



NASZ WIEK

nr 12/2015
www.utw.waw.pl

BEZPŁATNE PISMO UNIWERSYTETU TRZECIEGO WIEKU WOLI I BEMOWA W WARSZAWIE



W NUMERZE:

- Jubileusz w kadrze
- Obywatelski Parlament Seniorów
- Moja pasja - genealogia rodzinna

Wydawnictwo zrealizowane dzięki dofinansowaniu ze środków m.st. Warszawy



Spis treści:

- Czas podsumowań, czas wyzwań – str. 3
- Jubileusz w kadrze – str. 4
- Obywatelski Parlament Seniorów – str. 6
- Moja pasja – genealogia rodzinna – str. 8
- Zima w malarstwie polskim – str. 10
- Boże Narodzenie w tradycji europejskiej (2) – str. 12
- Przysłowia i mądrości narodów – str. 14
- Spotkanie optymistyczne – str. 16
- Nasza Kronika – str. 18
- Rozmaitości ze świata – str. 19



Nasze okładki:

Plac Zamkowy w Warszawie - 1zoom.me

Zima w Warszawie - Mike Lesaki

Od Redakcji

Drogie Słuchaczki i Słuchacze Uniwersytetu Trzeciego Wieku Woli i Bemowa!

Rok akademicki 2015/16 zapoczątkował drugie dziesięciolecie naszej uczelni. Wraz z nim przyszedł czas nowych zadań i wyzwań dla całej społeczności UTW Woli i Bemowa. Minione lata zapisały w tej historii dobrą kartę. Wzrost notowań w rankingach i stały wzrost liczby słuchaczy są tego najlepszym dowodem. Odczuwamy z tego powodu ogromną satysfakcję, ale także odpowiedzialność za przyszłe dokonania naszego uniwersytetu.

Przed nami kolejny rok i następne lata wyłożonej pracy. Korzystając z wieloletnich doświadczeń i przetartych szlaków, liczymy na powodzenie podejmowanych starań w kształtowaniu poziomu, wizerunku i prestiżu naszej Alma Mater.

Redakcja „Naszego Wieku” od kilku lat towarzyszy ważnym dla nas wydarzeniom. Staramy się dotrzymać kroku biegowi czasu i odnotowywać zmiany, jakie niesie on dla środowiska seniorskiego. Dlatego opisujemy wydarzenia i prezentujemy osoby, które wnoszą w życie tego środowiska znaczący wkład. Są nimi: przedstawiciele rządu i władz lokalnych, parlamentarzyści, lekarze, aktywiści społeczni, kolekcjonerzy.

Naszym celem jest także prezentacja aktywności słuchaczy w zajęciach programowych, jak i własnych inicjatywach twórczych.

Przyjęte od pierwszego numeru założenia programowe pisma są nadal aktualne, tym bardziej że ostatnie lata przyniosły wiele dobrych zmian w podejściu do środowiska seniorskiego. Przede wszystkim w zakresie wyzwalania jego aktywności i realizacji własnej podmiotowości.

Zbliżające się święta Bożego Narodzenia i Nowego Roku A.D.2016 są zatem szczególną okazją, by życzyć wszystkim naszym Czytelnikom i Słuchaczom zdrowia i pomyślności oraz satysfakcji z realizacji podjętych wyzwań.

Elżbieta Domańska
Redaktor prowadzący

Czas podsumowań, czas wyzwań



Drodzy Państwo – Słuchaczki i Słuchacze Uniwersytetu Trzeciego Wiek Woli i Bemowa!

Przed nami święta Bożego Narodzenia i bliska perspektywa końca kolejnego roku, który spędziliśmy razem w naszym stowarzyszeniu. Mam nadzieję, że był to dla Państwa rok dobry i satysfakcjonujący w każdej sferze życia.

Dla mnie i Zarządu rok 2015 zapisał się jako bardzo pracowity i pełen wyzwań. Najważniejszym z nich była organizacja obchodów dziesięciolecia naszej uczelni, które odbyły się 16 czerwca. Przygotowanie tej uroczystości wymagało wiele pracy i wysiłku ze strony członków Zarządu, Rady Programowej i Rady Słuchaczy oraz aktywnego zaangażowania naszych wolontariuszy i życzliwych nam osób spoza uczelni. Dzięki dobrej współpracy udało się zapewnić godne obchody naszego jubileuszu, który był szczególnie okazją do przypomnienia historii Uniwersytetu Trzeciego Wiek Woli i Bemowa i uhonorowania najbardziej zasłużonych członków stowarzyszenia.

Przy tej okazji pragnę jeszcze raz serdecznie podziękować wszystkim, którzy aktywnie uczestniczyli w organizacji tej wyjątkowej imprezy.

Kolejnym, równie ważnym, wyzwaniem była kontynuacja w pełnym wymiarze działalności naszego stowarzyszenia w nowym roku akademickim 2015/2016, tym bardziej że zmiany lokalowe, jakie nastąpiły w Bemowskim Centrum Kultury „Art.-Bem”, mogły w znaczący sposób wpłynąć na możliwość realizacji zaplanowanego przez uniwersytet programu zajęć. Dzięki życzliwości Dyrekcji i pracowników „Art.Bem-u” oraz wspólnie podjętym konstruktywnym ustaleniom, możemy kontynuować naszą działalność w niezmienionej formie, za co wyrażamy ogromną wdzięczność.

Rok 2015 był bardzo szczególny dla całej społeczności seniorów. Obchodziliśmy czterdziestolecie Ruchu Uniwersytetów Trzeciego Wiek, którego prekursorką i propagatorką była prof. Halina Szwarc. Z tej okazji 30 marca 2015 roku, w Tetrze Wielkim w Warszawie odbył się II Kongres Uniwersytetów

Trzeciego Wiek. Stał się on okazją do wspólnego świętowania, ale również do wytyczenia strategii na przyszłość.

Wydarzeniem szczególnej wagi było powołanie 1 października 2015 r. Obywatelskiego Parlamentu Seniorów, którego inauguracyjna sesja plenarna odbyła się w Sejmie RP. W obu wydarzeniach uczestniczyli przedstawiciele naszej uczelni.

Równie znaczące dla społeczności seniorskich były przyjęte przez Sejm VII kadencji ustawy, które wejdą w życie z początkiem 2016 roku. Są nimi regulacje: Ustawa o osobach starszych, Ustawa o zdrowiu publicznym i Ustawa o nieodpłatnej pomocy prawnej i edukacji prawnej dla osób powyżej 65. roku życia, w których przygotowaniu aktywną rolę odegrała sejmowa Komisja Polityki Senioralnej i jej przewodniczący - poseł Michał Szczerba.

Wspominając o rozwiązaniach legislacyjnych, nie sposób pominąć nowelizacji Ustawy o samorządzie gminnym, w myśl której stworzona została możliwość powoływania w gminach rad seniorów. Rady takie działają m.in. na Woli i Bemowie, a w ich skład weszli również słuchacze naszego uniwersytetu. Inicjatywa ta zyskała duże poparcie w środowiskach seniorskich, co z pewnością przyczyni się do bardziej wnikliwego naświetlenia problemów ludzi starszych we władzach lokalnych.

Zbliżają się święta Bożego Narodzenia i nadchodzi Nowy Rok 2016. Oprócz podsumowań snujemy również plany na przyszłość. Pragniemy, aby nasz uniwersytet cieszył się nadal dobrą opinią, dawał wiele zadowolenia swoim członkom, sprzyjał nawiązywaniu nowych kontaktów, poszerzaniu wiedzy, umiejętności i utrzymaniu dobrej kondycji fizycznej.

Takie cele stawia sobie Zarząd, Rada Programowa i Rada Słuchaczy. W ich realizacji liczymy na wsparcie wieloletnich i nowo przyjętych członków uniwersytetu. Będzie to nasza wspólna satysfakcja.

Z okazji świąt Bożego Narodzenia i Nowego Roku w imieniu Zarządu i własnym życiem Państwu dużo radości, pomyślności i zdrowia oraz spełnienia marzeń i realizacji wszystkich planów.

