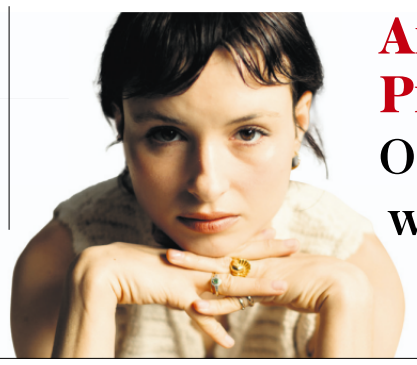
Corrida
Kiedy Hiszpanie skończą z zabijaniem ▸20



Anna Próchniak:
Odnajduję się w trudnych emocjach ▸27

WYSOKIE OBCASY

Anna Seniuk
Zakochanie jest na wyciągnięcie ręki

FOT. SHUTTERSTOCK, DAWID ZUCHOWICZ / AGENCJA WYBORCZA.PL

MAGAZYN wyborcza
NIE MA WOLNOŚCI BEZ SOLIDARNOŚCI

Dziś Budapeszt, jutro Waszyngton?

- **Mazzini:** Jak Węgrzy to zrobili i kto im pomógł ▸4
- **Maziarski:** Gdzie w Europie Trump znajdzie nowy Budapeszt ▸10
- **Wielowieyska:** Dokąd teraz ucieknie Ziobro ▸8

FOT. JAKUB PORZYCKI/NURPHOTO/GETTY IMAGES. MONTAŻ

Gazeta Wyborcza
Wydaje Wyborcza Sp. z o.o.
nr indeksu 348198
ISSN 0860-908X
9 770860 908167 16>

Strefy Czystego Transportu.
Elita rozjeżdża się z ludem ▸12

Izraelczycy toczą trzy wojny
i są szczęśliwsi od Szwajcarów ▸26

Monty Python
jednoczy rabinów i zakonnice ▸42

Kod dostępu do Wyborcza.pl na weekend

FOT. GETTY IMAGES/EVENING STANDARD

Sobota – czwartek, 18-23 kwietnia 2026 | Redaktor prowadzący Marek Markowski | Cena gazety 12,99 zł (w tym 8% VAT) | nr 90.11189, 1 Nakład 72 tys. + 322 tys. prenumerat cyfrowych

eprasa.pl eddb2a5eb2

WĘGRY WYBRAŁY

Andrzej rysuje

Zwycięstwo partii TISZA tylko przyspieszy upadek UE. Sprawdźcie, czy mam rację za cztery miesiące

KIRIŁŁ DMITRIEW
główny finansista Rosji, technokrata, negocjator pokojowy z Ukrainą i USA

Co dalej ze Zbigniewem Ziobrą i Marcinem Romanowskim, będą decydować prawnicy. Nie moja sprawa

PRZEMYSŁAW CZARNEK
kandydat PiS na premiera

To jest oczywiście suwerenny wybór narodu węgierskiego. Wybrali swojego premiera, któremu gratuluję zwycięstwa w wyborach. 1000-letnia przyjaźń polsko-węgierska musi trwać

PREZYDENT KAROL NAWROCKI

Węgrzy odrzucili szkodliwe wpływy Władimira Putina. Kochający wolność naród węgierski zdecydowanie opowiedział się za demokracją i rządami prawa

ROGER WICKER
szef komisji sił zbrojnych w Senacie USA, Republikanin

Wiadomości z kraju i ze świata czytaj teraz na wyborcza.pl

UŻYJ BEZPŁATNEGO KODU i bądź na bieżąco przez cały weekend*

KS25A1J

- Wejdź na stronę Wyborcza.pl/magazynkod
- Wpisz kod w polu „Kod promocyjny”
- Podaj adres e-mail, na który przyznamy dostęp
- Aktywuj dostęp w ten weekend

* Oferta tylko dla użytkowników, którzy w ostatnim roku nie posiadali prenumeraty w serwisie Wyborcza.pl. Dostęp do serwisu w dniach 18-19.04.2026 r.

Tusk i koalicja patrzą na Węgry

Peter Magyar przyszły premier Węgier zapowiada bezkompromisowe rozliczenia z kamarylą Viktora Orbána. **Czy polscy demokraci będą mieli się od kogo uczyć?**

Bartosz T. Wieliński

Gdzie jest Peter Szijjártó, szef węgierskiego MSZ? To pytanie węgierscy dziennikarze zadają sobie od niedzieli. Gdy w wyborczy wieczór Orbán w sali konferencyjnej naddunajskiego kompleksu Balna uznawał wyborczą porażkę Fideszu i zapowiadał oddanie władzy po 16 latach rządów, w gronie stojących za nim współpracowników Szijjártó nie było.

47-letni prawnik i dyplomata był jedną z twarzy orbanowskiego reżimu i zarazem architektem bliskiego zbliżenia kraju z putinowską Rosją. Dwa miesiące przed rozpoczęciem inwazji na Ukrainę jego rosyjski odpowiednik Sergiej Ławrow odznaczył go Orderem Przyjaźni.

Szijjártó z Orbánem zaprzęgli kontrolowane przez siebie media i instytucje państwowe do rozpowszechniania rosyjskiej propagandy, podważali rosyjskie zbrodnie, torpedowali nakładanie unijnych sankcji na Rosję i programy pomocy dla Ukrainy. Tuż przed węgierskimi wyborami okazało się, że Szijjártó szczegóły tych kwestii uzgadniał z Ławrowem przez telefon. Przekazywał mu również informacje z posiedzeń Rady Europejskiej.

Dziś Kreml, ustami rzecznika Dmitrija Pieskowa twierdzi, że Rosja nigdy z Orbánem się nie przyjaźniła, ale Szijjártó najprawdopodobniej odpowie za zdradę. Węgierski kodeks karny przewiduje za to przestępstwo – popełnione przez państwowego urzędnika – dożywocie. Dlatego pytania o to, co minister obecnie robi, są zasadne.

Gdzie jest Szijjártó?

Od tygodnia nic nie publikuje na platformach społecznościowych. W niedzielę, gdy tłum zwolenników Magyara świętował zwycięstwo na Placu Batthyány'ego, kilka wojskowych samolotów wzbiło się w powietrze. Wśród nich był luksusowy Dassault Falcone, którym Szijjártó zwykł podróżować po świecie. Samolot po stracie wziął kurs na południe. Gdy dotarł do Kairu, skręcił w stronę Arabii Saudyjskiej.

Spekulowano, że na pokładzie jest Szijjártó, który ucieka z kraju, ale dzień później fotoreporterzy złapali go, gdy w dresie wychodził z gmachu MSZ. Zrobili mu zdjęcia, gdy wsiadał do mikrobusu z przyciemnionymi szybami. I zniknął.

Peter Magyar oskarżył go, że w gmachu MSZ niszczy materiały dotyczące unijnych sankcji na Rosję, które Węgry próbowały sabotować. Za niszczenie dowodów węgierski kodeks karny przewiduje trzy lata więzienia.

Do tego dochodzą oskarżenia o korupcję. W 2020 r. sfotografowano go na pokładzie jachtu należącego do jednego z najważniejszych węgierskich oligarchów. Tydzień rejsu po Adriatyku taką jednostką kosztował wówczas 180 tys. euro. Szijjártó zarabiał – według oficjalnych oświadczeń majątkowych – o wiele za mało, by stać go było na taki luksus. Oligarcha zarabiał zaś miliardy na rządowych kontraktach.

Szijjártó zbywał wszelkie podejrzenia, mówił, że spędzał czas z rodziną (a ma go dla niej zbyt mało) i że jego prywatne życie nikogo nie powinno obchodzić. Służby antykorupcyjne nie zajęły się sprawą, bo politycy Fideszu i zblatowany z nimi biznes byli pod ochroną. Rozkradane przez oligarchów Węgry stały się najbiedniejszym i najbardziej skorumpowanym krajem UE

Piszę o Szijjártó, bo w ostatnich tygodniach z racji ujawnienia jego właściwie szpiegowskich relacji z Ławrowem stał się symbolem upadku reżimu Orbána. Będzie na szczycie listy ludzi, których nowa władza będzie chciała rozliczyć. A lista jest długa. Są na niej przyjaciele szefa Fideszu, którzy dorobili się majątków, wysocy urzędnicy państwowi, kapłani propagandy. No i sam Orbán oraz jego rodzina. Córka z zięciem, czując, co się może zdarzyć, już w zeszłym roku wyjechała do USA. Oficjalnie na studia.

eprasa.pl eddb2a5eb2

FOT. MICHAŁ RYNIAK / AGENCJA WYBORCZA.PL

• Młodzi Węgrzy świętują zwycięstwo TISZ-y i Petera Magyara nad Fideszem i Viktorem Orbanem, który po 16 latach oddaje władzę

Skąd my to znamy?

Postulat pociągnięcia do odpowiedzialności tych, którzy dla osobistych korzyści doprowadzili państwo na skraj upadku, brzmi znajomo. W 2023 r. bezkompromisowo stawiał go idący po władzę Donald Tusk, ale ku rozgoryczeniu polskich demokratów wyszło z tego niewiele. Czy Magyarowi uda się zdziałać więcej?

Właśnie polski przykład powinien go inspirować, by nie odpuszczać. Wlokące się rozliczenia afer polityków PiS frustrują demokratycznych wyborców, a tymże politykom dodają animuszu. Bo skoro strach (przed rozliczeniami) ma wielkie oczy, to można szaleć dalej.

Dotyczy to największych afer, takich jak np. sprawa inwigilowania opozycji szpiegowskim systemem Pegasus, czy wykorzystywania policji i służb do prześladowania aktywistów opozycji ulicznej. Dotyczy to postaci z samego świecznika, jak i z dołu hierarchii, jak np. poseł Dariusz Matecki. Ma poważne korupcyjne zarzuty, spędził kilka tygodni w areszcie. Chodzi po Sejmie i jak gdyby nigdy nic, nagrywa hejterskie filmy na swoje socjale.

Magyar, gdy w maju przejmie władzę, będzie w o wiele lepszej sytuacji, niż Koalicja 15 Października była w grudniu 2023 r. Ma konstytucyjną większość, nikt nie może opóźniać powstania jego rządu. W Polsce po wyborach parlamentarnych prezydent Andrzej Duda dał PiS-owi czas na pozorowane tworzenie dwutygodniowego gabinetu Mateusza Morawieckiego.

Opozycja alarmowała wówczas, że ruszył program „niszczarka plus", a ministrowie rzutem na taśmę załatwiali ostatnie dotacje dla swoich kamaryli. Węgierski prezydent Tamás Sulyok, w odróżnieniu od polskiego jest figurantem. Magyar wprost zawezwał go, by zrezygnował ze stanowiska, bo stracił moralne prawo, by je sprawować.

136 posłów TISZ-y (a może ciut więcej, bo ostatnie głosy są ciągle liczone) w 199-mandatowym Zgromadzeniu Krajowym, czyli jednoizbowym węgierskim parlamencie pozwala Magyarowi z marszu rozbrajać wszystkie pułapki zastawione przez Orbána. Ten jeszcze przed wyborami w 2020 r., gdy opozycja zjednoczyła się przeciwko niemu i wystawiła wspólną listę i wspólnego kandydata, całkowicie zabetonował system tak, by w przypadku utraty władzy zachować kontrolę nad państwem.

Polski przykład powinien zainspirować Magyara, by nie odpuszczał. Wlokące się rozliczenia afer polityków PiS frustrują demokratycznych wyborców

Orbán nie przewidział, że jego rywale zdobędą w parlamencie ponad dwie trzecie głosów, co pozwoli im zmieniać konstytucję i uchylać prawa kardynalne. By wyrzucić wychowanków Jacka Kurskiego z mediów publicznych i skończyć z nadawaniem nienawistnej propagandy, czy usunąć pisowskiego prokuratora krajowego Dariusza Barskiego rząd Tuska musiał sięgać po dość kreatywne rozwiązania. Jeśli chodzi o legislację Magyar będzie mógł zrobić wszystko z siodła. Nie ma nad sobą prezydenta, który będzie wetować ustawę za ustawą.

Świecznik i marchewka

Lider TISZ-y już zapowiada powstanie nowej służby antykorupcyjnej i zespołu, który będzie tropić i konfiskować nielegalne majątki oligarchów. Tak jak w dniu wyborów z Węgier wyleciały samoloty, tak wypływa z nich kapitał. Oligarchowie likwidują część biznesów, pieniądze wyprowadzają na konta do Azji, m.in. do Singapuru. Magyar chce też zlikwidować propagandowe media publiczne i odzyskać pieniądze oraz aktywa przekazane przez Orbána rozmaitym wspierającym jego rząd fundacjom.

Jak jednak przyszły premier rozwiąże problem, który widzimy w Polsce: niechęć wielu śledczych i sędziów, by zajmować się rozliczaniem PiS z obawy, że dawny układ wróci do władzy i będzie się mścić? Magyar, mimo większości konstytucyjnej nie będzie w stanie wymienić całej państwowej administracji i odwołać posłusznych Orbánowi prokuratorów i funkcjonariuszy służb mundurowych. Najwyraźniej ma jednak dla nich marchewkę. Z jego słów wynika, że rozliczenia ograniczą się do góra paru tysięcy osób, ludzi z samego świecznika, które wyrządziły państwu największe szkody. Reszta będzie mogła kontynuować pracę.

Najnowsza historia Europy Środkowej pokazuje, że to jedyna droga. Rozliczania dawnych rządzących po 1989 r. miały – nie licząc Rumunii, gdzie podczas rewolucji rozstrzelano Nicolae Ceausescu i jego żonę Elenę – symboliczny charakter. W więzieniach nie dało się zamknąć całego państwowego aparatu. Nie dało się go też od razu zastąpić. Inna sprawa, że komunistyczni kacykowie nie kupowali jachtów ani nie zakładali kont w rajach podatkowych...

Tak jak Magyar będzie musiał brać pod uwagę poważne problemy polskiego rządu w rozliczaniu afer PiS, tak Koalicja 15 października będzie musiała reagować na sukcesy – albo ich brak – rozliczeń na Węgrzech. Zniecierpliwienie polskich wyborców tylko wzrośnie, jeśli okaże się, że tam sprawy biegną szybciej i skuteczniej. Że państwo może nie dopuścić do sytuacji, by główni podejrzani uciekali za granicę, przepisywali majątki na żony, czy chowali się za immunitetami Parlamentu Europejskiego. Część polityków Koalicji 15 Października przekonywała – czując systemową bezsilność – że rozliczenia nie są istotne, że Polacy tym się w zasadzie nie interesują. Magyar tę wymówkę obali.

Testem sprawczości nowego premiera będzie rozwiązanie sprawy ukrywających się na Węgrzech polityków PiS Zbigniewa Ziobrę i Marcina Romanowskiego. Czy nowy rząd niezwłocznie unieważni przyznany im za czasów Orbána azyl polityczny i wyśle ich do Polski? A może Węgrzy przymkną oczy i pozwolą im – jeszcze przed zaprzysiężeniem nowego gabinetu – uciec do Serbii, USA czy, jeśli nikt inny nie będzie chciał ich przyjąć, na Białoruś? ●

na 9

• miejscu wśród 27 państw UE są Węgry w Indeksie Równości Płci Amnesty International. Na ostatnim, jeśli chodzi o równość płci na stanowiskach kierowniczych w polityce i gospodarce

0

• wzrost PKB notują Węgry od 2022. Za to inflację do niedawna miały najwyższą w UE

od 55

• do 220 zł w poprzednich wyborach płacili za jeden głos ludzie Fideszu w romskich wsiach

o 1/4

• spadła wartość zachodnich inwestycji na Węgrzech od 2022 r., i to mimo masowego napływu chińskich inwestorów

eprasa.pl eddb2a5eb2

I tak będziemy się kiwać do melodii Orbána

Na Węgrzech przegrali ideowi intelektualiści MAGA z J.D. Vance'em na czele. A duchowy ojciec alt-rightu zabezpieczył pieniądze, ludzi i zapowiada powrót

Mateusz Mazzini

Wszyscy czytacie zbyt dużo zachodnich mediów.

Bez względu na pytanie – ta sama odpowiedź. Niczym automatyczna sekretarka, mechaniczny głos nagrany na płytę. Bez emocji, z tym samym wyrazem twarzy, martwym i emanującym groźną pewnością siebie. Przez 60 minut z zegarkiem w ręku, odmierzone tak precyzyjnie, że można było odnieść wrażenie, iż ma się do czynienia z socjopatą.

Dlaczego krytykujecie podstawowe wartości Unii Europejskiej? Jaki sens ma antagonizowanie zagranicznych inwestorów? W czym wam tak bardzo przeszkadza Uniwersytet Środkowoeuropejski, lepiej znany pod anglojęzycznym akronimem CEU? O co chodzi w tych personalnych atakach na Sorosa? Skąd nienawiść do gejów?

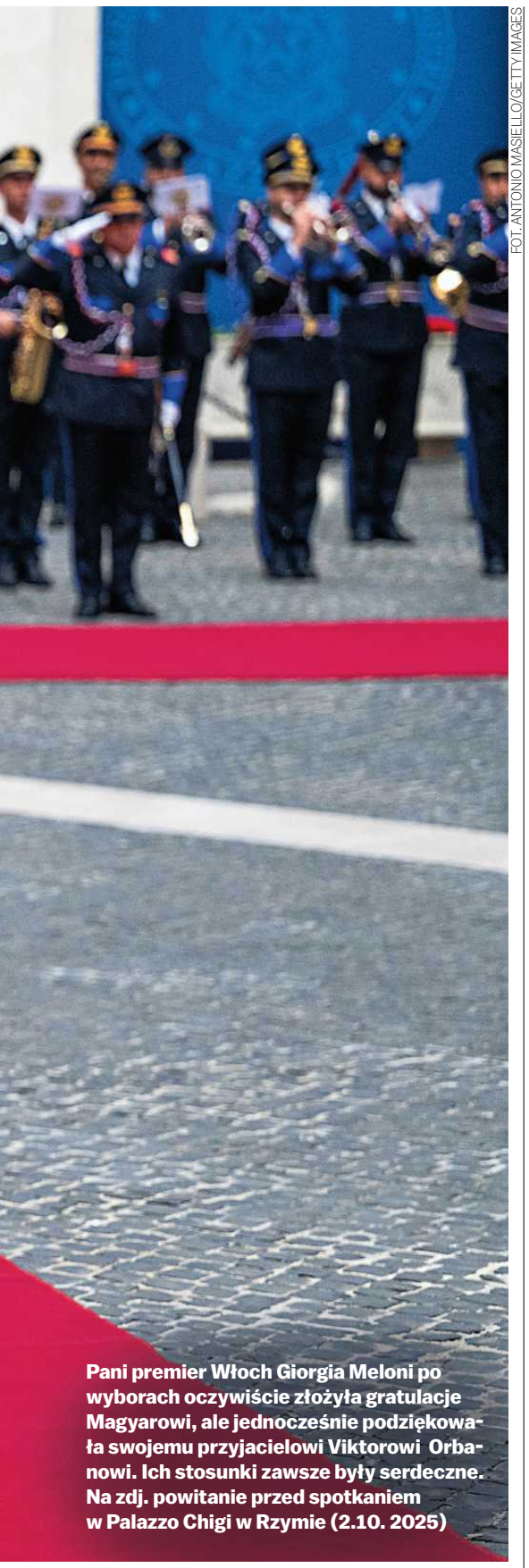
– Wszyscy czytacie zbyt dużo zachodnich mediów.

I wszystko jasne, to powinno nam wystarczyć za odpowiedź. Jeśli bowiem czytamy zbyt wiele zachodnich mediów, jesteśmy siłą rzeczy poddani zachodniej narracji. Liberalnej, zglobalizowanej, przefiltrowanej przez potrzeby i interesy zagranicznych elit. W tym toku rozumowania świat jest binarny, czarno-biały. Jeśli ktoś, tak jak ja i 24 moich towarzyszy z Wyszehradzkiej Szkoły Letniej, konsumuje treści z winietami „New York Timesa", „Economista" czy CNN, na pewno nie zagląda do mediów tutejszych. Gdybyśmy to robili, znalibyśmy prawdę o Węgrzech. Ale nikt z nas nie mówi po węgiersku, mało kto za granicą ma w ogóle taką umiejętność. Z definicji jesteśmy więc pozbawieni narzędzia do zrozumienia tutejszej rzeczywistości. A więc wszelka dyskusja jest zbędna, bo się nie dogadamy.

Zresztą my wtedy nie mieliśmy chyba takiego zamiaru. On – na pewno nie. On – czyli Zoltán Kovács. Przyjaciel Viktora Orbána, już wtedy pełniący rolę rzecznika rządu Fideszu dla prasy międzynarodowej.

Jego życiorys jest modelowym przykładem członka – od paru dni już byłej – partii rządzącej. Młody antykomunista, który do polityki trafił w czasie, gdy komunizm w Europie Środkowo-Wschodniej wydawał ostatnie

eprasa.pl eddb2a5eb2



FOT. ANTONIO MASIELLO/GETTY IMAGES

Pani premier Włoch Giorgia Meloni po wyborach oczywiście złożyła gratulacje Magyarowi, ale jednocześnie podziękowała swojemu przyjacielowi Viktorowi Orbanowi. Ich stosunki zawsze były serdeczne. Na zdj. powitanie przed spotkaniem w Palazzo Chigi w Rzymie (2.10. 2025)

tchnienie. Na fali przemian ustrojowych szybko wszedł do głównego nurtu, garściami czerpiąc z szans intelektualnych i rozwojowych, które młodym Węgrom, tak samo, jak młodym Polakom, Czechom, Rosjanom czy Słowakom ochoczo oferowały wtedy kraje zachodnie.

Kovács już w 1994 roku wyjechał na pierwsze zagraniczne stypendium – do Austrii – dzięki temu, że Węgry rozpoczęły europejski proces akcesyjny. Potem studiował, a jakże, na CEU, w kolejnych latach ucząc się i realizując projekty badawcze między innymi na University College London i w Wilson Center, waszyngtońskim liberalnym think-tanku, niemal całkowicie zniszczonym w ubiegłym roku przez ludzi Elona Muska z mającej odchudzić rząd federalny komisji DOGE.

Zanim Kovács wyjechał jednak do Wielkiej Brytanii i USA, wstąpił już do Fideszu, gdzie poznał Orbána – polityka o dokładnie takiej samej trajektorii życiowej, wykształconego między innymi na Oxfordzie, gdzie znalazł się dzięki stypendium ufundowanemu przez George'a Sorosa.

To spotkanie było moim pierwszym zderzeniem z niemal całkowicie wodoszczelnym antyliberalnym reżimem, który Orbán stworzył na Węgrzech. Dopiero po paru latach, z perspektywy wszystkiego, co zdarzyło się w europejskiej i światowej polityce, zrozumiałem, że także zapowiedzią nowego populistycznego *zeitgeistu*. Przez długie lata wracałem do niego pamięcią, bo tamta godzina spędzona w małej salce konferencyjnej w budynku węgierskiego parlamentu skupiała wszystko, co przyszło mi badać, opisywać i obserwować jako dziennikarzowi zajmującemu się światem przez kolejne kilkanaście lat.

●

Z dzisiejszej perspektywy najbardziej szokuje, że do tego spotkania doszło tak dawno. Był rok 2014, świat wyglądał zupełnie inaczej.

Właśnie ukończyłem studia i przyjechałem na całe lato do Budapesztu – trochę z ciekawości, a trochę z braku innych zajęć. Rozdarty – szukać pracy czy zaczynać doktorat, wracać do Warszawy czy pozostać na Wyspach – zapisałem się na szkołę letnią organizowaną przez konsorcjum think-tanków z Europy Środkowo-Wschodniej.

Było nas 25, dziewczyn i chłopaków – wszyscy z metra cięci. Dziś nasza homogeniczność i wynikająca z niej naiwność wywołuje we mnie śmiech. Większość wykształcona w Europie Zachodniej, głównie w Wielkiej Brytanii. Wszyscy mieliśmy liberalne poglądy, chcieliśmy, żeby nasza część kontynentu jak najszybciej się westernizowała. Pragnęliśmy więcej integracji europejskiej i zacieśniania sojuszu z USA. Rosja była już demonem, bo kilka miesięcy wcześniej anektowała Krym. Ale innych demonów brakowało – poza Orbánem, traktowanym jak egzotyczna i przelotna ciekawostka. Nikt jeszcze go nie rozumiał i zrozumieć się nie starał.

Wtedy, w upalne budapesztańskie lato, węgierski premier był w absolutnej globalnej awangardzie nacjonalistycznego prawicowego populizmu. Nie pierwszy i nie ostatni raz wyczuł wiatr zmian szybciej od innych.

W 2014 roku nikt jeszcze nie słyszał o Andrzeju Dudzie i Karolu Nawrockim. PiS tkwił w sondażowym marazmie, AfD miała 4 procent poparcia i była partią sprzeciwiającą się wspólnej europejskiej walucie, a nie imigracji. Matteo Salvini był mało znanym politykiem pojawiającym się na wiecach ku czci Mussoliniego, a Jordan Bardella, który dziś w zastępstwie Marine Le Pen prowadzi Zjednoczenie – niedawny Front – Narodowe do władzy we Francji, uczył się jeszcze w liceum. Brexit wydawał się niemożliwym do przeprowadzenia absurdem, a Trump pozostawał dla Europejczyków zapomnianą gwiazdą telewizyjną lat 90. Największą bolączką Europy była Grecja, która nie chciała się podporządkować surowym, dogmatycznym wymogom Europejskiego Banku Centralnego.

Tymczasem Orbán zaczynał już drugą kadencję z rzędu i wrzucając kolejny bieg w populistycznej dewastacji państwa.

Spotkanie z Kovácsem, zorganizowane dla naszej naiwnej grupy studenckiej, było dowodem, że szef Fideszu miał znacznie większe aspiracje. Nigdy nie zależało mu wyłącznie na rządzeniu, niewielkim pod każdym względem, nie tylko 10-milionowej populacji, krajem na uboczu, choć w geograficznym środku, Europy. Chciał czegoś więcej – globalnej sławy i wpływu na losy kontynentu, może nawet świata. Dlatego od początku nie myślał jedynie o łupieniu majątku państwowego i wygraniu kolejnych wyborów – tylko o stworzeniu systemu, który przetrwa, nawet gdyby jego zabrakło u sterów.

