ŻYCIE SENIORA
NA WYŻYNACH
bezpłatnie
Nr 9/10 (59/60) rok VI listopad-grudzień 2020

Głos redakcji

To z winy pandemii wydajemy podwójnie numerowane „Życie Seniora". Ja byłem na tak zwanej pracy zdalnej, kontakty z redaktorami i autorami ograniczyły mi się niemal do zera. Niemniej jednak powstało kilka tekstów, które utworzyły ten podwójny numer. Dodatkowo zajęty jestem pisaniem monografii mieszkańców osiedla Wyżyny, o tym piszę osobno, a to zajmuje mi sporo czasu, tak więc czuję się usprawiedliwiony i proszę o wyrozumiałość.

Tyle dzieje się w naszym kraju, tematy dla autorów leżą niemal na ulicy, właśnie wydarzenia z ulic Warszawy i setek miast polskich skłaniają do licznych refleksji, a te nie napawają optymizmem, zwłaszcza gdy kocha się wolność i jej szczególny wyróżnik – prawo wyboru. Ta błyskawica, to nie jest symbol faszystowski, jak niektórzy usiłują nam wmówić, to jest ostry symbol gniewu, sprzeciwu polskich kobiet wobec (wpisz, co chcesz) i, co mnie szczególnie cieszy, młodzieży, naszych przyszłych elit, które już dziś widzą Polskę i Świat takimi, jakie mi się marzą. Tolerancyjne, zielone z czystym powietrzem, internacjonalne, gdzie króluje rozum, a nie zaślepienie…

Rys. Grażyna Gradkowska

A teraz życzenia świąteczne: tradycyjnie ja i redakcja życzymy Czytelnikom dużo zdrowia i pomyślności, rodzinnych i ciepłych w nastroju chwil w skłóconym kraju, w skłóconych rodzinach – nie dajmy politykom sobą manipulować – tego jeszcze nigdy na święta nie życzyłem. Trzeba mieć swoje zdanie, ale żeby je mieć, trzeba mieć wiedzę i umiejętność refleksyjnego patrzenia na codzienność. A każdy może patrzeć inaczej, bo każdy ma do tego prawo, by być indywidualnością, a że żyjemy w społeczeństwie, to potrzebna jest tolerancja, aby prawo każdego w tym społeczeństwie do wyrażania swoich przekonań światopoglądowych szanować. Tego właśnie życzę, żeby się spełniło!

Red. nacz.

My z Wyżyn

„My z Wyżyn – portret własny mieszkańców" to pełna nazwa mojego nowego projektu edytorskiego, w którym rozmawiam z mieszkańcami osiedla Wyżyny, od pierwszych zasiedleńców z lat osiemdziesiątych, po ostatnich. O czym rozmawiamy? O wszystkim, co pozwoli mi nakreślić swoisty portret osób zamieszkujących naszą enklawę utworzoną przez Spółdzielnię Mieszkaniową „Wyżyny". Już w grudniu będzie można się przekonać, zaglądając na stronę internetową NOK, na czym to polega i jaki daje efekt już po pracy redaktorskiej. Dotychczas przeprowadziłem sześć rozmów – wywiadów ze znanymi mi mieszkańcami, reprezentującymi różne zawody, pasje, poglądy, które składają się na galerię postaci, a te z kolei tworzą mozaikę różnych charakterów indywidualnych, ale budujących opowieść o ludziach z Wyżyn. Moim zamiarem jest zebrać co najmniej trzydzieści takich wywiadów, może pięćdziesiąt, im więcej, tym lepiej dla sprawy, z mnogości typów buduje się bowiem rdzeń naszej tożsamości w skali mini, biorąc pod uwagę Polskę, ale już mikro w skali Warszawy. Ciekaw jestem wyników mojej pracy, a zwłaszcza tego, co można będzie powiedzieć o ludziach z Wyżyn, po przeczytaniu całości przez mieszkańców innych osiedli ursynowskich, albo z Żoliborza, a może z Winogradów poznańskich? Czy ujawni się jakiś szczególny element charakteryzujący nas na tle innych mini społeczności? Ja już 35 lat jestem związany z Ursynowem, z Wyżynami 32 lata i wydaje mi się na podstawie moich doświadczeń, że da się już różnicować mieszkańców poszczególnych małych i większych enklaw w naszej dzielnicy. Mnie to ciekawi, wszystkich co prawda nie musi, ale nie uwierzę w powszechną ludzką obojętność na potrzebę poznawania sąsiadów, na rozmowy z nimi, po prostu na kontakty społeczne, gdy tyle trąbi się o ich zanikaniu, o schładzaniu więzi międzyludzkich, a to jest wbrew potrzebom człowieka. Od kogo pożyczyć cukru, gdy człek w potrzebie?

Dlatego zwracam się do czytelników, koniecznie mieszkańców Wyżyn, aby, jeśli chcą swoją opowieścią wpłynąć na widok przekroju mieszkańców, a do tego posiadają w zasobach pamięci obrazy z historii osiedla lub chcą opowiedzieć o życiowych wydarzeniach, lub o swojej pracy i o sobie, o ulubionym hobby, o lekturach, filmach i piosenkach etc., to bardzo gorąco zapraszam do kontaktu ze mną (tel. 515 410 901), umówimy się i porozmawiamy. Każdy ma coś do dodania do tego portretu zbiorowego.