Jolanta Osińska
Prezes Stowarzyszenia
UTW Woli i Bemowa

Jubileusz w kadrze

Rok 2015 był dla Uniwersytetu Trzeciego Wiek Woli i Bemowa rokiem szczególnym ze względu na przypadające w nim dziesięciolecie działalności naszej uczelni. Z tej okazji, 16 czerwca, w sali kinowej Wojskowej Akademii Technicznej, która sprawuje patronat naukowy nad Uniwersytetem, odbyły się uroczyste obchody jubileuszowe.

Przybyli na nie słuchacze uczelni i licznie zaproszeni goście: przedstawiciele Sejmu i Senatu VII kadencji, władz samorządowych obu dzielnic, kierownictwa WAT, ośrodków kultury, organizacji i stowarzyszeń działających na rzecz rozwoju i aktywizacji środowiska seniorskiego. Na program uroczystości złożyły się: inauguracyjne przemówienie prezes Stowarzyszenia UTW Woli i Bemowa, wystąpienia gości, wykład poświęcony współczesnym mediom, wręczenie nagród wolontariuszom - słuchaczom uczelni i występy artystyczne.



zdj. 1



zdj. 2



zdj. 3



zdj. 4



zdj. 5



zdj. 6



zdj. 7



zdj. 8



zdj. 9



zdj. 10



zdj. 11



zdj. 12



zdj. 13



zdj. 14



zdj. 15



zdj. 16



zdj. 17



zdj. 18



zdj. 19



zdj. 20



zdj. 21



zdj. 22



zdj. 23



zdj. 24



zdj. 25



zdj. 26



zdj. 27



zdj. 28

Opis zdjęć:

Powitanie gości i rozpoczęcie uroczystości jubileuszowej przez Jolantę Osińską, prezes Stowarzyszenia UTW Woli i Bemowa (zdj. 1); Wystąpienia przedstawicieli Sejmu RP i władz samorządowych: posła Michała Szcherby, przewodniczącego sejmowej Komisji Polityki Senioralnej w Sejmie VII kadencji (zdj.2); Grzegorza Popielarza, pełnomocnika Prezydent m.st. Warszawy ds. Bemowa, ob. wiceburmistrza dzielnicy Bemowo (zdj.3); Mariusza Budziszewskiego, wiceburmistrza dzielnicy Wola (zdj.4); Roberta Kadeja, kierownika Zespołu ds. Realizacji Polityki Senioralnej m. st. Warszawy (zdj.5); Jana Klejszmita, kanclerza WAT (zdj. 6); Krystyny Lewkowicz, prezes Fundacji „Ogólnopolskiego Porozumienia UTW” (zdj.7); Prowadząca uroczystość, Zofia Marszałek, słuchaczka UTW Woli i Bemowa (zdj.8); Wyróżnienia za pracę na UTW Woli i Bemowa i działalność na rzecz seniorów dla: Janiny Matak (zdj.9,10); i posła Michała Szcherby (zdj.11); Redaktor Daniel Passent w czasie wykładu na temat mediów (zdj.12); Dyplomy, słowa uznania i kwiaty dla wolontariuszy – słuchaczy uniwersytetu (zdj.13-19); Licznie zgromadzeni studenci uczelni (zdj.20,21); W przerwie uroczystości: mały poczęstunek (zdj.22-24); Występ bemowskiego zespołu wokalnego „Ale babki plus” (zdj.25,26); Recital piosenkarski Anny Sroki-Hryń (zdj. 27,28).

Autorzy zdjęć: Barbara Makowska Kowalczyk i Wacław Łukasik

Obywatelski Parlament Seniorów

1 października 2015 roku w Sejmie Rzeczypospolitej Polskiej odbyło się inauguracyjne posiedzenie Ogólnopolskiego Parlamentu Seniorów. Wydarzenie objęte honorowym patronatem Marszałka Sejmu i merytorycznym patronatem sejmowej Komisji Polityki Senioralnej zorganizowano w 25. rocznicę ustanowienia przez Zgromadzenie Ogólne ONZ Międzynarodowego Dnia Osób Starszych.

Zwołanie Obywatelskiego Parlamentu Seniorów jest inicjatywą największych i najbardziej reprezentacyjnych środowisk seniorskich w Polsce. Należą do nich Uniwersytety Trzeciego Wieku, reprezentowane przez Ogólnopolskie Porozumienie UTW i Ogólnopolską Federację Stowarzyszeń UTW, Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów oraz gminne rady seniorów, mające charakter konsultacyjny, doradczy i inicjatywny. Podstawą do tworzenia rad jest



Utworzenie w Polsce Obywatelskiego Parlamentu Seniorów wychodzi naprzeciw potrzebom coraz liczniejszej społeczności seniorskiej w naszym kraju. Jest świadectwem zrozumienia i poszanowania inicjatyw tego środowiska, które pragnie aktywnie uczestniczyć w życiu publicznym.

Powstanie OPS sprawiło, że Polska dołączyła do grupy państw członkowskich Unii, które już wcześniej zrealizowały postulat Parlamentu Europejskiego o powoływaniu podobnych reprezentacji. Należy podkreślić, że inicjatywa została przedstawiona podczas obrad Europejskiego Parlamentu Seniorów, który odbył się w Luksemburgu w listopadzie 1993 roku. Władze unijne już wtedy dostrzegły potrzebę tworzenia krajowych przedstawicielstw osób starszych, które mogłyby mieć wpływ na politykę państwa wobec tej grupy obywateli.

art. 5c ustawy o samorządzie gminnym, której nowelizacja, pod kątem wprowadzenia stosownego zapisu, została przyjęta w roku ubiegłym.

Zgodnie z powyższym artykułem: „Gmina sprzyja solidarności międzypokoleniowej oraz tworzy warunki do pobudzania aktywności obywatelskiej osób starszych w społeczności lokalnej” oraz „Rada gminy, z własnej inicjatywy lub na wniosek zainteresowanych środowisk, może utworzyć gminną radę seniorów”.

Cele, które przyświecają OPS to przede wszystkim: konsolidacja środowisk seniorskich oraz budowanie partnerskich relacji między seniorami a parlamentem i rządem. Jako priorytety uznane zostały: rzecznictwo i prezentacja osób starszych wobec władz publicznych, monitorowanie i ocena rządowych programów

dotyczących osób starszych, formułowanie stanowisk, opinii, inicjowanie i wspieranie systemowych rozwiązań prawnych, organizacyjnych i finansowych mających wpływ na poprawę sytuacji życiowej seniorów, ze szczególnym uwzględnieniem aspektów społecznych, medycznych i ekonomicznych.

W inauguracyjnym posiedzeniu parlamentu seniorskiego wzięli udział marszałkowie Sejmu i Senatu VII kadencji, **Małgorzata Kidawa-Błońska** i **Bogdan Borusewicz**, Prezes Rady Ministrów **Ewa Kopacz**, ministrowie: pracy i polityki społecznej, **Władysław Kosiniak-Kamysz** i zdrowia – **Marian Zembala**. W spotkaniu uczestniczyli poseł **Michał Szczerba**, przewodniczący Sejmowej Komisji Polityki Senioralnej i była pierwsza dama, **Anna Komorowska**. Środowisko osób starszych reprezentowali delegaci z organizacji seniorskich z całego kraju, którzy licznie przybyli na obrady.

Zwracając się do uczestników zgromadzenia premier Ewa Kopacz podsumowała osiągnięcia rządu w zakresie polityki senioralnej, wymieniając m.in. wprowadzenie na mocy ustawy od 1 stycznia 2016 roku bezpłatnej pomocy prawnej, powstawanie domów dziennej opieki, przeznaczenie znaczących środków na organizowanie domów rehabilitacji i jednorazowego dodatku dla najbiedniejszych w wysokości 350 zł od marca przyszłego roku. Poseł Michał Szczerba podkreślił znaczenie OPS jako nowatorskiej formy dialogu społecznego, a ministrowie pracy i zdrowia wskazali m.in. na rolę solidarności międzypokoleniowej i rozmów z seniorami w realizacji polityki senioralnej oraz poczucie służby, jakie spoczywa na lekarzu wobec pacjenta-seniora.

