

Sto lat przewrotu majowego | **Radzenko**: Zapotrzebowanie silnej ręki | **Klonowski**: Zamach nie nastąpił w pustce | Spostrzeżenia **historyka**

Rozmowa z dyrektorem „Kalinowskiego” w Niemczech: „Człowiek niemyślący jest zagrożeniem” | Machina Rosji się zacięła

KURIER WILEŃSKI

MAGAZYN

16-22 maja 2026 r.

Nr 19 (53)

Wydanie magazynowe
polskiego dziennika na Litwie
Cena: 1 euro

Doroszevska dla „Kuriera”

Szukajmy języka porozumienia w obszarze historii

Urszula Doroszevska, była ambasador RP na Litwie, opowiada o swojej nowej książce, w której opisuje doświadczenia dyplomatyczne w Wilnie, i pokazuje, jak w praktyce rodzi się dialog między naszymi narodami.

Apeluje – za tytułem wiersza Kazimierza Iłakowiczówny – że „pora się godzić”. Jej apel brzmi aktualnie także po ponad 30 latach od podpisania traktatu o przyjaznych stosunkach i dobrosąsiedzkiej współpracy między Polską i Litwą.



Fot. Marian Paluszkiewicz
Projekt okładki Apolinary Klonowski

ISSN 1392-0405



KALENDARIUM

16 maja

1628 – postanowiono odnowić epitafium Witolda w katedrze, uszkodzone w pożarze 1610 r. Wpis: „Erectio tabellae seu epitaphii divi Vitoldi principis et fundatoris ecclesiae cathedralis”. Historyk tak to przetłumaczył na prośbę „KW”: „Wzniesienie tablicy czy epitafium boskiemu Witoldowi, księciu i fundatorowi katedry”.

17 maja

2009 – Dalia Grybauskaitė wygrywa wybory prezydenckie na Litwie już w pierwszej turze, zdobywając ponad 68 proc. głosów; to ogromny sukces. Startowała jako kandydatka niezależna, poparta przez prawicę i centrum. Pierwsza kobieta na tym stanowisku. Sprawnie zepsuła relacje polsko-litewskie, choć miała charyzmę.

18 maja

1972 – w Alei Wolności w Kownie ponad 3 tys. osób gromadzi się po pogrzebie Romasa Kalanty. Pochód przeradza się w protest, wznoszono okrzyki: „Wolność Litwie!”, „Okupanci won!”. KGB namierza liderów marszu. Wojsko tłumi demonstrację. 402 osoby zatrzymane, 7 skazanych na więzienie. Represje potrwały jakiś czas.

19 maja

1922 – Litwa przyjmuje traktat mniejszościowy Ligi Narodów (tzw. mały traktat wersalski), zobowiązując się do ochrony praw mniejszości narodowych. Dla Polaków zamieszkających na Kowieńszczyźnie i w dawnej Wileńszczyźnie jest to formalne potwierdzenie praw, których realizacja w praktyce okazuje się nader ograniczona.

20 maja

1938 – ukazuje się pierwszy numer litewskiej gazety „Trzeźwość i Zdrowie”, następcy „Trzeźwej Litwy” – organu Związku Otrzeźwiania Litwy. Pismo wychodzi do 1940 r. Ruch trzeźwości, zainicjowany przez bp. Motiejusa Valančiusa w 1858 r., trwa do dziś. Przedstawiciele to np. Aurelijus Veryga czy minister Władysław Kondratowicz.

21 maja

2020 – Sejm Litwy uchwala rezolucję ogłaszającą 2021 Rokiem Konstytucji 3 Maja i Aktu Wzajemnego Zareczenia Obojga Narodów. Zareczenie to, nazywane też „litewską poprawką do Konstytucji 3 Maja” z 20 października 1791 r., dawało Litwie awans, bo 50 proc. stanowisk przypadało WKL, gdy było to państwo znacznie mniejsze.

22 maja

1920 – w Sejmie Litwy poseł A. Śnielawski odczytuje deklarację polskiej frakcji: lojalność wobec Litwy, lecz nadzieja na „węży z odrodzoną Rzeczpospolitą Polską”. Ponieważ według prawa języki mniejszości były równouprawnione, odczytał akt po polsku. Nie brakowało oburzonych, argument „lojalności” przetrwał do XXI w.



Robert Mickiewicz

Historia i teraźniejszość – ulica z ruchem dwukierunkowym

Jako historyk z wykształcenia nie lubię określenia, że historia to nic innego jak polityka robiona wstecz. Tę tezę wypowiedział bolszewicki historyk Michaił Pokrowski. Podobny pogląd na historię daje prawo politykom na instrumentalne wykorzystanie naszej przeszłości, do usprawiedliwiania bieżącej polityki, którą uprawiają, i jednocześnie wymusza na historykach dopasowanie badań do potrzeb polityków. W podobny wulgarny sposób z historii korzysta putinowska Rosja. Manipulując historią, usprawiedliwia swoją dzisiejszą agresywną politykę.

O wiele rozsądniejszy, produktywny i, co najważniejsze, przywoity stosunek do historii ustalili na początku lat 90. ubiegłego stulecia polscy i litewscy politycy. Układa się w formułę: zostawmy historię historykom. I po upływie trzech dziesięcioleci widzimy, że takie podejście przyniosło wiele korzyści zarówno obydwu narodom, pomagając rozbrajać niewypały z przeszłości, jak i samym historykom, którzy mogą spokojnie i obiektywnie, bez zwracania uwagi na polityków, robić swoje – badać naszą przeszłość i nie zważać na to, jakkolwiek byłaby zawiła, trudna i często bolesna. Nie muszą podkreślać wyników swoich badań w kierunku usprawiedliwienia bieżącej polityki.

Oczywiście wydarzenia i postaci historyczne nie mogą nie mieć wpływu na dzień dzisiejszy. Historia i postaci historyczne mogą służyć jako źródło inspiracji dla współczesnych polityków. To dotyczy również jej trudnych i bolesnych kart. Wyciągając lekcje z nich, unikamy błędów w dniu dzisiejszym.

Właśnie o styku polityki i historii w tym wydaniu magazynowym „Kuriera Wileńskiego” rozmawiają historyk i dziennikarka Ilona Lewandowska z Urszulą Doroszewską, była ambasador RP na Litwie i w Gruzji. Rozmowa toczy się wokół książki Pani Ambasador o bardzo symbolicznym tytule – „Pora się godzić. Wyzwania dyplomacji historycznej”. Książka pokazuje właśnie, jak w praktyce rodzi się dialog między narodami.

Robert Mickiewicz

Wydarzenia i postaci historyczne nie mogą nie mieć wpływu na dzień dzisiejszy. Historia i postaci historyczne mogą służyć jako źródło inspiracji dla współczesnych polityków. To dotyczy również jej trudnych i bolesnych kart.

KURIER WILEŃSKI
MAGAZYN

Ukazuje się od 1953 r. Birbynių g. 4a, LT-02121 Wilno, Republika Litewska, tel. +370 526 084 44; **Redaktor naczelny:** Robert Mickiewicz. **Zastępcy redaktora naczelnego:** Brygita Łapszewicz, Apolinary Klonowski.

Sekretarz redakcji: Piotr Łukasik. **Dziennikarze:** Honorata Adamowicz, Justyna Giedrojć, Brenda Mazur, Antoni Radczenko, Rajmund Klonowski. **Stali współpracownicy:** Piotr Hlebowicz, Elżbieta Monkiewicz, Tomasz Otocky, Anna Pawłowicz-Janczys, Tomasz Snarski, Jarosław Tomczyk. **Fotoreporterzy:** Marian Paluszkiewicz. **Skład i łamanie:** Halina Taukin. **Dział Online:** Janina Jarosz, Jolanta Balkiewicz, Apolinary Klonowski. **Dział promocji:** Andrzej Podworski – prenumerata (kolport@kurierwilenski.lt) i reklama (tel. 260 84 44, reklama@kurierwilenski.lt). **Wydawca:** VšĮ „Kurier Wileński”, Birbynių g. 4A, LT-02121 Wilno. **Druk:** VšĮ „Vilnijos žodis”. Nakład: 2500 egz.



Zadanie współfinansowane ze środków Kancelarii Senatu w ramach sprawowania opieki Senatu Rzeczypospolitej Polskiej nad Polonią i Polakami za granicą w 2026 roku. Publikacje wyrażają jedynie poglądy autorów i nie mogą być utożsamiane z oficjalnym stanowiskiem Senatu RP, Kancelarii Senatu RP ani Fundacji „Pomoc Polakom na Wschodzie” im. Jana Olszewskiego.

Redakcja zastrzega sobie prawo do skracania i adiacji tekstów. Za treść ogłoszeń redakcja nie odpowiada. Opinie Czytelników zawarte w ich listach nie zawsze są zbliżone z opinią redakcji.



Fundacja
**POMOC POLAKOM
NA WSCHODZIE**
im. Jana Olszewskiego



Rajmund Klonowski: Niebezpieczne schematy »4

Antoni Radczenko:
Zapotrzebowanie
na silną rękę »4

Narracja historyczna jest częścią naszej odporności »5-9



Urszula Doroszevska, była ambasador RP na Litwie, opowiada o swojej książce, w której opisuje doświadczenia dyplomatyczne w Wilnie i pokazuje, jak w praktyce rodzi się dialog między narodami.

Cień na Marszałku »10-11



W Polsce do dzisiaj trwa spór o zamach majowy Piłsudskiego: czy nie było innego wyjścia, czy też ważniejsza jest słaba władza parlamentarna – zastanawia się dr Patryk Tomaszewski z UMK.

Dyskretna elegancja dawnego Wilna »12-13

Każde miasto skrywa swoje niszowe muzeum – miejsce trochę zapomniane, omijane przez tłumy, a przez to jeszcze bardziej wyjątkowe. To właśnie tam najłatwiej odnaleźć dawny charakter miasta.

Skarby Muzeum Uniwersyteckiego w Toruniu »14-17



Najcenniejszą pamiątką, jaka zachowała się u nas po Uniwersytecie Stefana Batorego, jest oryginalna wileńska toga, należąca do prof. Władysława Dziewulskiego – mówi Mirosław Supruniuk.

Człowiek niemyślący jest zagrożeniem »20-24



Zbigniew Maciejewski, dyrektor polsko-litewskiego Gimnazjum im. św. Rafała Kalinowskiego w Niemieżu, które w tym roku obchodzi 80-lecie, opowiada nam nie tylko o szkolnej społeczności.

Europejska energia w „JPiI” »26-27



W dniach 13–17 kwietnia w Gimnazjum im. św. Jana Pawła II w Wilnie odbył się międzynarodowy projekt Erasmus+ „Be Part of the Change”, w którym uczestniczyli też uczniowie z Chorwacji i Czech.

Zakochać się w szparagu »28-29



Dlaczego właściwie tak cenimy szparagi? Bo są sezonowym luksusem. Delikatnym i, niestety, krótkotrwałym, a najlepszym wtedy, kiedy praktycznie jeszcze pachną ziemią.

Głęboki kryzys putinizmu »30-31



Dzień Zwycięstwa zamienił się w Dzień Porażki – taki jest odbiór tegorocznych uroczystości 9 maja w Moskwie. Władimir Putin przegrał propagandowo ten moment.

Nowe trendy w zdrowiu »32-34



Najnowsze dane pokazują, że tysiące mieszkańców Litwy żyją w permanentnym bezruchu, źle się odżywiają i coraz częściej zmagają się z problemami psychicznymi.

Krzyżówka »35



Niebezpieczne schematy

Rajmund Klonowski

W setną rocznicę zamachu majowego pojawił się wysyp komentarzy, właściwie pod jeden schemat krytykujących samo wydarzenie, jak i jego animatorów. Oczywiście, nie dziwi to w wykonaniu środowisk nacjonalistycznych, endeckich – ani też ze strony zaskakująco zbliżonych narracji środowisk postkomunistycznych i prorosyjskich. Dziwić może jednak, kiedy osoby i środowiska z jednej strony ubolewające nad zamordowaniem pierwszego prezydenta Polski Gabriela Narutowicza, z drugiej strony – w kwestii zamachu majowego przyznają rację jego mordercom. Rację i słuszość postępowania.

W tych wszystkich powtarzanych do bólu oklepnych szablonach, w tych ahistorycznych oskarżeniach i zupełnie odrealnionym pięknoduchowskim bronienu demokracji, tak jakby procedura była wartością samą w sobie, brakuje dyskusji rzeczywiście rzetelnej i operującej faktami. Dyskusji nie w imię „odbrązowienia” (jakże obłudne i pustackie jest to hasło!), ale w imię prawdy, wyciągnięcia wniosków i budowy przyszłości lepszej, niż była przeszłość. Budowy mądrzejszej.

Zamach majowy nie nastąpił w pustce, tylko w określonej rzeczywistości. Polska była targana wojenkami partyjnymi, których uczestnikom losy kraju umykały konkretnie.

Zamach majowy nie nastąpił w pustce, tylko w określonej rzeczywistości. Polska była targana wojenkami partyjnymi, których uczestnikom losy kraju umykały konkretnie. Budowa portu w Gdyni utknęła z braku pieniędzy. Te jednak pojawiały się, kiedy trzeba było zabezpieczyć interesy „CK mafii”, czyli coraz bezczelniej poczynających sobie w wojsku generałów austriackich, jak Malczewski, Rozwadowski czy Zagórski. Czyszczenie personalne czy ustawienie przetargów (jak choćby na zakup silników do samolotów, który wygrała firma gen.

Władysława Zagórskiego – a który to wydatek upośledził rozwój polskiego lotnictwa na lata) były na porządku dziennym. Podobnie codziennością była cenzura: na osobisty rozkaz premiera Wincentego Witosa skonfiskowany został cały nakład gazety, w której Józef Piłsudski krytykował partiokrację.

Przykłady można mnożyć; nie po to, żeby usprawiedliwiać czy umniejszać patologie, jakie później zapanowały podczas rządów sanacji, tylko dla pełnego obrazu rzeczywistości. O jakości przedzamachowych rządów świadczy przecież też to, że część oddziałów, początkowo wiernych rządowi (jak choćby Władysław Anders), zmieniła stronę po tym, jak generałowie Malczewski i Rozwadowski nakazali mordowanie żołnierzy strony przeciwnej, co uznano za szczególnie niehonorowe. ■



Zapotrzebowanie na silną rękę

Antoni Radczenko

Sytuacje kryzysowe zwiększają popyt na proste rozwiązania. Ewidentnie kruszy się ład światowy, który zapanował po 1945 r. Niewątpliwie przyczyniła się do tego pełnoskalowa wojna w Ukrainie. Władimir Putin złamał niepisaną zasadę, zgodnie z którą wielkie mocarstwa nie prowadzą wojen na terytorium Europy. Ten status utrzymywał się nawet podczas zimnej wojny. Dwa konkurujące ze sobą bloki państw – zarówno ZSRS, jak i NATO – prowadziły wojny zastępcze na różnych kontynentach. Pamiętając jednak tragedię II wojny światowej, nikt nie ośmielał się rozpoczynać ich w Europie. To, co wydawało się oczywistością, po roku 2014, a zwłaszcza po 2022 r., de facto przestało obowiązywać.

Swoją cegielkę do demontażu dotychczasowego ładu dołożył także Donald Trump. Wszystkie jego wypowiedzi

o możliwości wyjścia z NATO osłabiają Zachód. Sojusz ma bowiem sens tylko wtedy, gdy wszystkie państwa mówią jednym głosem. Mimo różnic przez lata udawało się ten stan utrzymać.

Brak stabilności politycznej popchnął Józefa Piłsudskiego do zamachu stanu. Rozpoczęły się rządy sanacji, które miały naprawić państwo. Oświecony absolutyzm dobrze wygląda jedynie w teorii.

Jednym z pomysłów na odpowiedź na obecny kryzys jest teoria tzw. ciemnego oświecenia, ciesząca się popularnością wśród miliarderów z Krzemowej Doliny. W dużym skrócie zwolennicy tej ideologii krytykują liberalną demokrację i egalitarne koncepcje społeczne, postulując powrót do hierarchicznych struktur władzy. Chodzi mniej więcej o przekształcenie państwa w korporację. W moim przekonaniu jest to klasyczny przejaw zapotrzebowania na władzę silnej ręki.

Podobnie było przed stu laty w Polsce. Od odzyskania niepodległości w listopadzie 1918 r. do przewrotu majowego w 1926 r. Polska miała aż 16 rządów. Właśnie brak stabilności politycznej popchnął Józefa Piłsudskiego do zamachu stanu. Rozpoczęły się rządy sanacji, które miały naprawić państwo. Państwa jednak nie udało się uzdrowić, ponieważ – jak każdy autorytaryzm – system ten doprowadził do wzrostu korupcji i nepotyzmu. Zlikwidowano również demokrację, a dawni zwolennicy przewrotu trafiali do Berezy Kartuskiej.