Wcześniej wspomniałem o stronie internetowej NOK (www.nok.art.pl), na której jest bardziej obszerne wprowadzenie do tego projektu. Zamieszczone są tam także pierwsze opracowania, które dały początek – na razie w internecie, w przyszłości planuję drukiem – monografii o nas, o mieszkańcach Wyżyn. Właściwie mogę powiedzieć, że ta monografia, jej niezapisane stronice będą długo otwarte na uzupełnianie nowymi postaciami sąsiadów.

Janusz Olczyk,
redaktor prowadzący

Krótki tekst o CRISPR

Pandemia oraz jesień odbiły się na naszych nastrojach, więc nic dziwnego, że w „ŻS" przeważają poważne teksty o: godnym umieraniu, sensie życia, tolerancji, naszej kruchości… Zdaję sobie sprawę, patrząc na pierwsze cyfry mojego Pesela, ze zwiększenia prawdopodobieństwa, że pisany właśnie tekst może być ostatnim, więc tym bardziej staram się, aby nikogo nie urazić, trzymając się równocześnie swoich przekonań.

Nawiązując do polemiki koleżanki, napisałem w poprzednim miesiącu: „ Dekadę temu wielu ludzi, łącznie ze mną, miało podejście do inności seksualnych obojętne albo wyrozumiałe", a cytujesz Krysiu, że napisałem „Polacy mieli do nich podejście obojętne i wyrozumiałe…" – to zasadnicza różnica.

Zgadzam się w zupełności z Tobą, że zło będące tematem polemiki, należy potępiać. Szczególnie w Kościele, który powinien dawać przykład. Znane wszystkim słowa Pana Jezusa niezmiernie mocno mówią o zgorszeniu dzieci: „Kto by jedno z tych małych dzieci…" [Mt.XVIII]. Wspomina też Pan Jezus wielokrotnie o „grobach pobielanych" i „sługach dwóch panów". Złe czyny duszpasterzy szczególnie mocno bolą tych, którzy do Kościoła należą.

Ale trzeba być sprawiedliwym i widzieć zło wszędzie tam, gdzie ono istnieje, tzn. również wśród: wychowawców, instruktorów, aktorów, polityków, celebrytów… Znamy zaczęte wyjaśnianie sprawy chłopców z Dworca Centralnego, sprawę Wilanowa… z wielką determinacją hamowanych. Czy mówię nieprawdę, Krysiu?

Zło pozostaje zawsze złem, a potrafi wkraczać różnymi drogami, o czym pisze obszernie Bronisław Wildstein w książce pt: „Bunt i afirmacja". Autor ostrzega, że w obecnych czasach „inność" stała się modna i pragnie zaistnieć za wszelką cenę, nawet budząc odrazę i przybierając formę wynaturzenia.

Tekst „Godne umieranie" napisany przez Naczelnego jest mi bliski, bo z kruchością naszego życia zetknąłem się mocno, udzielając się jako wolontariusz w Hospicjum Onkologicznym na Ursynowie. Po szkoleniu, okresie próbnym, wkroczyłem w czas, który pozwolił mi okrzepnąć i może już trochę mniej wiązać się psychicznie z umierającymi. Dlatego zmartwiłem się, otrzymując wiadomość od naszej wspaniałej Koordynatorki Iwonki, że

zostaliśmy zawieszeni w czynnościach ze względu na wirusa. Wiele się w tej pracy nauczyłem jeśli chodzi o szanowanie inności i nabierania dystansu do spraw spornych.

Ale wracając do tematu tytułowego.

Ponad 25 lat temu przeczytałem książkę pt: „Rzeka genów" Richarda Dawkinsa. To naukowiec, ewolucjonista o skrajnie materialistycznych poglądach. Autor przedstawia wszystkie istoty żywe, a więc i człowieka, jako zbiorowisko bezdusznych genów, których jedynym celem jest przetrwanie. Przytaczam zdanie z tej książki: „Geny nie liczą się z cierpieniem, ponieważ nie liczą się z niczym." Muszę przyznać, że ta książka zrobiła na mnie kolosalne wrażenie i mocno mną zabujała.

Na szczęście dosyć szybko zostałem postawiony do pionu przez dr. Andrzeja Szczeklika, gdy przeczytałem jego książkę pt. „Kore". Są tam znamienne zdania: „Współczesna teoria ewolucji, oparta na genetyce nie potrafi wyjaśnić ludzkiego altruizmu. Czyżby zatem ewolucja usprawiedliwiała nasz egoizm, samolubność? Zapewne tak, jeśli patrzeć z punktu widzenia »samolubnych genów«. Kłębowisko walczących genów – diabelska wizja." Do dnia dzisiejszego powyższe zdania nie utraciły swojej siły.

Ostatnie lata niosą ogromny postęp w rozwoju genetyki, więc nic dziwnego, że stale doznajemy mocnych wrażeń. I tak się stało, gdy zapoznałem się z metodą CRISPR. / Clustered Regularly Interspaced Short Palindromic Repeats/ Jako że mam jedynie blade pojęcie o genetyce, oraz z powodu braku miejsca w naszej gazetce, podaję jedynie uproszczone rozważania wspomnianej metody.

Zmienianie DNA roślin i zwierząt było marzeniem nauki i częściowo się realizowało. Poczynając od połowy dwudziestego wieku tworzono nowe, zmodyfikowane gatunki roślin odpornych na choroby, więc dające większe plony. Z czasem sięgnięto do bakterii, owadów i ssaków. W 1987 r. japońscy naukowcy dostrzegli dziwne fragmenty DNA, powtarzające się w kodzie bakterii coli, ale nie udawało im się ustalić, jaką rolę odgrywają. Dopiero w 2005 r. rozpoznano te elementy jako system obronny bakterii, polegający na umieszczaniu na stałe fragmentu DNA „obcego" we własnym kodzie genetycznym. W przypadku np. wirusa, system pozwala go zapamiętywać i w razie spotkania w przyszłości uruchomić akt obronny.

