Nr 18 Rok II 26 sierpnia 2014 ISSN 2299-9647

SM Express

Nasi twórcy są coraz aktywniejsi. Na okładce jedna z prac, które nadeszły na nasze konkursy. str. 8-15

Polskie Towarzystwo Stwardnienia Rozsianego

W numerze:

Pożegnanie Szymona Szurmieja
czytaj str. 2

Rozmowa z profesorem Jerzym Kotowiczem
czytaj str. 4-5

Francuzi we wrocławskim PTSR
czytaj str. 6-7

U naszych przyjaciół w Gnieźnie
czytaj str. 16 - 17

Drodzy Państwo

Wrzesień właściwie już mamy, a to dla PTSR bardzo aktywny miesiąc. Nie inaczej będzie w tym roku. Przede wszystkim, 14 września znów zagra SyMfonia Serc, która co roku gości na Krakowskim Przedmieściu w Warszawie. I w tym roku udało się załatwić to miejsce, choć jak mówi koordynatorka przedsięwzięcia - Schola Śniegowska - to będzie chyba ostatni koncert Symfonii w tym miejscu. Władze miasta nie chcą godzić się na plenerowe imprezy w tym rejonie Warszawy ponieważ zakłócają one spokój mieszkańcom. No cóż, trzeba będzie znaleźć nową lokalizację. Szkoda, gdyż wiele osób przyzwyczaiło się do naszej obecności w tym miejscu. Można tylko mieć nadzieję, że szybko przystosują się do nowej.

Zaraz na początku września czekają nas rozstrzygnięcia naszych konkursów, na które napływa coraz więcej prac. To bardzo nas cieszy ponieważ uświadamia nam, jak wiele potencjału jest w ludziach związanych z PTSR i, co ważne, zaczynają pokazywać swoją twórczość na zewnątrz. W wielu przypadkach prace są naprawdę niezwykle wartościowe i przyjemnie jest móc nagradzać ich autorów. Myślę też, że bardzo przyjemnie jest oglądać te prace osobom, które coraz liczniej na wernisaże przychodzą.

Po raz pierwszy w tym roku, 9 września, w kościołach w całej Polsce odbędzie inauguracja ustanowienia bł. Anieli Salawy patronką osób z SM. Jednocześnie w większości parafii będą rozdawane nasze ulotki informujące mieszkańców o tym, czym zajmuje się PTSR, gdzie osoby zainteresowane mogą szukać pomocy i wsparcia.

Nie wspominam o innych wydarzeniach, które we wrześniu właśnie odbywać się będą w całej Polsce, ponieważ jest ich całe mnóstwo, a organizują je nasze oddziały i koła, bardzo często wspierane przez lokalne samorządy. To niezwykle cenne, że środowiska, w których funkcjonujemy chcą nam pomagać i włączają się w te wydarzenia. Dzięki temu wokół naszej organizacji tworzy się swoisty wianuszek ludzi, którzy zgodnie z ideą SyMfonii Serc, stają się ambasadorami chorych na SM. To oni właśnie, w swoich środowiskach, podnoszą świadomość o SM, tworzą atmosferę życzliwości dla naszych działań.

Natomiast w tym numerze naszej gazety polecam gorąco rozmowę z prof. Jerzym Kotowiczem, który od lat współpracuje z nami i zawsze ma wiele ciekawego do powiedzenia, gdy chodzi o sprawy interesujące chorych. Ponadto warto zagłębić się na chwilę w drukowane u nas prace, które nadeszły na nasze konkursy. Myślę, że tym, którzy nie będą mogli być na wernisażu, da to choć namiastkę atmosfery, jaka tworzy podczas podsumowania konkursów.

Odszedł wielki artysta i przyjaciel

Powoli, lecz nieodwołalnie zamyka się pewna epoka. Odchodzą współcześni nam twórcy, którzy kształtowali kulturę polską, nasz smak muzyczny, plastyczny, literacki.

24 lipca na Cmentarzu Wojskowym na Powązkach pożegnaliśmy **Szymona Szurmieja**, dyrektora Teatru Żydowskiego w Warszawie i wieloletniego przyjaciela Oddziału Warszawskiego, odznaczonego tytułem Ambasadora SM. Współpraca Teatru i Oddziału Warszawskiego zaczęła się wiele lat temu, kiedy to na naszą prośbę dyrektor Szurmiej przekazał 50 bezpłatnych biletów na „Skrzypka na dachu". Od tego czasu wielokrotnie korzystaliśmy z uprzejmości Teatru. Od czterech lat organizujemy w Teatrze Żydowskim koncerty charytatywne na rzecz naszych członków. Teatr Żydowski i dyrektor Szymon Szurmiej jako jedyni w Warszawie, bez żadnych warunków, zdecydowali się oddać nam we władanie na ten jeden wieczór w roku swój Teatr i swoich pracowników. I właśnie za te działania Szymon Szurmiej i jego żona **Gołda Tencer** otrzymali honorowe członkostwa Oddziału Warszawskiego PTSR i tytuły Ambasadora SM.

W dorobku Szymona Szurmieja znajduje się prawie cały repertuar klasyki żydowskiej, m.in. inscenizacje utworów Szymona Anskiego, Icchaka Lejba Pereca, Szolem Alejchema, Abrahama Goldfadena oraz własne adaptacje literackiej i teatralnej spuścizny żydowskiej. Znany był jako pełen pasji animator życia kulturalnego nie tylko środowisk żydowskich.

Urodził się 18 czerwca 1923 r. w Łucku. Jego ojciec, Jan Szurmiej był Polakiem natomiast matka Ryfka z domu Biterman, Żydówką.

1 września 1970 roku został powołany na stanowisko dyrektora Teatru Żydowskiego.

Jako artysta i działacz społeczny został uhonorowany licznymi najwyższymi odznaczeniami państwowymi, był honorowym obywatelem m. st. Warszawy. bą barwną, intensywną, niezwykle komunikatywną, obdarzoną niezmierzonym wprost temperamentem i poczuciem humoru. Jego malownicza osobowość, talent narracyjny, niezwykłe życie i sugestywny sposób opowiadania zjednywały mu słuchaczy zawsze, wszędzie – i natychmiast...

Wierzę, że po drugiej stronie Dyrektor już tworzy swój Teatr, w którym kiedyś zajmiemy miejsca na widowni.

Małgorzata Kitowska

SM Express **Redaguje zespół: Tomasz Połeć - redaktor naczelny**, **Współpracują**: Marek Fleta, Anna Drajewicz, Edward Mórawski, Helena Kładko, Renata Patzer, Krzysztof Maśliński, Urszula Dudko, Małgorzata Kitowska, Dominika Czarnota, Luiza Wieczyńska, Scholastyka Śniegowska, Monika Żelazko, Eleonora Rosmańska, Monika Koza, Magdalena Fac, Małgorzata Felger, Helena Konarska, Justyna Kowalewska-Hryniewska, Małgorzata Śliwa, Joanna Figura, Monika Kładko, Zbigniew Przycki, Paweł Gąska, Andrzej Królik, Piotr Kostrzębski, Piotr Miąsek. **Adres Redakcji**: Warszawa, Plac Konstytucji 3/72, **Wydawca**: Polskie Towarzystwo Stwardnienia Rozsianego, Warszawa, Plac Konstytucji 3/72. **Skład i grafika**: Bogna Kantor. **Druk**: Drukarnia ODDI Poland. **Nakład** 3000 egz. Wszelkie prawa zastrzeżone. Redakcja zastrzega sobie prawo skracania tekstów i zmian tytułów. Kontakt z redakcją: redakcja@ptsr.org.pl

Oddział warszawski

Bel vedere!

Historia Belwederu – klasycystycznej ozdoby Traktu Królewskiego w Warszawie rozpoczęła się prawie 500 lat temu. W I połowie XVI wieku, na skarpie wiślanej, w miejscu, w którym dzisiaj wznosi się pałac belwederski, najprawdopodobniej znajdowała się rezydencja królowej Bony. Kolejny właściciel tych terenów, kanclerz wielki litewski **Krzysztof Zygmunt Pac** przebudował stary obiekt bądź wzniósł na jego miejscu nowy. Nazwano go Belwederem, od włoskich słów bel vedere, co znaczy „piękny widok". 22 lipca członkowie Oddziału Warszawskiego zwiedzali Belweder, a nim sale i wystawę poświęconą **Józefowi Piłsudskiemu**.

Marszałek Józef Piłsudski mieszkał i urzędował w Belwederze przez 13 lat - od 1918 do 1922r., a później od 1926, z przerwami, do śmierci w 1935 r. Na przestrzeni lat funkcje pomieszczeń i sprzęty, z których korzystał Marszałek, zmieniały się wielokrotnie, dlatego nie było możliwe zrekonstruowanie autentycznego gabinetu, saloniku i pokoju adiutanta, określanych współnym mianem gabinetu marszałka Józefa Piłsudskiego. Zdecydowano się więc na ich odtworzenie.

Gabinet urządzono w pomieszczeniu, gdzie w latach 1918-22 znajdowało się biuro Adiutantury Generalnej Naczelnego Wodza, a od 1926 r. był to pokój jadalny prywatnej części używanej przez rodzinę marszałka. W gabinecie Piłsudski pracował, przyjmował oficerów Adiutantury Generalnej i Kancelarii Cywilnej, prowadził narady z dowódcami i podkomendnymi. Wyposażenie gabinetu stanowi oryginalne biurko z lampkami i kałamarzem, fotel marszałka oraz drugi fotel dla gości przy biurku, a także łóżko z szafką nocną. Salonik przygotowano w pomieszczeniach, gdzie przez pewien czas w latach 30. XX w. znajdowała się sypialnia Piłsudskiego.

W saloniku marszałek przyjmował gości, prowadził poufne rozmowy polityczne, naradzał się ze swymi współpracownikami i udzielał wywiadów dziennikarzom, zaś pokój adiutanta urządzono w części dawnego pokoju bibliotecznego Belwederu. Zwiedzanie Belwederu obejmuje również wystawę poświęconą Marszałkowi Józefowi Piłsudskiemu, salę historii Orderu Wojennego Virtuti Militari i Kaplicę Belwederską, do której witraże wykonał **Jurek Owsiak**. Po dosyć wyczerpującej lekcji historii przeszliśmy do Łazienek, aby tam w pięknych okolicznościach przyrody, posilić się kawą i ciastkiem, a także na gorąco wymienić wrażenia ze spotkania z Marszałkiem.

Nasza wycieczka była możliwa dzięki dofinansowaniu MIPS w ramach programu ASOS 2014 – 2020.

MK

Przyszłość to indywidualne leczenie, to całkowicie nowe terapie

Trudna droga do europejskich standardów

Z profesorem Jerzym Kotowiczem, neurologiem, rozmawia Tomasz Połeć

Tomasz Połeć: - Ostatnio środowisko osób chorych na stwardnienie rozsiane jest pozytywnie poruszone zniesieniem bariery czasu leczenia dla trzech leków. W najbliższym czasie Ministerstwo Zdrowia zapowiada podobny ruch dla dwóch kolejnych leków. Jak Pan Profesor ocenia znaczenie tego wydarzenia? Jak wyglądamy obecnie na tle krajów europejskich pod względem dostępu do leczenia?

