w jakiś sposób doświadcza. Nigdy nie wiadomo, kiedy nas spotka kopnięcie losu – dodaje Anna Adamowicz.

– Z radością odebrałam to zwycięstwo – mówi s. Michaela Rak. – Jest to wyraz naszej jedności i wdzięczności. Zaangażowanie Marzeny Suchockiej otwiera ludzkie serca ku wyższym przestrzeniom, uczy solidarności, empatii, określenia tego, co jest ważne, pokonywania własnej słabości. Można byłoby się zamknąć w swoim problemie, a ona wychodzi i dlatego ludzie przychodzą również do niej – podkreśla członkini kapituły.

Zwycięstwo Marzeny Suchockiej wpisuje się w jubileuszowe obchody Polskiego Zespołu Artystycznego Pieśni i Tańca „Wilia”, który w 2025 r. będzie obchodził 70-lecie działalności.

– W minionym roku obchodziliśmy 100-lecie litewskiego Święta Pieśni, w ramach którego „Wilia” pięknie się zaprezentowała. Zespół trzeba było przygotować do udziału w tym wydarzeniu. Te ciekawe tańce mogliśmy jeszcze raz podziwiać podczas koncertu noworocznego. To ogromna praca – podkreśla Anna Adamowicz.

W czwartkowym spotkaniu udział wzięli także redaktor naczelny „Kuriera Wileńskiego” Robert Mickiewicz oraz organizator plebiscytu, dyrektor komercyjny dziennika Andrzej Podworski.

– Cieszy mnie dzisiejsze zwycięstwo. Marzena Suchocka przez wiele lat po cichu i skromnie wykonywała ważną pracę, którą każdy tutaj, na Wileńszczyźnie, dostrzegał i podziwiał. Ta praca jest ważna dla ogółu społeczeństwa, gdyż kultura, polska pieśń i taniec, jest jedną z fundamentalnych wartości. Na scenie widzimy artystów, chórzystów i tancerzy, za których popisami stoi niewidoczna, codzienna praca ich chórmistrzów i choreografów. „Wilia” to ogromna rodzina, która w tym roku będzie obchodziła swoje 70-lecie – dzięki tej sztafecie pokoleń zachowuje polską kulturę i tradycję. Pani Marzena Suchocka jest właśnie w tej plejadzie zasłużonych działaczy. Cieszę się, że społeczeństwo dostrzegło jej zasługi. Wiemy, że przeżywa trudne chwile, życzymy jej jak najwięcej zdrowia i wytrwałości – mówi redaktor naczelny „Kuriera Wileńskiego” Robert Mickiewicz.

Podczas liczenia nadesłanych kuponów stosiki rosły równo. Po ich podlicze-



Podsumowanie konkursu odbyło się we czwartek 9 stycznia w obecności kapituły
Fot. Marian Paluszkiewicz



W obradach kapituły wziął udział Adam Błaszkievicz, ubiegłoroczny zdobywca tytułu „Polak Roku” **Fot. Marian Paluszkiewicz**

niu okazało się, że na drugim miejscu znalazły się dwie osoby, które zdobyły identyczną liczbę głosów. Miejsce drugie ex aequo zajęły Renata Brasel, kierowniczką artystyczną Polskiego Zespołu Pieśni i Tańca „Wilia”, oraz Janina Gieczewska, wieloletnia redaktorka polskich podręczników oraz działaczka społeczna.

– Czytelnicy wykazali duże zainteresowanie konkursem i chętnie głosowali – komentuje Andrzej Podworski, dyrektor komercyjny dziennika.

Spośród aktywnie głosujących Czytelników wylosowano 10 osób. Są to: Jadwiga Borowaja, Aleksander Brostawski, Franciszka Jankowska, Krystyna Jaroszewska, Romualda Łapszewicz, Leonora Milewska, Zofia Moroz, Joanna Račko,

Mieczysław Skinder, Stanisława Wołodkiewicz. Zapraszamy wymienione osoby na galę finałową, podczas której zostaną im wręczone symboliczne nagrody.

Plebiscyt naszego dziennika mający na celu uhonorowanie osoby, której aktywność była szczególnie zauważalna i doceniana w środowisku polskim na Litwie, był organizowany po raz 27. W ubiegłym roku tytuł „Polaka Roku” zdobył Adam Błaszkievicz, dyrektor Gimnazjum im. św. Jana Pawła II w Wilnie.

Gala finałowa konkursu Polak Roku 2024 „Kuriera Wileńskiego” odbędzie się 2 lutego o godz. 16 w Domu Kultury Polskiej w Wilnie (ul. Naugarduko 76). Wstęp wolny. Serdecznie zapraszamy!

Unia Europejska mimo perturbacji trwa i zapewnia obywatelom dobrobyt

Antoni Radczenko

Wstąpienie do Unii Europejskiej i przystąpienie do strefy euro dały mieszkańcom Litwy poczucie faktycznej przynależności do Europy – twierdzi ekonomista i dyrektor Instytutu Pracy i Badań Społecznych, prof. Bogusław Gruzewski.



Unia Europejska jest przykładem tego, jak na rzecz ogólnego dobra i rozwoju jesteśmy w stanie ofiarować swój narodowy egoizm **Fot. Marian Paluszkiewicz**

W roku 2024 Litwa obchodziła potrójny jubileusz, jeśli chodzi o ważne wydarzenia w najnowszej historii państwa: 20-lecie członkostwa w Unii Europejskiej i w NATO oraz 10. rocznicę dołączenia do strefy euro. O ten ostatni proces pytamy ekonomistę prof. Bogusława Gruzewskiego.

– Nie postawiłbym wprowadzenia euro wśród największych osiągnięć Litwy w najnowszej historii. Na pierwszym miejscu wśród najważniejszych wydarzeń współczesnej historii wskazałbym samo odzyskanie niepodległości. Na następnych miejscach uplasowałbym wstąpienie do NATO i Unii Europejskiej. To były naprawdę historyczne wydarzenia. W moim przekonaniu przystąpienie do strefy euro, pod względem ważności, uplasowałbym na czwartym, piątym miejscu – ocenia w rozmowie z „Kurierem Wileńskim” prof. Bogusław Gruzewski.

Mniej Unii w Unii

Unia Europejska, która wyrosła z Europejskiej Wspólnoty Węgla i Stali, była odpowiedzią za tragedię i skutki II wojny światowej. Jednym z celów zjednoczonej Europy było zapobieganie konfliktom zbrojnym na kontynencie europejskim.

– Na poziomie materialnym z pewnością Unia Europejska jest odpowiedzią na skutki II wojny światowej. Natomiast na poziomie filozoficznym UE jest największym osiągnięciem w stosunkach ogólnoludzkich. Z tego, co wiemy z historii, to nigdy nie mieliśmy poziomu takiej integracji państw i narodów. UE jest przykładem, jak na rzecz ogólnego dobra i rozwoju jesteśmy w stanie ofiarować swój narodowy egoizm. Jest próbą tworzenia państwa dobrobytu dla wszystkich obywateli UE – podkreśla ekonomista w rozmowie z „Kurierem Wileńskim”. »

Niestety, ostatnio widzimy, że wewnątrz UE, pomiędzy poszczególnymi jej członkami, narastają konflikty interesów. Stanowisko Węgier lub Słowacji względem Rosji i Ukrainy podważa fundamenty europejskiej jedności.

Bogusław Gruzewski podkreśla, że dalsza historia UE może się rozwijać według kilku scenariuszy. Z jednej strony to może być dalszy rozwój i integracja, z drugiej – zjednoczona Europa może pozostać tylko pięknym wspomnieniem. Na obecnym etapie – gdy trwa krwawa wojna w Ukrainie, mająca kluczowe znaczenie na przyszłość naszego regionu – nie da się udzielić jednoznacznej odpowiedzi.

– Może być kilka scenariuszy. Pierwszy polega na tym, że Unia przetrwa, bo nie ma innego wyjścia. Małe kraje europejskie nie są w stanie normalnie funkcjonować. To pokazało wstąpienie Szwecji i Finlandii do NATO, dla których przez wiele lat neutralność była bardzo ważnym elementem ich państwowości. Z drugiej strony – sama UE coraz bardziej neguje zasady, na których powstała. W Unii jest coraz mniej Unii. Są trzy podstawowe zasady, na których opiera się UE: pierwsza zasada to solidarność i współpraca na wszystkich poziomach; druga to wyrównywanie możliwości społecznych dla różnych subiektów unijnych; trzecia zasada to rozwój poziomu życia obywateli. Co widzimy w rzeczywistości? Wojna w Ukrainie uwydatniła politykę Węgier i Słowacji, która idzie na przekór polityce UE. To bezpośrednio uderza w zasadę solidarności międzypaństwowej. Druga sprawa – od końca XX w. coraz bardziej w UE jest dostrzegalny wzrost nierówności. Mamy do czynienia z marginalizacją całych grup społecznych. To jest sprzeczne z dwoma pozostałymi zasadami – komentuje prof. Gruzewski.

Silniejsze zaplecze

Nie patrząc na perturbacje, które ostatnio nękają zjednoczoną Europę, nasz rozmówca podkreśla, że przyjęcie euro, którego był zwolennikiem od samego początku, jest milowym krokiem.

– Jakie są plusy tej decyzji? Przede wszystkim chodzi o koszty kredytów oraz atrakcyjność inwestycyjną państwa. W przypadku kredytów dotyczy to kredytów państwowych, biznesowych oraz osób prywatnych. Stabilność finansowa państwa oraz stabilność waluty państwo-

wej wpływają na mniejsze koszty polityki finansowej oraz monetarnej. Wprowadzenie euro miało wpływ na życie państwa w kontekście kryzysów światowych. Dzięki obecności w strefie euro mieliśmy silniejsze zaplecze. Ważnym elementem wprowadzenia na Litwie wspólnej waluty unijnej było zaufanie międzynarodowe. To bardzo przyspieszyło nasz wzrost gospodarczy – tłumaczy dyrektor Instytutu Pracy i Badań Społecznych.

Jednym z podstawowych argumentów przeciwników wspólnej waluty było i jest stwierdzenie, że rezygnacja z waluty narodowej oznacza też rezygnację z części suwerenności państwowej.

– Z pewnością własna waluta jest jednym z elementów suwerenności państwa. Waluta narodowa jest dumą narodową. Tylko to są założenia tradycyjne. To są założenia pochodzące z okresu modernizmu, które nie do końca odpowiadają teraźniejszym czasom. Własna waluta już nie odgrywa tak ważnej roli w przypadku suwerenności państwowej jak kiedyś. Zwłaszcza dla niedużych państw, a takim jest Litwa. Większe znaczenie mają raczej gospodarcze i polityczne. Warto spojrzeć na sytuację globalną. Nie tylko waluty narodowe tracą wartość, ale w ogóle waluty tradycyjne. Na przykład mamy bitcoiny, które nie tylko nie mają żadnej przynależności narodowej, ale nawet wymiaru materialnego – wyjaśnia ekonomista.

– Poza tym posiadanie własnej waluty narodowej wymusza bardzo wysokiej jakości zarządzanie gospodarką oraz wysoką moralność polityczną. Chodzi mi o prowadzenie jakościowej i restrykcyjnej kultury antykorupcyjnej. Niestety, po 10 latach od wprowadzenia euro Litwa nadal dokuczają bardzo słabe „mięśnie”, jeśli chodzi o zarządzanie fi-

Stan naszej gospodarki oraz wyniki ekonomiczne, mimo pewnej pasywności rządu, okazały się bardzo pozytywne w ciągu 10 lat uczestnictwa w strefie euro. Do dzisiaj Litwa prezentuje się jako jedna z najbardziej prężnych gospodarek UE – twierdzi prof. Bogusław Gruzewski.

nansami państwa i gospodarką. Najlepszym przykładem tego są dwie duże afery finansowe. Mówię tutaj o przypadku Šarūnasa Stepukonisa, kiedy jeden człowiek spowodował straty na kilkadziesiąt milionów euro. Kolejnym przykładem jest afera „Foxpay”. Z tego, co teraz wiemy, w ciągu roku „wyprano” 17 mln euro. To stało się w czasie, kiedy pod nosem mamy toczącą się wojnę. To samo dotyczy Łotwy, która zmagала się z problemem oskarżeń o konszachty z biznesem rosyjskim. Te wszystkie afery powodują straty finansowe tych państw i pokrycie tych strat spada na barki podatnika. Inny ważnym aspektem jest to, że takie afery podrywają zaufanie do gospodarki państwa. Dlatego w kontekście wspólnego pojęcia niepodległości wprowadzenie euro było korzystne – ocenia w rozmowie prof. Gruzewski.

Jak to było ze skokiem cen

Zdaniem ekonomisty bycie członkiem Unii Europejskiej i przynależenie do strefy euro zwiększyło wśród mieszkańców Litwy poczucie przynależności do Europy. Podróżowanie po Europie stało się bardziej komfortowe. Polepszyło się też poczucie bezpieczeństwa finansowego na poziomie osobistym. Nie oznacza to, że w ciągu ostatniego dziesięciolecia nie byliśmy świadkami zjawisk negatywnych, jak np. inflacja lub wzrost cen.