W 2013 r. nazwano ten enzym jako „enzym tnący Car9" i użyto jako narzędzia w inżynierii genetycznej, zauważając, że ma on możliwość cięcia spirali DNA. Od tej pory metoda stała się tania i ogólnodostępna w prostych laboratoriach, stwarzając ogromną szansę dla wielu ludzi, dotkniętych chorobami o podłożu genetycznym. Należy nadmienić, że w Polsce jednym z czołowych badaczy Car9 jest prof. Witold Konopka z Instytutu Biologii PAN w Warszawie.

Z czasem zauważono, że metoda „wstawiania" może być wykorzystana również w celu modyfikacji, co stwarza ogromne możliwości na polu ingerencji i manipulacji gatunkiem już na etapie zarodka tuż po zapłodnieniu, w czym specjalizują się aż cztery zespoły badawcze w Chinach. A ile jest ich na świecie?

Patrząc na ostatnie osiągnięcia naukowe, wyzwala się uczucie podziwu dla Natury, znającej od milionów lat te prawa, które człowiek dopiero odkrywa. Nie jest więc człowiek twórcą, ale jedynie odkrywcą. Jednym z przykładów jest znajomość radaru u nietoperzy, a drugim cudowna wprost metoda wytwarzania obronności gatunku, nazwana Cas9. Równolegle z podziwem pojawia się uczucie przerażenia, myśląc o tym, jaki użytek zrobi z rozumu arogancki człowiek i jak wykorzysta wspomniane odkrycie.

Rozważając podjęty temat, przypomina się opis z Księgi Rodzaju, gdy zły duch obiecywał poznanie dobra i zła po spróbowaniu zakazanego owocu. Widać, jak potężnym darem jest rozum, ale trzeba pamiętać, że nóż może służyć do krojenia chleba, ale i do zabijania, energia rozbitego atomu ogrzewać domy, ale i niszczyć miasta, a tani i ogólnodostępny CRISPR może zwalczać choroby, ale też stwarzać potwory i zniewolone nieszczęśliwe ludzkie istoty, usprawiedliwiając się tym, że „dla nauki" wszelkie eksperymenty są etycznie dopuszczalne. Człowiek jest istotą ciekawską, co wielokrotnie rozważaliśmy, ma prawo „czynić sobie ziemię poddaną" [ST T 22,3], ale czy ma prawo stwarzać istoty nieszczęśliwe? Jestem przekonany, że jest to niegodne i mocno wierzę / pomijając sprawy religijne/, że wytworzone cierpienie gdzieś się kumuluje.

Nasuwa się obawa, czy aby Stwórca nie straci cierpliwości i nie ześle na pyszałkowatego człowieka bolesnego hamulca jako ochronę przed psuciem aktu stworzenia, co przewidują liczne przepowiednie.

Pod wpływem naszych rozważań namalowałem obraz, który przedstawia armagedon, więc jest koszmarny, z nadzieją, że jego przesłanie nie zrealizuje się w najbliższej przyszłości. Marek K-J

Choinka

Na ziemie polskie tradycyjna choinka trafiła w XIX wieku za sprawą Niemców wyznania protestanckiego. To w ich domach, głównie w miastach, pachniało świerkiem.

Zanim w polskich domach zagościły drzewka na Boże Narodzenie, przystrojeniem były snopy zbóż, słoma, siano i sypane na stół ziarno. Przystrojenie mieszkań i obejścia było sprawą pierwszej wagi, niosło bowiem ze sobą moc symboliczną, walory dekoracyjne stały na pośledniej pozycji. Symbolika ukierunkowana była na przyszły urodzaj i dobre plony w roku następnym. Dlatego zarówno chłopskie, jak i dworskie pokoje, a także magnackie rezydencje poddawane były tej tradycji – każdy liczył na zapewnienie lepszych plonów, no i zysk. Również tradycja chrześcijańska wymagała tej strojności, gdyż, jak pisał Wacław Potocki: „Stary zwyczaj w tym mają chrześcijańskie domy, Na Boże Narodzenie po izbach słać słomy, Że w stajni Święta Panna leżała połogiem". Współcześni zredukowali ten zwyczaj do wigilijnego sianka kładzionego pod obrus. A jeszcze na początku XX wieku, badacz polskiej tradycji Zygmunt Gloger pisał: „Stawianie snopów zboża po rogach izby, w której zasiadają do uczty wigilijnej, dotąd napotykane u ludu było niegdyś zwyczajem we wszystkich warstwach powszechnym. U pani wojewodziny Dobrzyckiej w Pęsach na Mazowszu, jeszcze w połowie XIX wieku nie siadano do wigilii bez snopów zboża po rogach komnaty stołowej ustawionych." Obecnie zapomniano także o innych świątecznych elementach wyposażenia domu, też na pomyślność urodzajów umieszczanych. Pod stołem wigilijnym stawiano żelaza, czyli lemiesze i kosy, aby „krety i inne szkodniki roli nie psuły", a sznurami i łańcuchami obwiązywano nogi stołu, aby „chleb trzymał się domu". Obecnie we wszystkich domach, w tym okresie króluje pięknie ubrana choinka, kolorowa i świecąca. Święta bez niej są trudne do wyobrażenia, chociaż jest to jedna z najmłodszych polskich tradycji świątecznych, gdyż jeszcze w okresie międzywojennym na wsiach, zwłaszcza w południowej Polsce, choinki były rzadkością. Tam królowały stroiki: „gałązki zimozielone – 'wszechżywe', a więc jodłowe, świerkowe lub sosnowe". Dekorowano nimi ściany, ramy obrazów, drzwi wejściowe, przybijano je do wrót stodół i obór. Innym, starszym niż choinka, acz z nią spokrewnionym, stosowanym głównie na Podhalu zielonym