Oświecony absolutyzm dobrze wygląda jedynie w teorii. Oświecony monarcha, nieograniczony kadencyjnością, dobiera sobie równie oświeconych doradców. Problem polega jednak na tym, że w praktyce bardzo często brakuje właśnie owego „oświeconego monarchy”. Nawet jeśli zaczyna jako reformator, niemal zawsze kończy na prześladowaniu i zamykaniu oponentów. ■

Narracja historyczna jest częścią naszej odporności, tak samo jak odporność militarna czy bezpieczeństwo energetyczne

Rozmawiała Ilona Lewandowska

W rozmowie z „Kurierem Wileńskim” Urszula Doroszevska, była ambasador RP na Litwie (2017–2023), wcześniej także ambasador RP w Gruzji (2008–2013), opowiada o swojej książce, w której opisuje doświadczenia dyplomatyczne w Wilnie i pokazuje, jak w praktyce rodzi się dialog między narodami.



Urszula Doroszevska: Przeniosłabym dwudziestowieczne kwestie polsko-litewskie z dziedziny wymiany argumentów bardziej w dziedzinę psychologiczną. Nasze narody – Litwini i Polacy – doświadczyły w XX w. strasznych traum i nadal uczą się sobie z nimi radzić **Fot. Marian Paluszkiewicz**

Ilona Lewandowska: Kilka dni temu ukazała się Pani książka „Pora się godzić. Wyzwania dyplomacji historycznej”, która jest nie tylko zapisem pracy ambasadorskiej, lecz także świadectwem czasu, w którym Polska i Litwa na nowo odnajdują język porozumienia w obszarze historii. Co było impulsem, który sprawił, że zdecydowała się Pani ją napisać?

Urszula Doroszevska: Kiedy wróciłam już z Wilna [po zakończeniu misji ambasadorskiej w 2023 – przyp. red.], długo rozmyślałam nad tym, co właściwie wydarzyło się przez te wszystkie lata. Miałam bardzo silne przekonanie, że dokonaliśmy ogromnej zmiany – wspólnie: Litwini i my, zarówno w Wilnie, jak i w Warszawie.

Uznałam, że trzeba to udokumentować, utrwalić, bo to jest naprawdę ważne. Nasz region jest niezwykle dynamiczny, zmiany następują szybko, dlatego właśnie trzeba zachować pamięć o wypowiedziach, przeżyciach, które nas w tym czasie do siebie zbliżyły; i dlatego postanowiłam spisać tę historię.

Chęć udokumentowania tego wszystkiego wynikała również z wiedzy o tym, że rosyjska propaganda jest bardzo aktywna. Wystarczy spojrzeć na narracje dotyczące powstania 1863 r., żeby zobaczyć, jak silnie antypolskie były i są do dzisiaj rosyjskie interpretacje. Przypominam, że na dzień przed atakiem na Ukrainę Putin wygłosił przemówienie, w którym podważył historyczne podstawy ukraińskiej państwowości. »



Marcin Łapczyński, Urszula Doroszevska i Dorota Mamaj podczas prezentacji książki w Warszawie **Fot. archiwum Marcina Łapczyńskiego**

W całym regionie musimy więc trzymać się razem, a dziś widać to jeszcze wyraźniej. Narracja historyczna jest częścią naszej odporności, tak samo jak odporność militarna czy bezpieczeństwo energetyczne. Tak jak budujemy drogi, kolej Rail Baltica, tak samo musimy budować spójną, uczciwą opowieść o naszej historii. Zrozumienie tego daje nam poczucie bezpieczeństwa i wzajemnego zaufania – Polski i Litwy. To jest kluczowe.

Zanim zapoznałam się z treścią książki, miałam wrażenie, że będą to przede wszystkim wspomnienia, tymczasem książka jest bardzo solidnie oparta na źródłach i komentarzach historyków. Jak wyglądała praca nad jej powstaniem? Czy materiał do niej zbierała Pani już po zakończeniu swojej misji dyplomatycznej, czy jeszcze w jej trakcie?

Niestety, nie wpadłam na ten pomysł, gdy byłam na placówce. Gdybym planowała to wcześniej, zrobiłabym więcej notatek, zebrałabym więcej wypowiedzi różnych osób. Stąd w książce jest tak dużo cytatów – chciałam opierać się na źródłach, na tym, do czego można się odwołać, pojawia się tu więc

wiele cytatów, fragmentów artykułów, dokumentów.

Bardzo ważne są dla mnie również zdjęcia. Najważniejsze z nich to pierwsze – polskie F-16 lecące nad Rossą 15 sierpnia. Zdjęcie piękne i symboliczne.

Czytając książkę, można odnieść wrażenie, że kwestie pamięci historycznej w dialogu polsko-litewskim były niedoceniane przez Pani poprzedników. Dlaczego tak się działo?

Odwrotnie. To zostało zauważone od samego początku naszych relacji i potraktowane poważnie. Problem polegał na tym, że trudno było znaleźć odpowiedź, co z tym zrobić, jak do tego podejść. Czasem łatwiej było coś przemilczeć... Ten problem był zauważalny również w organizacji różnego rodzaju obchodów.

W książce opisuję pierwsze publiczne wydarzenie, które miałam

przeprowadzić jako ambasador: obchody 15 sierpnia, czyli rocznicy Bitwy Warszawskiej 1920 r. i Święta Wojska Polskiego. Ogromnie pomocna jest rzecz pozornie prosta – protokół. Pracując wcześniej w Kancelarii Prezydenta RP, często się z nim stykałam. Protokół pozwala uporządkować wiele spraw. Kiedy spoglądałam z tej perspektywy na uroczystość na Rossie – na to, co po kolei ma się wydarzyć – stało się jasne, że każde ważne wydarzenie musi mieć swój scenariusz. Scenariusz, który niesie przekaz i jest zrozumiały dla wszystkich. Jak było do tej pory? Składanie kwiatów, przemówienia. A hymn? Ktoś z zebranych intonował polski. Litewskiego nie było.

Dlatego stworzyłam scenariusz, którego wcześniej nie było. Może coś podobnego istniało, ale nie w takiej formie. Ten scenariusz uroczystości na Cmentarzu na Rossie został później utrzymany podczas wszystkich świąt państwowych. Jest zrozumiały i akceptowalny dla wszystkich. Został bardzo dobrze przyjęty, choć może nie przez wszystkich.

Podczas takich oficjalnych uroczystości śpiewane są teraz dwa hymny – Polski i Litwy; jest nagłośnienie z nagraniem melodiami. Przecież Piłsudski jest dla nas postacią niezwykle ważną, a wszystkie oficjalne delegacje składają tam kwiaty. Trzeba więc umieć przekazać Litwinom, dlaczego to miejsce jest istotne nie tylko dla Polaków, lecz ma znaczenie symboliczne i jest ważne dla obu naszych narodów. W przemówieniu z okazji 15 sierpnia zawsze jako ambasador podkreślałam, że składamy hołd zwycięzcy wojny z 1920 r., który obronił nie tylko Polskę, ale także Litwę i kraje bałtyckie przed bolszewikami.

W Pani spostrzeżeniach z początkowego okresu pracy w Wilnie widać ogromną chęć zrozumienia myślenia Litwinów o historii. Zapewne wymagało to dużych wysiłków. Jak udało się Pani poznać litewski punkt widzenia? »

Moja rodzina pochodzi z szeroko rozumianego Wielkiego Księstwa Litewskiego. Wiedziałam, że spalono w 1944 r. nasz dwór niedaleko Słonima. Kiedyś zapytałam babcię: „Babciu, dlaczego Białorusini spalili nasz dom?”. A babcia na to: „Nie, dziecko, to nie Białorusini spalili, nasz dom bandyci spalili”. I to jest bardzo znamienne.

Jestem socjologiem i takie rzeczy zawsze mnie interesowały. Zajmowałam się pamięcią historyczną, choć nigdy nie było mi dane pracować naukowo; komuna mi to uniemożliwiła. Moją rolą jako ambasadora było także analizowanie stosunków dwustronnych. Było dla mnie oczywiste, że w sytuacji napięć kwestie pamięci, wzajemnego zrozumienia i interpretacji wydarzeń są kluczowe. A że trzeba się nieco wysilić, by poznać litewski kontekst, to nic nowego.

„O Litwie, dalibóg! Że mniej wiem niż o Chinach” – takie słowa padają w „Dziadach” części III, podczas rozmowy w salonie warszawskim. Nasz wieszcz napisał to prawie 200 lat temu, w 1832 r. Jak widać, brak wiedzy o Litwie prześladowa nas od dawna. Na szczęście, w ostatnich latach ukazało się wiele ważnych litewskich książek po polsku, polecam np. „Wielkie Księstwo Litewskie – wspólna historia, podzielona pamięć” Alfredasa Bumblauskasa, książkę wydaną przez Muzeum Historii Polski przy wsparciu Ambasady RP w 2013 r.

Co najbardziej zaskoczyło Panią w litewskim odbiorze naszej wspólnej historii?

Powiem szczerze, wszystko mnie zaskoczyło. Może najbardziej interpretacja z okresu międzywojennego i to, co wówczas znajdowało się w podręcznikach szkolnych. Ale przeniosłabym dwudziestowieczne kwestie polsko-litewskie z dziedziny wymiany argumentów bardziej w dziedzinę psychologiczną: nasze narody – Litwini i Polacy – doświadczyły w XX w. strasznych traum i nadal uczą się sobie z nimi radzić.

Bardzo często jest tak, że argumenty wynikają z braku poczucia bezpieczeństwa, ze strachu jednych przed drugimi. I w tym właśnie kontekście bym to widziała, najpierw trzeba zapewnić bezpieczeństwo, bo sama wymiana argumentów po dwóch stronach może do niczego nie prowadzić.

Zajmowałam się pamięcią historyczną, choć nigdy nie było mi dane pracować naukowo; komuna mi to uniemożliwiła. Moją rolą jako ambasadora było także analizowanie stosunków dwustronnych. Było dla mnie oczywiste, że w sytuacji napięć kwestie pamięci, wzajemnego zrozumienia i interpretacji wydarzeń są kluczowe. A że trzeba się wysilić, by poznać litewski kontekst, to nic nowego.

O wiele łatwiej prowadzić dialog o trudnych wydarzeniach z przeszłości, gdy poprzedziło go współdziałanie w ramach NATO, współpraca w dziedzinie energetyki – kiedy oba kraje, Litwa Polsce i Polska Litwie, świadczą, że tak powiem, usługi wzajemnego dzielenia się bezpieczeństwem. Wtedy różne kwestie sporne zaczynamy widzieć w zupełnie innym świetle. Możemy o nich rozmawiać bez strachu.

W książce wspomina Pani również Jerzego Giedroycia. Rozmawiamy w czasie, gdy jego 120. urodziny zostały właśnie upamiętnione w Wilnie przez Polaków i Litwinów. Jak zetknęła się Pani z jego poglądami?

To, co pisała paryska „Kultura”, towarzyszy mi od wczesnej młodości. Już w latach 70. jej idee przenikały

do Warszawy. „Kultura” była czytana, zapoznawałam się z nią, gdy byłam jeszcze w szkole średniej. Teksty Giedroycia, Mieroszewskiego dotyczące naszego regionu były dla nas niezwykle ważne. W środowiskach intelektualnych i opozycyjnych było oczywiste, że musimy rozumieć Ukraińców, Litwinów, Białorusinów, że tworzymy pewną wspólnotę.

A powojenne działania komunistów, polegające na twardym podziale terytorialnym, miały nas skłócić. I to było jasne nawet dla tych środowisk, które same ucierpiały, tracąc swoje ojczyzny. Tak silny był wpływ myślenia „Kultury”. Wrogiem byli Sowietci, a nie narody żyjące obok nas.

Przywołuje Pani również rodzinne doświadczenia. Píše Pani: „Moja cioteczna prababka, Maryna Falska z domu Rogowska, na początku XX w. współpracowała z Piłsudskim w łódzkim PPS. Zostało po tym epizodzie sporo rodzinnych opowieści”. Czy te okoliczności miały również wpływ na kształtowanie się Pani spojrzenia na Litwę?

Na pewno jest tak, że to stanowisko życzliwości wobec innych narodów, które mieszkaly w Rze- ➤



W prezencji książki wzięli udział: Urszula Doroszevska, prof. Henryk Litwin, dr Adam Eberhardt, a rozmowę poprowadził Laurynas Vaičiūnas Fot. Maciej Piotrowski

czypospolitej, i chęci współpracy z nimi, jest bardzo w duchu piłsudczykowski. Nie mówię tu o całym dziedzictwie Piłsudskiego – to można oceniać osobno – ale o tym, jak wyglądały dwa podejścia: endeckie i piłsudczykowskie. I tutaj, instynktownie, może rzeczywiście częściowo z przyczyn rodzinnych, pewne rzeczy wydają się od razu słuszne, a inne są nie do przyjęcia. To jest po prostu w rodzinnym przekazie.

Czy w relacjach polsko-litewskich historia jest dziś bardziej przeszkodą, czy raczej potencjałem, który można twórczo wykorzystać?

Rzeczywiście dopiero teraz odkrywamy ten potencjał i zaczynamy go rozwijać. Nadrabiamy zaległości we wzajemnym zrozumieniu, które przez wiele lat było ograniczone; uczymy się siebie nawzajem. Ale z drugiej strony – pojawiają się agresywne próby skłócenia nas. I tu

O wiele łatwiej prowadzić dialog o trudnych wydarzeniach z przeszłości, gdy poprzedziło go współdziałanie w ramach NATO, współpraca w dziedzinie energetyki – kiedy oba kraje, Litwa Polsce i Polska Litwie, świadczą, że tak powiem, usługi wzajemnego dzielenia się bezpieczeństwem.

trzeba bardzo uważać, bo to narasta. Mogą się pojawiać różne wrogie narracje dotyczące naszej historii.

Opisane przez Panią wydarzenia były koordynowane lub inicjowane przez Ambasadę RP. Ale przecież polsko-litewskie zrozumienie w obszarze historii to nie tylko sprawa dyplomatów. Jakie środowisko czy grupa społeczna mogą pomóc w przełamywaniu stereotypów we wzajemnych relacjach? Czyje to zadanie w szerszym kontekście?

Jeżeli w ogóle uważamy, że ludzie mają przed sobą jakieś zada-

nia – a dziś dominuje narracja, że najważniejsze jest dbanie o własne potrzeby; a chyba mamy jeszcze takie XIX-wieczne podejście, że człowiek ma obowiązki wobec społeczeństwa, że trzeba w życiu coś zrobić – to jest to pewna odpowiedzialność, która stoi przed grupami społecznymi przygotowanymi do działania. Myślę, że właśnie ta tradycyjna inteligencja. Niemalo jest ludzi zarówno w Polsce, jak i na Litwie, którzy są zainteresowani budowaniem dialogu; niemalo jest historyków zarówno po polskiej, jak i po litewskiej stronie. Także mieszkający na Litwie Polacy, którzy coraz głębiej odkrywają swoją tożsamość, mogą dużo wnieść do tego procesu.

Warto wspomnieć tu również o roli samorządów, które potrafią współpracować z partnerskimi samorządami na Litwie. To na ogół miejscowości, gdzie mieszkają dawni przesiedleńcy z Wileńszczyzny, którzy starają się życzliwie rozumieć Litwę. »



Ursula Doroszevska: Scenariusz uroczystości na Cmentarzu na Rossie, który stworzyłam, został później utrzymany podczas wszystkich świąt państwowych Fot. Marian Paluszkiewicz

Które z opisanych w książce działań – konferencje, wystawy, spotkania – okazały się Pani zdaniem najbardziej przełomowe?

Myślę, że przełomowe było wszystko, co wydarzyło się wokół pamięci Józefa Piłsudskiego. Myśmy to odczuli bardzo szybko, jako nagłe zrozumienie ze strony Litwinów, że nie mamy złych intencji.

W skali regionu ogromne znaczenie miał oczywiście pogrzeb powstańców styczniowych. To było wydarzenie bardzo symboliczne, w którego organizacji braliśmy udział jako ambasada, i odbiło się ogromnym echem nie tylko na Litwie i w Polsce, lecz także na Białorusi i w innych krajach regionu. Oczywiście dla Białorusinów to było szczególnie ważne, kiedy nagle, w chwili bardzo intensywnych dążeń do budowania demokracji, w symboliczny sposób, jakby z grobu, powrócił ich narodowy bohater – Konstanty Kalinowski. To rzeczywiście było nadzwyczajne. Na Rosji jest teraz narodowe sanktuarium polsko-litewskie, odbywają się tam uroczystości państwowe. To wszystko bardzo wzmocniło naszą regionalną identyfikację.

Czy po napisaniu książki fraza: „pora się godzić”, brzmi dla Pani bardziej jak apel, czy jak realna możliwość?