– Z pewnością ujemnym skutkiem wprowadzenia euro, przynajmniej w pierwszych etapach, był wzrost cen. Wewnątrz kraju rząd powinien bardziej skutecznie walczyć ze skutkami inflacji. Jestem przekonany, że powinien być zwiększony wpływ rządu na regulację cen. W pierwszej kolejności dotyczyło to struktur monopolistycznych, jak sektor energetyczny, leki lub produkty żywnościowe. Przed dziesięcioma laty my, jako eksperci, podkreślaliśmy, że polityka państwa powinna być bardziej restrykcyjna. Pewne mechanizmy kontroli zostały wprowadzone, mniej więcej na pół roku przed przystąpieniem do strefy euro. Natomiast ceny zaczęły rosnąć rok lub półtora roku wcześniej. Niemniej stan naszej gospodarki oraz wyniki ekonomiczne, mimo pewnej pasywności rządu, okazały się bardzo pozytywne. Do dzisiaj Litwa prezentuje się jako jedna z najbardziej prężnych gospodarek UE – konkluduje prof. Bogusław Gruzewski. ■

Lodowata woda na dobry początek roku

Anna Pieszko

Jedni na samą myśl o kąpieli w przerębli dostają dreszczy i gęsiej skórki, inni zanurzając się w lodowatej wodzie, czują przyływ endorfin i energii. Morsy, czyli entuzjaści zimnych kąpieli, 1 stycznia obchodzili nie tylko początek nowego roku, lecz także Światowy Dzień Morsa.



Miłośników lodowatych kąpieli na Litwie przybywa Fot. Facebook, Sveikuoliai

Swoje święto morsy uczcili bynajmniej nie przy ciepłym kominku i schłodzonym szampanie, lecz poprzez zanurzenie się w lodowatej wodzie w jeziorach i rzekach na całej Litwie. Ich wyczyny komentowano na portalach społecznościowych, a brytyjski dziennik „Guardian” zamieścił zdjęcie litewskich morsów w rubryce „Zdjęcie dnia”.

Światowy Dzień Morsa, przypadający 1 stycznia, został ustanowiony w 1982 r. z inicjatywy Kongresu Stanów Zjednoczonych. Morsowanie zyskuje w świecie coraz większą popularność, znajduje swoich entuzjastów również szeroko w całej Litwie. Tradycyjnie w pierwszym dniu nowego roku miłośnicy tego ekstremalnego zajęcia porzucili wygodne kanapy przed telewizorem, by przy lekko minusowej tego roku temperaturze powietrza wejść do litewskich kąpielisk.

Znani poza granicami

Migawka z tegorocznych wileńskich obchodów Światowego Dnia Morsa trafiła na łamy brytyjskiego dziennika „Guardian”. W rubryce „Zdjęcie dnia” zamieszczono fotografię Mindaugasa Kulbisa, przedstawiającą litewskich morsów ze świątecznymi czapeczkami i uśmiechami na twarzy kąpiących się w zimnej wodzie na wileńskich Zielonych Jeziorach.

– Morsów jest wśród nas coraz więcej. Trudno byłoby wszystkich zliczyć, ale szacowałbym tę liczbę na kilka tysięcy. Mamy sporządzoną mapę kąpielisk na Litwie – jest ich ok. 40. Na całej Litwie – w Kiejdanach, Kownie, Wilnie, Trokach, Jaszunach czy Niemieżu – są grupy morsów, których łączy zamiłowanie do zimnych kąpieli – podkreśla Simonas Dailidė, przewodni- »

czący Litewskiego Stowarzyszenia Miłośników Zdrowia (lit. Lietuvos sveikuolių sąjunga), organizator zimowych kąpieli.

Czerpać radość z natury

– Na pewno w grupie jest bezpieczniejsz i odważniejsz. To nic nie kosztuje, wystarczy dołączyć i się hartować, czerpać z tej radości, którą daje natura – twierdzi Simonas Dailidė.

Zapytany o pierwszy krok do zimnej wody, mówi, że inspirował się 35-letnim doświadczeniem Litewskiego Stowarzyszenia Miłośników Zdrowia.

– Choć nie mam jeszcze tylu lat, co samo stowarzyszenie, jednak doświadczenie wszystkich tych lat pokazuje, że nikt nie zachoruje, jeżeli wejdzie do zimnej wody. Jedyńm warunkiem jest, żeby to zrobić w odpowiedni sposób. Wtedy jest to całkowicie bezpieczne – podkreśla.

Konieczne przygotowanie

Żadna przesada nie jest dobra. Źle dawkowane zimno może doprowadzić do tego, że nowicjusz się zwyczajnie wyziębi i rozchoruje. Nie warto wchodzić do zimnej wody również wtedy, gdy istnieją ku temu przeciwwskazania lekarza.

Istnieje kilka metod hartowania i stopniowego osławiania zimna. Jednym z nich jest kontrastowy prysznic, polegający na naprzemiennej kąpieli w ciepłej i zimnej wodzie, którą to kąpiel zawsze należy zakończyć zimną wodą. Inna zasada polega na stopniowym obniżaniu temperatury wody podczas codziennej kąpieli pod prysznicem.

Inny naturalny sposób: letnie kąpiele w rzece zastępować stopniowo jesiennymi i zimowymi. Czwarty sposób, to po prostu dołączyć do stowarzyszenia i korzystać z doświadczenia innych morsów.

Zimna woda zdrowia dodaje

Co daje morsowanie? – Dzięki morsowaniu wzmacniamy swoje zdrowie, cały system odpornościowy. Kiedy wchodzimy do zimnej wody, nasze naczynia krwionośne

się kurczą, kiedy wychodzimy – rozszerzają się. Tak aktywizuje się krążenie krwi, przemiana materii. Zalet jest bardzo dużo. Jest to dobre również dla naszego zdrowia psychicznego, dobrego nastroju. Jest to też doświadczenie przekraczania własnych granic, pokonania własnej słabości, lenistwa czy strachu. Wchodząc do zimnej wody, stajesz się zwycięzcą, bo pokonujesz siebie. To uczucie zwycięstwa jest fantastyczne – nie ma wątpliwości Simonas Dailidė.

Jak dodaje, z perspektywy lat zauważa prozdrowotne korzyści płynące z zimnej wody. – Wiele osób kąpiących się w zimnej wodzie z czasem zauważa, że rzadziej choruje. Jeżeli wcześniej zdarzało się komuś zachorować cztery, pięć razy w roku, to teraz nie choruje wcale. To takie praktyczne korzyści, które rzeczywiście zachęcają do korzystania z naturalnych metod. Ja sam nie choruję od dawna – mówi Simonas Dailidė.

Zielone Jeziora siedliskiem morsów

Popularnym miejscem spotkań wileńskich morsów jest kąpielisko na Zielonych Jeziorach. Spotykają się tu rano (zastrzyk energii na cały dzień gwarantowany!) raz w tygo-

Morsowanie zyskuje w świecie coraz większą popularność, znajduje swoich entuzjastów również szeroko w całej Litwie.

dniu, co niedziela, miłośnicy morsowania należący do organizacji „Optimalietis”.

Zaraz po nich gromadzą się członkowie Litewskiego Stowarzyszenia Miłośników Zdrowia. Dochodzą również niezrzeszeni entuzjaści zdrowego trybu życia, którzy stosują metodę Wima Hofa, nazywanego Icemanem, który wypracował ponadprzeciętną wytrzymałość na niskie temperatury i odporność na infekcje.

– Z pewnością zanurzanie się w zimnej wodzie to stres dla organizmu. Czasem każdemu się zdarza zachorować, na przeziębienie czy gripę, ale w moim przypadku choroba ma łagodny przebieg i szybko mija. Zanurzając się w zimnej wodzie, pobudzam pracę systemu odpornościowego, włączają się mechanizmy samouzdrawiania. Poza tym czuję przypływ endorfin, jestem szczęśliwy i odstresowany. Jeżeli nawet przed wejściem do jeziora wszystko się waliło i paliło, zimna woda przywraca spo-



Porzucić wygodną kanapę i z uśmiechem zanurzyć się w lodowatej wodzie? Czemu nie...

Fot. Facebook, Sveikuoliai



Wilnianie dołączyli licznie do obchodów Światowego Dnia Morsa przypadającego 1 stycznia **Fot. Facebook, Sveikuoliai**



Zimna woda przywraca spokój i równowagę – przekonuje wilnianin Waldemar Tomaszewicz **Fot. archiwum prywatne**

Istnieje kilka metod hartowania i stopniowego oswajania zimna. Jednym z nich jest kontrastowy prysznic, polegający na naprzemiennej kąpieli w ciepłej i zimnej wodzie.

kój i równowagę – mówi wilnianin Waldemar Tomaszewicz, zrzeszony w organizacji „Optimalietis”.

Nasz rozmówca również na dobry początek Nowego Roku wziął udział w lodowatej kąpieli. Regularnie zanurza się w zimnej wodzie co tydzień od ponad 15 lat.

– Oczywiście w pierwszych chwilach po wejściu do wody jest zimno.

Po wyjściu z wody czuję przypływ ciepła i energii – mówi Waldemar Tomaszewicz.

Wstać z kanapy, pokonać siebie

Władysław Kondratowicz, od 2006 r. przewodniczący Stowarzyszenia Trzeźwego Stylu Życia, Zdrowia, Sportu i Turystyki „Optimalietis”, a także nowo mianowany minister spraw wewnętrznych, swoje doświadczenie z morsowaniem rozpoczął, kiedy to jeszcze nie było popularne w takim stopniu jak obecnie.

– Jakies 20 lat temu znajomy zaproponował, żeby spróbować wejść do zimnej wody. Od tamtego czasu regularnie morsuję do dzisiaj. Morsowanie było też jedną z form zdrowego trybu życia, które stowarzyszenie „Optimalietis” wcielało w życie i które propaguje dotychczas. Jest to dobra okazja, żeby spotkać się z przyjaciółmi, którzy mają podobne zainteresowania, spędzić wspólnie czas i wymienić się pozytywną energią, której nie brakuje podczas takich spotkań – mówi Władysław Kondratowicz.

Kilkadziesiąt lat temu morsowanie było odbierane sceptycznie, wielu uważało, że kąpiele w zimnej wodzie mogą szkodzić.

– Z całą pewnością jest to wyzwanie, w którym pokonujemy siebie. Morsowanie wzmacnia charakter, siłę woli, dodaje nie tylko energii, ale i zdrowia. Dzięki hartowaniu wzrasta odporność naszego organizmu. To działa. Prowadząc zdrowy tryb życia mogę być przykładem dla swoich dzieci i bliskich – podkreśla rozmówca „Kuriera Wileńskiego”.

Jak dodaje minister, morsowanie pomaga też w codziennym życiu. – Mnie morsowanie dodaje mocy, pomaga w przekraczaniu własnych granic, motywuje do sięgania po nowe wyzwania, które mogą się wydawać nieosiągalne. Choć morsuję od 20 lat, jednak za każdym razem wstanie z kanapy, wybranie się nad jezioro i wejście do lodowatej wody jest pokonywaniem siebie. Pomaga też ustalić porządek w działaniach – zwierza się Władysław Kondratowicz. ■

Lepszy słuch – lepsza jakość życia



Wiele osób pamięta o regularnych badaniach wzroku, ale nie zwraca wystarczającej uwagi na swój słuch. Według Valdemarasa Dubickisa, założyciela Centrum Słuchu Sonnos (lit. Sonnos klausos centras) i specjalisty w dziedzinie protetyki słuchu, świadoma dbałość o słuch jest szczególnie ważna, ponieważ upośledzenie słuchu wpływa na wiele obszarów życia – komunikację, pracę, poczucie własnej wartości.

Jak narodził się pomysł założenia centrum słuchu?

Pomysł założenia Centrum Słuchu Sonnos zrodził się z wieloletniego doświadczenia w dziedzinie audiologii i szczerzej chęci pomagania ludziom. Zdałem sobie sprawę, że istnieje potrzeba stworzenia miejsca, w którym każdy mógłby poczuć się wysłuchany i zrozumiany oraz gdzie można by zaoferować najnowocześniejsze rozwiązania w zakresie rehabilitacji słuchu. Stało się to moją życiową misją, ponieważ wierzę, że lepszy słuch oznacza lepszą jakość życia.

Jak upośledzenie słuchu wpływa na jakość życia?

Uszkodzenie słuchu często powoduje, że ludzie izolują się od otoczenia – zaczynają unikać kontaktów towarzyskich, czują się niepewnie i mają trudności w pracy lub w codziennych czynnościach. Badania pokazują, że nielezione problemy ze słuchem mogą prowadzić do depresji, a nawet pogorszenia funkcji poznawczych. Statystycznie na Litwie ludzie opóźniają korzystanie z aparatów słuchowych nawet o 7–10 lat od pierwszego zauważenia problemu ze słuchem. Opóźnienia prowadzą do dyskryminacji mowy, czyli coraz trudniejszego rozumienia mowy i rozumienia osób, które mówią szybciej. Gdy mózg nie otrzymuje dobrego sygnału dźwiękowego, zaczyna zapominać, jak przetwarzać dźwięki.

Jakie usługi oferuje centrum słuchu?