Jerzy Kotowicz: - Zniesienie bariery czasu trwania refundowanej terapii immunomodulacyjnej, rekomendowanej u chorych z rzutowo-remisyjną postacią SM, uważam za następny krok w dobrym kierunku, wykonany głównie dzięki staraniom PTSR, krok, który zbliża nas do standardów obowiązujących w innych krajach europejskich. Ograniczenie refundacji leczenia do początkowo 2 i 3 lat, a następnie do 5 lat, w przypadku skuteczności leczenia u danego pacjenta nie miało uzasadnienia merytorycznego i stanowiło groźbę „odbicia", to znaczy gwałtownego zaostrzenia choroby po odstawieniu leku. Następnym oczekiwanym krokiem byłaby możliwość rozpoczęcia refundowanego leczenia już po wystąpieniu pierwszego, lub pierwszych objawów wskazujących na SM, po potwierdzeniu obecności zmian odpowiadających procesowi demielinizacji w badaniu MRI mózgu. Nie ma wątpliwości, że czym wcześniej rozpocznie się leczenie lekami immunomodulacyjnymi (interferony beta lub octan glatirameru), tym bardziej jest ono skuteczne w redukcji rzutów choroby i długofalowym wpływie na akumulację niepełnosprawności chorych. Ponadto wyżej wymienione leki, tak zwane leki „pierwszego rzutu", w terapii SM są bezpieczne, co udowodniono w procesie ponad dwudziestoletniej obserwacji chorych.

- Każdy chory podkreśla znaczenie rehabilitacji w SM. Tymczasem w Polsce chorzy mają nadal problem z dostępem do tej terapii. Dlaczego tak trudno jest doprowadzić do normalności pod tym względem?

- Równorzędnie do leczenia immunomodulacyjnego, czy immunosupresyjnego powinna być zalecana rehabilitacja, dostosowana do stopnia niepełnosprawności chorego oraz wsparcie psychologiczne. Ograniczona dostępność do tych procedur jest spowodowana niedostateczną refundacją, lub jej brakiem, a także brakiem ośrodków rehabilitacyjnych wyspecjalizowanych w leczeniu chorych na SM. Doprowadzenie do normalności pod tym względem zapewniałoby przyjęcie przez Sejm ustawy o Narodowym Programie Leczenia Chorych na SM.

- Dostęp do opieki paliatywnej dla chorych na SM jest nadal bardzo ograniczony. PTSR jest w trakcie batalii o wpisanie stwardnienia rozsianego do wykazu chorób nieuleczalnych, postępujących, ograniczających życie, w przypadku których są udzielane świadczenia gwarantowane z zakresu opieki paliatywnej i hospicyjnej. Jednak znów przyjdzie pewnie poczekać na efekt. Czym można tłumaczyć ten brak zrozumienia?

- Opieka paliatywna i leczenie objawowe, jest konsekwencją postępującego (na szczęście nie u wszystkich chorych) procesu choroby i braku, jak dotychczas, możliwości wyleczenia. Wobec takiego stwierdzenia nie ulega wątpliwości konieczność wpisania SM do wykazu chorób nieuleczalnych i zapewnienie pacjentom, w razie potwierdzonej potrzeby, gwarantowanych świadczeń w zakresie opieki paliatywnej i hospicyjnej. Na przeszkodzie prowadzonej przez PTSR w tym zakresie batalii stoją głównie czynniki ekonomiczne. Jeszcze raz chciałbym podkreślić, że wcześnie rozpoczęte, modyfikowane w rzazie potrzeby i odpowiednio długo stosowane leczenie połączone z rehabilitacją, modyfikacją trybu życia, żywienia i nawyków znacznie zmniejszają ryzyko konieczności opieki hospicyjnej oraz wydłużają okres życia chorych do notowanego w naszej populacji. Pamiętajmy też o odpowiedniej diecie, gdyż jak pokazują ostatnie badania może mieć ona ogromny wpływ na przebieg choroby. Mówi się, że przy stwardnieniu rozsianym powinno unikać się soli, glutenu, należy unikać tłuszczu. Zaleca się natomiast witaminę D 3, dużo ruchu na świeżym powietrzu, słoneczne spacery.

- Chciałbym jeszcze zapytać Pana o nowinki w leczeniu SM. Docierają do nas sygnały o odkryciach nowych, skuteczniejszych metod. Chciałbym zapytać jak jest w rzeczywistości? Czy jest szansa na przełom w najbliższym czasie? Wiele osób wiąże ogromne nadzieje z badaniami nad komórkami macierzystymi. Inni poszukują metod alternatywnych. Jak się w tym wszystkim odnaleźć.

- W okresie ostatnich dziesięciu lat dokonano istotnego postępu w leczeniu SM. Uciążliwe dla chorych iniekcje zastąpiono lekami przyjmowanymi doustnie lub wydłużono odstęp pomiędzy iniekcjami do dwóch tygodni w przypadku pegylowanego interferonu beta 1a, czy do 3 razy w tygodniu w przypadku nowej formy octanu glatirameru. Ponadto nowe leki odznaczają się większą skutecznością kliniczną, a także w zakresie redukcji przyrostu zmian w obrazie MRI mózgu, czy rdzenia kręgowego. Obecnie istniej możliwość - przynajmniej teoretyczna - wyboru pomiędzy dziesięcioma lekami zarejestrowanymi w Unii Europejskiej w leczeniu SM. Niestety nie wszystkie są refundowane, a ponadto w Polsce proces refundacji trwa bardzo długo. Wprowadzone do leczenia SM nowe leki dotyczą jedynie rzutowo-remisyjnej postaci i są obarczone większą możliwością wystąpienia objawów niepożądanych. W każdym przypadku podjęcia próby leczenia należy zatem rozważyć ryzyko korzyści, w stosunku do możliwości wyrządzenia szkody. Niestety nadal nie ma możliwości leczenia przyczynowego SM ani neuroprotekcyjnego, zapobiegającego powstawaniu zmian chorobowych). Nadzieję natomiast budzą doniesienia o korzystnym wpływie leczenia SM komórkami macierzystymi - także w połączeniu z nanocząsteczkami - pobranymi od chorego – na przykład z jego tłuszczu brzusznego. Prowadzone są obecnie badania u chorych I i II fazy.

Przyszłość leczenia SM to terapia celowana, dobrana indywidualnie do każdego pacjenta, w zależności od jego profilu genetycznego, środowiska (poziom nasłonecznienia) oraz okresu i przebiegu choroby.

- Dziękuję za rozmowę.

Wrocław gościł Odyseję Nadziei

Odyseja Nadziei to francuska organizacja pomagająca osobom chorym na stwardnienie rozsiane. Wśród członków organizacji trzy lata temu zrodził się pomysł zorganizowania wyprawy rowerowej dookoła świata na rzecz osób cierpiących na SM i maksymalne nagłośnienie i przybliżenie społeczeństwu w różnych krajach problemów, z którymi zmagają się oni na co dzień. Jednocześnie chcą udowodnić, że mimo nieuleczalnej choroby można spełniać marzenia.

Wraz z piątką młodych, zdrowych uczestników wyprawy podróżuje Gérard, który od wielu lat choruje na SM i porusza się na wózku inwalidzkim. Dodatkowo choroba odebrała mu, w znacznym stopniu, władzę w rękach i sprawiła, że ma kłopoty z mową. O tej wyprawie marzył od dawna.

12 lipca tego roku, po trzech latach przygotowań, wyruszyli z Francji na podbój świata na rowerach ciągnąc w specjalnie skonstruowanej przyczepce chorego na stwardnienie rozsiane Gerarda. Zamierzają w ciągu najbliższego roku przejechać 17 tys. km. Mają silną motywację, pozytywne nastawienie i mnóstwo dobrych chęci. Podróżując po świecie chcą zwrócić uwagę na problem SM, opowiadają o chorobie, dzielą się wiedzą, mają okazję porównać, jak wygląda opieka państwa w poszczególnych krajach. Jadą i działają.

Ważnym aspektem ich podróży jest jednak nie tylko kwestia czysto informacyjna. Chcą pokazać, że choroba nie oznacza wykluczenia społecznego, że nie uniemożliwia realizacji marzeń, że pozwala prowadzić w miarę aktywne życie, zawierać przyjaźnie, śmiać się. Tak naprawdę, bardzo często najbardziej ograniczają nas nasze myśli, a nie realny brak szans na prowadzenie ciekawego życia, niezależnie od zewnętrznych okoliczności. Usunięcie blokady z głowy pozwala inaczej spojrzeć na wszystko dookoła, znaleźć w sobie siłę i chęć do walki.

Po przejechaniu ponad dwóch tysięcy kilometrów, 13 sierpnia dotarli do Wrocławia, miasta, które od wielu lat skutecznie wprowadza w życie ideę „miasto bez barier" i „miasto spotkań". Spędzili w nim trzy dni. We Wrocławiu spotkali się z ciepłym przyjęciem a ich projekt wzbudził zainteresowanie władz Starostwa Powiatu Wrocławskiego i Miasta Wrocław.

Członkowie wyprawy uczestniczyli w spotkaniu z chorymi, zorganizowanym przez Dolnośląski Oddział PTSR, które odbyło się we Wrocławskim Centrum Wspierania Organizacji Pozarządowych Sektor3. Uczestniczyli w nim: **Joanna Brodowska** - dyrektor Wydziału Funduszy Zewnętrznych, Promocji i Rozwoju Starostwa Powiatu Wrocławskiego, **Bartłomiej Skrzyński** – rzecznik miasta Wrocławia ds. Osób Niepełnosprawnych oraz członkowie i Rada PTSR Oddział Dolnośląski.

Ze spotkania TVP Wrocław zrealizowała reportaż, a Gazeta Wrocławska umieściła informację o wyprawie. W ten sposób cel podróży został we Wrocławiu osiągnięty. Ludzie docenili projekt, interesowali się nim i otwarcie wspierali wesołą grupkę (muzykujących!) rowerzystów, zapraszając ich do swoich domów, gdzie śpiewali i biesiadowali aż do rana. Pobyt we Wrocławiu należy zaliczyć do udanych. Te trzy dni były prawdziwą odyseją nadziei, pełną miłości i przywracającą nadzieję na lepsze jutro dla chorych.

Agnieszka i Ryszard Kuczyńscy
PTSR Oddział Dolnośląski

Informacje o wizycie na stronie https://www.facebook.com/ptsrdolnyslask?ref=hl

Dziękujemy, Ryśku!

Bardzo dziękujemy Ci za laurkę, jaką nam wystawiłeś za naszą skromną pomoc przy organizowaniu spotkania z grupą francuskich rowerzystów podróżujących z osobą chora na SM dookoła świata.

To tylko dzięki Twojemu zaangażowaniu i przedsiębiorczości spotkanie było takie udane.

Zainteresowałeś tematem Starostę Powiatu Wrocławskiego, Rzecznika Osób Niepełnosprawnych, Telewizję Regionalną Wrocław oraz Urząd Miasta Wrocławia. Dostarczałeś jedzenie, zapewniłeś noclegi i transport oraz zorganizowałeś przyjaciół, którzy bezinteresownie podjęli się roli tłumaczy - co bardzo ułatwiło obu stronom kontakty.

Dziękujemy Ci także za to, że, mimo iż to już nie było naszym zadaniem, podjąłeś się pomóc w zorganizowaniu dalszej podróży naszych gości - do Warszawy. Dziękujemy Tobie i Twoim Bliskim za zaangażowanie i podjęte działania. Dziękujemy Wszystkim Uczestnikom za udział w spotkaniu.