Podczas pierwszego – inauguracyjnego – posiedzenia Obywatelskiego Parlamentu Seniorów dokonano wyboru (w drodze głosowania) jego prezydium. Funkcję przewodniczącej powierzono **Krystynie Lewkowicz**, prezes Fundacji „Ogólnopolskiego Porozumienia UTW”, a funkcje wiceprzewodniczących: **Wiesławie Boreczyk**, (Ogólnopolska Federacja Stowarzyszeń UTW), **Januszowi Czyżowi**, **Ewie Kozdroń** (Warszawska Rada Seniorów), **Elżbiecie Ostrowskiej** (ZG PZERiI) i **Januszowi Szymborskiemu** (Fundacja „Ogólnopolskie Porozumienie UTW”).

W toku obrad przyjęto również regulamin działania OPS i powołano trzy komisje problemowe: ds. organizacyjno-prawnych, ds. strategii budżetu i finansów oraz ds. informacji, promocji i kontaktów z otoczeniem.

Istotnym punktem programu omawianego forum były wystąpienia dotyczące aktualnych i ważnych dla środowiska seniorskiego problemów. Wygłoszone referaty były poświęcone następującym kwestiom: sytuacji społeczno-ekonomicznej osób starszych (dr **Elżbieta Ostrowska**), gminnym radom seniorów (prof. **Ewa Kozdroń**), potrzebom osób starszych i ich opiekunów (dr **Elżbieta Szwalkiewicz**, Kolicja na rzecz Niesamodzielných). Prelegentka przedstawiła jednocześnie propozycje rozwiązań w tym zakresie. Rola i zadania delegatur OPS pierwszej kadencji były przedmiotem wystąpienia **Wiesławy Boreczyk**, prezes Ogólnopolskiej Federacji Stowarzyszeń UTW, natomiast o roli struktur regionalnych w procesie integracji środowiska seniorskiego mówił **Antoni Furtak**, przedstawiciel Federacji UTW Warmii i Mazur.

Część merytoryczną spotkania zakończyły: przedstawienie stanowiska środowiska seniorskiego w sprawie realizacji polityki senioralnej w latach 2012-2015 oraz rekomendacja na lata 2015-2020. Podsumowania obrad dokonali prof. Janusz Szymborski, ekspert Fundacji „Ogólnopolskie Porozumienie UTW” i Krystyna Lewkowicz, przewodnicząca OPS.

Opracowała: Elżbieta Domańska

Nasi delegaci

W obradach Obywatelskiego Parlamentu Seniorów, wśród licznie zgromadzonych delegatów, uczestniczyły przedstawicielki UTW Woli i Bemowa:

- Maria Cielepak
- Lilianna Gałązka
- Maria Godlewska
- Jolanta Kroner
- Jolanta Osińska
- Wiesława Schubert-Figarska

Uczestnictwo w inauguracyjnym posiedzeniu OPS, które odbyło się 1 października 2015 roku, zapoczątkowało udział naszych przedstawicieli w pracach tego ważnego forum na rzecz środowiska seniorskiego w Polsce. /Red./

Moja pasja – genealogia rodzinna

- rozmowa ze Stefanem Julianem Jareckim, słuchaczem UTW Woli i Bemowa, członkiem Warszawskiego Towarzystwa Genealogicznego



Proszę Pana, w ostatnich latach daje się zauważyć coraz większe zainteresowanie genealogią i heraldyką.

Rzeczywiście, genealogia i heraldyka, a szczególnie genealogia rodzinna, przeżywa ją ostatnio prawdziwy boom. Poszukiwaniem własnych korzeni parają się już nie tylko pasjonaci posiłkujący się opowieściami rodziców i dziadków czy napisami na cmentarnych nagrobkach. Coraz więcej hobbystów, genealogów odwiedza urzędy stanu cywilnego, archiwa, biblioteki, muzea oraz korzysta z portali internetowych, by odnaleźć rozmaite świadectwa i źródła dokumentujące pochodzenie i historię swojego rodu. Co ciekawe, genealogia rodzinna jest dzisiaj przedmiotem badań wielu ludzi niezależnie od pochodzenia, wykształcenia, a nawet wieku.

Jakiego typu dokumenty są zwykle najbardziej pomocne w tych poszukiwaniach?

Przede wszystkim metryki, akty chrztów, ślubów, zgonów oraz inne stare źródła historyczne, jak np. akta sądowe, księgi wieczyste, spisy z dawnych lat, stare gazety, pamiętniki, zdjęcia i wszelkie dokumenty, dzięki którym możemy zgromadzić informacje o członkach rodziny. Tak więc współczesna genealogia rodzinna, to nie tylko metryki i drzewa genealogiczne, ale i życiorysy członków rodu opisane i udokumentowane w kontekście historycznym, społecznym oraz geograficznym.

Z czego bierze się tak duże zainteresowanie genealogią rodzinną?

Istnieje kilka powodów tego zainteresowania. Dla wielu osób genealogia to po prostu pasjonująca i wciągająca zabawa. Genealog to często detektyw, który zbiera dokumenty, stawia tezy, weryfikuje rodzinne przekazy, potwierdza rodzinne legendy. Dla ludzi w wieku senioralnym genealogia to jedno z ciekawszych hobby, które wyzwala potrzebę zrobienia czegoś interesującego i pożytecznego dla siebie i innych. Umożliwia m.in. utrzymanie kontaktów z bliższą i dalszą rodziną, a ponadto wymaga wysiłku intelektualnego i fizycznego. W przypadku dzieci

i młodzieży rozbudza zainteresowanie wiedzą o historii i tradycjach rodzinnych, przez co buduje szacunek do bliskich.

Czego jeszcze poza wiedzą dostarcza nam genealogia?

W dzisiejszym świecie coraz trudniej utrzymać więzi rodzinne, a genealogia wpływa tu integracyjnie. Internetowe budowanie drzew genealogicznych to często „skrzynka kontaktowa”, która pozwala porozumiewać się z wieloma członkami rodziny, wymieniać się dokumentami, zdjęciami czy wspomnieniami, niezależnie od tego, gdzie mieszka. Dzięki internetowi szukanie „korzeni” stało się o wiele prostsze. Zbierając dane genealogiczne wyrażamy także wdzięczność wobec ludzi, dzięki którym istniejemy oraz odnajdujemy dane o przodkach już zapomnianych. Często udaje się ustalić wiek przodka, zawód, sprawowany urząd, status społeczny, miejsca zamieszkania, narodowość, wyznanie czy znaleźć dowody jego uczestnictwa w ważnych wydarzeniach historycznych. Poszukiwania genealogiczne poszerzają naszą wiedzę historyczną, a odkrywając świat naszych protoplastów, wchodzimy emocjonalnie w relację z wieloma wydarzeniami z przeszłości.

W Pana przypadku też było podobnie?

Tak. Utrzymując rozległe kontakty rodzinne, interesując się historią, mając coraz więcej czasu w związku z wkraczaniem w wiek senioralny, genealogią zainteresowałem się praktycznie w 2008 roku. Wtedy wspólnie z moim kuzynem postanowiliśmy odszukać „nasze korzenie”, wiedząc już trochę z przekazów rodzinnych, że nasi dziadkowie urodzili się na Kresach, ich przodkowie zamieszkiwali na Podolu oraz że na początku XX w. musieli jeździć do „Heroldii” w Petersburgu, aby potwierdzić szlachectwo mojego rodu „po kądzieli” – Gliwińskich.

Trudno było do nich dotrzeć?

Nie było to łatwe ze względu na nasz (mój i kuzyna) brak wiedzy z zakresu genealogii oraz praktyczny brak dostępności w Polsce do „kresowych” ksiąg metrykalnych oraz dokumentów heraldycznych dotyczących terenów Wołynia i Podola.

Mimo to Panom się udało...

Było to możliwe dzięki pomocy firmy genealogicznej, specjalizującej się w heraldyce kresowej. Jej pracownicy przeszukali najważniejsze archiwa ukraińskie.

Dotarli do jakichś ważnych dla Pana informacji?

Przede wszystkim do tego, że wielu potomków „kresowych” Gliwińskich żyje do dzisiaj na terenie Rosji i Ukrainy, ale większa część tego rodu, głównie z powodów politycznych i ekonomicznych, przesiedlała się wielokrotnie już od początku XIX stulecia coraz bliżej Polski. Najpierw do Połonnego, miasteczka na środkowym Wołyniu, a następnie na teren Wołynia Wschodniego, głównie w okolice Kostopola. W latach 1944-1945 większość z nich została przesiedlona na tzw. polskie ziemie odzyskane.