W Centrum Słuchu Sonnos przeprowadzamy testy słuchu, dobieramy aparaty słuchowe i zapewniamy opiekę. Oferujemy najnowocześniejsze duńskie i szwajcarskie aparaty słuchowe,



Valdemaras Dubickis Fot. inf. wł.

we, a także możliwość noszenia próbnego. W razie potrzeby dokonujemy korekt, aż do zagwarantowania dobrej jakości słyszenia, dzięki czemu każdy klient jest traktowany indywidualnie. Wierzymy, że dzięki współpracy i wzajemnemu zrozumieniu możemy osiągnąć najlepsze rezultaty, zapewniając harmonię między technologią a kontaktem z ludźmi.

Wspomniał Pan, że mieszkańcy Litwy zaczynają korzystać z aparatów słuchowych nawet 10 lat później z powodu strachu przed stygmatyzacją. Jak możemy przezwyciężyć to piętno?

Ważne jest, aby edukować ludzi, że aparaty słuchowe dzisiaj to nie tylko pomoc, ale cud technologiczny, który może być mały, elegancki i prawie niewidoczny. Należy również podkreślić, że dobry słuch jest ważny nie tylko dla osoby niesłyszącej, ale także dla ca-

łej jej rodziny i bliskich. Ich wsparcie i empatia są kluczem do chęci szukania pomocy. Nie bójmy się więc towarzyszyć swoim bliskim w centrum słuchu, ponieważ nasze wsparcie jest kluczowe dla zrobienia pierwszego kroku w kierunku dobrego słyszenia.

Jakie są innowacje w aparatach słuchowych?

Nowoczesne aparaty słuchowe nie tylko wzmacniają dźwięk, ale także dostosowują się do indywidualnego słuchu, analizując otoczenie i automatycznie dostosowując się do hałasu. Mogą łączyć się z telefonami i innymi akcesoriami. Popularne modele ładowane nie wymagają już wymiany baterii. Najnowsza technologia skutecznie tłumi hałas, poprawia wyrazistość mowy, liczy kroki, lokalizuje aparat słuchowy za pomocą GPS, pozwala rozmawiać bezpośrednio przez telefon, słuchać muzyki i nie tylko.

Kiedy należy wykonać badanie słuchu?

Badanie słuchu warto przeprowadzić co najmniej raz w roku, zwłaszcza jeśli mamy trudności ze zrozumieniem mowy w hałaśliwym otoczeniu, jeśli często musimy prosić innych o powtórzenie słów lub jeśli zauważymy, że zwiększamy głośność telewizora. Jest to szczególnie ważne dla osób powyżej 60. roku życia. Wczesna identyfikacja problemów może pomóc zapobiec poważniejszym konsekwencjom.

Zam. 2838

- BEZPŁATNE badanie słuchu
- BEZPŁATNIE wypróbuj szwajcarskie lub duńskie aparaty słuchowe, przez dwa tygodnie!
- Kup ładowane aparaty słuchowe, a ładowarkę **PODARUJEMY!**



Wartość prezentu

147 euro



Akcja trwa do 31 stycznia 2025 r.

Laisvės pr. 60, Vilnius
+370 600 77 400
www.sonnos.lt



sonnos
KLAUSKOS CENTRAS

Coraz mniej zimy zimą

Honorata Adamowicz

Selemonas Paltanavičius, główny przyrodnik Litwy, twierdzi, że druga połowa obecnie trwającej zimy pod względem pogodowym powinna być podobna do pierwszej połowy. A te prawdziwe litewskie zimy prawdopodobnie już nigdy do nas nie przyjdą...



W tym roku na Litwie na pewno nie uświadczymy temperatury minus 25°C i dużej ilości śniegu **Fot. Marian Paluszkiewicz**

– W tym roku prawdopodobnie nie zobaczymy już prawdziwej zimy. Druga połowa zimy powinna być podobna do pierwszej połowy. Może się zdarzyć jeszcze jeden, dwa chłodniejsze dni, ale będzie to tylko krótki okres chłodniejszej pogody. W tym roku na pewno nie uświadczymy temperatury minus 25°C i dużej ilości śniegu. Jeśli spadnie śnieg, stopi się bardzo szybko, ponieważ ziemia nie jest w ogóle zamrznięta, a jeśli pada śnieg, a ziemia jest ciepła – to natychmiast topnieje. Tak więc śnieg topnieje nawet wtedy, gdy wydaje nam się, że jest go dużo – mówi przyrodnik.

Wszystko jest pomieszane

Jak zauważa Selemonas Paltanavičius, dziś nie warto nawet zgadywać na podstawie znaków, jaka zima czy

lato nas czeka, ponieważ wszystko jest pomieszane. Zmiany klimatu mają ogromny wpływ na pogodę. Na Litwie już raczej nie uświadczymy takich prawdziwych mroźnych zim ze śniegiem.

– Teraz raczej mamy do czynienia z zimą tylko z nazwy, ale sama pogoda przypomina nam jesień. Oczywiście, nie ma pewności, że w tym roku nie będziemy mieli np. minus 15°C czy nawet więcej mrozu, przecież nikt jeszcze całkowicie nie odmienił zimy na Litwie. Zima nadal jest charakterystyczna dla naszego regionu i w każdej chwili temperatura może spaść do minus 15°C. Tymczasem jeśli nawet kilka takich dni nadejdzie w styczniu lub lutym, spowoduje to wiele kłopotów – nie kryje Selemonas Paltanavičius.

Mamy dopiero styczeń i wiele roślin już puściło pąki; te jeszcze nie pękły, ale już nabrzmiały. Jak mówi »

przyrodnik, tego zjawiska o tej porze roku nie powinno być, ale skoro tak się dzieje, to gospodarze sadów powinni zadbać o swoje rośliny.

Paltanavičius radzi, jak prawidłowo zadbać o swoje rośliny. Każdy ogrodnik powinien zwrócić uwagę, czy rośliny nie wykiełkowały. Dotyczy to szczególnie roślin ozdobnych. Jeśli tak, to zdecydowanie należy je przykryć gałęziami, warstwą ściółki, ale na pewno nie plastikiem, bo roślina może się pod nim udusić i umrzeć.

Rośliny zginą, ptaki odlecą

– Wiele ptaków zostało w kraju na zimę. Te ptaki, które dzisiaj możemy spotkać w naszym otoczeniu, tak naprawdę nie powinny z nami zimować. W razie nagłego ochłodzenia ucierpią zarówno rośliny, jak i same ptaki. Oczywiście dla ptaków, zwłaszcza tych większych, mróz nie jest tak groźny jak dla roślin, ponieważ mogą one w ciągu jednej nocy lub jednego dnia dolecieć do zachodniej części Polski, gdzie jest znacznie cieplej. Dla dużych ptaków przelecenie kilkuset kilometrów nie jest wielkim problemem. Tymczasem rośliny na pewno zginą. Gdy spaceruję po lesie, nie mogę uwierzyć, że mamy styczeń. Odnoszę takie przemożne wrażenie, że jest wczesna jesień – zwierza się Seimonas Paltanavičius.

Zimy robią się coraz cieplejsze nie tylko na Litwie, ale w całej Europie. Dowodzi tego najnowsza publikacja grupy niezależnych naukowców zrzeszonych w organizacji Climate Central. Według ekspertów z każdym rokiem mamy coraz więcej zimowych dni z dodatnimi temperaturami.

Autorzy raportu badali odczyty temperatury w 123 państwach. Chodzi o warunki, jakie panowały w nich w okresie od grudnia do lutego w trakcie minionych 10 lat, czyli od 2014 do 2023 r. Ze 123 przebadanych krajów Polska jest jednym z tych, które utraciły najwięcej zimowych dni – aż 20. Pod tym względem Polskę wyprzedziła Litwa (23 tzw. utracone zimowe dni), Łotwa (22 dni), Estonia (22) oraz Dania (21).

Rekordowy rok

Według Litewskiej Służby Hydrometeorologicznej rok 2024 na Litwie okazał się najcieplejszym w historii obserwacji meteorologicznych. Średnia roczna temperatura powietrza na Litwie wyniosła 9,5°C, czyli o 2,1 stopnia więcej, niż wynosi średnia wieloletnia (średnia z lat 1991–2020). Najcieplejszym jak dotąd rokiem był 2020, kiedy średnia roczna temperatura powietrza na Litwie wyniosła 9,2°C.

Wszystkie miesiące w 2024 r. z wyjątkiem stycznia były cieplejsze niż długoterminowa średnia temperatura powietrza dla tych miesięcy.

Według przedstawicieli Litewskiej Służby Hydrometeorologicznej jest to drugi raz nie tylko w ciągu ostatnich czterech lat, ale także w całej historii obserwacji meteorologicznych, kiedy średnia roczna temperatura powietrza w kraju przekroczyła 9°C.

Należy zauważyć, że wraz z globalnymi zmianami klimatu pięć najcieplejszych lat na Litwie odnotowano w ciągu ostatnich dziesięciu lat.

Według Litewskiej Służby Hydrometeorologicznej rok 2024 na Litwie okazał się najcieplejszym w historii obserwacji meteorologicznych.

Wiosna też będzie nietypowa

Ostatnia wiosna była najcieplejszą wiosną na Litwie w historii współczesnych obserwacji meteorologicznych (tj. od 1961 r.), a długoterminowy rekord temperatury powietrza w Wilnie pokazuje, że była to najcieplejsza wiosna od prawie 250 lat.

W ciągu roku odnotowano też 18 dziennych rekordów maksymalnej temperatury. Szesnaście rekordów wysokich temperatur ustanowiono w poprzednim roku, trzynastę w 2022 r. i sześć w 2021 r.

Naukowcy twierdzą, że w miarę ocieplania się klimatu na świecie ustalone wzorce klimatyczne i cykle wodne będą zakłócane, a ekstremalne zjawiska pogodowe staną się coraz częstsze i bardziej dotkliwe. ■



W ciągu 10 lat średni okres zimy na Litwie skrócił się aż o 23 dni

Fot. Marian Paluszkiewicz



Witam serdecznie Anki, Mateuszów, Kornelie, Janków i wszystkich, wszystkich moich serdecznych Przyjaciół, bo właśnie tak was traktuję. Czy wiecie, dlaczego rodzice nadali wam takie, a nie inne imię? A skąd w ogóle mamy imiona?

Co to jest imię?

Imię to nazwa nadawana jakiejś osobie. Wraz z nazwiskiem, a rzadziej przydomkiem, stanowi u większości ludów podstawowe określenie danej osoby. Imiona są nadawane przez rodziców lub opiekunów. Nadanie imienia jest oficjalnym i uroczystym aktem. Ludzie nadają sobie imiona w celu odróżnienia człowieka od innych. Imię wraz z nazwiskiem jest naszą wizytówką, dzięki której jesteśmy rozpoznawalni wśród tłumu.

Wiadomo, że imiona nie tylko wskazują osoby ich właścicieli, lecz także przywołują określone treści, skojarzenia związane z imieniem. Z nadawaniem imienia często wiążą się obrzędy: dzisiaj – chrzest, kiedyś – postrzyżyny. Początkowo nie nadawano imion na stałe. W wielu kulturach pierwsze imię nadane po urodzeniu zmieniano w czasie aktu wprowadzenia do dorosłej społeczności czy innych obrzędów inicjacyjnych. Pozostałością tego jest np. bierzmowanie w Kościele katolickim, chociaż w tym przypadku nadal publicznie używa się imienia z chrztu. Skąd wziął się zasób polskich imion? Przed pojawieniem się na ziemiach polskich chrześcijaństwa

używano tysięcy rodzimych imion, z których większość zaginęła bez śladu. Najprawdopodobniej pierwsze imiona wywodziły się od nazw pospolitych. Imiona te w sposób pośredni lub bezpośredni określały cechy zewnętrzne lub wewnętrzne człowieka, który je nosił. Miały one charakter przezwiskowy i mogły występować obok prawdziwych imion. Mogły się odnosić do:

- **zawodu** – np. Kowal
 - **miejsca zamieszkania** – np. Wiśla (pochodzący znan Wisły)
 - **zwierzęcia** – np. Lis
 - **rośliny** – np. Jawor, Dąb
 - **cechy** – np. Uchacz (z powodu odstających uszu), Białowas (gdyż miał białe wąsy)
- Wraz z nastaniem chrześcijaństwa imiona rodzime zaczęły być stopniowo wypierane przez imiona chrześcijańskie:
- **greckie** – np. Eustachy, Teodor, Agnieszka
 - **łacińskie** – np. Urban, Walenty
 - **hebrajskie** – np. Abraham, Beniamin, Sara
 - **aramejskie** – np. Tomasz, Marta
 - **germańskie** – np. Konrad, Robert, Matylda



Przysłowia styczniowe

- Gdy styczeń z mgłą chodzi, mokra i wczesną wiosnę zrodzi.
 - Gdy w styczniu deszcz leje, robi złe nadzieje.
 - Jak styczeń zachlapany, to li piec zapłakany.
 - Jeśli pszczoła w styczniu z ula wylatuje, rzadko pomyślny rok nam obiecuje.
- Zimowe zabawy na śniegu
Wydeptywanie kształtów i słów
Jest to bardzo efektowne, kiedy mamy do dyspozycji wysoki budynek z kilko-



ma piętrami, z którego możemy obserwować plac do zabaw lub boisko. Będziemy mogli wtedy wydeptać ogromne kształty, litery itp. Zapewniam was, że zrobi to duże wrażenie i na dzieciach i na dorosłych. Dobrze jest na początku zabawy przerwać ją na chwilę i podejrzeć efekty z góry. „Wydeptywacze”, czyli uczestnicy zabawy, będą mieli lepsze pojęcie, czy wydeptywanie idzie zgodnie z planem.