W imieniu Rady Oddziału PTSR Oddział Dolnośląski
Jolanta Łopyta - przewodnicząca
Dobrosława Kaczmarska - sekretarz

Otworzyć się na świat

Z Andrzejem Zaniewskim, jurorem konkursu poetyckiego „Pewnego dnia…” rozmawia Magdalena Konopka.

Magdalena Konopka: Po raz kolejny jest pan jurorem konkursu poetyckiego organizowanego przez PTSR. Jakie są pana wrażenia odnośnie tegorocznej edycji?

Andrzej Zaniewski: Bardzo pozytywne. Podobnie jak w latach poprzednich, jestem pod wrażeniem poziomu nadesłanych prac. Oceniam go, jako wysoki. Muszę przyznać, że przesłane na konkurs wiersze są dość charakterystyczne. Mają pewien rys, można w nich znaleźć cień choroby. Autorzy opisują w nich swoją rzeczywistość, walkę z przeciwnościami i własnymi słabościami. Niekiedy są to wiersze dość gorzkie.

- W tym roku hasło konkursu brzmiało „Pewnego dnia…” Chcieliśmy, by uczestnicy podzielili się z nami swoimi marzeniami, życzeniami, planami na przyszłość. Czy pana zdaniem tak właśnie się stało?

- Nie wiem czy jest to zasługa hasła, ale rzeczywiście dało się w niektórych wierszach wyczuć nieco więcej optymizmu. Autorzy zdają sobie sprawę, że życie dalej biegnie swoim torem i nie warto skupiać się jedynie na chorobie, czy cierpieniu. Nie sposób uciec od gorzkich refleksji, ale to nie znaczy, że nie mamy dostrzegać także pozytywnych stron życia, czy też po prostu marzyć. Oczywiście wiele zależy od danego wiersza, ale w nadesłanych pracach można znaleźć cały przekrój emocji od smutku, złości po radość i nadzieję.

- Co się zmieniło na przestrzeni lat?

- Zauważyłem, że wyłania się grupa autorów, którzy starają się tworzyć regularnie i uczestniczyć nie tylko w naszym konkursie, ale także w innych. To naprawdę wspaniale, że mogę obserwować jak wyłaniają się prawdziwie literackie talenty. Jestem pod dużym wrażeniem prac pani **Beaty Dudek**, pani **Moniki Kładko**, czy też pana **Janusza Kowalkowskiego**. Mógłbym wymienić jeszcze kilka naprawdę interesujących nazwisk, bo talentów biorących udział w tym konkursie na pewno nie brakuje. Każdego roku obserwuję także kilka obiecujących debiutów. To bardzo ważne, aby do grona uczestników ciągle dołączały nowe osoby, bo dzięki temu konkurs staje się barwniejszy, ciekawszy. Każdy uczestnik wnosi coś świeżego i nowego. Nieustannie widzę także, że poziom nadsyłanych prac rośnie. Poprzeczka stawiana jest coraz wyżej i to nie my – jurorzy ją podnosimy, ale sami uczestnicy, pokazując nam coraz szerszy wachlarz swoich możliwości.

- Przyznaję, że to cieszy również nas - organizatorów. Co pana zdaniem ten konkurs może zaoferować uczestnikowi, a co odbiorcy poezji?

- Dla twórców jest to szansa na spróbowanie swoich sił w rywalizacji. Poza tym mają okazję podzielić się z innymi swoją twórczością, myślami i refleksjami. Może to być także szansa na pokonanie własnej słabości i nieśmiałości. Niezwykle ważne jest również to, że autorzy mogą wyrazić siebie, pokazać coś co stworzyli i jest tylko ich. Myślę, że pisanie wierszy może być częścią terapii, wszak to pomaga w otworzeniu się na świat i nabraniu większej pewności siebie. Dla odbiorców natomiast jest to przede wszystkim okazja do zapoznania się z bardzo interesującą poezją. Każdy czytelnik szuka czegoś, co go interesuje, przekrój wierszy naszych uczestników jest tak duży, że praktycznie każdy jest w stanie znaleźć coś dla siebie. Jest to także szansa na spojrzenie na świat z innej perspektywy. I nie mówię tu tylko o perspektywie człowieka chorego na stwardnienie rozsiane, ale po prostu o perspektywie drugiego człowieka. Większość z nas inaczej czuje, myśli, ma inne problemy, radości i inaczej postrzega świat. Próba spojrzenia na rzeczywistość czyimiś oczami bywa bardzo ciekawą lekcją.

- Czyli stara się pan oddzielić człowieka od choroby?

- Oczywiście, każdy z nas ma jakieś troski, czy problemy. Ja, pani i nasi uczestnicy także. Nie znaczy to jednak, że nasza praca ma być oceniana przez ich pryzmat. Dlatego kiedy oceniam wiersze, nie patrzę na to, czy pisał je człowiek zdrowy, ze stwardnieniem rozsianym czy jakimkolwiek innym schorzeniem.

- To prawda. A na co zwraca Pan największą uwagę przy ocenianiu prac?

- Bardzo ważny jest dla mnie zapis, nie ukrywam, że zwracam uwagę na kwestie techniczne. Oczywiście treść jest również niezwykle istotna, ale bardzo ważny jest dla mnie sposób jej podania, bo to wyraźnie wpływa na jej odbiór. Lubię, gdy wiersz ma wyraźną linię dramaturgiczną, swoją wagę, symbolikę, niebanalną puentę i bogate słownictwo. Według mnie ubogie słownictwo i brak środków do wyrażania myśli są przekleństwem dla poety. Cieszy mnie gdy odkrywam nowy sposób stawiania myśli i gdy jestem zaskakiwany.

- Czy ma Pan ulubionych autorów wśród naszych uczestników? Czy jest ktoś, na kogo wiersze czeka pan z niecierpliwością?

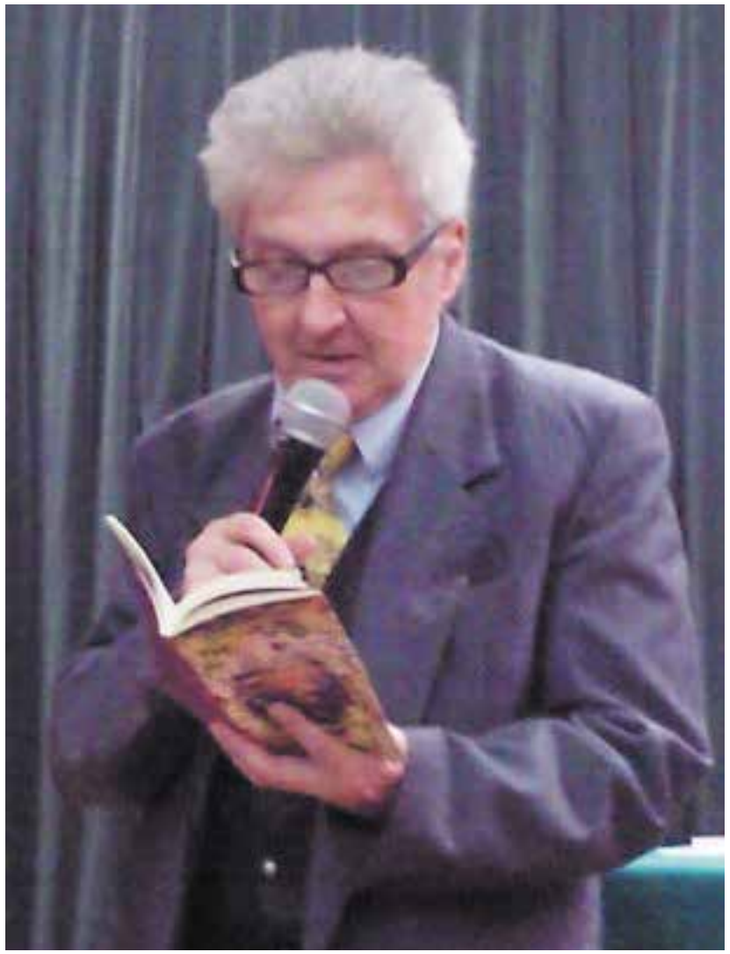
- Oczywiście tak jak mówiłem, pojawiło się na przestrzeni ostatnich lat kilka interesujących nazwisk. Jednak, kiedy oceniam prace konkursowe staram się nie pamiętać poprzednich dokonań ich autorów. To pomaga w zachowaniu świeżego spojrzenia. Staram się nie czekać na czyjeś prace, by nikogo nie faworyzować i pozostać obiektywnym. Ponadto, jak już wspominałem, lubię być zaskakiwany.

- W tym roku po raz kolejny chcemy wydać tomik z wierszami nagrodzonym w latach 2012-2014. Co pan sądzi o tej inicjatywie?

- Jest to znakomity pomysł, czuję ogromną satysfakcję, że te wiersze zostaną wydane. Ważne jest, by tak wartościowa twórczość była propagowana. Bardzo się cieszę, że zostanie ona utrwalona.

- Dziękuję za rozmowę i za to, że od tylu lat jest pan z nami.

- Ja również dziękuję.



Liryczne świadectwo zwycięstwa

Konkursy literackie wzbudzają emocje, nie tylko wśród uczestników. Ich przeciwnicy twierdzą, że rywalizacja w dziedzinie literatury nie sprawdza się, ze bardziej dzieli niż łączy, że pojawiają się poeci – piszący pod konkurs, pod jury, bardziej dla nagrody niż z potrzeby serca. Na szczęście przeciwników jest mniej niż zwolenników i konkursy istnieją, inspirują pobudzają wyobraźnię, pomagają prawdziwym talentom.

Przecież to właśnie dzięki konkursom wielu współczesnych autorów zostało odkrytych, a niektórzy odkryli samych siebie, uwierzyli we własne siły, poznali nowe możliwości twórcze.

Konkurs organizowany przez Polskie Towarzystwo Stwardnienia Rozsianego jest wyjątkowy bowiem jego uczestnicy nie tylko sprawdzają swoje umiejętności literackie, prezentują swój talent, lecz również biorą udział w ciągłej rozmowie z rzeczywistością. Są sobą i przezwyciężają wszelkie bariery: zmęczenie, poczucie samotności, rozczarowanie, smutek. Tworzą, a ich małe dzieła pozostają i są świadectwem dojrzałości. Konkretnym, choć lirycznym świadectwem zwycięstwa, może drobnego, a jednak ważnego.

Andrzej Zaniewski

Cisza przed burza - Iwona Augustyniak

Alina Puk

Moje życie

Moje życie, przetrwanie
czym mnie jeszcze zaskoczysz
lub czym zauroczysz
na próżno oczekuję
tej chwili spotkania
tak bardzo żałuję,
czasu straconego i twych słów
uwielbienia tak mi drogich
Ty odszedłeś ode mnie
to nic, ja poczekam
Ty powrócisz, zobaczysz
jak Cię kocham, nad życie
zwolnij trochę, ja dojdę
złapię cię za ramiona
pofruniemy tam razem
w te przestworza, w obłoki
będzie pięknie, zobaczysz
zawsze razem, bez końca
żyć, to piękno zobaczyć
wielki smutek i łzy.
2006 r.