Rys. Grażyna Gradkowska

stroikiem była podłaźniczka. Nad stołem wieszano rozwidlony czubek świerku lub sosny, druciane lub łubiane obręcze ze starego przetaka (sita), owinięte w gałązki i słomę dawały miejsce do podczepienia owoców, orzechów, pozłoconych kłosów jęczmienia i ciasteczek oraz ozdób papierowych wycinanych – gwiazdy, półksiężyce, krążki – oraz duży, kolorowy, a poskładany z opłatków tzw. świat. Gwiazdy i światy to oryginalne i wyłącznie polskie ozdoby, nieznane poza naszym krajem. Wierzono, że wisząca pod sufitem podłaźniczka chroni od nieszczęść, chorób, zapewnia dostatek, zgodę i miłość w rodzinie, a pannom na wydaniu szybkie i udane małżeństwo. Gwiazdy i światy zdobiły także pierwsze choinki, ale też inne cacka papierowe, znane nam długie łańcuchy, koszyczki na bakalie, wisiorki, pawie oczka, anioły i mikołaje. Dzisiaj te wszystkie misternie wykonywane w domach ozdoby zostały zastąpione przez przemysłową produkcję z cynfolii i plastiku oraz bombki z dmuchanego szkła, które w ostatnich latach stały się nierzadko dziełami sztuki, a już zupełnie często obrazują wydarzenia ważne dla świata. Ja mam w domu postaci strażaków z Nowego Jorku, co upamiętnia wydarzenia z września 2001 roku. Do dziś bardzo lubię, gdy na choince wiszą cukierki i przysmaki w ogóle, podobnie jak mnie, cieszy to innych łasuchów. Melchior Wańkowicz w „Szczenięcych latach" napisał: „Drzewko… było w dary konkretne zasobne i chodzić mogłeś koło niego, bracie, trzy dni i objadać się gruntownie.(…) – wszystko tam można było w gębę włożyć – małe kolorowe jabłuszka zawieszone na różnobarwnych włóczkach. Równie obficie wisiały figi, pierniki, złocone i srebrzyste orzechy i duże cukierki 'kri-kri'. W dużych koszyczkach znajdowałeś człowieku malagę (suszone winogrona), migdały, daktyle itd. Doskonałości te zrywało się na miejscu i rozdzielało pomiędzy parobczańską dziatwę."

Życzę, aby i wasze choinki powyginały gałązki od bezmiaru takich łakoci, chociaż wiem, że czas pandemii i jego ograniczenia wizyt rodzinnych, może powodować zaniechanie tych tradycji, bo… dla kogo to robić? Zrób choćby dla siebie i się ciesz!

/jo/

Czym zawiniliśmy

Czym zawiniliśmy, tytuł ten otwiera ogromne pole do pisania, bo przecież jeśli istnieje Bóg czy Opatrzność, którzy mieliby zesłać na nas tego typu plagę (Covid-19), to przecież o grzechach i winach ludzkich napisano już bardzo wiele.

A jeszcze można by było napisać kilka powieści, z których wynikałoby, że zostaliśmy jako ludzie słusznie ukarani, bo Bóg czy też Opatrzność nie mogli patrzeć na to co wyczyniamy – my ludzie. W Starym Testamencie są przykłady, jak Bóg karze ludzi za występki.

Tylko zwrócę uwagę na to, co powiedział Bóg: „bądźcie płodni i rozmnażajcie się, abyście zaludnili ziemię i uczynili ją sobie poddaną".

Człowiek oczywiście nie analizuje (chociaż mieni się chrześcijaninem), a rozumie to przesłanie odwrotnie, tzn. uważa, że na ziemi wszystko mu wolno, zanieczyszczenia, klimat, rozprawia się okrutnie ze zwierzętami, a i ludzie między sobą zachowują się jak owce w łańcuchu pokarmowym.

Człowiek jest butny i rozpiera go pycha. Ta pycha pozwala mu sądzić, że wszystko może. Covid-19 uzmysławia, że jednak nie wszystko. Nie jesteśmy władcami absolutnymi ziemi.

Tu dużo mógłby zrobić kler, tzn. wytłumaczyć, co znaczy „uczynić ziemię poddaną", ale kler mówi politycznie albo potrafi powiedzieć, że w naszym kościele jest niemożliwe złapać koronawirusa.

I dlatego mały wirus z Chin harcuje bezkarnie, zgarnia potężne żniwo, a butny naród nadal „wymachuje szabelką", nie nosi masek, bawi się na weselach itp. Trzeba wprowadzić obostrzenia, mandaty, a powinno być naturalnie i bez szemrania: jest wirus, chrońmy siebie i innych, nośmy maski.

Prawdą oczywistą jest, że potrzebna jest szczepionka, którą na pewno wkrótce będziemy mieć, bo przecież pracują nad nią naukowcy na całym świecie.

Ale to nie koniec naszego problemu z pandemią, bo musimy być przygotowani, że za chwilę może nas dopaść inny mały wirus z Chin i znów będziemy mieć problem.