Ciekawostki

- Mieszkańcy Tybetu pozdrawiają się, pokazując sobie języki, co ma tam taką samą wymowę jak u nas uścisk dłoni.
- My, kiedy przytakujemy, kiwamy głową z góry na dół, podczas gdy Bułgarzy kiwają wręcz przeciwnie. Przytakując, poruszają głową na boki.

Warte przeczytania

Opowieść o znudzonej królewnie

Zapewne większość z was marzy o posiadaniu nieograniczonej ilości zabawek. Co jednak by się stało, gdyby te marzenia się spełniły? Czy mając wszystko, czego się zapragnie, zawsze jest się szczęśliwym? O tym właśnie przekonuje się pewna mała królewna. W jaki sposób? Tego dowiecie się, czytając lub słuchając tej pełnej ciepła, pięknie ilustrowanej opowieści autorstwa Anny Paszkiewicz.



Rekordy zimna i ciepła



- Najgorętsze miejsce: Dolina Śmierci w Kalifornii – ponad 49°C przez 43 dni w 1917 r.
- Najwyższe temperatury przez cały rok: Dallol w Etiopii – średnia temperatura 34°C od 1960 do 1966 r.
- Najwyższa temperatura: Al-Aziziyah w Libii – 58°C w 1922 r.
- Największa prędkość wiatru: New Hampshire w USA – 371 km/h w 1934 r.
- Rekord zimna: stacja Wostok na Antarktydzie – minus 89,2°C w 1983 r.

Ale dowcip!

– Synku, przed godziną w szafce były dwa ciastka, teraz jest tylko jedno. Co się stało?
– To nie moja wina. Było ciemno i nie zauważyłem tego drugiego.

Z logiką za pan brat

Czy potraficie prawidłowo odpowiedzieć na pytania?

- Jesteś pilotem samolotu, w którym leci pięciu pasażerów: trzech Niemców i dwóch Polaków. Kto jest pilotem samolotu?
- W jakim miesiącu kosi się siano?
- Ile jest palców u dwóch rąk?
- Ile gatunków zwierząt zabrał Mojżesz na arkę?
- Długość kota z ogonem wynosi 50 cm. Ile waży kilogram sierści kota?





Dzięki regularnym konsultacjom rodzice mogą lepiej zrozumieć potrzeby swoich dzieci i współpracować z nauczycielami w celu ich zaspokojenia **Fot. Adobe Stock**

Edukacja tradycyjna i włączająca – synergia wartości i współczesnych potrzeb

Anna Pawłowicz-Janczys

Współczesna rzeczywistość często przynosi pytania o sens i wartość tradycyjnych i współczesnych metod nauczania. Czy warto nadal opierać się na wieloletnich, sprawdzonych praktykach, czy może lepiej poddać się modnym nurtom postulującym radykalne zmiany?

Tradycyjne szkoły, będące nośnikiem wartości i kultury, stanowią przykład tego, jak klasyczne podejście może wzbogacić rozwój młodego człowieka, przygotowując go na wyzwania przyszłości.

Dlaczego szkoła tradycyjna?

Szkoła tradycyjna, często krytykowana za sztywność metod czy wymagania, w rzeczywistości oferuje dzieciom i młodzieży solidne fundamenty. To tutaj uczniowie uczą się systema-

tyczności, odpowiedzialności i szacunku dla pracy – cech niezbędnych w dorosłym życiu. W szkołach tradycyjnych, które kultywują uniwersalne wartości, edukacja staje się czymś więcej niż tylko metodologią. To misja rozwijania osobowości i pielęgnowania tożsamości w złożonym, wielokulturowym społeczeństwie.

Tradycyjna szkoła korzysta z wielu sprawdzonych metod nauczania. Przykładem są zajęcia prowadzone w formie wykładów, które umożliwiają przyswajanie wiedzy w sposób

uporządkowany, a także dyskusje, które rozwijają krytyczne myślenie i umiejętność wyrażania własnego zdania. Wykorzystuje się też regularne powtórki materiału, które pomagają uczniom utrwalać informacje i budować trwałe podstawy wiedzy.

Nie można pominąć także znaczenia tradycyjnych ćwiczeń pisemnych, takich jak eseje czy dyktanda, które rozwijają umiejętności językowe i logiczne myślenie. Nauczyciele często stosują też pracę w parach lub grupach, co pozwala uczniom na współpra- »

cę i wzajemne wsparcie. Kluczowym elementem tradycyjnego nauczania jest także osobisty kontakt między nauczycielem a uczniem, który umożliwia indywidualne podejście i lepsze zrozumienie potrzeb każdego dziecka.

Tradycyjne metody nauczania: skuteczność i wartości

W przeciwieństwie do powszechnego przekonania tradycyjne metody nauczania nie oznaczają braku innowacyjności. Polegają na systematycznym budowaniu wiedzy, kształtowaniu umiejętności analitycznego myślenia oraz pracy zespołowej. Nauczyciele w szkołach tradycyjnych umiejętnie łączą te metody z nowoczesnymi narzędziami, takimi jak technologie cyfrowe, projekty interdyscyplinarne czy zajęcia wspierające indywidualny rozwój ucznia.

Umiarkowane wyzwania i wymagania są naturalnym elementem procesu edukacyjnego. To one uczą młodych ludzi, jak radzić sobie z trudnymi sytuacjami i przygotowują ich na życiowe przeciwności. Bez tych doświadczeń dorosłe życie mogłoby stać się dla nich znacznie bardziej wymagające.

Edukacja włączająca i atmosfera wsparcia

Szkoły tradycyjne, choć oparte na klasycznych wartościach, są jednocześnie otwarte na edukację włączającą. W placówkach tych tworzy się przestrzeń, w której każde dziecko, niezależnie od swoich możliwości, ma szansę na rozwój w atmosferze akceptacji i zrozumienia. Nauczyciele, wspierani przez specjalistów, dostosowują metody nauczania do indywidualnych potrzeb uczniów, łącząc wymagania z empatią.

Ważnym elementem edukacji włączającej jest wykorzystanie różnorodnych metod dydaktycznych, takich jak nauka przez zabawę, indywidualne plany edukacyjne czy zajęcia integracyjne, które sprzyjają współpracy między uczniami. Przykładem mogą być wspólne projekty klasowe, w których dzieci o różnych umiejętnościach pracują razem, ucząc się od siebie nawzajem i budując poczucie wspólnoty.

W szkołach tradycyjnych nie ma miejsca na przemoc. Zamiast tego promowana jest kultura wzajemnego szacunku, dialogu i obustronnego zrozumienia. Nauczyciele uczą dzieci, jak rozwiązywać konflikty w sposób konstruktywny, budując przy tym pozytywne relacje między rówieśnikami. Dzieci są zachęcane do wyrażania swoich emocji i potrzeb w sposób akceptowalny, co sprzyja budowaniu empatycznych relacji.

Atmosfera wsparcia w szkołach tradycyjnych opiera się także na stałym kontakcie nauczycieli z rodzicami. Dzięki regularnym konsultacjom i rozmowom rodzice mogą lepiej zrozumieć potrzeby swoich dzieci i współpracować z nauczycielami w celu ich

Szkoły tradycyjne, choć oparte na klasycznych wartościach, są jednocześnie otwarte na edukację włączającą.

W placówkach tych tworzy się przestrzeń, w której każde dziecko, niezależnie od swoich możliwości, ma szansę na rozwój w atmosferze akceptacji i zrozumienia.

zaspokojenia. Takie podejście sprzyja nie tylko lepszym wynikom w nauce, lecz także budowaniu silnych więzi między dzieckiem, rodziną i szkołą.

Dzięki tym działaniom uczniowie zdobywają nie tylko wiedzę, ale i umiejętności społeczne, które będą procentowały w przyszłości. Kształtowanie postaw otwartości, empatii i współpracy to fundament, na którym opiera się edukacja włączająca w szkołach tradycyjnych.

Eksperckie spojrzenie

Jako doświadczona pedagog zdaję sobie sprawę, że edukacja to proces współpracy między szkołą, rodzicami i dziećmi. Krytyczne wypowiedzi skierowane w stronę nauczycieli mogą nieść za sobą poważne konsekwencje, wpływając negatywnie na relacje ucznia z pedagogiem. Dzieci uczą się postaw od rodziców. Jeśli dorosły negatywnie wyraża się o szkole czy nauczycielu, dziecko może zacząć lekceważyć obowiązki szkolne, tracąc motywację do nauki.

Warto pamiętać, że nauczyciele to osoby zaangażowane nie tylko w dydaktykę, lecz także w budowanie wspólnoty. Ich praca to przekazywanie wiedzy, ale też wychowanie, kształtowanie charakterów oraz wspieranie w trudnych chwilach.

Dialog jako klucz do zrozumienia

Zamiast skupiania się na krytyce warto szukać dialogu między rodzicami a szkołą. Wspólne omawianie wyzwań, z którymi mierzą się zarówno kadra nauczycielska, jak i uczniowie może przynieść zaskakująco pozytywne efekty. Rodzice powinni zrozumieć, że wsparcie szkoły, zamiast jej krytyki, pomaga dzieciom właściwie postrzegać wartość edukacji i zaangażowanie nauczycieli.

Dialog może przybrać różne formy, od regularnych spotkań z wychowawcą po uczestnictwo w zebraniach klasowych czy konsultacjach. Ważne jest, aby rodzice wyrażali swoje opinie w sposób konstruktywny, proponując rozwiązania, a nie tylko wskazując problemy. Taka współpraca pozwala budować atmosferę wzajemnego zaufania, w której zarówno nauczyciele, jak i rodzice czują się partnerami w procesie edukacyjnym.

Dzieci, widząc zgodną współpracę między dorosłymi, uczą się wartości dialogu i kompromisu. Taki przykład wspiera ich rozwój emocjonalny i społeczny, ucząc, jak efektywnie komunikować się i rozwiązywać trudności. Dialog pozwala także lepiej dostosować metody nauczania do potrzeb uczniów, uwzględniając różnorodne perspektywy i doświadczenia.

Szkoły, w których nauka odbywa się poprzez łączenie metod tradycyjnych ze współczesnymi, to miejsca, w których tradycja spotyka się z nowoczesnością. To przestrzenie, w których dzieci mogą rozwijać swoje talenty, jednocześnie poznając wartość kultury i historii. Szanujmy te placówki i ludzi, którzy poświęcają się dla dobra młodego pokolenia. To nasz wspólny cel: wychować świadome, odpowiedzialne i dumne ze swoich korzeni dzieci.

Gastronomiczny rok 2025

Część 1

Elżbieta Monkiewicz (@elzbieta.mon na Instagramie)

Co roku świat kulinarny ulega zmianom, odzwierciedlając nowe potrzeby i preferencje społeczeństwa. Oczekuje się, że rok 2025 będzie kontynuował dużo tendencji gastronomicznych z ubiegłego roku oraz przyniesie wiele ekscytujących i różnorodnych nowych trendów.



Wegetarianizm (a nawet weganizm) zachowa czołową pozycję wśród preferencji gastronomicznych Fot. Adobe Stock

W roku 2025 smakosze na całym świecie będą zmuszeni do ponownego przemyślenia sposobu, w jaki podchodzą do żywności.

Roślinożercy i białkowcy

Jednym z kluczowych trendów kulinarnych w roku 2025 będzie dalsze zwięk-

szenie w naszej diecie dań roślinnych i wegańskich. Wraz ze wzrostem świadomości społeczeństwa w zakresie zdrowego odżywiania i zrównoważonego rozwoju kuchnia roślinna zostanie znaczącą pozycją w świecie gastronomii, zarówno zawodowej, jak i domowej. Wegetarianizm (a nawet weganizm) zachowa

czołową pozycję wśród preferencji gastronomicznych. Możemy się spodziewać wiele innowacyjnych dań na bazie roślin. Znaczenie zyskają alternatywne źródła białka. Soja, groch, soczewica, inne rośliny strączkowe oraz grzyby w wielu krajach staną się integralną częścią codziennej diety.

Ekologia zaczyna się w kuchni

Świadomość ekologiczna niemal zawsze zaczyna się od kuchni: od segregowania śmieci, od mądrego korzystania z produktów, od rezygnacji z jednorazowych opakowań i toreb. Wszystko to nie jest trudne, wymaga jedynie nawyku. »

A kiedy nawyk stanie się trwały, otworzą się nowe możliwości. Okazuje się, że „przyjazne środowisku” może być „ekonomiczne”, jeśli np. oznacza kupowanie uzupełnień detergentów lub innych środków, a nie nowych opakowań. Znaczącym będzie także przygotowanie własnoręcznie środków do czyszczenia różnych urządzeń i powierzchni. Na najbardziej zaawansowanym poziomie niektórzy decydują się nawet na modyfikację własnej kuchni: instalują domową szklarnię na zioła, inteligentną farmę pionową (jest wielkości lodówki, w środku warzywa rosną na tacach), podręczny kompostownik z bokashi (z naturalnymi granulkami umożliwiającymi przygotowanie kompostu z odpadków kuchennych) czy nawet farmę robaków kompostujących – wermifarmę. W nadchodzących latach coraz więcej osób będzie preferować produkty organiczne i lokalne. Trend ten wynika z rosnącej świadomości konsumentów i ich chęci wspierania regionalnego rolnictwa. Wzrośnie także popyt na lokalne mięso hodowlane. Konsumenty będą preferować mięso hodowane w małych rodzinnych gospodarstwach, gdzie zwierzęta trzymane są w humanitarnych warunkach i karmione naturalną dietą. Dzięki temu możemy uzyskać mięso wyższej jakości i o lepszym smaku. Ponadto coraz popularniejsze będą dania przygotowywane z sezonowych, lokalnych składników. Ko-

rzystanie z produktów uprawianych lokalnie zmniejsza emisję gazów cieplarnianych związaną z transportem i wspiera regionalnych rolników. Umożliwia to też tworzenie oryginalnych receptur w oparciu o tradycje lokalnej kuchni.