Beata Dudek

Zbuduję dom

kiedyś zbuduję dla nas dom
pozbieram wszelkie przeciwności
spakuję, wyrzucę na złom
zakopię też niezgody kości
zbuduję dom z porannej rosy
z letniego wiatru, płatków róż
czułym muśnięciem jego dłoni
wyścielę ścieżki wszerz i wzdłuż
ściany wyciszę i powieszę
na nich obrazy z ciepłych słów
abyśmy w tej pokornej ciszy
mogli odnaleźć siebie znów
zbuduję taki dom, gdzie tylko
zamieszka dzisiaj, bez przedtem i tam
bez za daleko, bez za blisko
za ciężko, za trudno, za...

Elżbieta Słaboszewska

Moja cicha

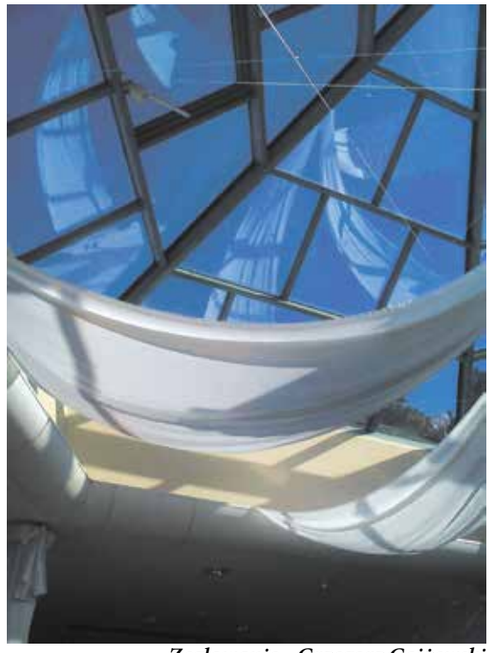
Moja cicha Ma białą sukienkę,
w drobne pastelowe kwiaty
Idzie nad łąką ale nie depcze trawy
Przeleciała nad jeziorem,
zasnuła je swoim białym szalem
Jest w pięknym sosnowym lesie
Ten las jest świątynią Boga
Biegnie dalej. Przecież wszyscy jej chcą.
Biegnie szybciej- wszyscy na nią czekają.
Była, jest i będzie.
Stoi na straży przy największej ranie.
Nadziejo, siostro moja,
nie opuszczaj mnie.
Bo pęknie mi serce.

Beata Dudek

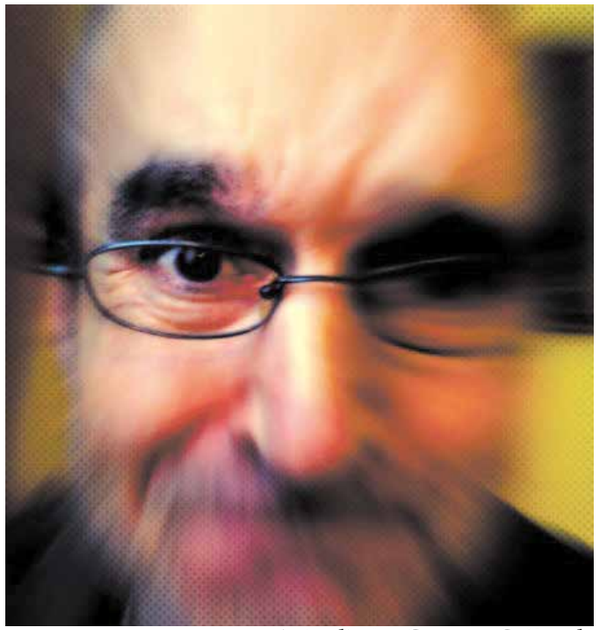
Inspiracją do napisania poniższego wiersza
były wspomnienia Włodzimierza Wnuka
w jego książce pt. „Byłem z Wami”

Świat kamiennych brył

Był to świat, dziwny świat brył kamiennych.
Świat betonowych płyt,
betonowych marzeń,
świat skamieniałych twarzy,
kamiennych oczu i łez.
Tutaj, u stóp gusenowskich granitów,
w towarzystwie białych lilii – jedynych
świadków,
odpuszczały się winy i wypełniało się.
Tutaj skarłowaciały psychicznie
żywy pierwiastek hartował się i twardniał,
twardniał i się hartował,
i powoli, żyła po żyle, wypełniał się
kamieniem.
Tamtego dnia myśli zawisły na błękitnej
kopule
i krążyły po obłocznych fasadach
prosto w stronę rodzinnego domu,
wzdychając do każdej napotkanej róży,
każdej bramy.
„Różo Duchowna...”, „Bramo Niebieska...”,
„Domie Złoty...”
płynęło ciche wezwanie światem
kamiennych brył,
a szczękające zębami zimno w letnich
drelichach
powtarzało tylko: „frio...”, „frio...”*



Zeglowanie - Grzegorz Gojżewski

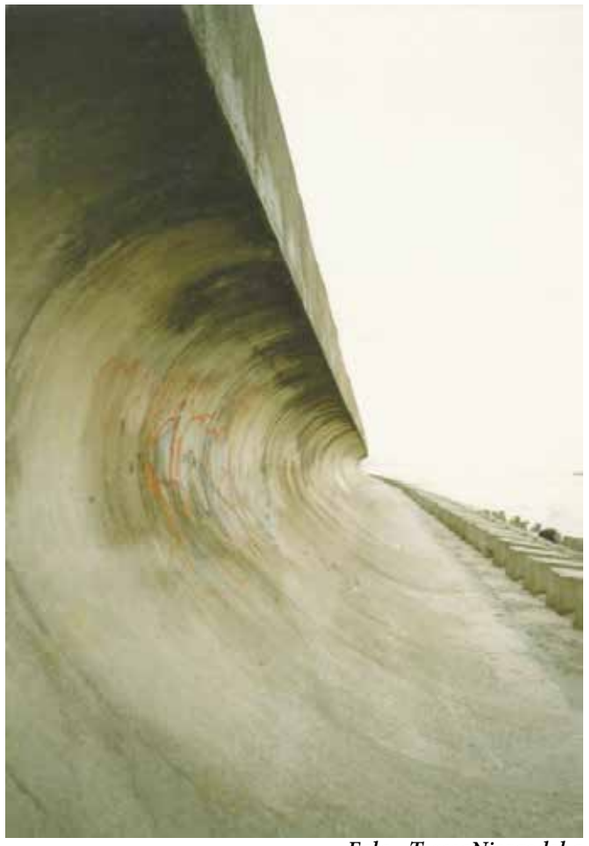


Autozdjecie - Grzegorz Gojżewski

Andrzej Gajczyk

Szarlotka niewielka;
Znamię domu, jego ciepła i normalności,
Przypomnienie ciernistego czasu prześnionego
Który trwa.
Szarlotka niewielka;
Dwa pudełeczka chroniące zmyślnie zawartość kruchą,
Opakowane starannie, cudownie uciążliwe w bezwładności
Do otwarcia.
Szarlotka niewielka;
Delikatne ciasto kruszonem otulone, posypką słodkawe,
Jabłka prażone z nutą słodkawo-cynamonowo-gorzko-
goździkową
Jak babcine.
Szarlotka niewielka;
Może złakniony dowód bliskości, oznaka więzi,
Na pewno wzruszenia i łzy wstrzymanej przyczyna
Gdyż chłopaki nie płaczą.
Szarlotka niewielka;
Łaknienie wszelakie wywołała,
Zrealizowane częściowo ucztą pospieszną i cierpką
Bo samotną.

Lepszy widok na przyszłość we troje - Barbara Bunk



Fala - TeresaNiezgodzka

Waldemar Ruta

Względność
Nogi drżą jak trzcina na wietrze,
czterdzieści stopni gorączki,
słabość opanowała moje ciało.
Leżę bez sił oblany potem,
mogę tylko myśleć

i to jest moim przekleństwem.

Janusz Kowalkowski

Zapomniany dworzec

Po 23:40 zawiadowca zwija tory.
Dwuramienny semafor staje się żurawiem przy studni,
na kasowym okienku dyndająca karteluszka „zamknięte do rana".
Po powrocie z toalety zniknęły moje bagaże,
wychodzę na peron,
na ławce młoda para uprawia sex,
pospiesznie odszedłem, nie chciałem przeszkadzać.
Po drugiej stronie, przed stacją zagasły latarnie,
sołtys oszczędza na prądzie,
ciasna uliczka rozpycha się między kamieniczkami
przechadzam się jak dumny turysta po metropolii.
Czytam pozostawione zapiski
„ tu lałem"
„ Kaska to dziwka"
„ już nie dopuszczę cię aż do śmierci",
śmiech wkradł się w państwowe uzębienie,
dosięgłem ostatniego papierosa z rozpoczętej paczki,
smakuje tak samo śmierdząco jak poprzednie.
Z ciemności dochodzi mnie głos
„czy pan mnie poczęstuje?
Podchodzę bliżej,
zaniedbana małolata wstaje z wyziębionego chodnika,
wyciąga rękę,
oddałem jej zapalonego papierosa.
„Chyba pójdziemy do mnie?
Nim pociąg przyjedzie zdążę nacieszyć się życiem"
Stację zamknęli na kłódkę.
Dramat małego miasteczka.

Latanie - Katarzyna Mlynczyk

Grażyna Fotek

Cieszy się chwilą

wsparta o szafkę wyrzuca buty
szuka tych z niskim obcasem
choć zawsze chodziła
w szpileczkach
dziś przebiera się od rana
jej ubrania stały się za duże
odkłada na sofę
który to raz
czas nagli
Honorata ubiera za luźną sukienkę
podkreśla talię
wsuwa nogi w wygodne buty
zostawia smutek za drzwiami
cieszy się chwilą
nieważne w czym wychodzi
najważniejsze że jeszcze chodzi

Maria Stawicka

Listopady

Zatopinone w ciszy
moknące listopady.
Pora palenia zniczy
smutku kaskady.

Listopadu chłód
ma w rękach chryzantemy.
Czeka na nie bliskich grób
tak, jak na dar bezcenny.

Mżawki i szarugi.
Szyby skąpane w deszczu.
Bezlistne drzewa nagie
toną w brunatnym deszczu.

Listopadowa pieśń
gorzka, smętna, ponura.
Pobrzmiewać będzie w nas gdzieś
aż do samego grudnia.

22.11.2008

Teczowe banki - Iwona Augustyniak

Monika Kładko

Ktoś
Przez chwile
miałam ciebie
tylko dla siebie.
A po chwili
i ty zniknąłeś,
Pozostawiając
pustkę.

Monika Kladko - Trwoga nieba

Tez takie mam - Agnieszka Kuszynska

Lilianna Misiak

Czerwone jabłko

Dostałam czerwone jabłko
położyłam je na oknie
i przyglądałam się długo
w odbiciu szyby
było idealnie okrągłe
puściłam wodze fantazji
i bujałam w obłokach
razem z czerwonym jabłkiem.
Widziałam po drodze
ptaki wijące swe gniazda
na szczytach turni
była wiosna,
spotkałam po drodze wiatr
pachnący polami ziół,
dotknęłam słońce wokół którego
tańczyły roześmiane skrzaty
było gorące jak
świeżo upieczony chleb
który mi podarowałeś.

