

# samo życie

Magazin auf Polnisch

nr 12 (623) – grudzień 2023

1,80 €



Wyszeptane w biegu,  
zapisane w śniegu,  
złożone przy choince...  
Niech się spełnią marzenia  
Naszych Czytelników

życzy Redakcja „Samo Życie”

foto. pixabay

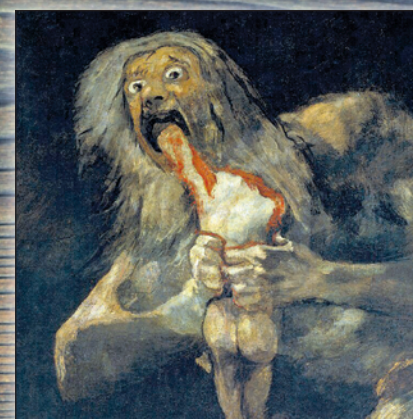
## FIAT



przodująca marka

str. 9

## Kanibalizm



nie tylko w micie

str. 12

## Nowa Zelandia



warta wycieczki

str. 16

K 14148  
Index 34172X  
ISSN 1432-  
9794



12

## Aktualności

## Taniec zwycięstwa w Sejmie

Dotychczasowy obóz władzy rozbity i upokorzony w Sejmie, w tle żałosny spektakl w wykonaniu prezydenta

Powołanie nowej władzy w Polsce zostało opóźnione o dwa miesiące. Ludzie Zjednoczonej Prawicy pokazali w listopadzie żenujący spektakl, najpierw w Sejmie, a następnie w Pałacu Prezydenckim. Ci, którzy rządili krajem przez minione osiem lat, notorycznie łamiąc wszelkie reguły demokracji, nie potrafili pogodzić się z wyborczą porażką.

Szymon Hołownia został powołany na nowego marszałka Sejmu RP X kadencji. Swoją funkcję sprawował przez dwa lata, po czym zastąpił go Włodzimierz Czarzasty. Wynika to z umowy koalicyjnej. Wspólny kandydat Koalicji Obywatelskiej, Trzeciej Drogi oraz Nowej Lewicy otrzymał 265 głosów. Zaraz po wyborze zapowiedział wiele zmian dotyczących funkcjonowania Izby. – Przystawimy te dwie Izby i najważniejsze znów stanie się to słowo „patria”, a nie „partia” – zadeklarował.

Hołownia przypomniał, że przyszedł spoza polityki i nie zna „jej wszystkich trików”, ale zna „jej serce, o którym czasem zbyt często się zapomina”. – Polityka to nie przemoc. Polityka to nie oktagon z gali MMA. To dom spotkań i rozmowy. Sejm nie będzie azyłem dla przestępców. Sejm nie będzie polem do korupcji. Sejm nie będzie nigdy więcej trybuną dla pogardy, nie będzie kolejną areną wyniszczającej wojny polsko-polskiej. Z gabinetu marszałka z hukiem wyjedzie zamrażarka. Znikną policyjne barierki – zadeklarował.

Kwadras późniejszej sprzed Sejmu rękami m.in. działaczy Komitetu Obrony Demokracji zdemontowano bariery postawione przez PiS. Tymczasem ma sali obrad głosowano kandydatury na wice-marszałków. Zostali nimi: Monika Wielichowska (KO), Dorota Niedziela (PO), Włodzimierz Czarzasty (Nowa Lewica), Krzysztof Bosak (Konfederacja) oraz Piotr Zgorzelski (Trzecia Droga). Kandydatka PiS Elżbieta Witek nie uzyskała wymaganego

poparcia, co oznacza, że największy klub w Sejmie, liczący 194 posłów, nie ma swojego przedstawiciela w prezydium Sejmu. Obrażony Jarosław Kaczyński stwierdził, że innego kandydata nie będzie. Posłowie, którzy głosowali przeciwko jej kandydaturze tłumaczyli, że łamała konstytucję i wobec tego nie jest godna, aby powierzyć jej stanowisko wicemarszałka na kolejną kadencję.

Marne przedstawienie urządził tego dnia w Sejmie sam prezydent Andrzej Duda. Wielokrotnie w swoim przemówieniu przedstawiał siebie jako obrońcę konstytucji, następnie zapowiedział desygnowanie na premiera Mateusza Morawieckiego, a potem napuszczony tonem przemawiał do zwycięskiej koalicji. Mówił o Centralnym Porcie Komunikacyjnym, porcie kontenerowym w Świnoujściu czy projektach z zakresu energii atomowej.

– Tych ambitnych projektów jako prezydent RP będę bronił, będę im patronował, będę dbał o to, by zostały zrealizowane – zadeklarował.

Andrzej Duda podczas swego sejmowego wystąpienia nie pierwszy raz dał do zrozumienia, że będzie trudnym partnerem dla nowego rządu, na którego czele ma stanąć Donald Tusk. W sejmowym orędziu zagroził nawet, że ewentualne zawetowanie przez niego uchwalonych ustaw nie powinno stanowić usprawiedliwienia dla niezrealizowania obietnic i zapowiedzi wyborczych. Po tych słowach kilka razy słychać było śmiech i podniesione głosy dobiegające z sali.

Z kolei premier Mateusz Morawiecki podsumował dorobek rządu Zjednoczonej Prawicy. Nawiązał m.in. do „przymusu relokacji migrantów” i zagrożenia wojną za wschodnimi granicami Polski. Zachwalał, że bez działania jego rządu Polska i NATO byłoby zagrożone niekontrolowanym napływem imigrantów. Dodał, że agresję Rosji na Ukrainę przewidział w 2006 r. Lech Kaczyński. Wreszcie przekonywał

o dobrych decyzjach, które podejmowano w obronie rodaków i przedsiębiorców. Tłumaczył, że za jego rządów Polska zrównała się poziomem życia z Hiszpanią. Straszyl jak zwykle Unią Europejską. Wskazał, że Polska może całkowicie uzależnić się od UE w kwestii energetyki.

– Będziemy pozbawieni możliwości decydowania o miksie energetycznym. UE z dnia nadzień będzie mogła zamknąć nasze elektrownie i kopalnie i trzeba wszystko importować – ubolewał wywołując śmiech wśród posłów zwycięskiej koalicji.

Na exposé przyjdzie jeszcze czas – upomniał Morawieckiego Marek Sawicki w czasie jego przemówienia.

Po zakończeniu obrad Sejmu w Pałacu Prezydenckim Andrzej Duda zorganizował kolejny żenujący spektakl, uroczystość powierzenia misji utworzenia rządu ustępującemu premierowi, życząc mu powodzenia w sprawnym przeprowadzeniu tej misji.

Trzeba jeszcze odnotować, że na marszałka Senatu wybrana została Małgorzata Kidawa-Błońska. W głosowaniu poparła ją 66 senatorów. Walkę o stanowisko wicemarszałka stracił senator PiS Marek Pęk.

Wypada na koniec zapytać, co wobec tego z Donaldem Tuskiem? W tym miejscu dobrze zabrzmiały słowa prezydenckiego ministra Marcina Mastalerka wypowiedziane w TVN 24: – Donald Tusk jest w życiowej politycznej formie. Rozgrywa to wszystko w sposób dla niego bardzo dobry. Zrealizował trzy cele. Pokazał tym, którzy chcą zemsty na PiS, że tę zemstę dostaną. Upokorzone Elżbietę Witek i Marka Pęka.

Jakby na sprawę nie spojrzeć, sprawdził się najgorszy z przewidywanych scenariuszy, a więc przeciąganie w nieskończoność powołania nowego rządu. Andrzej Duda przedłożył interes partyjny nad państwowy. Desygnowanie Mateusza Morawieckiego sprawi, że nowy rząd powstanie nie prędzej jak w połowie grudnia br. Do tego czasu rządzić



Szymon Hołownia został powołany na nowego marszałka Sejmu RP X kadencji. Fot. Adrian Gryczuk/wikimedia.org



Dorota Niedziela (PO) Fot. wikimedia.org



Włodzimierz Czarzasty (Nowa Lewica) Fot. Klub Lewicy/wikimedia.org



Krzysztof Bosak (Konfederacja) Fot. Evereststudio/wikimedia.org



Monika Wielichowska (KO) Fot. Marta.miller/wikimedia.org



Piotr Zgorzelski (Trzecia Droga) Fot. wikimedia.org



Elżbieta Witek (PiS) Fot. Kancelaria Premiera/wikimedia.org

będą Polską stare układy. Będzie czas na niszczenie dokumentów. W sieci już pojawiły się zdjęcia samochodów firm likwidujących dokumenty z niemieckimi rejestracjami. Niszczarki zamówiono podobno w Niemczech. Zostało wyjątkowo dużo czasu na podkładanie aneksów do umów gwarantujących milionowe odprawy dla opuszczających swe posady członków dotychczasowego aparatu władzy i obsadzenie kilku jeszcze intratnych stanowisk w instytucjach finansowych. TK

„Samo Życie” – Pismo dla wszystkich i o wszystkim w języku polskim.

Miesięcznik. Redaguje zespół.

Redaktor naczelny (Chefredakteur): Barbara Winterberg

Redaktor „magazynu”: Janusz Glanc-Szymański

Odpowiedzialny w rozumieniu prawa (V.i.S.d.P.): Marius Matuszczyk

Druk: Rheinische DruckMedien, Düsseldorf

Wydawca: Verlag Matuszczyk KG, Luisental 2, 51399 Burscheid

Nie zwracamy niezamówionych materiałów. Zastrzegamy sobie prawo skrótu nadsyłanych tekstów.

Teksty podpisane przez autorów nie muszą odpowiadać poglądom redakcji.

Zamieszczone teksty podlegają prawu autorskiemu. Przedruk jedynie za zgodą redakcji.

Za treść ogłoszeń i reklamy wydawnictwo i redakcja nie ponoszą odpowiedzialności.

Samo Życie, Luisental 2, 51399 Burscheid

Redakcja: tel. 02174 / 8964480  
redakcja@samo-zycie.com

Prenumerata: tel. 02174 / 8964480  
fax 02174 / 8964481  
abo@prenumerata.de

Reklama i ogłoszenia: tel. 02382 / 7667578  
fax 02382 / 7667579  
werbung@samo-zycie.com

Wydawnictwo, dystrybucja: tel. 02174 / 8941155  
fax 02174 / 8941156

# Komu dopomoże Bóg, a kto powinien siedzieć?

Takie sejmowe smaczki zdarzają się w Polsce raz na cztery lata. Tym razem można by najęść się nimi do syta

Podczas pierwszego dnia obrad Sejmu X kadencji poseł Łukasz Mejza został wybuchany przez posłów w reakcji na złożoną przez niego przysięgę zakończoną formułą: „tak mi dopomóż bóg”. Dziennikarze WP ustalili, że firma byłego wiceministra sportu obiecywała leczyć umierających na raka i stwardnienie rozsiane, chorych na Alzheimera, Parkinsona oraz inne nieuleczalne przypadłości. Osobiście jeździł i przekonywał rodziców chorych dzieci, że terapia jego firmy jest wyleczy. Cena wyjściowa

wynosiła 80 tys. dolarów. Podobną reakcję wywołała przysięga złożona przez Dariusza Mateckiego. „Zawyla większość niemiecka” – odpowiedział polityk na Facebooku. Znany jest z kontrowersyjnych, często skandalicznych wypowiedzi. Niektórzy określają go mianem „największego hejtera w Polsce”.

Nietypową przysięgę złożył Grzegorz Braun z Konfederacji. Tradycyjną formułę „tak mi dopomóż bóg”, postanowił wzbogacić słowami: – W trójcy jedyny i wszyscy święci.

Wśród posłów, którzy zrezygnowali z formuły: „tak mi dopomóż bóg” było wielu przedstawicieli zwycięskiej koalicji, w tym m.in. lider PO Donald Tusk czy kandydat na wicepremiera w opozycyjnym rządzie Krzysztof Gawkowski. Nabozną formułę wybrali natomiast liderzy Trzeciej Drogi: Władysław Kosiniak-Kamysz oraz Szymon Hołownia.

Zabawna sytuacja związana z pierwszym posiedzeniem Sejmu X kadencji związana jest ze Słowem i Mentzenem. W nowej kadencji Sejmu wyznaczono mu

miejsce w ławach sejmowych obok Zbigniewa Ziobry i Jacka Sasina. Lider Konfederacji wykonał zdjęcie pamiątkowe fotela, umieścił je w sieci i opatrzył komentarzem: „Mówiłem, że Ziobro i Sasin będą siedzieć, ale nie myślałem, że obok mnie w Sejmie :)”.

W historycznej, antyniemieckiej retoryce kolegom posłom wtórowała wyjątkowo aktywnie Krystyna Pawłowicz, sędzia Trybunału Konstytucyjnego.

– To od kiedy urzędowym w Polsce będzie niemiecki? Kiedy wróci hajlowanie”, polskie świnie”, „tylko dla Niemców”, „ręce do góry”, „rauss” itp. I „ostatnie rozwiązania” spraw Polski. Zasluzylismy na likwidację swego państwa. Sami tak wybraliśmy” – napisała Pawłowicz w mediach społecznościowych. W reakcji na felieton byłego ambasadora Niemiec w Polsce opublikowany we Frankfurter Allgemeine Zeitung, w którym wymieniał

on pozytywne aspekty zmiany władzy w Polsce i spodziewany powrót do konstruktywnego partnerstwa z Niemcami Pawłowicz napisała na portalu X: „Już niedługo, za sprawą nowego UE traktatu, Niemcy znowu, „NATRWALE”, zajmą sobie tereny Polski... Zachodniej? Sny Hitlera po latach, już bez użycia siły, spełnią się BEZ OPORU Polaków. Większość wyborców w RP niedawno, z radością oraz ze słowami „je..ć” i „nienawidzę” dała zgodę...” – podsumowała.

Z kolei Paweł Kukiz, polityk i muzyk w jednej osobie obwieścił wszem i wobec, że żegna się z PiS-em. – Nie zamierzam brać odpowiedzialności za wszystkie nieprawidłowości z poprzedniej kadencji, na które często zwracałem uwagę, niestety bezskutecznie – podkreślił.

Pierwszy dzień obrad Sejmu X kadencji podsumował krótko: dom wariatów. TK

## Wezwał do boju!

Kolejne posiedzenia Sejmu X kadencji nie obeszły się bez awantur. Jarosław Kaczyński najwyraźniej wydał rozkaz, aby atmosfera każdego posiedzenia nasycona była jak największą dozą nienawiści.

Teatr słów i gestów otworzył na forum Wysokiej Izby minister Zbigniew Ziobro. Stało się to zaraz po tym, jak miejsce na sejmowej mównicy zajął Borys Budka. Poseł PO mówił o „rażącym łamaniu prawa” przez dotychczasową większość sejmową w związku ze stanowieniem prawa. Podkreślił, że Sejm „rozpoczyna proces uzdrowienia konstytucyjnego organu, jakim jest Krajowa Rada Sądownictwa”.

– KRS ma stać na straży niezawisłości sędziowskiej, a tymczasem stała się przybudówką ustępującego już – na szczęście – rządu i stała się trampoliną do karier dla ludzi, którzy zhańbili tożsamość sędziowską, zhańbili noszone godło Rzeczypospolitej, a także jest miejscem, gdzie mierni, bierni, ale wierni władzy zdobywali kolejne szczeble kariery – mówił.

– Szanowny panie Borysie Budka, chciałem przypomnieć panu, że to Trybunał Konstytucyjny decyduje, czy coś jest zgodne z Konstytucją, a nie pan Borys Budka. Przestrzegam, po nocy jest dzień, przyjdzie czas, że wy też znajdziecie się w ławach opozycji, a wtedy będziecie rozliczani również za łamanie konstytucji. Niech pan nie będzie taki pewny siebie – ripostował Ziobro wykonując przy tym różne, lekceważące gesty ciała.

W tym momencie posłowie opozycji wzniesli okrzyki: „będziesz siedział”.

– Liczę na was. Mam nadzieję, że nie okażecie się takimi fujaarami, jak wtedy – odpowiedział Ziobro, nawiązując do nieudanej próby postawienia go przed Trybunałem Stanu 9 lat temu – dodał Ziobro.

Wielu posłom zwycięskiej koalicji nie było w tym miejscu do śmiechu. Winę za to ponieśli posłowie PO, którzy nie wzięli udziału w głosowaniu. Celowo? Kto dziś to sprawdzi?

– Panie marszałku rotacyjny, Wysoki Sejmie nierotacyjny – tak zabrzmiały z kolei pierwsze słowa ministra Przemysła Czarnka wypowiedziane na mównicy sejmowej.

Hołownia usiłował przywołać go do porządku, ale minister dalej kontynuował swoje insynuacje. – Panie marszałku, teraz ja mówię, takie są standardy w izbie demokratycznej. Mamy do czynienia nie tylko z daleko posuniętą bezczelnością, tylko wręcz chamstwem politycznym – dodał.

Następnie skomentował wystąpienie posła Lewicy Krzysztofa Śmieszka, mówiąc, że na listę, z której do Sejmu dostał się Zbigniew Ziobro, zgłoszono o wiele więcej osób niż na Lewicę. – Demokracja polega na tym, że ludzie mają głos, a nie Śmieszki, które nie potrafią liczyć – mówiąc to niemal krzyczał do mikrofonu. Marszałek Hołownia dzielnie jednak przetrwał tę burzę. Z kulturą dyscyplinował posłów i posłanki. Grzecznie zwracał im uwagę by trzymali się regulaminów sejmowych. – Trzeba mieć talent, by w ten sposób prowadzić obrady Sejmu – zwróciła uwagę Katarzyna Kotula (Lewica). I trudno nie przyznać jej racji. TK

## Niemcy już rządzą Polską!

**Politycy Zjednoczonej Prawicy przechodzili sami siebie w powyborczych komentarzach, zarówno w sejmowych kuluarach jak i na portalach społecznościowych. Oczywiście wyborczej przegranej ugrupowania Jarosława Kaczyńskiego winni są Niemcy.**

Według prezesa, to oni właśnie, na czele z pierwszym Niemcem Tuskiem, objęli rządy w Polsce.

Przed pierwszym posiedzeniem nowo wybranego Sejmu Jarosław Kaczyński stwierdził: „Tusk to jest człowiek Niemiec”. Potem co rusz Niemcy przewijali się w różnych kontekstach, a sam prezes był wyjątkowo rozmowny. Dziennikarka „Gazety Wyborczej” Justyna Dobrosz-Oracz pytała na sejmowym korytarzu Jarosława Kaczyńskiego, kto jest odpowiedzialny za wyborczą porażkę.

– Szef partii zawsze jest odpowiedzialny – odparł polityk. Pytany o przyczyny porażki, odparł, że atak na Donalda Tuska w ostatnich tygodniach kampanii nie miał żadnego wpływu na wynik wyborów. – Nie za ostro było?

Nie za dużo było arogancji ze strony polityków PiS? – dopytywała dziennikarka.

– A ile było arogancji, takiego niebywałego po prostu chamstwa, niemieckiego chamstwa ze strony Platformy Obywatelskiej? A przepraszam bardzo, a ci, którzy biją żony, chleją itd., to nie jest obrażanie? A kto to mówił, jak nie Tusk? Tak, oczywiście, żon w ogóle. Zachowywał się jak ostatni lump – stwierdził Kaczyński.

Dziennikarka dopytywała prezesa, o co chodzi z chlaniem i bitymi żonami i o czyje żony może chodzić? Na te pytania Kaczyński już nie odpowiedział.

Wypowiedział za to jeszcze kilka innych ciekawych opinii. Kleśkę Elżbiety Witek w wyborach

na wicemarszałka sejmu skomentował tak: Marszałek Witek została w sposób bezczelny obrażona. Była bardzo dobrym marszałkiem. Natomiast opozycja łamała wszelkie reguły demokracji, a poza tym była nieprawdopodobnie wulgarna i chamska.

Zapytany na sejmowych korytarzach o to, jaki jest plan na utworzenie większości będzie miał Mateusz Morawiecki, odpowiedział: – Sytuacja jest dynamiczna, a nie taka jak niektórzy sądzą. Jednocześnie wobec zagrożenia suwerenności i właściwie samego istnienia państwa polskiego, bo te propozycje, które zostały przedstawione, to jest odebranie suwerenności i likwidacja państwa polskiego. Donald Tusk to jest człowiek Niemiec. Wielokrotnie to udawadniał, a jednocześnie przecież Niemcy nie ukrywają, że to jest ich plan, odebranie suwerenności Polsce. Donald Tusk robi wszystko, aby oddać władzę w Polsce Niemcom – przekonywał. TK

## Niemiecka telewizja inwestuje w Polskę

**Kanał Sport1, obecny w polskich sieciach kablowych w latach 90. jako DSF, inwestuje nad Wisłą.**

Firma stworzyła centrum technologiczne S1 Technology Hub z siedzibą w Warszawie i zapowiedziała ekspansję w Polsce w celu uzyskania jeszcze silniejszej pozycji w obszarze cyfrowym. Firma zapowiedziała, że zespół S1 Technology Hub rozpocznie pracę w IV kwartale 2023 roku. Cyfrowe portfolio Sport1 obejmuje portal Sport1.de i serwis streamingowy Sport 1, który działa w Niemczech, Austrii i Szwajcarii z transmisjami sportowymi na żywo



i na żądanie. Do spółki należy też kanał telewizyjny Sport1, który prowadzi niekodowaną emisję na Astrze 19,2°E. W Polsce niemiecka stacja sportowa była znana w latach 90. za sprawą reemisji w wielu sieciach kablowych. Rozpoczęła nadawanie w 1993 roku jako DSF. W 2010 r. połączyła się z portalem sport1.de. W ofercie są głównie niszowe rozrywki sportowe, programy dokumentalne i rozrywkowe dotyczące sportu i e-sportu, telezakupy, a także nocne programy erotyczne. TK

# Czas przyzwoitości

## Ochroniarz

Andrzejowi Dudzie teraz wreszcie przyjdzie zdawać egzamin z prezydentury

Teraz Duda. Andrzej Duda...  
– Osądzam surowo Andrzeja Dudę, gdyż uważam, że jest karykaturą prezydenta, aktorem, który gra prezydenta.

– On ma zagwarantowaną kadencję i mógłby zachowywać się w sposób – nie chce używać słowa „przyzwoity” – ale odpowiedzialny, godny. To, że tak się nie dzieje, jest chyba związane z jakimś brakiem charakteru.

– U prezydenta drażni mnie takie demonstrowane zadowolenie z siebie przy jednoczesnej niesamowitej służalczości czy oportunistycznym oczekiwaniu PiS-u.

To są opinie Jadwigi Staniszkis na temat prezydenta Andrzeja Dudy jeszcze z roku 2018. Kluczowe pytanie brzmi: Czy są aktualne? Czy coś się zmieniło? \* \* \*

Chichot historii spowodował, że polityk z dalekiego rządu PiS-u został w roku 2015 kandydatem na prezydenta. Wygrał wybory, bo wiatr społecznych oczekiwań był przeciwko ówczesnym rządzącym. Potem był Adrianem, postacią z kabaretowych scenek. Czasami wetował najbardziej skandaliczne ustawy, de facto ratując PiS.

Tak było dotąd. Teraz wreszcie przyjdzie mu zdawać egzamin z prezydentury. Po ośmiu latach nieważności ostatnie kilkanaście miesięcy będzie dla niego jak stempel na życiorysie. Tak zostanie zapamiętany. To będą najważniejsze miesiące w jego politycznym życiu.

Dlaczego? PiS zbudował cały system bezpieczników, które mają mu umożliwić nie tylko przetrwanie, ale wręcz kontrolowanie przyszłego rządu. Koalicja KO-TD-Lewica ma w sumie 248 mandatów w Sejmie, a do odrzucenia weta potrzeba 276. Czyli prezydent razem z PiS może zablokować każdą ustawę. A PiS

potworzyło w czasie swoich ośmiolletnich rządów taką pajęczynę wpływów, że bez ustawowych zmian nie da się niczego ruszyć. Lub bardzo mało.

Nie da się zmienić sytuacji w prokuraturze, gdzie zapewnioną kadencję ma prokurator krajowy, wybraniec Zbigniewa Ziobry. Nie da się przeprowadzić zmian w Sądzie Najwyższym, w mediach publicznych porządki wymagałyby balansowania na granicy prawa... Nie mówiąc już o Narodowym Banku Polskim.

Prezydent, który lata całe spełniał się jako notariusz pisowskiej większości, wetując dosłownie kilka ustaw, teraz otrzymuje potężną władzę. Jak ją wykorzystasz? Może wetować wszystko, a rządzący nie będą w stanie nic zrobić. Z drugiej strony taktyka wetowania każdej ustawy szybko obróciłaby się przeciw niemu. Zostałby głównym hamulcowym, traciłby popularność i wpływy. Aby te weta znaczyły coś więcej niż prostą obronę PiS-u, musi grać bardziej finyzyjnie. Jak to będzie? Czego możemy się spodziewać? \* \* \*

Nie miejmy złudzeń. Andrzej Duda jest człowiekiem PiS-u i zawsze nim będzie. Jako symboliczną można wskazać jego pierwszą wizytę w Chinach. A konkretnie – upublicznione zdjęcia z pokładu samolotu, które Chińczycy mogli zobaczyć. Duda ubrany był w koszulkę Red is Bad, czyli producenta odzieży „patriotycznej i antykomunistycznej”. Równie dobrze jakiś przywódca mógłby włożyć na podróż do Polski koszulkę z ośmioma gwiazdkami – byłby to mniej więcej ten sam poziom.

Antykomunizm Andrzeja Dudy jest tak prostacki, że nie wiadomo, czy się oburzać, czy śmiać. Gdy do ludzi PiS-u poszedł komunikat,



Fot. Jacek Domiński/Reporter

by atakować film Agnieszki Holland „Zielona granica”, Duda zaczął agitować do jego bojkotowania. Sięgnął po zawołanie z czasów okupacji: „Tylko świnie siedzą w kinie!” – nie tylko bez sensu, ale i głupio. Zwłaszcza gdy weźmie się pod uwagę pochodzenie Agnieszki Holland. No i gdy pamięta się, że Duda patronował rocznicy powstania Brygady Świętokrzyskiej NSZ, jedynej polskiej formacji zbrojnej współpracującej z hitlerowskimi Niemcami.

Duda, jak na twardego pisowca przystało, jest przeciwny Unii Europejskiej i opowiada o niej głupoty. Nie tylko, że to wymagowana wspólnota. Dla niego to... zabory. „Często ludzie mówią nam: Po co nam Polska? Unia Europejska jest najważniejsza. To niech sobie przypomną te 123 lata zaborów!”, mówił podczas uroczystości 100-lecia odzyskania przez Polskę niepodległości.

Nie znosi też LGBT+ i woła, że to nie ludzie, tylko ideologia. Że nasi ojcowie walczyli z narzucaną nam ideologią komunistyczną, a teraz my walczymy z ideologią LGBT+...

Za to chyli czoło przed abp. Jędraszewskim, tym od „tęczowej zarazy”. 23 maja br., w 50. rocznicę posługi kapłańskiej

Jędraszewskiego, wręczył mu Krzyż Komandorski Orderu Odrodzenia Polski „za wybitne zasługi w pracy duszpasterskiej, za propagowanie postaw patriotycznych”.

No i oczywiście, zgodnie z dekalogiem pisowca, Andrzej Duda nie znosi Donalda Tuska. Gdy zwoływał posiedzenie Rady Bezpieczeństwa Narodowego, zaprosił na nie Jarosława Kaczyńskiego, a Tuska już nie. Dlaczego Kaczyńskiego, formalnie zwykłego posła? „Nie oszukujemy się, ale od jego decyzji zależą ugrupowanie w parlamencie” – tłumaczył. A dlaczego nie Tuska? „Chcę spotykać się z ludźmi, którzy mają podejście spokojne i konstruktywne. Nie wywołują awanturowania (...). Zaprosiłem tych, o których wiem, że w sposób odpowiedzialny zajmują się sprawami państwa”. I jeszcze: „Jest to człowiek, do którego nie mam zaufania. Na własne oczy widziałem, że jedno mówił do prezydenta Lecha Kaczyńskiego, drugie po wyjściu”.

Ostro? To ostrzej mówił o szefie PO doradca Dudy, Łukasz Rzepecki: „Donald Tusk jest zwykłym politycznym leszczem i bał się (w roku 2020) konfrontacji z prezydentem Dudą. Jest

tylko mocny w gębie, a nogi ma jak z waty. Myślę, że lepsze byłoby dla Polski, żeby Donald Tusk zamilkł. Żeby wyprowadził się z Polski do Berlina”.

\* \* \*

Jak po takim bombardowaniu możemy liczyć na w miarę cywilizowaną współpracę Duda – Tusk? Choćby teraz, gdy prezydent ma wskazać, komu powierzy misję utworzenia rządu.

Spodziewajmy się teatru. Długich konsultacji. Na tym Dudzie zależy. Tak by jak najdłużej reflektory skierowane były na niego. Że on rozważa i podejmuje decyzję. I że on jest w tym całym procesie legislacyjnym najważniejszy.

W tym zastanawianiu się, kreowaniu na męża stanu i patriotę będzie ustawiał rządzących. Będzie ich dzielił na lepszych i gorszych. Będą więc ci źli, niemający Polski i Polaków przed oczami, czyli Tusk i spółka. I będą ci rokujący nadzieję – czyli PSL. Tak będzie chciał nową koalicję rozbijać, osłabiać.

Otwarcie mówił o tym prezydencki minister Marcin Mastalerek: „Jest część – nazywam ich »koalicją zemsty obywatelskiej« – która chce się mścić, jest też część taka, która twierdzi, że nie pozwoli się mścić tej »koalicji zemsty obywatelskiej«. To jest Trzecia Droga”.

A później, gdy nowy premier już zostanie zaprzysiężony, czy prezydent będzie wetował wszystko? Sądzę, że nie. Że w sprawach drugorzędnych będzie szedł na ustępstwa, głośno opowiadając o swojej koncyliacyjności. Tam jednak, gdzie w grę będą wchodzić żywotne interesy PiS, zmiana w instytucjach kontrolowanych przez prawicę – będzie wetował.

W ten sposób będzie mógł upiec dwie pieczenie na jednym ogniu. Będzie osłabiał Donalda Tuska i koalicję, utrudniając im rządzenie, a równocześnie wzmacniał prawicę i swoją na prawicy pozycję. To prosty rachunek (...).

\* \* \*

Andrzej Duda, który osiem lat siedział cichutko, teraz zamierza z hukem wejść na scenę. Skąd ta ambicja? Z wysokiego mniemania o sobie. Wystarczy posłuchać

## Kogo na prezydenta?

Nie opadł jeszcze kurz po październikowych potyczkach polityków w ramach wyborów parlamentarnych, a media w Polsce już rozpiskują się na temat wyborów prezydenckich. Modny jest zwłaszcza temat, kogo Jarosław Kaczyński widziałby na tym stanowisku.

Okazuje się, że kandydatami na funkcję głowy państwa wcale nie muszą być: Beata Szydło, Mateusz Morawiecki, Elżbieta Witek lub Mariusz Błaszczak.

Dla przykładu informatorzy Gazety.pl twierdzą, że prezes myśli o kimś zupełnie nowym, nieznanym szerszej publice, podobnie jak było to osiem lat temu, gdy wylansował Andrzeja Dudę. Na giełdzie nazwisk pojawiły się m.in.: Tobiasz Bocheński i Kacper Płażyński. Pierwszy to polski prawnik, badacz doktryn polityczno-prawnych, nauczyciel akademicki i urzędnik państwowy. W latach 2019-2023 wojewoda łódzki, od 2023 wojewoda

mazowiecki. Ma 36 lat i zanim będzie mu być może dane startować w wyborach prezydenckich spróbuje zaważczyć już w kwietniu przyszłego roku o prezydenturę w Warszawie. Podobno ma opinię panicza.

Kacper Płażyński ma 34 lata, skończył wydział prawa i administracji na Uniwersytecie Gdańskim. Z zawodu jest adwokatem. Pracował też w gdańskiej spółce Energa, gdzie m.in. odpowiadał za opracowanie nowego modelu

ładu zarządzania korporacyjnego Grupy Energa. Jest synem Macieja Płażyńskiego, tragicznie zmarłego w katastrofie smoleńskiej, wojewody pomorskiego i marszałka Sejmu. W 2018 r. zdobył jednak mandat radnego rady miasta Gdańska. W wyborach parlamentarnych w 2019 r. uzyskał mandat poselski. W br. był prawdziwą lokomotywą wyborczą dla PiS. W Gdańsku zdecydowanie wygrała Koalicja Obywatelska – 41,70 proc. Prawo i Sprawiedliwość poparło 25,20 procent wyborców, ale to właśnie poseł tej partii Kacper Płażyński uzyskał najlepszy wynik

– nieco ponad 100 tysięcy głosów. Płażyński ma krytyczną ocenę tego, jak Prawo i Sprawiedliwość przeprowadziło ostatnią kampanię wyborczą. Twierdzi, że zbyt wiele miejsca poświęcono krytyce Donalda Tuska. Zanim jednak poważniej potraktują go na Nowogrodzkiej będzie musiał poddać się woli tamtejszych decydentów, obecnie bowiem uważany jest za politycznego samolubę. Takich prezes nie znosi, ale podobno żywi głębokie przekonanie, że młody Płażyński to dobry materiał do urobienia. Wybory prezydenckie odbędą się w Polsce na jesień 2025 r. **TK**

niektórych wywiadów, z jakim namaszczeniem mówi o sobie.

To jest powód wielkiej do niego niechęci Jarosława Kaczyńskiego. Prezes, jak wiemy, nie odzywa się do Dudy, nie zaszczylił go swoją obecnością nawet podczas konsultacji. A leżało to w interesie PiS-u, wzmacniałoby pozycję prezydenta. Widocznie nie mógł się przemóc...

Posłuchajmy znów nowego szefa gabinetu prezydenta Marcina Mastalerka. Duda powołał go na to stanowisko niedawno, z niespotykaną pompą. I oczywiście jest, że Mastalerek mówi to, co prezydentowi się podoba. A mówi otwarcie: PiS grzeszy niewdzięcznością wobec Dudy. Prezydent jest postacią wybitną, znakomicie czującą się wśród wyborców i to jemu PiS zawdzięcza swoje sukcesy. Po pierwsze, w roku 2015 – bo dopiero zwycięstwo Dudy nad Bronisławem Komorowskim w wyborach prezydenckich uruchomiło proces, który dał władzę prawicy. Po drugie, w roku 2020 – kiedy kampania Dudy zatrzymała Trzaskowskiego i tym samym władza PiS-u została uratowana. Tysiące działaczy i polityków dzięki prezydentowi ma swoje posady i oni powinni być mu wdzięczni. Lecz nie są – i nad tym Mastalerek ubolewa. Dodając, że kampania wyborcza PiS-u została koncertowo zepsuta i Jarosław Kaczyński powinien udać się na emeryturę.

Łatwo sobie wyobrazić, jak na takie słowa mogli zareagować Kaczyński i pół PiS-u. Sęk w tym, że wyboru nie mają. Będą musieli z Dudą współdziałać i liczyć na jego grę.

A on? On też wyboru nie ma (...)

\*\*\*

Fenomenem Andrzeja Dudy jest to, że będąc już ponad osiem lat prezydentem, nie zbudował swojego środowiska. Jest jakiś dwór, którego członkom zapewnia posady, wysyła ich na stanowiska ambasadorów, pomaga zdobyć mandat poselski – i tyle. Nie ma wokół niego zorganizowanej grupy.

Z tego punktu widzenia jest politykiem trzeciej kategorii.

Po ośmiu latach prezydentury powinien mieć potężne wpływy w sądach, w polityce zagranicznej, w wojsku, wśród profesury. No i w swojej partii. Tymczasem w sądach mamy Ziobrę i sędziów, którzy próbują walczyć o swoją niezależność. W MSZ-ecie rządu Zbigniew Rau i bardziej interesuje go opinia Nowogrodzkiej niż Pałacu Namiestnikowskiego. A w wojsku... Tuż przed wyborami mieliśmy rezygnację dwóch najważniejszych generałów: szefa Sztabu Generalnego Wojska Polskiego gen. Rajmunda Andrzejczaka i gen. Tomasza Piotrowskiego, dowódcy operacyjnego. Kogo Duda powołał w ich miejsce? Jakichś swoich faworytów? Nie! Na szefa Sztabu Generalnego – gen. Wiesława Kukulę, kojarzonego z Antonim Macierewiczem, a teraz ulubieńca Mariusza Błaszczaka. A na dowódcę operacyjnego gen. Macieja Klisza, który po Kukule dowodził Wojskami Obrony Terytorialnej.

Andrzej Duda niczego zatem nie zbudował. Jedyne, co mu się udawało, to objazdy po kraju, po festynach, wspólne fotografie, noszenie dzieci i tańce. Docenił tę umiętność. Ale od prezydenta Rzeczypospolitej wymaga się więcej.

\*\*\*

Polityczną nieporadność Andrzeja Dudy mogliśmy zauważyć podczas sporów, w których musiał uczestniczyć. Ostatni był wielki spór o komisję ds. wpływów rosyjskich, czyli tzw. lex Tusk. Komisja była wymierzona w Donalda Tuska, miała go oskarżać i linczować. I Dudzie bardzo to się podobało. Podczas spotkania z mieszkańcami Polczyna, już po tym, jak lex Tusk podpisał, mówił, że nie rozumie, jak sprawa zbadania rosyjskich wpływów miałyby zniszczyć polską demokrację. „Raczej rosyjskie wpływy mogłyby zniszczyć polską demokrację, a nie komisja, która będzie to sprawdzała” – przekonywał.

Zachowywał się jak najtwardszy pisowiec, przy okazji atakując Tuska. „Nigdy nie zrozumieć – wołał – jak można porzucić ważny, odpowiedzialny

urząd w Polsce po to, by pracować gdzieś w Brukseli. Są granice pazerności na pieniądze, widać niektórzy ich nie znają”.

To były ostatnie jego mile chwile w tej sprawie, bo swój komunikat wydał wkrótce Departament Stanu USA, pełen niezadowolenia. „Podzielamy obawy wyrażone przez wielu obserwatorów, że ustawa o utworzeniu komisji do zbadania rosyjskich wpływów może zostać wykorzystana do zablokowania kandydatur polityków opozycji bez należytego procesu” – mówił rzecznik Departamentu Stanu. Swoje powiedział również ambasador USA w Warszawie Mark Brzezinski. Że też jest zaniepokojony.

Parę dni później Duda zgłosił swój projekt nowelizacji ustawy, którą przed chwilą podpisał. Z wybitymi „zębami”. W ten sposób umarła ona śmiercią naturalną.

Tego radykalni pisowcy do dziś nie mogą mu wybaczyć. A ci z drugiej strony? „Prezydent Andrzej Duda zawiódł mnie na całej linii. Jest człowiekiem skompromitowanym” – stwierdził prof. Adam Strzembosz, były I prezes Sądu Najwyższego, komentując podpisanie lex Tusk. I później zdania nie zmienił.

Innym bojem, który Duda toczył ramię w ramię ze swoim obozem, była próba przejęcia stacji TVN. PiS przyjął specjalną ustawę, która pozwalała na zadaszenie TVN-u i wyładowała ona na biurku prezydenta. Co się wówczas stało? Było trochę szumu, głosy zza oceanu – i bum! Prezydent ustawy nie podpisał. „Jednym z argumentów była umowa o wzajemnych stosunkach gospodarczych i handlowych z USA, a także kwestia pluralizmu medialnego i wolności słowa. Nowela narusza też prerogatywy prezydenckie” – tłumaczył.

Oto więc Duda polityk w pigułce. Najpierw gorąco popiera najbardziej radykalne pomysły PiS-u, angażuje się w ich obronę, zupełnie bez wyobraźni, jakby nie rozumiał, jakie skutki wywołają. A potem, gdy sytuacja staje się gorąca albo gdy tupie Ameryka,

wycofuje się w pośpiechu, niemiędrze, porzucając tych, którzy mu zaufali. Ani mądrości, ani lojalności. To dlatego nie jest ceniony w partii. Za granicą natomiast umiera na naszych oczach jego wielka przyjaźń z Wołodymyrem Zełenskim.

Po wybuchu wojny Duda manifestował tę przyjaźń przy każdej okazji, naciskając, by Polska przekazywała walczącej Ukrainie jak najwięcej broni. I wystarczył jeden konflikt, o zboże, by przyjaźń się skończyła. Nagle Duda zaczął mówić o Ukrainie jako o tonącym, który może innych wciągnąć w głębie... Śmiał się z tych politycznych manewrów Tusk, mówiąc, że to cała mądrość PiS-u: najpierw oddać Ukrainie czołgi, a potem wypowiedzieć jej wojnę.