Czy w czasie poszukiwań udało się ustalić, jak daleko sięga historia Pana rodu?

Jak wynika z dokumentów archiwalnych, Gliwińscy z Kresów wywodzą się z Gliwinek, wsi położonej w województwie sieradzkim I Rzeczypospolitej, czego świadectwo można znaleźć w XVIII-wiecznym „Oświadczeniu” Zofii Gliwińskiej, jednej z najstarszych, dotychczas poznanych przedstawicielek rodu. Jest tam zapis o posiadanym majątku ojca oraz o jego małżeństwie z panną Kotelnicką i synach: Stefanie, Józefie i Stanisławie, ale to już są szczegóły... Wspomina się także o utracie dóbr i dokumentów rodowych przez tę rodzinę w czasie najazdu tureckich ord, które spaliły wieś. Zofia popadła wtedy w niewolę bisurmańską. Została wywieziona do Stambułu, gdzie przebywała aż trzynaście lat, do czasu uwolnienia jej dzięki staraniom Rafała Leszczyńskiego, posła Rzeczypospolitej do Turcji.

Ta historia brzmi dość sensacyjnie. Czyżby dzieje innych przodków były równie burzliwe?

Gliwińscy to wielowiekowy ród szlachecki o rodowodzie rycerskim, znany w Koronie. Pieczętowali się dwoma herbami – Półkozic oraz herbem Wieniawa. Co do burzliwości ich dziejów, to raczej nie można tego wykluczyć, biorąc pod uwagę, że historia Rzeczypospolitej w XVII i XVIII wieku obfitowała w liczne wojny i zawieruchy. Syn Stefana i Zofii Gliwińskiej, Baltazar, urodzony w Buczy, podobnie jak jego brat, wzrastał bez ojca, w czasach konfliktu zbrojnego z Turcją. W 1686 roku został również bez matki, która trafiła do tureckiej niewoli. Spotkał

się z nią dopiero w roku 1699, po pokoju zawartym z Turcją przez Polskę w Karłowicach.

Jakie były dalsze losy Baltazara?

Był dwukrotnie żonaty, najpierw z Anną, a następnie z Katarzyną z Jabłonowskich. Z tych związków doczekał się pięciu synów: Franciszka, Macieja, Andrzeja, Walentego i Marcina. Żył ponad osiemdziesiąt lat. Zmarł w 1757 roku. Wiadomo też, że jego syn Maciej, urodzony w 1723 roku, mógł się poszczycić zdolnym i wykształconym synem Mikołajem Michałem, który urodził się w 1764 roku. Otrzymał on dobre wykształcenie w szkole publicznej w Barze, gdzie poznał prawo polityczne i historię. W latach 1790-1795 pełnił obowiązki strażnika w Skarbie Koronnym prowincji ukraińskiej.

W jakim stopniu dokumenty, do których Pan dotarł pozwoliły „zamknąć” historyczną część dziejów Pana rodziny „po kądzieli”?

Praktycznie do czasów współczesnych. Udało się wyprowadzić drzewo genealogiczne od wieku XVII przez kolejne stulecia do roku 1950, a więc do powojennego pokolenia.

Wykonali Panowie ogromną pracę. Jakie uczucia towarzyszą takim poszukiwaniom?

Nasze poglądy ewoluowały w trakcie wieloletnich poszukiwań. Na początku była to głównie ciekawość, a potem satysfakcja i radość z odnalezienia metryk oraz innych dokumentów dotyczących wielu członków rodu Gliwińskich. Jednocześnie w miarę poznawania ich losów coraz bardziej uświadamialiśmy sobie, iż robimy to nie tylko dla siebie, ale także dla naszych dzieci, wnuków i przyszłych pokoleń.

Myśli Pan o kontynuacji podjętej pracy?

W 2014 roku, wraz z moją najbliższą rodziną, planowaliśmy zwiedzić miejsca, związane z życiem „kresowych” Gliwińskich oraz odwiedzić niektórych mieszkających tam jeszcze rodaków. Wydarzenia polityczne na Ukrainie, uniemożliwiły te plany. Aktualnie pracuję nad przygotowaniem drzew genealogicznych swojego rodu „po mieczu” oraz ze strony żony.

Wobec tego życzę dalszej wytrwałości, cierpliwości i dużo szczęścia w poszukiwaniu pozostałych założycieli rodu. Bardzo dziękuję za rozmowę.

Rozmawiała: Elżbieta Domańska

Zima w malarstwie polskim

Pejzaż zimowy ma w malarstwie polskim wielu wybitnych przedstawicieli, głównie wśród artystów XIX stulecia. Był tematem prac Artura Grottgera, Maksymiliana Gierymskiego, Juliusza i Wojciecha Kossaków, Józefa Brandta, Józefa Chelmońskiego, a w latach późniejszych Zygmunta Rozwadowskiego. Sposób przedstawiania zimy przybierał różne formy: najczęściej była ona tłem dla wydarzeń historycznych i scen batalistycznych oraz rodzajowych.

W okresie Młodej Polski temat ten zyskał autonomiczność i odrębność, co uwidacznia się w pracach Stanisława Wyspiańskiego, a przede wszystkim Juliana Fałata, uznawanego za mistrza zimowego pejzażu. Zima była również przedmiotem twórczej inspiracji dla Michała Gorstkina Wywiórskiego, Ferdynanda Ruszczyca i wielu innych wybitnych malarzy. Niektóre z ich prac prezentujemy, by oprócz artystycznego kunsztu podziwiać także niezwykle piękno krajobrazu. /E.D./



A. Grottger – Pochód na Sybir, 1867



J. Kossak – Polowanie na lisa, 1857



J. Brandt – Ucieczka w zimie, 1880



M. Gierymski – Wieczorna sanna, 1885



W. Kossak – Francuski huzar na śniegu, 1885



M. Gorstkin Wywiórski – Świt przed polowaniem, 1890



M. Gorstkin Wywiórski – Zima we wsi, ok. 1890



Z. Rozwadowski – Adiutant, 1893



J. Chelmoński – Krajobraz zimowy, 1901



F. Ruszczyc – Krzyż w śniegu, 1902



F. Ruszczyc – Młyn w zimie, 1902



J. Fałat – Powrót z polowania z niedźwiedziem, 1892



S. Wyspiański – Kopiec Kościuszki, 1904



J. Fałat – Śnieg, ok. 1913



J. Fałat - Pejzaż zimowy z Bystrej, ok. 1917

Boże Narodzenie w tradycji europejskiej (2)

W 2014 roku w biuletynie „Nasz Wiek” ukazał się pierwszy artykuł poświęcony tradycjom bożonarodzeniowym w krajach Unii Europejskiej. Naszym celem było ukazanie podobieństw i różnic w obchodzeniu tego ważnego w tradycji chrześcijańskiej Święta. Warto o nich wiedzieć, szczególnie w Europie otwartych granic dla obywateli państw członkowskich Unii, którzy w okresie przedświątecznym mają zwyczaj odwiedzać swoich bliskich i przyjaciół w krajach Starego Kontynentu.

Trasa ubiegłorocznych spotkań prowadziła do naszych sąsiadów: Czechów, Słowaków, Niemców, Litwinów, Estończyków. Tym razem proponujemy nieco dalszą wyprawę: do Austrii, Belgii, Danii, Francji i Grecji. Miłej podróży!



Austria - ten niewielki kraj „nad pięknym i modrym Dunajem” najczęściej kojarzy się z alpejskim krajobrazem, urokami Wiednia, muzyką Mozarta i dźwiękami walca Johanna Straussa. Ale Austria to także przywiązanie do tradycji, czemu mieszkańcy tego kraju dają wyraz m.in. w przygotowaniach do świąt Bożego Narodzenia.

Austriacy angażują się w nie kilka tygodni wcześniej, dekorując swoje miasta i wsie kolorowymi girlandami i stawiając migocące światełkami choinki. Organizowane adwentowe jarmarki cieszą się dużym powodzeniem, zwłaszcza że można na nich nabyć świąteczne prezenty, korzenne przyprawy i inne orientalne smakołyki. W Tyrolu, w każdy czwartek adwentu, grupy wiernych odwiedzają się, by złożyć sobie życzenia na następny rok. W tych dniach wszystko pachnie choinką, piernikami i grzanym winem. Panuje magiczny nastrój i nawet codzienny pośpiech nie jest w stanie go zakłócić.