Właśnie dlatego natychmiast sprofesjonalizował swoją służbę prasową. Gdy większość polityków ignorowała sferę komunikacyjną, rolę rzecznika powierzając miłym i posłusznym byłym dziennikarzom albo przeciętnym, wygłaszającym formułki, obłym partyjniakom, Orbán poszedł po ekspertów. Stworzył dwie równoległe struktury: osobną dla mediów krajowych, które sukcesywnie dławił, niszczył, aż w końcu wykupił i prawie zabił rękami swoich oligarchów. I osobną do komunikacji zewnętrznej, dla świata.

Tu przekaz był zawsze ofensywny. topornie nastawiony na konfrontację. Nie rozumiecie nas, chcecie zniszczyć naszą tożsamość, kolonizujecie nasze społeczeństwo waszymi normami. A my jesteśmy inni. Madziarzy mają własną, traumatyczną historię, osobny język i silną wiarę. Albo to uszanujecie, albo będziemy dla was nieustannym źródłem kłopotów.

Z premedytacją – nie chodziło o to, aby zaskarbić sobie kogoś, przekonać do swoich racji. Tylko by wyróżnić się, zaprezentować jako atrakcyjna alternatywa. Wzór. Aby marzący o władzy prawicowi populiści na „starym" Zachodzie pomyśleli: „aha, to tak można, nacierać, zamiast hamować się i przymilać" – i uznali Orbana za mentora.

Na czele tej drugiej, zagranicznej struktury stał właśnie Zoltán Kovács. Polityk, dziennikarz, a co ważniejsze – człowiek, który napisał pracę doktorską o propagandzie rządu brytyjskiego w drugiej połowie XIX wieku.

Orbánowi po 16 latach władzy można było zarzucić bardzo wiele – ale nie to, że otaczał się amatorami.

●

– Dzisiaj ta szkoła letnia już nie mogłaby się odbyć – śmieje się Tjaša Feher. Jest Słowenką, ale z Budapesztem ma bardzo silny związek. Tu studiowała, nauczyła się węgierskiego, wielokrotnie wracała za pracą. Poznaliśmy się właśnie wtedy, latem 2014 roku – Tjaša była wolontariuszką pracującą przy szkole letniej, w której uczestnikiem. Po studiach pracowała w kilku budapesztańskich placówkach dyplomatycznych i przedstawicielstwach zachodnich instytucji. Dzisiaj mieszka w Brukseli, zajmuje się rozszerzeniem Unii Europejskiej i polityką krajów bałkańskich.

Do stolicy Węgier przyjechała, tak samo jak ja, obserwować historyczne wybory parlamentarne. 12 kwietnia 2026 roku, w 23. rocznicę węgierskiego referendum akcesyjnego, po raz pierwszy od 16 lat istniała realna szansa na odsunięcie od władzy Orbána i Fideszu: człowieka i partii, którzy zamienili Węgry w prywatny folwark, tworząc państwo mafijne i nie dając społeczeństwu nic w zamian za udzielane im od czterech kadencji poparcie.

Tjaša, podobnie jak większość osób, z którymi spotkałem się w Budapeszcie na finiszu kampanii wyborczej, spodziewała się wygranej TISZY – choć jej ostateczne rozmiary, dające większość konstytucyjną i otwierające drogę do całkowitej, właściwie ustrojowej transformacji Węgier, zdziwiły nawet ją. Ale gdy rozmawialiśmy, nie chciała spekulować na temat konsekwencji przełomowego głosowania. Wolała opowiedzieć mi, jak z jej perspektywy, tej lokalnej, budapesztańskiej, oraz brukselskiej, naprawdę działał reżim Orbána. A przede wszystkim – jak zmienił Węgry i Węgrów.

– Wyjechałam, bo w pewnym momencie nie byłam w stanie znieść tych wszystkich mikroagresji. Na początku życie tutaj było naprawdę bardzo wygodne – i pewnie dalej jest, jeśli potrafisz się znieczulić na rzeczywistość i w ogóle nie obserwujesz polityki. Pracując dla zagranicznej firmy, zarabiając zachodnie stawki, możesz w Budapeszcie świetnie się czuć. To fajne, kosmopolityczne, hipsterskie miasto. Ale im dłużej Orbán był u władzy, tym bardziej robiło się tu duszno. Niby żyliśmy w środku Unii Europejskiej w XXI wieku, a jednak atmosfera przypominała książki Sołżenicyna bardziej niż rzeczywistość innych europejskich miast – opowiada Tjaša. Z półuśmiechem, bo rozumie, że realizuje stereotyp, o którym sama mówi: obcokrajowca pracującego dla zachodniej instytucji, który popija kawę w modnej budapesztańskiej kawiarni.

Uśmiech znika, kiedy przechodzi do przykładów. Chcesz iść do teatru? Musisz się zastanowić, który wybierzesz, bo niektóre uchodzą za liberalne i antysystemowe, inne są wierne reżimowi, bo zależą od państwowych dotacji. Nie lubisz piłki nożnej, wolisz inne sporty? To też problem, bo Orbán, mocno otyły mężczyzna po sześćdziesiątce, antyreklama aktywności fizycznej, kocha futbol.

Głównie z przyczyn utylitarnych. W kluby piłkarskie wpompował miliardy euro, w samym Budapeszcie wybudował kilka nowych stadionów i obiektów piłkarskich, a swoją partią pokierował tak, że wchłonęła struktury kibicowskie. W rezultacie kibole stali się zbrojnym ramieniem władzy. Kiedy w piątek 10 kwietnia na stołecznym Placu Bohaterów ponad sto tysięcy Węgrów, głównie młodych, zbierało się, żeby przy dźwiękach muzyki alternatywnej pokazać środkowy palec Orbánowi, wszyscy autentycznie byli w strachu, że kibole Ujpestu, Ferencvárosi i innych stołecznych klubów sprowokują zamieszki.

– Jeszcze do 2019 roku z wyborcami Fideszu dało się rozmawiać. Jasne, nie zgadzaliśmy się w wielu kwestiach, ale to nie były awantury na śmierć i życie. Raczej różnica zdań, ze świadomością, że i tak się nie przekonamy. Wszystko zmieniła najpierw pandemia, a potem wojna w Ukrainie. Wyborcy prawicy zrobili się agresywni, po prostu buchający agresją. Orbán włączył turbodoładowanie w propagandzie, znalazł nowych wrogów: Unię i Ukrainę, ucieleśniane przez dwie osoby: Ursulę von der Leyen i Wołodymyra Zełeńskiego. Ostatnia kadencja Fideszu to już dramat, popękane społeczeństwo – ciężko wzdycha Tjaša.

Kiedy wypytuję o wspomnienia z początku reżimu, śmieje się, że wtedy panowała amatorszczyzna. Dowodem fakt, że instytucja, która formalnie organizowała naszą szkołę letnią, AJKC, Centrum Wiedzy imienia Józsefa Antalla, konserwatywny think-tank nazwany ku czci pierwszego postkomunistycznego premiera Węgier, odpowiednika naszego Tadeusza Mazowieckiego, już nie istnieje.

Oficjalnie został wchłonięty przez znacznie bardziej rozpoznawalne Centrum Praw Podstawowych, propagandową włócznię Orbána organizująca naddunajską odsłonę CPAC – najważniejszą amerykańską konferencję konserwatystów i prawicy, zdominowaną

Nie byłoby dzisiaj większości konstytucyjnej dla TISZY i powrotu Budapesztu do Europy, gdyby nie tradycyjne media i klasyczne metody dziennikarskie

eprasa.pl eddb2a5eb2

teraz przez ludzi Trumpa i ruch MAGA. Ale w praktyce AJKC zostało rozwiązane, bo jego działalność nie przynosiła żadnych efektów, a finansowo było studnią bez dna.

Portal śledczy Direkt36, jedna z ostatnich niezależnych redakcji na Węgrzech, która odegrała niesłychanie ważną rolę w kampanii wyborczej, publikując zeznania sygnalistów ze środka reżimu o nadużyciach służb specjalnych, pięć lat temu przeanalizował finansowe AJKC. W pierwszej dekadzie rządów Orbána think-tank otrzymał 12 milionów euro publicznych bezzwrotnych dotacji.

Sporą część pieniędzy zagarnął Peter Antall, syn historycznego premiera i patrona instytutu, powszechnie uznawany nawet na węgierskiej prawicy za całkowitego przeciętniaka. Bardzo słaby angielski, problemy z ukończeniem lokalnych uniwersytetów, brak prawa jazdy i konieczność wynajęcia mu samochodu z kierowcą, niespecjalne sukcesy w kształtowaniu opinii publicznej. Za to spore honorarium – ponad 13 tysięcy euro miesięcznie. A przede wszystkim zamiłowanie do podróży międzynarodowych na koszt podatnika. Dwa tygodnie w Australii, tydzień spędzony na zwiedzaniu norweskich fiordów – to tylko niektóre wyjazdy udokumentowane przez Direkt36.

Dużo czasu poza Budapesztem, niska przydatność wobec reżimu, spore koszty. Nic dziwnego, że z czasem Orbán stracił cierpliwość, pieniądze pompując gdzieś indziej.

Na przykład do Kolegium Macieja Korwina, czyli instytucji, która jest bez dwóch zdań najlepszym studium przypadku w analizie działania reżimów antydemokratycznych. Lepiej znane pod anglojęzycznym akronimem MCC to konserwatywny think-tank mający szerzyć wartości prorodzinne, chrześcijańskie, otwarcie antyliberalne, który na płaszczyźnie międzynarodowej ma dwóch partnerów instytucjonalnych: polskie Ordo Iuris, którego szerzej przedstawiać nie trzeba, oraz amerykańską Heritage Foundation. To już naprawdę gruby kaliber – radykalnie konserwatywny, wręcz reakcyjny, opływający w dolary od biznesowych sponsorów think-tank, który od lat 80. przesuwał Republikanów na prawo i kładł propagandowe oraz prawne podwaliny pod wpierw neokonserwatywny zwrot początku lat 2000, a ostatnio pod trumpistowską rewolucję.

MCC ma przedstawicielstwo w gnieździe wroga, czyli w Brukseli. Mieści się w nowoczesnym, nowiutkim biurowcu – a roczny budżet tego jednego oddziału wynosi 6 milionów euro. Nie trzeba być politologiem, dziennikarzem śledczym czy ekspertem od społeczeństwa obywatelskiego, żeby wiedzieć, że dla pojedynczej filii małego środkowoeuropejskiego think-tanku to są kolosalne pieniądze. – Dużo za duże – kwituje Tjaša Feher.

Kiedy zagaduję znajomych pracujących w Brukseli lub dla unijnych instytucji, wszyscy mówią to samo: owszem, ważna miejscówka i drogie miasto, ale nie aż tak i nie wiadomo, po co MCC Brussels tak wielki budżet. Zwłaszcza że według unijnych rejestrów przedstawiciele najważniejszej po ambasadzie – a może nawet od niej ważniejszej – węgierskiej ekspozytury nie spotykają się w ogóle z europarlamentarzystami, komisarzami europejskimi, dyrektorami departamentów. Za to „ludzie od Korwina" zamawiają – płacąc dalece przekraczające rynkowe stawki – „badania" u amerykańskich influencerów politycznych i intelektualnych oraz dziennikarzy zajmujących się tematyką tożsamościową i religijną oraz opłacają im „staże naukowe".

Ale nawet w ten sposób trudno przehulać 6 milionów euro rocznie. Po co więc im te pieniądze?

●

Chętnie udzielający wywiadów brukselskim mediom pracownicy MCC Brussels mówią, że chcą stworzyć „intelektualny mięsień europejskiego populizmu", a kierujący biurem znany brytyjski socjolog o węgierskich korzeniach Frank Furedi boi się, że kiedy alt-prawica przejmie władzę, to zabraknie jej kompetencji, żeby sprawnie rządzić państwami. Teoretycznie więc kasa potrzebna jest na teraz i na później, bo Furedi – swego czasu jeden z najczęściej cytowanych i rozchwytywanych intelektualistów z Wysp – chce zbudować intelektualną infrastrukturę na wzór amerykańskiej ewangelikańskiej prawicy. Czyli taką, która z dekady na dekadę będzie coraz mocniejsza, aż przejmie władzę nad całym unijnym imperium.

FOT. ALEXANDER NEMENOV/AFP

• **Nieustanne wsparcie ze Wschodu. Putin podejmuje Orbana na Kremlu (28.11.2025)**

Wśród węgierskich dziennikarzy śledczych i brukselskich liberałów krąży jednak inna interpretacja tak wysokiego budżetu. MCC i w Budapeszcie, i w Brukseli, ma być po prostu skarbonką pozwalającą Fideszowi przeżyć gorsze czasy. A w skrajnych przypadkach – zafundować nowe życie całym rodzinom ludzi, którzy zapewne będą musieli ewakuować się znad Dunaju.

Tak więc lojaliści Fideszu będą mieli za co żyć, i to przez dłuższy czas – gdyż od pieniędzy trudno będzie ich odciąć nawet przy większości konstytucyjnej dla TISZY. Bo perła w koronie intelektualnego zaplecza Fideszu w 2020 roku dostała od Orbána 10 procent akcji koncernu naftowego MOL. To tak, jakby w Polsce Ordo Iuris dostało od rządu Zjednoczonej Prawicy 10 procent akcji Orlenu.

Również dlatego tyle miejsca poświęcam „korwinistom", bo na przykładzie MCC najlepiej widać różnicę – w horyzontach, elastyczności, pomysłowości, organizacyjnej biegłości i strategicznym kalkulowaniu – pomiędzy niemal perfekcyjną „wyborczą autokracją" Orbána, a nachalnym i dysfunkcyjnym polskim populizmem czasów PiS.

Władzy Fideszu i PiS nie powinno się tak naprawdę w ogóle porównywać, choć, zwłaszcza teraz, robi się to w mediach nagminnie. Ustrój, tak zwana architektura instytucjonalna, geografia, rola USA, warunki w chwili dojścia do władzy – to wszystko polski populizm od węgierskiego mocno różniło. Stąd też zadanie, przed którym stoi Peter Magyar, jest zupełnie inne – nie tylko w skali stajni Augiasza, również w samej naturze wyzwań i celów – od tego, które od 2023 roku realizować próbuje Donald Tusk.

To też najlepiej widać na przykładzie MCC. Gdy w Polsce prawicowe instytucje-wydmuszki spasły się na zwykłych, prymitywnych przelewach z Funduszu Sprawiedliwości czy Narodowego Instytutu Wolności, w ramach których ktoś po prostu podpisywał decyzję o wypłacie środków – a taką decyzję można łatwo odwrócić – na Węgrzech zbudowano – lege artis, więc trudno będzie go zdemontować, nie naginając prawa – cały system zapewniający „przeczekalniom" luksusową egzystencję na długie lata.

Ale i tak węgierska prawica uznała, że dodatkowe poduszki łagodzące upadek nie zawadzą. Na 48 godzin przed wyborami, kurek z pieniędzmi odkręcono ponownie. Informacją dnia w Budapeszcie w piątek 10 kwietnia był news o decyzji rady nadzorczej MOL. Na ostatniej prostej kampanii koncern wypłacił Kolegium Macieja Korwina jednorazową dywidendę w wysokości, bagatela, 65 milionów euro. To wystarczy na wszystko – potrzebującym na szybką a komfortową ewakuację oraz urządzenie w świecie, a większemu gronu pretorian na przezimowanie czteroletniej kadencji.

Przezimowanie – gdyż w sobotę, na ostatnim wiecu Fideszu, Orbán zapowiedział, że to nie były jego ostatnie wybory. W 2030 roku chce wrócić, bo czuje się młody, a tryb kampanijny wręcz kocha. Teraz zaś wiadomo, że będzie miał za co walczyć z Magyarem i Brukselą.

●

A wszystko to dzieje się w kraju, w którym jedna piąta populacji to emeryci. 471 tysięcy osób na Węgrzech dostaje świadczenia emerytalne w wysokości 440 euro lub mniej. Niektórzy poniżej 100 euro, minimalna emerytura to równowartość 72 euro.

– Jeśli mieszkasz na prowincji, dostajesz grosze. Usługi publiczne są na fatalnym poziomie. Historia o tym, że do szpitala trzeba iść z własnym papierem toaletowym, nie przypadkiem stała się za granicą memem, to norma. Tak wygląda kraj po 16 latach rządów faceta, który obiecywał rewolucję godności, zmniejszenie nierówności i miał reprezentować „zwykłych ludzi" – zżyma się András Léderer z węgierskiego biura Komitetu Helsińskiego.

40-latek, były polityk i aktywista, wykształcony w Wielkiej Brytanii, wrócił ze studiów i staży na Wyspach na Węgry już po przejęciu władzy przez Fidesz. Nigdy nie chciał reemigrować, choć dla takich jak on – liberalnych intelektualistów z dyplomem z Londynu, w dodatku wyoutowanych homoseksualistów – życie w czasach Orbána było nie tylko niewygodne, ale wręcz niebezpieczne. Ale zamiast przekroczyć po raz ostatni bramkę na Budapest Ferenc Liszt International Airport i bez trudu wygodnie urządzić się w którejś z europejskich stolic, związał się z Komitetem Helsińskim, jedną z ostatnich na Węgrzech organizacji patrzących władzy na ręce. Dziś jest autentycznym kombatantem walki z kroczącym autorytaryzmem Fideszu. Pamięta wszystkie zmiany ostatnich lat, pogarszanie się jakości demokracji z kadencji na kadencję, kolejne systemowe szykany wobec mediów, społeczników, drażniących lub wygodnych jako kozioł ofiarny mniejszości.

Spotykamy się w przedwyborczy czwartek. Léderer już wtedy nie ma wątpliwości, że TISZA wygra. Pokazuje mi na ekranie telefonu jeszcze ciepły sondaż pracowni Median. W ostatnich godzinach kampanii to badanie zacznie żyć własną legendą na ulicach Budapesztu – bo pokazuje, na chwilę przed głosowaniem, bardzo duże szanse Magyara na większość konstytucyjną.

Median, najbardziej wiarygodna i metodologicznie zaawansowana sondażownia na Węgrzech, trafiła prawie w stu procentach – ale w czwartek mało kto w ten sondaż wierzył. – Zaklinanie rzeczywistości – komentowali znajomi, nie tylko ci spodziewający się po Fideszu machlojek albo i siłowych rozwiązań, również ci przekonani, że „nasi" wygrają. Kolejnego wieczora na kampusie CEU podczas panelu przedwyborczego wszyscy, od analityków think-tanku Political Capital, przez rzeszę dziennikarzy, po zagranicznych politologów, jak mantrę powtarzają to samo zdanie: trzeba wierzyć trendom, ale nie liczbom. Czyli, nie owijając w bawełnę: TISZA wygra, ale bez większości konstytucyjnej. Tylko Léderer nie miał wątpliwości.

Pytanie – ważne, bo odpowiedź będzie studiowana przy kolejnych elekcjach w kolejnych krajach zmagających się z alt-rightem, pod względem umiejętności kampanijnych wyprzedzającym establishment o kilka kroków – brzmi: jakim cudem system, który miał być idealny, wodoszczelny, niemożliwy do rozwalenia, nagle zaczął przeciekać?

Léderer nie ma wątpliwości: tu nie było żadnej magii, błyskotliwych nowatorskich trików opozycji, zadecydował prosty fakt – że państwo Fideszu zgniło od środka. – Że Orbán i jego ludzie kradli niewyobrażalne sumy, to od zawsze była wiedza powszechna. Magyar nigdy nie wygrałby dzięki samym postulatom antykorupcyjnym, bo części społeczeństwa to już nawet nie rusza. 16 lat tworzenia wewnętrznej oligarchii robi swoje – mówi. – Nowością względem poprzednich kampanii wyborczych było pojawienie się sygnalistów. Ludzi ze środka systemu, którzy zaczęli mówić o jego nadużyciach – ciągnie z szerokim uśmiechem.

Rzeczywiście, w ostatnich tygodniach kampanii pojawiły się wyraźne sygnały, że reżim sypie się od środka. Przełomowe okazały się informacje z końca marca. Direkt36 opublikował materiał śledczy o niewyobrażalnej wręcz skali cyfrowej inwigilacji wymierzonej w TISZĘ i społeczeństwu obywatelskiemu.

Schemat był typowy, doskonale znany w tej części Europy. Izraelskie oprogramowanie, amerykański kontrahent, węgierski odbiorca – i ostatecznie korzyści dla Kremla. Tak samo, tylko bardziej, ostrzej, na większą skalę, jak z polskim Pegasusem. Tylko że funkcjonariusze wywiadu i służb, którzy zostali przekierowani do inwigilowania opozycji, zaczęli występować pod nazwiskiem, z odsłoniętą twarzą, w materiałach śledczych. Pojawili się nawet na koncercie dla TISZY na Placu Bohaterów. Mniejsza, że jedni ze szczerego obrzydzenia działaniami Orbána, inni ze zwykłego oportunizmu, czując, że wieje wiatr zmian – to oni w dużej mierze przyczynili się do tego, że władzę stracił polityk w teorii nieusuwalny.

Ale też Léderer trzeźwo zauważa, że mundurowi odważyli się mówić, bo wiedzieli lub przeczuwali, że Orban, mimo całego cynizmu i bezwzględności, raczej nie wykona ostatnie-

eprasa.pl eddb2a5eb2

go kroku w domykaniu systemu. – Ostatecznie to, co odróżnia elektoralne autokracje, jak Węgry, od krajów pokroju Białorusi czy Rosji Putina, to użycie przemocy w celach politycznych. Gdybyśmy byli w Rosji, służby dawno by nas spałowały, kogoś by zabito i nie byłoby mowy o zmianie. Na Białorusi też sfałszowano wybory, a potem zaczęto regularną, z biciem na ulicach, masakrę i zamykanie zwolenników opozycji.

Na Węgrzech do tego nigdy nie doszło, bo nawet Orbán nie miał pełnej kontroli nad służbami. Zadziałało sprzężenie zwrotne: ludzie służb zdawali sobie z tego sprawę, przestępstwa reżimu, w których uczestniczyli, nie były tak drastyczne, na dobre i złe wiążące autokratę z mundurowymi, jak w Rosji, więc nie musieli się bać. A gdy zdecydowali się mówić, pokazali wszystkim, jak naprawdę słaby jest Orban. Bo skoro służby przeciekają...

Z kampanii wyborczej na Węgrzech płynie wiele wniosków – ale jeden wybija się na powierzchnię natychmiast. Nie byłoby dzisiaj większości konstytucyjnej dla TISZY i powrotu Budapesztu do Europy, gdyby nie tradycyjne media i klasyczne metody dziennikarskie.

Direkt36 ze swoimi materiałami ujawniającymi korupcję, inwigilację i nadużycia zrobił dla zohydzenia reżimu Orbána w oczach wyborców tyle samo, co wysokie koszty życia i niskie świadczenia socjalne. Swoje dołożył też Szabolcs Panyi, obecnie chyba najbardziej znany europejski dziennikarz śledczy, wróg publiczny numer jeden całego Fideszu. To on na łamach kolektywu śledczego VSquare opublikował między innymi szczegółowe stenogramy rozmów telefonicznych ministra spraw zagranicznych Pétera Szijjártó z szefem rosyjskiej dyplomacji Siergiejem Ławrowem.

Ujawnienie służalczości Orbána wobec Kremla, wzmocnione rewelacjami Bloomberga i POLITICO na ten sam temat, naprawdę rozwścieczyło Węgrów, zwłaszcza najmłodszych. Na koncercie TISZY telebimy wyświetlały grafiki z rosyjską flagą, a nastolatki trzymały transparenty wypisane cyrylicą „tawariszczi, koniec". Taki sam transparent ktoś wyciągnął nawet w czasie ostatniego przedwyborczego wiecu Fideszu. W chwili, kiedy na scenie pojawił się sam Orbán.

Okazało się, że nawet w dobie absolutnej dominacji platform społecznościowych, nielimitowanej propagandy produkowanej przy użyciu sztucznej inteligencji, dezinformacji za pieniądze Rosji i z pomocą rosyjskich ekspertów i zaangażowania – na żywo i w serwisach społecznościowych – najbardziej prominentnych ludzi z Waszyngtonu, to ostatnie tradycyjne redakcje z ich staroświeckim dziennikarstwem dały Węgrom te narzędzia walki o demokrację, których potrzebowali teraz najbardziej.

Co nie znaczy, że reżim nie próbował kontratakować, odwracając kota ogonem i zarzucając demaskatorom to, co oni udowodnili jemu. Odkąd bowiem Panyi opublikował rewelacje o Ławrowie, sam Fidesz zaczął krzyczeć o obcej ingerencji w węgierskie wybory. Orbán i Szijjártó nie zaprzeczyli informacjom dziennikarza – minister wzruszał ramionami, że od zawsze był w dobrych relacjach z Ławrowem i mówił o tym od lat – za to domagali się ujawnienia źródeł przecieku. Bo ich zdaniem dziennikarze śledczy na Węgrzech byli i są karmieni informacjami z zagranicy.

I to akurat jest bardzo prawdopodobne, o ile nie pewne. Pytanie, kto wyniósł zapis rozmów Szijjártó z Ławrowem, było najgorętszym tematem kawiarnianych i barowych dyskusji w Budapeszcie w minionych kilku tygodniach. Większość dobrze zorientowanych dziennikarzy i aktywistów, z którymi się tam spotkałem, jest przekonana, że przecieki nie pochodziły z Węgier. Ale nikt nie chciał o tym rozmawiać pod nazwiskiem.