Indywidualne podejście do żywienia i spersonalizowane receptury

Kolejnym wyraźnym trendem będzie chęć konsumentów do personalizacji swojej diety. Wraz z rozwojem technologii każda osoba będzie mogła otrzymać rekomendacje dotyczące optymalnego jadłospisu, uwzględniającego jej indywidualne cechy, preferencje żywieniowe, stan zdrowia i styl życia. Dostosowane do indywidualnych potrzeb usługi oparte na analizie danych metabolicznych, genetyki i innych biomarkerów oferują spersonalizowane przepisy i porady kulinarne, które najlepiej odpowiadają potrzebom danej osoby. Tym samym gotowanie w 2025 r. będzie coraz bardziej odchodzić od „uniwersalnego” podejścia do żywienia w kierunku indywidualnego podejścia.

Powrót zapomnianych składników

W 2025 r. będziemy świadkami ponownego zainteresowania zapomnianymi, a także przydatnymi składnikami kulinarnymi. Warzywa, takie jak: rabarbar, pasternak, topinambur czy brukiew, zaczynają powracać do naszych kuchni i na sklepowe półki.

Rabarbar o charakterystycznym słodko-kwaśnym smaku ugruntował swoją pozycję kluczowego składnika różnorodnych deserów i napojów. Ciasta, lemoniady, galaretki, lody z rabarbarem cieszą się coraz większą popularnością wśród smakoszy. Także nadal pozostanie chętnie używany przez kucharzy w potrawach wytrawnych. To wielofunkcyjne warzywo przyciąga uwagę nie tylko wyrazistym smakiem, lecz także korzystnymi właściwościami, takimi jak wysoka zawartość witamin i minerałów. Renesans przeżywa pasternak, od dawna przyćmiony przez popularniejsze warzywa. Coraz częściej wykorzystuje się to warzywo korzeniowe o lekko słodkim, orzechowym smaku. Służy do przygotowywania różnorodnych potraw – od zup i gulaszy po pieczone mieszanki warzywne. Pasternak jest wysoko ceniony ze względu na swoje wartości odżywcze i bogactwo przeciwutleniaczy. Topinambur (zimowy słonecznik), czyli ziemna gruszką lub jerozolimski karczoch, do niedawna był warzywem egzotycznym, dostępnym jedynie w wyspecjalizowanych sklepach. Teraz topinambur można znaleźć na półkach większości supermarketów. To bezpretensjonalne warzywo korzeniowe o orzechowym smaku wykorzystuje się do przygotowania zup, dodatków, a także do wypieku chleba, a nawet do produkcji bioetanolu. Brukiew, niegdyś kojarzona przede wszystkim z biedniejszymi konsu-

Świadomość ekologiczna niemal zawsze zaczyna się od kuchni: od segregowania śmieci, od mądrego korzystania z produktów, od rezygnacji z jednorazowych opakowań i toreb. Wszystko to nie jest trudne, wymaga jedynie nawyku.

mentami, również należy do odradzającego się trendu żywieniowego. To duże, bogato aromatyzowane warzywo korzeniowe doskonale nadaje się do smażenia, pieczenia i przecierania. Brukiew jest bogata w błonnik, witaminy i minerały, dzięki czemu stanowi zdrowy dodatek do współczesnej diety. Powrót tych „zapomnianych” składników na scenę kulinarną odzwierciedla ogólne pragnienie ludzi dotyczące zdrowszego i bardziej ekologicznego stylu życia. Korzystanie z tak różnorodnych, ale lokalnych warzyw pomaga zmniejszyć nasz ślad węglowy, wspierać lokalnych producentów i zachować tradycyjne receptury. Można śmiało powiedzieć, że w 2025 r. rabarbar, pasternak, topinambur i brukiew zajmą należne im miejsce w menu restauracji i kuchni gospodyń domowych na całym świecie. ■



Po dekadach zależności od rosyjskiego gazu Mołdawia w ostatnich latach zdywersyfikowała swoje źródła energii. Nie dotyczy to Naddniestrza **Fot. Facebook, SA „Moldovagaz”**

Gazowa klęska Rosji. Mołdawia nagrodą pocieszenia?

Antoni Rybczyński

Koniec eksportu gazu do Europy przez terytorium Ukrainy to cios dla finansów Rosji i dla samego Gazpromu. Skutki odczuć musi też kilka krajów Unii Europejskiej, które wciąż importowały surowiec rosyjski, a teraz muszą kupować droższy gaz z innych źródeł.

Tymczasem to jednak Kreml traci resztki wpływów w Unii Europejskiej. Może sobie to jednak odbić w Mołdawii, która nie ma tyle pieniędzy, ile zachodni sąsiedzi, by zmienić źródło dostaw gazu i uniknąć potężnego obciążenia budżetu i zwykłych obywateli. Rosja to wykorzysta w nadchodzących wyborach.

Kiedy 1 stycznia rosyjski gaz przestał płynąć na zachód przez Ukrainę, był to koniec pewnej epoki. Wszak od ponad 50 lat tym szlakiem Rosja (wcześniej Sowiet) sprzedawała Europie surowiec, za

który dostawała ogromne pieniądze. To również cios dla Moskwy, pokazujący, jak decyzja Putina o prowadzeniu wojny totalnej przeciwko Ukrainie podważyła zdolność Rosji do wykorzystywania dostaw energii jako dźwigni wpływów w dużej części Europy.

Gazowy rozwój

Gazprom wstrzymał dostawy gazu do Europy przez Ukrainę 1 stycznia 2025 r. w związku z tym, że pięcioletni kontrakt z Naftohazem nie został przedłużony przez

stronę ukraińską. To oznacza koniec dostaw gazu z Rosji na Słowację i do Mołdawii. Jak wynika z obliczeń Bloomberg, utrata tranzytu przez Ukrainę zmniejszy przychody Rosji nawet o 6 mld dolarów rocznie.

Teraz Rosji pozostał tylko jeden działający szlak tranzytowy do Unii Europejskiej – przez Morze Czarne i Turcję. Gaz płynie nim wciąż na Bałkany i na Węgry. Ale generalnie udział rosyjskiego gazu w najbliższym i najbardziej lukratywnym rynku, rynku Europy, skurczył się do zaledwie 5 proc. W 2021 r. udział »

ten wynosił 45 proc. i był głównym źródłem dochodów Gazpromu.

Jednak z całej tej klęski Kreml chce wyciągnąć coś dobrego dla jego celów. Chodzi o Mołdawię. Zakręcenie kurków z gazem dla tego kraju (warto podkreślić, że Rosja wykorzystała wygaśnięcie umowy tranzytowej z Ukrainą do przykrycia faktycznego powodu zakończenia dostaw dla Mołdawii – zerwania współpracy pod pretekstem niespłacenia przez Kiszyniów długów) ma na celu jego destabilizację tuż przed wyborami parlamentarnymi.

Już 28 października 2024 r. Gazprom wysłał zawiadomienie do mołdawskiej spółki gazowej Moldovagaz, informując, że z powodu regularnego niewywiązywania się przez stronę mołdawską ze swoich zobowiązań płatniczych i „nagromadzonych zaległości” dostawy gazu ziemnego do Republiki Mołdawii zostaną całkowicie wstrzymane. Gazprom twierdzi, że Mołdawia nie spłaciła długu w wysokości 709 mln dolarów. Audyt przeprowadzony przez brytyjskie i norweskie firmy audytorskie wykazał jednak w 2022 r., że Mołdawia była winna Gazpromowi tylko 8,6 mln dolarów.

Naddniestrze bez gazu

Po dekadach zależności od rosyjskiego gazu Mołdawia w ostatnich latach zdyswersyfikowała swoje źródła energii, do czego częściowo przyczyniła się inwazja Rosji na Ukrainę w 2022 r., która skłoniła całą Europę do ponownego przemyślenia polityki importowej gazu. Dzięki tej dalekowzrocznej polityce prozachodnich władz w Kiszyniowie zakręcenie kurków z gazem 1 stycznia nie miało większego bezpośredniego wpływu na zdecydowaną większość kraju. Poza separatystycznym Naddniestrzem.

To skrawek Mołdawii leżący na wschód od Dniestru. Zamieszkane przez 450 tys. ludzi quasi-państewko z 1500 rosyjskimi żołnierzami na swoim terenie, uzależnione gospodarczo od Rosji, politycznie wierne

Moskwie od początku lat 90. XX w. Rosja dostarczała ok. 2 mld m sześć. gazu rocznie do separatystycznego regionu. Jak jest teraz? Według firmy Tiraspoltransgaz prawie 75 tys. gospodarstw domowych pozostało bez gazu w pierwszym dniu nowego roku. Kolejnych 116 tys. abonentów otrzymuje gaz w zmniejszonych ilościach.

Stanął cały naddniestrzański przemysł, z wyjątkiem producentów żywności. Z powodu braku gazu główna elektrownia, która jest własnością rosyjskiej firmy Inter RAO, przestawiła się na węgiel. Zapasy

Z całej tej gazowej klęski Kreml chce wyciągnąć coś dobrego dla jego celów. Chodzi o Mołdawię. Zakręcenie kurków z gazem dla tego kraju ma na celu jego destabilizację tuż przed wyborami parlamentarnymi, które odbędą się w lipcu 2025 r.

wystarczająco mniej więcej do 20 lutego.

Tymczasem mołdawska spółka Moldovagaz zgromadziła zapasy gazu na cały sezon grzewczy, do końca marca 2025 r., ale tylko dla prawobrzeżnej części kraju. Awaryjny zakup gazu był prowadzony od lata. Paliwo kosztowało więcej niż rosyjskie. W związku z tym taryfy gazowe dla ludności Mołdawii zostały podniesione o 28 proc., wbrew obietnicy premiera o niezmienności cen gazu i energii elektrycznej w tym sezonie grzewczym. Mołdawia zwiększyła też import energii elektrycznej z Rumunii.

Moldovagaz i mołdawskie państwowe przedsiębiorstwo energetyczne Energom to zaoferowały Naddniestrzu pomoc techniczną i handlową w pozyskiwaniu gazu z rynków europejskich. Tyraspol pomoc odrzucił.

Celem Rosji – Mołdawia

Moskwa ciężko pracuje, aby zrzucić winę na prozachodni rząd z Kiszyniowa. I jego „protektorów”. Rzeczniczka rosyjskiego MSZ Maria Zacharowa powiedziała 2 stycznia, że „odpowiedzialność za zaprzesta-

nie dostaw rosyjskiego gazu spoczywa całkowicie na Stanach Zjednoczonych i marionetkowym reżimie w Kijowie”, a także na europejskich zwolennikach Ukrainy.

Rosja ma nadzieję na wykorzystanie sytuacji do zaostrzenia napięcia między rządem Mołdawii a władzami i obywatelami Naddniestrza, jednocześnie podsycając niezadowolenie z rosnących cen w całym kraju. Prawobrzeżna Mołdawia do niedawna otrzymywała 80 proc. energii elektrycznej z Kurczugan, elektrowni w Naddniestrzu, która była zasilana rosyjskim gazem.

Obecnie elektrownia jest częściowo zasilana importowanym węglem.

Mołdawia jest skazana na import energii elektrycznej z Rumunii, choć ceny są wyższe. To jeszcze bardziej podbija rachunki obywateli, już i tak rosnące na skutek dywersyfikacji importu gazu w imię zwiększenia bezpieczeństwa państwa i niezależnienia się od Rosji.

Mieszkańcy Mołdawii przygotowują się na przerwy w dostawach prądu. Dwaj najwięksi operatorzy energetyczni na rynku zażądali od Krajowej Agencji Regulacji Energetyki (ANRE) podniesienia taryf za energię elektryczną średnio o 50 proc. Jeśli tak się stanie, rachunki pójdą ostro w górę. Akurat na parę miesięcy przed wyborami parlamentarnymi, w których wspierana przez Moskwę opozycja zamierza odebrać władzę prozachodniemu obozowi.

Partia rządząca PAS prezydent Mai Sandu (w listopadzie ub.r. uzyskała reelekcję nie bez problemów) może przegrać wybory. Wybory prezydenckie i referendum konstytucyjne dotyczące integracji Mołdawii z UE były tylko poligonem doświadczalnym dla Moskwy. Realnie rządzi bowiem ten, kto ma większość w parlamencie. Wspierana przez Rosję opozycja z socjalistami i komunistami na czele będzie więc zapewne grać na kryzysie gospodarczym i rosnących kosztach utrzymania – wywołanych w dużej mierze przez Rosję. ■

Wiara w szczęśliwy los, czyli życie w szponach hazardu

Brenda Mazur

Nowy rok to czas refleksji, zmian i podejmowania postanowień, które mają poprawić nasze życie. Każdy z nas z nowym rokiem chce coś zmienić na lepsze.