Tę logikę prezydent zastosował również w jednej z najważniejszych batalii – w staraniach o przyznanie Polsce środków z Krajowego Planu Odbudowy, a to – bagatela – 23,9 mld euro dotacji i 11,5 mld euro pożyczek. Komisja Europejska połączyła wypłatę tych pieniędzy ze sprawami praworządności. I wprawdzie w czerwcu zaakceptowała polski KPO, ale pieniędzy nie przesłała. Komisja zaznaczyła, że polski KPO „zawiera kamienie milowe związane z ważnymi aspektami niezależności sądownictwa (...) i że Polska musi wykazać, że te kamienie milowe zostały osiągnięte przed dokonaniem jakichkolwiek wypłat”.

Te kamienie milowe, wydawało się, są już tylko kamyczkami, bo Mateusz Morawiecki zawiązał do Brukseli projekt ustawy o Sądzie Najwyższym. Została ona zaakceptowana jako przywracająca praworządność, a Sejm szybko ją uchwalił. I tu do akcji wszedł prezydent Duda. Nie wetował ustawy, bo wiedział, że głosami PiS-u i opozycji weto zostanie odrzucone. Skierował ją do Trybunatu Konstytucyjnego, sparaliżowanego buntem sędziów przeciwko prezes Przyłębskiej.

I tam ta ustawa utknęła. Polska nie ma pieniędzy, a czy jest w związku z tym bardziej niepodległa? A skoro jesteśmy przy

pieniądzach... Gdy w roku 2022 mieliśmy atak inflacji i drożyzny, prezydent apelował do Polaków, by „zacinęli zęby i byli optymistami”. W tym samym czasie podwyższał budżet Kancelarii Prezydenta na rok 2023 o 39 mln zł. Budżet KP wynosi w tym roku ponad 250 mln zł i jest najwyższy w historii. Dla jednych jest zaskakanie zębów, dla drugich – popuszczanie pasa.

\*\*\*

Jak więc przebiegać będzie kohabitacja? W historii III RP było ich kilka. Mieliśmy kohabitację Lecha Wałęsy z Waldemarem Pawlakiem, a potem z Józefem Oleksym, później Aleksandra Kwaśniewskiego i Jerzego Buzka, a w ostatnim czasie – Lecha Kaczyńskiego i Donalda Tuska.

Patrząc z pewnej odległości, możemy się pokusić przynajmniej o dwa wnioski. Po pierwsze, kohabitacja zawsze generuje konflikty. A kto ten pojedynek wygrywa? To wręcz rzuca się w oczy. Jest to bowiem pojedynek z kategorii jeden na jeden. I wtedy górą jest polityk inteligentniejszy, sprytniejszy, bardziej dynamiczny. Kwaśniewski robił z Buzkiem, co chciał, Tusk ogrywał Lecha Kaczyńskiego. Ale istotne też było, jakie polityczne armie stały za prezydentem i za premierem.

Jak zatem będzie wyglądał duet Duda – Tusk? Możemy w ciemno zakładać, że w porównaniu z tymi wcześniejszymi kohabitacja Duda – Tusk będzie bardziej brutalna, walka będzie twardsza. Subtelności nie będzie.

Andrzej Duda wie, że będzie musiał zatrzymać Tuska, że jest główną linią obrony pisowskiego stanu posiadania. I że jeśli chce pokazać się wśród prawicowego elektoratu, nie może odpuszczać.

Na taki bój się szykuje. I to nie od dzisiaj. Pytano go zresztą, gdy zwoływał posiedzenie Rady Bezpieczeństwa Narodowego, jak będzie wyglądała jego współpraca z Donaldem Tuskiem, gdyby ten został premierem. Odpowiedział krótko: „To wtedy będziemy się martwić o Polskę”.

ROBERT WALENCIAK  
Angora 46/2023

## Stolica pełna kopalń

Rzecz niesłychana. W Budynku Naczelnego Sądu Administracyjnego w Warszawie ktoś zainstalował kopalnię. Nie węgla, lecz kryptowalut. Urządzenia o dużej mocy obliczeniowej pobierały mnóstwo prądu.

Komputery ukryte były w kanale wentylacyjnym oraz w podłodze technicznej. To tak zwane koparki. Kilka urządzeń znajdowało się w kanale wentylacyjnym na ostatnim piętrze budynku, pod zespoły odkryto także w podłodze

technicznej w innej części sądu – w pobliżu urządzeń zasilających – poinformował portal tvn.warszawa. Co to takiego koparka do kryptowalut? Ekspert Piotr Magdziak z portalu blogSferis odpowiada:

– Większość popularnych kryptowalut wymaga do kopania silnej karty graficznej. To właśnie na tym podzespole komputerowym wykonywane są wszystkie obliczenia podczas całego procesu. Co to jest koparka kryptowalut? Tak naprawdę, to po prostu

zwykły komputer, wyposażony w mocne karty graficzne. A zatem komputery charakteryzujące się dużym zużyciem prądu oraz mocą obliczeniową mogą wiele. Sprawę odkrył pracownik techniczny sądu, a sąd powiadomił policję oraz służby specjalne, ponieważ powstało zagrożenie dla bezpieczeństwa danych przechowywanych w Naczelnym Sądzie Administracyjnym. Podobno zabezpieczone komputery posiadały modemy do łączenia z internetem, co może

oznaczać, że nie były podpięte do sieci dostępnej w budynku sądu. Prokuratura powołała biegłych z zakresu informatyki oraz elektryki i poboru mocy celem ustalenia ilości pobranej energii elektrycznej i jej wartości.

Niedawno przed warszawskim sądem znalazła finał głośna sprawa kopalni kryptowalut na warszawskim Żeraniu. Trzem oskarżonym zarzucono zabór mienia znacznej wartości i przywłaszczenia 29,5 mln zł. Na tyle oszacowano wartość 266 tys. Ethereum, „wykopanych” w dawnej fabryce FSO w latach 2017-2018. Mężczyźni namówili ponad 600

osób do zawarcia umów na zakup specjalistycznego sprzętu komputerowego i kart graficznych, a także dzierżawy tego sprzętu. W ramach tych kontraktów ludzie przekazali „kopaczom” niemal 56 mln zł, 67 tys. dol. i 35 tys. euro, a także sprzęt o wartości 2 mln zł. W zamian mieli raz w miesiącu otrzymywać umówioną część „urobku” krypto. Do klientów nie splotywały jednak obiecane ETC i Bitcoiny. Zaniepokojeni osobiście pojawili się więc w hali, gdzie znajdowała się serwerownia farmy. Wkrótce potem wkroczyła do akcji policja. Zabezpieczyła sprzęt, który nie został jeszcze wywieziony. TK

## Aktualności

## Odporni na szatana

**Polski Kościół usiłuje odnaleźć się po wyborach. Prawo i Sprawiedliwość przez osiem bitych lat przekazało tej instytucji setki milionów złotych.**

Kasjerem był głównie tzw. Kościół Toruński. Teraz ma się to skończyć, zgodnie z zapowiedziami zwycięskiej opozycji.

– Diabeł nam powtarza ciągle złe rzeczy. Jęczy, narzekamy. To dzieło szatana. Wierni muszą się na to uodpornić. Totalny liberalizm od zawsze odpowiadał za ataki na Kościół katolicki. My tego nie zmienimy. Nie możemy się poddawać – mówił po wyborach ojciec Rydzki, szef Radia Maryja cytowany przez portal o2.pl. Fundacja Lux Veritatis ojca Tadeusza Rydzki

otrzymała niedawno od Ministerstwa Rodziny i Polityki Społecznej dotację w wysokości 450 tys. zł – informowała Wirtualna Polska. Pieniądze mają zostać przeznaczone na cykl poradników dla młodych małżeństw, który w odcinkach ma zostać wyemitowany na antenie TV Trwam.

Wcześniej kwotą 140 tys. zł sypnęło Ministerstwo Obrony Narodowej. Za to będą organizowane szkolenia wojskowe dla młodzieży. Ponadto Fundacja Lux Veritatis otrzymuje np. od Prawa i Sprawiedliwości 37 tys.

zł miesięcznie na transmisję na żywo mszy świętej. W 2022 r. minister zdrowia przekazał Fundacji Lux Veritatis kwotę 799 995,69 zł w związku z emisją spotów w programie telewizyjnym w ramach Narodowej Strategii Onkologicznej. W latach 2021-2022 ministerstwo edukacji podpisało łącznie 23 umowy z Fundacją Lux Veritatis, Akademią Kultury Społecznej i Medialnej w Toruniu oraz Fundacją „Nasza Przyszłość”. Dzięki temu instytucje związane z ojcem Tadeuszem Rydzkiem otrzymały ponad 2 mln zł.

Jeszcze przed wyborami Rada ds. Społecznych Konferencji Episkopatu Polski przestrzegala katolików przed oddawaniem

głosu na przeciwników aborcji oraz zwolenników małżeństw osób tej samej płci; tych, którzy chcą sprzeciwiać się budowaniu świata „jakby Boga nie było” bądź sprzeciwiają się „ekonomii, która zabija”. Akcja spaliła na panewce. Wybory w Dzień Papieski miały przypieczętować triumf Kościoła sprzymierzonego ze zwycięskim PiS-em, a zakończyły klęską dla obydwu tych instytucji.

Teraz zachodzi pytanie, czy obejmująca w Polsce władzę opozycja będzie w stanie spełnić swoją obietnicę oddzielenia Kościoła od Państwa? Włodzimierz Czarzasty, wicemarszałek Sejmu i współprzewodniczący Nowej Lewicy już zapowiada renegeację konkordatu. Szymon Holownia zapewnia, że operację rozdziału przeprowadzi „skutecznie, dobrze i bez żadnej wojny

religijnej”. – Tak żeby państwo było na swoim miejscu i Kościół był na swoim miejscu, bo tylko wtedy będzie porządek. A jak będzie porządek, to będzie spokój i bezpieczeństwo – tłumaczył przed wyborami.

Donald Tusk z kolei podkreśla, że należy oddzielić Kościół, czyli ogół wierzących od instytucji, która „w dużej mierze złożona jest dziś z funkcjonariuszy władzy”.

– Mówię tutaj o istotnej części kleru, biskupów, nie mówiąc już o takich aparatczykach władzy jak o. Tadeusz – tłumaczył w rozmowie z PAP. To ambitne zadanie może się jednak nie udać. Kościół chętnie zawrze ugody z każdym, kto mógłby mu potencjalnie zaszkodzić. Tak było w PRL i tak z pewnością będzie i tym razem. **TK**

Chwieje się imperium redemptorysty

## Tapniecie w biznesie o. Rydzka

Ojciec redemptorysta Tadeusz Rydzki, znany ze swoich wielu kontrowersyjnych, przesiąkniętych antysemityzmem, homofobią i mających niewiele wspólnego z wiarą katolicką opinii, ma problem. Powód – coraz mniejsze wpływy.

Chwieje się jego imperium, którego symbolem jest Fundacja Lux Veritatis, a także Radio Maryja TV Trwam, Fundacja Nasza Przyszłość, Wyższa Szkoła Kultury Społecznej i Medialnej czy gazeta „Nasz Dziennik”. Odnotowano duży spadek darowizn,

Muzeum Pamięć i Tożsamość im. Jana Pawła II. Wśród biznesów duchownego można wymienić Geotermię Toruń, która miała rekordowy wynik przychodów – 9,41 mln zł, jednak ostatecznie poniosła stratę netto w wysokości 400 tys. zł.

Odchodzący rząd i rządząca partia PiS przekazywali w ostatnich latach miliony złotych na jego działalność. Jak obliczono, państwowe instytucje (np. ministerstwo sprawiedliwości Zbigniewa Ziobry, kancelaria premiera) i spółki (Enea, Lotos)

wyłożyły ponad 380 mln złotych z publicznych pieniędzy! Oczywiście wpływy o. Rydzki są znacznie wyższe, jeśli weźmie się pod uwagę darowizny osób prywatnych, ale to kwota, której nie sposób ustalić (i opodatkować). Ale już za czasów PiS-u wpływy T. Rydzki zaczęły tonieć. Na skutek zmian wprowadzonych przez Polski Ład, a w szczególności o podniesienie kwoty wolnej od podatku do 30 tys. zł oraz zmniejszenie podstawowej składki PIT z 17 do 12 proc. Trudno powiedzieć, jakie

skutki dla tego medialnego imperium będzie miała polityka nowego rządu i zmiany ekonomiczne, jakie przyniesie. W każdym razie Rydzki apelował w spocie emitowanym przez Telewizję Trwam o pomoc finansową dla Fundacji Nasza Przyszłość.

Od lat T. Rydzki jest postacią kontrowersyjną. Niektórzy dowodzą, iż w latach komunistycznych cieszył się wielkimi przywilejami reżimu (paszport służbowy, wycieczki do krajów zachodnich, kilkumiesięczne pobyty w Niemczech i Włoszech,

umorzenie zaległości w urzędzie celnym) i był współpracownikiem komunistycznej Służby Bezpieczeństwa. Jest też kojarzony z nierozliczoną nadal nielegalną zresztą, zbiórką pieniędzy na wykupienie Stoczni Gdańskiej. Zebrano wówczas 190 mln dolarów. Jak wiadomo po dojściu PiS-u do władzy zakazano handlu w niedzielę w sklepach wielkopowierzchniowych. Jednak właściciel sieci sklepów Żabka podpisał umowę z Wyższą Szkołą Kultury Społecznej i Medialnej T. Rydzki i od tej pory sieć Żabka i Freshmarket nie zostały objęte zakazem. A Rydzki nabył udział w spółce Żabka.

Niekończący jest apetyt T. Rydzki na pieniądze i władzę... **(kor)**

## Kinga Głyk i jej gitara basowa

Zakończyła się kolejna trasa koncertowa po Niemczech Kingi Głyk, znakomitej gitarzystki basowej ze śląskimi korzeniami. Były to ostatnie koncerty przed ukazaniem się jej piątej płyty autorskiej zatytułowanej „Real Life”. Premiera zapowiadana jest na styczeń 2024 roku. Album zostanie wydany przez renomowaną wytwórnę muzyczną Warner Music Group, a artystce towarzyszy ciekawy skład międzynarodowych muzyków.

Kinga Głyk to artystka, jakich w Europie niewiele. Od początku swojej kariery gra na gitarze basowej, a towarzyszy jej wielu wybitnych muzyków. W 2021 roku otrzymała prestiżową nagrodę „Koryfeusz Muzyki Polskiej”. Występowała w różnych krajach, w tym w Polsce, Niemczech, Austrii, Szwajcarii, Francji, Słowacji, na Ukrainie i w Norwegii. W 2016 roku wideo z Kingą wykonującą utwór „Tears



Kinga Głyk

in Heaven” Erica Claptona na gitarze basowej zdobyła ogromną popularność w internecie, osiągając imponującą liczbę 20 milionów wyświetleń. To nagranie pozwoliło jej zaistnieć w mediach, które

na co dzień niespecjalnie interesują się jazzem czy bluesem oraz spowodowało zainteresowanie reprezentantów światowej branży fonograficznej. Kinga ma obecnie 26 lat. Grać na

gitarze basowej zaczęła w wieku 11 lat, a w wieku 12 lat dołączyła do rodzinnego zespołu „Głyk P.I.K. trio”. Wyzwania, którym musiała stawić czoła w zespole, a także obserwacja środowiska artystycznych motywowały ją do szukania własnej drogi. W wieku 18 lat, wydała swój debiutancki album pt. „Rejestracja”, który spotkał się z pozytywnymi recenzjami w Radiowej Trójce i renomowanych magazynach muzycznych.

Kinga wychowała się w muzycznej rodzinie. Jej ojciec – Irek, jest perkusistą, kompozytorem, aranżerem i cenionym muzykiem sesyjnym. Natomiast mama ukończyła liceum muzyczne w klasie pianina. Obecnie ojciec jest jej managerem, a brat realizatorem dźwięku na jej koncertach.

Większość utworów, które Kinga Głyk wykonuje na scenie to jej kompozycje. W wywiadach wspomina, że od początku komponowanie wydawało jej się bardzo ciekawym procesem. Ostatecznie do zarejestrowania autorskiego materiału przekonał ją ojciec. Miłość do muzyki stała się dla niej sposobem na życie.

Dzięki muzyce żyje dniem dzisiejszym, nie ogląda się za siebie i nie wybiega też daleko w przyszłość. Media na początku jej solowej kariery często nazywały ją „najlepsza basistka młodego pokolenia”, „nadzieja gitary basowej”, „wschodząca gwiazda”, „odkrycie”. Obecnie wszystko jest już nieaktualne. Od kilku lat Kinga ma pewne miejsce w polskiej oraz europejskiej muzyce jazzowej i bluesowej. Dzięki współpracy z Warner Music Group ta uzdolniona artystka współpracuje z najlepszymi muzykami. Jest też artystką na miarę współczesnych czasów. Doskonale zdaje sobie sprawę, że dzisiaj bycie muzykiem to nie tylko scena czy studio nagraniowe. Dba o media społecznościowe, kontakty w sieci z osobami zainteresowanymi jej muzyką i stara się wykorzystać wszelkie sposoby udostępniania swojej muzyki. Powiada – „To ważne, by tam istnieć, nigdy nie wiesz, czy ktoś z drugiego końca świata cię zobaczy, i nie napisze.”

**Tekst: Leonard Paszek  
Foto: Robert Widera**



Rys. Mirosław Stankiewicz

## Boty wypierają ludzi. Są coraz lepsze

Voiceboty stały się już naszą codziennością – aż 88 proc. z nas tylko w minionym roku odbyło z botem co najmniej jedną rozmowę. I, co istotne, siedem na dziesięć osób było zadowolonych z jej przebiegu.

Chatbot i voicebot, a więc konwersacyjna sztuczna inteligencja posługująca się tekstem i głosem, rewolucjonizuje sposób, w jaki firmy komunikują się z klientami i obsługują ich potrzeby. Boty – wykorzystując uczenie maszynowe oraz przetwarzanie języka naturalnego wraz z interaktywnym systemem nawigacji głosowej – potrafią bowiem nie tylko odpowiadać na zapytania klientów, ale też interpretować ich intencje. Są nie tylko skuteczne, ale też ich zaletą są stosunkowo niskie koszty.

Jak wyjaśnia Bartosz Malinowski z firmy Apifonica, w przypadku obsługi tysiąca kontaktów miesięcznie koszt bota w przeliczeniu na przeprowadzoną rozmowę wynosi od kilkudziesięciu groszy do kilku złotych. A narzędzie to ma jeszcze jedną istotną przewagę nad ludźmi – może pracować całą dobę. Nic dziwnego, że kolejne firmy coraz śmielej zastępują systemami AI pracowników centrów obsługi klientów. O skali tego zjawiska świadczą dane – IndustryARC podaje, że wartość całego światowego sektora konwersacyjnej sztucznej inteligencji wzrosło w br. do ponad 9,7 mld dol. (rok wcześniej było to 7,8 mld dol.). Prognozy wskazują, iż w 2027 r. ma to być już jednak

przeszło 98 mld dol., przy średnim rocznym wzroście na poziomie ok. 19 proc. Wiele o trendzie, z którym mamy do czynienia, mówi również statystyka dotycząca odsetka interakcji z klientami, które zostały zautomatyzowane dzięki sztucznej inteligencji i uczeniu maszynowemu. Szacuje się, że w 2019 r. wynosił on około 25 proc. Dla porównania w br. ma to być już 40 proc.

– W ostatnich latach zdążyliśmy przyzwyczać się do tej technologii na tyle, że w 2022 r. już 88 proc. użytkowników odbyło co najmniej jedną rozmowę z botem. 70 proc. uważało to doświadczenie za pozytywne – komentuje Bartosz Malinowski.

Co więcej, jak tłumaczy, w miarę rozwoju technologii służącej rozpoznawaniu mowy, takich jak uczenie maszynowe, przetwarzanie języka naturalnego i analiza emocji, wzrosło przewaga botów głosowych nad chatbotami. – Pozwalają one na bardziej intuicyjną i wygodniejszą interakcję – zauważa przedstawiciel firmy Apifonica.

Tym bardziej że – jak pokazują badania – dla klientów liczy się przede wszystkim rezultat rozmowy. Np. 40 proc. kupujących online nie zwraca uwagi na to, czy pomagają im narzędzie AI, czy człowiek, o ile tylko na ich pytanie zostanie udzielona odpowiedź. A interakcje człowiek – bot wypadają coraz lepiej.

Według ekspertów w ostatnich latach wskaźnik dokładności technologii rozpoznawania głosu

znacznie się poprawił i wynosi ok. 95 proc. Word Error Rate (WER) jest powszechnie stosowaną metryką do mierzenia dokładności przetwarzania mowy na tekst. Microsoft podaje, że współczynnik błędów w jego rozwiązaniach wynosi 5,1 proc., zaś Google chwali się wynikiem 4,9 proc. Dla porównania, ludzie osiągają średnio 4-proc. wskaźnik błędów, przygotowując transkrypcje.

Voiceboty wykorzystywane są nie tylko w obsłudze klientów, ale także w rekrutacji. Z konwersacyjnych systemów AI w Polsce korzystają m.in. takie firmy, jak Empik, Credit Agricole, Answer, InPost, PKO BP, Asseco oraz eObuwie, ale po tego typu rozwiązania sięgają też urzędy. Na przykład w Gdyni takie narzędzie działa już od trzech lat. W tym czasie cyfrowy asystent umówił już kilkadziesiąt tysięcy wizyt pacjentów. – Narzędzie pozwala rozpoznawać, z jakiego typu problemami dzwonią mieszkańcy, i umawiać wizyty w konkretnej jednostce – opisuje działanie systemu Bartosz Bartoszewicz, wiceprezydent Gdyni ds. jakości życia.

Co ważne, na rodzimym rynku mamy sporo firm oferujących własne zaawansowane technologie – poza Apifonicą wystarczy wspomnieć o botach od takich start-upów, jak Emplocity, Teldoc, Zowie, InteliWise, SentiOne czy Koda.

**MICHAŁ DUSZCZYK**  
Angora 46/2023

## Z kołędą na Podbeskidziu

Podobno na próżno dziś szukać w wielkim mieście kołędników z prawdziwego zdarzenia. Ale wystarczy odwiedzić podbeskidzką Rajcę. Spotkanie takie będzie gwarantowane.

Zwyczaj chodzenie od domu do domu z kołędą ma w Polsce długą tradycję. Żeby samemu przekonać się jak żywe są one i bogate w naszym regionie trzeba by wybrać się w okresie bożonarodzeniowym na Żywiecczynę. To właśnie tam spotkać można Dziady. Grupy przebierańców zwanych Bałamutami składają noworoczne życzenia i robią dowcipy napotkanym przechodniom zadawalając się skromną zapłatą lub poczęstunkiem. W chorzowskim skansenie zaprezentowali się w szczególnie barwny sposób.

– Kultuwujemy tradycje naszych przodków. Sięgają one okresu przedwojennego. Grupa liczy obecnie kilkadziesiąt osób. Nasze kołędowanie to rodzaj teatru ulicznego. Parodiujemy przedstawicieli wiejskiej społeczności – tłumaczył Mariusz Bury, szef zespołu, który doczekał się już wpisu na Krajową Listę Dziedzictwa Kulturowego.

Wśród kołędników najbarwniejsze są konie z bujnymi grzywami. Do korpusu stelaża, który przyodziewają na siebie, doczepione są dzwonki. Konie, podobnie jak niedźwiedzie, odziane we włochate futra symbolizują siłę i dostatek. Duże wrazenie robi taniec koni i niedźwiedzi. Na rozkaz pacholców konie skaczą przez leżące niedźwiedzie, tańczą, po czym same padają jak martwe. Po chwili ożywają i tańczą ze zdwojoną energią. W taki właśnie sposób obrazowano dawniej walkę śmierci i odrodzenia, wiosny z zimą i dobra ze złem.

– Stroje, zwłaszcza maski, to nic innego element symbolicznego chaosu, z którego wylania się pomału nowy ład – wyjaśnia język ludowej tradycji Mariusz Bury.

Za końmi w orszaku kroczą kolejno: komendant prowadzący grupę i wydający polecenia

koniom, pacholki, czyli młodzieńcy z bata w celu odpędzenia zła, diabeł czerwony i diabeł czarny, śmierć, Żyd symbolizujący obcego handlarza sprzedającego mięso, Cygan z Cyganką, a więc obcy we wsi, wreszcie dziechciorz – „złota rączka” i sznurkorz, postać przebrana w strój uszyty z pasków kolorowego materiału.

Pochód kołędników tworzą tylko mężczyźni, to żelazna zasada.

– Tak każe tradycja, bo kto winien jest temu, jak żyjemy na ziemskim padole? Kobieta. To ona zerwała jabłko z drzewa w raj. Naturalnie kołędnicy przebierają się za kobiety. To jest dozwolone – dowcipkuje szef zwardońskich kołędników.

Nie ma też wśród nich takiego, co nie strzelałoby z bata. Bałamuty posługują się długim lnianym batem zakończonym twardym „strzyłokiem”. Uderzeniem nim powoduje głośny wystrzał, niczym z broni palnej.

– Tej sztuki trzeba się uczyć od dziecka. Baty robimy z liny orczyka wyciągowego. Są plecione na cztery, następnie z czterech na trzy i przejście na jedynkę. Mają zwykle po dwa metry. Techniki są różne. Trzeba pracować całym ciałem i pilnować, żeby sobie krzywdy nie zrobić. Na zawodach strzela się przez dwie minuty. Liczy się liczba oddanych strzałów, donośność ich dźwięku, technika i strój – opowiadał Piotr Cudziło z Bałamutów, który przygotowuje się do styczniowego konkursu. Stroje członkowie zespołu szyją sobie we własnym zakresie.

– Luźno przyszyte elementy, odstające sznurczki są istotne. W trakcie spotkania w domach gospodynie usiłują zwykle oderwać sobie jakiś kawałek odzieży kołędnika „aby się darzyło w tym nowym roku” i trzeba im to ułatwić. Ludzie bardzo chętnie nas przyjmują, nawet pytają, kiedy wyruszymy w teren – przyznaje Marcin Olczyk, jeden z Bałamutów.

**Tekst i fot. TK**



Bałamuty

# Łapać byka za rogi

## Ruch jest zbawienny!

Rozmowa z dr. RAFAŁEM KUBACKIM – dwukrotnym mistrzem świata w judo, dyrektorem Instytutu Sportu

– 88 proc. uczniów w klasach I – III nie potrafi wykonać przewrotu w przód, a 57 proc. nie umie skakać na skakance. Należy bić na alarm?

– Musimy się zmierzyć z tym procesem. Ogólna sprawność dzieci jest słaba. To syndrom pokolenia Alfa. Można powiedzieć, że dzieciom urodzonym po 2010 roku zabrano smoczeki, a dano smartfony. Skuteczna komunikacja z nimi, co jest niebezpieczne, może następować poprzez wirtualną rzeczywistość. Drugą stroną medalu są... rodzice z pokolenia Z. Otarliwszy się już o smartfony, dawali narzędzia internetowe dzieciom, uważając, że idą z duchem czasu. Dzisiaj, kiedy rozmawiam z rodzicami, często żalują, bo dostrzegają, że maluchy szybko złapały sprawność operowania narzędziami internetowymi, ale, niestety, zmalało przez to zaangażowanie dziecka, jeśli chodzi o ruch.

– A jak ty zaczynałeś przysgodę ze sportem?

– Były zupełnie inne czasy. Zaczęłam od pływania i już w pierwszej klasie mogłem trenować. Cały czas byłem zaangażowany w sport, aż w końcu trafiłem do ukochanego judo. Sport mnie ukształtował życiowo.

– Dzisiaj nie wyeliminujemy już smartfonów.

– Oczywiście, ale ci rodzice, którzy mieli jakąkolwiek przysgodę ze sportem, widzą potrzebę przyprowadzania dzieci na

zajęcia ruchowe. Gorzej z tymi, którzy nie mieli takiej przysgody mocno zdefiniowanej. Stawiają głównie na naukę, kształcenie, wiedzę ogólną. Znam takich rodziców, którzy przyprowadzali dziecko na zajęcia sportowe, ale po pewnym czasie stwierdzili, że jednak lepiej, aby w tym czasie uczyło się języka angielskiego. Zawsze przekornie odpowiadam w takiej sytuacji, że każdego języka można się nauczyć i w wieku 60 lat, a koordynacja ruchowa powinna zostać zrealizowana do dwunastego roku życia. Do tego dochodzi plaga zwolnień z WF-u, bo rodzice traktują te lekcje po macoszemu. Według mnie lekcje wychowania fizycznego powinny być składową systemu edukacji – wtedy podejście rodziców byłoby zdecydowanie inne. Potrafią łożyć na korepetycje z różnych przedmiotów, a uważają, że WF jest nieistotny. Zaniedbanie pierwszego etapu rozwojowego u dziecka powoduje nieodwracalne zmiany.

– Trwa dyskusja na temat obowiązkowego testu sprawności.

– Zawsze podaję przykład Słowenii. Dwumilionowa populacja, a testowane są dzieci w ramach szkolnego WF-u. Badaniom podlega 220 tysięcy uczniów i dzięki temu powstaje ogólny obraz sprawności społeczeństwa. W Polsce tak mocnych danych nie mamy, a przy dobrym zrealizowaniu takiego testu można by właściwie celować ze środkami finansowymi na poszczególne

działania w ramach upowszechniania sportu.

– W Niemczech zrezygnowano z oceniania uczniów w czasie podobnych badań.

– To edukacja poprzez sport, w której nie prowokujemy sytuacji rywalizacji, choćby poprzez to, że nie mierzymy czasu w biegach, długości skoku czy też nie liczymy goli, które zdobywa dana drużyna. Wszystkie dzieci dostają medale i cieszymy się, że biorą udział w zajęciach sportowych. Możemy nawet twierdzić, że to jedna z form szeroko pojętej kultury fizycznej. Tylko jeśli popatrzymy na założenia sportu, jego idee, poznamy dokładnie formy dyscyplin – to przecież rywalizacja jest nieodłącznie związana z założeniami olimpiizmu. Sportowcy rywalizują o laur. Dziesiątki tysięcy zawodników przygotowuje się, by wywalczyć przede wszystkim złoty medal. Przykład z Niemiec pokazuje miękkie, pedagogiczne podejście do rywalizacji. Faktem jest, że obecne pokolenie nie jest psychicznie przyzwyczajone do porażek; musimy je dłużej do nich przygotowywać, ale przecież nic tak dzieci nie motywuje jak właśnie zdobycie medalu na zawodach. Widzę to doskonale, bo prowadzę zajęcia judo, a moja żona uczy akrobatyki sportowej. Dzieci trenują i chcą startować, rywalizować z innymi, sprawdź się. Jeśli nie będziemy oceniać, to jaką cechę charakteru będziemy dzięki temu kształtować?

– Nie brak opinii, że takie ocenianie może źle wpływać na uczniów.

– Zakładając, że rywalizacja działa podobno stresująco na dzieci, nie stawiamy jednak wszystkiego na głowie? Przygotowane zostały testy bardziej uproszczone niż te dostępne dotychczas, lecz ku mojemu zdziwieniu wywołują nieprzychylną reakcję. Nauczyciele uważają, że to dodatkowa praca dla nich. Moim zdaniem za dużo „papierologii” zniechęca do testowania dzieci, a przecież właściwe określenie poziomu ogólnej sprawności jest potrzebne i rodzicom, i nauczycielowi, a także klubom sportowym, które mogą wylapywać szczególnie uzdolnionych uczniów. Tak powinna wyglądać wstępna preselekcja wychwytywania talentów sportowych.

– Według danych Głównego Urzędu Statystycznego ponad 60 proc. Polaków nie ma kontaktu z jakąkolwiek aktywnością fizyczną.

– To bardzo niepokojące dane. Zmienia się nasz styl życia, nawet cieszymy się, gdy dziecko w ogóle wyjdzie na dwór. Rodzice usprawiedliwiają swój brak czasu, dzieci mają mnóstwo zajęć w szkole, a niektórymi działaniami wręcz zniechęcamy, wożąc je przykładowo z zajęć piłkarskich na treningi judo. Nie wszyscy są nadal świadomi tego, że nasz organizm jest tak skonstruowany, że musimy się ruszać.

– Prowadzisz nie tylko zajęcia dla dzieci, lecz działasz także z seniorami.

– Prowadzę z żoną gimnastykę dla seniorów. Opracowałem cykl wykładów i przygotowuję książkę – „Mobilny senior”. Szczególnie zajmuję się problemem związanym z dużą śmiertelnością

wśród osób starszych z powodu upadków. W judo stosowany jest system upadków – *ukemi*. Zastanawiałem się, czy tak jak uczymy padów dzieci, można to robić z osobami starszymi. Nie jest jednak takie proste uczenie dorosłych, bo pewnych form ruchowych nie można już wprowadzić. Często występują choroby równowagi, demencja, nietrzymanie moczu, wczesny parkinson, alzheimery, cukrzyca. Nie mam wątpliwości, że z osobami starszymi należy pracować w zespołach interdyscyplinarnych: lekarz geriatra, trener, psycholog, dietetyk. Rozpoczynając zajęcia, zawsze zadaję pytanie: jeżeli przeżylibyście pięć lat dłużej, w dobrej kondycji, ale musielibyście systematycznie chodzić na ćwiczenia gimnastyczne – czy podjęlibyście się tego zadania? Wszyscy jednoznacznie odpowiadają twierdząco. Co ciekawe, kobiety są bardziej świadome potrzeby ruchu.

– Odsetek osób starszych stale się powiększa.

– Z badań Głównego Urzędu Statystycznego wynika, że do 2050 roku w Polsce będzie już bardzo dużo osób w wieku poprodukcyjnym. Nie mam wątpliwości, że trzeba zdecydowanych działań, by wspierać seniorów. Także pod względem finansowym, bo powinni korzystać z zajęć wzmacniających ich kondycję fizyczną. Ćwicząc, w znacznym stopniu ograniczamy ryzyko upadku i urazów po nim. Takie zajęcia mogą zapobiegać sarkopenii, czyli ubytkowi masy mięśniowej. Słabnie gorset mięśniowy i występują zaburzenia ruchowe – organizm nie jest w stanie ustabilizować ciała w pozycji pionowej. Ograniczony może też zostać tak zwany zespół kruchości, czyli

## Najwięksi faworyci to Polacy, z takimi asami jak Kubacki i Stoch

Kolejny sezon sportów zimowych stoi pod znakiem dużych zmian

Prowadzona od dwóch lat przez szwedzkiego miliardera Johana Eliascha Międzynarodowa Federacja Narciarska FIS wprowadziła m.in. zakaz używania fluoru w smarach narciarskich, pomiar kombinizonów skoczków w technologii 3D i znacznie lepszy przekaz telewizyjny, co ma dać większe wpływy z transmisji.

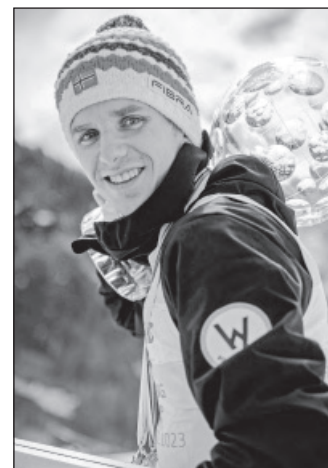
Eliasch to biznesmen i właściciel firmy Head produkującej narty i rakiety tenisowe. Jego wybór na szefa FIS promowany był przez m.in. supergwiazdę narciarstwa alpejskiego Amerykankę Lindsey Vonn i byłych gigantów tenisa Björna Borga i Johna McEnroe.

Zakaz stosowania drogiego fluoru to nie tylko ekologia, lecz także wyrównanie szans pomiędzy krajami. Najbogatsze, jak Norwegia, poświęcały miliony na dające lepszy ślizg nart preparaty, a biedniejsze nie miały na to funduszy. Już podczas pierwszych zawodów alpejskiego Pucharu Świata 2023/2024 w Sölden zdyskwalifikowano Norweżkę Ragnild Mowinckel za narty „niechące” grubo nasmarowane fluorem.

Dyskwalifikacje w skokach też będą częstsze. Szef tej dyscypliny w FIS, utytułowany fiński trener Mika Kojonkoski powiedział: *Będą trwały do końca mojej kariery i życia, ponieważ*

*system nie jest idealny, a każdy ma pokusę oszukiwania, ponieważ „dobry” kombinizon może dać o 15 – 20 metrów dłuższy skok.* Po przeskanowaniu skoczka powstanie jego avatar, według którego komisja szczegółowo oceni, czy strój ma odpowiednie rozmiary w stosunku do ciała skoczka. – *To jednak będzie trudne, ponieważ żaden skoczek nie stoi podczas pomiarów identycznie* – stwierdził legendarny fiński skoczek Janne Ahonen. Jego zdaniem kombinizony powinny być mierzone dzień przed zawodami, plombowane i wydawane przez FIS przed każdym skokiem i po nim zabierane, aby wprowadzanie

poprawek było niemożliwe. – *Alternatywą są skoki nago. Wtedy wszyscy będą mieli równe szanse, lecz przy prędkości 100 km na godzinę można się przeziębic* – zauważa Ahonen. Skacząc na golasa w 2013 roku do historii przeszedł Halvor Egner Granerud, który w ubiegłym sezonie wygrał wszystko, czyli Puchar Świata, Turniej Czterech Skoczni i norweski turniej Raw Air. Jest właściwie jedynym Norwegiem, który będzie się w tym sezonie liczył, ponieważ norweskie skoki przeżywają głęboki kryzys, nie tylko sportowy, lecz także finansowy. – *Brakuje nam co najmniej miliona euro na sezon, a nasza*



Halvor Egner Granerud

Fot. Jure Makovec/AFP/East News

*federacja narciarska NSF nie chce nas dofinansować. Sponsorzy z kolei chcą płacić tylko za skoki, a nie do wspólnej kasy federacji, na co NSF nie chce się zgodzić* – mówi Clas Brede Bråthen, szef reprezentacji.

Według norweskich mediów największym faworytem w tym





Rafał Kubacki w „Quo vadis”

Fot. Piotr Bujnowicz/Fabryka Obrazu/Forum

odejście sił vitalnych, brak chęci do podejmowania jakichkolwiek czynności ruchowych. Odpowiednio prowadzone zajęcia fizyczne pozwalają na utrzymanie energii życiowej. Sale, w których prowadzę z żoną zajęcia sportowe, znajdują się w podziemiach wrocławskiego kościoła. Często rozmawiam z proboszczem mojej parafii, który trafnie powtarza – „tylko ruch nas zbawi”. Musimy ćwiczyć, by normalnie funkcjonować. Nie ruszając się, sami wręcz się zabijamy.

**– Twoja sprawność nadal wysoka? Zagralbyś i dzisiaj Ursusa w „Quo vadis”?**

– Niestety, już nie, bo miałem poważny incydent sercowy. Miałem tętniaka na aorcie i po poważnej operacji otrzymałem drugie życie. Usłyszałem w szpitalu, że coś pewnie muszę jeszcze zrobić. Mocno to sobie zakodowałem i moje zaangażowanie wiąże się z tym, co przeżyłem. Nie zaniedbuję niczego. Codziennie wstaję o 5.30, ćwiczę godzinę, uruchamiam cały

organizm i zakręcam tak zwany wewnętrzny metabolizm, dzięki czemu dobrze funkcjonuję przez cały dzień. Najważniejsze, by się zmobilizować. Często ludzie są przekonani, że najbezpieczniej będzie im, jak ugrzęzną w fotelu, a przecież właśnie wtedy – co tłumaczę osobom starszym – wzrasta ryzyko zasiedzenia. Ruch jest zbawienny!

**– Czyli w filmie z bykiem byś się już nie przepychał?**

– To było niesamowite przeżycie. Praca z wybitnym reżyserem Jerzym Kawalerowiczem miała wyjątkową wartość. Przypomnę, że w „Quo vadis” nie była możliwa animacja komputerowa i rzeczywiście musiałem złapać za rogi prawdziwego byka. Były na nim kobiety, a nie żadne kukły i podczas całej sceny przepychania musiałem szczególnie uważać, by nikomu nic się nie stało. Dzięki temu wiem dosłownie i w przenośni, co to znaczy złapać byka za rogi.

**Tomasz Zimoch**  
Angora 47/2023

sezonie jest Polska, która ma „nie tylko solidną bazę finansową, lecz także wyjątkowo różną drużynę z takimi asami jak Dawid Kubacki i Kamil Stoch”. Skoki w Skandynawii istnieją jeszcze tylko w Norwegii, Finlandia przeżywa zapaść, a w Szwecji już ich nie ma, chociaż wszyscy na świecie skaczą w stylu V wymyślonym w 1985 roku przez... Szweda **Jana Boklöva**.

NSF przed laty uważana za najbogatszą i idealną strukturę w sportach narciarskich, okazała się chciwym rozbudowanym aparatem, który wydaje 13 milionów euro rocznie na pensje działaczy, którzy zarabiają więcej niż sportowcy. Najlepszy obecnie biegacz narciarski świata **Johannes Klébo** w kwietniu zerwał z reprezentacją. NSF zagroziła mu zakazem startów w Pucharze Świata, lecz po naciskach FIS, dla której jest złotym cieclem, wynegocjowano niecodzienny układ. Biegacz od czwartku do niedzieli musi być ubrany w stroje z logo sponsorów NSF,

pić ich wodę i jeść ich produkty, natomiast w pozostałe dni może promować swoich klientów. Chodzi tu o pieniądze, ponieważ od NSF dostaje 100 tysięcy euro za sezon, natomiast prywatnie zarobi kilkanaście lub kilkadziesiąt razy tyle. – Johannes to gwiazda światowego formatu i celebryta, czeka na niego Hollywood – oceniła Amerykanka **Jessica Diggins**, która razem z Norwegiem występuje w amerykańskim serialu o biegach narciarskich.