Kazimiera Iłakowiczówna, kiedy pisała wiersz pt. „Pora się godzić” w latach 30. XX w., przeżywała bardzo ciężki czas – zamknięta była granica między Polską a Litwą, nie mogła odwiedzić grobu swojej matki w Dubinkach. Ona rozumiała jedność dawnych tradycji Korony i Wielkiego Księstwa Litewskiego i dla niej to rozzerwanie było tragedią. A potem przyszły jeszcze straszniejsze wydarzenia. I dziś jej apel brzmi chyba bardziej przekonująco i dla wszystkich zrozumiale, pięknie wpisuje się w naszą obecną współpracę.

Wspominając mój pobyt w Wilnie, mam wrażenie, że nieustannie chodziłam po cmentarzach. Co kilka dni towarzyszyłam politykom podczas składania wieńców na Rosji i Antokolu, uczestniczyłam w uroczystościach żałobnych ofiar z okresu wojny, polskich, żydow-



Książka Urszuli Doroszevskiej „Pora się godzić. Wyzwania dyplomacji historycznej” została wydana przez Kolegium Europy Wschodniej im. Jana Nowaka-Jeziorańskiego we Wrocławiu **Fot. materiały prasowe**

skich i litewskich. I ten czas poświęcony także nad refleksją o tym, czego oczekivaliby od nas tam spotykający, uważam za bardzo cenny.

Myślę, że przez kilkadziesiąt lat po wojnie rozmowa o tych najtrudniejszych wydarzeniach była niemożliwa, ciosy były zbyt bolesne i ludzie zamykali się w milczeniu.

W pewnym momencie, już w niepodległej Litwie, badaniem historii zajęli się młodzi historycy, zaczęły się kontakty z badaczami polskimi i pierwsze dyskusje.

Podczas jednego z organizowanych przez nas wydarzeń dobry duch porozumienia polsko-litewskiego – prof. Alvydas Nikžentaitis – mówiąc o historii Ponar, zauważył, że w jego przekonaniu postępowanie w sprawach szczególnie trudnych powinno przebiegać trójetapowo: najpierw rzetelne badania naukowe, następnie upowszechnienie zdobytej wiedzy na różnych forach, a wreszcie – „muzealizacja” tych wydarzeń, aby włączyć je w proces edukacji. To ona zachęca młodzież szkolną do odwiedzania wystaw i nadaje pożądaną kierunek wiedzy, którą prezentują. Taka „muzealizacja” i edukacja są konieczne, by efekty pracy historyków czy dyplomatów były utrwalone. Wreszcie, ta wiedza powinna trafić do szkolnych podręczników. Ale potrzebujemy również po prostu czasu.

Podsumowując, wydaje mi się, że potrafimy się już pogodzić, choć to nie znaczy, że mamy być we wszystkim zgodni. Jest jeszcze wiele tematów do przemyśleń, trzeba rozmawiać, organizować konferencje naukowe, pisać książki, dyskutować. To już jest w naszym zasięgu. ■



Ambasador Urszula Doroszevska wielokrotnie była gościem redakcji „Kuriera Wileńskiego” i życzliwie odnosiła się do sytuacji polskich mediów **Fot. Marian Paluszkiewicz**



Patryk Tomaszewski: Józef Piłsudski niewątpliwie nadal cieszy się popularnością, ale przede wszystkim ze względu na okres odzyskiwania przez Polskę niepodległości w 1918 r. Fot. Andrzej Romański, UMK w Toruniu

Przewrót majowy kładzie cień na Marszałku

Rozmawiał Antoni Radczenko

W Polsce do dzisiaj trwa spór o zamach majowy: czy warto wybaczyć Piłsudskiemu, ponieważ nie było innego wyjścia, czy też ważniejsza jest nawet słaba władza parlamentarna opierająca się na podstawach prawnych – mówi dr Patryk Tomaszewski z Wydziału Nauk o Polityce i Bezpieczeństwie Uniwersytetu Mikołaja Kopernika w Toruniu.

Antoni Radczenko: Przed stu laty, 12 maja, rozpoczął się zamach majowy, który utorował powrót do władzy Józefowi Piłsudskiemu. Jako przyczynę zamachu podaje się znużenie Marszałka walkami politycznym wewnątrz kraju, które jego zdaniem prowadziły do chaosu. Czy faktycznie były rzeczywiste przesłanki do tego, że w 1926 r. Polska pogrąży się w chaosie?

Patryk Tomaszewski: Sytuacja przed majem 1926 r. była skomplikowana. Żadna z partii politycznych nie mogła zbudować stabilnej większości w Sejmie. Rządy często się zmieniały; ostatni przed zamachem majowym był trzecim rządem Wincentego Witosa. Niepodle-

głość przyszła w listopadzie 1918 r., a od tego czasu funkcjonowały też rządy innych premierów.

Nie było stabilności, politycy się kłócili. Stronnictwa polityczne – lewica, prawica, ludowcy oraz duży blok mniejszości narodowych – nie potrafiły się porozumieć. To prowadziło do upadków kolejnych rządów. Odpowiedzią na to były doniesienie, że Piłsudski jest zmęczony ciągłym politykierstwem i kłótniami polityków, a sytuacja międzynarodowa była niepewna. Niemcy zaczęły odgrywać większą rolę na arenie międzynarodowej.

Właśnie te okoliczności powodowały dyskusje: czy nie warto oddać władzy w silne ręce i wyjść nieco poza parlamentaryzm. Do dzisiaj, przede

wszystkim wśród historyków, toczy się dyskusja: czy warto było zostawić słabą demokrację, ale działającą na podstawie konstytucji marcowej, czy tę demokrację obalić, czyli drogą nielegalną przejąć władzę i wprowadzić rządy mające charakter autorytarny, ale oparte na silnym przywództwie Józefa Piłsudskiego, który cieszył się poparciem niektórych partii politycznych. I ni dotyczyło to tylko wojskowych. Piłsudskiego wspierały Polska Partia Socjalistyczna i Polskie Stronnictwo Ludowe „Wyzwolenie”.

Sytuacja była nader skomplikowana. Konstytucja została złamana, a legalne władze w drodze przymusu zostały odsunięte. Spór o to trwa do dziś. »

Po przewrocie majowym rozpoczynają się rządy sanacyjne. Jak możemy je ocenić? Warto dodać, że sanacja nie była zjawiskiem jednolitym. Z czasem się zmieniała.

Wydarzenia majowe, czyli trzy dni zamachu, spowodowały przyjęcie władzy przez obóz piłsudczykowski, który w znacznej mierze opierał się na wojskowych. Trzeba wspomnieć, że przewrót przyniósł śmierć 215 żołnierzy i 164 cywili. Choć Piłsudski miał krew na rękach, to jednak pamiętano jego zasługi w odbudowie państwa, szczególnie w 1918 r.

Po przewrocie Stanisław Wojciechowski rezygnuje z prezydentury, a władza przechodzi do obozu sanacyjnego. Ten obóz z czasem zaczyna prowadzić politykę niechętną wobec opozycji. Co to oznaczało? Szkalowanie i prześladowanie posłów opozycyjnych. Ostatecznie podczas tzw. wyborów brzeskich [w 1930 r. – przyp. red.] część posłów została zamknięta w twierdzy wojskowej w Brześciu. Później został zbudowany obóz odosobnienia w Berezie Kartuskiej. Władza sanacyjna posługiwała się hasłami uporządkowania systemu wewnątrz państwa i wprowadzenia stabilności, której nie dawała demokracja.

W kolejnych latach sytuacja wewnątrz kraju się zaostrzała. Niektórzy politycy, którzy na początku popierali przewrót, jak np. działacze PPS, z czasem przyznali, że był to błąd. Oczekiwano, że Piłsudski, przejmując władzę, uporządkuje system polityczny, ale nie doprowadzi do rozwoju korupcji i nepotyzmu. Z tymi zjawiskami Polska miała jednak do czynienia po 1926 r. Możemy uznać, że kraj po 1926 r. zmierzał w stronę autorytaryzmu.

Znamienne są następujące wydarzenia. Wybory brzeskie, kiedy walka z opozycją przybiera charakter walki fizycznej. Później jest Bereza Kartuska, gdzie przytrzymywano polityków. Chociaż duża część to byli Ukraińcy, którzy walczyli o niepodległość, nie unikając metod terroryzmu. Jeszcze później mamy wprowadzenie konstytucji kwietniowej, w której jest mowa, że prezydent Polski „odpowiada przed Bogiem i historią”. To mocne odcięcie się od demokracji, w ramach której obywatele mogą od-

wołać prezydenta lub mieć na jego postępowanie jakiś wpływ.

W 1935 r. umiera marszałek Józef Piłsudski i zaczyna się walka o schedę po nim. Mamy prezydenta Ignacego Mościckiego, który rościł sobie prawa do bycia następcą. Mamy też marszałka Edwarda Rydza-Śmigłego, który też aspirował do tej roli. Władza wykonawcza stawiała się coraz silniejsza. Partie polityczne miały coraz mniej do powiedzenia, a część działaczy, którzy początkowo popierali przewrót, z czasem się rozczarowała, byli nawet prześladowani.

W okresie międzywojennym rządy autorytarne nie były rzadkim zjawiskiem. Jak wypada polska sanacja na tle Węgier lub Litwy?

Rządy autorytarne charakteryzują się tym, że nie przejmują pełnej kontroli nad ludźmi. W jakimś stopniu dopuszczana jest wolność słowa. Są partie polityczne, który utrudnia się działalność, ale mimo wszystko działają. System zachowuje pewne elementy demokracji.

Niemniej osobom krytycznym wobec władzy trudno znaleźć pracę. Szczególnie jeśli chcieliby być urzędnikami państwowymi czy zachować swoje stanowiska w wojsku. Ta sytuacja jest podobna we wszystkich reżimach autorytarnych. Czy to na Litwie Antanasa Smetony, czy na Węgrzech Miklósa Horthyego. Nasilenie walki z opozycją następuje zazwyczaj w momentach, kiedy słabnie poparcie społeczne. Bo w pewnym momencie rządy autorytarne zyskują duże poparcie, ponieważ ludzie wybierają stabilność. Jednak z czasem, gdy reformy się nie udają i sytuacja się nie polepsza, zyskuje opozycja.

Zazwyczaj im dłużej trwa autorytaryzm, tym staje się coraz bardziej brutalny wobec obywateli. Dlatego europejskie autorytaryzmy nie różniły się znacząco między sobą. Za to różniły się ze względu na osoby sprawujące władzę. Horthy był wojskowym i regentem. Smetona był prezydentem i politykiem cywilnym. Natomiast Piłsudski, będąc marszałkiem, oficjalnie władzy nie przyjął.

Wydarzenia majowe, czyli trzy dni zamachu, spowodowały przyjęcie władzy przez obóz piłsudczykowski, który w znacznej mierze opierał się na wojskowych.

Po 1989 r. w Polsce faktycznie panuje kult Piłsudskiego. Z jednej strony są stawiane mu pomniki i jego nazwiskiem nazywają ulice. Z drugiej – przewrót majowy jest bezpośrednio powiązany z osobą Marszałka. Jaki jest obecnie stosunek w Polsce do przewrotu majowego?

Józef Piłsudski niewątpliwie cieszy się popularnością, ale przede wszystkim ze względu na okres odzyskiwania przez Polskę niepodległości w 1918 r. Oprócz Piłsudskiego wówczas działali też inni mężowie stanu, m.in.: ludowiec Wincenty Witos, narodowiec Roman Dmowski, chadek Wojciech Korfański czy socjalista Ignacy Daszyński. Piłsudski ma wiele ulic, wiele pomników, ale rzadko się wspomina o przewrocie majowym.

Przewrót kładzie cień na Marszałku, ponieważ władza została przejęta w sposób nielegalny. Część wojska nie poparła zamachu, stanęła po stronie rządu i to doprowadziło do bratobójczych walk pomiędzy dwoma stronami. Zwłaszcza terazniejsze Polskie Stronnictwo Ludowe bardzo mocno podkreśla, że władza legalna została obalona. Dzieje się tak, ponieważ założyciel ruchu ludowego Wincenty Witos był wówczas premierem. W przypadku polityków odwołujących się do myśli sanacyjnej – traktują oni zamach jako pewną konieczność.

Generalnie dzisiaj mało się mówi o samym zamachu. W podręcznikach historycznych jest traktowany jako przewrót. Polskie podręczniki starają się też pokazać wszystkie niuanse, czyli skomplikowaną sytuację wewnętrzną, która determinowała Józefa Piłsudskiego. Mówi się też o ofiarach zamachu i o tym, że legalnie obowiązująca konstytucja marcowa została złamana. ■

Willa na Portowej – dyskretna elegancja dawnego Wilna. 18 maja to Międzynarodowy Dzień Muzeów

Justyna Giedroń

Każde miasto skrywa swoje niszowe muzeum – miejsce trochę zapomniane, omijane przez tłumy, a przez to jeszcze bardziej wyjątkowe. To właśnie tam najłatwiej odnaleźć dawny charakter miasta i ślady ludzi, którzy kiedyś nadawali mu niepowtarzalny klimat.



Willa przy ulicy Portowej 22 została zbudowana w 1938 r. według projektu Jana Borowskiego i Izaaka Smorgońskiego

Fot. materiały prasowe „Pamėnkalnio vila”

W Wilnie takim miejscem jest „Pamėnkalnio vila”, przedwojenna willa należąca niegdyś do Stanisławy i Antoniego Kiaksztów. To miejsce zachowało w sobie dyskretną elegancję dawnego Wilna i atmosferę, której nie sposób znaleźć w popularnych atrakcjach turystycznych.

Od 2004 do 2024 r. w domu przy ul. Pamėnkalnio 34 czynne było Dom – Muzeum Venclovów.

– W 2024 r. muzeum zostało przekształcone i obecnie funkcjonuje jako „Pamėnkalnio vila”. Przedtem na piętrze mieściło się Centrum Kultury Etnicznej, zaś na parterze mieszkała rodzina Venclovów. Antanas Venclova był litewskim pisarzem, ojcem Tomasa Venclovy. Przyszły poeta, publicysta, tłumacz spędził tu swoje dzieciństwo – opowiada Justina Juozėnaitė, kuratorka placówki.

Willa przy ulicy Portowej 22 została zbudowana w 1938 r. według projektu Jana Borowskiego i Izaaka Smorgońskiego.

– Rok wcześniej według projektu tych architektów zbudowano znajdującą się obok kamienicę pod nr. 32. Obecnie jest to wielomieszkaniowy budynek mieszkalny, który został wybudowany jako dom przeznaczony pod wynajem mieszkań. Współwłaścicielami budynku byli adwokat, członek Polskiej Partii Socjalistycznej Stanisław Bagiński oraz Anna Hansenowa. Willa, w którym do niedawna mieścił się Dom – Muzeum Venclovów należał do Stanisławy i Antoniego Kiaksztów – kontynuuje rozmówczyni.

Historia kryje wiele tajemnic

Stanisława była wziętą wileńską adwokatką, zaś Antoni Izidor Kiakszto (1884–1960) – polskim lekarzem wojskowym, pułkownikiem i komendantem Szpitala Wojskowego na Antokolu w latach 1936–1939.

– Posiadamy informacje, że leczył żołnierzy Armii Krajowej, za co w 1941 r., przed wkroczeniem do Wilna »

wojsk niemieckich, został schwyty przez Sowieców i wieziony w głąb Rosji. Jednak w pociągu doszło do dywersji – wagony zostały odłączone, dzięki czemu Antoni uciekł i pozostał w Wilnie. Mieszkał tu do 1944 r. Wtedy, po powrocie do miasta Sowieców, został ponownie schwyty, ale wkrótce uwolniony. W 1945 r. sprawa została zamknięta i Antoni z synem Eugeniuszem wyjechał do Polski w ramach repatriacji. Stanisława zmarła w 1941 t., pochowano ją na cmentarzu na Antokolu. Wiemy, w którym miejscu znajduje się jej mogiła; mamy nawet zdjęcie nagrobka z napisem „Stanisława Kiakstowa, adwokat, 1941-07-07” – opowiada kuratorka placówki.

Antoni Kiakšto zmarł w 1960 r. Dokumenty podają, że mieszkał w Ożarowie Mazowieckim pod Warszawą, przy ul. Mickiewicza 14/9. Został pochowany na Cmentarzu Ołtarzewskim.