Na wigilijnym stole królują w Austrii różne dania i potrawy. Zależy to od regionu. I tak w Wiedniu stół należy tradycyjnie do karpia, w Karyntii do pieczonej kaczki, a zdarza się, że i do indyka. Austriacy lubią też pierniki, wino z korzeniami, gorące kasztany i pieczone migdały. W zachodniej Austrii potrawy wigilijne podaje się na zimno. Zgodnie z panującym zwyczajem panie domu przygotowują ciasto z mleka, soli, mąki, masła i miodu. Skład ciasta jest symbolem dobrobytu. Jego smak sprawia, że szczególnie lubią je dzieci.

Tradycją bożonarodzeniową jest też kolędowanie w domach i na ulicach, a piękna pieśń *Stille Nacht, Heilige Nacht*, przetłumaczona na wiele języków świata, jest znana na całym świecie. W Austrii przygotowuje się też szopki z postaciami świętej Rodziny i małego Jezusa.



W **Belgii**, zamieszkałej w większości przez katolików, Boże Narodzenie jest obchodzone bardzo uroczyście. Przygotowania do świąt zaczynają się już w listopadzie. W centrach miast ustawiane są szopki i kolorowe choinki. Jak w większości krajów europejskich daje się zauważyć przedświąteczny pośpiech.

W Wigilię Belgowie uczestniczą w ceremoniach religijnych i jasełkach. Potrawy podawane w wigilijny wieczór nie są na ogół postne. Po pastercie zwykle spożywana jest *bouquettes*, rodzaj kutii z pęczakiem (bez maku). Najważniejszym dniem jest Boże Narodzenie, które rozpoczyna się uroczystym śniadaniem. Stoły obfitują w owoce morza (ostrygi i homary), ale głównym daniem jest dziczyzna w sosie śliwkowym i sorbet. W wielu domach menu uzupełnia indyk, a na deser (obowiązkowo!) babka z kremem mokka. Tradycyjnym deserem jest też ciasto w kształcie pnia, polane czekoladą (*Buche de Noël*). W tym dniu dzieci odwiedza święty Mikołaj, który zostawia prezenty pod choinką.



W **Danii** święta bożonarodzeniowe rozpoczynają się od udekorowania czterema świecami adwentowego wieńca, z których każda zapalana jest kolejno w niedziele poprzedzające Wigilię. Oznaką zbliżających się świąt są umieszczane przed domami choinki ozdobione zwykle srebrnymi i złotymi girlandami oraz narodowymi chorągiewkami. Na choinkach Duńczycy zapalają setki białych lampek. Na dwa tygodnie przed Gwiazdką rozpoczyna się czas wypieków. Każda rodzina kultywuje zwyczaj wypiekania ciasteczek waniliowych i imbirowych w kształcie serduszek, które zgodnie z własną inwencją, dekoruje kolorowymi wstążkami.

Kolacja wigilijna jest zwykle dość wczesna, a tradycyjne dania to: kaczka lub gęś faszerowana suszo-

nymi śliwkami, a niekiedy pieczona wieprzowina. Do mięs podawane są: ziemniaki, czerwona kapusta, buraczki, żurawinowa konfitura. W Danii powszechnie przyjęty jest też zwyczaj picia mocnej odmiany grzanego wina (*glogg*). Na deser spożywany jest ryż *a l'amande* z gorącym wiśniowym sosem lub rodzaj puddingu - *risengrod*. Ryż podawany jest w osobnych miseczkach, a na dnie jednej z porcji umieszczany jest migdał. Szczęśliwy znalazca – zgodnie ze zwyczajem – zostaje obdarowany dodatkowym prezentem.

Podarunki wręczone są po kolacji wigilijnej. Właśnie wtedy zapala się lampki na choince, udekorowanej m.in. chorągiewkami. Baśniową osobliwością duńskiej tradycji jest też wiara w obecność dobrych skrzatów, zwanych *nisse*.



We **Francji** święta Bożego Narodzenia są obchodzone w gronie rodziny i przyjaciół tylko 25 grudnia. Na ten dzień Francuzi przyozdabiają choinkowe drzewka, które nazajutrz usuwają z mieszkań. Pierwszy i zarazem jedyny dzień świąt poprzedza kolacja wigilijna. Po jej zakończeniu – starym zwyczajem - uczestnicy zapalają na dworze świeczki, na wypadek, gdyby przechodziła tamtędy Matka Boska. Również w Wigilię dzieci zostawiają swoje buty przy kominku, wierząc, że Mikołaj wypełni je oczekiwanymi prezentami. Wartość prezentów jest uzależniona od bliskości więzów: rodzinie zwykle wręcza się bogatsze, a znajomym – symboliczne.

Świąteczne potrawy są we Francji zróżnicowane: w Alzacji podaje się pieczoną gęś, w Burgundii – indyka, w Paryżu – ostrygi. Powodzeniem cieszy się także pasta z odtłuszczonych gęsich wątróbek i szeroki wybór owoców morza. Smakowitym dodatkiem do indyka są pieczone kasztany. Tradycją jest wypiekanie trzynastu chlebów symbolizujących dwunastu apostołów i Jezusa.

Atmosferę Bożego Narodzenia ubarwiają szopki ze świętą Rodziną, ustawiane w wielu miastach. Gliniane figurki jasełkowe są ubrane w stroje regionalne z epoki. Niezależnie od tego, wzrok przyciąga świąteczna iluminacja, szczególnie bogata w dużych miastach. Powszechnie przyjętym zwyczajem dekorowane są fasady urzędów. Domy i posesje prywatne zdobione są przeważnie zielonymi gałązkami ostrokrzewu i jemioly. We współczesnej Francji praktycznie zaniknął zwyczaj śpiewania kolęd i chodze-

nia na pasterkę. Po dawnej tradycji pozostały zbiory pięknych pieśni wykonywanych okolicznościowo w kościołach.



W **Grecji** największą wagę w świętowaniu Bożego Narodzenia przywiązuje się do 25 grudnia. W niektórych regionach oczekiwanie na ten dzień jest poprzedzone 40-dniowym postem. Grecy nie obchodzą Wigilii, a jeśli już się to zdarzy - przypada na bardzo późną porę. Nabożeństwa bożonarodzeniowe rozpoczynają się o czwartej rano i trwają do wschodu słońca. Przed mszą śpiewane są kolędy. Wykonują je młodzi chłopcy, którzy otrzymują za to nagrody: w miastach pieniądze, a w wioskach – słodycze.

Świąteczne stoły obfitują w tradycyjne potrawy. Podawane są: pieczone jagnię, prosiak lub indyk nadziewany kasztanami i ryżem. Ze słodczy najpopularniejsze są *melomakarona* – nadziewane orzechami ciasteczka, które spożywa się maczając w miodzie. Oprócz nich je się także białe, posypane cukrem ciastka, zwane *kourabiedes*. Rodzajem pieczywa jest natomiast *christopsomo*, zwany chlebem Chrystusa, którego charakterystyczną cechą jest odcisnięty na wypieczonej skórce znak drewnianej pieczęci z symbolem religijnym.

W greckich domach święta symbolizuje drewniana misa z przytwierdzoną do niej gałązką bazylii owiniętą wokół krzyża. Bazylia i krzyż zanurzone w święconej wodzie służą do codziennego skrapiania pomieszczeń mieszkalnych, by chronić je przed złośliwymi, psotnymi krasnoludkami (*killantzaroi*).

Grecy nie uznają choinki. Zamiast zielonego drzewka stawiają przystrojony świątecznie model żaglowca. Jest on najważniejszym symbolem bożonarodzeniowym w tym kraju.

Oryginalny zwyczaj jest kultywowany przez Greków w Nowy Rok. Jedzą oni w tym dniu ciasto, tzw. *vasilopita*, w środku którego ukryta jest moneta. Osoba, której przypadnie w udziale kawałek z pieniążkiem, może liczyć na pomyślny i szczęśliwy rok.

Opracowała: Elżbieta Domańska

Nic nie dzieli narodów bardziej, niż arogancja i pycha kulturowa, nic nie łączy ich bardziej, niż znajomość innych kultur i szacunek do nich.