FOT. ATTILA KISBENEDEK/AFP

• **Przedwyborcze wsparcie zza Oceanu. Wiceprezydent USA JD Vance i premier Orbán na festynie „Dzień Przyjaźni" w parku sportowym MTK w Budapeszcie (7.04.2026)**

Klęska Orbána to dowód na upadek ważnej grupy w MAGA, czyli wojowników wojen kulturowych. Trump nie jest zainteresowany niczym poza zarabianiem pieniędzy, ale J.D. Vance na poważnie bierze lęki przed upadkiem zachodniej cywilizacji, załamaniem się chrześcijaństwa

Ostatecznie na rozmowę, całkowicie anonimowo, zgodziła się osoba częściowo funkcjonująca poza tym systemem. Na co dzień nie mieszka już na Węgrzech, ale zna tutejszy kontekst. Wcześniej była zatrudniona przez wiele lat w ambasadzie jednego z krajów nordyckich, pracując przy tematach unijnych i zagadnieniach związanych z bezpieczeństwem i polityką zagraniczną. Na podanie jej dzisiejszego miejsca pracy nie wyraziła zgody. Według niej w samej Unii Europejskiej są trzy kraje, które od jakiegoś czasu regularnie podsłuchują Węgrów.

– Dwa i pół z nich są znane – buduje napięcie mój rozmówca.

– Kto? – pytam wprost.

– Mogę ci tylko powiedzieć, kto jest najbardziej prawdopodobnym kandydatem – odpisuje w wiadomości na szyfrowanej platformie Signal.

Zdaniem mojego informatora najbardziej prawdopodobne jest, że Węgrów słuchała Francja. To technologicznie najbardziej zaawansowany wywiad, zdolny inwigilować każdego w Europie. W dodatku Francuzi pod rządami Emmanuela Macrona mieli dobry powód, żeby monitorować Orbána, bo związany z nim bank MKB pożyczki – prawie 11 milionów euro – na kampanię wyborczą Marine Le Pen.

Drugim krajem miałaby być Szwecja.

– Wiesz, Szwedów bardzo dużo ludzi w Europie pomija, lekceważy, nie docenia. A oni dużo potrafią i przede wszystkim mają pretekst. Orbán jak idiota blokował szwedzką akcesję do NATO, bo uparł się, że coś sobie tym sprzeciwem utarguje. To głupota, bo w Sztokholmie jest teraz prawicowy rząd, mógł się z nimi świetnie dogadywać. Zamiast tego ich wkurzył i niewykluczone, że zaczęli patrzeć mu na ręce.

Na potwierdzenie szwedzkich możliwości mój rozmówca wysyła link do artykułu w „The Washington Post" z lutego 2020 roku. To historia firmy Crypto AG, zarejestrowanej w Szwajcarii spółki technologicznej, która produkowała sprzęt komputerowy masowo wręcz kupowany przez europejskie placówki dyplomatyczne. Tyle tylko, że sprzęt był narzędziem inwigilacji, a Crypto AG – partnerskim przedsięwzięciem z CIA. Spółkę zarejestrowano w Szwajcarii, po części finansowali ją Amerykanie, ale najważniejszym elementem – partnerem CIA koordynującym całą operację – były właśnie szwedzkie służby.

– A trzeci kraj?

– To to „pół".

– Czyli nie wiesz na pewno?

– Mam swoje podejrzenia. Zapytaj u siebie w domu.

To nie pierwszy raz, kiedy ktoś zasugerował, że podsłuchiwać Węgrów mogły polskie służby. Dowodów nie ma – wiadomo jednak na pewno, że polski rząd wiedział o bliskich kontaktach Szijjártó z Rosjanami. Jeden z naszych dyplomatów wspominał mi o jego regularnych lotach do Petersburga po szczytach unijnych już w kwietniu ubiegłego roku. To samo opowiadał dyplomata z jednego z krajów bałtyckich. Polacy mieli świadomość, że Węgrzy donoszą Putinowi, bo, jak twierdzi mój rozmówca z MSZ, na każdym szczycie delegacja z Budapesztu celowo siadała obok polskiej, a jej przedstawiciele zaglądali naszym dyplomatom przez ramię w dokumenty. W pewnym momencie Polacy otrzymali polecenie, by siadać daleko od bratanków.

Teraz donoszenie się skończy. A Szijjártó ewidentnie jest w panice, bo od wyborczej niedzieli wszyscy dziennikarze mówią o masowym niszczeniu dokumentów w węgierskim MSZ. Co więc – pytanie oczywiste, ale wszyscy je sobie zdajemy – dalej z nim, z Fideszem, z Orbánem? Co dalej z Węgrami?

Profesor Timothy Garton Ash, znany brytyjski historyk, pisarz polityczny i znakomity znawca Europy Środkowo-Wschodniej, podróżujący po niej jako dziennikarz, badacz i sympatyk od lat 80., gdy jeszcze była za żelazną kurtyną, w przedwyborczy piątek dał wykład na CEU.

Publiczność stanowili do bólu stereotypowi wrogowie orbanowskiego reżimu. Zagraniczni dziennikarze liberalnych mediów. Obcokrajowcy studiujący nauki społeczne. Weterani węgierskiej transformacji, którzy wobec Orbána mają osobiste emocje, uznają go za zdrajcę wspólnej sprawy i pokolenia. Absolwenci brytyjskich i amerykańskich szkół. Badacze z progresywnych think-tanków. Kiedy wchodzę na salę wykładową, rozpoznaję kilkanaście znajomych twarzy. Znowu czuję się jak wtedy, w 2014 roku, w parlamencie. Wszyscy wyglądamy tak samo. MacBooki, notesy Moleskine'a, liberalne przekonania. Siadamy razem i śmiejemy się, że gdyby do tego pomieszczenia wszedł nagle Steve Bannon, intelektualny guru alt-right-tu i łącznik trumpistów z europejską alt-prawicą, wszystkich nas by natychmiast wysłał do gułagu.

Garton Ash przewiduje, że wygra TISZA – większości konstytucyjnej też jej nie daje. Ale zwraca uwagę, że zwycięstwo Magyara może mieć ważniejsze konsekwencje dla Europy niż dla samych Węgier. Porażka Orbána oznacza bowiem początek końca „efektu Trumpa". Symbioza z Ameryką spod znaku MAGA zaczyna być toksyczna dla wszystkich jej sojuszników w Europie. Do Budapesztu w kampanii przyjechali sekretarz stanu Marco Rubio i sam J.D. Vance, Nic to nie dało.

O tej obserwacji pamiętać trzeba zwłaszcza w kontekście PiS – jedynej liczącej się partii europejskiej, której politycy nie zdecydowali się nawet na najmniejszą krytykę administracji Trumpa. Polskie okoliczności są oczywiście inne niż węgierskie, tam związki z USA miały charakter ideowy, u nas – bardziej pragmatyczny, bo związany z bezpieczeństwem. Ale toksyna jest trująca bez względu na to, gdzie i kiedy zostanie podana.

Dodatkowo, podkreślał Garton Ash, klęska Orbána byłaby – i tak też się stało – dowodem na upadek bardzo konkretnej podgrupy w MAGA, czyli wojowników wojen kulturowych. To skrzydło, którym kieruje właśnie Vance, bo Trump nie jest zainteresowany niczym poza zarabianiem pieniędzy przy użyciu państwa oraz utwierdzaniem się w samozachwycie. Wiceprezydent natomiast, człowiek z awansu społecznego, „bidok", który dotarł na Yale, oczytany i świetnie zorientowany i w sprawach międzynarodowych, i w socjologii, i w filozofii polityki, na poważnie bierze lęki przed upadkiem zachodniej cywilizacji, kryzysem demograficznym, załamaniem się dominującej pozycji chrześcijaństwa oraz zbyt daleko idącymi wolnościami indywidualnymi. W takim duchu też wspierał Orbána.

Niestety dla nich dwóch, wyborcom na Węgrzech dziwnie obojętne jest, czy ktoś chodzi do kościoła albo jak się ubiera – ważniejsze okazała się gospodarka, którą Fidesz całkowicie rozwalił.

Czy to koniec najsilniejszego europejskiego populizmu?

Raczej nie. Orbán już zapowiada, że nie odpuści, będzie próbował wrócić do władzy. A ma pieniądze, a przez długie miesiące również wsparcie instytucji państwowych, które po brzegi wypełnił lojalistami. Kolejne wybory w 2030 roku, a może szybciej – niewykluczone, że Fidesz będzie próbował skrócić kadencję. To ostatnia ważna lekcja z węgierskich wyborów: o zwykłym, normalnym przekazaniu władzy pomiędzy graczami o odmiennych światopoglądach i celach, ale uznającymi te same zasady gry, możemy już wszyscy zapomnieć. Większość europejskich społeczeństw jest podzielonych równie mocno, co Węgrzy – było nie było, Fidesz dostał 2,5 miliona głosów.

Dżentelmeńskiej rotacji już nie będzie, będzie wahadło – będziemy wszyscy kiwać się od miękkiego autorytaryzmu do re-demokratyzacji i z powrotem, żyjąc w efekcie w ustrojach hybrydowych. To nowa normalność – i stworzył nam ją właśnie Viktor Orbán.

eprasa.pl eddb2a5eb2

W sprawie „węgierskich azylantów" ambasador USA nie pomoże PiS.

Co innego przytykać się z Czarzastym, co innego zadzierać z Tuskiem

Dominika Wielowieyska

Dotarliśmy do scenariuszy, które Marcin Romanowski i Zbigniew Ziobro biorą pod uwagę po przegranych przez Orbana wyborach.

Były minister sprawiedliwości i jego zastępca, są ścigani za gigantyczne nadużycia – wyprowadzanie z Funduszu Sprawiedliwości grubych milionów na potrzeby kampanii wyborczych Solidarnej Polski i PiS oraz do prywatnych kieszeni. Przed polskim wymiarem sprawiedliwości uciekli na Węgry. Do maja mogą spać spokojnie, ale jest prawie pewne, że zaraz potem sprawy gwałtownie przyspieszą. A tymczasem planowana trasa ewakuacji z Węgier może stanąć pod dużym znakiem zapytania.

W chwili, gdy było jasne, że Viktor Orban i jego Fidesz po 16 latach rządów oddają władzę, Romanowski i Ziobro wiedzieli już, że ich pobyt na Węgrzech dobiega końca. Peter Magyar, lider partii Tisza, przyszły premier, zapowiadał już kilkakrotnie, także podczas konferencji prasowej w poniedziałek po wyborach, że obaj, o ile jeszcze są na terytorium Węgier, zostaną wydani Polsce po odebraniu im statusu uchodźcy. – Mówiłem już, żeby nie kupowali mebli w Ikei, bo długo tu nie zostaną – stwierdził. I dodał, że wracające na europejski, praworządny kurs Węgry nie są krajem, które udzielają azylu osobom podejrzanym o przestępstwa. Jako możliwy kierunek ucieczki wskazał Białoruś lub Rosję.

•

Magyar chce zwołać posiedzenie nowego parlamentu 5 maja, potem rozpocznie się proces formowania rządu. Do tego czasu Ziobro i Romanowski są bezpieczni. Gdy nowa ekipa przejmie zarządzanie państwem, to przejmie także kontrolę nad urzędem do spraw cudzoziemców, który podlega resortowi spraw wewnętrznych. Urząd ten może wszcząć postępowanie odbierające obu politykom PiS status uchodźcy.

Co potrwa niedługo, bo przypadek pisowskich „uchodźców" jest symboliczny, był głośny w całej Europie, więc świetnie nadaje się i na demonstracyjne zerwanie z orbanowską strategią ratowania, a nuż się przydadzą, byłych autokratów, którzy popadli w tarapaty, i na zademonstrowanie szacunku dla unijnej praworządności, i na spektakularne otwarcie nowych relacji z Warszawą i rządem Koalicji 15 Października.

Gdy Ziobro z Romanowskim stracą ten status, będą mogli się odwołać do sądu, ale ich sytuacja stanie się nienajlepsza.

Dziś za Romanowskim jest wystawiony Europejski Nakaz Aresztowania. Za Ziobrą jeszcze nie. Póki co sąd zgodził się na trzymanie eksministra sprawiedliwości i prokuratora generalnego i umieszczenie go w zakładzie leczniczym, a nie w zwykłym areszcie. Ale to decyzja obowiązująca na terytorium Polski. Sąd okręgowy w Warszawie nie zdecydował jeszcze o ENA, bo kolejni sędziowie albo chcieli się wyłączać z orzekania, albo obrona wnosiła, aby ich odsunąć. I tak sprawa się ciągnie. Lecz w poniedziałek prokuratura wystąpiła do sądu, o jak najszybsze wyznaczenie terminu rozprawy i zapewne w najbliższym czasie tak się stanie. Kluczowe jest to, aby decyzja zapadła przed 5 maja – choć zwołanie parlamentu na Węgrzech może też być zarządzone na 12 maja.

Ziobro wydaje się skończony politycznie. Bycie wiecznym tułaczem coraz bardziej spycha go na margines życia publicznego

To perspektywa prawna polska. A węgierska?

Dopóki Ziobro z Romanowskim mają status uchodźców, tamtejszy sąd nie może zająć się ENA. Fidesz uchwalił prawo zwane lex Ziobro, które zakazuje ekstradycji osób z Europejskim Nakazem Aresztowania, jeśli otrzymały status uchodźcy od węgierskiego rządu. Sąd zajmie się więc tym dopiero wtedy, gdy ten status zostanie odebrany. Ile czasu to zajmie, trudno powiedzieć, bo sąd może uznać, że trzeba czekać na uprawomocnienie się decyzji urzędu do spraw cudzoziemców.

I Ziobro, i Romanowski mają więc trochę czasu, aby rozejrzeć się za nową destynacją.

•

Politycy Tiszy w nieformalnych rozmowach mówili Polakom, że uciekinierzy chcą sobie załatwić wyjazd do USA i liczą na względy administracji Donalda Trumpa. To prawda, potwierdziliśmy te informacje w dwóch źródłach.

A TVP i Oko.press informują, że Romanowski już w kwietniu 2025 roku został dyrektorem nowo powołanego Węgiersko-Polskiego Instytutu Wolności. Placówka powstała przy znanej prorządowej organizacji Alapjogokért Központ, Centrum Praw Podstawowych. To węgierski łącznik rządu Orbana z prominentnymi postaciami ruchu Make America Great Again. Właśnie ta ekipa organizuje węgierskie edycje CPAC, czyli najważniejszego kongresu i forum spotkań Republikanów, prawicowych stowarzyszeń i konserwatywnych aktywistów w USA. Tymi kanałami, poprzez CPAC i amerykańskie kontakty PiS, Romanowski i Ziobro chcą sobie załatwić wyjazd do Stanów.

Pojawiły się spekulacje, że ścieżki w ich sprawie wydeptuje europoseł Adam Bielan, który bez przerwy siedzi w Waszyngtonie. Tyle że na jednego z najważniejszych od dwóch dekad spin-doktorów PiS uciekinierzy nie mogą liczyć w 100 procentach, ponieważ Bielan z Ziobrą się nie znoszą. Niechęć sięga bardzo dawnych czasów, a w dodatku obecnie Bielan jest bliższy frakcji Mateusza Morawieckiego, która z frakcją Ziobry walczy od lat.

Mało kto w PiS chce być kojarzony z Ziobrą. Kolejne badania opinii publicznej wskazują, że zdecydowana większość Polaków, niezależnie od światopoglądu i sympatii politycznych, uznaje, iż Ziobro z Romanowskim powinni stanąć przed polskim wymiarem sprawiedliwości.

Podobne porozumienie ponad podziałami panuje w świecie polityki. Prokuratura chce eksministrowi postawić aż 26 zarzutów w aferze Funduszu Sprawiedliwości – i warto przypomnieć, że gdy podczas głosowania nad uchyleniem immunitetu w Sejmie każdy zarzut był rozpatrywany oddzielnie, to w części głosowań rękę „za" podnosiła nie tylko Koalicja 15 Października, ale także część opozycji:

eprasa.pl eddb2a5eb2

ZIOBRO, WIECZNY TUŁACZ

FOT. ROBERT KOWALEWSKI / AGENCJA WYBORCZA.PL

Konfederacja i partia Razem. A całkiem liczni posłowie PiS też mieli ochotę to zrobić, ale nie mogli wystąpić przeciwko oficjalnej linii „murem za naszymi".

Symptomatyczne jest to, że prezydent Karol Nawrocki, będąc ostatnio w Budapeszcie, też nie spotkał się z bohaterami afery Funduszu Sprawiedliwości. A przecież to „męczennicy" i „uchodźcy". Ale choć oficjalna propaganda PiS nadal podtrzymuje ten przekaz, po cichu ludzie Nowogrodzkiej przyznają, że mało kto się pcha do robienia sobie selfie z Ziobrą i Romanowskim.

Przemysław Czarnek, Kandydat PiS na premiera i najważniejszy reprezentant zaspokajający wyborcę bogoojczyźniano-ludowego, pytany o kolegów z partii – Ziobro jest w końcu wiceprezesem PiS – powiedział, że to nie jego sprawa, a raczej prawników.

– Jestem w stałym kontakcie ze Zbigniewem Ziobrą. Może on liczyć na pełne wsparcie środowiska PiS. Jego stan zdrowia nie jest najlepszy, jego prognozy przeżywalności są bardzo niepokojące – mówił z kolei w TOK FM europoseł PiS Jacek Ozdoba, kolega Ziobry z Suwerennej Polski, nim partyjkę ministra wchłonął PiS. Ale nie jest tak, że Ozdoba poszedł specjalnie odwiedzić kolegów. Minął się z nimi w drzwiach studia telewizji Republika w Budapeszcie.

Ozdoba ma prawo uważać, że to nie wyparcie się ani nielojalność, i zbywać zaczepki o aferę Funduszu Sprawiedliwości, ponieważ on akurat był wśród tych nielicznych polityków Solidarnej Polski, którzy nie korzystali specjalnie z dobrodziejstw Funduszu.

●

Z naszych informacji w PiS, potwierdzonych w kręgach rządowych, wynika, że starania o wyjazd do Stanów nie przynoszą żadnych efektów. A amerykańska zgoda na wyjazd jest niezbędna, azylanci nie mogą po prostu zabukować biletów. Mają tymczasowe dokumenty podróży jako uchodźcy, bo polskie paszporty są unieważnione, ale muszą mieć jeszcze wizę do USA. – Sprawa siłą rzeczy musi przejść przez amerykańską ambasadę w Warszawie, tymczasem ambasador Tom Rose, choć trumpista, nie jest entuzjastą tego pomysłu. Mało tego, przeciwny jest także sekretarz stanu Marco Rubio – mówi jeden z moich rozmówców.

Na pierwszy rzut oka opór ambasadora wydaje się dziwny. Przecież Rose chętnie wdaje się w bijatykę retoryczną z Włodzimierzem Czarzastym. Czym marszałek Sejmu jest zresztą zachwycony, bo ataki przedstawiciela Trumpa go budują nie tylko w elektoracie lewicowym. A Rose też jest zadowolony, bo wykazuje się aktywnością na froncie obrony dobrego imienia prezydenta USA. Ale to potyczki symboliczne i bez większych konsekwencji. A z rządem Donalda Tuska, a więc z administracją centralną i ludźmi naprawdę decyzyjnymi, ambasador nie chce wchodzić w konflikt. Oba państwa mają ze sobą za dużo interesów, żeby nadwerężać je dla dwóch zgasłych i skompromitowanych gwiazd partii opozycyjnej, która w dodatku już nie jest jedyną liczącą się siłą na polskiej prawicy.

A jeden z moich rozmówców wskazuje, że Rose osobiście nie przepada za Ziobrą i jego środowiskiem, bo uważa ich za antysemitów. Przecież nie kto inny, ale właśnie minister sprawiedliwości i jego człowiek Patryk Jaki wymyślili w 2018 roku słynną ustawę o IPN, aby ścigać każdego na świecie, kto powie coś złego o Polakach w kontekście losów Żydów w czasie drugiej wojny światowej. Przez to administracja USA zamroziła kontakty z rządem PiS. Straty wizerunkowe były potężne – sprawę miały na czołówkach wszystkie światowe, zwłaszcza anglosaskie, portale, gazety i telewizje. Wobec tego premier Mateusz Morawiecki do spółki z profesorem Ryszardem Legutką, europosłem i ulubionym rozmówcą intelektualnym Kaczyńskiego, musieli to wszystko odkręcać. Poza tym prokuratura pod nadzorem Ziobry była wyjątkowo łagodna dla różnej maści antysemitów, którzy na przykład palili kukłę Żyda publicznie. Dla Rose'a, chodzącego na co dzień w jarmułce, to sprawa kluczowa.

●

Zostało jeszcze kilka tygodni, więc może intensywny lobbing jeszcze przyniesie jakieś dobre zmiany dla Ziobry i Romanowskiego, ale na razie brak entuzjazmu po stronie amerykańskiej wydaje się trwały. Moi rozmówcy uważają, że w takiej sytuacji Ziobrze i Romanowskiemu pozostaje ucieczka do Serbii. Mogą łatwo dostać się tam z Węgier, bo oba państwa ze sobą graniczą. A prorosyjska Serbia nie jest członkiem Unii Europejskiej i ENA tam nie działa w tak prosty sposób, jak na terytorium Unii.

Polskie władze musiałyby złożyć wniosek o ekstradycję do serbskiego ministerstwa sprawiedliwości. Ta procedura z wielu powodów merytorycznych i politycznych potrwałaby długo. Obaj politycy mają nadzieję, że wystarczająco długo, by dociągnąć do jesieni do 2027 roku, kiedy to PiS ma – w ich mniemaniu – wrócić do władzy. Wtedy sprawie ukręci się łeb i zjadą do kraju.

Tyle że plan budują na bardzo niepewnym gruncie, bo wygrana PiS, którego notowania systematycznie spadają, jest dyskusyjna. A nawet gdyby Koalicja Obywatelska, PSL z Polską 2050 i Nowa Lewica straciły władzę, to PiS rządziłby do spółki z Konfederacją, która nie jest entuzjastycznie nastawiona do Ziobry i jego ludzi.

Poza tym to nie jest tak, że Polska jest z Serbią w bardzo złych stosunkach. Premier Donald Tusk był tam z wizytą w 2024 roku. A prezydent Aleksander Vučić mimo autorytarnych zapędów, suwerenistycznych poglądów i rosyjskich sympatii nie lubi palić mostów, stara się mieć kilka otwartych furtek, więc utrzymuje relacje z Unią Europejską, podtrzymuje wolę akcesji. Serbowie mogą więc sporo wynegocjować od Polski w zamian za wydanie zbiegów.

Były minister sprawiedliwości to wie, dlatego symptomatyczna jest jego wypowiedź po wyborach na Węgrzech. – Czy będę w Budapeszcie, czy los sprawi, że będę znowu w Warszawie, to będę walczył z Tuskiem. Jestem przekonany, że Tusk zawsze będzie to odczuwał – powiedział portalowi wPolityce. Innymi słowy, nie wyklucza, że znajdzie się w Polsce nie z własnej woli.

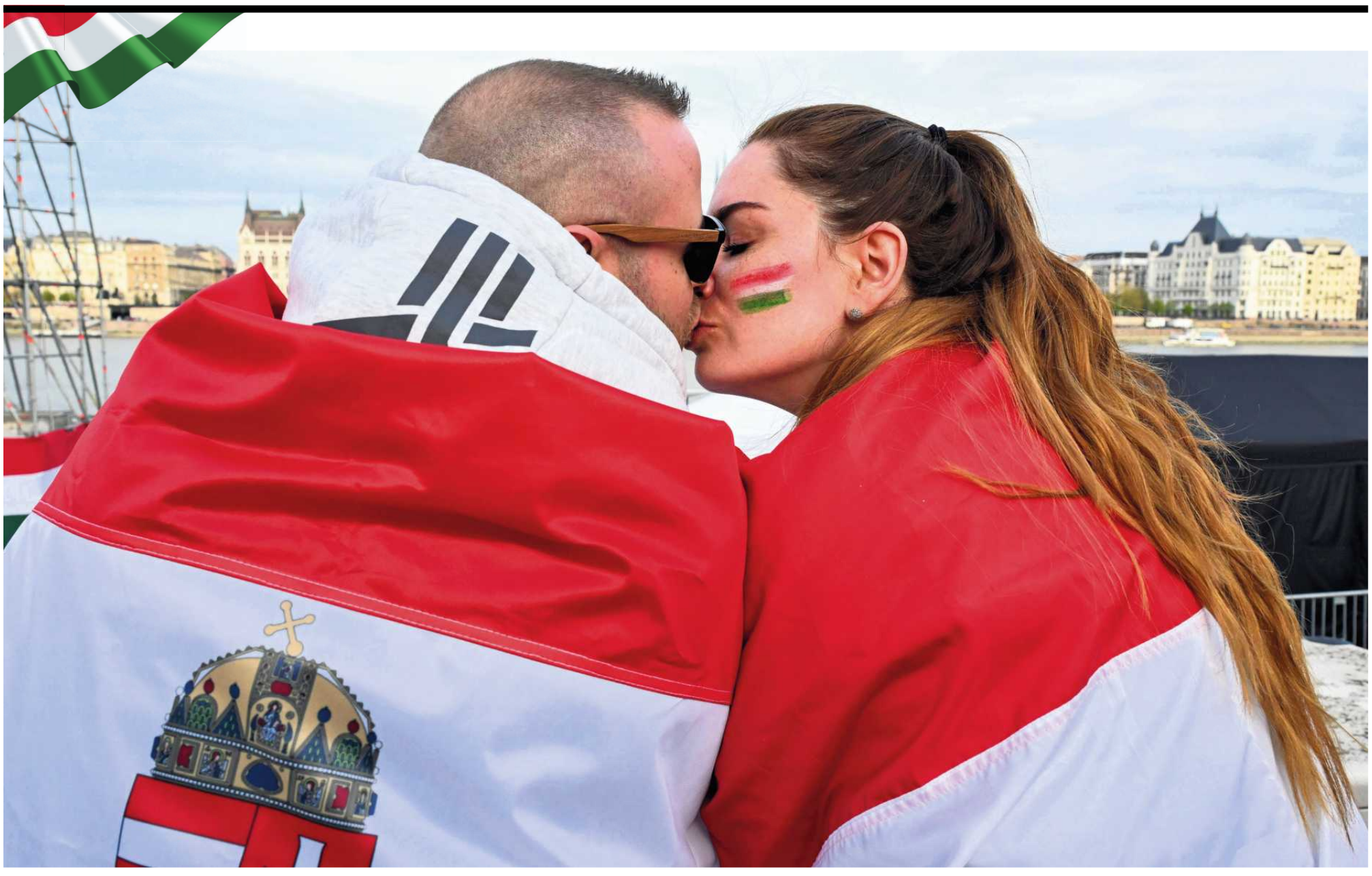
Pociesza go fakt, że przebywałby w zakładzie leczniczym, a nie za kratami. Gorzej z Romanowskim, bo ten trafi do zwykłego aresztu. „Nie będę ułatwiał szajce 13 grudnia działania i nie będę zdradzał nowego adresu czy planu działania" – powiedział Republice, robiąc dobrą minę do złej gry.