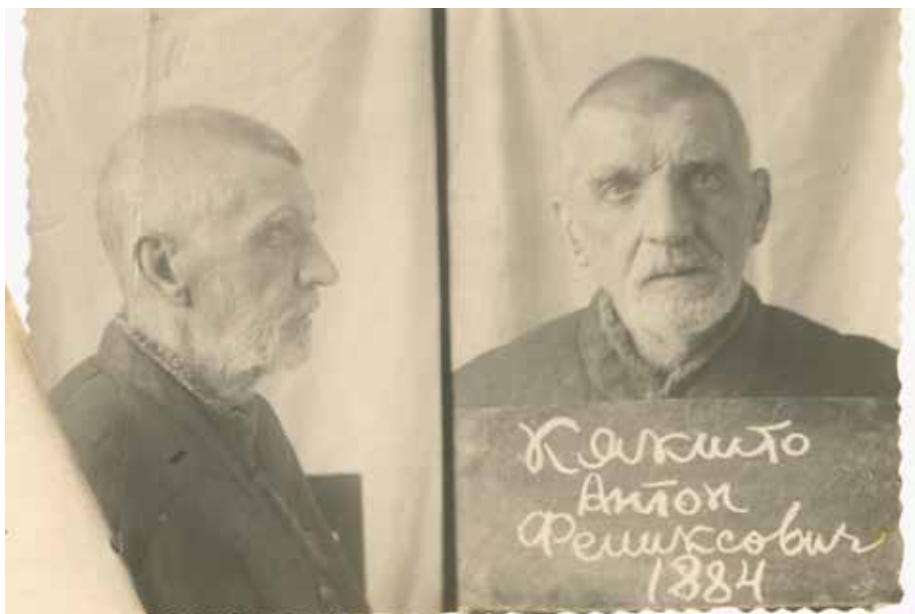
Historia rodziny wciąż owiana jest wieloma nieznanymi szczegółami: nie wiadomo, gdzie i kiedy zawarli związek małżeński, nie zachowały się żadne zdjęcia Stanisławy Kiakstowej, brak dokumentów potwierdzających rok jej urodzenia (zmarła przypuszczalnie w wieku ok. 50 lat). Niewiadome są także losy ich jedyne go syna Eugeniusza (ur. w 1922 r.).

Mieszkali tu znani artyści

Stanisława, Antoni i ich syn Eugeniusz początkowo mieszkali przy ul. Benedyktyńskiej 2/4. Ich dom przy ulicy Portowej 22 został oddany do użytku w 1938 r.

Zachowały się dokumenty z 7 maja 1937 r. z prośbą dr. Antoniego Kiakšto o pozwolenie na budowę „domu wyłącznie na własny użytek”. Na drugiej stronie podania zachował się tekst

W czasach sowieckich dom rodzinny Kiakšto został znacjonalizowany i podzielony na dwa mieszkania. W 1946 r. na parterze zamieszkała rodzina pisarza Antanasa Venclovy, która spędziła tam ćwierć wieku.



Zdjęcie Antoniego Kiakšto przypuszczalnie zostało wykonane po jego aresztowaniu w 1941 r. **Fot. Litewskie Archiwum Specjalne**

z własnoręcznie napisanym życiorysem: „Urodziłem się w Mińsku 22 V 1884 r. z ojca Feliksa i matki Bronisławy z Tanajewskich. Braci nie mam, siostrę mam jedną. Jestem żonaty. Jestem komendantem Szpitala Wojskowego na Antokolu w randze pułkownika”.

Właściciele nowoczesnej willi wynajmowali część pokoi. Wśród mieszkańców było wiele postaci nieprzeciętnych i szanowanych, dziś niestety niemal zapomnianych.

Mieszkali tu znani artyści oraz przedstawiciele świata kultury. Wśród nich: Leopold Tyrmand (1920–1985), polski pisarz i publicysta, popularyzator jazzu w Polsce; jego przyjaciel architekt Leszek Zawisza (1920–2014); litewski aktor Juozas Siparis (1894–1970); reżyser Romualdas Juknevičius (1906–1963). W pobliżu, przy ulicy Podgórnej 5 (obecnie ul. Pakalnės), mieszkał Czesław Miłosz (1911–2004).

Rodzina Kiakšto niedługo cieszyła się nowocześnie urządzonego domu. Wojna, śmierć Stanisławy w 1941 r., a następnie przymusowa repatriacja Antoniego i Eugeniusza bezpowrotnie zniszczyły wszystkie marzenia i plany. Przedwojenna sielanka, pełna spokoju i nadziei, przeminęła, pozostawiając po sobie jedynie wspomnienia.

Przykład modernistycznej architektury Wilna

W czasach sowieckich dom rodzinny Kiakšto został znacjonalizo-

wany i podzielony na dwa mieszkania. W 1946 r. na parterze zamieszkała rodzina pisarza Antanasa Venclovy, która spędziła tam ćwierć wieku. Na drugim piętrze mieszkała rodzina działacza partyjnego Feliksa Bieļiauskasa, który wprowadził się tam rok wcześniej.

Następnie mieściły się tu różne instytucje: Muzeum Pisarzy Wileńskich, Gabinet Pamięci Antanasa Venclovy, a później Centrum Kultury Etnicznej. Latem 2004 r. pierwsze piętro przemianowano na Dom – Muzeum Venclovów.

Od 2025 r. placówka jako „Pamėnkalnio vila” jest zarządzana przez instytucję pożytku publicznego „Vilnius, UNESCO literatūros miestas”. Na razie nie jest dostępna dla zwiedzających. Trwa przygotowanie nowej ekspozycji, którą planuje się udostępnić dla zwiedzających w czerwcu br.

– Od 8 czerwca będzie czynna wystawa z okazji 50-lecia powstania Litewskiej Grupy Helsińskiej oraz zaprezentowana zostanie ekspozycja nawiązująca do powojennej inteligencji w okresie sowieckim. Ponadto można będzie obejrzeć autentyczny wystrój wnętrz z lat 50. ub.w. oraz meble w stylu art déco – opowiada Justina Juozėnaitė.

Obecnie w podwórku czynna jest wystawa planszowa opowiadająca o losach ludzi związanych z tym wyjątkowym miejscem. ■

Skarby Muzeum Uniwersyteckiego. Z wizytą w Toruniu cz.2

Jarosław Tomczyk

Najcennieszą pamiątką, jaka zachowała się u nas po Uniwersytecie Stefana Batorego, jest oryginalna wileńska toga, należąca do prof. Władysława Dziewulskiego – mówi Mirosław Supruniuk, dyrektor Muzeum Uniwersyteckiego w Toruniu. – Rzeczy wileńskich nie mamy wiele, przede wszystkim staramy się gromadzić ślady życia ludzi, o których w PRL w ogóle nie można było mówić.



Oryginalna wileńska toga prof. Władysława Dziewulskiego (w środku) i odkryty portret dziekański prof. Jana Prüffera
Fot. Jarosław Tomczyk

W poprzednim magazynie „Kuriera Wileńskiego” Mirosław Supruniuk, dyrektor Muzeum Uniwersyteckiego w Toruniu, oraz jego żona Anna – dyrektor Archiwum Uniwersytetu Mikołaja Kopernika – opowiedzieli nam o profesorach Uniwersytetu Stefana Batorego, którzy po wojnie przybyli do Torunia i założyli w nim uniwersytet. W drugiej części naszego spotkania państwo Supruniukowie zapraszają w progi Muzeum Uniwersyteckiego, by pokazać nam pamiątki, które zachowały się po Wilnianach, i zaprezentować główny nurt jego działalności.

Profesorska toga

Zwiedzanie rozpoczynamy od znajdującej się na parterze, przestronnej Sali Rektorów, w której odbywają się uroczyste wydarzenia uniwersyteckie, a na co dzień

ćwicz chór akademicki Uniwersytetu Mikołaja Kopernika w Toruniu. To tutaj znajdują się materialne ślady po profesorach Uniwersytetu Stefana Batorego, którzy w 1945 r. przyjechali do Torunia.

Mirosław Supruniuk: Większość pamiątek, które przewieźli, albo trzeba było potem sprzedać, żeby żyć, albo odziedziczyły je rodziny, które się później rozjechały po świecie. Pamiątek po Wilnie zachowało się w Toruniu ekstremalnie mało. To, co udało nam się zebrać i co nadaje się do ekspozycji w naszym muzeum, to zupełnie drobiazgi. Najcennieszą wileńską pamiątką po USB jest oryginalna wileńska toga, należąca do prof. Władysława Dziewulskiego, wybitnego astronoma i fizyka, który w Wilnie był rektorem, a w Toruniu – pierwszym prorektorem, jednym z twórców uniwersytetu. »

Anna Supruniuk: Prof. Dziewulski bardzo długo po wojnie, w sposób taki manifestacyjny, chodził w tej todze na wszystkie uroczystości uniwersyteckie. Wydaje mi się, że były tylko dwie togi, zanim UMK dorobił się własnych. Oprócz tej, także toga prof. Karola Koranyiego, który przywiózł swoją ze Lwowa. Funkcjonują one w przestrzeni uniwersytetu na zdjęciach z lat 40. i 50., choćby tych prezentujących wręczenie prof. Dziewulskiego doktoratu honoris causa.

M.S.: Toga wileńska w projektach Ferdynanda Ruszczyca nawiązywała do tradycyjnej togi rektora Piotra Skargi. Kolory zależały od wydziału, każdy – co jest ogólnouniwersytecką tradycją na świecie – miał inne, własne barwy. Na przykład Wydział Matematyczno-Przyrodniczy to kolor wiśniowy z ciemnozielonym szamerunkiem. Elementem łączącym był wewnętrzny, biały fragment kaptura z szamerunkiem. Toga prof. Dziewulskiego miała być pochowana wraz z nim w grobie, ale ostatecznie rodzina zdecydowała o jej zachowaniu.

A.S.: W Polsce zachowały się jeszcze tylko dwie togi wileńskie, o których wiemy. Jedna w Muzeum Uniwersytetu Medycznego w Gdańsku, druga – Wydziału Humanistycznego – na Uniwersytecie Jagiellońskim. Nie można wykluczyć, że gdzieś w prywatnych rękach są jeszcze inne.

M.S.: W naszych zbiorach mamy też przedwojenną czapkę studencką z 1939 r., z symbolem USB – Trzema Zębami, herbem Stefana Batorego.

Przeszczepiony ceremonial

A.S.: Dokumenty papierowe USB zostały w Wilnie i są tam dostępne. Jest to największe przedwojenne archiwum uniwersyteckie z terenów Rzeczypospolitej, jakie się zachowało. Dyrektor Archiwum Uniwersytetu Jagiellońskiego zapewnia, że jest bardziej kompletne niż archiwum okresu międzywojennego UJ. Insignia, czyli berło oraz łańcuchy rektorskie i dziekańskie, zostały ukryte w Wilnie. Odnalazły się kilkanaście lat temu i są eksponowane na terenie uniwersytetu.

M.S.: W Toruniu nie było żadnych insigniów, których można było używać, więc trzeba było stworzyć nowe. Ich twórcą jest Wilnianin – Jerzy Hoppen, uczeń Ruszczyca, który zaprojektował je już w 1946 r. Ceremoniał, który był w Wilnie, został przeniesiony do Torunia, zachowano ten sam sposób myślenia o nim. Wszystko, co dotyczyło uroczystej formy uniwersytetu, dostojństwa, zostało przywiezione z Wilna.

A.S.: Zmiany, które później następowały w ceremoniale, wynikały z utraty pamięci. Osoby, które pilnowały ustalonego porządku, starzały się, umierały, a ich następcy niekoniecznie rozumieli, dlaczego berło musi być w tej, a nie innej ręce, na której dłoni nosi się pierścień czy co oznaczają symbole na łańcuchu. To zanikało i stawało się pewną dowolnością. W czasach stalinowskich ceremonial jest niszczone. Jeden z rektorów wileńskich, prof. Antoni Basiński, jak wspominają studenci,

Toga wileńska w projektach Ferdynanda Ruszczyca nawiązywała do tradycyjnej togi rektora Piotra Skargi. Kolory zależały od wydziału, każdy – co jest ogólnouniwersytecką tradycją na świecie – miał inne, własne barwy.

próbuję go zachować. Na inaugurację w roku 1953 zakłada togę i insignia, ale to już jest taki ceremonial okrojony.

M.S.: Zaczyna to przypominać końcówkę XIX w., kiedy strojów na uczelni można używać tylko w bardzo wąskim zakresie. Na Uniwersytecie Warszawskim, gdzie na co dzień obowiązywały mundury, inauguracja była tym momentem, kiedy wolno było nosić stroje odświętne, bo car zezwolił na togi »



Miroslaw Supruniuk z czapką studenta Uniwersytetu Stefana Batorego w Wilnie **Fot. Jarosław Tomczyk**

i łańcuchy. W Toruniu w czasach stalinowskich jest podobnie. Z drugiej strony, oprócz UJ, Uniwersytet Toruński jest jedynym, który miał odwagę to robić. Pozostałe uczelnie pogodziły się z tym, że mamy uniwersytety świeckie i każdy jest urzędnikiem państwa socjalistycznego. Nie ma na nich strojów, ceremoniału, nie ma niczego.

Wileńskie portrety

Tym, co jako pierwsze zwraca uwagę po wejściu do Sali Rektorów, są zdobiące jej ściany portrety.

M.S.: Portrety, które są prezentowane, też są portretami na wzór wileński. Po odejściu rektora ze stanowiska, tak jak w Wilnie, wykonywano mu portret. Autorem portretu pierwszego rektora, Ludwika Kolanowskiego, jest oczywiście Hoppen. Stworzył ten portret zgodnie z ceremoniałem, po odejściu rektora. Ale potem przyszedł okres stalinowski, kiedy portretów rektorom nie wolno było robić.

A.S.: Pierwsi dwa rektorzy, Kolanowski i Karol Koranyi, to rektorzy lwowscy. Po nich nastał Leon Kurowski, prawnik wileński, który sprawował funkcję niecałe dziesięć miesięcy, aczkolwiek bardziej jak

W Wilnie była tradycja, oprócz malowania portretów rektorom, malowania ich także dziekanom. Nie wiemy, ile ich powstało, zachowało się niewiele.

namiestnik niż rektor. Nie zapisał się zbyt chlubnie, raczej uniwersytet związał, był wiceministrem skarbu w Warszawie i ostatecznie odszedł do stolicy, gdzie został prorektorem Uniwersytetu Warszawskiego. Następny, prof. Basiński, chemik wykształcony na USB, doprowadził do tego, że uniwersytet zaczął się podnosić. Zabiegał umiejętnie, wiedząc, jak rozmawiać i z partyjnymi, i z Rosjanami, o przywrócenie wydziałów i kierunków. Portrety ich wszystkich przemalowane są z fotografii. Do malowania powraca się po 1956 r., w którym Basiński odchodzi. Wówczas można było już z malować z natury, a ustępujący rektor znów otrzymywał swój portret. Z tym, że po Basińskim kolejni rektorzy z Wilnem nie mają już związków.

M.S.: Proszę zwrócić uwagę na ten przedwojenny portret, odkryty zupełnie przypadkiem, przedsta-

wiający prof. Jana Prüffera, dziekana Wydziału Matematyczno-Przyrodniczego Uniwersytetu Stefana Batoryego, później związanego z UMK. Wisi niżej niż pozostałe, bo profesor nie był rektorem, ale jego obraz został namalowany w nawiązaniu do tradycji wileńskiej tworzenia portretów osobom piastującym urzędy. Portret odnalazł się kilka lat temu w Towarzystwie Naukowym, był w złym stanie, ale został poddany konserwacji i zawisł jako przykład portretu wileńskiego. Powiesiliśmy go także dlatego, że przez moment była szansa, że profesor zostanie rektorem. Chcieli tego pracownicy, społeczność akademicka, ale Prüffer był już zbyt wiekowy i schorowany.

A.S.: W Wilnie była tradycja, oprócz malowania portretów rektorom, malowania ich także dziekanom. Nie wiemy, ile ich powstało, zachowało się niewiele. Znamy portret prof. Ignacego Świrskiego, dziekana Wydziału Teologicznego, który znajduje się w muzeum w Wilnie. Wydawało się, że to jedyny portret dziekański, który się zachował, ale odnalezienie portretu w Toruniu świadczy, że to musiała być jakaś zasada, reguła. Być może są jeszcze inne.

M.S.: W dokumentach z USB odnaleźliśmy, że na Wydziale Prawa po śmierci prof. Alfonsa Parczewskiego był wykonany jego portret dziekański i powieszony w jego sali. W Toruniu tej tradycji nie było, robiono tylko portrety rektorskie, a dziekanom wykonywano fotografie w strojach cywilnych lub odświętnych, które wieszane były w gabinetach dziekańskich na wydziałach.

