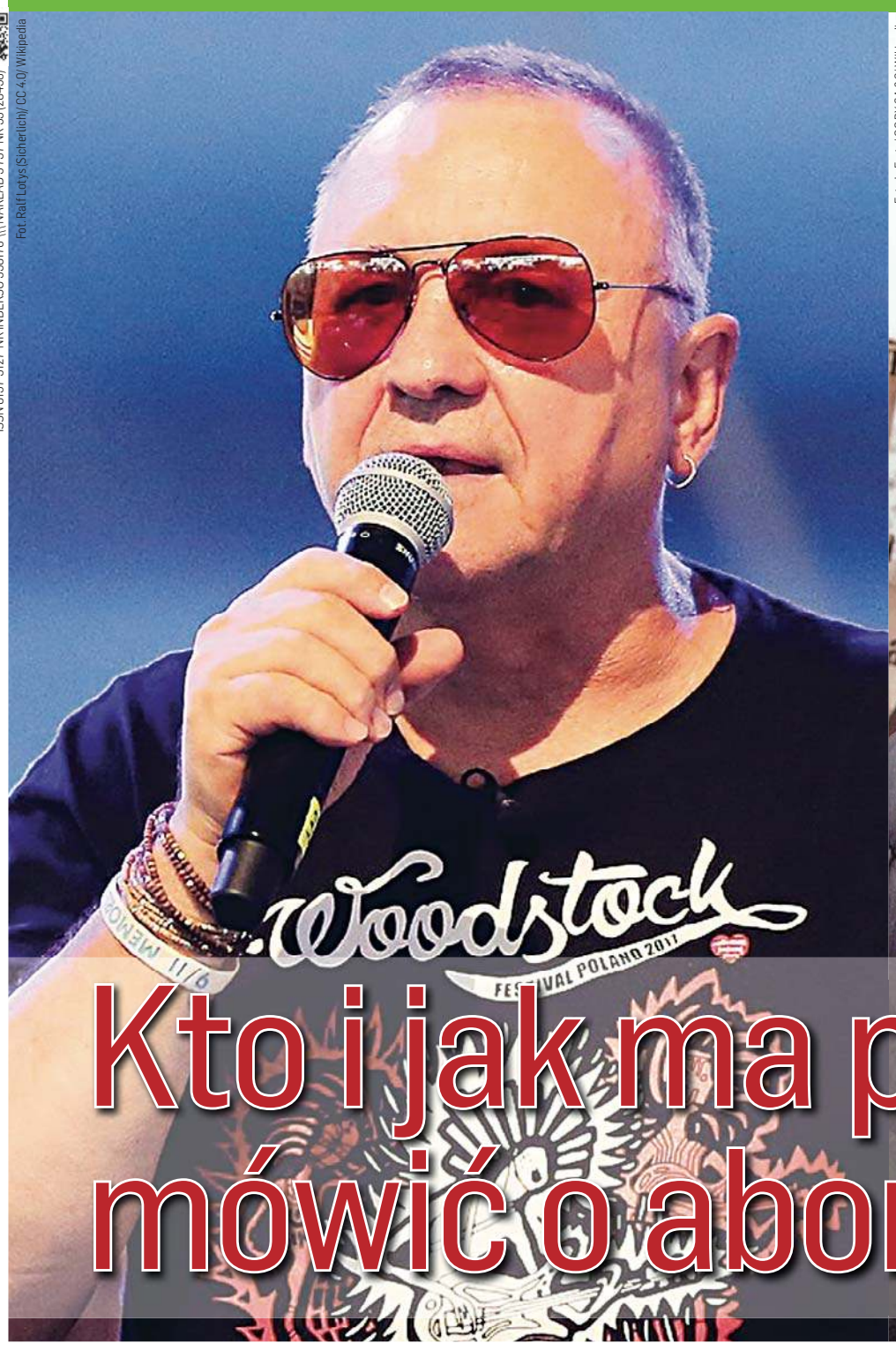
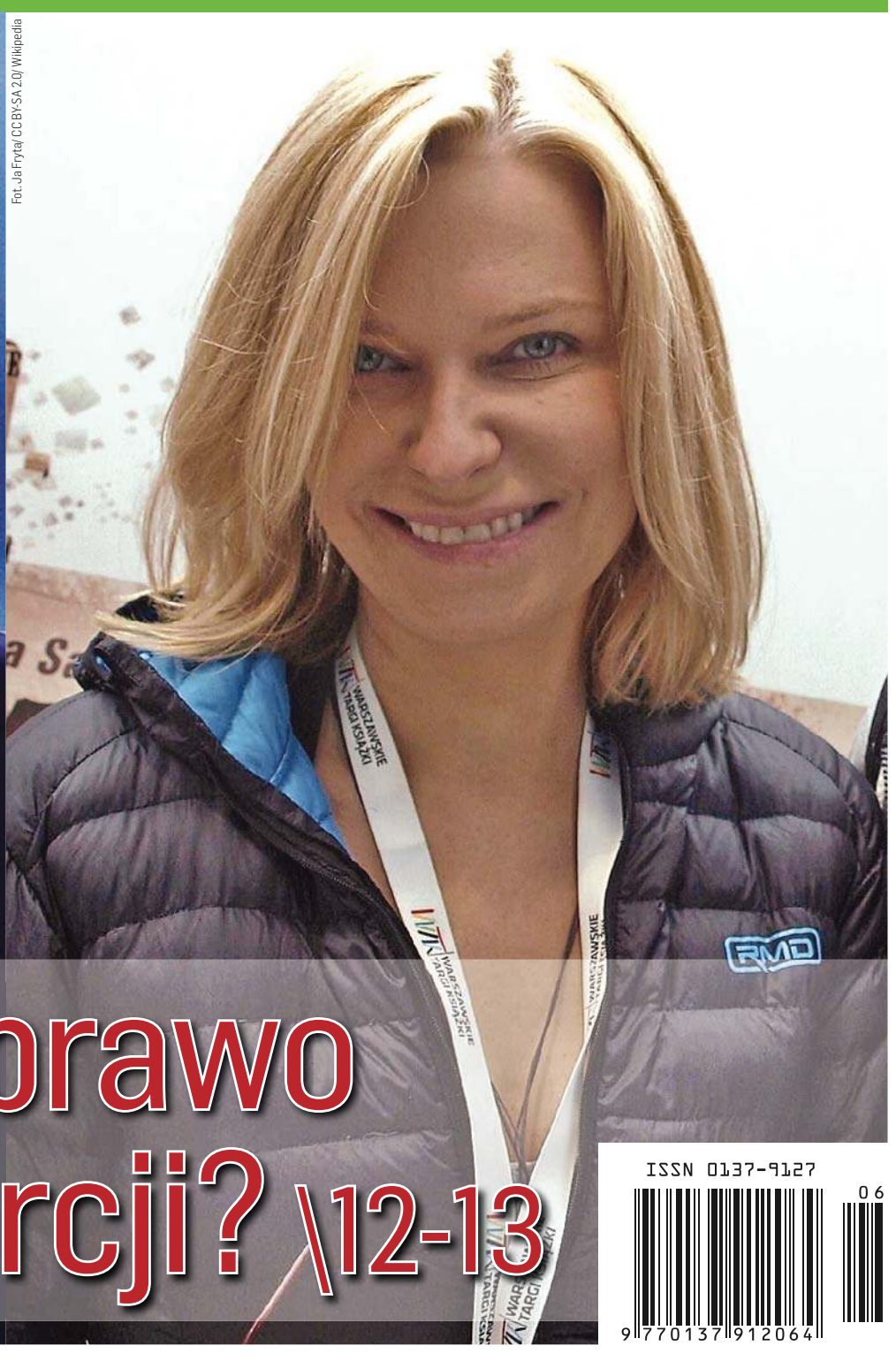
Masz moc!
Przekaż 1% podatku! Podaruj dzieciom lepsze życie!
Fundacja „Przyszłość dla Dzieci”
KRS 0000148747
www.przyszloscdladzieci.org
FUNDACJA PRZYSZŁOŚĆ DLA DZIECI
221otbp-A -P

BEZgorset
GAZETA OLSZTYŃSKA.pl
135 LAT
SOBOTA\\\NIEDZIELA
|13-14|02|2021|
cena 3,00 zł (w tym 8% VAT)
„Gazeta Olsztyńska” 108 941 polubień na FB
ISSN 0137-9127 NR INDEKSU 350176 \\\ NAKŁAD 3 757 NR 35 (20456)



Fot. Ralf Lotys (Sicherlich)/ CC 4.0/ Wikipedia


Fot. Ja Fryta/ CC BY-SA 2.0/ Wikipedia

Kto i jak ma prawo mówić o aborcji? \12-13

ISSN 0137-9127
06
9 770137 912064

eprasa.pl c0e63975c4

CYTAT DNIA

Stendhal, „O miłości":
Wszelka miłość na ziemi rodzi się, żyje i umiera lub wzbija do nieśmiertelności wedle tych samych praw.

W roku

1848

rozpoczęła się masowa produkcja kartek walentynkowych. Firmę z siedzibą w Worcester (Massachusetts, USA) założyła kobieta Esther Howland.

CZY WIESZ, ŻE...

najdroższą walentynkę w historii oszacowano na 250 tysięcy dolarów. Była to kartka z litego złota, wysadzana brylantami i szmaragdami. Śpiewaczka operowa Maria Callas otrzymała ją od greckiego przedsiębiorcy, multimilionera Arystotelesa Onasisa.

Drogie Czytelniczki, Drodzy Czytelnicy!
Czekamy na Wasze listy. Piszcie do nas o tym, co Was denerwuje, cieszy, złości, za czym tęsknicie. Czekamy na Wasze opinie, sugestie, wspomnienia. W razie potrzeby będziemy interweniować w Waszych sprawach lub opiszemy Waszą historię. Czekamy na Wasze historie: z.leszczynska@gazetaolsztynska.pl lub 13-100 Nidzica, Plac Wolności 3.

One nas inspirują: Maria Skłodowska-Curie

Choć od jej śmierci minęły dekady, nie przestaje nas inspirować. A ponieważ 11 lutego obchodziliśmy Dzień Kobiet i Dziewcząt w Nauce, postanowiliśmy przypomnieć o tej, która wydaje się jego doskonałą ambasadorką.

— Jeśli widzę wokół siebie coś niezbędnego do życia, to jest to (...) duch przygody, nie dający się wykorzenić i spokrewniony z ciekawością. Skłonna jestem wierzyć, że jest to pierwotny instynkt ludzkości — mówiła u schyłku życia Maria Skłodowska-Curie. Ten duch przygody kazał jej podejmować nowatorskie badania i żyć niezależnie, nawet jeśli wymagało to zmagania się z poczuciem obcości.

Fot. Wikipedia

Za swoje odkrycia dwukrotnie została uhonorowana Nagrodą Nobla. A za wytrwałość w dążeniu do wiedzy jest autorytetem wielu osób. Jej nazwiskiem nazwano m.in. stypendium przyznawane kobietom nauki. **dbp**

List tygodnia

Mówi się, że walentynki to takie komercyjne święto, że miłość to trzeba sobie okazywać cały rok, każdego dnia, że te wszystkie misie i róże to kicz i tandeta. A co roku te wszystkie słodkie przedmioty z okazji walentynek znikają ze sklepowych półek. I bardzo dobrze! Niech to będzie kicz, niech to będzie przerysowane czy przesadzone. Możliwe, że to jedyna okazja w ciągu roku, aby faktycznie zatrzymać się na chwilę i wsłuchać w bicie serca, w oddech osoby przy której codziennie się budzimy, w zapach, który ciągle czujemy. W szalonym biegu codzienności, nie przestajemy kochać, tylko koloru czerwonego jakby mniej. I właśnie po to są walentynki! Tak jak kilka dni wcześniej zajadaliśmy się pączkami, jak niebawem będziemy celebrować inne mniejsze lub większe uroczystości napotkane na kartkach kalendarza , tak świętujmy walentynki bez wstydu. Zrozumiałe, że ten dzień akurat jest dość delikatny. Złamanych serc cała masa, samotnych wieczorów wciąż zbyt wiele... Dziś nielubienie walentynek jest usprawiedliwione, ale któż to wie co będzie za rok. Przecież miłość przychodzi nagle i niespodziewanie, uderza z całą mocą i przewraca świat do góry nogami. I tego życzmy sobie na walentynki. — miłości, która uskrzydla.

Autorka listu otrzyma książkę „Sny lazurowej wody" autorstwa Rafała Milcewicza.

Pola z Kętrzyna

Szanowni Państwo!

Dzisiejsze wydanie „Gazety Olsztyńskiej" aż kipi od emocji. Będzie o miłości, związkach, szybkich randkach, ale także o manipulacjach czy trudnościach w komunikacji.

Możliwości poznania bratniej duszy mamy naprawdę multum. Nawet jeżeli wydaje nam się, że w czasie pandemii znalezienie „drugiej połówki" jest mocno ograniczone, z pomocą przyjdą nam swatki, nowoczesne biura matrymonialne, speed dating czy portale internetowe. A dlaczego niektórzy nie cierpią walentynek? Dowiecie się z felietonu Magdaleny Marii Bukowieckiej (s.18). I zapewniam - argumenty ma naprawdę mocne!

A naszym Czytelnikom życzymy dużo miłości, takiej na co dzień, a nie tylko od święta, do otaczającego nas świata, a przede wszystkim miłości własnej!

Zapraszamy do lektury!

ZUZANNA LESZCZYŃSKA
z.leszczynska@gazetaolsztynska.pl

SPIS TREŚCI

ZWIĄZKI
3 Zatęskniliśmy za randkami swatki
Swatka w czasach pandemii wraca do łask. Rozmawiamy z Anną Guzior-Rutyną, swatką, coachem relacji, autorką poradników.
TEMAT TYGODNIA
4 Przez trzy lata myślałam, że jestem w związku
Miała być wielka miłość, a zamiast tego było wielkie emocjonalne piekło. Karolina i Wiktoria, nasze bohaterki, wpadły w sidła manipulatorów.
RANDKI W STYLU SLOW
6 Jesteśmy spragnieni miłości
Małgorzata Bambrowicz z biura matrymonialnego LoveZnajdźMiłość udowadnia, że w dzisiejszych czasach sens mają nie tylko randkowe portale internetowe.
RECEPTA NA MIŁOŚĆ
8 Czasem szczęściu trzeba pomóc
Trzy małżeństwa, których miłość jest dowodem na to, że prawdziwe uczucie można znaleźć wszędzie.
RELACJE
10 Miłość nie patrzy w metrykę
Są ze sobą prawie 20 lat, kochają się, wspierają i ufają sobie, mimo że różnica wieku między nimi wynosi 26 lat.
SZYBKIE RANDKI
11 Nieudany speed dating
Po siedmiu latach samotności Kamil odważył się na wzięcie udziału w tzw. speed datingu.
SPOŁECZEŃSTWO
12 Kto i jak ma prawo mówić o aborcji?
Zaczęło się niewinnie. „Nie jesteśmy świrami, wariatami, którzy mówią, że aborcja ma być na pstryknięcie" — powiedział Jerzy Owsiak na konferencji prasowej. I, jak na pstryknięcie właśnie, wylała się fala komentarzy, w których szef Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy dostał niemało słownych batów.
ROZRYWKA
14 Walentynki w czasach pandemii
To nie lada wyzwanie dla zakochanych. Jeżeli kochaliśmy już przed pandemią, to najczęściej ten wieczór spędzimy z naszą drugą połówką w domowym zaciszu. A gdzie wybrać się na randkę z niedawno poznaną sympatią?
POPKULTURA BEZ GORSETU
15 Singielki rządzą na małym ekranie
PODZIEL SIĘ DOBREM
16 Jeden procent na lepsze życie
Trzynastoletni chłopiec powinien zdobywać świat. Mateusz z Lidzbarka Warmińskiego nie mówi i nie chodzi. Jego mięśnie potrzebują częstej i regularnej rehabilitacji. Ale to kosztuje. Każdy z nas może mu pomóc!
SOCJOLOGIA
17 Samotnik, który nigdy nie bywa samotny
Zdolni, oryginalni, niezależni. Jednocześnie nierozumiani, pogardzani, czasem nawet prześladowani. W świecie zdominowanym przez ekstrawertyków introwertyk wciąż pozostaje postacią kontrowersyjną i zagadkową. Dlaczego woli własne towarzystwo? Czy nienawidzi ludzi? Co skrywa pod maską milczenia?
FELIETON
18 Jak ja nie cierpię walentynek! Felieton Magdaleny Marii Bukowieckiej.
MĘSKI PUNKT WIDZENIA
20 Emocje zaklęte w przedmiotach
Marcin Wójcik wytwarza wyjątkowe przedmioty z tytanu. Są to wyroby użytkowe dedykowane dla mężczyzn: wkrętaki, długopisy, pióra. Kieruje się ergonomią, ale jego przedmioty to elegancja w każdym detalu.
ZDROWIE
21 By nasze życie nabrało smaku
SPORT
24 Na dwa serca, na dwie sztangi

REDAKTORZY WYDANIA
Zuzanna Leszczyńska 89 625 69 82
Mirosław Wieczorek
Piotr Sucharzewski sport@gazetaolsztynska.pl
ŁAMANIE: Dobrochna Bugiera
WYDANIE ONLINE 89 539 74 83
internet@gazetaolsztynska.pl

REDAKTOR NACZELNY
Igor Hrywna
ZASTĘPCA REDAKTORA NACZELNEGO
Bartosz Orliński

GAZETAOLSZTYNSKA.PL
redakcja@gazetaolsztynska.pl
tel. 89 539 74 83
PRENUMERATA E-WYDAŃ
prenumerata@gazetaolsztynska.pl
89 539 76 65

REKLAMA W OLSZTYNIE
ul. Tracka 5
tel. 89 539 74 53, 89 539 77 77
reklama@gazetaolsztynska.pl
CENTRALNE BIURO OGŁOSZEŃ
tel. 89 539 74 80, 81

REDAKCJA W ELBLĄGU
ul. Rybacka 35
82-300 Elbląg
tel. 55 611 46 00
gazeta@dziennikelblaski.pl

REKLAMA W ELBLĄGU
ul. Rybacka 35
82-300 Elbląg
tel. 55 236 18 02, 55 611 46 01
reklamy@dziennikelblaski.pl

WYDAWCA
GRUPA WM Sp. z o.o.
ul. Tracka 5
10-364 Olsztyn

PREZES
Jarosław Tokarczyk

DRUK
Drukarnia Prasowa
GRUPY WM Sp. z o.o.
Olsztyn, ul. Tracka 7
tel. 89 539 74 21

Redakcja nie zwraca niezamówionych tekstów oraz zastrzega sobie prawo dokonywania skrótów w publikowanych listach i nadesłanych materiałach. Redakcja nie odpowiada za treść ogłoszeń. Wydawca zastrzega sobie prawo odmowy przyjęcia ogłoszenia sprzecznego z zasadami moralnymi lub prawem.

eprasa.pl c0e63975c4

Zatęskniliśmy za **randkami swatki**

Swatka w czasach pandemii wraca do łask. Rozczarowani wirtualnymi portalami wracamy do sprawdzonych sposobów na znalezienie drugiej połówki. Rozmawiamy z Anną Guzior-Rutyną, swatką, coachem relacji, autorką poradników.

Anna Guzior-Rutyna - swatka, coach relacji. Autorka m.in. poradników „Jak znaleźć faceta i dobrze wyjść za mąż", „Jak znaleźć odpowiednią kobietę?" czy „Jak w 21 dni naprawić związek". Pomysłodawczyni kampanii Bezpieczna Randka. Jest szczęśliwą żoną i mamą Artura, Alana i Amelki.

Anna Guzior-Rutyna: Kiedy poszukiwania ideału trwają długo, oczekiwany efekt nie nadchodzi, kobiety mówią – to ja już wolę być sama. I kiedy już tak sobie powiedzą, tak robią. To pułapka. Szukamy ideału, a przecież on nie istnieje. Po prostu. Przez to tracimy szansę na miłość.

Fot. mat. prasowe

— Szukamy księcia lub księżniczki z bajki. A gdy nie pojawia się na horyzoncie, strzelamy focha i zostajemy singlem?

— To zależy. Dziś single są bardzo wymagający. W Polsce żyje podobno 7,5 miliona singli. A to się bierze stąd, że im wyższe wykształcenie, zarobki, pozycja społeczna i zawodowa, tym wymagania stają się coraz wyższe. Ale tak naprawdę panie mają je większe od panów.

— Dziś panie najbardziej cenią niezależność?

— Tak, to prawda. Z drugiej strony wychodzą z założenia, że skoro tyle osiągnęły, to partner musi być na podobnym poziomie, co one same. Są wybredne i nie obniżają poprzeczki. Trudno je zadowolić. Mężczyzna musi więc naprawdę bardzo mocno się gimnastykować, by zaspokoić potrzeby obecnej kobiety. Kobiety sukcesu. To wszystko ma drugą stronę medalu. Mężczyźni boją się takich kobiet. Kiedy poszukiwania ideału trwają długo, oczekiwany efekt nie nadchodzi, takie kobiety mówią – to ja już wolę być sama. I kiedy już tak sobie powiedzą, tak robią. To też pułapka. Szukamy ideału, a przecież on nie istnieje. Po prostu. Przez to tracimy szansę na miłość. W mojej książce „Jak znaleźć faceta i dobrze wyjść za mąż" i „Jak znaleźć odpowiednią kobietę" poruszyłam ten temat. Tam też napisałam, że kiedy szukamy partnera musimy zastanowić się, czego oczekujemy. Dobrze, na początek możemy sobie stworzyć idealny obraz. Ale potem trzeba zejść na ziemię i szukać człowieka z krwi i kości. A każdy będzie miał jakieś wady. Facet nie musi mieć przecież dokładnie 185 centymetrów wzrostu. Niech ma na przykład 177 centymetrów. Może nie musi mieć takiego wykształcenia, jakie sobie założyłyśmy. Z czegoś trzeba ująć. My też nie jesteśmy idealne, więc nie wymagajmy tego od mężczyzn.

— Ale czy nie jest też tak, że kobiety odkładają te poszukiwania na później. Najpierw najważniejsze jest zdobycie odpowiedniego wykształcenia, potem pozycji zawodowej. Własne mieszkanie, samochód. I w końcu mężczyzna. No i zaczyna być pod górkę.

— Tak, niemal wszystkie punkty z listy zadań do wykonania skreślone, tylko tego faceta jeszcze nie ma. Singielki, które nigdy nie były wcześniej w poważnym związku, zawsze mają trudniej. Mając około 40 lat chcą nagle szybko znaleźć odpowiedniego faceta, założyć rodzinę i mieć dzieci. Kiedy mężczyzna widzi taką „ryczącą czterdziestkę", jeszcze jej dokładnie nie pozna, a już chce wiać. Wie, co go czeka. Kobiety chcą odznaczyć ostatni punkt z listy. A tu nie wychodzi. Rzeczywiście, jest trudniej im znaleźć partnera, ale też kobiety w tym wieku są bardziej wymagające, o czym mówiłam wcześniej.

— Ostatnio na jednym z portali społecznościowych spotkałam się ze stwierdzeniem, że po czterdziestce znalezienie dobrego partnera, w przypadku kobiety, jest wręcz niemożliwe.

— Nie, ja tak nie uważam. Powiem szczerze, że mam klientki po 40 i znajdują drugą połówkę. Co, nie mają prawa do szczęścia? W maju będę miała 39 lat. Dziś kobiety po 40 są atrakcyjne, pewne siebie. Na pewno trudniej im niż dwudziestkom, ale to jest wykonalne. Pod warunkiem, że trochę obniżą pułap wymagań.

— Z tym chyba im najtrudniej, bo przecież marzymy o idealnej miłości. To wpaja nam się jako dziewczynkom.

— Wierzę w miłość i to, że w związku ważne jest, by się w sobie zakochać. Trzeba spojrzeć na swoją partnerkę bądź partnera i zobaczyć, że też jest człowiekiem. Nie znaczy, że każę kobietom wiązać się z pierwszym mężczyzną, który stanie na ich drodze. Nie, ale trzeba z czegoś zrezygnować. Nie może mieć ponad 180 wzrostu, być przystojny, wykształcony, wierzący, a do tego jeszcze ze wszystkimi włosami na głowie. A może jeszcze ma nie nosić okularów i nie palić? Nie. Tak się nie da. To błędne koło.

— W ostatnich latach zmieniło się też szukanie drugiej połówki. Kiedyś poznawaliśmy się na dyskotece. Teraz jesteśmy zapracowani i poznajemy się wirtualnie.

