

ŻYCIE Kolorado

Denver Metro | Boulder | Colorado Springs | Fort Collins | Dillon | Glenwood Springs

MIESIĘCZNIK POLONII AMERYKAŃSKIEJ W KOLORADO | 720.935.1965 | www.zycie-kolorado.com
WYDANIE 140 | MARZEC | MARCH 2022 | WYDANIE BEZPŁATNE - FREE



Piszą dla Was:

- Pani Book
*Kim jest Anna Delvey...
znaczy: Sorokin?*
Karina Bonowicz | Nowy Jork >> str. 4
- Teren nieogrodzony
Dlaczego od ciętych lepsze sadzone
- Eliza Sarnacka-Mahoney >> str. 5
- Żyj sportem w Kolorado
- Marcin Żmiejkowski >> str. 6
- Polska Szkoła w Denver
Jasotka w Polskiej Szkole
- Ewa Wróbel >> str.8
- Pocztówka z Kolorado
Kobieca siła inspiracji
- Halina Dąbrowska >> str.10
- Polska Parafia pw. św. Józefa
Cena wolności
- Ks.Stanisław Michatek >> str. 11
- Zapiski nie tylko kalifornijskie
Muzyczna „stajnia” braci Czyżów
- Małgorzata Cup | Los Angeles >> str.12
- Herbata czy kawa
Z dystansem do siebie
- Waldek Tadla >> str. 14
- Niektórzy lubią historię...
*In vino veritas,
albo o dwóch różnych winach*
- Hanna Czernik >> str. 16
- Pokochaj dietę bezglutenową
- Kasia Suski >> str.18
- Na 'TY' z cukrzycą typu 2
- Rafał Nejman >> str.19
- Przewodniczka po Warszawie
Pałac w Wilanowie
- Dorota Badiere | Warszawa >> str. 20
- Witold-K ...w kąciku >> str.21
- Polska w moim sercu
Wznies serce nad zło
- Ania Stoch >> str. 22
- Członkowie PKD
Lutowe zebranie
- Małgorzata Schwab >> str.25
- Recenzja
*Nowy Jork. Od Mannahatty do Ground
Zero - o książce Magdaleny Rittenhouse*
- Adam Lizakowski >> str.28
- Filmowe recenzje Piotra
Comfort Food for the Soul
- Piotr Gzowski >> str. 31

„Nie ma nic dobrego w wojnie.
Z wyjątkiem jej końca”.

- Abraham Lincoln

Módlmy się o pokój na świecie

LICENCJA ODNOWIONA

**Dziękujemy
za Wasze wsparcie!**

Projekt Lady
Brzydula

TVN



Żony Miami

Big Brother
Hotel Paradise...

Więcej na www.protectuspolandfuture.com



Życie Kolorado - miesięcznik Polonii
Amerykańskiej w stanie Kolorado
wydawany przez:
MEDIA LITTERA, INC.

www.zycie-kolorado.com
tel.: 720.935.1965
5944 S Monaco Way, Ste. #200
Englewood, CO 80111

- **Waldek Tadla**
Redaktor Naczelny
wtadla@msn.com
- **Katarzyna Hypsher**
Edycja & Skład
info@zycie-kolorado.com
- **Marcin Żmiejk**
Marketing
marketing@zycie-kolorado.com
- **Bogusia Chochołowska-Partyka**
Dyrektor Kreatywny
bparyka@zycie-kolorado.com
- **Kasia Suski**
Event Director
kasiacol@gmail.com
- **Kinga Rogalska**
Social Media Director
kingarogalska@gmail.com

W sprawach artykułów, reklam, itp.
prosimy o kontakt na powyższe
adresy e-mailowe lub telefon.

WSPÓLPRACA:

Grzegorz Malanowski

Tomasz Skotnicki,
Polski Klub w Denver,
Polska Parafia pw. św. Józefa w Denver,
Polscy Rycerze Kolumba w Denver,
Polska Szkoła w Denver,
Witold-K, Bożena Janowski, Hanna Czernik,
Kasia Suski, Adam Lizakowski
Dorota Badiere, Piotr Gzowski,
Halina Dąbrowska, Barbara Popielak,
Eliza Sarnacka-Mahoney,
Kazimierz Krawczak,
Brighton-Ziębice Sister Cities,
Małgorzata Cup - Kalifornia,
Irene Sturm - Kalifornia,
Bogumił Horchem - Arizona,
Ania Jordan - Nowy Meksyk,
Monika Schneider - Alaska,
Ryszard Urbaniak - Kalifornia
Karina Bonowicz - Nowy Jork
Izabela Winsch - Kraków
Krystian Żelazny
www.DobraPolskaSzkoła.com

Nie wszystkie publikowane
teksty autorów odzwierciedlają
poglądy redakcji ŻK

Zgłoszenia REKLAM
przyjmujemy do 20-go dnia każdego
miesiąca.

Redakcja ŻK
nie odpowiada za treść reklam
i ogłoszeń.

OGŁOSZENIA DROBNE
w gazecie i naszej
stronie internetowej:
www.zycie-kolorado.com
\$10 / miesiąc / do 30 słów/
e-mail: info@zycie-kolorado.com

PRENUMERATA:
\$5 za każde wydanie,
z wysyłką pocztową

Od Redakcji



Drodzy Czytelnicy,

Mamy teraz taki czas, którego komentowanie jest dla mnie niezwykle trudne, gdyż brakuje mi właściwych słów aby odnieść się do dramatu jaki rozgrywa się na Ukrainie. Dlatego przytaczam tekst autorstwa Wojciecha Młynarskiego, który potrafił najlepiej słowami oddać emocje ludzi bezsilności i niemocy. (Dziękuję Hani Czernik za nadesłanie mi tego tekstu).

Katarzyna Hypsher
Skład & Edycja

*Dłoń mej córki, piłkę chcąc chwycić,
nagle ścisła się niespokojnie, na
ekranie ranni, zabici, córka pyta,
czy będzie wojna. Fonia wzmacnia
wyszczałów echo, wizja zbliża krew
na ekranie, mówię: „Córeczko, to tak
daleko...” i wiem, że kłamię, kłamię,
kłamię, kłamię...*

*Jak bolesne szkło pod powieką,
kalecząca żrenicę bystrą – wojna
nigdy nie jest daleko, wojna zawsze
jest bardzo blisko. Wojna nigdy nie
jest daleko, wojna zawsze jest bardzo
blisko.*

*Blisko skroni i blisko serca, blisko
mózgu, blisko sumienia, blisko myśli,
co mózg przewierca: gdzie jest rada,
gdy rady nie ma? Blisko klonów na
mej ulicy, skweru, co się może stać
grobem, blisko lęku i znieczulicy, i
skargi Niobe, Niobe, Niobe, Niobe...*

*Jak bolesne szkło pod powieką
kalecząca żrenicę bystrą – wojna
nigdy nie jest daleko, wojna zawsze
jest bardzo blisko. Wojna nigdy nie
jest daleko, wojna zawsze jest bardzo
blisko.*

*Póki przez me zmierzchy i swity
wiadomości złe będą biegly, jestem
matką dzieci zabitych, jestem siostrą
chłopców poległych. Tak być musi, inna
nie będę w świecie, co się kręci bez
sensu między siłą krwawych obłędów a
bezsitą bladych rozjemców...*

*Jak bolesne szkło pod powieką
kalecząca żrenicę bystrą – wojna
nigdy nie jest daleko, wojna zawsze
jest bardzo blisko. Wojna nigdy nie
jest daleko, wojna zawsze jest...*

Wojna zawsze jest bardzo blisko

- Wojciech Młynarski

Nasz miesięcznik

jest projektem współfinansowanym w ramach funduszy polonijnych
Ministerstwa Spraw Zagranicznych Rzeczypospolitej Polskiej
za pośrednictwem Konsulatu Generalnego RP w Los Angeles



Konsulat Generalny
Rzeczypospolitej Polskiej
w Los Angeles



Zapraszamy Wszystkich, którzy chcą wesprzeć nasze pismo na stronę:
<https://www.gofundme.com/f/zycie-kolorado-2022>

Dziękujemy za wsparcie w 2022 roku:

Jola Lefler, Andrzej & Irena Motas, Mary Brzeski, Mike Chilimoniuk

Dziękujemy za wsparcie w 2021 roku:

- Osoba Anonimowa - \$1,000
- Richard & Mila Ziernicki - \$1,000
- Tadla & Tadla Real Estate Group - \$1,000

Mirostawa Puszman, Wanda Lozano, Irene Sturm, Agnieszka Gołąbek, Mike Chilimoniuk,
Józef Przybyłek, Bożenna i Ryszard Rykowski, Zofia i Zbigniew Wysoczański, Zofia i Wiesław
Gessner, Teresa i John Czyszczoń, Urszula i Kazimierz Tylicki, Anna Kajkowska,
Janusz i Maria Kokot, Beata Tadla - Matkowska, Mary Brzeski, Rafał Cichoń, Iwona Mazurek,
Anna Donahue-Srebro, Anna Spencer, Rafał Jarosz, Kinga Rogalska, Scott Fowle,
Andrzej i Irena Motas, Osoba Anonimowa, Katarzyna Szuta, Dorota i Tomasz Skotniccy,
Halina Dąbrowska, J & M Descour, Polska Szkoła w Denver, Małgorzata Grondalski

Wspierajcie naszych Reklamodawców

SKLEPY SPOŻYWCZE

- European Gourmet: 303.425.1808, 6624 Wadsworth Blvd, Arvada, CO
- Chicago Market: 303.868.5662, 1477 Carr St, Lakewood, CO

TŁUMACZENIA, PODATKI, NOTARY PUBLIC

- **Mira Habina Intl:** 720.331.2477, 8760 Skylark St. Highlands Ranch, CO
- **Agnieszka M Homa:** 303.667.6814, 6422 South Quebec Street Centennial, CO

POŻYCZKI NA NIERUCHOMOŚCI

- Monika Higgins-Szczur: 303-339-3558
- **Agnieszka Gołąbek:** aga8686@gmail.com
- Magda Taylor: 720-470-7094

AGENCI NIERUCHOMOŚCI

- Tadla & Tadla Real Estate Group: 720.935.1965
- Ewa Sosnowska Burg: 303.886.0545
- Joanna Sobczak: 720.404.0272
- Ela Sobczak: 303.875.4024
- Jacek Głowacki: 303.356.1693

UBEZPIECZENIA AUTO | DOM

- Kuźbiel Insurance: 720.351.2066, 930 Sherman Street, Denver, CO

RÓŻNE

- Kinga Rogalska @ Barber Shop - 303.674.2257, 4570 Co Rd 73, Evergreen CO 80439
- Beata Jamshidi | European Skin Care - 720.271.1198
- HVAC Heating & Cooling - Alex Koushyk, 720-285-0145
- AMBER BAND - 720.882.2265, www.theamberband.com
- DJ MARCIN KANIA - 773.310.0175 -DJ z muzyką na każdą okazję

Pani BOOK



Kim jest Anna Delvey... znaczy: Sorokin?

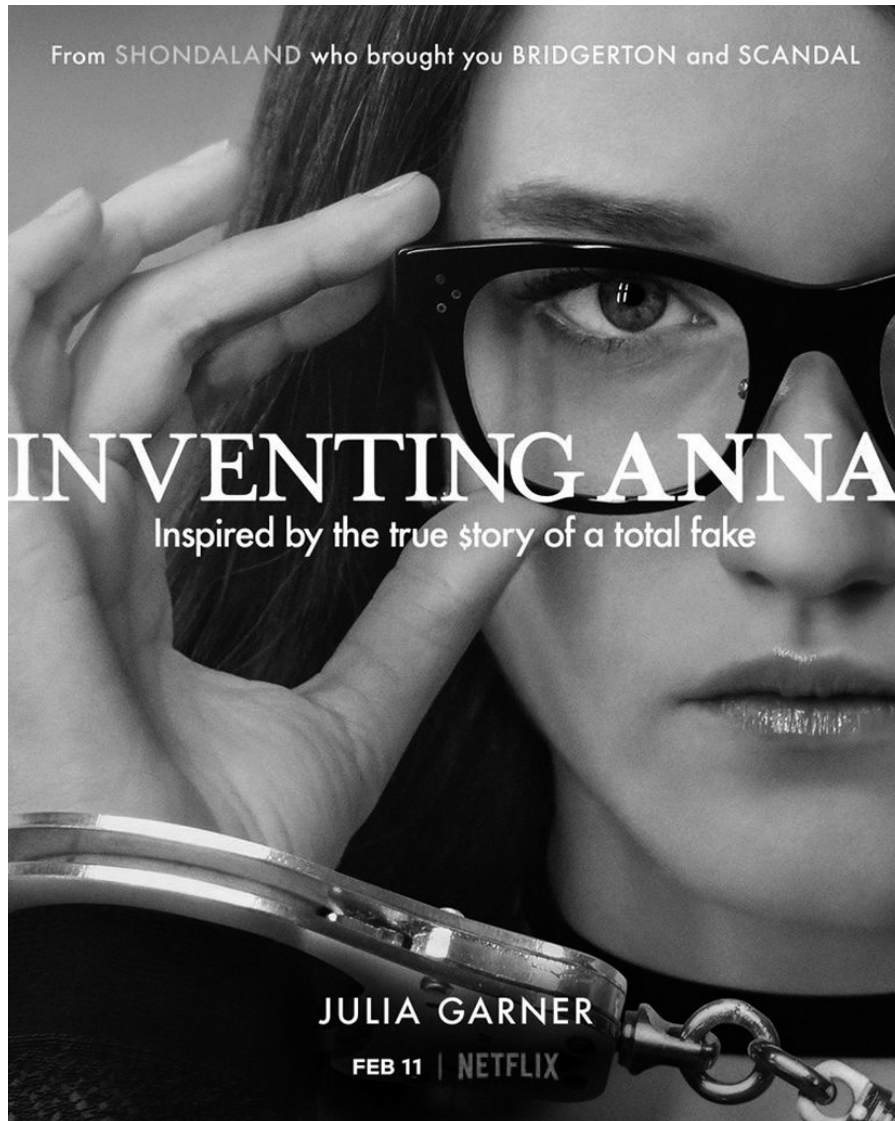
KARINA BONOWICZ | Nowy Jork

„U nas jak w szpitalu wariatów, wybierasz sobie, kim chcesz być i jesteś” - tak mówił o Ameryce Janusz Głowacki o Ameryce.

Anna Sorokin, córka rosyjskich imigrantów osiadłych w Niemczech, zdecydowała, że będzie Anną Delvey - niemiecką dziedziczką fortuny i... nią została. Najnowszy serial Netflixa „Kim jest Anna?” (Eng. *Inventing Anna*) próbuje odpowiedzieć na postawione w tytule pytanie. Kim jest naprawdę Anna? Zwykłą oszustką czy genialną manipulatką, która utarła nosa nowojorskiej elicie?

„Fake Heiress”, „Soho Scimer”, „Soho Grifter” - to tylko niektóre przydomki Anny Sorokin, która udawała Annę Delvey, niemiecką dziedziczką z 67 milionów dolarów Funduszu Trust, podczas gdy faktycznie była rosyjską imigrantką, mieszkającą od szesnastego roku życia wraz z rodzicami - szefem upadającej firmy transportowej i sprzedawczynią w sklepie spożywczym - w Niemczech. Wykorzystała tę fałszywą tożsamość, aby oszukać elitę Manhattanu, zdobyć dostęp do ekskluzywnych imprez, nocnych klubów i hoteli i żyć niemal rok na koszt nowojorskiej śmietanki. Prokuratura oszacowała, że podczas 10-miesięcznego szalonego nowojorskiego życia Anna miała naciągnąć hotele, restauracje i banki na około 275 tysięcy dolarów.

Serial Netflix „Kim jest Anna?” zabiera nas w podróż po najbardziej ekskluzywnych i niedostępnych dla zwykłych śmiertelników miejsc Nowego Jorku, ale przede wszystkim analizuje, jak dwudziestokilkuletniej dziewczynie udało się oszukać rekiny finansjery i dokonać jednego z największych oszustw wszechczasów. Jak to się stało, że nieznaną nikomu młoda kobieta z obco brzmiącym akcentem przekonała pracownika bankowego, żeby przekazał jej 100 tysięcy dolarów, by mogła tworzyć swój prywatny ekskluzywny klub, na który potrzebowała 40 milionów dolarów? Jak



Fot: YouTube / Netflix / Twitter

to się stało, że podróżowała prywatnym jettem, spędzała noce w ekskuzowanych hotelach, gdzie noc kosztuje 1,5 tysiąca dolarów, jadła w najdroższych restauracjach i bawiła się w najbardziej elitarnych klubach i nie wydała przy tym ani centa? Według Anny odpowiedź jest bardzo prosta: „ja prosiłam, a oni mi dawali, co chciałam. Nikogo do niczego nie zmuszałam”. I... trudno odmówić jej racji. W przeciwieństwie jednak do jej „kolegi po fachu” Simona Levieva, bohatera innej

produkcji Netflixa „Oszust z Tindera”, który jest jednym z największym oszustów matrymonialnych ostatnich czasów, nikogo nie uwodziła ani nawet w żaden sposób nie wykorzystywała swoich kobiecych atutów, oprócz intelektu. Wszyscy oszukani, mimo że nie oszczędzili gorzkich słów, kiedy opowiadali o Annie, nie mogli jej odmówić elokwencji, dobrego smaku i nieprzeciętnej inteligencji. Nie potrafili też wytłumaczyć, jak to się stało, że bez problemu oddawali jej horrendalne

kwoty pieniędzy i płacili za jej zachcianki. Tym bardziej nie byli w stanie wyjaśnić, dlaczego nigdy nie sprawdzili, czy Anna jest wypłacalna. Przecież sprawiała wrażenie, że jest...

Anna wpadła i została aresztowana za wystawianie czeków bez pokrycia, dokonywanie fałszywych przelewów i przedstawianie nieprawdziwych wyciągów bankowych.

W maju 2019 r. została skazana na 14 lat pozbawienia wolności i karę grzywny w wysokości 24 tysięcy dolarów. Sąd nakazał jej zwrócić niemal 200 tysięcy dolarów w ramach restytucji mienia. Odsiedziała cztery lata i została zwolniona za dobre zachowanie. Aktualnie odwołuje się od decyzji o deportacji do Niemiec. Nie zamierza wracać do Europy.

Jej konto na Instagramie jest aktywne. Tak samo jak aktywne jest Anna. Jeśli spodziewacie się, że komentarze są jednoznacznie negatywne, to grubo się mylicie. Liczba pozytywnych jest zdecydowanie większa. Dlaczego? Z tego samego powodu, dla którego Anna cieszyła się wyjątkowym szacunkiem wśród współwzięniarek. Komentatorzy gratulują jej tego, że udało jej się przechrzyć grube ryby z Wall Street. Podkreśla się, że Anna oszukiwała jedynie krezusów, bazując na ich próżności, snobizmie i kompleksach i wręcz trzyma się za nią kciuki, licząc, że nie jest to jej ostatnie słowo. Trudno się dziwić, że ma tylu zwolenników, i to właśnie wśród przeciętnych Amerykanów. Anna zrobiła coś więcej niż tylko przekręć wszechczasów. Przekręciła kręta. Jak pisze na jej profilu na Instagramie użytkownik o nicku *sneaky.dakini*: „young pretty girl plays the players”. A *itsaschelymerce* dodaje: “This is America (think about it). And I'm glad what she did show that”. Jest w tym coś, prawda?

Pani BOOK

<https://bookpani.blogspot.com/>

REKLAMA



MH - INTERNATIONAL

Mira Habina
działa od 1980 roku, Lic.# 01825

MH

**Notariusz Publiczny
Tłumacz Przysięgły
Rozliczanie podatków
(Income Tax)**

720-331-2477
mirahabina@gmail.com

8760 Skylark Street
Highlands Ranch, CO 80126

Magda Taylor

Residential Mortgage Broker
NMLS#:1940333 CO DRE#100517908



Pożyczki na zakup domu | Inwestycje | Refinancing

Conventional, FHA, USDA, Jumbo, Self-Employed, Asset, Reverse (62+), commercial i nie tylko

720-470-7094

mtaylor@c2financialcorp.com | www.c2financialcorp.com/mtaylor




Teren nieogrodzony



Dlaczego od ciętych lepsze sadzone

ELIZA SARNACKA-MAHONEY | Fort Collins, CO

O Dniu Kobiet często w ogóle bym nie pamiętała, gdyby nie usłużył Facebook i nie mniej obowiązkowe polskie koleżanki przesyłające mass-esemesingi z życzeniami do całych polonijnych grup. Gdy piszę te słowa do kolejnego Dnia Kobiet jeszcze trochę zostało, ale można wspominać co się działo kiedyś.

Kilka lat temu po takim właśnie mass-esemesingu, w którym autorka doradzała każdej z nas, byśmy sobie same kupiły z okazji święta po obowiązkowym tulipanem, wywiązała się okolicznościowa dyskusja. Bo czy tulipan faktycznie był najpopularniejszym tego dnia kwiatkiem kupowanym i wręczanym z okazji Dnia Kobiet w Polsce naszego dzieciństwa?

Uformowały się dwa obozy. Jeden głosił, że to prawda, tylko i wyłącznie tulipany, drugi w największym zdumieniu przekonywał, że nigdy w życiu, przecież to były goździki. Być może odkryliśmy, całkowicie niezamierzenie, informację ceną dla antropologów zajmujących się badaniem gatunku „homo socjalicus w PRL”. Okazało się, że nikt nie był w błędzie. Po prostu na zachód od Wisły obowiązywały tulipany, na wschód goździki.

Pełna zgoda panowała za to w innej kwestii - że jak Polska długa i szeroka to wręczane tego dnia paniom kwiatki najczęściej prezentowały się w stanie *nad-* albo i całkowitego *prze-*łamania, gdyż przybywały do domu w teczce, środek transportu raczej nie działający na korzyść kwiatków, a dobywał je stamtąd w celu rzeczoności wręczenia mężczyzna w stanie upojenia alkoholowego. Co też nie pomagało kwiatkom w zachowaniu nienaruszonego stanu łodygi ani całości kwiatostanu. Zgodziliśmy się także, że upijali się tego dnia nawet abstynenci, bo to było takie niezwykle święto, że nawet mężczyźni, którzy w Wigilię potrafili wywinąć się od kieliszka, w Dzień Kobiet już nie mogli. Wiem o czym mówię, mam wujka abstynenta i informacje pochodzą z pierwszej ręki.

Po pierwsze niepijący w Dzień Kobiet mężczyźni PRL-u ryzykowali więcej niż tylko towarzyskie docinki ze strony ojców, braci i kumpli (choć o tym później). Ryzykowali przecież burzę z piorunami klasowej krytyki za brak szacunku dla współtowarzyszek w budowie kraju. Nie honorować dzielnej, socjalistycznej kobiety, która i dziecko urodzi, i traktorem pojedzie, i z kaszy gryczanej schabowe na obiad zrobi, to był afront dla całego narodu, a może i galaktyki.

Z drugiej strony ryzykowali opinię pantoflarza nazbyt przejmującego się hasłami o szacunku dla socjalistycznej żony. To prawda, że ona i dziecko urodzi, i traktorem pojedzie, i z kaszy gryczanej schabowego wyklepie (wystawszy tę kaszę uprzednio w kolejce, gdy o sklep zahaczyła wracając po ośmiogodzinnej zmianie w fabryce), ale to jeszcze nie powód, by jej ustępować na domowym froncie i zamiast z kolegami na kielicha to w dniu jej święta do domu wrócić wcześniej, by już za nią tego schabowego zrobić, albo chociaż, by go nie musiała robić sama.

I wreszcie po trzecie i najważniejsze niepijący w Dzień Kobiet mężczyźni ryzykowali sponiewieranie towarzyskie na



długo po przeminięciu święta, bo wzdarga dla męskiego, alkoholizującego się tego dnia towarzystwa, nie była łatwo wybaczana.

Przewijając w głowie wspominki z rozmaitych świąt kobiet, które przeżyłam w PRL-u,

ścierek kuchennych czy rajstop elastycznych rwących się już w pierwszym praniu, a czasem nawet i przy pierwszym użyciu, jak pracujące w fabrykach i biurach znane mi kobiety z naszej rodziny i sąsiedztwa. One, nauczycielki, zasypywane były tego dnia



podzieliłam się z koleżankami jeszcze jednym. Jak to przez uważałam, że najlepiej tego dnia mają nauczycielki. Bo one dostawały przecież nie pojedynczy kwiatek, komplet

bukietami! Całymi, przepyszonymi naręczami kwiatów rozlicznej maści i kolorów, do tego stopnia, że niekiedy aż ginęły w tych obfitościach niczym pojedyncza pszczoła

na ogrodowej rabacie. Kocham kwiaty od urodzenia i już we wczesnym dzieciństwie cierpiałam, że w bloku dało się hodować jedynie odporne na warunki parapetowe pelargonie. Działki żadnej nie posiadaliśmy, bo rodzice „nie załapali się” - to ich własne słowa - na przydziały faworyzujące, jak zawsze w tamtych czasach, członków socjalistycznych organizacji. Wydawało mi się więc, że móc dostać i ozdobić dom taką feerią profesjonalnie ułożonych i opakowanych kwiatów było jedną z piękniejszych rzeczy, jakie mogły się człowiekowi przydarzyć w życiu.

Koleżanka, która ma mamę nauczycielkę przysłuchiwała się moim zachwytom, a potem zapytała:

- A wiesz jak wygląda dom peten więdących bukietów?

Nie wiedziałam. Skąd miałam wiedzieć? Moja mama dostawała nadłamanego goździka (mieszkaliśmy na wschód od Wisły), który przeważnie od razu maszerował do kosza.

- Czujesz się jak na cmentarzu - wyjaśniła koleżanka. - Gdy byłam mała to raz nawet zestawiałam je wszystkie na podłogę, położyłam się między nimi i udawałam, że umarłam. Zastanowiłam się.

- A wiesz, jak tak to przedstawiasz, to to wszystko ma jeszcze większy sens - odpowiedziałam. - Przecież to jest symbol, a do tego jaki wciąż aktualny. Co my, kobiety, sobie właściwie wywalczyłyśmy? W Polsce, w USA, na świecie? Czy nie jest tak, że im głośniejsze o tym, jakie to jesteśmy ważne i niezastąpione, tym bardziej więdniemy i znikamy? Czy nie tak działa ta zależność, bo w istocie zawsze bardziej chodziło o elegancką, mamiącą zmysły zasłonę dymną niż rzeczywistość? Popatrz na USA. Amerykanki pierwsze szły w pochodach na rzecz równości i parytetów, a do dziś nie mają ani równości, ani parytetów, i nawet namiastki polityki rodzinnej w skali całego kraju jeszcze się nie doczekały. Z czasem za to coraz bardziej zanika nawet wiążąca debata na te tematy, bo wszystko inne jest najważniejsze i nie może poczekać.

- No właśnie - koleżanka też zamyśliła się ponuro. - Jest przyczyna dlatego w Skandynawii w ogóle nie obchodzi się Dnia Kobiet.

Gdy nadszedł Dzień Kobiet, mój mąż pojechał na zakupy i zadzwonił ze sklepu zapytać, czy jeśli kupi mi kwiatka to wyrzucę go z domu.

- Mają goździki, tulipany i frezje - zaraportował.

- Różyczki w doniczkę poproszę. Wiosnę przestoją, a już mam dla nich upatrzone miejsce w ogrodzie - przywołałam go do porządku.

Mój różany ogródek ma się coraz lepiej. Dla Dnia Kobiet zachowuję sentyment, ale do jego obchodów od dawna się nie wyrwam. Marzy mi się za to, by w dialogach o kobietach i z kobietami, o tym, co jest dla nas ważne i czego naprawdę potrzebujemy w domu, w pracy, w przestrzeni publicznej w ruch szły wyłącznie sadzonki, które nie tylko ucieszą na chwilę oko, ale po przesadzeniu na odpowiedni grunt, zaczną puszczać nowe pędy, coś będzie się mogło dzięki nim realnie zmienić na lepsze.

Wiadomości sportowe



Żyj sportem w Kolorado

MARCIN ŻMIEJKO

Marzec to już prawie wiosna, ale w Kolorado nie znaczy to nic, bowiem śnieg może spaść w każdej chwili i to w ilości większej niż w styczniu czy lutym.