Cokolwiek wydarzy się w tej sprawie, Ziobro wydaje się skończony politycznie. Bycie wiecznym tułaczem coraz bardziej spycha go na margines życia publicznego w kraju i liczne występy w pisowskich mediach tego nie zmienią. ●

wyborcza | MAGAZYN

REDAKCJA: ul. Czerska 8/10, 00-732 Warszawa
Telefon: 22 555 66 00; **E-mail:** redakcja@wyborcza.pl
Listy do redakcji: listy@wyborcza.pl
Redakcja nie zwraca tekstów niezamówionych oraz zastrzega sobie prawo ich redagowania i skracania. Wnioski i pytania w sprawie ochrony danych osobowych: iod@wyborcza.pl
REDAKTOR NACZELNY: Adam Michnik;
PIERWSZY ZASTĘPCA, REDAKTOR NACZELNY WYBORCZA.PL: Roman Imielski;
ZASTĘPCY: Agata Żelazowska, Bartosz T. Wieliński;
MAGAZYN WYBORCZEJ: Mirosław Maciorowski (szef), Marek Markowski (zastępca), Ewa Wieczorek, Jan Cywiński, Andrzej Kulasek, Grażyna Żabińska
LICENCJE NA TREŚCI: licencje@wyborcza.pl
WYDAWCA:
Wyborcza sp. z o.o., ul. Czerska 8/10, 00-732 Warszawa; NIP: 521-403-30-11
DRUK: Polska Press
PREZES ZARZĄDU: Aleksandra Sobczak
Biuro reklam i ogłoszeń:
reklama@wyborcza.pl;
tel.: 22 555 55 55,
faks: 22 555 54 44
Rozpowszechnianie redakcyjnych
NAKŁAD KONTROLOWANY

eprasa.pl eddb2a5eb2



FOT. EKATERINA CHESNOKOVA/IMAGO/EASTNEWS

• **Miłość i polityka. Dwójka sympatyków opozycyjnej partii TISZA całuje się przed gmachem parlamentu w Budapeszcie**

CUD NAD DUNAJEM

Wybory na Węgrzech mają szansę stać się jedną z barier, które powstrzymają pochód populistycznego autorytaryzmu, podbijającego w ostatnich latach kolejne kraje.

Wojciech Maziarski

Owszem, te wybory odbyły się na Węgrzech, ale nie były to wybory węgierskie, a przynajmniej nie tylko węgierskie. Raczej globalne. Jedna z kluczowych bitew w politycznej proxy war, mogąca przesądzić – i oby przesądziła – o politycznych wektorach najbliższych lat. Nad Dunajem starły się dwie potężne formacje ideowo-polityczne, walczące o dominację nad światem: tradycyjna europejska demokracja liberalna i nieliberalny obóz populistycznej alt-prawicy, wspieranej przez kremlowskie samodzierżawie.

Skala zwycięstwa opozycji węgierskiej nad reżimem Orbána przynosi otuchę obrońcom liberalnej demokracji. Tak jak w 1920 roku bitwa warszawska, zakończona pamiętnym „cudem nad Wisłą", zagrodziła komunistycznemu totalitaryzmowi drogę do Europy Zachodniej, niedzielne wybory na Węgrzech mają szansę stać się jedną z barier, które powstrzymają pochód populistycznego autorytaryzmu, podbijającego w ostatnich latach kolejne kraje.

Cud nad Dunajem

Ten cud nad Dunajem poprzedziło polskie zwycięstwo wyborcze 15 października 2023 roku, które było bodaj pierwszym poważnym ciosem zadanym autorytarnej alt-prawicy w Europie. Niestety nie zostało potwierdzone w zeszłorocznych wyborach prezydenckich i w rezultacie szybka początkowo kontrofensywa demokracji liberalnej w Polsce ugrzęzła i przeszła w fazę wojny pozycyjnej. Teraz, po przełomie w Budapeszcie, może znów nabierze impetu. Zwłaszcza, że nowy demokratyczny przywódca Węgier już zapowiedział, że z pierwszą wizytą zagraniczną uda się do Warszawy.

Zapowiedź tę złożył w niedzielnym przemówieniu przed wiwatującym tłumem obywateli na budapeszteńskim placu Batthyánya, premiera powstańczego rządu z 1848 roku. Nie przypadkiem na wieczór wyborczy wybrał właśnie to miejsce, położone nieco na uboczu, gdzie wcześniej nikt nie organizował wieców ani imprez politycznych. Niektórzy byli nawet trochę zdziwieni i pytali, dlaczego akurat tam. Powód wyjaśnił się w czasie wieczornego wystąpienia Magyara, gdy telewizje całego świata transmitowały obraz przyszłego węgierskiego premiera przemawiającego na nabrzeżu Dunaju na tle odświętnie podświetlonego Parlamentu – najsłynniejszego budynku Budapesztu. W tym symbolicznym kadrze, umiejętnie dobranym przez PR-owców TISZ-y, wyglądającym niczym obraz z narodowej galerii malarstwa, manifestował się majestat nowej władzy i jej związek z demokratyczną tradycją państwa węgierskiego.

A potem zaczęła się całonocna fiesta. Wielotysięczne tłumy do białego rana świętowały na ulicach. Obcy ludzie obejmowali się, tańczyli, wznosili toasty. „Czegoś takiego jeszcze nie widziałem" – pisał mi z Budapesztu kolega, Géza Buda, który przecież niejedno już w życiu widział. W czasach komunizmu był działaczem opozycji demokratycznej, współzałożycielem organizacji Solidarność Polsko-węgierska i osobiście uczestniczył w demontowaniu tamtej dyktatury. Entuzjazm towarzyszący upadkowi komunizmu na Węgrzech był jednak niczym w porównaniu z eksplozją radości wieczorem 12 kwietnia 2026 r.

Zanim jednak nadszedł ten radosny, a zarazem podniosły moment, zanim wielotysięczne masy obywateli mogły rozpocząć imprezę, w kraju panowało napięcie. Politycy, komentatorzy i zwykli obywatele od tygodni spekulowali, czy Viktor Orbán dopuści do wyborów, a jeśli tak – to czy uzna ich wynik. Niepokój podsycały przecieki o nowym sprzęcie do walki z demonstrantami, jaki kupiono dla policyjnych oddziałów prewencji, i spekulacje, że wyprowadzenie żołnierzy z koszar do ochrony rzekomo zagrożonej przez Ukrainę infrastruktury energetycznej jest wstępem do wprowadzenia stanu wyjątkowego.

Nieoczekiwanie jednak około 21.00 Viktor Orbán sam przerwał ten stan napięcia, dzwoniąc do Pétera Magyara, by pogratulować mu zwycięstwa. Tego nikt się nie spodziewał. Dlaczego autokrata, który miał pazurami trzymać się władzy, nagle odpuścił?

Po pierwsze chyba nie miał armat. W końcowym okresie kampanii objawy fermentu pojawiły się już nawet w służbach mundurowych. Przedstawiciele armii i policji zaczęli publicznie ujawniać zakulisowe machinacje władz, demaskując mafijne metody stosowane przez rządzących. Minister spraw wewnętrznych już wcześniej wyrażał publicznie brak zainteresowania dalszą karierą, zapowiadając przejście na emeryturę.

Orbán musiał zdawać sobie sprawę, że jeśli trzeba będzie bronić władzy przed masami obywateli, wojsko i policja mogą nie wykonać rozkazów.

Po drugie zaś skala zwycięstwa TISZ-y nie pozostawiła rządzącym pola manewru. Znów nasuwa się analogia z sytuacją w Polsce – gdy upadał komunizm w 1989 roku, rządzący w PRL próbowali przy okrągłym stole zabezpieczyć swe interesy i zapewnić sobie nadzór nad państwem. Skala wyborczego zwycięstwa „Solidarności" sprawiła jednak, że wypracowany w negocjacjach kompromis natychmiast stracił aktualność – dla wszystkich stało się oczywiste, że tu już nie ma co kombinować, komuniści muszą po prostu całko-

eprasa.pl eddb2a5eb2

wicie oddać władzę. Podobnie skala zwycięstwa TISZ-y w kwietniu 2026 z całą jaskrawością uświadomiła wszystkim – także samemu Viktorowi Orbánowi – bankructwo rządów Fideszu.

Inna sprawa, że zwycięstwo opozycji jest miażdżące głównie pod względem liczby zdobytych miejsc w parlamencie, bo jeśli porównać liczbę głosów oddanych na poszczególne partie, proporcja nie jest już tak szokująca: 52,44 do 39,15 proc. Za sprawą ordynacji, którą wymyślił Viktor Orbán i która miała zabetonować jego rządy na wieki wieków amen, połowa głosów w urnach przełożyła się na dwie trzecie mandatów w parlamencie. Tak oto autokrata sam ukręcił bicz na siebie.

A może pseudozamach?

Ideowi pobratymcy i polityczni sojusznicy Orbána z całego świata doskonale zdawali sobie sprawę, jaka jest stawka w tej grze, która wprawdzie toczy się na węgierskim podwórku, ale jest elementem globalnych zmagań. Robili więc, co mogli, by wesprzeć swojego człowieka i jego słabnący reżim. Do Budapesztu przed wyborami pielgrzymowali praktycznie wszyscy znaczący przedstawiciele alt-prawicy, począwszy od wiceprezydenta USA J.D. Vance'a przez Marine Le Pen, Geerta Wildersa, Matteo Salviniego, Krzysztofa Bosaka po Karola Nawrockiego. Za kulisami uwijały się rosyjskie specsłużby i funkcjonariusze aparatu propagandowego. Kreml miał ponoć nawet proponować Węgrom zorganizowanie pseudozamachu (ma się rozumieć – nieudanego) na Viktora Orbána, by przykleić opozycji łatkę terrorystów i ewentualnie dać pretekst do wprowadzenia stanu wyjątkowego.

Gdy wszystko to zawiodło, a w miarę zbliżania się dnia wyborów stawało się coraz bardziej jasne, że Orbán przegra z kretesem, do akcji wkroczył w swym niepowtarzalnym deweloperskim stylu sam Donald Trump. Tak jak wcześniej oferował, że przekształci Palestynę w raj turystyczny i „Riwierę Bliskiego Wschodu", teraz chciał przekupić węgierskich wyborców, pisząc w serwisie społecznościowym Truth Social: „Mój rząd jest gotowy wykorzystać całą potęgę gospodarczą Stanów Zjednoczonych, aby wzmocnić gospodarkę Węgier, tak jak czyniliśmy to w przeszłości dla naszych Wielkich Sojuszników, jeśli premier Viktor Orbán i naród węgierski kiedykolwiek będą tego potrzebować. Z entuzjazmem zainwestujemy w przyszły dobrobyt, który wygeneruje dalsze przywództwo Viktora Orbana".

Amerykanie, utraciwszy swojego człowieka w Europie, mogą teraz postawić na innego kandydata: na Karola Nawrockiego. To jemu zapewne wyznaczą rolę głównego pionka i narzędzia do rozwalania Unii Europejskiej od środka

To, że publicznie złożona oferta kupienia głosów obraża 6 milionów Węgrów, którzy uczestniczyli w wyborach, najwyraźniej mieści się poza horyzontem refleksji amerykańskiego przywódcy.

Najzabawniejszą grupę wsparcia sformowali ziobryści z parlamentarnego klubu PiS – Michał Wójcik, Jan Kanthak i inni – którzy na dwa dni przed wyborami pojawili się w Budapeszcie. Wszyscy na Węgrzech i za granicą już dobrze wiedzieli, na co się zanosi, a Michał Wójcik w Polsat News zapewniał: „Sondaże, które są pokazywane w Polsce, są absolutnie przesadne".

W czasie wieczoru wyborczego, kiedy węgierscy zwolennicy Fideszu zwieszali nos na kwintę, węgierski portal 444.hu donosił: „Najwięcej entuzjazmu wykazuje delegacja z Polski". Zapewne pisowcy informacje czerpali ze swej ulubionej TV Republika, która przez dobrą godzinę po zamknięciu urn jako jedyna w świecie donosiła o „wielkim zwycięstwie Viktora Orbána".

W poniedziałek rano uczestnicy nocnej fiesty odsypiali imprezę, leczyli kaca, ssali pastylki, by ukoić ból gardeł zdartych krzykiem, śpiewem i skandowaniem. A Alexandra Szentkirályi, przewodnicząca budapeszteńskiej organizacji Fideszu, pocieszała pogrążonych w smutku zwolenników Orbána, pisząc na Facebooku:

„Cały świat podziwia model węgierski, bo w przeciwieństwie do brukselskiego »woke« naszym hasłem zawsze było: Bóg, ojczyzna, rodzina. I teraz jest tak samo. Sorosowcy jeden po drugim gratulują lewicy zwycięstwa, dlatego musimy szybko przestać wylizywać rany i rozpocząć kampanię przed wyborami 2029 i 2030 roku. Nie traćcie więc ducha, moi prawicowi rodacy! Możemy być dumni z tych 16 historycznych lat! Teraz się rodzi narodowy ruch oporu! Możecie na nas liczyć, zawsze będziemy tu z wami!"

Kto jest wrogiem Europy

Politycy z innych krajów, którzy najbardziej zaangażowali się we wspieranie przegranego obozu na Węgrzech, muszą teraz jakoś wybrnąć z kłopotliwej sytuacji.

Rosjanie okazali się najrozsądniejsi – już na kilka tygodni przed wyborami zamilkli i przestali publicznie obnosić się z wielką miłością do Orbána. Teraz więc mogą milczeć i udawać, że sprawa ich nie dotyczy. Nie zmienia to jednak faktu, że poza samym Fideszem to Kreml okazał głównym przegranym w tej bitwie – stracił swój główny ośrodek agenturalny w Unii Europejskiej i NATO. I w przeciwieństwie do trumpistów z MAGA nie ma go czym zastąpić.

Amerykanie bowiem, utraciwszy swojego człowieka w Europie – Viktora Orbána – mogą teraz postawić na innego kandydata: na Karola Nawrockiego. To jemu zapewne wyznaczą rolę głównego pionka i narzędzia do rozwalania Unii Europejskiej od środka. Bo że taki jest ich cel, nie ma najmniejszych wątpliwości. Otwartym tekstem powiedział to wiceprezydent J.D. Vance, tłumacząc się w poniedziałek w telewizji Fox News z amerykańskiego zaangażowania w węgierskie wybory:

„Jednym z powodów, dla których zdecydowaliśmy się to zrobić, nie jest to, że nie umiemy analizować sondaży. Z pewnością wiedzieliśmy, że istnieje duże prawdopodobieństwo, że Viktor przegra te wybory. Zrobiliśmy to, ponieważ jest jednym z niewielu europejskich przywódców, którzy byli gotowi przeciwstawić się biurokracji w Brukseli, która wyrządza Stanom Zjednoczonym bardzo, bardzo wiele zła".

Tak oto Stany Zjednoczone, uznawane za jednego z głównych gwarantów bezpieczeństwa Polski, awansowały do roli głównego obok Rosji wroga Unii Europejskiej – czyli nas, bo przecież Unia to między innymi Polska.

Naprawdę trudno się połapać w dzisiejszym świecie. ●

OGŁOSZENIE WŁASNE WYDAWCY
Kraj/34414016

DO 20 KWIETNIA

Zamów PRENUMERATĘ TECZKOWĄ „Wyborczej"
na maj u swojego sprzedawcy prasy

– Masz pewność, że każde wydanie będzie na Ciebie czekać (zamawiasz gazetę na cały miesiąc z góry)
– Masz niższą cenę niż przy zakupie pojedynczych wydań każdego dnia
– Masz bezpłatny dostęp do Wyborcza.pl*
– Masz gwarancję niezmienności cen w okresie realizacji prenumeraty
– Możesz zostać członkiem Klubu Wyborczej i mieć dostęp do archiwum tekstów

GAZETA wyborcza
Polscy czwartoklasiści w światowej czołówce
Zdolne dzieci, ale w siebie nie wierzą
Kaczyński wezwany
Korea rozdliczy za stan wojenny

CENA 199,99 zł**
OSZCZĘDZISZ CO NAJMNIEJ 49 ZŁ

Dostęp także do Wyborcza.pl*

*Prenumeratorów teczkowych zapraszamy do Klubu „Wyborczej". Jego członkowie mogą m.in. uczestniczyć w spotkaniach online z redakcją i jej gośćmi. Dodatkowo Klubowicze mają dostęp do archiwum tekstów „Wyborczej". Co zrobić, by zostać członkiem Klubu: 1. Skontaktuj się z naszą infolinią, tel. 22 555 54 55 (od poniedziałku do piątku w godz. 8-16). 2. Podaj numer dowodu zakupu prenumeraty teczkowej.
**Cena sugerowana. Kwota oszczędności wynika z różnicy ceny sugerowanej i sumy cen codziennej sprzedaży detalicznej.

1 RP

eprasa.pl eddb2a5eb2

KRAJ

Strefy czystego paternalizmu

Długa i skomplikowana opowieść o tym, jak rządząca lewicująca elita odkleiła się od życia oraz potrzeb zwykłych mieszczan i ile radości czerpie z tego pragnąca rządzić prawicowa elita.

Arkadiusz Gruszczyński

Mamy badania, z których wynika, że Kraków odwoła Aleksandra Miszalskiego – słyszę od ważnego posła koalicji rządzącej. Rewolucja, którą chciał w stolicy Małopolski przeprowadzić liberalny prezydent, jest dobrym przykładem tego, w jaki sposób progresywne czy, jak kto woli, lewicowe marzenia i fantazje rozjeżdżają się z życiem zwykłych ludzi. I jak wykorzystuje to skrajna prawica, by nimi manipulować.

Koalicja Obywatelska boi się wyniku referendum w Krakowie. – Ludzie z PiS chodzą po Sejmie i opowiadają, że po odwołaniu Miszalskiego przyjdzie pora na innych. Mówią nam, że po krakowskim sukcesie rozkręcą akcję odwoływania po kolei naszych prezydentów w Poznaniu, Gdańsku i Wrocławiu. O Warszawie na razie milczą – mówi mi jeden z liderów koalicji rządzącej.

Na Nowogrodzkiej też obserwują, co dzieje się w Krakowie. Moi rozmówcy z Prawa i Sprawiedliwości przyznają, że liczą na porażkę Miszalskiego. – A o Warszawie rozmawiamy. Problem w tym, że odwołanie Rafała Trzaskowskiego może się nie powieść, a nawet jeśli jakimś cudem by się udało, to i tak byśmy przegrali tu wybory – opowiada poseł PiS.

Większość moich rozmówców w Sejmie dziwi się jednak, że młody, dobrze zapowiadający się prezydent Krakowa, rozumiejący internety, uśmiechnięty, otaczający się młodymi ludźmi, który pokonał lokalnego trybuna ludowego i kandydata PiS, w połowie kadencji walczy o polityczne życie.

Pytanie kluczowe, bo wykraczające poza bieżące polityczne „golono, strzyżono", brzmi: jaki to ma związek z wojnami kulturowymi i elitami, które zdradziły społeczeństwo. Nie z premedytacją, lecz kierowane dobrymi intencjami tylko trochę podszytymi paternalizmem.

●

Miszalski został prezydentem Krakowa w 2024 roku. Wygrał w drugiej turze z Łukaszem Gibałą, niezależnym lokalnym politykiem niegdyś związanym z Koalicją Obywatelską. Otoczył się młodymi ludźmi, z których najbardziej znana jest Maria Klaman, przez wiele lat związana z lewicowym środowiskiem Krytyki Politycznej, później asystentka Jacka Karnowskiego, byłego prezydenta Sopotu, a obecnie posła KO.

Nowy prezydent – rocznik 1980 – był od 2019 roku posłem, choć trzeba przyznać z ręką na sercu, że mało kto go kojarzył. Urodzony w Krakowie, absolwent Uniwersytetu Jagiellońskiego, w 2024 roku obronił doktorat „Specyfika zachowań turystów korzystających z usług krakowskich hosteli". Był sekretarzem Krakowskiej Izby Turystycznej, a także radnym Krakowa. W wyborach zagłosowały na niego 133 tysiące mieszkańców. Dla porównania – na Jacka Majchrowskiego, czyli wieloletniego prezydenta Krakowa, w 2018 roku zagłosowało blisko 200 tysięcy.

Ale zanim Miszalski został prezydentem drugiego pod względem wielkości miasta w Polsce, dogadał się z Nową Lewicą, która nie wystawiła własnego kandydata. – I nas zdradził – mówi jeden z jej liderów. Jak słyszę, jeszcze jako kandydat Miszalski podpisał się pod umową koalicyjną, z której jasno wynikało, że jednym z wiceprezydentów Krakowa zostanie polityk lewicy. I faktycznie, Maria Klaman jest związana z lewicą, ale do dzisiaj nie otrzymała rekomendacji Włodzimierza Czarzastego. Klaman wskazał Maciej Gdula, medialny socjolog, były poseł Nowej Lewicy z Krakowa i były wiceminister nauki, a Miszalski pobłogosławił ten układ. Czarzasty poczuł się oszukany.

– Czy Włodka martwi referendum? Wręcz przeciwnie: chodzi szczęśliwy po Sejmie i mówi, że odwołanie będzie dla Nowej Lewicy wielką polityczną szansą – słyszę od mojego rozmówcy, bliskiego współpracownika marszałka Sejmu. Lewica zamówiła badania na sporej grupie – 3 tysiące – Krakusów, z których ma wynikać, że w maju Aleksander Miszalski pożegna się ze stanowiskiem. – Zapytaliśmy również, kto miałby największe szanse na wejście do drugiej tury. Oprócz Gibały wchodzą też Małgorzata Wasserman z PiS, Bogdan Klich z KO i nasza kandydatka, o której nie chcę za wiele mówić – słyszę od znanego posła lewicy.

1 RP

eprasa.pl eddb2a5eb2

Chwalebna dyskrecja, choć i tak powszechnie wiadomo, że chodzi o posłankę Darię Gosek-Popiołek, która zdobyła lepszy wynik w wyborach parlamentarnych niż Maciej Gdula (nie wszedł, mimo że był jedynką), ale na początku kadencji porzuciła Partię Razem i politycznie zaufała Czarzastemu. – A Włodek wie, że tylko dzięki młodym, zdolnym i medialnym kobietom będzie mógł wygrać wybory – mówi poseł lewicy.

Czarzastemu nie chodzi rzecz jasna o wygraną w Krakowie, choć to nie jest niemożliwy scenariusz – Majchrowski był kojarzony niegdyś z lewicą i to z konserwatywnego, mieszczańskiego Krakowa w 2011 roku weszła do Sejmu pierwsza w historii posłanka transpłciowa, czyli Anna Grodzka. Marszałek Sejmu chce politycznie wzmocnić kilka kobiet, które dadzą Nowej Lewicy 10 procent w przyszłorocznych wyborach parlamentarnych.

Tymczasem politycy KO namawiają do bojkotu referendum.

●

Miszalskiego chcą odwołać głównie środowiska prawicowe, a punktem zapalnym są podwyżki opłat za parkowanie i biletów na komunikację miejską oraz, przede wszystkim, start strefy czystego transportu.

Do Krakowa nie mogą wjeżdżać samochody, które nie spełniają norm emisji zanieczyszczeń związanych z datą produkcji. Mówiąc po ludzku: do miasta nie wjadą stare auta. Ale z zakazu zwolnieni są zameldowani, płacący podatki mieszkańcy Krakowa. Jak pisał Jarosław Sidorowicz z krakowskiej „Wyborczej", miasto przekonywało, że strefa jest konieczna ze względów ekologicznych – ponad 80 procent tlenków azotu, których stężenia są ciągle przekraczane, pochodzi właśnie z transportu – i z obawy przed utratą środków z Krajowego Planu Odbudowy.

Pod presją społeczną prezydent Miszalski obiecał przedstawić nową wersję strefy, zapowiedział również obniżenie stawek za parkowanie i cen biletów. Lecz wśród zarzutów pojawiają się też te z innego porządku ideologicznego, powiedzielibyśmy: bardziej progresywnego. Część mieszkańców oskarża Miszalskiego o pobłażanie deweloperom, którzy zabudowują tereny zielone. Są też i zarzuty wrażliwego na estetykę mieszczaństwa, któremu nie podobają się rolki na TikToku, w których prezydent królewskiego miasta rapuje na dachu ratusza. Czepialstwo? Być może, ale skuteczne, skoro w drugiej połowie maja Krakowianie wezmę udział w referendum.

Miszalskiego chcą odwołać lokalni prawicowi politycy, ale do akcji zbierania podpisów pod wnioskiem o referendum dołączyły PiS, Konfederacja, Ruch Narodowy oraz radna Aleksandra Owca, współprzewodnicząca Razem.

Egzotyczna koalicja, pora więc nieco rozplątać ten węzeł.

●

Żeby zrozumieć, co tak naprawdę dzieje się w Krakowie, dzwonię do socjologa z Uniwersytetu Jagiellońskiego Jarosława Flisa. Profesor – w swoim stylu – proponuje grę w politycznego pasjansa.

– Pierwszą kartą jest pozycja urzędujących prezydentów miast. Którzy zazwyczaj, jak wynika z analiz, mają w głosowaniach 20-procentową przewagę nad konkurentami. To nie oznacza, że są nie do ruszenia, tylko ich odwołanie lub wymiana w trakcie wyborów jest trudniejsza. O ile w pierwszej turze wyborów samorządowych nie pojawi się zdolny, charyzmatyczny kontrkandydat, to niezwykle trudno odwołać urzędującego prezydenta miasta. W tym kontekście referendum odwoławcze jest traktowane jako wytrych: wielu przeciwników politycznych dochodzi do wniosku, że łatwiej będzie usunąć prezydenta, niż wygrać z nim w najbliższych wyborach. Ten mechanizm pozwala łatwiej się zjednoczyć lokalnej opozycji w imię zasady: na współpracę wszystkich zbiera, kiedy trzeba bić lidera – odsłania pierwszą kartę profesor Flis.