Mistrz olimpijski w biegach z Albertville (1992), obecnie szef tej dyscypliny w FIS **Vegard Ulvang**, powiedział mi: *Najbardziej szkoda, że takie gwiazdy jak Justyna Kowalczyk, Marit Bjørgen i Therese Johaug zakończyły kariery. Ich fascynująca rywalizacja przyciągała miliony widzów, a wpływy z transmisji były gigantyczne. Niestety, taki show już szybko nie powróci.*

**ZBIGNIEW KUCZYŃSKI**  
(Oslo)  
Angora 47/2023

## Fiat jest jak samba

O ile Fiat, poszukując równowagi w przesyconej markami grupie Stellantis, do której należy, boryka się ostatnio z trudnościami na rynkach europejskich, o tyle w innych rejonach świata jego pozycja jest zdecydowanie solidniejsza.

Największa fabryka jest w Brazylii, kamień węgielny pod nią wmurowano w 1973 roku w Betim, niedaleko Belo Horizonte, w stanie Minas Gerais; działalność zaczęła trzy lata później. Produkuje najpopularniejsze modele fiata na rynek brazylijski i na eksport do krajów Ameryki Łacińskiej w tempie 3500 sztuk dziennie.

Fabryka ruszyła w 1976 roku, zainaugurowana przez Giovanniego Agnello, jednak włoska firma miała już pewne korzenie w ojczyźnie samby. W 1908 roku fiat 40HP, kierowany przez arystokratę Penteado, wygrał pierwszy wyścig samochodowy w Brazylii, w 1930 roku istniał diler Fiata w São Paulo, a po dwóch dekadach także oddział zajmujący się dystrybucją ciągników. W Betim pierwszym wyprodukowanym autem był fiat 147, wywodzący się z europejskiego modelu 127. Gdy 5 lipca 1979 roku na brazylijskie ulice wyjechał fiat 147 napędzany etanolem, data zapisała się w historii, a Fiat został pionierem seryjnej produkcji silnika na etanol. Na egzemplarzu 147 Rallye #73 ścigające się kobiety, Włoszka Anna Cambiaghi i Brazylijka Dulce Nilda Doeghe, uzyskały niesamowite wyniki podczas Międzynarodowego Rajdu Brazylii – czwarte miejsce w klasyfikacji generalnej. Etanol w przyszłych propozycjach Fiata nadal będzie odgrywał rolę przy ograniczaniu efektu cieplarnianego: producent, który 40 lat temu z okładem zaczynał od gązika, pracuje nad pakietem alternatyw do realizacji w silniku zasilanym etanolem, aby poprawić osiągi w porównaniu z silnikami benzynowym.

Współczesna Brazylia jedzie na włoskich kółkach! Niemal co czwarty samochód na drodze to wyrób Fiata. O złotym biznesie Stellantis w ojczyźnie Ronaldo i Coelho, gdzie tylko w ubiegłym roku sprzedano ponad 430 tysięcy fiatów, chętnie rozpisują się

włoskie media: „Fiat to przodująca globalna marka w grupie Stellantis w 2022 roku i w pierwszej połowie 2023 roku, lider sprzedaży w Brazylii”. Ma rekordowy udział w tym rynku – 21,9 proc. w minionym roku; 23 proc. we wrześniu bieżącego – i liczy na jeszcze szersze perspektywy rozwoju. Dotychczasowe, uderzające w konkurencję rezultaty osiągnął m.in. dzięki modelom strada, toro, sedan cronos i SUV pulse, które przypadły do gustu Brazylijczykom zainteresowanym włoskim designem, funkcjonalnością i ogólnodostępnym serwisem. Tryumfy święci też „brazylijska panda”, niedostępny w Europie mobi. W cennikach Ameryki Południowej na przestrzeni lat pojawiało się więcej asortymentu przeznaczonych na rynek brazylijski, jak choćby argo, toro, premio.

Każdy, kto miał okazję zwiedzić fabrykę w Betim – nie jedyną grupy Stellantis w Brazylii, bo inna jest w stanie Pernambuco – zwraca uwagę na charakterystyczne roboty składające auta. Są to systemy zwiększające wydajność i elastyczność produkcji, które w kolosalnej mierze przyczyniają się do sukcesu filii w Brazylii. Przykładowo dla fiata pulse, pierwszego SUV-a marki w Brazylii, i fiata fastback, pierwszego SUV-a coupé i ważnej premiery na rynek lokalny, nowe linie zaprojektował Comau, wnosząc do brazylijskiego przemysłu najnowocześniejsze metodologie. Comau wyposażył stanowiska automatyczne i ręczne do produkcji korpusu głównego, boków oraz do czynności montażowych i spawalniczych obu pojazdów. Zastosowane rozwiązania technologiczne ograniczają do minimum procesy zmiany narzędzi, pozwalając na ograniczenie czasu, kosztów i interwencji na linii. Wirtualne projektowanie i symulacje procesów służą zaś optymalizacji terminowości dostaw, a tych będzie przecież więcej, skoro z powodzeniem udało się przeszczepić technikę, stylizację i pomysły z Turynu na rynek południowoamerykański. (ANS)

Na podst.: motor1.com, automoto.it, alvolante.it, media.stellantis.com, ilmattino.it, auto.it  
Angora 46/2023



Fot. Paulo Fonseca/EFE/Forum

## Ciekawostki motoryzacyjne

• Samochód z soi? To możliwe! Jego twórcą jest ojciec światowej motoryzacji, Henry Ford, który szukał alternatywnych materiałów do budowy aut, gdyż ze względu na trwającą II wojnę światową, zasoby stali i metali wykorzystywano w przemyśle zbrojeniowym. W kolaboracji z botanikami Ford w 1941 roku stworzył auto z konopi i soi, które napędzane było biopaliwem. Karoseria składała się głównie z celulozy pochodzącej z włókien konopnych, szyby były wykonane z akrylu, a całe auto było o około 30% lżejsze od konwencjonalnego wozu. Samochód był niezwykle mocny, co udowodnił sam Henry, uderzając w jego karoserię młotkiem. Powody, przez które masowa produkcja tego niezwykle ekologicznego auta została zaniechana, nie są znane.

• Policja w Dubaju dysponuje najszybszym radiowozem na świecie, a jest nim Bugatti Veyron. Prawdziwa perła motoryzacji przybrała oficjalne barwy lokalnej policji, czyli biało zielone, a prócz niego we flocie Dubajskich stróżów prawa znajduje się m.in. Lamborghini Aventador, Mercedes-Benz SLS, Ferrari FF czy Audi R8.

• Rekord świata w najszybszej wymianie silnika samochodowego został pobity 21 listopada 1985 roku przez pięciu żołnierzy Royal British Marines. Mężczyźni w zaledwie 42 sekundy zdemontowali i zamontowali na nowo jednostkę napędową Forda Escorta. Przygotowanie do tego wyzwania zajęło im dwa tygodnie.

• Pierwszy samochód zaprojektowany przez Ferdinanda Porsche był elektryczny. Projekt został stworzony, przez 22-letniego Ferdinanda w 1931 roku na zlecenie producenta samochodów Jacoba Lohnera. Pojazd nosił nazwę Egger-Lohner C.2 Phaeton lub w skrócie P1. Wóz miał silnik elektryczny, zasilany bateriami elektrycznymi, zawieszony pomiędzy tylnymi amortyzatorami, aż 12 biegów – 6 do jazdy do przodu, 2 do tyłu oraz 5 do hamowania i mógł osiągać prędkość 21 mil na godzinę. Auto wzięło udział w berlińskim wyścigu drogowym, zostawiając swoich konkurentów daleko w tyle, przekraczając linię mety 18 minut przed kolejnym autem.

• Pierwszy mandat za przekroczenie prędkości wydano w 1896 roku, otrzymał je kierujący Walter Arnold jadący Paddock Wood w Kent, który poruszył się z prędkością 8 mil na godzinę.

• Pierwszy na świecie sygnalizator stanął 5 sierpnia 1914 roku w Stanach Zjednoczonych na rogu Euclid Avenue i 105. Street East w Cleveland.

• 95% samochodów w Stanach Zjednoczonych ma automatyczną skrzynię biegów.

## ZE ŚWIATA

• „Historycznym momentem” została nazwana uzgodniona z przedstawicielami 16 państw decyzja niemieckiego rządu o zmianie prawa migracyjnego. Nowe ustalenia ułatwiające deportację niechcianych przybyszów mają powstrzymać falę tzw. turystyki socjalnej z krajów Afryki, Bliskiego i Środkowego Wschodu, która dla finansów Niemiec staje się coraz większym problemem.

• Major Hennadij Czastiakow, asystent dowódcy sił zbrojnych Ukrainy Walerija Żaluźnego, zginął w swoim domu w wyniku nieostrożnego obchodzenia się z ładunkiem wybuchowym. To był granat nowej generacji, który chciał zademonstrować synowi. Dziecko odniosło poważne rany.

• Premier Portugalii António Costa zrezygnował ze stanowiska. Skłonił go do tego rozszerzający się skandal korupcyjny, w który uwikłani są najwyżsi urzędnicy. Na celowniku służb znaleźli się m.in. szef sztabu premiera, minister infrastruktury i prezes agencji ochrony środowiska. Afera dotyczy koncesji na wydobycie bardzo bogatych złóż litu.

• Wielotysięczne demonstracje przeszły ulicami Madrytu, Sewilli, Barcelony i innych hiszpańskich miast. Ich uczestnicy protestowali przeciwko planowanej przez rząd Pedra Sáncheza amnestii dla katalońskich separatystów. Gra idzie o ich poparcie dla rządu socjalistów. Sytuacja może się zaostrzyć po zamachu, w którym został postrzelony przez nieznaną sprawców prawicowy polityk Alejo Vidal-Quadras Roca.

• Skazany w politycznym procesie na 10 lat łagru o zaostrzonym reżimie białoruski działacz na rzecz praw człowieka i laureat Pokojowej Nagrody Nobla Ałeks Białacki jest przetrzymywany w karcerze. Władze więzienne nie dopuszczają do niego nawet adwokata.

• Kierowany przez Roberta Ficę rząd Słowacji zdecydował o nierealizowaniu pakietu pomocy militarnej dla Ukrainy w postaci wartej ponad 40 milionów euro amunicji i sprzętu wojskowego. Słowacy deklarują udział w przesyłanej Ukrainie pomocy humanitarnej. (ADO)

## Allah akbar! – stare nowe upiory

**Paryska dzielnica Ménilmontant to miejsce egzotyczne. Częściej niż francuski słycać tu hebrajski, mandaryński, wietnamski, zwłaszcza – arabski. W ciemnych bramach i dusznych barach zbierają się wyrostki handlujące haszyszem. Butą zastraszają przechodniów, którzy w ich obecności spuszczają wzrok.**

**Ale są i tacy, przed którymi ta harda młodość pokorniej, gromadzi się wokół nich, wsłuchując w każde słowo tłumaczące im sens i wielkość bycia w rodzinie muzułmańskich braci. – Pamiętajcie! Allah czeka na was – przekonuje jeden z brodaczy w tradycyjnej sutannie o proroczym tembrze głosu.**

A alert bezpieczeństwa trwa. Podniesiono do najwyższego stopień zagrożenia terrorystycznego w obawie sprowadzenia konfliktu między Izraelem a Hamasem na teren Francji. Kilka tysięcy żołnierzy wspiera policję i żandarmerię, by chronić szkoły i żydowskie miejsca kultu, no i Francuzów w ich codziennym życiu. Wprowadzono zakaz manifestacji propalestyńskich. Lecz mimo zakazu odbyła się taka na paryskim placu Republiki, gdzie kilkaset osób krzychało: *Palestyna zwycięży! Izrael to mordca, Macron współwinny! Syjoniści – terrorysty!* Odnotowano około stu aktów antysemitki. W kraju Dreyfusa, Bergsona, Arona czy Levi-Straussa odradza się antysemityzm.



Fot. Magdalena Dobeicka

Francja jest oburzona po ataku w liceum w Arras, w którym czeczeński muzułmanin z rosyjskim obywatelstwem, 20-letni Mohammed Moguszkow, na oczach setki uczniów, podciął gardło nauczycielowi. To barbarzyński terroryzm islamistyczny – oświadczył prezydent Emmanuel Macron. Minister spraw wewnętrznych Gerald Darmanin dodał, że bez wątpienia istnieje związek między atakiem w Arras a sytuacją na Bliskim Wschodzie i że policja udaremniła 43 ataki, a służby badają sytuację 2852 cudzoziemców

zarejestrowanych w kartotece osób zradykalizowanych, którzy wyznają ideologie terrorystyczne.

W jednej z knajpek *Ménilmontant* przeglądam komunikaty z postępowania w sprawie ataku w Arras, gdzie zginął ów 57-letni nauczyciel literatury Dominique Bernard. Próbował zatrzymać napastnika, ratować innych. Trzy osoby zostały ranne. Prokurator Krajowej Prokuratury Antyterrorystycznej poinformował, że w telefonie zamachowca odkryto dwa nagrania wskazujące na jego terrorystyczne motywy

i powiązania z radykalnym islamem. Złożył on przysięgę lojalności emirowi Państwa Islamskiego. Mówił o nienawiści do Francji i edukacji, jaką tu otrzymał; a uczęszczał do liceum, w którym dokonał zamachu, krzyżąc *Allah akbar!* Wyraził wsparcie dla muzułmanów z Palestyny. Zarzuty za przygotowanie zamachu w Arras postawiono też jego młodszemu bratu i 15-letniemu kuzynowi. Starszy brat odsiaduje już pięcioletni wyrok za udział w przygotowaniu zamachu na Pałac Elizejski. Dziewięć lat temu jego rodzina była objęta procedurą deportacji, którą anulowano po interwencji stowarzyszeń broniących emigrantów.

Obok tych komunikatów trafiam na archiwalny numer *Le Point* z tekstem o muzułmańskich integrystach, nazywanych nowymi inkwizytorami. Jego autorem jest niezły już Jean-François Revel, filozof, dziennikarz, członek Akademii Francuskiej, skądinąd ojciec znanego we Francji mnicha buddyjskiego – Mathieu Ricarda. Trzeba było być odważnym, bo taka krytyka francuskich muzułmanów wiązała się z oskarżeniami o islamofobię, ksenofobię, rasizm. Akademik przyznał, że jeśli jest rasistą, to i Montaigne, Renan, Russell czy Anatole France, którzy jeszcze bardziej krytykowali religię, tyle że inną. Roszczenia współczesnych inkwizytorów, pisał, nie ograniczą się do noszenia przez muzułmanki chust w publicznych szkołach. Zechcą zmiany programów nauczania, segregacji dzieci według płci, przemiany szkoły laickiej w wyznaniową. Inny intelektualista, Denis Jeambar, wzywał do „przebudzenia”, ostrzegając, że atak na laicką szkołę jest dla islamistów testem odporności republikańskich instytucji, pierwszą linią ataku, za którą pójda inne. Przypomniał żądania stowarzyszeń

## Burza nienawiści wobec Żydów

**Wojna na Bliskim Wschodzie sprawiła, że w wielu krajach rozpełtał się huragan antysemityzmu. Coraz częściej dochodzi do ataków na obiekty żydowskie, a także na ludzi.**

Nienawiść wobec Żydów szerzy się wśród licznych społeczności muzułmańskich od USA po Australię. Podsycają ją środowiska lewicowe, od dawna niechętnie Izraelowi z powodu jego brutalnej polityki wobec Palestyńczyków.

Przeciwko Żydom szcują neonaziści i fanatycy spod brunatnych sztandarów. Zamęt sieje Moskwa. Na wielu francuskich

budynkach namalowano gwiazdę Dawida. Prokuratura przypuszcza, że przyczynili się do tego rosyjscy najemnicy z Grupy Wagnera.

W Lyonie trzydziestoletnia kobieta pochodzenia żydowskiego została dwukrotnie pchnięta nożem. Na szczęście przeżyła. Sprawca, mężczyzna w ciemnym ubraniu, zbiegł, szuka go policja. Na drzwiach jej mieszkania namalowana została swastyka.

5 listopada w kalifornijskim mieście Thousand Oaks odbywały się demonstracje propalestyńska i proizraelska. Uczestnik tej ostatniej, 69-letni Paul

Kessler, upadł i doznał obrażeń głowy. Według niektórych relacji został uderzony megafonem. Następnego dnia zmarł w szpitalu. Policja uznała, że doszło do zabójstwa i prowadzi dochodzenie.

W Indianapolis, stolicy stanu Indiana, 34-letnia **Ruba Almaghteh**, pochodząca z Palestyny, wjechała samochodem w Israelite School of Universal and Practical Knowledge. Uznała bowiem (błędnie), że jest to szkoła żydowska. Kobieta została aresztowana. Powiedziała, że postanowiła zaatakować budynek po tym, jak oglądała

w wiadomościach telewizyjnych ataki armii izraelskiej na Palestyńczyków w Strefie Gazy.

Na wielu kampusach w USA studenci pochodzenia żydowskiego skarżą się, że są bici drzewcami od flag i zamykani w budynkach uczelni. Katolicki Franciscan University of Steubenville w stanie Ohio zaofiarował schronienie na swym kampusie żydowskiemu studentowi, którzy nie czują się bezpieczni. 5 listopada Komisja Europejska ostrzegła, że w ostatnich dniach antysemityzm osiągnął wyjątkowo poziom. „Europejscy Żydzi po raz kolejny żyją w strachu.

To przypomina niektóre z najmniejszych okresów w historii” – głosi komunikat prasowy. Oświadczenie przypomina liczne antyżydowskie incydenty. W synagogę w Berlinie rzucono butelki z koktajlami Mołotowa. Do ataków na żydowskie sklepy i synagogi doszło w Hiszpanii.

W Niemczech uczestnicy licznych demonstracji wznosili hasła wrogie wobec Żydów. We Frankfurcie nad Menem aresztowano m.in. kobietę z transparentem, przedstawiającym flagę państwa Izrael umieszczoną w pojemniku na śmieci z napisem „Keep the World clean” (Utrzymaj świat w czystości). **Levi Salomon**, który od 25 lat dokumentuje w Berlinie przejawy antysemityzmu, powiedział, że obecnie wszelkie

islamskich, które odrzucają laicką tradycję republikańską, żądając respektowania „istoty islamu nierozdzielnie łączącego sferę prywatną z publiczną”. To echo nauczania ajatollaha Chomejniego, że „islam albo jest polityczny, albo jest niczym”.

Kolejne komunikaty. Z powodu groźby podłożenia bomby zamknięto pałac wersalski. Wcześniej Luwr i jedną z hal Dworca Lyońskiego. Ewakuowano sześć francuskich lotnisk: w Lille, Lyonie, Tuluzie, Nicei, Nantes i to w Beauvais obsługujące *airlines low-cost* z i do Paryża. Odezwały się stare upiory nowego zagrożenia. Rzeczniczka ministra spraw wewnętrznych Camille Chaize przypomniała o powrocie terroryzmu islamistycznego we Francji i w Europie w związku z atakiem Hamasu na Izrael i Izraela na palestyńską Strefę Gazy. Prezydent Macron potwierdził: „Wszystkie państwa europejskie są narażone na powrót terroryzmu islamistycznego”. W „Jak giną demokracje” Revel napisał: *Cywilizacja demokratyczna jest pierwszą w historii, która obwinia siebie, kiedy inna siła pracuje nad jej zniszczeniem*. Rośnie wiarygodność polityczna Marine Le Pen. Według sondażu dla *Liberation* 44 proc. ankietowanych uważa, że może ona „dostarczyć dobrych rozwiązań dla Francji”; 42 proc., że nadaje się na głowę państwa; 50 proc., że jest wiarygodna w sprawach imigracji, a 46 proc. – w sprawach bezpieczeństwa.

Robi się tłoczno w arabskich barach *Ménilmontant*. Sami mężczyźni. Jedzą daktyle, ciasta z miodem, zupę z soczewicą, grochem, baraniną. Rozmawiają. Słyszczą: *Żydów nie cierpię. Wszystkich! No, z wyjątkiem tych, co przeproszą, że są Żydami. Oni piją krew muzułmanów. Nie, to nie jakaś metafora – piją naprawdę*.

**Leszek Turkiewicz**  
turkiewicz@free.fr  
Angora 44/2023

tabu dotyczące wrogości wobec Żydów zostały złamane i nigdy wcześniej nie widział czegoś podobnego. W Australii nie jest lepiej. Żydowski aktywista **Dvir Abramowicz** relacjonuje: „Przez dziesięciolecia zwalczałem nienawiść wobec Żydów, ale nigdy nie doświadczyłem czegoś takiego jak obecna przerażająca fala zaciekłej wrogości, prawdziwe tsunami nienawiści, które nie wykazuje oznak słabnięcia. Wciąż odbieram telefoniczne wiadomości, że ludzie zdzierają z samochodów izraelskie flagi i oddają na nie mocz”. (KK)

Na podst.: *Times of Israel, USA Today, Daily Mail Australia, Deutsche Welle, Jerusalem Post*  
Angora 47/2023

## Lodówki odurzające

**Prawie miliard złotych warte były narkotyki wprowadzone na Wyspy Brytyjskie przez grupę przemytników z Podkarpacia. Proceder był możliwy dzięki firmie przewożącej pralki i lodówki do sieci sklepów w Anglii.**

15 lat więzienia – taka kara grozi 17 Polakom, którym rzeszowski wydział Prokuratury Krajowej postawił zarzuty udziału w międzynarodowej zorganizowanej grupie przestępczej zajmującej się przemytem narkotyków na ogromną skalę. Nie byłoby w tym nic nadzwyczajnego, gdyż każdego roku na ławach oskarżonych zasiadają setki dilerów, gdyby nie skala działalności. Z wyliczeń prokuratury wynika, że w ciągu dwóch lat kilkunastuosobowy gang wprowadził na rynek 2200 kilogramów zakazanych substancji o łącznej wartości ponad 880 milionów złotych. To, co szokuje, to metody działania gangu.

### Nagła wpadka

Była środa, 16 sierpnia 2018 roku. W porcie w Port Of Tyne, w północno-wschodniej Anglii, trwała codzienna, rutynowa praca. Funkcjonariusze Straży Granicznej i celnicy kontrolowali samochody wjeżdżające na teren Wielkiej Brytanii. Tuż przed południem ich uwagę przykuła ciężarówka na holenderskich numerach rejestracyjnych, która zjechała z promu płynącego z Amsterdamu. Jeden z celników zauważył, że opony w ostatnim podwieszonym rzędzie wyglądają, jakby były od wewnątrz czymś napelnione. Tira skierowano więc do hangaru z rentgenem na szczegółową kontrolę. Okazało się to strzałem w dziesiątkę. Fale elektromagnetyczne wykryły, że wewnątrz opon znajdują się jakieś prostokątne elementy. Koła zdemontowano, a na miejsce wezwano techników. Ich odkrycie opisuje suchym, rutynowym językiem urzędowy protokół: *Sześć kilogramów kokainy zapakowanych w worki z folii próżniowej. Ale to nie był koniec kłopotów. Z oficjalnych dokumentów wynikało, że ciężarówka wiozła do jednego z supermarketów w Manchesterze pralki i lodówki. Jednak dokładny skaner rentgenowski ujawnił również dziwne prostokątne przedmioty wewnątrz tych urządzeń. Lodówki wyjęto*

z ciężarówki i rozpakowano. Okazało się, że wewnątrz są szczelnie opakowania z kokainą. Technicy zabezpieczyli je i opisali, a potem przewieźli do laboratorium kryminalistycznego. Tam komisyjnie zważono wszystkie worki. Było to 109 kilogramów narkotyku. Przyłapany kierowca próbował wbiec do Wielkiej Brytanii łącznie 115 kilogramów kokainy, ukrytej w oponach i wnętrzach przewożonych lodówek.

Kierowcą okazał się Polak – Mateusz N. Zatrzymano go natychmiast, a prokurator w miejscowości Newcastle upon Tyne postawił mu zarzut próby wwiezienia do Wielkiej Brytanii znacznej ilości narkotyków. Polak został następnego dnia aresztowany (skazano go na 10 lat więzienia), a do sprawy wkroczyła Narodowa Agencja Kryminalna – specjalna jednostka brytyjskiej policji powołana do zwalczania zorganizowanej przestępczości.

### Ścisłe jawne

Agenci zabezpieczyli telefon i laptop polskiego kierowcy. Okazało się, że korzystał on z aplikacji *EnroChat*. – *To oprogramowanie przez lata uchodziło za w pełni bezpieczne, niemożliwe do złamania, dlatego było używane przez przestępców do komunikacji w złych celach* – mówi **Jarosław Bartniczuk** – emerytowany oficer BOR, dziś właściciel firmy zajmującej się informatyką śledczą. – *Ostatecznie służbom udało się stworzyć system przechwytyjący i tę komunikację*. Zhakowanie telefonu Polaka ujawniło jego korespondencję z Łukaszem S. – 35-letnim obywatelem polskim mieszkającym w Benwell niedaleko Newcastle. Z treści odzyskanej korespondencji wynikało, że to właśnie S. był łącznikiem zatrzymanego kierowcy w Anglii i przez tajny komunikator instruował go, dokąd dostarczyć kokainę.

W październiku 2018 roku do domu S. w Benwell wkroczyli agenci NCA wraz z nakazem przeszukania wydanym przez Prokuraturę Koronną w Newcastle. Znaleźli trzy iPhone’y, każdy wyposażony w aplikację *EnroChat*. Jak się okazało, pierwsze urządzenie służyło do komunikacji z kierowcą, drugie – z dilerami narkotykowymi z Wielkiej Brytanii, a trzecie – z obywatelami Polski i Holandii. Policijni informatycy długo pracowali nad odczytaniem korespondencji. *Łukasz S. odgrywał kluczową rolę w międzynarodowej siatce przestępczej zajmującej się importem kokainy do północno-wschodniej Anglii* – mówi **Julie Bookier** z NCA. Jego rola polegała na tym, aby koordynować pracę kierowców ciężarówek

i odbiorców, czyli hurtowników i dilerów narkotykowych.

### Niebezpieczne transporty

Łukasz S. został zatrzymany i następnego dnia, decyzją sędziego, trafił do aresztu tymczasowego. Jego adwokat zaproponował zwolnienie swojego klienta za niewysoką kaucją i łagodny wyrok (rok więzienia) w zamian za zeznania ujawniające przestępczy mechanizm. Jednak prowadząca sprawę prokuratora kategorycznie odmówiła. Dowody były już tak mocne, że skrucha Łukasza S. nie była potrzebna. Wystarczające okazały się wyniki rewizji w jego domu.

Okazało się, że Łukasz S. w porozumieniu z trójką Polaków z Podkarpacia – Marcinem S., Pawłem O. i Robertem W. – stworzył dwie grupy, które zajmowały się przewożeniem kokainy na Wyspy Brytyjskie. Na podstawione osobę zarejestrowali w Polsce firmę transportową i zaczęli ogłaszać swoje usługi w internecie. Szybko zdobyli poważnego klienta – firmę dostarczającą sprzęt RTV i AGD do popularnej sieci handlowej w Anglii. Klienta skusili ceną. Tłumaczyli, że polski kierowca zgodzi się pracować za niższą cenę, a w dodatku można w luku transportowym przewozić beczki z tańszym paliwem z Polski. Firma handlowa zgodziła się, skuszona atrakcyjną ceną usługi. Jej pracownicy nie przypuszczali, że Polakom chodzi o stworzenie pozorów legalności biznesu transportowego, a cena przewozu pralek jest bez znaczenia w porównaniu z zyskami z przemytu narkotyków. W taki właśnie sposób w 2018 roku z Holandii do Anglii zaczęły jeździć ciężarówki z ładunkiem pralek i lodówek. Tylko Łukasz S. i jego wspólnicy wiedzieli, że w sprzętach ukryte są worki wypełnione kokainą.

### Wielki biznes

Interes kręcił się tak dobrze, że firma transportowa szybko rozszerzyła swoją działalność. Z Amsterdamu i pobliskich wytwórni narkotykowych ciężarówki zaczęły jeździć również do Polski. Pomiędzy skrzyniami z oficjalnie przewożonym towarem znajdowały się worki z twardej folii, wypełnione kokainą i marihuaną. Towar trafiał do Polski, a tutaj jego dystrybucją zajęli się ludzie Marcina S. – *Aby uniknąć wpadki, dopuścili do siebie tylko wąskie grono zaufanych hurtowników* – mówi oficer z Centralnego Biura Śledczego Policji. – *Hurtownicy kupowali większe ilości, a potem z zyskiem sprzedawali drobnym dilerom, którzy*

*rozprowadzali je w szkołach, na uczelniach, w nocnych klubach i dyskotekach*. Proceder kwitł i miał się tak dobrze, że handlarze zaczęli kupować od swoich polskich kolegów amfetaminę i metaamfetaminę produkowaną w Polsce, aby wysyłać ją do Holandii i Danii. Handel narkotykami między Polską a Wielką Brytanią i Irlandią z centrum przeladunkowym w Holandii, w okolicach Amsterdamu, trwał więc w najlepsze.

### Trudna operacja

Początkiem końca wielkiego biznesu były właśnie zapisy rozmów zabezpieczone w telefonach Łukasza S. Dzięki nim NCA poznało współników przestępczego procederu. U uruchomiono procedurę międzynarodowej współpracy i do akcji włączyło się polskie CBŚP. Inwigilacja rozmów Łukasza S. ujawniła dalsze szczegóły milionowego procederu i dane osób w niego zaangażowanych. Potem przystąpiono do zatrzymań członków gangu. Doszło do tego w Polsce i Holandii. Analiza wymiany szyfrowanej korespondencji pozwoliła prokuratorom podsumować handlowe dokonania dilerów: 2,2 tony narkotyków o łącznej wartości 880 milionów złotych. Łącznie zarzuty w tej sprawie usłyszało 17 osób. – *Z uwagi na konieczność zabezpieczenia prawidłowego toku postępowania, realną obawę mactwa oraz ucieczki wobec 10 oskarżonych na wniosek prokuratora stosowany jest środek zapobiegawczy w postaci tymczasowego aresztowania* – mówi **Łukasz Łapeczyński** z Prokuratury Krajowej. – *Na poczet przyszłych kar prokurator w toku śledztwa dokonał zabezpieczeń majątkowych na mieniu oskarżonych w postaci nieruchomości, samochodów, motocykli, pieniędzy w łącznej kwocie prawie 4,2 miliona złotych oraz ponad 14 tysięcy euro*.

W tym samym czasie Łukasz S. stanął przed Sądem Koronnym w Newcastle i po czteromiesięcznym procesie usłyszał wyrok 18 lat więzienia. Ile kilogramów narkotyków siatka Polaków wprowadziła na brytyjski rynek? Tego nie wiadomo.

**LESZEK SZYMOWSKI**  
Angora 44/2023



www.prenumerata.de

# Co kto lubi...

Kanibalizm w micie, folklorze i literaturze

## Makabryczna historia ludzkości

Niezdrowe zainteresowanie kanibalizmem jest znacznie starsze niż początki źródłowo udokumentowanej historii rodzaju ludzkiego. Głębiej tkwił w naszej psychice zbiorowej, niżby świadczyły dowody na upodobanie praczłowieka do mięsa swoich bliźnich odnalezione przez archeologów i antropologów. Ludożerstwo jest też częstym motywem najdawniejszych mitów i legend. Wiele wskazuje, że te przekazywane z pokolenia na pokolenie opowieści miały ostrzegać słuchaczy, iż pewnych form zachowań indywidualnych i społecznych zdecydowanie należy się wystrzeżać.

Jeśli jednak kanibalizm był dla człowieka czymś odrażającym i zasadniczo mu obcym, to któż mógł oddawać się owej obmierzłej namiętności bezkarnie, nie ryzykując konfliktu z prawem i napiętnowania przez stróżów moralności publicznej? Oczywiście bogowie. Okrutne, małostkowe i mściwe bóstwa epoki starożytności budziły nie tylko strach i podziw wyznawców; ich perypetie były również obfitą skarbnicą przypowieści moralnych pouczających zwykłych śmiertelników, że pewne rodzaje postępowania lepiej zostawić tym, którzy z natury rzeczy stoją ponad wszelkim prawem.

### Zeusa nie zjedzono

W najdawniejszych mitach greckich bóg Kronos (lepiej znany jako Saturn) wywodził się z pierwszego pokolenia porywczych i wojowniczych bóstw zwanych Tytanami – był synem Uranosa (Nieba) i Gai (Ziemi). Mimo tak znakomitego rodowodowi Kronos był bodaj czy nie bardziej porywczy i szalony od reszty swoich współplemieńców. Starożytni wierzyli, że w obawie przed spełnieniem przepowiedni głoszącej, że zostanie pozbawiony władzy przez potomstwo, połykał swe dzieci zaraz po urodzeniu.

Rzecz jasna wszystko skończyło się dobrze. Zdesperowana małżonka (i siostra zarazem) Kronosa – Rea zamiast szóstego ich dziecka (skądinąd samego Zeusa) podała mężowi do pożarcia zawinięty w pieluszkę kamień. Młody Zeus chował się wprawdzie w ukryciu, ale – w nietkniętym stanie, a gdy dorósł, wpadł na pomysł, jak rozwiązać wspomniany już drobny problem z tatusiem. Zamiast najzwyczajniej w świecie zabić Kronosa, podał mu środek wymiotny i – jak to ujął wielki poeta grecki Hezjod – stary bóg „wyrzygał swoje potomstwo” – o dziwo, mimo upływu czasu, w kondycji nie gorszej niż przed konsumpcją.

Inny, równie makabryczny mit grecki – o znacznie już wyraźniejszym przesłaniu dydaktycznym – opisuje historię nieszczęsnego Pelopasa, zamordowanego i ugotowanego przez swego ojca Tantalą, który w swej pysze uważał, że poczęstuje ludzkim mięsem bogów, a ci nie poznają, czym ich uraczono. Najwyraźniej jednak Tantal mierzyl zbyt wysoko – bogowie z miejsca odkryli, czym ich ugoszczono. Niefortunemu gospodarzowi uczyły wymierzyli przykładną karę, a pokrojone kawałki biednego Pelopasa wrzucili do kotła i ugotowali, co przywróciło mu pierwotną postać i życie.

Motyw ludożerstwa stał się tak atrakcyjnym wątkiem narracyjnym, że nawet tworzący w VII w. p.n.e. wielki poeta Homer nie oparł się jego pokusie, opisując perypetie Odyseusza i załogi jego okrętu, uwięzionych podstępnie w grocie cyklopa Polifema. Zanim Odyseuszowi udało się wywieść Polifema w pole i umknąć z pułapki, okrutny potwór zabił i spożył kilku jego towarzyszy.

### Makabryczna „konsolacja”

Jednak nawet w świecie tak cywilizowanym jak antyczna Grecja ludożerstwo nie było wyłącznie sferą mitu i literackiej fantazji; przypadki kanibalizmu zdarzały się również w rzeczywistości. Bywało, że podczas dorocznego dionizjów – obrzędów kultowych ku czci boga wina – przemierzające kraj w tanecznym korowodzie, opętane ekstazycznym szałem, pijane czcicielki Dionizosa – bachantki – zupełnie traciły kontrolę nad sobą i polowały na spotkanych po drodze młodzieńców, rozszarpały ich na strzępy i pożerały. Winniśmy jednak oddać Grekom sprawiedliwość – kanibalizm uważali za rzecz potworną, a motywem kierowanych pod adresem innych ludów oskarżeń o jądanie ludzkiego mięsa była wyraźna chęć wykluczenia ich z grona społeczności cywilizowanej i degradacji do poziomu barbarzyńców. Podobne zarzuty, w tych samych zresztą sformułowanych celach, powtarzać się będą w następnych tysiącletniach we wszystkich niemal kulturach świata.

Jednym z nielicznych Greków, którzy z nieco większym dystansem oceniali przypadki kanibalizmu wśród nie-Hellenów, był tworzący w V wieku p.n.e. Herodot, uważany za ojca historiografii europejskiej. Jego „Dzieje” obfitują w opisy różnych ludów – rzeczywistych i fantastycznych – żyjących na obszarze znanego Grekom świata. O Issedonach zamieszkujących okolice Gór Uralskich Herodot pisze, że „jak wieść niesie, mają następujące zwyczaje: skoro komuś

umrze ojciec, przyprowadzają wszystkich krewni bydło, potem je zarzynają i krają mięso, a krają też zmarłego ojca gospodarza; następnie mieszają wszystko mięso razem i zostawiają sobie na ucztę” (przekład Seweryna Hammera).

Podobną historię opowiada o żyjących w północno-zachodnich Indiach koczowniczych Padajach, którzy nie czekali nawet, aż złożony niemocą współplemieńiec wyzio-

którego członkowie istotnie zwykli byli mordować i zjadać chorych współplemieńców, z tym że w owym szczególnym obrzędzie uczestniczy wyłącznie najbliższa rodzina delikwenta. Zaproszenie nań obcych byłoby strasznym świętokradztwem.

### Ciało zmarłego to świętość

Praktyki ludożercze Herodot przypisywał również wielu innym

pogrzebowych Celtów, którzy także z najgłębszą czcią i szacunkiem podawali swoich zmarłych antenatów na stół biesiadny.

Grecy nie zjadali ich wprawdzie, ale za to poddawali kremacji, co skądinąd mogło wydawać się naturalne tylko komuś, kto nie wierzy, że zachowanie ciała osoby zmarłej w stanie nienaruszonym jest koniecznym warunkiem jej zmartwychwstania na tamtym świecie. A tak właśnie uważali starożytni Egipcjanie, od których zapożyczyli tę koncepcję Hebrajczycy. Dla żydów, podobnie jak dla współczesnych chrześcijan i wyznawców islamu, ciało zmarłego to świętość, a jego kremacja – nie mówiąc już o zjedzeniu – to akt świętokradczy. Jednym z wczesnych dowodów powagi, z jaką żydzi traktowali grzech kanibalizmu, służyć może wyjątek Drugiej Księgi Królewskiej (6; 24-30), którego skrót przytaczamy poniżej:

*Potem [...] król Aramu ściągnął całe wojsko, wyruszył i obległ Samarię.*

*(25) Powstał zatem wielki głód w Samarii. Bo oto nieprzyjaciele oblegali ją, tak iż głowa ośla kosztowała osiemdziesiąt srebrnych syklów [...].*

*(26) Kiedy król izraelski przechodził po murach, pewna kobieta zawołała do niego: „Wspomóż mnie, panie mój, królu!”*

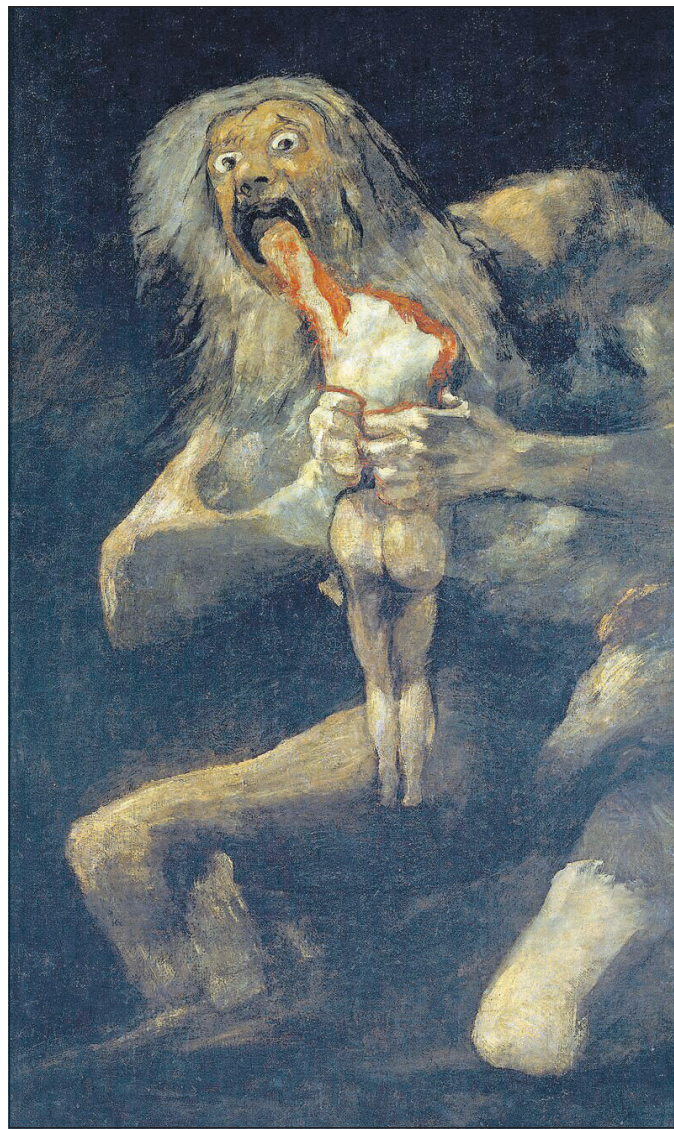
*(27) [...]*

*(28) Następnie król rzekł do niej: „Co tobie jest?”. Odpowiedziała: „Ta oto kobieta powiedziała mi: «Daj twój syna, a zjemy go dzisiaj, mojego zaś syna zjemy jutro»”.*

*(29) Ugotowałyśmy więc mojego syna i zjadłyśmy go. Dnia następnego powiedziałam do niej: „Daj twego syna, żebyśmy go zjadły”, lecz ona ukryła swojego syna.*

*(30) Kiedy król usłyszał słowa kobiety, rozdarł swoje szaty...*

(Biblia Tysiąclecia)



Francisco Goya, „Saturn pożerający swoje dzieci”

Fot. Wikipedia

nie ducha, by włożyć go do garnka. „Jeśli który z ich współziomków zachoruje [...], wtedy mężczyźni zabijają najbliżsi jego przyjaciele, twierdząc, że gdy choroba go strawi, jego mięso im się zepsuje. On wypiera się choroby, ale oni nie przyznają mu racji, tylko zabijają go i sporządzają sobie z niego ucztę”. Padajowie przestrzegali za to swoistej segregacji płciowej, bowiem, jak dodaje grecki historyk: „Jeśli kobieta zachoruje, jej najbliższe przyjaciółki tak samo z nią postępują, jak z mężczyzną” (przekład Seweryna Hammera). Uczeń utożsamiają Herodotowych Padajów z kaszmirskim szczepem Birhor,

ludom – prawie wszędzie jednak polegały one na obrzędowej konsumpcji zmarłych, a nie żywieniu się mięsem ludzkim. Godne przy tym uwagi, że mimo właściwej na ogół Grekom ksenofobii Herodot powstrzymuje się od moralnej oceny zjawiska kanibalizmu, nie próbuje go wartościować. Sam zresztą przyznaje, że „gdyby poprosić wszystkie narody świata o wskazanie najwłaściwszych ich zdaniem i najbardziej godnych obyczajów, to każdy z nich na pierwszym miejscu postawiłby swoje własne”. Równie tolerancyjną i wyrozumiałą postawę przyjął również o cztery stulecia późniejszy polihistor grecki Strabon, mówiąc o zwyczajach

Ciekawe, że budzący tak oczywistą zgrozę starożytnych żydów akt kanibalizmu stał się – w jakimś przynajmniej sensie – centralnym i kulminacyjnym elementem liturgii chrześcijańskiej – sakramentem Eucharystii, czyli Komunii Świętej. Warto przypomnieć, że wedle doktryny Kościoła rzymskokatolickiego dzięki cudowi transsubstancji wino i chleb Eucharystii ulegają w ustach komunikanta rzeczywistej przemianie w krew i ciało Chrystusa.

