

gazel gwinnia

Nr 4(12)/2012

ISSN 2084-6932



K



R

C

N

Z

GAZETOWNIA

Wydawca

Plstacja Media Katarzyna Bogucka

biuro@pistacjatv.com

www.pistacjatv.com

Zespół Redakcyjny

Katarzyna Bogucka

Joanna Dudek-Ławecka

Jolanta Wroczyńska

Ilustracje

(wiedźma)

Paweł Siwochowicz

(Pingwin)

Aleksander Bogucki

Opracowanie graficzne i skład

Agnieszka Maślanka

Współpraca techniczna

Agnieszka Betkier

Biuro reklamy

Sylwia Morawska

tel.kom.668 895 636

Wydawnictwo zastrzega, iż dalsze rozpowszechnianie materiałów opublikowanych w piśmie Gazetownia bez zgody Wydawcy jest zabronione na podstawie art. 25 ust.1 pkt 1b prawa autorskiego.

Copyright© Plstacja Media 2012

004. OD REDAKTORA Jolanta Wroczyńska

005. SKRZYŃKA

006. DROGOWSKAZY *Folklor nie zginie* Carol Wolff

012. BAJKA DLA DOROSŁYCH *Ciało wyłowione z Bałtyku* Kasia Puchalska

018. BEZ KRESY *W hammanie czyli orientalne SPA* Joanna Dudek-Ławecka

026. NA PAPIERZE *Niebieska karta* Kasia Bartsch-Cielebon

030-035. OD CZAPY

Cudowny prezent? Tamara Kuświk

Dzień z życia Przeciętnego Dojeżdżającego maturzysty Karolina Dyja

036. PIRUETY WOKÓŁ SŁOŃCA Joanna Wroczyńska

038. POWIEŚĆ W ODCINKACH cz VI *Wiedźma* Kasia Bartsch-Cielebon

042. SPOSTRZEŻENIA *Celebryci czyli przerost formy nad treścią* Katarzyna Drzazgowska

045. Żak Paweł Radźko

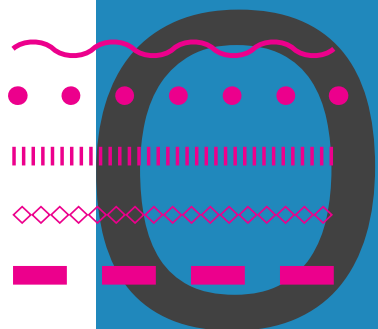
046. DIALOGI FILMOWE Joanna Fedorczyk, Agata Mianowska

050. ZAWODY ŚWIATA Joanna Wroczyńska

058. SZORT MAT *Körper* Marta Kamińska

059. BAJKI NOWE *Święta* Katarzyna Bogucka

Od redaktora



tacza nas wielość ciał. Są ciała materialne, fizyczne i chemiczne, które mają kształt i zapach, są ciała niebieskie, które mogą mieć głowę i warkocz, są ciała skończone i doskonałe jak w matematyce i są ciała ludzkie – wyblakłe i smutne czyli pedagogiczne, opisane przez Gombrowicza, są ciała umęczone nauką do matury, uległe wobec przemocy rodzinnej, walczące o pozycję w pracy, dbające o piękny wygląd, preżące się przed kamerą i celebrujące swą próżność...

Jak pisze Blaise Pascal: „człowiek jest dla siebie samego najbardziej zadziwiającym przedmiotem w naturze: nie może bowiem pojąć, co to jest ciało, a jeszcze mniej, co to duch, najmniej zaś, w jaki sposób ciało może być spojęne z duchem”.

Rozumienie człowieka jako istoty cielesno-duchowej jest dzisiaj oczywistością, choć zazdroszczę skrzydlatym aniołom, które nie muszą się potykać o życie.

Bo z ciałem mamy same kłopoty, gdyż trzeba o nie ciągle dbać: jeść, ćwiczyć, upiększać, leczyć etc. A przecież ciało to tylko więzienie dla duszy, ograniczenie naszych możliwości, determinujące do bycia tu i teraz, co nigdy nie jest do końca satysfakcjonujące, bo to dusza właśnie wyrywa się w świat i chciałaby jeszcze tak wiele poznać, przeżyć, pokochać... Gdy tak nieustannie dbamy o ciało i jakość naszego życia, wypieramy ze świadomości perspektywę śmierci, na którą jeszcze sto lat temu przygotowywali się nasi pradziadkowie, rozumiejąc ją jako akt samorealizacji człowieka.

JW



TWOJĄ MYŚL PRZEKAŻEMY INNYM...

*Z okazji Świąt Wielkiej Nocy życzymy
wszystkim naszym Czytelnikom*

*Zdrowych, Pogodnych
Świąt Wielkanocnych,
pełnych wiary, nadziei i miłości.
Radosnego, wiosennego nastroju,
serdecznych spotkań w gronie
rodziny i wśród przyjaciół
oraz wesołego „Alleluja”*

Folklor nie zginie

*Carol Wolff rozmawia z **Marzenną Szymańską** – fotografką, animatorką kultury, kierownikiem Zespołu Edukacji Dorosłych w Państwowym Muzeum Etnograficznym w Warszawie, a także współtwórczynią nieformalnej grupy artystycznej Arte Fakt oraz grupy miłośników architektury drewnianej w stylu nadświdrzańskim – Świdermania.*



ie



Jesteś barwną osobowością. Fotografujesz, byłaś menedżerem zespołu jazzowego, organizujesz warsztaty artystyczne dla dzieci ze świetlic środowiskowych. Jaki jest właściwie Twój zawód? Kim jesteś zawodowo?

Zgodnie ze studiami magistrem sztuki. Studiowałam w Łódzkiej Szkole Filmowej na wydziale operatorskim ze specjalnością – fotografia. W tym czasie zaczęłam robić swoje autorskie projekty. Takie jak np. wystawa, którą miałam w Irlandii pn. *Czekając na Paradę Św. Patryka*. Byłam w grupie osób, które pomagały tę paradę organizować, co pozwoliło mi oglądać ją od środka. To było wspaniałe przeżycie, bardzo rozwijające. Moje podejście do wykonywanego zawodu zmieniało się na przestrzeni lat. Nadal robię zdjęcia, choć rzadziej zawodowo. Obecnie skupiam się na edukacji artystycznej i animacji kultury. Gdybym miała się jakoś dookreślić zawodowo powiedziałabym, że idę torem artystyczno-edukacyjnym.

Interesujesz też re-fotografią? Co to jest ?

Re-fotografia, zwana też archeologią fotografii, polega na powtórным wykorzystaniu starych zdjęć w innym kontekście. Poświęciłam temu zagadnieniu teoretyczną część mojej pracy dyplomowej. Korzystając ze starych zdjęć, które robił mój dziadek na szklanych płytach, przygotowałam dyplom praktyczny - wystawę zdjęć. Bardzo inspirowała mnie tutaj twórczość Wojciecha Prażmowskiego, Jerzego Lewczyńskiego i grupy „Zero-61”. Re- fotografia to dla mnie sposób na znalezienie pewnego *continuum* między tym co dawne a współczesnością.

Byłaś też współtwórczynią nieformalnej grupy artystycznej Arte Fakt. Po co się tworzy takie grupy?

Aby się wzajemnie wspierać, motywować do dalszych działań, inspirować – po prostu by sobie pomagać. Wszystko zaczęło się w 2004 roku, od mojego udziału w międzynarodowym letnim festiwalu sztuki *Criss/Cross* w czeskim Broumov’ie, którego głównym punktem był wernisaż obrazów i fotografii młodych twórców z Czech, Niemiec i Polski. Towarzyszyły mu koncerty, warsztaty, happeningi artystyczne. Przygotowaniem części polskiej zajęłam się wspólnie z przyjaciółką – graficzką Agnieszka Szot. Zaprośmyśmy do współpracy znajomych: filmowców, fotografów, malarzy i grafików. Po skończonym festiwalu odczuwałyśmy potrzebę podtrzymania tego potencjału artystycznego. Stworzenia

przestrzeni, która skupiałaby twórców różnych dziedzin. Jak się okazało, ludzie tego bardzo potrzebowali, bo grupa błyskawicznie się rozrosła. Z czasem zaczęły do nas dołączać również zespoły muzyczne szukające menadżerów.

Skąd czerpiesz inspiracje?

Nie jestem wyznawczynią sztuki dla sztuki, tak jak to widział Witkacy. Dla mnie sztuka musi mieć przekaz i iść głębiej. Interesuje mnie szczególnie wtedy, gdy dotyka zagadnień metafizycznych, egzystencjalnych, czy to w zdjęciu, czy w muzyce, czy w filmie. Taką sztukę szczególnie cenię i mam nadzieję, że uda mi się coś takiego stworzyć. Aktualnie najbardziej mnie inspiruje miejsce, w którym pracuję: Państwowe Muzeum Etnograficzne w Warszawie i możliwość poznawania kultury ludowej. Ten nurt kultury od wielu lat stanowił moją pasję. Na własną rękę odwiedzałam festiwale folklorystyczne, dokumentowałam święta i obrzędy ludowe. Dzięki pracy w muzeum mam możliwość częściej uczestniczyć w takich wydarzeniach. Obecnie, bazując na tekstach pisarza Marka Stokowskiego, tworzę cykl, który będzie połączeniem fotografii i słowa. Posłużę się w nim fotografiami dokumentującymi imprezy ludowe: Mazowieckie Zapusty, Konkurs Śpiewaków Ludowych w Kazimierzu. Dzięki połączeniu pracy i pasji zaczęłam odkrywać Polskę. Kiedyś szukałam inspiracji zagranicą, a teraz zachwyca mnie Polska. Są obszary, których w ogóle nie znałam. W tym roku byłam po raz pierwszy na Podlasiu, które bardzo mnie urzekło.

Na czym dokładnie polega twoja praca w Muzeum?

Kieruję Zespołem Edukacji Dorosłych, który – mówiąc w dużym skrócie – zajmuje się przygotowaniem i realizacją oferty edukacyjno-kulturalnej w muzeum, dla młodzieży i dorosłych. Organizujemy m.in. wydarzenia towarzyszące wystawom czyli np. spotkania z podróżnikami, panele dyskusyjne, warsztaty, koncerty, pokazy filmów itp. Nasz zespół organizuje też pracę wolontariuszy dla całego muzeum.

Jest wielu chętnych?

Tak. Wspiera nas bardzo wielu młodych, wspaniałych ludzi, entuzjastów folkloru.

Co w etnografii może być interesującego dla młodych ludzi?

Mamy w muzeum cykl warsztatów o nazwie *Ścieżki Tradycji*. Przyjeżdżają na nie twórcy ludowi i uczą wykonywania swojego fachu: przedmiotów, ozdób, tego jak



dawniej się je wykonywało. Myślę, że jest to piękne, że ludzie chcą poznać, te nieco już zapomniane tradycje i je kultywować. Czynniki mody też jest tutaj nie bez znaczenia.

Czy folklor jest teraz modny w Polsce?

Tak. Widzę, że powraca zainteresowanie folklorem w modzie i w design'nie. Bardzo duża grupa młodych ludzi przyjeżdża do Kazimierza na Ogólnopolski Festiwal Kapel i Śpiewaków Ludowych. Wielu muzyków nieustająco inspiruje się muzyką ludową, np. współpracujący z muzeum Maciek Szajkowski, muzyk z *Kapeli ze Wsi Warszawa*, laureat paszportu „Polityki”. Sądzę, że takich osób będzie coraz więcej. Muzeum organizuje też cykl warsztatów nazywających się *Etnoinspiracje*.

Jest dla mnie fascynujące to, jak młodzi ludzie potrafią przetworzyć motywy, aplikacje ze sztuki ludowej i wykorzystać je twórczo w sztuce użytkowej – nowoczesnej, na przykład portfele wyplatane z gazet, tą metodą jaką się kiedyś wyplatało kosze wiklinowe. To przy okazji także bardzo popularny ostatnio recycling. Jeden z ostatnich warsztatów był prowadzony przez architekta Marię Rauch, która zrobiła wspaniały zegar z tarczą z płytki kuchennej, z naniesionymi na nią aplikacjami z kwiatowych wzorów kaszubskich.

A co Ciebie popchnęło w stronę muzyki folklorystycznej zanim rozpoczęłaś pracę w muzeum?

Zaciekawiła mnie z jednej strony surowość tej muzyki, a z drugiej jej autentyczność. Wspaniały, biały śpiew. Jest w tym jakaś ponadczasowa moc. Niesie ducha czasów ponad czasem.



Sztuka ludowa była kiedyś sztuką po prostu użytkową, a teraz?

Teraz nastąpiło pewne przesunięcie. Rzadziej są to przedmioty użytku codziennego, częściej ozdoby. Nie jest to już sztuka wypływająca z potrzeby chwili. Często jest to sztuka wypływająca po prostu z mody. Choć bywa i tak, że dla wielu osób jest ona formą powrotu do korzeni. Zrobienia czegoś tak, jak robili to przodkowie.

Czy coś Cię zaszokowało w sztuce ludowej?

Cały czas coś mnie zadziwia podczas warsztatów twórców sztuki ludowej. Kiedy widzę jak pięknie i jak precyzyjnie wykonują dane przedmioty. Odkryłam, że wyroby rzemieślnicze to małe dzieła sztuki. Teraz zbliża się Wielkanoc, więc powstają zachwycające pisanki z sitowia, pisanki batikowe i inne. Mam takie pisanki w domu, ale wcześniej nie zastanawiałam się jak dokładnie były zrobione. Dopiero wiedząc jak pracochłonne i wymagające precyzji jest stworzenie takiej pisanki w pełni ją doceniłam.

Coraz częściej mówi się o zalewającym nas ze wszystkich stron plastiku, którego ludzie mają dosyć. Sądziysz, że Polacy zwrócą się w stronę folkloru?

Tego nie wiem. Wydaje mi się, że wciąż jest to mimo wszystko pewna nisza. Jednak folklor nie zginie. Myślę, że jego popularność będzie się układać niczym sinusoida, ale na pewno przetrwa.

Carol Wolff



Kasia Puchalska

Ciało wyłowione z Bałtyku

Zdarzyło się Wam nie mieć brania? Zastanawialiście się, jaka była tego przyczyna? Czy był to pech? Szczęściu trzeba czasem dopomóc. Ślepemu losowi wręczyć białą laskę i popchnąć we właściwym kierunku. Do sierotki uśmiechnąć się przed losowaniem. Wyczyścić buty, kupić czekoladki... Każdy produkt można sprzedać, o ile odpowiednio dopasuje się do niego cenę, opakowanie, hasło reklamowe, miejsce i sposób sprzedaży, czy ubiór hostessy. Pamiętajcie o tym następnym razem, kiedy będziecie chcieli zarzucić sieci.

A oto, co przydarzyło się Malwinie, która spędziła w znanym nadmorskim kurorcie parę niezapomnianych tygodni poza sezonem.

– Panie doktorze, boli mnie kręgosłup.

Ból nasilił się w ostatnich miesiącach. Trochę ćwiczę, ale nie pomaga. Ostatnio, ratują mnie tylko środki przeciwbólowe. A przecież nie jestem stara!

– Wyślemy panią do sanatorium, pani Malwino. Tam sobie pani poćwicz, da się wymasować, ponaświetlać. A wieczorem...zażyje relaksu – i tu pan doktor puścił do pacjentki takie perskie oko, aż jej brew podjechała pod grzywkę. Malwina nie wiedziała, co łapiduch mógł mieć wtedy na myśli? Gwoli wyjaśnienia dodam, że nigdy wcześniej nie była w sanatorium.