Lilianna Misiak

Niepewność

Ktoś napisał wiersz
do połowy
zgiął fragment życia
wrzucił do kosza
ułamek swego fatum
splamionego
atramentem nieba
pieszczonego
jęzorem ognia,
zgaszonego
szybko czyimś
oddechem
przyspieszającym bicie
zegara – bo wybiła
czyjaś godzina
wieczności

Marcin Gdowski

Rejs na Atlantydę

Kolejny świt do tańca znów porywa znów
porywa mnie,
Mam dziś przed sobą następny ziemski dzień.
Odkładam wszystko na półkę moich spraw,
Wypijam kawy łyk na start i błąkam się po świt.
Próbuję schwytać marzenia
I zanieść je aż tam, gdzie mogą spełnić się.
A czas przynosi złudzenia,
Nie wiem, czy dla mnie świat
Odwrotnie kręci się
Chcę dziś rozpocząć na Atlantydę rejs,
By cofnąć czasu kres i od nowa zacząć żyć,
Odzyskać magię słów , powstrzymać ludzki
gniew,
Zatańczyć walca pośród gwiazd,
Przywrócić życiu sens.
Jak tu odkręcić pozakręcany świat,
Kto poda rękę mi, kto ręki nie chce dać,
Co robić dalej, co dalej robić mam,
Czy tak wytrzymać jeszcze chwilę,
Czy jeszcze radę dam.

Pracowite Krasnale - Katarzyna Choluj

PORTRET
Danuta Ewa Tracz

Piotr Zegar

Regina Sobik
Co to za choroba

Na pozór jak inni ludzie
wesoła radosna młoda
zdziwienie szok jakieś szepty
SM….a cóż to za choroba

Mówią że nie ma lekarstwa
że szybko postępuje
u niej tego nie widać
może jej wcale nie czuje

A może tylko udaje
i dobrze jej to wychodzi
sprząta pierze gotuje
i z dzieckiem na spacer chodzi

Wczoraj zemdlała w kościele
odwieźli ją do szpitala
a córcia chce do mamusi
nic nie rozumie zbyt mała

Jutro bedzie jeszcze lepiej - Barbara Bunk

Piotr Zegar
Pewnego dnia...

Spojrzał na mnie siedzącego na wózku.
Spełnisz dżinie tylko jedno moje życzenie?
Pragnę by Emi była szczęśliwa.
Jak to nie konkretne?

Dla Emilii rozbrzmiewają znów organy,
w wypełnionej ludźmi sali, wśród
szachownic.
Obok grono arcymistrzów pokonanych,
słyszy podziw jej maestrii na widowni.

Amazonka dziś zdobywa tron szachowy,
wszyscy wokół jak na szpilach, na
bezdechu.
Zakończyła grę atakiem przebojowym,
pełna gracji, wysyłając moc uśmiechów.

O Emilii schlebiające wciąż opinie,
jak to wielce, nieustannie roześmiana.
Nawet kiedy sporadycznie jej król ginie,
jest radosna jakby mogła zbić hetmana.

Nadal dżinie nie rozumiesz?
Życzę sobie, żeby Emi była szczęśliwa.

dla sześcioletniej córeczki
Chorzów 2014

Jubileusz z Promykiem Nadziei

Od wystawy prac rękodzielniczych wykonanych przez polskich i niemieckich uczestników corocznych warsztatów terapeutycznych rozpoczęły się obchody dziesięciolecia współpracy Niemieckiej Organizacji Osób Niepełnosprawnych w Dahme ze Stowarzyszeniem Centrum Rehabilitacyjno Kulturalnym „Promyk" Gniezno, oddział w Dębnicy. Uroczystości jubileuszowe trwały od 29 do 31 maja tego roku.

Wystawę rękodzieła zorganizowano w Miejsko Gminnym Ośrodku Kultury w Kłecku, gdzie odbyło się również spotkanie z burmistrzem miasta i gminy Kłecko. Następnego dnia w Starostwie Powiatowym w Gnieźnie otwarto kolejną wystawę, tym razem fotograficzną. Przywieźli ją goście z Niemiec, a obrazowała ona historię dziesięcioletniej współpracy naszych organizacji.

Starosta Powiatu Gnieźnieńskiego, **Dariusz Pilak** wręczył **Karin Holtz** oraz **Andreassowi Volkerowi** Medale Milenijne Zjazdu Gnieźnieńskiego. Uhonorowano w ten sposób osoby zasłużone w niesieniu pomocy ludziom, nie szczędzące wysiłku w działalności społecznej, oraz wnoszące duży wkład w rozwijanie współpracy pomiędzy naszymi organizacjami.

Natomiast w Dębnicy wręczono statuetki „Promyk Nadziei" osobom, które pomagały Stowarzyszeniu w remoncie miejscowego ośrodka. Statuetka ma postać kobiety trzymającej w dłoni promyk. Delikatność kobiety i siła promienia przenikającego ciemność ma symbolizować dążenie do realizacji szczytnych celów społecznych. Statuetka została zaprojektowana i wykonana przez **Wojciecha Kujawskiego,** profesora Uniwersytetu Artystycznego w Poznaniu. Nagrodę tę, wraz z certyfikatem, wręczaną przez prezydenta Gniezna, **Jacka Kowalskiego** i panią prezes Oddziału w Dębnicy **Bogumiłę Górniak** otrzymali: **Anna Frąckowiak**, **Marian Warchoł** oraz państwo **Borghetti**.

Później odbyło się uroczyste otwarcie Alei Przyjaciół Promyka. Aleja, której pomysłodawcą jest honorowy prezes „Promyka", **Eugeniusz Górniak** stworzona została przez osoby, które pomagały Stowarzyszeniu przy budowie Ośrodka w Dębnicy i symbolizuje ich zaangażowanie w działalność społeczną. Swoje drzewka posadzili m.in. v-ce burmistrz miasta i gminy Kłecko, **January Giżycki**, przedstawiciele współpracującego z nami Stowarzyszenia Specjalnego Punktu przedszkolnego „Gniazdko" z Gniezna, przedstawiciele Organizacji Osób Niepełnosprawnych z Dahme i Juterbog w Niemczech, dyrektor PCPR z Gniezna **Agnieszka Horoszczak**, oraz przedstawiciele organizacji Przyjaciół Dębów Rogalińskich, a także członkowie naszego Stowarzyszenia.

Na zakończenie uroczystości związanych z jubileuszem, zaproszeni goście wspólnie biesiadowali przy ognisku, tańczyli i śpiewali do zachodu słońca. Następnego dnia goście z Niemiec zostali zaproszeni do wspólnego zwiedzania Muzeum Archidiecezjalnego w Gnieźnie, a potem po krótkim spotkaniu przy kawie i omówieniu planów dalszej współpracy pożegnali się z nami i wrócili do Niemiec.

Oprac. Agnieszka Filipiak , sekretarz SART „Promyk" Dębnica

Z honorowym prezesem Stowarzyszenia Centrum Rehabilitacyjno Kulturalnego „Promyk" w Gnieźnie, Eugeniuszem Górniakiem rozmawia Jan Łącki.

Jan Łącki: - Skąd ty Eugeniuszu, jako osoba od lat borykająca się z problemami jakich przysparza stwardnienie rozsiane, bierzesz tyle sił i energii, by wciąż realizować nowe pomysły?

Eugeniusz Górniak: -To chyba jakaś pozytywna bakteria, którą zaraziłem się już bardzo dawno, myślę że jeszcze w harcerstwie. Nigdy nie umiałem stać bezczynnie. Gdy byłem zmęczony, marzyłem by odpocząć, a gdy odpoczywałem, męczyło mnie odpoczywanie.

- Jak zwykle masz dobry humor.

- Tak, to mój główny suplement diety.

- A tak na poważnie. Jak „urodził" się „Promyk" w Gnieźnie?

- Trzeba się cofnąć o 21 lat, kiedy to wspólnie z panią Elżbietą Cwojdzińską założyliśmy Wielkopolski Związek Inwalidów Narządów Ruchu, oddział Gniezno. Taka była potrzeba chwili. Pojawiło się jednak sporo problemów związanych z realizacją zaplanowanych zadań oraz koniecznością częstych pobytów w Poznaniu. Nie było to łatwe w sytuacji, gdy każdy z nas był obarczony niepełnosprawnością. Postanowiliśmy zatem utworzyć własną organizację, od zera. I tak właśnie, jak to ujęłeś „urodził" się „Promyk".

- Z tego co wiem, byłeś też inicjatorem powstania PTSR-u w Gnieźnie.

-Tak, do Promyka zapisała się grupa osób chorujących na stwardnienie rozsiane .W tej sytuacji uznaliśmy, że należy utworzyć oddzielną organizację, która skupi się na pomocy osobom z SM . Zaproponowałem panu Markowi Flecie, którego znałem z harcerstwa jako dobrego instruktora, by zajął się utworzeniem koła PTSR-u podlegającego oddziałowi w Poznaniu. Tak to się zaczęło.

- A ty?

- Ja będąc cały czas członkiem PTSR-u skupiłem się na rozwoju Promyka. Zależało mi, by był on organizacją skupiającą nie tylko osoby z Gniezna, ale - w miarę rozwoju - z całego powiatu gnieźnieńskiego i realizował potrzeby i oczekiwania osób niepełnosprawnych na wiele sposobów. Udało się utworzyć oddziały Promyka poza Gnieznem w takich gminach jak: Kłecko Trzemeszno, Witkowo i Kiszkowo, a więc w większości.

- Promyk miał i ma do dzisiaj solidną bazę lokalową w Gnieźnie. Skąd pomysł tworzenia ośrodka na skraju wsi Dębnica, 13 kilometrów od Gniezna ?

- W życiu niebagatelną rolę odgrywają przypadki. Tak się złożyło, że w 2003 roku organizowaliśmy w Promyku wyprawę rowerowo-autokarową do Brukseli. Wśród osób żegnających naszą grupę był ówczesny starosta, pan Jacek Kowalski, który powiedział mi: mam dla was niespodziankę, ale to po powrocie. Okazało się, że tą niespodzianką była możliwość przejęcia przez „Promyk" części upadłego gospodarstwa i zaadaptowania go na potrzeby działalności naszej organizacji. Widok nie napawał optymizmem, ale po wielu za i przeciw podjęliśmy rękawicę i zmierzyliśmy się z zadaniem przystosowania zrujnowanej nieruchomości do naszych potrzeb. W trakcie prac rozbiórkowo remontowo budowlanych powstała koncepcja utworzenia samodzielnej organizacji ze statusem OPP, co się udało.

- Co ludziom, którzy po raz pierwszy odwiedzą Dębnicę, podoba się szczególnie?

- Myślę ,że walory krajobrazowe i sielski spokój. Dębnica położona jest na skraju Lednickiego Parku Krajobrazowego nad pięknym jeziorem, idealnym dla amatorów wędkowania . Widok wzbogaca też zabytkowy drewniany kościół pod wezwaniem św. Barbary i Mikołaja.

- A jak doszło do międzynarodowej współpracy pomiędzy „Promykiem" a organizacjami z Niemiec?

- Równo dziesięć lat temu starostwo gnieźnieńskie z inicjatywy starosty, Jacka Kowalskiego zorganizowało wyjazd przedstawicieli organizacji pozarządowych z Gniezna do Niemiec celem nawiązania współpracy z podobnymi organizacjami. Do spotkania doszło w mieście Lukenwalde. Pojechał z nami też Marek Fleta jako przedstawiciel PTSR, oddział Gnieźnieński, lecz mimo, że Niemcy posiadali na swoim terenie organizacje zajmujące się chorymi na SM, nie podjął prób współpracy.