VON MILLER Z SUPER BOWL

SoFi stadium to najnowocześniejsza arena zmagania ligi NFL. Jest domem dla Los Angeles Rams oraz Los Angeles Chargers. W 2022 roku SoFi stał się sceną na której zmierzyły się niespodziewanie Cincinnati Bengals z LA Rams. Mecz był całkiem niezły i do końca nie wiadomo było kto zdobędzie prestiżowe trofeum. Jedną z ostatnich akcji dała zwycięstwo ekipie Rams i to Matthew Stafford a nie Joe Burrow zdobył Super Bowl. W przerwie mogliśmy jak co roku oglądać koncert - tym razem wystąpiły stare i jedna nowsza gwiazdy rapu i hip hopu, więc zabawa była niezła.

ZIMOWA OLIMPIADA, CZYLI POWRÓT DO MIERNOŚCI

Dawid Kubacki przywiezie do Polski jedyny medal z Igrzysk Olimpijskich w Pekinie. Ogólnie występów polskich sportowców nie dało się oglądać. Nawet nie będę wymieniał nazwisk ludzi, którzy w życiu nic nie robią poza sportem, a na olimpiadzie zajmują miejsca od 8-go w dół. Kobieta, która zajmuje ósme miejsce w gigantcie twierdzi, że ta pozycja jest jak medal. Biathlonistki cieszą się z pozycji w trzeciej dziesiątce a codziennie rano czytając wiadomości sportowe pojawiły się nagłówki typu „Tragedia Polki w finale”. Może na kolejną olimpiadę powinni jechać zawodnicy, którzy wygrali choć jedno zawody a nie ci, dla których sukces

to miejsce w pierwszej dziesiątce. To nie są czasy, kiedy sport był wybitnie amatorski i zawodnicy po pracy uprawiali sobie narciarstwo dla przyjemności. Teraz związki sportowe są silnie dotowane z podatków a rezultatów nie widać. Może czas wszystkim wstrząsnąć, bo kiedy reprezentacja 38-milionowego narodu przywozi jeden medal a kraje w których nie pada śnieg - Australia i Nowa Zelandia zdobyły kolejno 4 i 3 to można być z lekka poirytowanym.

ZAGRALI HYMN HITLEROWSKICH NIEMIEC

Do wielkiego skandalu doszło podczas gali Polsat Boxing Promotions 5 we Wrocławiu 19 lutego bieżącego roku. Ludzie odpowiedzialni za oprawę meczu, tuż przed walką Polaka Nikodem Jeżewskiego z Niemcem Arturem Mannem, puścili zamiast obecnego hymnu Niemiec, hymn III Rzeszy. Skandal nie z tej ziemi, ale wpadkę mogły wytańczyć tylko osoby znające dobrze język niemiecki, powiem melodyjnie obecny jak i nazistowski hymn to ta sama piosenka tylko z bardzo zmienionym tekstem. Dobitnie podsumował całą sytuację komentator Mateusz Borek na swoim Twitterze: „Ktoś, kto puszczał, a może raczej sprawdzał hymny do odtworzenia w hali we Wrocławiu przed walką Jeżewski vs Mann, już nigdy nie powinien tego robić”.

POLSCY PIŁKARZE W FORMIE PRZED BARAŻEM Z ROSJĄ

Czesław Michniewicz, który przejął schedę po Paolo Sossie nie ma łatwego zadania, ale nie musi się martwić o formę swoich podopiecznych. Już 24 marca w Moskwie Polacy zmierzą się w meczu barażowym o awans do Mundialu 2022 z Rosją. Mecz ten to dopiero pierwszy krok, bowiem w przypadku wygranej, biało-czerwoni zmierzą się ze

zwycięzcą meczu Szwecja - Czechy, dopiero po pokonaniu tego rywala można być pewnym awansu na największą piłkarską imprezę. Michniewicz rozpoczął podróżowanie po Europie i zdążył już odwiedzić tych, na których liczy w niedalekiej przyszłości. Dzięki Twitterowi, można dokładnie zobaczyć, jak Michniewicz pozuje do zdjęć z Lewandowskim, Recą czy Szymańskim. Nasi kopacze w lutym poczynali sobie całkiem niezłe na boiskach europejskich. Robert Lewandowski przekroczył barierę 600 goli zdobytych w swojej karierze a w klubie 600 znajduje się tylko 14 piłkarzy wśród których są Pele, Eusebio, Lionel Messi czy Cristiano Ronaldo. Nasz rodak się nie zatrzymuje i co tydzień dorzuca kolejne oczka do swojej kolekcji. O formę, profesjonalizm i determinację Lewego nie musimy się martwić ale co porabiają inni? Arkadiusz Milik grający w Olympique Marsylia notuje znakomity czas, strzela po kilka goli w meczu a jego strzał przewrotną w meczu z Metz będzie kandydował do tytułu bramki roku. Były partner Milka z Napoli - Piotr Zieliński został wybrany piłkarzem meczu po tym jak jego Napoli zremisowało na Camp Nou z Barceloną... po bramce Zielińskiego. W Premiership z kolei furorę robi grający w Brighton & Hove Albion Jakub Moder. Były zawodnik Lecha Poznań obwołany został najlepszym zawodnikiem meczu BHA - Manchester United, wygranym przez ekipę Polaka 1:0. Zobaczmy jak pokażą się nasze orły już w nie tak odległym meczu w Moskwie.

PIŁKARSKA EKSTRAKLASA - KATASTROFA LEGII

Jeśli piłkarski sezon miałby się skończyć w tym momencie, to obecny mistrz Polski Legia Warszawa pożegnałby się z najwyższą ligą piłkarską w Polsce. Najbogatszy i najbardziej znany klub w kraju nad Wisłą dotuje tak mniej

więcej od potowy jesieni i poza kilkoma przypadkami zwycięstw wojskowi nie mogą się przelać. U schyłku lutego liderem Ekstraklasy jest Pogoń Szczecin, która o „Majstra” będzie toczyła boje najprawdopodobniej z Lechem Poznań. Polska liga nie ma najlepszej marki w Europie a sprowadzanie przeciętniaków do gry w polskich klubach nie pomaga podnoszeniu poziomu. Przykładem Legia Warszawa.

CHWILĘ GROZY POLSKIEGO SKOCZKA



Reprezentant Polski w skoku o tyczce - Piotr Lisek na długo zapamięta zawody w szwedzkim Uppsali, Podczas jednej z prób, naszemu zawodnikowi pękła tyczka i chwilę później trafiła go prosto w twarz. Lisek miał szczęście, ponieważ tyczka spowodowała jedynie uraz łuku brwiowego. Lisek po incydencie postanowił jednak kontynuować zawody a jak sam napisał w mediach społecznościowych „Tyczki się łamią, ważne by przy tym nie złamać siebie!”

Póki sezon trwa

Pasja morsowania

ŻK

Morsowanie to zanurzenie lub krótkotrwała kąpiel w zimnej wodzie jeziora, morza, rzeki albo innego zbiornika wodnego. Praktykowane jest od jesieni do wiosny - więc mamy końcówkę sezonu - i zwykle ma charakter grupowy. Jednakże określenie zimna woda jest kwestią umowną związaną z reakcją fizjologiczną organizmu na zimno. Za zimną uznaje się wodę o temperaturze niższej niż 15 °C. Dla potrzeb morsowania za zimną wodę uznaje się wodę o temp. w przedziale 12-8 °C, a za lodowatą o temp. ≤ 4 °C.

Regularne kąpiele w wodzie wpływają korzystnie na ciało i ducha, jednak wyjątkowe właściwości hartujące, pomagające zaadaptować się do trudnych warunków zimy, mają kąpiele w zimnej lub lodowatej wodzie. W Polsce znane jest przysłowie „zimna woda zdrowia doda”.

Zanurzanie się w zimnej wodzie jest aktywnością cieszącą się sporą popularnością w krajach nordyckich



Grupa morsów podczas noworocznej kąpieli w Gdańsku

(szczególnie w Finlandii), bałtyckich, Europie Wschodniej, gdzie jest związana z lokalnymi tradycjami i powszechnością

łączenia tej czynności z sauną oraz kąpielą. Liczbę regularnie kąpiących się Finów (1-2 x w tygodniu) szacowana

jest na 150 tysięcy.

W Rosji, podobnie jak w Polsce, sympatyków zimowych kąpiele nazywa się morsami, w Finlandii fokami, w Stanach Zjednoczonych niedźwiedziami polarnymi.

Amatorzy kąpiele w zimnej wodzie w Polsce są potocznie nazywani morsami. Najstarszą organizacją w Polsce zrzeszającą sympatyków morsowania jest założony w 1975 roku Gdański Klub Morsów. W 2015 roku, w Polsce został pobity rekord Guinnessa w największej liczbie osób biorących jednocześnie udział w morsowaniu - 1799 uczestników podczas Międzynarodowego Złotu Morsów w Mielnie.

dokończenie >> str.27



CHICAGO MARKET

NAJSMACZNIEJSZY POLSKI SKLEP W KOLORADO

Nie czekaj i posmakuj najwyższej jakości naszych, polskich, naturalnych i najświeższych produktów
Prosto + szybko od producenta na Wasz rodzinny stół



www.chicago-market.com

ALEX'S DELI oferuje najlepsze i najzdrowsze wyroby kielbasiane i wędliniarskie. ZAWSZE gwarancja naturalnych smaków bez konserwantów!



15% zniżki na zakupy robione w poniedziałki!!!

ALEXANDRA Foods Company
Nasza wyłączność sprzedaży i dystrybucji w stanie Kolorado; Przepyszne bo robione według domowej receptury: Pierogi, Uszka, Pyzy, Naleśniki, Kopytka i Kluski



KOVALA BREAD and RACINE Bakery
Najlepszy i najzdrowszy CHLEB oraz smaczne CIASTA & Maślane KOLACZKI. Palce lizać!

W każdą sobotę dostawa świeżego towaru z Chicago

Sprzedaj artykułów w tym samym tygodniu co ich produkcja. WYRÓWNAMY LUB POBIJEMY KAŻDĄ CENĘ TEGO SAMEGO PRODUKTU JAKI JEST NA RYNKU

Jesteśmy agencją firmy POLAMER w Kolorado: Oferujemy przeprowadzki do Polski, innych krajów UE oraz wszystkich Stanów Ameryki: Kontenery, Samochody, Palety, Paczki. Oferujemy wysyłki lotnicze oraz morskie po NAJNIŻSZYCH cenach!!!

ZAPRASZAMY:
1477 Carr St., Lakewood CO 80214
Poniedziałek - Sobota - 10.00 - 18.00
Niedziela - 11.00 - 15.00

KRYSTYNA:
tel. 303-868-5662

WACŁAW:
tel. 708-302-7225
wiczawadzki@gmail.com

Let Us Help You
BUY or SELL
Your Home!

NIERUCHOMOŚCI W KOLORADO

Zadzwoń po darmową wycenę i sprawdź jak możesz zaoszczędzić przy kupnie lub sprzedaży domu.

ElaHomes.com
Ela.Sobczak@yahoo.com

BROKERS GUILD REAL ESTATE
ONE TEAM + ONE VISION

ELA SOBCZAK, REALTOR®
303.875.4024 Mówimy po Polsku



TRENDY

European Skin Care

SPECJALNA OFERTA!

\$20 zniżki dla nowych klientów
W codziennej pracy wykorzystuje najnowsze techniki oczyszczania i odmładzania skóry.

Moja wiedza i umiejętności połączone z najnowszymi technologiami dają Państwu niepowtarzalną okazję zadbania o wygląd skóry tak dobrze, jak to tylko możliwe.

Beata Jamshidi
720.271.1198

www.trendyeuropeanskincare.com



HVAC SERVICE

NEW INSTALLATION OR REPAIR WITH WARRANTY



Furnaces + Air Conditioning
Water Heaters + Humidifiers
RHEEM or any other brand

Licensed & Insured

- New furnace labor and materials start from - \$1750
- New A/C 2.0t starts from - \$2350
- Water heater 40gal \$950, 50gal - \$1050



Ogrzewanie & Schładzanie
Zawsze Gwarancja Domowego Komfortu!

PS COOL HEAT

Alex Koushyk

720-285-0145

Let my 20+ years experience of helping people buy and sell homes give you peace of mind

www.EwaRealty.com



EWA SOSNOWSKA BURG
Realtor

HOME SMART

303-886-0545
ewa@ewarealty.com



Działalność w Denver i okolicach | Pomoc w uzyskaniu pożyczki
Uprzejma, rzetelna i profesjonalna obsługa



czy wiesz, że:

u nas zawsze jest
miejsce dla
Twojej Reklamy:
zadzwoń już dziś:
720-933-8819

ŻYCIE Kolorado
POLISH NEWSPAPER IN COLORADO

Polska Szkoła w Denver

Jasełka w Polskiej Szkole

EWA WRÓBEL

Styczniowa prezentacja Jasełek, kolędowania i zwyczajów bożonarodzeniowych stały się tradycją w naszej polskiej parafii przy kościele św. Józefa w Denver. W niedzielę 23 stycznia odbyły się Jasełka w wykonaniu dzieci i młodzieży z Polskiej Szkoły uczęszczających na lekcję religii. W tym roku w ich przygotowaniu wzięło udział około 30 uczniów. Oglądały je głównie licznie zgromadzone rodziny występujących dzieci a także parafianie. Przedstawienie było poprzedzone Mszą Świętą.

Kiedy mówimy o Jasełkach, to mówimy o misteriach Bożego Narodzenia. Przedstawienie jasełkowe przedłuża ten wspaniały okres Bożego Narodzenia, czas, który już od najmłodszych lat wspominamy bardzo szczególnie ze względu na całą atmosferę i tradycję. To wielka radość szczególnie, że tegorocznymi wykonawcami były dzieci. Dzieci przyjęły role tych, którzy nam wszystkim – rodzicom, nauczycielom, katechetom i pozostałym gościom – głoszą Dobrą Nowinę przedstawiając najpiękniejsze i najradośniejsze wydarzenie, jakie dokonało się w historii Zbawienia, kiedy to Syn Boży przyszedł na ziemię, aby nas zbawić przyjmując postać, małego, bezbronnego dziecięcia.

Byliśmy świadkami przedstawionej przez dzieci pełnej wzruszających momentów historii narodzin Jezusa. Dzieci z aktorskim zaangażowaniem recytowały swoje kwestie i śpiewały kolędy. Wielkie brawa dla naszych zdolnych wykonawców i ich rodziców, którzy przepięknie się zaangażowali w przygotowaniu do przedstawienia, za ich troskę o wychowanie swoich dzieci w kulturze chrześcijańskiej i polskiej, uczenie tradycji i śpiewania kolęd. Niezwykły charakter Jasełek i wspólne kolędowanie pozwoliło ponownie poczuć atmosferę Świąt Bożego Narodzenia i na pewno było dużym przeżyciem zarówno dla artystów jak i rodziców. Mnie osobiście zakręciła się łza w oku.

Korzystając z okazji serdecznie dziękuję pani dyrektor Małgorzacie Grondalski za zawsze ciepłe słowa pełne zachęty i wsparcia, księdzu Stanisławowi Michałkowi za cenne wskazówki, pani Paulinie Bober za współpracę i pomoc w koordynowaniu najmłodszych wykonawców, pani Annie Janik i Jadwidze Mucha za wsparcie wokalne i instrumentalne i oczywiście rodzicom, którzy pomogli przygotować stroje.



Zdjęcia: KINGA ZABRON



Wybitne Polki



Maria Salomea Skłodowska-Curie herbu Dołęga (ur. 7 listopada 1867 w Warszawie, zm. 4 lipca 1934 w Passy) - polsko-francuska uczona zajmująca się fizyką doświadczalną i chemią fizyczną, podwójna noblistka - laureatka Nagrody Nobla z fizyki (1903) i chemii (1911).

//

Nie można bowiem mieć nadziei na skierowanie świata ku lepszym drogom, o ile się jednostek nie skieruje ku lepszemu. W tym celu każdy z nas powinien pracować nad udoskonaleniem się własnym, jednocześnie zdając sobie sprawę ze swej, osobistej odpowiedzialności za całokształt tego, co się dzieje w świecie, i z tego, że obowiązkiem bezpośrednim każdego z nas jest dopomagać tym, którym możemy się stać najbardziej użyteczni.



Irena Stanisława Sendlerowa z domu Krzyżanowska, ps. „Jolanta” (ur. 15 lutego 1910 w Warszawie, zm. 12 maja 2008 tamże) - polska działaczka społeczna i charytatywna, w czasie II wojny światowej kierowniczka referatu dziecięcego Rady Pomocy Żydom przy Delegaturze Rządu na Kraj („Żegoty”). Sprawiedliwa wśród Narodów Świata, dama Orderu Orła Białego i Orderu Uśmiechu.

//

Różny był los tych dzieci. Jedne zostawały już na stałe (o ile wtedy cokolwiek mogło mieć cechy stałości) w rodzinach wyszukanych przez nasze „pogotowie opiekuńcze”, i to w różnym charakterze. Były rodziny, które traktowały swą misję jako potrzebę serca niesienia pomocy nieszczęśliwym. (...) Były i takie rodziny, które utrzymywały dziecko bezinteresownie; ze względu jednak na ogólną bardzo ciężką sytuację materialną - takie osoby były raczej wyjątkiem. Były też wypadki, dotyczyły one zazwyczaj dzieci najmniejszych, że przybrana rodzina tak szczerze i serdecznie pokochała dziecko i przywiązała się do niego, że zawczasu rozpaczła, iż kiedyś będzie musiała je oddać. Wielka, prawdziwa matczyzna miłość kazała [przybranej matce] zapomnieć, że dziecka tego sama nie zrodziła



Pola Negri, właśc. Apolonia Chalupiec (ur. 22 grudnia 1896 w Lipnie, zm. 1 sierpnia 1987 w San Antonio, Teksas, USA) - polska aktorka teatralna i filmowa, międzynarodowa gwiazda kina niemego.

//

Miłość? Nie ma słowa bardziej zohydzonego - i nie ma piękniejszego w języku ludzkim. Miłość może być wytartym licznikiem, przechodzącym przez setki rąk, i drogocennym kruszcem, utajonym przed oczyma wszystkich.



Helena Modrzejewska, także Helena Modjeska, właśc. Jadwiga Helena Chłapowska z domu Miesel (ur. 12 października 1840 w Krakowie, zm. 8 kwietnia 1909 w Newport Beach) - polska aktorka specjalizująca się w rolach szekspirowskich i tragicznych (rola tytułowa w Marii Stuart Juliusza Słowackiego czy rola oszalałej Praksedy z Karpackich górali Józefa Korzeniowskiego); najwybitniejsza aktorka w historii teatru w Polsce.

//

It is never right to be more Catholic than the Pope.“



Wanda Halina Rutkiewicz-Błaszkiwicz (ur. 4 lutego 1943 w Pługianach, zaginęła 13 maja 1992 na stokach Kanczendzongi w Himalajach) - polska alpinistka i himalaistka, z zawodu elektronik, jedna z najwybitniejszych światowych himalaistek. Jako trzecia kobieta na świecie i pierwsza Europejka stanęła na Mount Evereście, najwyższym szczycie Ziemi. 23 czerwca 1986 Wanda Rutkiewicz stanęła na szczycie K2 jako pierwsza kobieta.

//

Czasami myślę, że wspinam się dlatego, aby przekonać się, jak droga jest mi nasza szara codzienność. Wracając poznaję, jak smakuje kubek gorącej herbaty po dniach pragnienia, sen po wielu nieprzespanych nocach, spotkanie z przyjaciółmi po długiej samotności, cisza po godzinach przeżytych w przeraźliwej wichurze.



Marta Magdalena Abakanowicz-Kosmowska (ur. 20 czerwca 1930 w Falentach, zm. 20 kwietnia 2017 w Warszawie) - polska rzeźbiarka, twórczyni tkaniny artystycznej, profesor sztuk pięknych (1979), profesor wizytująca na Uniwersytecie Kalifornijskim w Los Angeles (1984); jej monumentalne kompozycje przestrzenne zyskały nazwę abakanów.

//

Nie lubię reguł. Są wrogami wyobraźni.

//

Po wielu latach materiałem moim stało się to, co miękkie, o skomplikowanej tkance. Odczuwam w tym bliskość i pokrewieństwo z tym światem, którego nie chcę poznać inaczej, jak dotykając, odczuwając i łącząc z tą częścią mojego, noszoną najgłębiej. (...) Między mną a materiałem, z którego tworzę, nie ma pośrednictwa narzędzia. Wybieram go rękami. Rękami kształtuję. Ręce przekazują mu moją energię. Tłumacząc zamysł na kształt, zawsze przekazał one coś, co wymyka się konceptualizacji. Ujawnia nieświadomione.



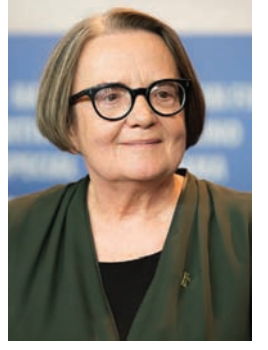
Wisława Szymborska, właśc. Maria Wisława Anna Szymborska-Włodek (ur. 2 lipca 1923 na Prowencie, obecnie część Kórnika, zm. 1 lutego 2012 w Krakowie) - polska poetka, eseistka, krytyczka, tłumaczka, felietonistka; laureatka Nagrody Nobla w dziedzinie literatury (1996), założycielka Stowarzyszenia Pisarzy Polskich (1989), członkini Polskiej Akademii Umiejętności (1995), dama Orderu Orła Białego.

//

Natchnienie, czymkolwiek ono jest, rodzi się z bezustannego nie wiem.

//

W języku poezji, gdzie każde słowo się waży, nic już zwyczajne i normalne nie jest. Żaden kamień i żadna nad nim chmura. Żaden dzień i żadna po nim noc. A nade wszystko żadne niczyje na tym świecie istnienie.



Agnieszka Irena Holland (ur. 28 listopada 1948 w Warszawie) - polska reżyserka filmowa i teatralna, scenarzystka filmowa i aktorka, reprezentantka nurtu zwanego kinem moralnego niepokoju. W grudniu 2020 została przewodniczącą Europejskiej Akademii Filmowej.

//

(...) filmy w dzisiejszym świecie mają coraz mniejsze znaczenie. Gdy zaczynałam swoją przygodę, a więc w latach sześćdziesiątych i siedemdziesiątych, kino faktycznie było „najważniejszą ze sztuk”, było innowacyjne i - pomimo istnienia cenzury politycznej i ekonomicznej - emanowało wolnością. Dziś jest już inaczej, kino prawie nikogo nie obchodzi, krytycy i selekcyjonerzy festiwali, za sprawą swoich wyborów, doprowadzili do zerwania więzi pomiędzy filmami a widzami. Tak zwane „kino środka”, a więc dobrze skonstruowane historie, zrealizowane przez wyrazistych artystów, ale jednocześnie przystępne i atrakcyjne w odbiorze, dziś już praktycznie nie istnieje. Teraz takie wartości dużo łatwiej można znaleźć w serialach.



Olga Nawoja Tokarczuk (ur. 29 stycznia 1962 w Sulechowie) - polska pisarka, eseistka, poetka i autorka scenariuszy, psychoterapeutka, laureatka Nagrody Nobla w dziedzinie literatury za rok 2018, laureatka The Man Booker International Prize 2018 za powieść Bieguni (Flights) oraz dwukrotna laureatka Nagrody Literackiej „Nike” za powieści: Bieguni (2008) i Księgi Jakubowe (2015).

//

Najsilniejszym mięśniem człowieka jest język.

//

Bóg stworzył człowieka z oczami z przodu, a nie z tyłu głowy, co znaczy, że człowiek ma się zajmować tym co będzie, a nie tym co było.

//

Żeby współczuć, trzeba być samemu słabym i znać cierpienie; trzeba upaść, przewrócić się, trzeba umieć płakać.

Pocztówka z Kolorado



Kobieca siła inspiracji

HALINA DĄBROWSKA | Florence, CO

W reportażach, notatkach o Florence jej nazwisko pojawia się bardzo często. Piszący proszą ją o informacje lub ich weryfikacje, bo Peg Piltingsrud wie o Florence prawie wszystko. Przyjechała tu z rodzicami w 1963 roku. Miała wówczas trzynaście lat. Ojciec farmaceuta sprzedał rodzinny biznes w Nebrasce i przenieśli się bliżej gór. Liczna rodzina Foxów powiększyła się we Florence do jedenaściorga dzieci. Peg, najstarsza z nich, miała do wyboru w ramach obowiązków rodzinnych pomagać ojcu albo opiekować się młodszymi. Z radością pracowała w sklepie. Sprzątanie, wykładanie towaru, sporządzanie raportów kasowych należały do jej codziennych obowiązków. Bardzo lubiła obsługiwać klientów, a szczególnie górników, którzy jeszcze w roboczych ubraniach z białymi plamami wokół oczu po zdjęciu gogli ustawiali się w kolejce po codzienny zakup paczki papierosów.

Po ukończeniu katolickiej szkoły średniej w Canon City zaczęła studiować w pobliskim Pueblo. Chciała zostać nauczycielką wychowania fizycznego. Lubiała sport, szczególnie gry zespołowe. Któregoś dnia w kampusowej kawiarni spotkała Toma, studenta historii. Zwyczajne koleżeńskie spotkanie wkrótce sfinalizowano zawarciem związku małżeńskiego. Ona osiemnaście, on dziewiętnaście lat. Tom wstąpił do armii, więc Peg, żona żołnierza, też często przenosiła się z jednego miejsca na drugie. W jednym z fortów Virginii urodził się Richard Gunnar, czwarte pokolenie Piltingsruds na amerykańskiej ziemi.

Młode małżeństwo wykazało się dużym rozsądkiem ekonomicznym. W trzy lata po ślubie kupili 120 akrów ziemi i zbudowali dom w Penrose, niedaleko Florence. Gdziekolwiek byli, ich domostwo czekało na nich. Wystąpi do Niemiec po trzech latach wrócili do USA. Tom Piltingsrud urodził się w 1949 roku w Nowym Meksyku. Jego ojciec, fizyk z wykształcenia, pracował w jednym z laboratoriów w Los Alamos. Tom był jednym z 267 dzieci tu urodzonych, którym w rubryce miejsce urodzenia wpisywano numer skrzynki pocztowej.

Zwierzchnicy zdecydowali przeniesienie Toma do pracy w kwaterze NATO w Oslo. Tę decyzję poprzedził pobyt w Tacoma w stanie Washington i w Monterey w Kalifornii, gdzie w międzynarodowym centrum uczyli się języka norweskiego. W Tacoma mieszkała spora grupa emigrantów norweskich. Spotkanie z nimi wprowadziło Peg w nieznaną jej dotąd świat *rosemalingu*. To sztuka zdobnicza z wiejskich terenów Norwegii polegająca na malowaniu stylizowanych róż i geometrycznych figur. *Rosemaling* wyzwolił talent Peg i tej sztuce pozostała wierna do dziś. Wyjechali z Tacoma bogatsi o znajomość języka norweskiego, dwoje nowych dzieci i miłość Peg do malowania.

Kilkuletni pobyt w Oslo to dla Toma codzienna praca, doskonalenie się w zawodzie, nowe stopnie i awanse, a dla Peg opieka nad dziećmi, prowadzenie domu i malowanie. Wrócili do USA w 1992 roku z wypracowanymi emeryturami wojskowymi, z odchowyanymi dziećmi, ale jeszcze młodzi. Szukali pomysłu na zagospodarowanie reszty życia. Tom, młody emeryt w stopniu pułkownika, po uzyskaniu uprawnień asystenta adwokata pracował w lokalnych biurach i przez siedem lat był managerem miasta Florence. Peg zawsze interesowała się

sklepu. Transakcję zrealizowano. Peg kupiła następny budynek i otworzyła mniejszy, łatwiejszy do prowadzenia Fox Den of Antiquity, trzeci sklep w mieście, doskonale zorganizowany starymi dobrze znanymi Peg metodami, bez pomocy komputera.

Powoli puste budynki *down town* zaczęły się wypełniać. Głównie powstawały sklepy z antykami, galerie. Nowym inwestorom Peg pomagała w sposób naturalny: radami, motywacją, znajomością miejscowych realiów,

córek Peg realizuje się w sprzedaży nieruchomości i w administracyjnych pracach związku zawodowego agentów tej branży, młodsza jest zastępczym nauczycielem, pomaga w prowadzeniu farmy i wychowuje trzech synów.