I tak, po jakimś czasie, nie tak znowu długim, nasza cierpiąca na bóle pleców bohaterka otrzymała zawiadomienie, że w celu dokonania niezbędnych reperacji ma udać się do pewnej

znanej miejscowości kuracyjno-wypoczynkowej, znajdującej się nad pięknym polskim morzem. Choć termin pobytu uniemożliwiał zażywanie kąpeli, była to bowiem połowa kwietnia, radość Malwiny nie stała się przez to mniejsza, jako że perspektywa pozbycia się bólu rekompensowała jej wszystko, a poza tym i tak rzadko odważała się zanurzyć w Bałtyku. Nawet w miesiącach typowo wakacyjnych.

Czas wyjazdu nadszedł i przyszła kuracjuszka wyruszyła ochoczo na północ. Zabrała ze sobą duże oczekiwania, ale niewiele rzeczy; głównie dresy. Oczywiście oczekiwania dotyczyły poprawy jej zdrowia.

Nad morze Malwina dotarła późnym popołudniem. Pod stojący blisko plaży budynek sanatorium podjechała taksówką. Gdy przekraczała próg, ostatnie promienie zachodzącego słońca oświetlały jej drogę. Pokój, w którym miała spędzić następne trzy tygodnie okazał się mały i skromnie umeblowany, był za to czysty i wyposażony w czajnik. Ponadto do pokoju przylegała łazienka do jej własnego użytku. Najbardziej jednak ucieszyła Malwinę dobrze zaopatrzona baza zabiegowa. Wzbudzała zaufanie. Doświadczony i sympatyczny personel sanatoryjny dopełnił czary szczęścia. Wszystko

wskazywało na to, że pobyt będzie udany.

Nasza bohaterka już następnego dnia ostro zabrała się za swój kręgosłup i z nadzieją zaczęła wypatrywać dnia bez tabletki przeciwbólowej. Jej aktywność i energia zostały wkrótce zauważone i zasłużyły sobie na pochwałę lekarza prowadzącego.

Tak minęły pierwsze trzy dni pobytu, kończące się nudnymi wieczorami spędzanymi przez Malwinę nad książką. Czwartego dnia dzielna kuracjuszka poczuła się wyjątkowo zdrowa. Odważnie zrezygnowała z tabletki przeciwbólowej. Cały dzień ciężko pracowała: ćwiczyła, pływała w basenie, pozwalała się ugniatać i naciskać, zamrażać, a potem jeszcze podgrzewać. Wieczorem, tuż po kolacji, poczuła dodatkowy przypływ energii i przypomniała sobie niejasną sugestię doktora o potrzebie relaksu. O tak, przyszedł czas na sanatoryjny relaks. Tylko gdzie tu pójść? Malwina postanowiła spytać jakiejś doświadczonej osoby, których w ośrodku zapewne nie brakowało. Tylko czy poruszenie tej kwestii nie wywoła krytyki i dezaprobaty? Większość sanatoryjnych gości była starsza od naszej bohaterki, czasem dużo starsza. Niektórzy mieli poważne problemy zdrowotne. Po dobrej godzinie namysłu, wciąż żywiąc pewne obawy, Malwina zwróciła

się do niemłodej, ale za to bardzo zadbanej i wyglądającej na obytą brunetki, która uśmiechała się do niej ilekroć ją tylko spotykała.

Pani Ela, bo tak miała owa czarnulka na imię, nie okazała dezaprobaty z powodu pytania, ale raczej lekkie zdziwienie z powodu trzydniowej zwłoki, z jaką zostało ono zadane. Bywając niejednokrotnie w tej i okolicznych nadmorskich miejscowościach, pani Ela dokładnie rozpoznała lokalne atrakcje i miała na ten temat (i na każdy inny) ustaloną opinię. W jej mniemaniu najlepszy ubaw zapewniała kawiarnia jednego z sąsiadujących z sanatorium hoteli, charakteryzujących się toporną sylwetką i mało wyszukaną nazwą. Co wieczór organizowano tam dancing z udziałem grającej na żywo kapeli. Każdego wieczora odwiedzało hotel spore grono nastawionych wyłącznie na taniec i flirt obywateli płci obojga. Na to miejsce można było liczyć zawsze, w sezonie i poza nim.

Malwina nigdy wcześniej nie była na dancingu, ale rozumiała, że pobyt w sanatorium ma swoje prawa, które należy uszanować, jeśli się chce zrozumieć jego sens i w pełni zażyć jego dobrodziejstw. Nie zwlekając postanowiła udać się do rekomendowanego hotelu. Zmieniła tylko dres na dżinsy i T-shirt, oblała się perfumą, a potem

truchcikiem pobiegła pod wskazany adres. Niestety, musiała się tam udać samotnie. Dotąd nie zaprzyjaźniła się z nikim z sanatoryjnych pacjentów. A jeśli chodzi o panią Elę, to ta nie mogła jej towarzyszyć, bo akurat tego wieczora dostała silnej migreny, połączonej z omamami słuchowymi. Po dotarciu do celu nasza bohaterka rozejrzała się niepewnie po hotelowym barze. Jej pierwsze wrażenie nie było entuzjastyczne. Wystrój sali nawiązywał do PRL-owskich klubokawiarni. W lokalu było jednak tak dużo osób, że mimo wszystko postanowiła zostać. Wdrapała się na wysoki barowy stół (wszystkie bardzo liczne stoliki były bowiem zajęte) i zamówiła kieliszek czerwonego wina. Chcąc nie chcąc zaczęła się bawić...

Z początku ubaw był z gatunku bardzo skromnych. Malwina siedziała sama jak kołek, nie znając nikogo i nie bardzo wiedząc, jak się z kimkolwiek zapoznać, i czy w ogóle ma na to ochotę. Sączyła swoje wino i obserwowała tańczące pary. Muzyka nasuwała na myśl wesele w Dolnym Bździszewie. Wino okazało się cierpkie i zbyt ciepłe.

– Dla mnie bomba – myślała sobie biedna ofiara cudzych opinii na temat dobrego relaksu. Po kwadransie była bliska poddania się i wyjścia, gdy nagle coś wzbudziło jej zainteresowanie.

Była to główna atrakcja parkietu, czyli ciało, które tego wieczora miało największe branie. Malwina z zadziwieniem przyglądała się bardzo bladej kobiecie ubranej w opinającą ją niczym srebrna łuska suknię. Nie mogła zrozumieć, dlaczego ta niemłoda i niezbyt piękna istota budzi tak duże zainteresowanie? Co w niej jest tak fascynującego, że panowie nie pozwalają jej usiąść dłużej niż do końca przerwy, którą co jakiś czas robił sobie zespół muzyczny? Ponieważ i tak nie miała nic lepszego

do roboty, postanowiła przyrzeć się temu zagadnieniu nieco bliżej. Sposobność nadarzyła się wkrótce. Obleczone w łuskę ciało postanowiło udać się do toalety. Malwina zsunęła się ze stolika barowego i pomknęła w tym samym kierunku. Z nieco zbyt dużym impetem wkroczyła do pomieszczenia, przez co poślizgnęła się na mokrej posadzce. Trzepocząc ramionami próbowała desperacko złapać równowagę. Ciało skoczyło jej na ratunek i podtrzymało swoim nagim ramieniem. Malwina





podziękowała bardzo wylewnie, a potem obie panie ucięły sobie dłuższą pogawędkę. Od słowa do słowa Malwina dowiedziała się kilku prawd fundamentalnych oraz kilku prawd o sobie. Pod koniec tej rozmowy dokonała również mrożącego krew w żyłach odkrycia, do którego wróć na koniec.

Obie panie skończyły rozmowę po dwudziestu minutach i powróciły na salę. Atrakcyjne ciało natychmiast zostało wciągnięte w wir tańca, a Malwina usiadła na swoim stołku, gdzie do końca wieczoru smakowała cierpkie wino i oddawała się obserwacjom oraz wynikającym z nich przemyśleniom. Gdy impreza dobiegła końca ciało zostało oplecione ramionami któregoś z danserów i opuściło salę w doskonałym humorze. Malwina własnymi rękoma otuliła się swetrem i samotnie potruchtała do

sanatoryjnego pokoiku. Nie uważała jednak wieczoru za stracony. Wręcz przeciwnie. Co prawda sensacyjne odkrycie wytrąciło ją z równowagi i nie pozwoliło wykorzystać świeżo nabytej wiedzy od razu. Jednak siedząc i obserwując tańczące pary, Malwina miała okazję przekonać się o słuszności zasłyszanych

tez i przygotować własną strategię połowu.

Następnego wieczora Malwina pojawiła się w hotelowej klubokawiarni wraz z panią Elą oraz jej sąsiadką – Danusią. Było dość wcześnie i paniom udało się znaleźć stolik. Rozsiadły się, zamówiły wino i rozpoczęły łowy. Wszystkie trzy wyglądały jak smakowite desery. Uśmiechały się radośnie (zalogicznie, ale niezbyt słodko). Ubrały się w atrakcyjne wydekoltowane bluzeczki (odślaniające tyle ile trzeba). Na stopy wcisnęły wysokie szpilki. Buzie pokryły dyskretnie makijażami, tuszującymi braki i podkreślającymi elementy warte podkreślenia. Włosy zaczesaały frywolnie (ale broń Boże nie tak znowu bardzo frywolnie, wiadomo, w tym wieku...). Rozmawiały z ożywieniem i wysyłały

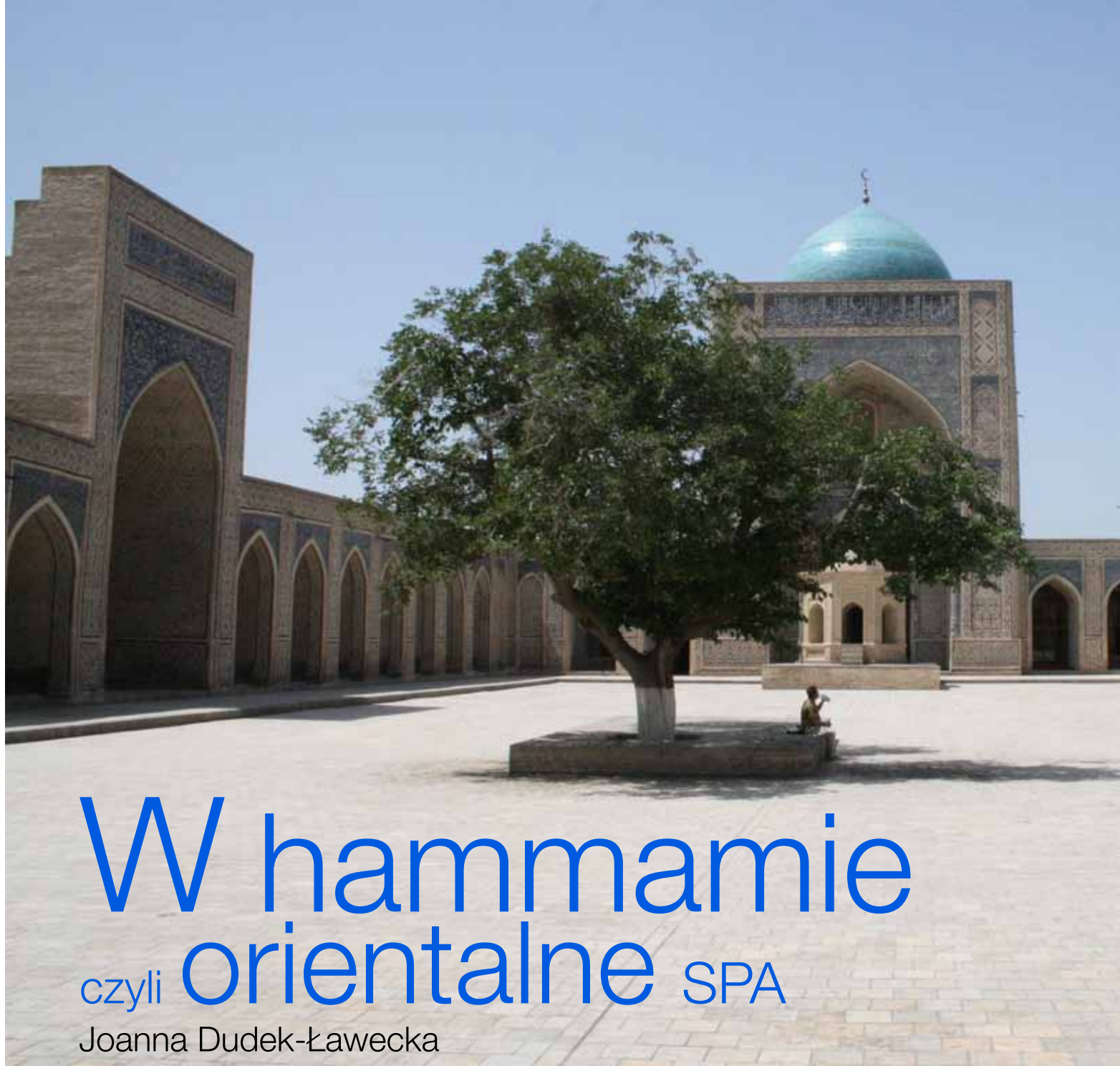
w eter sygnały nadawczo-odbiorcze tak bardzo czytelne, że tylko analfabeta nie mógłby ich odczytać. Wszystkie natychmiast znalazły nabywców. Nie żeby jakiś tam znowu bardzo fajnych. Skąd! W tej klubokawiarni rzadko zdarzało się złowić naprawdę dobrego dansera. Ale nie o to chodziło. Istota zabawy polegała na samym łowieniu i dawaniu się złowić. Malwina bawiła się setnie, podobnie jak jej koleżanki. W ogóle cały pobyt nad morzem bardzo jej posłużył. Oczywiście zdrowotnie. Ale nie tylko.

A co z ciałem wzbudzającym zachwyt poprzedniego wieczora? Nie pojawiło się na dancingu nigdy więcej. Malwina wiedziała dlaczego. Już tamtego wieczora ciało nie było całkiem świeże. I nie chodzi tu o termin przydatności do spożycia, bo zawsze znajdzie się inny równie przeterminowany nabywca. Chodzi o to, że owo ciało nie było całkiem żywe, a właściwie to było ono zupełnie martwe. Należało do topielicy, która tragicznie zginęła w poprzednim sezonie. Kiedy kra puściła i wiosna zawitała do nadmorskiej miejscowości, topielica wypłynęła w poszukiwaniu rozrywki. Tęskniła do życia, z jego kolorami, tańcem i muzyką. No, bo co o dobrej zabawie mogą wiedzieć głupie flądry i sflaczałe śledzie? Pełna dramatyzmu walka z falami podczas sztormu i gierki z rybackimi sieciami nie

zastąpią tanecznych połowów, zarzucania ludzkiej przynęty, a potem chwalenia się zdobyczą przed konkurencją.

Oczywiście ktoś mógłby się zapytać, dlaczego właśnie to ciało miało tak duże branie? Mnie to nie dziwi. Przy dużym stopniu determinacji, niewielki stopień rozkładu może być w odpowiednim oświetleniu postrzegany jako oryginalność. W każdym razie nie słyszałam, żeby jej partnerzy narzekali. A ten, z którym wyszła z tancbudy? Żona go szuka do tej pory. Podejrzewają, że mógł się utopić, w końcu miejscowość jest nadmorska, a jego małżeństwo przeżywało wtedy pewne problemy. Jego ciała jednak nie znaleziono. Może udało mu się znaleźć to czego szukał? Bywalcy klubokawiarni są bowiem bardzo różni. Nazwać ich dziwakami byłoby i tak delikatnością z mojej strony. Bo jak mogliście się z tej bajeczki przekonać, każdy produkt można sprzedać, ale nie każdy należy kupować. Uważajcie też z jazdą próbą. Produkt raz dotknięty może się do was przyczepić, a spełnienie trzech życzeń trudne w realizacji.