- Chyba szkoda?

- Z pewnością. Niemcy chętnie pomagają i maja ku temu warunki. Nam pomogli w wyposażeniu salki rehabilitacyjnej i ufundowali atlas do ćwiczeń, z którego korzystają też mieszkańcy wsi Dębnica. Bariery językowe też są do pokonania.

- Była też próba współpracy z Węgrami i Rosjanami.

- Współpraca z organizacją z Esztergom na Węgrzech jest dalej możliwa i planowana. Ze względów ekonomicznych nieco ograniczona. Rosjan gościliśmy na warsztatach artystycznych trzy lata temu wspólnie z Niemcami, ale współpraca, nie z naszej winy, jest zawieszona na czas bliżej nie określony.

- Ciekawi mnie jak ty to robisz Eugeniuszu, że jesteś w stanie dotrzeć do tak wielu ludzi, załatwić ogrom spraw o bardzo złożonej nieraz tematyce i nigdy nie spoczywasz na laurach zaskakując wciąż nowymi pomysłami. Mimo tego że niesiesz bagaż i lat i problemów zdrowotnych, które siłą rzeczy, nas obu zresztą, ograniczają.

- To dzięki ludziom ,których mam szczęście spotykać na swej drodze. Udaje mi się to, co w informatyce nazywa się kompatybilność. Przyjąłem do realizacji jako motto zdanie, które powiedział kiedyś znany trener naszych szczypiornistów, Bogdan Wenta : jeśli chcesz przewodzić ludziom, nie możesz ich pchać przed sobą – musisz ich za sobą pociągnąć. A jeśli już cytujemy to „ludzi dobrej woli jest więcej…" i niech tak zostanie.

- Dziękuję za rozmowę i chętnie porozmawiam kiedyś o tym co działo się w „Promyku" w minionych latach i jakie szalone pomysły masz jeszcze w „schowku".

- Miło się gawędziło i zapraszam.

Przychodzi w życiu godzina – jesteś jeszcze od niej bardzo daleko – kiedy znużone oczy znoszą już tylko jedno światło, to, które piękna noc, jak dzisiejsza, tworzy i sączy wraz z mrokiem; kiedy uszy nie mogą już słuchać innej muzyki prócz tej, którą gra blask księżyca na flecie milczenia...
(„W poszukiwaniu straconego czasu" - Marcel Proust)

Czas odnaleziony

Czasem nasze życie zatacza koło. Wracamy do ukochanych miejsc, do starych, sprawdzonych przyjaciół i zapomnianych pasji. Robimy to często bezwiednie, prowadzeni przebłyskiem intuicji. Gdy – stawiając na własny rozum – nie dopuszczamy jej do głosu, nagle wszystko zaczyna nam wymykać się z rąk. Tylko z pozoru nie wiedzieć czemu...

Pani Urszula od dziecka była chłonna wiedzy i miała łatwość opanowywania języków, stąd po czechowickim LO kontynuowała naukę na kierunku „Handel zagraniczny". Świat stał przed nią otworem. Jednak serce nie sługa, rozkazać mu trudno. Wprost z serca tętniących życiem Czechowic-Dziedzic ponad trzydzieści lat temu przeniosła się na wieś, do Chybia, gdzie znalazła swoją drugą połowę. Życie rodzinne i praca w miejscowych szkołach pochłonęły ją bez reszty.

Okrutna diagnoza

Rok po urodzeniu pierwszej córki jej świat legł w gruzach. – *Dowiedziałam się, że mam miastenię gravis. Diagnoza była dla mnie ogromnym przeżyciem* – wspomina ze łzami w oczach **Urszula Pisarek**. Wszystko wypadało jej z rąk, a nogi coraz częściej odmawiały posłuszeństwa, bo chorobę tę cechuje osłabienie mięśni. – *Miałam takie nieprzyjemne zdarzenie, które mam ciągle przed oczyma. Jechałam na rowerze, spiesząc się do szkoły, bo jeszcze wtedy karmiłam dziecko. Mijając wiadukt nad torami kolejowymi, po którym szli ludzie wracający z pracy, przewróciłam się i nie miałam siły wstać. Wtedy usłyszałam: „Ale się napiła do syta". Tak samo było, kiedy jeździłam pociągiem do rodziców. Czasami nie byłam w stanie wejść do pociągu, więc czekałam na kolejny, żeby w tym czasie zebrać siły i się wciągnąć. To było bardzo smutne, bo ludzie tego nie rozumieli. Pamiętam, jak szłam po schodach ze szkoły i robiłam przystanki przy każdym stopniu. Wtedy też osoby, które szły za mną po prostu się wyśmiewały* – wspomina bolesną do dziś prawdę. – *Po trzech latach pracy musiałam rozstać się ze szkołą. Ale na szczęście nie z uczniami… Spod moich skrzydeł wypuściłam grono laureatów i finalistów olimpiady z języka niemieckiego. Słyszałam wówczas często: „Nic po niej nie widać, pewnie rentę dostała po znajomości". To jest taka choroba, którą ciężko zrozumieć...*
Wówczas to wiele pomogła jej specjalistka z jedynej wówczas w kraju poradni chorób mięśni, lekarz **Halina Strugalska**. – *To ona rozwiała moje czarne myśli i obaliła przykre prognozy innych neurologów* – wspomina w książce dr **Joanny Woyciechowskiej** „SM – jak walczyć o zdrowie z pomocą RW, CUD i WOW". – *Była moją dobrą wróżką. Jej słowa brzmią ciągle w mojej pamięci: „Dziewczyno, będziesz miała jeszcze dwoje zdrowych dzieci". I te słowa się ziściły. Mam trzy wspaniałe córki, które są moim szczęściem* – wyznaje.

Pokochać siebie

Pani Urszula zdradza że mając troje dzieci musiała pogodzić liczne obowiązki rodzinne . Nie zważała na swój stan zdrowia i własny organizm traktowała po macoszemu. Jak przekonuje, musiała z czasem zmienić myślenie o sobie i siebie pokochać. – *Gdy jeździłam na refleksoterapię, czyli masaż stóp, moja refleksolog zapytała mnie, czy rzeczywiście siebie kocham bardziej niż bliźniego. Faktycznie, bliskich dopieszczałam, ale o sobie myślałam na samym końcu. Trzeba było spotkać wielu niesamowitych ludzi, którzy mi uświadomili, że jeśli ja będę spełniona, to rodzina też będzie szczęśliwa. Wpadła mi kiedyś w ręce książka, której mottem są słowa: „W chwili, kiedy zmienisz siebie, zmienisz cały świat".*
Gdyby nie pozytywne nastawienie do życia, to kolejna diagnoza – stwardnienie rozsiane, czyli SM, byłaby jeszcze większym szokiem. – *Jadąc samochodem, przestałam widzieć na jedno oko. Okazało się, że mam drugą autoimmunologiczną chorobę. Jako jedna z dwudziestu takich osób w kraju. Na nowo zamknęłam się w sobie i nie chciałam się z nikim spotykać* – wyznaje. Przeczytała jednak kiedyś w książce Luizy L. Hay: „Nie zgadzaj się na to, że jesteś chory! Nigdy nie mów ludziom, że jesteś chory! Nigdy do tego nie przyznawaj się przed samym sobą! Choroba jest jedną z wielu rzeczy, którym od początku należy się przeciwstawiać!". – *W książce* „Ulecz swoje ciało" *L. Hay pisze, że każda choroba może ulec cofnięciu poprzez zmianę sposobu myślenia. Cokolwiek złego dzieje się w naszym życiu jest rezultatem mentalnych schematów myślowych, które niejako kreują rzeczywistość i są przyczyną naszych chorób* – dowodzi rozmówczyni. – *Należy mobilizować organizm do walki z chorobą. Po wybaczeniu sobie i innym można korzystać z rzeki dobrobytu. Warto dzień zaczynać od afirmacji. Powtarzam często: „Czuję się świetnie, jestem pełna sił fizycznych i witalnych, mam przed sobą wspaniały dzień". Do afirmacji musi być dołączony obraz, czyli kreacje tego, czego oczekujemy i co chcemy otrzymać* – tłumaczy w skrócie pani Urszula, zapewniając, że myśli mają niesamowitą moc sprawczą. – *Na dziesięć minut przed zaśnięciem i dziesięć minut po przebudzeniu trzeba zaprogramować swój mózg na pozytywne myślenie* – przekonuje, dodając, że trzeba też za całe dobro uzyskane od ludzi dziękować. – *Jestem wdzięczna mężowi, który jest zawsze moją ostoją w chwilach dobrych i złych, wyjątkowo udanym dzieciom, mamie, rodzinie z bliska i daleka, przyjaciółkom, uczniom i znajomym, których spotkałam i jeszcze spotkam na swojej drodze* – wylicza.

SM to nie wyrok

28 maja obchodzono Światowy Dzień SM, który zaowocował kampanią uświadamiającą. Jej hasło brzmiało: Nie trzeba medalu za wytrwałość, zwycięstwo też nie jest ostateczne, ale musisz walczyć, bo stawką jest twoje życie". – *Dzięki kampaniom wzrasta powoli świadomość społeczna i zrozumienie choroby przez społeczeństwo. Osoba z trudnościami w koordynacji ruchów nie powinna być przedmiotem drwin z powodu rzekomego alkoholizmu. Niestety, ciągle pokutują w małych społecznościach stereotypy, utrudniające osobom zdiagnozowanym normalne funkcjonowanie. Nie daje się im szansy na zapomnienie o chorobie. Jedyne, czego oczekują od otoczenia, to prawdziwie empatycznej reakcji, objawiającej się nie współczuciem, ale zrozumieniem i uszanowaniem ich dążenia do utrzymania życia takiego, jak przed chorobą, tak jakby choroby nie było. Na swoim przykładzie mogę z dumą stwierdzić, że SM to nie wyrok. A odpowiednio podjęta terapia to szansa na normalne życie, dlatego trzeba o nie walczyć* – twierdzi z pełnym przekonaniem.
Współczesna medycyna nie zna przyczyn, ani skutecznego leku na SM. – *Jednak każdy z chorych może uruchomić wewnętrzne moce, bezgranicznie wierzyć w uzdrowienie i wyzdrowienie. Moja refleksolog cały czas mnie namawiała, żebym poszła na zebranie Polskiego Towarzystwa Stwardnienia Rozsianego, żeby móc innym podpowiedzieć, co robić, żeby nie poddać się chorobie. W końcu ją posłuchałam i dzięki temu poznałam panią dr Woyciechowską, specjalizującą się w leczeniu SM. Co roku przylatuje z USA do Polski i dzieli się z chorymi nowinkami medycznymi. To ona podkreśla, że SM – jak każda inna chroniczna choroba – wymaga pomocy nie tylko rehabilitacyjnej, a przede wszystkim własnej, wewnętrznej pracy. Doktor Woyciechowska jest moim internetowym „Aniołem", który zawsze służy fachową poradą i motywuje do pracy nad sobą, nad własnym ciałem, umysłem i duszą, co tworzy w skrócie wymowne słowo „cud"* – mówi jej pilna słuchaczka. Sama doświadczała niejednokrotnie na sobie rezultatów wspomnianych wcześniej cudów. Mówi też o tym otwarcie podczas comiesięcznych spotkań w gronie członków PTSR Oddział Ziemi Cieszyńskiej.