Jedni postanawiają schudnąć, ograniczyć słodczyce, inni postanawiają zacząć uprawiać sport. Niektórzy planują zmianę pracy, a nawet ożenek. Są i tacy, którzy mają trudniejsze wyzwania, jak uwolnienie się z pętli nałogów.



Zazwyczaj kiedy myślimy o uzależnieniu od hazardu, wyobrażamy sobie kasyno. Faktycznie, wielu pacjentów klinik odwykowych uzależniło się od gier karcianych, ruletki czy blackjacka **Fot. Adobe Stock**

Jednym z takich nałogów jest hazard, uzależnienie, o którym nie mówi się za dużo, a konsekwencje gry bywają rujnujące gracza i jego najbliższych. „Dzisiejszy hazard to nie tylko eleganckie kasyna czy obstawianie na wyścigach, dziś automat do gry czy zakłady bukmacherskie można mieć dosłownie przy sobie – bo w telefonie czy na biurku swojego pokoju, w laptopie” – mówiła w jednym z wywiadów Beata Biały, autorka książki „Hazardziści. Gra o życie” z podtytułem: „Kulisy tego, jak bawią się z nami kasyna”.

Kiedys ktoś powiedział: jeżeli raz wejdiesz do kasyna, na pewno tam wrócisz. Nieważne, czy następnego dnia, czy za rok. To miejsce uzależnia. Hazard jest jak

kula śnieżna, która spadając wywołuje lawinę. Hazardzista nawet nie wie, kiedy przegrywa dom, samochód, miłość, rodzinę, godność. I wciąż żyje iluzją, że pewnego dnia los się odmieni.

Psychologiczne podłoże hazardu

Istnieją różne wyjaśnienia skłonności ludzi do grania hazardowego. Hazard pomaga w regulowaniu emocji, stanowi ucieczkę od problemów, alternatywę dla życia towarzyskiego, ba, daje poczucie posiadania szerokich horyzontów i niesie nadzieję na awans społeczny, bycie osobą znaczącą. „W Paryżu o szacun- »

ku dla człowieka rozstrzyga jego powóz, a nie jego cnota” – mawiał rozczarowany tym wyznacznikiem wielkości człowieka Napoleon.

Wiara w szczęście i dobrobyt jest pragnieniem wpisanym w ludzkie życie, jednak czasami staje się czymś więcej, czymś, co przekracza linię racjonalnego myślenia, planów i działania. Staje się obsesją dążenia do bycia kimś wielkim, widocznym i co się z tym wiąże – nadzwyczajnie bogatym. Jeśli nie daje tego dotychczasowe życie, a w swoim mniemaniu jest się nieudacznikiem niezapewniającym sobie i najbliższemu dobrobytu – to szuka się substytutu gdzie indziej.

Granie hazardowe w takim kontekście staje się dużą pokusą jako potencjalne źródło dóbr materialnych, a zarazem sposób na (przynajmniej chwilowe) oderwanie się od trudności życia. Gra się więc najpierw powoli, delikatnie, przyspieszając stopniowo, aż do całkowitego zaangażowania. Stawiając na jedną szalę życie swoje i swojej rodziny. Można znaleźć wiele przykładów dramatów utraty całego majątku, rozpadu rodziny i wyładowania na ulicy jako bezdomny. A wszystko zaczyna się niewinnie, od zabawy w szczęśliwy los albo od pomysłu na szybkie podreperowanie budżetu.

Klasycznym już przykładem gracza hazardowego, pragnącego szybkiej wygranej w celu „podreperowania” własnej sytuacji, jest ten opisany w powieści „Gracz” Fiodora Dostojewskiego. Tam wszyscy grają: sami ze sobą, z najbliższymi, z losem; grają pasjami, tracąc się całkowicie. Nawet stareńka 75-letnia „babulinka” daje się porwać emocjom gry w kasynie, przegrywając pieniądze przeznaczone na remont cerkwi. Dostojewski w opisach stanów wewnętrznych bohaterów bazuje w dużej mierze na własnych doświadczeniach – sam bowiem był hazardystą (za uzyskane honoraria spłacał swoje karciane długi).

Współcześni Aleksowie Iwanowiczowie są bardzo podobni – w

świecie, w którym sławę i bogactwo zdobywa się błyskawicznie, w młodym wieku i bez większych wysiłków, pokusa fortuny zdobytej w ciągu jednej nocy jest bardzo nęcąca. Taka wygrana jawi się jako rozwiązanie wszelkich problemów życiowych oraz wspaniała perspektywa związana z nagłym awansem społecznym. Co ciekawe, pomimo świadomości charakteru gier hazardowych ludziom bardzo trudno przyjąć fakty i zrezygnować z wiary w szczęśliwy los.

Dlaczego ludzie uprawiają hazard?

Motywacje są bardzo różne. Są tacy, którzy chcą się, prostym językiem mówiąc, wzbogacić. Dla wielu hazard jest poszukiwaniem adrenaliny, pobudzenia emocjonalnego z wygranej. Dla innych hazard jest ucieczką od frustracji i problemów. Jeśli komuś brakuje umiejętności związanych z radzeniem sobie z emocjami czy trudnymi sytuacjami, to jest to bardzo podatny grunt do rozwoju uzależnienia – twierdzi Beata Biały w swojej książce.

Oto zwięzła charakterystyka osoby uzależnionej od hazardu:

- **Brak możliwości i chęci zaakceptowania rzeczywistości.** Opcją jest ucieczka do fantazyjnego świata hazardu.

- **Emocjonalna niepewność.** Kompulsywny gracz zauważa, że czuje się komfortowo tylko wtedy, gdy gra (często zdarza się usłyszeć od osoby uzależnionej: „Jedynym miejscem, w którym czuję się, jakbym do niego przynależał, jest pokrowy stół. Tam czuję się bezpiecznie i swobodnie. Nie ma żadnych większych wymagań względem mnie. Wiem, że się tym niszcę, ale

Dla wielu hazard jest poszukiwaniem adrenaliny, pobudzenia emocjonalnego z wygranej. Dla innych hazard jest ucieczką od frustracji i problemów. Jeśli komuś brakuje umiejętności związanych z radzeniem sobie z emocjami, to jest to bardzo podatny grunt do rozwoju uzależnienia.

zarazem mam tam poczucie bezpieczeństwa”).

- **Niedojrzałość.** Pragnienie, by mieć wszystko to, co w życiu najlepsze przy minimalnym wysiłku jest częstą cechą charakteru wśród uzależnionych od hazardu. Wielu Anonimowych Hazardzistów to „wiecznie młodzi”, unikający dojrzałej odpowiedzialności poprzez wyłożenie karty lub pociągnięcie za spust w maszynie losowej.

- **Mania wielkości** – uzależniony od hazardu ma silne wewnętrzne parcie na bycie „grubą rybą” i musi czuć swoją wszechwładną moc. Gracz jest chętny, by zrobić wszystko (nawet jeśli ma naturę antysocjalną), by utrzymać obraz siebie, jakim chce, aby dostrzegali go inni.

- **Mitomania** – hazardzista to patologiczny kłamca i mistrz kamuflażu. I „najlepszy księgowy”. Mając po kilka, a nawet kilkanaście kredytów (bo jednym spłaca drugi, drugim kolejny itd.), potrafi nimi zarządzać tak, że nawet najbliższa rodzina przez długi czas trwa w nieświadomości, nim się zorientuje.

Zniekształcone bodźce myślenia

„Pamiętam »spowiedź« hazardzisty – znajomi stali się dla niego chodzącymi bankomatami. Oceniał tylko, ile który mu pożyczy. Jego życie pełne było też zmyślonych historii, dzięki którym wyciągał od ludzi pieniądze na granie” – opowiada w swojej książce Beata Biały.

To już jest hazard patologiczny. Te osoby przestają mieć jakąkolwiek kontrolę nad własnym życiem. Tracą wszystkie oszczędności, rodziny, wpadają w panikę i wydłużają kredyty, pojawiają się myśli samobójcze. Ale potrzeba grania albo odegrania się jest nie do powstrzymania. To odkuwanie się właściwie napędza całe koło.

Hazardzista ma zniekształcone wzorce myślenia. Przykładem jest choćby paradoks hazardzisty, czyli myśli w stylu: „Skoro 20 razy z rzędu wypadł kolor czarny, to następnym razem »

Co rodzina może zrobić, aby hazardzista mógł odbić się od dna? Dno może być bardzo głęboko i czasem trudno z niego wrócić.

Rodzina powinna działać jak najszybciej i zahamować ten rozpędzony pociąg, nie dopuścić, żeby hazardzista stracił wszystko.

musi być czerwony”, albo: „Maszyna jest pełna, więc dziś będzie wypłacać”. Włączają się też pozorne korelacje, czyli: „Dziś mam urodziny, więc na pewno wygram”. Ciekawe jest również to, że umysł hazardzisty nigdy nie pokazuje mu, że przegrał, tylko podpowiada, że od wygranej dzielił go tylko jeden ruch albo tylko jedna wisienka na wyświetlaczu maszyny wrzutowej (ang. slot machine). A więc następnym razem się uda...

Jak dotrzeć do takich osób? Jak przemodelować ich myślenie? Sa-

motna walka, jaką często próbuje nałogowy gracz, może się okazać niemożliwa. I postanowienia noworoczne są pustymi wewnętrznymi obietnicami. Nieodzowna jest profesjonalna pomoc terapeutyczna i np. uczestnictwo w mityngach grup Anonimowych Hazardzistów. Bo tu chodzi o długą pracę nad sobą, ale i nad rodzinami, aby przestały wspierać patologicznego gracza.

W szponach hazardu – nie tylko mężczyźni

Jak pomagać w terapii? Co rodzina może zrobić, aby hazardzista mógł odbić się od dna? Dno może być bardzo głęboko i czasem trudno z niego wrócić. Rodzina powinna działać jak najszybciej i zahamować ten rozpędzony pociąg, nie dopuścić, żeby hazardzista stracił wszystko. Powinna odciąć go od pieniędzy, nie wierzyć w kolejne obietnice, nie ulegać prośbom o pożyczki czy spłatę długów. Nie ukrywać przed bliskimi i znajomymi uzależnienia.

Żony raczej nie głaskają po głowie. Za to dużym problemem są rodzice. Oni często spłacają długi za swoje dorosłe dzieci i tłumaczą: „Dobrze, my spłacimy za ciebie, bo lepiej, żebyś nam oddawał niż jakimś parabankom. Tylko obiecaj, że już nie będziesz grał”. A potem połowę albo nawet cały dług umarzają. To oczywiście najprostsza droga do nawrotów.

Trzeba też zwrócić uwagę na to, że uzależnieni od hazardu to nie tylko mężczyźni. W mniejszym stopniu, ale i panie stają się hazardowymi graczkami. One grają głównie w e-kasynach, w totolotka i zdraпки. Domeną mężczyzn są to zakłady bukmacherskie.

„Fanami” hazardu są również osoby starsze, seniorzy. Nie jest to blackjack w kasynie, ale takie niewinne zdraпки sprzedawane w kioskach i stoiskach sklepowych, one potrafią zrujnować niewielki budżet seniora. Często można zobaczyć starszego pana kupującego jednorazowo kilkanaście karteczek szczęścia. Uzależnienie od zakładów sportowych to kolejna częsta forma uzależnienia od hazardu. »



U hazardzistów pojawiają się zaburzenia w logicznym myśleniu. Wydaje im się, że wynik gry zależy wyłącznie od nich, a nie jest dziełem przypadku **Fot. Adobe Stock**

Poza tym dziś dzięki technice każdy ma nieograniczoną dostępność do e-hazardu. To daje zupełnie nowe możliwości, bo możemy grać w domu, siedząc w piżamie przed komputerem. Albo obstawiać zakłady na smartfonie, czekając na przystanku autobusowym. I to kusi non stop. Hazard online to zupełnie inne doświadczenie niż gra w eleganckim kasynie, ale pobudzenie samą grą jest podobne. A przecież o emocje tu chodzi.

Po hazardowe emocje sięgają też dzieci

W ostatnim okresie obserwuje się lawinowo narastające uzależnienie dzieci i młodzieży od internetu, w tym od gier komputerowych i hazardu w sieci. Wiadomo, że im wcześniej wpadło się w nałóg, tym trudniej jest wyjść z niego. Dzieci i młodzież, które nie mają jeszcze uformowanej struktury osobowości, uzależniając się od hału dopaminowego uzyskiwanego przez granie, są szczególnie zagrożone poważnymi zaburzeniami rozwojowymi.

Pomimo że dzieci są całkowicie oświeceni internetową aktywnością, najczęściej ich rodzice są zupełnie nieświadomi problemu. Bywa, że chwalą sobie ten domowy sposób spędzania czasu („przynajmniej jest w domu i nie szwenda się”), ponieważ mają iluzoryczne poczucie kontroli nad dzieckiem. Bywa, że są dumni, „bo dziecko jest takie mądre”, zna się na internecie i wygrywa, grając w sieci np. w pokera. Typowe dla uzależnień mechanizmy zaprzeczania i współuzależnienia rodziny podtrzymują nałóg u dziecka, który prowokuje ryzyko zaburzeń emocjonalnych, nieodwracalnych czasami zmian osobowościowych, a na poziomie biologicznym – zmian w mózgu wynikających z pobudzenia czynności mózgu w trakcie grania.