KP



W hammamie czyli orientalne SPA

Joanna Dudek-Ławecka

Uzbekistan jest drugim krajem muzułmańskim, do którego odbyłam podróż, po wcześniej zwiedzonym Maroku, które choć piękne, zmęczyło mnie nachalnością ulicznych sprzedawców, ciągłą koniecznością targowania się nie tylko na sukach (miejscowych

bazarach), ale dosłownie wszędzie poza hotelami dla zagranicznych turystów. Targowanie trzeba mieć we krwi – moim żywiołem na pewno nie jest. Choć więc ciekawiła mnie kultura tak odmienna od naszej, nie byłam nastawiona całkiem pozytywnie do tej podróży. Natomiast Uzbekistan mnie



zaskoczył, okazał się miejscem dla mnie idealnym. Orientalna kultura, egzotyka „Baśni z tysiąca i jednej nocy”, a z drugiej strony łatwiejsza dla mnie możliwość odnalezienia się w kraju, który jeszcze do niedawna był jedną z republik radzieckich. Przede wszystkim jednak, i co akurat dla mnie najprzyjemniejsze, tutejsi

mieszkańcy nie przyzwyczajeni jeszcze do mas turystów nie traktowali mnie jak chodzącego portfela.

Z Uzbekistanu najbardziej zapamiętałam dwie rzeczy hammamy i kolory – niebieski, błękitny, morski. W kraju, gdzie kontynentalny klimat powoduje raczej susze niż powodzie i gdzie trudno znaleźć błękit wody w najważniejszych miejscach dominują właśnie te barwy. Są wyrazem tęsknoty za żywiołem, o który tutaj trudno, są też kolorem islamu, ulubionym przez proroka Mahometa. Kojarzą się również z niebem i „niebieskimi” sprawami jednego z największych, choć mało znanych, astronomów świata, Uług Bega.

Ciała niebieskie Uług Bega

Dwa miasta uznawane są za wizytówki Uzbekistanu – Samarkanda i Buchara. Zapamiętałam te miejsca jako zupełnie odmienne w charakterze. Samarkanda wielkomiejska, Buchara robi wrażenie bardziej kameralnej. W obu znajdziemy cenne dla kultury islamu zabytki – meczety, medresy, mauzolea władców, mędrców i religijnych przywódców. Z Samarkandą, starożytnym miastem o ponad dwu i pół tysiącletniej historii kojarzyć należy przede wszystkim wybitnego władcę Timura, zwanego Tamerlanem. W XIV wieku uczynił

z Samarkandy stolicę swego państwa, czym zapoczątkował jej niebywały rozwój. Tutaj też po śmierci został pochowany. Spoczął wraz z dwoma synami w mauzoleum Gur Emir, które stało się również miejscem spoczynku jego wnuka Uług Bega. O ile imię Tamerlana – wojownika, przywódcy znane jest wielu, jego wnuk – Uług Beg znany jest przede wszystkim astronomom. Spadkobierca potęgi dziadka, zwany mędrce na tronie, mając dostęp do wielkich bogactw i mogąc wykorzystać ogromne zasoby ludzkie nie pozostawił po sobie kolejnych zdobytych terytoriów ani wystawnych pałaców. Rozmiłowany w naukach ścisłych ogromne środki przeznaczył na badania naukowe. Na wzgórzu Kuhak nieopodal Samarkandy zbudował obserwatorium astronomiczne, a w nim największy na świecie sekstant, służący do mierzenia pozycji ciał niebieskich. Jego największą zasługą jest ustalenie pozycji ponad tysiąca gwiazd w atlasie. Wyliczył też długość roku astronomicznego, a co ciekawe jego obliczenia niewiele odbiegają od tych dokonywanych obecnie przez skomplikowane urządzenia elektroniczne, pomylił się o niecałą minutę. Uług Beg przyczynił się też do powstania najwspanialszego obecnie zespołu architektonicznego w Azji Środkowej – Registanu

w Samarkandzie. Na placu, przy którym zbiegały się ulice miasta wybudował w latach 1417-1420 wspaniałą teologiczną szkołę muzułmańską – medresę, którą ozdobił licznymi motywami związanymi z astronomią. Następna medresa Szir Dar powstała na przeciwko po dwustu latach. Warto ją zapamiętać, bo wbrew wynikającej z religii zasadzie nieprzedstawiania istot żyjących zobaczymy tutaj lwy, a na ich grzbietach słoneczne twarze. Trzecia, znajdująca się na Registanie medresa wybudowana kilkadziesiąt lat potem przyciąga wzrok wspaniałą turkusową kopułą.

Buchara, choć nie tak okazała na pierwszy rzut oka, jest również ciekawym i bardzo starym miastem. Wyrosta wokół mającego dwa tysiące lat zamku Ark, a swój rozkwit przeżyła w IX i X wieku. Jednym z najpiękniejszych zabytków tej części Azji jest znajdujące się tutaj, powstałe w X wieku mauzoleum Ismaila Samaniego, założyciela dynastii Samanidów, tej której Buhara zawdzięcza swą świetność. Spacerując uliczkami miasta, warto zwrócić uwagę na medresę Uług Bega. Będąca wzorem dla tej znajdującej się na Registanie w Samarkandzie zaskoczyć może wywrotową jak na owe, a być może w niektórych krajach muzułmańskich i na dzisiejsze czasy, znajdującą się



XVII-wiecznych murów w kolorze wyschniętej gliny. Dzięki nim stara Chiwa jest zwartym kompleksem, a my przechodząc przez którąś z bram w łatwy sposób cofamy się do czasów, kiedy tereny te przemierzały karawany wielbłądów z orientalnymi towarami.

Ciała ziemskie w hammamie

Spacerując ulicami muzułmańskich miast nietrudno zauważyć, że na co dzień kobiety i mężczyźni skrywają swoje ciała pod długimi szatami, chroniąc je przed palącym słońcem, i oczywiście przed wzrokiem innych ludzi. I choć raczej znamy obraz kobiet zasłoniętych czarnymi burkami, to pamiętać należy, że i mężczyźni dotyczy zakaz odsłaniania tego, co od pępka do kolan. Zaskoczeniem może więc być wizyta w tradycyjnym hammamie, gdzie podejście do ciała, nagości i spraw intymnych kontrastuje z tym, co widzimy na ulicy i z tym, co znamy z Europy.

Żadne europejskie SPA, sauny fińskie, masaże dla zdrowia i urody nie dorównują zjawisku jakim jest hammam. Piszę zjawisku, gdyż nie jest to zwykła kąpiel, czy zwykłe pójście do sauny, pod warunkiem oczywiście, że trafi się do miejsca przeznaczonego dla tubylców, a nie dla zagranicznych turystów. Mnie udało się odwiedzić

takie w Bucharze i przyznam – całkowicie mnie zauroczyło.

Po udanych zakupach w znajdującym się w centrum Buchary, średniowiecznym, nakrytym kopułami bazarze, gdzie u miejscowych jubilerów nabyłam srebrne cuda, snuliśmy się smętnie w upalne popołudnie. Zmęczeni gorącem trudnym do zniesienia, szukaliśmy odpoczynku i ochłody. Wtedy naszą uwagę zwrócił niepozorny budynek miejskiej łaźni. Napis na drzwiach poinformował nas, że natrafiliśmy na męski hammam. Stanowiliśmy mieszane towarzystwo, więc już chcieliśmy zrezygnować z wejścia, gdy nasz uzbecki opiekun ożywił się i zostawił nas na chwilę, prosząc o cierpliwość. Znanymi sobie sposobami sprawił, że na wspomnianych drzwiach zawisła karteczka informująca o zamknięciu łaźni z powodu braku wody, a my we czworo znaleźliśmy się pod czujną opieką pracujących w niej mężczyzn. Sądzę, że dość nietypowe podejście do zasad rozdziału kobiet i mężczyzn w takim miejscu jak łaźnia zawdzięczamy wychowaniu jej pracowników w czasach radzieckich. Nie chcę, by brzmiało to jak apoteoza Związku Radzieckiego, bo widoki pijących na ulicy w kilkudziesięciostopniowym upale mocną wódkę muzułmanów

zawdzięczamy również tamtym czasom, ale wątpię, by w innym islamskim kraju udało się coś takiego zorganizować.

Otrzymaliśmy białe wielkie prześcieradła i weszliśmy do środka. Łaźnia okazała się być XVI-wieczną budowlą, która niezmiennie od wieków służy miejscowej ludności. Naszą uwagę zwrócił system ogrzewania, a raczej brak tradycyjnego w bani czy w saunie pieca. Dowiedzieliśmy się, że piec znajduje się w piwnicy pod podłogą i odpowiednio wcześniej nagrzwany wytwarza ciepło, które następnie ceramicznymi rurami rozprowadzane jest do pomieszczeń znajdujących się na górze.

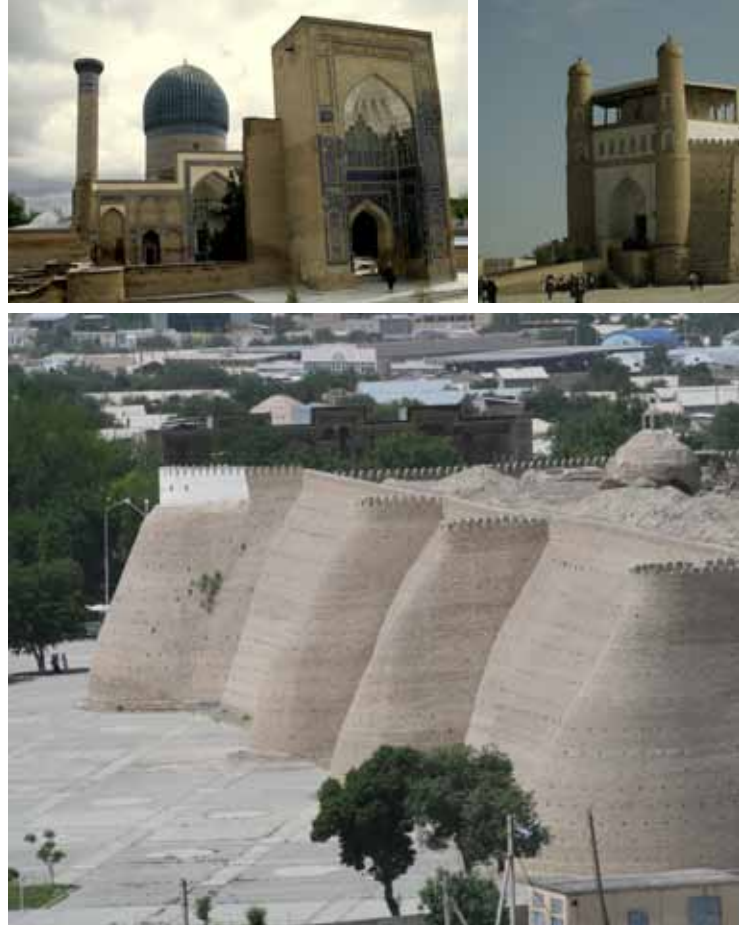
Pośród pary, w nagrzwanych i wilgotnych pomieszczeniach, pobudzeni wcześniej przez kolory, zapachy, atmosferę orientu poddaliśmy się całkowicie działaniom obsługi. Mężczyźni zachowali w stosunku do kobiet odpowiedni dystans, ale nie czuło się żadnego skrępowania. Po umyciu posmarowano nasze ciała „żrącą mazią”, która wmasowywana w skórę powodowała nieprzyjemne pieczenie i rozgrzewała mocno. Zabieg ten miał oczyścić nasze organizmy ze znajdujących się w nim toksyn. Maż okazała się zawierać duże ilości imbiru, stąd uczucie szczypania i doprawdy trudno nam było

uwierzyć, że tutejsi mężczyźni są w stanie posmarować sobie intymne miejsce tym specyfikiem. Do tego namawiał naszych panów masażysta, bo jak stwierdził rozbrajająco po takiej kuracji „samo będzie pracować”. Nie skorzystali z porady, ale za to wszyscy skorzystaliśmy z masażu, zrobionego z dużą wprawą. Choć wydawało nam się, że nasze kości połamią się w wyniku wyginania we wszystkie strony, nic takiego się nie stało, a my wszyscy poczuliśmy się jak nowo narodzeni. Odpoczywając po zabiegu, piliśmy herbatę i rozmawialiśmy z głównym masażystą, który okazał się być lekarzem i człowiekiem bardzo światłym.

Wenus z Willendorfu

W hammamie dla kobiet, do którego wybrałyśmy się we dwie następnego dnia, nie wymasowano nas już tak dobrze. Była to jednak również niezapomniana wizyta, choć trochę z innych względów. Znajomość języka rosyjskiego okazała się tutaj bardzo przydatna. Nikt bowiem nie znał angielskiego i zabłąkana w królestwie kobiet Japonka, przestraszona i zmieszana za nic nie mogła zrozumieć, co do niej mówią i czego od niej chcą. Pomogłyśmy jej przetrwać tę wizytę.

Już w progu zaskoczyła nas naga zupełnie pani o wyglądzie Wenus



z Willendorfu, która oznajmiła, że jest naszą kąpielową. W przeciwieństwie do męskiego hammamu goście i obsługa byli zupełnie nadzy. Byliśmy podobnie jak Japonka nieco skrępowane naszym zawstydzeniem pośród kompletnego braku zawstydzenia tutejszych kobiet. Pojawiła się również wątpliwość natury higienicznej, czy aby nie zaszkodzi nam mycie myjką, którą przed chwilą umyła kilka innych kobiet. Postanowiłyśmy, że nie będziemy na to zwracać uwagi, tym bardziej że wyjaśniono nam, że tutejszy mikroklimat zabija wszelkie zarazki. Uwierzyłyśmy na słowo. Nasza Wenus przystąpiła do działania. Po dokładnym wymyciu

nas, posmarowała nasze ciała znowu jakimś specyfikiem, który nie był już tak piekący jak ten w męskiej łaźni i umieściła w rozgrzanych wnękach, wyżłobionych w ścianach hammamu. Leżąc leniwie, polewane od czasu od czasu ciepłą wodą obserwowaliśmy otoczenie. Japonka nie opuszczała nas na krok, a niepewny uśmiech nie opuszczał ani na moment jej twarzy. Mimo że nie rozumiałyśmy, o czym rozmawiają tutejsze kobiety, widać było, że omawiają ważne dla nich sprawy. Przez przypadek stałyśmy się świadkami bardzo tajemniczego „medycznego” ceremoniału. Przyprowadzono młodą, słaniającą się lekko na nogach dziewczynę. Bardzo piękną o urodzie



Szecherezady. Wtajemniczona w sprawę kąpielowa, a może miejscowa znachorka, położyła ją na kamiennej ciepłej płycie i masowała jej brzuch, coś mamrocząc pod nosem. Patrzyłyśmy z niedowierzaniem na gesty wyglądające na odczynianie uroków, gdy nagle dziewczyna krzyknęła, a my zorientowałyśmy się, że masująca ją kobieta rozbiła nad jej brzuchem jajko i ku naszemu zaskoczeniu włożyła do jej wnętrza. Tamta zawyła z bólu. Nie wytrzymała tajemnych praktyk i chyba zemdląca, bo szybko zrobił się ruch i została wyniesiona na powietrze. Jak wyjaśniła nam nasza kąpielowa, dziewczyna, będąc zamężną od kilku lat, nie urodziła jeszcze dziecka. Praktyki stosowane w hammamie miały pomóc jej wyleczyć się z niepłodności. Jak nas przekonywała Wenus zabiegi te mają bardzo wysoką skuteczność. Z lekka zszokowane na koniec poddałyśmy się masażowi, ale odmówiłyśmy przejścia do salonu piękności, gdzie za pomocą nitki chciano wydepilować nam policzki z niewidocznych naszym zdaniem włosków.