Gospodarka światowa, kultura, zdrowie, nauka, turystyka – wszystkie te gałęzie ludzkiej działalności poniosły straty, ale to wróci do normy, a może będzie trochę inaczej. Będziemy żyć bardziej w świecie internetu, a wirtualne życie będzie podobne do tego w realu, ale nigdy nie będzie takie samo.

Człowiek chyba zawsze będzie dążył do spotkania z drugim człowiekiem i tutaj dochodzimy do nieodwracalnych skutków, jakie każdy z nas poniósł osobiście. Ale to pozostawiam czytelnikom, każdy wie, jak go to dotknęło i każdy wie, kto z jego rodziny chorował.

Taki obrazek, na podwórku tłuką się chłopcy, jeden oberwał, pyta „za co" pozostali odpowiadają „za darmo". Tak samo my dostaliśmy Covid-19 za darmo.

Abyśmy się tylko czegoś nauczyli i wyciągnęli wnioski. Bo jak nie, to możemy sami się zniszczyć. Możemy upaść tak, jak upadł starożytny Rzym i przyjdą barbarzyńcy ze swoimi wielodzietnymi rodzinami, ze swoją wiarą, zwyczajami, obrzędami i po prostu nas zaleją.

Pieniądze i konsumpcja prowadzą do życia rozwiązłego i do upadku i to już w historii przerabialiśmy.

Troszkę łagodniej patrząc na problem Covid-19 można powiedzieć:

1 = Winna jest globalizacja, ktoś tam w Chinach kichnie i opryskany jest cały świat.

2 = Ocieplenie klimatu, bo jak wiemy, w ciepłym się nic nie konserwuje. Z informacji prasowych słyszymy, że szczepionka ma być przechowywana w minus 70 stopniach.

Ciekawe jak będzie ona (szczepionka) rozprowadzana po świecie.

Eugeniusz Moszkowicz

PRZECZYTAJMY TO JESZCZE RAZ

„Mrok tajemnic nas otacza…” „Dziady” cz. II

Niemal 200 lat temu wydawca wileński wydrukował fragmenty przedziwnego dramatu, przysłanego z Kowna przez prowincjonalnego nauczyciela. Parę miesięcy wcześniej wydał jego tomik zatytułowany „Ballady i romanse”, o którym przyjaciele owego młodego autora powiedzieli trochę bezradnie – „Do tej pory jeszcze w Polszcze nikt tak nie pisał”. Tak było rzeczywiście, tak rodził się polski romantyzm, tak pojawił się Adam Mickiewicz. Wspomniane fragmenty dramatu to „Dziady” cz. II oraz ułamki cz. IV i I (dziewięć lat później pojawi się genialna cz. III, zwana „Dziadami drezdeńskimi”).

Skąd pomysł, żeby cofnąć się o 200 lat? Bo mamy listopad, a czas ten wiąże się w naszej kulturze ze wspomnieniami o zmarłych. A właśnie II cz. „Dziadów” to nic innego jak próba przeniknięcia poza granice istnienia, próba nawiązania kontaktu z tymi, co są już po drugiej stronie. Wykorzystując elementy ludowego obrzędu z pradawnych czasów, którego pozostałości można jeszcze było spotkać na wsiach białoruskich, Mickiewicz tworzy obraz „dziwów w niebie i ziemi, o których się nie śniło waszym filozofom”, jak mówi motto zaczerpnięte z „Hamleta”.

Uczestniczymy w przedziwnym obrzędzie wywoływania duchów. W nocy, święto zmarłych, w zupełnej ciemności wokół trumny zbierają się w kaplicy wieśniacy, aby nawiązać kontakt z tymi, co już odeszli, ale jeszcze błąkają się w nieokreślonych zaświatach – jest to swoisty czyściec (przeplatają się tu elementy wierzeń ludowych i chrześcijaństwa). Żyjący pragną pomóc zmarłym, ci zaś odwdzięczają się wiedzą nabytą już po śmierci. Całość jest pełna grozy i niesamowitości. Powtarza się w nim ponury refren:

Ciemno wszędzie , głucho wszędzie
Co to będzie, co to będzie?

I pojawiają się trzy widma, które opowiadają swoją historię, kończąc każdorazowo przestrogą, odwołującą się do wyroku boskiego:

Bo słuchajcie i zważcie u siebie,
Że według Bożego rozkazu

Kto nie … i tutaj pada sformułowanie winy. I w tych kolejnych obrazach zawarta jest uniwersalna refleksja – co to znaczy być człowiekiem. Bo niebo jest tutaj nagrodą właśnie za pełnię człowieczeństwa, na które składa się i cierpienie, i konieczność życia dla innych, nie tylko dla siebie, a przede wszystkim nakaz moralny – nie wolno nikogo krzywdzić. Okrutnemu panu, byłemu właścicielowi tej wsi, pomóc nie można w żaden sposób:

Tak, musisz się dręczyć wiek wiekiem,
Sprawiedliwe zrządzenia Boże,
Bo kto nie był ni razu człowiekiem,
Temu człowiek nic nie pomoże.

Obraz ten jest pełen grozy – zamęczeni niegdyś przez okrutnika jego poddani, w postaci drapieżnych ptaków, mszczą się za doznane krzywdy:

Hej, sowy, puchacze, kruki,
I my nie znajmy litości!
Szarpajmy jadło na sztuki,
A kiedy jadła nie stanie,
Szarpajmy ciało na sztuki.
Niechaj nagie świecą kości.