— Tutaj trzeba też powiedzieć, jak wiele zmieniła pandemia. Niektórym otworzyła oczy. W moim przypadku przyniosła mi też więcej klientów, których rozczarowało poszukiwanie partnerki lub partnera w wirtualnym świecie. Na portalach często można spotkać osoby, które szukają seksu, jest całe mnóstwo oszustów matrymonialnych. Moi klienci to osoby, które mają dosyć portali tego typu. Często to osoby publiczne; lekarze, prawnicy, politycy, biznesmeni, którzy nie chcą pokazywać swojego zdjęcia, liczą na dyskrecję i nie chcą tracić czasu.

— I chcą, i się boją. A singli przybywa.

— Tak, i statystyki pokazują, że singli jest coraz więcej. Dlatego, że ludzie z jednej strony boją się, a z drugiej - szukają w różnych miejscach, nie zawsze wiedząc o tym, że zawód swatki wciąż istnieje. Co mam nadzieję się zmieni (śmiech). Czasem pasmo rozczarowań związanych z wirtualnymi portalami randkowymi sprawia, że ktoś traci chęć do dalszych poszukiwań i postanawia zostać singlem. To nie jest dobre rozwiązanie. Obawiam się, że dużo złego dzieje się również dlatego, że nie podejmujemy wyzwania i nie naprawiamy naszego związku, kiedy wkrada się do niego rutyna i codzienność. Zapominamy o tych gorących miesiącach z początków. Nie chce nam się angażować i szukamy kogoś innego do pary. A może czasem czas przypomnieć sobie o tym, że jesteśmy parą, bo kochamy się, dbamy o siebie nawzajem? Dla tych wszystkich, którzy chcą przywrócić poczucie euforycznego szczęścia napisałam podręcznik „Jak w 21 dni naprawić związek".

— W 21 dni? To możliwe?

— Bardzo w to wierzę i oczywiście dotyczy do par, które nie są w tak złej sytuacji, że potrzebują terapii. Tutaj chodzi o to, by zatrzymać się w tej codzienności i przypomnieć o tym, co nas łączy. W związkach często nie doceniamy siebie wzajemnie. Piszę, jak doceniać partnera, jak prawić mu komplementy, jak dbać o relację każdego dnia, nie tylko od święta. Jak przygotować romantyczną kolację czy podgrzać atmosferę w sypialni.

— Dziś swatka musi być wielozadaniowa?

— Tak, ale bierze się to stąd, że wciąż myślę o tym, jak połączyć ludzi w pary. Szukam sposobów, by pomóc parom, kiedy coś zaczyna się psuć. Z mężem nie mamy cichych dni. Rozmawiamy. Jestem coachem relacji, więc pokazuję, gdzie popełniamy błędy w komunikacji. O czym zapominamy. Naprawdę jestem wielozadaniowa.

— Podsumowując - róbmy sobie niespodzianki nie tylko z okazji walentynek?

— Ależ tak! Jak najczęściej. I ta niespodzianka nie musi być droga czy wyszukana. Mój mąż wychodząc o piątej rano do pracy zdążył odśnieżyć mi samochód. To ucieszyło mnie bardziej, niż jakbym dostała bukiet kwiatów. Naprawdę trzeba niewiele, by nasza druga połówka poczuła się kochana.

KATARZYNA JANKÓW-MAZURKIEWICZ
k.jankow@naszolsztyniak.pl

eprasa.pl c0e63975c4

Fot. Pixabay

Przez trzy lata myślałam, że **jestem w związku**

Miała być wielka miłość, a zamiast tego było wielkie emocjonalne piekło. Karolina i Wiktoria, nasze bohaterki, wpadły w sidła manipulatorów. Mężczyźni na których trafiły posługiwali się wyrafinowanymi technikami manipulacji. — Byłam na granicy szaleństwa — wspomina Wiktoria.

Pamiętasz to uczucie, kiedy musnął cię po raz pierwszy delikatnie w ramię? Patrzył ci przenikliwie prosto w oczy. Powiedział komplement, dość banalny, ale przecież tak byłaś spragniona czułych słów. Zresztą, wystarczył ci tylko jego tembr głosu: niski, chrypiący. Potem wieczorami pisaliście do siebie na Messengerze. Zawsze był dwuznaczny. Wydawało ci się, że jesteś na dobrej drodze, żeby się niego zbliżyć. Na twoją kolejną, gorącą wiadomość odpisał zupełnie formalnie, tak jak gdyby między wami nic nie iskrzyło.

Jesteś zdezorientowana, prawda? Za to on może wpisać sobie już pierwszy punkt. Wywoływanie dezorientacji, zdziwienia, to dopiero początek zabawy. Potem zastosuje na tobie mnóstwo innych technik manipulacyjnych. Najokrutniejszą będzie zabawa w ciepło — zimno. Będzie się do ciebie zbliżał po to, żeby potem nagle mocno się zdystansować. Poczujesz to szarpnięcie całą sobą. Nigdy nie przewidzisz jego zachowania. Nigdy nie będziesz wiedziała, na jakim etapie relacji jesteś. Zawsze będziesz traciła grunt pod nogami. Aż wyda ci się, że oszalałaś. Jedynym twoim pragnieniem będzie skończyć to, ale nie zrobisz tego, bo będziesz już uwikłana. I uzależniona od emocji, które ci funduje.

Zanim ciebie wtedy dotknął, prawdopodobnie przeszedł kurs NLS, czyli neurolingwistycznego uwodzenia, inaczej nazywanego hipnotycznym. Technika ta wchodzi w skład NLP, czyli neurolingwistycznego programowania. NLP to modyfikowanie umysłu.

Albo po prostu dużo wie o NLP. Wie, jak wywołać u ciebie pożądane doznania psychiczne i fizyczne. Nauczył się pewnych tekstów i zachowań na pamięć. Przecież twój umysł też jest erogenną strefą, a on za każdym razem chce trafić w twoje czułe miejsce.

Prawdopodobnie kiedy myślisz, że jesteś wyjątkowa, on te same komplementy mówi innym kobietom. Na Messengerze też pisze do kilku kobiet jednocześnie.

Co jeszcze robi? Odpowiednio moduluje głosem. Specjalnie przerywa ciekawą i dynamiczną rozmowę, żeby wywołać w tobie zdziwienie. Promuje siebie tak, abyś była wdzięczna losowi, że tak wspaniały mężczyzna wybrał akurat ciebie. Umie słuchać. Na przemian stosuje dwuznaczności, zaprzeczenia. Czasem celowo mimo wielkiego zainteresowania nie daje kontaktu do siebie: wie, że nie wytrzymasz napięcia i sama mu podasz numer telefonu. Sprawia, że twoje emocje sięgają zenitu.

Nazwę NLP wprowadzili: psycholog John Grinder i językoznawca Richard Bandler, którzy podkreślali związek pomiędzy procesami neurologicznymi, zachowaniem i językiem człowieka. Stosowali oni NLP w latach 70. ubiegłego wieku jako sztukę doskonalenia się i formę psychoterapii.

Karolina

Jakie on miał hipnotyzujące spojrzenie. Przewiercał na wskroś. Potem z książek dowiedziała się, że tak patrzą psychopaci. Mają nienaturalnie szerokie źrenice. I że tacy jak on nie odczuwają emocji tylko jedynie je imitują. Dlatego na przykład płaczą na pogrzebach. Bo tak wypada. Ale nie czują smutku. Potem na terapii opowiadała, jak on płakał, kiedy powiedziała, że to koniec. I przypomniało jej się, że mimika nie współgrała zupełnie z płynącymi łzami. Coś ją ścisnęło w żołądku.

Pracowali biurko w biurko. On znad komputera na nią tak patrzył. Potem, zaczął pisać SMS-y. Ona była świeżo po rozstaniu, on przekonywał, że jest wolny. Okazało się, że słucha tej samej muzyki co ona, czyta te same książki. Lubili te same hiszpańskie seriale na Netfliksie. Ale nigdy nie oglądali ich wspólnie. Kiedy była w domu wieczorem, on pisał, że tęskni. Proponowała spotkanie. Milczał. Potem w pracy, unikał jej wzroku. Potem znów przypominał jej o sobie. — Powiedziałam głośno w biurze, że szykuję się na parapetówkę

eprasa.pl c0e63975c4

do znajomych — opowiada Karolina. — Natychmiast dostałam wiadomość, że jak mogę go tak lekceważyć. Że na pewno go tam zdradzę.

Przez całą imprezę Karolina dostawała od niego wiadomości. Kiedy wróciła do domu, miała wyrzuty sumienia, że w ogóle tam poszła. Tak mu przecież na niej zależało.

Jej życie zaczęło przypominać rollercoaster. Albo wypisywał do niej nocami, albo następne tygodnie ignorował. Kiedy coś w pracy powiedziała jego zdaniem nie tak, karał ją milczeniem. Albo w firmowej kuchni podchodził do niej i nagle zaczynał całować w szyję. Potem znów były dni ciszy. Kiedy ona rozmawiała z kolegami, on się obrażał. Kiedy chciała go spytać, co ich właściwie łączy, atakował ją. — Wiesz, jak bardzo nie lubię, kiedy wywiera się na mnie presję — z łatwością wchodził w rolę ofiary.

Wtedy odpuszczała. — Przyjaciółka widząc jak on na mnie traktuje, poprosiła, żebym zerwała tę relację. Przekonywała mnie, że nie jest to normalne. Nie mieliśmy wspólnych zdjęć, nie chodziliśmy nigdzie razem, święta spędzaliśmy osobno — wspomina.

Posłuchała przyjaciółki i napisała mu w SMS-ie, że musi to skończyć. A on się biedak załamał. Nie mógł już prowadzić tej relacji. Nie czuł się bezpiecznie. Ale jeszcze wcześniej, próbował skłócić ją z przyjaciółką, sugerując, że ona coś do niego czuje.

Seks? Był tylko raz, na pożegnanie. — Trzy lata tkwiłam tej chorej relacji — ubolewa Karolina. — Dokładnie przez trzy lata myślałam, że jestem w związku. A to on był w związku. Nawet w dwóch...

Wiktoria

Ma trzydzieści trzy lata, pięcioletniego syna i rozwód za sobą. Pierwsze małżeństwo rozpadło się bardzo szybko, syn Wiktorii miał zaledwie rok. Z byłym mężem utrzymuje przyjacielskie kontakty. Długo nie chciała wchodzić w nowy związek, aż wreszcie pojawił się on. Był jak ze snu.

— Karol zrobił na mnie nieziemskie wrażenie już podczas poznania — wspomina. — Było zupełnie jak w filmie: na chodnik spadła mi teczka z dokumentami, a on ją podniósł. Powiedział, że pięknie wyglądam, a ja byłam bez cienia makijażu. Rozmawiało nam się wspaniale, jakbyśmy znali się od lat. Zdziwiłam się, że nie chce wziąć do mnie numeru. Więc sama mu go wręczyłam. I to był pierwszy błąd...

Karol znał się na wszystkim. Był erudytą i specjalistą we wszystkich dziedzinach. Ale nigdy jakoś nie mógł tego udowodnić. Kiedy miał zaprezentować grę na fortepianie, akurat uszkodził sobie rękę. Kiedy jechał do Wiktorii naprawić kran, stał tak długo w korku, że Wiktoria zdążyła już wezwać hydraulika. Kochał dzieci. Ale nigdy nie zdążył na występ syna Wiktorii do przedszkola. — Najważniejsze, że się stara — usprawiedliwiała go Wiktoria.

Nie chciał mieć z nią żadnych wspólnych zdjęć. Mówił, że jest niefotogeniczny. Nie istniał w mediach społecznościowych. Wiktoria cieszyła się, że jest oryginalny. Za to coraz częściej brzęczał Wiktorii nad uchem kluczami do swojego mieszkania. — Niedługo zamieszkamy wszyscy razem: ja, ty i twój Staś — obiecywał.

Wiktoria odżyła. Nowy kolor włosów, hybryda na paznokciach, zajęcia z jogi. Chciało jej się żyć.

Pewnego dnia nie przyszedł na kolację. To były jej urodziny. Czekała na niego i spodziewała się prezentu. Przepadł jak kamień w wodę. Jego komórka milczała. Wiktoria nie mogła obdzwonić szpitali, bo kim dla niego była...? Kto by jej udzielił informacji?

Przez dwa tygodnie nie mogła jeść ani spać. Jej syn trafił pod opiekę swojego taty. Po dwóch tygodniach Karol stanął w jej drzwiach jak gdyby nigdy nic. Jak mówił, czuł się.... oszukany. Wiktoria nie uprzedzała go, że się zaangażuje. Ale to on przecież wspominał o wspólnym zamieszkaniu. Karol już tego zupełnie nie pamiętał. Widocznie coś sobie wymyśliła. — Nie wiedziałam już czy to się dzieje naprawdę — opowiada.

Jednak nagłe zniknięcie nie było najgorsze. Najgorsze było to, jak Wiktoria pewnego dnia spotkała na ulicy Karola z... jego żoną. W zaawansowanej ciąży. Z szeptów sąsiadek dowiedziała się, że Karol od dawna wił dla nich gniazdko. W końcu udało się ściągnąć żonę do miasta, w którym pracował i poznał Wiktorię... To dla żony były te klucze.

ALEKSANDRA TCHÓRZEWSKA
a.tchorzewska@gazetaolsztynska.pl

Rozmowa z psychologiem

Niektóre kobiety myślą, że **muszą zasłużyć na miłość**

Dlaczego jedne kobiety zupełnie nie są podatne na urok manipulatora, a inne z łatwością wpadają w jego sidła? Jak zauważyć, że padliśmy ofiarą gierek ze strony partnera lub partnerki? Pytamy o to **Magdalenę Stefańczyk**, psycholog z Warszawy.

Fot. Arch. prywatne

— Mieszkanka Piaseczna przelała oszustowi ponad 600 tys. zł na „leczenie" amerykańskiego aktora Clinta Eastwooda. Oszust podawał się za syna aktora. Tutaj policjanci o romansie w tle nie mówili, ale wiemy, że jest mnóstwo historii, kiedy kobieta oszczędności swojego życia przeznacza na „amerykańskiego żołnierza", którego nie widziała na oczy, a który zapewniał, że jest miłością jej życia...

— Każdy z nas ma potrzebę bycia kochanym. Ofiarą oszustów padają osoby, które nie doświadczyły w swoim życiu miłości bezwarunkowej- są to zarówno kobiety, jak i mężczyźni. Takie osoby są przyzwyczajone do tego, że na miłość muszą zasłużyć. Wiąże się z tym zawsze obniżone poczucie własnej wartości.

Osoba, która ma na swoim koncie różne przykre doświadczenia, jest przekonana, że musi zapracować na bycie kochaną. Bo jeśli się nie postara i nie zrobi wszystkiego co w jej mocy, to nikt jej kochać nie będzie. Niestety taka osoba jest podatna na wykorzystywanie przez oszustów. Podane przez ciebie przykłady, to sytuacje ekstremalne. Natomiast tego typu relacje dzieją się bardzo często, kiedy jedna strona wykorzystuje drugą, która się na to godzi, ponieważ jej zdaniem na uczucia musi zapracować.

— Jakie kobiety nigdy nie padną ofiarą manipulacji?

— Jeżeli kobieta doświadczyła prawdziwej miłości od rodziców, dziadków czy opiekunów, to wie, że sama w sobie jest dość dobra i wystarczająca. I na miłość zasługuje. Jeśli pojawiają się jakiekolwiek oznaki złego traktowania, jej włącza się naturalnie czerwona lampka, więc w taką relację nie wejdzie. Taki sam mechanizm występuje w relacjach przemocowych. Osoba nie czuje się dość wartościowa, godna miłości i zrobi wszystko, żeby na miłość zapracować. Manipulator ma naprawdę duże pole do popisu. Oczywiście tak jak w przypadku związków przemocowych, wszystko zaczyna się bardzo pozytywnie i bardzo niewinnie. Przecież nikt nie żąda od tej kobiety od razu jakichkolwiek poświęceń. Manipulator zapewnia kobietę jak bardzo jest wspaniała i wartościowa i jak bardzo chciałby z nią być. Dopiero później pojawiają się warunki. A ona chce spełnić te warunki, żeby otrzymać to, czego potrzebuje najbardziej, czyli miłości. Natomiast kobieta która wie, że na miłość zasługuje i nie musi spełniać czyichś warunków, to w naturalny sposób, gdy warunkowanie się pojawia, wycofuje z tej relacji. A manipulator i tak wie, że z taką osobą byłoby za dużo pracy i za duże ryzyko porażki. Bardzo łatwo wyczuć manipulatorowi osobę, która potencjalnie wpadnie w jego sidła. Oni się w tym specjalizują. Rozpoznają osobę, która będzie w stanie wejść w ten układ. Odkąd poznawanie ludzi przez Internet stało się czymś oczywistym, łatwo dokonać selekcji ofiary.

— W jaki sposób?

— Manipulator może z wieloma kobietami zacząć dokładnie ten sam wątek. Może zagadywać w ten sam sposób np. pięć kobiet równocześnie, chcą wybrać jedną docelową ofiarę. Metodą eliminacji będą się one wykruszać. Zostanie ta jedna, podatna na manipulację. I złapie haczyk. Manipulator już wie, że warto w tę relację inwestować, bo można z niej wyciągnąć najwięcej korzyści. A nie jest mu trudno prawić wielu komplementów, wysyłać zdjęcia, które nie są jego zdjęciami, wysyłać wiadomości. To nie jest żaden koszt. W momencie kiedy kobieta chce się spotkać, pojawia się pierwsze warunkowanie: ja bym bardzo chciał, tylko nie mam pieniędzy na bilet. I ona często wysyła pierwsze pieniądze, a potem mężczyzna odwołuje w ostatniej chwili spotkanie albo pisze, że trafił do szpitala. I potrzebne są kolejne pieniądze na leczenie. Kobieta już jest tak zaślepiona i tak uwikłana, że tylko czeka na te wiadomości. I przestaje w tym momencie myśleć racjonalnie. A nawet jeśli ma kogoś, kto chce ją ostrzec, to manipulator zaczyna odsuwać ją od tej osoby. Osuwanie od środowiska wsparcia jest bardzo częste. W dużym skrócie mechanizm wygląda tak: przyciąganie do siebie, zauroczenie, a później stawianie warunków.

— Jak rozpoznać, że ktoś nami manipuluje? Nie zawsze przecież ktoś chce od nas dużym sum...

— W codziennym życiu nie jest to proste. Głównym wyznacznikiem jest to, jak się z tym czujemy. Załóżmy mamy kolegę czy koleżankę, którzy są w gorszej sytuacji finansowej. I my płacimy za każde spotkanie. I nie ma w tym nic złego, jeśli czujemy się z tym dobrze. Natomiast identyczna sytuacja może być także formą manipulacji, jeśli okazuje się, że taka osoba ma pieniądze na wszystko, tylko nie na spotkanie z nami. Trudno to rozpoznać, zależy od kontekstu, od relacji. Są takie relacje, w które sami chcemy inwestować i nie czujemy się wykorzystywani. A są też takie, kiedy od początku czujemy, że coś jest nie tak. Musimy zaufać naszej intuicji. Tylko że ta intuicja może być zawodna, jeśli tak bardzo pragniemy akceptacji, przynależności, miłości, że jesteśmy w stanie zrobić wszystko. Wtedy naturalne mechanizmy obronne się wyłączają.

— Na początku naszej rozmowy mówiłaś o miłości własnej, a raczej o jej braku. Jak okazać sobie miłość?

— To jest tak, jak z sytuacją w samolocie, kiedy stewardesa instruuje nas o procedurach bezpieczeństwa: najpierw maseczkę tlenową nakładamy sobie, potem osobie obok, nawet jeśli jest to dziecko. Bo tylko wtedy, kiedy najpierw zadbamy o siebie, możemy zadbać o innych. Jeśli kochamy siebie, nie możemy innych stawiać zawsze na pierwszym miejscu. I to niezależnie od tego, jak bardzo chcemy zadbać o najbliższych. Powinniśmy dać sobie prawo do gorszych dni, do choroby. Wiele kobiet gdy choruje, nie daje sobie prawa do zwolnienia tempa. Bo przecież ktoś musi zrobić zakupy, ktoś musi zająć się dzieckiem. I w ich mniemaniu, tym kimś są właśnie one. A to jest ten czas, żeby powiedzieć: to jest ta chwila, żeby ktoś zadbał o mnie. Jeśli pozwolimy sobie na troskę względem siebie, to automatycznie nasi najbliżsi zaczną nas inaczej traktować i także chętnie się o nas zatroszczą. Oni często nie są do tego przyzwyczajeni, bo my nigdy nie daliśmy im na to szansy. Partnerowi też warto powiedzieć, że chcemy zrobić coś dla siebie. Często to są drobne sprawy: zorganizowanie czasu na własne hobby, spotkanie z przyjaciółką. Trzeba dbać o związek, ale też dbać o siebie, bo partnerzy nie zawsze mają te same potrzeby. Uszanowanie części wspólnej jest tak samo ważne jak uszanowanie siebie.

ALEKSANDRA TCHÓRZEWSKA
a.tchorzewska@gazetaolsztynska.pl

eprasa.pl c0e63975c4

Jesteśmy **spragnieni miłości**

Pary dobiera intuicyjnie, w oparciu o swoje doświadczenie i preferencje kandydatów. Małgorzata Bambrowicz z biura matrymonialnego LoveZnajdźMiłość udowadnia, że w dzisiejszych czasach sens mają nie tylko randkowe portale internetowe. — Ludzie zaczynają szukać czegoś w stylu slow. Taką usługę zapewniają właśnie biura matrymonialne — podkreśla w rozmowie z „Gazetą Olsztyńską".

Fot. unsplash.com

— W XXI wieku jest miejsce dla biur matrymonialnych? Portale internetowe i aplikacje nie wyparły tradycyjnych swatek?

— Faktem jest, że biura starej daty, które święciły triumfy 20-30 lat temu, zupełnie upadły. Być może wynika to z tego, że ich właściciele nie byli gotowi na ten internetowy boom. Mówię to, bo mam nawet klienta, który kiedyś prowadził tego typu biuro. Paradoksalnie jednak w tej chwili, po zachłyśnięciu się randkami w sieci, ludzie zaczynają szukać czegoś odwrotnego, bardziej w stylu slow. W biurach takich jak moje staramy się poznać klienta bezpośrednio i dopasować do niego odpowiednią osobę pracując intuicyjnie, na podstawie tego czego dowiemy się o tej osobie i w oparciu o wrażenie, które ona na nas zrobi. Takich biur szukają też ludzie, którzy z jakichś powodów nie mogą „ogłaszać się" w Internecie. To jest związane ze stanowiskiem lub sytuacją, w której się znajdują. Przykładowo, wdowy czy wdowcy, którym niezręcznie jest się obnosić z tym, że chcieliby na nowo ułożyć sobie życie. Na pewno biuro matrymonialne nie jest dla każdego, ale będzie odpowiednie dla kogoś, kto chce szukać drugiej połówki w bezpośredni sposób.

— W aplikacjach randkowych często oceniamy kandydatów wyłącznie po wyglądzie. W biurze matrymonialnym dobór następuje głównie w oparciu o cechy charakteru...

— Akurat w moim biurze przed randką nie pokazujemy kandydatom nawzajem swoich zdjęć. Idąc na spotkanie osoby nie wiedzą więc jak wyglądają. Plusem takiego rozwiązania jest, że osoby, które szukają „szybkiej" relacji bazującej na wyglądzie, odpadają już przy pierwszej rozmowie, kiedy informujemy, że nie pokazujemy zdjęć kandydatów. Oczywiście każdy podczas wywiadu mówi o swoich preferencjach. Nie jest tak, że kobieta, która ma metr osiemdziesiąt wzrostu i poszukuje wyższego partnera pójdzie na spotkanie z panem, który ma metr siedemdziesiąt. Bierzemy te preferencje pod uwagę, ale w ogóle nie opieramy się na wizerunku. Nie jest też tak, że to klient wybiera sobie partnera czy partnerkę. On wyłącznie mówi, czego oczekuje, a to my dobieramy odpowiednią osobę pod zgłaszającego się.

— Jak wygląda proces zgłoszenia do biura matrymonialnego?

— Zaczynamy od rozmowy telefonicznej, podczas której tłumaczę na jakiej zasadzie działamy. Że bierzemy na siebie odpowiedzialność za wybór partnera, a nie przekazujemy singlom telefonów do siebie nawzajem. Para, która wybiera się na randkę nie ma do siebie kontaktu. Idą po prostu w konkretne miejsce, muszą ze sobą spędzić godzinę, a potem mogą zdecydować co dalej. Po tym wstępie zgłaszający się decyduje, czy w ogóle chce ze mną dalej rozmawiać. Jeśli tak, przeprowadzam wywiad szczegółowy, który trwa do godziny. Potem umawiam się na spotkanie twarzą w twarz, obecnie dzieje się to oczywiście w reżimie sanitarnym. Na podstawie rozmowy dobieramy do tej osoby partnera i umawiamy ich na spotkanie.