Babcia Peg - kobieta w roli głównej, stara się organizacją różnych imprez integrować swoją a także rodziny licznego rodzeństwa. Realizuje podróże mapy serca: z każdym wnukiem, w miarę ich dorastania, odbywa indywidualną podróż będącą spełnieniem ich marzeń. Z najstarszym, interesującym się historią, była w Washington DC, z innym na Florydzie. Jack baseballista zwiedził z babką Chicago. Ingrid, jedyna jak do tej pory wnuczka spośród siódemki wnucząt, interesująca się zwierzętami, była w Oregon i nad Pacyfikiem. Realizacje wycieczkowych planów zakłóciły problemy pandemii, ale zostaną one z całą pewnością zrealizowane z pożytkiem dla wnuków i satysfakcją dla babki.

Dwanaście lat temu Peg zachorowała. Diagnoza była jednoznaczna. Wdrożenie właściwego postępowania, w porę rozpoczęte naświetlania, operacja doprowadziły do opanowania choroby. Wrócili siły. Dziś Peg czuje się znakomicie. Ani śladu komórek rakowych w organizmie. Z dokumentacji medycznej i literatury przedmiotu wynika, że na świecie odnotowano tylko dwa przypadki tego typu raka i w obu leczenie dało pozytywne rezultaty. Peg Piltingsrud w USA, a drugi w Anglii.

W 2013 roku członkowie kościoła baptystów przekazali historyczny kościół na rzecz FAC. Członkowie FAC (Florence Arts Council) organizacji powstałej w 2004 roku przystąpili do remontu budynku, jego zagospodarowania i uczynienia tego obiektu miejscowym ośrodkiem kultury. Grupa entuzjastów, której przewodzi Peg, prowadzi wielokierunkową działalność edukacyjną inspirującą młodzież i starszych, angażując społeczność do wspierania artystów różnych form sztuki dla podniesienia i wzbogacenia jakości życia we Florence.

Oprócz prezesowania Peg prowadzi warsztaty malarstwa olejnego, *rose-malingu* i chyba, bo wszyscy bardzo ją o to proszą, utworzy kółko haftu i tkactwa. Wiele imprez we Florence jest przez nią wykreowanych albo dzieje się z jej dużym udziałem. Zawsze spokojna, opanowana, wszystko ogarnia w czasie i przestrzeni. Czterpie siły ukryte w codzienności, zwykłych chwilach i pozytywnej energii innych ludzi. Kocha swój dom i rosące wokół kaktusy, rozległe widoki aż po horyzont. Lubi prowincję, gdzie nie ma tłoku, nie czeka się długo na obsługę w restauracji, wszędzie blisko i zna się dużo ludzi. Jest się zawsze z rodziną, najbliższą i dalszą. Peg, Polka w jednej czwartej, dużo wie o swoich przodkach i ich kraju, a przede wszystkim o polskiej sztuce ludowej. Warto brać z niej przykład i być blisko niej.



Peg Piltingsrud i jedno z jej dzieł w technice *rosemaling* (*rose-painting*). To skandynawski dekoracyjny styl malarstwa ludowego szczególnie popularny w Norwegii.

handlem. Już od dzieciństwa. Kiedyś matka zabrała dziesięciolatkę na aukcję i zostawiła ją na chwilę samą. Peg wylicytowała marmurowy blat stołu za dwadzieścia pięć centów. Takim był początek kolekcjonerstwa i handlu antykami.

Mała Florence budziła się z wieloletniego ekonomiczno - kulturalnego letargu dzięki budowie wielkiego więzienia federalnego. Co można wymyślić w małej miejscowości w pobliżu istniejącego już Walmartu? - Rozważała Peg. Wraz z siostrą i szwagierką zdecydowały otworzyć sklep z antykami. W mieście tego typu sklep istniał już od kilku lat, ich był drugi. Wysiłek włożony w realizację pomysłu powiódł się. Duże zainteresowanie, duże obroty, znaczne zyski. „Mezzanine Antiques” prosperował dobrze. Zainteresowanie sklepami z antykami we Florence wzrastało. Pojawili się ludzie, którzy wyrazili chęć kupienia ich

osobistym przykładem. To, że dziś o Florence mówi się „Antiques Capitol of Colorado” jest w dużej mierze jej zasługą. Ona w mojej opinii jest matką chrzestną tego sukcesu.

W latach dziewięćdziesiątych we Florence dużo się działo. Peg i Tom aktywnie uczestniczyli w pracach nad rewaloryzacją *downtown*, szczególnie historycznego Rialto Theater, pracach Chamber of Commerce, organizacji różnych imprez, które na stałe weszły do miejskiego kalendarza wydarzeń. A tymczasem dzieci wydorosły, usamodzielnili się po zdobyciu zawodów, założyły rodziny, pojawiły się wnuki.

Syn Richard związał się zawodowo z armią, kontynuując rodzinne tradycje. W czasie służbowego pobytu w Petersburgu poznał i ożenił się z Rosjanką, ładną kobietą, utalentowaną artystycznie. Swietłana jest matką trójki dorodnych dzieci. Jedna z

Polska Parafia pod wezwaniem św. Józefa



Cena wolności

STANISŁAW MICHAŁEK SCH

“Wolności nigdy nie dzieli więcej niż jedno pokolenie od wymarcia. Nie przekazaliśmy tego naszym dzieciom we krwi. Trzeba o nią walczyć, chronić ją i przekazywać, żeby zrobili to samo”.

- Ronald Reagan

Powszechnie dostępne środki masowego przekazu niewiele uwagi poświęcały jednemu z największych protestów w historii Kanady. Jednak zainteresowanie „Konwojem Wolności 2022” w sieci było ogromne. Na żywo można było oglądać relacje internautów, którzy zamieszczali mnóstwo zdjęć i materiałów wideo, pokazując to, co się działo w Ottawie. Po tym jak policja brutalnie rozpendziła pokojową manifestację, tratując ludzi kołnami, drewnianymi pałkami, gazem łzawiącym, granatami ogłuszającymi, bijąc nawet reporterów i brutalnie usuwając modlących się weteranów spod ich pomnika, nowo mianowany komendant stołecznej policji zapowiedział, że wszyscy uczestnicy protestu zostaną wyłapani i ukarani. „Nie przestaniemy ścigać każdego, kto był zaangażowany w protesty w związku z tzw. Konwojem Wolności. Znajdziemy was. Nawet jeśli protestujący wrócili wcześniej do domów, będą ścigani i zostaną ukarani” – mówił Bell.

Wprowadzenie stanu wojennego spowodowało, że zabronione zostały wszelkie zgromadzenia, które chciałyby okazać sprzeciw wobec polityki rządu, zawieszono zostały ubezpieczenia samochodów, które należą do osób biorących udział w proteście a konta bankowe nie tylko tych osób, ale i ich wspierających zostały zamrożone. W „trosce o swych obywateli” rząd Kanady pozbawił ich możliwości pracy i odciął ich od środków do normalnego życia. Sytuacja ta świetnie pokazuje jakim niebezpieczeństwem jest budowanie społeczeństwa bezgotówkowego. Pod jakimkolwiek bowiem pretekstem władze mogą nawet zablokować środki finansowe zwykłych obywateli chcących głośno wypowiedzieć swoje poglądy.

Część społeczeństwa i to nie tylko w Kanadzie, która nie była w swej historii zniewolona systemem totalitarnym, nie widzi jednak w tym nic złego. Wyrażane są opinie, że władzy należy się podporządkować i wykonywać wszelkie polecenia. Do czego to wszystko prowadzi, czy sytuacja w Kanadzie wpisuje się w szerszy globalny nowy porządek świata. Dlatego też prawdopodobnie na sytuację w Kanadzie nie zareagowały żadne rządy na świecie. Wsparcie dla protestujących Kanadyjczyków przyszło jednak od

byłego nuncjusza papieskiego w Stanach Zjednoczonych, abp Carlo Maria Viganò. Od pewnego już czasu kieruje on do świata zachodniego swe pasterskie listy, w których pokazuje zagrożenia dla wolności współczesnego człowieka. Również i teraz jako nieliczny z hierarchów kościoła katolickiego poparł starania Kanadyjczyków o odzyskanie podstawowych swobód obywatelskich,

jednak wielkich przeciwności w tym czasie doświadczają dużego wsparcia i bliskości wielu ludzi, którzy jak oni potrafili zrozumieć ważność sprawy i przyszedli im z różnorodną pomocą.

„Pozwólcie także wyrazić moje dla was poparcie i moją duchową bliskość, w której modłę się, aby wasz trud został ukoronowany sukcesem i aby rozciągnął się także na inne państwa. W tych dniach, kiedy widzimy, jak opadają maski tyranów z całego świata i niestety widzimy też tyle konformizmu, tyle lęku, tyle teńchórzostwa u ludzi, których do wczoraj uważaliśmy za przyjaciół,

ta dystopia służy ustanowieniu dyktatury Nowego Porządku Świata i całkowitemu wymazaniu wszelkiego śladu naszego Pana Jezusa Chrystusa ze społeczeństwa, z historii i z tradycji narodów”. „Zademonstrujcie swoje prawa, kanadyjscy przyjaciele: ale niech te prawa nie ograniczają się do prostego roszczenia do wolności wchodzenia do supermarketów lub niepoddawania się szczepieniom: niech będzie to również dumne i odważne roszczenie o wasze święte prawo do bycia wolnymi ludźmi. Prawda was wyzwoli i niech Bóg wam błogosławi” – swoje przesłanie abp Viganò kończy wezwaniem do modlitwy



Foto: Véronic Gagnon

sukcesywnie odbieranych pod pretekstem epidemii koronawirusa. Arcybiskup w słowie skierowanym do uczestników narodowego zrywu, z jednej strony solidaryzuje się z nimi w walce o wolność, z drugiej wskazuje, kto jest dawcą prawdziwej wolności i jaki jest prawdziwy cel walki z globalistyczną oligarchią.

„Wasz protest, drodzy kanadyjscy przyjaciele kierowcy ciężarówek, dołącza do światowego chóru, który przeciwstawia się ustanowieniu Nowego Porządku Świata na gruzach państw narodowych, poprzez Wielki Reset, do którego dąży Światowe Forum Ekonomiczne i ONZ pod nazwą Agenda 2030” – pisze abp Viganò. Arcybiskup następnie zaznacza, że wielu obecnych przedstawicieli rządów kształtowało się w programie zwanym Globalni Przywódcy Jutra, prowadzonym przez Klausa Schwaba. Do tego grona należy premier Kanady, Justin Trudeau”. Następnie arcybiskup wyraża wielkie uznanie dla uczestników Konwoju Wolności, którzy rozpoznając zagrożenie, zrezygnowali z pracy i pomimo niesprzyjających warunków pogodowych, długich mroźnych nocy kontynuują walkę z tzw. reżimem sanitarnym. Pomimo

nawet wśród członków naszej rodziny” – zauważa arcybiskup.

Obecny kryzys stał się, jak twierdzi, polem nie tylko polaryzacji podsycanej przez polityków, ale także pocieszających aktów solidarności i braterstwa we wspólnej walce. „Odkrywamy, że nie chcemy już biernie cierpieć niszczenia naszego świata, prowadzonego przez klikę pozbawionych skrupułów przestępców, spragnionych władzy i pieniędzy. W tym nieustępliwym ataku na tradycyjny świat nie tylko wasz sposób życia i tożsamość zostaną dotknięte, ale również i to co posiadacie, wasze zajęcia i praca. To jest Wielki Reset, to przyszłość obiecywana przez hasła typu Build Back Better, to przyszłość miliardów ludzi kontrolowanych w każdym ich ruchu, we wszystkich transakcjach, w każdym zakupie, w każdej biurokratycznej praktyce, w każdej czynności” – przestrzega arcb. Viganò.

Jak podkreśla autor, bierny opór nie jest już obecnie możliwy. „Trzeba zająć stanowisko, walczyć o wolność, domagać się poszanowania wolności naturalnych”. Ale co najważniejsze, „konieczne jest zrozumienie, że

i nadprzyrodzonego zawierzenia – „Módlmy się, aby Chrystus powrócił i królował w społeczeństwie, w waszych sercach i w waszych rodzinach. Chwyćcie duchową broń Różańca Świętego i módlcie się do Najświętszej Dziewicy, św. Anny, św. Jerzego i Świętych Męczenników Kanadyjskich o ochronę waszej ojczyzny”.

Co więc należy czynić w tym historycznym czasie, czy można wbrew ostrzeżeniom arcybiskupa pozostać biernym. Przestrożą dla wszystkich niewidzących zagrożenia lub obojętnych niech będą słowa niemieckiego teologa Martina Niemöllera:

„Najpierw przyszli po komunistów, ale się nie odezwałem, bo nie byłem komunistą. Potem przyszli po socjaldemokratów i nie odezwałem się, bo nie byłem socjaldemokratą. Potem przyszli po związkowców i znów nie protestowałem, bo nie należałem do związków zawodowych. Potem przyszła kolej na Żydów i znów nie protestowałem, bo nie byłem Żydem. Wreszcie przyszli po mnie i nie było już nikogo, kto wstawiłby się za mną”.

Zapiski nie tylko kalifornijskie



Muzyczna „stajnia” braci Czyżów

MAŁGORZATA CUP | Los Angeles

Kilka miesięcy przerwy w moim pisaniu nie było (niestety) wakacjami, a jedynie koniecznością. Przeprowadzka zawsze jest przeżyciem traumatycznym (niektórzy twierdzą nawet, że drugim na liście zaraz po odejściu kogoś bliskiego), a do tego w warunkach niebywalej koniunktury mieszkaniowej oraz ciągle obecnej i nie mającej zamiaru nigdzie zniknąć pandemii, była dość stresująca i pochłonęła mnóstwo energii. Szczęśliwie mamy to (tymczasowo) za sobą, więc pora na powrót na łamy „Życia Kolorado”.



nawale wiadomości o wojnie, kolejnych wariantach Covida, ociepleniu klimatu i szalejącej inflacji, okazał się być jak powiew świeżości i zdecydowany odskok od rzeczywistości.

W radio wystąpił przedstawiciel

wzbudzała zainteresowanie. Młoda czarnoskóra kobieta, która wyjechała ze Stanów Zjednoczonych, ot tak sobie, nie znając języka postanowiła nagle przenieść się za ocean i śpiewać jazz. Dziś byłoby to spore przeżycie, ale 100 lat temu musiało stanowić nie lada wyzwanie. Josephine rozpoczęła w Paryżu prawdziwą karierę, a jazz stanowił dobrą podstawę ku temu. Został przywieziony do Europy wraz z amerykańskimi wojskami, które brały udział w I wojnie światowej. To głównie Afroamerykanie rozpowszechniali ten gatunek muzyki wśród kolegów, a jazzowa fala szybko ogarnęła Europę. Josephine trafiła w dziesiątkę, wspaniale poradziła sobie na rynku i wkrótce stała

ta decydująca. Inicjująca działanie pochodziła od Kasi (Kasiu, dziękuję!). Kasia podesłała mi link do filmu „Cadillac Record”. W pierwszej chwili nie zwróciłam na niego uwagi, ale potem przeczytałam i dotarło do mnie, że to kolejna intrygująca historia.

Mniej więcej w tym czasie, kiedy Josephine podbijała Paryż, do Chicago wprost z Polski (OK, z krótkim przystankiem w Nowym Jorku) przybyła rodzina Czyżów. Pochodzili z Motola, który obecnie leży w granicach Białorusi, prawdopodobnie na skutek wojny polsko-bolszewickiej przeprowadzili się do Częstochowy. Ojciec Czyż, z zawodu stolarz, przyplął do Stanów



Chess Records - amerykańska wytwórnia płytowa mająca swoją siedzibę w Chicago przy 2120 S. Michigan Avenue. Jej właścicielami byli bracia Leonard (siedzi w środku) i Phil Chess (Czyż) - po prawej obok Leonarda.

W ciągu tych kilku miesięcy pojawiało się na horyzoncie kilka tematów, które intrygowały i „wisały nade mną”, ale nie mogłam się zdecydować, który z nich będzie pierwszy. Nasza najlepsza redaktorka na świecie, czyli Kasia, podpowiedziała mi jeden temat, który zapisałam w pamięci. Jadąc rano do pracy, słuchałam mojej ulubionej stacji radiowej i tu utwierdziłam się w przekonaniu, że Kasia miała rację, temat podjąć trzeba! Palec Boży! W

Smithsonian Institute, Aaron Bryant, który jest kuratorem działu kultury wizualnej. Szalenie ciekawie opowiadał o jednym z ostatnich dodatków do kolekcji, którym było zdjęcie Josephine Baker, zrobione podczas jej pierwszych występów we Francji. Rzeczywiście, jak się tak dobrze zastanowić, to obiekt jest fascynujący. A raczej historia, jaką ze sobą niesie. Zdjęcie pochodzi z lat 20. ubiegłego wieku. Josephine miała na nim około 20 lat, była śliczna, zapewne

się główną atrakcją słynnego paryskiego Folies Bergè. Była też pierwszą czarnoskórą aktorką filmową (Syrena Tropików z 1927 r. w reżyserii Mario Nalpas'a i i Henri Étienne'a), a także agentką francuskiego ruchu oporu i aktywistką na rzecz praw obywatelskich. Za sobą pozostawiła skrajną rodzinną biedę, slumsy oraz śpiew i taniec na ulicach St. Louis, gdzie się urodziła.

To jedna część mojego „znaku”,

Zjednoczonych wcześniej i w dobie szalejącej prohibicji zajął się... handlem alkoholem (inne źródła podają, że był właścicielem złomowiska). Musiał radzić sobie nieźle, bowiem już w 1928 r. ściągnął do siebie żonę oraz dwóch synów – Lejzora i Fiszela. Obaj szybko odnaleźli się w nowej ojczyźnie, zmienili imiona na Leonard i Phil Chess i rozpoczęli nowy biznes. Kiedy Phil służył w wojsku podczas II wojny światowej, Leonard wpadł na pomysł

Zapiski nie tylko kalifornijskie

skupowania sklepów monopolowych. Część z nich następnie przerabiał na kluby nocne. Po wojnie Phil pomagał Leonardowi w prowadzeniu firmy. Pierwszy klub, jaki stworzyli w 1946 r. nazywał się El Mocambo i położony był w południowej części Chicago, którą wówczas zamieszkiwali głównie Afroamerykanie. Początkowo była to zwykła jadalnia, ale z biegiem czasu przerodziła się w klub jazzowy, do którego chętnie chodziło się po pracy. Często gośćmi były również panie lżejszych obyczajów, jednak już wkrótce klub zdobył reputację ciekawego miejsca, które zawsze serwowało dobrą muzykę. Wszyscy miłośnicy bebop weźniejszej czy później trafiali do El Mocambo.

Obu braci fascynowała muzyka, najpierw zainwestowali zatem nieco kapitału w wytwórnię Aristocrat Records, a następnie przejęli ją i zmienili nazwę na Chess Records. W 1948 r. Muddy Waters nagrał w Aristocrat płytę „I Can't Be Satisfied” i to dzięki niej właśnie bracia odnieśli pierwszy sukces – w ciągu jednego dnia, bez Internetu, reklam i mediów społecznościowych sprzedano 3 tysiące płyt! Tak oto w latach 50. wytwórnia została jednym z najbardziej dochodowych amerykańskich wydawnictw bluesowych.

Zadaniem Leonarda, który był twarzą Chess Records, było wyszukiwanie talentów, podróżował zatem nieustająco. W czasie jednej z podróży poznał Sama Philipsa, późniejszego odkrywcę Elvisa Presley'a. „Rocket 88” Jackiego Brenstona i jego Delta Cats, uznawany za pierwszy w historii utwór rock-and-rollowy, wydano właśnie w Chess Records. Wśród gwiazd wytwórni były takie nazwiska, jak wspomniany wcześniej Muddy Waters, Keith Rogers, Etta James czy The Rolling Stones. W Chess Records powstała akustyczna wersja „I Can't Get No Satisfaction”. W 1964 r. Stonesi nagrali też utwór „2120 South Michigan Avenue”, który zadedykowali wytwórni. Pod tym adresem w Chicago firma rezydowała w okresie swoich największych sukcesów. Obecnie w budynku znajduje się Fundacja Blues Heaven Willie'go Dixona.

Muddy Waters rozwijał swoją karierę w klubach nocnych braci Chess. Grał chicagowskiego bluesa, był ojcem bluesa elektrycznego, kochał się w blues rock'u. Chess Records otworzyła dla niego drzwi i dzięki braciom Czyż (oraz naturalnie wielkiemu talentowi muzyka), blues wypłynął na szerokie wody popularności.

Wytwórnia Czyżów dała początek licznym karierom muzycznym czarnoskórych artystów – Jimmy Rogers, Chuck Berry, Willie Dixon, Howlin' Wolf, Little Walter, by wymienić tylko kilku z nich, złączyło swoje losy z Chess Records. Firma specjalizowała się w bluesie i rhythm and blues, a następnie rozszerzyła działalność o muzykę soulową, gospel, rock and roll i jazz. Przez wielu znawców tematu Chess

Records określana była jako „najlepsza amerykańska wytwórnia bluesowa”.

Na tym jednak nie koniec. „Stajnia” Czyżów gromadziła twórców, których piosenki zyskiwały popularność tak w oryginale, jak i wykonywane przez kolejnych muzyków – ze skarbicy Chess Records korzystali między innymi the Beatles, Beach Boys czy Eric Clapton.



„Gdyby ktoś pokazał mi nuty i kazał powiedzieć, które to *do re mi*, nie potrafiłbym tego zrobić. Nie potrafiłby tego zrobić także Leonard. Ale nasze uszy doskonale to wiedziały. To one decydowały za nas”.

- Phil Chess

Wytwórnia początkowo koncentrowała się na wydawaniu singli, zapewne także z powodów czysto technologicznych. W 1958 r. firma rozpoczęła produkcję LP. Rozwijała się i szybko reagowała na zmieniające się warunki rynkowe – wraz z pojawieniem się przepisów ograniczających liczbę nagrań z jednego wydawnictwa, jakie stacje radiowe miały prawo nadawać, Chess Records powołało do życia kilka nowych spółek, z których każda zajmowała się innym gatunkiem muzycznym. Dzięki temu zabiegowi artyści Chess Records byli grani niemal bez ograniczeń. Inny pomysł, jaki pozwolił na zwiększenie

obecności muzyków Chess Records na antenie radia było opłacanie radiowych djów, którzy otrzymywali ustaloną kwotę za każdym razem, kiedy puścili jeden z utworów nagranych w wytwórni. Większość znawców tematu oddaje Chess Records szczególne miejsce w historii muzyki. Mówi się, że wytwórnia stanowi swego rodzaju zapis ewolucji muzyki o afro-amerykańskich korzeniach, w którym to rozwoju

pomógł instynkt polskich emigrantów. Można chyba śmiało powiedzieć, że bracia Chess wypuścili amerykańskiego bluesa, soul i wczesnego rocka na wody międzynarodowe i wpłynęli na kilka pokoleń twórców. Ustanowili Chicago światową stolicą bluesa. Podobno Mick Jagger i Keith Richards, kiedy zakładali swoją grupę, nadali jej imię The Rolling Stones na cześć płyty «Rollin' Stone» Muddy'ego Waters'a, wydanej w 1951 r. właśnie przez Chess Records.

Bracia nie ustrzegli się oskarżeń o przywłaszczanie tantiem należnych artystom. Kilku z nich na początku lat 60. rozstało się z firmą i założyło własne wydawnictwo Hoochie Coochie Music. Podobno nie zgadzali się z praktykami Czyżów, jakie bracia stosowali wobec nich – zdarzało się, że zamiast powszechnie przyjętego zwyczaju przekazywania należności w formie pieniędzy, Czyżowie ofiarowywali artystom podarunki (na przykład cadillaci), z tym, że obdarowywani przekonywali się o tym, że nie jest to prezent, a zapłata dopiero wtedy, kiedy przychodziło do rozliczenia się z osiągniętych przez firmę dzięki artystom zysków.

W 1963 r. Czyżowie postanowili zwiększyć obecność swoich muzyków w radio, zatem kupili stację radiową WVON, pierwszą w Chicago, która nadawała całą dobę. VON stanowiło akronim «voice of the negros». Bardzo szybko stacja podbiła serca młodych

ludzi i zaczęła brać aktywny udział w budowaniu ruchu społecznego.

W 1969 r. Leonard i Phil zdecydowali o sprzedaży tak radia, jak i Chess Records. Leonard nie cieszył się długo zasłużoną emeryturą, zmarł w październiku tego samego roku na atak serca. Po śmierci brata Phil pozostał w firmie przez kolejne 3 lata. W 1972 r. przeniósł się do Arizony i zamieszkał w Tucson, gdzie zmarł w wieku 95 lat (2016 r.).

Warto wspomnieć, że w 1987 r. Leonard Chess otrzymał należne mu miejsce w Rock-and-Rollowej Galerii Sław za swoją „pionierską rolę w propagowaniu muzyki”. W komentarzu napisano: „Chess nie tylko stał się repozytorium amerykańskiej muzyki bluesowej, ale także prezentował czarną muzykę, by zbudować dla niej białą publiczność na świecie.”

W 2013 r. obaj bracia otrzymali nagrodę National Academy of the Recording Arts and Sciences za całokształt osiągnięć.

Żaden z Czyżów nigdy nie brał lekcji muzyki, nie potrafili czytać nut. W jednym z wywiadów Phil powiedział: „Gdyby ktoś pokazał mi nuty i kazał powiedzieć, które to *do re mi*, nie potrafiłbym tego zrobić. Nie potrafiłby tego zrobić także Leonard. Ale nasze uszy doskonale to wiedziały. To one decydowały za nas.”



Dla chętnych polecamy obejrzenie filmu pt. „Cadillac Records”.

Film opisuje losy artystów nagrywających w wytwórni Chess Records. Traktuje o przemocy, różnicach rasowych, rockn rollu i początkach bluesa na ulicach Chicago w latach 50. i 60. XX wieku. W rolę Leonarda Chessa wcielił się Adrien Brody.

Reżyseria Darnell Martin, rok produkcji 2008. Dostępny na Netflix.

Herbata czy kawa?



Z dystansem do siebie

WALDEK TADLA

S powiedź

Kryzys wieku średniego? Chyba jeszcze nie, a już na pewno nie ze względu na wiek. Bo jeżeli średni jest połową, to miałbym na swoim celowniku około 120 lat życia. Pobożne życzenie. Takie osiągi zanotowano ostatnio w Starym Testamencie. Dzisiaj, w dobie złowrogiego wirusa, globalnego ocieplenia, poprawności politycznej, wszechobecnej inflacji i rosyjskiej wojny, długowieczność najprawdopodobniej nie jest mi pisana. Jednak usilnie proszę; za słowo mnie nie trzymajcie. Postaram się żyć długo i umierać krótko. Lecz obiecać tego nie mogę. Nie mogę też oprzeć się wrażeniu, że świat, który mnie otacza zmienił się diametralnie. Nawet ludzie wydają się być inni. Wszak prawie wszystko ulega dewaluacji. Słynne przysłowie o „nadziei”, należałoby jak najszybciej zmodyfikować, bo; „Nadzieja umiera przedostatnia”, a dopiero potem zrobię to ja. Slogan ten tyczy nas wszystkich. Nieprawdaż?

Nostalgia pogrążony, idę przed siebie wytrwale i nie mogę oprzeć się wrażeniu, że dzisiaj nie jest takie same jak wczoraj. Co gorsze, nie wiem co czai się za rogiem jutra. Żyję jak w Matrixie, gdzie bliska przyszłość jest nieprzewidywalna. Trochę mnie to ugniała. Nawet zwykłej podróży zaplanować nie można, a co dopiero tej niezwyklej. Ostatnio moja Córka Amandia odnalazła mi, że jej wesele odbędzie się w Mexico City. Siedzę więc na walizkach i cierpliwie czekam, kiedy odwołają mój lot. Mexico City? Nawet nie pytajcie. Podobno tylko tam podbity stempel gwarantuje dożgonną miłość i małżeńską wierność. Pożyjemy, zobaczymy, opiszemy... Tymczasem jedno, co jawi się na bliskim horyzoncie to magiczny urok kosmopolitycznego miasta; gdzie tradycja miesza się z postępem, a kultura Azteków przeplata z architektonicznym bogactwem europejskiego wdzięku. Najbardziej popularne dzielnice Mexico City - Polanco, Condesa czy też Roma to nic innego jak mieszanka urokliwych klimatów Barcelony, Paryża czy też Nowego Jorku. Wyśmienita kuchnia oraz barwny styl życia 20 milionów ludzi miejskiej aglomeracji, inspiruje i przywraca wiarę w drugiego człowieka. Należy mieć tylko nadzieję, że walizki mi nie ukradną, bo mogło by to, bardzo poważnie zachwiać moją wiarą.