Przywrócić należne miejsce

A.S.: W 1994 r. w Bibliotece UMK stworzony zostaje oddział pod nazwą Archiwum Emigracji, którego zadaniem jest poszukiwanie i ściąganie z całego świata, celem ocalenia, dokumentacji dotyczącej kultury polskiej na emigracji. Przede wszystkim pisarskiej, ale także muzycznej czy artystycznej. Do Torunia przyjeżdżają archiwa, rękopisy, pamiątki po najwybitniejszych polskich pisarzach, którzy tworzyli na emigracji, a także po »



Obraz Mariana Kościółkowskiego „Wilno, Kościół św. Krzyża i Klasztor Bonifratrów” z 1930 r. Fot. Jarosław Tomczyk



Jeden z obrazów związanej z Wilnem malarki, Bronki Michałowskiej, które znajdują się w zbiorach Muzeum Uniwersyteckiego w Toruniu **Fot. Jarosław Tomczyk**

instytucjach emigracyjnych. Przyjeżdża całe archiwum tygodnika „Wiadomości” z Londynu, zawierające kilkaset tysięcy listów pisarzy z Witoldem Gombrowiczem, Czesławem Miłoszem, Kazimierzem Wierzyńskim, Janem Lechoniem, Marianem Hemarem czy obydwoma Mackiewiczami na czele. To jest początek myślenia o centrum badań nad emigracją.

M.S.: Od samego początku współ z tymi spuściznami archiwalnymi trafiają też dzieła sztuki artystów. Pierwszy jest pochodzący z Wilna Marian Kościółkowski, potem Konstanty Brandel i kolejni. I tak w 2000 r. okazuje się, że Archiwum Emigracji posiada już ok. 10 tys. dzieł sztuki zupełnie nieprzystających do zbiorów i kolekcji innych muzeów w Polsce. Wtedy udaje mi się przekonać rektora, że potrzebne jest muzeum, żeby te dzieła pokazywać. Kiedy UMK otrzymuje budynek po zlikwidowanym oddziale Narodowego Banku Polskiego, rodzi się pomysł, by jedną jego część przeznaczyć na funkcję reprezentacyjną, obecną Salę Rektorów, a drugą na muzeum. W 2004 r. ówczesny rektor Jan Kopcewicz podejmuje decyzję o powstaniu Muzeum Uniwersytec-

kiego. Od samego początku celem jest, by to nie było muzeum na wzór Uniwersytetów Jagiellońskiego czy Warszawskiego, bo ze względu na niewielką liczbę artefaktów opieka nad pamięcią UMK jest tylko niewielkim elementem naszej misji. Głównie nastawiamy się na tworzenie warsztatu do badań nad sztuką polskiej emigracji. By ją zobaczyć, zapraszam na górę.

Na ścianach klatki schodowej podziwiamy prace trójki artystów tworzących w zupełnie różnych stylach w Londynie: Marka Żuławskiego, Stanisława Frenkiela i Zygmunta Turkiewicza. Frenkiel był jedynym polskim artystą, który był członkiem Royal Academy of Art. Żuławski miał wysoką pozycję w brytyjskiej

Muzeum ma aktualnie w swoich zbiorach ponad 35 tys. dzieł. Większość z tych prac obudowanych jest spuściznami archiwalnymi i wraz z nimi, jako całość, stanowią kompletny materiał do badań naukowych.

sztuce figuratywnej. Turkiewicz jest jednym z twórców brytyjskiej abstrakcji. Na piętrze wchodzimy we właściwą muzealną przestrzeń.

M.S.: Muzeum składa się z dwóch części. Stałej, prezentującej dorobek ponad 20 lat działalności, w której prezentujemy kilkadziesiąt prac bardzo różnych artystów z całego polskiego świata emigracyjnego. Są tu: Józef Czapski, Jan Lebenstein, Jankiel Adler, Konstanty Brandel, Józef Herman, jest pochodząca z Wilna, ostatnia studentka USB, Bronka Michałowska, tworząca w Kanadzie, a po śmierci pochowana na Roszie w 2015 r. Jest i wspaniały Wilnianin, wspomniany już Marian Kościółkowski, proszę zobaczyć jego widok Wilna. Reprezentują bardzo różne przestrzenie świata, a to, co mają wspólnego, to polskie korzenie i świadomość polskości, także u tych pochodzenia żydowskiego. Do tego stopnia, że Jankiel Adler zgłosił się do Wojska Polskiego i walczył w kampanii francuskiej jako polski żołnierz, choć długi czas mieszkał w Niemczech. W drugiej części prezentujemy wystawy czasowe. Aktualnie jest to pokaz zdjęć Basi Sokołowskiej, artysty fotografa, która tworzy w Australii.

Muzeum ma aktualnie w swoich zbiorach ponad 35 tys. dzieł. Większość z tych prac obudowanych jest spuściznami archiwalnymi i wraz z nimi, jako całość, stanowią kompletny materiał do badań naukowych. W ramach spuścizny do Torunia przywożone są takie pamiątki, jak: sztalugi, pędzle, materiały rzeźbiarskie, narzędzia. Muzeum Uniwersyteckie w Toruniu jest jedynym w Polsce, a w zasadzie na świecie, skupiającym się na dbaniu o pamięć artystów polskich tworzących na emigracji na całym świecie.

M.S.: Staramy się gromadzić ślady życia ludzi, o których w ogóle nie można było w Polsce pisać. Prasa, radio, telewizja – unikały tych osób. W niektórych zapisach cenzury było dokładnie wyszczególnione, że o tych osobach mówić nie wolno. Kolejni absolwenci uniwersytetów sztuki w PRL nie mieli pojęcia o ich istnieniu. My, gromadząc te materiały, dajemy szansę kolejnym pokoleniom badaczy wcielić ich do kanonu. ■



Pozdrawiam serdecznie! Słoneczko świeci coraz dłużej i coraz mocniej. Jest ciepło, zielono, kolorowo – przepięknie! Czy potrafimy dostrzec otaczające nas piękno? Czy potrafimy cieszyć się z tego, co dał nam dzisiejszy lub wczorajszy dzień? Zaczynamy dzisiejsze spotkanie od bajki, która w bardzo piękny sposób uczy nas rzeczy, które są banalnie proste, ale jakże ważne w życiu każdego człowieka. Posłuchajcie.

Co śni się księżniczkom?

Historia ta wydarzyła się dawno, ale mogłaby się wydarzyć i dziś.

Pewna dziewczynka, bardzo jeszcze mała, podziwiała z okien swojej chatki piękny pałac, który wydawał się jej cudem świata. Mieszkający w nim ludzie ubierali się w precyzyjnie kolorowe stroje, a kwiaty, które zdobiły ogrodowe alejki, pachniały intensywniej niż na łące. Podobały się jej i te kwiaty, i stroje, i sam pałac, ale najbardziej jej główkę zaprzętała jedna myśl: Co też się śni księżniczkom?...

– Może śnią się im dalekie kraje? – myślała. – A może raj? A może śnią, że są ptakami? Lub przyciągającymi się na wietrze chmurami? Albo deszczem? Albo rosą?... Jak myślisz, babciu? – pytała rozgorączkowana. – Co im się może śnić?

– Na pewno żadna księżniczka nie ma tak niezwykłych snów jak ty... – mówiła babcia.

Ale dziewczynka chciała wiedzieć.

– Może śnią się im anioły? Albo odległe czasy? Albo, że są

lekkimi piórkami? Albo szumiącymi drzewami?...

Któregoś dnia nie wytrzymała i zakradła się do pałacowego ogrodu; nawet ptaki nie odważyły się tu przelatywać bez zaproszenia, ale dziewczynka się nie bała, podbiegła do stojącej na ścieżce księżniczki i wydukała swoje pytanie:

– Co się śni księżniczkom?

– Co mi się śni?... – powtórzyła zdziwiona księżniczka. – Nic. Przeważnie to, że jestem księżniczką...

– Cudownie! – klasnęła w ręczki dziewczynka. –

Uwielbiam, gdy mi się śni, że jestem księżniczką!

– A ja nie znoszę... – mruknęła księżniczka. – Nudy jak co dzień! – i poszła do pałacu.

Mała dziewczynka, patrząc na jej spuszczoną głowę, po raz pierwszy zrozumiała, że ma coś, czego żadna księżniczka ani żaden książę, ani król, ani nawet cesarz, nikt nigdy mieć nie będzie – cudowne, cudowne marzenia!...

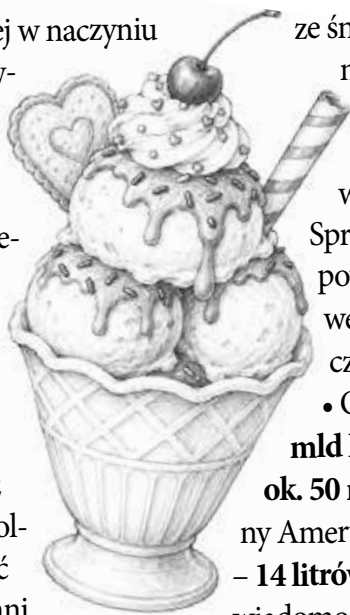
Grzegorz Kasdepke

Życzę każdemu z Was pięknych i niepowtarzalnych marzeń! Pieniądze, majątek, dobrobyt – to nie wszystko, jeżeli w Waszym sercu nie będzie miejsca dla miłości, wiary, dobroci i marzeń.

Wszystko o lodach

• Miazdzone owoce w miseczce ustawionej w naczyniu pełnym kostek lodu – tak wyglądały pierwsze lody. Tych przyjemności zażywano w Chinach już **5 tys.** lat temu!

• Starożytni Grecy również raczyli się lodami, tyle że tam do śniegu (tak, tak, wtedy nie było lodówek) dodawano „świętą słodycz”, jak nazywano miód. Hipokrates nazywał lody „daniem mrożonym poprawiającym samopoczucie”. Na ucztach u rzymskiego cesarza Nerona do ich wytwarzania stosowano śnieg przynoszony z Apeninów. Szalony władca rozkazał niewolnikom podążyć wysoko w góry i utworzyć łańcuch ciągnący się od szczytów do kuchni cesarskiej w Rzymie. Podobno niewolnicy przez setki kilometrów podawali sobie z rąk do rąk naczynia



ze śniegiem, który cesarz kazał natychmiast mieszać z miodem i owocami.

• Współczesne lody zawdzięczamy Marco Polo, który często bywając w Chinach, wykrał pewnego razu tajną recepturę. Sprzedał przepis weneckim cukiernikom. Tak powstawały słynne weneckie lody śmietankowe. Dawniej lody były kręczone ręcznie, dziś człowieka wyręczają automaty.

• Obecnie spożywa się na świecie ponad **20 mld litrów lodów rocznie**, a wydaje się na nie **ok. 50 mld dolarów**. To ogromnie dużo! Przeciętny Amerykanin zjada rocznie **23 litry lodów**; Szwed – **14 litrów**; Włoch – **9 litrów**. My, niestety i nie wiadomo dlaczego, jesteśmy na końcu tej stawki – to tylko **ok. 4 litrów** na osobę.

Książka to najlepszy przyjaciel

„Afryka Kazika” autorstwa Łukasza Wierzbickiego

Zbliżają się wakacje, a więc moja propozycja będzie dotyczyła... podróży. Fantastyczna książka dla tych, którzy marzą o wędrowkach i poznawaniu świata. Autor zabiera młodego (i nie tylko) czytelnika w podróż po Afryce, którą poznajemy oczami Kazimierza Nowaka, pierwszego człowieka, który w latach 30. XX w. rowerem przemierzył Czarny Ląd i przeżył pasjonujące przygody. Barwne spotkania z mieszkańcami Afryki, mrożące krew w żyłach, a niekiedy zabawne przygody, które zdarzyły się naprawdę, pozwolą poznać tego niezwykłego podróżnika. Do książki dołączona jest mapa Afryki z zaznaczoną trasą podróży Nowaka.



Nasze codzienne „związki” w mowie

Znajdźcie 10 różnic między księżniczkami

Z zapartym tchem

Co to znaczy: robić coś albo słuchać czegoś z „zapartym tchem”? Wyjaśni to ten oto dialog pewnego chłopaka ze swoją mamą:

– Stefan! Co ty tam tak oglądasz z zapartym tchem?

– Mamo, o czym ty mówisz? Z jakim zapartym tchem? Przecież bym się udusił!

– Ech, Stefanku... Chodziło mi o to, że oglądasz w tej telewizji coś z ogromną uwagą i zaangażowaniem, jakby to coś było najważniejsze na świecie.

– A nie jest?! Przecież nasi grają w koszykówkę o puchar!



„Człowiek niemyślący jest ciężarem i zagrożeniem, także dla siebie”. Rozmowa z dyrektorem „Kalinowskiego” w Niemieżu

Rozmawiał Apolinary Klonowski

Zbigniew Maciejewski, dyrektor polsko-litewskiego Gimnazjum im. św. Rafała Kalinowskiego w Niemieżu, które w tym roku obchodzi 80-lecie, opowiada nie tylko o szkolnej społeczności, lecz także o zjawisku, które przekreśla misję szkoły. To duży problem, który rozleje się w przyszłości.



Dyrektor polsko-litewskiego gimnazjum w Niemieżu Zbigniew Maciejewski. Na ścianie w gabinecie widzimy litewską Pogorń i hymn Litwy oraz polskiego Orła z hymnem Polski **Fot. Apolinary Klonowski**

Apolinary Klonowski: Podczas gali jubileuszowej szkoły podkreślano trzy wartości: wiarę, miłość i nadzieję. Ale równie mocno wybrzmiało słowo „wielokulturowość”. Jak te dwa porządki – religijny i wielokulturowy – współistnieją w Niemieżu?

Zbigniew Maciejewski: Jeżeli mówimy o wierze, to my, Polacy, Tatarzy, prawosławni, starowiery [staroobrzędowcy – przyp. red.] wierzymy w tego samego Boga. Szkoła jest pod wezwaniem św. Rafała Kalinowskiego, co zakłada pewną koncepcję – ale jest też tolerancja. W ciągu bodajże pięciu lat mieliśmy w szkole nauczanie islamu na zajęciach pozalekcyjnych.

Jeżeli uczennice i nauczycielki z powodów religijnych noszą chustki na co dzień – problemu z tego nie robimy. Przyznam się jednak, że początkowo patrzyłem na to niejednoznacznie. Jestem zdania, że sprawa wiary to wewnętrzna sprawa człowieka i nie należy wystawiać tego na pokaz czy poklask. Na pojęcie wiary można zresztą spojrzeć bardziej uniwersalnie. Człowiek niewierzący też może być „wierzący” – może wierzyć we własne siły. Może wierzyć w to, że wszystko w życiu się dobrze ułoży, że da radę, że osiągnie to, co może osiągnąć, jeśli będzie pracował.

Podobnie z nadzieją. Podobnie z miłością. Te trzy hasła, które pan przywołał, są bardzo uniwersalne »

i każda osoba, która ma kręgosłup, może je przyjąć za swoje.

Szkola jest dwujęzyczna, polsko-litewska. Jak to wygląda w liczbach i w codziennej praktyce?

Mamy klasy z litewskim językiem nauczania i z polskim językiem nauczania. Celowo nie mówię „klasy litewskie” i „polskie” – bo z w takiej wypowiedzi formują się dwa obozy.

Dzieci z rodzin tatarskich uczą się w klasach z litewskim językiem nauczania. Jeżeli chodzi o proporcje – około 60 proc. dzieci uczy się w klasach z językiem litewskim [40 proc. – w klasach z językiem polskim – przyp. red.]. Niemniej to taka miejscowość, że sporo mieszkańców po II wojnie światowej przyjeżdżało tu, aby żyć i pracować. Byli więc ludzie rosyjskojęzyczni, niekoniecznie Rosjanie – różnych narodowości, także Białorusini i Polacy, którzy niby są Polakami, ale nie znają języka ojczystego. Także tacy, którzy nie mają żadnej tożsamości narodowej, nie udawajmy, że takich ludzi nie było czy nie ma teraz.

Dzieci z takich rodzin do 2008 r. uczęszczały do pionu rosyjskiego – językiem nauczania był rosyjski. W 2008 r. pożegnaliśmy ostatnią klasę dwunastą, na następny rok nie zebraliśmy kompletu i wtedy rosyjskojęzyczna ludność zaczęła oddawać dzieci do klas litewskich.

Jak szkoła radzi sobie z tym, że dzieci z klas litewskich zaczynają naukę, nie znając języka? Mówmy otwarcie – obecna metodologia zakłada, że polskie dziecko zaczyna być uczone litewskiego tak, jakby to był jego język ojczysty.

Mamy nawet tak, że gdy dziecko z rodziny rosyjskojęzycznej przechodzi do zerówki, to przez zerówkę i pierwszą klasę uczy się języka litewskiego. To jest dla nich język wyuczony. I tutaj jest pewna różnica, której nie da się nigdy przekreślić. Nie da się zrobić z języka państwowego języka pierwszego. Język pierwszy to ten, którego pierwsze słowo dziecko usłyszało od mamy, od taty – to fiksuje się

w głowie i w tym kierunku dziecko się rozwija. To musimy rozumieć jako odpowiedzialni pedagodzy.

Dyrektorzy innych szkół podkreślają, że metodologia nauczania litewskiego nie jest dostosowana dla uczniów z mniejszości. Czy Pan podziela tę opinię?