Z każdej podróży warto obok zdjęć z widokami wspaniałych zabytków czy zjawisk przyrody przywieźć ze sobą wspomnienie spotkań z ludźmi, pamięć smaków, zapachów,

kolorów. Kiedy już wymieszają nam się w głowach kolejne meczety, średniowieczne katedry, odczucia związane z naszymi zmysłami pozostaną tymi prawdziwymi wspomnieniami, podobnie jak przeżycia, o których nie zapominamy tak po prostu z dnia na dzień.



Joanna Dudek-Ławecka
Zdjęcia Waldemar Ławecki

Niebieska karta

Kasia Bartsch-Cielebon

Rozpoznała kroki na korytarzu. Zawsze je rozpoznawała. Od niewiadomo kiedy. Ciężkie z lekkim powłóceniem. Czasami mówiła sobie, że są nieporadne. Ale tylko czasem. Przeważnie były złe. Bolesne. Okropne. Skrzypnięcie drzwi. Wszedł. Powiew powietrza powiedział jej, że się zbliżył. Była sama w tym miejscu. Cokolwiek to było. Izolatka, sala szpitalna, OIOM. Nie słyszała głosów innych ludzi, pracy urzędów, rozmów lekarzy na czyjs inny temat. Tych na swój właściwie też nie powinna słyszeć, ale było inaczej. Przede wszystkim mówili, że nie da rady. Nie z takimi obrażeniami. Nie wyjdzie z tego. No może „nogami do przodu”. Może wtedy. Ona sama też tego

nie wiedziała. Teraz chciałaby już wyjść. Uciec stąd. Byle dalej od tych kroków. Od tego podmuchu na twarzy, który nieubłagane zwiastował bliskość twarzy tamtego. Jej ojciec. Ojciec.

– Dzień dobry kochanie – o ratunku, jaki ciepły głos. Niemożliwe. – Zgrzyt krzesła. Usiadł. W pobliżu. Blisko. Za. Dotknięcie twardych palców na dłoni. – Zabierz je. Zabierz je ode mnie. Zabierz je!!!! Dlaczego nie słyszy?! – Przecież darła się z całej siły. Cisza i tylko to dręczenie po ręce. Zawsze wiedział jak sprawić ból. Miał to pod skórą, w jelitach czy w kościach. Bo serca, to chyba nie miał nigdy

– Ja wiem... – zaczął zdecydowanie za cicho. Gdyby nie to, że słyszała jakoś tak dziwnie, pewnie by nie dosłyszała tych słów – ja wiem, że nie spodziewałaś się mnie... – znowu cisza – wiem, że lepiej by było, gdyby tu była twoja matka... – Wykończyła ją, draniu – ona na pewno by lepiej wiedziała co ci powiedzieć – ale nie żyje, tere fere kuku Amor strzela z łuku. Co ona



w tobie widziała? Jakim cudem tak długo byliście razem. Jakim cudem? A co ja ... zobaczyłam? No tak... Ostatnie, co zapamiętała to białe obłoki na niesamowicie błękitnym niebie. Niepowtarzalny widok, kiedy się tak leci plecami w dół z drugiego piętra. Coś niewiarygodnego. Nieważkość. Powietrze w rękawach koszuli. Ich łopot. A potem ciężkie uderzenie o maskę samochodu. To podobno dlatego jeszcze żyje. A mogłaby już nie. Zresztą... Według zapewnień lekarzy, raczej nie ma szans. Hura!!!

– Ja wiem, że nie byłem dobrym ojcem – no nie, przyszedł się usprawiedliwiać? Oczyszczyć? Zyskać odpuszczenie grzechów?! Przebaczyć mu?! Nigdy!!! Za te wszystkie noce, kiedy go nie było i matka bała się, czy coś się nie stało i za te wszystkie noce, kiedy był i matka bała się, czy coś się nie stanie. Za to przebaczyć??? Nigdy!!! Wynoś się z mojego życia. Wynoś się z mojego pokoju!! Wynoś się stąd!!!!

– Zawsze bałem się, że nie zechcesz mnie wysłuchać – o nie, znowu mówi. Nie chcę cię słuchać!! Siała la la la, pieski małe dwa. Słyszysz, nie słucham cię!! Nie słucham cię. Nie słucham cię!!!! Wynocha! Wypad!! Won!! Paszo!! Nie ma cię. Już cię nie ma. Nie muszę cię słuchać. Pieski małe dwa, poszły raz nad rzeczkę. Siała la la la. Dlaczego jeszcze mówisz?!! No, dlaczego. Proszę, nie mów już. Nie chcę cię słuchać. Nie chcę.

Już nie. Nie chcę słyszeć twojego głosu. Żadnego. Ani tego teraz, nadzwyczaj miłego, ani tego wrzasku, wyzwisk, przekleństw. Tego nieludzkiego ryku, który ogłuszał mnie i moich braci. Grzesiek popuszczał, kiedy tylko cię słyszał. Wiedziałaś o tym? Nie płakał. Po prostu sikał po nogach. Trząsał się i sikał. Ale Piotrek płakał. Chował głowę pod poduszkę lub pod mamine ramię i wył. Tak Piotrek płakał. A ja chciałam cię zabić. Tyle razy chciałam cię zabić. Pamiętasz? Jak miałam cztery lata? Piotruś, chyba rok, nie, dwa. Bo on ode mnie o dwa lata młodszy. A Grzesiek starszy o dwa. Tak. Teraz się zgadza. Dwa dodać dwa dodać dwa. W drzwiach nie było zamka. Bo wyłamałeś. Uciekliśmy z mamą do pokoju i zaparliśmy plecami. Nogi nam się ślizgały. Obiecałam ci wtedy, że kiedyś cię zabiję. Nawet przez drzwi czułam jak cuchniesz. Nienawidzę wódki. Nienawidzę!!! Tego okropnego zapachu. Nienawidzę!! Nie mogłeś się dostać i wyżyłeś się na maminych zakupach. Tak ciężko jej było nas utrzymać, a ty jeszcze i to zniszczyłeś. Kiedy wreszcie poszedłeś gdzieś, a my długo czekaliśmy czy nie wrócisz, mama kołysała się do przodu i do tyłu. Piotruś usnął. W końcu wyszliśmy. Cała kuchnia była biała. Wszędzie. Pobawiłeś się mąką i solą, i ryżem. Jakby śnieg wszędzie. Pomyślałam, że przecież Kopciuszek dał radę oddzielić ziarenka. To i ja dam. Zaczęłam wyskubywać ryż.

Mama padła na kolana i rozplakała się. Powiedziałam jej wtedy, żeby się nie martwiła, że ja kiedyś cię zabiję i wszystko będzie dobrze. I rozplakała się jeszcze bardziej. A ty mi tu mówisz, że nie byłeś dobrym ojcem. Chciałam cię zabić!! Rozumiesz!!!! Zabić cię chciałam. Co mówisz?

– Chciałem cię przeprosić. Przede wszystkim przeprosić – dobre. No, naprawdę dobre. No i coś jeszcze? Czy limit słów się wyczerpał – wiem, że byłem dla was ciężki – niewiarygodne. Zauważył to. Powinnaś się cieszyć?? Mam dwóch braci alkoholików, a ja leżę sobie wygodnie na szpitalnym łóżku, po tym, jak mój szanowny mąż po raz kolejny potraktował mnie jak worek treningowy. Tylko trochę przedobrzył i trzasnął mną przez drzwi balkonowe. No, złego cela miał. Parę centymetrów w bok i bym się zatrzymała na ścianie. I pewnie by sobie jeszcze poćwiczył. No, a barierka na balkonie mnie jakoś nie dała rady zatrzymać. Śmieszne. Co tam jeszcze pleciesz? Że bardzo ci przykro z tego powodu – no i powinno, chociaż już chyba za późno.

– Naprawdę nie rozumiem, jak... jak... jak mogłaś wybrać takiego drania jak ja – noooo. Jakie samooskarżenie. Nie wiedziałeś biedaku, że schematy się powtarza? Ty nam stworzyłeś taki świat. I co, jak ci z tym. Lepiej? Słyszysz mnie?!! Chciałam od ciebie uciec i co? Z deszczu pod rynnę. Ha ha ha. Tak, teraz to jesteś

w AA. Cóż. Może nigdy nie jest za późno. I co?

– Twojemu mężowi założyli niebieską kartę. Jak go oskarżysz, to sąd, no i pewnie więzienie. Byłem u niego. Płacze. Powiedział, że się zaszyje, że wstąpi do AA, że zrobi wszystko, żebyś tylko żyła. – Rychło w czas. Najpierw to chciał mnie zabić. Otrzeźwiał. Ale numer.

– A pamiętasz, jak płakałaś, że chcesz do domu – pewnie, że pamiętam. Ani do mamy, ani do taty. Tylko do domu. Nawet mama była zdumiona. Mówiła, ale przecież jesteś w domu. A ja uparcie: do domu i do domu.

– To może tak wrócisz ... do domu? – Ale ja jestem tak blisko tego mojego domu. Dopiero teraz, w tej dziwnej, jasnej ciemności zrozumiałam, że mam jeszcze jeden dom. I on na mnie czeka. I tam będzie już cicho, ciepło, bezpiecznie i pięknie. Tam jest ten mój dom. Właśnie tam!!! Więc się odczep. Wreszcie jestem blisko. Tak blisko... Tylko to pokancerowane ciało mnie jeszcze trzyma. Tylko ono. I nareszcie już bym była bezpieczna. Nareszcie. Do domu!!! Co? Co? Powtórz jeszcze. Co?! Kamilka i Paulinka są gdzie? U jakiej pani Basi? Nie znam żadnej pani Basi! Co to... Co ty? Gdzie? Jak tamten wyląduje w więzieniu. Ty z przeszłością. Bracia alkoholicy, to one dom dziecka. Dobra, dobra!!! Dobra. Zaraz. Jeszcze zdążę. Jeszcze zdążę do domu. Jeszcze zdążę. Ty ... Porozmawiamy. Może ...

KBC



since 1997

Le Cedre®

Lebanese cuisine

www.lecedre.pl

Our
2nd Branch
Le Cedre® 84
just opened

taste the exotic



Le Cedre® 61

Vis a vis Bears

Al. Solidarności 61, Praga

+48 22 670 11 66

Le Cedre® 84

Vis a vis Court

Al. Solidarności 84, Centrum

+48 22 61 88 999

JUST OPENED



Like us on
facebook

Cudowny prezent?

Tamara Kuświk

Kiki pisarka

Susan biznes women

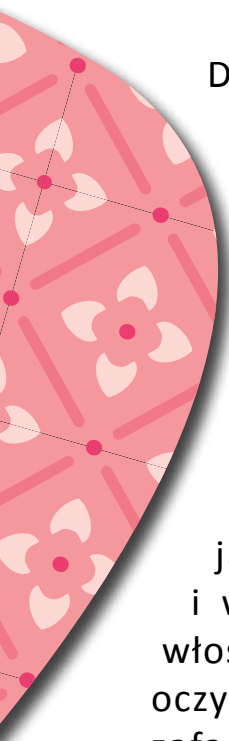
*Deby właścicielka agencji
reklamowej*

To był jeden z poranków, kiedy nie chciało się wychodzić łóżka. Przez rolety nie docierało słońce, ale wiedziałam, że za oknem jasno rozświetla dzień. Wiosna jest obietnicą pięknych, pogodnych dni. Zmęczeni po zimie wciąż pragniemy poczuć ciepłe promienie na swojej skórze. Leniwie postawiłam stopy na miękkim dywanie i usiadłam na łóżku. Wyłączyłam budzik i udałam się w stronę łazienki, aby wziąć prysznic. Ledwie wyszłam, kiedy usłyszałam odgłos dzwoniącej komórki. – Mam nadzieję, że to nie dzwoni mój wydawca – pomyślałam. Za kilka dni mijał termin złożenia ostatecznej wersji mojej powieści, a ja wciąż nie byłam pewna czy nie należy wprowadzić do niej jeszcze kilka

poprawek.

– Cześć Kiki,
pamiętasz o naszym
dzisiejszym spotkaniu
– rozległ się podniesiony głos
w telefonie. – Już nie mogę się
doczekać kochana, tak dawno Was
nie widziałam i jestem pewna, że
mamy sobie tyle do opowiedzenia.
– Deby była moją jedną z dwóch
przyjaciółek, z którymi widywałam
się od kilkunastu lat. Nie
chciałam się przyznać, że zupełnie
wyleciało mi to z głowy, to było
do mnie niepodobne. Przeważnie
pamiętałam o naszych spotkaniach,
co więcej oczekiwałam ich
odliczając dni.
– Deby, oczywiście, że pamiętam
– skłamałam – będę punktualnie.
Byłam osobą punktualną,
czego nie można powiedzieć o





Deby. Denerwowało mnie jej spóźnienie, wciąż nie mogła nigdzie zdążyć i miała mnóstwo wymówek i powodów swojego postępowania.

Kiedy wieczorem wchodziłam do eleganckiego lokalu dostrzegłam Susan i Deby. Były olśniewające jak zawsze. Susan, szczupła i wysoka, miała piękne czarne włosy do ramion. Jej duże zielone oczy przyciągały spojrzenia wielu, zafascynowanych mężczyzn. Nie mogli wprost oderwać od niej oczu. Miała na sobie szarą, zbyt służbową sukienkę. Domyślałam się, że przyjechała prosto z biura. Nasza kochana pani dyrektor – pomyślałam.

– Cześć kochana – wybiegła do mnie Deby, ściskając mnie mocno. Była tak dziewczęca w swojej spontaniczności, że wiele osób czuło się skrępowanych jej otwartością. Miała na sobie wysokie, brązowe szpilki, bojówki khaki oraz czarną marynarkę zapinaną złotymi guzikami. Odkąd pamiętam Deby wyróżniała się swoim oryginalnym strojem. Łączyła styl luzu z wyrafinowaną elegancją. Była właścicielką agencji reklamowej, która w niedługim czasie przerodziła się w dużą

korporację. Jej pomysły cieszyły się wielkim uznaniem wśród bogatych firm.

Poczułam ciepło w sobie, tak bardzo się za nimi stęskniłam. Trzy nietuzinkowe kobiety sukcesu – pomyślałam i usiadłam, zamawiając kawę i rozglądając się dookoła.

– Kiki, czy wiesz, co dziś mamy ważnego do omówienia – szczebiotała Deby. – Czas tak biegnie nieubłagane, że zupełnie zapomniałam, że Susan ma w tym roku ważne wydarzenie.

– Tak – próbowałam sobie przypomnieć, co też takiego wielkiego ma się wydarzyć, ale nic nie przychodziło mi do głowy.

– Daj spokój – Susan szepnęła, kładąc dłoń na ramieniu Deby.

– Nie ma tak naprawdę, czego świętować, chyba raczej wypada upić się z rozpacz.

– Przestań kochaniutka, to nie jest powód do płaczu, ale do wielkiej radości. Podobno kobiety po czterdziestce są bardziej namiętne i pożądane – uśmiechnęła się i upiła łyk wina, które lśniło głęboką czerwienią.

– Nie wiesz, jak to jest, masz dopiero 33 lata i całe wieki do okresu, kiedy kobieta zaczyna martwić się przekwitaniem.