Dość dramatycznie wygląda problem uzależnienia od komputera i grania w sieci przez tzw. młodych dorosłych, którzy pomimo dobrego intelektu nie kończą studiów, nie pracują, nie mają związków partnerskich i relacji społecznych. Takie osoby są wyizolowane i samotne,

Leczenie uzależnienia od hazardu

Jeśli zauważysz u siebie lub bliskich jakiejkolwiek oznaki uzależnienia od hazardu, warto od razu udać się do psychologa (zakazy i ograniczenia dostępu do internetu niewiele dają), który skieruje do specjalnego ośrodka lub grupy wsparcia. Praca w grupie jest kluczowa w procesie leczenia, ponieważ pomaga uświadomić sobie, że uzależniony nie jest jedyną osobą na świecie borykającą się z tego rodzaju problemem. Pozbycie się poczucia osamotnienia wywołanego problemem to podstawa.

Ważne!

Hazard to bardzo niebezpieczne uzależnienie. Można go nie zauważyć przez długi czas, podczas gdy uzależnienie przekształca się z pozornie niegroźnej pasji w bardzo poważny problem. Finansowe i zdrowotne konsekwencje hazardu mogą być ogromne i warto interweniować od razu, gdy zauważymy pierwsze symptomy u siebie bądź bliskiej osoby. Wczesna interwencja może okazać się bezcenna.

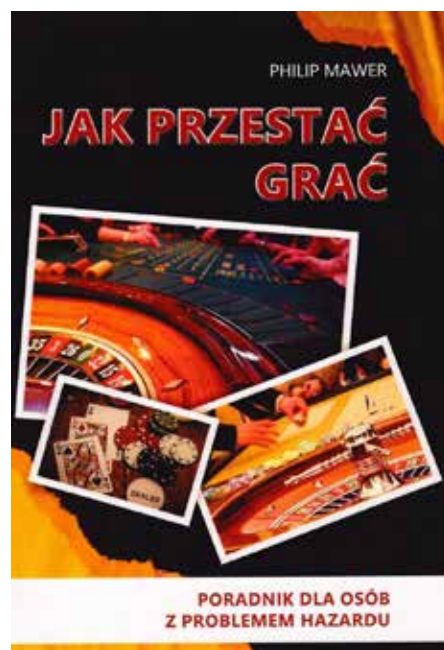
nie mają planów, ambicji, marzeń, mimo wcześniejszych sukcesów edukacyjnych, a relacje z rodziną są puste i powierzchowne bądź obciążone wysokim poziomem drażliwości, kłótniowości i agresji.

Zazwyczaj są na utrzymaniu rodziców, a kolejne próby podejmowania jakiejkolwiek celowej aktywności są nieudane. Są określane przez bliskich jako leniwe, rozpieszczone, beztroskie i nieodpowiedzialne. Nikt nie ma świadomości, że od lat (bywa, że od gimnazjum i jeszcze wcześniej) głęboko tkwią w szponach nałogu.

Taka sytuacja sprawia, że rodzina stoi w obliczu bardzo poważnego dylematu: jak nakłonić dorosłe dziecko do leczenia i podjęcia samodzielnego, niezależnego życia. ■

Polecana lektura

Beaty Białej, „Hazardziści. Gra o życie”
Philip Mawer, „Jak przestać grać. Poradnik dla osób z problemem hazardu”



Zbigniew Herbert – wielki Lwowianin, ostatni Rzymianin, książę poetów

Rozmawiał Leszek Wątróbski

„Pan od poezji”, „Herbert Odyseusz”, „Uciekinier z Utopii”, „Mój wujek Zbyszek” – to tylko kilka wiele mówiących tytułów biografii giganta poezji XX w. Mimo to wiele jeszcze o nim nie wiemy. 29 października 2024 r. minęła setna rocznica urodzin twórcy cyklu „Pan Cogito”. O powrocie Zbigniewa Herberta do Lwowa „Kurier Wileński” rozmawia z Mariuszem Olbromskim, poetą i prozaikiem.



Zbigniew Herbert (1924–1998) Fot. arch.

W końcu października ub.r. minęła 100. rocznica urodzin Zbigniewa Herberta, który przyszedł na świat we Lwowie.

Przyszedł na świat w polskiej rodzinie od pokoleń zakorzenionej w tym mieście, jego szczególnej aurze, nie tylko

jeśli chodzi o klimat, topografię, lecz także – a może przede wszystkim – o bogatą i różnorodną kulturę, którą przez wiele wieków tworzyło, nad dziś niewidoczną Pełtwią, jakże wielu wybitnych artystów, często z różnych nacji.

Pochodził z rodziny inteligenckiej.

»

Jego ojciec był legionistą, prawnikiem, profesorem ekonomii oraz dyrektorem banku i oddziału Zakładu Ubezpieczeń „Westa”. Mama, Maria z Kaniaków, zajmowała się wychowywaniem dzieci, Haliny, Bolesława i Zbyszka, oraz prowadzeniem domu. Ukochana babcia Maria z Bałabanów była Ormianką. Stamtąd potoczyło się życie przyszłego poety jak nic z kłębka coraz dalej – jak pisał w jednym ze swoich wierszy.

Twórczością Herberta fascynowałeś się od najmłodszych szkolnych lat.

Nieprzypadkowo też pracę magisterską na polonistyce na Uniwersytecie Wrocławskim napisałem właśnie o jego dziełach. Powstała ona pod kierunkiem prof. Jacka Łukasiewicza, z urodzenia lwowianina, jednego z najwybitniejszych krytyków literackich i badaczy polskiej literatury współczesnej. Przedmiotem moich dociekań była, między innymi, twórczość autora „Pana Cogito”, a temat brzmiał: „Kultura antyczna w twórczości Zbigniewa Herberta”.

Pisałem pracę z przyjemnością, bo wcześniej ukończyłem filologię klasyczną, więc kultura antyczna, Grecji i Rzymu, była mi znana. W czasie jej tworzenia dodawały mi skrzydeł dwie fascynacje – Herbertem i antykiem. Problem zrodził się przed jej obroną, bo- wiem choć pozornie dysertacja była tematycznie odległa od czasów współczesnych, od rzeczywistości PRL w stanie wojennym, jednak de facto wyszła mi w swej zasadniczej wymowie jako antytotalitarna i antykomunistyczna, ściśle związana z tym, co akurat się wokół nas działo, czyli ze stanem wojennym wprowadzonym w Polsce przez ekipę Wojciecha Jaruzelskiego w nocy z 13 na 14 grudnia 1981 r.

Ponieważ została napisana rzetelnie, jej wymowa nie mogła być inna. Bo taka była i jest właśnie w swoim najgłębszym przesłaniu – ukryta też pod wieloznaczną maską antyku – bogata i różnorodna twórczość Herberta, stającego zawsze w obronie pokrzywdzonych, bitych i poniżanych, przeciwko zbrodni i przemocy, uparcie demaskującego ciemne siły totalitaryzmu, mroczne nurty tkwiące w naturze człowieka. Ukazująca trudne często dylematy etyczne, przed którymi staje człowiek, szczególnie w czasie dziejących się tak zwanych wielkich wydarzeń historycznych, czyli wojen.

Prace magisterskie w tamtym czasie były cenzurowane i prof. Jacek Łukasiewicz obawiał się, że moja będzie odrzucona, a jej obrona wstrzymana. Wysłał więc ją zgodnie z obowiązującymi wtedy przepisami do urzędu cenzury, ale wiedział, że poczta funkcjonuje bardzo słamazarnie. Przedtem zadzwonił do mnie, abym natychmiast zgłosił się na jej obronę.

Dni Zbigniewa Herberta we Lwowie odbyły się w dniach 16–17 marca 2002 r. Choć nie trwały długo, był to czas wypełniony od rana do nocy serią niezwykle ważkich wydarzeń, które wcześniej były negocjowane i ustalone z władzami Lwowa i przygotowane przez wiele miesięcy, także przez środowiska polskie tego miasta.

Mieszkałeś już wtedy w przygranicznym Lubaczowie [dziś województwo podkarpackie – przyp. red.].

I na obronę dyplomu jechałem całą noc, więc rano nieogolony i w wymiętym garniturze przyszedłem wprost z pociągu do wskazanej sali w Instytucie Filolo-

gii Polskiej przy placu Nankiera we Wrocławiu. Obok prof. Jacka Łukasiewicza siedział dr Lothar Herbst, wykładowca uniwersytecki, poeta, opozycjonista, który wydawał w tzw. drugim obiegu serię poetycką Biblioteka „Agory”, współpracownik Studenckiego Komitetu Solidarności, publikujący w niezależnych pismach „Zapis” i „Puls”. Zajmował się kolportażem ulotek solidarnościowych na szeroką skalę. Dobrze wiedział, że tym kolportażem zajmowałem się także ja. Obrona pracy »



Mariusz Olbromski twórczością Herberta fascynował się od najmłodszych szkolnych lat **Fot. Leszek Wątróbski**

była jednak bardzo formalna, trwała prawie godzinę, zakończyła się pomyślnie. Dzisiaj sądzę, że obaj egzaminujący zachowywali się tak formalnie, chociaż dobrze się znaliśmy, mieliśmy zbliżone poglądy, nie tylko ze względu na powagę uniwersytetu, lecz także z obaw o podsłuch w sali.

Wracałem do rodzinnego Lubaczowa szczęśliwy, a kiedy czekałem na pociąg na pięknym, choć szarym wtedy i brudnym oraz pełnym patroli milicyjnych dworcu, uśmiechałem się sam do siebie z myślą, że pewno Herbert byłby ze mnie bardzo zadowolony.

Bogata i różnorodna jest twórczość Herberta, stojącego zawsze w obronie pokrzywdzonych, bitych i poniżanych, przeciwko zbrodni i przemocy, uparcie demaskującego ciemne siły totalitaryzmu, mroczne nurty tkwiące w naturze człowieka. Ukazująca trudne często dylematy etyczne, przed którymi staje człowiek.

Nie wiedziałeś, że to dopiero początek tej intelektualnej przygody i że los sprawi, iż będziesz mógł ją kontynuować w przyszłości.

Nie tylko w sensie poznawczym, dalszego odkrywania kolejnych dzieł Herberta, ale także że będę mógł – w jakimś sensie – przyczynić się do powrotu poety do jego rodzinne-

go miasta, upowszechnienia jego twórczości. Pierwszą próbę w tym zakresie podjąłem w latach 90., po upadku komunizmu. Próbowałem wówczas nawiązać kontakt z autorem „Struny światła” i zaprosić go do Lwowa. Byłem wtedy dyrektorem Wydziału Kultury, Sportu i Turystyki w urzędzie wojewódzkim w przygranicznym Przemyśle, desygnowanym na to stanowisko przez środowiska niepodległościowe po przemianach społecznych. Zajmowałem się przede wszystkim sprawami województwa przemyskiego [istniejącego do końca 1998 r. – przyp. red.], ale starałem się też nawiązać kontakty i budować od podstaw współpracę z instytucjami kultury niepodległej Ukrainy, głównie Lwowa i okolicznych miejscowości nieodległych od Przemyśla. Również nieś – po raz pierwszy po wielu dziesiątkach lat – pomoc w dziedzinie kultury i oświaty tak bardzo poszkodowanym i okaleczonym w minionym okresie środowiskom polskim za naszą wschodnią granicą.

Jednym z ówczesnych moich przedsięwzięć było zainicjowanie i prowadzenie spotkań autorskich we Lwowie z polskimi pisarzami. Miały one charakter otwarty i odbywały się na rynku Lwowa w skromnej siedzibie Towarzystwa Kultury Polskiej. Udało się wówczas zaprosić z kraju wielu mistrzów słowa, ale moim największym marzeniem było to, aby zorganizować we Lwowie spotkanie ze Zbigniewem Herbertem.

Udało mi się uzyskać jego numer telefonu i dzwoniłem do niego w tej sprawie. Niestety, było już za późno. Poeta, który powrócił z emigracji do Polski wraz z żoną Katarzyną, z domu Dzeduszyką, w 1992 r. był już chory, cierpiał na astmę i depresję, nie podnosił się prawie z łóżka, choć nadal intensywnie tworzył i włączał się aktywnie piórem w nurt przemian. Jego powrót, choćby na krótko, do rodzinnego miasta, które pożegnał raz na zawsze z rodzicami i siostrą Haliną w 1945 r., stał się już wówczas niemożliwy. Zmarł w swoim mieszkaniu w Warszawie przy ulicy Promenady 21, w dniu 28 lipca 1998 r.

Kilka lat później mogłeś już jako dyrektor Muzeum Narodowego Ziemi Przemyskiej zrealizować jednak w jakimś sensie swój zamiar.

Zainicjowałem oraz włączyłem się w miarę możliwości w przygotowanie i przeprowadzenie symbolicznego, a zarazem w jakimś sensie realnego powrotu »



W 2024 r. w Warszawie odsłonięto mural poświęcony wielkiemu polskiemu poecie **Fot. Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego RP**

Wielkiego Lwowianina do rodzinnego miasta. Były to Dni Zbigniewa Herberta we Lwowie. Odbłyły się one w dniach 16–17 marca 2002 r. Choć nie trwały długo, był to czas wypełniony od rana do nocy serią niezwykle ważkich wydarzeń, które wcześniej były negocjowane i ustalone z władzami Lwowa i przygotowane przez wiele miesięcy, także przez środowiska polskie tego miasta.