Zawsze coś można udoskonalić, nic idealnego nie ma. Podstawowa różnica polega na liczbie godzin nauczania w klasach początkowych – to jest

Nie ma łatwych rozwiązań, są dwa wyjścia – albo zachowujemy małe szkoły, nie zważając na to, że to więcej kosztuje, albo dowozimy dzieci – co też kosztuje i zabiera sporo czasu, który dziecko mogłoby wykorzystać dla własnego rozwoju, odpoczynku, biegania po boisku z piłką.

jeden ważny aspekt. Poza tym język litewski dla ucznia, który na co dzień mówi w domu po polsku czy po rosyjsku, jest językiem wyuczonym – i tutaj już jest pewna różnica.

Byłoby zatem może uczciwiej, gdyby uczniowie szkół mniejszości narodowych mieli pewne ulgi przy egzaminach z języka litewskiego?

Sądzę, że tak. Byłoby to uczciwsze. Nie jest to jednak kompetencją szkoły. Jest to kompetencja rządu. A rząd to już polityka ekipy rządzącej. Niestety, pomimo różnych inicjatyw społecznych Związku Polaków na Litwie, Macierzy Szkolnej, innych organizacji społecznych, pomimo starań AWPL-ZChR [partia AWPL-ZChR jest obecnie w koalicji rządzącej i współtworzy rząd Republiki Litewskiej, wcześniej była w koalicji rządzącej w rządzie Sauliusa Skvernelisa – przyp. red.] na razie nie ma pozytywnych rozwiązań. Ale próbować trzeba.

A ostatnie propozycje Akcji Wyborczej Polaków na Litwie – Związku Chrześcijańskich Rodzin dotyczące zachowania klas nawet tam, gdzie nie zbiera się wyma-

gany komplet uczniów – to dobra propozycja?

Problem demograficzny istnieje nie tylko na Wileńszczyźnie i na Litwie, ale w całej Europie Zachodniej. Nie ma łatwych rozwiązań, są dwa wyjścia – albo zachowujemy małe szkoły, nie zważając na to, że to więcej kosztuje, albo dowozimy dzieci – co też kosztuje i zabiera sporo czasu, który dziecko mogłoby wykorzystać dla własnego rozwoju, odpoczynku, biegania po boisku z piłką.

Natomiast jeżeli mówimy o społeczności polskiej na Litwie – skoro mamy z Polską partnerstwo strategiczne, najlepsze układy, jakie dotychczas były w historii, skoro Polska decyduje się na otwieranie szkoły z trzema czy pięcioma uczniami, to może jest to jakieś rozwiązanie.

Jak szkoła dba o poczucie równości wśród uczniów, skoro większość szkoły jest litewskojęzyczna?

Trzymamy się parytetu. Imprezy są prowadzone 50/50, niezależnie od liczby uczniów. Ile zdań po litewsku, tyle zdań po polsku. Bez żadnej dyskryminacji. Mamy wspólne imprezy, nie oddzielamy, że ta dla klas z litewskim, a ta dla klas z polskim. Uważam, że to sprawiedliwy układ, lepszy niż działanie proporcjonalnie do liczby uczniów. Sprawiedliwość nie zawsze jest wyliczana matematycznie.

A jeżeli chodzi o pomoc materialną z Polski – wyprawki, plecaki, podręczniki – to dostają tylko klasy z językiem polskim?

W przypadku prezentów z Polski dostają je tylko klasy polskie, ale zrobiliśmy coś takiego – klasy litewskie otrzymywały podobne od litewskiej organizacji działającej dla oświaty we wschodniej Litwie. Jeżeli wręczanie darów uczniom z klas polskich przez Macierz Szkolną odbywało się publicznie, jako uroczystość, to jednocześnie wręczano nagrody dla uczniów z klas litewskich i nagłaśniano, skąd pochodzi pomoc »

i od jakiej organizacji litewskiej. Żeby nie było dyskryminacji. A jeżeli w pewnym roku strona litewska nie była w stanie zapewnić plecaków, to myśmy na uroczystości ich nie wręczali – zrobiono to na spokojnie, cicho, bez reklamy, w klasach. Żeby dzieci nie poczuły się w gorszej sytuacji.

To chyba przykład, od którego mogłyby się uczyć inne szkoły wielojęzyczne?

Chyba tak. Jednak takich szkół jest bardzo mało. W rejonie wileńskim realnie są dwie dwujęzyczne szkoły polsko-litewskie, szkoła w Pogirach i jesteśmy my. Więcej chyba nie ma.

Częściej szkoły są sąsiadujące niż połączone.

Tak. Sąsiadujące, a nawet skrycie względem siebie wrogie.

Byłby Pan zwolennikiem łączenia takich organizmów?

Nie jestem przekonany. Chyba nie, bo każdy z modeli ma swoje zalety i wady.

Wróćmy do tego, co padło przy okazji gali – Polska Szkoła Wirtualna. To była inicjatywa właśnie Państwa gimnazjum.

Ta inicjatywa to był pomysł naszych pań – pani Ani Pawłowicz-Janczys, pedagog specjalnej, i pani Krystyny Masalskiej, nauczycielki historii, która nadal pracuje w naszej szkole. Pani Ania już pracuje gdzie indziej – miała tu możliwość rozwoju, rozwinęła się i poszła wyżej. To właśnie te dwie panie zainicjowały to środowisko, to ich zasługa.

Szkoła nie ma określonego profilu, ale podczas jubileuszu można było zobaczyć spektakl oparty na „Małym Księciu”, inicjatywy plastyczne, sportowe. Czy jest jakiś kierunek, który wyróżnia „Kalinowskiego”?

Nie mamy profilu specjalizacji. Silniejsze strony wynikają z kompetencji



Gimnazjum im. św. Rafała Kalinowskiego w Niemieźu świętuje w tym roku swoje 80-lecie **Fot. Apolinary Klonowski**

i inicjatywy nauczycieli. Z naszych nauczycieli możemy być dumni. Mamy sporo inicjatyw nauczycieli od plastyki, WF-u, historii, polskiego, technologii – wszystkich nawet nie dam rady wymienić. Bierzymy udział we wszystkich olimpiadach i konkursach – na poziomie rejonu, kraju, w projektach międzynarodowych.

Wydałiśmy też swoje książeczki – trzy różne. To wynika z możliwości, chęci i inicjatywy nauczycielek. To one są liderkami społeczności, tak bym powiedział.

Przejdźmy do sprawy głośnej medialnie – telefony w szkole. Znamy stanowisko innych szkół. „Mickiewiczówka” zakazuje ich nawet na przerwach, w Rukojniach podobno również, inne mają elastyczny model „skrzynek” w czasie lekcji. Jakie jest podejście w gimnazjum w Niemieźu?

Od kilku lat mamy takie zasady, że uczniowie, gdy wychodzą na lekcję po dzwonku, kładą telefony w pojemniku, w skrzynce. To ten bardziej elastyczny

model. Po lekcji je biorą i w czasie przerw mogą z nich korzystać.

Sądzę, że nie da się siłą, przymusem zabronić telefonów – bo nawet jeżeli ktoś odda jeden, to w kieszeni może mieć drugi. I tak się zdarza. Na przykład przy pracy samodzielnej. Widzę tu też zagrożenie ze strony AI, sztucznej inteligencji. Uczniowie korzystają z AI. Niby oddał telefon, a potem sprawdzam pracę samodzielną, widzę, że nie tak było uczone, wiem, że dziecko nie korzystało z kalkulatora, a rozwiązało. Pytam: jak, skąd? Nie potrafi wyjaśnić. I to jest problem, bo przekreśla podstawowy cel, po co w ogóle mamy szkoły.

Szkoły mają nie tyle nauczyć konkretnych dat, nazw geograficznych, liczb. Szkoła musi uczyć myślenia. AI nie uczy myślenia, daje tylko odpowiedź. Mózg człowieka stworzony jest tak, że aby był postęp, musi być ciekawość. Człowiek musi szukać odpowiedzi. Jeśli ma je podane na tacy, nie wykonuje tej pracy, nie wyrabia nawyku refleksyjnego, rzeczywistości. AI w pewnym sensie tę zdolność myślenia usypia. To jest duże wyzwanie dla nas, bo człowiek niemyślący jest ciężarem i zagrożeniem, także dla siebie.

Czy szkoła oczekuje zmian w prawie, żeby chronić młodzież przed uzależnieniem od technologii? »

Nie da się zrobić z języka państwowego języka pierwszego. Język pierwszy to ten, którego pierwsze słowo dziecko usłyszało od mamy, od taty – to fiksuje się w głowie i w tym kierunku dziecko się rozwija. To musimy rozumieć jako odpowiedzialni pedagodzy.

Proszę pana – zabroniony jest też alkohol dla osób poniżej 20. roku życia. Czy może pan powiedzieć, że młodzież nie kupuje, nie próbuje alkoholu?

Mniej niż za „moich czasów”, bo narracja się zmieniła, że to nie jest dobre. Ale narracja by się nie zmieniła, gdyby jednak nie było tych wszystkich zakazów.

Być może. Na przykład gry hazardowe działają podobnie. Możemy próbować ograniczać, ale człowiek w zasadzie jest hazardzistą. Pytanie, czy to jest tylko pojedyncza próba, czy to już nałóg. Możemy ostrzegać przed nałogiem. Zabronić nie da rady. Narkotyki – marihuana jest zakazana, a młodzież używa. Alkohol wychodzi z mody, ale „trawka” już całkiem się zadomowiła, jest traktowana jako nowa norma. Mówi pan, że narracja się zmieniła. Naszym celem i zadaniem szkoły jest ostrzegać i przestrzegać przed konsekwencjami – że nie wszystko, co jest na topie, jest pożyteczne i zdrowe. Formować pewne wartości. Na pierwszym miejscu jest bezpieczeństwo i zdrowie ucznia. Bo jak nie ma ucznia, to nie ma komu formować wartości. Musi być moralność.

Nie można po prostu przekazać wiedzy, a moralność zostawić na boku? Nie prościej?

To byłoby straszne. Proszę pomyśleć, ile taki człowiek może złą tą wiedzą wyrządzić. Tak jak z bronią – człowiek, który ma problemy psychiczne albo po prostu wyznaje ideologię zła, nie powinien mieć broni palnej, bo nie wiemy, co może z nią uczynić. Potężne narzędzie musi być tylko w rękach myślącej osoby o twardych zasadach etycznych.

Tak samo zresztą ze sztuczną inteligencją – widzimy, że zaniżyła próg wejścia dla osób, które często nie mają kompetencji, ale nie mają też moralności.

Niestety. Teraz tacy nie muszą mieć kompetencji, bo jest AI, a moralności wciąż nie mają i mamy liczne tego konsekwencje. W niektórych dziedzinach to przyniosło więcej problemów niż korzyści.

Wróć do sprawy czytelnictwa i mediów. Jak wygląda czytelnictwo polskiej prasy w szkole?

Nie nakłaniamy nikogo do prenumerowania czy kupowania. Natomiast jeżeli chodzi o czytelnictwo w ogóle, w naszej szkole pani od biblioteki organizuje konkurs czytania dla klas początkowych. Czytamy jakąś ciekawą książkę, literaturę piękną odpowiednią do wieku, a potem piszemy streszczenie, omawiamy, nagradzamy. To jest zachęta do czytelnictwa.

Jednak mówimy o kryzysie czytelnictwa, kryzysie internetu. Książki są wymagane, a nie tylko rekomendowane, bo badania dowiodły, że bez czytania nie możemy wykształcić sprawnie myślącej osoby. Czy taka inicjatywa jak „Kurier Wileński”, polska gazeta, której jakoś i „bezpieczeństwo” dla ucznia została nieraz udowodniona, mogłaby w jakiś sposób dotrzeć do uczniów?

Jeżeli „Kurier Wileński” ogłasza jakiś konkurs dla dzieci i dla młodzieży, to jak najbardziej – jeżeli ta informacja dotrze do nauczycieli, udział możemy wziąć i znajdziemy chętnych. Jeżeli chodzi o samo czytanie, to gazety raczej tracą »



Szkoła i uczniowie zazwyczaj aktywnie uczestniczą w życiu społeczności Polaków na Litwie (na zdjęciu: obchody 11 listopada 2025 r.) Fot. Apolinary Klonowski

na popularności, mamy internet. Chociaż mogę się pochwalić, że sam byłem związany z gazetą, z „Czerwonym Sztandarem”, czyli dzisiejszym „Kurierem Wileńskim”.

Czy w internecie młodzież czyta, czy raczej wybiera coś innego, to wiemy, że bywa różnie. Przejdźmy jednak dalej – wspomniał Pan o więziach z „Czerwonym Sztandarem”. Starsi czytelnicy pamiętają felietony „Idzie Maciej idzie”, a także scenki – to była Pana inicjatywa?

Raczej nie. Wyjątkowo może napisałem jeden albo dwa teksty. To były przede wszystkim felietony śp. Jerzego Surwiły. Autorów było wielu. Jednak to właśnie Surwiło jest kojarzony z tytułowym Maciejem. Kilka razy tylko odgrywałem tę postać – gdy były święta „Czerwonego Sztandaru” na Placu Katedralnym. Pasowałem wizualnie: z wąsami, z kijem. Jednak, że tak się wyrażę, mózg operacji to przede wszystkim wspaniały, nieodżałowany dziennikarz Jerzy Surwiło.

Długo jest Pan dyrektorem gimnazjum w Niemieżu?

Od 2004 r. Wcześniej pracowałem w „Syrokomli” (Gimnazjum im. Władysława Syrokomli w Wilnie) – w gimnazjum, które też ukończyłem. Najpierw pracowałem jako na-

uczyciel chemii, a potem półtora roku jako wicedyrektor. I czułem, że trochę jest to dla mnie za ciasne. Szkoła dobra, ale szukałem czegoś dla dalszej drogi. Stałem do konkursu właśnie w Niemieżu i wygrałem. W czerwcu będzie 21. rok mojej pracy jako dyrektora.

Jak te 20 lat ocenia Pan z perspektywy czasu? Co może Pan określić jako największy sukces?

To jest trudne do sprecyzowania. Ale chyba mogę zaznaczyć pewien pogląd – dobra szkoła to taka, w której dyrektora nawet nie widać, a szkoła pracuje jak szwajcarski zegarek.

I można to chyba o „Kalinowskim” powiedzieć. Widzimy, że będzie już trzecia dobudówka.

I ona zacznie być budowana już tego lata. Ale my tylko zgłaszaliśmy zapotrzebowanie – konkretną pracę wykonuje samorząd, czyli założyciel szkoły.

Skoro mowa o zarządzaniu – czy dobrze odczytuję, że jest Pan raczej zwolennikiem dialogu niż konfrontacji?

Proszę pana, gdybym był zwolennikiem konfrontacji, to 20 lat bym tu nie pracował. Wyleciałbym stąd z powodu skargi po pierwszym

Trzymamy się parytetu. Imprezy są prowadzone 50/50, niezależnie od liczby uczniów. Ile zdań po litewsku, tyle zdań po polsku. Bez żadnej dyskryminacji. Mamy wspólne imprezy, nie oddzielamy, że ta dla klas z litewskim, a ta dla klas z polskim. Uważam, że to sprawiedliwy układ.

roku pracy. W tak wielokulturowym, newralgicznym środowisku nie można być człowiekiem konfrontacji. Nieważne, jak trudny jest temat, do wszystkiego dochodzi się rozmową. Jak mamy problem – rozmawiamy.

Braki kadrowe dotyczą całego kraju – czy szkoła ich doświadcza?

Udaje się lawirować, ale jesteśmy na granicy wytrzymałości, jeśli chodzi o lituanistów – są zbyt przeciążeni pracą. Zarabiają, owszem, bardzo dobrze, ale mogą szybko się wypalić. Czyli to nie pieniądze są problemem, tylko że nie ma komu tych pieniędzy zapłacić. Szukaliśmy też logopedy i matematyka na przyszły rok szkolny.

Problem z logopedami jest spory. Ale mamy teraz panią z naszej szkoły, która studiuje i od września będzie pracować w tym zawodzie. Szkoła wypatruje osoby jeszcze na studiach, żeby przyciągnąć je do siebie. Tak samo mieliśmy z psychologiem – teraz mamy aż dwóch. Jedna pani psycholog to nasza była uczennica, po studiach przyszła do nas pracować. Pan psycholog miał w rejonie stypendium z obowiązkiem odpracowania trzech lat.

Czyli kroki podjęte kilka lat temu zaczynają przynosić efekt. Czy są inne pomysły na odciążenie nauczycieli?

Klonować! [śmiech] Na razie udaje się odciążyć sprawnym zarządzaniem. Jak będzie dalej? Zobaczmy. ■



Niemieska szkoła mieści się nieopodal wjazdu do Wilna Fot. Apolinary Klonowski



Warsztaty pracowitych pszczołek

**20
MAJA**

Obowiązuje rejestracja, liczba miejsc ograniczona!