### Od Szekspira do Jonathana Swifta

Kanibalizmem epatował czytelników Szekspir (motyw ten pojawia się w jego „Tytusie Andronikusie”); nie pogardził nim również Daniel

Defoe, autor „Robinsona Cruzoa”, XVIII-wiecznego bestsellera. Jeden z bohaterów tej książki, Piętaszek – kwintesencja i symbol wiernego sługi – pojawia się na jej kartach jako niedoszła ofiara okrutnych ludożerców, z których rąk udało mu się w ostatniej chwili wymknąć. Nawet literatura dziecięca aż roi się od obmierzłych kreatur żywiących się ludźmi, zwłaszcza dziećmi. W bajce „Jaś i łądoga fasoli” tytułowy Jaś ukrywa się przed olbrzymem, który węszy za nim i krzyczy: „Fo, fu, fe, fi, czuję zapach ludzkiej krwi. Martwy czy żywy ten zuchwalec, zaraz mu rozwałę łeb, zmielę kości, z wodą zmieszam i upiekę sobie chleb”. W „Jasiu i Małgosi” braci Grimm porzucone dzieci zostają zwbabione w pułapkę przez złą czarownicę, która zmusza do pracy Małgosię, a jej brata zamyka w klatce i tuczy, by nabrać ciała, zanim spotka go koniec w piecu kuchennym.

Klasycznym opowiadaniem o przypadku ludożerstwa wymuszonego sytuacją skrajną, którą zresztą opiera się na licznych relacjach o katastrofach okrętowych, jest „Opowieść Gordona Pyma” Edgara Allana Poe – sfabularyzowana (aczkolwiek fikcyjna) historia rozbitków dryfujących na pozabawionej zapasów żywności i wody pitnej tratwie. Bliscy śmierci głodowej ludzie ci decydują się wyłosać jednego spośród siebie, którego pozostali mordują i zjadają.

Literacki motyw kanibalizmu nie był jednak wyłączną domeną beletrystyki; spotykamy go również w publicystyce politycznej i satyrze. Oburzony całkowitą obojętnością parlamentu na los tysięcy ofiar głodu, który w 1728 roku nawiedził Irlandię, autor słynnych „Podróży Guliwera” Jonathan Swift opublikował krótki traktat: „A Modest Proposal” – utrzymaną w tonie zjadliwej ironii prowokacyjną propozycję rozwiązania problemu głodu w Irlandii. Jeżeli – powiada Swift – chłopom irlandzkim brak pieniędzy na utrzymanie się przy życiu, a z racji ubóstwa dzierżawców właściciele ziemscy pozbawieni zostali dochodów należnych im z tytułu czynszów, ziemianie powinni zacząć kupować dzieci irlandzkie i żywić się nimi. Dzięki temu wzrosłaby zamożność przeciętnej rodziny irlandzkiej, w której zarazem zrobiłoby się mniej gęb do wykarmienia. „Cena tego produktu spożywczego byłaby wprawdzie dość wysoka, ale mieszcząca się w granicach możliwości panów, którzy – skoro zdążyli już wygubić większość rodziców – wydają się mieć niezaprzeczone prawo do ich dzieci. Jestem przekonany, iż żaden gentleman nie będzie wyrzekał, płacąc dziesięć szylingów za zwłoki przyzwoitego, tłustego dziecka, z którego [...] da się przyrządzić cztery znakomite i pożywcze porcje mięsne”. Trudno więc dziwić się gwałtownemu napiętnowaniu Swifta przez rząd brytyjski.



Motyw ludożerstwa występował w wielu starożytnych kulturach

Fot. Wikipedia

## Przedsiębiorca pogrzebowy według Monty Pythona

W bliższych nam czasach za kanibalizm wziął się wielce w latach sześćdziesiątych ubiegłego stulecia ceniony „Latający Cyrk Monty Pythona”. W scenie, zatytułowanej „Przedsiębiorca pogrzebowy”, u wspomnianego przedsiębiorcy pojawia się klient z upchniętymi w dużym worku na śmieci zwłokami matki. Obaj panowie zaczynają omawiać szczegóły pochówku. Poniżej niewielki fragment tego skeczu:

*Przedsiębiorca: – Mogę rzucić okiem? Wygląda całkiem młodo.*

*Klient: – Tak, cóż... rzeczywiście była młoda.*

*Przedsiębiorca: – Fred!*

*Głos Freda: – Co proszę?*

*Przedsiębiorca: – Zdaje się, że trafiliśmy na smakosza.*

*Klient: – Co?!*

*W drzwiach pojawia się głowa drugiego przedsiębiorcy.*

*Fred: – Dobra, rozpalam w piecu.*

*Klient: – Hmm, przepraszam, tego... sugeruję pan zjedzenie mojej matki?*

*Przedsiębiorca: – No cóż, eee... no nie na surowo. Po upieczeniu.*

*Klient: – Co?*

*Przedsiębiorca: – Tak, z rusztu – z frytkami, brokulkami i sosem chrzanowym.*

*Klient: – Wie pan, w zasadzie też bym coś przekąsił.*

*Głosy z widowni: – Hańba! Niesmaczne! Uuuuu! (gwizdy).*

*Przedsiębiorca: – Wspaniale! Klient: – Ale naprawdę nie wiem, czy powinienem.*

*Przedsiębiorca: – Umówmy się – zjemy ją, a jeśli potem wciąż będzie się pan czuł nieco winny, możemy wykopać grób i sobie ją pan zrzuci.*

Część widowni buntuje się, wdziera na scenę, znieważa aktorów, demoluje rekwizyty itd., uniemożliwiając tym samym dokończenie skeczu.

Najbardziej interesujący w tym wszystkim wcale nie jest fakt, że grono renomowanych komików zainteresowało się akurat kanibalizmem; bo „Latający Cyrk Monty Pythona” brał na warsztat wszystkie chyba możliwe obscenacje. Zastanawia raczej to, że wyspecjalizowani w szarganiu wszelkich świętości prześmiewcy uznali za stosowne wprowadzić do scenariusza uniesioną słusznym gniewem widowni, która lży aktorów i szturmuje scenę. Widać nawet oni doszli do wniosku, że istnieją pewne granice, których przekraczać się nie powinno.

## Archeologiczne dowody kanibalizmu

Odkryte w Afryce najstarsze kołpalne szczątki hominidów, których wiek datuje się na trzy i pół miliona lat, pozwalają wprawdzie ustalić drogę ewolucyjną gatunku ludzkiego i odpowiedzieć na pytanie, jak wyglądali nasi przodkowie, są jednak zbyt rozproszone, by na ich

podstawie orzec cokolwiek o organizacji społecznej i obyczajach praludzi. W poszukiwaniu tego rodzaju szczegółów musimy przemierzyć się w czasie o trzy miliony lat i przenieść do dzisiejszych Chin. Tam bowiem na położonym nieco na południe od Pekinu stanowisku archeologicznym, zwanym Wzgórzem Smoczej Kości, znaleziono liczne pozostałości obozowiska tzw. człowieka pekińskiego, pozwalające ponad wszelką wątpliwość stwierdzić, że jednym z źródeł pożywienia wczesnych ludzi były istoty tego samego co oni gatunku – być może nawet bliscy ich krewniacy. Nie uzasadnia to wprawdzie wniosku, że mięso ludzkie było stałym składnikiem ich diety, niemniej kiedy brakowało zwierzyzny łownej, ludzie pekińscy mogli sięgać po nie z braku innego wyjścia.

Materialne dowody praktyk ludożerczych, analogiczne do znalezisk ze Wzgórza Smoczej Kości, odkryto również w Gran Dolina w środkowej części Półwyspu Iberyjskiego, których wiek datuje się na 100 tysięcy do 1,5 miliona lat, w pochodzących sprzed 100 tysięcy lat materiałach wykopaliskowych z Krapiny w Jugosławii, w datowanym na ok. 10 000 rok p.n.e. obozowisku praludzi odsłoniętym w Cheddar Gorge w brytyjskim hrabstwie Somerset i dziesiątkach, jeśli nie w setkach, innych stanowisk archeologicznych.

Sugerują one, że na przestrzeni ostatnich kilkuset tysięcy lat społeczności praludzkie we wszystkich

niemal zakątkach świata w jakimś przynajmniej zakresie uprawiały ludożerstwo. Oczywiście, sam fakt odnalezienia ludzkich kości (nawet wymieszanych ze szczątkami zwierzęcymi) w pozostałościach obozowiska nie jest jeszcze pewnym dowodem kanibalizmu jego mieszkańców. Rodzi się więc pytanie, co wolno uznać za taki dowód?

Pierwszą rzeczą, jakiej szuka badający zespół szczątków kostnych antropolog, są ślady pozostawione przez narzędzia – krzemienne noże i skrobaki – za pomocą których oddzielano mięso od kości, zazwyczaj zaraz po śmierci delikwenta. Wprawne oko fachowca potrafi odróżnić je od przypadkowych zadrzańnięć równie łatwo jak daktyloskop odciski linii papilarnych od innych śladów.

Część specjalistów uważa jednak, że samo obieranie zwłok ludzkich z mięsa nie jest stuprocentowym dowodem jego wykorzystywania w celach kulinarnych. Nie można przecież wykluczyć, że kości zmarłych starannie oczyszczano po to, by z całym szacunkiem złożyć je w ossuariach, zwłaszcza że jest to praktyka spotykana w wielu społecznościach ludzkich, które z kanibalizmem nigdy nie wspólnego nie miały. Pozostaje więc szukać dalej.

Daniel Diehl  
Mark P. Donnelly

„Dzieje kanibalizmu”, Warszawa 2008, s. 234.

# Na zdrowie i do boju

Oficjalnie żołnierze nie mieli problemu nałogowego alkoholizmu

# Ludowe Wojsko Polskie na bani

**Napoleon powiedział, że każdego kwatermistrza po czterech latach służby należałoby rozstrzelać, bez obawy popełnienia błędu, za malwersacje. Także w Ludowym Wojsku Polskim żołnierze służby zasadniczej bywali ograbiani z przepisowych racji żywnościowych, części umundurowania i papierosów. Niekiedy sprawy te wydostawały się na zewnątrz, lecz tuszowano je, a skarżący się dostawali jeszcze większy „wycisk”.**

Powojenne rozluźnienie dyscypliny powodowało, że początkowo żołnierze, szczególnie z oddziałów gospodarczych, pozwalali sobie na picie alkoholu podczas pełnienia obowiązków służbowych. Pewnego 17-letniego chłopca pracującego w gorzelnii w Drawsku Pomorskim zdumiewali swoimi możliwościami. Pisał, że żołnierze często odwiedzali ich w gorzelnii i „po mistrzowsku pochłaniali spirytus” szklankami, popijając szklanką wody, po czym wracali do pracy „jak gdyby nigdy nic” przy zagospodarowaniu 300-hektarowego majątku.

Jeszcze lepiej żyli oficerowie sowieccy w swoich koszarach. Najpierw w wkroczeniu Armii Radzieckiej ogromne stada bydła i koni popędzono na wschód. Jedynym pożytkiem dla ludności, której trawiano i wypasano zboża, była „możliwość kupienia krowy czy konia za butelkę wódki” od „ruskich”. Pewien kapral „po paru głębszych rozgadał się na dobre” przed Stefanem Korbońskim związanym z opozycyjnym ruchem ludowym. W głównej kwaterze sowieckiej w Legnicy „żyją jak nigdy w życiu. Mieszkają w pięknych willach, żrą i chleją od rana [...]. Kucharze, lokaje, a kobiet Niemek cały harem. A każdy z nich wysłał do Rosji tony paczek ze zrabowanymi rzeczami”. Złupione drogocenne obramki wisiały nawet w kuchni marsz. Georgija Żukowa, bo w pokojach zbrakło dla nich miejsc.

## „Unitarka” i Studium Wojskowe

Wojsko Polskie z nazwy było ludowe, więc szkolono je na „ludowo”. „A była to naprawdę pruska dyscyplina. W blokach koszarowych na krok nie mógł się nikt ruszyć. Rano kapral prowadził całą drużynę do ustępu. Bo samemu nie było wolno. Obrzucano nas potokami wyzwick i przekleństw, tak że człowiek zapominał, kśkąd jest i jak się nazywa” – wspominał student z WSP w Krakowie, pochodzący ze wsi.

Była to osławiona „unitarka”: kilkutygodniowe szkolenie podstawowe, po czym dopiero wtedy rekrut zmieniał się w żołnierza. Wtedy bywało, że kadra po „unitarce” zbliżała się do żołnierzy; na ćwiczeniach można było zafundować oficerowi

flaskę, aby złagodził kaca, przespał się i zostawił wojsko w spokoju. Ale jedyną korzyścią wyniesioną z szeregów było nauczenie się przez tych chłopaków ze wsi nowych zawodów, co przydawało się w życiu cywilnym.

Wojsko to niewyczerpana kopalnia komicznych zdarzeń i dowcipów. Szczególnie wśród studentów odbywających Studium Wojskowe. Nazywano nas wojskiem św. Jadwigi ze względu na wygląd, w którym ubiór wyjściowy mieszał się z polowym. W takim to stroju należało dojechać środkami komunikacji miejskiej do Studium. Nic dziwnego, że zostałem zatrzymany przez jakiegoś srogiego pułkownika, pytającego wściekle, dlaczego chodzę ubrany jak małpa i dlaczego uciekłem z jednostki w niekompletnym stroju, gdzie moja książeczka wojskowa i przepustka. Długi czas musiałem mu tłumaczyć o specyfice Studium Wojskowego, trolejbus mi uciekł, spóźniłem się, więc musiałem się meldować u mjra Kuźmy i czoiżyć za karę.

Major Kuźma sływał z zamilowania do alkoholu i kłopotów z okiem, tak że nie było wiadomo, czy patrzy na nas, czy nie. Po ćwiczeniach można go było spotkać przy sklepiku na Zielnej w Warszawie popijającego piwo i inne trunki z miejscowymi menelami. Była to przypadłość dość powszechna w wojsku, zanim nie zaczął jej tępić nowy minister i abstynent gen. Wojciech Jaruzelski. W związku z tym mój ojciec został wyrzucony z wojska, co zaowocowało jeszcze większymi ciągami pijackimi. Oprócz Studium Wojskowego przeszedłem też Szkołę Oficerów Rezerwy i po „unitarce” ppor. Krzaczek pijał z nami alpagi w budzie samochodowej i śpiewał: *Bolszewika goń, goń, goń*. Było wesoło, lecz do czasu. Znalazł się służbista lub kapuś wśród nas i ppor. Krzaczka przeniesiono w inne miejsce.

Marek Nowakowski opisywał, jak było w latach pięćdziesiątych: dowódcą jego kompanii był por. Ciążka, który przeszedł chwalebny szlak bojowy od Lenino do Berlina. Zastanawiające było to, że nie awansował, prawdopodobnie dlatego, że „miał mocną skłonność do napojów wysokowych, pachniał zdrowym

wiewem alkoholu, nawet zataczał się na swoich kabłąkowatych nogach kawalerzysty, choć w wojsku służył jako pancerniak”.

## Armia miała być nieskazitelna

Oficjalnie w Ludowym Wojsku Polskim problem alkoholizmu nie istniał. W pracy z 1983 roku W. Kaucz donosił, że „w wojsku nie istnieje problem nałogowego alkoholizmu i pasywności”. W rzeczywistości żołnierze pili na terenie koszar i na przepustkach, stąd między innymi taka liczba żołnierzy WSW z czapkami z białym otokiem kontrolujących dworce i ulice. Rzeczono zlikwidowanie problemu alkoholizmu w wojsku było raczej pobożnym życzeniem wynikłym też z sytuacji po wprowadzeniu stanu wojennego. Wojsko miało być nieskazitelne, dlatego nie wspomniano o zastrzelonych i postrzelonych podczas pełnienia służby zasadniczej, wypadkach, samobójstwach, o samowolnie oddalających się z jednostki wojskowej (tak zwana samowolka), pijaństwach na terenie koszar i o pijanych pojedynkach oficerów.

Wszystko to zdarzało się podczas mojej, krótkiej zresztą, służby wojskowej. Dochodziło też do rozbrajania pijanych żołnierzy. Dwaj nastolatkiwie Chechłacz i Tomasz Łupanow, przygotowujący się do utworzenia powstańczej armii, rozbrilowali pijanego żołnierza Stanisława Paducha. Następnie odebrali w autobusie broń chor. Marianowi Mirkowskiemu. Był to pomysł opiekuna licealistów księdza Sylwestra Zycha, aby wypatrywać pijanych mundurowych i odbierać im broń. Jednak trzecia próba, podjęta 18 lutego 1982 roku zdobycia pistoletu st. sierż. MO Zdzisława Karosa przydzielonego do strzeżenia ambasad zakończyła się tragicznie, gdyż milicjant podczas szamotaniny został śmiertelnie postrzelony, osierocając dwoje dzieci. Sprawców, członków licealnej organizacji i księdza Sylwestra Zycha złapano i postawiono przed sądem. Wieść gminna osądziła jednak zdarzenie inaczej: Karos miał podchmielony sprawdzać dokumenty, ktoś odmówił ze słowami: „Pan jest pijany”, sierżant wyciągnął broń i podczas szamotaniny postrzelił się w brzuch.

W LWP, jeśli już wspomniano o szkodliwym działaniu alkoholu, to na przykład w hasłach wiszących w żołnierskich świetlicach. Albo też Główny Zarząd Polityczny WP zlecał napisanie stosownego tekstu znawcy tematu alkoholowego Tadeuszowi Kulisiewiczowi. Doceniając rolę obrazków, odwoływano się też do sztuk plastycznych. *Trzeźwość jest szczególnym obowiązkiem żołnierza*. ręka na zielonym tle wskazywała na

plakacie odwrócony kieliszek do góry dnem, co miało wstrzymać żołnierską dłoń przed sięgnięciem po zgubny napój. Najczęściej te plakaty i hasła były obiektem drwin, bo wojsko piło przy każdej nadarzającej się okazji, nie odstając w niczym od życia cywilnego.

Wreszcie w 1980 roku Wojskowa Akademia Polityczna zdobyła się na heroiczny czyn wydania dzieła o zależności między alkoholizmem i narkomanią a przestępczością żołnierzy. Jednak w ówczesnych warunkach nie mogło to dotyczyć postawy szlachetnego polskiego żołnierza: książka była tłumaczeniem i dotyczyła spraw wrażeń armii zachodnich. Wynikało z niej, że na przykład w armii USA 20 proc. oficerów i podoficerów w wieku 21 – 59 lat i 32 proc. żołnierzy z tej grupy wiekowej „można zaliczyć do grupy dużo pijących”, czyli więcej niż wśród cywilów (odpowiednio 16 i 17 proc.). W publikacji do użytku wewnętrznego MSW przemyciono informację, że „badania na Węgrzech wykazały, że służba wojskowa jest dla niektórych okresem, w którym zaczyna się nałogowe picie alkoholu”. W wielu przypadkach osoby dużo pijące i uzależnione miały kłopoty na służbie i w pracy. Zauważono związek między niskimi kwalifikacjami, stopniem wojskowym a pićciem ekscesywnym. Im wyższy stopień w armii USA, tym spożycie alkoholu malało.

## Kadra też piła

Problem alkoholowy w równym, jeśli nie większym stopniu, dotyczył kadry LWP. Pijaństwu i alkoholizmowi sprzyjały kasyna wojskowe, w którym oficerowie mogli wspomóc się wódką. Rozmiar pijaństwa i alkoholizmu kadry stawał się tak groźny, że Główny Zarząd Polityczny WP wydał dwukrotnie w latach osiemdziesiątych broszurę *Program wychowania w trzeźwości i przeciwdziałania nadużywaniu alkoholu w środowisku wojskowym*. Był to czas, gdy wojsko sprawowało władzę w czasie stanu wojennego i skutki pijaństw mogły być nieobliczalne.

W miarę chwiania się PRL-u i przymiarek do wprowadzenia wojska zawodowego w miejsce poborowego w Departamencie Społeczno-Wychowawczym MON prowadzono odważne badania nad pijaństwem w armii. Naszkicowano program profilaktyczny „Korekta” opracowany przez doktora Krzysztofa Wojcieszka. Autor zwrócił uwagę, że zajęć profilaktycznych nie da się prowadzić z zastraszonejmi żołnierzami, gdyż potrzebne jest skrócenie dystansu nimi a oficerem. Na prowadzących nie nadawali się ludzie o osobowości pulsywnej (natręctwa,

intensywne palenie papierosów, łatwe wpadanie w złość itp.). Oficer lub prowadzący miał zachęcać żołnierzy do podawania strat i zysków wynikających z picia i zapisywać je na tablicy podzielonej na pół i szczęśliwie zrezygnowano z wbijania do głów, że picie alkoholu jest wyłącznie złem: „ludzie rzeczywiście doznają określonych korzyści z picia napojów alkoholowych i problem nie w tym, że używają alkoholu, ale w tym JAK”, pisał autor.

Rozpoczynając omówienie korzyści i strat, można jednak pokazać, że niektóre straty, jak kaca, są korzyścią informującą o przekroczeniu bezpiecznej dawki alkoholu. Przy okazji żołnierze mogą się dowiedzieć, że u niektórych działają silne enzymy, że szybko rozkładają aldehyd octowy i inne związki, więc osobnicy ci nie odczuwają kaca i wydaje się, że mogą pić więcej i częściej. Najczęściej jest to droga do uzależnienia.

Wiele zależało od postawy wobec alkoholu: od abstynencji i bezpiecznego picia przez ryzykowne, szkodliwe i na koniec – przymusowe. Dwie ostatnie grupy to przesłonek choroby alkoholowej lub alkoholicy: u schyłku XX wieku autor podawał ich liczbę na 3,6 do 4,2 miliona. Statystycznie było to około 10 proc. mieszkańców Polski. Test Audit opracowany przez Światową Organizację Zdrowia (WHO) dla zdiagnozowania osób pijących w sposób ryzykowny lub szkodliwy wykazywał jeszcze większe niebezpieczeństwo rozwinięcia się choroby alkoholowej – także u młodych poborowych. Jeśli uwzględnimy się rodziny dotknięte chorobą alkoholową jej członka, to dysfunkcje osobowości i związane z tym cierpienia obejmowały około 40 proc. społeczeństwa. To stąd między innymi rekrutują się przyszli agresorzy, nożownicy, frustraci, psychopaci, piniacze, kłótnicy wyrównujący swe „krzywdy” na przykład za kierownica auta, paranoicy upatrujący we wszystkich wrogów, ludzie z depresją itd. Dlatego propagowano i uczono sztuki rozsądnego picia, wiedząc, że picie alkoholu w społeczeństwie się nie zlikwiduje.

## Falą czy regulaminem?

„Dawniej mniej było kadry zawodowej, ale był porządek, bo wojska pilnowała fala. Wódkę na przykład pili tylko starzy, młodzi nie śmieli” – cytowano wypowiedź żołnierza służby zasadniczej w czasopiśmie „Najwyższy Czas” w 1994 roku.

„Idziesz falowo czy regulaminowo?” – to pytanie słyszeli poborowi przydzieleni do kompanii między trzecim a piątym dniem służby. Wtedy to odbywała się nieformalna „rozmowa falowa”. Ci, którzy według

# Na zdrowie i do boju

starszyny nie nadawali się do fali, na przykład byli twardzi i arogancy, i decydowali się służyć regulaminowo, nazywani byli stalowymi. Nie nadawali się na potulnych „kotów” wypełniających polecenia, poddających się represjom dłużej służących żołnierzy. Natomiast reszta podlegała fali, czyli nieformalnej strukturze i subkulturze żołnierskiej.

Nazwa „fala” pochodziła czy też miała związek z centymetrem krawieckim noszonym przez odchodzących do cywila „rezerwistów”. Centymetr był podzielony na 150 dni, i na 150 dni przed końcem służby wojskowej w nocy dokonywano obciążenia blaszki łączącej oba końce fali. Następnie gaszono światła i rzucono ją z innymi metalowymi monetami i śrubkami na podłogę. Kot, który pierwszy znalazł blaszkę, był zwolniony przez tydzień z upokarzających czynności na rzecz rezerwy.

Oczywiście rytuałowi „obciążenia blaschy” towarzyszyła impreza alkoholowa. Od tej chwili rezerwista obcinał sobie centymetr dzień po dniu aż do chwili, gdy tuż przed wyjściem stawał się „cywilem”, którego już nie interesowały falowe praktyki. Przywracał wtedy dawny fason, opinając regulaminowo pasem biodra, prostując wygięty orzełek, odwracając pagony na właściwe miejsce etc.

Rezerwa podobnie czciła 100 dni przed wyjściem do cywila jako „studniówkę”. Alkohol był dostarczany przez „kotów”. W przypływie radości nakazywano im przebierać się w damskie stroje, obsługiwać do stołu i w tańcu. Ruchomych „świąt rezerwy” było więcej i nieodmiennie służyły one upokarzaniu „młodych” przez „stare wojsko”.

Fala podtopiła LWP w latach siedemdziesiątych i osiemdziesiątych. Polegała ona w oddziałach i pododdziałach służby zasadniczej (z przymusowego wówczas poboru) na podziale żołnierzy na „kategorie”. Najwyżej stali „cywile” tuż przed wyjściem z wojska. Główny trzon stanowiła jednak „rezerwa” (dziadki, starzy), którym pozostało wspomniane 150 dni do wyjścia do cywila. Najniżej w fali lokowali się niedawno wcieleni, czyli „koty”. Pomiędzy nimi wytworzyła się struktura „wicerezerwy” (wicki, wujki), „ogonów” (filce, oberkoty) mających nieco większe „prawo”.

W pewnym stopniu podział ten odzwierciedlał zwyczaj w armii carskiej podziału na *diad'ków* i rekrutów. Ci ostatni, jeśli chcieli żyć dobrze z dziadkiem-opiekunem i nieco uchronić się przed bezwzględna tresurą, musieli osładzać *diad'kowi* żywot wódką kupowaną za pieniądze z własnego żołdu.

## Młodzi donoszą wódeczkę

„Koty” w LWP również były bezwzględnie wykorzystywane, wyżywane, karczone, miały być gotowe na każde polecenie rezerwy, przesyłane przez „wicerezerwę”. Dotyczyło to również dostarczania wódki i papierosów, ścielenia „wozu”, czyli

łóżka, przynoszenia posiłków, parzenia „czaju” donoszonego do „wozu” wbrew regulaminowi, sprzątania rejonów etc. „Kot” musiał prosić o pozwolenie pozostania w sali, gdzie odpoczywała rezerwa, po złożeniu meldunku: „Ja, kot szarobury, z kitą zadartą do góry na wysokość Pałacu Kultury, proszę o pozwolenie pozostania w sali”. Miał też znać liczbę dni rezerwisty wyjścia do cywila, a za błędy otrzymywał karę: od „pompek”, „mięśniaków”, „parolek”, „koltów”, przez „karczycho”, czyli bolesne uderzenie dłonią w kark. Po czym „kot” wypowiadał formułę: „Dziękuję starej fali, że tak w karczycho wali, przeszły mnie dreszcze i proszę jeszcze”, a na zakończenie: „Raz jeszcze dziękuję fali, że tak w karczycho wali, przeszedł mnie prąd, spierdalał stąd”. Stosowano też „szafę grającą”, czyli zamknięcie „kota” w blaszanej szafie i uderzenie w nią pięściami i taboretami, co przysparzało żołnierzowi o koszmarny ból głowy, a nawet przejściową utratę słuchu. Najboleśniejsze było „kręcenie wora”, czyli skręcanie moszny. Pijani sadyści, w rodzaju ekranowego „Tygrysa”, mieli zatem wiele możliwości do zaspokojenia swych psychopatycznych skłonności, co ukazuje film Feliksa Falka *Samowolka*.

W miarę przybliżania się upragnionej daty wyjścia do cywila rezerwista nosił pas coraz niżej, jak się mówiło – „na jajach”, luzował sprzączki w butach, golił się nieregularnie, zapuszczając baczki albo wąsy, nie krył się z piciem, ostentacyjnie ignorując „trepów” i gnębiąc „kotów”, którzy mieli służyć za kelnerów. Stąd wierszyki:

*Gdy rezerwa zacznie pić, to kociarstwu ciężko żyć.*

[...]

*Niech kociarstwo zapamięta, że rezerwa to rzecz święta*

*Czapka na bakier i wzrok szklisty to jest wygląd rezerwisty.*

[...]

*Dla kotów kawa zbożowa, a dla rezerwy wódka wyborowa.*

[...]

Każdej uroczystości, jak „przycinka”, czyli chlosta młodych żołnierzy, towarzyszyło picie wódki. Po „przycince” kot staje się „grzbietem”, „filcem”, „reksiem”, przedtem musi zorganizować wódkę, a rezerwa czci to piciem od pół do litra na głowę. Podobnie czczona jest „obcinka”, czyli przejście do grupy „wieków” (wicerezerwy). Spożywanie wódki, teraz już wspólnie z rezerwą, nazywa się „jodynowaniem”, a „wicek” odtańd mógł poluzować sprzączki w butach i zdeformować orzełka i czapkę w stylu esesmańskim. Potężne picie odbywali w „noc dziadka” i podczas wspomnianej „studniówki”, czyli na 100 dni p wyjściem do cywila.

## Wylęgarnia sadystów i psycholi

Jako podchorąży służący w Górze Kalwarii po Szkole Oficerów Rezerwy byłem świadkiem wielu dewiacyjnych zachowań, także z udziałem

alkoholu. Gdy podchodziliśmy pierwszy raz do koszar, powitał nas ryk z okien: „Koty przyszli!”. Potem jednak wojsko musiało słuchać nasyżonych „kocich” rozkazów podchorążych, gdyż wypróbowaną metodą na niesfornych była komenda: „Maski włoż”, a następnie: „Naprzód biegiem marsz”. Z niektórych wypowiedzi wynika też, że zjawisko fali było częste, ale nie masowe i z różnym natężeniem. Niektóre oddziały cieszyły się złą sławą i stawały



Stres związany ze służbą wojskową powoduje, że żołnierze pili, piją i będą pili

Fot. Wikipedia

się wylęgarnią sadystów i psychopatów. Tam też najczęściej było samowolek, samobójstw i porachunków ze strzelaniem ostrą amunicją włącznie.

Z rezerwą, której blisko było do cywila, trudną przeprawę miewali nawet oficerowie zawodowi. Pewnego dnia o świcie na czele z dowódcą kompanii, czyli oficerem nazywanym w gwarze falowej „trepem”, maszerowaliśmy na poligonie. Nieoczekiwanie zza zakrętu na drodze pojawiła się chwiejna sylwetka żołnierza z pasem na rozporoku, z rękami w kieszeniach, zdeformowana czapka połową, z odwróconymi pagonami, wyraźnie pijanego. Wiadomo, rezerwista. Wymiana zdań była krótka: „Co wy tu robicie?” – pyta dowódca. Chuj ci do tego, trepie” – odpowiada tamten. „Ach ty szweju popaprzany, spierdalał stąd!”. Po czym grzecznie się rozeszli: dowódca mógł mu dać w mordę, ale mając świadków żołnierzy, w tym kapusiów, wołał tego nie czynić.

Oczywiście o fali wiedziała kadra, a zjawisko to badał na przykład

Wojskowy Instytut Badań Socjologicznych. Żołnierze służby zasadniczej mieli wiele pretensji nie tylko do tolerowania fali, poniżającej godność człowieka, ale i do kadry. Według badań nawet oficerów niższych rangą miało cechować poczucie wyższości, wulgaryzm językowy, wyzywanie się na „ofiarach” i nadużywanie alkoholu.

Fala na swój sposób była jednak zbawieniem dla kadry, gdyż trzymała wojsko w nieformalnych ry-

ukarz tego, co mnie widział zapranego”. Z tym „zapranie” wiązał się problem alkoholu, który obok samowolnych oddałów (samowolka), postrzeżeń, pobić, gwałtów seksualnych był rzeczywiście jednym z największych problemów życia wojskowego. Wielu żołnierzy, nie mogąc znieść fali albo rozstania z ukochaną, uciekało na samowolki przez ogrodzenia, po czym trafiało do więzienia, co i tak było łaską losu. Byłem świadkiem w sprawie zastrzelenia żołnierza na murze przez pełniącego wartość pisarza batalionu. Tłumaczył się, że postępował zgodnie z regulaminem służby wartowniczej – i od strony regulaminowej miał rację. Jeszcze gorsze jatki zgotował kolegom na wartowni sfrustrowany żołnierz brygady w Górze Kalwarii, otwierając do nich ogień z karabinowa. Gdy zostałem powołany na kolejny poligon w czasach „Solidarności” jako oficer rezerwy, zauważyłem, że zawodowa kadra umiała jednak pić, czego nie dało się powiedzieć o niektórych kolegach z rezerwy, ze mną włącznie.

„Wyizolowanie z »normalnego« świata będzie skłaniało ludzi do stwarzania sobie nowych hierarchii wartości” – pisała Anna Dębska, autorka opracowania zjawiska fali w wojsku. Mieściło się w tej hierarchii gnębienie rekrutów, „kotów” przez stare wojsko, które miało służyć rezerwie – także podczas wódczanych bankietów urządzanych w świetlicy, gdy kadra poszła sobie do domów. Taka hierarchia przypominała więzienną, zresztą bardziej nieludzką, okrutną, dzielącą więźniów na git-ludzi, frajerów i cwelów wykorzystywanych seksualnie.

Gdy w III Rzeczypospolitej powołano do służby armię zawodową, problem picia nie zniknął. Badania wykazywały, że wojsko pije więcej niż cywile. Powodem jest podwyższony stres, nuda, rozstanie z rodziną, historyczna tradycja, identyfikacja z grupą, dowód męskości, zły styl zarządzania podkomendnymi i inne, w tym akceptowalność picia. A przecież jest to środowisko posługujące się obecnie śmiertelnością bronią znacznie bardziej skomplikowaną niż w czasach PRL-u, więc o wypadek spowodowany przez pijanego jest stonksunkowo łatwo.

Obecnie wykrycie nietrzeźwego żołnierza poprzez badanie alkometrem wyklucza go najczęściej ze służby. Sięgnięto też po psychologiczne środki wyjaśniające: za celowe Departament Wychowania i Promocji Obronności piórem doktora Krzysztofa Wojcieszka uznał stopniowe zmienianie normatywnych przekonań żołnierzy. Chodziło o rozwianie mitu, że w wojsku zawsze się piło i będzie pić. Dla żołnierzy wykazujących objawy uzależnienia się lub już uzależnionych przewidziano terapię albo rozstanie się z mundurem.

Jerzy Besala

„Alkoholowe dzieje Polski. Czas PRL-u”, Poznań 2021, s. 737.

## Wojsko pije więcej niż cywile

„Trep”, zwany też zlewem, był tak niecierpiący, jak wiele krążyło o nim wierszyków. Na przykład: „Kiedy ranne wstają zorze, ukarż trepa, Panie Boże. A najbardziej

# Nowa Zelandia

## Równiny krwi

Południowa Wyspa przyciąga turystów przede wszystkim swym Zachodnim Wybrzeżem (West Coast). Warto jednak rozejrzeć się i zajrzeć w inne miejsca. Godne uwagi jest Otago rozciągające się od Dunedin – stolicy regionu – po Fiordland na południu wyspy i krainę Maniototo. Gdy Will proponuje wyprawę w rejon Otago, nie oponuję. – Nie pożałujesz – mówi. – Maniototo to ciekawa kraina, ciekawi ludzie, a West Coast nie ucieknie.

Droga z Wanaka do Ranfurly. Zwykła asfaltowa nitka. Nie czuję, że przemierzam jeden z najciekawszych zakątków naszego globu. Nowa Zelandia dociera do mnie dopiero wtedy, gdy Will zwraca moją uwagę na króliki i pasące się przy drodze dzikie kozy. – To dzikie zwierzęta – śmieje się Will. – Nie mają właściciela...

### Maniototo, czyli równiny krwi,

to surowa kraina. Obszar o nieokreślonych bliżej granicach. Klimat tu surowy. Temperatura latem dochodzi do 30 st. C, zimą do -15 st. C. Według najnowszych danych w Maniototo mieszka na stałe 1900 osób.

W roku 1800 jako jeden z pierwszych dotarł tu i docenił zalety miejsca John Turnbull Thomson, szkocki farmer. To jemu region zawdzięcza oryginalne nazwy miejscowości i miejsc. Na przykład miejscowość Gimmerburn

to znaczy młode jagnięta, a potok płynący przez Patearoa nazwano Sowburn (świnie). Nazwę pierwotną Eweburn (owce), zmieniono na Ranfurly – na cześć hrabiego Ranfurly, 15. gubernatora Nowej Zelandii. Kyeburn to krowy, zaś St Bathous to niewielka osada poszukiwaczy złota z Błękitnym Jeziorem (dziś to relikwiny przeszłości). Z kolei Serpentine to również mała osada poszukiwaczy złota, ale kiedyś był tam najwyższy w Nowej Zelandii położony kościół (930 m n.p.m.). W 1860 roku wybuchła tam gorączka złota i przyciągnęła ludzi.

Prosperity nie trwała jednak długo. Poszukiwacze odeszli, a Maniototo zmieniło charakter. Dziś równiny podzielono między ogromne farmy specjalizujące się w hodowli owiec i krów. Na wielu z nich żyją i gospodarują potomkowie pierwszych osadników ze Szkocji i Irlandii.

Maniototo to oryginalna maoryska nazwa tego obszaru – oznacza „równiny krwi”. Według jednego z nich chodzi o czerwone kępy traw (*red tussock*) falujących na wietrze, bo wtedy wyżyna zmienia się w falujące, czerwone morze. Według innych to nawiązanie do krwawych bitew z maoryskiej przeszłości.

### Ranfurly

to największa miejscowość Maniototo. Przejęło rolę głównego miasta regionu od Naseby, kiedy w 1898 roku doprowadzono tu linię kolejową z Dunedin.

W 1936 roku przeniesiono tu również biura Rady Hrabstwa Maniototo (Rada istniała do 1989 roku). Miejscowość – kolokwialnie mówiąc – nie powala. Tonąca w ciemnościach wieczoru i coraz większych strugach deszczu wydaje się opuszczona. Na głównej ulicy nie widać żywego ducha. Rozglądając się, mam wrażenie, że jestem gdzieś na Dzikim Zachodzie. Pustka wieje samotnością. Na szczęście pokój w motelu jest nowoczesny w najlepszym tego słowa znaczeniu.