*

Tymczasem na denverowskim podwórku, dłuższą chwilę hulaśliwie dźwięczy odpalony silnik samochodu. Siedzi w nim głęboko zamyślony kanonik. Pukam w okno i pytam nienachalnie: „Dokąd jedziesz pasterzu?” Powoli opada w dół, otwierana korbką szyba. Z auta wydołuje się na zewnątrz leniwa odpowiedź: „Tego jeszcze nie wiem...”

Klasyka sama w sobie - według, której przyszło nam dzisiaj żyć. A skoro dokładnie nie wiemy co nas czeka, to ubóstwo społecznego komunikatu (jak wyżej) wydaje się być w pełni usprawiedliwione. Przychodzi mi tu na myśl historia prawdziwa, w którą niemożliwe jest wręcz uwierzyć: Do pochmurnej Polski i słonecznej Italii z jednej ukraińskiej wioski, na zarobek emigrują dwie, bliskie sobie sąsiadki. Pani Natalia zamieszkuje w moim rodzinnym domu i radzi sobie wyśmienicie. Pani Maria trafia do włoskiego domu i problem z komunikacją, od samego początku daje się mocno we znaki. Na

domiar złego opiekuje się leżącym na łożu śmierci starszym mężczyzną. Wprawdzie Włoch wielkich oczekiwań krasomówczych względem pani Marii nie miał. Gazet i książek też czytać mu nie musiała, aczkolwiek bez minimum zrozumienia nie dało się im nijak ze sobą koegzystować. Należało się więc stale domyślać, aż w końcu przyszedł sądny dzień, w którym domyślać się - nie było już potrzeby. Po dwóch tygodniach postugi pani Marii chlebobdawca zmarł. I właśnie w tej to chwili, odbył się jej życiowy egzamin maturalny. Powiem więcej - życiowy doktorat. Nie będzie też przesadą, jeżeli moment ten podciągnę pod włoską profesurę - kobiety z ukraińskiej wsi. Otóż pani Maria miała wykonać telefon do dzieci zmarłego pracodawcy, informujący ich o śmierci ojca. Okoliczność ta była niejako przewidziana, ponieważ numer telefonu widniał na kartce, zapisany możliwie

psychoterapeuty powiedział mi, że jestem atrakcyjnym celem dla kobiet, które pragną mnie wykorzystać. Nie dopytałem tylko czy chodziło o cielesne, duchowe czy też materialne atrybuty, które miałyby być mi skradzione. Żałuję, że nie dopytałem, bo teraz myśl ta spędza z mych oczu sen. Myśl niczym boska nimfa, która pokrywa ściany kwieciami i wydobywa z mej duszy głęboko drzemiące pokłady poetyckości. Może właśnie to, miało być mi skradzione? Nie wiem. Rozmowa o uczuciach jest niezmiernie ważne, ale... emocje to nic innego, jak reakcje chemiczne w mózgu. Miłość na przykład to chemiczno-biologiczna reakcja łańcuchowa złożona z fenyloetyloaminy, noradrenaliny, dopaminy i serotoniny. Bardzo kompleksowa przypadłość. Nie wszystko się da wyjaśnić, na kozetce, przy świecach, w ciągu jednej godziny. Oczywiście nie mam tu na myśli

Czy wierzysz w cykle? Tak, te pogodowe też. Te ekonomiczne i te mistyczne. Te które wzajemnie się przeplatają i niejako same z siebie wynikają; „Raz jest zimno, raz ciepło. Raz bogato, raz biednie. Raz wesoło, raz smutno. Bezwiednie!” Rymy pchają się same. A ja nie chcę dzisiaj rymować, nie chce też wierszować, a sio rymy, a sio! Wracając do cykli, wydawać by się mogło, iż świat kręci się wokół klucza tajemnego. Podle klucza tego żyjemy i bezwiednie kreujemy logiczną racjonalność. Będę rzucał teraz słowa na wiatr. To tylko słowa - więc bez obrazy: Wyobraźmy sobie na sam przód naszych Dziadów - Ciężkie czasy kreują silnych ludzi. Prawda? Wyobraźmy sobie naszych Ojców - Silni ludzie kreują dobre czasy. Prawda? Wyobraźmy sobie Nas - Dobre czasy kreują słabych ludzi. Prawda? Wyobraźmy sobie nasze Dzieci - Stabi ludzie kreują ciężkie czasy. Prawda? Wyobraźmy sobie naszych Wnuć - Ciężkie czasy kreują silnych ludzi! Tylko na Boga nie obrażaj się, bo to wcale nie znaczy, że masz rację.

Nazywam się Waldek Tadla, jestem: „Katolem, Prawakiem, Patriotą, Mężem, Ojcem, Wolnościowcem”... niedoskonałym. Więcej grzechów nie pamiętam, za wszystkie serdecznie żałuję, a Ciebie drogi Czytelniku proszę o wyrozumiałość i wsparcie.

Życie Kolorado 2009-2022

Jak co roku, w imieniu polonijnej gazety proszę Was o wsparcie. Jest to rzecz, której robić nie lubię, lecz muszę. Generalnie wolabym dawać niż brać. Jednak idea gazety jest celem nie tylko chwalebny i wzniosły, ale również przerastającym możliwości „jednostek niedoskonałych”. Społeczny miesięcznik „Życie

Kolorado”, aby żyć potrzebuje społecznego wsparcia.

Dlatego w imieniu gazety bardzo proszę Państwa o pomoc.

Chcemy aby polska treść w Kolorado i nie tylko nadal nas jednoczyła i pozytywnie z nami trwała. Za nami prawie 13 lat publikacji a w nich cała nasza historia: moc fantastycznych przeżyć, emocji, imprez, sylwetek polonijnych - pięknych ludzi, którzy są nierozłączną częścią tego projektu.

Aż w końcu doszliśmy do Ciebie. Tak do Ciebie kochany Czytelniku! Jesteś głównym celem tego przedsięwzięcia. Nadajesz sens naszym myślom i rytm naszym słowom. Jesteś fundamentem tego co widzisz i źródłem tego co czytasz. Wertując kolejne odstony naszych polonijnych dusz, wraz z nami stajesz się - „Życiem Kolorado”.

Serdecznie zachęcam Wszystkich Was Drodzy Czytelnicy do udziału w naszej Akcji Życie Kolorado 2022 - więcej informacji na stronie obok >>>>>



największymi literami. Jedyne co nie było przewidziane to forma przekazu tej treści. Zdenerwowanie i roztrzęsienie z każdą sekundą potęgowało powagę chwili. Informacje o śmierci drugiego człowieka niezwykle trudno jest przekazać w języku, który się zna. A co zrobić, kiedy rzeczy ważne musimy komunikować w kompletnie nieznanym nam języku? Co zrobić, aby było dobrze i skutecznie zarazem? Okay, dobrze nigdy nie będzie, ale skutecznie...

Przebieg rozmowy wyglądał mniej więcej tak: *Ciao Maria! - Ciska - Cosa è successo? - Szloch - Dimmi cosa è successo? - Aż w końcu Maria nie wytrzymała i w płaczu wykrzyczała do słuchawki: Hitler kaput!!!*

W luźnym tłumaczeniu pani Maria przekazała dzieciom komunikat o śmierć ich ojca, w najbardziej uniwersalnej i zrozumiałej dla wszystkich formie. Wypadło z niej proste - *Hitler kaput* - bo inne wypaść nie umiało. Zastosowała przy tym formułę międzynarodową; coś w rodzaju Esperanto w wersji zbliżonej do niemieckiego. Należy jeszcze dodać, że komunikat ten został właściwie zrozumiany, czyli był skuteczny. Na roztrzęsioną „sygnalistkę” nikt się nie oburzał ani nie obrażał. Maria zdała egzamin celująco, jednak swojej profesorskiej katedry nie utrzymała. Może właśnie dlatego jej druga włoska praca, to drugi włoski domek, a nie Uniwersytet w Padwie. Od tej pory Maria była „za pan brat” ze słownikiem włosko - ukraińskim. Aby jednak zachować polityczną poprawność powiem inaczej; była z nim „za pani siostra”. Teraz poprawnie! Tylko czy mądrze?

Kiedy ostatni raz byłem u swojego

romantycznej partycypacji z płcią piękną, lecz mym nudnym do bólu szrinkiem. Och - i tak myślą zgrzeszyłem...

A skoro o grzechu mowa, to zupełnie inaczej sprawa się ma z moim spowiednikiem sakralnym. Instytucja konfesjonatu fascynuje mnie od zawsze. My ludzie generalnie jesteśmy niedoskonalymi. W ujęciu sakralnym dzieje się tak dlatego, że jesteśmy namazani grzechem pierwotnym. Jednym z naszych przykazań jest przynajmniej raz w roku przystąpić do Sakramentu Pokuty. Czyli z popełnionych grzechów co roku sumiennie się wypowiadać. Tak więc nawet w teorii nie zakładamy, że możemy być bezgrzeszni. Nawet - lub - a zwłaszcza spowiednik nim nie jest. W świecie świeckim wcale nie jest łatwiej. Doczesność jest tu wszystkim, wszystkim tym - co kończy się śmiercią. Jest to tak banalnie przejmująca prawda, że dalej nie ma już kompletnie nic - totalny koniec myślowej skali. Koniec gry - przeszliśmy całą planszę. Nie zaglądamy za nią, bo tam nie ma już nic. Skoro tak, to jesteśmy tymczasowi i nie-do-sko-nali! A już myślałem, że gdy ominę konfesjonat to przechrzętnie los i będę zwycięski. Tymczasem zanurzyłem się w banalnej życia prozie i płynę pod prąd. Najpierw mam urodę i zdrowie, ale jestem biedny. Potem mam pieniądze, ale urodę i zdrowie muszę sobie kupić. Dzieje się tak do czasu aż pieniądze zdewaluują się całkiem, a gra skończy się marnie. Marnie, bo w smutku, a nie w radości - „Maria, gdzie jesteś?” Dopada mnie świecka niedoskonłość. Coraz częściej, ukradkiem spoglądam na konfesjonat. Bardzo mnie on fascynuje, bo to właśnie w nim - nadzieja umiera przedostatnia.



AKCJA Życie Kolorado 2022

Kochani Przyjaciele i Czytelnicy
z całego serca liczymy
na Waszą przychylność i wsparcie!



Życie Kolorado jest bezpłatną publikacją dostępną dla wszystkich w formie papierowej oraz w Internecie. Zwracamy się z prośbą o wsparcie do wszystkich, którym nie jest obojętny los Życia Kolorado - polonijnego miesięcznika wydawanego od 2009 roku. **Jak można pomóc:**

- Zrobić donację pieniężną: (Tax deductible)
- 1. Czek: Media Littera, Adres: 5944 South Monaco Way, Centennial CO 80111
- 2. Wpłata internetowa: <https://www.gofundme.com/f/yctie-kolorado-2022>
- Czytać nasze pismo
- Umieścić reklamę swojej działalności
- Brać udział w polonijnych imprezach = to scala naszą społeczność
- Korzystać z usług naszych reklamodawców = to przyczyni się, że będą nadal nas wspierać :)

Dziękujemy za wsparcie okazane już w 2022 roku! Jesteście niezawodni!

Jola Lefler, Andrzej & Irena Motas, Mary Brzeski, Mike Chilimoniuk

Dziękujemy Wam za donacje w 2021 roku! Łączna suma \$12,969

- Ministerstwo Spraw Zagranicznych RP za pośrednictwem Konsulatu RP w Los Angeles: \$5,000
- Osoba Anonimowa - \$1,000
- Richard & Mila Ziernicki - \$1,000
- Tadla & Tadla Real Estate Group - \$1,000



Mirosława Puzman, Wanda Lozano, Irene Sturm, Agnieszka Gołąbek, Mike Chilimoniuk, Józef Przybyłek, Bożenna i Ryszard Rykowski, Zofia i Zbigniew Wysoczański, Zofia i Wiesław Gessner, Teresa i John Czystychoń, Urszula i Kazimierz Tylicki, Anna Kajkowska, Janusz i Maria Kokot, Beata Tadla - Matkowska, Mary Brzeski, Rafał Cichoń, Iwona Mazurek, Anna Donahue-Srebro, Anna Spencer, Rafał Jarosz, Kinga Rogalska, Scott Fowle, Andrzej i Irena Motas, Osoba Anonimowa, Katarzyna Szuta, Dorota i Tomasz Skotniccy, Halina Dąbrowska, J & M Descour, Polska Szkoła w Denver, Małgorzata Grondalski

Niektórzy lubią historię...



In vino veritas, albo o dwóch różnych winach

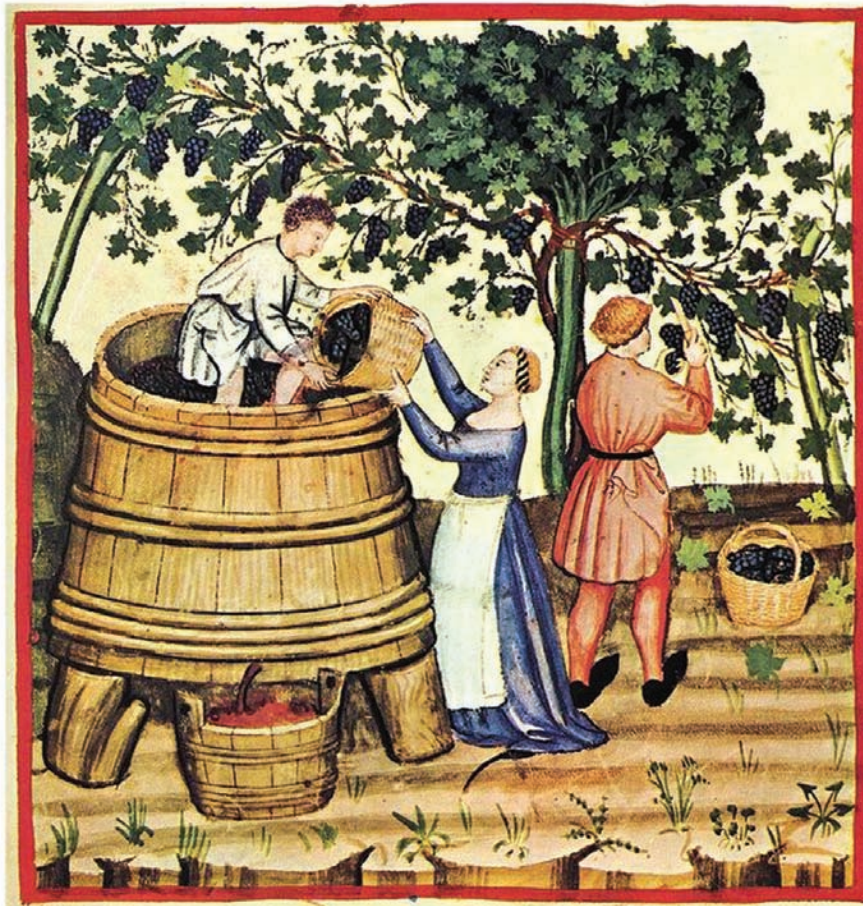
HANNA CZERNIK

Nie jest pewne, czy w winie leży prawda, jak głosił w siódmym wieku przed naszą erą Alkajos, współczesny Safony poeta z wyspy Lesbos, ale jego bon mot powtarzany w nieskończoność nabrał sławy i popularności i do nas dotarł w swojej powszechnie cytowanej łacińskiej, jak w naszym tytule, wersji. Inny starożytny Grek, Herodot, zwany ojcem historii, notował wprawdzie, że Persowie - twórcy jednego z najwspanialszych imperiów w historii - podważali tę tezę o prawdzie emanującej z wina i przyjmowali zasadę weryfikowania na trzeźwo ustaleń powziętych przy ucztach nie mając zaufania do umów zawartych w alkoholowej euforii. Nie wszyscy jednak dzielili ich opinię. Przeciwnie, wielu polityków od czasów plemiennych po współczesność zauważało pożytek, jaki płynie z zawierania układów przy pucharze, kiedy rozluźnieni i bardziej szczerzy uczestnicy obrad są mniej skłonni do intryg i podstępów, a dobry humor sprzyja porozumieniu. Bo wino towarzyszyło człowiekowi od początku jego historii, a nawet wcześniej, w epokach jeszcze nie zapisanych w literaturze i sztuce. Język - to żywe świadectwo ludzkiej kultury potwierdza starożytność napoju, którego nazwa brzmi podobnie we wszystkich językach indoeuropejskich, wskazując na jego bardzo antyczne korzenie. Informacja o winie dociera też do nas dzięki wykopaliskom, niezrównanej archeologii, w której tyle się zmieniło:

*No cóż, biedny człowieku,
w mojej dziedzinie dokonał się postęp.
Minęły tysiąclecia,
odkąd nazwałeś mnie archeologią.*

*Nie są mi już potrzebni
bogowie z kamienia
i ruiny a na nich napisy wyraźne.
Pokaż mi swoje wszystko jedno co,
a powiem ci, kim byłeś...*
(Szyborska, *Archeologia*)

To dzięki niej wiemy, że ojczyzną wina był ten wciąż za mało znany zachodniemu światu obszar na południe od granicy Europy i Azji pomiędzy morzami Czarnym i Kaspijskim, okolice Kaukazu, gdzie dziś znajdują się Gruzja, Armenia i Azerbejdżan, a poniżej Iran. W południowej Armenii odkryto w 2007 roku jaskinię, gdzie mieściła się ponad sześć tysięcy lat temu najstarsza winiarnia znana w historii. Gruzini szczególnie dumni są ze swojej starej tradycji uprawiania winorośli i wyrobu wina, które jest w tym kraju znakomite. Ba, twierdzą nawet, że samo słowo „wino” pochodzi od gruzińskiego „gvino”, ale tak naprawdę potwierdza to tylko wspólnotę nazwy mającej swoje źródło w zamierzchłej przeszłości języka praindoeuropejskiego. Prawdą jest natomiast, że to z gruzińskiego obecnie regionu Szulaweri pochodzą gliniane dzbanki datowane na 6000 lat przed naszą erą, a najstarsze, mniej więcej z tej samej epoki, znalezione ślady świadomie wytwarzanego wina - bo konserwowanego żywicą pistacji - odkryto dalej na południe w naczyniach pochodzących z neolitycznej wioski w górach Zagros w Iranie. Tamto wino mogło być produkowane jeszcze z dziko rosnącej winorośli, z którą człowiek zetknął się o wiele, wiele dawniej. Pierwsze dowody na uprawę winogron natomiast



Tłoczenie wina, XIV w.

pochodzą z kolejnej fazy historii, z epoki brązu w obszarze kultury sumeryjskiej i przede wszystkim starożytnego Egiptu. Tam, w hieroglificznym zapisie z okresu pierwszej dynastii (5 tysięcy lat temu) utrwalał obraz prasy winiarskiej, a osady po winie odkrywano w licznych amforach umieszczonych w grobowcach znakomitych

bardziej popularnego w Egipcie - białego. Wiele malowideł wskazuje na dobrze tam zorganizowaną uprawę winorośli. Krzewy winne rozciągano na drewnianych konstrukcjach tworzących tunele i podlewano ze specjalnych zbiorników wodnych. Plantacje były ogrodzone i zabezpieczane przed ptakami i szarańczą.



Kapłanki egipskie ofiarujące wino bogom

osobistości. Około roku 3150 przed naszą erą jeden z pierwszych władców Egiptu, faraon Skorpion I pochowany został razem ze swoją własną specyficzną terakotową armią siedmiuset dzbanów wina najprawdopodobniej sprowadzonych wielkim kosztem z Lewantu, ówczesnego winiarskiego 'zagłębia'. Nic nam nie wiadomo, czy i w jakiej mierze pił wino za życia, ale wszystko wskazuje na to, że uznawano je za napój królewski. W grobie Tutanchamona znaleziono w naczyniach ślady wina zarówno czerwonego jak i

Może dlatego w Starym Testamencie, w *Księdze Liczb* znajduje się wzmianka, jak bardzo Hebrajczycy żalowali pozbawienia ich dostępu do egipskich winorośli, gdy Mojżesz wyprowadził ich z niewoli... A w starszej *Księdze Rodzaju* opisana jest scena upicia się Noego, który założył winnice na stokach góry Ararat. W stanie upojenia znajduje go jeden z jego synów - Cham i co gorsza ze śmiechem opowiada o tym zdarzeniu swoim braciom. Polski satyryk, Włodzimierz Zagórski, tak to opisał w żartobliwej rymowance z końca XIX wieku:

*Aż raz się strąbił praszczur nasz,
Przebrawszy trochę miarki,
Zrobiło mu się - „jakoś tak“,
I poszedł spać do arki,
I przyszedł Cham i począł drwić,
Że Noe taki ścięty,
I za to Chama przeklął Pan,
I Cham do dziś przeklęty.*

*Historii tej moralny sens,
Jakby na dłoni leży,
Że świętym jest Noego cech,
I drwić zeń nie należy.
Bo kto ze sprawiedliwych drwi,
Gdy pijąc aż do spodu,
Potrąbią się jak praszczur nasz,
Ten jest chamskiego rodu!*

Żarty żartami, ale wszystko wskazuje na to, że wino u Egipcjan, Sumerów, Asyryjczyków czy Hetytów poza funkcją sakralną było demonstracją zamożności i społecznego statusu, napojem elitarnym, o wiele mniej powszechnym niż tańsze i ogólnie dostępne piwo. Kiedy w 870 roku przed naszą erą asyryjski król, Ashurnasirpal II na inaugurację swojej nowej stolicy w Nimrudzie wydał wielką ucztę dla blisko 70 tysięcy gości, manifestował on swoją bajeczną wprost zamożność pijąc wino i serwując je biesiadnikom, co wywoływało zachwyty pomieszane z niedowierzaniem i przeszło do legendy. Wino było elitarnym ewenementem, ambrozją skradzioną bogom.

Dopiero gdy winorośl dotarła do Grecji, zyskała ono prawdziwą popularność i narodową rangę. *Bogatym i biednym niech będzie zapewniona rozkosz spożywania wina, które koi wszelki ból* - pisał Eurypides w *Bachantkach*. *Szybko, przynieś mi dzban wina, żebym mógł zwilżyć mój mózg i powiedzieć coś mądrego!* - wolał Arystofanes. A Tukidydes głosił, że uprawa oliwek i winorośli odróżnia ludy cywilizowane od barbarzyńców. Grecy wielbili wino. Do boskiego panteonu wprowadzili Dionizosa, boga płodności, religijnej ekstazy i wina, a razem z nim święta, dionizje wielkie i małe, te pierwsze obchodzone na wiosnę, na przełomie marca i kwietnia. Słynne sympozjony (dosłownie znaczące 'wspólne picie'), formalne ucztę, na których oprócz biesiadowania, słuchano muzyki, oglądano występy tancerzy i prowadzono debaty tak charakterystyczne dla greckiej kultury, kończyły się zwykle procesją na jego cześć. Uboga i skalista ziemia Grecji nie przynosiła najlepszych plonów zboża, ale okazała się znakomita dla krzewów winorośli. Oznaczone amfory wypelnione winem z wysp Kos, Lesbos, Chios, Korfu i wielu innych eksportowane były we wszystkie zakątki znanego Grekom świata, a razem z nimi grecki język, kultura i myśli filozoficzna. Grecy, jak i później po nich Rzymianie, pili wino rozcieńczone w specyficznych proporcjach wodą - poza pierwszym pucharem wylewanym w ofierze sakralnej, tzw. libacji - picie wina pełnej mocy uważając za barbarzyństwo. Mógł przyczynić się do tego fakt, że techniki winiarskie były proste i uzyskiwane wino pozostawało niestabilizowane, łatwo ulegające kwaśnieniu. Dlatego też oprócz wody dodawano doń nierzadko miodu, żywicy czy ziół, szczególnie do pospolitszych gatunków. Rozcieńczenie wina pełniło dodatkowe funkcje - mitygowało upajające działanie alkoholu z jednej strony i czyniło wodę bezpieczniejszą do picia z drugiej.

Niektórzy lubią historię...

Po Dionizosie przystawiony kielich wina, jak pączkę, przejął rzymski Bachus, a dionizja przekształcił się w bachanalie, choć tak naprawdę i te używane przez Rzymian nazwy greckiej są proweniencji. Jednak Imperium Rzymskie miało ogromny wpływ na rozwój, upowszechnienie i prawną organizację uprawy winorośli i winnej produkcji. Do dziś regiony słynące z win to tereny dawnego rzymskiego państwa, nie tylko ze względu na warunki klimatyczne, ale i stworzoną silną tradycję. Rzymianie, ci spadkobiercy Greków, udoskonali ich idee i wynalazki, jak śrubową prasę do wycisku winogron, techniki produkcji i przechowywania wina w bardziej kontrolowanej temperaturze, na przykład dzięki prostemu pomysłu budowania pomieszczeń do składowania wina skierowanych na północ. Dawne amfory z terakoty - trudne w przewożeniu i przez swoją porowatość bardziej podatne na zanieczyszczenia bakteryjne, choć wówczas i długo jeszcze o bakteriach nikt nie słyszał - zastąpiły praktyczniejsze beczki wymyślone przez Galów i butelki rodem z Azji Mniejszej. Wino pite było przez coraz liczniejszą rzeszę ludzi wraz z rozszerzającym się imperium, na trwałe umacniając swoją pozycję wśród ulubionych napojów nie tylko Europy. Do czasów kawy i herbaty, czyli do siedemnastego, a nawet dziewiętnastego wieku, bo dopiero wówczas ich picie stało się powszechne, wino obok piwa było napojem codziennym, nawet porannym w sytuacji niepewnej co do czystości wody.

Czerwone wino papieża

Ostateczny upadek w piątym wieku naszej ery Zachodniego Cesarstwa Rzymskiego - jak wiemy Wschodnie, Bizancjum, przetrwało w coraz bardziej okrojonej formie o tysiąc lat dłużej - przyspieszony tzw. wielką wędrówką ludów i najazdami barbarzyńskich plemion, Hunów i Germanów, nie tylko przyniósł zagładę starożytnego świata, ale zmienił oblicze Europy na zawsze. Wczesne średniowiecze to był trudny czas, czas chaosu, zniszczeń, ciągłych wojen, kiedy upadały dawne struktury, a jeszcze nie ukształtowały się nowe. Kiedy - w słowach Hanny Malewskiej - *przemijała postać świata*. Nie mogło to ominąć winnic i potąceń handlowych, ale trzeba przyznać, że najeżdżające ludy północne, ci w opinii Greków i Rzymian piwem spojeni barbarzyńcy, szybko docenili zalety wina. Wizygoci już w szóstym wieku wydali specyficzne prawo chroniące winnice, z surowymi karami dla każdego, który by je niszczył. Umocniające się chrześcijaństwo, powstające coraz liczniej klasztory stały się nowymi ośrodkami uprawy i produkcji wina, które odgrywa istotną rolę w katolickiej liturgii podnosząc je do rangi sacrum. Poza cudem w Kanie Galilejskiej, ofiarowanie chleba i wina apostołom w czasie Ostatniej Wieczerzy - symbolu ciała i krwi Chrystusa na zawsze związało wino z chrześcijańskim obrzędkiem. Tak więc chrześcijańska Europa mogła przejść 'pączkę winną' w przeciwieństwie do zabraniającego picia alkoholu islamu. Nie przypadkiem nawet teraz państwem górującym nad wszystkimi innymi w konsumpcji wina jest, oczywiście w przeliczeniu na głowę mieszkańca, Watykan. Inna rzecz, że mieszkają tam sami dorośli. A jedno z najstarszych i najbardziej cenionych czerwonych win, *Châteauneuf-du-Pape*, samą nazwą nawiązuje do katolickiej kościelnej hierarchii.

Jego historia związana jest z okresem tzw.