Naszą drugą kartą w referendalnym pasjansie są skumulowane niechęci społeczne. – Proszę zwrócić uwagę, że w grupie rozczarowanych mieszkańców, którzy domagają się wymiany prezydenta, są i przeciwnicy strefy czystego transportu, i zwolennicy terenów zielonych. Z doświadczenia wiemy, że władzę usuwa się zarówno za ideowe decyzje, jak i za grzechy pospolite, takie jak arogancja czy niegospodarność – zauważa Flis.

W Krakowie pojawia się i ten element, choć w tym przypadku na zasadzie starego porzekadła: kowal zawinił, Cygana powiesili. Stan kasy miasta po 20 latach rządów Jacka Majchrowskiego jest opłakany, miasto jest zadłużone, dlatego nowa ekipa w magistracie zaczęła podnosić ceny biletów, opłaty za parkowanie. Profesor: – Mieszkańcy może mniej by się zdenerwowali, gdyby Miszalski powiedział wprost, dlaczego zdecydował się na wiele podwyżek jednocześnie. Ale był zakładnikiem poprzednich koalicji. KO współrządziła Krakowem w poprzednich latach, więc trudno byłoby dzisiaj przyznać, że ponosi współodpowiedzialność za pustą kasę.

Kolejna karta: zasady referendalne. Głosowanie jest ważne, kiedy weźmie w nim udział 60 procent głosujących w poprzednich wyborach samorządowych. W przypadku Krakowa oznacza to, że do urn w maju musiałoby pójść 158,5 tysiąca wyborców. – Mówimy o „paradoksie bytomskim". Wyborca, który pójdzie i zagłosuje za pozostaniem Aleksandra Miszalskiego na stanowisku prezydenta Krakowa, zasadniczo rzecz biorąc robi głupotę. Z taką sytuacją mieliśmy do czynienia w Bytomiu: wyborcy, którzy głosowali za radą miasta, de facto doprowadzili do jej odwołania. Dlaczego? Zwolennicy władzy dołożyli się do frekwencji. Gdyby zostali w domu, to dotychczasowa rada nadal by działała, ponieważ jej przeciwnicy nie byli wystarczająco zmobilizowani do spełnienia wymogu frekwencyjnego – opowiada Jarosław Flis.

Według niego należałoby zmienić zasady głosowania w referendum lokalnym. W najprostszej sytuacji do spełnienia wymogu frekwencji liczyłyby się tylko głosy „przeciw". – Porządny obywatel powinien wziąć udział w referendum i wyrazić zdanie. Problem polega na tym, że spełnienie obowiązku obywatelskiego może przynieść niepożądany skutek. Mieszkańcy muszą więc zadać sobie pytanie: czy powinni postępować zgodnie z obywatelskim sumieniem, czy kierować się politycznym rozsądkiem? – tłumaczy socjolog. – Proszę też pamiętać, że udział w głosowaniu nie jest informacją tajną. W lokalu wyborczym składa się podpis w rejestrze wyborców, a więc urzędnicy chcący zagłosować stoją przed trudnym wyborem. Działa niewypowiedziana presja, która nakazuje pracownikom urzędu miasta pozostanie w domu w dniu głosowania. Poza tym w czasie kampanii referendalnej nie ma żadnych limitów finansowych oraz czasowych, co oznacza, że można przekazać masę pieniędzy na „mobilizację obywateli" i robić to nawet przed lokalem wyborczym w dniu referendum – uświadamia Flis.

Ale czy to oznacza, że referenda są nadużyciem, jak próbują dzisiaj przekonywać lokalni politycy KO?

Flis: – Skądże! Referendum jest częścią polityki, a ta jest częścią każdego samorządu. A samorząd bez polityki – jak mawiała efektownie spełniająca się w polityce profesor Zyta Gilowska – jest jak wódka bez alkoholu. Chodzi o coś innego: referendum jest źle skonstruowane, a młotek spadający z trzonka niesie wielkie ryzyko, że człowiek się nim walnie w głowę. Dla demokracji lokalnej referendum w obecnym kształcie jest niebezpieczne, ponieważ zastępuje uczciwą rywalizację wyborczą.

●

Mamy więc kilka elementów, które składają się na obecny polityczny obraz Krakowa: z założenia źle pomyślane referendum, po które sięgają przeciwnicy obecnego prezydenta; błędy w komunikacji po stronie ratusza; polaryzujące i miejscami budzące merytoryczne wątpliwości pomysły, takie jak wprowadzenie strefy czystego transportu; obiektywnie złą kondycję finansową miasta. Czy takie spiętrzenie obciążających okoliczności oznacza, że Miszalski może się żegnać z ratuszem, a prawicowe pospolite ruszenie opijać sukces podwójny, bo w doraźnej bitwie politycznej i w nieustannie się tlącej wojnie kulturowej?

Według profesora Flisa „wszystkie scenariusze są możliwe". – Frekwencja w dużych miastach w wyborach samorządowych jest zwykle niższa niż w głosowaniach ogólnopolskich. A badania kanadyjskie pokazały, jak wyglądają relacje między wyborami burmistrza a oceną rządu: w zasadzie nie ma żadnych związków poza jednym – wyborcy rozczarowani rządem odgrywają się na burmistrzu pochodzącym z tej samej partii. Aleksander Miszalski – mając na uwadze wszystko to, o czym powiedzieliśmy, czyli system wyborczy, emocje społeczne, konstrukcję referendum – może zostać chłopcem do bicia za niepowodzenia rządu – kwituje socjolog.

Ale to nie wszystko: okazuje się, że wymóg frekwencyjny w referendum jest niższy niż liczba głosów, którą Karol Nawrocki otrzymał w drugiej turze w Krakowie. – Mimo że obecny prezydent Polski przegrał 1:2 z Rafałem Trzaskowskim w stolicy Małopolski, to i tak liczba jego zwolenników jest większa niż liczba głosów potrzebna do odwołania Miszalskiego – wylicza mówi Jarosław Flis. – Mówiąc po ludzku: gdyby wszyscy ci, którzy głosowali przeciwko Trzaskowskiemu, zagłosowali dzisiaj przeciwko prezydentowi miasta, to Miszalski zostałby odwołany.

Wystarczy więc zainteresować wyborców śledzących ogólnopolską politykę, krytycznych wobec rządu Tuska i dzięki nim dokonać rewolucji w Krakowie. Co nie znaczy, że odwołanie Miszalskiego nie zagrozi sejmo-

◀ Wschód słońca nad Krakowem w smogu i we mgle. Widok z Kopca Krakusa.
FOT. MATEUSZ SKWARCZEK / AGENCJA WYBORCZA.PL

▶ Były prezydent Jacek Majchrowski i prezydent elekt Aleksander Miszalski podczas zaprzysiężenia na I sesji nowej Rady Miasta Krakowa, 07.05.2024
FOT. MATEUSZ SKWARCZEK / AGENCJA WYBORCZA.PL

Prof. Jarosław Flis: Badania kanadyjskie pokazały, jak wyglądają relacje między wyborami burmistrza a oceną rządu. W zasadzie nie ma związków, poza jednym – wyborcy rozczarowani rządem odgrywają się na burmistrzu pochodzącym z tej samej partii

eprasa.pl eddb2a5eb2

wej koalicji rządzącej. – Tusk i jego ministrowie nie będą się musieli zapaść pod ziemię. Jasne: druga strona wykorzysta porażkę prezydenta związanego z KO, zaroi się od kandydatów w przedterminowych wyborach. Spójrzmy, co wydarzyło się przed 15 laty w Wałbrzychu. Prezydent związany z PO ustąpił po głośnym, grubym skandalu. Partia znalazła jednak innego kandydata, który do dzisiaj rządzi miastem – przypomina Flis. I dodaje: – Kubeł zimnej wody jeszcze nigdy rządzącym nie zaszkodził.

•

Ale najbardziej interesującym – bo jego nowe odsłony czekają nas podczas kolejnych batalii związanych ze szkolnictwem, energetyką czy podczas kampanii parlamentarnej – napięciem, które obserwujemy przy okazji krakowskiego referendum, jest to związane ze sporem progresywnych urzędników i polityków z mieszkańcami. Mówiąc inaczej: spór lewicującej inteligencji z ludem o przyszłość miasta, kraju, polityki czy obowiązującego prawa.

Jeszcze do niedawna wojna kulturowa obejmowała aborcję, małżeństwa jednopłciowe, edukację seksualną w szkołach, eutanazję czy rozdział państwa od Kościoła. Jakiś czas temu do tej tradycyjnej wyliczanki dołączają polityki miejskie. Czyli wielka, ideologiczna kłótnia o to, czy miasto 15-minutowe ma usprawnić życie ludzi, czy też odebrać im prawo do jeżdżenia po metropoliach prywatnymi samochodami. Czy ograniczanie wjazdu aut do centrów miast ma poprawić jakość powietrza, czy też wykluczyć dziesiątki tysięcy mieszkańców z prawa do poruszania się po ulicach, uprzywilejowując bogatych. Czy węższe ulice i szerokie chodniki kogoś faworyzują lub dyskryminują.

Te wyostrzone różnice – bo przecież pod publicystyczną jazdą bez trzymanki kryją się poważne badania, liczne niuanse, lokalne specyfiki, społeczne lęki, realne zalety i wady, walki klas, światopoglądowe zacietrzewienia obu stron oraz rozwiązania kompromisowe zadowalające większość mieszkańców – stają się istotne w rywalizacji wyborczej.

I znowu: współczesna polityka jest kociołkiem, w którym lądują prawdy i manipulacje, a wygrywa ten, kto sprawniej miesza chochlą, czyli kto opanował serwisy społecznościowe. Publiczną debatę, niechby i zapalczywą, zastąpiły krótkie filmiki na TikToku, które skuteczniej niż seminarium w lokalnym domu kultury czy szerokie konsultacje społeczne trafiają do przepracowanych, zmęczonych, ciułających na kolejną ratę kredytu ludzi z dziećmi mierzącymi się z kryzysami psychicznymi.

Interesuje mnie jednak, dlaczego właśnie w Krakowie, a nie na przykład w Warszawie obserwujemy tę odsłonę wojny kulturowej. Przecież stolica też ma swoją wykluczającą SCT faworyzującą tych, których stać na wielkie, ciężkie, paliwożerne, ale nowe SUV-y i elektryki, ma ciągnące się latami nieprzemyślane inwestycje i ma prawicowych działaczy usilnie kreujących atmosferę konfliktu między wyimaginowanymi zantagonizowanymi grupami – kierowcami, pieszymi i rowerzystami. W którą to grę równie chętnie grają zresztą również alt-leftowi aktywiści. Dlaczego to właśnie w stolicy Piastów i Jagiellonów pod politycznym kociołkiem zabuzował autentyczny społeczny ogień?

– Z dwóch powodów. Pierwszy jest co prawda uniwersalny – tematy transportowe świetnie wpisują się w mechanizm polaryzacji. Musisz pamiętać, że rzadko która sprawa tak skutecznie dzieli społeczeństwo jak spór wokół polityk miejskich. Drugi: w Krakowie szczególnie silnie działała grupa przeciwników sieci 5G oraz wyznawców innych teorii spiskowych – mówi mi doktor Łukasz Drozda, politolog i urbanista z Uniwersytetu Warszawskiego.

Przed paroma laty na całym świecie szerzyła się teoria spiskowa, która zakładała, że sieć 5G powoduje raka, jest narzędziem kontroli ludzi oraz aktywuje chipy wszczepiane do ludzkich ciał. W rzeczywistości sieć 5G wykorzystuje fale radiowe na takiej zasadzie jak jej poprzedniczki, przyspiesza działanie internetu w telefonach komórkowych i nie wpływa negatywnie na zdrowie. – Zwolennicy tej teorii mówią o spisku elit, które chcą ograniczyć indywidualną wolność na podstawie wyobrażonej skrajnie lewicowej ideologii mającej jednocześnie sprzyjać większej kontroli. Co wiąże się z ograniczeniem indywidualności, a przecież jesteśmy społeczeństwem mocno zmotoryzowanym z powodów aspiracyjnych lub praktycznych. To nasza polska nakładka na szersze zjawisko, bo podobne ruchy uaktywniały się też w miastach Zachodu – w Wielkiej Brytanii czy Holandii „obrońcy swobód" dewastowali i kamery kontrolujące strefy czystego transportu, i maszty z nadajnikami 5G – mówi doktor Drozda.

FOT. JAKUB WŁODEK / AGENCJA WYBORCZA.PL

• **Protest przeciwko wprowadzeniu Strefy Czystego Transportu przed siedzibą Zarządu Dróg Miasta Krakowa. Na taczce kukła prezydenta Miszalskiego (10.01. 2026)**

Czy zajmowanie się wjazdem aut do centrów miast to problem, którego rozwiązania mieszkańcy oczekują na pierwszym miejscu? Dlaczego liberalni prezydenci nie budują mieszkań na tani wynajem i nowych przychodni, nie otwierają łaźni dla bezdomnych, nie przekazują lokali użytkowych na sklepy z tanimi warzywami?

No dobrze, skoro strefa czystego transportu jest teorią spiskową, tymczasem raczej nie wszyscy z tysięcy wściekłych na SCT – a są wśród nich nie tylko radiomaryjni emeryci w starych dieslach, budowlańcy z Podkarpacia czy niewykształceni młodzi mężczyźni z przedmieść w rozklekotanych beemkach po domowym tuningu, ale też studenci, nauczycielki, przedsiębiorcy – są zaciekłymi „foliarzami", to czego obawia się tak wielu tak różnych ludzi? Przecież na pierwszy rzut oka wycofanie z centrów miast starych samochodów, które zatruwają powietrze, powinno zostać przyjęte bez mrugnięcia okiem jako coś ważnego i potrzebnego.

– Boją się ograniczenia wygody. Mimo wszelkich zaklęć o jednej z najlepszych w Europie komunikacji publicznych nierzadko nawet w obszarze śródmiejskim w Warszawie czy Krakowie na niektórych trasach samochód bywa bardziej funkcjonalny – przewidywalny, szybszy, pewniejszy – niż poruszanie się komunikacją miejską. A ci, którzy mieszkają pod miastem, często nie mają wyboru, ograniczeni rzadką siatką powolnych połączeń, i muszą dojeżdżać samochodem do szkoły czy pracy – przyznaje Łukasz Drozda. – Tyle że strefy czystego transportu nie wprowadzają skrajnych ograniczeń, jak przekonuje prawica. Z dzielnic śródmiejskich mają zniknąć jedynie motoryzacyjne trupy, które szkodzą zdrowiu przez wysoką emisję tlenku azotu – zauważa urbanista.

Zgoda, niemniej z tego, co mówi, wyłania się opowieść o typowym konflikcie klasowym: urzędnicza elita o lewicowych poglądach chce pozbawić najuboższych mieszkańców z centrum Krakowa ich aut. Tłumacząc, że są jeżdżącymi, dymiącymi wrakami, co po części jest prawdą, ale dodatkowo irytuje dwie spore grupy obywateli.

Tych, którzy dbają o swoje pojazdy, serwisują, wymieniają filtry, w pełni legalnie zaliczają badania techniczne i pytają, w czym jest gorsza 25-letnia, ważąca tonę Toyota, która pali 5 litrów gazu, od kilkuletniego 2,5-tonowego Mercedesa czy Audi palących naście litrów ropy.

Oraz tych, którzy – bo są i tacy – nie są reakcjonistami, przeciwnie, bronią praw kobiet, są za przyrodą i innymi elementami progresywnego pakietu. A stary pojazd utrzymują w ruchu właśnie dlatego: ich zdaniem emituje może nieco więcej, ale jest prosty w naprawach, tani w utrzymaniu, a koszty ekologiczne jego wyprodukowania – wielokrotnie niższe niż w przypadku współczesnych, naszpikowanych elektroniką aut – już zostały dawno poniesione.

– Nie zgodzę się z tym publicystycznym uproszczeniem, ponieważ siłą napędową tego ruchu są zamożniejsi mieszkańcy z przedmieść, głównie mężczyźni, którzy często jeżdżą do centrum miasta – odpowiada badacz.

– A wykorzystują i ulegają jednocześnie mechanizmowi podobnemu do szczucia na imigrantów. Tam też mówi się o lękach Polaków, którzy muszą konkurować z obcymi o miejsca pracy. A przecież to klasyczna manipulacja i używanie uchodźców jako narzędzia do mobilizacji wyborców. Tutaj mamy do czynienia z czymś podobnym: ruch sprzeciwu wobec progresywnych polityk miejskich nie ma oddolnego charakteru. W Krakowie ruchem protestu nie sterują przecież właściciele 25-letnich diesli – ciągnie badacz.

– I ostatnia sprawa: elity w Polsce nie są lewicowe, tylko najwyżej centrowe. Socjaldemokracja nie rządzi żadnym większym miastem poza 200-tysięczną Częstochową, nawet tam bez samodzielnej większości. Część urzędników po prostu śledzi urbanistyczne trendy, które potem ich krytycy na siłę próbują przypisać wyobrażonej skrajnej lewicy. Nawet jeśli rowery w Londynie wprowadzał jako burmistrz Boris Johnson, czyli konserwatywny torys flirtujący z alt-rightem, a w naszym Krakowie progresywne idee promuje konserwatywny Klub Jagielloński – kończy Łukasz Drozda.

•

Idealne miasto, o którym marzą ruchy miejskie i progresywni politycy, faworyzuje transport publiczny, rozwija sieć dróg rowerowych i zwęża te dla samochodów. W takim mieście sadzi się drzewa i krzewy, buduje dziesiątki tysięcy mieszkań na tani wynajem, wyrzuca samochody z centrum i utrudnia życie kierowcom, które emitują tony spalin. W idealnym mieście w ciągu kilkunastu minut rowerem lub autobusem dojedziemy do przychodni, szkoły i sklepu, a w sąsiedztwie znajdziemy domu kultury, biblioteki, basen i boiska. Dlaczego taka wizja szokuje wielu mieszkańców? Mówimy o naprawdę potrzebnych, przemyślanych i dobrze opracowanych postulatach, z których – na koniec dnia, w idealnym świecie – skorzystają wszyscy. Każdy chciałby mieć na osiedlu przychodnię i basen, nie mówiąc o bibliotekach czy sklepach zaopatrujących się u podmiejskich rolników.

Otóż diabeł tkwi w szczegółach, a aktywiści i politycy zabierają się do zmian w typowy dla Polski sposób, czyli na skróty, naskórkowo, niespójnie i bez systemowego planowania.

Prezydenci miast w pierwszej kolejności zakazują wjazdu do centrum starych aut, ale w zamian nie rozwijają transportu publicznego. Nawet jeśli Rafał Trzaskowski chwali się co jakiś czas, że ratusz kupił nowe autobusy lub wybudował linię tramwajową do Wilanowa, to jakość zbiorkomu się nie poprawia albo i pogarsza. Planistom wciąż nie udaje się rozwiązać problemu odrębnych przystanków rozsianych po kilku krańcach skrzyżowań; kursy są rozrzedzane; duże, ambitne modernizacje planowane wspólnie przez samorząd i państwowe spółki – jak przebudowa starej linii kolejowej Warszawa – Otwock – bywają prowadzone arogancko, zaprzeczając deklarowanej trosce o dziedzictwo kulturowe, przyrodę i wygodę mieszkańców; nowe peryferyjne dzielnice zasiedlane przez dorabiającą się niższą klasę średnią – gorzej sytuowaną i politycznie reprezentowaną niż wilanowska – wciąż nie mogą się doczekać szybkich, bezpośrednich połączeń.

Wciąż dużo mówi się o mieście 15-minutowym. Lecz samorządy masowo zamykają przedszkola, kierując się racjonalną kalkulacją: dzieci ubywa, pieniędzy na utrzymanie obiektów nie przybywa, ale ludzie, którym zaprowadzenie pociechy do przedszkola zajmuje już nie kwadrans, ale pół godziny, dostrzegają niespójność między tą elastycznością a pryncypialnym trzymaniem się innych progresywnych założeń. Biblioteki są niedofinansowane i nierzadko uzupełniają księgozbiory, rywalizując z ławeczkami, osiedlowymi ściankami wspinaczkowymi i budkami dla ptaków o pieniądze z budżetu obywatelskiego. W jednych miejscach mimo umiarkowanego lub samoregulującego się ruchu „po analizach" i „dla bezpieczeństwa" instaluje się skomplikowane sygnalizacje świetlne, powodując wielominutowe korki, których wcześniej nie było, które następnie służą jako ilustracja nadmiernego przywiązania mieszkańców do transportu indywidualnego. Tuż obok, w gęsto zaludnionej i ruchliwej okolicy, ludzie nie mogą się doprosić sygnalizacji świetlnej, bo priorytetem jest „płynność ruchu". Wiele obiektów sportowych lata świetności mają za sobą, inne błyszczą nowością i wielofunkcyjnymi przestrzeniami sportowymi, lecz pierwszeństwo w nich mają – bo gmina musi wykazać się gospodarnością, czyli pozyskiwaniem czynszu

eprasa.pl eddb2a5eb2

– prywatne kursy i instruktorzy prowadzący komercyjne zajęcia.

A kiedy pojawiają się problemy finansowe, koszty przerzuca się na mieszkańców. Choć to prezydenci Krakowa czy Warszawy mogliby, zamiast wyrzekać, że ich śródmieścia zmieniają się w drogie turystyczne atrapy, z których odpływają mieszkańcy i zwykłe sklepy oraz usługi, użyć wszystkich narzędzi politycznych, jakimi dysponują jako wpływowi przedstawiciele partii rządzącej, do zmiany podatkowej, która nakładałaby większe zobowiązania na najem krótkoterminowy czy firmy takie jak Uber. Oraz tak prowadzić politykę czynszową, by na utrzymanie lokalu stać było nie tylko kawową sieciówkę i ajenta Żabki, ale również sklepikarza czy rzemieślnika działającego pod własnym szyldem.

Problem nie jest wydumany. Śródmiejskie dzielnice największych miast w Polsce naprawdę się wyludniają – na przykład w stolicy w centrum w ciągu dekady ubyło 20 tysięcy mieszkańców. Puste mieszkania wcale nie są puste, ponieważ ich właściciele wynajmują je na platformie AirBnb czy Bookingu. Oczywiście śródmieścia jak świat światem, nawet przed pionierem masowej turystyki Thomasem Cookiem i XIX-wiecznym boomem na podróże dostępne dla ludu, przyciągały podróżnych i pod nich profilowały swój charakter, usługi, atrakcje. Ale zaburzenie proporcji między mieszkańcami a turystami, zwłaszcza jednodniowymi i imprezowymi, ma poważne konsekwencje: małe sklepiki nie wytrzymują konkurencji z sieciówkami, padają rodzinne księgarnie i kawiarnie, wszystko drożeje.

Strefy czystego transportu wpisują się w ten scenariusz: centrum ma być czyste, przyjazne, bez warzywniaków, osób bezdomnych – w Warszawie w centralnych dzielnicach nie ma ani jednej łaźni dla osób w kryzysie, choć to tutaj spędzają najwięcej czasu – i dla starych aut, choć, zważywszy na odpływ mieszkańców, czystym powietrzem będą się cieszyć przesiadujący w burgerowniach turyści oraz niebieskie kołnierzyki w drodze pomiędzy metrem a klimatyzowanym biurem na 30. piętrze.

●

Nie tylko historia o krakowskich cenach biletów i zakazie dla „blachosmrodów", ale też niedawna awantura o nocny zakaz sprzedaży alkoholu w Warszawie to część zjawiska, które roboczo można nazwać alienacją elit politycznych. Progresywni prezydenci wielkich miast uważają, że używając terminów „postęp", „polityki miejskie", przywołując mityczny Berlin, Londyn i Kopenhagę, mogą wszystko, nierzadko przecząc sami sobie. Na przykład zakazywać wjazdu starych aut do centrów – choć po godzinie 20 autobusy kursują niezwykle rzadko, a dojazd zbiorkomem z ościennych blokowisk do centrum potrafi zająć godzinę – a opornych mieszkańców piętnować jako reakcyjnych egoistów. Jednocześnie zaś upierać się, że sprzedaż alkoholu nocą jest ważnym osiągnięciem demokracji liberalnej, a zmęczonym burdami i rozbitym szkłem mieszkańcom walczącym o prohibicję tłumaczyć, że nie rozumieją prawa do indywidualnych wyborów ani potrzeb przedsiębiorców.

Tymczasem oś sporu jest fałszywa, ponieważ zakłada, że ludzie wykształceni, z międzynarodowymi kontaktami i doświadczeniem politycznym mają z założenia większą wiedzę o świecie. A zwykli ludzie – pracownicy korporacji, kierowcy autobusów, kurierzy, przedszkolanki czy policjanci – powinni zgadzać się we wszystkim z elitami. Które, dodajmy nieco złośliwie, wiele decyzji z założenia słusznych, lecz realizowanych tak, że uprzykrzają życie pracownikom korporacji, przedszkolankom i tak dalej, podejmują z perspektywy swojej okolicy. Zwykle nieodległej od śródmieścia, funkcjonalnie zaprojektowanej i dobrze skomunikowanej jeszcze za PRL-u albo i od przedwojnia – z której do gabinetów i na konferencje o piękniejącym mieście są dowożone służbowymi samochodami.

Tymczasem odpowiedź na pytanie: „A co zrobić, jeśli zwykli ludzie chcą mieć co tydzień koncert disco polo w domu kultury, a my wolimy ich zapraszać na wieczorki poetyckie?", jest prosta: „To nie jest wybór albo-albo. Róbcie jedno i drugie". Otóż władza samorządowa powinna budować miasta w sposób jednoznacznie skłaniający do ograniczania korzystania z samochodów, przechodzenia na ekologiczny tryb życia i korzystania z ambitnej rozrywki, ale pozostawiają jakąś możliwość wyboru. Nie stygmatyzując przy tym opornych i krytyków jako zacofanych, egoistycznych, nienadążających za wiedzą naukową, no i głupich – bo taki komunikat kryje się za argumentami, że „cóż, bezkrytyczni ludzie dali się zmanipulować konfiarzom".