– Przestań Susi – włączyłam się do

rozmowy. – Nie wolno tak myśleć, tracisz w ten sposób całą radość bycia pełnią kobiety. Jak łatwo było radzić komuś. Sama pamiętam jak źle znosiłam swoją trzydzistkę, a później jeszcze gorzej czterdzieste urodziny. Do dziś codziennie obserwuję przed lustrem swoje ciało i zamartwiam się każdą oznaką niedoskonałości wynikającą z upływu czasu.

– Dziewczyny, to takie straszne – Susan nie słuchała nas. – Wczoraj, kiedy rano nakładałam na twarz mój drogi krem zrozumiałam, że na nic nie zdadzą się bająćskie sumy na kosmetyki. Znów doszła mi kolejna zmarszczka, pazur pod moimi oczami. Nie da się ukryć, że starość nie radość.

– Och, nie przesadzaj – Deby nie dała się zwieść. – Wcale nie widzę, abyś się zmieniła od naszego ostatniego spotkania.

Nie wiedziałam co powiedzieć, aby dodać otuchy przyjaciółce. Pamiętam ten dzień...straszny i smutny. Zbliżał się nieubłagane. Do urodzin wciąż mówiłam, że mam trzydzieści dziewięć lat, jakby jeden rok, miesiąc czy dzień robił wielką różnicę. Patrzyłam w lustro i czułam niemoc, oglądając pogłębiające się bruzdy ciągnące się od nosa aż po samą brodę. Zmarszczki pogardy – tak je nazwałam. Widziałam jak

znika sprężysta skóra na policzkach, jak na moim czole pojawia się kolejna kreska. – Nikt mnie już nie zechce – myślałam, szykując się na swoje czterdzieste urodziny. Każda kobieta marzy o przystojnym, bogatym dżentelmenie. Sądzi, że pozna go do trzydziestki, a kiedy tak się nie dzieje pociesza się, że czym później tym wybór będzie dojrzałszy i trafniejszy. A kiedy przychodzą niechciane urodziny kobieta jest załamana i przekonana, że najlepsze kąski już są usidlone. Pozostaje jej jedynie nagroda pocieszenia w postaci: nie ważne, jaki jest, ale jest! Bądź też smutna samotność. A wszystko za sprawą ciała. Tak. Zmieniającego się ciała i tego cholernego przyciągania ziemskiego. A kiedy myśli krążą w naszej głowie niczym uporczywy wrzód – zaczyna działać się naprawdę. Każdy kolejny adorator jest albo żonkisiem, poszukującym zabawy, albo łysiejącym księgowym. Jako kobieta wymagająca nie zdobyłam się na nudnego, pocziwego samca. I tak odbębniłam z przyklejonym do ust sztucznych uśmiechem swoją czterdzieczkę i po bólu. Teraz, kiedy to wspominam jestem czule rozbawiona. Jak mogłam sama siebie tak dołować i destrukcyjnie wpływać na swoje życie? Ale taka była prawda. Pamiętam, kiedy już

przekroczyłam tę magiczną liczbę, moje nerwy puściły. Pogodziłam się z tym, że nikogo już nie pokocham i postanowiłam nie marnować czasu na „szukanie”. Zapisalam się na lekcje tenisa, hiszpańskiego i poszłam na kurs pisania. Zawsze o tym marzyłam, ale nigdy nie miałam czasu, byłam tak zajęta swoją powierzchownością, że zapomniałam o sobie, swoim głębokim ja i jego potrzebach. Zaczęłam karmić moje wewnętrzne dziecko. Tenis okazał się męczącą, ale jakże wspaniałą pasją, zmieniłam pracę i wreszcie zaczęłam robić to, co kochałam od zawsze – pisać. Wydałam pierwszą książkę, podpisałam kontrakt z menedżerką i dużo podróżowałam. Nie miałam czasu na myślenie o NIM i świat zaczął być nie tylko ciekawy, ale wspaniały i muszę przyznać, że wcale nie czułam się samotna. Przestałam marudzić, zrzedziłam i chyba troszkę zniknęły moje zmarszczki pogardy. Poznałam wspaniałych ludzi, z którymi dzieliłam swoje wciąż nowe pasje. Zaczęłam jeździć konno, uczyć się fotografii i podjęłam trudną szkołę słuchania innych. I właśnie wtedy stało się. Poznałam kogoś. Tak. Zaczęłam głęboko się zastanawiać czy mam teraz czas na bycie z kimś. Bałam się, że będę musiała z czegoś

zrezygnować, że nie znajdę czasu na moje zainteresowania, a jeszcze tyle chciałam się nauczyć, poznać, zwiedzić. I kiedy już miałam powiedzieć nie ...Zobaczył moje wahanie i powiedział:

– Pokochałam cię taką, jaka jesteś i proszę, nie zmieniaj się. Kobiety pod wpływem związku rezygnują z siebie i stają się nieszczęśliwe, a to rujnuje związek. Kobieta podświadomie obwinia partnera, partner broni się i zaczyna się walka a kończy partnerstwo.

Spojrzałam na Susan i roześmiałam się głośno.

– Co cię tak bawi? – zapytała zdziwiona moją reakcją.

– Wiesz, jeśli myślisz, że dla mężczyzny najważniejsze jest twoje ciało w postaci zgrabnego, wygładzone tyłka, to tylko takich mężczyzn przyciągasz. Zapomniałaś, że dzięki ciału również odczuwamy, słyszymy, widzimy. Całe piękno tkwi w tobie w postaci duszy, a ciało... cóż – jest opakowaniem i zapowiedzią cudownego prezentu.

TK

Karolina Dyja

Dzień z życia Przeciętnego Dojeżdżającego Maturzysty

Przeciętny Dojeżdżający Maturzystą zazwyczaj wstaje dużo wcześniej niż jego rówieśnicy, którzy mogą chodzić do szkoły piechotą.

O szóstej rano zwleka się z łóżka, narzekając, złorzeczając i życząc śmierci kolegom, którzy jeszcze mogą sobie pospać. Ubiera się, myje, ewentualnie zbiera potrzebne rzeczy (jeśli nie zrobił tego wcześniej). Nadal złorzeczy, ale już w myślach, żeby rodzice i rodzeństwo tego nie usłyszeli – starsi tego nie lubią, a młodszym nie przystoi słuchać.

Pół godziny później Przeciętny Dojeżdżający Maturzystą w pośpiechu dojada śniadanie i dopija herbatę. Myśl o kolegach, którzy w najlepszym wypadku dopiero wygrzebuja się z łóżek skutecznie odbiera chęci do życia.

Według rozkładu autobus powinien przyjechać punktualnie o siódmej. Często okazuje się jednak, że przepaść między teorią a praktyką bywa nie do przejścia. Transport uwielbia się spóźniać. Czasem o pięć minut (wtedy Maturzystą nie ponosi szkody), a czasem o kwadrans – wtedy sprawy stoją gorzej. Sfrustrowany Przeciętny Dojeżdżający Maturzystą złorzeczy.

Około siódmej czterdzieści szkoła jest jeszcze pusta. Maturzystą już nie złorzeczy: albo się doucza, albo drzemie.

Lekcja matematyki z samego rana? Challenge accepted. To nic, że Maturzystą uważa

się za humanistę i jej nie rozumie. Nie od parady po Internecie krąży powiedzenie „Moja obecność na lekcji matematyki spełnia wyłącznie funkcję dekoracyjną”.

Maturzysta siedzi więc i czuje, że coś jest nie tak. Funkcje, ciągi, geometria analityczna i trygonometria zlewają się w jedno, tworząc istny węzeł gordyjski. Młody człowiek nie ma aspiracji do bycia Aleksandrem Wielkim, więc raczej nie może go przeciąć. Chociaż na pewno chciałby.

Matematyka się kończy. Czas na historię. Przeciętny Dojeżdżający Maturzysta ziewa na samą myśl – w końcu kilka takich lekcji w tygodniu potrafi człowieka wykończyć. Chyba, że jest się Pasjonatem, a tacy też się zdarzają. Nasz bohater umie kombinować: technikę zakamuflowanego przysypiania opanował do perfekcji. Szykuje się więc półtorej godzinki lekkiego odpoczynku. Przed sprawdzianem zawsze można poprosić o notatki Pasjonata o gołęmbim sercu.

Na lekcji polskiego Maturzysta – humanista nieco odżywa. Mini wykład o literaturze to ciekawy przerywnik w szkolnej monotonii. Tym bardziej, że jeszcze nie doszło do Żeromskiego – po lekturze jego pamiętników Maturzysta już mu nie ufa. Jak ufać komuś, kto „był jak stary samolot, bo przeleciał pół świata” (kolega wiedział, co pisze, tworząc satyryczną notkę biograficzną)?

Lekcja religii. Tym razem Maturzysta zastanawia się, co tutaj robi. Jest wręcz pewien, że Bóg się smuci na widok zagubionych owieczek i nie mniej zagubionego duszpasterza. Zrezygnowany bohater wyjmuje z torby książkę od matematyki – zadania można liczyć zawsze i wszędzie.

Przeciętny Dojeżdżający Maturzysta wraca do domu. Stojąc w przepełnionym autobusie, opracowuje plan na resztę dnia. Męczy go dziwne poczucie klęski, kiedy myśli o kilkudziesięciu zadaniach, których jeszcze nie policzył, kilku wypracowaniach, których dotąd nie napisał i ogromie wiadomości, których nie przyswoił.

Najchętniej położyłby się do łóżka i obudził już po maturze. Zadowoliliby się nawet choćby godzinną drzemką. Poczytałby coś, co nie jest lekturą. Pograłby w ulubioną grę. Niestety. Z przykrością stwierdza, że „spanie jest dla słabych”, a pojęcie „czas wolny” powróci z niebytu może tuż przed Euro 2012.

Mówią, że matura to bzdura. Padający z nóg Przeciętny Dojeżdżający Maturzysta twierdzi, że to nieprawda. Próbuje funkcjonować w atmosferze „podkręconej śruby” i jakoś wyważyć proporcje między pracą a należnym odpoczynkiem. Wychodzi średnio, ale wie jedno: jeśli tylko jego ciało nie odmówi posłuszeństwa, to duch raczej przetrwa wszystko, nawet sesję. **KD** •



a

ł o ń c

s

Piruetty wokół

Joanna Wroczyńska

Trzeba być atletą żeby tańczyć, ale artystą żeby być tancerzem.
Shanna LaFleur

Czym jest ciało dla tancerza? Niczym innym jak tylko narzędziem pracy. Tylko, czy może aż? Tancerz musi dbać o nie, by móc tańczyć jak najlepiej. Tym bardziej, że swoją pracą zmusza je do ogromnego wysiłku. Dlatego powyżej cytowane słowa na to właśnie zwracają uwagę – że aby tańczyć trzeba być atletą. A przecież nie każdy zdaje sobie z tego sprawę - po dobrym tancerzu nie widać zmęczenia ani bólu, które są mu nieodzwonne. Prawdziwy tancerz tryska energią i nie ma czasu na znużenie, a już na pewno nie kiedy tańczy.

Chciałabym dzisiaj opowiedzieć o szkole baletowej, w której kształcą się zawodowi tancerze. Na pewno wiele z nas jako małe dziewczynki pragnęło zostać baletnicami. Bo przecież one się tak pięknie poruszają i noszą takie śliczne sukienki. Ach i oh! A po sprawdzianie predyspozycji krzyki, że pani próbowała złamać kręgosłup albo wyrwać nogę. Przecież nie na tym ma polegać nauka baletu, prawda? No właśnie... Jak to jest naprawdę?

Aby dostać się do szkoły baletowej rzeczywiście obowiązuje sprawdzian

predyspozycji, ale nikt tam nikomu niczego nie łamie! Polega on na tzw. badaniu przydatności artystycznej, fizycznej i muzycznej. Po zdaniu można rozpocząć naukę. Najczęściej przyjmuje się dzieci w wieku 10 lat, choć czasem i starsze.

Nauka w szkole baletowej to ogromne wyzwanie zarówno fizyczne jak i psychiczne, ponieważ tryb jest podwójny. Po pierwsze ogólnokształcące przedmioty, takie jak język polski, matematyka, historia... a po drugie cała gama zajęć artystycznych, w skład których oprócz tańca klasycznego wchodzi również tańce charakterystyczne, ludowe, taniec współczesny, umuzykalnienie... Uczniowie spędzają więc w szkole 5 dni w tygodniu od samego rana do późnego wieczora i co roku zdają egzaminy.

W trakcie nauki sporo osób wykrusza się, z różnych powodów – czasem nie dają rady, męczą ich ciągłe wizyty u fizjoterapeutów i masażystów spowodowane kontuzjami... Inni dochodzą do wniosku, że chcą robić w życiu coś innego... Ale najbardziej bolą odejścia ze szkoły spowodowane własnym ciałem – zdarza się bowiem, iż dziewczynkom urośnie za duży biust, albo będą miały tendencję do tycia w biodrach. Czysta genetyka, a jednak czasem może zaważyć na przekreśleniu kariery, tak jakby to była jakaś nieodwracalna kontuzja.

Szkoła baletowa to także, a może przede wszystkim specyficzne środowisko, które wymaga zgłębienia i zrozumienia, a tym samym umiejętności oddania piękna tej sztuki. Wyraz artystyczny to obok sprawności fizycznej drugi atut tancerza. A szybkie tempo, intensywna nauka i wysiłek sprawiają, że nie jest łatwo. Dlatego myślę że jest to miejsce dla osób zdeterminowanych. Dodatkowo, tak jak podkreśla wielu absolwentów - nabywa się w tej „szkole przetrwania” siłę charakteru, która pomaga człowiekowi poradzić sobie w przyszłości nie tylko na scenie, ale i w życiu. Brzmi obiecująco?

JW





WIEDŹMA

Katarzyna Bartsch-Cielebon
powieść w odcinkach
cz. VI

Ze mną nikt nie chce tańczyć, więc nie ma o czym mówić -
Ja chętnie bym z tobą zatańczył - powiedział cicho, lecz na tyle głośno aby go usłyszała. - Popatrzyła na niego szybko i przyspieszyła kroku - nie biegnij, nie chcę ci zrobić krzywdy. - Przystanęła. Wyprostowała. Odrzuciła rozpuszczone włosy. Błysnęły oczy. Wypięła piersi i podeszła do niego, kołysząc biodrami.
- Zatańczyłbyś? - zapytała zaczepnie - mm? - popatrzyła ironicznie. Odsunął się zaskoczony. Przez głowę przeleciało mu tylko „wiedźma”. Musiała to zobaczyć w jego oczach bo prychnęła tylko - no właśnie. Marianna popatrzyła na niego ze

złością, a potem odwróciła się i najszybciej jak tylko mogła odeszła. Biörg został na ścieżce. Usiadł. W głowie czuł zamęt. Całkowity. Musiał się zastanowić. Musiał uporządkować swoje myśli. Zastanowić się nad sobą i nad nią. A właściwie to dlaczego nad nią? Dlaczego wcześniej mu się to nie przytrafiło. Ciągnęło go do niej, tak to prawda. Intrygowała go. Niepokoiła. Sama dawała sobie radę w tym męskim świecie. Prawda, była wiedźmą. To dawało jej pewną pozycję. Naprawdę nie miał pojęcia, dlaczego tak się zachowuje. A jednak ... Westchnął. Miał żonę i dzieci. Miał nowy dom, nową ziemię, którą miał zagospodarować. Musiał



zadbać o swoją rodzinę. Ale ... jęknął cicho spoglądając w kierunku, gdzie pobiegła. Przecież wyrósł już z czasów, kiedy uganiał się za dziewczynami. Już minęło. No, nie byłby szczery, gdyby twierdził, że się nie obejrzy za ładniejszą dziewczyną. Ale to było normalne. Tyle tylko, że teraz chciał ... Co on od niej chciał? Odwrócił się w stronę wsi i zaczął powoli iść. Zabawa trwała w najlepsze. Lotta tańczyła z Oswaldem. Raz za razem poszukując go wzrokiem. Popatrując na niego czy aby się nie gniewa. Jego Lena z pozostałymi dziećmi kręciła się wśród innych kobiet. Przyjrzał się jedynej wśród obecnych jasnowłosej dziewczynie. Była bardzo podobna do matki. Stała i przebierała niecierpliwie nogami. I choć, była pewnie jedną z ładniejszych panien, nikt nie prosił jej do tańca. Spuścił głowę.