Pub jest tutejszy, nowozelandzki, z barem nieokreślonego kształtu, bilardem, dużym telewizorem i nieodłącznym automatem bukmacherskim, nad którym wisi kilka monitorów z aktualnymi gonitwami (charty, klusaki, wyścigi konne) i rozemocjonowanym towarzystwem.

– *Rugby w ligowym wydaniu* – tłumaczy Will, wskazując na telewizor.

Zamawiamy piwo i rybę z frytkami na kolację. Trzeba się spieszyć, bo kuchnia pracuje tylko do 20. Will popija piwo, z uwagą obserwuje mecz i opowiada o regionie „krwawych równin”.

– *Ranfurly to mała miejscina, a jednak to główne centrum Maniototo. Znajdziesz tu wszystko, co potrzebne do życia. A do tego jest zabytkowa stacja kolejowa i szlak turystyczny dla cyklistów, koniarzy oraz pieszych, biegnący po trasie starych torów kolejowych* – mówi.

Gwar w pubie co jakiś czas przybiera na sile, gdy kolejny klient przelacza kanał, by rzucić okiem na inny ligowy mecz.

– Czy tu wszystko kręci się wokół rugby? – pytam. Will potwierdza, zdziwiony pytaniem.

Okazuje się jednak, że Otago i Maniototo to także regiony ściśle związane z curlingiem. W Naseby jest jedyna na półkuli południowej kryte lodowisko do curlingu i jedyny naturalny tor saneczkowy. Zimy są tu solidne; ludzie twardzi, odporni.

Maniototo ma też swoje filmowe i literackie oblicze: tereny pomiędzy Omakau i Ranfurly to w trylogii Petera Jacksona „Władca Pierścieni” kraina Rohanu; zdjęcia do filmu Jane Campion, „Psie pazury” (z główną rolą Benedicta Cumberbatcha) kręcone były w dolinie Ida, zaś obsada filmu przebywała w Naseby podczas zdjęć; w powieści Janet Frame „Living in the Maniototo” region ten pełni rolę metafory „krwawej równiny” ludzkiej wyobraźni. Nie czytałem wspomnianej książki, ale oba filmy zaliczyłem.

Rozmowę przerywa pojawienie się zamówionej ryby. Spore kartonowe pudło z dwiema porcjami ryby, które przyniosła osobaście kucharka, łąduje na stole. Na szczęście frytki dostajemy na osobnych kartonowych talerzach.



Patrzę na Willa. Uśmiecha się i wzrusza ramionami, co ma oznaczać, że wszystko jest w porządku. Kompan szczyrzy zęby, jakby chciał powiedzieć: – Witamy w surowym Maniototo.

### Rankiem Ranfurly

budzi nas deszczem. Zastanawiam się, jak zwiedzimy te krwawe równiny i poznamy interesujące miejsca. Moknąć nie mam zamiaru, więc chyba z okien samochodu? Całe miasteczko to główna ulica z kilkunastoma budynkami i jedno spore skrzyżowanie. Mam nieodparte wrażenie, że otacza mnie art déco. Budynek Ranfurly Hotel, Refreshment Rooms, Four Square Supermarket, spora piekarnia z murałem promującym stare miano regionu – Maniatoto, no i wisienka na torcie – stara, zabytkowa stacja kolejowa oraz tulące się do siebie domy po obu stronach głównego pasażu – nic innego, tylko art déco. Coroczny festiwal upamiętniający dziedzictwo Art Déco Ranfurly odbywa się tu w lutym każdego roku.

Pustka i cisza mokrego poranka. Kucharka z pubu, dziś sprzątająca chodnik, informuje nas, że najlepsza kawa jest w „e-café”. Tyle że kawiarnię otwierają dopiero o ósmej.

Rozglądamy się bezradnie. Przed nami pół godziny oczekiwania. Co robić? Siedzieć w samochodzie czy może powłóczyć się opustoszałymi ulicami.

Naprzeciw – stacja kolejowa. Zabytkowa, jeszcze z okresu gorączki złota. Jest kopia stacji z Dunedin, głównego miasta prowincji Otago. Tablice informacyjne obok dworca zawierają historię miasteczka i linii kolejowej. Stacja tętniła ongiś życiem, ale w 1990 roku pociągi przestały kursować, gdyż utrzymanie linii stało się nieopłacalne.

Tory rozebrano. Na ich miejscu jest obecnie wspomniany szlak turystyczny – Otago Central Rail Trail. Sam budynek zamieniono w centrum informacji turystycznej. Na tablicy informacyjnej dla przemierzających szlak znaleźć można praktyczne wskazówki. Na przykład: „Korzystaj z toalet przy szlaku”; „Nie zapewniamy papieru toaletowego”; „Śmieci zabierz ze sobą”; „Uważaj na zwierzęta hodowlane” (szczególnie w okresie cielenia się owiec) itp.

Obchodzimy to wszystko, nie zważając na deszcz. Obok stacji – „etnograficzna” ekspozycja starego sprzętu rolniczego.

Wreszcie zegarki wskazują ósmą. Na drzwiach „e-café” pojawia się tabliczka – open. Idziemy na kawę. Pod wiatą przystanku grupka cyklistów szykujących się do wyprawy dawnym szlakiem kolejowym. Podnieceni rozmawiają, śmieją się; cisza i spokój głównej ulicy odpływają na dzienny spoczynek. Życie bierze górę.

### Nieoczekiwane spotkanie

W kawiarni nie jesteśmy pierwszymi. Kilku miejscowych rannych ptaszków dyskutuje głośno. Staram się zrozumieć, ale idzie mi to niesporo. Zamawiamy kawę, do tego miejscowy specjał – kruche ciasto imbirowe.

– O czym tak zawzięcie dyskutują? – pytam.

– No wiesz? – oburza się Will. – Oczywiście, że o rugby. Mówią o wczorajszych meczach...

No tak. Oczywiście. O czym mogliby o tej porze dyskutować faceci przy porannej kawie w Nowej Zelandii?

Drzwi do kawiarni otwierają się i wysoki, dobrze zbudowany mężczyzna, w towarzystwie kobiety i dziewczynki, wciska się do środka. Mam wrażenie, że ledwo mieści się w drzwiach

TYGODNIK

**ANGORA**

PRZEGLĄD PRASY KRAJOWEJ I ŚWIATOWEJ

**KAŻDY ZNAJDZIE COŚ DLA SIEBIE**



lokalu. Ze zdumieniem zauważam, że facet chodzi w samych skarpetach. Nie dowierzam. Jak przeszedł po deszczu i nie zmoczył skarpet?

– Zostawił buty przed drzwiami. – mówi Will. – To farmer, więc pewnie nie chciał zabłoczyć podłogi.

Mówiąc to, Will uśmiecha się; zamienia z olbrzymem kilka słów. Mówią poprawnym angielskim, ale w nowozelandzkim wydaniu. Gość jest rzeczywiście farmerem. Cieszy się, że pada, i to już drugi dzień z kolei. Dla farmy deszcz o tej porze to prawdziwy dar. Do tego taki deszcz, spokojny, jednostajny, równy.

– Znasz go? – pytam.

– No przecież – Will patrzy na mnie zdumiony. – To Andrew Hor, wieloletni reprezentant Nowej Zelandii w rugby. Mistrz świata. Znam go jeszcze ze studiów na Uniwersytecie Otago w Dunedin. Kończył dwa lata przede mną.

Gdy wydaje mi się, że zacznę rozumieć otaczającą mnie rzeczywistość, nagle pojawia się coś, co przeczy mojemu przekonaniu. Andrew Hor, bożyszcze Nowej Zelandii, jeden z najlepszych graczy, wchodzi do kawiarni, w której piję kawę, do tego w samych skarpetach, zamawia śniadanie i pije kawę z małżonką i córką tuż obok mnie. Do tego jest zwykłym farmerem. Niewiarogodne. Przed oczami stają mi nasi piłkarze...

Nie, nie będę porównywał. W internecie sprawdzam, czy Will ma rację. Oczywiście – ma. Andrew od 2019 roku prowadzi rodzinną farmę. Na 20 tys. akrów (8 tys. ha) hoduje owce. Farma jest w jego rodzinie od 110 lat. Normalny gość. Jestem pod wrażeniem.

Kończymy kawę. Will proponuje wypad w interior na farmę znajomych. – *Zobaczysz okolice, poznasz ludzi, pogadamy o życiu tu, nietatwym, ale ciekawym* – mówi. – *Znajdziecie wspólny język; gospodarze, jak ty, są myśliwymi.*

Wychodząc z kawiarni, Will mówi do Andrew, że jedziemy na farmę do Berta, i może, jak deszcz pozwoli, zapalujemy na jelenie. Farmer, były mistrz świata, uśmiecha się.

– Tylko uważajcie, nie straszcie owiec – są ciężarne, a nie długo czas cielenia.

Na progu przekonuję się, że Will miał rację. Obłoczone farmerskie buciorzy stoją grzecznie, czekając na właściciela. Deszcz pada, mimo to nie rezygnujemy z wyprawy do serca Maniototo. Bert, kolejny farmer, informuje Willa przez telefon, że czeka i że mimo deszczu idziemy w góry. Nie mamy wyjścia, jedziemy po przygodę, choć to już zupełnie inna historia...

**Tekst i fot.:**  
**SŁAWOMIR GALICKI**  
Angora 45/2023

## Wyzdrowiała i śpiewa



Madonna

Fot: EastNews

**Lepiej późno niż wcale. 14 października Madonna rozpoczęła trasę „Celebration Tour” („Uroczysta trasa”), która uświetnia 40. rocznicę wydania jej pierwszego longplaya. Składa się na nią 78 koncertów w 15 krajach. Artystka zainaugurowała pierwszy występ utworem „Nothing Really Matters”, po czym zaprezentowała jeszcze prawie 30 piosenek. Były wśród nich „Erotica”, „Vogue”, „Die Another Day” (z filmu o przygodach Jamesa Bonda), „Into the Groove” i „Justify My Love”.**

A niewiele brakowało, aby do tournée nie doszło. Jego start planowany był na 15 lipca w Vancouver. Tymczasem w czerwcu piosenkarka trafiła na szpitalny oddział intensywnej opieki, po tym jak straciła przytomność w swoim nowojorskim mieszkaniu. Okazało się, że cierpi na bakteryjną infekcję, którą zaostrzyło wycieńczenie organizmu po intensywnych próbach.

Żeby zapewnić widzom atrakcyjne koncerty, piosenkarka pracowała bez wytchnienia, przez co nadwyrężyła organizm. A przecież swoje lata ma i nie tak dawno przeszła operację biodra. Pod względem roku urodzenia mogłaby uściskać rękę Michaelowi Jacksonowi i Prince'owi, gdyby ci muzycy nie zdążyli odejść (Jackson zmarł 25 czerwca 2009 roku w wieku 50 lat, a Prince 21 kwietnia 2016, mając 57). Urodziła się bowiem podobnie jak oni w 1958 roku, dokładnie 16 sierpnia. Skończyła więc w tym roku 65 lat.

„Chcę rządzić światem!” – oznajmiła w wywiadzie na początku kariery. Może nad całym światem nie udało się jej zapanować, ale jego część muzyczną ma pod kontrolą. Zaczynała jak kopciuszek, a skończyła jako królowa popu! Kiedy przyjechała w 1978 roku z prowincjonalnego Bay City (amerykański stan Michigan), gdzie przyszła na świat, do Nowego Jorku, miała

przy sobie zaledwie 35 dolarów. Teraz należy do najlepiej zarabiających piosenkarek, a jej majątek netto oceniany jest na 850 mln dolarów (według „Daily Mail”).

Zawodową karierę rozpoczęła od sprzedaży paczków w barze sieci Dunkin' Donuts. Nie pracowała tam długo. „Wyrzucili mnie, bo bawiłam się wtryskarką do dżemu”. W roli wokalistki zadebiutowała w Paryżu, gdzie śpiewała w zespole wokalnym towarzyszącym Patrickowi Hernandezowi. Kiedy wróciła do Nowego Jorku, w rozwoju muzycznej kariery pomógł jej ówczesny partner, nowojorski didżej Mark Kamins (zmarł 14 lutego 2013 roku w wieku 57 lat). „Musiałam mu sporo obiecać, żeby puścił kasetę z piosenką «Everybody» w moim wykonaniu. Kiedy to zrobił, wszyscy wstali i ruszyli do tańca. Poczulałam nagły przypływ szczęścia. Moje marzenie się spełniło”. Kasetę trafiła do Seymoura Steina, szefa Sire Records, który zgodził się wydać „Everybody” na singlu (premiera 6 października 1982 roku).

Estradowa triumfy zainaugurowała tanecznym utworem „Holiday” (1983). Rok później jej kolejna singlowa piosenka, zatytułowana „Like a Virgin” („Jak dziewczyna”), dotarła na szczyt amerykańskiego zestawienia przebojów. Madonna zaśpiewała ten utwór w 1984 roku na pierwszej gali nagród MTV. Spółób, w jaki go zaprezentowała, zbulwersował odbiorców. Ubrana w białą ślubną suknię z welonem turlała się po estradzie, odsłaniając podwiązki i skąpo zasłonięte pośladki. „Kiedy skończyłam i wróciłam do garderoby, mój menedżer powiedział, że to koniec mojej kariery” – wspomina artystka ze śmiechem. „Były to czasy, kiedy nie należało popy pokazywać, żeby zdobyć sławę. Teraz jest odwrotnie”.

Madonna wydała do tej pory 14 studyjnych albumów. Jeśli zliczyć wszystkie jej krążki (zarówno single, jak i płyty długogrające),

to ich łączny nakład oceniany jest na blisko 300 milionów. Ma na koncie 7 nagród Grammy. Trasa „Celebration Tour” wzbudza zachwyt i dostarcza sensacji. Nie tylko z uwagi na wokalne umiejętności bohaterki, bo fani mieli 40 lat, żeby je poznać, i nie z powodu tanecznej choreografii, w której Madonna dotrzymuje kroku o wiele młodszym członkiniom towarzyszącego jej baletu. Widzów nie szokują również co rusz inne stroje piosenkarki – a przebierała się 9 razy – oraz pomysłowe inscenizacje piosenek. One też są regułą podczas jej koncertów.

W O2 Arena były jednak inne niezapowiedziane momenty. Madonna skomentowała atak Hamasu na Izrael. „Serce mi pęka, gdy patrzę na to, co dzieje się w Izraelu i Palestynie” – powiedziała zgromadzonym, po czym nawoływała do zapewnienia pokoju na świecie.

Nawiązała też do swojej niedyspozycji, przez którą trzeba było odroczyć początek tournée. „Nie sądziłam, że sobie z tym poradzę. Przez pięć dni nie wiedziałam, gdzie jestem i co się ze mną dzieje”. Gdyby nie jej dzieci, trudno byłoby jej przezwyciężyć kryzys. „One zawsze mnie ratują. Muszę przy nich być i dla nich przetrwać”. Madonna ma sześciu dzieci – dwoje własnych i czworo adoptowanych. Śpiewały i tańczyły z nią na scenie. Jedynie 23-letni syn Rocco był na

widowni. Podczas utworu „Burning Up” siadł mikrofon. Madonna uratowała sytuację, opowiadając o swojej młodości, aby dźwiękowcy mogli usunąć awarię. „Zasłałam tak daleko dzięki wam!” – oświadczyła widzom, popijając z butelki piwo. Mówiła o utarczkach z ojcem, który odmówił jej pomocy finansowej, bo chciał, żeby rzuciła Nowy Jork. „Ale nie posłuchałam go, bo nie zniechęcam się łatwo”. Mieszkała wtedy w sali prób zespołu, z którym grała na gitarze, a na randki z mężczyznami chodziła w zamian za możliwość skorzystania z ich prysznicza.

Koncert był okazją do uhonorowania kilkorga zmarłych artystów. W końcówce hitu „Like a Prayer” na scenie pojawił się hologram Prince'a, a z głośników zabrzmiała jego gitarowa solówka. Był też hołd dla Michaela Jacksona. Zdjęcia autora „Billie Jean” towarzyszyły fragmentom jego nagrań przeplatanych wstawkami z piosenki „Like a Virgin”. Podczas „Live To Tell” na telebimach wokół sceny zagościły fotki ludzi związanych z Madonną w przeszłości i przez nią podziwianych (od artysty Martina Burgoyne'a, kierownika jej pierwszej klubowej trasy i projektanta okładki singla „Burning Up”, po Freddiego Mercury'ego). Z kolei śpiewając musicalowy utwór „Don't Cry For Me Argentina”, Madonna miała na ramionach flagę Ukrainy, a obok niej wyświetlono zdjęcie Sinéad O'Connor.

**GRZEGORZ WALENDA**

Angora 44/2023

Koncert  
**Gwiazd**

**GOLEC 4ORKIESTRA**

**13.01.2024** EUROPAHALLE  
Castrop-Rauxel / Dortmund

**14.01.2024** STADTHALLE  
Offenbach / Frankfurt am Main

**Najpiękniejsze kolędy & pastorałki**

[www.koncert-gwiazd.de](http://www.koncert-gwiazd.de)  
Infolinia: 0241 - 16 91 838

# Dobre rady

Nawyki dla zdrowia i dobrego samopoczucia

# Jak dożyć późnej starości

**W dzisiejszych czasach żyjemy dłużej i lepiej niż kiedykolwiek w dziejach ludzkości.**

**Niewiarygodny postęp w dziedzinie opieki zdrowotnej sprawił, że ludzie pokonali wiele chorób i cieszą się dobrym zdrowiem do 70., a nawet 80. roku życia. Bodaj najszybciej rosnącą grupą wiekową w Ameryce są obecnie dziewięćdziesięciolatek, stułatkowie i osoby jeszcze starsze. Twoim zadaniem jest dołączyć do tej grupy i zachować sprawność fizyczną oraz zdrowie aż do końca życia.**

Dotychczas w historii ludzkości długość życia była kwestią przypadku. Dzisiaj jest ona skutkiem świadomych wyborów i celowych działań. Już teraz możesz sobie postanowić, że będziesz się cieszyć doskonałym zdrowiem fizycznym do końca swoich dni. Jeżeli wykształcisz konkretne nawyki związane ze zdrowiem, będziesz żyć dłużej i lepiej, niż miały szansę wszystkie wcześniejsze pokolenia.

## Postanów sobie, że będziesz zdrowy i wysportowany

Pierwszą rzeczą, na której należy się skupić, jest osiągnięcie i utrzymanie właściwej wagi. Ponad 85 milionów dorosłych Amerykanów to osoby otyłe. To oznacza, że ważą oni o ponad 20 procent więcej, niż jest im idealna waga według wykresów wzrostu i wagi. Co gorsza, wiele milionów należy do oficjalnej kategorii osób chorobliwie otyłych, czyli takich, które ważą 40 – 50 procent więcej, niż wynosi ich idealna waga. Osoby te mają tak ogromną nadwagę, że zagraża ona ich życiu.

Pewna otyła osoba poskarżyła się lekarzowi: „Jestem otyła przez moją gruczoły”, na co lekarz jej odpowiedział: „To prawda. Problemem jest pani gruczoł ust, który szwankuje wiele razy dziennie”.

To, kim i jaki jesteś teraz i będziesz w przyszłości, jest efektem twoich decyzji i wyborów. Jeżeli chcesz zmienić jakiś aspekt swojego życia, musisz zacząć podejmować inne decyzje i dokonywać innych wyborów, a potem konsekwentnie się ich trzymać.

Nadwaga to w dużej mierze kwestia wyboru. Nikt nie wkłada ci jedzenia do ust na siłę. To, co jesz i w jakich ilościach, jest skutkiem twoich własnych decyzji i działań. Każdy, kto ma nadwagę, sam doprowadził się do takiego stanu, ponieważ przez długi czas nie potrafił się powstrzymać na widok jedzenia.

## Sekret dobrego odżywiania się

Jedynym sposobem na osiągnięcie doskonałego zdrowia jest

i przyklej do niego zdjęcie swojej twarzy. Powieś ten fotomontaż na drzwiach łodówki, a drugi, podobny, przyklej do lustra w łazience. Regularnie karm swój umysł tym obrazem przedstawiającym ciebie z idealnym ciałem, aż wreszcie twoja podświadomość zaakceptuje go jako polecenie i zacznie wpływać na twoje myśli, uczucia i zachowania.

Wciąż na nowo powtarzaj sobie: „Ważę X kilogramów. Ważę X kilogramów. Ważę X kilogramów”. Kiedy połączysz wizualizację z afir-

skojeniem między delikatnym głodem i jedzeniem małych porcji a poczuciem lekkości i zadbania. Kiedy wykształcisz nawyk cieszenia się tym, że jesz mniej i więcej ćwiczysz, z czasem przybierze on na sile, aż wreszcie problemy z wagą całkowicie znikną.

## Jedz odpowiednie produkty

Drugim nawykiem, który musisz ćwiczyć, jeśli chcesz żyć długo, w dobrym zdrowiu i świetnej kondycji, jest jedzenie właściwych produktów. Musisz się nauczyć jeść odpowiednie produkty w zalecanych proporcjach i o odpowiednich porach.

Każdy wie, że jego dieta powinna być bardziej zbilansowana i zawierać więcej owoców, warzyw oraz produktów pełnoziarnistych. Oprócz stosowania tej podstawowej zasady możesz zrobić jeszcze kilka rzeczy, żeby zmodyfikować swoją dietę i wykształcić nawyk dobrego odżywiania się, który przyniesie zarówno utratę wagi, jak i wyższy poziom energii i sprawności fizycznej.

Podczas igrzysk olimpijskich w Los Angeles w 1984 roku przebadano sportowców z ponad 120 krajów, żeby zidentyfikować elementy wspólne w ich diecie. Badacze odkryli, że chociaż diety poszczególnych sportowców zawierały wiele różnych składników, w każdej z nich można było znaleźć takie produkty, jak owoce i warzywa, chude mięso jako źródło białka, a także duże ilości wody. Tak odżywiają się osoby mające szczytową formę i startujące w olimpiadzie.

## Trzy białe trucizny

Wzorowanie się na dietach najlepszych sportowców, aby osiągnąć szybki spadek wagi i poprawić funkcjonowanie całego organizmu, to jedno; oprócz tego należy również wykształcić nawyk eliminowania ze swojej diety „trzech białych trucizn”: soli, cukru i mąki. Ta prosta zmiana przynosi niewiarygodne efekty u każdego. Wszyscy moi studenci, którzy zastosowali się do tej rady, są kompletnie zaskoczeni tym, jak szybko zobaczyli wymierne rezultaty.

Organizm przeciętnej dorosłej osoby potrzebuje około kilograma soli rocznie, aby mógł idealnie funkcjonować. Niestety, przeciętny dorosły Amerykanin spożywa dużo więcej niż kilogram soli rocznie – ukrytej w wielu różnych produktach. Prawie wszystkie fast foody i przekąski, takie jak między innymi orzeszki ziemne, chipsy i krakersy, zawierają duże ilości soli. Ponadto wiele osób soli swoje posiłki, zanim jeszcze weźmie pierwszy łyk.

Kiedy spożywasz więcej soli, niż potrzebujesz, organizm musi zrównoważyć ten nadmiar. W tym celu zatrzymuje wodę, tworząc roztwór soli. W rezultacie człowiek puchnie i czuje się nadęty. A to jeszcze nie wszystko. Nadmiar soli może doprowadzić do wzrostu ciśnienia krwi, osłabienia, problemów z trawieniem, bezsenności, tików nerwowych, a także ogólnego poczucia zmęczenia.

Gdy przestaniesz spożywać produkty zawierające duże ilości soli i solić swoje posiłki, natychmiast poczujesz się lepiej. W jedzeniu jest tak dużo soli, że nie potrzebujesz jej dodatkowych ilości. Bardzo możliwe, że nawet stosując się do tych rad, będziesz spożywać jej za dużo.

## Wyliminuj wszystkie cukry

Drugą białą trucizną jest wszystko, co zawiera cukry. Nadmierne spożycie cukru jest tak szkodliwe, że twoje samopoczucie zmieni się niemalże z dnia na dzień, jeśli przestaniesz spożywać wszystko, co zawiera cukier.

Kiedy byłeś dzieckiem, wykształciłeś nawyk kojarzenia słodkości ze szczęściem, przyjemnością i nagrodą. Jako dorosły nadal fundujesz sobie te same przyjemności, pijąc gazowane napoje oraz jedząc cukierki, ciasta, desery i inne słodkości.

Człowiek nie potrzebuje dodatkowego cukru, żeby jego organizm mógł sprawnie funkcjonować i być w pełni zdrowy. Jednak przeciętny dorosły Amerykanin spożywa około 35 dodatkowych kilogramów cukru rocznie. Wystarczy, że wyliminujesz wszystkie produkty zawierające cukier i sól, a twoja waga spadnie niemalże natychmiast.

Niech twoim nawykiem stanie się jedzenie posiłków zawierających węglowodany złożone obecne w owocach, warzywach i produktach pełnoziarnistych. Są to wysokoenergetyczne składniki diety, które muszą zostać rozłożone w procesie trawienia, aby energia została uwolniona. Takie posiłki zawierają również duże ilości witamin i składników mineralnych, które są przyswajane przez organizm w procesie trawienia.

## Unikaj „słodkiego kopa”

Natomiast węglowodany proste – czyli te, które znajdują się w słodczych – są trawione właściwie od razu i uwalniane do krwiobiegu. To dlatego często czujesz „słodkiego kopa” po wypiciu słodzonego napoju gazowanego albo zjedzeniu pączka albo batona. Jeszcze gorsze jest to, że po spożyciu takiego napoju lub posiłku poziom glukozy,



Nie należy jeść oczami, ale należy wiedzieć, kiedy odejść od stołu Fot. aigis.club

wyćwiczenie nawyku, który polega na tym, że każdego dnia jesz mniej i ćwiczysz więcej. Pamiętaj jednak, że tak jak przybieranie na wadze trwa miesiące i lata, tak samo będziesz potrzebować sporo czasu, żeby zrzucić nadwagę, gdy podejmiesz taką decyzję.

Nie jest łatwo schudnąć. Przyczyną są automatyczne nawyki żywieniowe, z którymi trudno jest zerwać. Masz określony rytm jedzenia określonych produktów i posiłków rano, w południe i wieczorem. Przyzwyczajasz się do przekąsek między posiłkami i dużego obiadu pod wieczór. Nie jest łatwo zerwać z takimi nawykami, ale na pewno jest to możliwe. I taki właśnie jest twój cel.

## Określ swój cel: doskonale zdrowie fizyczne

Aby uzyskać idealną wagę, musisz najpierw określić konkretny cel, który będzie mówił o twojej wymarzonej wadze oraz o tym, kiedy chcesz ją osiągnąć. Zapisz te dane. Zrób listę wszystkiego, co twoim zadaniem możesz zrobić, żeby ten cel zrealizować. A potem podejmij te działania i pracuj codziennie nad osiągnięciem swojego celu – tak długo, aż uzyskasz wymarzoną wagę.

Jednocześnie stwórz w myślach konkretny obraz siebie jako osoby szczupłej, zadbanej i wysportowanej. Wytnij z jakiegoś czasopisma zdjęcie ciała, które ci się podoba,

macją i dodasz do tego codzienne działania wspomagające osiągnięcie idealnej wagi, twoje zdrowie i kondycja zaczną szybko się poprawiać, niemalże bez żadnego wysiłku z twojej strony.

Bądź dla siebie łagodny. Nie próbuj zrzucić dużej liczby kilogramów w krótkim czasie. Przybieranie na wadze trwa długo i tak samo schudnięcie i utrzymanie prawidłowej wagi też musi trochę potrwać.

## Przeprogramuj swoje myślenie o jedzeniu

Główną przyczyną nadwagi jest to, że ludzie nawykowo kojarzą jedzenie z przyjemnością. Jak wiesz, każda motywacja człowieka sprawdza się do pragnienia przejścia od bólu do przyjemności, od dyskomfortu do komfortu i od niezadowolienia do satysfakcji. Jako dziecko byłeś nagradzany smakołykami i pysznymi deserami, gdy zjadłeś cały obiad albo zrobiłeś coś, co spodobało się rodzicom. Teraz, jako osoba dorosła, masz wykształcony nawyk kojarzenia szczęścia z jedzeniem smacznych rzeczy i byciem akceptowanym przez innych.

Aby osiągnąć idealną wagę, musisz zmienić myślenie zaprogramowane w twojej podświadomości. Musisz rozłączyć przewody w swojej głowie i połączyć je na nowo, tak abyś zaczął czerpać prawdziwą przyjemność z tego, że jesz mniej i masz szczuplejszą sylwetkę. Musisz stworzyć pozytywne

czyli cukru, we krwi nagle wzrasta. A wtedy organizm przechodzi w „tryb awaryjny”, uwalniając insulinę, która pomoże usunąć nadmiar cukru. Efekt jest taki, że po jednej albo dwóch godzinach odczuwasz nagły spadek energii. Nadmiar insuliny uwolnionej do organizmu powoduje usunięcie tak dużych ilości cukru, że czujesz się osłabiony, a nawet oszołomiony przez kilka godzin po spożyciu słodkiego posiłku lub napoju.

## Unikaj produktów z białej mąki

Trzecią białą trucizną, której musisz unikać, jest wszystko, co zawiera białą mąkę, czyli na przykład biały chleb i białe bułki oraz wszelkiego rodzaju wyroby cukiernicze. Węglowodany zawarte w ziemniakach, ryżu i makaronie również sprzyjają przybieraniu na wagę.

Produkty pełnoziarniste są inne. Mają mnóstwo witamin, składników mineralnych oraz wartościowych białek. Zawierają wyłącznie węglowodany złożone. Już niewielkie ich ilości pozwalają zaspokoić apetyt, a oprócz tego zawierają mnóstwo składników odżywczych, które dają poczucie zadowolenia i lekkości, a nie ociążałości i pełnego żołądka.

Innym powodem, dla którego należy unikać takich produktów, jest skład białej mąki: powstaje ona na skutek zmielenia zboża do konsystencji bardzo drobnego proszku i usunięcia większości składników odżywczych. To, co pozostaje, jest następnie wybielane, co prowadzi do zabicia wszystkich pozostałych wartościowych substancji. W rezultacie otrzymujesz całkowicie „obojętne” jedzenie – właściwie martwe i niemające żadnej wartości odżywczej.

Kiedy spożywasz produkty z białej mąki, takie jak chleb, bułka lub bagietka, dostarczasz organizmowi wyłącznie węglowodanów, które nie zawierają żadnych witamin ani składników mineralnych. Wyeliminowanie z diety produktów z białej mąki powoduje natychmiastową utratę wagi i przyrost energii. Poczujesz się lżejszy i będziesz mieć więcej sił witalnych przez cały dzień.

## Czas jest ważny

To, kiedy jesz, jest prawie tak samo ważne jak to, co jesz. Dietetycy obliczyli, że człowiek potrzebuje około 2 tys. kalorii dziennie, żeby mógł sprawnie funkcjonować. Natomiast pory posiłków wpływają na to, czy tyjeś, czy chudnieś. Jeżeli 80 procent z tych 2 tys. kalorii zjedasz na śniadanie i lunch, a tylko 20 procent przyjmiesz po godzinie 14, twoja waga powoli spada. Jeśli natomiast jesz lekkie śniadanie, lekki obiad i obfita kolacja – czyli przyjmujesz 60–80 procent kalorii po godzinie 14 – będziesz przybierać na wagę, mimo że liczba kalorii jest taka sama (2 tys.).

Dlatego obiecaj sobie, że od dziś będziesz stosować się do rady guru

dietetyki Adele Davis: „Śniadanie jedz jak król, obiad jak książę, a kolację jak żebrak”. Jeżeli zdyscyplinujesz się do jedzenia lekkich i chudych posiłków wieczorami oraz do niejedzenia niczego w ciągu ostatnich trzech godzin przed pójściem spać, będziesz mieć lepszy sen, a po przebudzeniu poczujesz się bardziej wypoczęty i rześki.

## Wyłącz apestat

Niech twoim nawykiem stanie się spożywanie tylko połowy porcji i wybieranie lekkich posiłków zamiast tłustych i ciężkich. Wybieraj lepsze produkty, zawierające więcej składników odżywczych, i jedz ich mniej. Nakładaj sobie porcję na mniejszy talerz i przestań jeść w momencie, gdy poczujesz, że już nie jesteś głodny.

Organizm człowieka jest wyposażony w tzw. apestat, który reguluje głód. Działa on na takiej samej zasadzie jak termostat odpowiedzialny za utrzymywanie stałej temperatury w pomieszczeniu. Apestat odpowiada ci, kiedy jesteś głodny, i działa jeszcze około 20 minut po tym, jak ugryziesz pierwszy kęs. Po upływie tego czasu się wyłącza, a ty przestajesz odczuwać głód. Od tego momentu nie jesz już po to, żeby dostarczyć swojemu organizmowi składniki odżywcze, lecz wyłącznie dla przyjemności.

Możesz celowo wyłączyć apestat, rozpoczynając posiłek od zupy, owoców albo warzyw. Powoli jedząc i przeżuując posiłek, wydłużysz jego pierwszą fazę tak, że przekroczy ona granicę 20 minut. W ten sposób zabijesz głód i zaspokoisz apetyt, dzięki czemu nie zjesz tak dużo i poczujesz się lepiej. Ta sztuczka sprawi, że zaczyniesz jeść mniej, a twoja waga spadnie. Nawet zjedzenie czegoś małego, na przykład owocu albo kilku orzechów, rozpocznie proces wyłączenia apestatu i ułatwi ci odejście od stołu.

## Dużo ćwicz

Trzeci nawyk, który musisz wykształcić, to regularne ćwiczenia fizyczne. Wiele osób, które kiedyś aktywnie uprawiały sport, przestało ćwiczyć po ukończeniu 20. roku życia albo nawet wcześniej. Tymczasem ludzkie ciało, składające się z setek mięśni, musi być regularnie ćwiczone przez całe życie.

Postaraj się wykształcić nawyk uruchamiania wszystkich swoich stawów i mięśni każdego dnia, bo dzięki temu będą sprawne i elastyczne. Regularne ćwiczenia sprawiają, że masz lepsze poczucie równowagi i większy zakres ruchów. Dodatkowo zmniejszają prawdopodobieństwo wystąpienia bólu mięśni lub stawów.

Niech twoim nawykiem będzie ćwiczenie przez 200 minut tygodniowo. Gdyby twoją jedyną aktywnością fizyczną były codzienne 30-minutowe spacerki, byłbyś jedną z najbardziej wysportowanych osób w naszym społeczeństwie. A jeśli

zdyscyplinujesz się, żeby jeździć na rowerze stacjonarnym, biegać na bieżni, pływać, uprawiać jogging albo wykonywać dowolne ćwiczenia aerobowe, które przyspieszają oddech i bicie serca, już po krótkim czasie znacząco poprawisz stan swojego zdrowia i będziesz mieć dużo więcej energii.

Wielu ludzi nie lubi ćwiczyć – to



Każdego dnia trzeba uruchamiać swoje stawy i mięśnie

Fot. Wikipedia

bardzo niedobrze. Jeżeli twoim celem jest żyć długo i cieszyć się dobrym zdrowiem, być szczupłym, zadbany i atrakcyjnym dla płci przeciwnej, mieć wysokie poczucie własnej wartości i być dumnym z własnego wyglądu, to koniecznie musisz być w dobrej formie.

## Zatroszcz się o siebie

Następnym nawykiem potrzebnym do tego, aby cieszyć się doskonałym ogólnym zdrowiem, jest zapewnienie swojemu organizmowi odpowiedniego wypoczynku. Do osiągnięcia optymalnej wydajności potrzebujesz 7–8 godzin snu na dobę. Jeżeli śpisz mniej niż 6–7 godzin na dobę i pracujesz tak samo ciężko jak normalnie, w końcu zaczynasz cierpieć na niedobór snu.

Zacuje się, że ponad 60 procent Amerykanów funkcjonuje w warunkach swoistej „mgły”. Chodzą spać za późno – często po zjedzeniu późnego posiłku – a potem źle śpią, budzą się niewypoczęci i w ciągu dnia nie są w stanie osiągnąć pełni swoich możliwości, zarówno pod względem umysłowym, jak i fizycznym.

To, jak się czujesz sam ze sobą i jak postrzegasz swoje osiągnięcia w pracy i w życiu osobistym, możesz zmienić, chodząc spać codziennie przed 22 i dbając, aby każdej nocy dobrze się wyspać. Wielu ludzi po wydłużeniu czasu spania z 5–6 godzin do 7 albo 9 jest zaskoczonych, widząc, jak wielkie zmiany zaszły w ich życiu. Mają lepszy refleks i jaśniejszy umysł, a ponadto są bardziej czujni, kreatywni i bystrzy. Zapewnienie organizmowi odpowiedniej ilości snu jest naprawdę ważne.

## Regularnie rób sobie wakacje

Zachęcam wszystkich, aby postawili sobie za cel wygospodarowanie 120–150 dni wolnego każdego

roku. Na początku podchodzą do tego sceptycznie. Twierdzą, że to jest niemożliwe. Że nie da się tego zrobić. Są zbyt zajęci. Mają za dużo do zrobienia. Nie mogą sobie zrobić aż tyle wolnego, bo inaczej nie nadążą ze wszystkim w pracy.

Jeżeli jednak wykształcisz nawyk odpoczynku od pracy w każdy weekend i przeznaczania tego

czasu na podładowanie umysłowych i fizycznych akumulatorów, osiągniesz liczbę 104 dni w ciągu roku. Jeżeli zrobisz sobie wolne we wszystkie dni ustawowo wolne od pracy, dostaniesz jeszcze 13 dodatkowych dni, co razem da 117 dni. Jeżeli oprócz tego weźmiesz urlop na 2–4 tygodnie każdego roku i wyjedziesz w tym czasie na wakacje, podczas których odłożysz wszystkie sprawy zawodowe na bok, uzyskasz liczbę 130–145 dni rocznie, nawet tego nie zauważając.

Kiedy zaczniesz częściej robić sobie wolne, z twoją pracą stanie się coś niezwykłego. Twój umysł się rozjaśni, a ty staniesz się bardziej czujny. Zaczynasz przejawiać większą bystrość umysłu i kreatywność. Będziesz nieustannie wymyślać nowe rzeczy, dzięki którym osiągniesz dużo więcej niż ludzie dookoła ciebie.

Im bardziej czujesz się wypoczęty dzięki temu, że chodzisz wcześniej spać i regularnie robisz sobie wakacje, tym bardziej rośnie twoja wydajność – popełniasz mniej błędów i szybciej się pnieś po szczeblach kariery.

## Wcześniej kładź się spać i wcześniej wstawaj

Oprócz zapewnienia sobie odpowiedniego odpoczynku warto wykształcić nawyk wczesnego chodzenia spać i wczesnej pobudki. Prawie wszyscy ludzie sukcesu postępują zgodnie ze starym powiedzeniem: Kto rano wstaje, temu Pan Bóg daje.

Kiedy wstajesz wcześniej – o 5.30 albo o 6 rano – masz wystarczająco dużo czasu na zaplanowanie swoich zajęć w pracy oraz całej reszty dnia. Wstając wcześniej, zyskujesz okazję, żeby pomyśleć, przemyśleć różne sprawy i podyktować. Możesz rozpocząć nowy dzień na spokojnie, a nie w biegu,

wykonywać w pośpiechu wszystkie poranne czynności, żeby zdążyć do pracy.

Ćwicz nowy nawyk skupiania się na swoim wnętrzu podczas pierwszej godziny każdego dnia. Przeczytaj coś inspirującego, motywującego lub pouczającego. Przepisz swoje cele i zastanów się nad nimi.

Henry Ward Beecher napisał: „Pierwsza godzina poranka to ster dla całego dnia”. Kiedy zainwestujesz tę pierwszą godzinę w siebie, reszta dnia przebiegnie bardziej gładko, a ty osiągniesz wyższy poziom wydajności i skuteczności.

Wykształć nawyk spożywania doskonałego, bogatego w białko śniadania, w którym nie ma miewska na tosty, boczek ani parówki. Jedz pożywny lunch – najlepiej, jeśli będzie się on składał z sałaty i elementu białkowego, takiego jak kurczak albo ryba. Jedz lekką kolację, której głównym składnikiem będą warzywa. Może ona zawierać niewielką ilość białka, ale żadnego chleba, bułek, ryżu ani makaronu. Jeżeli takie odżywianie wejdzie ci w nawyk, wkrótce odzyskasz kontrolę nad swoją wagą i nad własnym zdrowiem.

## Pij dużo wody

Oprócz pilnowania wagi, diety, ćwiczeń i wypoczynku, zadbaj o odpowiednie nawodnienie organizmu. Coraz więcej ludzi odkrywa, że picie dużych ilości wody w ciągu dnia jest jedną z najważniejszych rzeczy, jakie można zrobić dla swojego zdrowia.