A przede wszystkim – w jakiś sposób powinna łagodzić uciążliwości lub zaoferować coś w zamian tym, którzy mają się poświęcić, z czegoś zrezygnować, przeorganizować codzienne życie dla wyższego dobra wspólnego. Bo nawet biorąc poprawkę na propagandowe manipulacje prawicy, rzeczywiście strefy czystego transportu idealnie oddają paradoks, w którym dla dobra całej społeczności z indywidualnych wygód muszą rezygnować jej najmniej uprzywilejowani członkowie.

Oto do nowego muzeum albo na targ śniadaniowy w niezasnutej spalinami śródmiejskiej strefie spacerowo-kulturalnej wybiera się z dziećmi majętna menedżerka czy przedstawiciel wolnego zawodu. Parkują dofinansowanego przez państwo elektrycznego SUV-a parę minut spacerkiem od atrakcji. Tymczasem rodzina kierowniczki w Biedronce czy nauczyciela zostawia wysłużonego Passata pod tanim domkiem z katalogu na obrzeżach metropolii i dociera do centrum sztuki z dwiema przesiadkami. A potem wszyscy wzajemnie się popędzają, żeby zdążyć na ostatni kurs powrotny – w soboty i niedziele wcześniejszy niż w dni powszednie. Ten obrazek nie jest wyłącznie wytworem niskobudżetowej sztucznej inteligencji spromptowanej przez Sławomira Mentzena z Dominikiem Tarczyńskim.

Zakaz samochodów spalinowych, które dla wielu osób są synonimem wolności – Matko Boska, czy trzeba powtarzać, że samotna matka dwójki dzieci spod Krakowa tylko dzięki staremu Oplowi może łączyć pracę z opieką nad maluchami – prowadzi do prawicowej reakcji. Co obserwujemy na całym świecie.

Albo jeszcze inaczej: czy zajmowanie się wjazdem aut do centrów miast jest realnym problemem, którego rozwiązania mieszkańcy oczekują na pierwszym miejscu? To dosyć populistyczne zagranie, ale zastanówmy się wspólnie, dlaczego liberalni prezydenci: nie budują mieszkań na tani wynajem, nie stawiają nowych przychodni, nie otwierają łaźni dla bezdomnych w śródmiejskich dzielnicach, nie przekazują lokali użytkowych na sklepy z tanimi warzywami, nie ładują pieniędzy w gęstą i punktualną sieć komunikacji zbiorowej (zadowalając się łatwym – wystarczy unijna dotacja i przetarg – kupowaniem nowego taboru, dobrze wypadającego na zdjęciu z włodarzem), nie budują schronów, nie koordynują rozkopywania naraz kilku głównych arterii, tylko urządzają plebiscyty na najładniejszy balkon oraz obwieszają przystanki artystycznymi plakatami zachwalającymi spędzanie świąt w mieście.

Oczywiście zarządzanie milionowym miastem z jego skomplikowaną infrastrukturą, konfliktami interesów, tuzinami jednostek organizacyjnych i urzędów, dziesiątkami przetargów każdego tygodnia, dynamiką życia, milionem organizacyjnych detali i potrzebą strategicznej wizji jest może nawet trudniejsze niż zarządzanie dużą korporacją – ale przecież metropolitalni liderzy regularnie podkreślają swoją merytoryczność sprawdzoną w działaniu, wiedzę o zarządzaniu, menedżerskie kompetencje. A potem wszyscy są zaskoczeni, że ludzie nie kupują „liberalnej ściemy".

W bardziej elegancki sposób pisze o tym Tomasz Stawiszyński w ostatnim numerze miesięcznika „Pismo". Popularny filozof i eseista przekonuje, że elity powinny zrozumieć, iż mogą wygrać z populistami tylko na jeden sposób: nie udawać, że rzeczywistość wygląda inaczej, niż naprawdę wygląda.

●

Stawiszyński diagnozuje, że elity polityczno-opiniotwórcze odwróciły się od grup społecznych, które reprezentowały przez kilka powojennych dekad. Wytworzyły „ogromną grupę obcych we własnym kraju, czyli ludzi, którzy czują się odsunięci na boczny tor i których nie obejmuje żadna emancypacyjna narracja, a jeśli już, to co najwyżej stawiając ich w roli opresorów". A same przekształciły się w „człowieka z Davos", który „czuje się ostatnim, najwyższym ogniwem kulturowej ewolucji. I z tej właśnie perspektywy ocenia wszystko inne". Przy czym „może być bardzo bogaty, ale nie musi. Żyje na poziomie, który daje mu znaczną autonomię wobec sektora usług publicznych. Bywa przedstawicielem szeroko rozumianej klasy »analityków symbolicznych«: ludzi zajmujących się przetwarzaniem informacji, nie zaś wytwarzaniem materialnych dóbr".

Donald Trump, Giorgia Meloni, Przemysław Czarnek, Robert Fico – ale też Zohran Mamdani – to tzw. elity afirmatywne, które wygrywają wybory, bo są blisko ludzi, twierdząc, że mają podobne upodobania, wychowali się na blokowisku, chodzili do normalnych szkół, a na obiad jedzą schabowego

To wszystko sprawia, że z perspektywy przeciętnego obywatela elity już nie zajmują się realną pracą na rzecz społeczeństwa, bo uznały, że społeczeństwo to one. A co najmniej – że społeczeństwo ma te same potrzeby, problemy, styl życia i możliwości co one. Dlatego podejmują decyzje, reformują i konstruują polityki publiczne tak, by rzeczywiście podnosić jakość życia – ale podobnych sobie. Często według idealistycznych, rzekomo uniwersalnych, bo „sprawdzonych w..." – i tu się pojawiają, w zależności, do czego pasują, Dania, Szwecja, Niemcy lub ogólny mityczny Zachód – zasad, bez oglądania się na lokalne uwarunkowania ekonomiczne, kulturowe czy zwyczajną sytuację życiową ludzi z niższych szczebli zbiorowości.

Ci powinni podjąć wysiłek i doszlusować. A jeśli nie chcą lub nie potrafią, to dlatego, że są toksyczni, niedostatecznie wykształceni i oczytani, wskutek tradycyjnego, zaściankowego wychowania nie mają aparatu pojęciowo-krytycznego, przez co są podatni na manipulacje „populistów" i bronią przebrzmiałego, szkodliwego czy krzywdzącego innych przywileju. A skoro tacy jesteście, to cóż, trzeba słuszne rozwiązania wdrażać dla waszego dobra bez pytania was o zdanie. Co zrobić, niejadka trzeba nakarmić przemocą.

●

Stawiszyński pisze wprost: elity myliły się od lat 90., kiedy uwierzono, że merytokracja załatwi wszystkie problemy. „Jak się wydaje, istnieją dwa zasadnicze sposoby bycia elit, a zatem ludzi znajdujących się na szczycie drabiny społecznej – niezależnie od tego, czy mówimy o elitach finansowych, politycznych, kulturowych czy intelektualnych. Pierwszy to demonstracja własnej osobności i wyższości. Ustawianie się w roli wzorca do naśladowania: jeśli będziecie tak dużo pracować, tak dużo się uczyć jak my, może kiedyś nam dorównacie, na razie jednak wam do nas daleko".

Druga grupa jest ciekawsza: Stawiszyński pisze o elitach afirmujących, które są blisko ludzi, twierdzą, że mają podobne upodobania, wychowali się na blokowisku, chodzili do normalnych szkół, a na obiad jedzą schabowego. To właśnie Donald Trump, Giorgia Meloni, Przemysław Czarnek, Robert Fico, ale też, choć nie jada schabowego, Zohran Mamdani, czyli nowy burmistrz Nowego Jorku. Elity afirmatywne dzisiaj wygrywają wybory.

Skomplikujemy jeszcze ten obraz. Rzecz jasna to nie tak, że prawicowi politycy nagle stali się obrońcami wolności osobistej, sojusznikami ludu, że współdzielą jego upodobania, strapienia, radości i że doświadczają jego problemów. Pod przykrywką troski o społeczeństwo, redystrybucją dóbr i ochroną tradycyjnych wartości kryje się plan budowy systemu, który – co widzieliśmy na Węgrzech i w Polsce Jarosława Kaczyńskiego – najzwyczajniej w świecie daje dostęp do pieniędzy członkom partii. Tam, gdzie pod hasłami „rozumienia potrzeb zwykłego człowieka" i „powstrzymania progresywnego, lewackiego obłędu" dochodzą do władzy bogoojczyźniani cynicy, nie następuje powrót do dobrotliwego, łączącego opiekuńczość bytową z indywidualnymi wartościami *welfare state*, o jakim marzyły społeczeństwa zza żelaznej kurtyny i za jakim tęsknią spauperyzowane wskutek globalizacji narody Zachodu.

Za bezpośrednimi transferami socjalnymi nie idzie budowa systemu wyrównującego szanse już na etapie edukacji, a później opieki zdrowotnej czy mieszkalnictwa. A prześladowanie kobiet, mniejszości seksualnych, opozycji i dziennikarzy tym wyraźniej stawia pod znakiem zapytania dobre intencje skrajnej prawicy.

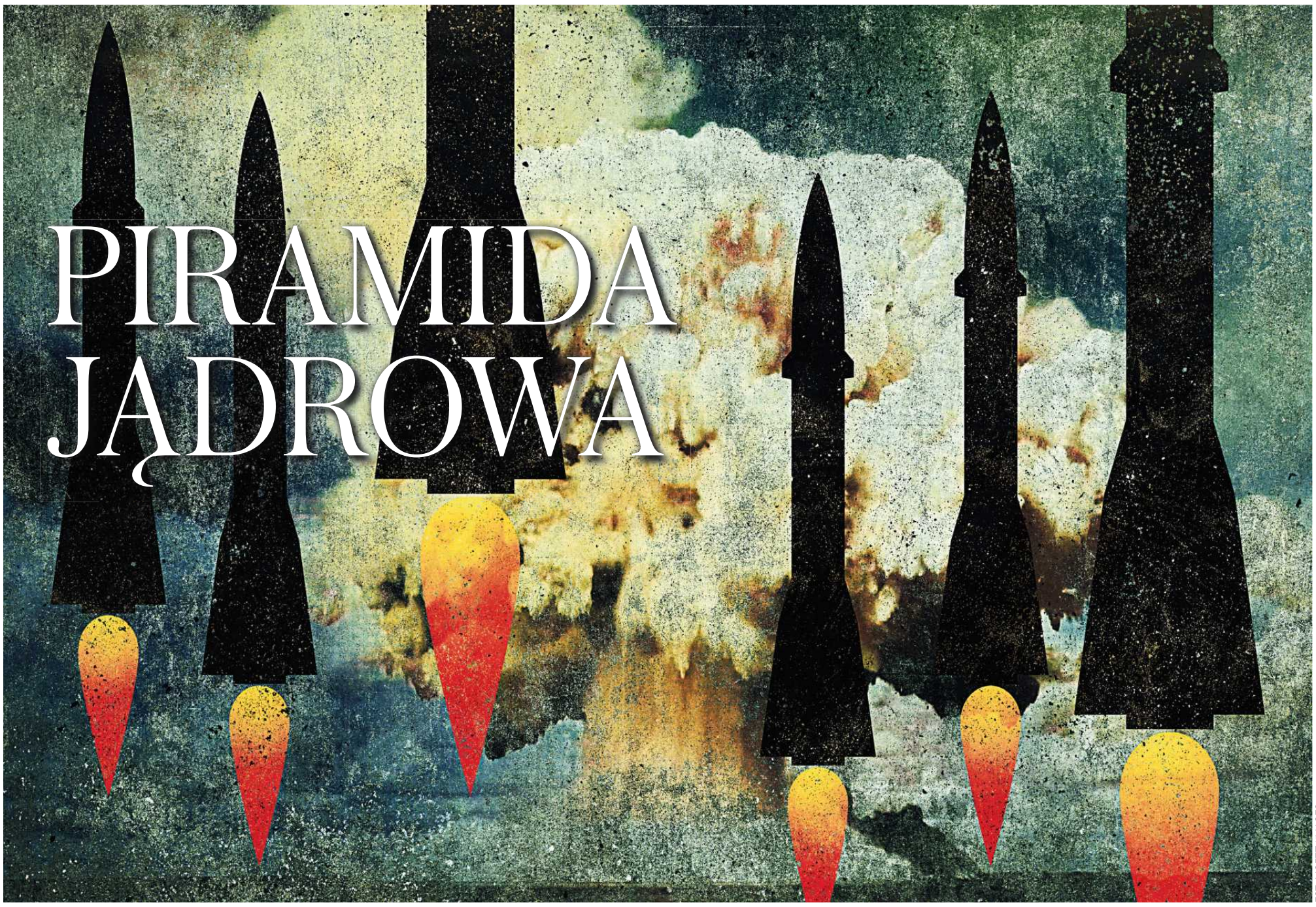
Cynik lub symetrysta powiedziałby, że prawicowe elity grają z elitami liberalnymi w grę w gorące krzesła. Takie partie jak PiS czy Konfederacja przyciągają przecież, wbrew wyobrażeniom lewicowych i liberalnych publicystów, nie tylko inceli, arywistów, przemocowców, sfrustrowanych młodych mężczyzn, niewykształconych religijnych egoistów, konserwatystów wrogów inności i różnorodności, ale też doktorantów czy młodych, ambitnych urzędników, którzy nie są w stanie awansować. Uważają, że uczelnie są zabetonowane, ponieważ rządzą nimi układy towarzyskie. Zatem: krzeseł, które oznaczają stanowiska w aparacie państwa, korporacjach czy spółkach skarbu państwa, na uczelniach i bankach, jest tyle samo. Państwo się nie rozrasta, liczba stanowisk jest niezmienna. Jednocześnie rośnie liczba elit, wykształconych, młodych ludzi, w których narasta frustracja. Co robią? W poczuciu, że są porzuceni przez państwo liberalne, zwracają się w stronę skrajnej prawicy.

A ta, kiedy przejmuje rządy, dokonuje sanacji i tworzy nową elitę polityczną i państwową. Widzieliśmy to dosyć dokładnie w czasach rządów Zjednoczonej Prawicy. Obrona ludu jest zaś prawicową ściemą, ponieważ bez stabilnych instytucji i realnej ochrony ludzi przed kryzysami społeczeństwo nadal zostaje osierocone.

Tymczasem w tle czai się coś znacznie grubszego. Konflikt między elitami, którego odsłoną jest również krakowskie referendum, jest – jeśli wierzyć biologowi ewolucyjnemu Peterowi Turchinowi, który opracował dosyć szalony algorytm przewidujący kryzysy polityczne, analizując wszystkie podobne wydarzenia z historii świata – „wiarygodnym prognostykiem nadciągającego kryzysu".

Inne to: powszechne zubożenie, atmosfera schyłku i niepewności, pogarszająca się kondycja fiskalna i słabnąca legitymizacja państwa oraz warunki geopolityczne. Według Turchina skłócone elity doprowadzą do światowego lub kilku lokalnych kryzysów w tej dekadzie. Brzmi znajomo, prawda? ●

eprasa.pl eddb2a5eb2



FOT. MGETTY IMAGES

PIRAMIDA JĄDROWA

Polska broń jądrowa. Oksymoron czy coś, do czego powinniśmy dążyć? Według eksperta drastycznie podniosłaby naszą siłę i rolę w świecie. Koszty byłyby jednak adekwatnie ogromne.

Z POLITOLOGIEM **PAWŁEM KUSIAKIEM*** ROZMAWIA **MACIEK KUCHARCZYK**

Co by dało Polsce posiadanie broni jądrowej?
– Gdybyśmy nagle się obudzili w świecie, w którym mamy arsenał jądrowy porównywalny np. do Francji, i jest on odporny na tak zwane uderzenie dekapitujące, to wtedy jesteśmy bez wątpienia mocarstwem regionalnym. Krajem dużo istotniejszym z punktu widzenia światowego systemu bezpieczeństwa. Różnica byłaby, można powiedzieć, kolosalna.

Uderzenie dekapitujące?
– Chodzi o to, że nasz arsenał jest nie do zniszczenia w zaskakującym ataku, dajmy na to, Rosji. Że jest na tyle zabezpieczony, np.na samolotach czy okrętach podwodnych, że Rosjanie nie mogą sobie pozwolić na taki ruch, bo będą wiedzieli, że i tak pociągniemy ich za sobą do piekła.

Jeśli mamy taki potencjał, to wtedy zyskujemy skuteczne odstraszanie. Każdy, kto by chciał toczyć z nami wojnę, będzie musiał brać pod uwagę, że nawet jeśli pokona nas na konwencjonalnym polu bitwy, to i tak w momencie zagrożenia przetrwania naszego państwa będziemy mu w stanie zadać nieakceptowalne straty.

Tylko czy to nam da pewność, że nigdy żadnej wojny w Polsce nie będzie?
– Nie. Rosja posiada broń jądrową i od ponad czterech lat toczy wojnę przeciw Ukrainie, której nie może wygrać. Pomimo tego nie użyła swojego arsenału, choć są poszlaki, że realnie to rozważała jesienią 2022 roku w reakcji na serię porażek w pierwszej fazie wojny.

Pewności co do tego nie mamy i pewnie nigdy nie będziemy mieć, jednak nie można wykluczyć, że ta groźba miała wymierny wpływ na politykę USA i skalę wsparcia dla Ukrainy. Mogło to mieć przełożenie także na kontrofensywę ukraińską nieco ponad pół roku później, na to, jak wyglądała i jak się skończyła. Czyli fiaskiem. Czy by tak było, gdyby Rosja broni jądrowej nie miała?

Czyli korzyści są ewidentne, ale gwarancji bezpieczeństwa nie ma. Jaka jest cena?
– Kolosalna. Adekwatna do wspomnianego zwiększenia znaczenia na świecie. Od gigantycznego wzrostu odpowiedzialności przed naszymi elitami, przez koszty polityczne wycofania się z szeregu traktatów lub ich złamania, po nakłady finansowe ponoszone przez społeczeństwo.

Bo osiągnięcie takiego poziomu, na jakim jest przywołana przez nas Francja, to ogromne pieniądze. Choć o konkretne szacunki trudno, to w przypadku Francji samo utrzymanie arsenału jądrowego pochłania każdego roku kilkanaście procent budżetu na obronność. Ostatnio około 4–5 miliarda euro.

Czyli około 17–21,5 miliardów złotych, co daje jakieś 13–17 proc. budżetu MON za rok 2025. Wydaje się do udźwignięcia, biorąc pod uwagę, co dostajemy w zamian.
– Trzeba jednak pamiętać, że wiele kosztów związanych z bronią jądrową musi być pokrywanych w innych pozycjach budżetu. Bo przecież nie można jej rozpatrywać np. w oderwaniu od energetyki jądrowej i całego przemysłu jądrowego będącego fundamentem posiadania arsenału.

Szacunkowo do zbudowania jednej bomby jądrowej trzeba mieć albo 8 kg wzbogaconego uranu, albo 12 kg plutonu. Oczywiście szacunkowo. Skądś to trzeba wziąć, a nikt nam nie sprzeda. Nie ma sklepów z takimi rzeczami. Trzeba gdzieś ten uran wydobyć, a potem wzbogacić, albo pluton wyprodukować w jakimś reaktorze.

Więc potrzeba specjalnego reaktora, nie takiego w standardowej elektrowni. Takich też nikt nie sprzedaje, trzeba opracować i zbudować swój. Do tego trzeba mieć swoich naukowców, inżynierów, ośrodki badawcze...

Czyli utrzymanie broni jądrowej to jedno, a stworzenie jej to dodatkowy poziom komplikacji. Można oszacować, ile w polskich realiach zajęłoby to czasu i kosztowało?
– Nie ma danych, które pozwalałyby to realistycznie ocenić. Ci, którzy już tę broń posiadają, tworzyli ją w zupełnie innych warunkach. Nie ma jednak wątpliwości, że to by były takie polskie piramidy. Program historyczny i rozciągający się na pokolenie. Gdybyśmy się naprawdę zmobilizowali, uczynili to najważniejszym zadaniem całego państwa i odłożyli na bok wszelkie wątpliwości, to myślę, że 10 lat? 15? To są takie ramy czasowe.

Biorąc pod uwagę to, jak szybko obecnie zmienia się świat i pojawiają się nowe zagrożenia, to jednak długo. Nawet pomimo tego, że ogólna zasada działania i konstrukcja broni jądrowej jest znana?
– Tylko pozornie. Wyniki badań z zakresu fizyki jądrowej, które mogą mieć zastosowanie militarne, w większości nie są publikowane. Wiedza publiczna jest ogólnikowa. Polscy naukowcy musieliby sami przeprowadzić potrzebne badania, aby mieć szczegółowe informacje niezbędne do zbudowania broni jądrowej. Nawet gdyby była ona w pierwszej wersji luźną kopią amerykańskiego ładunku implozyjnego. Takiego, jaki zrzucono na Nagasaki.

Proszę sobie wyobrazić, że obaj dostajemy zlecenie zbudowania silnika do samochodu osobowego i właściwie nieograniczone środki. Obaj znamy ogólną zasadę działania, widzieliśmy przekroje, diagramy. Ba, nawet wiele razy widzieliśmy na własne oczy, dotykaliśmy, może nawet coś przy nich robiliśmy. Czy to pozwoliłoby nam sprawnie odtworzyć to, co jest pod maską najbardziej przeciętnego samochodu?

Zdecydowanie nie. Nawet gdybym był fanem fizyki i chemii w liceum.
– No właśnie. Po jakimś czasie pewnie byśmy coś wyrzeźbili, ale najpewniej prezentowałoby to poziom początków motoryzacji. Odnosząc to do realiów broni jądrowej, to trzeba pamię-

eprasa.pl eddb2a5eb2

tać, że bylibyśmy na poziomie Amerykanów w 1945 roku. Mielibyśmy bardzo ciężką i nieporęczną broń. Czym ją wyślemy, dajmy na to, do Moskwy? Ciężarówką? Bo pod F-16 by się nie zmieściła.

Żeby mieć praktyczną i naprawdę groźną broń, trzeba by się wspiąć o piętro wyżej, czyli opracować broń termojądrową i ją zminiaturyzować. Do tego mieć systemy jej przenoszenia i zdolność do wyznaczenia celów. Dopiero wtedy bylibyśmy na poziomie przywoływanej już Francji.

Przy czym nie dotknęliśmy nawet jeszcze tematu, gdzie tę broń przetestować? Bo żeby arsenał jądrowy naprawdę pełnił funkcję odstraszania, to trzeba wszem i wobec zademonstrować, że on w razie potrzeby zadziała. Gdzie w Polsce byśmy to zrobili? Niezamieszkałych terytoriów zamorskich nie mamy.

No ale jak rozumiem, teoretycznie byłoby to wszystko wykonalne? Pytanie o koszty?
– Tak, o piramidalne koszty i wspomniany czas. Jednak ja jestem zdania, że gdyby stało się coś, co by nas naprawdę zmobilizowało, to byśmy to zrobili. Jesteśmy społeczeństwem zdolnym do takich nadzwyczajnych zrywów. Tylko musiałby być jakiś silny bodziec zewnętrzny. Bo kiedy go nie ma, to widzimy, jak długo nam idzie w ogóle zacząć na dobre budować jedną elektrownię jądrową.

Tylko co by mogło nam dostarczyć takiego bodźca?
– Może np., gdyby Rosja użyła w Ukrainie broni jądrowej? Po awarii w Czarnobylu fala strachu ogarnęła cały kraj, a były to czasy kontroli informacji. W dzisiejszym świecie, z przytłaczającym nas jej nadmiarem oraz dezinformacją, pewnie wybuchłaby panika.

Myślę, że konieczny byłby też jakiś silny i wyrazisty przywódca polityczny. Taki, który jasno i zdecydowanie wytłumaczyłby potrzebę, uzasadnił koszty i nadzorował proces. Do tego najlepiej jakieś środowisko eksperckie, złożone np. z byłych wojskowych, naukowców, analityków, którzy byliby w stanie rozpocząć realną debatę. Do tej pory właściwie jej nie było.

Temat polskiej broni jądrowej przez lata był tabu. Dlaczego nie przeanalizować uczciwie i dokładnie kosztów takiego przedsięwzięcia oraz potencjalnych korzyści? Gdyby doszło do wspomnianego użycia broni jądrowej u naszych granic lub podobnego tektonicznego wstrząsu w wymiarze bezpieczeństwa, wówczas mielibyśmy wstępnie zbadane potencjalne scenariusze.

Na razie to przy okazji programu SAFE widzieliśmy, że nawet do sfery bezpieczeństwa państwa wprowadzamy polityczną wojnę i zalew dezinformacji, które mają mało wspólnego z merytoryczną debatą.
– Nasze spory w sferze bezpieczeństwa moim zdaniem są w znacznej mierze wyreżyserowane, nieautentyczne. Poważny kryzys wystarczyłby, by zniknęły, choć tu pojawia się pytanie, czy nasze państwo byłoby w stanie ochronić tak epokowy program przed zalewem adekwatnej dezinformacji?

Bo tu dochodzimy do kolejnej kwestii, czyli reakcji innych państw na nasze aspiracje atomowe. Rosja robiłaby wszystko, aby nie dopuścić do ich realizacji. Polska z bronią atomową jest nie do pogodzenia z ich wizją bezpieczeństwa. Na początku podstawowym narzędziem byłby zalew dezinformacji i usilne przekonywanie naszych sojuszników na Zachodzie, że nie jesteśmy państwem dość wiarygodnym, stabilnym i przewidywalnym, aby dysponować bronią mogącą doprowadzić do zagłady ludzkości. Przecież już w oficjalnej rosyjskiej narracji to Polska jest współodpowiedzialna za wybuch II wojny światowej przez swoją „awanturniczą" politykę zagraniczną.

Rosjanie to jedno, ale nasi zachodni sojusznicy też chyba nie przyklasnęliby naszym atomowym aspiracjom? Dopiero co podsekretarz Pentagonu Elbridge Colby publicznie powiedział, że USA byłyby przeciwne takiej „hipotetycznej" ewentualności.
– To byłby kolejny koszt naszego programu atomowego. Relacje z naszymi aktualnymi sojusznikami musiałyby ulec przebudowie, bo wydaje się jasne, że aktualne mocarstwa atomowe, w tym USA, Francja i Wielka Brytania, nie są zainteresowane poszerzaniem swojego klubu. Może to się kiedyś zmieni, ale na razie jest, jak jest.