— Jakie pytania padają podczas przeprowadzanego przez panią wywiadu?

— Paradoksalnie zgłaszającym się najtrudniej jest opowiedzieć o swoich największych zaletach i wadach. Inne, na przykład o to jakiego partnera się szuka, nie sprawiają większych kłopotów. Bywają oczywiście też pytania z zaskoczenia, które pozwalają mi lepiej poznać kandydata, ale nie chciałabym ich zdradzać.

— Czy w trakcie rozmowy telefonicznej, choćby po tonie głosu czy sposobie mówienia, jest już pani w stanie ocenić jaką osobą jest kandydat?

— Tak, pierwszą rozmowę przeprowadzam przez telefon właśnie po to, by nie mieć innych bodźców z zewnątrz. Wsłuchuję się w to jak ta osoba mówi i mam już przed sobą obraz tego człowieka.

— Bywa tak, że po takiej rozmowie wie już pani, że dla tej osoby nikogo nie znajdzie w swojej bazie kandydatów?

— Oczywiście. Zdarza się tak, wtedy trzeba poczekać na odpowiednią ofertę. Bywa i tak, że rozmawiam z kimś i już wiem kto z bazy byłby dla tej osoby idealny. Niektórzy ludzie są bardzo zamknięci, nie są gotowi na nowe związki i tak naprawdę nie szukają nikogo. Bywają i tacy, którzy uczestniczą w kilku randkach i każdy chce z nimi kontynuować znajomość, a oni tego nie chcą. Powodem może być to, że jest jeszcze za wcześnie na budowanie kolejnej relacji. Sugeruję wówczas spotkanie z współpracującym z nami psychologiem. Na przykład jednej z pań dobrałam mężczyznę, który był zupełnym przeciwieństwem jej byłego męża i poprzedniego partnera. Choć początkowo zarzekała się, że to nie może się udać, to po kilku randkach przyznała, że wybór był niezwykle trafny. Zwróciła też uwagę, że gdyby nie terapia u psychologa, to nigdy by nie uwierzyła, że może być z kimś tak innym od partnerów z przeszłości i że zasługuje na prawdziwą miłość. Ta para jest już razem 4 lata, życie obojga zmieniło się o 180 stopni, obecnie planują ślub.

— Jakie zdolności powinna mieć osoba prowadząca biuro matrymonialne? Zawsze miała pani nosa do ludzi?

— Myślę, że tak, dlatego też otworzyłam biuro. Na pewno

eprasa.pl c0e63975c4

Fot. archiwum prywatne Małgorzaty Bambrowicz

prowadzący taką działalność musi lubić ludzi, interesować się ich życiem, być empatyczny i cierpliwy. Wiadomo, że samotność jest przykrym stanem i czasem u zgłaszających się pojawia się zwątpienie i frustracja. Często odbija się to na mnie, bo ludzie mają tendencję do szukania winnego tej sytuacji.

— Można powiedzieć, że ma pani intuicję?

— Być może. Czasem jest to po prostu jeden impuls, który pojawia się na etapie wywiadu. Potem jedynie potwierdzam moje przeczucie, przeglądając kwestionariusz i sprawdzając, czy rzeczy w nim zawarte się nie wykluczają z oczekiwaniami klienta.

— Ile par udało się pani zeswatać?

— Trudno powiedzieć, ale bywają takie miesiące, że jest po kilka dobrych połączeń. Takich, które kończą się kilkumiesięcznym lub kilkuletnim związkiem. A czasem nawet zaręczynami i ślubem.

— Jest pani później zapraszana na tego typu imprezy?

— Kiedy zeswatane osoby się w sobie zakochają, z reguły informują mnie o udanym dobraniu. Ale później często jest dla nich wstydliwe, że poznali się przez biuro matrymonialne. Wolą tworzyć swoją historię już bez osoby trzeciej. Z doświadczenia wiem, że często tak się dzieje. Nie mam z tym problemu i życzę takim parom wszystkiego najlepszego.

— Do biura zgłasza się więcej pań czy panów?

— Ofert pań jest więcej. Ale kobiety zapisują się do biura nawet niekoniecznie szukając partnera. Z kolei panowie kiedy już do mnie przychodzą, formułują bardzo konkretne oczekiwania i nie są wybredni. Mają określone kryteria i się ich trzymają. Czasem takiemu mężczyźnie wystarczą trzy spotkania i znajduje właściwą partnerkę. Natomiast z paniami różnie bywa. Mimo że często trafiają na panów, z którymi mogłyby być szczęśliwe, nie chcą się wiązać i nie potrafią nawet podać uzasadnienia tej decyzji.

— Czy to pani ustala gdzie i kiedy spotka się dana para?

— Bardziej proponuję. Zawsze sugeruję, by było to gdzieś pośrodku ich miejsc zamieszkania. Na nic nie naciskam, ale informuję, że na etapie poznania zależy mi, by obowiązywało równouprawnienie. Na zasadzie: obydwoje przyszliśmy do biura matrymonialnego i zapłaciliśmy za tę usługę, jesteśmy tutaj na tych samych warunkach. Dlatego uczulam, by kobieta nie oczekiwała, że w restauracji to mężczyzna zapłaci za oboje. Ale i tak w praktyce w dziewięćdziesięciu procentach przypadków tak się dzieje (śmiech).

— Jakie miejsca najczęściej proponuje pani na pierwszą randkę?

— Z reguły doradzam, by para spotkała się przed kawiarnią, bo tak łatwo się odnaleźć. Następnie osoby same decydują, czy wchodzą do środka czy idą na spacer. Czasem bywa też tak, że pomysły na randki wychodzą od uczestników. Na przykład oboje mają psy i umawiają się na spacer z pupilami. Wtedy mogą ubrać się w bardziej sportowym stylu, bo ogólny wymóg jest taki, żeby byli ubrani bardziej odświętnie.

— Czy randka w ciemno to dla uczestników stresujące doświadczenie?

— Rzeczywiście przed spotkaniem ludzie najczęściej mocno się stresują. Do tego stopnia, że w umowie z moim biurem zamieściłam zapis, że niepójście na umówioną i potwierdzoną randkę skutkuje zakończeniem współpracy. Taki punkt musiał się pojawić, bo stres powodował, że ludzie czasem wycofywali się w ostatniej chwili. I osoba, która poszła na tę umówioną randkę, a nikogo nie spotkała, czuje się zawiedziona i jest jej przykro. Co ciekawe, w momencie spotkania ta trema najczęściej znika i osoby często mówią o tym, że wbrew pozorom jest to bardzo przyjemne doznanie. Trzeba wziąć pod uwagę, że randka to niemalże dla każdego sytuacja stresowa. Jest strach przed odrzuceniem, konfrontacją, zadajemy sobie pytania, czy się komuś spodobamy. Ale zawsze uspokajam, że wszyscy jesteśmy przecież w tej samej sytuacji. Poza tym są otwarte karty. Każdy wie po co przyszedł - znaleźć miłość.

— A co z bezpieczeństwem takich randek w ciemno? Czy nic nam nie grozi?

— Wszyscy klienci są przeze mnie dokładnie weryfikowani. To znaczy - wiem o tych osobach tyle, że mogę bez problemu je znaleźć. Poza tym w umowie jest zapis, że umówiona randka powinna trwać godzinę i odbyć się w miejscu publicznym. Nie powinno być takiej sytuacji, że ktoś idzie do kogoś do domu. Jeśli tak się stanie, może się to również skończyć zakończeniem współpracy. Oczywiście po tej ustalonej godzinie można iść do kogoś, ale zawsze trzeba mnie poinformować, że oficjalna randka się skończyła. Zresztą, z umowy wynika, że po godzinie randki single muszą poinformować mnie, czy pierwsze spotkanie się udało i czy znajomość będzie kontynuowana. Proszę o to także ze względów bezpieczeństwa. Ja tylko poznaję ludzi ze sobą i moja rola teoretycznie kończy się po tej pierwszej randce. Ale oczywiście można do mnie później napisać z jakimś pytaniem dotyczącym osoby, z którą kontynuujemy spotkania, jeśli na przykład uznamy, że to jeszcze nie moment, by pytać ją o coś wprost.

— Zdarza się, że w kwestionariuszach ludzie podają zmyślone informacje o sobie?

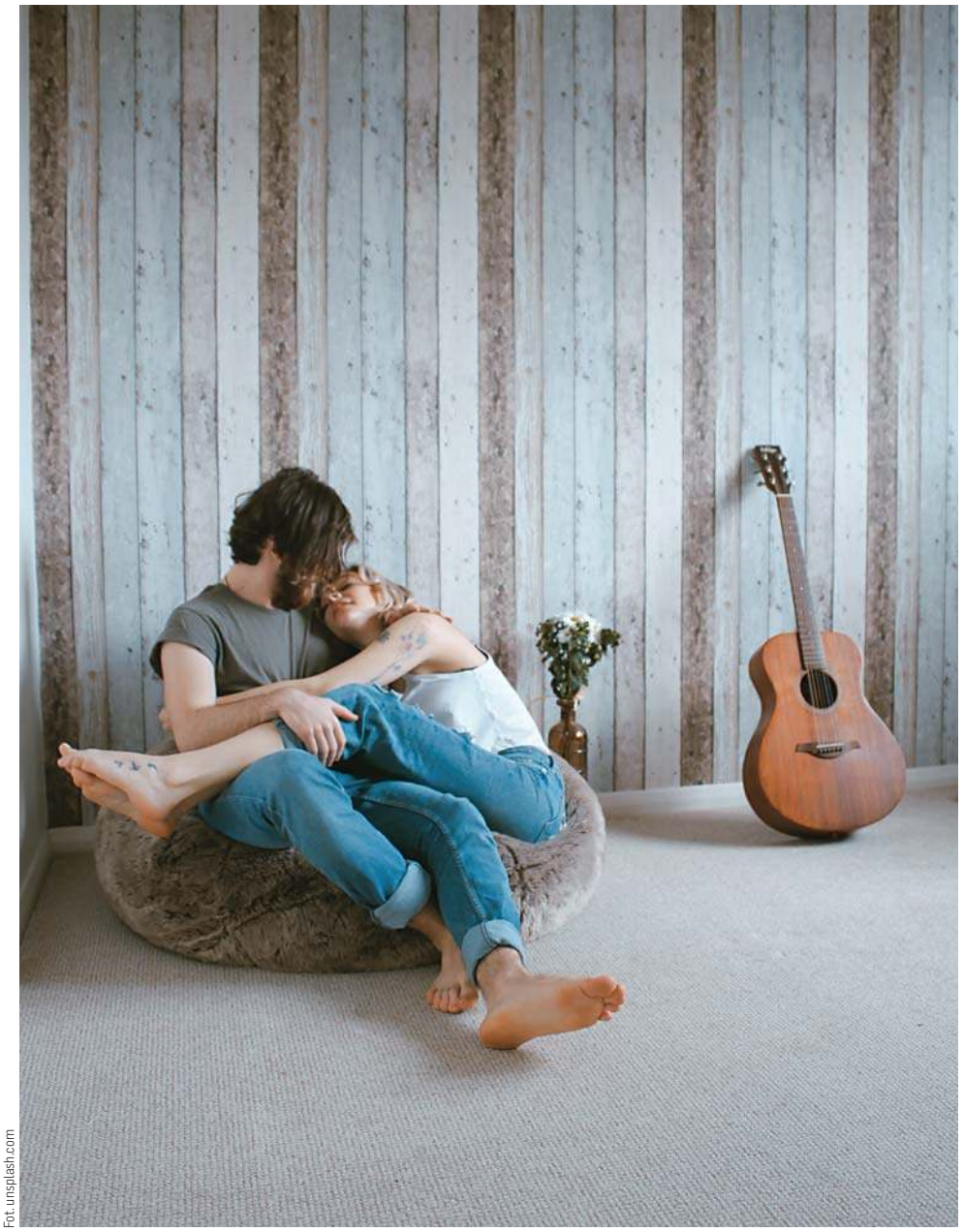
— Raczej nie mam do czynienia z oszustami. W umowie jest informacja, że jeśli osoba poda fałszywe informacje, kończę z nią współpracę. Kwota, którą płaci się za „pośrednictwo" biura nie jest wysoka, ale zawsze są to jakieś pieniądze, więc ludzie nie chcą ich tracić. Obecnie portale internetowe dają olbrzymie możliwości jeśli chodzi o naciągaczy, więc raczej „nie opłaca" im się przychodzić do biura matrymonialnego. Zwłaszcza, że ja już po tej pierwszej rozmowie często wiem, czy ktoś zmyśla albo coś ukrywa. Zdarzają się oczywiście drobne kłamstewka — dotyczące wieku, wagi lub wzrostu — ale nie wyciągam wówczas żadnych konsekwencji.

— W XXI wieku często mówi się o tym, że życie singla ma wiele zalet. Czy w takich czasach ludzie w ogóle poszukują drugiej połówki?

— Na pewno szukamy i jesteśmy spragnieni miłości. Ale z drugiej strony osoby, które przez dłuższy czas były singlami widzą, że życie w pojedynkę pozwala im się rozwijać, spełniać i skupić na sobie. Ale pamiętajmy, że jesteśmy gatunkiem stadnym i naturalnie ciągnie nas do drugiego człowieka. Wówczas kiedy poznamy kogoś może pojawić się problem, że trudno jest nam porzucić to swoje dotychczasowe życie. Chcemy zachować te atrybuty singla, a jednocześnie mieć przy sobie kogoś, kto będzie to tolerował. Pragniemy zmiany bez zmiany. Taka modyfikacja stylu życia może być dla nas nie lada wyzwaniem.

DOMINIKA RASZKIEWICZ
redakcja@gazetaolsztynska.pl

> Małgorzata Bambrowicz z biura matrymonialnego LoveZnajdźMiłość: Kobiety zapisują się do biura nawet niekoniecznie szukając partnera. Z kolei panowie kiedy już do mnie przychodzą, formułują bardzo konkretne oczekiwania i nie są wybredni. Mają określone kryteria i się ich trzymają. Czasem takiemu mężczyźnie wystarczą trzy spotkania i znajduje właściwą partnerkę. Natomiast z paniami różnie bywa. Mimo że często trafiają na panów, z którymi mogłyby być szczęśliwe, nie chcą się wiązać i nie potrafią nawet podać uzasadnienia tej decyzji.



Fot. unsplash.com

eprasa.pl c0e63975c4

Czasem **szczęściu trzeba pomóc**

Gdy nie masz pracy, zaczynasz jej szukać, nie czekasz, aż zapuka do twoich drzwi. Jesteś głodny, idziesz na zakupy. Potrzebujesz nowej sukienki, idziesz do sklepu i kupujesz ją. Gdy jesteś samotny, zgłaszasz się na portalu randkowym i dajesz sobie szansę na poznanie osób o podobnych upodobaniach. Szukanie drugiej połówki, sympatii, partnera, partnerki to temat stary jak świat. Sposobów na poszukiwania jest wiele. Przedstawiamy Wam trzy małżeństwa, których miłość jest dowodem na to, że prawdziwe uczucie można znaleźć wszędzie.

fot. Arch. prywatne

Kasia i Artur

Miłość znaleźli w internecie

W naszym społeczeństwie nadal istnieje rozróżnienie związków ,,internetowych" od tych nawiązanych w sytuacjach życiowych. Wciąż pokutuje wiele uprzedzeń wobec takiej formy nawiązywania znajomości. Osoby korzystające z portali randkowych są często oceniane jako ,,desperaci", a o potencjalnych partnerach zarejestrowanych w serwisach myśli się jako szukających tylko seksu, dziwnych, takich, którym nie powiodło się w związkach. Nie zawsze jest to prawda. Są ludzie, którzy w ten sposób odnajdują miłość swojego życia.

Katarzyna pochodzi z powiatu szczycieńskiego, a Artur z Olsztyna. Odnaleźli się na jednym z portali randkowych. Poznali i pokochali. Dziś są szczęśliwym małżeństwem z trójką dzieci. Śmieją się, że szczęściu czasem trzeba dopomóc i niekoniecznie trzeba się poznać w tradycyjny sposób, żeby odnaleźć swoją ,,drugą połówkę".

— Na portalu zarejestrowałam się w sumie nie wierząc, że mogę tam spotkać miłość swojego życia — opowiada Kasia. — Przez jakieś dwa lata traktowałam to jako zabawę, żadne ogłoszenie i poznani mężczyźni nie wzbudzili mojego zainteresowania. Aż w 2006 roku zaczęłam pisać z Arturem. Po jakimś czasie pisanie przestało nam wystarczać, więc zaczęliśmy do siebie dzwonić. Pewnego dnia padła propozycja spotkania i potem już wszystko potoczyło się swoim biegiem — dodaje.

Kasia i Artur to że poznali się przez Internet ukrywali przed swoimi najbliższymi. Opowiadali im, że spotkali się w jednej z olsztyńskich kawiarni. Obawiali się uprzedzeń do tego typu znajomości. Sami w krótkim czasie zrozumieli, że czekali na tę miłość przez całe swoje życie. Wynajęli mieszkanie w Olsztynie, po roku Artur poprosił Kasię o rękę i w sierpniu 2007 roku stanęli na ślubnym kobiercu. Po dwóch latach urodził się im pierwszy syn, dwa lata później córka, a w 10 rocznicę ślubu kolejna córka. Pracują, kupili dom. Są bardzo aktywni fizycznie: biegają, morsują, jeżdżą całą rodziną na rowerowe wycieczki.

— Dopiero po ślubie przyznaliśmy się rodzinie, że poznaliśmy się przez Internet — wyznają. — Było to ogromne zaskoczenie. Nic dziwnego, nawet my sami nie przypuszczaliśmy, że z takiej internetowej znajomości może zrodzić się miłość. Kto by pomyślał, że w sieci znajdziemy miłość swojego życia! — przyznają.

Portal przez który Kasia i Artur się poznali został zamknięty niedługo po ich poznaniu. Można powiedzieć, że mieli sporo szczęścia, iż zdążyli się odnaleźć.

— Widocznie ktoś tam na górze czuwał nad nami i postanowił, że będziemy szczęśliwą rodziną — mówi Kasia. — Warto czasem dopomóc swojemu szczęściu. My znaleźliśmy wielką miłość i szczęście w Internecie. Patrząc na dzieci i męża, myślę, że założenie konta na portalu randkowym było jak wygrana w Lotto. Gdybym tego nie zrobiła wtedy mogłabym przegapić ,,swoją szansę na szczęście", a tak poznałam kogoś wyjątkowego i wartościowego, z kim chcę przejść przez życie, zestarzeć się — dodaje.

W słonecznej Italii czekała na nią miłość

Agata w Polce skończyła studia i nie wiedziała co zrobić ze swoim życiem. Właśnie dowiedziała się, że zdradził ją narzeczony, z którym planowała wspólne życie. Ufała mu i go kochała. Pracowała w księgowości, lecz nie był o zawód, który przynosił jej satysfakcję.

— Jakoś tak się wszystko zwaliło na głowę, zdrada narzeczonego bolała najbardziej — wspomina Agata. — Koleżanka po raz kolejny wybierała się do pracy sezonowej we Włoszech. Zaproponowała bym z nią pojechała. Początkowo nie chciałam, ale po namyśle stwierdziłam, że to dobry pomysł. Spakowałam się i ruszyłam po raz pierwszy za granicę.

Agata pracowała na plaży z koleżanką. Roznosiły napoje, rozkładały leżaki, a wieczory spędzały na plaży. Adoratorów im nie brakowało, bo Włosi byli zachwyceni pięknymi Polkami i cały czas próbowali się z nimi umówić.

— Ta praca była jak wakacje. Pięknie się opaliłam, podobała mi się praca i kraj — wspomina Agata. — Kręciło się przy nas wielu chłopaków, jednak nie myślałam o żadnym na poważnie. Widziałam, że syn właścicieli ma na imię Stefano. Trochę rozmawialiśmy, trochę pokazywał nam gestami o co mu chodzi. Spędzaliśmy coraz więcej czasu razem. Nie chciałam tego, ale zakochałam się w nim, na szczęście z wzajemnością. Był rok 2003, sezon miał się ku końcowi... Stefano chciał, żebym została z nim.

Agata postanowiła jednak wrócić do kraju. Tęskniła, jednak nie wiedziała co ma robić. Po dwóch miesiącach Stefano pojawił się u niej w Polsce i poprosił ją o rękę. Postanowiła zaryzykować i poleciała do Włoch. W 2005 roku wzięli ślub. Trzy lata później na świecie pojawiła się ich córeczka Martina.

— Cieszę się, że zaryzykowałam, bo jestem bardzo szczęśliwa. Kocham i jestem kochana — zapewnia Agata. — Myślałam, że takie przypadki zdarzają się tylko w książkach. Bałam się zaufać, wyjechać do obcego kraju, a dziś nie wyobrażam sobie życia bez męża i córki. Teściowie są wspaniali, w ogóle Włosi przyjęli mnie ciepło. Obawiałam się, że nasza miłość może nie przetrwać próby czasu, różnic kulturowych, innej mentalności. A jednak miłość jest w stanie pokonać wszystko jeśli się kocha prawdziwie.

Jestem już ponad 15 lat mężatką i wciąż nasza miłość jest tak samo silna. Wciąż jest w nas namiętność, ciekawość siebie i świadomość, że w każdej sytuacji jesteśmy dla siebie wsparciem. Mamy różne charaktery, jednak zawsze i z każdej sytuacji znajdujemy wyjście, idziemy na kompromis. Kiedy patrzę w jego oczy wciąż widzę w nich miłość i iskrę pożądania. Choć mamy już prawie po 50 lat, to nadal trzymamy się za ręce jak nastolatkowie i potrafimy całować się na plaży przy zachodzącym słońcu. Dla takich chwil warto żyć!

Są razem 75 lat

Państwo Januszkiewicz są najstarszym żyjącym małżeństwem w powiecie szczycieńskim, a może i w województwie czy nawet w kraju. Pani Bronisława ma obecnie 96 lat a jej mąż Józef 101 lat. W czerwcu będą obchodzić 75-lecie pożycia małżeńskiego.

Poznali się w Rokitnie na Ukrainie. To tam mieszkała pani Bronisława i spotkała swojego męża. Już po kilku spotkaniach w ich sercach zaczęła kiełkować miłość. Wspólne chwile spędzone na rozmowach i pracy zbliżyły tych dwoje młodych wtedy ludzi. Niestety trudny to był czas na miłość, bo wybuchła II wojna światowa. Rodzina pana Józefa i jego ukochanej Bronisławy została wpisana na listę do wywózki na Sybir. Na szczęście przyszedł front i nie zostali wywiezieni, a tym samym nie zostali rozdzieleni. Małżonkowie do dziś nie mogą wymazać z pamięci tego, co przeżyli i widzieli na własne oczy.

eprasa.pl c0e63975c4

— Ukraińcy chcieli zabić wszystkich, których się dało. Źle traktowali ludzi, mordowali, bili, katowali. Chcieli, żeby Ukraina była bez innych narodowości. Polaków traktowali jak największych wrogów, w sposób bezwzględny i okrutny. Palili wioski, mordowali i wrzucali ludzi do studni — opowiada pan Józef. — Na moich oczach zamordowali mojego tatę. Związali go, rzucili na ziemię i tak długo tłukli kijami aż zmarł. My musieliśmy stać i patrzeć na to. Chciałabym wymazać tamten czas z pamięci ale się nie da. Mijają lata i im człowiek starszy tym częściej wraca do wspomnień z przeszłości. Wciąż to pamiętam, przeżywam i wciąż czuję ten sam ból — mówi pani Bronisława.

Po wojnie trafili do Nidzicy. Był 5 maja 1945 roku. Z Nidzicy pojechali do Jedwabna w powiecie szczycieńskim. Znaleźli dom, zamieszkali w nim. Rok później, 6 czerwca 1946 roku zawarli związek małżeński w kościele w Butrynach. Do ślubu pojechali wozem. Ślub był skromny, ale przysięga małżeńska złożona w kościele połączyła ich na wiele lat.

— Ksiądz, przy którym składaliśmy przysięgę, powiedział, że to pierwszy ślub, jaki daje po wojnie — wspominają. — Przysięgaliśmy przed Bogiem i tej przysięgi dotrzymaliśmy. Bywało w życiu różnie, raz lepiej, raz gorzej, ale razem przetrwaliśmy wszystkie złe chwile. Bo najważniejsze to być razem, umieć iść na kompromis, uśmiechnąć się, przebaczyć i kochać.