„Córka wiedźmy” pomyślał i zagadnął stojącego obok gospodarza.

- Tamta dziewczyna, chyba nie jest stąd? - wskazał brodą na Odinę.

To córka wiedźmy, urodziła się tu, ale z nikogo z naszych.- powiedział akcentując mocno ostatnie słowo. Jest tu obca. Niezależnie od wszystkiego. Widocznie był to ciekawy temat, bo pociągnął go dalej - Marianna przyszła do nas już z brzuchem... Przygarnęła ją...- rozejrzał się wśród stojących - o tamta rodzina - wskazał brodą na szczupłego, niewysokiego mężczyznę w słusznym wieku i stojącą obok niego tak kobietę. Miała zmęczoną twarz .

- No i co dalej?

- No ...urodziła. Nawet moja stara przy tym była - uśmiechnął się i na chwile przestał mówić

– a potem... - zastanowił się jak to powiedzieć - potem Greta zorientowała się, że Mark zbyt się interesuje podopieczną i przegoniła ją z dzieckiem... z obojgami. - Wzruszył ramionami, nie przejmując się dłużej tamtym faktem. Popatrzył na tańczącą Lottę - ładna ta twoja córka -

- No i ?

- No i co?

Co dalej z tamtą? - nie dawał za wygraną Biorg.

Nikt we wsi nie chciał jej przyjąć. He, he, he...to znaczy żadna baba nie pozwalała.

- I?

No i poszła dalej. Niedaleko - dodał jakby się usprawiedliwiając. - Tylko na koniec wsi. Na wzgórzu. Tam, gdzie mieszkała nasza stara wiedźma, jak to ona się nazywała?- zamyślił się na chwilę,

i ściągnął brwi z wysiłku- no cóż... sama... ta ją przyjęła. I tak zostało. A kiedy stara umarła, to teraz młoda nam pomaga...

Dawno to było?

No, już chyba czternaście, może piętnaście lat.

- I co, żaden jej nie chciał ?

- A kto by wiedźmę w domu chciał trzymać. Kręcili się koło niej jacyś przyjezdni, ale albo szybko odjeżdżali, albo ona ich nie chciała, nie wiem... ja tam nikomu pod pierzynę nie patrzę, to dobre dla bab, o te... to im w to graj - podrapał się po głowie.

– A ty co się tak o Mariannę wypytujesz? - popatrzył na niego uważnie.

A jak u mnie Knuta połamało to przyszła go poskładać. Tak po prostu ciekawy jestem. Inna jest.

- Ano. Nikomu jeszcze krzywdy nie zrobiła - wypogodził się - ani nie

odmówiła pomocy, choć przecież mogła. Przyzwyczailiśmy się do niej. Kiedy prosi pomagamy jej przy naprawianiu domu, albo jakieś sprzęty jej robimy... a ona nas leczy i złe moce odpędza ...dobra jest. Aż szkoda dziewczyny... bo to młode przecież jeszcze. Dzieci rodzić jeszcze może. I ładna bestia. Ech, ładna - westchnął z pogodnym smutkiem - a, żebyś ją widział, jak tańczy... ech... na powitanie wiosny, uuu...pofiglowało by się, oj pofiglowało.

- Biorg miał uczucie, że zaraz zrobi coś, czego zrobić nie może. A przynajmniej nie powinien. Zaciśnął pięści. Zagryzł wargi, aby tylko się pohamować. Żeby tylko nie wybuchnąć. Miał nadzieję, że tamten nic nie zauważy. Spojrzał z ukosa. Mężczyzna wciąż jednak patrzył na tańczących. Mówił do niego, lecz wzrokiem

śledził ruchy tańczących.

Muszę wracać do żony, będzie narzekać, że zbyt długo zostawiam ją samą - rzucił, starając się mówić swobodnie, wypadło to jednak dosyć cierpko. - Dzięki za ... wiadomości - wrzucił ramionami. Tamten skłonił lekko głowę nie zaprzatając sobie uwagi. Po chwili Biorg zauważył, że Marianna wróciła. Bledsza niż zwykle i jakby smutniejsza. Zwróciła się do mało znanej mu kobiety i podała jej woreczek zawiązany sznurkiem. Złapał jej spojrzenie. Poszła do córki. Biorg zaś zbliżył się do uśmiechniętej żony. Raz jeszcze popatrzył na obydwie jasnowłose kobiety. Marianna otoczyła ramionami kibić Odiny. Zastanowił się i objął ramieniem Lenę. Kobiety przez chwilę szturchały się i podśmiewały z niego. Tamta się nie śmiała.

Katarzyna Drzazgowska

Celebryci, czyli przerost **formy** nad treścią

Oglądając kolorowe magazyny, programy telewizyjne czy reklamy nie sposób nie zauważyć presji wiecznie młodego wyglądu narzucanego przez media. Z każdej okładki uśmiechają się do nas młode, szczupłe i nieustannie szczęśliwe kopie lalki Barbie. Do kształtowania wzorców osobowościowych XXI wieku, a także pędu do przesadnego dbania o zewnętrzną powłokę, czyli ciało, przyczynia się w znacznej mierze świat celebrytów. Kim oni są? Odpowiedź jest prosta i trudna za razem. Celebryci, według definicji sformułowanej przez Daniela Boorstina, to osoby, które są znane z tego, że są znane. Definicja nie straciła aktualności, mimo że liczy sobie pięćdziesiąt lat nadal trafia w sedno. Celebryta to nie zawód, raczej styl bycia, bowiem w gronie tym znajdują się przedstawiciele

różnych profesji. Często są to aktorzy, piosenkarze, prezenterzy. Cechą wspólną jest to, że ich nazwiska częściej pojawiają się w kontekście skandali obyczajowych czy plotek niezwiązanych z pracą zawodową. Chciałabym się przyjrzeć fenomenowi celebrytów bardziej wnikliwie, skupiając się na przedstawicielach tej kategorii z rodzimej ziemi. W Polsce bowiem także mamy liczne przykłady celebrytów. Zaliczają się do nich między innymi osoby, które po udziale w reality show wypłynęły na szerokie wody show biznesu. Wystarczy choćby wspomnieć uczestników *Big Brother*a, *Idola* czy *Mam Talent*. Osoby te, z nikomu nieznanych ludzi, przekształciły się w rozpoznawalnych bohaterów zbiorowej wyobraźni. Społeczeństwo potrzebuje ludzi, w których może odnajdywać swoje własne słabości, czy realizować niespełnione aspiracje. Celebryci, mimo że powszechnie wyszydzani, mają szerokie grono fanów

śledzących każdy ich krok. Portale plotkarskie typu *Pudelek* czy *Plotek* mają rzesze wiernych czytelników. Codziennie publikują nowe skandale, tworzą rankingi najgorzej ubranych, najładniejszych czy najmodniejszych gwiazdek show biznesu. Internauci mają szansę oceniać i komentować ich nowe fryzury czy kreacje. Jako że wpisy są anonimowe, część osób pozwala sobie na znacznie bardziej dosadne i obraźliwe komentarze. Wolność słowa w sieci często przeradza się w wulgarność i wyładowywanie własnych frustracji na osobach publicznych. Portale dostarczają zdjęcia gwiazd w różnych, często krępujących sytuacjach, a setki, a czasem tysiące komentarzy świadczą o zainteresowaniu ich wpadkami. Największą popularnością cieszą się niepowodzenia modowe, celebryci przyłapani z nowymi partnerami czy też bez makijażu albo w stanie nietrzeźwym. Wiele osób codziennie śledzi informacje pojawiające się na portalach i bezkrytycznie wierzy w każde napisane tam słowo. Celebryci bez mediów nie istnieją. To tabloidy i portale internetowe tworzą tych ludzi. Gwiazdy złapane z zaskoczenia na zakupach, które tak często widzimy w brukowcach, pieczołowicie planują tego typu sesje. Tak zwane ustawki z paparazzi nie należą do rzadkości, mimo że mało kto jest w stanie przyznać się do tego publicznie. Tego typu

sytuacje są natomiast demaskowane w programach, w których celebryci niejednokrotnie zostają wyśmiani. W produkcjach typu *Magiel Towarzyski* prowadzący tropią absurdy polskiego show biznesu i bezlitośnie unaoczniają je telewidzom. Przyznają nawet cotygodniowe *kłapy* za najgorsze wydane drukiem wywiady prasowe. Trzeba przyznać, że mają z czego wybierać. Od pijackich wybryków przez nowe miłości do dramatycznych historii. Nagroda Ibisze Roku – przyznawana w *Maglu* – to wyróżnienie dla najgorszych wywiadów lub występów gwiazd. Jej honorowy patron, Krzysztof Ibisz, etatowy prezenter programów telewizyjnych wszelkiej maści, stał się publicznym pośmiewiskiem od czasu, gdy postanowił odmłodzić. Z dnia na dzień jego twarz w magiczny sposób stawała się gładszą, a usta bardziej pełne. Pan Krzysztof zaprzeczał plotkom o operacjach plastycznych i twierdził, że wszystko zawdzięcza zmianie stylu życia oraz codziennym wizytom na siłowni. W swoich oświadczeniach był jednak mało wiarygodny, a jego poradnik *Jak dobrze wyglądać po 40*, napisany dla osób pragnących uzyskać zdrową, smukłą sylwetkę i zmienić swoje życie tak jak autor był szeroko i negatywnie komentowany. Jednak sądzę, że taki medialny szum wokół wpłynął korzystnie na promocję i sprzedaż. Kolejna często wyśmiewana postać to Katarzyna Skrzynecka, która po

zagranu w reklamie pasztetu, stała się ofiarą wielu docinków. Poza tym, życie prywatne pani Katarzyny interesuje wiele osób, zwłaszcza od kiedy po rozstaniu z mężem związała się z kulturystą, ponadto znacznie od niej młodszym. Tabloidy nie dają zakochanym spokoju. Para występowała w wielu sesjach do gazet, wywołując różne reakcje opinii publicznej. Cała Polska śledziła też treningi Skrzyneckiej pod okiem męża, a później ciężę celebrytki.

Katarzyna Cichopek, kolejny przykład z szerokiej gamy rodzimych gwiazdek o nieokreślonej profesji. Ostatnio pani Kasia zabłysła jako autorka książki i prowadząca program *Sexy mama*, pomagając kobietom wrócić do formy po porodzie. Jedna osoba, a łączy w sobie nieskończoną liczbę uzdolnień, będąc zarazem aktorką, tancerką, konferansjerką, terapeutką, dietetyczką, trenerką personalną. Jak tak dalej pójdzie, to być może zechce rozszerzyć zakres zawodowych umiejętności i zostać ministram, podążając śladem Joanny Muchy... Ale to już temat na inną okazję.

Pierwsi celebryci pojawili się w Polsce stosunkowo niedawno. Zjawisko to przybyło do nas z zachodu, a w szczególności ze Stanów Zjednoczonych Ameryki. Rodzime gwiazdki i gwiazdeczki lansowane przez kolorowe pisma, portale plotkarskie czy programy telewizyjne udzielają porad o tym, jak

dobrze wyglądać, w co się ubierać, czym karmić swoje dzieci czy jak wytresować ukochane zwierzątko. Ich działalność wydaje się być nieszkodliwa, jednak jeśli wziąć pod uwagę, jak duży wpływ wywierają na młode pokolenie, to nie jest to już takie pewne. Dzieci i młodzież nie mają niezbędnego dystansu do oceniania działalności celebrytów. To, co dostarczają im media, biorą za pewnik, nie poddając żadnej krytyce. A to jest bardzo niebezpieczne, bowiem może doprowadzić do sytuacji, w której osoby bez wykształcenia ani odpowiednich kwalifikacji, stają się wzorcami osobowości i postępowania, a rzesze nastolatków pragną upodobnić się do idoli. Zaczyna się zwykle od stroju, fryzury czy figury. Później jednak przychodzi czas na przejęcie wartości, priorytetów czy w ogóle podejścia do życia. Niesie to ze sobą nie lada zagrożenie, może doprowadzić do powstania społeczeństwa bez własnego zdania, skupionego jedynie na atrakcyjnym wyglądzie i dążącym do sukcesu materialnego. Celebryci sami w sobie nie muszą być szkodliwi, pod warunkiem, że rodzice będą trzymali rękę na pulsie i kontrolowali, jakich idoli mają ich pociechy, a także przekazywali swoim dzieciom, że zgrabna figura i modne ciuchy to nie wszystko.

KD

Przechadzając się spokojnymi bocznymi uliczkami starego miasta w Krakowie stapiam się z nimi w jedno. Staję się czerwoną cegłą w murze starej kamienicy, rzeźbą słonia wykutą w gzymsie nad Grodzką. Zaglądam w okna, które skrzętnie zasłonięte nie wpuszczają wścibskich oczu, takich jak moje, lecz wyobraźnią sięgam do środka i zwiedzam opuszczone lokale i mieszkania. Powoli, moje serce zaczyna bić w tempie bicia serca miasta. Czuję się częścią tego ogromnego organizmu, żywego ciała wielkiego molocha mistycznie obejmując życia setek tysięcy ludzi.

Uliczki wypełniają się stukotem kroków przechodniów. Te kroki są tętno w żyłach wielkiego behemota. I tak przemieszczają się nimi do Rynku, serca pompującego tajemniczą energię, zbierającego w sobie cały klimat Krakowa. Mijam Planty i parki, płuca oddychające pośród brudu i smogu codzienności. Restauracje i knajpy, będące układem pokarmowym ogromnego ciała.

Ludzie nie są pasożytami, są raczej jak drobne żyjątka, które poprzez symbiozę tworzą ten wielki system, żywa tkanka falująca w rytmie doby.

O każdej porze dnia jest inny; rano budzi się w blasku wschodzącego słońca. Zaczyna się codzienna krzątania, która wbrew pozorom jest czymś najbardziej wyjątkowym. W okolicach południa, gdy słońce znajduje się wysoko, miasto rozruszane poranną kawą osiąga punkt kulminacyjny swojej pracy. Poszczególne tryby napędzają cały mechanizm tworząc dobra i usługi wspólnego użytku. Po południu wszystko się uspokaja, nadchodzi pora obiadowa. Śródmiejskie lokale wypełniają się studentami, a domy wypełnia miły nozdrzom, ciepły zapach pysznego posiłku. Wieczór nadchodzi szybko, a zmierzch okrywa szatą mroku wszystko dookoła. Zamyka oczy dzieciom i wtedy zaczyna się, dla niektórych prawdziwie życie. Kluby zapęłniają się, puby i kawiarnie odwiedzają artyści i filozofowie. Zaczyna się zabawa, która trwa aż do rana w rytmie bezładnej kakofonii lub melodycznej muzyki. Spokój można znaleźć na dachach kamienic, gdzie samotny czarny kot harcuje ze swoim cieniem pod gwiazdzistym sklepieniem, a obserwuje go tylko księżyc. A z pierwszymi promieniami słońca cały cykl powtarza się. I tak co dwadzieścia cztery godziny.

Taki właśnie jest Kraków. Mój Kraków.