Zadałbym tutaj dodatkowe pytanie. Gdyby stało się coś, co by realnie popchnęło nas ku programowi atomowemu, to podobny proces mógłby zajść np. w Niemczech. Tam podbudowa w postaci przemysłu jądrowego i badań jest bardziej zaawansowana niż u nas. Co byśmy powiedzieli, gdyby to Berlin pierwszy uzbroił się w broń jądrową? Jak to wpłynęłoby na nasze poczucie bezpieczeństwa?

To też jest coś, co trzeba wziąć pod uwagę: koszt w postaci osłabienia naszych relacji z sojusznikami, a może nawet skonfliktowania się i skłonienia do określonych reakcji. Amerykanie już w latach 60. i 70. prowadzili badania, czy broń jądrowa zawsze oznacza zwiększenie bezpieczeństwa państwa. I wnioski nie były jednoznaczne. Jest możliwe, że zanim byśmy osiągnęli poziom arsenału przykładowej Francji, to wcześniej na lata nasze bezpieczeństwo byłoby znacznie słabsze, głównie ze względu na reakcję innych państw. Czy finalnie takie ryzyko by się opłaciło? Nie wiem. Dlatego warto by się temu poważnie przyjrzeć.

Nie dałoby się tego zrobić po kryjomu?
– Niemożliwe. Korei Północnej czy Iranowi się nie udało, a co dopiero nam z otwartym społeczeństwem demokratycznym, otwartymi granicami i geografią taką, a nie inną. Nie ma innej opcji niż robić to z otwartą przyłbicą. Choć niekoniecznie mówić precyzyjnie o zamiarach.

Weźmy Szwecję. Dzisiaj mało kto o tym pamięta, ale tam był prowadzony zaawansowany program broni jądrowej, mającej być zabezpieczeniem neutralności w obliczu zagrożenia ze strony ZSRR. Od 1945 roku aż do zamknięcia na początku lat 70. Szwedzi doszli do etapu, kiedy byli pod tzw. progiem. Czyli o krok od osiągnięcia zdolności do przeprowadzenia testu i przejścia do produkcji broni jądrowej. Według różnych szacunków brakowało im może dwóch lat.

Na pewno wiele wiedzy z tego okresu zachowano, co by ułatwiło powrót do tematu. To w kontekście tego, że aktualnie wróciły dyskusje o nordyckiej broni jądrowej.

Jaka z tego lekcja dla nas? Lata 1945-70 to była diametralnie inna rzeczywistość, kiedy wiele państw pracowało nad bronią jądrową. Nawet Szwajcaria.
– Chodzi o ten próg. Nie musimy od początku głosić, że oto budujemy arsenał jądrowy. Możemy dojść do tego progu bez deklarowania zamiaru jego przekroczenia. Osobiście wydaje mi się to najlepszą dla nas opcją.

Budujmy cywilny program energetyki jądrowej, otaczający ją przemysł i inwestujmy w badania. Stwórzmy fundamenty. Co i kiedy na nich postawimy, o ile w ogóle, niech będzie kwestią otwartą. Niezależnie od tego, jaką decyzję kiedyś podejmiemy, to pieniędzy nie zmarnujemy. Energetyka jądrowa i towarzysząca jej otoczka na pewno nam się przyda.

Nasi sąsiedzi, za przeproszeniem, głupi nie są. Będą widzieli, że zostawiamy sobie tę furtkę.
– I na pewno zaczną od lekkich nacisków, popartych marchewką. Np. szerszymi i silniejszymi deklaracjami objęcia nas parasolem jądrowym czy to przez Francję, czy przez USA. Może włączeniem nas do programu „nuclear sharing" i rozmieszczeniem na naszym terytorium ich broni jądrowej? Oczywiście to nie to samo co posiadanie własnej. Jednak opcja znacznie mniej kosztowna, a jednak podnosząca nasze poczucie bezpieczeństwa.

A może w ogóle w naszej sytuacji dałoby się zbudować skuteczne odstraszanie Rosji w stylu Korei Południowej? Oczywiście Korea Północna to inna klasa przeciwnika, ale tego rodzaju rozwiązanie wydaje się warte uwagi. Czyli bardzo silne zdolności uderzenia konwencjonalnego z jednej strony, z drugiej miarowe prace nad kolejnymi elementami arsenału jądrowego. Energetykę jądrową mają, a teraz tworzą środki przenoszenia, ale wszystko to poniżej progu i bez deklaracji zamiaru jego przekraczania. Wszystko to pod parasolem jądrowym USA.

Mogę sobie wyobrazić, że w przyszłości zdolność do skutecznego odstraszania Rosji można będzie zbudować na różne sposoby, niekoniecznie tylko arsenałem jądrowym. To jest warte poważnego przeanalizowania. Rzeczywistość jest, jaka jest. Nasze poczucie bezpieczeństwa osłabło ze względu na działania Rosji, ale też aktualnej administracji USA. Zastanawianie się nad tym, jak je poprawić, jest jak najbardziej zasadne.

Jeśli mamy taki potencjał, to wtedy zyskujemy skuteczne odstraszanie. Każdy, kto by chciał toczyć z nami wojnę, będzie musiał brać pod uwagę

Zastanawiam się tylko, czy nasi politycy, a pośrednio my sami, jesteśmy zdolni do tak odważnych działań? Jakiekolwiek prace nad bronią jądrową, nawet poniżej progu, to spore ryzyko wystawiania się na krytykę USA i silniejsze groźby Rosji.
Tak, jak wspominałem, silny lider, albo grupa autorytetów, byłyby niezwykle istotne. Obecne elity to ludzie ukształtowani w określonych warunkach. Podobnie jak całe społeczeństwo są naznaczeni generacyjną traumą braku niepodległości. Rozbiory, krótki epizod II RP, wojenna katastrofa, a potem PRL uzależniony od ZSRR.

To już za ich życia i kariery podjęto epokowe decyzje o zwrocie na Zachód, integracji najpierw z NATO, a potem z UE. To za ich życia udało się osiągnąć okres wyjątkowego dobrobytu w historii Polski, jaki mamy teraz.

I teraz pytanie, czy taka rola, jaką gramy obecnie i jaka nam ten stan dała, nie jest wystarczająca? Niekoniecznie musimy tu mówić o jakichś kompleksach względem Zachodu.

Duża część społeczeństwa i elit może po prostu z racjonalnej kalkulacji zdecydować, że nie ma sensu ryzykować poważnych zmian tego stanu rzeczy. Bo może to wystarczy do przetrwania i zachowania tego dobrobytu? Bo celem państwa jest przetrwanie. Ochrona tej wspólnoty politycznej, jaką jest naród, aby mogła ona budować swój dobrostan i szukać szczęścia. Na swój sposób.

To czy w ogóle można powiedzieć, że w narodzie jest chęć podejmowania tak kosztownego i ryzykownego przedsięwzięcia?
– Teoretycznie tak. Był niedawno sondaż IBRIS dla Radia Zet. Według niego 50,9 proc. respondentów jest za pozyskaniem przez Polskę broni jądrowej. Jednak mam dystans do tego wyniku. Nie jestem pewien, czy pytani byli do końca świadomi, co się kryje za pojęciem „pozyskania broni jądrowej".

Bo w przestrzeni publicznej są wypowiedzi nawet prominentnych polityków, pominę jakich, którzy za pozyskanie broni jądrowej uważają wejście do programu „nuclear sharing". Co by oznaczało tyle, że nasi lotnicy mogliby dostarczyć czyjąś broń do celu, być może nawet taką przechowywaną na terytorium Polski, ale kontrolę nad tym procesem miałby ktoś inny. To absolutnie nie jest odpowiednik posiadania własnej broni jądrowej.

Sam prowadzę takie wstępne badanie na wyselekcjonowanej grupie kilkudziesięciu naukowców, polityków i dziennikarzy, którzy mają już jakąś wiedzę na ten temat. Będziemy chcieli z kolegami zrobić z tego większy projekt na temat czegoś, co określamy wstępnie „tabu nuklearnym" w polskiej debacie publicznej. I moje wstępne wyniki wskazują, że jest w tej sprawie ogromny rozstrzał. Od głosów zdecydowanie za działaniami na rzecz pozyskania broni jądrowej po takie, dla których wszelka debata na ten temat jest głupia i niebezpieczna. Bo szansa na udane pozyskanie wiarygodnego arsenału jądrowego jest nikła, a sama próba narazi nas na ataki ze strony przeciwników i sojuszników. Obecnie ten podział rysuje się mniej więcej pół na pół.

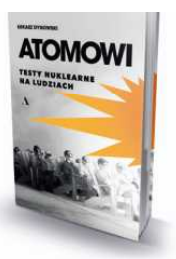
Czyli odpowiedzi właściwie nie ma. Nie ma jednoznacznego przekonania, że chcemy w ogóle podejmować temat, ani jednoznacznej konkluzji eksperckiej, czy powinniśmy.
– Ja myślę, że jako państwo potrzebujemy przede wszystkim bezpieczeństwa. Potrzebujemy jako wspólnota przetrwać, ponosząc przy tym możliwie najmniejszy koszt. To jest nadrzędny cel, który nasi wybrani politycy powinni realizować, jakkolwiek to by się nie wydawało idealistyczne z perspektywy naszych codziennych politycznych wojenek. W tym kontekście broń jądrowa nie jest celem sama w sobie. Jest tylko narzędziem. Do ustalenia, czy jest niezbędna do zapewnienia tego bezpieczeństwa, potrzeba debaty i analiz. I cieszę się, że właśnie rozmawiamy. Temat ewidentnie ożył, sądząc po częstszych wypowiedziach polityków, niedawnej ciekawej debacie eksperckiej w Polskim Instytucie Spraw Międzynarodowych, czy choćby publikacji książki „Nasza bomba" Alberta Świdzińskiego.

Musimy to zagadnienie zbadać i przedyskutować, żeby móc podjąć dobrą decyzję. Zwłaszcza wobec tego, jak mniej pewny i bezpieczny stał się w ostatnich latach świat. W międzyczasie nie zaszkodzi zmierzać do wspomnianej pozycji pod progiem. To i tak długofalowy proces, może za 10 lat świat znów zmieni się tak, że wszelkie dyskusje o broni jądrowej będą się wydawać zbędne, bo na nowo poczujemy się bezpiecznie. Wtedy przynajmniej zostanie nam silny cywilny program jądrowy. ●

***Paweł Kusiak**

• Politolog, badacz stosunków międzynarodowych, doktor nauk o polityce i administracji. Zastępca kierownika Katedry Stosunków Międzynarodowych Akademii Marynarki Wojennej. Kierownik Pracowni Gier i Symulacji AMW. Zajmuje się m.in. współczesną myślą polityczną, komunikacją strategiczną i problematyką broni jądrowej w stosunkach międzynarodowych.

• Tamci chłopcy mieli po 20 lat, kiedy otrzymali rozkaz: „Idź prosto w stronę grzyba atomowego". Ta książka to opowieść o weteranach atomowych, którzy w latach 1945–62 uczestniczyli w testach broni nuklearnej. Reportaż Łukasza Dynowskiego **„Atomowi. Testy nuklearne na ludziach"** (wyd. Agora) do nabycia w Kulturalnym sklepie i Publio.pl.



eprasa.pl eddb2a5eb2

Mesjasz

Tekst 25. poprawki do Konstytucji USA używa eleganckiego słowa „niezdolny" jako wymogu koniecznego do przeprowadzenia tej procedury, ale przecież można by tę regulację dookreślić.

Marcin Matczak

Mówią, że prawnicy specjalnie piszą prawo nieprecyzyjnie, żeby potem zarabiać na jego interpretacji. To nieprawda, ale wydarzenia ostatniego tygodnia dały nowy asumpt do takich podejrzeń. I nie chodzi o dyskusję nad słowem „wobec", która przetoczyła się przez Polskę w związku z kolejnym zablokowaniem wyboru sędziów do TK przez kolejnego PiS-owskiego prezydenta (to już ich taka ustrojowa tradycja). Chodzi o Stany Zjednoczone i tekst 25. poprawki, która pozwala usunąć z urzędu prezydenta.

Tekst tej poprawki używa wprawdzie eleganckiego słowa „niezdolny" jako wymogu koniecznego do przeprowadzenia tej procedury, ale przecież można by tę regulację dookreślić. Można by na przykład napisać, iż dowodem na to, że stracił kontakt z rzeczywistością, jest to, że uważa się za Jezusa i wrzuca do sieci memy ze sobą jako mesjaszem.

Zbawca Trump?

Czy uczyniłoby to tekst jasnym? I tak, i nie. Służby prawne Trumpa podniosłyby natychmiast, że nie on jeden uważa się za Syna Bożego. I nie chodzi o to, że tak robią przywódcy totalitarni. To byłby argument głupi, bo od razu pokazałby, w jaką stronę to wszystko zmierza. Czy Trumpowi marzy się, żeby prasa amerykańska poszła w ślady północno-koreańskiej, która Kim Dzong Ila nazywała „guwonja" (zbawca), uznaje go za „najwyższe wcielenie" wartości komunistycznych i za syna, który przyszedł, by wypełnić wolę Ojca (Kim Il Sunga)? Zbliżone określenia Trump przyjąłby od wyborców i lojalnych mediów chętnie, ale publicznie nie można tego powiedzieć, bo to jednak nawet w Ameryce wstyd.

Adwokat Trumpa, przecież nie w ciemię bity, podniósłby także, że mesjanizacja polityków ma długą tradycję. Charles de Gaulle był nazywany we Francji „l'homme providentiel" („człowiekiem zesłanym przez opatrzność"), a Oprah Winfrey w 2008 na wiecu w Iowa powiedziała o Baracku Obamie „I know that he is the One", parafrazując słowa św. Jana Chrzciciela o Jezusie.

Co więcej, mógłby użyć także przykładów polskich. Andrzeja Dudę na wiecu w Szczecinie witano przecież kiedyś transparentem z cytatem ze św. Łukasza („błogosławione łono, które cię nosiło, i piersi, które ssałeś"), a Andrzej Halicki powiedział 2010, że Tusk jest Mojżeszem, przeprowadzającym polski lud przez Morze Czerwone kryzysu ku zielonej wyspie dobrobytu. Nie wspominam o Jarosławie Kaczyńskim, któremu według jego wyborców należy się z pewnością tytuł emerytowanego zbawcy narodu.

Kraje chrześcijańskie nie mają monopolu na mesjaszy. Benjamin Netanjahu nazywa wojnę z Iranem „wojną odkupienia", a o walce z wrogami Izraela wielokrotnie mówi jako o drodze do Królestwa. Wtórują mu jego sympatycy frazami o Trzeciej Świątyni i powrocie Mesjasza.

Ba, nawet lewica potrzebuje zbawcy. Greta Thunberg jest nazywana prorokiem i „mesjaszem (mesjaszką?) klimatu", a Jeremy Corbyn (spójrzcie na te boskie inicjały!) był witany na festiwalu w Glastonbury jak w czasie drugiego przyjścia Jezusa – ciągle można w sieci znaleźć kartki z jego obrazem w aureoli.

Mem jak diagnoza

To wszystko nie zmienia faktu, że Trump tym razem odjechał mocniej niż zwykle. Weterana, który mówi Zełenskiemu, że ten jest „zbawcą ludzi" i chce całować jego rękę, można zrozumieć. Ale uznawać samego siebie za mesjasza w kraju demokratycznym, który nie jest zagrożony wojną?! Ten mem już naprawdę wygląda jak diagnoza.

Wprawdzie trudno uwierzyć, że są ludzie, którzy traktują obraz Donalda Uzdrawiającego inaczej niż ironię, ale powszechna mesjanizacja polityki coś nam mówi o stanie publicznego umysłu. Ten umysł coraz częściej jest bezradny wobec złożoności świata, bardzo źle toleruje ambiwalencję, czyli brak czarno-białej wizji rzeczywistości i ma coraz większą potrzebę przynależności do czegoś, co zamiast partii politycznej przypomina sektę.

Bo mesjanizacja zawsze łączy się z demonizacją – kogoś, czegoś, człowieka, zagrożenia. I pokazuje, że nasze demokracje zbliżają się psychologicznie do autorytaryzmów, które – w myśl Carla Schmitta – definiują życie polityczne przez wizję śmiertelnego wroga. Nie przeciwnika, nie kogoś o innych poglądach, ale kogoś, kto tak jak Szwed w czasie potopu, Niemiec w czasie wojny czy Putin na Ukrainie chce zniszczyć naszą cywilizację. Tyle że ten demon, od którego ma nas zbawić nasz prywatny mesjasz, do nas nie strzela, nie buduje obozów koncentracyjnych i nie prowadzi rzezi niewiniątek. Po prostu myśli inaczej i to już wystarczy, żeby uznać, że nie ma prawa istnieć.

A jak ten mem diagnozuje Trumpa? Ktoś, kto uznaje się za mesjasza, nie ma zdolności do korygowania własnych błędów, bo ich przecież w swoim mniemaniu nie popełnia. Taki ktoś ekstremalnie upraszcza rzeczywistość i dzieli świat na pół – tych, którzy go wielbią (Dobro) i tych, którzy go krytykują (Zło). Taki ktoś uważa także, że jest objęty boskim immunitetem, co prowadzi do coraz bardziej ryzykownych decyzji, bo normalny ludzki hamulec („a co, jeśli to się źle skończy?") u takich osób nie działa. Przecież zbawienie nie może się nie udać.

Więc biada nam. Jedyna nadzieja w fakcie, że Trump po usunięciu tego obrazu niepoczytalności ze swojego konta oznajmił, że wydawało mu się, że nie jest na tej ilustracji Jezusem, a tylko skromnym lekarzem. To proces delikatnie ozdrowieńczy.

W książce „Trzech Chrystusów z Ypsilanti" możemy przeczytać o nieetycznym eksperymencie, który przeprowadził kiedyś psycholog Milton Rokeach. Umieścił on w jednym szpitalu psychiatrycznym trzech mężczyzn cierpiących na schizofrenię paranoidalną. Każdy z nich uważał się za Jezusa.

Na początku badani kłócili się o swój status, odmawiali czci pozostałym, a ostatecznie każdy doszedł do wniosku, że „ci dwaj" nie są prawdziwymi Jezusami, tylko albo pacjentami szpitala psychiatrycznego, albo zombie – ożywionymi robotami.

Demokracje popadające w chorobę mesjanizmu także potrzebują konstatacji, że mesjasz w polityce nie jest tym, za kogo uważają go inni, ani tym bardziej tym, za kogo uważa się sam. Bardzo prawdopodobne natomiast jest, że to osoba, która zamiast obiecywanego zbawienia przyniesie apokalipsę. ●

Novum?

W centrum tego kłamstwa naszego życia publicznego jest kłamstwo smoleńskie, które „interweniuje" i „wchodzi w nasz język" – do tego stopnia, że rzadko używane jest sformułowanie „zamach smoleński".

Michał Rusinek

Właściwie wszystkie rocznice katastrofy w Smoleńsku przebiegają w dość podobny sposób, w tym roku jednak Jarosław Kaczyński wprowadził pewne teologiczne novum. Powiedział mianowicie, że „mamy politykę, która jest najlepszym dowodem – mówię tu o polityce władz – że zło jednak istnieje, że naiwnością jest sądzić, że go nie ma.

Że zło, także to zło osobowe, jest częścią naszej rzeczywistości. I naszym wielkim obowiązkiem jest mu się przeciwstawić. Nasza dzisiejsza rzeczywistość, rzeczywistość życia publicznego, to kłamstwo, kłamstwo i jeszcze raz kłamstwo". W centrum tego kłamstwa jest kłamstwo smoleńskie, które „interweniuje" i „wchodzi w nasz język" – do tego stopnia, że rzadko używane jest sformułowanie „zamach smoleński".

Zgubne ubóstwienie rozumu

To prawda, że „kłamstwo smoleńskie" weszło w nasz język, ale dopóki nie doczekamy się dowodów na zamach, to właśnie zamach będzie dla owego kłamstwa elementem kluczowym. Ale mniejsza o to.

Ważniejsze jest w wypowiedzi Kaczyńskiego „zło osobowe", czyli pojęcie teologiczne. W książce ks. Krzysztofa Kościelniaka „Zło osobowe w Biblii. Egzegetyczne, historyczne, religioznawcze i kulturowe aspekty demonologii biblijnej" czytamy, że zło przyjmuje różne postacie: m.in. demona, szatana, diabła, smoka, węża, Belzebuba, kusiciela, Beliara, Asmodeusza, Azazela lub wampira (czyli pijawki).

Autor przestrzega przed współczesnym „nurtem likwidatorskim szatana", zapoczątkowanym przez Herberta Haaga i jego wydaną w 1969 roku książkę „Pożegnanie z diabłem". Według tego teologa „złe duchy należą do nieobowiązującego już obrazu świata", a cała demonologia jest wynikiem działania ludzkiej wyobraźni i potrzeby personifikacji pojęć abstrakcyjnych, w tym przypadku – zła.

Zdaniem ks. Kościelniaka tego typu myślenie jest efektem zgubnego „ubóstwienia rozumu": jest próbą oczyszczenia wiary z wszelkiej „irracjonalności". Ponieważ jednak dzisiaj racjonalizm przeżywa – według autora – kryzys, a „wielu współczesnym ludziom sam horyzont ziemski z wyłącznie racjonalnymi wyjaśnieniami przestaje wystarczać", powinniśmy podjąć na nowo badania demonologiczne.

Zło jak widzenie ciemności

Na potwierdzenie swoich tez cytuje kardynała Ratzingera, który pisał, że teolodzy racjonalistyczni „myślą powierzchownie" traktując diabła wyłącznie symbolicznie: „diabeł jest dla wiary chrześcijańskiej tajemniczą, ale rzeczywistą, osobową [...] realnością".

Prof. Jan Krasicki, filozof z Uniwersytetu Wrocławskiego, w wywiadzie udzielonym swego czasu „Teologii Politycznej" mówił, że pojęcie zła osobowego pojawia się w filozofii chrześcijańskiej (np. u św. Augustyna i św. Tomasza), ale myśliciele nowożytni go unikają: „występuje w myśli Oświecenia, ale raczej w znaczeniu prześmiewczym jako przesąd, relikt świadomości mitologicznej [...]. Problem z mówieniem o złu polega na tym, że nasza myśl i nasz język mają zawsze jakieś ontyczne odniesienie. Mówi się np., że »szatan jest osobą«, że »diabeł istnieje«. Ale co znaczy słowo »jest« i »osoba« w odniesieniu do tego bytu – nie bardzo wiemy".

Co więcej, paradoks – z którego zdawał sobie sprawę już św. Augustyn – polega na tym, że zło tak naprawdę nie istnieje, to znaczy nie jest bytem: jest brakiem dobra, „privatio boni". Podobnie jak nie można „widzieć ciemności" ani „słyszeć ciszy", nie da się poznać tego, co jest „niczym", czyli np. zła – komentuje św. Augustyna Krasicki.

Nic nowego

I również cytuje Ratzingera: „Gdy pytam o to, czy diabeł jest osobą, właściwa odpowiedź winna wtedy brzmieć, że jest on nie-osobą (Un-Person)". Zło osobowe jest bowiem rozkładem czy rozbiciem osoby. Opętany z Gerazy na pytanie Chrystusa: „Jak ci na imię?" odpowiada słynną frazą: „Na imię mi »Legion«, bo jest nas wielu".

I tutaj możemy wrócić do Jarosława Kaczyńskiego. Według wyznawanej przez niego przedoświeceniowej demonologii diabeł jest upostaciowiony wprawdzie za pomocą legionu, ale władzy wykonawczej, czyli ministrów obecnego rządu. Już w 2007 roku sugerował on, że protestujące wówczas pielęgniarki mogły nie zdawać sobie sprawy, że są manipulowane i strawestował Kornela Ujejskiego: „inni szatani są tam czynni". Ujejskiemu chodziło zapewne o Austriaków, którzy podżegali chłopów do rabacji, a Kaczyńskiemu prawdopodobnie o tych, którzy wtedy byli w opozycji, a dzisiaj są w rządzie. Jest to więc demonologia wyznawana przez niego od dawna. Czyli – żadne novum. ●

1 RP

eprasa.pl eddb2a5eb2

OGŁOSZENIE WŁASNE WYDAWCY

GAZETA wyborcza

Kto zostanie

Człowiekiem Roku

Czytelników i Czytelniczek „Wyborczej”?

GŁOSUJ NA WYBORCZA.PL/PLEBISCYT

REKLAMA

MECENAS STRATEGICZNY

TOTALIZATOR SPORTOWY

7 LAT

PATRON MEDIALNY

TVP

eprasa.pl eddb2a5eb2

Tortury ubrane wjedwabie

Gdy mówiłam, że jadę do Hiszpanii, by napisać o corridzie, niektórzy znajomi dziwili się, że wciąż się odbywa. Tak. Corrida wciąż się odbywa. Tak. Z prawdziwymi bykami. Tak. Są zabijane na oczach widzów.

Tekst i zdjęcia **Anna Wyrwik**

Paseo

I Przy dźwiękach trąbki na arenę wjeżdża konno dwóch mężczyzn w strojach z czasów króla Filipa IV (XVII w.) To *alguacile, czyli* – jak pisze Ernest Hemingway w książce „Śmierć po południu" – konni strażnicy, którzy przekazują rozkazy przewodniczącego corridy.

Hemingway będzie nam dziś towarzyszył. *Alguacile* uchylają czarne kapelusze z czerwonymi piórami i odbierają od przewodniczącego zgodę na rozpoczęcie.

Na arenę wjeżdża parada (*paseo*), w której biorą udział *toreros*, czyli trzej matadorzy ze swymi drużynami (*cuadrilla*) banderillerów i pikadorów na koniach.

Oprócz nich na piasku stoją grupy mężczyzn w zielonych i w czerwonych koszulach, którzy mają w tym widowisku zadania porządkowo-techniczne. Matadorzy są ubrani w *trajes de luces*, czyli świetliste stroje, składające się z kurtek, kamizelek i obcisłych spodni, pokryte cekinami, czasem kryształami, i haftem ze złotych nici. Kłaniają się, uchylając czarne kapelusze (*monteras*).