Pani Bronisława ma obecnie 96 lat a jej mąż Józef 101 lat

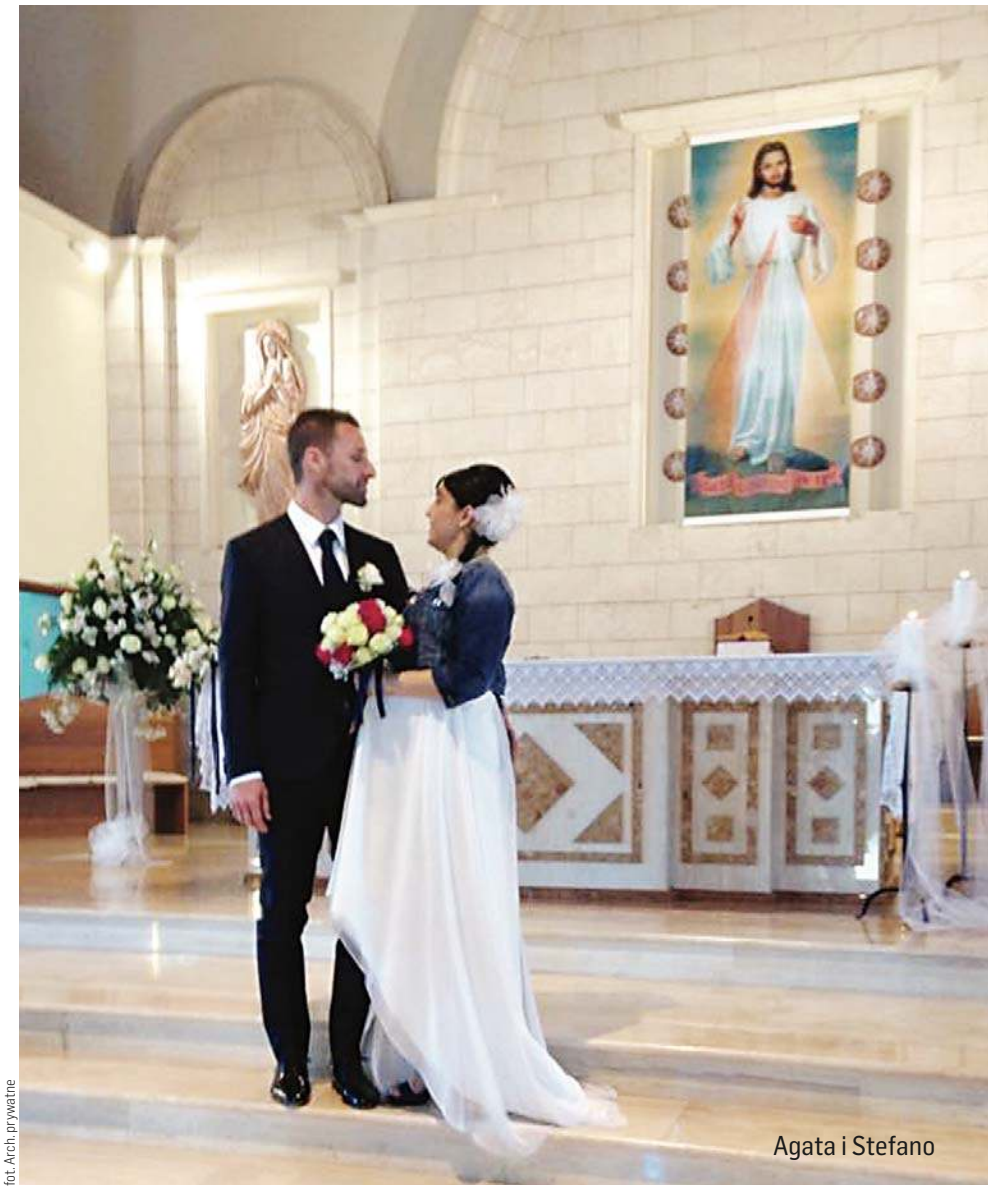
fot. Arch. prywatne

Pan Józef w marcu tego roku skończy 101 lat, jego małżonka jest o 5 lat młodsza, w lipcu będzie świętowała 96 urodziny. Małżonkowie doczekali się 6 dzieci: w 1947 roku urodził się syn Czesław, w 1948 syn Edward, w 1950 Zbigniew, w 1953 Jan, w 1957 Bogdan, a jako ostatnia w 1964 roku na świecie pojawiła się córka Małgosia. Państwo Januszkiewiczowie są dziadkami 12 wnuków i 24 prawnuków.

— Dziękujemy Bogu, że pozwolił nam doczekać tego pięknego wieku razem i cieszyć się swoją obecnością — zapewniają wzruszeni. — Przeżyć wspólnie tyle lat, z radością patrzeć na swoje dzieci, wnuki i prawnuki... Nie wyobrażamy już sobie, że mogłoby któregoś z nas zabraknąć. 75 lata to tak dużo, ale jak szybko minął ten czas.

W ciągu tych długich, wspólnie przeżytych lat było wiele dni radosnych i pięknych, były dni smutne i przykre, ale wszystkie przeżycia związały to małżeństwo jeszcze bardziej i potwierdziły słuszność decyzji sprzed lat.

— Naszą największą motywacją do wspólnego życia była miłość oraz owoce tej miłości, czyli dzieci — zgodnie podkreślają. — Przez całe życie dążyliśmy do tego, aby wychować ich na dobrych ludzi. Ciężko pracowaliśmy przez całe życie, by naszym dzieciom niczego nie brakowało i by pokazać im czym jest miłość, szacunek i uczciwość. Chyba nam się to się udało. Dziś to nasze dzieci, wnuki i prawnuki są naszą największą dumą i radością.


Agata i Stefano

fot. Arch. prywatne

W małżeństwie przeżyli 75 lat, a więc około 28 tysięcy nocy i dni. Ten wspólny czas to wspaniały przykład dla młodych ludzi, którzy małżeństwa postrzegają dziś inaczej. Teraz wiele osób boi się odpowiedzialności za drugiego człowieka. Młodzi niechętnie się żenią, zakładają rodziny.

Państwo Januszkiewiczowie są dowodem na to, że wbrew wszelkim przeciwnościom losu przysięgi małżeńskiej można dochować, że idąc przez życie we dwoje, dzieli się ze sobą sukcesy i radości, ale też smutki i niepowodzenia.

JOANNA KARZYŃSKA
j.karzynska@gazetaolsztynska.pl

eprasa.pl c0e63975c4

Miłość nie patrzy w metrykę

Są ze sobą prawie 20 lat, kochają się, wspierają i ufają sobie. Dla miłości poświęcili wszystko: stabilizację życiową i swoje rodziny. — Wszyscy wróżyli nam krótki romans, a my ze sobą jesteśmy już tyle lat i jesteśmy szczęśliwi. Mimo, że różnica wieku między nami wynosi 26 lat — mówią.

Związek mężczyzny z kobietą młodszą nawet o kilkanaście lat nikogo nie dziwi i nie oburza. Kiedy to kobieta jest starsza – sprawa ma się zupełnie inaczej...

Bożena poznała swojego obecnego męża przypadkiem. Popsuło jej się auto na wiejskiej drodze. Padał deszcz, a ona nie wiedziała, co zrobić i jak ma dotrzeć do domu. Machała na przejeżdżające auta, ale nikt się nie zatrzymał. Dopiero młody chłopak postanowił jej pomóc.

— Miałam 45 lat, dwie córki i męża. Krzysiek był 19-letnim chłopakiem, który właśnie zrobił prawo jazdy i kupił sobie wysłużonego „malucha" — zaczyna swoją historię Bożena. — Był bardzo miły, szybko uwinął się z naprawą mojego auta. W podziękowaniu za pomoc zaprosiłam go na niedzielny obiad. Od razu pomyślałam, że fajny z niego chłopak i może spodoba się mojej młodszej córce, która miała wtedy 18 lat.

Po powrocie do domu Bożena opowiedziała swojej rodzinie o przygodzie, jaka ją spotkała i o tym, że w niedzielę pojawi się na obiedzie gość - chłopak, który pomógł jej na drodze. Do spotkania niedzielnego przygotowywała się wyjątkowo długo i dokładnie. Obiad przebiegł w miłej atmosferze.

— Wydawało mi się, że przy stole siedzę tylko ja i Krzyś — wspomina Bożena. — Patrzyliśmy na siebie, podając potrawy muskaliśmy swoje dłonie. To było cos niezwykłego. Nie wiedziałam co się ze mną dzieje. Czegoś takiego nie przeżyłam ze swoim mężem. Mojego męża już dawno interesowała tylko praca i wędkarstwo. Coś się między nami wypaliło, a tu nagle takie zauroczenie...

Krzysztof poczuł to samo. Był zachwycony Bożeną i nie mógł przestać o niej myśleć.

— Wiedziałem że Bożenka ma rodzinę, ale to było silniejsze ode mnie. Jeździłem pod jej pracę, żeby choć z daleka ją zobaczyć. Kilka razy udało mi się z nią porozmawiać.. Zakochałem się — opowiada Krzysztof o początkach znajomości z Bożeną. — Wszystkie moje myśli były o niej, nie mogłem spać, jeść. Przestałem spotykać się z kumpami. Nawet w pracy nie mogłem przestać myśleć o niej. W końcu dała się zaprosić na kawę, potem zawiozłem ją nad jezioro i wtedy po raz pierwszy ją pocałowałem.

fot. Arch. prywatne

Bożena i Krzysztof mimo dużej różnicy wieku kochają się i wspierają. — Przy nim czuję się jak mała dziewczynka — mówi Bożena

Bożena bała się, że ta miłość nie przetrwa próby czasu i ludzkiego gadania. Postanowiła się rozwieść z mężem. Córki postanowiły, że zostają z ojcem. Starsza w ogóle przestała odzywać się do niej.

— W takiej małej miejscowości jak nasza, młodszy partner, to był prawdziwy skandal. Pamiętam, że nawet ksiądz mówił o nas na kazaniu — wspomina. — Poznałam rodziców Krzysztofa, którzy mnie nie polubili. Moi nawet nie chcieli słyszeć, że jesteśmy razem. Krzyś wpadł kiedyś niezapowiedziany. Moja mama wstała od stołu, minęła go bez słowa i wyszła. Potem długo się nie odzywała, bo dla niej młodszy partner o 15 a nawet 26 lat to żadna różnica, nieprzyzwoitość i tyle. Koleżanki przestały dzwonić, sprzedawczyni w sklepie podawała zakupy z taką łaską, że przestałam tam chodzić. Czuliśmy się wyklęci. Dlatego postanowiliśmy wyjechać z naszych rodzinnych stron do większego miasta i zacząć wspólne życie. Po moim rozwodzie wzięliśmy ślub cywilny. Nie pojawił się na nim nikt z naszych rodzin. Moje córki też nie zaprosiły nas na swój ślub. Jest mi przykro, ja zawsze dzwonię do nich na ich urodziny, wysyłam kartki i prezenty świąteczne. To jedyna zadra, którą mam w sercu.

Dziś Bożena ma 65 lat, jest już na emeryturze. Krzysztof w tym roku będzie obchodził 40 urodziny, pracuje jako mechanik samochodowy. Są szczęśliwi i z nadzieją patrzą w przyszłość. Nie żałują decyzji podjętej przed laty.

— W dużym mieście żyje się inaczej, dużo młodszy partner nie szokuje tak bardzo, jak w małej społeczności. Tu ludzie mają własne życie i problemy. Ludzi nie interesuje, ile mam lat i z kim śpię, jeśli jestem porządnym człowiekiem — mówi Bożena. — Wiadomo zdarza się, że jak jesteśmy gdzieś na zakupach czy w restauracji ktoś powie, że szukam ubrań dla syna czy coś w tym stylu. Śmiejemy się wtedy. Nam jest bardzo dobrze ze sobą i nie zamierzamy tego zmieniać. Przy Krzysztofie czuję się jak mała dziewczynka. Lubię, gdy się mną opiekuje, gdy się o mnie troszczy, gdy mnie chroni. Chcę, żeby wiedział, co w życiu ważne, żeby pomagał mi dokonywać wyborów. Żeby mnie inspirował, pokazywał mi świat, motywował do rozwoju, do aktywności. Przy nim naprawdę nie czuję swoich lat.

Bożena i Krzysztof celebrują wszystkie chwile, bo jak mówią, nie wiadomo co przyniesie los. W ich gestach, uśmiechu, wypowiadanych słowach czuć miłość.

— Miłość nie patrzy w metrykę — mówią zgodnie. — Jesteśmy przykładem, że miłość nie patrzy na wiek, a młodszy partner nie musi być tylko chwilowym zauroczeniem. Wierzymy, że takie uczucie, jak nasze zdarza się rzadko, ale się zdarza. Jesteśmy tego najlepszym przykładem.

JOANNA KARZYŃSKA
j.karzynska@gazetaolsztynska.pl

eprasa.pl c0e63975c4

fot. unsplash.com

Nieudany **speed dating**

Po siedmiu latach samotności Kamil odważył się na wzięcie udziału w tzw. speed datingu. Sądził, że łatwiej będzie mu poznać kogoś w realu zamiast w sieci. Jednak do ani jednego spotkania z dziewczynami poznanymi na szybkich randkach nie doszło. Pech? Widocznie los tak chciał. Historii Kamila wysłuchała Dominika Raszkiewicz.

Na udział w speed datingu zdecydowałem się kiedy na Facebooku wyświetliła mi się informacja, że w moim rodzinnym mieście organizowane jest tego typu spotkanie. Postanowiłem spróbować. Trochę z czystej ciekawości, bez nastawiania się na coś konkretnego. A że singlem byłem wtedy od siedmiu lat i miałem za sobą kilka nieudanych randek z Internetu, to tym bardziej chciałem zyskać możliwość poznania kogoś na żywo. Zachęcił mnie też temat spotkania — chrześcijański speed dating, dlatego że impreza organizowana była przez z jedną z kościelnych wspólnot. Pomyślałem, że być może spotkam tam kogoś o podobnych wartościach. Wpłaciłem symboliczną opłatę za udział i zgłosiłem się.

Impreza odbywała się w sali jednego z liceów. Początkowo wszyscy uczestnicy byli trochę stremowani i niespokojni. Było widać, że sporo osób jest nieśmiałych i nie wie jak zachować się w tej nowej sytuacji. Organizatorzy powitali zgromadzonych i zaprosili do sali dziewczyny. Usadzili je przy ponumerowanych stolikach, każda z singielek otrzymała inny numer od 1 do 23. Takie same numery mieli chłopacy. Po chwili do sali weszli mężczyźni, których losowo usadzono przy stolikach. Każdy uczestnik dostał też do ręki dwie kartki — jedną na notatki, drugą — z numerami — w celu wskazania, kto najbardziej przypadł im na gustu. I zaczęło się.

Miałem zaledwie po trzy minuty na rozmowę z każdą dziewczyną. Po tym czasie chłopacy przesiadali się do innego stolika zgodnie z ruchem wskazówek zegara. Szło to dość naturalnie, z każdą kolejną „randką" czułem się pewniej. Pytałem potencjalne partnerki o wiele rzeczy — zainteresowania, oczekiwania, wykształcenie. Mimo że był to chrześcijański speed dating, to raczej rzadko pojawiał się temat religii czy wartości. Po prostu nie było czasu na tak poważne kwestie. Czułem, że spora część dziewczyn jest stremowana. Starałem się więc im pomagać przełamywać pierwsze lody. Temat rozmowy często wychodził spontanicznie. Jednak jeżeli niespodziewanie byśmy się zacięli, mogliśmy skorzystać z kartki pomocniczej. Na niej organizatorzy zamieścili przykładowe pytania, które mogliśmy zadać sobie nawzajem.

Z paroma uczestniczkami rzeczywiście rozmawiało mi się bardzo dobrze i miałem nadzieję na kontynuację tych znajomości. Wskazałem osiem dziewczyn, z którymi złapałem dobry kontakt i z nadzieją przekazałem kartkę z moim wyborem organizatorom. Wieczorem jeszcze tego samego dnia otrzymaliśmy wyniki zabawy. Osoby, które wskazały siebie nawzajem, dostawały swoje numery kontaktowe i adresy e-mail. Ja „sparowałem się" z czterema kandydatkami.

Jeszcze tego samego dnia napisała do mnie pierwsza z dziewczyn. Znalazła mnie na Facebooku i zaczęliśmy korespondować. Trwało to mniej więcej dwa tygodnie. Klaudia jednak wciąż nie miała czasu, by się spotkać, mimo że mieszkaliśmy w sąsiednich dzielnicach. Postanowiłem, że odpuszczę. Choć gadało nam się całkiem nieźle, to nie będę nikogo na siłę przypierać do muru. W końcu na speed dating poszedłem po to, by poznać kogoś w realnym świecie, a nie pisać bez końca.

Ania — druga kandydatka napisała do mnie kilka dni po tym jak zakończyłem znajomość z Klaudią. Wymieniliśmy kilka wiadomości. Jeszcze tego samego wieczoru Ania prosto z mostu zapytała, czy w branży, w której pracuję są obecnie jakieś propozycje pracy. Było mi przykro, że osoba która bierze udział w szybkich randkach bawi się uczuciami innych i wykorzystuje nowo poznane znajomości do własnych celów. Grzecznie odpowiedziałem, że wakatów na ten moment nie ma i zakończyłem tę znajomość. Kilka tygodni później dotarła do mnie informacja, że Ania pisała też z jednym z moich kolegów. Jego również pytała o możliwości rozwoju zawodowego. Po kolejnym rozczarowaniu postanowiłem dać sobie jeszcze jedną szansę. Z trzecią potencjalną partnerką — Kasią miałem spotkać się w kawiarni w centrum. Przy stoliku czekałem godzinę, popijając zimną już herbatę. Kasia się nie zjawiła i nigdy więcej już do mnie nie napisała.

Ostatnią kandydatką była Marcela, która — jak się potem okazało — podała organizatorom szybkich randek zmyślony numer telefonu. Kiedy w słuchawce odezwała się inna osoba, myślałem, że to jakiś żart i ciąży nade mną jakaś klątwa nieudanych relacji.

Po tym wszystkim czułem się rozczarowany i wyczerpany. Nie sądziłem, że przy chrześcijańskiej wspólnocie poznam właśnie takie osoby. Poszedłem tam z myślą, że mogę nie znaleźć miłości życia, ale chociaż poznam kogoś, z kim mógłbym parę razy się spotkać. Do eksperymentu podszedłem uczciwie, z dużą otwartością. Spodziewałem się, że po drugiej stronie będzie to samo, a żadna ze znajomości nie miała ciągu dalszego.

W sumie jednak wszystko skończyło się szczęśliwie. Dwa tygodnie później na Tinderze poznałem Martę, nomen omen także udzielającą się we chrześcijańskiej wspólnocie. Dogadujemy się jakbyśmy znali się od zawsze, jesteśmy parą już ponad rok. W miłości jednak nie ma tego złego co by na dobre nie wyszło.

DOMINIKA RASZKIEWICZ
redakcja@gazetaolsztynska.pl

eprasa.pl c0e63975c4

Kto i jak ma prawo **mówić o aborcji?**

Zaczęło się niewinnie. „Nie jesteśmy świrami, wariatami, którzy mówią, że aborcja ma być na pstryknięcie" — powiedział Jerzy Owsiak na konferencji prasowej. I, jak na pstryknięcie właśnie, wylała się fala komentarzy, w których szef Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy dostał niemało słownych batów. Czy jednak takie reakcje nie sprawią, że ucichną także potrzebne głosy?

Fot. Zbigniew Woźniak

Odtwórzmy sobie przebieg tego medialnego sporu.

Zapalnikiem były, jak już napisałam, słowa „aborcja na pstryknięcie". Jerzy Owsiak, który przedstawił się jako człowiek wspierający Strajk Kobiet, przyznał przy tej samej okazji, że obowiązujący do niedawna kompromis aborcyjny „funkcjonował", wytrącając tym samym argument z rąk tym osobom, które twierdziły coś zgoła odmiennego i które przychylają się do postulatu, by aborcja stała się w Polsce bezwarunkowo możliwa.

Europarlamentarzystka Sylwia Spurek w wypowiedzi Owsiaka zauważyła „pogardliwą retorykę dotyczącą praw kobiet (»aborcja na pstryknięcie«) połączoną z używaniem określeń stygmatyzujących osoby chorujące psychicznie". Przypomniała więc szefowi WOŚP, że ma on do odrobienia lekcje z praw człowieka, w których to lekcjach ona mu chętnie pomoże.

Paulina Młynarska lekcji nie zapowiadała, ale jej udzieliła. Poinformowała Owsiaka, że jest „dziadersem". I wytłumaczyła mu: „Świadczy o tym łatwość z jaką w czasie, gdy Polki masowo protestują przeciw sadystycznej ustawie antyaborcyjnej, rzucasz hasło »aborcja na pstryk« i opowiadasz się za zgniłym kompromisem. Można odnieść wrażenie, że swojego stanowiska w tak ważnej, dramatycznej sprawie nie przemyślałeś. Tacy właśnie są dziadersi: tzw. »kwestie kobiece« są dla nich tak błahe, tak drugorzędne, że w sumie nie warte głębszej refleksji. Rzuca dziaders, jeden z drugim, że legalna aborcja to kaprys „na pstryk", że w sumie to kompromis mu pasował. I zadowolony. Wiadomka, jego to nie dotyczy" (zachowano oryginalną pisownię wszystkich cytatów).

Dziennikarka stała się medialną reprezentantką tych osób uważających, że swoją wypowiedzią Owsiak przyczynił się do umocnienia stereotypu, który aborcję na życzenie chce zrównywać niemal z antykoncepcją.

Tymczasem, jak przypominała Młynarska Owsiakowi, „To dlaczego kobieta decyduje się przerwać ciążę, nie podlega Twojej ocenie. Jest to sprawa wyłącznie pomiędzy nią, jej partnerem i jej lekarzem/lekarką. Takie są cywilizowane standardy w krajach, w których kobiety nie są uważane za niezdolny do samodzielnego myślenia inwentarz, będący własnością przemądrzałych dziadersów".

Na odpowiedź samego Owsiaka nie trzeba było przesadnie długo czekać, choć, jak przyznał, on sam myślał nad nią sporo. „Ja te słowa mówiłem wyłącznie w takim sensie, że razem z żoną przeciwstawiamy się stanowczo wszelkim skrótom myślowym, które są treścią komentarzy ze strony na przykład mediów publicznych. A tym skrótem myślowym jest nazwanie Strajku Kobiet (...) wyzwiskami, najgorszymi przezwiskami, obrażanie ich i dyskredytowanie" — napisał Owsiak. I zaznaczył, że jego wypowiedź została źle zrozumiana: „Nie zgadzamy się na nazywanie prawa kobiet do wyboru — aborcją na pstryknięcie. I my spotkaliśmy się z takimi określeniami, kiedy od samego początku wyrażaliśmy swoje poparcie dla protestów kobiet już kilka lat temu. Ten temat to dla mnie wiele różnych, często trudnych historii, wiele różnych problemów, nie tylko medycznych i jestem ostatnią osobą, która może podejmować decyzję o czyimś losie i czyjejś przyszłości".

Paulina Młynarska doceniła fakt, że Owsiak pokusił się o autorefleksję i wytłumaczył swoje słowa. „Przyjmuję tę odpowiedź taką jaka jest i mam pewność, że obie strony wynoszą z tej wymiany coś cennego" – napisała Młynarska. I dodała: „Ale nie oczekujcie ode mnie, że teraz będę się kajać, przepraszać, prosić o wybaczenie. Nadal uważam, że „dziaders" lubi nieoczekiwanie wybić tu i tam, często w sposób nieuświadomiony. Mnie też zdarza się »pojechać dziadersem«. Mamy go w sobie. Wszyscy".

Zawsze chodzi o język

Gdyby medialna burza wywołana słowami Owsiaka nie dotyczyła tak ważnej sprawy, jaką jest aktualnie negocjowanie na nowo prawa do aborcji, można byłoby pokiwać ze smutkiem głową, rozłożyć bezradnie ręce i powiedzieć to, co mówimy sobie od lat: komunikowanie się to nie jest coś, co nam dobrze wychodzi w tym kraju nad Wisłą. Podobnie zresztą jak dyskutowanie. Bo gdyby dobrze zastanowić się, o co cała ta awantura, szybko dojdziemy do wniosku, że, jak zwykle ostatnio, poszło o język.

Dowód? Owsiak używa sformułowania „aborcja na pstryknięcie", które, choć jak zapewnia szef WOŚP, pojawiło się tylko po to, by mu się sprzeciwić, zostało użyte nie po raz pierwszy. A dobrze wiemy, bo nauczyła nas tego historia, że jeśli pozwalamy jakimś głupim frazesom zadomowić się w przestrzeni publicznej, rosną one w siłę, rozpychają się i zaczynają pełnić zupełnie inną rolę. Nie szukajmy daleko, nie posługujmy się jakimiś niezwykle bolesnymi przykładami sprzed stulecia. Wróćmy do „wykształciuchów". Niby takie niepozorne słówko, prawda? A jednak jeśli przyjrzymy się, jak dramatycznie spada szacunek do nauczycieli i wykładowców, w jaki sposób obchodzą się z nimi kolejne rządy, to z jednej nitki dość szybko nakręcimy cały kłębek. A jeśli damy dojść do głosu także emocjom, to nawet kłębowisko – rozmaitych oskarżeń i postaw.