11:00 godz. – grupa dziecięca

13:00 godz. – grupa seniorów

15:00 godz. – wszyscy chętni



Centrum Kultury w Rudominie
(Ul. Wileńska 2)

Europejska energia w „JPiI”. Projekt Erasmus+ „Be Part of the Change” w obiektywie

Diana Judkiewicz

W dniach 13–17 kwietnia w Gimnazjum im. św. Jana Pawła II w Wilnie odbył się międzynarodowy projekt Erasmus+ „Be Part of the Change”, w którym uczestniczyli uczniowie wileńskiego gimnazjum oraz ich partnerzy z Chorwacji i Czech. Był to tydzień pełen inspiracji, współpracy i działań na rzecz zrównoważonego rozwoju.



W siedzibie Coca-Cola HBC uczniowie poznali praktyczne działania firmy na rzecz ochrony środowiska **Fot. archiwum prywatne**

Pierwszy dzień rozpoczął się uroczystą ceremonią powitalną, podczas której uczestnicy poznali program projektu oraz wzięli udział w integracyjnych zajęciach „multi-kulti”, co pozwoliło przełamać pierwsze lody i poczuć międzynarodową energię grupy. Następnie odbyły się lekcja rówieśnicza „Why Go Green?” oraz kreatywne warsztaty poświęcone ekologii. Zwieńczeniem dnia była wizyta w Coca-Cola HBC, gdzie uczniowie poznali praktyczne działania firmy na rzecz ochrony środowiska.

Drugi dzień upłynął pod znakiem aktywnej pracy i inspirujących spotkań – uczestnicy testowali lekcje „Ecological Footprint” i „Inspiring Stories”, a także spotkali się z młodzieżową aktywistką, absolwentką Gimnazjum im. św. Jana Pawła II w Wilnie, Kamilą Pietkiewicz. Podzieliła się ona swoim doświadczeniem ambasadorki międzynarodowego programu rozwoju młodzieży DOFE (The Duke of Edinburgh’s International Award) i zachęcała do działania.

Po południu młodzież wyruszyła na wileńską Starewkę i poznawała miasto, biorąc udział w grze terenowej, a dzień zakończyła wizytą w Centrum Wiedzy o Państwie Litewskim.

Trzeciego dnia zajęcia przeniosły się do Litewskiej Biblioteki Narodowej im. Martynasa Mažvydasa, gdzie uczniowie rozwijali swoje projekty podczas kolejnych lekcji rówieśniczych „Eco Myths and Facts” oraz „Simple Steps for Eco-Friendly Living”. Następnie odwiedzili Samorząd Miasta Wilna, by zapoznać się ze strategią zrównoważonego rozwoju. Dzień zakończył się spacerem wśród kwitnących wiśni w Parku Sakury im. Chiune Sugihary.

Czwarty dzień, mimo niesprzyjającej pogody, obfitował w liczne atrakcje – uczestnicy odwiedzili Wileńską Elektrociepłownię nr 2, gdzie poznali proces produkcji energii oraz znaczenie ekologii w energetyce. Udali się następnie na spacer przyrodniczy w Varnikai oraz »

Uczestnicy projektu spotkali się z młodzieżową aktywistką, absolwentką Gimnazjum im. św. Jana Pawła II w Wilnie, Kamilą Pietkiewicz. Podzieliła się ona swoim doświadczeniem ambasadorki międzynarodowego programu rozwoju młodzieży DOFE.

do malowniczych Trok, odwiedzając m.in. Górę Aniołów i dwór w Zatroczu. Nie zabrakło także degustacji tradycyjnych kabinów.

Ostatni dzień projektu był czasem podsumowań i wzruszeń – uczniowie uczestniczyli w zajęciach szkolnych oraz wysłuchali wykładu dr Rūty Mikučionienė z Wileńskiego Uniwersytetu Technicznego im. Giedymina (Vilnius Tech), a uroczyste zakończenie uświetnił występ szkolnego zespołu Ad Astra. Zwieńczeniem całego tygodnia było wręczenie certyfikatów oraz zasadzenie Dębu Przyjaźni – symbolu współpracy i jedności w różnorodności.

Projekt „Be Part of the Change” pokazał, że młodzież z różnych krajów potrafi wspólnie działać, inspirować się nawzajem i realnie wpływać na przyszłość naszej planety. ■



Uczniowie rozwijali swoje projekty podczas lekcji rówieśniczych „Eco Myths and Facts” oraz „Simple Steps for Eco-Friendly Living” Fot. archiwum prywatne



Projekt „Be Part of the Change” pokazał, że młodzież z różnych krajów potrafi wspólnie działać Fot. archiwum prywatne



W bogatym programie projektu ważne miejsce zajmowały wykłady i kreatywne warsztaty poświęcone ekologii Fot. archiwum prywatne

Zakochać się w szparagu. Ma w sobie coś, czego nie da się podrobić

Elżbieta Monkiewicz (@elzbieta.mon na Instagramie)

Pojawiają się na chwilę, znikają szybko i właśnie dlatego co roku wywołują małe kulinarne poruszenie. Gdy zaczyna się sezon, restauracje od razu zmieniają menu, kucharze zaczynają mówić o maśle, cytrynie i jajku w koszulce, a ludzie nagle stoją przy straganach i wybierają pęczki tak, jakby kupowali kwiaty.



Dlaczego szparagi są drogie? Bo wymagają ogromnej cierpliwości. Ale warto co rok na nie czekać **Fot. Adobe Stock**

Dlaczego właściwie tak cenimy szparagi? Bo są sezonowym luksusem. Delikatnym i, niestety, krótkotrwałym, a najlepszym wtedy, kiedy praktycznie jeszcze pachną ziemią. Jak ktoś spróbuje szparaga prosto z grządki, to pozostanie mu wierny na zawsze. Szparagi powinno się jeść bardzo świeże, im szybciej trafią z grędy na talerz, tym są pysz-

niejsze. Nie smakują dobrze po tygodniu leżenia w lodówce, bo smak się zmienia stanowczo nie na korzyść produktu. Szparag powinien być świeży, jędrny, soczysty. Kiedy pociera się o siebie dwa pędy i słychać charakterystyczne skrzypienie – to najlepszy znak. Nie potrzebuje ciężkich sosów ani miliona dodatków; dla najlepszej wersji wystarczy odrobina

masła, sól, świeżo zmielony pieprz, kilka kropli cytryny. I to wszystko. To warzywo ma wyjątkowo elegancki smak – zielony, lekko orzechowy, czasem niemal słodki. Białe szparagi są bardziej delikatne, kremowe, subtelne. Zielone mają więcej charakteru i świeżości. Fioletowe? Najrzadsze. Lekko owocowe, bardzo delikatne i piękne na talerzu.

Szparagi i czas – liczą się godziny

To jedno z tych warzyw, które starzej się błyskawicznie. Dosłownie. Po zbiorze szparagi zaczynają tracić cukry naturalne, przez co robią się bardziej włókniste i gorzkie. Dlatego najlepsi kucharze często kupują je codziennie rano. Im krócej od pola do kuchni – tym lepiej. »

Świeży szparag: ma zamkniętą główkę; jest sprężysty; nie jest pomarszczony; po złamaniu chrupie. Jeśli końcówki są wysuszone, a łodyga miękka – najlepszy moment już minął.

W domu warto potraktować je trochę jak kwiaty. Wstawić pionowo do naczynia z odrobiną wody i trzymać w lodówce. Dzięki temu wytrzymają dłużej świeże.

Dlaczego szparagi są drogie? Bo wymagają ogromnej cierpliwości. Plantacja szparagów zaczyna dobrze plonować dopiero po kilku latach. Roślina potrzebuje czasu, żeby się rozbudować i wzmocnić. Potem może dawać plony nawet przez kilkanaście sezonów, ale zbiór nadal pozostaje w dużej mierze ręczny i bardzo wymagający. W sezonie – prawie codzienny, bo szparagi rosną w okamgnieniu. Jest ważne, by nie dać szparagowi za dużo się wyciągnąć. Białe szparagi są dodatkowo uprawiane pod ziemią, bez dostępu światła. Dlatego nie produkują chlorofilu i pozostają jasne. Ich zbiór wymaga ogromnej precyzji: każdy pęd trzeba znaleźć i wyciąć, zanim wyjdzie ponad powierzchnię ziemi.

Dlaczego tak dobrze działają w kuchni?

Bo są niesamowicie wszechstronne. Pasują do: jajek, masła, śmietanki, parmezanu, ryb, cytrusów, ziół, młodych ziemniaków, boczku, ciasta francuskiego. I co ciekawe, bardzo lubią kontrasty. Dlatego genialnie smakują zarówno z prostym masłem, jak i z ostrzejszym serem czy kwaśnym winogretem. Szefowie kuchni często podkreślają jedną rzecz: szparagów nie powinno

się „zamęczać” obróbką. Nawet kilka minut robi ogromną różnicę. Nie popełniajcie najczęstszego błędu – szparagi nie lubią długiej obróbki termicznej, a więc gotujcie, smażcie i pieczcie krótko. Szparagi mają być jędrne, delikatne, ale nadal żywe.

Orientacyjnie:

- zielone gotują się zwykle 3–5 minut,
- białe 7–10 minut,
- cienkie często wystarczy tylko zblanszować.

Najlepiej kończyć gotowanie chwilę wcześniej niż chwilę za późno. Profesjonalni kucharze często wrzucają szparagi po gotowaniu do lodowatej wody. Dzięki temu zatrzymują kolor i strukturę. Ten trik działa również w domu.

Obierać czy nie?

Zielonych cienkich szparagów często nie trzeba wcale obierać. Wystarczy usunąć nożem łuski na łodydze szparaga i odłamać zdrewniałą końcówkę lub nawet nie odłamywać, ale delikatnie nożem wybadać, w którym miejscu zdrewniała końcówka kończy się i zaczyna soczysty szparag i właśnie w tym miejscu odkroić końcówkę ostrym nożem.

Białe szparagi prawie zawsze wymagają dokładnego obrania, inaczej mogą być włókniste.

I jeszcze jedna rzecz, o której wiele osób zapomina: końcówki i obierki warto zachować. Dają fantastyczny wywar do kremów, risotto albo sosów. Nic się nie marnuje. I druga rzecz, o której wiele osób nawet nie wie – łupinki szparagów można obtoczyć w mieszance skrobi ziemniaczanej lub kukurydzianej i soli, a potem usmażyć w głębokim

Kilka prostych przepisów, które naprawdę wychodzą

Szparagi z masłem i jajkiem sadzonym. Najprostsza klasyka. Podsmaż zielone szparagi 3–4 minuty na maśle. Dodaj sól, pieprz i odrobinę cytryny. Na wierzch położyć jajko sadzone z płynnym żółtkiem. Do tego kawałek dobrego chleba. Krem ze szparagów. Na maśle zeszklij cebulę. Dodaj ziemniaka i pokrojone szparagi. Zalej lekkim bulionem. Gotuj krótko, zmiksuj z odrobiną śmietanki. Na koniec pieprz, kilka kropli cytryny i grzanki. Makaron ze szparagami i parmezanem. Ugotuj tagliatelle. Na patelni podsmaż szparagi z czosnkiem i masłem. Dodaj odrobinę wody z makaronu, parmezan i świeży pieprz. Sos robi się praktycznie sam. Szparagi z piekarnika. Rozłóż na blasze, skrop oliwą, posól, dodaj pieprzu (świeżo mielony będzie najlepszy) i trzymaj 8–10 minut w wysokiej temperaturze. Na końcu dodaj fetę albo parmezan i prażone pestki. (Można je też piec razem z pomidorkami koktajlowymi. To jeden z tych przepisów, które ludzie potem robią cały sezon. Ten z pomidorkami to firmowe śniadanie mojego męża, które możemy jeść codziennie w sezonie. Już od wielu lat).

tluszczu – wyjdą przepyszne chipsy. W Europie szparagi mają ogromną tradycję kulinarną. We Francji często podaje się je z sosem holenderskim. We Włoszech trafiają do risotto i makaronów. W Niemczech sezon na białe szparagi jest wręcz narodowym wydarzeniem; klasyką są szparagi z młodymi ziemniakami, szynką i masłem.

Właściwości, za które kochają je dietetycy

Szparagi są lekkie, mają dużo błonnika i naprawdę sporo potasu oraz kwasu foliowego. Zawierają też antyoksydanty i naturalne związki wspierające pracę organizmu. Ale chyba najważniejsze jest to, że są sycące, a jednocześnie lekkie. Po dobrze zrobionych szparagach człowiek czuje się raczej świeżo niż przejedzony.

Kilka trików, które robią różnicę:

- Do gotowania dodaj odrobinę cukru – podkreśla naturalną słodycz.
- Nie przykrywaj szczelnie garnka podczas gotowania zielonych szparagów – kolor będzie ładniejszy.
- Grillowane szparagi potrzebują naprawdę niewiele oliwy.
- Masło zrumienione na lekki karmel to jeden z najlepszych dodatków do szparagów.
- Cytryna dodana na końcu smakuje lepiej niż gotowana razem z nimi.
- Jeśli szparagi są bardzo świeże, można je jeść nawet na surowo, cienko pokrojone do sałatki.

Szparagi smakują najbardziej... chwilą. Może właśnie dlatego co roku tak na nie czekamy. Nie są dostępne „na zawsze”. Nie smakują dobrze zimą. Są prawdziwą sezonową kuchnią: krótką, świeżą i bardzo konkretną. I chyba właśnie dlatego talerz dobrych szparagów potrafi smakować bardziej niż najbardziej wymyślne danie. ■

Wojenna machina Putina się zacięła

Antoni Rybczyński

Dzień Zwycięstwa zamienił się w Dzień Porażki – taki jest odbiór tegorocznych uroczystości 9 maja w Moskwie. Władimir Putin przegrał propagandowo moment, który zwykle służy za potwierdzenie potęgi Rosji.



Żadna ilość propagandy nie jest w stanie ukryć wyczerpania zasobów mocy Rosji w wojnie, a Putin jest w pełni świadomy upokorzenia, którego doświadczył 9 maja **Fot. EPA-ELTA**

Co więcej, nawet jeśli doniesienia o rosnących obawach Putina przed pałacowym przewrotem są tylko elementem informacyjnej operacji specjalnej Zachodu i Kijowa, to faktem, nie tylko medialnym, są spadek poparcia dla dyktatora, rosnące niezadowolenie społeczeństwa, pogłębiające się kłopoty gospodarcze, skuteczna kampania dalekosiężnych ataków dronowych Ukrainy i brak sukcesów militarnych Rosji na froncie.

Wojskowa parada z okazji Dnia Zwycięstwa ma kluczowe znaczenie dla uzasadnienia wojny przeciwko Ukrainie. Odwołania do wielkich poświęceń poniesionych w walce z agresją nazistowskich Niemiec w latach 1941–1945 są kluczowe dla mobilizacji poparcia społecznego dla trwającej agresji. Pompatyczna demonstracja potęgi militarnej jest niezbędna do potwierdzenia tezy, że zwycięstwo jest z góry przesądzone – twierdzenia, które Putin powtórzył w swoim tradycyjnym przemówieniu wygłoszonym 9 maja.

Znacznie okrojony format uroczystości w tym roku – trwała zaledwie 45 minut i obejmowała jedynie przemarsz kilku kolumn bez sprzętu wojskowego – oraz zakaz wszelkich publicznych uroczystości na świeżym powietrzu sprawiły jednak, że dyskurs o zwycięstwie zabrzmiał pusto. Każdy widzi, że w tym roku Putin nie wygrał, a przegrał 9 maja.

Zełenski strollował Putina

Nowe zdolności uderzeniowe dalekiego zasięgu zapewniły prezydentowi Ukrainy Wołodymyrowi Zełenskiemu inicjatywę w politycznej rywalizacji skupionej na paradzie w Moskwie.

Intryga rozpoczęła się od rozmowy Putina z prezydentem USA Donaldem Trumpem 29 kwietnia i potwierdzenia gotowości do krótkotrwałego zawieszenia broni, co ukraińscy komentatorzy wysmiali jako prośbę o gwarancje bezpieczeństwa. Zełenski zaproponował »

Wojenny putinizm – reżim polityczny, który powstał jako reakcja na niepowodzenie ukraińskiego blitzkriegu i jego przekształcenie się w długotrwały konflikt zbrojny – wkroczył w nowy, kryzysowy okres swojej ewolucji.

tygodniowe zawieszenie broni, które Rosjanie oczywiście złamali.

Moskwa odpowiedziała groźbą przeprowadzenia potężnego ataku na Kijów, ale prezydent Trump ogłosił niepodlegające negocjacom zawieszenie broni w dniach 9–11 maja. Putin musiał zorganizować swoją paradę de facto za zgodą Kijowa i Waszyngtonu. Zełenski, otwarcie trollując Kreml dekretem zezwalającym na paradę na Placu Czerwonym, dzień wcześniej powiedział, że Putin zaczął mówić o pokoju, ponieważ „trochę go do tego popchnęła” Ukraina.