Przeciętna osoba popija wodę w ciągu dnia, ale to nie wystarczy. Potrzebujesz około 2 litrów wody dziennie, żeby zapewnić organizmowi właściwe nawodnienie. Zamiast sporadycznie popijać wodę z butelki, wypijaj pełną szklanek wody przynajmniej raz na godzinę.

Jeżeli nie wiesz, czy twój organizm jest właściwie nawodniony, wystarczy, że sprawdzisz kolor swojego moczu. Kiedy pijesz odpowiednio dużo wody, mocz jest prawie przezroczysty. Gdy natomiast jesteś odwodniony, mocz ma barwę ciemnożółtą, a czasami nawet brązową.

Można przesadzić w drugą stronę i wypijać za dużo wody, ale żeby to zrobić, musiałbyś pić wiele litrów dziennie. Wystarczy, że będziesz pić 8–10 szklanek wody każdego dnia.

Picie dużych ilości wody przynosi organizmowi wiele korzyści. Najważniejszą z nich jest to, że odpowiednie nawodnienie pomaga oczyścić organizm z toksyn, a to detoksykacyjne działanie jest widoczne przez cały dzień. Pijąc dużo wody, wypłukujesz z ciała nadmiar soli i cukru oraz inne toksyny, które negatywnie wpływają na twoje zdrowie i wydajność. Dzięki temu twój umysł staje się jaśniejszy, a ty jesteś bardziej czujny. Potrafisz pracować w skupieniu i wyzwalać w sobie większą kreatywność.

# Włącz myślenie!

## Jak dożyć późnej starości

→ 19

Jeżeli masz nadwagę, picie dużych ilości wody pomoże wypłukać z ciała nadmiar soli, który sprawia, że czujesz się grupy i nadęty. Ułatwi ci również zrzućenie wagi.

### Regularnie się badaj

Twoim nawykiem powinny być regularne kontrole u lekarza i dentystry. W dzisiejszych czasach mamy najbardziej zaawansowaną technologię medyczną i najlepszych lekarzy w całej historii świata, dzięki czemu możemy żyć dłużej i cieszyć się lepszym zdrowiem. Jednak to wszystko na nic się zda, jeśli nie będziesz się regularnie badać.

Wiele chorób zagrażających życiu, takich jak choroby serca oraz nowotwory, można wykryć na wiele lat przed tym, zanim staną się niebezpieczne. Wystarczy systematycznie się badać. Okropnie jest się dowiedzieć, że któryś z twoich najbliższych zmarł na raka lub na chorobę serca, dlatego że odkładał wizytę u lekarza, aż w końcu było już za późno. Nie pozwól, żeby tak było i z tobą.

### We wszystkim ćwicz umiarkowanie

Ćwicz nawyk umiarkowania we wszystkim. Wiesz już, że powinieneś jeść mniej, niż jest w stanie pomieścić twój żołądek. Tę samą zasadę umiarkowania stosuj do innych rzeczy, które spożywasz – zwłaszcza do alkoholu.

Według badania Alameda County, w którym przez 20 lat obserwowano prawie 7 tys. osób, do najważniejszych przodkowych nawyków należą „konsumpcja alkoholu w ilości od umiarkowanej do zero” i „nie palenie”. Jednym z największych zabójców w dzisiejszym społeczeństwie jest marskość wątroby. W czołówce znajdują się też pijani kierowcy, którzy powodują wypadki na drogach. Spożywanie alkoholu w umiarkowanych ilościach jest nawykiem, który musi ćwiczyć każda osoba chcąc żyć długo i szczęśliwie.

### Czysty jak iza

Niech twoim nawykiem będzie dbanie o czystość i higienę we wszystkich obszarach życia. Regularnie bierz kąpiel albo prysznic, myj włosy, szczotkuj zęby, czyść paznokcie i staraj się wyglądać doskonale pod każdym względem. Używaj dezodorantu i płynu do płukania ust. Codziennie wkładaj czyste białe ubrania. Dzięki temu nie tylko będziesz atrakcyjniejszy dla innych – dbanie o wysoki poziom czystości i schludności w życiu prywatnym i zawodowym wpłynie również pozytywnie na twoją samoocenę i zwiększy twoje poczucie własnej wartości.

Badacze odkryli, że nauczyciele zwracają większą uwagę na tych uczniów, którzy przychodzą do szkoły czysti i schludnie ubrani, niż na tych, którzy mają brudną odzież i są

nieszadani. Tak samo jest w dorosłym życiu: szefowie, klienci i współpracownicy są dużo bardziej podatni na wpływ osób, które dobrze wyglądają i pachną w pracy, i chętniej się z nimi zgadzają. Koszt niewielki, a korzyści ogromne.

### Stań się niepoprawnym optymistą

Jednym z najważniejszych nawyków, jaki możesz wykształcić, aby cieszyć się zdrowiem, szczęściem i długim życiem, jest pozytywne nastawienie do ludzi i do całego otaczającego cię świata. Przypomnij sobie słowa modlitwy o pogodę ducha: „Boże, użyż mi pogody ducha, abym godził się z tym, czego nie mogę zmienić, odwagi, abym zmienił to, co mogę zmienić, i mądrości, abym odróżniał jedno od drugiego” (Reinhold Niebuhr).

Obiecuj sobie, że zachowasz pozytywne nastawienie bez względu na to, co się wydarzy. Nie pozwalaj sobie na odczuwanie złości lub irytacji, gdy jakaś osoba lub sytuacja nie spełni twoich oczekiwań. Bądź spokojny, zrelaksowany i skupiony na szukaniu rozwiązań problemów, z którymi się zmagasz.

### Codziennie spędzaj kilka chwil w samotności

Niech twoim nawykiem będzie znajdowanie czasu dla siebie i medytowanie każdego dnia. Codziennie zarezerwuj dla siebie 30 – 60 minut ciszy, podczas których będziesz kompletnie sam. Wyłącz radio i telewizor, odłóż wszystkie materiały do czytania i skup się na budowaniu głębokiej więzi z otaczającym cię światem.

Francuski naukowiec i filozof Blaise Pascal napisał, że wszystkie problemy tego świata wywodzą się z niezdolności człowieka do przebywania w całkowitej samotności.

Większość ludzi nawet nie próbuje szukać samotności ani medytować. Jesteśmy tak zajęci i mamy tak wiele do zrobienia w tak krótkim czasie, że wydaje nam się, iż nie jesteśmy w stanie znaleźć nawet kilku minut, żeby posiedzieć gdzieś w ciszy i samotności. Ale to błąd.

Kiedy posiedzisz w samotności co najmniej 30 minut, poczujesz, że umysł oczyszcza się i rozjaśnia. Problemy, z którymi się zmagasz, stają się lżejsze i łatwiejsze do rozwiązania. Nadświadomość zaczyna dawać ci wskazówki, jak sobie radzić z trudnościami codziennego życia. Po tej krótkiej chwili samotności poczujesz się cudownie odświeżony pod względem umysłowym, emocjonalnym i duchowym. Będziesz mieć w głowie mnóstwo cudownych pomysłów na poprawę jakości swojego życia zawodowego i prywatnego.

**Brian Tracy**

„Nawyki warte miliony. Jak nauczyć się zachowań przynoszących bogactwo”, Gliwice 2017, s. 314.

Nie należy ufać maszynom

# Ludzie są skłonni krzywdzić na zlecenie robota

Ludzie są skłonni szkodzić i zadawać ból innemu człowiekowi, nawet gdy nakazuje im to zrobić robot – wykazali naukowcy Uniwersytetu Szkoły Wyższej Psychologii Społecznej, powtarzając słynny eksperyment Milgrama.

W roli autorytetu wydającego polecenia, zamiast człowieka, obsadzili robota i uzyskali bardzo wysokie poziomy posłuszeństwa. 90 proc. uczestników postępowało zgodnie z wszystkimi wydanymi im instrukcjami – poinformowała uczelnia.

### Autorytet robota działa

Eksperyment Milgrama polegał na obsadzeniu grupy ludzi w roli „nauczycieli” i poleceniu im, by dostarczali elektrycznego wstrząsu swojemu „uczniowi” za każdym razem, gdy popełnił błąd w procesie uczenia się. W rzeczywistości „uczeń” nie był rażony prądem, sprawdzano natomiast posłuszeństwo „nauczycieli” wobec autorytetu. Powtarzanie tego typu badań jest obecnie dozwolone w ramach studiów nad autorytaryzmem tylko wówczas, gdy maksymalna dawka „aplikowanego” bodźca elektrycznego nie przekracza 150 V (jedynie 10 przycisków), a organizator zadba odpowiednio o stan psychologiczny badanych („nauczyciele”) po tym doświadczeniu.

W najnowszym eksperymencie polecenia wydawał robot. Prof. Tomasz Grzyb i prof. Dariusz Doliński z Wydziału Psychologii we Wrocławiu Uniwersytetu SWPS wraz z dr. Konradem Majem z Wydziału Psychologii Uniwersytetu SWPS w Warszawie zgromadzili również, dla porównania wyników, grupę kontrolną, gdzie autorytetem był człowiek. Podczas rekrutacji badanych eliminowano osoby, które mogłyby znać zasady eksperymentu Milgrama. Badani nie wiedzieli zatem, że cała procedura jest inscenizacją, a rzekomy „uczeń” osobą podstawioną. Ostatecznie w badaniu uwzględniono wyniki 40 osób (20 w grupie eksperymentalnej z robotem i 20 w grupie kontrolnej z profesorem).

W obu grupach (zarówno w wariacie z człowiekiem, jak i z robotem) naukowcy zarejestrowali bardzo wysokie poziomy posłuszeństwa. 90 proc. uczestników postępowało zgodnie z wszystkimi instrukcjami, czyli naciskało dziesięć kolejnych przycisków na generatorze impulsów elektrycznych. Uczestnicy wycofali się w późnych etapach badania (w wariacie kontrolnym z człowiekiem na przyciskach 7 i 9, a w wariacie eksperymentalnym dwukrotnie na przycisku 8). Dwie osoby w obu grupach zrezygnowały z udziału w eksperymencie.

### Posłuszni robotom

#### – czy słusznie?

„Przeniesienie różnych funkcji nadzoru i podejmowania decyzji na robota budzi silne emocje, ponieważ wiąże się z różnymi zagrożeniami etycznymi i moralnymi. Pojawia się pytanie, czy wspomniane wyżej posłuszeństwo wykazywane przez badanych zgodnie z paradygmatem Milgrama nadal występowałoby, gdyby to robot (zamiast człowieka, tj. profesora uczelni) kazał uczestnikom zadać elektrowstrząsy innej osobie? Celem naszego badania było udzielenie odpowiedzi na to pytanie” – tłumaczy jeden z autorów powtórzonego eksperymentu, dr Konrad Maj, który bezpośrednio nadzorował cały eksperyment.

Autorzy publikacji podkreślają, że rola robotów we współczesnym świecie staje się coraz bardziej istotna. Jedną z ich funkcji może być wydawanie poleceń. Mogą na przykład kierować ruchem ulicznym, zapobiegać wejściu ludzi na obszar zagrożony eksplozją, na którym znaleziono niewybuch, a w medycynie przekonywać ludzi do przestrzegania konkretnej



Ludzie podążają za poleceniami robotów nawet wtedy, gdy nie mają one sensu  
Fot. Wikipedia

metody leczenia. Również w edukacji mogą zachęcać do nauki, pełniąc rolę nauczyciela lub trenera.

„Wcześniej eksperymenty innych badaczy pokazywały już, że ludzie podążają za poleceniami robota nawet wtedy, gdy nie mają one sensu. O ile nam wiadomo, to pierwsze badanie, które pokazuje, że ludzie są skłonni szkodzić innemu człowiekowi, gdy robot nakazuje im to zrobić. Co więcej, nasz eksperyment pokazał również, że jeśli robot eskaluje żądania, instruując człowieka, aby zadawał coraz większy ból innemu człowiekowi, ludzie też są skłonni to zrobić” – podkreśla badacz.

W opisywanym badaniu robot nie był autonomiczny, ściśle podążał za wzorcem zachowania przyjętym przez autorów eksperymentu. Autorzy uwzględniają jednak, że w niedalekiej przyszłości roboty będą miały pewien stopień autonomiczności w podejmowaniu decyzji. Obserwują, że szybkość zbierania informacji przez roboty jest już teraz większa niż u ludzi, a ta różnica będzie nadal się powiększać. Może to więc skłaniać ludzi do większego zaufania robotom niż ludziom, a to z kolei wiązać się z poważnymi konsekwencjami.

### Nie wyłączaj myślenia?

Niewątpliwie – jak podkreślają psychologowie w swojej publikacji – roboty w przyszłości mogą stanowić istotną pomoc, na przykład przy ewakuacji z budynków zagrożonych pożarem albo trzęsieniem ziemi. Jednak badania nad rolą robota w ewakuacji budynku, w którym wybuchł pożar, pokazały, że czasem nawet w tak ważnych momentach ufamy robotom zbyt mocno. Nawet wtedy, gdy robot jako drogę ewakuacyjną wskazywał na ciemne pomieszczenie bez widocznego wyjścia, większość ludzi była zdecydowana skorzystać z tej podpowiedzi.

W odpowiedzi na pytanie, jak można temu zapobiec, dr Maj wskazuje dwie drogi. Po pierwsze, roboty mogą być programowane tak, aby ostrzegały ludzi, że czasem mogą się jednak mylić i podejmować błędne decyzje. Po drugie, trzeba postawić na edukację od wczesnych lat. Bo choć zazwyczaj robotom można ufać, to nie można im ufać bezwarunkowo.

kol/agt

# Uśmiechnij się...

Dziadek Kowalskiego obchodzi setną rocznicę urodzin. Przyjeżdża do niego dziennikarz i pyta: – Co pan robił, żeby dożyć tych stu lat?  
– Czekałem... – odpowiada dziadek z uśmiechem.

\* \* \*

Rodzina wyjechała na dłużej, zostawiając w domu psa. W pewnym momencie dzwoni telefon. Pies podnosi słuchawkę.

– Hau – mówi do telefonu.

– Słucham? – pyta zdziwiony rozmówca.

– Hau! – powtarza pies.

Dzwoniący nie kryje zdenerwowania:

– Halo! Kto przy telefonie?! Nic nie rozumiem!

– HAU!

– Ależ bardzo proszę wyraźniej!

– H jak Halina, A jak Adam, U jak Urszula: H-A-U! – powtarza pies.

\* \* \*

Szeff firmy dyktuje sekretarce list do dłużnika:

„Złodzieju i łajdaku! Jeśli pan natychmiast nie zapłaci z odsetkami za podstępnie wyludzone towary, zgłaszam sprawę na policję i do prokuratury”.

– Szeffie – mówi sekretarka – ten list przyjdzie akurat na święta. Może jakoś inaczej...  
– Słusznie. Proszę dopisać pod spodem: „Wesołych Świąt”.

\* \* \*

– Co nowego? – pyta kolega kolegę.

– Ano, lexusa mam...

– Ty? Lexusa?!

– Wiesz, syn mi się urodził i tak dałem mu na imię.

\* \* \*

Działkowiec pyta sąsiada:

– Co tam wczoraj za święto mieliście, że tak wszyscy tańczyliście?

– A nic takiego... Dziadek ul niechcący przewrócił.

\* \* \*

Wędkarz nad brzegiem jeziora łowi ryby. Obok siedzi jego żona.

On zarzuca wędkę i po chwili wyciąga buta. Zarzuca ponownie i wyciąga czajnik. Zaraz potem łowi młynek do kawy, radio, telewizor, fotel... Żona na to:

– Ty, Bogdan, tam chyba ktoś mieszka...

\* \* \*

Z gabinetu dentystycznego wypada pacjent.

– Jak było? – pyta facet z kolejki.

– Dwa wyrwał.

– Przecież tylko jeden pana bolał.

– Nie miał wydać.

\* \* \*

Znalazła babka lampę Aladyna. Pociera, tradycyjnie wyskoczył dżin.

– Czego pragniesz, o pani?

Bardzo kocham swojego męża.

Chcę być dla niego najważniejsza.

Chcę, by zawsze spał obok mnie.

Chcę, żeby każdy dzień zaczynał, kierując na mnie swój wzrok. Aby bez przerwy mnie dotykał i zabierał wszędzie ze sobą.

No i dżin zamienił ją w smartfon.

\* \* \*

– Wiesz, kochanie – mówi mąż do żony – jesteśmy małżeństwem od 20 lat, ale nigdy nie zrobiłaś mi tak dobrej kawy!

– Zostaw, ta jest moja!

\* \* \*

Zdradzony mąż był ciekaw, co zrobi jego żona, gdy on umrze. Któregoś dnia zaczął udawać... nieboszczyka. Gdy zobaczyła go żona, zaraz pobiegła po kochanka. Oboje zdjęli mu garnitur, a ubrali w dres, gdyż uznali, że szkoda nieboszczyka grzebać w nowym ubraniu. Zdjęli mu też buty, włożyli trampki i w takim ubiorze ułożyli w trumnie. Wieczorem nad trumną zebrała się rodzina, aby oplakiwać mężczyznę.

Żona, chcąc pokazać swój ból po utracie męża, woła:

– Dokąd odchodzisz, mój najmilszy?

Mąż podnosi się z trumny i mówi:

– Na olimpiadę jadę!

\* \* \*

– Mamo, czy łatwo jest dotrzymać tajemnicy?

– Nie wiem, córeczko, nigdy nie próbowałam.

\* \* \*

Kumpel do kumpla:

– Potrzebuję kasy.

– Na co?

– Teściowa nie żyje.

– Ach, to potrzebujesz na pogrzeb?

– Nie, na adwokata.

\* \* \*

– Wczoraj byłem na grillu u siostry na wsi i czuję się jak nowo narodzony.

– Co masz na myśli?

– Znalaziono mnie nagiego w kapuście.

\* \* \*

– Dzień dobry, czy dodzwoniłem się do radia?

– Tak.

– Wszyscy mnie teraz słyszą?

– Tak. Jest pani na antenie.

– W supermarketach i sklepach też mnie słyszą?

– Z pewnością.

– No, dobrze. Janusz, nie kupuj jajek! Matka kupiła!

\* \* \*

Żona puka do drzwi sąsiadki:

– Dzień dobry, pani Małgosiu, czego pani szuka?

– Mogę zobaczyć mojego męża?

– Ale u mnie go nie ma.

– Wiem, ale z pani okna jest najlepszy widok.

\* \* \*

U lekarza:

– Jak często spożywa pan alkohol?

– Więcej niż raz w tygodniu.

– A konkretnie?

– Siedem...

\* \* \*

– Żona wyrzuciła mnie z domu.

– Za co?!

– Za słabą frekwencję...

\* \* \*

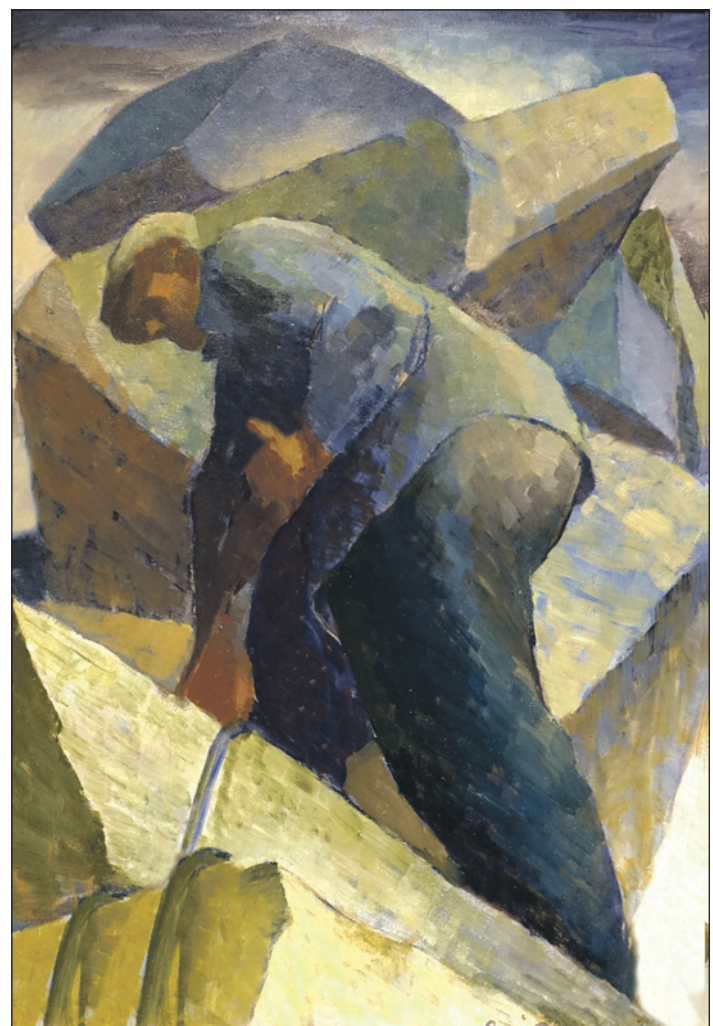
W restauracji kobieta pyta kelnera:

– Czy macie dziką kaczkę?

– Nie, proszę pani, ale specjalnie dla pani rozgniewamy domową!

(cdn.)

# Wyteż wzrok...



...i znajdź 10 szczegółów różniących te dwa obrazki.

Rozwiązanie – str. 23

Fot. Domena publiczna

## Zagadka

# Lekcja matematyki

Uczniowie poskarżyli się nauczycielowi, że wiktoriańskie podręczniki do matematyki są napisane w sposób suchy i zawierają tylko liczby, mnóstwo liczb. Tymczasem oni oczekiwali czegoś bardziej interesującego. Wysłuchawszy uczniów, nauczyciel stworzył następującą łamigłówkę. Potrafisz ją rozwiązać?

W jasnych polach umieść cyfry od 1 do 9, tak by zgadzały się sumy. Dokonuj obliczeń poczynając od lewej do prawej w wierszach i z góry na dół w kolumnach. Dla ułatwienia jedna cyfra została już ujawniona.

Rozwiązanie – str. 23

	+		÷		13
-		+		-	
	×		+		21
×		÷		×	
	+	2	+		15
20		5		-64	

# W poszukiwaniu lepszego losu

Wszystko, co powinieneś wiedzieć przed wyjazdem

## Czy warto osiedlić się w Niemczech?

**Niemcy to najpopularniejszy kraj wśród emigrujących Polaków. Wspólna granica, przynależność do Unii Europejskiej i wysoki rozwój gospodarczy działają na naszych rodaków jak magnes. Polacy mają prawo pobytu i podjęcia pracy na terytorium Niemiec bez konieczności posiadania wizy i pozwolenia.**

Wokół życia w tym kraju krąży jednak wiele stereotypów. Z jednej strony wydaje się, że panuje tam porządek, a wszyscy Niemcy są punktualni, sumienni i skrupulatni. Z drugiej słyszy się, że życie jest tam nudne, że kraj jest postrzegany tylko pod kątem zarobkowym, a jego mieszkańcy to pracoholicy. O tym, jak jest naprawdę, przeczytasz w wywiadzie z Karoliną, zamieszczonym poniżej.

Podobno kuchnia niemiecka nigdy nie umywa się do polskiej. Przez wiele lat jeździłam na wakacje do rodziny pod Frankfurtem i nigdy nie narzekałam na serwowane mi tam jedzenie. Każdy region ma swoje własne specjały i warto dać im szansę.

Klimat w Niemczech zbliżony jest do panującego w Polsce. Większa część kraju leży w strefie umiarkowanej chłodnej.

Wiele jednak zależy od regionu – z jednej strony są Alpy, a z drugiej morza: Morze Północne i Morze Bałtyckie.

**Jak się pracuje i ile zarabia się w Niemczech**

Minimalne wynagrodzenie dla osób pracujących na pełnym etacie od października 2022 roku wynosi 2100 euro brutto. Natomiast przeciętne wynagrodzenie w Niemczech wynosi 4380 euro brutto.

### Podstawowe informacje

- obowiązująca waluta: euro;
- język urzędowy: niemiecki;
- kraj liczy ponad 80 mln mieszkańców, z czego 1,9 proc. to Polacy.

### W związku z wyjazdem do Niemiec należy mieć:

- ważny paszport lub dowód osobisty;
- Europejską Kartę Ubezpieczenia Zdrowotnego (EKUZ), którą można wyrobić online lub w oddziałach Narodowego Funduszu Zdrowia.

### Warto zabrać ze sobą:

- prawo jazdy;
- odpis aktu urodzenia (najlepiej przetłumaczony na język niemiecki);
- świadectwa ukończenia szkoły oraz/lub dyplom uczelni wyższej (najlepiej przetłumaczone na język niemiecki).

### To trzeba wiedzieć

- Niemcy są krajem o zróżnicowanej geografii, z górami na południu, wybrzeżem morskim na północy i pagórkowatym terenem w środku.
- Ceny wynajmu mieszkań różnią się w zależności od miasta i regionu. W dużych miastach, takich jak Berlin, Frankfurt czy Monachium, koszty są zazwyczaj wyższe niż w mniejszych miejscowościach.
- Kraj ten jest znany ze swojego dobrze rozwiniętego systemu transportowego, w tym szybkich pociągów (ICE), regionalnych pociągów, metra, tramwajów i autobusów.
- Językiem urzędowym w Niemczech jest niemiecki, ale w Niemczech jest też sporo dialektów. Na przykład bawarski przysparza problemów nawet rodowitym Niemcom!

Warunki pracy normuje Kodeks pracy oraz umowa. Warto wiedzieć, że umowa zazwyczaj jest sporządzona w języku niemieckim, a pracodawca nie ma obowiązku tłumaczenia jej na polski.

Wiele rzeczy, w tym np. urlop, jest określanych w umowie o pracę. Pracownikowi zatrudnionemu w Niemczech przysługuje co najmniej:

- 20 dni urlopu przy pracy przez pięć dni w tygodniu;
- 24 dni urlopu przy pracy przez sześć dni w tygodniu.

Więcej o warunkach pracy przeczytasz w poniższym wywiadzie.

Do rozmowy zaprosiłam Karolinę Zadrożną, która mieszkała w Monachium, Lipsku i we Frankfurcie, a kilka lat temu razem z partnerem przeprowadziła się do Bad Homburg – uroczego miasteczka niedaleko Frankfurtu. Obecnie pracuje w marketingu w jednej z międzynarodowych agencji reklamowych. Znana jest z przewodników po Niemczech i Berlinie, które serdecznie polecam. Karolinę można znaleźć na: [womenofpoland.pl](https://www.womenofpoland.pl) (blog) i [www.instagram.com/womenofpoland.pl](https://www.instagram.com/womenofpoland.pl) (Instagram).

**– Jak wyglądały twoje początki w Niemczech? Dlaczego tam zamieszkałaś?**

– Nigdy nie sądziłam, że przeprowadzę się do Niemiec. Owszem, miałam słabość do tego kraju, mieszkała tu też moja babcia, uczyłam się w szkole języka, często tu bywałam, a nawet spędziłam Erasmus w Lipsku. Zanim się przenieśliśmy na stałe w okolice Frankfurtu nad Menem, byłam tu nawet na trzy-miesięcznym szkoleniu pracowniczym z poprzedniej firmy.

Wówczas do głowy by mi nie przyszło, że dwa lata później zamieszkałam w oddalonym o 20 minut jazdy S-bahnem Bad Homburgu. Marzyłam raczej o kompletnie skrajnych kierunkach, tj. Hiszpanii, Portugalii, Norwegii, a nawet Islandii. Przy tym zestawieniu Niemcy brzmiały nawet trochę nudno, biorąc pod uwagę, ile czasu wcześniej w nich spędziłam. Kiedy jednak Darek dostał propozycję pracy w Bad Homburgu, nim się obejrzałam, znów znalazłam się w Niemczech. Nie protestowałam. Pomimo że wcześniej spędziłam tu już trzy miesiące, wiedziałam, że wciąż mam wiele do odkrycia. Nie spodziewałam się jednak tak trudnych początków.

**– Jak się pracuje w Niemczech?**

– Zacznę od tego, że w przypadku mieszkańców UE nie trzeba specjalnych dokumentów, tj. pozwoleń na pracę. Należy się zgłosić do urzędu imigracyjnego, jeśli dostanie się wezwanie. W nim będą także wskazane dokumenty, które trzeba ze sobą przynieść. Do nas takie wezwanie przyszło 9 miesięcy po naszym pobycie, a wizyta była formalnością, trwającą nie dłużej jak 10 minut. W Niemczech w większości korporacji pracuje się po 8,5 godziny, z czego te 30 minut to przerwa na obiad. Jednak sporo osób pracuje często po 10 godzin i dłużej. Czy siedzenie cały dzień w firmie oznacza brak *work life balance*? Rzeczywiście, odnoszę wrażenie, że występuje w tej materii niemały problem. Z drugiej strony, wszystkie nadgodziny odbieramy w postaci dodatkowego urlopu. Możemy też krócej pracować w piątki, dzięki temu, że nie mamy stałych godzin pracy. Przysługuje nam 30 dni urlopu, ale w niektórych firmach dostaje się też dodatkowe dni wolne, np. z okazji urodzin lub lokalnych świąt czy wydarzeń, więc czasami ta liczba rośnie do 33. W Niemczech panuje też wysoki poziom zaufania: do pracy można nie przyjść do trzech dni w tygodniu bez konieczności przedstawienia zwolnienia lekarskiego! Jednak nadużywanie tego przywileju może prowadzić do przykrych konsekwencji.

**– Jak znaleźliście mieszkanie?**

– Po podpisaniu umowy o pracę mieliśmy trzy miesiące na przeprowadzkę. Firma proponowała nam mieszkanie na tymczasowy wynajem, ale nie dość, że oferta nie była atrakcyjna, to jeszcze mieszkanie znajdowało się w innej miejscowości. Woleliśmy nawet zapłacić więcej, żeby tylko móc zaoszczędzić na dojazdach. Szybko się okazało, że znalezienie mieszkania, szczególnie w czasie covidowym, było sporym wyzwaniem. W końcu udało nam się znaleźć jedno na Airbnb w Bad Homburgu i wynajmując na trzy miesiące. To było jedno z najwygodniejszych rozwiązań. W Polsce panuje przekonanie, że Niemcy są uporządkowani i raczej nie ma tam absurdów, ale to nie do końca prawda. Aby móc podjąć pracę, trzeba mieć meldunek, a żeby się zameldować, trzeba mieć mieszkanie, a żeby mieć mieszkanie, trzeba pokazać trzy wydruki potwierdzające wypłatę. To błędne koło, dlatego nasza przygoda w Niemczech rozpoczęła się od wynajmu krótkoterminowego, żeby w międzyczasie się zameldować i zdobyć kilka wydruków potwierdzających wypłatę. Na szczęście w naszym wypadku wystarczyły dwa, bo po dwóch miesiącach szukania znaleźliśmy w centrum uzdrowiska odnowione 60-metrowe mieszkanie w bloku z windą. To ważne, bo wbrew pozorom więcej jest bloków ze schodami, co przy przeprowadzce na pewno dałoby nam mocno w kość, zwłaszcza że nasze mieszkanie było puściutkie i wiele sprzętów, takich jak pralka czy lodówka, trzeba było kupić we własnym zakresie.

Warto jednak pamiętać, że szukanie mieszkania w Niemczech wcale nie należy do prostych i przyjemnych. Jest zdecydowanie więcej chętnych niż dostępnych mieszkań, więc odbywają się castingi, w których też braliśmy udział. Jedna pani otrzymała aż 100 zaproszeń o spotkanie, a z tej 100 zaprosiła 20 osób. W tej 20 byliśmy też my, ale na tym wyróżnieniu się skończyło. Zanim więc trafiliśmy na nasze cztery kąty, musieliśmy się też sporo namęczyć.

**– Ubezpieczenie w Niemczech?**

– Zdecydowanie szybciej i prościej przyszło nam rozwiązanie kwestii ubezpieczenia, które jest obowiązkowe w Niemczech. Po podjęciu pracy można wybrać spośród prywatnych i państwowych firm. Można także podpiąć rodzinę. Czas oczekiwania do lekarza jest krótszy niż w Polsce.

Jak wygląda w Niemczech służba zdrowia? Na szczęście nie muszę z niej często korzystać. W Polsce często korzystałam z prywatnej opieki, pod tym względem nie widzę dużej różnicy. No, chyba że mówimy o publicznej służbie

zdrowia, bo ta w Niemczech rzeczywiście funkcjonuje trochę lepiej, choć wcale nie jest bez wad! Obydwoje korzystamy z normalnego pakietu ubezpieczenia, który przysługuje nam jako zatrudnionym w Niemczech. Wizyta u internisty wygląda dość podobnie jak w Polsce, z tym że w Niemczech nie zdarzyło mi się jeszcze, by ktoś odmówił przyjęcia mnie, ale może to kwestia czasu. Co ciekawe, w Niemczech umawia się do lekarza na konkretną godzinę, ale musi się wydarzyć cud, by wizyta odbyła się planowo. Zazwyczaj do gabinetu wchodzi się co najmniej godzinę później. Na termin do specjalistów (dermatolog, ginekolog, dentysta) trzeba czekać od dwóch tygodni do trzech miesięcy, choć wszystko zależy od miejsca zamieszkania i liczby pacjentów u danego lekarza. Powyższe przykłady podaję z własnego doświadczenia, gdyż są to lekarze, u których bywałam najczęściej. Jednak w przypadku nagłego i ostrego bólu można liczyć na szybszy termin, o czym też się mogłam przekonać. Wszystkie dodatkowe badania, które miałam robione (USG, biopsje itp.) zostały pokryte przez kasę chorych. Tylko dentysta jest dodatkowo płatny (płaciłam 90 euro) za plombę, ale to wciąż nie są aż tak duże pieniądze.

**– Czy łatwo ci było się zadomowić? Jak wyglądają kontakty z Niemcami?**

– Po przyjeździe do Niemiec zapisałam się od razu do sekcji pływackiej Mastersów w Bad Homburgu. Dzięki niej poznałam sporo ciekawych osób, a oprócz formy mogłam też szkolić język. Takie sekcje sportowe to jeden z najłatwiejszych sposobów na znalezienie nowych znajomych. Wątpię jednak, by udało mi się stworzyć głębsze relacje z tymi ludźmi, ale i tak cieszę się, że mogę z nimi porozmawiać na różne tematy.

Często się mówi, że Polaków i Niemców dzieli za duża bariera kulturowa, ale ja nie do końca się z tym zgadzam. Społeczeństwo niemieckie jest tak „wymieszane”, że po dłuższej rozmowie okazuje się, że albo ktoś się przyjaźni z jakimś Polakiem, albo ma nawet Polaków w rodzinie. Ta trudność w nawiązaniu kontaktów głównie wynika z braku czasu. Wielu pracowników korporacji potrafi przesiedzieć w biurze cały dzień, a wiadomo, że w pracy czasami ciężko o prawdziwych przyjaciół. Szczególnie tu, w Niemczech, gdzie jednak w stosunku do współpracowników ludzie są bardziej powściągliwi w kontaktach niż w Polsce. Dużo jednak zależy też od branży i firmy. Sami dostrzegamy, w jak

# W poszukiwaniu lepszego losu

odmiennych środowiskach pracujemy: ja w marketingu, a Darek jest inżynierem.

**– Czy w Niemczech łatwiej się utrzymać niż w Polsce?**

– Poziom zarobków w Niemczech jest bardzo zróżnicowany. Najwyższe są w dużych miastach, ale widać też ogromną różnicę pomiędzy południem i zachodem a słabiej rozwiniętą północą i wschodem. W tej drugiej części Niemiec jest znacznie taniej, każdy woli być jednak tam, gdzie jest drożej i więcej płacą. Znaczenie ma także stan cywilny. Małżonkowie płacą mniejsze podatki (to zależy od różnicy poziomu zarobków między nimi), a rodziny z dziećmi otrzymują nawet dodatkowe pieniądze. Wysokość wynagrodzenia zależy także od przynależności do kościoła, na który trzeba odprowadzać podatki, jeśli w urzędzie wpiszą cię do odpowiedniego rejestru. Warto więc o to zadbać, bo Polakom często lubią wciskać takie rzeczy z automatu.

Kiedy więc mamy do czynienia z dobrym wynagrodzeniem? Przyjęło się, że dobra pensja to taka, z której 1/3 idzie na mieszkanie oraz jedzenie. Wówczas można mówić o komforcie finansowym, ale wiadomo, że dużo zależy od naszych potrzeb i wymagań. My właśnie tyle przeznaczamy miesięcznie na opłaty i jedzenie, a resztę na przyjemności, podróże i oszczędności. Nie jest tajemnicą, że nasze zarobki w Niemczech są dużo wyższe i żyje nam się dużo lepiej i wygodniej niż w Polsce. Możemy sobie pozwolić na jeszcze więcej podróży, co w naszym przypadku jest bardzo ważne. W Niemczech zarabiałam dwa razy więcej na stanowisku praktykantki niż w Polsce na stanowisku seniora z dwoma językami obcymi. Tutaj jestem też zdecydowanie bardziej doceniana niż w Polsce. Już po roku awansowałam, mam duże możliwości rozwoju zawodowego i dostęp do ciekawych projektów. Nie sądzę jednak, że w każdej firmie w Niemczech jest aż tak dobrze. Po prostu miałam ogromne szczęście, że trafiłam do takiego miejsca.

**– Czy trzeba znać niemiecki, żeby żyć w Niemczech? A może wystarczy angielski?**

– Jeszcze w Polsce zawsze słyszałam, że w Niemczech wszyscy mówią świetnie po angielsku. Rzeczywiście jednak szybko to zwerifikowała. Na wschodzie Niemiec bardzo często spotykałam się z brakiem znajomości angielskiego zarówno wśród młodych, jak i starszych osób. Im dalej na zachód czy południe, tym lepiej, choć nie zawsze. Nawet w amerykańskiej korporacji spotkałam się z Niemcami, którzy nie mówili po angielsku. A jeśli ktoś mówił, to gdy usłyszał, że coś tam „dukasz” po niemiecku, to do angielskiego już nie wracał. Prawda jest taka, że im bardziej specjalistyczna branża, tym mniejsze są



Bad Homburg, uroczę miasteczko nieopodal, gdzie też osiedlają się Polacy

Fot. Wikipedia

wymagania w stosunku do języka niemieckiego, gdyż brakuje wykwalifikowanych pracowników. To także nie jest reguła i sporo zależy od klientów firmy. U mnie oficjalna korespondencja z klientem także jest po angielsku, ale już większość komunikacji oraz szkolenia są po niemiecku. W Niemczech da się przeżyć i funkcjonować na dobrym poziomie bez znajomości języka, ale na pewno nie będzie to łatwe zadanie i jednak sporo rzeczy wówczas nas ominie. W urzędzie nie zawsze uda się załatwić wszystko po angielsku i wtedy trzeba korzystać z pomocy tłumacza.

**– Co najbardziej lubisz w Niemczech?**

– Z racji tego, że my najbardziej kochamy podróże, to w weekendy często bywamy w trasie. Hesja i pobliskie kraje związkowe to piękno w czystej postaci. Wspaniałe miasta i przyroda oraz mnóstwo niezwykłych historii. Pozostałości po rzymskich osadach, willach oraz winnicach na nikiem nie robią tu wrażenia. W końcu to najstarsza część Niemiec. Złośliwi mówią nawet, że niektóre starożytne zabytki zachowały się tu lepiej niż w samym Rzymie. Ponadto w Niemczech jest aż 25 tysięcy zamków (czyli najwięcej na świecie), ponad 300 uzdrowisk, 51 obiektów UNESCO (stan na luty 2023 r.), ponad 12 tysięcy jezior, biegnie ponad 25 szlaków turystycznych, a także znajduje się największe na świecie rozarium, największa na świecie wystawa dyń i odbywa się jedna z najśłynniejszych imprez na świecie, czyli Oktoberfest. Mieszkam tu już ponad dwa lata, a gdyby zliczyć wszystkie pobytu w Niemczech, to będzie ponad trzy. Zwiedziłam prawie 200

miejsc w Niemczech i nawet nie wiem, czy to połowa tego, co mnie czeka. W swojej najbliższej okolicy wciąż mam wiele do zobaczenia, a za cztery godziny mogę być w Holandii, Belgii, we Francji lub w Luksemburgu. Nawet do Szwajcarii można szybko dojechać. Poza tym lotnisko we Frankfurcie często oferuje dużo tanich połączeń do najróżniejszych zakątków świata. Dla mnie, podróżniczki, jest to raj, choć brakuje mi na co dzień bliskości gór i morza.

**– Co cię najbardziej zaskoczyło?**

– Pozytywnie na pewno ceny żywności w Niemczech, które są na podobnym poziomie co w Polsce! Jeśli weźmie się pod uwagę niemieckie zarobki, to są naprawdę bardzo atrakcyjne. Ceny owoców i nabiału nierzadko bywają niższe, a dobre wino można już kupić za 3 – 5 euro. Oczywiście

są też produkty, które są znacznie droższe niż w Polsce. Należą do nich wyroby cukiernicze, pieczywo i mięso.