Słownictwo, które „kręci się" wokół aborcji, jest najczęściej silnie nacechowane i często skazuje osoby, które zdecydowały się na przerwanie ciąży na rodzaj piętna. To dlatego coraz więcej osób zabiega o to, by używać języka medycznego, możliwie najbardziej neutralnego i oddającego sedno sprawy, a nie mitologizujące ją.

Zośka Marcinek, działaczka społeczna, na stronie „Codziennika Feministycznego" napisała, odnosząc się do słów Owsiaka, że „swoboda języka i skojarzeń łatwo wpada w koleiny szkodliwych, stygmatyzujących wzorców myślenia, trywializuje systemowe problemy, lekceważy je albo ośmiesza". To dlatego Marcinek podkreślała też: „Nie godzimy się na pokutniczy dyskurs »mniejszego zła« i dlatego dajemy sobie prawo by od naszych sojuszników wymagać, a nie tylko dziękować pokornie, że są".

Na kwestie językowe zwrócił także uwagę na swoim profilu facebookowym Mariusz Sieniewicz, który nie tylko z racji swojego pisarskiego doświadczenia, jest wyczulony na to, jak (i w jakim celu) używa się języka. Nie zgadzając się z pojawiającym się komentarzami, że „słowa »świr«, »wariat« są karygodne, ponieważ

eprasa.pl c0e63975c4

Fot. Ralf Lotys (Sicherlich)/ CC 4.0/ Wikipedia

Jerzy Owsiak: (...) nie buduję sobie poglądu na te sprawy z PRL-owskiego bytu, a zbudowałem go wraz z moją żoną przez 29-letnie działanie Fundacji (...). I wiele razy też wypowiadaliśmy swoją opinię na temat braku pomocy systemowej dla rodzin, zwłaszcza samotnych matek wychowujących dzieci, które wymagają specjalistycznej opieki. Myślę też o tym, bo mam dwie córki i dwie wnuczki — ich los i ich prawa są dla mnie po prostu ważne. Chciałem wspierać Strajk Kobiet i wszystkie strony obróciły się przeciwko nam. Czas jednak pokaże, że z całych sił chcemy bronić praw człowieka, bezpieczeństwa kobiet i aktywności obywatelskiej.

Fot. Ja Fryta/ CC BY-SA 2.0/ Wikipedia

Paulina Młynarska: To w jakim chorym miejscu historii praw kobiet znalazła się Polska, nie jest zasługą PiS, ani Ordo Iuris. Zapracował na to patriarchalny, sparaliżowany kościelnym myśleniem mental wszystkich kolejnych rządów po 89. Niezliczeni mężczyźni i kobiety, gorąco walczący o demokrację, są jednocześnie ciężkimi dziadersami w kwestiach równości. Często nie mają nawet tej świadomości. To się nazywa fachowo „ślepa plamka" i jest opisane w psychologii. Dopóki nie zaczniemy nazywać dziaderstwa po imieniu, dopóty będziemy mieć wybór między dwoma patriarchatami.

stygmatyzują osoby z chorobami psychicznymi", Sieniewicz apelował, by zachować je w polszczyźnie „zarówno dla zachwytów, gdy ktoś robi rzeczy piękne, nieszablonowe, straceńczo wolnościowe, na przekór konformizmom świata, jak i gdy wyrażamy dezaprobatę dla zachowań szkodliwych, irracjonalnych, perfidnie krzywdzących. Język był przed nami, będzie, gdy nas zabraknie, pielęgnujmy jego mądrość i przestrzeń".

Z nami albo przeciwko nam

Mariusz Sieniewicz, upominając się o to, by jednak nie zapominać o kontekście, w jakim padają różne słowa, zdecydował się i na inny apel: „Błagam, szczególnie te zradykalizowane w retoryce i ocenach panie, aby nie dokładać kolejnych cegieł do murów i tak »gettyzującego się« świata".

Niestety, ostatnie miesiące (lata?) pokazują, że jako społeczeństwo jesteśmy w stanie walki. A do niej potrzebni żołnierze. Musimy mieć więc zwolenników i przeciwników jakiejś tezy. Mają oni być jednogłośni, jednomyślni i krytyczni. Ale tylko wobec tych drugich. Nie dopuszczamy więc migracji między grupami (no, może tylko do tej, w której sami się znajdujemy), ale i nie godzimy się na żadne „odstępstwa" od linii programowej. Jeśli nie wszystko wzbudza nasz zachwyt, jeśli mamy jakieś wątpliwości, jesteśmy na ogół, mniej lub bardziej uprzejmie, proszeni o to, by trzymać język za zębami.

Plusy? Wymiatając z grupy mniej do niej dopasowanych, jesteśmy w stanie zaprezentować światu względnie spójny komunikat, wiadomo, o co nam chodzi i przeciwko czemu (za czym) walczymy.

Minusy? Zaczynamy wierzyć w to, że świat jest czarno-biały, a ludzie myślą albo tak, jak my, albo dokładnie odwrotnie. Zaczynamy w życiu realnym funkcjonować w podobnej bańce, w jakiej jesteśmy w mediach społecznościowych. Nie reformujemy swojej grupy i nie staramy się jej rozwijać. Liczy się status quo.

Czyja to sprawa?

Zanim jeszcze Owsiak zdołał przekonać przynajmniej część wcześniej nieprzekonanych osób, że swoimi słowami sprzeciwiał się pewnemu sposobowi mówienia o aborcji, a nie prawu kobiet do decydowania o kontynuowaniu lub przerwaniu ciąży, byli i tacy, którzy wzięli go w obronę. Mariusz Sieniewicz na swoim profilu facebookowym zauważył, że „trzeba być głuchym językowo i kontekstowo, by nie zrozumieć Owsiaka". Choć olsztyński pisarz, który już wiele razy dawał wyraz swojemu empatycznemu zaangażowaniu w sprawy protestujących kobiet, i on został przywołany do porządku. Jedna z kobiet komentujących jego post przypomniała wręcz Sieniewiczowi, że najlepszym, co może zrobić mężczyzna dla kobiety w sprawie aborcji, jest milczenie i słuchanie.

Rzecz w tym, że takie stawianie sprawy prowadzi do kolejnych niebezpieczeństw. Z jednej strony kobiety biorące udział w strajkach oczekują solidarności i zaangażowania mężczyzn, zrozumienia i wsparcia z ich strony, a z drugiej strony w tej samej grupie pojawiają się głosy, że mężczyźni mają prawo mówić tylko wtedy, kiedy się im na to pozwoli i kiedy ich zdanie współbrzmi jeden do jednego z głosem strajkujących. Byłoby to zrozumiałe, gdyby w protestach brała udział homogeniczna grupa, reprezentująca dokładnie taki sam punkt widzenia. A jest zgoła inaczej. Organizatorzy strajków i ich uczestnicy są połączeni myślą przewodnią: walką o prawo kobiet do decydowanie o sobie, o swoim ciele. Walką o szacunek. Inne kwestie podlegają negocjacjom, uzgodnieniom. A może wręcz: wymagają takich negocjacji i uzgodnień. I trudno oczekiwać od tych, którzy wyraźnie czują, czym jest hasło „nigdy nie będziesz szła sama", bo swoją codzienną postawą przekonują o tym swoje żony, partnerki i córki, by z zadowoleniem przyjęli decyzję o pozbawieniu ich prawa do udziału w dyskusji. Czym innym jest zamilknąć, by dać mówić innym, a czym innym milczeć, bo nikt nie jest zainteresowany tym, co mamy do powiedzenia.

Monopol na prawdę

Żeby sprawę postawić jasno: ja także uważam, że przez lata zbyt często oddawaliśmy w ręce mężczyzn sprawy kluczowe dla kobiet. To oni o nich decydowali (jako posłowie), to oni je komentowali (jako eksperci w mediach). Głos kobiet nie wybrzmiewał, a jeśli wybrzmiewał, to był pomijany. To mężczyźni urządzali świat, to oni wprowadzali rozwiązania i mechanizmy, które nie uwzględniały potrzeb kobiet. To prowadziło do wielu fatalnych zaniedbań. Ale nie oszukujmy się: są sprawy, w których nie wystarczy solidarność narządów płciowych. Nie wystarczy, że osoby z macicami wypracują rozwiązania, a reszta im przyklaśnie. Nie bez powodu mówi się, że matematyka jest królową nauk. W społeczeństwie i w polityce liczy się jej znajomość. Ot, choćby w tym zakresie, by policzyć, ile głosów stanowi większość.

Bycie symetrystką czy symetrystą to aktualnie jeden z największych grzechów, jaki można popełnić, ale czasem należy upomnieć się o równowagę. Nie wiem, czy chciałabym tylko „milczeć i słuchać" wtedy, kiedy na szali byłyby prawa mojego męża czy syna. Pewnie nie. Więc ja nie oczekuję od mężczyzn, ani tych, którzy wspierających strajki, ani tych, którzy są im przeciwni, by milczeli. Jeśli mają do powiedzenia coś wartościowego — niech mówią. Niech wskazują zagrożenia pewnych rozwiązań i zgłaszają swoje pomysły. Nikt nie ma monopolu na prawdę, nikt nie ma monopolu na nieskończoną wiedzę.

Grafika: Słownik Empatyczny Języka Polskiego/ Facebook

DARIA BRUSZEWSKA-PRZYTUŁA
d.bruszewska@gazetaolsztynska.pl

eprasa.pl c0e63975c4

Walentynki w czasach pandemii

To nie lada wyzwanie dla zakochanych. Jeżeli kochaliśmy już przed pandemią, to najczęściej ten wieczór spędzimy z naszą drugą połówką w domowym zaciszu. A gdzie wybrać się na randkę z niedawno poznaną sympatią?

fot. Marta Milewska

Ilekroć martwię się sytuacją na świecie, myślę o hali przylotów na lotnisku w Heathrow. Ponoć żyjemy w świecie pełnym nienawiści. Moim zdaniem, miłość jest wszędzie. Często niezbyt dostojna i widowiskowa, ale jest. Ojcowie i synowie, matki i córki, mężowie i żony, chłopaki, dziewczyny, przyjaciele. Wiadomości od pasażerów samolotu, które uderzyły w WTC nie wyrażały nienawiści ani zemsty. Były to wyznania miłości. Rozejrzyjcie się, a zobaczycie, że miłość jest właściwie wszędzie". Tymi słowami wstępu zaczyna się jedna z najpopularniejszych komedii romantycznych ostatnich lat. „To właśnie miłość" w reżyserii Richarda Curtisa. Na pewno w niedzielny wieczór zagości w domach milionów zakochanych i uwieczni walentynkowy wieczór.

W czasach pandemii przyszło nam zmierzyć się również z samotnością. Bo o ile zdążyliśmy zakochać się przed wybuchem pandemii, to pomysłów na walentynkową randkę raczej nam nie zabraknie. Gdy pytałam znajomych jak spędzają dzień zakochanych często mówili, że w domowym zaciszu, przy wystawnej kolacji, okropionej butelką wina. A na deser oczywiście dobry film.

Co roku do swojej pracowni ceramicznej zapraszam zakochanych. Bowiem jeden film sprawił właśnie, że tak chętnie uczestniczą w zajęciach, które organizuje już od 7 lat. W tym roku jedna z moich kursantek zapytała mnie o taką możliwość już na początku grudnia. Czy przypadkiem nie robię takich zajęć tylko dla par, ponieważ jej przyjaciel poznał dziewczynę i nie za bardzo ma gdzie się z nią wybrać na randkę. Wszystko zamknięte, aura spacerom nie sprzyja. A to jeszcze nie ten etap związku, by móc zaprosić kogoś do domu na kolację — mówi Karolina, właścicielka pracowni ceramicznej z Olsztyna. — Dlatego w tym roku w mojej pracowni walentynki zaczynają się już w piątek rano, a kończą w niedzielę wieczorem. Ludzie są spragnieni innych ludzi, a że warsztaty są indywidualne i spotyka się tylko zainteresowana para i ja jako instruktor, to rygor sanitarny mamy zachowany. Gdy już objaśnię, co jak działa i jak się tym bawić, to zostawiam zakochanych samych sobie, by mogli tworzyć w glinie już bez mojego udziału. Powstają wtedy nie tylko fantastyczne prace, ale tworzą się też więzi — dodaje pani Karolina.

Filmy o miłości mają w sobie prawdziwą lekkość. A sięgając po klasyki kina amerykańskiego od razu przychodzi mi na myśli film z Audrey Hepburn „Rzymskie wakacje" w reżyserii Wiliama Wylera. A jak już jesteśmy we Włoszech to nie może zabraknąć włoskiej pizzy, którą niedawno jadłam w jednej z olsztyńskich restauracji. Prowadzi ją małżeństwo Alex i Ina, których miłość zrodziła się we Włoszech podczas pewnych wakacji. Czy może być bardziej romantyczne miejsce na randkę niż to przepełnione miłości. — Działamy w zgodzie z przepisami z zachowaniem najwyższych standardów sanitarnych. Nie jesteśmy jedyną restauracją, która w tej chwili działa w Olsztynie w trybie pełnego otwarcia, natomiast aby mieć pewność, że zjemy na miejscu prawdziwą włoską pizzę, musimy zarezerwować stolik. Obowiązuje w lokalu ograniczona ilość miejsc siedzących. Przestrzegamy standardów higieny, dzięki temu nasi klienci nie muszą się o nic martwić — tłumaczy Ina Walasek właścicielka olsztyńskiej restauracji.

— Nasi klienci mogą delektować się dobrym jedzeniem i wspólnie spędzonym czasem. Święto zakochanych to wyjątkowy czas przepełniony miłością. W takim dniu wszystko smakuje lepiej, gdy można ten czas dzielić z ukochaną osobą — dodaje.

Filmowe romantyczne wieczory to nie tylko komedie romantyczne. To czasami repertuar kompletnie niewalentynkowy. Ale gdy pojawia się opcja obejrzenia filmu w kinie, które przez dłuższy czas były zamknięte, to taka randka nabiera już sensu. Od 12 lutego mogą funkcjonować kina, które zostaną otwarte na próbę, na dwa tygodnie. W Olsztynie multipleksy niestety się nie otworzą, ale na ratunek zakochanym przychodzi małe Kino Studyjne Awangarda 2. — Otworzyliśmy się w trybie ekspresowym. Z jednej strony bardzo nas to cieszy, a z drugiej kompletnie nie mieliśmy czasu na to, by się przygotować do tego otwarcia. Na szczęście nasi dystrybutorzy stanęli na wysokości zadania i mamy kilka ciekawych propozycji. Nie są to może filmy typowo walentynkowe, ale na pewno każdy znajdzie coś dla siebie — mówi Konrad Lenkiewicz, właściciel Studyjnego Kina Awangarda 2. — Zainteresowanie jest duże. Otrzymujemy wiele telefonów z zapytaniem czy gramy, czy będą dostępne miejsca. Z racji tego, że działamy zgodnie ze standardami epidemicznymi i możemy mieć tylko 50% obłożenie sali, warto bilet kupić nieco wcześniej.

Za co kochamy filmy o miłości? Wydaje mi się, że głównie za dobre zakończenie, ale czy zawsze kończą się one dla wszystkich bohaterów tak samo? We wspomnianym przeze mnie na początku filmie „To właśnie miłość", możemy zobaczyć różne oblicza miłości. I może na pierwszy rzut oka, nie każda z tych historii ma swój happy end, to każdy z bohaterów dokonuje w sobie pewnej przemiany, decyduje się na pewne wybory, przełamuje strach i walczy o tę miłość. W życiu oczywiście nie jest jak w filmie, ale walentynki do taki jeden wyjątkowy dzień w roku, w którym możemy i pragniemy poczuć się jak w bajce.

KAROLINA ROGÓZ-NAMIOTKO
redakcja@gazteaolsztynska.pl

fot. archiwum prywatne

Ina Walasek z mężem Alexem

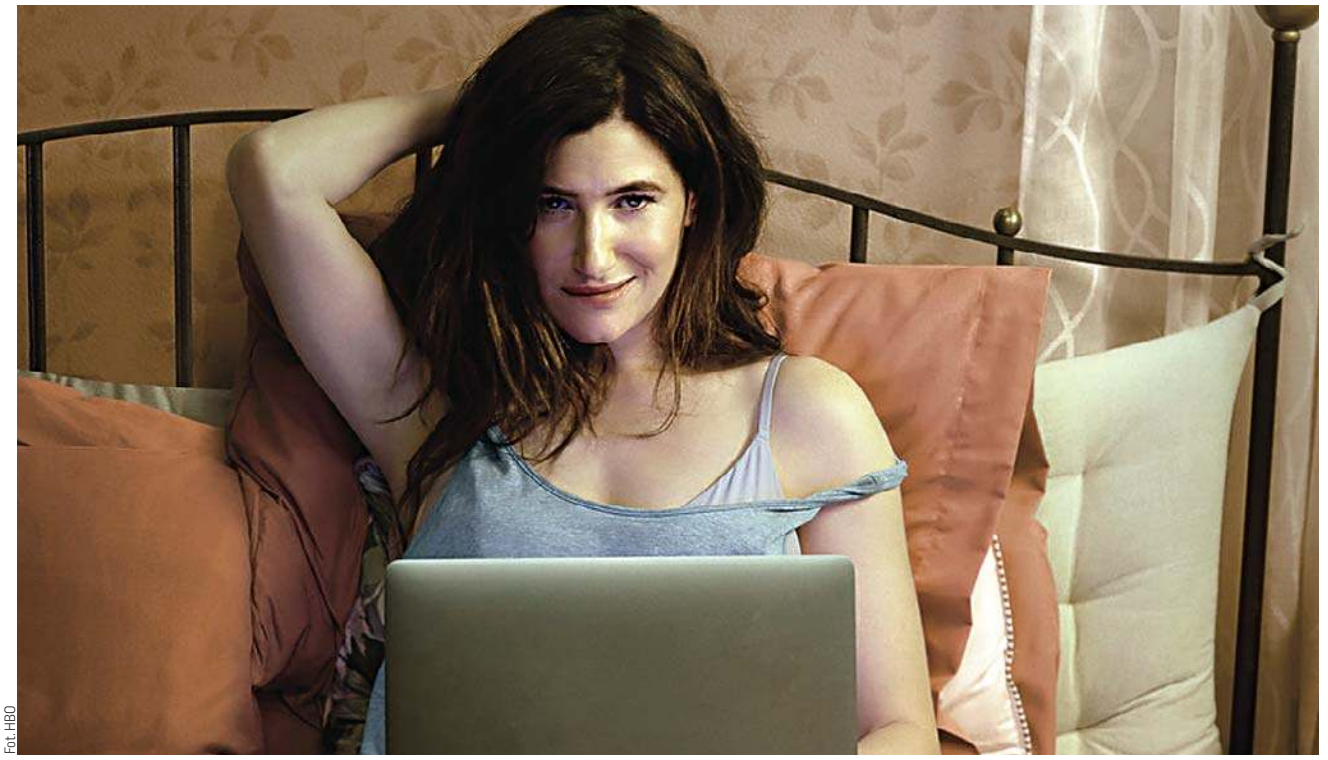
fot. archiwum GO

Konrad Lenkiewicz, właściciel Studyjnego Kina Awangarda 2

eprasa.pl c0e63975c4

Singielki rządzą na małym ekranie

15 lutego przypada Dzień Singla. Z tej okazji przyglądamy się tym postaciom ze świata popkultury, które z bycia singielkami uczyniły swój znak rozpoznawczy. Jak się okazuje, relacja z samą sobą to naprawdę jeden z najcenniejszych związków. Singlom i singielkom już dzisiaj życzymy wszystkiego najlepszego!



Fot. HBO

Samantha Jones („Seks w wielkim mieście")

Samantha jako singielka świetnie się bawi. Choć od czasu do czasu decyduje się na jakiś związek, żaden z nich nie trwa zbyt długo i żaden nie daje jej tyle, ile relacja z samą sobą. Jej życie upływa w rytm kariery, niezobowiązujących randek i spotkań z przyjaciółkami.

Kocha swobodę i poczucie wolności. Żyje na własnych zasadach i nie chodzi na kompromisy, nawet wtedy, kiedy mogłyby one przynieść jej spokój. Kiedy zaczyna się nudzić, odbiera to jako znak do zmiany. Łamie stereotypy i wypowiada wojnę tym, którzy chcą narzucić jej jakiekolwiek ograniczenia. Wbrew temu, co nam się czasem powtarza i do czego szkoli nas kultura, Samantha nie boi się życia w pojedynkę. Paradoksalnie, najbardziej samotna czuje się wtedy, kiedy jest w poważnym związku.

Eve Fletcher („Pani Fletcher")

W serialu, który powstał na podstawie książki Toma Perrotty, Katherin Hahn wciela się w rolę kobiety po czterdziestce. Dyrektorki ośrodka dla seniorów, matki, która właśnie żegna syna wyjeżdżającego na studia i rozwódki, której były mąż ułożył sobie życie na nowo, po raz kolejny zostając przy tym ojcem. To właśnie w pustym domu powoli zaczyna odkrywać plusy bycia singielką.

Ten moment w jej życiu staje się szansą na to, by zaakceptować nie tylko to, w jakim miejscu się znalazła, ale i samą siebie. Po latach spełniania oczekiwań innych, przedkładania ich potrzeb nad własne, a właściwie po latach bez refleksji nad tymi potrzebami, wreszcie ma okazję skupić się sama na sobie, dokonać nowych wyborów, dla których najważniejszym argumentem będzie poczucie spełnienia, a nie odpowiedzialność i rozsądek.

„Pani Fletcher" to także przypomnienie o tym, że kobiety (a nawet matki!) w średnim wieku są osobami seksualnymi, bo Eve nie tylko odkrywa dla siebie pornografię, ale i zaczyna czerpać zadowolenie z nagości.

Fot. HBO

Frankie („Grace i Frankie")

O tym, że singielką można zostać po kilkudziesięciu latach małżeństwa, przekonują się obie tytułowe bohaterki zabawnego serialu „Grace i Frankie", kiedy (to tylko niewielki spoiler), ich mężowie, dotąd prowadzący wspólnie kancelarię prawną, wyznają, że chcą razem prowadzić też... dom.

Choć informacja wydaje się szokująca, kobiety powoli odzyskują równowagę i zaczynają żyć po swojemu. W przypadku Grace i jej męża Roberta rozstanie nie jest aż tak bolesne: przez lata żyli raczej obok siebie, ale dla Frankie i Sola, którzy byli dla siebie prawdziwie bratnimi duszami, jest to o wiele trudniejsze.

Dość szybko okazuje się jednak, że kobiety, które na pierwszy rzut oka dużo dzieli (Grace jest kobietą sukcesu, zbudowała prężnie działającą firmę, którą oddaje w ręce córki, zaś Frankie nieco zwariowaną nauczycielką sztuki i joginką, dla której najważniejsze są relacje z rodziną), a które zostają skazane na swoje towarzystwo, mogą być dla siebie ogromnym wsparciem.

Choć i Grace może stanowić ciekawą inspirację do tego, jak odzyskiwać samą siebie (dla siebie) po nieudanym wieloletnim związku, to Frankie wydaje się doskonałym dowodem na to, jak świetnie można budować relacje z ludźmi, zachowując status singielki.

Fot. U.S. Department of State / Domena publiczna / Wikipedia

Pogodzona z samą sobą, swoją cielesnością i przemijającym czasem, czerpie garściami z tego, co przed nią. Otwiera się na nowe możliwości i nie boi się tego, co przed nią. Spora w tym zasługa, ponownie, przyjaźni z Grace. Jeśli więc można powiedzieć, że seriale o singielkach nas czegoś uczą, to na pewno tego, żeby, angażując się w kolejne romantyczne związki, nie zapominać także o przyjaźni. Na początek — od tej z samą sobą.

DARIA BRUSZEWSKA-PRZYTUŁA
d.bruszewska@gazetaolsztynska.pl

eprasa.pl c0e63975c4

BIURO OGŁOSZEŃ GAZETY OLSZTYŃSKIEJ ZAPRASZA DO NOWEJ LOKALIZACJI

#DBAJMY #OSIEBIE
NOŚ MASECZKĘ

89 539-74-80
89 539-74-81

b.ogloszen@gazetaolsztynska.pl

Budynek Starostwa Powiatowego w Olsztynie, plac Generała Józefa Bema 5, parter
(wejście od ronda Bema)

Pracujemy od poniedziałku do piątku w godz. 7⁰⁰ do 15⁰⁰

39920otbs-F-K

Jeden procent na **lepsze życie**

Trzynastoletni chłopiec powinien zdobywać świat. Mateusz z Lidzbarka Warmińskiego nie mówi i nie chodzi. Jego mięśnie potrzebują częstej i regularnej rehabilitacji. Ale to kosztuje. Każdy z nas może mu pomóc!