A więc w romantycznej konwencji, w nawiązaniu do ludowych wierzeń, pada pytanie o nasze człowieczeństwo… Jaka będzie nasza odpowiedź? Co się składa na „bycie człowiekiem”?

W utworze regularną, trójdzielną budowę zakłóci nieoczekiwana zjawa, której nikt nie wzywał i która nie reaguje na zaklęcia prowadzącego obrzęd Guślarza:

W imię Ojca, Syna, Ducha,
Czy widzisz Pański Krzyż?
Nie chciałeś jadła, napoju?
Zostawże nas w pokoju.
A kysz, a kysz!

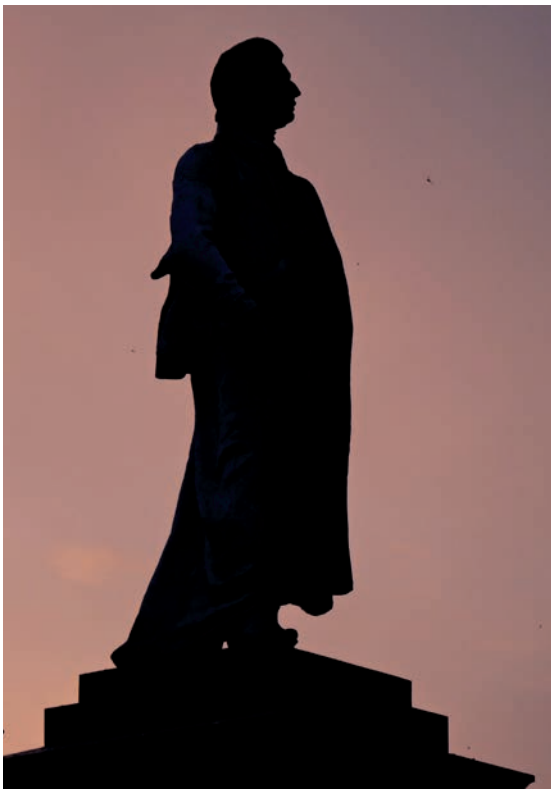
Ale to widmo nie usłucha, wpatrzone w jedną z dziewcząt. Przerażony Guślarz stwierdzi:

W tym są jakieś straszne rzeczy.
Po kim ty nosisz żałobę?
Wszak mąż i rodzina zdrowa?

W tym miejscu dotykamy innego problemu – wielkiej, zniszczonej miłości i ten motyw będzie nas prowadził do kolejnej, IV części dramatu, ale to już nie ma bezpośredniego związku ze świętem zmarłych.

Na zakończenie jeszcze możemy się zdziwić, że ten utwór skonstruowany jest tak chaotycznie i tak dziwacznie. I tu jesteśmy przy narodzinach polskiego romantyzmu, którego cechą jest m.in. wprowadzenie porządku uczucia, a nie porządku rozumu.

Halina Siwińska



PRZECZYTAJMY TO JESZCZE RAZ

„Nasz naród jak lawa” „Dziady” cz. III

W listopadzie – miesiącu kojarzącym się ze wspominaniem naszych zmarłych – zajęłam się przedziwną II cz. Mickiewiczowskich „Dziadów”, czyli obrzędem nawiązywania kontaktu z tymi, którzy już odeszli. Nie miałam zamiaru wrócić do tego utworu, ale tak się zdarzyło, że właśnie w listopadzie telewizja przedstawiła dwa spektakle teatru Wierszalin: „Dziady. Noc pierwsza” i „Dziady. Noc druga”. Wierszalin jest nowatorskim zespołem, działającym w niewielkim Supraślu pod Białymstokiem, który na stałe wpisuje się do historii polskiego teatru.

W zapowiedzi telewizyjnego przedstawienia napisano, że jest to „nowatorska, hipnotyzująca adaptacja dramatu romantycznego wieszcza”. Twórca spektaklu, Piotr Tomasiuk, nazwał „Dziady” „wielką partyturą”. W tym moim krótkim felietonie nie chcę recenzować spektaklu, ale traktuję go jako punkt wyjścia, aby przypomnieć III część dramatu (napisaną w dziewięć lat po częściach II i IV), zwaną „Dziadami” drezdeńskimi. To właśnie w Dreźnie poeta doznał przeżycia, o którym powie, że „rozbiła się nade mną bania z poezją” – w efekcie napisze ten utwór w ciągu zaledwie paru tygodni.

Już w poprzednim felietonie pisałam, że ta nieuporządkowana budowa wynika z założeń gatunku dramatu romantycznego – nie obowiązuje tu logiczna konstrukcja, ale porządek wewnętrznych przeżyć. Poeta dedykuje utwór trzem przyjaciołom z czasów studenckich, „narodowej sprawy męczennikom”, którzy w momencie pisania utworu (1832 r.) już nie żyli. Obecnie rzadko używamy tego pojęcia, ale Mickiewicz wielokrotnie mówi we wstępie, że chce pokazać, co „naród polski teraz cierpi”. I w naszej kulturze III cz. „Dziadów” nazywa się dramatem narodowym.