Autor nieznany

Przysłowia i mądrości narodów

Według definicji słownikowej przysłowie to „krótka wypowiedź pochodząca z literatury lub ze źródeł ludowych, utrwalona w tradycji ustnej, w świadomości ludzi posługujących się jakimś językiem”. Treści przysłów wyrażają zwykle myśli o charakterze ogólnym, odnoszące się do określonej sytuacji życiowej. Wiele z nich powstało na podstawie osobistych przeżyć i obserwacji autorów, w wielu można doszukać się śladów dziejowego doświadczenia narodu, środowiska czy społeczeństwa.

Wyrastające z historycznego i kulturowego kontekstu przysłowia dają często świadectwo mentalnej i obyczajowej kondycji swoich twórców, nawet wtedy, gdy są to całkowicie anonimowe zapisy czy przekazy. Na mądrości te zawsze był popyt, tym bardziej że większość z nich była nośnikiem prawd, przesłań i wskazówek dotyczących sztuki życia.

Przysłowie (z łac. *proverbium*) jest zwykle zapisem jednozdaniowym, co sprzyja zapamiętywaniu i jego upowszechnieniu. Do języka polskiego termin ten wprowadził Andrzej Maksymilian Fredro w swoim dziele „Przysłowia mów potocznych”, co miało miejsce w 1658 roku. Kilkadziesiąt lat przed nim, w roku 1618, Salomon Rysiński opracował pierwszy zbiór przysłów polskich, wydany pod tytułem „Proverbiorum Polonicorum”.

Przysłowia polskie

- Gdy się człowiek śpieszy, to się diabeł cieszy.
- Gdzie dwóch się bije, tam trzeci korzysta.
- Jak się nie ma co się lubi, to się lubi co się ma.
- Lepiej z mądrym zgubić niż z głupim znaleźć.
- Nie wsadzaj nosa do cudzego prosa.
- Polska cnota: każdemu otworzyć wrota.
- Sprawiedliwość bez dobroci okrucieństwem jest.
- Widać po słowie, co u kogo w głowie.
- Ten się śmieje, kto się śmieje ostatni.



Przysłowia austriackie

- Człowiek leniwy do wszystkiego zdolny, tylko nie do pracy.
- Kto dokładnie wie czego chce, powinien być na tyle mądry, by zadowolić się połową.
- Ręka rękę myje.
- Gdzie drwa rąbią, tam wióry leżą.



Przysłowia francuskie

- Przyjaciele naszych przyjaciół są naszymi przyjaciółmi.
- Chleb szczęścia posmarowany jest masłem z obu stron.
- Czas leczy nasze rany, ale zmarszczki są bardziej uparte.
- Człowiek bez pieniędzy jest jak wilk bez zębów.
- Jedz według swego smaku, ubieraj się według smaku innych.
- Szal miłości jest gorszy od bólu zębów.
- Gdy diabeł się zestarzeje, chce zostać mnichem.
- Chcesz ocenić człowieka, pozwól mu rozkazywać.
- Kamień, który się toczy, nie obrasta mchem.



Przysłowia greckie

- Dobra rada zaczyna się od milczenia.
- Cierpliwość jest kluczem do szczęścia.
- Dyscyplina jest matką dobrobytu. / Ajschylos /
- Im mniejszy rozum, tym większa zarozumiałość. / Ezop /
- Nie wszystko można w życiu zdobyć. Trzeba raczej wybierać. / Safona /
- Kiedy gniew zawładnie tobą, trzymaj język za zębami. / Safona /
- Zło potrafi zbałamucić nawet uczciwego człowieka. / Safona /
- Ważniejsze jest nie zwycięstwo, lecz właściwe wykorzystanie zwycięstwa. / Ajschylos /
- Kto pragnie więcej, traci co ma. / Ezop /
- Czym skorupka nasiąknie za młodu, tym na starość trąci. / Ezop /
- Lepiej biedniej u siebie, niż bogato u obcych. / Ezop /

Spotkanie optymistyczne

Moje spotkanie z Antonim Huczyńskim nie ma charakteru osobistej relacji. Nigdy nie rozmawialiśmy, nie widzieliśmy się bezpośrednio. To kontakt jedynie wirtualny, dzięki internetowym łączom, które pozwalają poznać autora „Dziarskiego dziadka” od chwili ukazania się jego książki.

I chociaż od jej wydania upłynęło już trochę czasu (właśnie rok), to cieszy się ona powodzeniem, zwłaszcza wśród starszych czytelników, a jej autor zyskuje coraz liczniejsze grono sympatyków.

W czym tkwi tajemnica tego sukcesu? Sama książka nie jest przecież sensacyjnym, trzymającym w napięciu bestsellerem. Nie ma w niej też towarzyskich „nowinek”, tak chętnie poszukiwanych w niektórych kręgach.

To książka przede wszystkim bardzo osobista, szczerą i bezpretensjonalną. Książka z przesłaniem, skierowana do odbiorcy niekoniecznie tylko w wieku dojrzałym.

Antoni Huczyński opisał w niej swój sposób na długowieczność. Podzielił się doświadczeniem i przemyśleniami, które zebrał w długim, ponad dziewięćdziesięcioletnim życiu. Nie znajdziemy w tej książce łatwej recepty. Poddane pod rozwagę czytelnika zalecenia, choć wydają się proste i nieskomplikowane, zapewne najbardziej trafią do wytrwałych, chociaż nie można wykluczyć, że i zasiedziali sybaryci skorzystają z rad autora. Nie jest to zresztą książka wyłącznie poradnikowa. Poprzedza ją część autobiograficzna, dzięki której nie tylko lepiej poznajemy jej twórcę, ale także przekonujemy do przedstawionych zaleceń. W jakimś sensie jest to także książka o wyborach autora, jakich dokonywał, począwszy od lat wczesnej młodości.

Nie była to szczęśliwa młodość. Przypadła na lata dopiero co odzyskanej niepodległości, okupacyjnego terroru i powojennych represji, szczególnie ostrych do czasu śmierci Stalina. Taki los przypadł w udział

le większości przedstawicieli pokolenia Kolumbów, urodzonych w latach dwudziestych polskiego międzywojnia.

Antoni Marian Romuald Huczyński, który przyszedł na świat w listopadzie 1922 roku nie był więc pod tym względem wyjątkiem. Może jedynie rodzinny

zyciorys wyróżniał go wśród rówieśników z racji grecko-polskiego pochodzenia matki, kobiety pięknej i wokalnie utalentowanej oraz ojca, wybitnie przystojnego – zawodowego wojskowego, najpierw w armii rosyjskiej, a po odzyskaniu niepodległości – wojsku polskim, gdzie awansował do stopnia pułkownika.

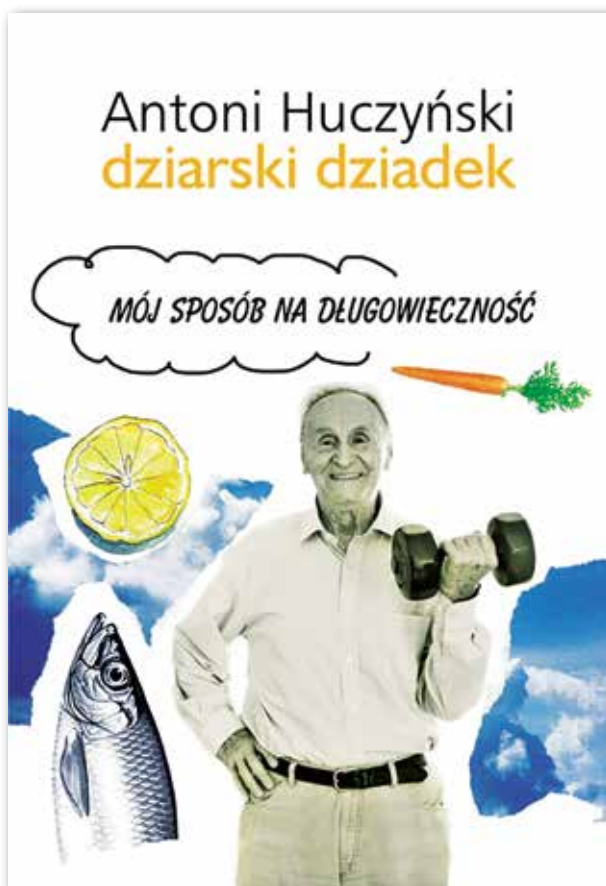
Zresztą, zwracająca powszechną uwagę aparycja ojca, była jedyną cechą, którą wątpli i chorowity syn podziwiał. Wyniesiony z dzieciństwa uraz i żal, spowodowany surowością ojca wobec dzieci, jego zamkniętym charakterem, brakiem empatii i sposobem życia, dalekim od ideału głowy domu, sprawiły, że pan Antoni nigdy nie

nawiązał z nim więzi. Blisko związany był z matką, której pomagał w trudnym okresie życia.