Czucie i wiara...

Nie tylko do poetów nie przemawia „mędrca szkiełko i oko". – *Gdy dwa lata temu pod Szyndzielnią, koło hali sportowej, prawdopodobnie trąba powietrzna zrzuciła mnie ze schodów z wysokości czwartego piętra na beton, to lecąc czułam, jakby u moich ramion urosły skrzydła. Nigdy nie schodziłam po schodach bez asekuracji, a tu doświadczyłam takiej nadprzyrodzonej sił. Naprawdę, strzegły mnie anielskie moce. Mimo że mam do dzisiaj neuralgię, bolesność w szczęce, częste bóle głowy, żyję. Każdy, komu to opowiadam, twierdzi, że było to niesamowite zjawisko, jak z filmu science fiction* – wspomina ten szczególny dla niej dzień.
O własne zdrowie walczyła na różne sposoby. – *Na przekór własnej słabości pojechałam sama do Jarosławca na turnus rehabilitacyjny, żeby tam*

ukończyć kurs reiki u ***Joanny Cygan*** *- Mistrzyni Reiki, która nauczyła się tej metody od polskiej zakonnicy. Dzięki reiki sama stanęła na nogi, a potem pomagała innym chorym. Metoda ta ma na celu zaktywizowanie sił obronnych organizmu do podjęcia walki z chorobą. Po ukończeniu kursu stosowałam reiki na sobie* – opowiada.

Jak zaznacza, mąż nie wierzył w naturalne sposoby leczenia, więc patrzył na jej poczynania bardzo nieufnie. – *Gdy po roku zrobiłam ponowny rezonans i zobaczył jego wynik, powiedział: „To chyba działa!". Opiekująca się mną pani profesor popłakała się: „Remisja? W takim tempie?". Potem ukończyłam jeszcze inne kursy i szkolenia* – dodaje, przy czym testowała wszystko nie tylko na sobie i dzieciach, ale także z dobrym skutkiem na swoim 14-letnim, schorowanym psie.

Zgodnie z radą doktor Woyciechowskiej zażywa też witaminę D3, zawierające antyoksydanty leki z „bożej apteki" oraz flawonoidy gdyż niedobory witamin są najczęstszą przyczyną większości chorób. – *Mogę się pochwalić, że nie pamiętam, kiedy miałam katar. Kiedyś dopadała mnie infekcja za infekcją, brałam antybiotyk za antybiotykiem* – wspomina, bo zwyczajnie odzyskała naturalną odporność, czego powodem jest także zdrowa, oparta głównie na warzywach, rybach i owocach dieta. Choć ma zdiagnozowane dwie nieuleczalne choroby i jest ciekawym przypadkiem dla medycyny, nie rozpacza, bo wie, że bierze stuprocentową odpowiedzialność za siebie i swoje otoczenie. – *Może moje nogi nie są tak bardzo sprawne, ale cały czas pracuję nad nimi i muszą wykonywać to, co im każę. Zawsze marzyłam o tym, żeby chodzić po górach i te marzenia się spełniły. Co roku zdobywam jeden szczyt. Marzenia naprawdę się spełniają, trzeba tylko w to uwierzyć* – zapewnia Urszula Pisarek, dla której nie tak dawno wielką przeszkodą był zwykły krawężnik, stąd przekonuje wszystkich do likwidacji barier architektonicznych i notuje na tym polu swoje małe sukcesy. Na ile może, pomaga też koleżankom i kolegom z PTSR.

Pierwsza w decoupage

Niedawno wraz z jedną z członkiń, **Reginą Zachurzok**, uczestniczyła w zorganizowanej z okazji Światowego Dnia SM II Ogólnopolskiej Abilimpiadzie PTSR w Grębiszewie. Tam zdobyły w sumie 5 medali. Pani Urszula wywalczyła złoto w konkurencji – decoupage i srebro w konkurencji - zdobienie jajek wielkanocnych.

Jak przyznaje, zawsze miała zamiłowanie do tworzenia. - *Wcześniej nie miałam na to czasu, a często brakowało sił.* Ale niejako narodziła się dla świata na nowo. Stara się też otaczać ludźmi pełnymi wiary, optymizmu, pozytywnej energii i afirmującym stosunkiem do życia. – *Jestem osobą poszukującą. Ciągle się czegoś uczę, dzięki temu, że mogę poruszać się teraz o własnych siłach. Kiedyś było to niemożliwe, bo byłam uwięziona w czterech ścianach i uzależniona od innych. Dlatego teraz chcę wykrzesać z siebie tyle siły i entuzjazmu, żeby żyć najpiękniej jak umiem i nadrabiać stracony czas...*

Wiele czasu upłynęło zanim pani Urszula zdecydowała się na to wyznanie. Trzeba było wyzwolić w sobie pokłady wielkiej odwagi i samozaparcia aby wyjść do świata. Tylko najbliżsi byli wtajemniczani w codzienne zmagania ze słabościami chorobowymi. Ma nadzieję że to przesłanie pomoże innym w zmaganiach z samym sobą, w przełamaniu własnych słabości i barier.

Barbara Siemińska

SM Express Ukazuje się dzięki wsparciu

biogen idec®

NOVARTIS

MERCK

BAYER

Jeszcze o glutenie

Anna Drajewicz

Upał, upał afrykański. Dziś, kiedy piszę ten tekst, ma być jego apogeum na Podkarpaciu, 35 stopni! Jak sobie z nim dawać radę? Przypominam zalecenia dr **Joanny Wojciechowskiej**: nie wychodzić z domu, powiesić mokre szmaty na oknach i pić małymi łyczkami wodę z kostkami lodu. Lekarz chińskiej medycyny radzi z kolei pić letnią wodę, która wbrew pozorom, ochładza organizm. Ja natomiast chłodzę się lodami, oczywiście jedzonymi bardzo powoli.

Bardzo was zaciekawił temat glutenu - prosicie o rozszerzenie tematu. Proszę bardzo. Kardiolog **William Davis**, autor książki „Wheat Belly" – „Pszeniczny brzuch" – jest zdania, że zboża, a zwłaszcza pszenica mogą, być dla wielu osób źródłem „nieuleczalnych" schorzeń przewlekłych, takich jak: nadciśnienie, cukrzyca, choroby serca, bóle stawów, artretyzm, alergie itp. Jego praktyka lekarska i współczesna wiedza naukowa dostarczyła niezbitych dowodów, że niskotłuszczowa dieta oparta na zbożach wpędza ludzi w chorobę i nie pozwala wyzdrowieć, skazując pacjentów na zależność od lekarstw. Tym bardziej, że dzisiejsza pszenica nie ma nic wspólnego z pszenicą z czasów naszych dziadków. Współczesna to produkt hybrydowy, który dzięki zabiegom genetycznym i biotechnologii jest zmodyfikowana do tego stopnia, że „nowa roślina", tylko dla niepoznaki, wciąż nosi nazwę pszenica.

Autor tej znakomitej książki, jak mało kto wie o wpływie pszenicy na zdrowie chorego. Zalecał on swoim pacjentom (m.in. chorym na cukrzycę) rezygnację z jej jedzenia. A potem z satysfakcją odnotowywał, że po trzech miesiącach odstawienia produktów z pszenicą wracali do niego z dużo niższym poziomem glukozy! Ustępowały bóle stawów, cofał się artretyzm, znikały przewlekłe wysypki, infekcje zatok, migreny i bóle głowy. Ustępowała opuchlizna stóp, dochodziło do złagodzenia objawów choroby refleksowej przełyku oraz zespołu jelita drażliwego.

Obserwowana poprawa zdrowia dotyczyła bardzo różnych schorzeń. Ale najważniejsze, że nie było nawrotów. Sam doktor opowiada, że kiedy jeszcze jadł „zdrowe pełnoziarniste produkty zbożowe" zmagał się z brakiem koncentracji i energii. Miał dużą nadwagę, robione badania wskazywały wysoki poziom trójglicerydów, wysoki poziom cukru i wysokie ciśnienie krwi. Zrezygnowanie z pszenicy, zupełnie bez wysiłku, spowodowało zrzucenie niechcianych kilogramów, wyniki cholesterolu znacznie się poprawiły, ciśnienie ustabilizowało się na poziomie 115/75, a poziom cukru spadł do 84. Innymi słowy to, co wymagało naprawy, samo się poprawiło! Zachęcam do przeczytania jego książki, gdzie opisał przypadki ludzi, których z wielu rzekomo nieuleczalnych chorób wyleczyło samo odstawienie pszenicy. Wiecie, że w naszym problemie zdrowotnym każdy musi wypraktykować sam, czy dana rzecz mu służy. Teraz, przy tym bogactwie warzyw i owoców, można spróbować; nie jeść produktów z glutenem i obserwować swój organizm. Przypomnę, że nie zawierają glutenu kasze jaglana, gryczana i kukurydziana oraz proso, orzechy i ryż.

Doktor w swojej książce tłumaczy, dlaczego jedzenie pełnoziarnistego pieczywa prowadzi do cukrzycy. Już dwie kromki takiego chleba podnosi poziom cukru bardziej niż biały cukier, bardziej niż wiele czekoladowych batonów. Im więcej pszenicy jesz, tym wyżej i częściej rośnie u ciebie poziom cukru we krwi. To prowadzi do większych i częstszych wyrzutów insuliny do krwi, co z czasem wywołuje oporność na insulinę. A taki stan to prosta droga do cukrzycy. Co ważne, te wysokie skoki stężenia cukru we krwi są szczególnie szkodliwe dla komórek beta trzustki, które odpowiadają za produkcję insuliny. Zjawisko to nazywa się glukotoksycznością. Komórki beta mają niewielką zdolność do regeneracji. Powtarzające się ataki glukotoksyczności zmniejszają liczbę zdrowych, produkujących insulinę komórek. Na skutek tego poziom cukru pozostaje na stałym, coraz wyższym poziomie, nawet przy pustym żołądku. W ten sposób powstaje przedcukrzyca, prowadząca do cukrzycy.

Na koniec chciałam wam zacytować bardzo ważny fragment z wywiadu z doktorem Davisem: „*Mimo, że w ostatnich kilkunastu latach osobiście widziałem niewiarygodną poprawę zdrowia po odstawieniu pszenicy u tysięcy pacjentów, to wciąż dowiaduję się o coraz to nowych korzyściach; wielu przypadkach poprawy, a czasem wręcz wyleczeniu z fibromialgii, ADHD, depresji. Jeśli chodzi o stwardnienie rozsiane, rzadko spotykam się z nim jako kardiolog, ale widziałem poprawę w dwóch przypadkach.* ***Niemniej biorąc pod uwagę siłę oddziaływania pszenicy na różne aspekty zdrowia człowieka, nie zdziwiłbym się, widząc remisję również i tej choroby, zwłaszcza że składniki pszenicy wywołują stany zapalne w obrębie centralnego układu nerwowego.***"

W Świątyni Opatrzności Bożej

Oddział warszawski

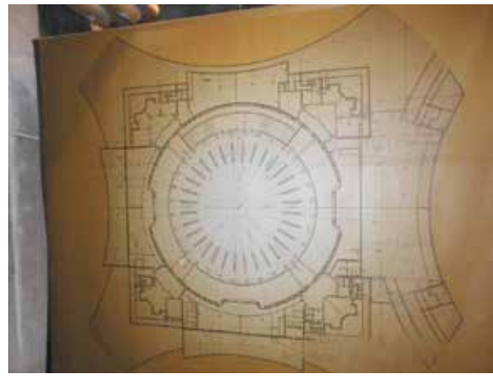
„Wy zaś, co Opatrzności wznosić macie mury,
Każcie swoimi imiony wyrzynać marmury,
Żeby Polak czytając w nich prawidła sobie,
Poznawał was w kolebce, zapominał w grobie.”