Udział w tych uroczystościach wzięły setki osób z Polski, liczni pisarze, naukowcy, artyści, także ukraińscy ze Lwowa i z Ukrainy. Włączyły się w nie wszystkie środowiska i organizacje polskie we Lwowie: Federacja Organizacji Polskich na Ukrainie, Towarzystwo Kultury Polskiej we Lwowie, Teatr Polski we Lwowie. Przybyli na nie prezesi i działacze Towarzystw Kultury Polskiej m.in. z: Iwano-Frankiwska (Stanisławowa), Kołomyi, Krzemieńca, Zbaraża, Tarnopola. Oczywiście także przedstawiciele władz ukraińskich ze Lwowa, zaś z Kijowa – ówczesny ambasador RP Marek Ziółkowski. Uczestniczył w spotkaniach konsul generalny RP we Lwowie Krzysztof Sawicki. Młodzież ze szkół polskich i akademicka.

Przede wszystkim przybyła na nie pani Halina Herbert-Żebrowska, siostra poety, wraz z synem Rafałem. Skromna, łagodna, bardzo subtelna i w każdym słowie mądra. Ze względu na stan zdrowia nie mogła przyjechać Katarzyna Herbert, żona poety, ale przekazała do odczytania na tych spotkaniach wzruszający list.

Zanim z Przemyśla wyruszyło do Lwowa dwoma autokarami i wieloma prywatnymi samochodami wczesnym rankiem 16 marca ponad sto osób z wielu miast i ośrodków naukowych w kraju, wcześniej do Muzeum Narodowego Ziemi Przemyskiej trafiła z Warszawy wystawa „Zbigniew Herbert. Epilog burzy”, przygotowana przez Muzeum Literatury w Warszawie, którego dyrektorem był wówczas Janusz Odrowąż-Pieniążek, wybitny muzealnik i pisarz, a zarazem prezes zarządu głównego Stowarzyszenia Pisarzy Polskich. Kuratorem tej arcyciekawej ekspozycji była utalentowana kustosz Dorota Pieńkowska.

Wystawa została zaprezentowana w Przemyśle, jeszcze w starym gmachu muzeum przy placu Tadeusza Czackiego 3, a na jej wernisaż przybyła pani Katarzyna Herbert i oczywiście warszawscy muzealnicy, którzy ją przygotowali, z dyrektorem na czele. Do mojego gabinetu trafiły też w kilku pudłach rysunki Herberta z wielu jego podróży, także niektóre rękopisy. Prawie przez miesiąc mogłem je po godzinach pracy, po zamknięciu muzeum, spokojnie kontemplerować przez wiele godzin. Co za wyjątkowy dar losu!

Wystawę obejrzał cały Przemyśl i przybywające z okolicznych miejscowości wycieczki, a w drodze

Ojciec Herberta był legionistą, prawnikiem, profesorem ekonomii oraz dyrektorem banku i oddziału Zakładu Ubezpieczeń „Westa”. Mama, Maria z Kaniaków, zajmowała się wychowywaniem dzieci, Haliny, Bolesława i Zbyszka, oraz prowadzeniem domu. Ukochana babcia Maria z Bałabanów była Ormianką. Stamtąd potoczyło się życie przyszłego poety jak nić z kłęбка coraz dalej – jak pisał w jednym ze swoich wierszy.



Kamienica we Lwowie przy ulicy Łyczkowskiej 55, w której przyszedł na świat Zbigniew Herbert (autor obrazu Walery Bortiakow) Fot. arch.

powrotnej z Rzymu do Lwowa też kard. Marian Jaworski, metropolita lwowski.

Następnie wystawa, jeszcze przed Dniami Zbigniewa Herberta, została przewieziona do Lwowa.

Jej długa peregrynacja, w której uczestniczyłem, obfitująca w liczne i niespodziewane wydarzenia, nadaje się na osobną i barwną opowieść. Wcześniej został też przygotowany „Wybór wierszy” Zbigniewa Herberta w wersji dwujęzycznej, opatrzony moim obszernym wstępem. Przekładu na język ukraiński utworów dokonał wytrawny tłumacz Wiktor Dmytruk. Książka ukazała się w twardej okładce, z licznymi skanami rękopisów poety, a także z jego portretem. Została staran- ➤



Tablica upamiętniająca Zbigniewa Herberta w kościele św. Antoniego na Łyczakowie **Fot. Maria Basza**

nie wydana przez lwowskie wydawnictwo „Kamieniar”, którym kierował życzliwy tej sprawie Dmytro Sapiha.

Na same uroczystości we Lwowie w dniach 16 i 17 marca 2002 r. złożyły się: polsko-ukraińska sesja naukowa poświęcona twórczości Zbigniewa Herberta, która miała miejsce we wspaniałej auli Uniwersytetu im. Iwana Franki, promocja wspomnianego „Wyboru wierszy”, msza święta w kościele św. Antoniego za duszę poety, celebrowana przez metropolitę lwowskiego kard. Mariana Jaworskiego, odsłonięcie tablicy pamiątkowej w tymże kościele oraz na domu, w którym mieszkała rodzina Herbertów przy ulicy Łyczakowskiej 55. Także wernisaż wspomnianej wystawy „Zbigniew Herbert. Epilog burzy” w Pałacu Sztuki przy ulicy Kopernika 7. Całość artystycznie ubogacił też przejmujący koncert Piotra Szczepanika oparty na tekstach autora „Raportu z oblężonego miasta” w dawnej Prochowni.

Druga część sesji poświęcona została w całości prezentacji wspomnianego „Wyboru wierszy”. W imieniu sponsora wydania przemawiał Rafał Dzieciołowski, pięknie powiedział o swojej fascynacji zawartymi w książce wierszami jej tłumacz Wiktor Dmytruk, także o trudach swej trwającej aż dwa lata pracy. Po-

Mariusz Olbromski Zamek Zbigniewa Herberta

Wzniosteś Cieniu Wysoki Zamek
ze wspomnień cierpienia miłości
z mamy zatroskanego westchnienia
z cierpliwych kolan babci
z wielu godzin tułaczki pióra
nie dla uroku zabawy sztuki istnienia

Zbudowałeś ten zamek jak Akropol
gdzie jasny marmur wywodu
dźwiga złoty podział myśli i serca

Patrzą zeń wciąż na miasto kariatydy
piękne lwowskie dziewczęta
dźwigają cierpliwie zmienny strop nieba

Ta — pewno rozważa co to jest Prawda
Inna — rozmyśla co to Sprawiedliwość
Następna niesie w spojrzeniu Wolność
Inna słowo Rzetelność przez wszystkie
godziny trwania w milczeniu odmienia

Nie rozkruszy tego Zamku kłamstwo
nie rozbije żaden zmysłny pocisk
Będzie trwał wśród każdego pokolenia

29 X 2024

Mariusz Olbromski — poeta, prozaik, muzealnik, działacz kultury, redaktor, edytor. Członek Oddziału Warszawskiego Stowarzyszenia Pisarzy Polskich i Związku Pisarzy Polskich na Obczyźnie, laureat konkursów literackich, m.in. Ogólnopolskiego Konkursu „U Progu Kresów”; autor ponad dwudziestu książek, orędownik budowania porozumienia między środowiskami intelektualnymi polskimi i ukraińskimi, a zarazem ochrony polskiego dziedzictwa na terenie Ukrainy. Urodził się w Lubaczowie, w 1955 r., studiował na Katolickim Uniwersytecie Lubelskim i Uniwersytecie Wrocławskim, ukończył filologię klasyczną i polską.

dziękował też serdecznie za pomoc w tych zmaganiach obecnej na sali Halinie Herbert-Żebrowskiej, z którą w tym czasie utrzymywał kontakt. O potrzebie przygotowania i publikacji przekładów na język ukraiński dawnej i współczesnej poezji i prozy polskiej — nie tylko Herberta — mówił następnie Dmytro Sapiha.

Sesja została zamknięta świetną interpretacją wierszy z prezentowanej książki przez Zbigniewa Chrzanowskiego, aktora i dyrektora Polskiego Teatru we Lwowie, oraz Bohdana Kozaka, aktora Teatru Lwowskiego im. M. Zańkowieckiej, dziekana Wydziału Teatrolologii Uniwersytetu im. Iwana Franki. Tak wyglądał powrót Zbigniewa Herberta do Lwowa...

Sponsor nagród – Ex Libris Galeria Polskiej Książki

Cotygodniowe losowanie nagród za rozwiązanie krzyżówki. Kupon z rozwiązaniem krzyżówki można nadsyłać do 17 stycznia na adres redakcji: „Kurier Wileński” Birbiny g. 4A LT-02121 Vilnius lub pocztą elektroniczną: reklama@kurierwilenski.lt. Wyniki zamieścimy 25 stycznia.

ROZWIĄZANIE KRZYŻÓWKI Z 28 GRUDNIA

Poziomo: ŻABA - NOTA - KANON - TALIB - WYSOKI DOM - NATALIE - ROBOT - LEW - ŁAWA - KURDEJ - NAZWISKO - LOARA - TRANSZA - KADR - GNAT - ŁOZA - POP - SZPROT - POTAS - SARI - SOFA - SKRZEP - OGON - PROM - TAMARA - PLATINI - KASA - ALASZ - STAROĆ - URAN - RING - AUT

Pionowo: CYRK - SOL - SOUL - SAGA - DOBRO - SZROT - KODAK - PINI - LITERA - JADŁOSPIS - ANATOL - ROTOR - TURA - ABONAMENT - FOKARIUM - ATOL - WARGA - AMARANT - ANIN - ZAN - SONG - BARWNA POSTAĆ - ISTOTKA - FAŁSZ - PARMA - LAKA - SZAL - IWO - ERA - MEA - PAS

Hasło: Noworoczny toast

Wśród Czytelników, którzy nadesłali prawidłowe rozwiązanie krzyżówki z 28 grudnia została rozlosowana nagroda książkowa, którą ufundowało wydawnictwo Ex Libris.

Zwycięzczynią została Jadwiga Gorbатовicz (Wilno)

Nagrody prosimy odebrać w redakcji do 17 stycznia.

Uwaga, osoby przysyłające rozwiązanie krzyżówek, prosimy o podanie imienia, nazwiska, adresu, a także w miarę możliwości – numeru telefonu.

W losowaniu nagród za rozwiązanie krzyżówki nie mogą uczestniczyć pracownicy redakcji oraz członkowie ich rodzin.

Ułożył Roman Głowacki

Taniec ukraiński Była z filmem video, muzyką	„Kara” za nieuwaga	Droga przez górę Fabryka tarcicy	10	Koniec koalicji Polowa praca	Naprzeciw zenitu	6	Brzeg jezdni lub lasu												
„Budzik” na wsi		18	Kończą karnawał		Belka pod podłogą	Rozdział epopei	Solidna bura od szefa												
Z nią Winnetou w filmie	14		Ptaka, ma dziób z worem																
Kolega minera			Niechęć, antypatia																
			17																
Karo przy sukni	Drogeria lub butik	Rzecz trudna do pojęcia	Końska karma	Jubileusz małżeństwa	Biblijny odcinek tekstu	Repeta nakładu książki													
				Opo- wieść ludowa		5													
Kosmyk włosów ... Lee, filmowy karateka	Jedno ze zbóż	Dawniej błąd, omyłka	20	Amery- kański stan															
Pisze w Interne- cie				Kochała go pewna Sawa	Zawsze nią służy														
Dawny policjant carski					Na czele armii	Do pieczenia nad ogniem	Kermit Jima Hensona												
					12														
13				Surowica krwi															
Młot mecha- niczny	Dla kowala, prymusa	Cienki głos myszki	9	Potok w górach Grek od bajek															
Do parzenia kawy					Lilla u Słowac- kiego	V dla fizyka	1 dm ³ w butelce												
But - bucisko, kot - ?	Ludovic z kadry Nawałki	Europej- ski kraj na wyspie	Miłe z nią po- gaduszki	Polski zespół muz. Masa na uchwyt pokrywk Pochyłe pismo	1		3												
4																			
Najstar- sza polska osada					Kolega do zabaw, kamrat	Ścinek, zrzutek tkaniny	Biblijny teść Kajfasza												
		Gad z Komodo		Gruby papier na pudła	7														
Piękne solo słowika	Gatunek gruszek	8				Masywna skrzynia	Choroba z wysypką												
				Świeca w ozdobnej osłonie															
2																			
Soczysty owoc na sałatkę	Zwykle z klamką				Amator pędów bambusa		15												
				Cienkie, słone ciastko															
					19														
Łowicki strój ludowy	Muzycy Marka Grechuty	16			Pisemne polece- nie		11												
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20



Zespół „Stella Spei”

*składa najserdeczniejsze życzenia i zaprasza
na Świąteczny Wieczór Kolędowy*

„Gwiazda Nadziei”

*12 stycznia 2025 r., godz. 16.00
Dom Kultury Polskiej w Wilnie
ul. Naugarduko 76*

Wstęp wolny

*Spotkajmy się, by wspólnie spędzić czas,
śpiewać kolędy i podzielić się radością!*