PR

„CIAŁO” A „LOLITA” ADRIANA LYNE’A – JAK WYTŁUMACZYSZ TO SKOJARZENIE?

JOANNA FEDORCZYK

AGATA MIANOWSKA

A: *Lolita* to film o seksualnej obsesji, o facecie omotanym wizją dziewczynki i to bynajmniej nie platoniczną wizją. Seksualność równa się cielesność, stąd myśl o Lolicie.

J: Pomijając kontrowersyjny temat, pokazanie fascynacji ciałem jest tylko początkiem, pretekstem. Tak naprawdę Lolita pociąga swoją niedojrzałością. Chodzi tu też o jakąś psychiczną delikatność, charakterystyczną dla nimfetki, przynajmniej według głównego bohatera.

A: Nie chodzi ci o to, że ciało ciałem, ale Humbertowi chodziło o wnętrze Dolores? Że jej niedojrzałość była pociągająca? Że się w niej zakochał?

J: Nie mam na myśli wnętrza, myślałam raczej o zderzeniu dwóch światów. Humbert ożenił się z matką Lolity. W filmie to pewna siebie, seksowna kobieta, pociągająca mężczyzn, a jednak jego w ogóle nie interesowała. Dolores fascynowała go swoją niedojrzałością, delikatnością, dziecinnym podejściem i postrzeganiem świata. Ciało tylko to wyrażało, było jak zwierciadło, odbijające to, co najbardziej pociągało w niej Humberta.

A: Jeśli chodzi o matkę Lolity, to raczej nie przesadzałabym z tą jej atrakcyjnością. To była gadatliwa, dosyć denerwująca kobieta, która

od początku mu się nie podobała. Nie porównywałabym ich jako potencjalnych partnerek Humberta. Poza tym on wziął ślub z panią Haze, tylko po to, żeby być bliżej jej córki. Aczkolwiek interpretacja ciała Lolity jako odzwierciedlenia jej osobowości całkiem mi się podoba.

J: Matka Lolity, traktowana przedmiotowo, była dla Humberta tylko środkiem, prowadzącym do Dolores. Ale, gdyby patrzeć na to z logicznego punktu widzenia, to była kobieta, która go kochała, była dla niego dobra, a mimo to on nie zwracał na nią uwagi. Co do odzwierciedlania osobowości, Lolita świetnie pokazuje, że nasze wnętrze odbija się w tym, jak wyglądamy.

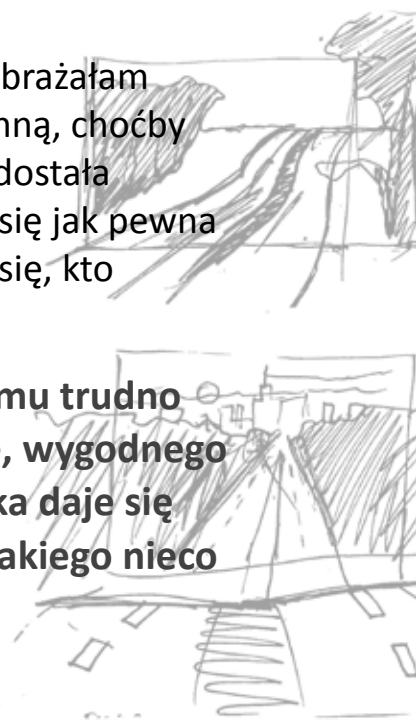
A: Raczej sami pakujemy się w to więzienie... Nasze ciało to my, element naszego jestestwa równie ważny jak jaźń czy świadomość, ale czy zawsze jest odbiciem tego co w środku? To chyba zbyt duże uogólnienie.

J: Oczywiście, to w dużym stopniu po prostu kolejny stereotyp. Ale z drugiej strony Lolita jest takim zespoleniem niedojrzałego umysłu i ciała. Sam temat filmu jest bardzo kontrowersyjny...

A: Pedofilia? Bardziej poruszył mnie obraz obsesji. Fascynuje mnie to, jak bardzo człowiek może się dać czemuś porwać, oddać wszystko co ma, poświęcić życie, sumienie... Zastanawiam się, ile w tym szaleństwa, choroby, a ile czegoś wrodzonego ludziom, którzy się po prostu zakochują, fascynują i totalnie temu oddają. To najciekawszy wątek w filmie. Zaś sama Lolita, jako postać?

J: Miałam mętlik w głowie, kiedy czytałam książkę Nabokova. Wyobrażałam sobie Dolores jako o wiele bardziej ułożoną, a jednocześnie dziecinną, choćby na początku. W filmie zupełnie mi się nie podobała, choć aktorka dostała fantastyczne recenzje, ale była zbyt dojrzała, często zachowywała się jak pewna siebie kobieta, która umie wykorzystać adoratora. Zastanawiałam się, kto naprawdę jest ofiarą?

A: Dwuznaczność Lolity bardzo mi się podobała, bo dzięki temu trudno oskarżać Humberta. Nie ma jasnego podziału na kata i ofiarę, wygodnego dla widza. A w końcu ona go prowokowała. Mała dziewczynka daje się zwodzić, ale i sama wykorzystuje faceta. To jest zachwianie takiego nieco





bajkowego podziału na białe i czarne, dobro i zło.

J: Pod tym względem film rzeczywiście nie jest jednoznaczny, ale i zbyt mało realistyczny. Nie wyobrażam sobie dziewczynki, która miałaby w sobie taką kobiecą siłę...

A: Nad realizmem w ogóle się nie zastanawiałam. Wciągnął mnie świat filmu: zdjęcia, scenografia i kostiumy całkowicie wystarczyły, żebym poczuła klimat i nie myślała, co jest możliwe, a co nie.

J: A ja w umalowanej Lo widziałam przebraną aktorkę, która świetnie gra, ale nie jest już małą dziewczynką, nie jest więc prawdziwa. Jedyne sceny, które naprawdę mnie poruszyły to te,

kiedy Humbert zabija Quilty'ego: lęk przed śmiercią, mocne zdjęcia umierającego bohatera. Ale to wszystko. W całym filmie brakowało mi większej determinacji ze strony Humberta, który często był wręcz nieśmiały, a Lolita kierowała nim jak zabawką.

A: Podobała mi się właśnie jego słabość wobec niej. Ta nieoczywistość. Irons w tej roli jednocześnie denerwował, wzbudzał pogardę i litość. Był zdeterminowany, momentami niemal przerażający, a jednocześnie słaby. Świetne studium człowieka miotanego uczuciami, obsesją, słabościami, a jednocześnie mającego świadomość tego wszystkiego.

J: To jednak Irons tworzy ten film. Fascynowała mnie jego obsesja i zazdrość, choć drażnił brak ukazania męskości. Pokazano jakie obsesyjne pożądanie,

przywodzące na myśl zwierzęcą naturę, może drzemać w człowieku. Chciałabym więc zobaczyć, choć przez chwilę, jakąś pierwotną męskość i kobiecość. A tutaj Lolita, która steruje mężczyzną i Humbert, który ani na chwilę nie sprawia wrażenia kogoś, kto chce nad nią dominować. Nawet, kiedy uderza ją w twarz, to robi to raczej z żalu, słabości, bólu. Role są jakby odwrócone, on sprawia wrażenie ofiary, a ona łowcy. To podważa autentyczność całej historii.

A: Przecież to nie jest dokument czy ilustracja zjawiska społecznego. To historia konkretnego człowieka, jego słabości i obsesji, w których mogą odbijać się nasze własne lęki, kompleksy. Dobrze nakręcony film, w którym można znaleźć coś więcej niż tylko kontrowersyjny temat. 

Trzy grosze od Redaktora, bowiem historia Lolity jest interesująca. Dwa obrazy, bardziej mroczny Adriana Lyne'a (1997) i nieco liryczny Stanley'a Kubricka (1962), rozmywają granice białe-czarne, warto sięgnąć więc po powieść Vladimira Nabokova (rosyjskiego pisarza, piszący m.in. po angielsku), który przedstawił psychologiczne studium przypadku pedofila. Nie znajdując wydawcy w purytańskich Stanach, książkę opublikował w 1955 r. w Paryżu, gdzie trafiła na indeks, oskarżona o perwersję i pornografię. Podobnie stało się w Anglii, Nowej Zelandii, Argentynie i RPA, gdzie zapis cenzury obowiązywał do 1982 r. Dyskutowali pisarze i krytycy, wydawcy stawali w sądach, zaś autor, profesor literatury w Cornell University, pisał wyjaśnienia do wydania amerykańskiego. Na koniec warto zapytać, co znaczy imię Dolores?

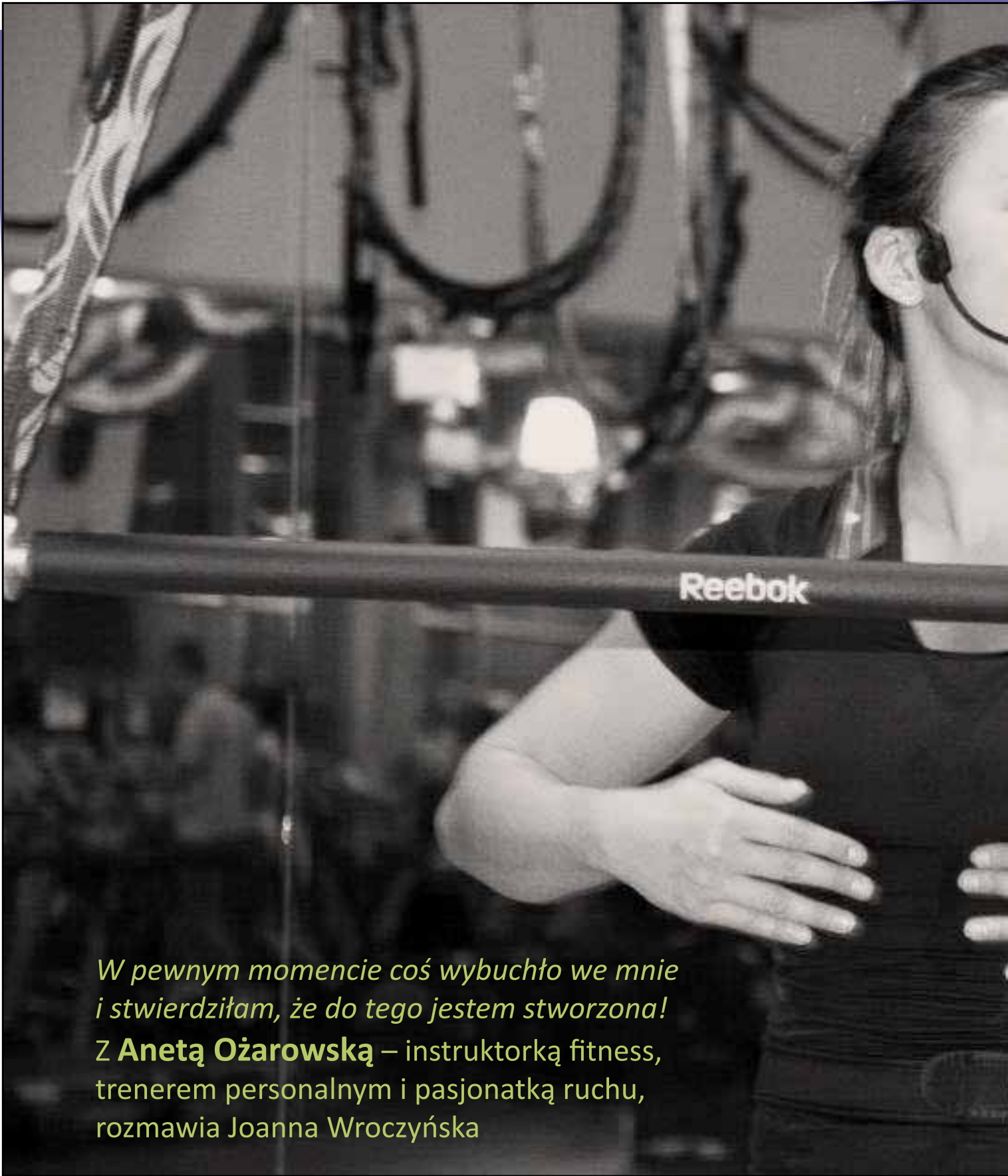
JW.

SCENA 7

Veranda, małe pomieszczenie z dwoma oknami. Wrażenie zagęszczenia nadmiarem przedmiotów. stoi stół na kobyłkach obok stołek. Na stole zastawione stoikami z farbami, pędzle, pędzle, oraz drobniutki ludowe /figurki, małe doniczki. Na desce kreślarskiej rozrzucone pastelki. Na ścianach karmiki, malownicze, małe arby budki pokryte słomą, domki z czerwoną dachówką -gdzie przysiepił małe ptaszki.

RYTUNEK: HARBARY





Reebok

*W pewnym momencie coś wybuchło we mnie
i stwierdziłam, że do tego jestem stworzona!*
Z Anetą Ożarowską – instruktorką fitness,
trenerem personalnym i pasjonatką ruchu,
rozmawia Joanna Wroczyńska



Żyjemy w epoce kultu ciała, coraz większą wagę przykładamy do wyglądu i dlatego też staramy się poprawiać go, o ile to możliwe. O klientów zabiegają kosmetyczki, chirurdzy, dietetycy, ale także siłownie i kluby fitness. Jak Pani sądzi, dlaczego ludzie przychodzą właśnie do takich klubów? Czy chcą zmienić swój wygląd, nabrać kondycji, czy po prostu rozerwać się?

Tak naprawdę różne intencje kierują ludźmi, którzy do nas trafiają. Fitness zaczyna się robić modny, co mnie bardzo cieszy. Otwiera się coraz więcej klubów, a to znaczy, że jest na nie duży popyt. W każdym nowo otwartym klubie jest zawsze tyle klientów, ile potrzebujemy. Ludzie mają różne problemy, niektórzy chcą po prostu kontynuować swoją aktywność ruchową, którą zaczęli jakiś czas temu i przerwali. Chcą poprawić sylwetkę, np. zbliżają się różnego typu imprezy, spotkania z klasą po latach, wesela. Nagminnie zdarza się, że ludzie przed wakacjami przychodzą w zdecydowanie większych ilościach do fitness klubów. A tak naprawdę wszyscy wiemy, że praca nad swoją sylwetką to nie jest 2-3 miesiące przed jakimś wydarzeniem, tylko jest to praca przez cały rok. Ale cieszy mnie to, bo ludzie przychodzą też żeby się wyszaleć, spocić. Czytają i więcej wiedzą na temat aktywności ruchowej, która daje efekty prozdrowotne: lepszą kondycję, zdrowsze serce, lepszy metabolizm, ciało niezależnie czy grubsze czy chudsze staje się jędrniejsze. Wiedzą, że jak zjedzą więcej, to powinni spalić nadmiar kalorii. Świadomość jest większa, więc pojawia się wiele pytań z zakresu np. diety, jak połączyć ją z treningami. Poza tym niektórzy zamiast siedzieć po pracy przed telewizorem wolą przyjść do fitness klubu, spotkać się ze znajomymi, wyszaleć na zajęciach, potem pójść do sauny, czy na kawę, na relaks. Myślę, że to wszystko jest połączone i wiele dróg prowadzi do tego, żeby się spotkać w fitness klubie i każdy ma swoje własne cele – żeby schudnąć, dotrzymać towarzystwa, wyszaleć się, wymęczyć, a po tym pójść spokojnie do domu i położyć się spać.

Proszę opowiedzieć o sobie, jak się zaczęła Pani przygoda zawodowa z fitnesssem?