Jan Paweł Woronicz
Na dzień 1 maja 1794

Wsłoneczny poniedziałek, 4 sierpnia br. w ramach programu ASOS 2014 – 2020 „Jeszcze w zielone gramy”, grupa naszych seniorów zwiedzała Świątynię Opatrzności Bożej w warszawskim Wilanowie.

Idea budowy Świątyni sięga czasów króla Stanisława Augusta Poniatowskiego. Wzniesienie Świątyni Opatrzności Bożej uchwalili w 1791 roku posłowie Sejmu Czteroletniego w podziękowaniu za Konstytucję 3 maja. Z inicjatywą powrotu do idei wzniesienia Świątyni wystąpił prymas polski ks. kard. **Józef Glemp**. W uchwale z okazji 200-lecia Konstytucji 3 Maja Komisja Konstytucyjna Senatu RP potwierdziła aktualność złożonego niegdyś ślubu.

13 czerwca 1999 r. **Ojciec Święty Jan Paweł II** poświęcił kamień węgielny pod budowę Świątyni. Przedsięwzięcie to budziło od początku kontrowersje. Po co taki monumentalny kościół? Przecież na warszawskiej Ochocie znajduje się – z woli prymasa Wyszyńskiego – kościół parafialny pw. Opatrzności Bożej… A jeśli jest jakiś niedosyt co do wypełnienia obietnicy, złożonej przez króla i władze państwowe, wybudowania Świątyni Opatrzności jako wotum za Konstytucję 3 maja, to może lepiej byłoby wznieść coś innego, np. Dom Opatrzności dla samotnych matek lub coś w tym rodzaju… Zadawano te i inne pytania. Ale jest czas dyskusji i jest czas decyzji oraz jej wykonania. Skoro decyzje zapadły i świątynia jest budowana, to nie należy narzekać i siać wątpliwości, ale solidarnie włączyć się w rozpoczęte dzieło. Tym bardziej, że w świątyni funkcjonuje już dolny parafialny kościół. Można ponadto zwiedzać



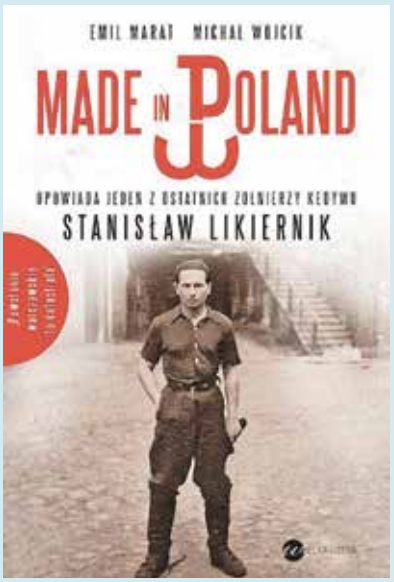
Panteon Wielkich Polaków. **Nawiązuje on do tradycji chowania zasłużonych dla narodu w miejscach wyjątkowych. Podobnie jak na Wawelu, znajdą się tam grobowce osób wybitnych, których życie może być przykładem dla przyszłych pokoleń.**

Obecnie w Panteonie swoje miejsce spoczynku znalazły znane i cenione osoby: poeta – ks. prałat **Jan Twardowski**, kapelan Rodzin Katyńskich – ks. prałat **Zdzisław Peszkowski**, I szef dyplomacji III RP – prof. **Krzysztof Skubiszewski** oraz tragicznie zmarli w katastrofie samolotu pod Smoleńskiem: pijar, twórca „Parafiady” – o. **Józef Joniec**, kapelan Federacji Rodzin Katyńskich, duszpasterz policjantów i motocyklistów - ks. **Andrzej Kwaśnik**, kapelan Warszawskiej Rodziny Katyńskiej - ks. **Zdzisław Król**; ostatni prezydent na uchodźstwie **Ryszard Kaczorowski**; delegat Rządu na Kraj – **Stefan Korboński**; polska działaczka niepodległościowa – **Zofia Korbońska**; przewodniczący Rady Narodowej RP – **Zygmunt Szadkowski** wraz z żoną **Wandą Szadkowską**. Swoje miejsce, w Panteonie Wielkich Polaków, znalazły także relikwie bł. ks. **Jerzego Popiełuszki**, św. Jana Pawła II i św. **Andrzeja Boboli**.

Świątynia Opatrzności Bożej zrobiła na nas olbrzymie wrażenie, mamy nadzieję, że po ukończeniu budowy będzie ona wizytówką sakralnej Warszawy.

MK

Lektury nieobowiązkowe



Świadectwo walki

Stanisław Likiernik to jeden z ostatnich żyjących żołnierzy KEDYWU. Lektura obowiązkowa dla wszystkich współczesnych entuzjastów Powstania Warszawskiego. Likiernik opowiada z goryczą, że dla dwudziestoletniego człowieka zabijanie nie jest dobre dla jego stanu psychicznego. Później prześladuje to człowieka przez lata. Mimo, że sam walczył w powstaniu, teraz uważa je za niewyobrażalnie krwawy błąd, niepotrzebną ofiarę, a także wynik nieudolnego dowództwa. Nie może też pogodzić się z tym, co się wydarzyło już po walce.

-W powstaniu zginęła większość moich przyjaciół, mój świat się zawalił, moje miasto przestało istnieć. Nie rozumiem tego zachwytu nad powstaniem – mówi rozgoryczony. Ale jednocześnie broni honoru, godności i solidarności powstańczej młodzieży.

- Byliśmy żołnierzami, musieliśmy wykonywać rozkazy - przypomina. Jego zdaniem rozsądek nie musi oznaczać tchórzostwa, chłodna analiza nie musi być podszyta cynizmem, a obrona wolności nie musi być samobójstwem.

To Stanisław Likiernik (wraz z Krzysztofem Sobieszczańskim) posłużył Romanowi Bratnemu jako wzór do stworzenia postaci jednego z Kolumbów – Stanisława Skiernika. Sam przyznaje, że Kolumbów dokładnie nie przeczytał i w żaden sposób nie utożsamia się z bohaterem. Od sześćdziesięciu ośmiu lat mieszka we Francji.

Mądra, wciągająca opowieść o historii, wydawałoby się, już zagadanej. Lektura obowiązkowa.

„Made in Poland. Opowiada jeden z ostatnich żołnierzy KEDYWU Stanisław Likiernik", Emil Marat, Michał Wójcik, Wielka Litera 2014

Detektyw na tropie

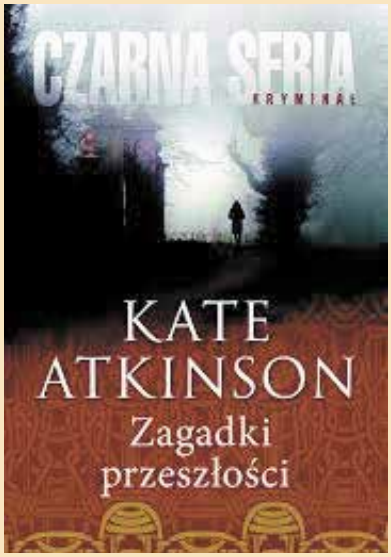
Kate Atkinson dała się poznać polskim czytelnikom monumentalną powieścią „Jej wszystkie życia". Teraz „Zagadkami przeszłości" prezentuje zupełnie inna literacką twarz. Kryminalną.

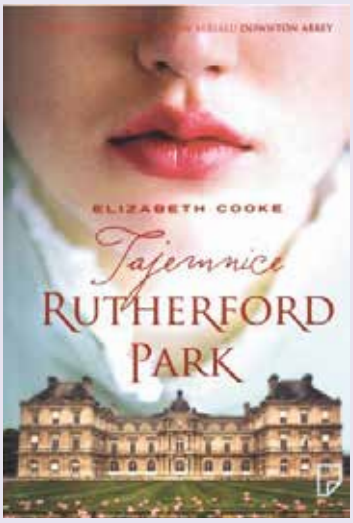
Książka jest pierwszym spotkaniem z detektywem Jacksonem Brodim. Były inspektor policji, a dziś prywatny detektyw nigdy nie czuł się dobrze. Właśnie rozpadło się jego małżeństwo, ponadto wszedł w wiek, w którym mężczyźni zaczynają nagle zauważać, że ich także czeka śmierć, oczywista i nieodwracalna. Otoczony intrygą i nieszczęściami innych Jackson snuje refleksje nad własnym życiem.

I właśnie w takim stanie ducha musi stawić czoła nowym śledczym wyzwaniom. Zazdrosny mąż podejrzewa żonę o zdradę, dwie siostry dokonują szokującego odkrycia, prawnik prowadzi śledztwo w sprawie dawnego morderstwa, a dodatkowo pewna pielęgniarka traci siostrzenicę, a starsza pani koty. Brodie musi się tymi wszystkimi sprawami zająć i spróbować je wyjaśnić. Szybko okaże się, że te wątki maja ze sobą związek.

Powieść przez cały czas trzyma czytelnika w niepewności i napięciu. W przygotowaniu są już kolejne perypetie detektywa.

„Zagadki przeszłości" Kate Atkinson, Czarna Owca 2014





Na angielskiej prowincji

Dodajmy od razu, że chodzi o cudowną posiadłość. Jest rok 1913. Za chwilę świat się zmieni diametralnie, wybuchnie wojna, ale na razie…

Powieść Elizabeth Cooke „Tajemnice Rutherford Park" to doskonała lektura dla wszystkich miłośników serialu „Downton Abbey". Tu również ścierają się arystokratyczne rody, tradycje i zależności. Dla rodziny Cavendishów Rutherford Park to znacznie więcej niż dom. To styl życia wyznaczany przez przywileje i surowe zasady, a także przez niewysłowione pragnienia... Lady Octavia Cavendish żyje jak w złotej klatce. Fortuna, którą wniosła w posagu pozwoliła jej mężowi, Williamowi odnowić oblicze majątku, on sam czuje się jednak uwiązany przez zobowiązania i tytuł szlachecki. Wszyscy oczekują, że przyszły dziedzic majątku Cavendishów, Harry pójdzie w ślady ojca. Problemem nie do zaakceptowania przez całą rodzinę jest to, że chłopak ma gdzieś majątek rodzinny. Chce zostać pilotem. Ale to nie wszystkie zmartwienia lady Octavii. Przyłapuje męża w niedwuznacznej sytuacji z kuzynką. I jakby tego było mało, pokojówka Emily skrywa tajemnicę, która może okryć ród Cavendishów hańbą.

Na horyzoncie zbierają się czarne chmury, nadciąga wojna, a w Rutherford Park pulsują skrajne emocje...

„Tajemnice Rutherford Park" Elizabeth Cooke, Marginesy 2014

opr. Paweł Gąska