W zakończeniu rozważań o II części pisałam, że dalej jest opowieść o wielkiej, nieszczęśliwej miłości, którą snuje Gustaw, bohater części IV. I oto w cz. III również spotykamy Gustawa, ale teraz jest on w więzieniu carskim, bez szans na odzyskanie wolności (w ostatniej scenie widzimy go w kibitce, wiezionego na zesłanie). Następuje symboliczna przemiana bohatera – „zmarł Gustaw, narodził się Konrad”. To już nie nieszczęśliwy kochanek, ale męczennik za polską sprawę. Imię to stanie się w naszej kulturze symbolem tych, którzy walczyli o wolność kraju, Po odzyskaniu niepodległości, przeszło w 90 lat po napisaniu „Dziadów”, inny poeta zawoła: „Ojczyzna moja wolna, wolna/ więc zrzucam z ramion płaszcz Konrada” (A. Słonimski „Czarna wiosna”).

W czasach beznadziejnej niewoli poetę najbardziej interesuje stosunek człowieka do ojczyzny. W jednej z najsłynniejszych scen w naszej literaturze – w „Wielkiej Improwizacji” – Konrad wręcz wyzywa Boga na pojedynek w imię szczęścia narodu. „Ja i ojczyzna to jedno./ Nazywam się Milion – bo za miliony/ Kocham i cierpię katusze.” Jako twórca czuje się równy Bogu i żąda od Niego rządu dusz, aby uszczęśliwić naród, poprawić dzieło Stwórcy. Pragnąc uratować swoją ojczyznę, Konrad buntuje się przeciw Bogu, jednak grzeszy pychą i Bóg mu nie odpowiada, milczy. Natomiast pokorny zakonnik, ksiądz Piotr, też zwraca się do Boga, ale mając świadomość własnej nicości, i jemu Bóg odpowie, zsyłając mu sen, widzenie, w którym cierpienie Polski jest przedstawione jak męka Chrystusa i kończy się wizją zmartwychwstania.

Obok scen wizyjnych, obok duchów z lewej i prawej strony, mamy w „Dziadach” także zupełnie realistyczne sceny zbiorowe. Powtórzę – to właśnie stosunek do narodu staje się miernikiem wartości człowieka. Zdecydowanie potępieni są ludzie obojętni wobec losu kraju: „O Litwie, dalibógże! wiem mniej niż o Chinach” powie jeden z bywalców znanego salonu. W czasach niewoli ta obojętność jest grzechem śmiertelnym.

Odrażająca jest postawa zdrajców, pragnących przypodobać się dla kariery katowi polskiej młodzieży, Nowosilcowowi. Ale obok nich mamy ludzi wartościowych, pełnych nienawiści dla tyranii i lizusostwa. Poeta składa też hołd cierpiącym, których reprezentantem staje się katowany Rollinson, zaś jego matka urasta do rangi symbolu matek-Polek. Ale gdy wobec cierpienia patriotów pada rozpaczliwe pytanie: „Czy nikt się nie pomści?”, ksiądz Piotr z całą mocą odpowie – „Bóg”. I wtedy rzeczywiście Bóg wkracza – straszliwy zdrajca, Doktor, zginie od pioruna. Z jedynej chmury pada jedyny piorun, który „go w ostatnim pokoju wytropił” – zabije zdrajcę i stopi srebrne ruble (wyraźna aluzja do Judaszowych srebrników). Wysługiwanie się okupantowi i donoszenie na rodaków jest zbrodnią najwyższą i tutaj kara musi być najsurowsza.

Tę krótką refleksję zakończę przytoczeniem może najsłynniejszego fragmentu, z którego zaczerpnęłam tytuł: „Nasz naród jak lawa,/ Z wierzchu zimna i twarda, sucha i plugawa;/ Lecz wewnętrznego ognia sto lat nie wyziębi”. Trudno chyba o lepsze wyznanie wiary w polskość.

Nie sposób powiedzieć coś więcej o tym dramacie w kilku słowach. Zakończę więc refleksją, że każde wystawienie arcydramatu Mickiewicza prowokuje do kolejnych dyskusji o Polsce i o polskości, a wiele z nich weszło na stałe do historii polskiej kultury. Była nawet filmowa opowieść o „Dziadach” – „Lawa” Tadeusza Konwickiego (rok 1989). Mówi się czasem, że każdy etap powojennych losów Polski miał swoje „Dziady’.

Halina Siwińska

Tajemne życie naszej skóry

W czasie pandemii COVID -19, zwłaszcza my seniorzy, staliśmy się bardziej uważni na sprawy dotyczące ochrony naszego organizmu. Pogłębienie wiedzy o tym, jak funkcjonuje system odpornościowy naszych organizmów, stało się priorytetem.

Co to jest mikrobiom skóry?

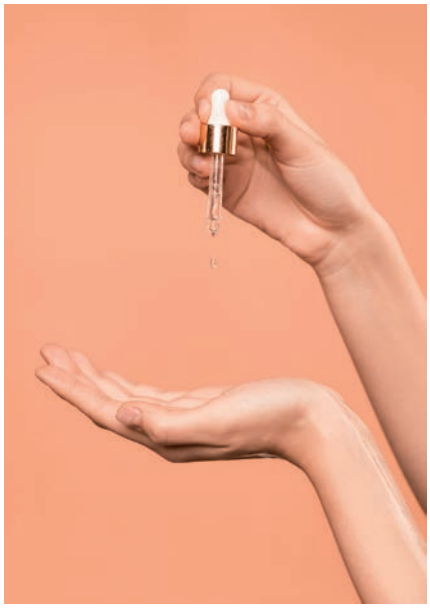
Wiemy już, że dobre mikroby jelit wpływają na naszą odporność i na nasz nastrój. Czy ktoś jednak słyszał o mikrobiomie skóry?