Pamiętam, jak jeszcze kilkanaście lat temu popularne były wpisy blogowe i vlogowe typu: „Jakie przywieźć kosmetyki z niemieckiego DM czy Rossmanna”. Dziś już chyba nikt takich wpisów nie robi, bo wybór w tych drogeriach jest po prostu żaden. Na półkach w Polsce jest więcej szamponów, odżywek, kremów itp. Odkąd jestem w Niemczech, większość kosmetyków, w tym nawet szampony, zamawiam przez internet, bo, niestety, kosmetyki z tutejszych drogerii nie spełniają moich oczekiwań.

Zaskoczyły mnie natomiast niemieckie banki, które nie chciały mi otworzyć konta, dopóki nie znalazłam pracy. Byłam nawet w takim, w którym mam konto w Polsce, ale

i to nie przekonało jego pracowników. W dodatku wiele banków pobiera opłaty za „prowadzenie konta”, dlatego przy wyborze warto doczytać szczegóły.

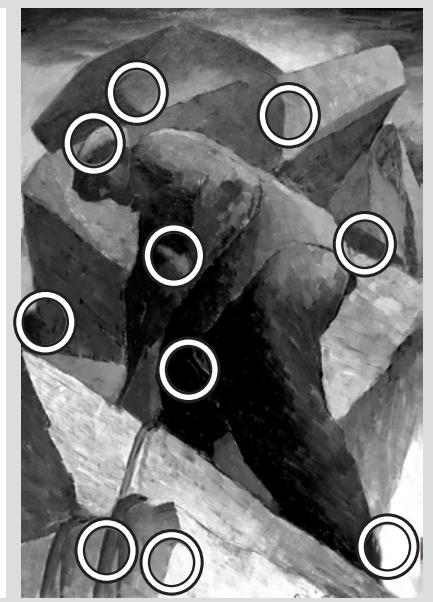
Jesteśmy szczęśliwi w Niemczech, ale na pewno nie jesteśmy zakochani w tym kraju. To nie jest nasz dom, nasza kultura, nasz język, nasza rodzina. Przebywamy z dala od bliskich i przyjaciół, za którymi tęsknimy. To największy mankament życia tutaj, dlatego nie planujemy zostać tu na stałe. Na razie nie wiemy, czy pojedziemy gdzieś dalej, czy wrócimy do Polski. Nie chcemy narzucać sobie jakiegoś planu. Zobaczymy, jak się ułoży życie i jak potoczą się nasze losy.

**Ewelina Gac**

„Poradnik dla rozważających emigrację”, Bielsko-Biala 2023, s. 316.

## Rozwiązanie zagadek ze str. 21

7	+	6	÷	1	13
-		+		-	
3	×	4	+	9	21
×		÷		×	
5	+	2	+	8	15
20		5		-64	



# Smacznego

W kuchni Ewy Wachowicz

## Kotlety ziemniaczane z kaszanką

W Polsce bardzo często marujemy żywność. Ja pochodzę z domu, w którym wykorzystywało się wszystkie resztki. Po obiedzie zwykle zostają ziemniaki i to właśnie na nich chciałabym się dzisiaj skupić. Nie wyrzucajcie ich do śmieci! Można z nich wyczarować bardzo smaczne potrawy. Tym razem podzielę się przepisem na kotlety ziemniaczane z kaszanką.

Ziemniaki to jedne z najpopularniejszych produktów w polskiej

kuchni. Można z nich zrobić przeróżne dania, między innymi kluski śląskie, kotlety albo zapiekanki. Oczywiście najczęściej traktujemy je jako dodatek do obiadu i serwujemy w różnych formach. Ziemniaki gotowane, purée lub frytki – to tylko niektóre z nich. Zwykle przygotowujemy ich więcej, niż jesteśmy w stanie zjeść. Zwróćmy jednak uwagę, żeby zachować resztki i wykorzystywać je do celu prawdziwego kulinarnego recyklingu!

Gotowane ziemniaki to gotowy produkt do ponownego wykorzystania. Pamiętam czas, kiedy moja córka była małą dziewczynką i jadła tylko niektóre potrawy. Na szczęście bardzo lubiła ziemniaki. Zwykłam więc przygotowywać serny ziemniaczane, a w środku „przemycalam” rybę, za którą Ola nie przepadała. Często słyszę opinie, że ziemniaki są niezdrowe i kaloryczne. Nie zgadzam się z tym. Jedzone w rozsądnych ilościach

są doskonałym uzupełnieniem zbilansowanej diety. Ziemniaki to doskonałe źródło białka, witamin i minerałów.

Dzisiejszą propozycją będą wyżej wspomniane kotlety ziemniaczane z oryginalnym nadzieniem – kaszanką. Można podawać je z dowolną surówką, kiszoną kapustą lub ogórkami kiszonymi, ale dobrze też wzbogacić je o jajko posztowe. Jak je przygotować? Do gotującej się wody wlać ocet (dwie łyżki 10-proc. octu spirytusowego na litr wody) i zostawić na małym ogniu. Do miski wbić jajko. Mieszając łyżką wodę w garnku, zrobić wir i na jego środek wlać jajko. Gotować około dwóch minut (każde osobno), tak aby białko się ścięło, a żółtko pozostało płynne. Ugotowane jajko wyciągnąć, zanurzyć w wodzie (zmyć ocet) i osuszyć na ręczniku papierowym.

Moi drodzy, zawsze będę zwracała uwagę na to, by nie marnować żywności. Zwłaszcza że z resztek można przyrządzić wiele smacznych potraw. Szczególnie wierzę i mam nadzieję, że wykorzystacie poniższy przepis i podzielicie się nim z bliskimi.

### Składniki:

- ½ kg gotowanych ziemniaków
- ½ szklanki mąki ziemniaczanej
- 1 jajko
- sól
- 1 mała cebula
- 1 łyżeczka masła klarowanego



- 300 g kaszanki
- pieprz
- jajko do panierowania
- płatki kukurydziane lub bułka tarta
- masło klarowane do smażenia

### Do podania:

- jajka posztowe
- ogórki kiszone

### Przygotowanie:

1. Masło klarowane rozgrzać na patelni i zeszklić na nim posiekaną cebulę. Dodać kaszankę i dobrze podsmażyć. W razie potrzeby przyprawić do smaku solą i pieprzem.

2. Ziemniaki przecisnąć przez praskę. Dodać mąkę ziemniaczaną oraz jajko i dokładnie wyrobić. Uformować kotlety, wkładając do środka trochę kaszanki (najlepiej wziąć porcję masy, rozplaszczyc, nałożyć farsz, przykryć drugim kawałkiem i skleić).

3. Opanierować w jajku i bułce tartej lub w pokruszonych płatkach kukurydzianych. Usmażyć na klarowanym maśle.

4. Podawać z jajkiem poszтовым i ogórkiem kiszonym.



Fot. G. Kozakiewicz

Marek Brzeziński  
PROPONUJE



Królika trzeba kupować w całości, chociaż głowa na nic się nie przyda, bo to nie jest tak jak w przypadku ryby, której łba można użyć do zrobienia zupy lub przepysznego sosu. Można go piec w całości, ale najczęściej dzieli się na kawałki i dusi w żeliwnym garnku na wolnym ogniu. Bardzo powoli. To mięso musi „dojrzeć” w piekarniku czy w gotowaniu.

Królika trzeba pokroić na sześć albo dziewięć kawałków. Gdyby nam się udało sztuka wykrojona

## Królik i dodatki

z mięsa wszystkich kości, to wtedy znakomicie nadaje się ono na pasztet. Wkładamy taki płat mięsa do ceramicznej miseczki i dodajemy nieco plasterków boczku. Chlebek – może być i taki nasączony miodem. Co do farszu, to przydaje się tu drobno posiekana szalotka, gęsta śmietana, łyżeczka obranych z płaszczków orzeszków pistacjowych, suszona żurawina, posiekana świeża kolendra, odrobina gałki muszkatołowej.

Jeszcze szczypta tymianku, pieprz cayenne albo esepette. Mieszamy wszystkie składniki i połowę z tego układamy w miseczce. Przyklepujemy łyżką stołową i dokładamy pozostałą część farszu. Teraz „zamykamy” miseczkę wstążeczkami mięsa króliczego z boczkiem. Pieczemy to na parze przez dwie godziny. Potem studzimy. Świeża kolendra. I jak już zimne – to wio do lodówki, aż będzie je można kroić nożem na platy nadając się na kromkę pysznego wiejskiego chleba. Albo na bagietki, czyli po łódzku angelki.

### Jak ciąć królika?

Najpierw tylne nogi. Tniemy je wielkim nożem szefa, bo tak będzie łatwiej niż tym cieńszym, o ostrzu przeznaczonym do mięs. Oddzielamy tę część od reszty korpusu, a potem każdą nogę, podobnie jak w przypadku kurczaka czy kaczki, kroimy na dwa kawałki. Teraz tniemy – dwa czy

trzy takie cięcia – poniżej żeber, a tę część najbliższą grzbietu tniemy na połowę. Może być nóż, a może – azjatyckim sposobem, który uważam za lepszy – tasak. Ostro tasak nie jest zły. A jak go wybrać? Nie tasak, tylko królika.

Według wielkiego maga kuchni Joëla Robuchona powinniśmy zdecydować się na młodego osobnika. Jeśli to możliwe – powyżej kilogram i dwieście gramów. Młode króliki mają bardziej smaczne mięso i są łatwiejsze w obróbce. Dobra tusza jest

jedna i czysta. O barwie krwiostoróżowej. Ma w znakomitym stanie wątrobę i tłuszcz o białym śniegu. Warto takiego mięsa dotknąć. Według Mistrza pod palcami powinno być jak jedwab.

Ponoć najlepsze króliki we Francji są z Poitou i z Szampanii. Widać stamtąd pochodzą nie tylko bąbelki i świńska nóżka, ale i króliki.

Warto przy tym zaznaczyć, że królik jest we Francji stawiany w tym samym szeregu co... drób, a to za sprawą mięsa. Według mnie jest ono czerwone. Francuzi uważają je jednak za białe – tak jak cielęcinę. Nie ma ono, i tutaj się zgodzimy, tego wyrazistego aromatu, jaki mają wołowina czy w jeszcze większym stopniu jagnięcina, więc ziół trzeba co niemiara. Piekarnik na 200 stopni. Oliwa do brytfanny. Mięso smarujemy grubą warstwą ostrej musztardy. Nieco masła. Tymianek. Czosnek niedźwiedzi. Pół litra białego wina. Godzina w piekarniku. Co jakiś czas polewamy mięso tym, co w brytfannie. Potem musi ono 10 minut odpoczywać. Do tego białe wytrawne wino z Langwedocji o bukietach cytrusów.



Fot. autor



# Najlepsze europejskie przekleństwa

Europejskie wulgaryzmy bywają zaskakujące. Barwny język sprawi, że będziesz brzmiał jak miejscowy. Albo znajdziesz się przez niego w tarapatkach. To pokazuje, jak różnorodny bywa język. W dodatku zdaniem psychologów przeklinanie jest dla nas... korzystne.

Ciekawe bywają niemieckie obelgi, szczególnie ze Niemcy lubią długie i skomplikowane słowa. Wiele z nich dotyczy samochodów i zachowania na drodze. *Sonntagsfarher* (niedzielny kierowca) to ktoś, kto jedzie zbyt wolno wspaniałą niemiecką *Autobahn*. Albo *Schattparker* – dosłownie „ten, kto parkuje w cieniu”.

Choć takie zachowanie wydaje się rozsądne, dla Niemców jesteś tchórzem, który boi się wsiadać do rozgrzanego jak piec samochodu. A *Backpfeifengsicht?* Czyli twarz zachęcająca do spoliczkowania? Jest też *Arschgeige*, czyli d\*pa, nie skrzypce – o kimś, kto nie potrafi dobrze wykonać określonego zadania. Najlepsze jest jednak *Teletubbyzurückwinker* – ten, kto macha Teletubisiom – to osoba, która nie jest zbyt bystra (w odniesieniu do dorosłych).

Oscar Wilde pisał, że przeklinanie po francusku jest jak wycieranie sobie tyłka jedwabiem. Nikogo nie zaskoczy to, że wiele francuskich przekleństw odnosi się do jedzenia. *Andouille* (kielbasa jelitowa) to kretyn. *Boudin* (kaszanka) oryginalnie oznaczało prostytutkę, ale obecnie odnosi się do brzyduli. Gdy Francuz chce, by ktoś dał mu spokój, może powiedzieć: – *Vas te faire cuire un œuf* – idź ugotować jajko; zaś gdy upomina, by nie wsadzała nosa w nie swoje sprawy: – *Occupe-toi de tes oignons* (zajmij się swoimi cebulami). – *T'as été bercé trop près du*

*mur* – byłeś kołyszany zbyt blisko ściany, co oznacza, że nie jesteś zbyt inteligentny. Brzydal to *sale thon* (brudny tuńczyk).

Hiszpanie, klnąc, lubią przywoływać ekskrementy. Wkurzony Hiszpan może sr\*ć na wiele różnych rzeczy, np. na „mleko, które wyssałeś”: – *Me cago en la leche que mamaste*. Wiele wulgaryzmów, podobnie jak we francuskim, odnosi się do jedzenia: – *Que te folle un pez* (niech cię p\*\*\*rzy ryba); – *Eres tan feo/a que hiciste llorar a una cebolla* (jesteś tak brzydki, że cebula by się popłakała) oraz: – *Estás más perdido que un pulpo en un garaje* (jesteś zagubiony jak ośmiornica w garażu). To o kimś, komu wydaje się, że wie, o czym mówi, ale tak naprawdę nie ma pojęcia.

Sluchanie włoskich przekleństw to czysta przyjemność. Włosi mają ich pełną gamę – od bluźnierstw po pełne pasji okrzyki. Jednym z najczęściej używanych zwrotów jest: – *Che cavolo vuoi?* (jaka chcesz kapustę?). Czy trzeba tłumaczyć, że kapusta zastępuje tu bardziej dosadne słowo? *Cazzo*, słowo odnoszące się do męskich genitaliów, to kretyn, a *stronzo* – dupek. Bardziej melodyjnie brzmi wyrażające zdęcydowaną niechęć do kogoś: *Budello di tu ma' cane ladra rincorsa dai fascisti!* (flaki twojego psa złodzieja ściganego przez faszystów). Albo: *Cagati in mano e prenditi a schiaffi*. To zachęta, by osobnik wypróżnił się na swoją rękę, a potem sam się spoliczkował, używana wtedy, gdy bardzo nie spodobało się nam to, co ktoś powiedział.

Belgom też nie brak fantazji. *Viswijf* to sprzedawczyni ryb – używa się tego słowa w odniesieniu do kobiety, która często plotkuje, albo mężczyzny, któremu dobrze by zrobił samodzielnie wymierzony policzek, jak wspomniany powyżej. Na



Rys. Paweł Wakula

wyróżnienie zasługuje też słowo *mierenneuker* (p\*\*\*rzący mrówki), czyli szczegółarz, irytujący pedant.

Holenderskie obelgi często dotyczą chorób. Wystarczy dodać *kanker* (rak) do jakiegokolwiek słowa, by wzmocnić jego wydzwięk, np. *kankeraap* (małpa z rakiem) to kochanie, ktoś wyjątkowo miły, a *kankerlekker* (pyszny jak rak) to wspaniały. Nie pytajcie, jakimi drogami chadzają skojarzenia Holendrów... – *Kanker op!* znaczy dla odmiany „Sp\*\*\*laj!” i lepiej go nie używać, bo można oberwać. Inne choroby też cieszą się w Niderlandach powodzeniem, np. *Krijg de klere!*, co znaczy: „Obyś dostał cholery!”.

Norwegowie, by coś podkreślić, czasem przywołują diabła, a w ich obraźliwych słowach często pojawiają się zwierzęta,

np. *Pikkantilope og firkant raev* (k\*tas antylopa i kwadratowa d\*pa), cokolwiek to znaczy...

Nieźli w przeklinaniu są też Szkoci. Wyrażenie *Yer Da Sells Avon* (twój tata sprzedaje Avon) – a kosmetyki tej firmy zazwyczaj sprzedają kobiety – jest kpina z osoby, która robi coś wstydliwego czy nieodpowiedniego. *Yer bums oot the windae* (twój tyłek wystaje przez okno) to upomnienie, skierowane do kogoś, kto zachowuje się niewłaściwie. *Eejit, bampot, numpty, tube lub dafty* – wszystkie te słowa oznaczają idiotę. Z kolei *dobber, fud, walloper, tadger* – odnoszą się do genitaliów i są używane, gdy mowa o osobie bardzo irytującej. *Lavvy heid* (toaletowa głowa) to ktoś mówiący bzdury. Podobny wydzwięk ma: *Yer bums oot the windae* (wystawiasz tyłek na wiatr) – mówisz nonsensy.

# Lekarstwa z drukarki przyszłością medycyny

Litewski Uniwersytet Nauk o Zdrowiu (LMSU) uruchomił pierwszą w Europie drukarkę 3D do leków – jedną z pierwszych na świecie. Przygotowania do wprowadzenia innowacji przełomowej w dziedzinie medycyny trwały od kilku lat. Technologia drukowania leków otwiera nowe możliwości w zakresie dbania o zdrowie i komfort pacjentów.

Drukowanie leków wykorzystuje tę samą metodę, co inne drukarki 3D, będące w coraz bardziej powszechnym użytku. Tabletki budowane są z warstwy

warstwie, pozwalając na łączenie substancji leczniczych z powlekanymi je warstwami substancji pomocniczych. Zastosowanie tej technologii ma ogromny wpływ na komfort pacjentów, szczególnie tych cierpiących na choroby przewlekłe – wielu z nich musi zażywać nawet 8 – 10 tabletek dziennie. Przełom w postaci druku leków 3D pozwala na umieszczenie kilku pigułek w jednej. Nowa technologia daje jednak możliwość przede wszystkim na niespotykane dotychczas dostosowanie leczenia do potrzeb konkretnego pacjenta. Pigułki produkowane

masowo występują w określonych dawkach – jeśli z jakiegoś względu pacjent potrzebuje innej, najczęściej po prostu musi spróbować podzielić pigułkę. Leki przygotowywane metodą 3D tworzone są z uwzględnieniem indywidualnych potrzeb danego pacjenta, z uwzględnieniem jego wagi czy chociażby faktu, że musi stopniowo zmieniać przyjmowaną dotychczas dawkę leków. Skumulowane w jednej pigułce substancje leczące mogą mieć również inny czas uwalniania, co oznacza, że jedna z nich zadziała bezpośrednio po zażyciu, a inna znacznie się

uwalniać po kilku godzinach. Personalizacja leczenia daje również możliwość połączenia wielu składników aktywnych w jednej tabletkę, zwiększając tym samym skuteczność leczenia, jednocześnie minimalizując skutki uboczne.

Naukowcy z LMSU przygotowali się do wprowadzenia tej innowacji od lat, obserwując debiut pierwszych leków 3D na rynku USA. Większość drukarek dostępnych do tej pory nie została jednak zaprojektowana do produkcji leków, a jedynie dostosowana do tego celu. Minęło kilka lat, zanim jedyny producent tego

*Yer aff yer heid* znaczy traciś głowę – do kogoś, kto ma głupie pomysły.

Psychologowie, którzy badają temat przekleństw, dochodzą do wniosku, że przynoszą one liczne korzyści – zarówno osobiste, jak i społeczne. Tak uważa na przykład Richard Stephens z Keele University, który zajmuje się psychologicznymi konsekwencjami używania wulgarnego języka. Okazuje się, że złorzeczenie pomaga znosić ból, obniża poziom stresu, wspiera relacje, a w niektórych przypadkach bywa przekonujące. Badacz mówi, że jego praca potwierdza to, co większość ludzi i tak wie – prawie każdy przeklina, gdy się skaleczy, bo to przynosi ulgę i pozwala wyrazić frustrację.

Stephens zbadał sto artykułów naukowych dotyczących skutków przeklinania. W wielu z nich podkreślano społeczne korzyści z przeklinania – ponoć buduje ono poczucie wspólnoty i solidarności z grupą, szczególnie w sytuacji, gdy mierzy się ona z przeciwnościami. Inne badania dowodzą, że w ten sposób buduje się zaufanie w zespole pracowników, drużynie sportowej lub grupie przyjaciół.

Wulgaryzmy mogą sprawdzać się w języku perswazji, ale z pewnymi zastrzeżeniami. Na przykład, jeśli z kimś się całkowicie nie zgadzamy i ta osoba znacznie przeklinać, nie zmienimy swojego podejścia do omawianej kwestii, tylko poczujemy niechęć do adwersarza. Jeśli chodzi o osobiste korzyści z soczystego języka, to pomaga on zarządzać bólem. Badania Stephensa z 2020 roku dowiodły, że osoby powtarzające niecenzuralne słowo mogą dłużej utrzymać dłoń pod strumieniem lodowatej wody niż ci, którzy tego nie robią. Inne badania pokazały, że przeklinanie jest najbardziej skuteczne, gdy używasz ojczyzycznego języka – bo ten najsilniej oddziałuje na emocje. (AS)

Na podst.: [euronews.com](http://euronews.com), [dailyrecord.co.uk](http://dailyrecord.co.uk), [cbc.ca](http://cbc.ca) Angora 44/2023

typu urządzeń dostarczył jedną z pierwszych na świecie certyfikowanych drukarek na litewską uczelnię. Jednak zdaniem naukowców dopiero za 10 – 15 lat takie drukarki powinny być codziennością w aptekach, dając farmaceutom możliwość drukowania leków dostosowanych do potrzeb konkretnego pacjenta. W przyszłości istnieje również szansa na wyposażenie tabletek w sensory monitorujące uwalnianie aktywnych składników w organizmie. (KM)

Na podst.: [lrl.lt](http://lrl.lt), [lsmu.lt](http://lsmu.lt), [theconversation.com](http://theconversation.com) Angora 44/2023

# Rozrywka

# HOROSKOP

Gwiazdy patrzą na nas.

## BARAN

W ciągu najbliższych dni nie schowasz głowy w piasek, tylko odważnie stawisz czoła problemom. Przedstawienie konkretnych argumentów i konsekwencja w działaniu pomogą ci zrealizować plany. Zainteresują cię techniki medytacji, dzięki którym pokonasz codzienny stres.

## BYK

Nie będzie ci w tym tygodniu do śmiechu. Ktoś beczelnie wytknie ci błędy i publicznie ośmieszy. Zachowaj jednak zimną krew i nie daj się sprowokować. Pamiętaj: ten się śmieje, kto się śmieje ostatni. Spodziewaj się informacji o radosnym wydarzeniu rodzinnym.

## BLIŹNIĘTA

W najbliższych dniach możesz bardzo rozczarować się zachowaniem partnera. Nie zrozumie on twoich problemów, co w konsekwencji pozbawi cię wsparcia z jego strony. Będziesz zmuszony liczyć tylko na siebie. Niespodziewany prezent sprawi ci ogromną radość.

## RAK

Niestety, nie zrealizujesz teraz swoich planów. Na nic zdadzą się twoje wysiłki, kiedy wszystko sprzysięgnie się przeciw tobie. Zostaniesz sprowadzony do roli biernego obserwatora i musisz się z tym pogodzić. Postaraj się nabrać dystansu do codziennych spraw.

## LEW

Tajemnica, którą od pewnego czasu skrywasz, ujrzy wreszcie światło dzienne. Możesz liczyć na zrozumienie partnera. Zachowaj szczególną ostrożność w wydawaniu opinii na czyjś temat. Twoja ocena okaże się, niestety, błędna i skrzywdzi bliską osobę.

## PANNA

Bliska osoba może zmusić cię do rezygnacji z ważnego przedsięwzięcia. Niestety, nie masz co liczyć na jej wsparcie finansowe, a to głównie od tego będzie zależać realizacja planów. Postaraj się jednak zapanować nad czarnymi myślami.

## WAGA

W ciągu najbliższych dni z jednego spotkania towarzyskiego będziesz szedł na drugie. Nowe znajomości poszerzą twoje horyzonty i zainspirują do działalności charytatywnej. W pracy zrealizujesz wszystkie zadania na czas, czym zadziwisz szefa. Poczujesz się częścią zgranego zespołu.

## SKORPION

Uważaj, bo w tym tygodniu łatwo dasz się omamić i namówić na coś, co jest drogie i kompletnie niepotrzebne. Do spełniania zachcianek potrzebne są pieniądze, które ty powinieneś zacząć oszczędzać. Ktoś z twojego najbliższego otoczenia zaproponuje ci wyjazd.

## STRZELEC

Na brak pracy nie będziesz narzekać. Z łatwością poradzisz sobie ze wszystkimi zadaniami i nie odczujesz przy tym większego zmęczenia. Idealny moment na rozmowę z szefem odnośnie podwyżki. Przełożony co prawda nie zgodzi się na twoje warunki, ale przynajmniej złoży ci swoją propozycję.

## KOZIOROŻEC

Jeśli ubiegasz się o kredyt, to dostaniesz go na bardzo atrakcyjnych warunkach. Nie wchodź jednak w żadne układy biznesowe z kimś, kogo słabo znasz, bo możesz więcej stracić niż zyskać. Postanowisz radykalnie odświeżyć cztery kąty.

## WODNIK

Możesz odetchnąć z ulgą. Sprawa, która ostatnio spędzała ci sen z powiek, znajdzie w tym tygodniu szczęśliwe zakończenie. W twoim związku zapanuje harmonia. Partner okaże ci dużo czułości, a romantyczne gesty podniosą temperaturę uczuć.

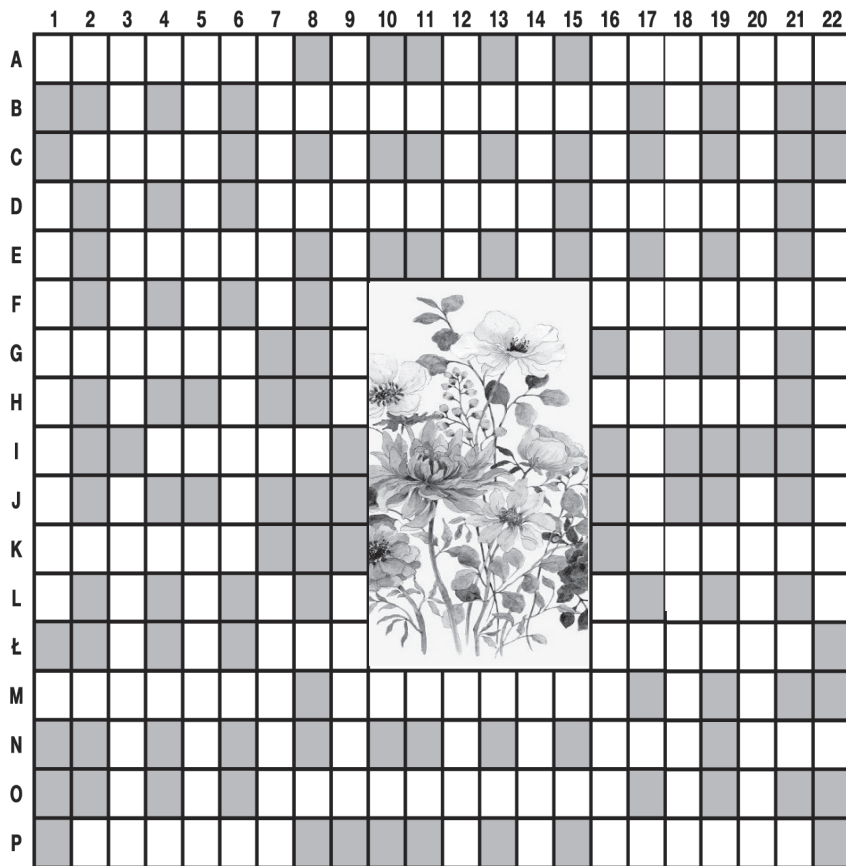
## RYBY

Zanim podejmiesz wiążące decyzje, zastanów się, czy gra jest warta świeczki. Po przeanalizowaniu sytuacji jeszcze raz być może dojdiesz do wniosku, że sukces w tym przypadku wiąże się dodatkowymi obowiązkami, z którymi możesz sobie nie poradzić.

Pancerna szafa	Staly gość w kawiarni	Kolega kanadyjkarza	Wróg skina	Urząd biskupa	
Siała mak			Pogardliwie: homoseksualista	W rękach kapitana	W parze z winą
16			Gnębienie przez ograniczanie wolności	18	
Popiera nacjonalistyczny ruch żydowski	14	21		7	
17		26	Pies o długich zwisających uszach		20 22
Rozpalona skała	Nagie ciało		Kolejność, etap		
Kobieta pobierająca emeryturę			Skradziony na randce		
			Głupi kozioł		Daszek nad paleńskim Karaczan w kuchni
Z kratami				Owocowy płyn	
Rzadka tkanina bawełniana	15			Obok tenora	
2			Cętką na gepardzie	4	
Rozgrywany na boisku		Żagiel podnoszony na bramce	Szeroka ulica spacerowa		
			Samochód		
		6	Bankowy procent		9
Śledź lub dorsz					
Praca, wysiłek, fatyga					
		13	Płynący lód		
Śląska gra w karty					12
Gwałtowna żądza mordowania					
Zasięg czegoś ustalonego, przyjętego	Jednostka monetarna Indii	19	Jadalne części zabitych zwierząt		
Usuwanie chłopów z ziemi					Punkt oparcia wyprawy
			Oprawca, siepacz	Występuje w depeszach zamiast kropki	Z greckiego alfabetu
		3		Dwadzieścia jeden w kartach	
W żartach o kimś ładnym					
Kabza				24	
25	1			Pleciony z wikliny	8
Pierwiastek chemiczny w kilku odmianach					
	23				

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26

## Krzyżówka z przymrużeniem oka



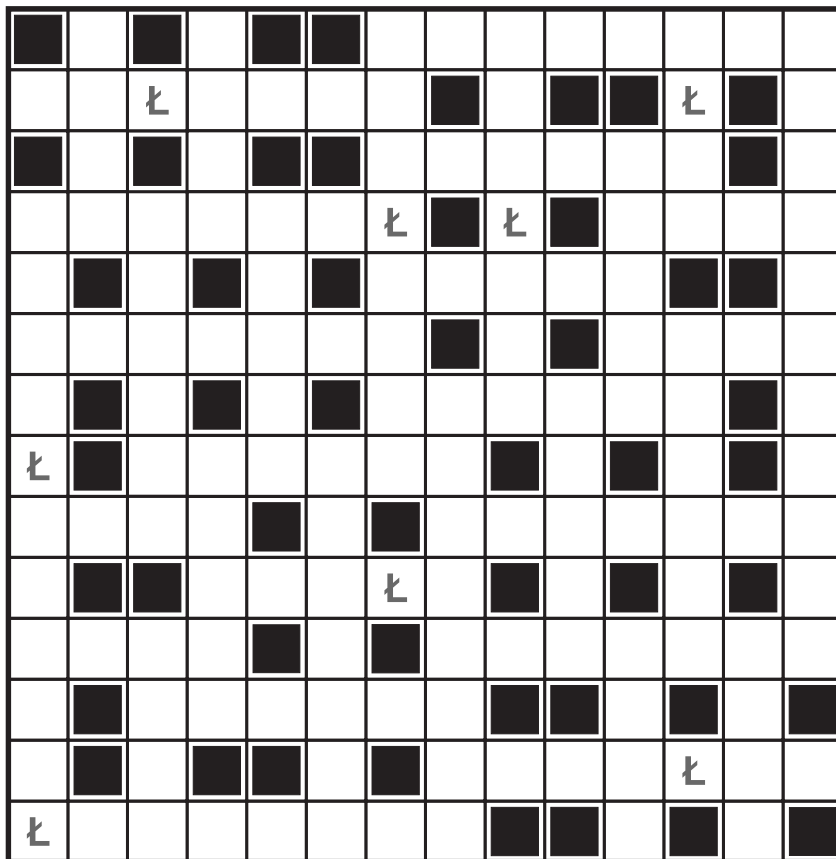
### POZIOMO:

- A1 przecinek pod kropką
- A16 uprzedzenie do kici na drodze
- B7 zasobnik, etui albo kontener
- C2 szkic... prozą
- D7 obce ciała w ciele
- D16 czynnik nerwicogenny
- E3 zastąpił tym, że umarł z miłości
- F16 morda z Radomia?
- G1 ozdoba generalskich spodni
- H16 nieszczęścia pod piramidami
- I4 cecha z plusem
- K1 wesele za dwie niedziele
- K17 cios, co powala rywala
- Ł7 dziura... załadunkowa
- Ł16 wybijanie ziarna z kłosów
- M1 kuta na cztery nogi
- M9 naprawdę często przesadza
- N16 wszystko na swoim miejscu
- N20 warzona przyprawa
- O7 wybiórcze odrzucenie
- P2 s z królestwem szypra... na kołach
- P16 jeden wystawiany, drugi przeżywany

### PIONOWO:

- 1D pan w korpusie
- 3A krańcowo skrajni
- 3J osiem godzin do dyspozycji peten-tów
- 5A legalny użytkownik cudzego
- 5K przekazano mu prawa z wexsła
- 6G wytworny pokój... samochodowy
- 7A instrument z pralni?
- 7L księga ząbkowanych zbiorów
- 9A buraczana operacja
- 9L przez przeszkody i do wody
- 12A jasna spirala wewnątrz nakrętki
- 12M otwiera się w programie
- 14A dość drogi stół z powyłamywanymi nogami
- 14M lewa strona kory
- 16A ząb za ząb
- 16L nosi wilka (morskiego)
- 17F admirał na macie
- 18A nosiciel cudzego serca
- 18K przód i tył notatnika
- 20A bijące spodenki?
- 20J żyje mrzonkami
- 22D wojuje w obronie babki

## Jolka



### Znaczenia wyrazów w zmienionej kolejności

- specjalista pomocny przy usuwaniu wad mowy
- angielskie miasto, ośrodek administracyjny hrabstwa Lancashire
- bezużyteczne części metalowe
- Zbigniew Boniek dla włoskich kibiców
- zdekonspirowanie się tajnej organizacji
- z damą na obrazie Leonarda da Vinci
- od świtu do świtu
- porażenie słoneczne
- ... dymna – to środek maskujący obiekty wojskowe
- kobieta za sterami samolotu
- budynek z pokojami dla nocujących gości
- mikroskopijne otwory w skórze człowieka
- powstał nad pięknym, modrym Dunajem
- młoda, nieumiejąca jeszcze latać, dzika kaczka
- uczestniczenie w czymś pospołu z innymi
- jest nim i towot, i wazelina
- drapieżny kot; pantera śnieżna
- ziemne umocnienia polowe; szańce
- imię kosyniera Głowackiego
- miara objętości równa czterem kwartom
- wychodzi spod dłuta artysty
- ... u wagi, czyli czynnik decydujący w jakiejś sprawie
- osłona pręcików i słupka tulipana
- największe miasto Kraju Basków
- uzgodnienie wzajemnego działania; zharmonizowanie
- zamiast dzwonka przy bramie
- rycerskie słowo honoru
- dodatkowa opłata za postój nierozładowanego wagonu
- popularne drzewo owocowe
- rozmowa albo śpiew dwójga ludzi
- o szefie w krajach anglosaskich
- łamie prawo i sieje zamęt; wichrzyciel
- do zakochania jeden (w piosence)
- robi się na nie pani idąca na bal
- w rękę koronowanego władcy
- Bożnańska – malarka albo Bończyk – aktorka

www.sklep.de



## DVD (4) - DROGI WOLNOŚCI

Historia trzech młodych siostr: Maryni, Aliny i Lali, które walczą o emancypację kobiet. Zakładają w Krakowie tygodnik „Iskra”. Jego pierwszy numer ukazuje się 11 listopada 1918 roku, w dniu odzyskania przez Polskę niepodległości, a tematem przewodnim jest przyjazd Ignacego Paderewskiego do Poznania. Fabuła w dużej mierze została zainspirowana pamiętnikami Polek z początków XX wieku.

**Obsada:** Zawadzka Katarzyna, Gałązka Paulina, Rosnowska Julia, Cywka Adam, Kuna Izabela, Machała-Krzemińska Bernadetta, Maj Maria, Zaremba Adrian, Komorowski Aleksy, Janicki Mateusz, Haniszewski Mirosław, Kret Damian, Królikowski Antoni, Polony Anna i inni

Telefon: 02174 8941155

www.sklep.de

e-mail: kundenservice@sklep.de

14,90 euro

# Reklama

**Kupię każdą nieruchomość w Polsce**, a także udziały (w kamienicach, domach, mieszkaniach, działkach). Mogą być do remontu, z problemem prawnym, zadłużone lub z lokatorem. Załatwiam wszystkie formalności!  
Tel. 0048/535/787267

## Hurt i kolportaż polskiej prasy

T. 02174-8941155  
F. 02174-8941156

## Rechtsanwaltskanzlei

### Gregor Matuszczyk

Springestraße 8

45894 Gelsenkirchen - Buer

Tel.: 0209 / 318 22 30 (Sekretärin)

Tel.: 0209 / 318 22 22 (direkt)

Fax: 0209 / 318 22 12

Mobil: 0172 / 56 74 289

e-mail: info@ra-matuszczyk.de

**Porady prawne w języku polskim i niemieckim**

Bürozeiten: Mo.-Fr. 9-12:30 und 15-18 Uhr  
Termine nach tel. Vereinbarung

## Tłumacz przysięgły

- polski ● rosyjski
- angielski ● niemiecki

Tel. 0174 / 479 22 04

info@dolmetscher-frankfurt.com

## ADWOKAT SAUER

Anwaltskanzlei Sauer, Chemnitzer Str. 100, 44139 Dortmund

- reprezentacja we wszystkich dziedzinach prawa niemieckiego i wybranych dziedzinach prawa polskiego
- reprezentacja przed urzędami i sądami w Niemczech i w Polsce
- współpraca z notariuszem w Niemczech oraz adwokatami zarówno w Polsce jak i we Włoszech
- władamy językami: polski, niemiecki, włoski, angielski, rosyjski

Tel.: 0173-5362152 także w przypadkach nagłych.  
e-mail: serowik@anwaltskanzleisauer.eu



# www.prasa.de

## Przyjaciółka z historiami

Magazyn o życiu i ludzkich perypetiach. Historie napisane przez los: o miłości, samotności, problemach w rodzinie i pracy, o najmłodszych i seniorach. W środku znajdziemy także krzyżówki.