Trzynaście lat temu. Pani Anna, mama wtedy 7- letniej Kariny czeka na drugie dziecko. Tym razem ma to być chłopiec. Jej ciąża przebiega książkowo. Ale nagle odkleja się łożysko, przygniata małego Mateuszka, gwałtownie spada mu tętno. Chłopczyk przychodzi na świat jako skrajny wcześniak w ciężkiej zamartwicy, z zaburzeniami oddychania.

Waży zaledwie 1270 g. Dostaje tylko 1 punkt w skali Apgar.

Rodzice chłopca muszą udźwignąć kolejne złe wiadomości: diagnozę o pokrwotocznym wodogłowiu trójkomorowym i konieczności wszczepienia zastawki z drenażem komorowo- otrzewnowym. Mateusz dodatkowo przechodzi operację obu oczu. Ma niedowład prawej strony ciała oraz astmę oskrzelową.

Jak jest teraz? Mateusz nie mówi i nie chodzi. Czasami tak bardzo chce podzielić się emocjami, opowiedzieć o tym, co przed chwilą zobaczył. Ale nie może. Bardzo się wtedy denerwuje.

Ale potrafi pokazać na kubek z wodą i zakomunikować, że chce mu się pić. Kiedy wskaże kuchenkę, jego mama będzie widziała, że Mateusz ma chęć na obiad. Jego ulubione danie to tosty.

Chłopiec porusza się na wózku inwalidzkim. Uczęszcza na zajęcia do grupy w Ośrodku Szkolno-Wychowawczym w Lidzbarku Warmińskim. Bardzo lubi tam być. Źle zniósł izolację wywołaną pandemią.

W listopadzie Mateusz przeszedł w szpitalu dziecięcym w Olsztynie operację, która uratowała mu życie. — Wszystko działo się błyskawicznie — wspomina pani Anna, jego mama. — Miał okropne bóle głowy, wymiotował. W szpitalu wykonali natychmiast tomograf, szybko była operacja. Pamiętam wspaniałą opiekę lekarzy i pielęgniarek. Do teraz jestem pod wrażeniem.

Fot. Arch. Fundacji

Mateusz wymaga stałej, codziennej rehabilitacji oraz częstych pobytów na oddziale rehabilitacyjnym. — Bez regularnej rehabilitacji jego mięśnie po prostu zastygają — mówi jego mama. — Godzina takich zajęć to 70 zł. A dwa razy w tygodniu to absolutne minimum.

Ale to nie jedyny koszt, jaki czeka rodziców chłopca. Trzeba regularnie kupować mu pampersy i środki higieny.

Pani Anna stara się żyć teraźniejszością. Nie wybiega w przyszłość. Ma wielkie wsparcie w swojej córce Karinie, która obiecuje, że gdyby coś się stało, zajmie się swoim młodszym bratem. Kocha go nad życie i rozpieszcza.

Mateusz jest bardzo radosnym chłopcem, nie przestaje się uśmiechać. Jego świat to komputer, z którego płyną jego ulubione piosenki. Jego mama przekonuje, że w życiu płakał dwa razy—wtedy, gdy miał mieć operację, bo bardzo go bolała głowa i drugi raz, gdy bolał go ząb. — Jest naszą perełką, naszym słoneczkiem — mówi z czułością jego mama. — Bardzo go tu wszyscy kochamy.

— Nasi podopieczni borykają się z różnymi chorobami. Jednak to, że mimo wielu przeciwności się nie poddają i dodatkowo nie tracą życiowego optymizmu, jest bardzo inspirujące — podkreśla Iwona Żochowska-Jabłońska. — Rehabilitacja i leczenie naszych podopiecznych daje efekty. Niestety, często w walce z chorobą przeszkodą są kwestie finansowe. Każdy z nas może pomóc, oddając swój jeden procent na rzecz podopiecznych fundacji i dać im nadzieję na lepsze jutro. W ostatnich latach z 1 proc. podatku zrefundowaliśmy Mateuszowi leki o łącznej wartości blisko pięciu tysięcy złotych.

Jeden procent podatku można przekazać, wpisując numer KRS 0000148747 w zeznaniu podatkowym. Oprócz tego, można także już dziś, dokonać wpłaty na na konto fundacji: 58 1240 1590 1111 0000 1453 6887.

ALEKSANDRA TCHÓRZEWSKA
a.tchorzewska@gazetaolsztynska.pl

eprasa.pl c0e63975c4

Samotnik, który nigdy nie bywa samotny

fot. unsplash.com

Zdolni, oryginalni, niezależni. Jednocześnie nierozumiani, pogardzani, czasem nawet prześladowani. W świecie zdominowanym przez ekstrawertyków introwertyk wciąż pozostaje postacią kontrowersyjną i zagadkową. Dlaczego woli własne towarzystwo? Czy nienawidzi ludzi? Co skrywa pod maską milczenia?

Szacuje się, że cechy osobowości introwertycznej przejawia od 25 do 45 proc. populacji. Teoretycznie co trzeci nasz znajomy może należeć do tego grona. Nie ma jednak ani stuprocentowych ekstrawertyków, ani stuprocentowych introwertyków, co podkreślają specjaliści. Zwykle znajdujemy się gdzieś pomiędzy tymi skrajnymi biegunami. Każdy introwertyk ma w sobie cząstkę ekstrawertyka i na odwrót. Większość ludzi wykazuje umiarkowane nasilenie tych cech. Osoby skrajnie introwertyczne, jak i skrajnie ekstrawertyczne trafiają się rzadziej. W przypadku, gdy zachodzi zrównoważenie cech introwertycznych i ekstrawertycznych, mamy do czynienia ze zjawiskiem ambiwersji.

Introwertyzm jest jak serce, czy płuco. Po prostu się z nim rodzimy. Podczas gdy nasze poglądy i styl zachowania zmieniają się w ciągu życia, temperament pozostaje taki sam. Introwertyków można rozpoznać już na etapie dziecięcym. Mają rozwiniętą wyobraźnię i bogaty wewnętrzny świat. Pogrążanie się w marzeniach przychodzi im z łatwością. Wolą bawić się samodzielnie lub z jednym, góra dwójką dzieci. Interesują się głębszymi aspektami życia. Lubią filozofować, posiadają zdolności analityczne. Często przewyższają rówieśników poziomem intelektualnym. Pomysłowi, kreatywni. Są dobrymi słuchaczami, lecz nie przepadają za jałowymi dyskusjami.

Bycie introwertykiem to nie tylko zalety. Jest też druga strona medalu.

— Świat należy do ekstrawertyków i właściwie w każdej dziedzinie życia mają łatwiej — żali się użytkowniczka forum nerwica.com. — Zazdroszczę im tego naturalnego budowania relacji z ludźmi. Ekstrawertycy emanują pewnością siebie, wysyłają w świat pozytywną energię, którą ludzie odbierają automatycznie i do nich lgną. Wszystko dzieje się „podprogowo" i nie da się tego oszukać. Introwertyk może się bardzo wysilać i starać, by być trochę bardziej otwartym, by próbować czasem przejąć inicjatywę i być ciut „do przodu". Ale to jest już takie wymuszone i zwykle wymaga zużycia sporej energii, co niestety męczy. A i efekty z tego niekoniecznie przychodzą. Introwertyk próbujący zagadać do nieznajomej osoby jest spięty, układa w głowie setki scenariuszy zanim to zrobi. Ta druga strona instynktownie wyczuwa stres, lęk przed odrzuceniem i raczej nie jest przychylnie nastawiona, bo wyczuwa w tym nienaturalność. I tu jest to magiczne błędne koło. Samotny introwertyk jest często z góry skazany na porażkę przy wszelkich próbach wyjścia z tego stanu, wygląda na nudnego, zdesperowanego dziwaka, który zaczepia obcych. Osoba ekstrawertyczna może zaczepić dziesięć razy więcej osób, nawet w głupich i dziwnych okolicznościach, a tej łatki nie dostanie, bo emanuje zupełnie inną energią.

Czy introwersja rzeczywiście idzie w parze samotnością? Wątpliwości co do tego ma Andrzej z Olsztyna, introwertyk z 20-letnim stażem — jak sam siebie nazywa.

— Introwersję często myli się z nieśmiałością i brakiem umiejętności nawiązywania bliższych relacji. Niektórzy introwertycy rzeczywiście takie skłonności wykazują — przyznaje. — Jest tylko jeden szkopuł. Prawdziwemu introwertykowi nigdy nie dokucza samotność. Jeśli czujesz się niekomfortowo we własnym towarzystwie, to znaczy, że nie należysz do tej grupy — twierdzi.

W wieku kilkunastu lat Andrzej został samotnikiem z wyboru. Nigdy nie miał dziewczyny, ze znajomymi widuje się raz na kilka miesięcy.

— Ale nie dlatego, bo zostałem skrzywdzony, obraziłem się cały świat i zamknąłem w sobie. Po prostu w pewnym momencie życia zorientowałem się, że powieści Stephena Kinga i muzyka Pink Floyd interesują mnie bardziej, niż koledzy z podwórka.

Paradoksalnie nie stanowiło to przeszkody w nawiązywaniu znajomości.

— Byłem przykładem człowieka, żyjącego we własnym świecie. Nie szukałem przyjaźni, od ludzi oczekiwałem tylko jednego: by mi nie dokuczali. Mimo to w szkole i na studiach poznałem fantastycznych ludzi, z którymi do dziś utrzymuję kontakt. Nie uczyłem się psychologicznych technik zjednywania sympatii. Wszystko działo się spontanicznie. Przypadkowa wymiana poglądów przeradzała się w wielogodzinną dyskusję. Wielogodzinna dyskusja w przyjaźń na wieki. Nie musiałem szukać przyjaciół. Sami mnie znaleźli.

Introwertykom przykleja się łatkę odludka, mizantropów, dzikusów. To krzywdzący stereotyp — protestuje nasz rozmówca.

— Nie mam problemu z przebywaniem w gronie nieznajomych, o ile mają coś ciekawego do powiedzenia. Przysłuchuję się dyskusjom, ale rzadko zabieram głos. Wyglądam na zdystansowanego. Tymczasem jestem na tym spotkaniu całym sobą, moja świadomość rejestruje najdrobniejszy szczegół.

Dlaczego więc rzadko bywa z ludźmi?

— Stawiam na jakość, nie zaś na ilość kontaktów — tłumaczy. — Gdy znajdziesz bratnią duszę, z którą nadajesz na podobnych falach, między wami wywiązuje się tajemniczy rodzaj więzi. Wówczas takie czynniki jak częstotliwość spotkań, czy liczba wiadomości wysłanych na „fejsie" przestają mieć znaczenie. Mój najbliższy przyjaciel mieszka na Śląsku. Nie widzieliśmy się od dziesięciu lat. Ale mam wrażenie, że nasze ostatnie spotkanie nigdy się nie zakończyło. Że trwa nadal, tylko na innym poziomie. Nie jestem sam. Mój przyjaciel jest gdzieś obok. Czuję jego obecność, choć dzielą nas setki kilometrów.

Introwertycy nawiązują zwykle głębokie relacje, ale z ograniczoną liczbą osób. Mogą prowadzić udane życie towarzyskie. Oczywiście również miewają problemy w kontaktach z innymi.

— Tylko są to trudności innego typu — zaznacza Andrzej. — Na przykład ja źle znoszę obecność osób, z którymi mam niewiele wspólnego, które sprawiają wrażenie płytkich, agresywnych, dominujących. Bardzo się wtedy stresuję. Nie znoszę sklepów, przychodni, przepełnionych autobusów. Ich atmosfera mnie przytłacza, duszę się niczym ryba wyrzucona na brzeg.

Liczne badania dowodzą, że introwertycy potrzebują więcej czasu na analizę informacji niż ekstrawertycy. Dzieje się tak dlatego, że przetwarzają je z większą uwagą i zamyśleniem niż ekstrawertyczne. Potrzebują więcej czasu na zrozumienie aktualnych idei, zanim przejdą do nowych. Z tego powodu niektórzy z nich nie potrafią odnaleźć się we współczesnym świecie, pogrążonym w nieustannym pośpiechu.

— Powoli myślę, powoli mówię, powoli się uczę. To moje odwieczne utrapienie — konstatuje Andrzej. — Bardzo męczyłem się przez to w szkole. Na uczelni również. Koledzy łączyli pracę ze studiami. Ja nie potrafiłem, zawaliłbym wszystkie egzaminy. Po studiach załapałem się na etat w gazecie. Tempo w jakim w jakim musiałem pisać artykuły było przerażające. Po trzech miesiącach załamałem się nerwowo i odszedłem na bezrobocie. Podobne historie zdarzały mi się także w innych zawodach. Obecnie pracuję dorywczo.

Zazwyczaj wrażliwi samotnicy ciężko przeżywają zawodowe niepowodzenia. Tracą nadzieję na lepsze jutro, popadają w nałogi. Choć brzmi to banalnie, żadna porażka nie przesądza o wartości naszej osoby.

— Introwersja nie jest w żaden sposób gorsza od ekstrawersji, tak samo jak młotek nie jest gorszy od śrubokręta — przekonuje jeden z internautów na forum nerwica.com. — No chyba, że każesz młotkowi wkręcać śrubki, a śrubokrętowi wbijać gwoździe. Wtedy się okaże że obydwoje są „do niczego", ponieważ nie pracują we właściwych dla siebie kontekstach, zgodnych ze swoim przeznaczeniem. Tak samo ekstrawertyk może się okazać „do d***" jeżeli każesz mu zdać się na własną empatię i odczytać stan emocjonalny drugiej osoby — twierdzi.

Jaki zawód najlepiej pasuje do osobowości introwertyka? Doradcy wymieniają takie profesje, jak bibliotekarz, kierowca ciężarówki, geolog, programista, czy korektor. Polecają również pracę ze zwierzętami. Czy oznacza to, że wrażliwy samotnik nie sprawdzi się w innych sferach? Absolutnie nie. Komfort w pracy zależy od naszych indywidualnych predyspozycji i kompetencji, ale też warunków w jakich działamy. Co ciekawe, według niektórych badaczy introwertycy świetnie sobie radzą w zarządzaniu zespołem dzięki umiejętności uważnego słuchania, cierpliwości i skrupulatności. Do takich wniosków doszedł profesor Adam Grant z Wharton School of University of Pennsylvania. Przebadał on 130 przedsiębiorstw wykazując, że introwertyczni szefowie bywają bardziej skuteczni w zarządzaniu niż ekstrawertycy.

PAWEL SNOPKOW
p.snopkow@gazetaolsztynska.pl

Warto wiedzieć:

- Introwertykami byli m.in. Michał Anioł, Abraham Lincoln, Mahatma Ghandi, Audrey Hepburn, Bill Gates, czy J.K. Rowling;
- Pojęcie introwersji i ekstrawersji wprowadził do nauki szwajcarski psychiatra Carl Gustav Jung. „Introwersja i ekstrawersja to dwa ogólne typy postaw, które wyrażają kierunek, w jakim zmierza energia psychiczna. Ekstrawertyk kieruje swoje zabiegi adaptacyjne i reakcje na zewnątrz, sterują nim oczekiwania i potrzeby środowiska społecznego. U introwertyka natomiast, libido realizuje się poprzez subiektywne stany wewnętrzne i procesy psychiczne" podaje wikipedia.

eprasa.pl c0e63975c4

Jak ja nie cierpię **walentynek!**

Fot. Pixabay

Tak jest! Niczym Smerf-Maruda w okolicach połowy lutego chodzę i zrzędzę, i zżymam się, i marudzę właśnie — bo mało jest w kalendarzu polskim świąt, które wzbudzają we mnie większą mieszankę pogardy i sarkazmu niż nieszczęsne walentynki!

Święty patron

Przecież to jest jakiś jawny przekręt już na wstępie!

Zacznijmy od faktów, które są wprawdzie mocno skąpe i bardzo niejednoznaczne, ale jednak jakieś wnioski wysnuć można. Żył mianowicie ów Walenty w III w. naszej ery i najpierw był kapłanem rzymskim, a potem biskupem Terni w regionie Umbria. Normalna sprawa, już we wczesnej młodości padł ofiarą prześladowań, głównie ze strony cesarza rzymskiego Klaudiusza II Gota, ale mimo wszystko dawał radę pomagać innym męczennikom w czasie ich procesów i egzekucji. Za całokształt zapewne został w końcu pojmany, zaprowadzono go przed srogie oblicze prefekta Rzymu, a ten, rachu-ciachu — przeprowadził rutynowy proces, w czasie którego próbował wymusić na Walentym zaparcie się Chrystusa. By pożądany rezultat osiągnąć w możliwie prędkim tempie, prefekt nakazał użycie kijów. Ponieważ Walenty Chrystusa się nie zaparł, przeciwnie — tym bardziej upierał się przy swojej wierze, prefekt kazał go ściąć, a miał ten przerażający fakt miejsce dokładnie 14 lutego 269 roku...!

No, to nie wiem jak reszta społeczeństwa, ale ja już tu mam obiekcje. Jeśli bowiem ten słynny, szpetny 14 lutego — to jest powód do świętowania rocznicy pozbawienia Walentego głowy czy może oddzielenia góry jego korpusu od dołu — to ja zaręczam, że znam nieco mniej makabryczne rocznice, w czasie których też można wręczać sobie laurki i poduszki w kształcie serc, naręcze kwiatów, łakocie — koniecznie w pudełkach o sercowatym kształcie — oraz inne serduszkowce gadżety. I szczerze powiem, że jakoś łatwiej byłoby mi składać komuś kochanemu życzenia i całować go lub ją bez pamięci, nie mając gdzieś z tyłu głowy tego obrazu z Walentym dyndającym swobodnie na szafocie.

Kontynuując życiorys Walentego — pochowany został w Rzymie przy via Flaminia, a zaraz potem rosnąć zaczęła legenda i kult, bo już w IV w. jego grób otoczony był szczególną czcią. Papież Juliusz I wystawił nad tym nagrobkiem bazylikę pod wezwaniem — a jakże! — Świętego Walentego. Nie minęło zbyt wiele czasu, a grób Walentego oraz cała bazylika stały się prawdziwym sanktuarium i jednym z pierwszych miejsc pielgrzymkowych, aż w końcu kult Walentego objął niemal całą średniowieczną Europę.

I tu zaczynają się kolejne — jak dla mnie — schody. Bo w takich średniowiecznych Niemczech Walenty wzywany był jako orędownik i wspomożyciel w czasie ciężkich chorób, zwłaszcza nerwowych, oraz epilepsji. To Anglicy, a po nich Amerykanie ubzdurali sobie, by z Walentego uczynić patrona zakochanych — a już ci ostatni na pewno mają największy wkład w przełożeniu kultu na wymierne zyski z tych wszystkich laurek, serduszek, kwiatów, czekoladek i innych upominków, nie wspominając o wystawnych kolacjach w luksusowych lokalach oraz biletach do kina, koniecznie na komedie romantyczne.

Gdzie padaczka — gdzie euforia z powodu kochania i bycia kochanym? Nie wiem. Żeby jeszcze ślepota lub całkowita niepoczytalność — to konotacje do stanu zakochania bym nawet objęła swoim umysłem. Ale padaczki z miłością — wybaczcie — nie daję rady!

Ortografia

Jako językoznawca w kontekście tych nieszczęsnych walentynek jestem niewiele mniej zdenerwowana, bo szlag mnie trafia od wielkiej litery!

Nie, nie jest to żadna przenośnia, a fakt niezaprzeczalny, z nieznanego mi bowiem bliżej powodu wszyscy w czambuł walentynki piszą dużą literą właśnie, podczas gdy język polski i jego reguły są nieubłagane. Duża litera zarezerwowana jest mianowicie dla nazw świąt i dni świątecznych. Właśnie dlatego zapiszemy Boże Narodzenie, Nowy Rok, Niedziela Wielkanocna, Dzień Matki, Zaduszki czy Święto Niepodległości. Do tego reguła dużej litery dotyczy wszystkich świąt obchodzonych w skali przynajmniej ogólnokrajowej, czyli też Dnia Kobiet lub nawet Dnia Chłopaka, a nawet świąt nietypowych — choćby obchodzonego niedawno Międzynarodowego Dnia Pizzy. Na dużą literę zasługują też święta historyczne, np. Dionizje i Saturnalia.

> I wszystko byłoby dobrze, gdybyśmy umieli święta odróżniać od praktykowanych obrzędów, zabaw czy zwyczajów. Bo te ostatnie piszemy właśnie z użyciem małych liter — stąd tłusty czwartek, dyngus, gaik, kupała, dożynki, andrzejki, mikołajki, turoń, zaręczyny, oczepiny oraz — najgorsze ze wszystkich — walentynki.

Tymczasem obojętnie czy na początku zdania, czy na jego końcu, w charakterze hasła na okolicznościowym kartoniku czy napisu w witrynie kwiaciarni, w artykule prasowym na tematy bieżące czy w nekrologu zgoła — walentynki z jakiegoś powodu rosną do rangi Wielkanocy, Dnia Kobiet albo Zaduszek! Przynajmniej językowo i ortograficznie... A ja się pytam, gdzie się podziali wszyscy puryści językowi? Gdzie wielbiciele

eprasa.pl c0e63975c4

poprawności językowej, językoznawcy z zawodu i poloniści z przekonania? No, gdzie?!

Inna rzecz, że o andrzejki i mikołajki sama też aż tak mocno się nie czepiam. Bo nie ma o co!

Tyrania

Wiele osób, zwłaszcza tych, którzy przez życie idą jako single i w dodatku wcale nie ubolewają z tego powodu — już od początku lutego aż do weekendu po 14-tym tegoż miesiąca uważa się wręcz za ofiary walentynek. Osobiście również uważam, że przytłaczający marketing i z każdej strony krzyczane zachęty, by walentynki świętować — są objawem jakiejś nowoczesnej, bardzo wyszukanej tyranii, nie wiem czemu jeszcze nie ściganej prawem. Przynajmniej Helsińska Fundacja Praw Człowieka powinna się o prawa singli — czy może raczej quirkyalonersów — upomnieć. Bo gdzie to jest napisane, że ja muszę koniecznie przez to życie iść z kimś? Że nawet jak on lub ona to zły człowiek jest, a przyssał się do mnie jak rzep do psiego ogona — to ja mam dzień i noc los błogosławić, że idę pod rękę z człowiekiem złym albo nieuczciwym, chamem i/lub prostakiem, wyzutym z wrażliwości, empatii i innych uczuć wyższych indywiduum — grunt, żeby nie samotnie? Moja babcia o takich kobietach mawiała „byle jaki, byle był". Ja sama o kobietach, których świat w całości i po same brzegu wypełnia pan małżonek i bez którego one same we własnym mniemaniu nic nie znaczą, niczego nie reprezentują i niczego od siebie nie są w stanie światu zaoferować — mówię często: „żona swojego męża". Dobrze, znalazłaś sobie mężczyznę, który cię kocha, ceni i jest twoim najlepszym przyjacielem — to super. Ale nie znalazłaś — to nie szukaj na siłę, bo czasem więcej znaczysz sama niż z kimś zupełnie nieodpowiednim przy twoim boku. Maria Czubaszek dziwiła się niekiedy, że zna kobiety, które koniecznie upierają się, by znaleźć faceta, przy którym będą się mogły zestarzeć. „Bez niego też się zestarzejecie" — zapewniała. „Tylko może trochę wolniej".

Powiedzieć o walentynkach, przymusie szczęścia we dwoje i w ogóle o całym tym rejwachu — tyrania — to nic nie powiedzieć!

Alternatywy

No właśnie! Czy my jesteśmy cywilizacją starszą od amerykańskiej — czy może jednak młodszą i tylko ja coś przegapiam? Czy to oni od nas czerpali od zarania pełnymi garściami, czy jednak sami stanowią kolebkę wszystkiego? Jeśli nic nie przegapiam i to oni od nas i z nas — a nie odwrotnie — to może jednak odwołajmy się raz na jakiś czas do własnych mitów, legend, wierzeń i obyczajów, najlepiej regionalnych, takich, że tylko my i nikt więcej — i to świętujmy ile wlezie, od rano do wieczora, cały weekend, tydzień...! Może być nawet z tymi witrynami w kwiaciarniach, czekoladkami w kształcie serca oraz całą górą czerwonych poduszek — nie będę się czepiać. Byle tylko w tle i sednem całego zamieszania była choćby noc świętego Jana, puszczanie wianków na rzece i szukanie około północy kwiatu paproci w każdym okolicznym lesie.