Bachus - Caravaggio | 1596

niewoli awiniońskiej papieża, która żadną niewolą nie była, może jedynie w sensie uzależnienia od francuskiego królewskiego dworu, tylko decyzją przeniesienia papieżstwa z niespokojnego wówczas Rzymu do miasta na południu Francji, gdzie w nieśmiertelnej ludowej piosence tańczą panowie, tańczą panie na moście w

Francji, jej kultury, jej kuchni. Jak zwykle w życiu, historia rezydowania papieża w Awinionie ma - poza ośniewającym także kulturalnie dworem - swoje ciemne strony. Przede wszystkim skandaliczny nepotyzm i przepych posunięty do granic budzących oburzenie, być może przyczyniły się do rozłamu w katolicyzmie i przyspieszyły ruchy

pozostawił po sobie także raczej boskie - w metaforze oczywiście - dziedzictwo. Zanim został papieżem Klemens był arcybiskupem Bordeaux, gdzie otrzymał w darze winnicę. Stała się ona jego oczkiem w głowie i z czasem przyłgnęła do niej nazwa *Vigne du Pape-Clément* (jeszcze jeden papież w nazwie!). Istnieje do dziś i cieszy się świetną reputacją, produkując głównie głębokie, o owocowym posmaku czerwone wina. Po śmierci Klemensa papieskie konklawe długo nie mogło zdecydować się na jednego z kandydatów i w efekcie po dwóch latach obrad postanowiło wybrać tymczasowego, jak myślano, papieża - 72 letniego, schorowanego kardynała, który przyjął imię Jana XXII. Nadzieje na tymczasowość tego pontyfikatu okazały się płonne, Jan rządził Kościołem przez następne 18 lat, być może dzięki jego szczególnej diecie - jadł tylko produkty białe, które symbolicznie chroniły przed czarną magią i dostownie przed domieszkami trucizny... Nawet do dziś popularny w okolicach Awinionu deser, *papeton d'aubergines*, rodzaj budyniu z białego wnętrza bakłażanu, ma kształt papieskiego kapelusza. Nie to jest istotne jednak dla naszego tu tematu. Jan XXII zostawił po sobie ważniejszą niż bakłażany spuściznę. Uciekał on okazjonalnie przed intrygami awiniońskiego dworu na wieś, nieco dalej na północ w dolinie Rodanu, do miejscowości noszącej odtąd nazwę *Châteauneuf-du-Pape*, czyli nowy zamek papieża. Wino produkowano tu od czasów galijsko-rzymskich, ostatnio przez templariuszy, ale winnice podpadły po rozwiązaniu zakonu. Jan XXII postanowił więc wybudować ów wyżej wspomniany nowy zamek i sprowadziwszy specjalistów winiarzy ze swojej rodzinnej okolicy Cahors w południowo zachodniej Francji, rozpoczął odnowę winnic i rozbudowywanie produkcji. Wino z tych winnic, bogate we wszystkie smaki prowansalskiego terroir i tuzina różnych odmian winogron, cieszy się od stuleci niezachwianą wysoką opinią i przetrwało nawet antyklerykalny żar czasów wielkiej rewolucji. Poeta prowansalski z okresu belle époque i noblista z roku 1904, Frederic Mistral, sławnie nazywał *Châteauneuf-du-Pape* *napojem królewskim, majestatycznym i - nomen omen - pontyfikalnym!*

Wdowa Clicquot i zwycięstwo szampana

Butelka wina zawiera więcej filozofii niż wszystkie książki świata - powiedział kiedyś prowokacyjnie człowiek, którego odkrycia naukowe przyczyniły się w dużej mierze także do udoskonalenia procesów produkcji wina i jego przechowywania. Nazywał się Louis Pasteur... Kiedy w 1854 roku objął on stanowisko dziekana na uniwersytecie w północnym mieście Lille, rozpoczął program zachęcający studentów do badań skupiających się na produkcji żywności i alkoholu, dwóch podstawowych kwitnących wówczas gałęzi miejscowej ekonomii. Sam został wyzwany do praktykowania, czego nauczał, gdy miejscowy browarnik zwrócił się do niego o pomoc i wyjaśnienie, dlaczego jego kadzie wypełniły się kwasem zamiast alkoholem. I tak skłonił Pasteura do naukowego zgłębienia procesu fermentacji. W 1860 roku Pasteur opublikował przełomową pracę pokazującą warunki, w jakich drożdże powodujące przetworzenie cukru w alkohol, zostają wyparte przez inne mikroorganizmy prowadząc do powstania skwaszonego wina i octu.

dokończenie na stronie >> 22



Kieliszek wina - Vermeer van Delft | 1660

Awinion. Papież który wybrał tę siedzibę, Klemens V, ten sam, który rozwiązał zakon templariuszy, był Francuzem, jak i wszyscy następni papież awiniońscy mówiący dialektami języka prowansalskiego, *langues d'oc*, i przywiązani do południa

reformacyjne. Nie przypadkiem w Boskiej Komedii Dante Alighieri umieścił Klemensa V w ósmym kręgu piekła, a ostatni wielki mistrz templariuszy, Jakub de Molay spalony na stosie w Paryżu w 1312 roku, rzucił na niego kłutwę. A jednak ten grzesznik

Zdrowie, ten tylko się dowie...



Pokochaj dietę bezglutenową

KASIA SUSKI

Lekko odczuwalne dłuższe dni, o kilka minut, o kilka mrugnięć powiekami... Ktoś by powiedział, że to nic wielkiego - a jednak... Jak dla mnie to jest już powód do zadowolenia. Czy czuć wiosnę w powietrzu? Niekoniecznie w Evergreen, tutaj nadal króluje zima, śnieg, niska temperatura w szczególności w nocy. Zwierzęta pochodzące z wyższych partii gór nie przynoszą dobrych wiadomości... Ale czy to jest powód do braku uśmiechu? Absolutnie nie. Kocham marzec z wielu względów. Dzień kobiet - kto nie lubi dnia kobiet? My piękna pięć czekamy na tulipany symbol wiosny, czekamy na słodkie czekoladki, przecież nasze święto przypomina nam, że jesteśmy bardziej wyjątkowe niż wyjątkowe. Kolejna data to moje urodziny, dzień, w którym przyszedłam na świat zmienił życie wielu ludzi dawno temu. 20 marca to w końcu zmiana pory roku, zrzucamy szaty zimy i witamy wiosnę we wszelkich jej przejawach. Ostatnia bardzo sympatyczna data to 27 marca, kiedy to zmieniamy czas zimowy na letni. Grzebiąc głębiej w kalendarzu można zahaczyć o Dzień Teściowej...no ale to już zostawię każdemu z osobna jako prywatny wybór :)

Marcowe kulinaria zacznę od łosia w towarzystwie miodu i sezamu. Zaprzyjaźnimy się z zupką-kremem ze szpinaku a na deser podpowiem, jak upiec smaczny biszkopt makowy.

Zupa-krem bardzo prosta w przygotowaniu, nie potrzebuje specjalnego dopieszczenia - lekka a jednocześnie zaspakajająca głód.

- 200-250 g świeżego szpinaku
- 200g ziemniaków
- 1 duża cebula
- 2 ząbki czosnku
- 125 ml śmietany kremówki
- pestki dyni, sól i pieprz
- 1 litr bulionu

W garnku rozgrzewamy niewielką ilość oleju, wrzucamy pokrojone w kostkę ziemniaki oraz posiekaną cebulę i czosnek przeciśnięty przez praskę. Podsmażamy częściowo mieszając, do uzyskania efektu lekkiego zeszklenia. Następnie dodajemy szpinak i smażymy jeszcze chwilę. Wszystko zalewamy bulionem i gotujemy na małym ogniu do miękkości ziemniaków. Gdy ziemniaki są już miękkie blendujemy naszą zupę dodając po trochu śmietanę. Doprawiamy do smaku przyprawami. Podajemy z pestkami dyni i niewielką ilością śmietany na wierzchu. Zupka jest

lekka, ale syta, konsystencja delikatna a wygląd zachęcający wiosną do szybszego przybycia. Polecam gorąco. Krem jest idealny jako przekąska podana w kubeczku wieczorową porą, świetnie smakuje w towarzystwie precelków.

Łosoś, po dorszu to moja ulubiona ryba,

pozostałą resztkę naszej marynaty posypujemy sezamem i zapiekamy kolejne 15 minut. Wykładając łosia na talerz posypujemy go jeszcze sezamem. Ryba świetnie smakuje z puree ziemniaczanym oraz fasolką szparagową z bułką tartą i świeżym granatem. Fasolkę gotujemy al dente,

szczyptą soli dodając po trochu cukier. Do sztywnej piany dodajemy po 1 żółtku delikatnie mieszamy szpatułką. Następnie dodajemy proszek do pieczenia, mąkę i mak - delikatnie mieszamy. Tak przygotowaną masę wylewamy na przygotowaną blaszkę (może być okrągła tortowa



koniecznie w formie filetu. Te dwie ryby mogą jeść pod każdą postacią: pieczoną, gotowaną, wędzoną, na ciepło, na zimno, na słodko, na ostro... bez końca. Dziś polecę wam świetny przepis na łosia, który nie dość, że pięknie wygląda to rewelacyjnie smakuje.

Filet z łosia

- 2 łyżki prażonego sezamu
- 2 łyżki sosu sojowego
- 1 łyżka oleju sezamowego
- 1,5 łyżki miodu
- 1 duży ząbek obranego czosnku zmiążdżonego
- 1 łyżka soku z limonki

Łosia dobrze oczyszczamy i dzielimy na porcje. Składniki marynaty mieszamy i zanurzamy w niej nasze filety na około godzinę. Szykujemy naczynie żaroodporne, smarujemy je masłem i wkładamy do niego łosia, pieczemy bez przykrycia około 5 minut w temp 360F. Po tym czasie wylewamy na niego

masło rozpuszczamy na patelni dodając bułkę tartą i tak przygotowany sos polewamy na ugotowaną fasolkę a następnie na wierzch posypujemy dużą ilością świeżych pestek z granata. Pięknie wyglądający talerz i co najważniejsze smaczne danie oczarują wasze podniebienie.

Po obfitym, zdrowym, kolorowym obiadku czas na deser. Deserem będzie baza do tortu. Biszkopt makowy jest świetną podstawą do wszelkich ciast takich jak torty z kremem czy zwykłe ciasto z galaretką, kremem i owocami.

Biszkopt makowy

- 4 jajka
- 3 łyżki cukru
- 1 szklanka mielonego maku
- 2 kopiaste łyżki mąki ziemniaczanej
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia
- szczypta soli

Oddzielamy żółtka od białek. Białka ubijamy na białszą pianę; ze

lub prostokątna) i pieczemy 30-40 minut w temp. 360F. Ciasto studzimy i przekładamy dowolną masą. Moja ulubiona masa to ser mascarpone ubity razem ze śmietaną kremówką. Czasem dodaję pół łyżeczki świeżo mielonej kawy. Od was zależy, jak chcecie przyrządzić wasze ciasto. Pod każdą postacią smakuje rewelacyjnie. Fajną podpowiedzią jest krojenie ciasta na kwadraciki i umoczenie ich w rozpuszczonej czekoladzie a na końcu posypanie orzechami mielonymi lub wiórkami kokosowymi. Jakby nie było - efekt końcowy będzie smaczny. Mój czas z wami dobiega końca. Życzę wam, aby 3 miesiąc waszego 2022 roku był zdrowy, smaczny, ubrany w uśmiech i radosny z powodu nadchodzącej wiosny. Mam nadzieję, że dzisiejsze propozycje sprawdzą się w waszej kuchni. Pozdrawiam ciepło i serdecznie!

kasiacol@gmail.com

Wygraj z cukrzycą



Nie wystarczy mniej jeść

RAFAŁ NEJMAN

Najważniejszym elementem, który zdecydowanie różnicuje trudność i skomplikowanie w zrzuceniu nadwagi jest jej obraz, rozmiar oraz to czy wprowadza ona stałe zaburzenia i zmiany metaboliczne. Można już na samym początku powiedzieć, że proste zalecenia i rady dietetyczne mogą być skuteczne wyłącznie w sytuacji, kiedy mówimy o niepowikłanej otyłości i nadwadze. Nadwaga i otyłość powikłana to takie, które powodują rozwój zespołu metabolicznego i zmieniają odpowiedź glikemiczną. Dopóki nadwaga nie powoduje wzrostu ciśnienia krwi, wzrostu poziomu insuliny na czczo, wzrostu poziomu glukozy na czczo, wzrostu poziomu trójglicerydów, wzrostu poziomu cholesterolu LDL, spadku poziomu cholesterolu HDL, można przyjąć, że jest to nadwaga prosta i ograniczenie spożywanych kalorii, aktywniejszy styl życia wystarczy, żeby organizm przywrócił równowagę między wartościową masą ciała a masą obciążającą.

Z praktyki niestety wiem, że 8 na 10 osób z otyłością czy nadwagą już cierpi na powikłania metaboliczne wg kryteriów opisanych powyżej. W jaki sposób sprawdzić lub kiedy podejrzewać u siebie niebezpieczne zmiany, lub obraz powikłań metabolicznych lub glikemicznych? Najłatwiejszą w ocenie jest skłonność do nabierania masy ciała porównana do naturalnej skłonności do redukcji masy ciała. Jeśli zauważamy, że coraz łatwiej tyjemy a coraz trudniej upilnować nam wagę to jest to pierwszy poważny sygnał, który powinien zwrócić naszą uwagę. To jest ten moment, w którym powinniśmy wykonać badanie krwi i jak najszybciej podjąć próbę przywrócenia prawidłowego składu ciała. Jeśli próba się nie powiedzie oznacza to, że już pojawiły się opisywane powikłania i konieczna będzie pomoc specjalisty. Pomoc specjalisty polega na poprowadzeniu procesu odchudzania pod nadzorem. Dlaczego potrzebny jest nadzór? Dlatego, że leczenie dietą opisanych powikłań powoduje, że dieta musi się odpowiednio zmieniać i nie jest to stały jadłospis, który towarzyszy nam przez cały okres odchudzania.

Dodatkowo najważniejszym elementem odchudzania w powikłaniach metabolicznych jest jego końcówka, czyli ostatnie kilogramy i tzw. „wyjście z diety”. Zakończenie procesu zbyt wcześnie, opuszczenie choćby jednego kilograma powikłanej tkanki tłuszczowej powoduje, że ryzyko

nawrotu nieprawidłowych zachowań metabolizmu jest bardzo poważne i można powiedzieć, że nawrót wagi jest tylko kwestią czasu. Widzimy kolejny bardzo ważny wniosek. O ile bez powikłań i zaburzeń metabolicznych możemy mówić o tym, że chcemy schudnąć np. 5 czy 10 kg o tyle jeśli pojawiają się powikłania i zaburzenia

zrzucamy np. 20-30 kg po to, żeby ostatecznie dobrać się do 2 kg tkanki tłuszczowej która jest niebezpieczna, psuje zdrowie i prowadzi do powikłań metabolicznych.

Można powiedzieć, że prowadzenie odchudzania w stanie powikłań i zaburzeń metabolicznych, które

nadzorem, prowadzić je w prawidłowym tempie (do 1 kg na tydzień), przerywać etapy odchudzania odżywieniem witaminowo mineralowym, doprowadzić odchudzanie do końca i prawidłowo, bez ograniczeń odżywczych, wyjść z diety.

Im więcej będzie po drodze spadków i wzrostów wagi przez niepoprawne odchudzanie tym mniejsze prawdopodobieństwo, że efekt estetyczny będzie nas satysfakcjonował. Niestety jak byśmy nie oceniali estetyki to zdrowie i życie i bezpieczeństwo mają zdecydowanie większą wartość więc ostatecznie wybierzemy właśnie zdrowie, bo tak po prostu będzie trzeba. Im później zaczniemy proces tym bardziej może okazać się, że zaburzenia i powikłania ustępują dopiero np. w stanie niedowagi, która będzie musiała być odbudowana po zakończeniu procesu dietetycznego. Bardzo charakterystycznym późnym reagowaniem charakteryzuje się poziom trójglicerydów, gdyż często nie ma już nadwagi, nie ma już zespołu metabolicznego a trójglicerydy nadal są uniesione co potwierdza, że wątroba nie pracuje jeszcze w pełni zdrowo i nie jest w pełni odciążona.

Jak widzimy proces odchudzania w powikłaniach jest czym bardziej skomplikowanym niż może się wydawać, lub przeczytamy w Internecie, w którym roi się od specjalistów. Naszym zadaniem jest umiejętnie wychwycić moment, w którym nasza nadwaga czy otyłość przestaje być niewinna i zacząć jak najszybciej prawidłowe postępowanie dietetyczne. Każda próba używania typu diety cud, głodówek, eliminacji czy jakiś kontrowersyjnych zmian w stylu żywienia będzie nas pozabawiała per saldo szansy na zatwienie problemu, będzie prowadziła do tego, że ostatecznie postępowanie będzie dłuższe a efekt zdrowotny nieco trudniejszy do osiągnięcia i co dla wielu z nas najważniejsze, efekt estetyczny może być nie do końca satysfakcjonujący.

Zapraszam do kontaktu:

- rafalnejman@gmail.com
- **Whatapp: +48510184222**
- www.wygralemzucukrzyca.pl
- <https://www.facebook.com/groups/cukrzycatypu2>
- <https://www.facebook.com/wygralemzucukrzyca>



Fot: Monika Baumgartner

metaboliczne opisane wyżej niestety zakładanie z góry satysfakcjonującej wartości jest błędem i pułapką. Dzieje się tak dlatego, że tkanka tłuszczowa odpowiedzialna ze negatywne zmiany w zdrowiu jest na tyle oporna, że ponad wszelką wątpliwość spalimy ją dopiero jak nie będzie już śladu po pozostałej tkance tłuszczowej. To powoduje, że kończenie po jakiejś przyjętej z góry wartości prawie zawsze oznacza zakończenie odchudzania bez likwidacji tej niebezpiecznej tkanki tłuszczowej. Jak pisałem wyżej zostawienie jej bez likwidacji powoduje, że nawrót wagi jest tylko kwestią czasu. Często odchudzający się tracą motywację myśląc, że schudli już dużo a wyniki badań nadal nie są dobre i to wynika w pełni z faktu, że większość procesu odchudzania w powikłaniach metabolicznych oznacza usuwanie łatwiej tkanki tłuszczowej, żeby ostatecznie można było zlikwidować tą, która psuje i jest niebezpieczna. Zastawiamy się, ile jest tej tkanki tłuszczowej i odpowiedź jest taka, że najczęściej to nie są znaczne wartości. Bardzo często wewnątrztrzewnowa tkanka tłuszczowa to zaledwie 2-5 kg. W związku z tym widzimy, że często

opisałem wyżej to proces, w którym występują wyraźne etapy i każdy następny jest znacznie ważniejszy niż poprzedni a najważniejszym etapem odchudzania jest końcówka i likwidacja tych ostatnich kilogramów, prowadzących do zaburzeń. Oczywiście jest, że większość z nas bierze pod uwagę walory estetyczne procesu, nikt nie chce wyglądać źle, mieć wiszącej skóry czy rozstępów. Na ostateczny wygląd wpywa wiele czynników. Nie zawsze mamy wpływ na wszystko i często największym przeciwnikiem, ale też sprzymierzeńcem jest czas. Wszelkie odchudzania, które były prowadzone z długim energetycznym (zbyt szybko, głodowo, eliminacyjnie) prowadzą do upośledzenia procesów końcowych, którymi jest np. poprawne wchłanianie się skóry. Wszystkie procesy odchudzania podejmowane po bardzo długim czasie życia w powikłaniach metabolicznych również powodują ograniczony wpływ na elementy estetyczne, wiek, w którym zaczynamy postępowanie ma również znaczenie. Chcąc ponieść jak najmniejsze konsekwencje estetyczne (da się schudnąć nawet 50 kg-70 kg i nie mieć wiszącej skóry) należy takie postępowania podejmować pod

Przewodniczka



Pałac w Wilanowie

DOROTA BADIERE | Warszawa

- Heleno, tak bardzo się cieszę, że udało mi się nawiązać z tobą kontakt. Po tylu latach! Świetnie, że zabrałaś mnie do Wilanowa. Nie uwierzysz, jest mi trochę wstyd, ale nigdy nie byłem w muzeum pałacu. Aż trudno w to uwierzyć, uwielbiam postać króla Jana III Sobieskiego, nie tylko za jego talent militarny, ale przede wszystkim jego pasję do nauki. Czy wiesz, że on władał kilkoma językami, w tym tatarskim i tureckim? Nauczył się ich, aby móc się samemu porozumieć jeńcami wojennymi. Pałac jest wspaniały. Co za przepych. Świetnie odrestaurowane komnaty, dekoracje i dzieła sztuki, nie mogę się nadszpeciwić temu bogactwu zgromadzonemu w jednym miejscu, - Jerzy mówił półgłosem, a jednocześnie na tyle wyraźnie, że Helena dokładnie zrozumiała każde słowo.

- Widzę przez okna, że park na zewnątrz pałacu również jest utrzymany jak należy.

Spokojnym, ale stanowczym krokiem Jerzy wyprowadzał Helenę pod rękę z pałacu. Była dopiero druga połowa marca, przez co w parku nie było wiele ludzi. Pogoda bardzo dopisała, cieszyli się zatem w miarę samotnym spacerem przy niewielkim wietrze, ale za to słonecznym niebie. Helenie imponował entuzjazm Jerzego, cieszył się tą wycieczką, jak dziecko, a jednocześnie miał szacunek do innych zwiedzających. Nie zachowywał się denerwująco jak wielu innych turystów zagranicznych. Wpadła jej myśl do głowy, że Genowefie bardzo by się to zachowanie spodobało. Jej twarz momentalnie spochmurnała, zbliżał się moment na jej wyznanie. Nie chciała ukrywać prawdy o sobie przed Jerzym. Jeżeli ich przyjaźń miała się odrodzić po tak długiej przerwie, lepiej wyłożyć kawę na ławę.

- To miło Jurku, że w dalszym ciągu masz w sobie zamiłowanie do historii - Helena zaczęła od pochwały. Nie bardzo wiedziała, jak przejść do tematu jej choroby.

- Heleno, ja tu się wymądrzam, ale ty przecież uczysz historii szkole. W liceum na Żoliborzu, tak? W dalszym ciągu pracujesz, prawda? Tyle mi się udało dowiedzieć, kiedy próbowałem cię odnaleźć. Czy lubisz swoją pracę? - Jerzy zarzucił Helenę pytaniami.

- Jurku, odpowiem na twoje pytania, tylko daj mi dojść do słowa - śmiała się Helena. Już dawno nikt nie interesował się tym, co robi, a tym bardziej czy lubi to, co robi. Próbowała tę chwilową nieśmiałość ukryć za nieco nerwowym śmiechem. - Tak, nadal uczę. Czy lubię swoją pracę? Już nie. - Helena zdziwiła się na dźwięk słów, które wypowiedziała.

Jerzy stanął w miejscu i przyglądał się z zainteresowaniem swojej rozmówczyni w oczekiwaniu na dalszy ciąg.

- Powinno już przestać zamięczać te biedne dzieciaki. Wiele z nich interesuje się historią bardzo pobieżnie. Żeby zaliczyć. Nawet piątkowi uczniowie najczęściej nie mają czasu zgłębić wiedzy poza materiał programowy. Większość z uczniów dzisiaj nie jest w stanie przeczytać dłuższego tekstu, wszystko musi być w obrazkach, na filmach, w Internecie. Denerwuję się na taką bylejałość. Uważałam się zawsze za nauczycielkę cierpliwą, ale rzeczywistość mnie przerasta. Mam pomysły na ciekawe lekcje poza szkołą. Można by zaangażować młodzież w inny sposób, ale na nic nie ma funduszy, w sprawie każdego wyjścia ze szkoły trzeba prosić o pozwolenie, tłumaczyć się. Poza tym, Jurku, jestem

zmęczona i zniesmaczona traktowaniem samych nauczycieli przez nasz rząd. Przepraszam, że tak ci tu narzekam, mam wrażenie, że zawód nauczyciela jest obecnie najmniej szanowany, odkąd pamiętam. Pieniądze nigdy nie miały dla mnie znaczenia, nie potrzebowałam wiele, mam domek po rodzicach, więc mieszkanie nie jest problemem, ale w ostatnich latach było mi naprawdę ciężko. Nie będę ci opowiadać o zmianach w systemie nauczania, ciągłych rozsadach w gronie nauczycielskim. Brak współpracy z rodzicami, brak czasu i brak godzin na prowadzenie kółek historycznych z prawdziwego zdarzenia. Czułam się przy tym wszystkim bardzo samotna, dopadła mnie depresja. Próbowałam się ratować dodatkową pracą. Pomyślałam, że mogę dorobić i wyjść do ludzi oprowadzając turystów po Warszawie. Ale to okazało się bardzo niedobrym pomysłem. W ten sposób

to nie będzie łatwa rozmowa. Nie widział się z Heleną pół wieku. Od niedawna przygotowywał się na tą rozmowę. Zdawał sobie sprawę, że przez tyle lat ludzie się zmieniają, żyją swoim życiem. W głowie odegrał wiele możliwych scenariuszy życia Heleny.

- Choruję na rozdwojenie jaźni. W pełni zrozumieć, jeżeli nie będziesz się chciał ze mną więcej spotykać - wypaliła Helena i ucichła, dając Jerzemu czas na odpowiedź.

- Chorujesz na schizofrenię? - Jerzy próbował dopytać Helenę. Mówił spokojnie, był przygotowany na trudną rozmowę. - Nie przeraża mnie to, Heleno.

- Schizofrenia to inne schorzenie. Rozdwojenie jaźni to co innego, zwane jest też zaburzeniem tożsamości. Często



obudziłam w sobie stare wspomnienia, a z nimi Gienię, która z przewodniczki zamieniła się w potwora, nad którym nie miałam żadnej kontroli - twarz Heleny pobladła po ostatnich słowach.

- Heleno najdroższa, co chcesz przez to powiedzieć? - Jerzy złapał Helenę za rękę. Przechodzili akurat obok ławki, Jerzy pociągnął Helenę delikatnie w jej kierunku. Usiedli.

- Jerzy, miej do mnie cierpliwość i pozwól mi wszystko wyjaśnić, bo to nie jest dla mnie łatwe. Jeszcze rok temu nie rozmawiałabym z nikim na ten temat. Ale miało miejsce kilka wypadków... wydarzeń, które dały mi do zrozumienia, że potrzebuję pomocy, że Gienia potrzebuje pomocy - Helena była poruszona. Mimo wyczuwalnej niepewności co do wypowiedzianych słów, mówiła powoli i wyraźnie. Ważyła każde słowo przed wypowiedzią.

- Heleno, jestem tu i nigdzie się nie wybieram, opowiedz mi wszystko spokojnie, zamieniam się w słuch - Jerzy wiedział, że

myli się te dwie choroby. Wystarczyło kilka filmów amerykańskich, w których rozdwojenie jaźni nazwano schizofrenią i teraz trochę zajmie, zanim wyprostuje się takie błędne rozumienie, o ile ludzie będą zainteresowani taką wiedzą. Gdyby była schizofreniczką, najprawdopodobniej nie spotkalibyśmy się ponownie, bo nawet nie odebrałabym telefonu. Nie mam bliskiej rodziny, więc zamknęłabym się w domu i nie wychodziłabym z niego w ogóle, bo nie chciałabym mieć z innymi ludźmi nic wspólnego.

- Rozumiem - rzucił naprędce Jerzy, aby przekazać Helenie, że słucha i jest zainteresowany dalszą opowieścią.

- Rozdwojenie jaźni sprawia, że czasami zachowuję się inaczej, problem w tym, że nie pamiętam swojego zachowania, kiedy druga osobowość bierze górę - Helena przerwała na chwilę, aby wziąć głęboki oddech.

- Domyślałam się, że ta druga osobowość to Genowefa? - Jerzy starał się uczestniczyć aktywnie w tej rozmowie. Widział, że

Helenie nie było łatwo.