W latach okupacji Antoni Huczyński podjął działalność konspiracyjną w szeregach Armii Krajowej. W czasie Powstania Warszawskiego walczył w oddziałach partyzanckich w Puszczy Kampinoskiej. W rozdziałach poświęconych wojennym przeżyciom znajdzie czytelnik wspomnienie tragicznych zdarzeń i trudnych żołnierskich wyborów, wymagających odwagi i zwyczajnie – ludzkich decyzji.

Jedną z nich było darowanie życia niemieckim jeńcom, żołnierzom Wehrmachtu, wziętym do niewoli przez oddział, którym dowodził. Fakt ten zaważył potem na powstrzymaniu egzekucji partyzantów, których od esesmańskich kul ocalili tamci żołnierze.

Lata powojenne nie przyniosły oczekiwanego spokoju. Przekazanie Polski w strefę wpływów sowiec-



kich przyniosło totalitarny reżim i spowodowało represje wobec byłych żołnierzy Armii Krajowej. Wiele zagrożeń spadło także na autora książki. Na szczęście, dzięki pomocy życzliwych osób, ale i własnej przytomności umysłu, uniknął aresztowania. Dzięki temu zdał maturę, podjął pracę i dostał się na wymarzoną weterynarię. Nieco wcześniej założył także rodzinę. Krok po kroku, konsekwentnie realizował wyznaczone sobie cele, znajdując w tym szczęście, zadowolenie i satysfakcję.

Jego książka jest potwierdzeniem znanej maksymy, że „chcieć, to móc”. Potrzeba wewnętrznej dyscypliny i wychodzenia naprzeciw życiu przebija niemal z każdego jej rozdziału. W praktyce oznacza to czerpanie radości z dnia codziennego, odkrywanie świata na nowo w różnych jego przejawach: kontakcie z przyrodą, spotkaniach z ludźmi, rodziną, codziennych obowiązkach i intelektualnych pasjach. Tej niełatwej sztuki człowiek uczy się przez całe życie, i choć bywa to często trudne, nie jest niemożliwe. Uśmiechnięci żyją dłużej – twierdzi pan Antoni. I sam jest tego najlepszym przykładem. W gruncie rzeczy, jak czytamy w „Dekalogu Dziarskiego Dziadka” „nie chodzi o to, żeby długo żyć. Chodzi o to, żeby mieć dla kogo i po co”.

Antoni Huczyński jest pod tym względem człowiekiem spełnionym. Szczęśliwie przeżyte lata z żoną Barbarą, dwie wspaniałe córki, wnuczeta i mała prawnuczka nadają sens w jesieni życia. Poczucie dobrze przepracowanych lat w zawodzie lekarza wete-

rynarii, bliskość rodzinnych więzi, ciągła potrzeba fizycznej i intelektualnej aktywności sprawiają, że nie traci ducha optymizmu. Można powiedzieć, że jest urodzony „pod szczęśliwą gwiazdą”. Inna rzecz, jak wiele z tego szczęścia zawdzięcza sobie, będąc przecież także „kowalem własnego losu”.

Na utrzymanie fizycznej kondycji pracował przez lata, systematycznie ćwicząc i poddając różnym treningom hartującym ciało. Sprawność ruchowa to także nie dzieło przypadku, ani wyłącznie dobrych genów, ale codziennej gimnastyki, biegów, przysiadów, jazdy na rowerze. Przykłady zalecanej przez autora książki aktywności można by mnożyć. I nie w tym rzecz, by stosować się do wszystkich jego wskazań i zaleceń, ale by wybrać to, co dla nas dobre, stosownie do własnych potrzeb i możliwości. Po prostu spróbować...

Jest w tej książce wiele spostrzeżeń i refleksji godnych przemyślenia. Dotyczą one sztuki życia na „cztery pory roku”. Ta książka nie ma limitu wieku. Jest dla młodych, starszych i najstarszych. Młodych uczy, starszym – pomaga. To książka o pozytywnym myśleniu, także pomimo strat i rozstań, potrzebie kształtowania życiowych postaw i odpowiedzialności za własne wybory. O sensie upływającego czasu i miłości do ludzi i życia. Jest jak owocobranie z dobrego i obfitego ogrodu...

Elżbieta Domańska

Dekalog Dziarskiego Dziadka

- Nie chodzi o to, żeby długo żyć. Chodzi o to, żeby mieć żyć dla kogo i po co. Nie zajmuj się więc liczeniem dni i lat. Skup się na tym, by każdej chwili nadać sens.
- Tylko człowiek, który potrafi się zmęczyć, jest w stanie być szczęśliwy. Jeśli leżysz, wstań. Jeśli siedzisz, idź. Jeśli idziesz, biegnij!
- Dawaj zawsze więcej, niż chcesz dostać. To recepta na udaną rodzinę.
- Prościej, zawsze znaczy lepiej. I w diecie, i w miłości.
- Jedz, żeby żyć, a nie żyj, żeby jeść.
- Rutyna to zdrowie. Zmieniaj tylko to, co ci szkodzi.
- Ćwicz umysł nie mniej intensywnie niż ciało. Będziesz go coraz bardziej potrzebował.
- Nie zrzucaj odpowiedzialności za swoje zdrowie na lekarzy. Bądź szybszy niż choroba: zahartuj się, zanim cię dopadnie.
- Uśmiechaj się nawet, kiedy boli. Uśmiech jest skuteczniejszy niż tabletki z krzyżykiem.
- Nigdy nie jest za późno na nowy początek. Zawsze jest za późno na poddanie się.