Fot. Pixabay

> Czemu w niepamięć odchodzą lub już odeszły noc kupały, pucheroki, pogrzeb żuru i śledzia, żandary, rękawka, przywołówki? Kto i kiedy ostatnio utopił porządnie Marzannę? A i śmigus-dyngus z roku na rok też jakiś bardziej niemrawy — jakoś tak dogorywa niczym zestrzelony w powietrzu ptak...

A do tego zawsze takie wielkie halo o zwyczaje celtyckie, zwłaszcza w okolicach Halloween — że pogaństwo się szerzy i antychryst znów przejmuje panowanie nad światem. Przy czym krytykantom wcale nie przeszkadza fakt, że i takie dziady, i noc kupały, a nawet święto na cześć św. Brygidy — to pokłosie, luźna wariacja, a czasem wprost przejęta przez chrześcijaństwo tradycja pogańskich starożytnych Celtów. Albo może tego nie wiedzą?

No, a z wosku co wam ostatnio wyszło? Umiecie go lać tak w ogóle? Wiecie, że trzeba przez kluczyk, że najlepiej taki starodawny, wiecie, którą ręką go trzymać, a którą lać? Pięknie, pięknie. Raptem święty Andrzej w takie niełaski popadł. Bo oczywiście, jakby tego wszystkiego było mało — od czasu do czasu, a najbardziej w połowie listopada, pojawiają się też głosy zdecydowanie przeciwne wróżbom andrzejkowym. A nawet takie, które — nomen omen! — wróżą wszystkim wróżbitom rychłe oskarżenia o bałwochwalstwo, a w dalszej przyszłości wręcz czeluści piekielne...! W związku z czym w wielu szkołach i parafiach wydawane są liczne ostrzeżenia i zakazy organizowania jakichkolwiek wieczorków i zabaw andrzejkowych...

Mój Ty Boże kochany! Na jakich filarach w takim razie ta wiara oparta — że jeden wieczór w roku poświęcony na zabawę i dodatkowe lanie wosku grozi nie tylko pożarem, ale wiarołomstwem, łamaniem przynajmniej kilku przykazań z Dekalogu i anatemą...?! Pomijam już fakt, że ostatecznie postać świętego Andrzeja za tymi harcami stoi, a nie pierwszego z brzegu Bahometa — to nie kto inny, ale sam Jezus mówił, że „gdzie dwóch lub trzech jest zebranych w moje imię, tam jestem wśród nich". Zachęcam więc byśmy wszyscy, zachowując oczywiście zdrowy rozsądek i umiar — spotykali się i bawili w wieloosobowym, a najlepiej także w wielopokoleniowym gronie, niech będzie, że nawet mieszanym, damsko-męskim, czcili wszystkich znajomych i znanych Andrzejów i kultywowali wielowiekowe tradycje naszych przodków, bo zaręczam, że tych wróżb andrzejkowych nie wymyśliło ani pokolenie Z, ani Y, ani nawet moje własne pokolenie X. Praktycznie nie bardzo wiadomo, skąd te wróżby andrzejkowe się wzięły, którędy dotarły do nas, ale część badaczy uważa, że z Grecji. A jeśli z Grecji — to nie mogą być złe!

Grunt, żeby nie walentynki! Szach-mat!

Wszystkich, którzy już po tytule zaczęli ostrzyć szpony krytyki, a przez resztę moich wywodów aż ręce zacierali, by tylko skwitować je niesłychanie kąśliwym komentarzem o singlu i że inaczej bym śpiewała z chłopem u boku — z niekłamaną radością zamierzam w tej uroczystej chwili wytrącić z rąk wszelki sarkazm, ironię i najbardziej wyszukane szpile szyderstwa.

Bo choć walentynek rzeczywiście nie znoszę pasjami, to jednocześnie pragnę oświadczyć, że jestem niedorzecznie zakochana! Ba! Ja kocham z wzajemnością! I świętujemy razem wszystko, nawet i ten Dzień Pizzy — ale nie walentynki!

MAGDALENA MARIA BUKOWIECKA
m.bukowiecka@gazetaolsztynska.pl

eprasa.pl c0e63975c4

Emocje zaklęte w przedmiotach

Marcin Wójcik wytwarza wyjątkowe przedmioty z tytanu. Są to wyroby użytkowe dedykowane dla mężczyzn: wkrętaki, długopisy, pióra. Kieruje się ergonomią, ale jego przedmioty to elegancja w każdym detalu.

fot. Tomasz Szostak

— Projektujesz i wykonujesz rozmaite gadżety z tytanu. To niezwykle ozdobne elementy, prawie jak biżuteria, ale projektowana z myślą o mężczyznach. To spora nisza, w której znalazłeś swoje miejsce i swoich odbiorców.

— Jestem dobrym przykładem tego powiedzenia: zacznij robić to co lubisz, a ludzie zechcą ci za to płacić. Zaczęło się od pasji do majsterkowania i zamiłowania do noży. Obracałem się w środowisku zainteresowanym tą tematyką i tak gdzieś rozwijał się we mnie pomysł na serię gadżetów. Zacząłem projektować wkrętaki i klucze do tych noży, do tego doszły różne zawieszki i tak mój pomysł ewoluował. Wtedy powstał mój pierwszy tytanowy długopis. Zastanawiałem się jak powinien wyglądać, czym powinien się wyróżniać. Zależało mi na tym, by był to produkt unikalny, niespotykany i jedyny w swoim rodzaju. Wiedziałem, że po pierwsze, musi wyróżniać się designersko, a po drugie, musi mieć też rozwiązanie techniczne, którego nikt wcześniej nie stosował. W moim przypadku jest to włącznik długopisu, który po przesunięciu kółka sprawia, że nie można włączonego długopisu schować do kieszeni, ponieważ kołek blokuje drogę do klipsa. Kto był kiedyś w podobnej sytuacji wie, że niewyłączony długopis wszystko brudzi.

— My, kobiety często mamy problem z zakupem typowo męskich prezentów. Mam wrażenie, że z nami jest łatwiej, bo można nam zawsze kupić biżuterię, która w moim przypadku absolutnie się sprawdza. Twoje wyroby to inny rodzaj biżuterii, bo oprócz estetyki, są to też przedmioty użytkowe. Taka biżuteria dla mężczyzn w praktycznym wydaniu.

— Moje motto to: fajnie jest używać rzeczy fajne. Sam szukając butów, spodni czy rzeczy, których na co dzień używam, zwracam uwagę na detale. Te przedmioty muszą mnie czymś zachwycić, dzięki temu sprawią, że np. te spodnie będą fajniejsze od innych, mimo, że jedne i drugie to dżinsy. Tak też jest z gadżetami, które wyrabiam. Każdy facet używa wkrętaka i każdy może odkręcić nim śrubkę, ale fajnie jest wziąć do ręki narzędzie, które zostało wykonane z sercem. To widać we wszystkich tych przedmiotach. Każdy z nich ma duszę. Wykonuje je manualnymi maszynami, a potem wykańczam ręcznie. Każdy przedmiot jest inny i niepowtarzalny, bo ostateczna obróbka, gdzie nadaję mu fakturę czy kolor, stanowi o jego wyjątkowości. Na przestrzeni lat zmieniły się też moje wyroby, z każdym nowym projektem dokonuję udoskonaleń, więc ja też się przy tym doskonalę. Generalnie mój zamysł w projektowaniu idealnych długopisów opiera się w dużej mierze o ergonomię. Jak trzymamy taki przyrząd w ręku, to tworzy się tzw. oko, które powstaje po złączeniu palca wskazującego, kciuka i pala środkowego. Moje długopisy i pióra konstruowane są tak, by wszystkie elementy, które mogłyby przeszkadzać w użytkowaniu umieszczam w tym oku. Wiele tradycyjnych piór, ma gwint blisko stalówki, co może przeszkadzać w pisaniu. Oczywiście łatwiej jest wykonać to w ten sposób, natomiast w moich narzędziach chodzi o to, by było to zrobione dobrze, a nawet lepiej. Ja nie oferuję ludziom rzeczy, ja oferuję im szczęście, bo otwierając pudełko, są zachwyceni i szczęśliwi.

fot. archiwum prywatne

— Wszystkie twoje narzędzia, długopisy i pióra są idealnie wykończone. Nie pozwalasz sobie na to, by znalazła się na nich najmniejsza rysa.

— Każdy z przedmiotów, który wychodzi ode mnie jest zrobiony najlepiej jak potrafię. I dopóki widzę jakąś skazę dopóty ją poprawiam. Kiedy widzę jakąś rysę, która zaburza czystość tego przedmiotu, to też ją usuwam. Później wszystkie rysy, mikrorysy czy inne zadrapania, które pojawią się na tych rzeczach, podczas ich użytkowania tworzą ich historię. To wspomnienia użytkownika, ważne wydarzenia z życia, znaki czasu, zaklęte emocje.

— Wspomniałeś, że robisz też długopisy dla leworęcznych. Czy to znaczy, że sam jesteś leworęczny, skoro o tym pomyślałeś?

— Jestem leworęczny, ale piszę prawą ręką. Jestem jeszcze z tej starej szkoły, w której leworęcznych nawracano na praworęczność. I ten pomysł przyszedł do mnie z czasem, ponieważ wszystko inne robię lewą ręką, ale pamiętam też o leworęcznym użytkowniku. Każdy mój produkt jest skrojony na miarę i dopasowany do czyichś preferencji. Moje produkty mogą być też personalizowane i to w sposób nie do końca dosłowny, np. grawer z użyciem alfabetu morsa. Uwielbiam takie smaczki. To taka tajemnica zaklęta w przedmiocie, która niesie ze sobą również ładunek emocjonalny. Wtedy obdarowanie kogoś takim prezentem jest miłe nie tylko dla osoby obdarowanej, ale również dla osoby, która ten prezent wręcza, która ten prezent znalazła, czy wręcz wymyśliła. To mi daje też duże zadowolenie, bo każdy z nas lubi być wyjątkowy i ludzie wyrażają to w różny sposób. Jedni poprzez ubiór, inni kupują drogie samochody, a inni kolekcjonują wiertarki. Te rzeczy, które ja wytwarzam, pozwalają nam poczuć się wyjątkowo, a dawanie wyjątkowych prezentów staje się wyjątkowym rytuałem.

— Twoje przedmioty cechuje wysoka jakość artystyczna, ale nie brakuje też elementów inżynierii, ponieważ te przedmioty są szalenie ergonomiczne. To nie jest zwykłe rzemiosło. Czujesz się bardziej artystą, rzemieślnikiem, inżynierem czy każdym po trochu?

— To co ja uprawiam, to jest sztuka użytkowa. Są to przedmioty codziennego użytku, przy których mogę się wyżyć twórczo i artystycznie. Z wykształcenia jestem inżynierem. Przez 20 lat byłem menagerem produkcji, zarządzałem ludźmi i zajmowałem się zupełnie czym innym. A to była moja pasja, którą wykonywałem sobie po godzinach. Z czasem ta pasja stała się moją pracą. To inżynierskie podejście zostało we mnie. Ergonomia jest potrzebna, a to artystyczne zacięcie cały czas we mnie ewoluuje. Kieruję się zasadami złotego podziału czy ciągiem Fibonacciego, które obowiązują w sztuce. To, że bierzesz do ręki przedmiot, który ci się podoba i nie wiesz dlaczego, jest czystą matematyką.

KAROLINA ROGÓZ-NAMIOTKO
redakcja@gazetaolsztynska.pl

eprasa.pl c0e63975c4

By nasze życie nabrało **smaku**

Ilekroć widzę swoich kolegów, którzy w kierunku czajnika zmierzają z kolorowymi torebeczkami celem „upichcenia" jakiegoś dania na szybko — zęby same zaczynają mi zgrzytać! Nie z głodu bynajmniej i nie z zazdrości, a wyłącznie z powodu zawartości tych torebeczek.

Sól, skrobia, mączka, regulator kwasowości oraz cała reszta chemicznie brzmiących nazw, których z obawy o zdrowie nie odważę się powtarzać. Cała masa E z rozmaitymi kombinacjami cyfr i inne składniki prosto z tablicy Mendelejewa — wszystkie one skutecznie obniżają moją wiarę w zdrowie, które niby z tych torebeczek moich kolegów ma szerokim strumieniem płynąć. Żadne takie! Już prędzej uwierzę, że, gdy tylko zejdą z tego padołu, roztoczy się wokół nich fosforyzująca poświata godna samej Marii Skłodowskiej-Curie…

Nie zawsze wiemy, co jemy. Staramy się przygotowywać nasze dania z jak najmniej przetworzonych składników, ale często pośpiech lub — co nie daj Boże! — lenistwo — zmuszają nas do korzystania z półśrodków i z tych gotowych przysmaków rzadkiej klasy. Musimy więc ratować nasze organizmy, a w szczególności układy trawienne, jakimiś odtrutkami i naturalnymi wzmacniaczami. W innym wypadku widmo tej fosforyzującej Skłodowskiej może nadbiec w naszym kierunku kurcgalopkiem. I to prędzej, niż byśmy się spodziewali…!

Nie bez przyczyny nasi przodkowie jeszcze na początku ubiegłego wieku zioła do wszystkich potraw dodawali garściami. Staropolska kuchnia, na przepisach której wciąż bazuje większość współcześnie przyrządzanych w naszych domach potraw — daleka jest raczej od dietetycznych receptur. Ciężkie mięsa i jeszcze cięższe sosy do nich, potrawki, pasztety… I dalej pączki, serniki, mazurki i poncze… Gdyby nie naturalne remedia dodawane bezpośrednio do potraw — z dużym prawdopodobieństwem pisałabym te słowa w całkiem innym języku, a może i innym alfabetem.

A zatem czemu by nie skorzystać z dawnego hasła „Wróćmy do ziół" i nie zastąpić tych wszechobecnych wybuchowych mieszanek naturalnymi ziołami? Dodane do potraw obniżają ciśnienie krwi, poprawiają trawienie i regulują metabolizm, a przede wszystkim o niebo przewyższają intensywnością smaku i aromatu sztuczne poprawiacze i ulepszacze. Świeże czy suszone, wyhodowane na działce, w ogródku, wprost na balkonie lub wręcz na kuchennym oknie — zioła w charakterze przypraw zawsze mają moc! Pamiętajcie: era soli i pieprzu w kuchni dawno minęła. Nie wspominając już o tym, że od starożytności całe rzesze pań stosowały wiele z nich jako naturalne afrodyzjaki. Skutecznie stosowały…

Przedstawiam zatem swój autorski przewodnik po najważniejszych ziołach, bez których nie wyobrażam sobie nawet najprostszych dań. Od razu pragnę zaznaczyć, że większość z nich do naszej domowej kuchni wprowadziła moja mama. Wprawdzie wiedźmami jesteśmy obie — ale ona w kuchni jest większą. A o ziołach-truciznach może mi jeszcze pozwolą napisać…

Bazylia

Danie kuchni śródziemnomorskiej bez bazylii po prostu nie istnieje. Ale nie tylko. Dodajemy ją do wszelkich dań przygotowywanych na bazie pomidorów, w tym do sosu na spaghetti. Także do groszku, szpinaku, zupy fasolowej. Z mięs bazylię kocha baranina i wołowina, cielęcina i… krewetki. Świeżą bazylią krótko przed podaniem możemy też doprawić omlet i suflet. Można jej też użyć do aromatycznej oliwy. Prócz aromatu bazylia poprawia trawienie, łagodzi wzdęcia i nudności. Ma ponadto właściwości zbliżone do melisy — uspokaja, łagodzi nerwy i poprawia sen.

Majeranek

A mówiłam, że będzie o afrodyzjakach! Od wieków jest majeranek symbolem miłości, a dodany do specjalnego eliksiru — uczucia wzbudzał zgoła w umarłym…! Jak dla mnie, majeranek ma tak niezwykły zapach, że to jemu samemu trudno się oprzeć. I najpiękniejsze w majeranku jest to, że zachowuje go zarówno w postaci suszu, a dodany do potraw chyba jeszcze bardziej intensywnieje. Ponieważ świetnie poprawia trawienie — jest obowiązkowym składnikiem wszystkich tłustych potraw. Pomaga też przy bólach głowy, skurczach, kaszlu, migrenie i lekkich schorzeniach nerwowych. W kuchni majeranek przyjaźni się z zupami, szczególnie z grochówką, fasolówką, białym barszczem i żurkiem. Dodajemy go do wszystkich potraw mięsnych, pieczeni, sosów i farszów. Świetnie też współgra z innymi ziołami: tymiankiem, szałwią i rozmarynem. Ajadł ktoś kiedyś pasztet, który nie pachniał majerankiem? Jeśli jadł — to popełnił świętokradztwo i powinien być ścigany prawem…!

Rozmaryn

Rozmaryn tylko trochę ustępuje majerankowi zapachem i aromatem. Czy świeży, czy suchy — zawsze doskonale podkreśli smak dań rybnych i mięsnych, także dziczyzny. Można go dodawać do sałatek, do makaronu i do dań ziemniaczanych — praktycznie do wszystkiego. Rozmaryn pomaga w prawidłowej pracy żołądka, wątroby i nerek. Ma działanie dezynfekujące, więc natychmiast łagodzi stany zapalne przewodu pokarmowego. Działa też napotnie i rozkurczająco. Natomiast z doświadczeń własnych do dziś z drżeniem rąk wspominam wspinaczkę na ateński Akropol, miejscami nader gęsto porośnięty wybujałymi krzakami rozmarynu właśnie. Nie bacząc bowiem na świętość miejsca oraz na liczne budki strażników — mamunia właśnie tam postanowiła uzupełnić domowe zapasy tego zioła…! Obeszło się bez incydentów i międzynarodowego skandalu, ale co przeżyłam — moje na wieki…!

Czosnek

To właściwie naturalny antybiotyk, zawarta w nim bowiem alliina jest substancją aktywną i to dzięki niej świeży czosnek działanie przeciwzapalne, przeciwbakteryjne, antygrzybicze i antyseptyczne. Stąd wielki powrót czosnku można zauważyć, a raczej poczuć szczególnie jesienią, kiedy w poszukiwaniu naturalnych środków zapobiegawczych i wzmagających odporność — Polacy zaczynają jeść czosnek na potęgę. I poniekąd słusznie, ale ponieważ aromat czosnkowy jest naprawdę intensywny, nie wolno z nim przesadzać, bo zwyczajnie zabijemy smak całej potrawy. Jeśli chodzi o właściwości zdrowotne, czosnek zwiększa wydzielanie soku żołądkowego i chroni przed zgagą. Wzmaga wydzielanie żółci i działa przeciwskurczowo. Korzystnie wpływa też na drogi oddechowe, reguluje florę bakteryjną i sprzyja lepszemu ukrwieniu naczyń wieńcowych.

Oregano

Właściwości oregano doceniał sam Hipokrates. To on odkrył zresztą, że oregano jest silnym naturalnym antybiotykiem i zalecał stosowanie go na wiele dolegliwości. Z powodu dużej zawartości olejków eterycznych, flawonoidów i garbników zioło ma silne działanie antyoksydacyjne i przeciwnowotworowe. Jest doskonałym przeciwutleniaczem, 42 razy lepszym od jabłka. Pomoże też w podniesieniu odporności i w chorobach układu pokarmowego. W kuchni to świetna para dla pizzy, sosów pomidorowych i do spaghetti, mięs, szczególnie wołowiny, jagnięciny i cielęciny, ryb i szpinaku.

Tymianek

O tymiankowej herbatce już było — czas na tymianek jako składnik receptur kuchennych. Ponieważ doskonale wspomaga nasz układ pokarmowy, pobudza wydzielanie soków trawiennych, łagodzi wzdęcia oraz oczyszcza drogi oddechowe, tymianek ma w kuchni szerokie zastosowanie. Można go dodawać do pieczonych i duszonych mięs, sałatek oraz sosów — ułatwia szybkie i bezproblemowe trawienie najtłustszych dań w żołądku oraz w jelitach. Świetnie gra z rybami, pomidorami, zupami, krokietami, grzybami i z cebulą. Można go dodać nawet do lemoniady — nabierze świeżego, orzeźwiającego w czasie upału smaku. O swojskich ziemniakach pieczonych w piekarniku nawet nie wspominam…!

Lubczyk

I znów afrodyzjak…! Ale i bardzo zdrowa, aromatyczna przyprawa. Lubczyk działa wykrztuśnie, moczopędnie i rozkurczowo. Chroni od wzdęć i biegunki. W postaci świeżych listków dodajemy go do sałatek, zup i potraw mięsnych. Świetnie wzbogaci wszelkie wekowane warzywa. Z kolei w postaci nasion lubczyk podkreśli smak makaronów i dań ziemniaczanych. W Anglii zmiażdżone nasiona lubczyku to nieodzowny składnik pieczonego w domu chleba. No dobrze, niech już będzie. Ponoć wykopany razem z nacią 1 października o 6 rano — lubczyk w najbardziej nawet niezgodnym małżeństwie działa same cuda. Panna młoda, upiąwszy liść lubczyku we włosy lub do sukni ślubnej — mogła już kilka chwil po wstąpieniu w związek liczyć na życie przy boku męża mlekiem i miodem płynące, pełne radości, szczęścia i oczywiście dozgonnej miłości. I tak samo, dodany do pierwszej kąpieli, wiele szczęścia miał przynosić dziewczynkom. Z tym małżeństwem to nie wiem, bo jeszcze się nie zdecydowałam spróbować. A co do kąpieli, musiała mama coś tam domieszać — bo na brak szczęścia w życiu absolutnie narzekać nie mam prawa!

MAGDALENA MARIA BUKOWIECKA
m.bukowiecka@gazetaolsztynska.pl

Anonimowy autor w 1614 r. tak pisze:
Dziewki umiem porządnie do młodzieńców zwodzić.
Uczynię, co nie będzie nigdy dzieci rodzić.
Zamąż nigdy nie pójdzie, której ja chcę zgoła,
Uczynię to a prędko, bo mam takie zioła.