- Tak, Genowefa to skrzywdzona, przeżywająca na nowo traumy z dzieciństwa, trochę niedojrzała młoda dziewczyna. Psychoterapeutka wytłumaczyła mi, że w pewnym sensie wypierałam problemy, samotność, depresję w osobowość Genowefy, żeby uchronić własną psychikę. Tak powstała druga osobowość. Złe emocje chowały się w Gieni, jednostka bardziej racjonalna pozostawała z Heleną. Nie do końca to wszystko rozumiem, ale spotykam się z terapeutką regularnie, więc zaczynam opanowywać ten temat lepiej. Problem w tym, że Gienka nieźle narozrabiła, a ja nie pamiętam wszystkich szczegółów jej epizodów. Obawiam się, że o niektórych jej przygodach mogę się nigdy nie dowiedzieć - w tym miejscu Helena przerwała. Była przekonana, że nie o wszystkim ona sama chciała się dowiedzieć. Wystarczyło tych zwierzeń na razie. Najważniejsze wydusiła z siebie. To są fakty, nad resztą sama jeszcze pracuje. Nie odbudowała wydarzeń z Powązek, nie do końca pamiętała co się wydarzyło, kiedy przyszedł do niej komisarz policji.

- „Jakie лихо go przyniosło w Wigilię?” - znajomy głos podpowiadał Helenie w głowie.

Jak przez mgłę, ale chyba najlepiej odszyfrowała oprowadzanie wycieczki na Zamku Królewskim, które o mało nie zakończyło się śmiercią źle wychowanego turysty. Całe szczęście osobowość Heleny wzięta górę i zdążyła wówczas zapanować nad sytuacją w szpitalu.

- „Sam się o to prosi!” - Gienki głos znowu dawał o sobie znać.

- Jerzy, czy masz ochotę jeszcze coś zwiedzić w Wilanowie? Chciałabym już wrócić do siebie - Helena czuła, że prawdziwe wyzwanie związane ze szczerą rozmową dopiero przed nią. Jedną sprawą przyznać się do choroby i tu Jerzy okazał się bardzo wyrozumiały i tolerancyjny. Co innego natomiast opowiedzieć odnalezionemu po latach przyjacielowi o zbrodniach, lub ich zamierzeniu, które się pamięta lepiej, lub gorzej. I w dodatku obwiniać o te zbrodnie drugą osobę, która mieszka w tej samej głowie.

Felieton



Witold-K

...w kącicie

W 1968 roku pierwszy raz leciałem z Paryża do Stanów Zjednoczonych i po raz ostatni pisałem wiersze. Zdałem sobie sprawę, że mam za skromny talent do tworzenia poezji, ograniczony do pięciu wierszyków i na tym należy skończyć. Leciałem amerykańską linią PANAM i widok północnych przestworzy czynił mnie groźnie romantycznym. W takich chwilach nie należy pisać wierszy ani malować. Chirurg, który robi trepanacje czaszki niemowlęcia, aby ratować mu życie, nie powinien się wzruszać. Lunch był niezwykle smaczny, podany na dużych tacach. Talerze i talerzyki do zakąsek w kolorze porcelany. Serwetki były lniane, eleganckie z haftem, a widelce, noże i łyżeczki metalowe, srebrno-lśniące. Szklane, eleganckie kieliszki do wina i smukłe do szampana i... to nie była pierwsza klasa dla zamożnych.

Przed wylotem powiadomiłem o mojej podróży Alaina Digard, właściciela La Pochade, mojej galerii w Dzielnicy Łacińskiej. Alain, energiczny i dobrze zorganizowany człowiek, posiadający rozległe znajomości w Paryżu, zadzwonił do prasy. Była to jego inicjatywa, aby zrobić rozkładówkę w Paris Match pod tytułem "Witold-K in New York". W Nowym Jorku miałem zgłosić się do monsieur Jean Pierre Lafona, znanego fotografa, nota bene z rodziny francuskich wydawców.



Ella Fitzgerald - amerykańska wokalistka jazzowa, zwana „pierwszą damą piosenki” (ang. *First Lady of Song*). Jedna z najwybitniejszych śpiewaczek w historii tego gatunku. 1968 rok

Zostałem niezwykle serdecznie przyjęty przez Jean Pierre i jego żonę Eliane. Do dziś, po ponad pięćdziesięciu latach, jestem z nimi w kontakcie. Mają ten sam telefon. Po pierwszych dwóch dniach targania mnie po Nowym Jorku i robieniu zdjęć było mi trochę dość roli modela. Trzeciego dnia zabrali mnie na party do

czegoś mieszkania na Manhattanie przy Park Avenue. Miałem opory ze względu na to, że nie przywiozłem ze sobą z Paryża swojego garnituru. Eliane ubrała mnie w niezwykle kolorową koszulę swojego męża. Będę za blazna, myślałem.

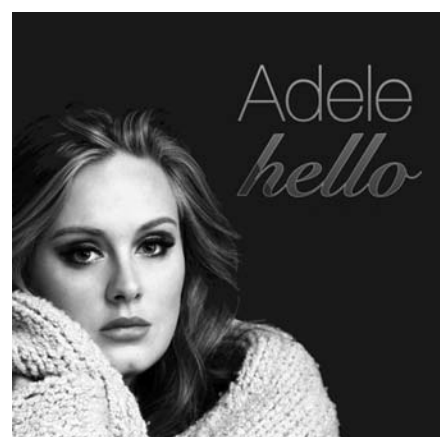
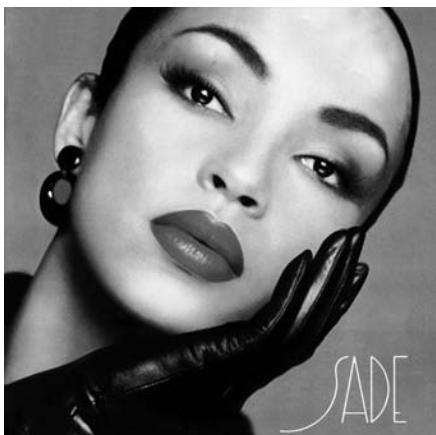
Pomimo moich lat spędzonych we Francji i w ogóle w Zachodniej Europie i nabytego przyzwyczajenia do niezwykłości, nigdy przedtem nie uczestniczyłem, nie byłem świadkiem takiego szalonego świata, takiej ostentacji bogactwa, namiętności istnienia i powszechnej radości spotkania. A więc to jest Ameryka, znowu myślałem niepotrzebnie, zamiast zanurzyć się w ludziach jak w oceanie. Przez jakiś czas nie odstępowałem moich gospodarzy, którzy wszystkich znali, wołali po imieniu każdego, przedstawiali mnie jako „słynnego artystę malarza” z Paryża.

Wszyscy mówią, śmieją się, wysoki na dwa piętra sufit pomnaża hałas. W powietrzu jest jakaś wibracja, ten dom pełen nieznannej mi energii. Pytają się mnie o coś, ale o co? Na jednej ze ścian, aż wierzyć się nie chce, olbrzymi obraz Picassa. Przybyłem ze świata inercji.

“Oui, oui Witold, c’ est original”, mówi Jean Pierre i wcale się nie dziwi.

Dlaczego w Polsce miałem tylko pięć lekcji angielskiego? Sam siebie pytam i sam sobie stawiam zarzuty. Pod jedną ze ścian jest dwustopniowe proscenium, a na nim fortepian, na fortepianie gra biały mężczyzna w takiej kolorowej koszuli jak moja, a obok fortepian stoi swobodnie oparta czarna kobieta i śpiewa. Przeszedłem przez cały salon, zostawiając za sobą wszystkie zadawane mi pytania. Słyszę niezwykły głos i jak wspaniale śpiewa tego bluesa. Niewiele osób zwraca na nią uwagę. Nie mogę zdobyć się na odwagę, wejść te dwa stopnie. Walczę ze sobą. Właśnie skończyła. Wszedłem i podszedłem do niej kładąc arogancko rękę na fortepianie i powiedziałem „wonderful” i chcąc popisać się i jej zrobić przyjemność, dodałem „ju haw vojs like Ella Fitzgerald”. Nie podziękowała mi, tylko się mile uśmiechnęła, podeszła do mnie blisko, położyła swoją rękę na mojej, pokazała dużo białych zębów i powiedziała “I am Ella Fitzgerald”.

Przy Dniu Kobiet - przypomnimy Ich piękne głosy



Polska w moim sercu



Wznieś serce nad zło

ANIA STOCH | Cañon City, CO

Przez otwarte okno wkrada się zapach topniejącego śniegu i wilgotnej gleby. Pierwsze ptaki nieśmiało kwilą w gałęziach pobliskich drzew, mróz, jakby z mniejszym uporem osacza świat, ustępując pełnym nadziei, promieniom słońca. Oczy otwierają się chętniej o poranku, rutyna dnia codziennego mniej przytłacza. Karnawał.

W jednej z moich ulubionych powieści - "Między ustami, a brzegiem pucharu", Maria Rodziewiczówna, ukazując barwne różnice kulturowe w jego świętowaniu, opisuje go, jako czas harców, zabawy, psikusów i ogólnej weselości. Często jest on również utożsamiany z okresem wesel. Najbardziej jednak charakterystyczne skojarzenie - to stodkie wypieki. Ach te łakocie! Kiedyś pieczone w domu, potem wyparte przez brak czasu, niekiedy umiejętności, może wygodnictwo, zostały zastąpione wersją z cukierni. W Tłusty Czwartek cały rynek w Nowym Targu pachniał pączkami, a paleta smaków przyprawiała o zawrót głowy. Z powidłami śliwkowymi, różanymi, z truskawkami, morelami i oczywiście moje ulubione - z budyniem, to tylko kilka z nich. Nie sposób było się oprzeć. Albo oponki serowe mojej Mamy - lżejsze od pączków, szybkie w przygotowaniu, mięciutki, pachnące. Sama często je smaży, dzieciaki je uwielbiają. Nie mogło też zabraknąć faworków - słodkich, delikatnych, rozpływających się w ustach, idealnie komponujących się z gorącą herbatą.

Z przedwiośnią, w naszych polskich domach, łączy się nierozwalnie koniec

karnawału i początek Wielkiego Postu. Środa Popielcowa przychodzi jak opamiętanie po Tłustym Czwartku, choć łakocie z uporem tkwią w różnych częściach ciała. Wraz z pierwszym powiewem ciepła przychodzi wyciszenie, pokora wobec przemijania, zastanowienie. Duszy ludzkiej potrzebny jest ten czas refleksji, kiedy możemy zajrzeć w głąb siebie.

Jak daleko sięga moja pamięć, do naszego domu, wraz ze Środą Popielcową wkraczała cisza. Na czterdzieści dni milkła muzyka. Stacje piątkowej Drogi Krzyżowej przenosiły w realia Niezmierzonej Miłości, dla której każde ludzkie istnienie jest bezcenne, nie ma krzywdy, której nie można wybaczyć, Miłości, bez której człowiek byłby tylko pyłkiem na wietrze, ból, byłby bólem bez końca, rozpacz, otchłanią bez nadziei. W naszym ślicznym wiejskim kościółku, wśród rówieśników, przy zgaszonym świetle i dźwiękach gitary, młode serce otwierało się szeroko na ciszę, chłonęło akceptację i zrozumienie. Z upływem lat bycie rozumianym czy akceptowanym straciło na znaczeniu, bardziej zależy nam na zrozumieniu ludzi wokół, na zaakceptowaniu rzeczywistości. Opinia obcych, postronnych nam ludzi, nie ma wpływu na nasze myślenie czy działanie. Niemniej jednak wewnętrzne szczęście



Jezus Frasobliwy - przydrożna kapliczka w Koninkach
Fot: ŻK

jest nierozwalnie związane z pokojem duszy. Wciąż potrzeba nam się pochylić nad Chrystusowym cierpieniem, by zaakceptować ból, który jest udziałem każdego z nas. Wciąż potrzeba nam stawać ramię w ramię przy Matce Bolesnej, by pamiętać, że miłość matki przewycięży każde cierpienie.

Każdy z nas kroczy swoją własną Golgotą, niesie swój własny krzyż. Potykamy się, upadamy pod jego ciężarem. Mimowolnie jesteśmy też uczestnikami Golgoty ludzi wokół nas - bliskich, ale i zupełnie nam obcych. Obyśmy umieli być jak Szymon, jak Weronika. Oby nasze ręce i usta umiały podnosić z upadku, nie być jego przyczyną.

Pracując z młodzieżą uzależnioną od narkotyków, widziałam upadki, które wydawałyby się nie mieć nadziei. Ryszard Rynkowski śpiewał:

*(...) Z głodu, który zjada sny,
Z gęstych, obojętnych dni,
Nawet z dna, co nie ma dna
Potrafisz wstać (...)
(...) Jeśli iskrę wiary masz
Potrafisz wstać (...)*

W tamtym świecie dna - bez dna, wiara jest jedynym ratunkiem. To właśnie tam spotkałam najwięcej "Cyrenejczyków" i "Weronik". Nie znaczy to jednak, że nie ma ich wokół nas. Czasem zwykły uśmiech potrafi pomóc w niesieniu codzienności, milcząca obecność rozgania mrok samotności, uścisk dłoni przywraca siłę. Nie szczędźmy tych drobnych gestów, może staną się dla kogoś wokół nas przedwiośnią niosącym powiew nadziei.

>>> dokończenie ze strony 17

In vino veritas, albo o dwóch różnych winach

HANNA CZERNIK

Przekonywał on, że proces psucia nie jest przypadkowy i nieunikniony, ale jest rezultatem zewnętrznego zanieczyszczenia. Do tej pory produkcja alkoholu uważana była za arcyzm, a nie naukę, ale odkrycia Pasteura skłoniły ludzi do przewartościowania tego myślenia. W późniejszych latach swojego życia, już po powrocie do rodzinnego Arbois, stał się on dla okolicznych winiarzy 'doktorem od wina' proszonym o doradztwo w kłopotach. Mało tego, cesarz Napoleon III wezwał Pasteura na pomoc, gdy francuskie wina traciły reputację psując się w transporcie.

Zrozumienie procesu fermentacji i jej zakłóceń było bardzo istotne dla produkcji wina w ogóle, ale może szczególnie dla białych win z Szampanii. Rejon leżący na granicy klimatycznie możliwych warunków do uprawy winorośli znany był z lekkich, jasnoróżowych, niemusujących win. Lokalni producenci musieli konkurować z niedaleką Burgundią, ale korzystając z tradycyjnego miejsca koronacji francuskich królów w głównym mieście prowincji, Reims, reklamowali swoje wina na tyle, by cieszyły się statą reputacją przez stulecia. Musowanie się wina uważano za wypadek przy pracy i błąd w sztuce, spowodowany także miejscowym klimatem, kiedy zbyt wczesne obniżenia temperatury zatrzymywały proces fermentacji na czas

zimy. Po podniesieniu się temperatury drugi etap fermentacji skutkowało wydzielaniem się zbyt dużej ilości dwutlenku węgla. Przez tygodnie czekano aż musowanie się wina w beczkach ustanie, by trunek nadawał się do dystrybucji. W XVI wieku zaczęto jednak przechowywać i transportować wina w butelkach, nie w beczkach. To okazało się problemem dla wina z Szampanii. Dwutlenek węgla nie miał jak się wydostać i butelki nierzadko eksplodowały. Nazywano więc ten trunek *vin du diable* - wino diabelskie. Butelki, które przetrwały, zawierały dziwny musujący napój, doprowadzając producentów do desperacji. Ale szybko znaleźli się amatorzy tego nietypowego musującego wina, szczególnie wśród zamożnych Anglików. Nie przypadkiem to angielski uczonec, Christopher Merret był pierwszym, który zaproponował dodawanie cukru w czasie fermentacji dla specjalnego wywoływania musującego efektu. Francuzi oczywiście skłonni są pomijać ten brytyjski wkład, skupiając się na zasługach benedyktyńskiego mnicha o nazwisku łatwo teraz wśród entuzjastów wina rozpoznawalnym - Dom Pierre Pérignon, który przypadkowo urodził się i umarł w tym samym czasie, co Król Słońce, Ludwik XIV, 1638-1715. Pérignon nie miał w sobie nic słonecznego, był skromnym zakonnikiem o niesłychanie wyczulonym smaku - kosztując winogrono umiał powiedzieć, z której

winnicy pochodzi. Wprowadził on wiele innowacji, rozwinął kompozycję białych win dla wstępnej fermentacji wyciskanych nową metodą z czerwonych winogron, podobno jako pierwszy zasugerował metalowy oplot na korku i butelki z grubszego szkła, co dawało większą odporność na ciśnienie gromadzącego się gazu. Kiedy umierał na początku osiemnastego wieku, produkcja szampana wciąż była ryzykownym i nie w pełni rozumianym procesem, ale rozwinęła się bardzo. I jego imię nosi szampan wysokiej kategorii *cuvée de prestige*.

Szampan zyskiwał coraz większe grono entuzjastów, peany na jego cześć wygłaszał Voltaire, przepadała za nim metresa Ludwika XV, Madame de Pompadour, która zwykła była mawiać, że szampan jest jedynym winem, które zapewnia, że kobieta jest dalej piękna po wypiciu go. Jednak to inna kobieta przyczyniła się szczególnie do rozstania szampana i to daleko poza granice Francji. Urodzona Barbe-Nicole Ponsardin jako młoda dziewczyna poślubiła przedsiębiorcę i właściciela sporej winnicy, François Clicquot. W roku 1805, w wieku 27 lat została wdową i szefem wielobranżowego przedsiębiorstwa. Nie onieśmieliło jej to jednak, pod jej kierownictwem skupiono się przede wszystkim na produkcji szampana i wprowadzono udoskonalenia, także marketingowe ze znakomitymi rezultatami. Szampania jednak, jak Polska, ma niefortunne położenie geograficzne - wszystkie szlaki wojskowych konfliktów przez nią prowadzi. Niedługo trzeba było czekać, żeby pokonane pod Moskwą wojska Napoleona wróciły przez Szampanię do Francji, a za nimi podążały goniące je oddziały rosyjskie, pruskie i austriackie. Większość producentów

szampana zakopano swoje zapasy i uciekło, ale wdowa Clicquot postawiła na inną kartę. Intuicyjnie licząc szczególnie na Rosjan, nie czekając na rabunek zaczęła rozdawać swoje wina zwycięskim wojskom w myśl hasła - *Dziś piją, jutro zapłacą*. Rok później wysłała kilka tysięcy butelek swojego szampana do Rosji, gdzie już sława jej wina rozeszła się wśród arystokracji i sam car Aleksander I po spróbowaniu go oświadczył, że nie będzie pił niczego innego. I tak wina Wdowy Clicquot podbiło rynek rosyjski na całe stulecie aż do bolszewickiej rewolucji, kiedy zainteresowanie luksusowymi trunkami oczywiście gwałtownie spadło. Co gorsza Amerykanie wprowadzili niedługo potem prohibicję, zamykając następny rynek zbytu. A działo się to po spustoszeniach plagi phylloxery, jaka dotknęła winorośli w drugiej połowie XIX wieku i ku końcowi pierwszej wojny światowej, której zachodni front przebiegał oczywiście także przez Szampanię... Mimo olbrzymich strat właściciele winnic przetrwali te wszystkie przeciwności. W 1936 roku otrzymali prawa AOC - *appellation d'origine contrôlée*, wyjątkowości do nazwy champagne, dlatego inne wina musujące nie mogą jej używać. Obecnie produkuje się 300 milionów butelek szampana rocznie i pozostaje on, ze swoimi słynnymi markami, jak Dom Pérignon, czy Veuve Clicquot właśnie, ulubionym trunkiem nie tylko elit, ale i tych wszystkich, którzy chcą i mogą z jego udziałem celebrować uroczyste momenty ich życia. Bo, jak miał powiedzieć Napoleon lub Churchill, a może obaj niezależnie: *W sukcesie zastugujesz na szampan. W porażce go potrzebujesz*.

Znani i lubiani - od kuchni i nie tylko...



Konrad Skolimowski

KASIA SUSKI

Kiedy po całym dniu ciężkiej pracy, po obiedzie przychodzi czas na relaks wielu z nas łączy się z odległą Polską poprzez ekran telewizora.

Najczęściej sięgamy po seriale, którymi żyje cała Polska, a za nią Polonia za oceanem i nie tylko. Dziś zaprzyjaźnimy się z aktorem, który barwnie istnieje w polskiej TV, mało tego, jest także piosenkarzem muzyki disco polo. O kim mowa? Konrad Skolimowski. Artystyczny pseudonim „Skolim”. Kiedy wychodzi na scenę - pleć żeńska krzyczy a mężczyźni chcą być tacy jak on. Młody, mądry, uzdolniony, przystojny i bardzo szczęśliwy na łonie ukochanej rodziny.

Konrada można spotkać codziennie w serialu „Barwy Szczęścia”, gdzie gra Patryka - sympatycznego i dobrego bohatera. Zawsze z głową na karku, bezproblemowy i uczeiwy. Konrad ma za sobą spory dorobek w wielu filmach i serialach; zagrał między innymi w: „Mowie ptaków”, „Na dobre i na złe”, „Dziewczyny ze Lwowa”, „Korona Królów”, „Córka”, „Za marzenia”, „Ojciec Mateusz”, „Skrzywdzone” czy „Wojenne Dziewczyny”. Jak na tak młody wiek to „gruba kartoteka” - ponad 30 pozycji, w których grał. Konrad zawsze interesował się aktorstwem i udało mu się spełnić marzenia, aby zagrać kogoś kim nie jest, nie był i nigdy nie będzie. Interesują go motywacje i psychologia ról, które odgrywa. Kiedy zapytałam o rolę, która mu się marzy... ze śmiechem odpowiedział, że chciałby zagrać księdza. Dlaczego: „Aby posłuchać co ludzie mają za kołnierzem”.

„Zastanawiam się czasem co myśli złodziej, kiedy kradnie czy morderca, kiedy krzywdzi ofiarę czy amant, który uwodzi piękne kobiety. Ja jestem zwykłym chłopakiem, aktorem, piosenkarzem, ojcem, synem, narzeczonym, przyjacielem, osobą publiczną. Ciekawe jest wcielić się w osoby, którymi nigdy nie będę w życiu prywatnym. Lubię bawić się w byciem kimś innym, aby po wyjściu z planu znów wrócić do rzeczywistości, być sobą i cieszyć się swoim życiem”.

Konrad to bardzo rodzinny młody mężczyzna. Wraz ze swoją narzeczoną Ołą Sarnecką wychowują 2 małych synków. Gdy wraca do domu po ciężkim dniu nagrań filmowych najbardziej relaksuje go rodzina.

„Oła na co dzień zajmuje się dziećmi, a ja jako głowa domu i rodziny zarabiam pieniądze by niczego nam nie brakowało. Jesteśmy bardzo zżytą rodziną. Mieszkamy



w dużym rodzinnym domu, gdzie żyją 3 pokolenia: moi dziadkowie, rodzice i my. Bardzo cenię sobie rodzinne chwile. Święta są moimi

ulubionymi momentami w ciągu roku. Wszyscy razem gromadzimy się przy stole, wspominamy stare dzieje, śpiewamy kolędy, śmiejemy



się, jemy przepyszne posiłki, które są przygotowywane przez najwspanialsze kobiety mojego życia: babcię, mamę i Ołę. Jestem tradycjonalistą i lubię polskie potrawy takie jak schabowy z ziemniakami, ale najbardziej uwielbiam gołąbki”. Konrad stwierdził, że za dobrego gołębia jest w stanie zrobić prawie wszystko.

Nasza rozmowa musiała zejść na temat muzyki, gdyż Konrad także zajmuje się tworzeniem muzyki disco polo. Muzykę ma w genach - jego dziadek i tata śpiewali. Piosenki Skolima porywają do tańca, muzyka wpada w ucho a słowa są łatwe do zapamiętania. Sam pisze teksty i komponuje muzykę. Najbardziej znane piosenki to: Cały płonę, Mamuśki, Moja dama czy Zaczarowani. Jakby tego było mało Konrad dużo koncertuje w całej Polsce. „Kasia ty mnie lepiej zapytaj, gdzie mnie jeszcze nie było!”. - Naturalnie w Denver... Tutaj Cię brakuje! Zeszliśmy na temat Polonii i koncertów w USA. „Chciałbym poczuć smak Polonii, dać jej najlepsze nuty mojej muzyki i zapewnić fantastyczną zabawę!”.

Marzenia się spełniają, trzeba w nie tylko wierzyć, trzeba nad nimi pracować i trzeba iść przed siebie by dojść do celu, który sobie obraliśmy. Konrad kocha sport. Regularnie uczęszcza na siłownię, ćwiczy sztuki walki, trenuje boks, gra w piłkę nożną. Dodatkowo aktywnie włącza się w akcje charytatywne, pomaga potrzebującym. Jest osobą wierzącą i jak powiedział Bóg jest jego największym przyjacielem i z wielką pokorą i radością idzie za jego głosem.

„Kochani: kochajmy i szanujmy się, bo nikt inny za nas tego nie zrobi. Pomagajmy sobie, bądźmy dla siebie dobrzy. Bądźmy pięknymi Polakami, bo żaden naród nie jest tak piękny jak nasz. Odwiedzajcie Polskę, bądźcie sercem zawsze z Ojczyzną. Zapraszam przed telewizory, a jak będzie okazja na moje koncerty. Pozdrawiam serdecznie i mam nadzieję: do zobaczenia w Polsce lub w USA”.

Konrad dziękuję Ci za Twój czas, za informacje, którymi się ze mną podzieliłeś i które mogę przesłać dalej dla naszych czytelników. Życzę Ci wielu sukcesów zawodowych: nowych, zupełnie Ci jeszcze nieznanymi ról i piosenek!

kasiacol@gmail.com

DREAM HOMES COME IN ALL SIZES.

WE HAVE MORTGAGES TO FIT THEM ALL.

Discover Westerra home loans and take advantage of banking with a local financial institution that offers 3% down payment options on loans up to \$850,000!

Other Westerra Benefits

- **Competitive Rates and no origination fee**
- **Full Credit Approval** – not just a prequalification so you are ready to make a winning offer
- **Flexible payment options** – monthly, semi-monthly or bi-weekly schedules
- **Make Your Payments to Westerra** – now and in the future



Monika will help make the most of your home purchase dollars. She will listen to your needs and personalize a loan that supports your best overall financial health.



Monika Higgins-Szczur
mhiggins@westerracu.com | 303-339-3558
NMLS 501360

Mówię po Polsku



AGNIESZKA M HOMA Homa-Rickert CPAs



Oferuje bezpłatne konsultacje i doradztwo w zakresie planowania podatków dla osób indywidualnych oraz dla osób posiadających biznesy.

Profesjonalna, rzetelna i poufna pomoc w przygotowywaniu podatków i księgowości dla osób indywidualnych oraz dla osób posiadających biznesy

Wieloletnie doświadczenie w przygotowywaniu podatków i wykonywanie audytów.

Certified Public Accountant
since March 31, 2012
License #CPA.0029895

AGNIESZKA M HOMA
303.667.6814

6422 South Quebec Street
Centennial, CO 80111
E-mail: ahoma@hrcpa.co

www.hrcpa.co

Barber

Kinga Rogalska

LICENCJONOWANY FRYZJER MĘSKI

1996

Dla moich klientów oferuję 50% zniżki na **TRADYCYJNE GOLENIE BRZYTWĄ** przy stryżeniu.

(303) 674-2257
The Barber Stop Evergreen
4570 Co Rd 73, Evergreen, CO 80439

6624 Wadsworth Blvd., Arvada, CO 80003
www.europeangourmet.net



ZAPRASZAMY:
wt.-pt. 10.00-18.00
sobota: 9.00-17.00
niedz. i pon. - nieczynne

odrobina Polski w Kolorado!



OFERUJEMY:

- Szeroki wybór wędlin z najlepszego miejsca w Chicago: "Mikołajczyk-Andy's Deli"
- Świeże pieczywo, słodczyce oraz inne różnorodności europejskie
- Specjalności kuchni polskiej: pierogi, flaki oraz bigos
- Karty okolicznościowe, prasa, kosmetyki, lekarstwa i karty telefoniczne
- Tace z wędlin, serów na różne okazje

303-425-1808

Członkowie PKD



Lutowe zebranie

MAŁGORZATA SCHWAB | SKARBNIK POLSKIEGO KLUBU W DENVER

... Czy „Lot nad Kukułczym Gniazdem”? Ta niepokojąca metafora reżimu okrutnej „Wielkiej Oddziałowej”, siostry Ratched, znęcającej się nad pacjentami w szpitalu psychiatrycznym na przedmieściach Salem w Oregon nasuwa się uporczywie na myśl gdy oglądamy żenujące nagrania z ostatniego zebrania (13 lutego b.r.) w Polskim Klubie w Denver. Zebranie to nie miało statutowego prawa bytu, ponieważ osoba je organizująca już dawno została dyscyplinarnie odwołana ze stanowiska wiceprezesa, ale mimo wszystko nadal terroryzuje otoczenie zjadłym próbami zarządzania od dawna już opustoszałą salą i nieobecna publicznością. Kukułcze gniazdo to alegoryczny obraz, gdzie mają miejsce wydarzenia absurda, a poznając bliżej bohaterów słynnej powieści Kena Kesey trudno się oprzeć paraleli z tym co się dzieje w naszym Klubie.