Prenumerata roczna (12 miesięcy): 20 €  
Prenumerata półroczna (6 miesięcy): 12 €

Zamów prosto do domu  
Tel. 02174-89 644 80  
abo@prenumerata.de

www.prenumerata.de lub www.sklep.de



## ADWOKACI w DORTMUNDZIE SEROWIK

Rechtsanwälte Serowik  
Rosental 1  
44135 Dortmund

Tel. 0231 - 1857403

Fax 0231 - 1857404

sekretariat@serowik.de

- udzielamy porad także w języku polskim
- reprezentujemy naszych klientów na terenie całych Niemiec we wszystkich dziedzinach prawa
- na terenie Polski w wybranych dziedzinach prawa
- współpracujemy z notariuszem
- rok założenia kancelarii 2001
- w nagłych przypadkach tel. kom. 0172-7261623

www.serowik.de

Kancelaria adwokacka  
w Monachium

**Izabela S. Demacker**

Rechtsanwältin

Kompleksowa obsługa prawna  
w języku polskim i niemieckim

Müllerstr. 40, 80469 München  
Fon: 089 / 85 63 63 55  
Fax: 089 / 85 63 63 56  
www.kanzlei-demacker.de  
info@kanzlei-demacker.de

## KANCELARIA ADWOKACKA



DIPL.-JUR. MARKUS G. MATUSZCZYK  
RECHTSANWALT

## ADWOKAT • TŁUMACZ PRZYSIĘGŁY

- porady prawne w języku polskim i niemieckim dla firm i osób prywatnych
- reprezentacja przed urzędami i sądami w Niemczech i w Polsce
- wszystkie dziedziny prawa

Kommandanturstr. 8  
30169 HANNOVER  
tel.: +49 (0) 511 - 35 779 888  
e-mail: info@matuszczyk.com



## Dr. Andrzej Remin adwokat/Rechtsanwalt

### FACHANWALT für ERBRECHT

(adwokat - specjalista od prawa spadkowego)  
tłumacz przysięgły języka niemieckiego

kancelarie adwokackie w Niemczech, Polsce i Austrii

**obsługa w języku polskim**

postępowania spadkowe, zachowek, testamenty,  
dziedziczenie ustawowe  
w Niemczech i w Polsce  
sprawy rodzinne (rozwody, alimenty)  
obrońca w sprawach karnych

50672 KÖLN

Hohenzollernring 1-3

Telefon: 0221.925.37.56

Telefax: 0221.925.37.58

komórka: 0172.290.22.13

www.remin.de

e-mail: remin@t-online.de

Jesteśmy  
dla was online

www.samo-zycie.de

# KURIER

ładunki do 1,5 tony

**Niemcy ↔ Polska**

Tel: 0173-2106849 oder 02174-8941155

Szukam pracy jako opiekunka osób starszych w Niemczech prywatnie. Jestem bez nałogów, jestem osobą opiekuńczą, posiadam duże doświadczenie w opiece, język niemiecki komunikatywny.  
Tel. 0048-514-622 238 lub 0048-68-323 16 13

## CENTRUM DENTYSTYCZNE Dr. Prośniak

Usługi dentystyczne  
Wszystkie specjalności  
Na miejscu Labor i RTG



Katowice ul. Zbożowa 20  
Katowice ul. Dębowa 4  
Tel. 0048 32 202 90 95  
www.centrumdentystyczne.pl  
biurop@centrumdentystyczne.pl

## Gruchel

- pomoc w zakładaniu firm
- kompleksowa obsługa biurowa
- rozliczenia finansowe firm oraz osób prywatnych

### Finanzwirt Marian Gruchel

Lise-Meitner-Str.-1-3, 42119 Wuppertal  
Tel.: 0202-60933172  
finanzwirt@gruchel.com

Biuro Matrymonialne  
Hamburg i okolice  
Tel. 0178 2907155  
lub 040 65798905



- Kontakt telefoniczny poniedziałek, czwartek i piątek
- ♥ Skutecznie pomagamy w znalezieniu wymarzonego partnera
  - ♥ Tylko poważne oferty, którym bliskie są katolickie wartości
  - ♥ Gwarantuje Państwu bezpieczeństwo podczas poszukiwania partnera
  - ♥ Naszym celem są szczęśliwi ludzie

## SAT - RUDEK

- Oferujemy:
- Sprzedaż anten satelitarnych oraz akcesoriów
  - Polska telewizja NC+ z umową lub bez umowy
  - Doładowanie kart NC+
  - Dekodery
  - Moduły CI

**Gwarancja niskich cen i pełnego serwisu!**

Odwiedź nasz sklep:  
[www.sat-rudek.de](http://www.sat-rudek.de)  
Tel. 05031 9585207  
0176 62596861

# sklep.de

Hosbachstraße 11  
44287 Dortmund  
- Aplerbeck

## RESTAURANT MASURENHOF

Zapraszamy na Sylwestra

Rezerwacja:  
Tel.: 0231 / 90 982 430  
Mobil: 0177 / 752 27 72

- wszelkiego rodzaju uroczystości i imprezy komunii, wesele, chrzciny, żałoba, rocznica, impreza firmowa, urodziny i wiele więcej
- obsługa przyjęć / sala eventowa wspólnie z naszym szefem kuchni tworzymy dla Państwa indywidualne menu
- jedzenie na zamówienie z możliwością odbioru
- u nas dostępne kupony podarunkowe na prezent

## Mini Shop 51375 Leverkusen Am Kühnsbusch 2

Godziny otwarcia: poniedziałek - piątek: 7.00-12.00 i 15.00-19.00  
sobota: 8.00-12.00 i 15.00-19.00, niedziela: 8.00-17.00

Niepowtarzalne wyroby z drewna

Wódka Sobieski PET 0,5l 40%  
Wódka 1906 0,5l 40%  
Cena 4,99 €

Produkt Polski

# www.prenumerata.de

## Rechtsanwälte

uprawnieni do występowania przed wszystkimi sądami w Niemczech

**Markus Hüsges**  
Fachlehrgang Arbeitsrecht

**Marlies Ziemer**

**Herbert Ziemer †**

**Max Ziemer**  
zugleich Fachanwalt für Miet- & WEG-Recht  
zugleich Fachanwalt für Strafrecht

**Dierk Bernhardt**  
(ausgeschieden zum 31.12.2019)

**Dr. Monika Everschor**  
Fachanwältin für Verkehrsrecht

**Mirka Johanna Ziemer**  
Fachanwältin für Familienrecht  
Rechtsberatung auch in polnischer Sprache



**Rechtsanwältin**  
**Mirka Johanna Ziemer**  
(geb. Barski)  
**Fachanwältin**  
**für Familienrecht**  
**Specialistka prawa rodzinnego**

Porady i obsługi w języku niemieckim i polskim we wszystkich dziedzinach prawa

Öffnungszeiten: montags bis freitags von 08.00 Uhr - 18.00 Uhr  
- Sprechstunden nach Vereinbarung -

Anschrift: Römerstr. 32, 53840 Troisdorf  
(pomiedzy Köln i Bonn / naprzeciwko Burg Wissem)

Tel: 02241/75001 - Fax: 02241 / 79690  
Email: info@bzwh.de

## 31. Rock & Chanson FESTIVAL

KÖLN | BRESLAU | PARIS

**Renata Przymyk**  
Freitag | 24.11.2023 | 19:00 Uhr  
JUNGE TALENTE Internationaler Wettbewerb  
RENATA PRZMYK Konzert

**Ralph Kaminski**  
Samstag | 25.11.2023 | 18:00 Uhr  
ANTOINE VILLOUTREIX Konzert  
RALPH KAMINSKI Konzert  
FÜENF Konzert

**Fünf**  
**Antoine Villoutreix**

**Eintrittskarten Bestellung**  
Telefon: +49 176 795 502 22 oder +49 151 282 960 90  
E-Mail: info@polonicaev.de  
Mehr Informationen auf www.polonicaev.de

**Eintrittskarten Preise**  
Freitag: 40,00 EUR Normalpreis und 35,00 EUR mit Ermäßigung  
Samstag: 45,00 EUR Normalpreis und 40,00 EUR mit Ermäßigung  
Ermäßigung für Polonica-Mitglieder, Schüler und Studenten



Gefördert durch die Beauftragte der Bundesregierung für Kultur und Medien aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

Rathausaal Köln-Porz | Friedrich-Ebert-Ufer 64-70 | 51143 Köln



# Na zimowe wieczory

Zamówienia pisemne: **Verlag Matuszczyk KG, Luisental 2, 51399 Burscheid**

Zamówienia telefoniczne: **02174 8964480**

Na stronie internetowej: **www.sklep.de**

Wysyłka z Niemiec

Szt.	DVD - Dramaty	Cena
	<b>DVD 11 minut / reż. Skolimowski Jerzy</b>	<b>10,90</b>
	DVD Amnestia / reż. Jędryka Stanisław	6,90
	DVD Bad Boy / reż. Vega Patryk	9,90
	DVD Banksterzy / reż. Ziębiński Marcin	11,90
	DVD Bez znieczulenia / reż. Wajda Andrzej / rekonstrukcja cyfrowa	8,90
	DVD Bodo - 5DVD / reż. Kwieciński Michał, Rosa Michał	14,90
	DVD Botoks / reż. Vega Patryk	8,90
	DVD Boże Ciało / reż. Komasa Jan	11,90
	DVD Bracia / reż. Ostalski Łukasz	10,90
	DVD Chce się żyć / reż. Pieprzyca Maciej	10,90
	DVD Chrzczyny / reż. Skoczzeń Jakub	14,90
	DVD Chrzest / reż. Wrona Marcin	7,50
	DVD Ciotka Hitlera / reż. Rogalski Michał	9,90
	DVD Córka trenera / reż. Grzegorzek Łukasz	7,90
	DVD Cudak / reż. Kazejak Anna	8,90
	DVD Człowiek z marmuru / reż. Wajda Andrzej / rekonstrukcja cyfrowa	9,90
	DVD Dług / reż. Krauze Krzysztof	6,90
	DVD Doktor Ewa - 2DVD / reż. Kluba Henryk	9,90
	DVD Dom. Serie 1-2, odc. 1-25 - 13DVD / reż. Łomnicki Jan, Łomnicki Marcin	25,90
	<b>DVD Drogi wolności - 4DVD / reż. Migas Maciej</b>	<b>14,90</b>
	DVD Dwie Korony / reż. Kondrat Michał	9,90
	DVD Dziewczęta z Nowolipiek / reż. Sass Barbara	9,90
	DVD Echo serca. Sezon 1 - 5DVD / reż. Szafranski Tomasz	12,90
	DVD Gniew / reż. Ziębiński Marcin	8,90
	DVD Historia niemoralna / reż. Sass Barbara	6,90
	DVD Jestem przeciw / reż. Trzos-Rastawiecki Andrzej	6,90
	DVD Kamizelka / reż. Jędryka Stanisław	6,90
	DVD Kurier / reż. Władysław Pasikowski	8,90
	DVD Legiony / reż. Gajewski Dariusz	8,90
	DVD Miasto 44 / reż. Komasa Jan	7,50
	DVD Na chwilę na zawsze / reż. Trzaskalski Piotr	10,90
	DVD Obietnica / reż. Kazejak Anna	4,00
	<b>DVD Orleńta. Grodno '39 / reż. Łukaszewicz Krzysztof</b>	<b>11,90</b>
	DVD Orzeł. Ostatni patrol / reż. Bławut Jacek	10,90
	DVD Popieluszek. Wolność jest w nas / reż. Rafał Wieczyński	9,90
	DVD Popioły - 2DVD / reż. Wajda Andrzej / rekonstrukcja cyfrowa	9,90
	DVD Sezon na bażanty / reż. Saniewski Wiesław	7,50
	DVD Syberia polska / reż. Zaorski Janusz	7,90
	DVD Tajemnica twierdzy szyfrów - 4DVD / reż. Drabiński Adek	9,90
	DVD Wałęsa. Człowiek z nadziei / reż. Wajda Andrzej	8,50
	DVD Zupa nic / reż. Dębska Kinga	10,90



## DVD - 11 minut

Obsesyjnie zazdrosny mąż, jego seksowna żona - aktorka, podstępny hollywoodzki reżyser, kurier rozwożący narkotyki, sprzedawca hot dogów z mroczną przeszłością, sfrustrowany uczeń w ryzykownej misji, alpinista naprawiający hotelowe okna, uliczny malarz, ekipa pogotowia ratunkowego z zaskakującym problemem, dziewczyna z psem, grupa zakonnic. Przekrój mieszkańców wielkiego miasta, których życie i pasje przeplatają się ze sobą. Nieoczekiwany łańcuch zdarzeń przypięcztuje losy wielu z nich w ciągu zaledwie jedenastu minut. **Obsada:** Dormer Richard, Chapko Paulina, Chyra Andrzej i inni.



## DVD - Drogi wolności - 4DVD

Historia trzech młodych sióstr: Maryni, Aliny i Lali, które walczą o emancypację kobiet. Zakładają w Krakowie tygodnik „Iskra”. Jego pierwszy numer ukazuje się 11 listopada 1918 roku, w dniu odzyskania przez Polskę niepodległości, a tematem przewodnim jest przyjazd Ignacego Paderewskiego do Poznania. Fabuła w dużej mierze została zainspirowana pamiętnikami Polek z początków XX wieku. **Obsada:** Zawadzka Katarzyna, Cywka Adam, Gałązka Paulina, Rosnowska Julia, Kuna Izabela, Maj Maria, Komorowski Aleksy, Zaremba Adrian, Janicki Mateusz, Haniszewski Mirosław, Kret Damian, Polony Anna i inni.



## DVD - Orleńta. Grodno '39

To dramatyczny obraz wojny z sowietami, widziany oczami dwunastoletniego chłopca, Leona. W dniu rozpoczęcia roku szkolnego, 1 września 1939 r., budynek jego szkoły zostaje zbombardowany przez niemieckie samoloty. Dla Leosia, Tadzka, Eweliny oraz tysięcy polskich dzieci rozpoczynająca się wojna stanie się szkołą przyspieszonego dojrzewania, konfrontacją z dramatyczną historią pisaną przez dorosłych. 17 września 1939 roku, na mocy porozumień sowiecko-niemieckich, Armia Czerwona wkracza do Polski. Planuje 20 września zająć Grodno. Obroncy miasta rozpoczynają beznadziejną, heroiczną walkę.

## Prenumerata prosto do skrzynki, tanio i wygodnie Podaruj bliskiej osobie prenumeratę na cały rok!

Zamówienia telefoniczne: **02174 / 89 644 80**  
na stronie internetowej: **www.prenumerata.de**  
lub wysyłając e-mail: **abo@prenumerata.de**



Szt.	DVD - Komedie	Cena
	DVD (Nie)znajomi / reż. Śliwa Tadeusz	8,90
	DVD 7 rzeczy których nie wiecie o facetach / reż. Lewińska Kinga	8,90
	DVD Ambassada / reż. Julisz Machulski	9,90
	DVD Całe szczęście / reż. Konecki Tomasz	7,90
	DVD Czarodziej z Harlemu / reż. Karpiński Paweł	7,50
	DVD Druga połowa / reż. Wiśniewski Łukasz	10,90
	DVD Dzień świra / reż. Marek Koterski	8,90
	DVD Idealny facet dla mojej dziewczyny / reż. Konecki Tomasz	6,50
	DVD Ja to mam szczęście! - 4DVD / reż. Jakimow Sylwester, Klementowicz Karol	17,90
	DVD Jak poślubić milionera / reż. Zylber Filip	8,90
	DVD Każdy wie lepiej / reż. Rogalski Michał	10,90
	<b>DVD Kryptonim Polska / reż. Kumik Piotr</b>	<b>12,90</b>
	DVD Listy do M3 / reż. Konecki Tomasz	7,50
	DVD Listy do M4 / reż. Yoka Patrick	12,90
	<b>DVD Masz ci los! / reż. Glowacki Mateusz</b>	<b>10,90</b>
	DVD Miłość jest blisko / reż. Dunaszewski Radosław	10,90
	DVD Miłość jest wszystkim / reż. Kwieciński Michał	9,90
	DVD Narzeczony na niby / reż. Prokopowicz Bartek	8,90
	<b>DVD Niebezpieczni dżentelmeni / reż. Kowalski Maciej</b>	<b>12,90</b>
	DVD Nigdy nie mów nigdy / reż. Pacyna Wojtek	14,90
	DVD Pani z przedszkola / reż. Krzyształowicz Marcin	9,90
	DVD Pech to nie grzech / reż. Zatorski Ryszard	8,90
	DVD Planeta Singli / reż. Okorn Miłja	7,90
	DVD Planeta Singli 2 / reż. Akina Sam	8,90
	DVD Planeta Singli 3 / reż. Akina Sam i Michał Chaciński	9,90
	DVD Po prostu przyjaźń / reż. Zylber Filip	7,90
	DVD Podatek od miłości / reż. Ignaciuk Bartłomiej	9,90
	DVD Podejrzeni zakochani / reż. Kryński Sławomir	6,90
	DVD Polskie gówno / reż. Jankowski Grzegorz	8,90
	DVD Porady na zdrady / reż. Zatorski Ryszard	8,90
	DVD Prosto w Serce. Sezon 1, odc. 1-30 - 5DVD / reż. Banaszek Jarosław, Zylber Filip, Lewińska Kinga, Jadowska Anna	17,90
	DVD Prosto w Serce. Sezon 2, odc. 31-60 - 5DVD / reż. Banaszek Jarosław, Lewińska Kinga, Jadowska Anna, Zylber Filip	17,90
	DVD Pułkownik Kwiatkowski / reż. Kutz Kazimierz	8,90
	DVD Raz jeszcze raz / reż. Czarzasty Paweł, Zbieranek Krzysztof	9,90
	DVD Samiec Alfa / reż. Priwieziencow Katia & Priwieziencow Igor	9,90
	DVD Serce nie sługa / reż. Zylber Filip	6,90
	<b>DVD Ślub doskonały / reż. Moran Nick</b>	<b>10,90</b>
	DVD Śluby panięskie / reż. Bajon Filip	8,90
	DVD U Pana Boga za miedzą / reż. Bromski Jacek	14,90
	DVD U Pana Boga za piecem / reż. Bromski Jacek	16,90
	DVD Volta / reż. Machulski Juliusz	11,90
	DVD Weekend / reż. Pazura Cezary	11,90
	DVD Yuma / reż. Mularuk Piotr	11,90
	DVD Zamiana - reż. Aksinowicz Konrad	13,90
	DVD Zoła / reż. Konecki Tomasz	10,90

## U nas wygodne zakupy bez wychodzenia z domu, wysyłka z Niemiec

**DVD - Kryptonim Polska**

Zaskakująca i pełna gwiazd komedia o absurdach naszej rzeczywistości i tematach, których w polskim kinie jeszcze nie było! Dwa zwalczające się środowiska, dwa przeciwstawne pomysły na życie, a w tym wszystkim ona i on... I miłosne uczucie wystawione na największą próbę. Gdyby nie kontuzja, Staszek (Maciej Musiałowski) byłby dziś gwiazdą Ekstraklasy. Gdyby nie złamane serce, Pola (Magdalena Maścianica) nadal mieszkałaby w Warszawie. Gdyby nie przypadek, prawdopodobnie nigdy by się nie spotkali i nie doszłoby do wydarzeń, o których będzie mówił cały kraj.

**DVD - Masz ci los!**

Każdy z nas chciałby wygrać miliony w loterii. A co, gdyby szczęście się do ciebie uśmiechnęło, ale na ostatniej prostej pojawiło się więcej chętnych do podziału? W dodatku z niezbyt lubianej rodziny? A co gdyby... Rodzina przyjeżdża na pogrzeb ukochanego dziadka. Podczas stypy okazuje się, że w loterii padły właśnie numery, którymi grał przez całe życie, a zwyciężny kupon... został pochowany wraz z nim. Trzy metry pod ziemią. **Obsada:** Kuna Izabela, Wabich Robert, Bohosiewicz Sonia, Rutkowski Rafał, Bielska Iwona, Dziędziel Marian, Glowacki Piotr, Grabowski Mikołaj, Sikorski Michał i inni.

**DVD - Niebezpieczni dżentelmeni**

To iskrzący dowcipem i tętniący akcją komediowy kryminał, w którym równie ważne jak to "kto zabił?", jest pytanie "kogo zabito?". Tadeusz Boy-Żeleński (T. Kot), Witkacy (M. Dorociński), Joseph Conrad (A. Seweryn) i Bronisław Malinowski (W. Mecwaldowski), cztery znakomitości zakopiańskiej bohemy budzą się po mocno zakrapianej, całonocnej imprezie. Głowy pękają im od kaca, nikt nic nie pamięta, a sytuacji nie poprawiają znalezione na podłodze zwłoki nieznanego mężczyzny... Rozpoczyna się wyścig z czasem, w którym Zakopane stanie się tłem wielkiej intrygi, a zamieszani w nią będą gangsterzy...

**DVD - Ślub doskonały**

Panna młoda jest w ciąży, a jej zaborcza mamusia nie chce słyszeć o prawdziwym ojcu dziecka. Pan młody nie zna swojej przyszłej żony, a do małżeństwa został zmuszony wymownym szantażem przez przyszłą teściową. Gdy nastaje dzień ślubu, budzi się w apartamencie dla nowożeńców z gigantycznym bólem głowy po hucznym wieczorze kawalerskim, w dodatku u boku nieznanym kobiety. Do drzwi rozlega się pukanie... Trzeba działać szybko, zanim wszystko się wyda. Spirala gier i kłamstw rozkręca się na dobre, aż wkrótce "ten wymarzony dzień" zacznie przypominać niezłą katastrofę...



## Już mnie nie oszukasz - Harlan Coben

Myślisz, że znasz prawdę. A prawda jest taka, że nie wiesz nic. Niedawno pochowała siostrę i męża, Joego. W snach krzyki zabijanych z jej rozkazu cywilów mieszają się z krzykami zamordowanego na jej oczach Joego. Kiedy dwa tygodnie po pogrzebie na nagraniu z domowej kamery zauważa męża bawiącego się z ich córką, Maya nie wie, czy może wierzyć własnym oczom. Przecież była świadkiem jego morderstwa... Jak ma wytłumaczyć to, co widzi?



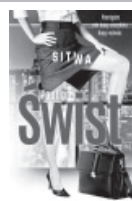
## Nieodnaleziona - Remigiusz Mróz

Dziesięć lat po zaginięciu narzeczonej Damian Werner jest pewien, że nigdy więcej jej nie zobaczy. Pewnego dnia trafia jednak niespodziewanie na ślad ukochanej - ktoś zamieszcza jej zdjęcie na jednym z profili spotted. Werner jest gotów przyjąć, że to przypadkowe podobieństwo do jego dziewczyny. Wtedy jednak spotter wgrwa drugie zdjęcie - zdjęcie, które zrobił jej sam Werner na kilka dni przed zaginięciem i którego nikomu od tamtej pory nie pokazał. Kto szuka dziewczyny? I czy to naprawdę ona pojawiła się po dziesięciu latach?

Szt.	Książki - kryminały, thriller	Cena
	Afekt - Remigiusz Mróz	9,90
	Behawiorysta - Remigiusz Mróz tw.opr.	8,90
	Bez odwrotu - Tess Gerritsen	8,90
	Bez skrupułów - Harlan Coben tw.opr.	6,90
	Bez śladu - Harlan Coben tw.opr.	9,90
	Bezład - Jessica Barry	8,90
	Chechło - Paulina Świst	9,90
	Czarna Madonna - Remigiusz Mróz tw.opr.	8,90
	Czarownica - Camilla Läckberg tw.opr.	9,90
	Czerwony terror - Max Czornyj	9,90
	Deniwelacja - Remigiusz Mróz tw.opr.	8,90
	Dżuma w Breslau - Marek Krajewski tw.opr.	5,90
	Egzekucja - Remigiusz Mróz	9,90
	Ekspozycja - Remigiusz Mróz tw.opr.	8,90
	Ekstradycja - Remigiusz Mróz	9,90
	Ekstremista - Remigiusz Mróz	9,90
	Erynie - Marek Krajewski tw.opr.	5,90
	Fabrykantka aniołków - Camilla Läckberg tw.opr.	9,90
	Farma lalek - Wojciech Chmielarz	10,90
	Głowa minotaura - Marek Krajewski tw.opr.	5,90
	Gniew matki - T.R. Ragan	10,90
	Halny - Remigiusz Mróz	9,90
	Hashtag - Remigiusz Mróz tw.opr.	8,90
	Iluzjonista - Remigiusz Mróz tw.opr.	8,90
	Immunitet - Remigiusz Mróz tw.opr.	8,90
	Inwigilacja - Remigiusz Mróz tw.opr.	8,90
	<b>Już mnie nie oszukasz - Harlan Coben tw.opr.</b>	<b>9,90</b>
	Kabalista - Remigiusz Mróz	11,90
	Kamieniarz - Camilla Läckberg tw.opr.	9,90
	Kasacja - Remigiusz Mróz tw.opr.	8,90
	Koniec świata w Breslau - Marek Krajewski tw.opr.	5,90
	Kontratyp - Remigiusz Mróz	9,90
	Krótką piłka - Harlan Coben tw.opr.	9,90
	Kto czyni zło - Agnieszka Pietrzyk	9,90
	Listy zza grobu - Remigiusz Mróz	10,90
	Lot 202 - Remigiusz Mróz	10,90
	Mock - Marek Krajewski tw.opr.	5,90
	Mock. Ludzkie ZOO - Marek Krajewski tw.opr.	5,90
	Mock. Pojedynek - Marek Krajewski tw.opr.	5,90
	Na skraju załamania - B.A. Paris	8,90
	Najstabsze ogniwo - Robert Małecki	9,90
	Najmroczniejszy sekret - Alex Marwood	8,90
	Najgorsze dopiero nadejdzie - Robert Małecki	9,90
	Nie mów nikomu - Harlan Coben tw.opr.	9,90
	Nieodgadniona - Remigiusz Mróz tw.opr.	8,90
	<b>Nieodnaleziona - Remigiusz Mróz tw.opr.</b>	<b>8,90</b>
	Niewinne ofiary - Katarzyna Wolłowicz	14,90
	Niewybaczalne - Izabela Janiszewska	9,90
	Obrazy z przeszłości - Remigiusz Mróz	10,90
	Oficer i Szpieg - Robert Harris	8,90
	Osaczona - Tess Gerritsen	8,90
	Osiedle RZNIW - Remigiusz Mróz	9,90

Szt.	Książki - kryminały, thriller	Cena
	Oskarżenie - Remigiusz Mróz tw.opr.	8,90
	Parabellum. Głębia osobliwości cz.1 - Remigiusz Mróz tw.opr.	8,90
	Parabellum. Głębia osobliwości cz.2 - Remigiusz Mróz tw.opr.	8,90
	Parabellum. Horyzont zdarzeń - Remigiusz Mróz tw.opr.	8,90
	Parabellum. Prędkość ucieczki - Remigiusz Mróz tw.opr.	8,90
	Piętno - Przemysław Piotrowski	10,90
	Prawo matki - Przemysław Piotrowski	10,90
	Precedens - Remigiusz Mróz	9,90
	Projekt Riese - Remigiusz Mróz	9,90
	Przepaść - Remigiusz Mróz	9,90
	Przewieszenie - Remigiusz Mróz tw.opr.	8,90
	Rewizja cz.1 - Remigiusz Mróz tw.opr.	8,90
	Rewizja cz.2 - Remigiusz Mróz tw.opr.	8,90
	Rozdarta zasłona - Maryla Szymczkowska tw.opr.	5,90
	Rzeka zimna - Magdalena Kawka	9,90
	Rzeki Hadesu - Marek Krajewski tw.opr.	5,90
	Seans w Domu Egipskim - Maryla Szymczkowska tw.opr.	5,90
	Sezon drugi - Max Czornyj	9,90
	Sfora - Przemysław Piotrowski	10,90
	<b>Sitwa - Paulina Świst</b>	<b>9,90</b>
	Skaza - Robert Małecki	10,90
	Skazanie - Remigiusz Mróz	9,90
	Stojąc w cudzym grobie - Ian Rankin	7,90
	Syrenka - Camilla Läckberg tw.opr.	9,90
	Śmierć w Breslau - Marek Krajewski tw.opr.	5,90
	Świt, który nie nadejdzie - Remigiusz Mróz tw.opr.	8,90
	Tajemnica Domu Helclów - Maryla Szymczkowska tw.opr.	5,90
	Telefon po północy - Tess Gerritsen	9,90
	Trawers cz.1 - Remigiusz Mróz tw.opr.	8,90
	Trawers cz.2 - Remigiusz Mróz tw.opr.	8,90
	Tysiąc cz.1 - Dagmara Andryka	6,50
	Tysiąc cz.2 - Dagmara Andryka	6,50
	Umorzenie - Remigiusz Mróz	9,90
	W głębi lasu - Harlan Coben tw.opr.	9,90
	Wada - Robert Małecki	9,90
	Większość bezwzględna - Remigiusz Mróz tw.opr.	8,90
	Władza absolutna - Remigiusz Mróz tw.opr.	8,90
	Wotum nieufności cz.1 - Remigiusz Mróz tw.opr.	8,90
	Wotum nieufności cz.2 - Remigiusz Mróz tw.opr.	8,90
	Wybaczam ci - Remigiusz Mróz	9,90
	Wyrok - Remigiusz Mróz	9,90
	<b>Z zimną krwią - Tess Gerritsen</b>	<b>9,90</b>
	Zachowaj spokój - Harlan Coben tw.opr.	9,90
	Zadra - Robert Małecki	9,90
	Zaginięcie - Remigiusz Mróz tw.opr.	8,90
	Zbrodnia w szkarłacie - Katarzyna Kwiatkowska tw.opr.	5,90
	Zerwa cz.1 - Remigiusz Mróz tw.opr.	8,90
	Zerwa cz.2 - Remigiusz Mróz tw.opr.	8,90
	Zgubna trucizna - Katarzyna Kwiatkowska tw.opr.	5,90
	Zmora - Robert Małecki	9,90
	Żalobnica - Robert Małecki	9,90

Więcej książek i kapci na: [www.sklep.de](http://www.sklep.de)



### Sitwa - Paulina Świst

Afera goni aferę. Stawka rośnie. W grę wchodzi już nie tylko oszustwa i wyłudzenia, ale także przemyt złota i handel gruntami kościelnymi. Wszystko wskazuje na to, że historia finansowych przekrętów wcale nie skończyła się wraz z ucieczką z kraju "Orla" i Olki. Co prawda rozkręcona przez nich karuzela finansowa przestała wirować, ale natura nie znosi próżni: tam, gdzie są pieniądze, znajdują się również chętni, żeby za wszelką cenę je zagarnąć. Jeśli pieniądze są naprawdę duże, chętnych jest więcej, a metody działania stają się bardziej brutalne. Lilka Płonka boleśnie przekonuje się o tym na własnej skórze.



### Z zimną krwią - Tess Gerritsen

Czy to przeznaczenie, czy po prostu szczęście? Gdy porzucona przez narzeczonego, poniżona i zapłakana opuszczała kościół, przy ołtarzu wybuchła bomba. Początkowo wydawało się, że to dzieło szaleńca niewymierzone w żadną konkretną osobę. Dopiero gdy próbowano zepchnąć jej samochód z drogi, Nina zdała sobie sprawę, że ktoś chce ją zabić. Ale kto i dlaczego? Musi się tego dowiedzieć, i to szybko. Krok po kroku odkrywa przerażającą prawdę - jej los jest w rękach genialnego szaleńca, który prowadzi grę bez skrupułów.

#### Kapcie damskie

wz209 rozm. 38-39  
7,50 €



#### Kapcie damskie

wz213c rozm. 38  
7,50 €



#### Kapcie damskie

wz215 rozm. 38-39  
7,50 €



#### Kapcie damskie

wz231c rozm. 38-39  
6,90 €



#### Kapcie męskie

wz190 rozm. 42-43  
7,90 €



#### Kapcie męskie

wz250 rozm. 41-44  
6,90 €



#### ZAMÓWIENIE

SZ 12/2023

**Płatność z góry.** Zarezerwowany towar wysyłamy po zapłaceniu rachunku (Vorkasse)  
Prosimy **nie** przelewać pieniędzy przed otrzymaniem rachunku.  
Ważne! Konto jest inne niż konto prenumeraty - podajemy je na rachunku.  
**Przy zamówieniu przez internet możliwość płatności przez PayPal.**  
**Koszt wysyłki:**  na adres w Niemczech - 6,90 € (Deutsche Post DHL)  
 do pozostałych krajów Unii Europejskiej - 16,90 €

**Wysyłka z Niemiec**

Oferta obowiązuje do wyczerpania zapasu towaru.

Imię, nazwisko \_\_\_\_\_  
Ulica, nr domu \_\_\_\_\_  
Kod pocztowy, miejscowość \_\_\_\_\_  
Nr telefonu \_\_\_\_\_  
Data, podpis \_\_\_\_\_

# Przeznaczenie

Kwitnie kariera polskiej królowej mody

## Top model Małgosia

**Małgosię Belę, która właśnie świętuje ćwierćwiecze kariery książką „Winter Girl” i ekskluzywnym wywiadem dla dziennika „La Repubblica”, mocno pokochała Italia. Za to, że Polka, rocznik 1977, nie zwalnia kroku, jest na okładkach i wydarzeniach modowych na całym świecie.**

Trudno ją złapać między Warszawą, Paryżem i Amsterdamem. Tam pokaz i projekcja filmowa, tu wspaniały album, którego tytuł nawiązuje do tego, że jest bardziej intrygująca w koutach niż w kostiumach kąpielowych. Ciągłe coś się dzieje. Oczywiście bywa zmęczona, ale wtedy dała słowo, że będzie, weźmie udział, zaszczyci obecnością – nigdy nie zawodzi. Taka już jest – zaangażowana, sumienna i doprowadza swoje sprawy do finału. Nową energię po wyczerpujących kontraktach w ekstremalnie konkurencyjnym środowisku łapie chętnie na greckiej wyspie Hydra.

Nie epatuje prywatnością, ale wiadomo, że mieszka z trzecim mężem, oscarowym reżyserem Pawłem Pawlikowskim, w otoczeniu pamiętek z 25-letniej już kariery jako jedna z najbardziej rozchwytywanych modelek na świecie. Jest też matką dorosłego syna. Dla niego zrobiłaby wszystko, ale dla innych raczej trzyma się tego zimowego wizerunku i bezpiecznego zdystansowania. Sama jest córką profesorki Uniwersytetu Jagiellońskiego i inżyniera, z tym że ojciec nie żyje. Rodzice byli wymagający, może dlatego dziś Małgosia naturalnie sprawdza się w charakterze ambasadorki jakości, uznanej polskiej marki i po prostu godnej zaufania osoby.

Jej przystość w kręgach fashion była przeznaczeniem. Zaczęło się od przypadkowego spotkania w 1998 roku z agentem modelek, dzięki któremu trafiła do Nowego

Jorku, a potem podpisała kontrakt z Jil Sander. Na początku ten splot okoliczności wydawał się dziwny, bo myślała, że modelki muszą być wysokie i seksowne, a do tego zagryzać wargi, więc się i czołgać kusząco, a ona nie widziała się w takim akurat wydaniu kobiecości. Było tak ciężko na pierwszych castingach, że nawet przymierzała się do powrotu do Krakowa. Na szczęście wówczas zadzwonił Joe McKenna – kultowy, niesamowicie wpływowy redaktor mody, który kształtował branżę od początku lat 90. XX wieku, król amerykańskich, brytyjskich, francuskich i włoskich edycji *Vogue*, *W*, *i-D*, *T Magazine*, *Self Service Magazine*, *Document Journal* – który zabrał ją do Mediolanu na próby do pokazu niemieckiej stylistki Jil Sander. Za chwilę paradowała po wybiegu i pozowała do kampanii, obfotografowana przez Davida Simsa, który miał wówczas na koncie sesje m.in. z Kate Moss, a obecnie jego prace znajdują się w stałych zbiorach Muzeum Wiktorii i Alberta w Londynie, Muzeum J. Paula Getty’ego w Los Angeles oraz Musée de la Mode de la Ville de Paris.

Pracowała z wieloma uznanymi fotografami w branży, lecz szczególnie ceniła sobie oko Richarda Avedona i Tima Walkera. Avedon – filozof i poeta, którego porwała fotografia, maestro portretów, któremu dały się uwiecznić Katharine Hepburn, Taylor i Brigitte Bardot – urabiał z niej żywe dzieło sztuki – na jego zdjęciach wygląda zupełnie inaczej i czuje się między nimi porozumienie, relację podziwu i ufności. Kipiący pomysłami Tim Walker, który najpierw był asystentem Avedona, też ma dar tworzenia dla niej komfortowych rzeczywistości, w których wymiarze wydaje się postacią wyjętą z obrazu albo kadru filmowego, wyjątkową protagonistką na wyciągnięcie dłoni widza.

Trzeba jednak przyznać, że Małgosia Bela, niezależnie od tego, u kogo jest w obiektywie, hipnotyzuje inteligentnym, świdrującym i zarazem metafizycznym spojrzeniem, a także rzeźbiarską pozą. Świetnie ogrywa sprzeczności, jednego dnia jest nieoczywistą pięknoscią, 177 centymetrami delikatności, słowiańską nimfą, by w innym serwisie pokazać się jako dzika kosmitka albo pełna imperialnego dostojęstwa autokratka. Jest jedyna w swoim rodzaju – właściwie stworzyła kanon Beli, łącząc głębię wewnętrzną z doskonałą fizycznością. No i to spojrzenie, pomost od jądra duszy do zakresu horyzontu, który zabiera odbiorców tam, gdzie sobie życzy jego właścicielka!

Każda jej cover to niezatarta historia. Na okładce *Porter Edit* z 9 sierpnia 2019 roku (zrealizował ją Hugo Comte), mając na sobie sweter Alexandra Wang, szorty Nagnata i kapelusze Albus Lumen, uosabia ikonę sukcesu płynącą przez życie na swoich zasadach, czerpiącą przyjemność z dobrostanu i jednocześnie nieodartą z tajemnicy, zaś dalej w numerze podbija czytelników jako mistrzyni atrybutów, obojętnie czy chodzi o jabłko, książkę, czy magnetofon. We włoskim *Vogue* z czerwca 2000 roku, w sesji Stevena Meisela – który fotografował Madonnę i doradzał Lindzie Evangelistie – wydaje się boginią Afrodytą przebudzoną w naszych czasach. Zdjęcia powstały w Los Angeles, w willi Tony’ego Duquette’a, amerykańskiego artysty specjalizującego się w projektach scenicznych i filmowych, pracującego w produkcjach Metro Goldwyn Mayer, szczególnie z reżyserem Minnelim, mężem Judy Garland i ojcem Lizy. W bajecznie osobliwej scenarii willi top modelka eksponuje kostiumy kąpielowe w stylu lat 70. minionego wieku, z dobranymi kaftanami i turbanami z egzotycznych, szlachetnych tkanin. Do tego naszyjnik, kolczyki, bransoletki i broszki z koralami i turkusami wypożyczone z archiwum Duquette’a. Stylizację, która nie



Fot. Krzysztof Kuczyk/Forum

traci na aktualności, uzupełniają sandały gladiatorki i ich ozdobne wariacje na platformie.

Zleceniodawcy, dla których pozowała, tworzą niekończącą się litanię: Balenciaga, Yamamoto, Valentino, Fendi, Gucci, Versace, Louis Vuitton, Michael Kors, Max Mara, Givenchy, Alexander McQueen, Stella McCartney, Salvatore Ferragamo, Alberta Ferretti, Sonia Rykiel, Zadig & Voltaire, Miu Miu, Hermès, a także Roberto Cavalli, Gino Rossi, Dsquared2, Gabriele Colangelo, Marc O’Polo, Mango, Zara, H&M itd. W Italii do dzisiaj kontemplowane są jej zdjęcia, które wyczarował Paolo Roversi, oraz te z kalendarza Pirelli, z kobiecego magazynu *D Repubblica*, jakie zrobił Stefano Galuzzi w 2018 roku. Podobają się odważne ujęcia dla *W Magazine*, których autorem jest pochodzący z Neapolu Mario Sorrenti (z roku, kiedy papieżem został Franciszek), z sugestyjnie ukazanymi pierśmi niezapomnianymi do dzisiaj przez większość fanów. Tych fanów ma w rozmaitych krajach – w Polsce, Italii, Niemczech, Hiszpanii, we Francji, w Wielkiej Brytanii, Turcji, Ukrainie, a także w Korei, Japonii, Ameryce. Wszędzie tam, gdzie magnetyzowała z fotosów. Reklamowała

konkretny dom, projektanta, markę i produkt, jaśniała na wybiegu i w kampaniach.

Chociaż odniosła kolosalny sukces, na co dzień nie jest to łatwa praca. Pojawiają się wątpliwości co do wyglądu i siły roztaczanej aury. Wspominała o tym kiedyś w wywiadzie dla włoskiego tygodnika: – *Prada nie wybiera cię do pokazu? Wtedy zaczynasz myśleć, że coś z tobą nie tak. I pojawia się panika. Te wzloty i upadki towarzyszyły mi bardzo długo. Jeszcze dekadę temu oceniała, że na modeling składa się 80 proc. tortury i tylko trochę frajdy. Pytana o sławne koleżanki, z klasą odpowiedziała, że Lara Stone jest świeżą Brigitte Bardot, Kate Moss uznana za najbardziej fotogeniczną, a Naomi Campbell – za gwiazdę wybiegów niemożliwą do zdetronizowania. Z okazji 25-lecia kariery nadeszła pora, aby teraz innych pytać o nią – nie o dokonania modowe, ale i na ekranie, bo przecież jej kreacja aktorska w *Ono* oraz udział w filmach o papieżu Karolu to fakty, a ponadto otwarta furta do kolejnych wcieleń. (ANS)*

Na podst.: *repubblica.it, panorama.it, fashionotography.com, models.com, vogue.it, iconmagazine.it, corriere.it*  
Angora 43/2023



Fot. Hamelton/wikimedia.org

Iga Świątek przekazuje pieniądze na UNICEF, pomoc Ukraincom, kupuje zegarki, porsche i podróżuje.

## Dla siebie i dla innych

**W wieku 22 lat najlepsza obecnie tenisistka na świecie Iga Świątek od początku kariery zarobiła ponad 24,5 mln dolarów plus dochody z tytułu reklam i od sponsorów.**

Jest dopiero na początku tenisowej kariery, ale zajmuje 14. miejsce w rankingu najlepiej zarabiających zawodniczek wszech czasów.

Jak się okazuje pieniądze nie tylko zostawia dla siebie, ale także dzieli się nimi z innymi. Przed dwoma miesiącami przekazała 300 tys. złotych organizacji UNICEF Poland na pomoc w zakresie zdrowia psychicznego w Polsce i na świecie.

Kolejne środki ofiarowała na organizację obozów tenisowych dla dzieci, które organizowane są co roku. Ale część środków zostawia na swoje potrzeby, spełniając luksusowe zachcianki.

– Mam Datejust (model zegarka Rolex) i uwielbiam go powiedziała dla portalu *tennisconnected.com*. – Jest elegancki, dość mały i prosty, co jest idealne, ponieważ cenię sobie wygodę i prostotę w życiu codziennym. Noszę go prawie cały czas poza kortem. Stał się ważnym elementem moich niesportowych stylizacji, które są proste z nutką elegancji. Tenisistka dołączyła także do Przyjaciół Porsche w Polsce i posiada kilka modeli, w tym Porsche Taycan. Choć nie ma zbyt wiele czasu, sporo jednak podróżuje lub wypoczywa.

Ostatnio spędziła urlop na Malediwach. Regeneracja jest bardzo ważnym aspektem w życiu Świątek, dlatego zawodniczka nie oszczędza na podróżowaniu po świecie. (kor)