Antoni Huczyński

Nasza kronika

- 13 października 2015 roku odbyła się uroczysta inauguracja roku akademickiego na UTW Woli i Bemowa z udziałem władz samorządowych obu dzielnic, przedstawicieli WAT i wielu zaproszonych gości. Obecny był poseł Michał Szczerba, przewodniczący Komisji Polityki Senioralnej w Sejmie VII kadencji. Wykład inauguracyjny poświęcony etyce w życiu publicznym wygłosiła dr Monika Rogowska-Stangret z Katedry Filozofii Uniwersytetu Warszawskiego.
- Miejsce i postrzeganie emerytów we współczesnym społeczeństwie było przedmiotem wykładu dr Beaty Machul-Telus, reprezentującej Stowarzyszenie *Pro Humanum*. Wykład zorganizowano 20 października, a jego temat: „Współczesny emeryt jako inny. Uwarunkowania marginalizacji” spotkał się z dużym zainteresowaniem słuchaczy.
- Spotkania z historią Kresów są zawsze oczekiwane. Tym razem wykład dr. Tomasza Kozłowskiego dotyczył niezwykłych miejsc i ludzi, których działalność i postawy życiowe w latach największej dla kresowian próby – okupacji sowieckiej i hitlerowskiej – były przykładem patriotyzmu i odwagi. Do nich należeli m.in. Marian Hemar i Kazimierz Wierzyński, twórcy związani ze Lwowem i Drohobyczem, kojarzonym najczęściej z osobą Bruno Schultza.
- Wykład „Napoleon i jego rezydencje”, który odbył się 3 listopada był tematycznie dopełnieniem wystawy poświęconej architekturze i sztuce francuskiej w latach panowania Napoleona Bonaparte, jaką można było zwiedzić na Zamku Królewskim w Warszawie. Zarówno wykład, jak i spotkanie ze sztuką empire prowadziła kustosz Beata Artymowska.
- Postać Agnieszki Osieckiej, autorki tekstów wspaniałych piosenek, sztuk teatralnych i recenzji jest dobrze znana większości melomanów. Jej życie i twórczość od kilku lat stały się przedmiotem zainteresowania wielu biografów. Tym razem znane i nieznane fakty z życia osobistego i twórczego poetki były przedmiotem wykładu pani Pauliny Potasińskiej, doktorantki Wydziału Polonistyki UW. Wykładowi towarzyszyła prezentacja muzyczna i filmowa. Spotkanie odbyło się 10 listopada.
- Sztuka polska w 20-leciu międzywojennym, to przykład wspaniałych osiągnięć w wielu dziedzinach twórczości. Z każdą z nich związane były nazwiska wielkich twórców. O nich i ich dziełach opowiedziała dr Magdalena Tarnowska z Instytutu Historii Sztuki UKSW. Wykład odbył się 17 listopada.
- Jak pomóc swojemu sercu? Odpowiedź na to pytanie była przedmiotem wykładu dr nauk med. Justyny Klimkiewicz, 24 listopada br. Celem spotkania było zwrócenie uwagi na profilaktykę chorób sercowo-naczyniowych.
- Inwencja i optymizm pani Jolanty Szwalbe są wyjątkową terapią na jesienne dni. Jej wykłady tchną optymizmem i zachęcają do działania. Tym razem spotkanie upłynęło na poszukiwaniu odpowiedzi na pytanie: „Jak zwyciężyć czas i mieć w sercu maj?” A było to 1 grudnia 2015 roku.
- O podróży do Peru zapewne marzy wielu z naszych słuchaczy. Kto nie chciałby zobaczyć Machu Picchu? Dlatego zaplanowaliśmy na 8. grudnia spotkanie z redaktorem „National Geographic”, Michałem Cessanisem, który opowiedział o jednej ze swoich dalekich wypraw.
- Spotkanie z profesorem Piotrem Dahligiem, z Instytutu Muzykologii UW, pamiętamy dobrze z ubiegłego roku. Wtedy było poświęcone wątkom ludowym w muzyce polskiej. Teraz – kolędom i pastorałkom. 15 grudnia wysłuchaliśmy pięknych, nastrojowych kolęd i radosnych pastorałek z różnych regionów naszego kraju.
- Spacery po Warszawie były kolejnym, ważnym punktem programu w pierwszym semestrze zajęć. Odbyliśmy je 19 i 22 października oraz 5 listopada mijającego roku. Przeszliśmy szlakiem księdza Jana Twardowskiego, którym poprowadziła nas warszawska przewodniczka, Ewa Andrzejewska; poznaliśmy również historię Ulrychowa i jego współczesne oblicze. Ostatni ze spacerów prowadził szlakiem powstańczej Starówki, ulicami: Podwałe, Jezuicką, Brzozową, Długą do placu Krasińskich. Spacer wywarł na uczestnikach duże wrażenie, co było zasługą autora i przewodnika tego wyjątkowego spaceru, Radosława Głowackiego.
- Spotkania z wielką sztuką to wystawy: „Napoleon i sztuka”, w Zamku Królewskim oraz „Mistrzowie pastel. Od Marteau do Witkacego”, w Muzeum Narodowym w Warszawie. Podziwialiśmy je 29 i 30 października oraz 26 i 27 listopada 2015 roku.

/EIDo/

Rozmaitości ze świata

Karp po żydowsku

Składniki: 1,5-2 kg karpia , 2 kg cebuli, łyżka Vegety, czubata łyżeczka masła, cukier, pieprz, sól.

Przygotowanie: Oczyszczoną i dobrze umytą rybę pokroić na dzwonka, natrzeć Vegetą i odstawić w chłodne miejsce. Z głowy (bez oczu i skrzel), kręgosłupa oraz płetw karpia ugotować dwie szklanki wywaru. Cebulę obrać, umyć, pokroić w plastry, zalać przecedzonym wywarem, gotować na wolnym ogniu. Gdy będzie miękka, przetrzeć przez gęste sito, przyprawić do smaku solą, pieprzem, cukrem i wymieszać z masłem. Do tak przyrządzonego, wrzącego sosu włożyć dzwonka ryby i gotować na wolnym ogniu ok. 40-45 minut, potrząsając od czasu do czasu rondlem, by dzwonka nie przywarła do dna. Gotową rybę ułożyć na głębokim półmisku, zalać sosem. Podawać, gdy dobrze wystygnie.

Łosoś z sosem holenderskim

Składniki: 4 filety z łososia, (po 200 g każdy), 3 żółtka, łyżka świeżo wyciśniętego soku z cytryny, 100 g margaryny, 1 łyżka drobno posiekanej natki pietruszki, pieprz, sól.

Przygotowanie: Umyte, osuszone i poprawione do smaku pieprzem i solą filety usmażyć na dobrze rozgrzanej i lekko natłuszczonej patelni grillowej. Smażenie rozpoczynamy od strony pokrytej skórą, a następnie po ok. 5 minutach odwracamy i smażymy przez kolejne 5 minut. W tym czasie miksujemy żółtka i sok z cytryny, aż do połączenia się składników. W małym rondlu rozpuszczamy margarynę. Powinna zacząć lekko skwierczeć. Rozpuszczoną margarynę wlewamy do zmiksowanych z sokiem z cytryny żółtek i ponownie wszystko miksujemy. Zgrillowanego łososia, polanego przygotowanym, gorącym sosem podajemy na półmisku. Posypujemy posiekaną natką z pietruszki. Sos można także podać osobno. Potrawa dobrze smakuje ze szparagami lub zieloną fasolką.

Francuska zupa cebulowa

Składniki: 600 g cebuli, łyżka masła, łyżka oliwy lub oleju, 2 łyżki mąki 2 wyciśnięte ząbki czosnku, 4 szklanki bulionu, kilka gałązek zielonej pietruszki, sól, pieprz, 4 grube kromki bułki paryskiej, 8 łyżek tartego sera.

Przygotowanie: W garnku masło, włożyć pokrojoną w plasterki cebulę i smażyć ok. 30. minut, cały czas mieszając. Gdy cebula zmięknie i nabierze złocistego koloru, wsypać mąkę - mieszać. Wlać bulion i doprowadzić do wrzenia. Zmniejszyć płomień, włożyć związane gałązki pietruszki, doprawić solą, czosnkiem i pieprzem. Gotować na małym ogniu ok. 30 minut. Po tym czasie wyjąć pietruszkę, zupę wystudzić i wlać do pojemnika, przykryć pokrywką i zamrozić. Po 2-3 dniach przelać do garnka i rozmrozić na wolnym ogniu. Podawać gorącą w miseczkach, posypaną startym serem. Wcześniej na dnie miseczki umieścić kromkę bułki paryskiej. Zupę można wstawić na 2-4 minuty pod gorący grill, by ser przybrał przyrumieniony kolor.

Kurczak po włosku

Składniki: 2 duże piersi kurczaka, łyżka oleju, łyżka masła, łyżka mąki, 4 łyżki wytrawnego wermutu, 2-3 pomidory (mogą być mrożone), 4 łyżki koncentratu pomidorowego, 2 ząbki czosnku, cebula, łyżeczka oregano lub tymianek, pieprz, sól.

Przygotowanie: Umyte i osuszone mięso przekroić na połówki, lekko rozbić, posypać solą i pieprzem, obtoczyć w mące. W garnku rozgrzać tłuszcz, obsmażyć mięso na rumiano na gorącym ogniu, przełożyć na talerz. Tłuszcz usunąć, do garnka wlać wino, dodać obrane ze skórki pomidory, obraną, pokrojoną w cienkie półplasterki cebulę, obrany, posiekany czosnek, przyprawy. Wszystko wymieszać i zagotować. Postawić garnek na mały ogień, nakryć i dusić sos 10 minut. Podawać z ryżem i sałatą. /EIDo/

Wydawca: Uniwersytet Trzeciego Wieku Woli i Bemowa, 01-188 Warszawa, ul. Stanisława Staszica 7/9

Redakcja: Elżbieta Domańska – redaktor prowadzący i zespół redakcyjny słuchaczy UTW Woli i Bemowa w Warszawie

Fotografie do numeru: Barbara Makowska-Kowalczyk, Wacław Łukasik, Internet

Opracowanie graficzne i skład: Adam Witkowski

Druk: Oficyna Drukarska Jacek Chmielewski

Nakład: 300 egz.

Redakcja zastrzega sobie prawo do skracania materiałów.