Bezwzględna Siostra Ratched prowadzi swój szpitalny oddział ściśle według ustalonego przez nią planu, starannie kontrolując każdy moment z maksymalną precyzją, a jej ulubiona metoda konwersacji z grupą sterroryzowanych pacjentów to intymidacja. Odczuwa ona wielką satysfakcję z tego, że może się demagogicznie wystąpić nawet na minimalnym forum i za wszelką cenę mieć medialną płaszczyznę, aby krytykować swoich poddanych, których uważa za niegramotnych i niezdiscyplinowanych. Znajoma

zdjęcia, aktora, aktorkę, scenariusz i reżyserię. Choć nakręcony wiele lat temu, jest dziełem ponadczasowym. Fenomenalne prezentuje on kolaż genialnie rozrysowanych postaci, humor i dramat, śmiech przez łzy. Jest też w nim wizja wyzwolenia i odzyskania przez stłamszonych pacjentów godności; jest przysłowiowe światelko w tunelu, na które Klub również czeka od bardzo już dawna.

Kończymy teraz ucztę metaforyczną i schodzimy z ekranu na ziemię, by zastanowić się nad pustą salą Klubu. Listopadowe zebranie specjalne w celu odwołania „Oddziałowych” z ich funkcji cieszyło się rekordową w historii klubu popularnością, i mimo że odbyło się na parking, (budynek był dla nas zamknięty) - było tam 80 osób. Konsekwentnie ze swoim stanowiskiem, grupa ta czekając na orzeczenie sądu nie pojawia się na tegorocznych zebraniach organizowanych przez uzurpatorów zarządu.

Nie znając statutu Klubu, który mówi, że powiadomieni muszą być wszyscy, lecz liczą się tylko głosy obecnych, „Oddziałowe” podważają wyniki głosowania i domagają się większości wszystkich członków. Pojawia się więc nurtujące pytanie, które zadajemy po raz kolejny - gdzie podziwia się domniemana setka ich popleczników? Odwołamy się więc do danych i odrobiny statystyki by pokazać obecne rozłożenie sił.

Poniższe wykresy hojnie zakładają, że Klub liczy 220 członków. Słupki (od lewej do prawej) pokazują ilu z Państwa chciałoby wreszcie pożegnać kochane „Oddziałowe”; ilu chciałoby, żeby kontynuowały swoją tyraniczną misję; a ilu pozostałych domniemanych członków się nie wypowiedziało.



Zdjęcie - Polish Club of Denver FB

reprimenda „Panie taki-a-taki, niech się pan wreszcie uspokoi!” odbija się skrzeczącym echem po ścianach pustej sali. Oddziałowej nie przychodzi nawet do głowy, że milczący Wódz, nieokiełnany McMurphy, i strauatyzowany Billy to ludzie inteligentni, i chwilowo tylko ubezwłasnowolnieni przez jej terror.

Brak posłuszeństwa na widowni doprowadza „Wielką Oddziałową” do neurotycznej pasji ukrytej pod skórą pasywnej agresji. Objawy jakiegokolwiek buntu tłumione są poprzez leki psychotropowe, ogłupiającą terapię, a nawet elektrowstrząsy i barbarzyńską lobotomię. Jednak to nie pacjentom, ale jej socjopatyczno-autokratycznej osobie przydać by się mogła taka właśnie terapia.

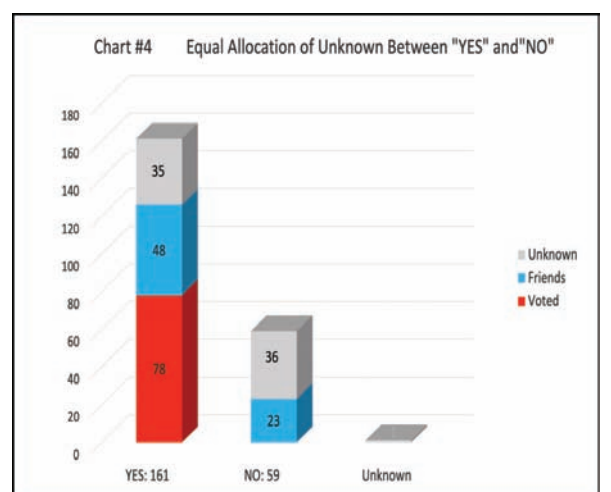
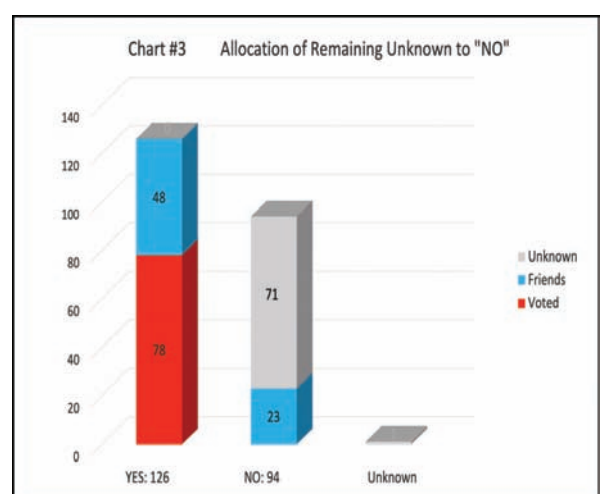
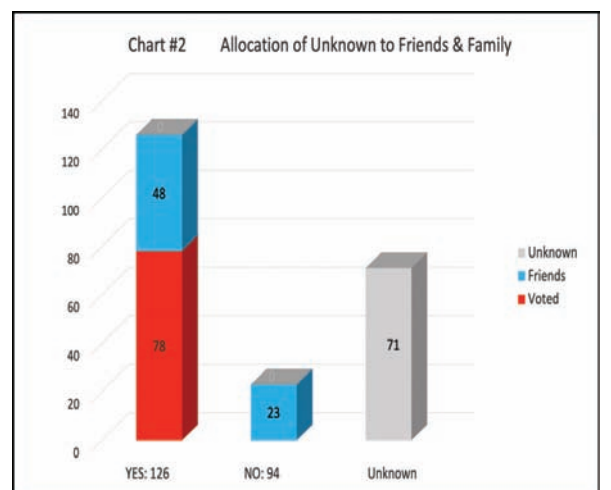
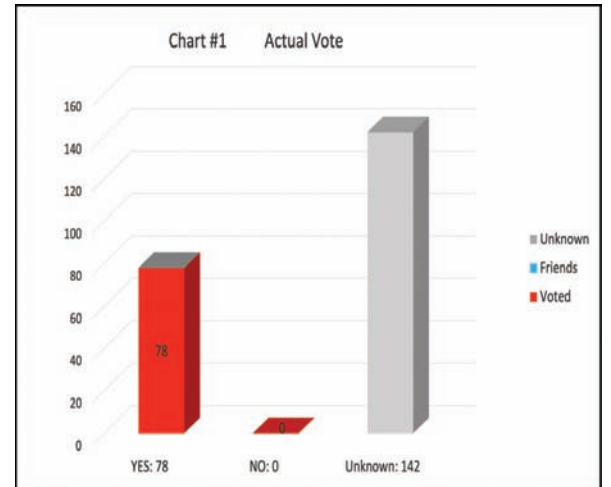
Jedną z szokujących rewelacji słynnej noweli jest to, że najbardziej wyczerpani psychicznie przed siostrą Ratched pacjenci są tam z własnej i nieprzymuszonej woli! Za cenę złudnej chwili uwagi i uznania z fałszywych ust swego oprawcy, pozostają z dnia na dzień w jej pułapce. Bezradni, anonimowi i samotni w świecie zewnętrznym, gdzie nikt ich nie zauważa, skradają moment szczęścia w mglistej smudze reflektora na scenie teatru grupowej terapii, dobrowolnie poddając się praniu mózgu i sadystycznym praktykom Oddziałowej.

Film „Lot Nad Kukułczym Gniazdem” („One Flew Over the Cuckoo’s Nest”) z niezapomnianą rolą Jacka Nicholsona w roli głównej zdobył wszystkie możliwe Oscary za najlepsze

Legenda opisuje znaczenie kolorów, użytych przy konstrukcji słupków. Czerwony, to Ci co głosowali. Niebieski to rodziny i przyjaciele tych, którzy nie byli obecni, ale głosowałoby zgodnie z linią za-lub-przeciw, gdyby przyjść chcieli i mogli.

- Wykres #1 - Oddano 78 głosów na „YES”, zero głosów na „NO”. Pozostałych 142 nie było na zebraniu.
- Wykres #2 - Naliczyliśmy 48 osób (rodziny + przyjaciele) z dużym prawdopodobieństwem popierających wniosek o odejście i tylko 23 tych, którzy na pewno byłiby temu przeciwni. Liczba niewiadomych tym samym spada do 71.
- Wykres #3 - W mało prawdopodobnym hipotetycznym scenariuszu, w którym wszystkie 71 niewiadomych osób głosowałoby przeciwko odwołaniu, stosunek 126:94 sugeruje, że szala zwycięstwa przechyliła się zdecydowanie na stronę opozycji.
- Wykres #4 - Bardziej prawdopodobny rozkład dzieli 71 niewiadomych między obie strony daje nam lawinową większość opozycji 161:59, potwierdzając tym bez wątplenia wynik nadzwyczajnego zebrania!

Z niecierpliwością czekamy na sądową ratyfikację naszego w pełni proceduralnego głosowania, a w międzyczasie chętnie witamy wszelkie inicjatywy, które mogłyby nam umilić oczekiwanie na lepsze czasy.



Profesjonalne porady

Ekonomiczne

fakty, statystyki i ciekawostki

WALDEK TADLA

Obrót nieruchomości 2022 | Świat Realny

Mocno rozgrzany rynek nieruchomości w USA masową wzrostową kontynuację w 2022 roku. Zdesperowani nabywcy kupują pośpiesznie mieszkania i domy w obliczu rekordowo niskich zapasów i rosnących oprocentowań kredytów hipotecznych. W porównaniu z poprzednim miesiącem, ogólnokrajowa sprzedaż domów wzrosła w styczniu o 6,7%. Dla kupujących rynek mieszkaniowy pozostaje niezwykle konkurencyjny, a „zarządzają” nim sprzedający. Rosnące oprocentowanie kredytów hipotecznych w ostatnich tygodniach skłoniło kupujących do podjęcia szybkich decyzji inwestycyjnych, na wypadek dalszego wzrostu cen, jak również stóp procentowych. Domy często sprzedają się w ciągu kilku dni o wiele drożej niż oryginalnie zostały wycenione. Coraz więcej domów kupuje się za gotówkę, a „nabywcy pożyczkowi” są sukcesywnie wypierani z rynku. USA 2022, mediana ceny domu wzrosła w styczniu o 15,4% w porównaniu z rokiem poprzednim. Cena ta aktualnie wynosi 350,000 dolarów dla całego kraju oraz 525,000 dolarów dla Denver.

Obrót nieruchomości 2022 | Świat Wirtualny

To dzieje się naprawdę. Za prawdziwe pieniądze i w prawdziwym świecie. Jedynie produkt dokonywanych transakcji jest wirtualny. „Niektórzy już teraz kupują to, co inni kupować będą za rok, dekadę lub dwie. Różnica jest tylko jedna; ci niektórzy - już wierzą, ci inni - jeszcze nie...”

Upraszam do wyłączenia racjonalnego myślenia! Wchodzimy w świat galaktyki Internetu. Obejrzymy najnowsze oferty z przestrzeni wirtualnej - zaczynamy. Lokalizacja - Crypto Valley - supernowoczesny biurowiec (aktualnie w budowie), w biznesowej dzielnicy Decentraland. Dzielnica jest wirtualną platformą zbudowaną na blockchainie Ethereum. Budynek jest własnością Tokens.com. Będzie on skrzyżowaniem klubu nocnego na Ibiza z kurortem Bellagio w Las Vegas. W świecie fantazji, który nie jest obciążony ziemską grawitacją, obracające się na dachu logo firmy znajduje się pod stałym ostrzałem firmowych piorunów strzelających z pobliskich chmur. Drugorzędną sprawą wydaje się tu być, atrakcyjna oferta wynajmu powierzchni biurowych oraz sal konferencyjnych. Gracze (kupcy) od dłuższego już czasu handlują nieruchomościami w pikselach oraz innymi zasobami cyfrowymi. Obecnie działalność ta została przyspieszona przez

rozwój unikalnych artefaktów cyfrowych, znanych jako tokeny niewymienne (NFTs). Pomaga temu również szum medialny, który ostatnio wytworzył się wokół projektu Metaverse - wschodzącego rynku wirtualnego. W zależności od tego kogo zapytasz, może on generować przychody w wysokości od 1 do 30 bilionów dolarów.

Prawdziwe pieniądze przechodzą z rąk do rąk. Niektóre sprzedaże obejmują reprodukcje świata fizycznego (tego, który znamy). Użytkownicy Legacy, opartej na NFT rekreacji miasta Londyn, wydali 54 miliony dolarów na działki w grze, która wciąż jest w fazie rozwoju (bez daty premiery). Super World czyli wirtualna planeta, na której ludzie mogą kupować cyfrowe wersje dowolnego miejsca na Ziemi, donosi; że przeciętny użytkownik wydał około 3000 dolarów na zakup nieruchomości. Taj Mahal i Wieża Eiffla sprzedaje się za równowartość około 200,000 i 400,000 dolarów. Ich obecni właściciele płacili za każdą z tych nieruchomości poniżej 400 dolarów.

Nowe Światy, te budowane kompletnie od zera, mają również swoich amatorów (inwestorów). Republic Realm, firma zarządzająca i rozwijająca cyfrowe nieruchomości, zapłaciła 4,3 miliona dolarów za grunt na platformie o nazwie Sandbox. Sprzedaż ta była największą jak dotychczas inwestycją w wirtualne nieruchomości. W tym samym miesiącu Tokens.com wydał 2,4 miliona dolarów na działkę w dzielnicy Fashion Street w Decentraland. Kluby nocne i kasyna, w których użytkownicy mogą wygrać wirtualne pieniądze, stoją na ulicach miasta hazardu. W swojej dzielnicy artystycznej Sotheby's (prawdziwy dom aukcyjny) otworzył wirtualną galerię. Mniejsze działki, które kosztowały około 20 dolarów za sztukę, a było to w roku 2017 (narodziny Decentralandu), są teraz sprzedawane po 100,000 dolarów. Konkurencyjna platforma Somnium Space odnotowała ponad 1,8 mln



największą wartość. Jednak mamy już setki niedoszłych metaversów, a wraz z rozwojem technologii kryptograficznych pojawi się ich jeszcze więcej. I tu rodzi się paradoks. Rosnące ceny nieruchomości wirtualnych uzależnione są od pionierskiego startu projektu metaverse oraz jego kontynuacji. Z drugiej strony dynamicznie rozwijający się metaverse oznacza większą ofertę sprzedaży i niższe ceny. Na końcu dnia prawo fizyki może okazać się łatwiejsze do obejścia niż stare jak świat prawo popytu i podaży.

Czy boom na nieruchomości cyfrowe będzie trwał wiecznie? Podobnie jak w świecie fizycznym, zyski zależą od chęci ludzi do wydawania prawdziwych pieniędzy na produkt wirtualny. Aby działało to na dużą skalę, musi wzrosnąć „powszechność konsumencka”. Popularne platformy metaverse, takie jak Decentraland i Sandbox, są dla przeciętnego Kowalskiego zupełnie nieznane. Na dzień dzisiejszy ludzkość w swojej masie, nie ma zielonego pojęcia o ich istnieniu. Nawet jeżeli ktoś o tym poczyta, to z dnia na dzień, nie przyjmie standardów gracza gier komputerowych. Jest to bardzo mało praktyczne hobby. Bo czy jesteście gotowi na zakup kart graficznych, zestawów audio wizualnych i superszybkich łącz szeregopasmowych? Czy pragniesz swoją cyberprzestrzeń uczynić bardziej realną i przyjazną? Moja żona mówi,

że... nie.

Ekonomiczne fakty

Władze USA wpompowały w gospodarkę biliony dolarów. Wydrukowały „puste pieniądze” i łatwą ręką je rozdały. Konsumenci siedzą na „covidowej” gotówce i nie mogą się doczekać, aby ją wydać. Ekonomiści ostrzegają, że pojawiły się sprzyjające warunki do hiperinflacji. Według Fed - mamy to pod kontrolą - wszystko mieści się w granicach normy.

PS

Działkę budowlaną tanio sprzedam - Decentraland

dolarów sprzedaży gruntów przez swoich użytkowników, w ciągu zaledwie 30 dni. W innych wirtualnych światach sale koncertowe transmitują występy cyfrowych awatarów gwiazd muzyki pop, takich jak; Justin Bieber i Ariana Grande. Puste wirtualne sklepy mogą być wkrótce wydzierżawione przez domy mody, takie jak; Gucci, Dolce & Gabbana, Burberry i Balenciaga. Wszystkie te marki sprzedawały już swoje produkty w jednym lub innym metaverse.

W przeciwieństwie do fizycznej ziemi, której wartość jest po części funkcją jej niedostatku, każde wirtualne królestwo jest w rzeczywistości nieograniczone. Na początku istnienia może to stanowić jego



"Bo Dom jest najważniejszym miejscem na świecie"

TADLA & TADLA REAL ESTATE GROUP
 Świadczy pełny zakres profesjonalnych usług w dziedzinie wynajmu, kupna i sprzedaży każdej nieruchomości na terenie stanu Kolorado. Ponad 1000 ofert zamieszczonych ekskluzywnie na naszej stronie internetowej:

www.TadlaRealty.com
Tel: (720) 935-1965



Waldek Tadla
Managing Broker

Póki sezon trwa

ciąg dalszy ze str. 6

Pasja morsowania

Tradycje związane z zanurzaniem w zimnej wodzie

W krajach, gdzie prawosławie jest dominującą religią, głównie w Europie Wschodniej, kąpiele w zimnej wodzie są częścią obchodów święta Objawienia Pańskiego (Epifania) przypadającego według kalendarza juliańskiego na 19 stycznia. W Polsce święto Objawienia Pańskiego jest nazywane świętem Trzech Króli. Według tradycji w tym dniu Jezus został ochrzczony w Jordanie, aby uczcić ten fakt, w tafli lodowej zbiorników wodnych wycina się otwór w kształcie krzyża (lacińskiego lub prawosławnego). Po modlitwie wierni około północy trzykrotnie zanurzają się w wodzie.



Wyznawcy prawosławia, aby uczcić święto Objawienia Pańskiego, wycinają w lodzie otwór w kształcie krzyża

W japońskiej religii *shintō* 11 dnia każdego miesiąca wierni praktykują *misogi*, polegający na pielgrzymce do świętych cieków wodnych, gdzie po uprzednim poście, modlitwie i ćwiczeniach zanurzają się w lodowatej wodzie w celu oczyszczenia. Ta praktyka jest formą medytacji i stanowi uzupełnienie treningu w niektórych sztukach walki jak aikido, w celu przygotowania umysłu do treningu i rozwoju swojego dantian (wg. tej koncepcji środek ciężkości ludzkiego ciała, tzn. punkt położony ok. dwie szerokości kciuka poniżej pępka i ok. trzy szerokości kciuka w głąb. Dantian jest ważnym pojęciem w tradycyjnej medycynie chińskiej oraz niektórych dalekowschodnich sztukach walki).

Przygotowanie i zagrożenia

Przystępując do morsowania należy być odpowiednio przygotowanym pod względem: psychicznym, kondycyjnym, zdrowotnym, jak i organizacyjnym. Należy być świadomym swoich aktualnych możliwości fizycznych i aktualnego ogólnego stanu zdrowia. Kąpiel w przeręblu to aktywność, która przede wszystkim ma walor profilaktyczny i rekreacyjny, natomiast nielecniczy.

Aby zminimalizować ryzyko szoku termicznego do morsowania należy się przygotowywać kilka miesięcy wcześniej przez stopniowe osvajanie się z zimną wodą oraz ćwiczenia fizyczne, oddechowe i medytacyjne. Kąpiele w zimnej wodzie są dość sporym wysiłkiem, a lodowatej silnym szokiem dla organizmu, dlatego osoby wrażliwe na zimno powinny rozpocząć regularne osvajanie się z zimną wodą późnym latem lub na początku jesieni. Regularne stosowanie technik

Zdrowotne zalety regularnych kąpiele w zimnej wodzie są znane od czasów starożytnych

- zwiększa się odporność na zimno m.in. przez podniesienie podstawowej przemiany materii
- krótkotrwała ekspozycja na silne zimno zwiększa odporność organizmu m.in. o 40% na wirusowe choroby zakaźne górnych dróg oddechowych, jednak długa ekspozycja na zimno bez wystarczającej regeneracji (przewlekły stres) obniża odporność na infekcje. Podobnie jak zbyt intensywny trening fizyczny powyżej 80% VO2max przyczynia się do apoptozy limfocytów i spadku odporności.
- nagłe zmiany temperatur zwiększają wydolność układu sercowo-naczyniowego.
- poprawia ukrwienie skóry, w konsekwencji wpływając na jej lepszą kondycję i wygląd.
- poprawia parametry krwi, jak profil lipidowy, hormonalny oraz ciśnienie krwi.
- poprawia regenerację organizmu po intensywnym wysiłku fizycznym lub psychicznym (redukuje poziom stresu).
- pływanie w lodowatej wodzie wpływa korzystnie na psychikę m.in. przez aktywację przywspółczulnego układu nerwowego działa przeciwdepresyjnie, ta metoda wykorzystywana jest w leczeniu depresji.
- redukuje stany zapalne.
- zimno aktywuje i zwiększa ilość brunatnej tkanki tłuszczowej, której aktywność w procesie tzw. termogenezy bezdrzeniowej może pomóc m.in. w przypadku redukcji nadmiernie rozwiniętej podściółki tłuszczowej u osób z nadwagą i otyłością.
- poprawia jakość snu.



Morsujący w Boulder Creek - Boulder, CO

medytacyjnych, zwłaszcza medytacji transcendentalnej, wpływa na redukcję poziomu lęku, podniesienie odporności na ból, obniżenie ciśnienia krwi oraz w dłuższym okresie może wpłynąć na zmniejszenie przypadków incydentów kardiologicznych, udaru mózgu. Głównym celem stosowanych technik medytacyjnych podczas przygotowania do kąpiele oraz w jej trakcie (medytacja w zimnej wodzie) jest wydłużenie czasu przebywania w zimnej wodzie. U osób zahartowanych do zimna występuje termogeneza bezdrzeniowa poprzedzająca (ang. anticipatory thermogenesis) po raz pierwszy zbadana u pływaka lodowego Lewis Gordon Pugh polegająca na generowaniu w sposób świadomy znacznych ilości ciepła przez brunatną i beżową tkankę tłuszczową kilka minut przed kontaktem z lodowatą wodą. Trzeba wiedzieć, że techniki medytacyjne nie wpływają na redukcję ryzyka związanego z następstwem szoku termicznego.

Przed dołączeniem do grupy morsów, należy w ramach konsultacji lekarskiej wykluczyć problemy kardiologiczne, w tym ukryte np. zespół długiego QT, choroba niedokrwienna serca, przerost mięśnia sercowego, choroby układu krążenia, nadciśnienie, epilepsję, choroby nerek, które są jednym z przeciwwskazań do morsowania.

Kąpiel w zimnej wodzie należy odbywać w asekuracji doświadczonych osoby lub w większej grupie. Dotyczy to zwłaszcza nowicjuszy nieświadomych potencjalnych zagrożeń w postaci np. szczególnie niebezpiecznych następstw szoku termicznego, nagłej utraty świadomości, hipotermii, spadku możliwości poruszania się w wodzie skałceń czy ryzyka odmrożeń.

Metodami wspomagającymi przygotowanie do zanurzenia w zimnej wodzie mogą być: zimne prysznice, chodzenie boso, praktykowanie technik oddechowych, m.in. Butejki, Wima Hofa, praktykowanie technik medytacyjnych, m.in. tummo, post przerywany w protokole 19/5 (5-godzinne okno żywieniowe).

Osoby początkujące w morsowaniu zdecydowanie powinny przygotować się poprzez czytanie materiałów o tej tematyce lub najlepiej zacząć pod okiem doświadczonych już fanów zimnych kąpiele.

Recenzja



Nowy Jork. Od Mannahatty do Ground Zero

o książce Magdaleny Rittenhouse

ADAM LIZAKOWSKI | ŚWIDNICA

Nowy Jork - współczesny Rzym - mówiąc krótko i po żołniersku, to miasto zrodzone najpierw z ludzkiego pragnienia a później w ludzkiej wyobraźni, chciwości i hedonizmu. Miasto grozy, strachu, śmierdzące pieniądzem dla biedaków, ale pachnące pieniądzem dla bogaczy, w którym należało się bać tylko śmierci i urzędu podatkowego. Cokolwiek byśmy o nim nie powiedzieli, napisali czy pomyśleli zawsze będzie to prawdą, bo miasto inspiruje i porusza nie tylko zmysły, serca, ale i mózgi wielu pokoleń emigrantów, którzy przybyli do niego, aby dokonywać największych transakcji finansowych na Wall Street, a także czytać wspaniałe rękopisy czy unikalne wydania książek w najpiękniejszej bibliotece świata. Miasto największych bogatych śmietników, pluskiew, odpadów, na których miliony ludzi na cały świecie chce zbudować swoje szczęście i różową przyszłość.



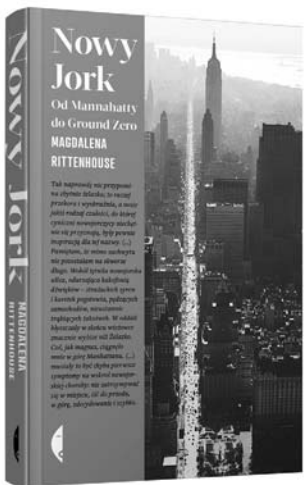
Zjęcia autorstwa Alfreda Stieglitz'a - Grand Central Terminal w Nowym Jorku 1929 r

dogadać. Tak Nowy Amsterdam stał się Nowym Jorkiem. Nie było by żadną dezinformacją, jeśli miasto w XIX wieku nazwano Nowym Berlinem a w XX wieku Nową Jerozolimą. (Wkład społeczności żydowskiej w rozwój kulturalny i ekonomiczny miasta był

stuleci. Niby ją znamy ze słyszenia, niby coś tam obito nam się o uszy, niby wiemy, w którym kościele dzwonią dzwony, albo w której synagodze kantor śpiewa, ale naprawdę warto ją przeczytać, bo niewiele wiemy. Należy zaufać wiedzy naszej przewodniczki,

czyli nie jest źle. Wśród wielu setek innych nazwisk będzie też wspomniany wspaniały fotograf Alfred Stieglitz, który swoimi fotografiami inspirował poetę Williama Carlosa Williamsa. Jest też parę paragrafów o „królu jazzu” George’u Gershwinie, synowi ubożego Żyda emigranta z Rosji. Marzeniem ojca było, aby syn urodzony w biednej dzielnicy żydowskiej Lower East Side został księgowym a nie pianistą czy artystą. Nie trzeba dodawać, że syn ojca nie posłuchał został muzykiem, a przy okazji milionerem. Wielkich osobowości w tej książce nie brakuje i każdy, kto ma umysł chłonny i jest dociekliwy powinien ją przeczytać z wielu powodów, nie tylko dla wiedzy o osobach wybitnych, sławnych i bogatych.