REKLAMA

Lek. med.
Artur ZALEWSKI
specjalista chirurg
Chirurgia Ogólna
LANCET, Olsztyn
ul. Wojska Polskiego 39
środa 17⁰⁰-19⁰⁰
tel. rej. 89 535-72-80
po 13⁰⁰ codziennie
152820otbr-A -C

NZOZ „ARTERIA" PRYWATNE SPECJALISTYCZNE CENTRUM CHORÓB NACZYŃ
Olsztyn, ul. Kopernika 30 (parter, lok. 14, 15) pn.-pt., rej. w godz. 10⁰⁰-18⁰⁰, tel. 89 534-55-65
CHOROBY ŻYŁ I TĘTNIC
• diagnostyka • leczenie zachowawcze
• skleroterapia żylaków
• laserowe leczenie żylaków!!!
• leczenie operacyjne żylaków
Specjaliści chirurgii naczyniowej i ogólnej:
Mariusz Błoniecki | Rafał Dryzner
Piotr Malinowski
Maciej Sadowski tel. 89 509 344 667
www.arteria.olsztyn.pl
152520otbr-A -C

CENTRUM REHABILITACJI NIEBIESKI HAMAK
dr n. med. Agnieszka Biernacka
Specjalista rehabilitacji medycznej:
■ konsultacje rehabilitacyjne dzieci i młodzieży
■ diagnostyka neurorozwojowa niemowląt
Informacja i rejestracja codziennie w godzinach 9:00-19:00 pod nr telefonu
665-282-412
Olsztyn, ul. Leśna 2
151120otbr-a-M

dr n. med. MACIEJ BIERNACKI
SPECJALISTA CHIRURGII OGÓLNEJ I ONKOLOGICZNEJ
•chirurgia ogólna •chirurgia onkologiczna •żylaki •przepukliny •usuwanie drobnych zmian skórnych •leczenie chorób piersi •leczenie nowotworów przewodu pokarmowego
Olsztyn, al. Wojska Polskiego 39 (Lancet)
89 535 72 80 od godz. 13⁰⁰, 508 36 26 52
156020otbr-A-G

eprasa.pl c0e63975c4

GDZIE ZAMÓWIĆ OGŁOSZENIE DROBNE?

www.nadajogloszenie.pl

CENTRALNE BIURO OGŁOSZEŃ
Olsztyn, plac Józefa Bema 5
tel. (89) 539-74-80 , tel. (89) 539-74-81
b.ogloszen@gazetaolsztynska.pl
czynne pon.-pt. godz. 7.00-15.00, sob. **nieczynne**

Barczewo, ul. Wojska Polskiego 7
tel./fax (89) 674-04-90, czynne pn.-pt. 9.00-17.00
sob. 9.00-13.00

Bartoszyce, pl. Konstytucji 3 Maja 29
(Biuro turystyczne IKAR)
tel./fax (89) 762-27-11, czynne pn.-pt. 9.00-17.00,
sob. 9.00-15.00

Biskupiec, ul. Topiel 2
tel./fax (89) 715-32-50, kom. 509-520-160
czynne pn.-pt. 800-16.00, sob. 8.15-12.30

Elbląg, ul. Rybacka 35
tel./fax (55) 236-16-99, czynne pn.-pt. 8.00-16.00,
soboty nieczynne

Miłakowo, ul. Olsztyńska 16 (Urząd Miasta)
tel. (89) 757-83-31, czynne pn., wt., czw.: 8.00-15.00
śr. 8.00-17.00, pt. 8.00-13.00, soboty nieczynne

Mrągowo, ul. Ratuszowa 5
(Mrągowska Agencja Turystyczna „MAT")
tel./fax (89)741-81-51, czynne pn.-pt. 9.00-16.00,
soboty nieczynne

Nidzica, ul. Traugutta 20 (Gminna Spółdzielnia „SCh")
tel. (89) 625-21-20, fax (89) 625-26-98
czynne pn.-pt. 7.00-15.00, soboty nieczynne

Olsztynek, ul. Chopina 29 (Miejski Dom Kultury)
tel./fax (89) 722 38-76, czynne pn.-pt. 8.00-16.00,
soboty nieczynne

Szczytno, ul. Odrodzenia 18 (PTU „Mazur-Pol")
tel./fax (89) 624-31-48, (89) 624 55 74
czynne pn.-pt. 8.00-17.00, sob. nieczynne

Ogłoszenia drobne zamieszczone
w „GAZECIE OLSZTYŃSKIEJ" i „DZIENNIKU ELBLĄSKIM"
ukazują się równocześnie na stronie
www.drobniak.pl

Nekrologi i kondolencje zamieszczone
w „GAZECIE OLSZTYŃSKIEJ" i „DZIENNIKU ELBLĄSKIM"
oraz tygodnikach lokalnych ukazują się równocześnie
na stronie **www.pozegnania.net**
ZAPAL WIRTUALNĄ ŚWIECZKĘ

61617opb1-AH-K

ZWIERZĘTA

kupię

!!! SKUP BYDŁA, GOTÓWKA, SZYBKI ODBIÓR, 512-235-693

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam

WWW.DOMKIANGIELSKIE.PL, 503-103-703

PRACA

dam pracę

DLA mężczyzny w gospodarstwie rolnym tel. 797-580-971

KIEROWCA CE, 604-534-860

MĘŻCZYZNĘ lub małżeństwo do pracy w gospodarstwie, 502-712-884

NAPRAWA kempingów, prawo jazdy B, 503-103-703

ZATRUDNIĘ kierowcę wywrotki tel., 502-587-305

USŁUGI

budowa | remont

GLAZURA, hydrauliczne, 795-820-780

HYDRAULIK, 571-439-145

transport

TRANSPORT, przeprowadzki, 729-242-457

inne

SZYCIE kołder, 665-434-450

RÓŻNE

sprzedam

DREWNO opałowe, kominkowe tel. 89-513-15-60, 605-048-075

31419opb1-A 2x2 -C

TU ZLECISZ ZAMIESZCZENIE NEKROLOGU LUB KONDOLENCJI
W „GAZECIE OLSZTYŃSKIEJ" I „DZIENNIKU ELBLĄSKIM"

NEKROLOGI (wymagany akt zgonu).
Terminy przyjęć*:
• na poniedziałek – do piątku do godz. 15.00
• na wtorek, środę, czwartek, piątek
– dnia poprzedniego w godz. 7.00-15.00
• na sobotę – do czwartku do godz. 15.00
* Dotyczy Biura Ogłoszeń w Olsztynie, plac Józefa Bema 5

KONDOLENCJE
(wymagany dowód osobisty osoby nadającej)
ukazują się w ciągu trzech dni od chwili nadania

Biuro Ogłoszeń, **OLSZTYN**, **plac Józefa Bema 5**
czynne w godz. 7.00-15.00
soboty – nieczynne
tel. 89-539-74-80, b.ogloszen@gazetaolsztynska.pl

www.pozegnania.net

Biuro Ogłoszeń, **ELBLĄG, ul. Rybacka 35**
tel. 55-236-18-02
pon.-pt. godz. 8.00-16.00

28919opb1-C-K

SACRUM
KOMPLEKSOWE USŁUGI POGRZEBOWE
ANDRZEJ DĄBROWSKI
Olsztyn, ul. Limanowskiego 18/2
89 67 77 100, kom 530 308 308
GODNIE – SOLIDNIE – Z SZACUNKIEM
Całodobowy przewóz zmarłych

320520opb1-a-M

ARKA
USŁUGI POGRZEBOWE
ARKA
Elżbieta Michałowska *Anna Michałowska*
OLSZTYN (Zatorze), ul. M. Zientary-Malewskiej 2A
89 534 72 42, 605 635 908
OLSZTYN (Jaroty), ul. Herberta 16/24
(wejście od Wilczyńskiego, naprzeciw „Medyka")
89 526 66 01, 605 665 909
www.arkaolsztyn.pl
Całodobowy przewóz zmarłych

614619opb1-g-M

Warmiński
ZAKŁAD POGRZEBOWY
dawniej **market**

OLSZTYN	**895 355 300**
ul. Lengowskiego 18-20	**602 327 277**
BISKUPIEC	**897 152 093**
ul. Armii Krajowej 4	**608 680 642**

POGOTOWIE POGRZEBOWE 89 527-09-09
Pomożemy Ci godnie pożegnać

614219opb1-E-G

ARKADIA
Olsztyn, ul. Jagiellońska 52/85
tel. 89 526 67 53, 665 175 125
całodobowe przewozy zmarłych

Zbigniew Jarmużewski **kom. 602 514 880**
Joanna Kamińska **kom. 691 410 360**
Andrzej Domasiewicz **kom. 602 514 888**

Gwarantujemy godną
i kulturalną posługę

614419opb1-a -K

eprasa.pl c0e63975c4

SPORT W TELEWIZJI

SOBOTA

• **Tenis.** Australian Open w Melbourne (7, 9, 11 oraz 1.00, 3.00, 5.00 z sob. na niedz., Eurosport 1; 7, 9 oraz 1.00, 3.00, 5.00 sob./niedz., Eurosport 2)
• **Narciarstwo alpejskie.** Mistrzostwa świata w Cortina d'Ampezzo: zjazd kobiet (11, Eurosport 2)
• **Futsal.** Ekstraklasa: Rekord Bielsko Biała - Futsal Leszno (11.55, nSport+)
• **Piłka ręczna.** Superliga mężczyzn: Stal Mielec - Chrobry Głogów (13.10, TVP Sport)
• **Piłka nożna.** Premier League: Leicester - Liverpool, Crystal Palace - Burnley (13.25, 15.55, Canal+ Sport 2), Manchester C. - Tottenham, Brighton - Aston Villa (18.25, 20.55, Canal+ Sport 2); LaLiga: Granada - Atletico, Sevilla - Huesca (13.55, 16.10, Eleven Sports 2), Eibar - Valladolid (18.25, Eleven Sports 4), Barcelona - Alaves (20.55, Eleven Sports 1); Serie A: Torino - Genoa (14.55, Eleven Sports 3), Napoli - Juventus (17.55, Eleven Sports 1), Spezia - Milan (20.40, Eleven Sports 2); PKO Ekstraklasa: Cracovia - Podbeskidzie, Pogoń - Piast (14.55, 17.25, Canal+ Sport), Raków - Lechia (19.55, TVP Sport, Canal+ Sport); Bundesliga: Borussia Dortmund - TSG Hoffenheim (15.25, Canal+ Premium), VfB Stuttgart - Hertha Berlin (15.25, Eleven Sports 1), Bayer Leverkusen - Mainz (15.25, Eleven Sports 4), Union Berlin - Schalke 04 Gelsenkirchen (18.25, Eleven Sports 2); Ligue 1: Olympique Lyon - Montpellier (20.55, nSport+, Eleven Sports 4)
• **Łyżwiarstwo szybkie.** Mistrzostwa świata na dystansach w Heerenveen: wyścig ze startu wspólnego kobiet, półfinały i finał (13.45, 14, 16.50, Polsat Sport Extra); 1000 m oraz finał ze startu wspólnego mężczyzn (16, 17.10, Polsat Sport Extra)

Fot. materiały prasowe klubu

Olsztyńscy siatkarze podejmą w sobotę Skrę Bełchatów (g. 14.45, Polsat Sport)

Fot. wikipedia.org/Allura, CC BY-SA 3.0 AT

Dawid Kubacki i jego koledzy z kadry w weekend poskaczą na „swojej" Wielkiej Krokwi w Zakopanem

• **Biathlon.** Mistrzostwa świata w Pokljuce: sprint kobiet (14.30, Eurosport 1, Polsat Sport Extra)
• **Siatkówka.** PlusLiga: Indykpol AZS - PGE Skra, Resovia - Cuprum (14.45, 17.30, Polsat Sport); Tauron Liga kobiet: Legionovia - ŁKS (20.30, Polsat Sport Extra)
• **Koszykówka.** Puchar Polski mężczyzn, półfinały (15, 19, Polsat Sport News) oraz konkurs wsadów i rzutów za 3 punkty (17.30, Polsat Sport News)
• **Skoki narciarskie.** Puchar Świata w Zakopanem (15.55, TVP Sport, TVP 1; 16, Eurosport 1)

NIEDZIELA

• **Tenis.** Australian Open w Melbourne (7, 9, 11 oraz 1.00, 3.00, 5.00 z niedz. na pon., Eurosport 1; 7 oraz 1.00, 3.00, 5.00 niedz./pon., Eurosport 2)
• **Biegi narciarskie.** Ski Classics: Jizerska Padesatka (7.45, 9.15, TVP Sport)
• **Narciarstwo alpejskie.** MŚ w Cortina d'Ampezzo: zjazd mężczyzn (10.50, Eurosport 2)
• **Piłka nożna.** Serie A: Roma - Udinese, Cagliari - Atalanta (12.25, 14.55, Eleven Sports 1), Sampdoria - Fiorentina (14.55, Eleven Sports 3), Crotone - Sassuolo, Inter - Lazio (17.55, 20.40, Eleven Sports 1); Premier League: Southampton - Wolverhampton (12.55, Canal+ Sport 2), Arsenal - Leeds, Everton - Fulham (17.25, 19.55, Canal+ Sport); PKO Ekstraklasa: Wisła P. - Lech (14.55, Canal+ Sport), Jagiellonia - Legia (17.25, Canal+ Premium, Canal+ Sport 3); Bundesliga: Eintracht Frankfurt - FC Köln (15.25, Eleven Sports 2); LaLiga: Real Madryt - Valencia (16.10, Canal+ Sport 2), Levante - Osasuna (18.25, Eleven Sports 2); Ligue 1: Bordeaux - Olympique Marsylia (20.55, nSport+, Eleven Sports 2)
• **Łyżwiarstwo szybkie.** MŚ na dystansach w Heerenveen: 1500 m i 5000 m kobiet (12.35, 14.30, Polsat Sport Extra), 1500 mężczyzn (13.30, Polsat Sport News)
• **Biathlon.** MŚ w Pokljuce: biegi na dochodzenie mężczyzn (13, Eurosport 2; 13.15, Polsat Sport Extra) oraz kobiet (15.30, Polsat Sport Extra)
• **Skoki narciarskie.** PŚ w Zakopanem: kwalifikacje (14.45, TVP Sport, Eurosport 1) oraz konkurs (16.05, TVP Sport, TVP 1; 16.10, Eurosport 1)
• **Siatkówka.** PlusLiga: GKS Katowice - ZAKSA (14.45, Polsat Sport); Tauron Liga kobiet: #VolleyWrocław - Chemik, Developres - MKS Kalisz (17.30, 20.30, Polsat Sport)
• **Kolarstwo.** Wyścig Clásica de Almería (15.30, Eurosport 2)
• **Koszykówka.** Puchar Polski mężczyzn, finał (17, Polsat Sport Extra, Super Polsat); NBA: Washington Wizards - Boston Celtics (19, Canal+ Sport 2)
• **Piłka ręczna.** Superliga mężczyzn: Azoty-Puławy - Vive Kielce (19.10, TVP Sport). **pes**

GŁOSUJĘ NA:

1. .....
2. .....
3. .....
4. .....
5. .....
6. .....
7. .....
8. .....
9. .....
10. .....

Pełna lista kandydatów dostępna na **www.gazetaolsztynska.pl**
Kupon należy dostarczyć do **31 marca 2021 r.** na adres: **Grupa WM Sp. z o.o., 10- 364 Olsztyn, ul. Tracka 5, z dopiskiem „Plebiscyt".**

Imię i nazwisko .....

Adres .....

Tel. ..... E-mail: .....

1. TAK / NIE* Oświadczam, że zapoznałem się i akceptuję regulamin Plebiscytu, który jest dostępny w siedzibie spółki i na stronie internetowej www.gazetaolsztynska.pl, oraz że zapoznałem się z informacją o przetwarzaniu danych osobowych, którą zamieszczono w § 8 regulaminu.

2. TAK / NIE* Oświadczam, iż wyrażam dobrowolną zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych na potrzeby przeprowadzenia plebiscytu i wyłonienia zwycięzcy nagrody na podstawie regulaminu Plebiscytu.

3. TAK / NIE* Oświadczam, iż wyrażam dobrowolną zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych w celach marketingowych, w tym otrzymywania informacji handlowych drogą elektroniczną na podany wyżej adres poczty e-mail i numer telefonu, realizowanych przez Grupę WM Sp. z o.o. w Olsztynie.

Data i czytelny podpis .....

* Właściwą odpowiedź należy zakreślić. W przypadku niewyrażenia zgody w pkt 2 oświadczenia uczestnik Plebiscytu nie będzie brał udziału w losowaniu nagród.

121otbp-B -K

60 PLEBISCYT NA 10 NAJPOPULARNIEJSZYCH SPORTOWCÓW WOJ. WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO

ORGANIZATOR: GRUPA WM

PATRONI HONOROWI: Wojewoda Warmińsko-Mazurski Artur Chojecki; Marszałek Województwa Warmińsko-Mazurskiego Gustaw Marek Brzezin; Starosta Olsztyński Andrzej Abako; Prezydent Olsztyna Piotr Grzymowicz; Prezydent Elbląga Witold Wróblewski; Prezydent Miasta Ełku Tomasz Andrukiewicz; Polski Komitet Paralimpijski; PZSN Start

PARTNER PLATYNOWY: SYNERGIA

PARTNERZY SREBRNI: WMZPP Warmińsko-Mazurski Związek Pracodawców Prywatnych; BBI; Rezydencje Warmińskie; Projekt Rybaki Łańsk; DBK Group; Przemysłówka Holding; Ziemar; Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie; ASZ; Hotel Marina Club

PARTNER BRĄZOWY: OSiR Olsztyn; Olsztyn Ogród z Natury; Powiat Olsztyński

PATRONI MEDIALNI: Gazeta Olsztyńska; Dziennik Elbląski; nasz olsztyniak.pl; GO TV; wm.pl; Kongres Przyszłości; BEZgorsetu; Fundacja Przyszłość dla Dzieci

121otbp-C -K

eprasa.pl c0e63975c4

Na dwa serca, na dwie sztangi

Karolina Fafińska i Jakub Pączkowski z Iławy są w związku od 1,5 roku. To ona poderwała jego. On ją nauczył dźwigać ciężary. Oświadczył się, stojąc na podium zawodów.

Fot. Mateusz Partyga

— Kto jest większą gadułą w tym związku?

Jakub: — Chyba ja. Dużo gadam. Ale nie odpowiadam za Karolinę (śmieje się).

— Ale to ty poderwałaś Kubę, zgadłam?

Karolina: — Tak było!

Jakub: — Poznaliśmy się przez Instagrama. Chociaż Karolina mnie już wcześniej „stalkowała". Ona wiedziała o moim istnieniu, ja o jej - nie.

Karolina: — Byłam psychofanką Kuby! Jego mama jest nauczycielką, uczy niemieckiego w Zespole Szkół im. Konstytucji 3 Maja w Iławie. I uczyła też mnie. W tej chwili uczę się jeszcze na ostatnim roku w technikum gastronomicznym. Jestem o cztery lata młodsza od Kuby. Będę w tym roku zdawać maturę. Chcę iść w stronę dietetyki.

— Układasz waszą dietę?

Karolina: — Jemy wszystko, nie mamy określonych wymagań co do jedzenia.

Jakub: — Stosujemy dietę obrotową. Gdzie się obrócę, tam jem (śmieje się).

— Wróćmy do waszych początków.

Jakub: — Mama trzymała moje zdjęcie na biurku w sali lekcyjnej. Dość duże. Pewnie Karolina je zobaczyła i się zakochała (śmieje się). Lajkowała moje zdjęcia na Instagramie.

Karolina: — To chyba ty w końcu pierwszy do mnie napisałeś. I tak sobie rozmawialiśmy tekstowo. Potem się spotkaliśmy i tak wyszło. Jesteśmy razem 1,5 roku. I mieszkamy razem. Tak, wiem, szybko, bardzo szybko nam poszło. W sierpniu się zaręczyliśmy. Chociaż na datę ślubu jest jeszcze za wcześnie.

Jakub: — Obrączki już oglądaliśmy. A to było tak, że ja się Karolinie oświadczyłem na zawodach w Siedlcach. Dość długo się do nich przygotowywałem. Na dwa tygodnie przed byłem kompletnie rozłożony, ciężko mi było się z łóżka podnieść. Wspierałem się farmakologicznie. Dałem radę wystartować na tyle dobrze, by stanąć na podium. I z podium się jej oświadczyłem. Karolina pojechała ze mną, sama jeszcze wtedy nie startowała, choć już trenowała. To było planowane sporo wcześniej. Dlatego ta niedyspozycja dwa tygodnie wcześniej mocno mnie wkurzyła. I to nie ze względów sportowych. Bałem się, że nie wystartuję albo nie stanę na podium. Zaprosiłem Karolinę, żeby podeszła. Nie pamiętam dokładnie, co mówiłem. Poprosiłem kolegę o kupno róż, które zostały schowane za sceną. Kiedy wchodziłem na podium i spiker przekazywał mi mikrofon, kolega podał mi kwiaty. Pudełko z pierścionkiem miałem schowane w singlecie. To jest jednoczęściowy kostium, w którym się startuje. Kiedy Karolina zobaczyła kwiaty...

Karolina: — ... już wiedziałam. Odpowiedziałam TAK. I zdania po zejściu ze sceny ani w hotelu nie zmieniłam. Wtedy jeszcze razem nie mieszkaliśmy. To się wydarzyło dopiero na początku października.

— Nie było krytyki? Zwłaszcza ze strony rodziny?

Jakub: — Mamy bardzo tolerancyjnych i wyrozumiałych rodziców i żadna ze stron nie miała z tym problemu.

— Uprawiacie wspólnie dyscyplinę o nazwie trójbój siłowy.

Jakub: — To są trzy konkurencje: przysiad, wyciskanie leżąc i martwy ciąg. Przysiad jest ze sztangą na plecach. Trzeba kucnąć na tyle nisko, by kolec biodrowy przedni górny znalazł się poniżej linii kolana. Wyciskanie leżąc na ławce poziomej to bardzo znana konkurencja, wielu się chwali, ile wyciska. Martwy ciąg to konkurencja, w której chodzi o podnoszenie ciężarów z podłogi do pozycji wyprostowanej stojącej.

Karolina: — Wcześniej trenowałam tylko w domu, niezobowiązująco. Jakieś cardio itp. A kiedy zaczęliśmy się spotykać, to przyjechałam na siłownię raz, drugi. I zaczęłam trenować regularnie. Już nie raz w miesiącu w wolnej chwili, jak wcześniej. Teraz to są trzy treningi w tygodniu. Już na poważnie. Zaczęłam też startować w zawodach. Pierwszy raz w listopadzie 2020 r. w zawodach federacji XPC. Było fajnie, spodobało mi się. Pierwszy raz, myślę sobie, zobaczymy na spokojnie, bez presji, czy mi się spodoba. Ale było super. Kuba też startował. Kolejne nasze starty będą w kwietniu, to będzie tylko martwy ciąg.

Jakub: — Stwierdziłem, że na marzec się nie wyrobię. Wystartujemy na kolejnej imprezie w kwietniu. Zerwałem sobie do krwi wszystkie odciski w martwym ciągu, a potem miałem podciąganie. Nie odpuściłem go. Podciągałem się na trzech palcach. I naderwałem mięsień grzbietu. Kolejne dwa tygodnie na lekach przeciwzapalnych... I powoli wracam do zdrowia. Jeszcze fizjoterapeuta i będę gotowy. A tam też będzie martwy ciąg solo, tylko na to się chcemy przygotować.

— Starty kobiet i mężczyzn są w tej samej hali? Podglądacie się nawzajem?

Karolina: — Widzimy się cały czas. I to na pewno nie deprymuje, tylko jeszcze bardziej nas nakręca. Muszę zrobić dobry wynik! Bo przecież Kuba patrzy. Potem będzie krytykował, że tyle trenowaliśmy, a ja nie dałam rady.

Jakub: — Pochwalę się. Mam już zamówiony singlet z nazwiskiem Pączkowska. Koledzy - zawodnicy i tak już wiedzą, że jesteśmy parą.

Karolina: — W tym sporcie ludzie się wspierają. Sympatyczni zawodnicy, którzy sobie pomagają. Zawody to sama przyjemność. Nawet jeśli coś się nie uda (śmieje się).

Jakub: — Kobiety startują jako pierwsze. Wiele osób przyjeżdża razem. Mężczyźni pomagają kobietom. Ja na przykład Karolinę wiązałem do przysiadu.

— Co proszę?

Jakub: — Trzeba zawiązać taśmy na kolana. A potem kobiety sobie odpoczywają, a faceci sobie dają radę sami, pomaga jeden drugiemu.

Karolina: — Nie mam tyle siły, żeby Kubie na nodze zawiązać taśmę. A ją trzeba zawiązać na beton. Nie da się bez oporu ciężaru zgiąć kolana. To daje więcej siły do odbicia się.

— Odżywiacie się jak zwyczajni ludzie, a co z drylem w ciągu dnia? Wszystko jest podporządkowane sportowi?

Jakub: — Ewentualnie, jeśli w diecie są braki białka, można to naprawić odżywką. A co do rozkładu dnia, to ja idę po bułki...

Karolina: — Ja już w tym czasie mam lekcje. Kuba zajmuje się też trenowaniem innych ludzi. Czasem ma poranek wolny i pracuje dopiero wieczorem. Bardzo różnie. Prowadzimy nieregularny tryb życia.

Jakub: — Śpię po pięć godzin w nocy, śpię po dwie w ciągu dnia. Weekendy mam też zajęte, bo studiuję na studiach magisterskich. Mam licencjat z wychowania fizycznego, a teraz - pedagogika. Ale nie myślę o uczeniu w szkole. Robię to dla siebie. Z kolei studia trzeciego stopnia będę chciał robić na AWF w Gdańsku. magisterka jest po to, żeby zluzować, odpocząć, jeszcze wystartować, bo do października jestem w okresie juniorskim. Mam dopiero 23 lata, więc mogę sobie planować (śmieje się). Co ciekawe, urodziny mamy w tym samym miesiącu - w październiku.

— Kto rządzi w związku? Trener?

Karolina: — Nie, dogadujemy się. Nawet się za bardzo nie kłócimy.

Jakub: — Mam pod nosem swoją własną siłownię, ale nie traktuję jej jako miejsca ucieczki (śmieje się). Przez kilka lat, gdy pracowałem w Klubie Sportowym Jeziorak jako specjalista do spraw marketingu, odkładałem na sprzęt. I teraz obydwoje możemy w każdym momencie, gdy mamy wolne, tam poćwiczyć.

— Kuba już w tym sporcie swoje osiągnął, Karolina trenuje krócej. Pytam zatem trenera, zawodniczka niech nie słucha: czy widzisz przed nią przyszłość w tej dyscyplinie?

Jakub: — Ma zadatki na dobrego zawodnika. Jeśli będzie odpowiednio długo trenować trójbój i się temu poświęcać, to może osiągnąć przyzwoite wyniki. Natomiast do martwego ciągu ma predyspozycje i te wyniki mogą być lepsze niż przyzwoite. Dwa - trzy lata i zrobi dobry wynik, jeśli się przyłoży. Wiele zależy od proporcji kostnych. Ktoś się może urodzić z takimi genami jak ja, czyli nie za wysokiego wzrostu i krótkimi kończynami, wtedy jest łatwiej. A Karolina nie ma tak korzystnych proporcji kostnych i taki przysiad czy wyciskanie leżąc idzie jej trochę trudniej. Inaczej jest z martwym ciągiem. Sztanga pokonuje krótszy odcinek, a Karolinie jest lżej.

EDYTA KOCYŁA-PAWŁOWSKA
e.kocyla@gazteaolsztynska.pl

eprasa.pl c0e63975c4