Ze sportem jestem związana od czasów podstawówki, zauważył mnie pewien trener i zachęcił do treningów z lekkiej atletyki i zaczęłam

biegać, jeździłam na zawody i wygrywałam biegi przełajowe. Przez to byłam bardzo zorganizowana, nie wpadłam w jakieś złe towarzystwo, bo po zajęciach musiałam się uczyć, miałam swoje obowiązki. Szkoła, obiad, trening, nauka – wszystko miałam wypełnione, z czego się cieszę, bo nauczyło mnie to niewątpliwie dyscypliny. Treningi skończyły się jednak w liceum, bo doszła dodatkowa nauka i nie było już czasu. Wtedy zajęłam się trochę piłką ręczną, siatkową i pani od wf-u, z którą zresztą nadal mam kontakt, prowadziła zajęcia z aerobiku u nas w szkole i jeszcze w innym miejscu. Właśnie ona mnie do tego zachęciła, powiedziała: „Przyjdź, zobacz, jest fajnie!” i zaczęłam chodzić do niej na zajęcia, a ona zaczęła mnie trochę uczyć i gdy wyjeżdżała na różne konwencje, to ją zastępowałam, co było dla mnie niesamowitą sprawą. A to było wiele lat temu, kiedy fitness to była Jane Fonda i tak naprawdę taki podstawowy aerobik. Jak poszłam na studia, na Akademię Wychowania Fizycznego, od razu postanowiłam pójść na kurs fitnessu i zaraz po nim zaczęłam pracować. Zrobiłam też szkolenie z aqua fitnessu i prowadziłam zajęcia. W pewnym momencie coś wybuchło we mnie i stwierdziłam, że do tego jestem stworzona. I tak po prostu zostało, nadal fitness jest moją pasją i kocham to co robię i spełniam się w tym.

Czy jest to zawód, w którym wystarczy przejść kurs i już się jest instruktorem, czy raczej trzeba się wciąż szkolić, poszerzać wiedzę i umiejętności? Jakie należy mieć predyspozycje, żeby wykonywać tego typu pracę?

Zdecydowanie trzeba się szkolić. Jest tak, że niektórzy przechodzą kurs aerobiku, zaczynają prowadzić zajęcia i koniec, bo pracują w małym klubie w małym miasteczku i uważają, że nic więcej im nie potrzeba. A to nieprawda, w takim zawodzie trzeba się non stop szkolić- niezależnie od tego gdzie się prowadzi zajęcia. Jestem instruktorem od 9 lat i każdego roku robię jakieś szkolenia, kursy. W ostatni weekend skończyłam właśnie licencję A w jednej ze szkół fitnessu. Fitness idzie do przodu, rozwija się i my musimy iść razem z nim, dostarczać klientom nowych wrażeń, emocji, metodyki, techniki. Nie można zostać na jednym poziomie, zajęcia powinny być coraz bardziej ciekawe, i żebyśmy my, jako instruktorzy, prezentowali najwyższy poziom za każdym razem.

Skoro mowa o różnorodności, proszę powiedzieć, w jakich formach Pani się specjalizuje, a które zalicza do ulubionych?

A.O: Fitness kocham w całości. Ale najbardziej z zajęć dynamicznych lubię *choreography step*, taneczny. Bardzo też lubię nasze sztanदारowe zajęcia, takie jak *Jukari fit to fly, fit to flex* – jestem master trenerem z tych programów i oba bardzo lubię, są kreatywne i odpowiednie dla każdego, nie ma reguły kto może na nie przyjść. Jeśli chodzi o spokojne formy, to bardzo lubię *pilates* i zdrowy kręgosłup, w czym też się bardzo dobrze czuję.

Odejdźmy na moment od zajęć grupowych. Czy mogłaby Pani opowiedzieć o treningu personalnym? Do kogo jest skierowany i na czym polega?

A.O: Jeszcze za czasów studiów zrobiłam licencję instruktora sportu ze specjalnością kulturystyka. Prowadzę treningi personalne, jest to bardzo indywidualna sprawa - spotykam się z klientem, omawiamy jego potrzeby, oczekiwania, ustalamy dietę i spotykamy się cyklicznie 1, 2, czy 3 razy w tygodniu na indywidualnych treningach. W zależności od potrzeb danej osoby układam trening tak, żeby spełnić indywidualne oczekiwania. Bardzo fajnie jest się umówić najpierw na konsultację z trenerem, zwłaszcza jeśli mamy specjalne potrzeby, obawy itd. Trener jest też trochę psychologiem i w trakcie rozmowy potrafi pomóc sprecyzować zarówno oczekiwania, jak i określić przyszłe rezultaty.

Jakie stosuje Pani metody skutecznej motywacji dla swoich klientów?

Z tym jest różnie. Motywacją dla wielu klientów jest moja osoba, mój entuzjazm, na pewno moja energia, która się udziela innym, ale to jest obustronna wymiana. Ja też widzę energię trenujących i trochę od nich czerpię. Dobrą motywacją na zajęciach jest też muzyka, odpowiednio dobierane słownictwo w zależności od sytuacji, praca z głosem. Sposób prowadzenia zajęć trzeba umiejętnie modyfikować. Dobry humor i lekki żart na zajęciach też pomagają.

Widziałam w grafiku, że prowadzi Pani zajęcia dedykowane kobietom w ciąży i after baby – proszę powiedzieć na czym polegają i czym różnią się od innych form?

Są to specjalne zajęcia dla kobiet, które były aktywne przed ciążą i chciałyby swoją aktywność utrzymać, ale nie wszystkie zajęcia będą się dla nich nadawały. Jak wiadomo w ciąży pojawia się wiele ograniczeń i dlatego właśnie prowadzimy tego typu zajęcia jak Forma w ciąży, Zajęcia dla aktywnych mam... Wtedy instruktor prowadzi zajęcia dużo spokojniej, zwraca uwagę na szczegóły, bardzo często używa się dużych piłek. Kobiety siedzą na nich i wykonują ćwiczenia po to, by odciążyć kręgosłup, który najbardziej jest zmęczony podczas stania. Trzeba zadbać o atmosferę – spokojna muzyka, *chill out* na koniec, żeby się zrelaksować, ponieważ przychodzą nie tylko kobiety, które są już na zwolnieniu, ale i te wciąż pracujące. Uspokojenie organizmu i umysłu na koniec zajęć jest więc bardzo potrzebne. Nie są to zajęcia polecane dla kobiet, które przed ciążą nie były aktywne, ponieważ według zaleceń w okresie ciąży należy zmniejszyć swoją aktywność fizyczną, a nie ją rozpoczynać. Ale oczywiście najważniejsze jest zdrowie przyszłej mamy, więc jeśli któraś się uprze, będzie się dobrze czuła, to może przychodzić i ćwiczyć sobie troszkę spokojniej. Porozmawiam wtedy z taką panią, podpowiem jej co może robić, a czego nie. Pomimo iż są to zajęcia grupowe, ważne jest za każdym razem także indywidualne podejście do potrzeb każdego klienta.

A jak zachęcić tych, którzy są jeszcze nie przekonani do ruchu? Dlaczego warto się ruszać i jakie daje to efekty?

Po pierwsze trzeba sobie zadać pytanie, czy się tego chce? Wystarczy się rozejrzeć dookoła, poobserwować znajomych - ci którzy ćwiczą są bardziej optymistycznie nastawieni, uśmiechnięci, mają zdrowszą cerę, zawsze młodziej wyglądają. To powoduje właśnie aktywność fizyczna, nasza skóra i ciało stają się jędrniejsze, przez co młodziej wyglądamy. A jeśli jeszcze odżywiamy się zdrowo, to się świetnie czujemy. Osoby ćwiczące regularnie nie popadają w depresję, nie mają na to czasu, poza tym wciąż wydzielają endorfiny. Same pozytywy powinny przekonać.

Poza tym nigdy nie zachęcam osób do przyjścia na konkretne zajęcia, ponieważ uważam że każdy powinien znaleźć coś, co mu najbardziej odpowiada. Dlatego trzeba przyjść na siłownię, na rower, na jakieś inne zajęcia, popробować i wybrać te, które są najbardziej odpowiednie dla nas. Każdy rodzaj aktywności jest dobry i daje także efekty na przyszłość. Na początku trzeba się samemu zmobilizować, ale potem samo to pójdzie, człowiek się wdroży. Po jakimś czasie można się uzależnić, ale ważne, żeby pozytywnie, bo nic robione na siłę nie przyniesie satysfakcji.

A co z takimi, którzy wręcają się do tego stopnia, że nie można ich wygonić z siłowni? Czy wykwalifikowani instruktorzy zwracają na to uwagę? Gdzie – Pani zdaniem – kończy się odpowiedzialność za klienta, który może sobie coś zrobić nieumiejętnie korzystając z dobrodziejstw jakie daje klub i siłownia?

Oczywiście zdarzają się takie sytuacje. Czasem dziewczyny przychodzą na 3 godziny zajęć pod rząd, albo dzień w dzień wykonują te same treningi – wtedy z nimi rozmawiam i tłumaczę dlaczego tak nie można. Często odpowiadają: „Ale Ty możesz”. Ja mogę, ponieważ jestem instruktorem i zupełnie inaczej to znoszę, dlatego że moje ciało przez wiele lat doświadczenia przyzwyczało się i wie jak się oszczędzać. A klubowicze mogą przeciążyć swój organizm, nie powinni ćwiczyć parę godzin pod rząd, wystarczy krótszy, ale intensywniejszy trening. Zatem moją rolą jest też uświadamianie, prowadzimy edukację – często organizujemy wykłady tematyczne. Jesteśmy od tego, żeby wytłumaczyć co i jak.

Są tacy, którzy nie słuchają, bo muszą spożytkować jakoś nadmiar energii. Zawsze czuję odpowiedzialność za osobę, która przychodzi do mnie na zajęcia – podchodzę i poprawiam, zwracam uwagę na oddech, poprawne ustawienie ciała. Jeśli ktoś nie odbiera tego, uważa że robi lepiej i mnie nie słucha, to nie jestem w stanie na siłę nikogo przekonać.

Jest Pani mocno zaangażowana w swoją pracę, czy zatem ma Pani jakieś zainteresowania poza zawodem – czyli: co robisz w czasie wolnym, jeśli w ogóle jest taki czas?

Pracuję całe dnie, w tym momencie w trzech klubach. Ale kocham to co robię i zajmuje mi to 90% mojego czasu. Czasami jak przychodzę po pracy padnięta, to kładę się na łóżko i odpoczywam. Teraz będę miała pierwszy wolny weekend od dawna, więc się cieszę i wyjeżdżam do rodziców, do małej miejscowości, oderwać się, wyjść z psem na spacer... Ale jak jestem w Warszawie, to np. teraz, gdy zaczyna się wiosna lubię i jeżdżę trochę na rowerze i na rolkach - nie sportowo, żeby się zmęczyć, tylko dla przyjemności. Zimą też spędzam aktywnie na nartach, ale wakacje szczerze traktuję jako możliwość zrelaksowania się, poleżenia na plaży. Nic na siłę - jeśli będę miała ochotę to pobiegam, popływam, jeśli nie to nie. A poza tym uwielbiam zwiedzanie i odpoczynek z książką.

Czy ma Pani jakieś motto życiowe, które pomaga trwać w tym, co się robi i kierować się w życiu?

Trzeba iść do przodu z uśmiechem, bo uśmiech jest najkrótszą drogą do kontaktu nie tylko z klientem, ale z każdym człowiekiem. Z energią, otwartością i optymizmem, bo to nam pomaga. Kiedy jesteśmy negatywnie nastawieni, to nic nam się w życiu nie układa. Poza tym cenię zdrowie – jak się ma dwie nogi i dwie ręce, to można wszystko zrobić, dlatego trzeba dbać o swoje zdrowie.

Jak zachęciłaby Pani naszych Czytelników do ruszenia się z kanapy czy od komputera i zadbania o siebie?

Zachęcam was, żebyście się sami przekonali, jak aktywność fizyczna oddziałuje na człowieka. Wybierzcie sobie zajęcia i zobaczcie, że niektóre są stworzone dla was i tylko czekają po to, żeby je wykorzystać. Będziecie bardziej uśmiechnięci, otwarci i będziecie mieli więcej energii do życia!

Dziękuję bardzo za rozmowę.

JW

Marta Kamińska

Körper

Wszyscy w szkole nauczyliśmy się, że w zbiorze liczb rzeczywistych dodawanie i mnożenie są łączne (to znaczy $a+b=b+a$ i $a \cdot b=b \cdot a$). Pamiętamy też o rozdzielności mnożenia względem dodawania (to jest o własności $a \cdot (b+c)=a \cdot b+a \cdot c$). Każdy wie również, że 0 nie zmienia wyniku dodawania ($a+0=0+a=a$), zaś 1 nie wpływa na wynik mnożenia. Jest jeszcze jedna bardzo ważna własność liczb rzeczywistych. Otóż dla każdej liczby a różnej od 0 istnieje liczba do niej przeciwna (mianowicie $-a$) oraz odwrotna ($1/a$).

W matematyce ciało to po prostu zbiór z dwoma działaniami (oznaczanymi, bardzo sugestynie, przez $\oplus$ i $\odot$) spełniającymi powyższe warunki (zwane aksjomatami ciała). Warto podkreślić, że nie wymagamy wcale, by ciało było zbiorem nieskończonym ani by działania w nim zdefiniowane były zwykłym dodawaniem i mnożeniem. Wszak nie musi być to nawet zbiór liczb!

Po co jednak zaczęto badać takie zbiory i nadano im odrębną nazwę? Okazuje się, że z samych aksjomatów ciała wynikają ciekawe własności. Dzięki ciałom możliwe było także zbudowanie podstaw wielu współczesnych dziedzin matematyki.

Powyższa definicja wydaje się jednak dość abstrakcyjna. Czy, poza liczbami rzeczywistymi, istnieją w ogóle jakiegolwiek inne ciała? Zauważmy, że zbiór liczb wymiernych jest zamknięty na dodawanie, mnożenie i branie odwrotności. Nietrudno się przekonać, że w takim razie też jest ciałem. Dla tych, którzy zetknęli się kiedyś z liczbami zespolonymi, powinno być jasne że one również tworzą ciało. Poza tym bardzo ważne jest ciało $\mathbb{Z}_p$, czyli zbiór reszt z dzielenia przez liczbę pierwszą p (działania w tym zbiorze to po prostu reszta z dzielenia przez p wyniku zwykłego dodawania i mnożenia; na przykład w $\mathbb{Z}_5$ mamy $2 \odot 3=1$ oraz $2 \oplus 3=0$). Ciała $\mathbb{Z}_p$ znajdują zastosowanie w informatyce, teorii liczb i kryptografii. Warto dodać, że ciało skończone musi mieć p^n elementów (gdzie p jest pewną liczbą pierwszą, a n to liczba naturalna) i odwrotnie – istnieją ciała p^n -elementowe. Aby przekonać się, jak nieoczywisty jest to wynik, proponuję spróbować skonstruować ciało czteroelementowe (oczywiście, wraz z odpowiednio zdefiniowanymi działaniami, które muszą spełniać wszystkie aksjomaty). Ta zabawa z pewnością pomoże lepiej zrozumieć, czym jest ciało.

 $\oplus$ $\otimes$ $\odot$ $\mathbb{R}$ $\mathbb{C}$ $\mathbb{N}$ $\mathbb{Z}$

Bajki Nowe

Katarzyna Bogucka

Stół, krzesła, talerze, dzbanki,
filiżanki, miski i półmiski.

Atrybuty bez których nie ma święta.

Śpiewające pokrywki, słodki zapach ciasta,
warkoczący odkurzacz i pisk polerowanego szkła.

Zapachy i dźwięki bez których nie ma święta.

Radość, nadzieja, wzruszenie, nostalgia
uczucia bez których nie ma człowieka.