Oczywiście, oprócz wielkich i uznanych nazwisk w tej opowieści są setki nazwisk z tych czy innych powodów zapominanych albo „słabo zapisanych w ludzkiej pamięci” przeciętnego człowieka. Mowa tutaj przede wszystkim o twórcach takich jak założyciel pisma „New Yorker”, którego określa współczesny redaktor naczelny



Magdalena Rittenhouse - Nowy Jork. Od Mannahatty do Ground Zero. Wydawnictwo Czarne | 2013



Lower East Side lata 1900 | Foto: New York City Municipal Archives

Magdalena Rittenhouse pewnym w stopniu (bo inaczej się nie da), próbuje oprowadzić czytelnika, jako przewodniczka po ulicach Manhattanu, wyjątkowych miejscach, ważnych dla historii miasta, ale i całego świata. Opowiada historię wyspy - miasta, opowiedzianą już wiele razy. Najpierw należała do Indian - jak głosi legenda, którzy za kilka koralików sprzedali ją Holendrom. Indianie nazywali wyspę Mannahatta. Holenderscy koloniści nazywali ją Nowym Amsterdam. Następnie Anglicy w mieniu króla wypowiedzieli wojnę Holendrom, ale ci zamiast strzelać z armat zaprosili ich do suto zastawionego stołu, aby się

i jest tak wielki, że Żydzi, chyba tylko przez grzeczność jeszcze nie zmienili nazwy miasta na Nową Jerozolimę, chociaż stanowią tylko 13 % jego mieszkańców). Oni też są głównymi bohaterami przewodnika - książki dziennikarki M. Rittenhouse.

Autorka wspomniała, że trafiła do Nowego Jorku z Londynu wraz z mężem, który dostał nową pracę a sama będąc z małym dzieckiem w domu postanowiła na własną rękę opowiedzieć o „swoim nowym miejscu na Ziemi”. Zaczyna opowieść od samego początku i jest to fascynująca historia w szczególności rozdziały dotyczące ostatnich dwóch

która sama miała wielu przewodników, nie licząc literatury, którą musiała przeczytać zanim zabrała się za pisanie. Książka napisana ze znanstwem i prostotą, bez wdawania się w zbędne i skomplikowane opisy. Autorka ma dar narracji i dlatego rozdział po rozdziale czyta się „lekkko i szybko”. Na kartach książki pojawiają się wielkie nazwiska ludzi kultury, którzy w ten czy inny sposób wpłynęli na nasze myślenie o Ameryce i Amerykanach. Zaczyna się od cytatu z wiersza piewcy Ameryki i miasta, jego mieszkańca poety Walta Whitmana, następnie jest cytat z genialnej książki pisarza Francisa Scotta Fitzgeralda pod tytułem „Wielki Gatsby”,

David Remmick, „jako „wesołego faceta z bujną czupryną”, a kilka wersów dalej dodaje: „ale przypominał trochę hipisa a trochę chasyda”. (Wspominam ten tygodnik, bo też do niego kilkakrotnie wysyłałem swoje wiersze, ale nigdy nie udało mi się opublikować choćby jednego). Pismo, bez którego dzisiaj trudno wyobrazić sobie życie intelektualne miasta a nawet Ameryki, ale praktycznie nikt nie pamięta nazwiska założyciela pisma.

Fantastyczny jest też rozdział 6, w którym M. Rittenhouse opisuje proces stawiania się Nowego Jorku nie tylko drugim Paryżem mody, ale stolicą mody

Recenzja

światowej. Siódma Aleja, zwana Aleją Mody, to aorta krawieckiego dystryktu. To tam przybyli krawcy żydowscy przede wszystkim z Europy Wschodniej i rozpoczynali swoje życie na Ziemi Waszyngtona. Tam też znajduje się naturalnej wielkości rzeźba mężczyzny w jarmułce pochylonego nad maszyną do życia. Rozdział ten kończy się niestety smutno, bo Chiny i masowa produkcja odzieży „zabija finansowo dzielnicę”. Ale trzeba dodać, że ona nie umiera, są inni, którzy będą w niej pracować i pracują, robią wszystko, aby tradycja „krawców” przetrwała a dzielnica nie upadła. .

Jeśli kogoś bardzo interesuje malarstwo współczesne i odkrywanie tajemnic jego twórców rozdział 19 jest łakomym kąskiem, bo mowa w nim o największym z największych „kowboju z farbą” czyli autorze płócien Jacksonie Pollocku, który zrezygnował ze sztalug i zamiast ich wykorzystywał podłogę. Przy okazji na chwilę pojawi się w tej powieści z nożyczkami dadaista Marcel Duchamp oraz ekscentryczna i ponoć brzydka i obrzydliwie bogata dziedziczka fortuny Peggy Guggenheim, której ojca pochłonęły fale na oceanie Atlantyckim, gdy „Titanic”, uderzył w górę lodową.

mozaikę składają się szkice pisane prawdopodobnie na przestrzeni kilku lat i wcześniej publikowane na łamach prasy polskiej - nie trzeba dodawać - w tym czasie kreatywnego myślenia i pisania miasto się zmieniało „prawie w oczach”, coś tam wyburzano, coś tam budowano.



Brooklyn Bridge - 1899 rok | Foto: Wikipedia

M. Rittenhouse jest miłośniczką tego co minione, ale też ważnym świadkiem współczesności. Jako baczną obserwatorka widzi miasto z wyjątkową ostrością niezależnie od tego czy jest na

dowiadujemy się, że nie najważniejszy jest rabin w synagodze a kantor, którego sprowadzono przez ocean aż z Odessy i to pierwszą klasą wraz z rodziną z tak wysoką pensją, że wielu zamożnych rzemieślników tyle nie zarabiało.

Tutaj się pochwałę, bo sam kilka razy byłem gościem w The New York Library, nawet raz trafiłem na wystawę poświęconą poetom z tzw. Beat Generation, gdzie na własne oczy mogłem oglądać oryginały listów, wierszy, fotografie, notatki, fragmenty dzienników takich twórców jak Allen Ginsberg, William S. Burroughs czy Jack Kerouac.

Rittenhouse nie mówi tego wprost, ale daje do zrozumienia i czytelnik to wie... Nowy Jork ... Nowy Jork, zresztą, kto by nie znał Nowego Jorku, promowanego na miliony sposobów w postaci kubków do kawy, plakatów, filmów. Naklejki na samochody, T-shirty popularyzujące miasto można obecnie spotkać nawet w lasach dorzecza Amazonki albo na Wyżynie Tybetańskiej. Jeśli Nowy Jork - głowa świata - oczy świata to mała wyspa Manhattan, jest jednym z najbardziej zaludnionych i najdroższych miejsc na świecie. Nie będzie żadnej przesady, jeśli napiszę, że sercem miasta jest właśnie Manhattan tak samo jak Wall Street jest sercem światowego biznesu. Manhattan to serce kapitalizmu, jeśli ono jest zdrowe Nowy Jork jest zdrowy i cały świat dobrze się czuje. Na dowód tego wystarczy wspomnieć o notowaniach dolara i już wszystko wiemy.

Przez wiele lat mieszkałem w Ameryce, chciałem napisać książkę o niej, o jej miastach, w których mieszkałem, San Francisco, Chicago, nawet o Los Angeles czy o Nowym Jorku, w którym nie mieszkałem, ale byłem kilka razy u przyjaciół. Jak większość nowojorskich artystów i nie tylko nowojorskich lubiłem sztukę, wino, książki, biblioteki, kobiety, dalekie wędrowki czy podróże zagraniczne. Niestety nie udało mi się, po prostu „zasiedziałem się”, gdybym od razu po pierwszym roku pobytu w Ameryce zaczął o nich pisać, książki takie powstałyby trzy lub cztery dekady temu. Niestety nie udało się ich napisać, ale *Nowy Jork, Od Mannahatty do Ground Zero* polecam, każdemu, kto jest ciekawy i ludzi, i świata.

PS

Nie ma w książce Magdaleny Rittenhouse wiele o Polakach ani polskich artystach czy literatach mieszkających w Nowym Jorku. Jedyne w rozdziale 20 jest wspomniany aktor, reżyser Leonidas Dudarjew Ossetyński, który po drugiej wojnie światowej trafił do Los Angeles. Ten artysta zapewne zainteresował autorkę, tylko dlatego, że poznała jego wnuczkę Monicę Hunken, która tak samo zwariowana jak jej dziadek szukała swojego miejsca na Ziemi. Niewiele piszą o Polakach Amerykanie i Magdalena Rittenhouse nie jest tutaj wyjątkiem. Nie jestem tym faktem ani zaskoczony, ani zdziwiony. Sam prawie

trzydzieści lat temu napisałem wiersz o tej sytuacji pt. *Kielbasa i Pierogi*.

Kielbasa i Pierogi

*Pewnym krokiem wszedł do kawiarni,
na umówione spotkanie ze znajomymi
(nic o jego ojczyźnie nie wiedzieli,
nawet gdzie ona jest? gdzieś blisko
Rosji? Chyba).*

*On pochodził z kraju o tysiącletniej
pięknej historii,
gdzie mieszka tradycja całowania kobiet
w rękę na dzień dobry i na do widzenia,
dumny z siebie i kraju patrzył
na nich z politowaniem i wyższością.*

*Był młody, subtelny, dobrze ułożony,
rano kształcił się
(chciał zostać profesorem literatury
swojego kraju),
popołudniami przesiadywał w
kawiarniach
(tam, gdzie mieszkają ludzki gwar
i muzyka),
wieczorem ciężko pracował w brygadzie
sprzątającej wielkie sklepy
(tam wysiłek mięśni i pot zamieniał
na wino i papierosy, chleb i kawę).
Amerykańskim znajomym opowiadał
z dumą
o swojej ojczyźnie, wspominał sukcesy,
najpiękniejsze momenty jej historii,
z jego ust padały niezliczone
pochlebstwa.*

*Opowiadał o niesprawiedliwości,
jaka ją spotkała,
dowodził jej prawości.
Jego słowa płynęły
bezszelestnie przez pola i łąki,
szybowały ponad górami i miastami,
dźwięk ich mieszał się z tupotem nóg,
galopem końskich kopyt, warkotem
czołgów, unosiły się ponad stolikami
kawiarnianymi,
nasiąkały dymem papierosowym
i wonią kawy.*

*Dla nich nie miało sensu to,
o czym mówił,
jakiś tam niepotrzebne żale,
fatum ciężące nad jego ojczyzną,
wygrane bitwy, przegrane wojny.
Widzieli jak bladł i jaki sprawiają mu
ból mówiąc:
– Nic o twoim kraju nie wiemy poza
tym, że słyniecie w świecie z kielbasy i
pierogów.*

A. Lizakowski / Chicago, 1998r.



Cierpliwość i Męstwo lwie rzeźby przed budynkiem The New York Library 1948 rok
Foto: Wikipedia

Jak niesie płotka włożona w usta Jacksona, który miał powiedzieć: *Żeby się pieprzyć z Peggy, trzeba złożyć sobie na głowę ręcznik*. Tę uwagę trzeba zostawić bez komentarza, bo nie o pierzenie się w tym rozdziale chodzi a o wrażliwość i narodziny artysty, który zmienił współczesne malarstwo. Warto przeczytać to co napisała autorka o tym wszystkim.

Na książkę niczym na rzymską

Wall Street czy na Broadwayu. Podziwia budowniczych Nowojorskiej Biblioteki Publicznej (rozdział 12) - ta część spodobała mi się najbardziej - uwielbiam biblioteki i historia jej powstawania jest opowiedziana po mistrzowsku. Interesująco pisze wspominając ludzi zaangażowanych w budowę pierwszej Synagogi wybudowanej przy Eldridge Street przez tych „gorszych Żydów”, czyli religijnych i konserwatywnych z Europy Wschodniej. Z tego rozdziału

Różności

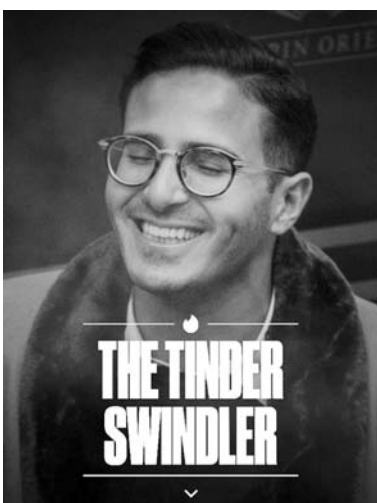
Yo papa, yo mama czyli Internet, cyrk i lama

w sieci wyszperał MARCIN ŻMIEJKO

POLACY WYBRALI REPREZENTANTA NA EUROWIZJĘ

Krystian Ochman będzie reprezentował Polskę na festiwalu Eurowizja 2022, który w tym roku odbędzie się w Turynie. Ten młody człowiek jest laureatem programu The Voice of Poland (odpowiednik amerykańskiego The Voice) a dodatkowo jest wnukiem znanego polskiego tenora Wiesława Ochmana. Trzymamy kciuki.

OSZUST Z TINDERA - SENSACJA NETFLIKSA



Niesamowitą popularnością cieszy się dokument Netflixa, który przybliży widzom postać Simona Levieva, Izraelczka, który naciągał bogate kobiety. Jak sam mówi o sobie „Byłem tylko samotnym facetem, który chciał poznać kilka dziewczyn na Tinderze”. W filmie śledzimy historie trzech kobiet, które poznały go przez aplikację randkową. Przedstawił się jako potentat diamentów. Najpierw je uwodził, by później wyłudzać ogromne sumy pieniędzy. Wykorzystywał ich zaangażowanie emocjonalne, żeby się wzbogacić. Oszukane kobiety do dziś zmagają się z problemami finansowymi i psychicznymi. Podobno facetowi udało się wyłudzić około 10 milionów dolarów. Dodatkowo jak podaje magazyn TMZ, mężczyzna podpisał kontrakt z hollywoodzką menadżerką i chce na dłuższą zagościć w branży rozrywkowej. Leviev przygotowuje się podobno do produkcji autorskiego podcastu, w którym ma zamiar dzielić się ze słuchaczami swoją wiedzą i doświadczeniem w temacie randkowania.

Planuje też występ w popularnym show, w którym piękne kobiety walczyłyby o jego względy.

CZTERODNIOWY DZIEŃ PRACY

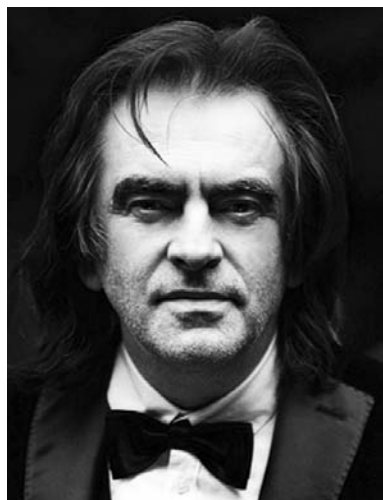
Belgia zatwierdziła przepisy, które pozwalają na czterodniowy tydzień pracy i ignorować szefów po dniu. Nadal będą pracować 38 godzin tygodniowo. Pracownik będzie mógł poprosić o taki wymiar pracy na 6 miesięcy, a po tym czasie zdecyduje, czy dalej tak chce pracować, czy wrócić do pięciodniowego systemu. Świat zmienia się.

WALKI CELEBRYTÓW W MMA

Walczący celebryci to może nie nowość. Co prawda poziom walczących celebrytów to nie są pierwsze strony gazet, ale czasem pojawi się taki Jaś Kapela (mały, chudy i nie za bardzo atrakcyjny), który staje naprzeciwko większego od siebie Ziemowita Piasta Kossakowskiego. Nieformalnie miała to być walka lewicy (Kapela) z prawicą (Kossakowski) a po wyglądzie zewnętrzym wygranym miałby być tylko Kossakowski. Stało się prosto przeciwnie, mały niepozorny Kapela sprowadził Kossakowskiego do parteru i dokumentnie go wypunktował. W wyniku tej niby zabawnej walki Kossakowski został odwieziony do szpitala. Tak się leją celebryci...a może tacy mali celebryci.

ZMARŁ WITOLD PASZT

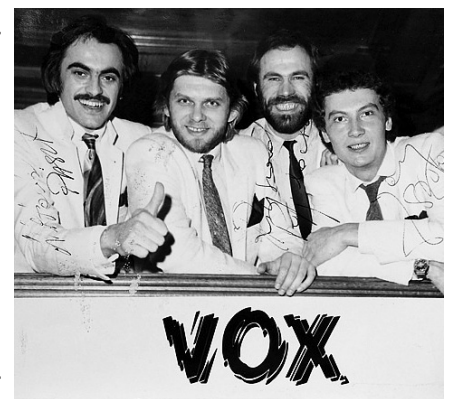
19-tego lutego zmarł założyciel i wokalista zespołu Vox - Witold Paszt. Muzyk kilka lat



Krzyżówka Życia Kolorado

FABRYKANT, BIZNESMEN	LIKWIDACJA, KASACJA	ZAŁOŻYŁ FIRMĘ KODAK	PIECZYWO ŻYDOWSKIE	GAZ PALNY	GRZĄDKA OGRODOWA	11						
ŁUK NA FILARACH		TATA MAMY	WIECZNE ZIELONE DRZEWO IGLASTE	UCISK, CIEMNIENIE								
		19			18							
TO, CO STANOWI POWÓD DO DUMY	20	3	10	7	17	POLE, ŁAN						
				WCZESNA PORA DNIA	23							
PRZERAŻAJĄCY POTWÓR			OBRAZ W CERKWI	DZIELNICA WILLOWA W WARSZAWIE								
BIJE WALETA	25											
OBIEKT SPORTOWY		6	8		PEYNE PRZEZ DZIAŁDOWO	WYNIK BEZCZYŃNOŚCI						
			9	IMIE TURGIEŃWIA								
KOŁO Z KWIATÓW GRUBIANIN, PROSTAK		SERIAL KRYMINALNY			DOMEK OGRODOWY							
		SKRZYŃKA WYBORCZA	KIEROWNIK SPŁAWU	5								
			JEZIORO W AFRYCE	PIERWIĄSTEK ODKRYTY PRZEZ MAŁŻONKÓW CURIE		25						
				OGÓŁ ROŚLIN								
IMIE PIOSENKARKI SANTOR	2	22		BAEWAN NA MORZU								
				PIENIĄDZ W LAOSIE	ORZEŁ PRZEDNI	POZBAWIŁ ŻYCIA MARIE STUART						
CARLO, MAZ SOPHII LOREN			UKRAIŃSKI TANEK LUDOWY		16							
DOOKOŁA OBRĄZU		LEK PRZECIWCWÓDZCOWY I NAPOTNY		14	21	15						
JESZCZE NIE MA MEZA				14	21	15						
			WIEJE KU RÓWNIKOWI			13						
1			24									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	25

wstecz wraz z dwoma kolegami z grupy Vox gościł na koncercie w Polish Club of Denver - tak kiedyś były w tym miejscu koncerty. Paszt był wieloletnim mieszkańcem Zamościa, był też wielkim fanem piłki nożnej a ostatnio był jednym z jurorów The Voice of Poland Senior. Wokalista przeszedł Covid-19 - podobno już trzeci, w wyniku tego nastąpiły niespodziewane komplikacje. Witold Paszt w 2018 roku pożegnał swoją ukochaną żonę a jak powiedziały to jego córki jego śmierć przyspieszyła jego spotkanie z ukochaną żoną.



OGŁOSZENIE



CALL US!
WE ARE HERE TO HELP!
303-940-5696
5783 Sheridan Frontage Rd, Ste 302
Arvada, CO 80002
www.daamerica.org

DROGADICTOS ANONIMOS,
is a non-profit association composed of men, women and children who meet voluntarily to free ourselves from the slavery of drugs. To regain our health, faith and morals we rely on a recovery program of twelve spiritual principles. Sharing our knowledge and experiences of pain and overcoming.

Polska Grupa AA w Denver

Jeśli naprawdę szczerze chcesz, a nie potrafisz przestać pić lub podczas picia nie jesteś w stanie kontrolować ilości wypijanego alkoholu, to prawdopodobnie cierpisz na chorobę - ALKOHOLIZM, którą można opanować i całkowicie wyzdrowieć. Zapraszamy na nasze spotkanie AA, gdzie dowiesz się jak wielu z nas już wyzdrowiało i jak także Ty możesz pozbyć się tej strasznej choroby. Spotkania odbywają się w każdą niedzielę o godzinie 8:15 rano pod adresem:

2525 W. Evans Ave. Denver CO 80219
Po więcej informacji dzwoń pod numer:

303-882-1038 lub 720-231-1586

Pełna anonimowość uczestników jest zachowana!



Filmowe rekomendacje Piotra



Comfort Food for the Soul

PIOTR GZOWSKI

The French have an undeniable talent for two things: fabulous food and great physical comedy.

Lately, it seems as if there has been a lack of readily available joy. The Winter has been unusually cold, and the global situation has soured the faith in the nobility of humankind. It takes an effort to feel first-rate. Happily, there are a few French remedies that can pull one out of the brink of misery. The first is a phone call to Artemis followed by a happy hour at Le French Denver in the Tech Center where one can indulge in laughter over a fantastic cup of onion soup accompanied by a wonderful martini. The second is a mini binge of French made or influenced comedies and adaptations conveniently provided by a DVD or streaming service in the privacy of one's own home. However, these days, not everyone is a brazen social animal. The thought of circulating within a public venue for a soup and "tini" may not have the appeal it did two years ago. Therefore, for those who want to stay put, let me make the following recommendations. Make your own martini, light the fireplace, and indulge yourself in the following cinematic binge meal.

The Appetizer

The Man in the Hat (2021) – U.K. production (Subtitled) directed by John-Paul Davidson and Stephen Warbeck (currently available on Prime, Tubi and Hulu)

A large man (Ciaran Hinds) in a hat, a tourist, sits finishing a late meal at a curbside harbor café in Marseilles when notices a group of five men tossing into the harbor what believes to be a wrapped corpse. The group notices him. The large man runs to his tiny blue Fiat 500 hops in and scurries off. The group of five pile themselves into their own car and follow. For the next hour and thirty-five minutes with hardly any dialogue, we follow the man, a giant in a tiny car touring through the rural countryside of southeastern France.

Surprisingly, *The Man in the Hat* is not a French made film. However, this U.K. production resembles the style of Jacques Tati's Monsieur Hulot's comedies made in the 1950's. There is hardly any dialogue. When someone does speak (in French) it is usually a highlight. Interpersonal communication between individuals is an exchange of natural action and reaction. And the entire film is underscored with a marvelous array of music. This film is a purely visual experience which embraces the warming comfort centers of human emotion. It is funny, with the right tinge of sentiment. It is a



clever depiction of human behavior in situations that seem ordinary but are in fact extraordinary. And it is a film that you will find yourself recommending to your friends. Like a salad with the right combination of fresh greens topped with an impeccable dressing, it is the perfect overture to a cinematic binge.

The Entree

The Jesus Rolls (2019) – American production starring and directed by John Turturro (available on DVD and streaming services)

One of the most memorable characters on the screen is *The Big Lebowski's* Jesus Quintana, the macho Latino bowler who licks his bowling ball before rolling a strike. Quintana's appearance in two brief scenes is responsible for one of the most quoted lines of the film by fans – "Don't f** with the Jesus!" – and it established the Jesus Quintana as a cinematic icon. Quintana is portrayed by John Turturro, an Emmy award actor winning, and a veteran of 115 films. In addition, within the last twenty years of his career, he has also directed eight of his own films. In 2019, Turturro reintroduced the Quintana character in *The Jesus Rolls*, an adaptation of the Bertrand Blier novel *Le Valseuses* [*The Waltzers*] which was then converted into a 1983 French comedy *Debout les crabs, lamer monte* (English title *Balls*).

The Jesus Rolls chronicles a short segment of Quintana's life just after he is released from prison on early parole. Accompanied by Petey (Bobby Cannavale) his best friend and partner in crime, and a whorish gun-toting hairdresser, Marie (Audrey Tautou), Quintana embarks on a series of misadventures involving car theft, robbery, and, of course, bowling. The film is slated as a comedy, however, there are deeply tragic moments



(especially the segment with Susan Sarandon) which are imbued with an unexpected bittersweet gentleness that are profoundly moving that provide a tender counterpoint to the reprehensible behaviors of Quintana and his cronies.

In *The Jesus Rolls* Turturro admirably accomplishes several things. He completely fleshes out the character he introduced in *The Big Lebowski*. He demonstrates his athletic prowess and his versatility as an actor who enthusiastically inhabits his character rather than simply portraying it. Furthermore, he affirms his competence as a director in attracting excellent talent to play the story (Sonja Braga, Christopher Walken, John Hamm, Tim Blake Nelson, and Peter Davidson), in adapting a French script for non-French sensibilities, and in flavoring the entire scenario with a wonderful musical score by Émilie Simon.

Some may consider *The Jesus Rolls* a raw and vulgar film. Therefore, it may not appeal to everyone. But as discourteous and unconventional as it is, while watching the film, it is hard to resist the guilt of being charmed by it. It is a fine main course.

The Dessert

Big Bug (2022) – French production (subtitled) directed by Jean-Pierre Jeunet (available on Netflix)

It is 2050 and society is completely reliant on robotics. Domestic robots and androids cook, clean, and babysit the children, a robotic program controls all the utilities, and a sexual gratification android is even available should one need it. One day a glitch in the system seals all the doors and sequesters a group of suburbanites in the house "for their own protection." The more the technically inept humans attempt to rectify the



situation, the more they exacerbate the crisis. The domestic robots and androids begin behaving like humans, the utilities fail and when the Central Control unit is finally contacted it dispatches a superior android to the home who heavily fines all the inhabitants for multiple infractions.

The French have always had a fondness for combining physical comedy with visual artistry. Their expertise however peaks in crafting films whose humor is completely overboard. Following a trend established by Jacques Tati in the 1950's, director Jean-Pierre Jeunet has launched absurdism even further. His comedies—*Delicatessen* (1991) and *Amélie* (2002) and the more surrealistic work *The City of Lost Children* (1995) are internationally hailed as modern cinema classics. To the mix he has added a sci-fi comedy called *Big Bug*.

Big Bug combines the situational comedy of *I Love Lucy*, the broad physical styles of Lucille Ball and Jerry Lewis with the antics of the Marx Brothers and then layers all the elements into a visually stunning but bizarre giant black comedy parfait. There is absolutely no subtlety to the humor in this film, yet the unconventional approach works because of its "Frenchness". Like the previous Jeunet comedies, it has a happy ending but with unpredicted results. It is an odd film, however, for this cinematic meal it is a perfectly appropriate dessert.

Therefore, dear readers, this is my recommendation for a cinematic binge meal. May it provide you with some comfort food for the soul within an otherwise increasingly dismal global atmosphere.

But, as always, try it and then judge for yourselves.



"Jestem kiedy potrzeba"

Oferuję swoje usługi w zakresie bezpłatnej konsultacji i wyceny polis ubezpieczeniowych dla Klientów indywidualnych i komercyjnych

- Profesjonalna pomoc i doradztwo w szukaniu i kompozycji polis dostosowanych do indywidualnych potrzeb klientów.
- Szeroka oferta spośród ponad 20 firm ubezpieczeniowych pozwala na znalezienie najlepszej cenowo oferty dla każdego.
- Wieloletnie doświadczenie i referencje.

Daniel Kuzbiel

720.351.2066

1930 Sherman Street | Denver, Colorado 80203
Email: daniel@kibins.com

Joanna Sobczak - Managing Broker, GRI



Wiem, że kupno lub sprzedaż nieruchomości jest poważną decyzją.

Pomogę Ci podjąć ją rozsądnie - z najlepszym rezultatem dla Ciebie. Mam ponad 15 lat doświadczenia, wspaniałe rezultaty oraz zadowolonych Klientów. ZAPRASZAM!

2015-2020 SMDRA Diamond Circle Club Awards



Właściciel Adobe Homes Realty, LLC

720-404-0272 | www.adobehomesrealty.com



POŻYCZKI na zakup i refinancing

Conventional Loan and FHA | Residential and commercial

Pożyczki pod zastaw domów, mieszkań, ziemi i na inwestycje

Zadzwoń dziś:

Agnieszka Gołabek: 720-935-8686

Aga8686@gmail.com

72 SOLD

Sprzedaj swój dom w 72 godziny!

Z programem 72SOLD:

- + Masz możliwość pozostania w domu do 6 miesięcy po sprzedaży
- + Większość sprzedających swoje domy zarobiła dodatkowe 5%-18% powyżej ceny rynkowej

Sprawdź wartość swojego domu w 15 minut na stronie:

www.72SoldTopPrice.com

Odpowiedz na kilka krótkich pytań i podamy Ci precyzyjną cenę Twojej nieruchomości



JACEK GŁOWACKI

303.356.1693