Mikrobiom kształtuje się od pierwszych dni naszego życia. I u każdego jest nieco inny. Zależy od genów, miejsca zamieszkania, diety, nawyków żywieniowych. Szacuje się, że mamy w sobie i na sobie około 2-2,5 kilograma bakterii, grzybów i wirusów. Jedne potrafią nam zaszkodzić, inne pomagają nam trawić, produkując przy tym niezbędne składniki (np. witaminę B6, czy insulinę). Chronią nas także przed „złymi" bakteriami, wirusami, czy pasożytami. Te chciane nazywamy środowiskiem saprofitycznym. Te niechciane – patogenami. Każde dotknięcie klamki, poręczy, banknotu, klawiatury komputera, przycisków w telefonie, czy ubrania oznacza, że do naszych rąk przykleja się od 1000 do 10 tysięcy drobnoustrojów.

Mówiąc prościej: warstwa mikrobów okleja nas od urodzenia, jak tapeta ściany. Jeśli dojdzie do naruszenia prawidłowego mikrobiomu, układ odpornościowy przystępuje do walki.

Mycie – przesada niewskazana

Przyczyna naruszenia warstwy ochronnej organizmu może być prozaiczna. Codziennie się myjemy, robimy piling skóry. Jednak zbyt intensywne mycie twarzy czy szorowanie, narusza warstwę rogową skóry. W ten sposób niszczymy swoją biologiczną barierę, a na wyszorowaną (osłabioną) skórę przenosimy tabuny szkodliwych bakterii. Czyli dbając o higienę, myjąc ręce i twarz, aby pozbyć się mikroorganizmów, naruszamy jednocześnie jej warstwę ochronną. Warto zatem pamiętać o regularnym czyszczeniu naszych akcesoriów do mycia, makijażu i demakijażu. Również biżuteria, narzędzia codziennego użytku, okulary, a nawet tkaniny, z których uszyte jest twoje ubranie, zawierają swoistą mapę naszego mikrobiomu. W związku z powyższym zalecenia dermatologa co do stosowania odpowiednich probiotyków są wręcz niezbędne. Przyswójmy sobie niezbędną wiedzę.



Zdjęcie autorstwa Shiny Diamond z Pexels

Skóra wraz z całym kosmosem niewidocznych mieszkańców jest elementem naszego systemu odpornościowego. Tylko odpowiednie podejście do naszego ciała zapewni nam stosowną ochronę.

Warunki bytowe naszego mikrobiomu

Dieta bogata w błonnik karmi nasze dobre bakterie w jelitach. Czy bakteriom na skórze również powinniśmy dostarczyć odpowiedniej pożywki? Pożywieniem dla bakterii skóry są probiotyki i odpowiednie wyżywienie. Probiotyki zawierają substancje, które stają się pożywieniem dla bakterii. Pamiętajmy przy tym, że unikanie stresu jest równie ważne jak częste mycie rąk i twarzy. Stres to pożywka dla wirusów odpowiedzialnych za COVID-19.

Dla chcących uzupełnić swoją wiedzę polecam następujące książki: •„Poznaj swoje bakterie" autorstwa Nicoli Temple i Catheriny Whitlock, •„Człowiek na ba(k)terie" autorstwa Margit Kossobudzkiej.

Pomimo że książki nie są tanie, to jednak w ogólnym bilansie dają wszechstronną wiedzę o potrzebach naszego organizmu. Pisanie recenzji na temat tych książek jest bezcelowe, ponieważ każdy rozdział to skarbnica wiedzy.

Również internet poleca wiele portali omawiających zdrowy tryb życia i to w sytuacji, gdy mamy utrudniony dostęp do lekarzy specjalistów. Osobiście korzystałem z podpowiedzi portalu: •„Zdrowie w praktyce" na temat „Siedem składników odżywczych które wpływają na nasze zdrowie lepiej niż leki!", •„Abc Zdrowie – jako całość" Bożeny Kazana (naturoterapeutki) na temat „Jak wzmocnić i udrożnić naczynia krwionośne".

Dla tych, co chcą poprawić swoje zdrowie i problemy ze stresem, polecam portal •"Klaudia Pingot – SpecBabka". Jest naprawdę dobra! Ale trzeba zacząć od jej porad filmowych sprzed roku lub nawet dwóch. Wtedy zrozumiemy jej przekaz myślowy w poradach na temat poprawy naszego zdrowia fizycznego i psychicznego.

Cały czas szukam tego, co dobre dla mojego organizmu. Zwracam przy tym uwagę na wiarygodność danej strony internetowej. Na konsultacje z lekarzem specjalistą nie mam co liczyć. Jest COVIT-19.

Pozdrawiam wszystkich tych co wzięli sprawę w swoje ręce.

W. Zieliński

Wydawca: Natolińskie Centrum Seniora – Klub Seniora „Wrzos". Adres redakcji: Natoliński Ośrodek Kultury, 02-791 Warszawa, Na Uboczu 3, tel. 22 520 04 84, program@nok.art.pl
Redakcja: Redaktor naczelny - Janusz Olczyk, Sekretarz redakcji - Helena Laskowska, Stali współpracownicy: Wanda Krawczyk, Marek Kaleński, Mieczysław Kamiński, Zbyszek Kubik, Eugeniusz Moszkowicz,Halina Siwińska, Wojciech Zieliński. Redakcja techniczna: OLPI. Druk kserograficzny: NOK.
CZYTAJ NAS W INTERNECIE – www.nok.art.pl/zycieseniora Zdjęcia: autorzy teksu i domeny publiczne. Do użytku wewnętrznego. Redakcja zastrzega sobie prawo do skracania tekstów.