Parada w Moskwie odbyła się bez zakłóceń, ale władzom rosyjskim nie udało się złagodzić piętna wynikającego z „zezwoleń” na nią przez Ukrainę, skróconego – bez sprzętu wojskowego – składu oraz powszechnych odcięć internetu w Moskwie.

Zasoby na wyczerpaniu

Rosnąca liczba ofiar wojny, spadająca rekrutacja ochotników oraz rosnące poparcie społeczne dla rozmów pokojowych zwiększają presję na Putina, co według doniesień skłoniło jego doradców do opracowania planu zarządzania politycznego na wypadek wstrzymania działań bojowych i ataków dalekiego zasięgu.

Sondaże opinii publicznej wskazują na niezmiennie silne poparcie dla zakończenia wojny. Niezależnie sporządzona lista rosyjskich ofiar śmiertelnych obejmuje obecnie 352 tys. nazwisk, a kampania mająca na celu przyciągnięcie ochot-

ników, zwłaszcza do nowo utworzonych Sił Systemów Bezzałogowych, przynosi coraz mniejsze rezultaty, mimo rekordowo wysokich premii za zaciągnięcie się do służby.

W przemówieniu Putina wygłoszonym podczas upokarzającej parady nie było nic szczególnego. Bardziej treściwa okazała się konferencja prasowa wieczorem 9 maja. Agencje zwróciły uwagę na zdanie Putina: „Myślę, że sprawa zmierza ku zakończeniu”, w odniesieniu do wojny, ale z kontekstu nie wynika jasno, co dokładnie miał na myśli; całkiem możliwe, że nieuchronną porażkę Ukrainy.

To, że nie nastąpił żaden rzeczywisty postęp, potwierdził doradca Putina Jurij Uszakow. Powiedział, że wszelkie negocjacje będą bezowocne, dopóki Kijów nie zgodzi się na żądanie Moskwy – całkowite wycofanie swoich sił z Donbasu.

Żadna ilość patriotycznej propagandy nie jest jednak w stanie ukryć wyczerpania zasobów mocy Rosji, a Putin jest w pełni świadomy upokorzenia, które pogłębiła drwina prezydenta Zełenskiego.

Głęboki kryzys putinizmu

Kilka dni przed nerwowym Dniem Zwycięstwa media opublikowały treść raportu wywiadu jednego z krajów Unii Europejskiej, który wskazuje na rosnący strach Putina przed próbą obalenia. W związku z tym Federalna Służba Ochrony (FSO) miała jakoby wzmocnić środki bezpieczeństwa wokół dyktatora.

Rosnąca nerwowość na Kremlu odbija się też na morale aparatu bezpieczeństwa. Z raportu wynika, że po ostatnich zamachach na wysokich rangą dowódców wojskowych doszło – i to w obecności

Notowania Putina

spadają. Po pierwsze, ludzie są niezadowoleni z sytuacji gospodarczej. Aby sfinansować wydatki wojskowe, władze musiały podnieść podatki. Po drugie, narasta zmęczenie wojną.

Putina – do otwartej kłótni między szefami różnych struktur siłowych, w której przerzucano się odpowiedzialnością za bezpieczeństwo ważnych osób reżimu.

Nagła fala takich doniesień prasowych wygląda jednak bardziej na operację psychologiczną mającą na celu wywołanie paranoi wśród rosyjskiej elity niż na poważną ocenę sytuacji. Starzejący się Putin może rzeczywiście obawiać się bezpośredniego ataku ukraińskiego, a jego pretorianie z FSO są, jak każda służba bezpieczeństwa, zarówno zawodowo paranoiczni, jak i wrażliwi na obawy swojego szefa. Jest całkowicie prawdopodobne, że ochrona Putina została wzmocniona, niezależnie od tego, czy służby uważają oni to zagrożenie za realne, czy prawdopodobne.

Nawet jeśli wspomniane doniesienia są przesadzone, wojenny putinizm – reżim polityczny, który powstał jako reakcja na niepowodzenie ukraińskiego blitzkriegu i jego przekształcenie się w długotrwały konflikt zbrojny – wkroczył w nowy, kryzysowy okres swojej ewolucji.

Kampania wojskowa z 2025 r. podważyła zasadność scenariusza wojny na wyczerpanie. Pomimo ogromnych nakładów zasobów ludzkich i materialnych drugi rok ofensywy na Donbasie nie przyniósł Kremlowi znaczącego sukcesu na polu bitwy.

Notowania Putina spadają. Po pierwsze, ludzie są niezadowoleni z sytuacji gospodarczej. Aby sfinansować wydatki wojskowe, władze musiały podnieść podatki. Po drugie, narasta zmęczenie wojną. Wreszcie, ograniczenia w dostępie do internetu i jego blokady wywołały powszechne oburzenie.

Putin nie po raz pierwszy spotyka się z problemem rozprzestrzeniającego się wewnętrznego niezadowolenia. Jednak poprzednie epizody tego rodzaju – w latach 2011–2013 i 2018–2020 – na tle dzisiejszych okoliczności wydają się dość łagodne. Dziś mamy może nie śmiertelne, ale bardzo poważne wyzwanie dla reżimu. Odpowiedzi na pytanie, czy reżim poradzi sobie z tymi wyzwaniami, nie otrzymamy ani jutro, ani za miesiąc. Nie należy oczekiwać jego szybkiego upadku. ■



Wdrażanie dobrych nawyków prozdrowotnych od najmłodszych lat to droga do zachowania dobrostanu w dorosłości
Fot. Adobe Stock

Systematyczność oraz możliwe do wdrożenia na co dzień nawyki – w ten sposób poprawimy swój dobrostan

Honorata Adamowicz

Jednym z głównych problemów zdrowia publicznego na Litwie pozostaje niewystarczająca aktywność fizyczna oraz sposób odżywiania mieszkańców, który często nie odpowiada zaleceniom zdrowego żywienia – informuje „Kurier Wileński” Instytut Higieny.

Najnowsze dane pokazują, że tysiące mieszkańców Litwy żyją w permanentnym bezruchu, źle się odżywiają i coraz częściej zmagają się z problemami psychicznymi. Eksperci ostrzegają: brak zmian w codziennych nawykach może mieć poważne konsekwencje zdrowotne dla całego społeczeństwa.

Dietoterapia – nowy trend w zdrowiu

Duża część społeczeństwa codziennie spędza znaczną część cza-

su w pozycji siedzącej, co wiąże się ze zwiększonym ryzykiem otyłości, chorób układu krążenia, cukrzycy typu 2 oraz zaburzeń zdrowia psychicznego. Zauważa się też, że ludziom często brakuje wiedzy na temat tego, ile i jakiego rodzaju aktywności fizycznej potrzeba do utrzymania zdrowia.

Zgodnie z wynikami badania dotyczącego nawyków żywieniowych, aktywności fizycznej i wiedzy dorosłych oraz starszych mieszkańców Litwy, przeprowadzonego przez Instytut Higieny w 2024 r., jedynie 29,1 proc. mieszkańców osiąga wysoki

poziom aktywności fizycznej, 39,4 proc. zalicza się do grupy o niskiej aktywności fizycznej, a 46,9 proc. mieszkańców czas spędza, siedząc przez ponad 6 godzin dziennie.

Nie lepiej wygląda sytuacja związana z codzienną dietą mieszkańców Litwy. Według danych z tego samego badania tylko 26,6 proc. mieszkańców Litwy ocenia swoją dietę jako zgodną z zaleceniami, a warzywa i owoce codziennie spożywa 40,3 proc. mieszkańców; jednak zalecane 5 porcji dziennie osiąga jedynie 3,3 proc. »

W zaleceniach dotyczących zdrowego i zrównoważonego żywienia wskazuje się, że dziennie należy spożywać co najmniej 500 g warzyw, owoców i jagód, w tym nie mniej niż 350 g warzyw oraz 150–250 g owoców i jagód. Zgodnie z wynikami badania rzeczywistego sposobu żywienia dorosłych i starszych mieszkańców Litwy, przeprowadzonego przez Instytut Higieny w 2024 r., średnie dzienne spożycie wynosiło 161,9 g owoców i jagód oraz 239,9 g warzyw, a łączna ilość warzyw, owoców i jagód osiągała 401,8 g, co nie spełnia zalecanych norm.

Eksperci zwracają uwagę, że problem dotyczy nie tylko ilości spożywanych warzyw i owoców, lecz także jakości codziennej diety. Wyniki badania wykazały również, że spożycie tłuszczów nasyconych (12,6 proc. potencjału energetycznego) oraz cukrów (11,8 proc.) przekracza zalecane normy (do 10 proc.). W dziennej racji pokarmowej mieszkańców stwierdzono także zbyt wysoką ilość cholesterolu oraz zbyt niską zawartość błonnika pokarmowego.

Problemem pozostaje nadmierne spożycie soli: 56,7 proc. mieszkańców dodatkowo soli już przygotowane potrawy, a 17,0 proc. robi to prawie zawsze, nawet bez wcześniejszego spróbowania jedzenia.

Niewystarczające jest także spożycie płynów – zalecaną ilość wody (8 i więcej szklanek dziennie) wypija jedynie 4,4 proc. mieszkańców.

Aktywność fizyczna a nasz dobrostan psychiczny

– Coraz większe obawy budzi także kondycja psychiczna społeczeństwa. Jeśli chodzi o zdrowie psychiczne, w ciągu ostatniej dekady najczęściej diagnozowano zaburzenia związane z lękiem; stanowią one 36 proc. wszystkich przypadków. Należą do nich m.in.: uogólnione zaburzenie lękowe, zaburzenie paniczne, różnego rodzaju fobie i inne. Na drugim miejscu znajdują się zaburzenia wynikające ze zmian w funkcjonowaniu mózgu, stanowiące 30 proc. wszystkich przypadków, takie jak: demencja, łagodne zaburzenia poznawcze czy organiczne zaburzenia nastroju. Trzecie miejsce pod względem częstości zajmują zaburzenia nastroju (27 proc.), takie jak:

depresja, choroba afektywna dwubiegunowa czy mania – alarmują specjaliści Instytutu Higieny.

Według specjalistów najważniejsze są systematyczność oraz realistyczne, możliwe do wdrożenia na co dzień nawyki. Aktywność fizyczna i sposób odżywiania powinny być traktowane jako wzajemnie powiązane czynniki wpływające na ogólny stan zdrowia.

Dorostym zaleca się co najmniej 150 minut umiarkowanej aktywności fizycznej tygodniowo. Może to być szybki marsz, jazda na rowerze lub inna ulubiona forma ruchu.

Ważne jest również: codzienne zwiększanie ilości ruchu (np. wybieranie schodów zamiast windy, chodzenie pieszo), robienie przerw od siedzenia co 30–60 minut, zapewnienie odpowiedniego odpoczynku.

Poświęcać więcej uwagi sobie

– Nie mniej istotne jest odżywianie. W opublikowanych w 2025 r. zaleceniach dotyczących zdrowego i zrównoważonego żywienia zachęca się do: spożywania różnorodnej żywności, częściej pochodzenia roślinnego, z codziennym uwzględnianiem produktów pełnoziarnistych, warzyw, owoców i jagód; spożywania roślin strączkowych co najmniej kilka razy w tygodniu,

a także wybierania różnych rodzajów niesolonych orzechów i nasion; spożywania chudych produktów mlecznych, jedzenia ryb dwa lub trzy razy w tygodniu oraz umiarkowanego spożycia jaj; umiarkowanego spożycia czerwonego mięsa i unikania przetworzonych produktów mięsnych; wybierania zdrowych tłuszczów i olejów (np. oliwy, oleju rzepakowego); ograniczania cukru i soli w diecie; regularnego i umiarkowanego jedzenia, picia odpowiedniej ilości płynów oraz unikania lub nawet rezygnacji z alkoholu – zalecają eksperci.

Ważne jest regularne poświęcanie uwagi sobie i swojemu dobrostanowi psychicznemu. Warto zacząć od podstawowych potrzeb: dobrej jakości snu, zbilansowanej diety, rezygnacji ze szkodliwych nawyków i regularnej aktywności fizycznej. Równie ważne jest: poznawanie własnych emocji, postaw i reakcji na różne sytuacje oraz podejmowanie prób radzenia sobie ze stresem; dbanie o równowagę między pracą/nauką a życiem prywatnym; pamiętanie o czasie na odpoczynek.

Relacje społeczne, ulubione zajęcia czy inne formy relaksu to codzienne kroki, które mogą się przyczynić do poprawy zdrowia emocjonalnego. Jeśli czujesz, że codzienne trudności stają się zbyt przytłaczające i/lub potrzebujesz wsparcia – ważne jest, aby nie bać się szukać pomocy. Można sko- ➤



Relacje społeczne, ulubione zajęcia czy inne formy relaksu to codzienne kroki, które mogą się przyczynić do poprawy zdrowia emocjonalnego, także wśród seniorów **Fot. Adobe Stock**

rzystać z różnych form bezpłatnego wsparcia; więcej informacji można znaleźć na stronie: pagalbasau.lt.

Młodzi, dorośli, seniorzy – różne potrzeby

– Ważne jest uwzględnianie potrzeb różnych grup wiekowych i kształtowanie prozdrowotnych nawyków od najmłodszych lat, obejmujących zarówno aktywność fizyczną, jak i odżywianie. Dzieci i młodzież należy zachęcać do aktywnego spędzania wolnego czasu, ograniczania czasu przed ekranami oraz zapewnienia co najmniej 60 minut aktywności fizycznej dziennie. Ważne jest także kształtowanie zdrowych nawyków żywieniowych: regularnych posiłków, częstszego spożywania warzyw i owoców, ograniczania przekąsek i napojów zawierających cukier oraz rozwijania umiejętności wybierania zdrowych produktów spożywczych w codziennych sytuacjach (np. rozpoznawania ich dzięki oznaczeniu „Dziurka od klucza”) – informuje Instytut Higieny.

Dorośli powinni włączać ruch do codziennego życia i wybierać takie

formy aktywności fizycznej, które sprawiają przyjemność, aby łatwiej było utrzymać regularność. Ważne jest także utrzymywanie systematycznych nawyków żywieniowych: planowanie posiłków, wybieranie mniej przetworzonych produktów oraz ograniczanie cukru, soli i tłuszczów nasyconych.

U osób starszych szczególnie ważna jest bezpieczna, regularna aktywność fizyczna obejmująca ćwiczenia równowagi i wzmacnianie mięśni, aby zachować samodzielność i zmniejszyć ryzyko upadków. Istotna jest również zdrowa dieta oraz odpowiednie nawodnienie.

Zdrowemu stylowi życia sprzyjają także: otoczenie, dostępność możliwości aktywności fizycznej, zdrowszych wyborów żywieniowych oraz systematyczne przekazywanie informacji.

– Gdyby spojrzeć na problematykę zdrowia psychicznego całościowo, dzieciństwo i okres dojrzewania są czasem intensywnego rozwoju emocjonalnego, społecznego i poznawczego, dlatego młodzi ludzie są szczególnie wrażliwi na różnego

Badania pokazują, że takie czynniki, jak: przemoc rówieśnicza, przemoc, izolacja społeczna czy problemy rodzinne, mogą mieć długotrwały wpływ na zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży. Do promowania zdrowego stylu życia dzieci i młodzieży mogą przyczyniać się zarówno rodzice, jak i nauczyciele

rodzaju stresory. Badania pokazują, że takie czynniki, jak: przemoc rówieśnicza, przemoc, izolacja społeczna czy problemy rodzinne, mogą mieć długotrwały wpływ na zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży. Do promowania zdrowego stylu życia dzieci i młodzieży mogą przyczyniać się zarówno rodzice, jak i nauczyciele – podkreślają specjaliści z Instytutu Higieny.

VII MIĘDZYNARODOWY FESTIWAL
TAŃCA LUDOWEGO DZIECI I MŁODZIEŻY

GODZ.
13:00

24
MAJA

UL. WILEŃSKA 2
RUDOMINO

TAŃCUJ, TAŃCUJ, OKRĘCAJ
2026

Vilniaus regiono kultūros centras
Lietuvos Kultūros Taryba
Slasko logo

Ułożył Roman Głowacki

[illegible]

29. FESTIWAL
PIEŚŃ ZNAD SOLCZY

SOLECZNIKI • 24 05 2026

organizatorius



finansuoja



POPOLNA
POMOC POLAKOM
NA Wschodzie



Sołecznički oddział rejonowy
Związku Polaków na Litwie



Impreza będzie
filmowana
i fotografowana

Zadanie dofinansowane w ramach sprawowania opieki
Senatu Rzeczypospolitej Polskiej nad Polonią i Polakami za granicą w 2026 roku