Następuje minuta ciszy w hołdzie ludziom ważnym dla corridy, którzy odeszli w ostatnim czasie.

Jest 22 marca, godzina 18.00 – początek sezonu corridy na madryckiej arenie Las Ventas.

Matadorami są dziś Pepe Moral, Damián Castaño i Gómez del Pilar. Trzech matadorów oznacza, że byków będzie sześć. Rozpoczyna Pepe Moral.

Pepe Moral

II – Dla mnie corrida to sztuka, a my, toreros, jesteśmy artystami – mówi Pepe Moral, gdy dzień wcześniej spotykamy się w kawiarni hotelu Wellington w centrum Madrytu.

Moral ma 39 lat i pochodzi z Sevilli. Uśmiechnięty, wyluzowany, choć lekko przygarbiony. Ubrany jest w jeansy, biały T-shirt, marynarkę i przeciwsłoneczne okulary. Gdy rozmawiamy, mówi z pasją i popija Coca-Colę.

– Od dziewiątego roku życia chciałem zostać torero, a gdy mając 11 lat po raz pierwszy poszedłem na corridę na arenie Real Maestranza de Caballería w Sewilli, zakochałem się! Bo corrida to adrenalina, sztuka i miłość.

Moral opowiada o tym, że w byku stara się ujrzeć przyjaciela, a ponieważ wierzy, że zwierzęta wyczuwają naszą energię, stara się go zrozumieć, by on mógł zrozumieć jego, bo wtedy sztuka łatwiej płynie.

– Jeśli jesteś dobrym człowiekiem, rozmawiasz z bykiem życzliwie i go lubisz, on to wyczuje i da się skłonić do zrobienia tego, czego od niego chcesz, a wtedy łatwiej o zwycięstwo.

Przed wejściem na arenę Moral czuje strach. Uważa, że to ważne, bo strach przed śmiercią pomaga tworzyć sztukę i iść naprzód. Ale głównie czuje ekscytację i pragnienie, by wszystko zrobić szczerze i całym sercem.

– Na arenie chcę dać z siebie wszystko. On albo ja. Mówią „*Dios dispone, el hombre propone y el toro lo descompone*" (Bóg rozporządza, człowiek planuje, a byk to rozwala). Ludzie myślą, że toreros nie mają uczuć, a ja kocham byka najbardziej na świecie. Zabijam go, ale nie czuję do niego nienawiści, nie myślę, że go krzywdzę. Gdy go zabijam, to jest jak skończenie dzieła sztuki, niczym podpis artysty pod namalowanym obrazem.

Plaza de Toros de Las Ventas

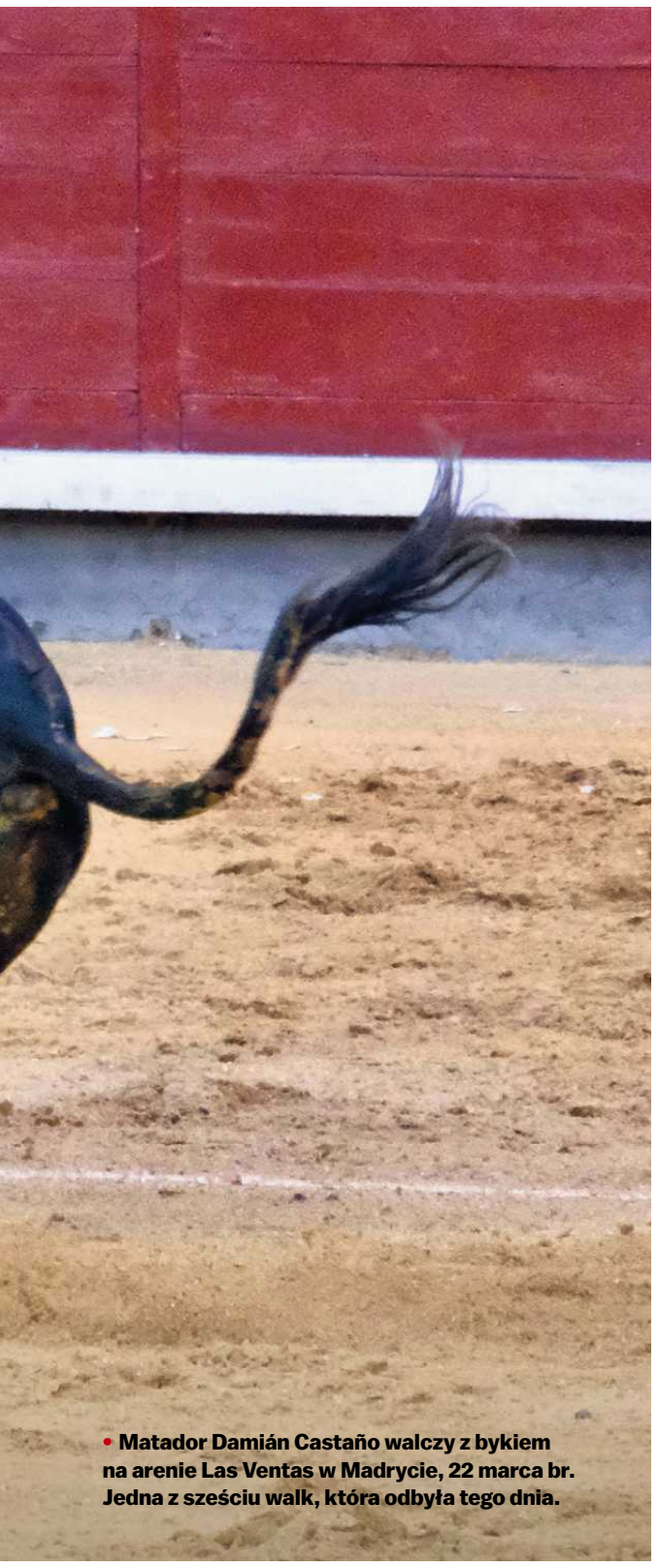
III Arena Las Ventas znajduje się w dzielnicy Salamanca. Została zaprojektowana w stylu neomauretańskim. Jej budowę ukończono w 1929 roku. Całkowita powierzchnia obiektu to 45,8 tys. m kw., a sama arena ma 60 m średnicy. Na trybunach może zasiąść 23 797 osób. To trzecia co do wielkości arena do walki byków na świecie, po arenach w Mexico City i w Walencji, w Wenezueli.

Wielu uważa ją za najważniejszą.

W dni, w które nie odbywa się corrida, oraz do godziny 16.00 w dni corridy, można zwiedzać arenę i Museo Taurino Las Ventas (bliet do muzeum to 16 euro, dla seniorów i studentów – 13 euro, dla dzieci i osób z niepełnosprawnością – 7 euro).

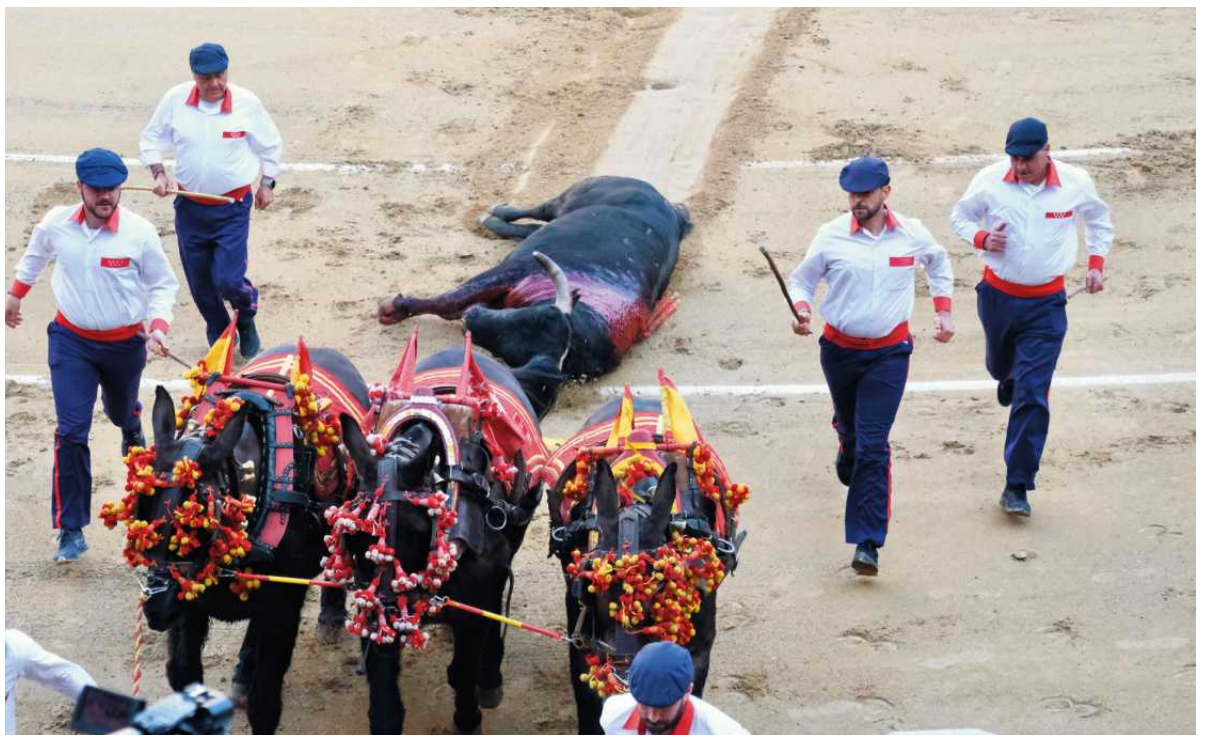
Wśród eksponatów znajdują się stroje i szpady dawnych matadorów, obrazy, szkice, wypchane głowy byków i makieta Las Ventas. W goglach VR można odbyć wirtualny spacer i lot nad areną.

eprasa.pl eddb2a5eb2



• **Matador Damián Castaño walczy z bykiem na arenie Las Ventas w Madrycie, 22 marca br. Jedna z sześciu walk, która odbyła tego dnia.**

• **Matador Pepe Moral podczas walki na Las Ventas. Ma 39 lat i pochodzi z Sevilli. - Od dziewiątego roku życia chciałem zostać torero. Gdy wychodzę na arenę, chcę dać z siebie wszystko. On albo ja – mówi**



• **Tercio de muerte. Zaprzęg mułów ściągą martwego byka z areny, a po nim techniczni wygładzają ślady na piasku przed następną walką. Byk trafia do rzeźni, a potem na stoły jako produkt luksusowy**

Hiszpania i corrida

w 652
• **farmach** hoduje się obecnie byki do walk w corridzie

11 tys.
• **osób** w 2024 roku zajmowało się walkami byków. Wśród tych profesjonalistów z branży było:

848
• **matadorów i..**

2663
..banderillerów i pikadorów.

357
• **corrid** odbyło się w 2024 roku. Corrida to tylko jeden z rodzajów walk byków. Łączne różnych form było 1475.

75
• **proc. walk** odbywa się w Andaluzji, Kastylii i León, Kastylii-La Manchy i Madrycie (najwięcej)

12-30
• **tys. euro** zarabia matador. Kwota zależy od tego, gdzie odbywa się corrida, ile jest osób na widowni i ile walk matador ma na koncie

77
• **proc. Hiszpanów** jest przeciwnych walkom z bykami.
(dane Fundacji BBVA z 2025 r.)

8
• **proc. Hiszpanów** uczestniczyło w wydarzeniach związanych z walkami byków w 2025 r.

5,9
• **proc. Hiszpanów,** – 2, 5 mln ludzi – wzięło udział tylko w corridzie.
(obie dane z raportu Ministerstwa Kultury z lat 2024-25)

I obejrzeć film o historii Las Ventas. Na tej widowni zasiadały takie sławy, jak Orson Welles, Ernesto „Che" Guevara, Sophia Loren, Ava Gardner, Audrey Hepburn, Grace Kelly z księciem Monako Rainierem III Grimaldim i oczywiście Ernest Hemingway. Koncerty grali tu m.in. The Beatles, Prince, Sting, Coldplay czy AC/DC.

Są też nawiązania do corridy w filmach, np. „Zabawie w Acapulco" (1963) z Elvisem Presleyem, „Krwi na piasku" (1941) z Ritą Hayworth czy bajce „Byczek Fernando" o byczku, który lubi leżeć pod drzewem i wąchać kwiatki, ale zostaje zwerbowany do corridy w Madrycie. W muzealnym filmie jest fragment, w którym Fernando stoi na arenie i z przerażeniem patrzy na trybuny.

W dniu corridy pierwsi widzowie stają w kolejce do kas już około południa. Przeważają mężczyźni, jakich można spotkać w punktach przyjmowania zakładów sportowych, na wyścigach konnych, za kierownicami taksówek albo w barach typu Fiesta, kilka minut od areny. Na talerzach leżą tam tapasy, w telewizorze lecą wiadomości, na ścianach wiszą plakaty ze sławnymi matadorami i kalendarze z poprzednich sezonów, a mężczyźni dyskutują, popijając estrellę [piwo] z małych butelek.

Ci na placu przed wejściem na arenę robią sobie zdjęcia przy pomnikach sław corridy.

Sprzedawcy rozkładają kolejne stragany z pamiątkami. Są magnesy, pocztówki, koszulki, czapeczki, torby, breloczki z bykami, są też małe uśmiechnięte byczki-maskotki. Ceny podobne do tych w centrum Madrytu. Drożej pamiątki można kupić w sklepie w budynku areny.

Ceny biletów na corridę wahają się od 18 do 237 euro. Tańsze są dla właścicieli abonamentów. Cena zależy od miejsca, czyli jak daleko jest od areny i czy jest w słońcu, w słońcu, a po chwili w cieniu, czy od razu w cieniu. Im więcej cienia, tym drożej. Ma to znaczenie w lecie.

W marcu mniejsze, choć akurat w tę niedzielę świeci słońce, a – jak pisał Hemingway – „Słońce jest bardzo ważne. Teorię, praktykę i widowisko walki z bykami zbudowano w całości na założeniu obecności słońca i jeśli ono nie świeci, brakuje ponad jednej trzeciej corridy".

Najlepsze miejsca znajdują się w loży królewskiej, która używana jest tylko, gdy przychodzi ktoś z rodziny królewskiej albo władz państwowych. Dziś jest pusta.

Tercio de varas

Przewodniczący corridy białą chusteczką sygnalizuje rozpoczęcie. Na arenie pojawia się czarny byk z wypalonym na boku numerem. Patrzy w lewo, w prawo, znowu w lewo, znowu w prawo, do przodu, robi parę kroków, obraca się.

Banderillero przywołuje go do siebie, raz, drugi, byk biegnie, a banderillero ucieka i chowa się za deskami wystającymi z boku areny. Byk staje i patrzy po widowni, patrzy na ludzi, jakby szukał. Drugi banderillero przywołuje go do siebie, raz, drugi, trzeci, byk biegnie, a drugi banderillero też ucieka i chowa się za deskami wystającymi z boku areny. Byk znowu staje.

Banderillerzy ruszają różowo-złotymi kapami (*capote*), drażnią byka, by zaczął szarżować, więc ten szarżuje i skręca w lewo, w prawo, w lewo. Matador obserwuje, jak byk się zachowuje, jaki jest silny i zwrotny.

Na trybunach 14,5 tys. ludzi. Na dole, w drewnianych boksach, na miejscach zwanych *barrera*, tych najdroższych, siedzą m.in. przedstawiciela władz miasta, organizatorów, hodowcy bydła. Reszta widzów siedzi na kamiennych rzędach. Przed wejściem można sobie za 1,5 euro wypożyczyć poduszkę.

Publiczność to nie tylko ci mężczyźni od zakładów sportowych i taksówek, ale też pary starsze i młodsze, chłopaki z ufryzowanymi włosami w dopasowanych spodniach, koszulach i marynarkach, a także rodziny z dziećmi w każdym wieku. Niedaleko mnie siedzi młody mężczyzna z niemowlęciem w chuście. Są turyści, para Azjatów, ale głównie są tu jednak Hiszpanie. Żywo reagują na to, co dzieje się na arenie.

Niektórzy palą papierosy, inni piją piwo Mahou z plastikowych kubków (0,33 l po 7,5 euro), kupione w jednym z barów na korytarzu przed wejściem na arenę. Można w nich kupić także rum, whisky, gin, wódkę, tequilę, wodę czy nasiona słonecznika.

Do baru i toalety można wyjść tylko w przerwach między bykami. Jeśli nie zdąży się wrócić, trzeba czekać na kolejną przerwę. Wtedy corridę można oglądać na żywo na ekranie nad barem. Tam też można palić.

Niektórzy widzowie ubrani są elegancko, w garnitury, sukienki, kapelusze, inni zwyczajnie, na sportowo.

Tymczasem ludzie na piaskowej arenie ubrani są w stroje z XVII i XVIII wieku, co w połączeniu z rytuałami i dźwiękami trąbek sprawia wrażenie, jakby współcześni widzowie oglądali w kinie film np. o Cesarstwie Rzymskim albo taki z gatunku „płaszcza i szpady".

Na arenę wjeżdżają dwaj pikadorzy na koniach. Ubrani są w bryczesy, złote kurtki, ale nie tak ozdobne jak te matadorów, i kapelusze z okrągłymi rondami (*sombrero calañés*), inaczej kapelusze bobrowe od materiału, z którego najczęściej są wykonane. Konie mają za-

eprasa.pl eddb2a5eb2

słonięte oczy, a przez grzbiet przerzucone pikowane ochraniacze.

Matador i banderillerzy tak sterują bykiem za pomocą kap, by ten znalazł się w pobliżu jednego z dwóch pikadorów.

Byk idzie w innym kierunku albo próbuje biec, skakać, broniąc się przed tym, co już dawno zostało mu zapisane, ale obronić się raczej nie może. W końcu i tak naciera na konia rogami, a pikador wbija włócznię (*vara*) w jego umięśniony garb na szyi. Tryska krew.

Byk tak tkwi przez jakiś czas w koniu, a włócznia w byku. Potem pikador ją wyciąga, byk odchodzi, a potem wraca, zaganiany przez banderillerów, i akt z włócznią się powtarza.

Po sygnale przewodniczącego rozlega się trąbka – koniec pierwszej tercji, tercio de varas.

Toros bravos i toreros

5 Gatunek byków hodowanych od ponad pięciu wieków na Półwyspie Iberyjskim do walk na corridzie nazywa się toro bravo albo inaczej toro de lidia.

W Hiszpanii znajdują się 652 hodowle toros bravos – według danych Asociación Nacional de Organizadores de Espectáculos Taurino (ANOET, Krajowe Stowarzyszenie Organizatorów Pokazów Walk Byków) .

Taki byk potrafi ważyć ok. 500 kg. Mówi i pisze się o nim, że jest bykiem bojowym, po to się go hoduje. Na tę hodowlę w całej Hiszpanii przeznaczone jest ok. pół miliona hektarów.

Byki znakuje się gorącym żelazem, a ich rogi są zazwyczaj skracane i lekko stępione, aby zmniejszyć ryzyko zranienia koni.

Z danych hiszpańskiego Ministerstwa Kultury wynika, że w 2024 r. w Hiszpanii odbyło się 1475 walk byków, w tym 357 corrid. Pozostałe to walki z młodymi bykami, walki z bykami na koniach, bez pikadorów i inne.

Ponad 75 proc. z nich odbyło się w Andaluzji, Kastylii i León, Kastylii-La Manchy i Wspólnocie Madrytu. W tej ostatniej najwięcej.

W 2024 r. było zarejestrowanych 848 matadorów oraz 2663 banderillerów i pikadorów na ok. 11 tys. osób walczących z bykami.

Toreros uczą się w szkołach, m.in. w największej w Hiszpanii madryckiej Escuela Taurina.

– Gdy spotkasz matadorów, zdajesz sobie sprawę z tego, jak kompletnymi są ludźmi i jak rozumieją siebie. Też chciałbym tak rozumieć siebie – mówi Alexander Brickle, uczeń szkoły.

Brickle wraz z rodzicami przeprowadził się do Madrytu z Anglii, gdy miał 7 lat. Zamieszkali w dzielnicy, w której odbywały się gonitwy byków. Do szkoły matadorów postanowił się zapisać po swej pierwszej corridzie.

Dziś ma 20 lat, pracuje w muzeum w arenie Las Ventas, trzy godziny dziennie, prócz niedziel, uczy się corridy teoretycznie i praktycznie. Mówi, że zabił już dwa byki.

– Nie mam poczucia winy, bo zwierzę i tak umrze, ale nie czuję też radości. To jest coś pośrodku. Satysfakcja z wykonania swojej pracy.

Brickle jest na początku drogi, która składa się kilku etapów.

1. Walczy się z cielętami, potem z młodymi bykami (1-2 lata), które nie stanowią większego zagrożenia i są to walki bez pikadorów.

2. Z trzylatkami walczy się już z udziałem pikadorów.

3. Matadorem zostaje się podczas ceremonii zwanej *alternativa*. Po jej uzyskaniu matador może walczyć już z czteroletnimi i starszymi bykami, i na dobre zaczyna karierę.

Zarobki matadorów zależą od tego, jak tą swoją karierą pokierują. Kwoty zależą od miejsca, gdzie odbywa się corrida, liczby osób na widowni, a przede wszystkim od pozycji matadora.

Na takich arenach jak ta w Madrycie są trzy grupy matadorów:

Grupa C – w poprzednim sezonie mieli mniej niż 13 walk, mogą liczyć na 12-14 tys. euro;

Grupa B – mają na koncie 13-36 walk, a ich zarobki to 16-17 tys. euro;

Grupa A – walczyli minimum 37 razy, a stawki mogą uzgadniać indywidualnie. Dochodzą one do ok. 30 tys. euro. Za te pieniądze matador musi opłacić swoją drużynę.

• **Arena Las Ventas 22 marca br. Na kamiennych trybunach 14, 5 tys. ludzi. Tłoku nie ma, bo może się tu zmieścić ponad 23 tys. widzów**

• **Arena Las Ventas, czyli „katedra corridy". Każdy torreador marzy, żeby wyjść przez jej Puerta Grande – Bramę Wielkiej Chwały. Od 1931 r. udało się to tylko ok. 100 matadorom**

Oczywiście są matadorzy, którzy jeżdżą po corridach w małych miejscowościach i ledwo albo w ogóle nie dają rady się z tego utrzymać.

Najsłynniejsi matadorzy przez lata byli w Hiszpanii bohaterami zbiorowej wyobraźni, porywali tłumy i na ich ramionach triumfalnie opuszczali areny. W czasach Hemingwaya rywalizowali José Gómez Ortega, czyli Joselito, i Juan Belmonte. Słynny był Manuel Laureano Rodríguez Sánchez, czyli Manolete, a w czasach nam bliższych José Tomás. Gdy w październiku 2025 r. na Las Ventas w Madrycie Morante de la Puebla zapowiedział zakończenie kariery – ludzie płakali.

Na ok. 11 tys. osób, które w 2024 r. były zarejestrowane jako profesjonaliści zajmujący się walkami byków, były 203 (2,7 proc.) kobiety.

Pierwszą na arenie Las Ventas, była Cristina Sánchez, która zadebiutowała tu w 1993 roku.

Wróćmy do byków i Hemingwaya: „Gdyby bykom pozwolono poszerzyć swoją wiedzę tak, jak poszerza swoją wiedzę torero, i gdyby te byki, które nie zostaną zabite w ciągu wyznaczonego kwadransa na arenie, (...) ale dopuszczane do ponownej walki, zabijałyby wszystkich torerów, o ile ci walczyliby z nimi przepisowo. Walka z bykami zasadza się na tym, że stanowi pierwsze spotkanie dzikiego zwierzęcia z pieszym człowiekiem. To podstawowe założenie nowoczesnej corridy. Że byk nigdy wcześniej nie był na arenie".

Bywa, rzadko, ale bywa, że byk zostaje ułaskawiony. Jest to decyzja przewodniczącego corridy na prośbę widzów, gdy im byk czymś zaimponuje. Machają wtedy białymi chusteczkami. Ułaskawiony byk wraca do hodowli, jego rany są opatrzone i zostaje reproduktorem.

FOT. SHUTTERSTOCK

• **Stroje matadorów są jak dzieła sztuki z XVII wieku pokryte złotym haftem i kryształami**

Tercio de banderillas

6 Z byka leje się krew. Zwolnił. Już nie patrzy po widowni, ale po prostu stoi.

Przez cały czas woła go matador i banderillerzy – ubrani są podobnie jak matadorzy, tyle że ich stroje nie są tak świecące, a haft jest srebrny, a nie złoty.

Banderillerzy wbijają w kark byka banderillas, czyli kołki, długie na 70 cm i owinięte kolorowym papierem z grotem w kształcie ostrza harpuna, które zahacza się pod skórą.

Wspomóżmy się Hemingwayem: „Mają one na celu dokończyć pracę rozpoczętą przez pikadorów, a zmierzającą do spowolnienia byka i wyregulowania sposobu unoszenia przezeń łba, dzięki czemu jego ataki będą wolniejsze (...). Celem banderillerów jest nie tylko zmuszenie byka do zarzucania łbem i w ten sposób zmęczenia mięśni karku i opuszczenia łba, ale także poprzez lokowanie drążków z jednej lub drugiej strony, skorygowanie tendencji zwierzęcia do częstszego zaczepiania rogiem z którejś strony".

Banderillas mają pobudzić byka do szarży. Na razie byk stoi na środku z wbitymi w kark czterema włóczniami. Krwawi coraz bardziej. Ludzie klaszczą, krzyczą, gwiżdżą. A on stoi. Słowo, które nasuwa się na myśl to samotność. Samotność w tłumie. Samotność w niezrozumieniu swojego położenia. Samotność rozdzierająca serce. Corrida jest o samotności.

Po sygnale przewodniczącego dźwięk trąbki kończy drugą tercję, tercio de banderillas.

Corrida de toros

7 Corrida de toros oznacza walkę byków, a dosłownie bieg byków, bo „correr" znaczy biegać. Hiszpański filozof José Ortega y Gasset nazwał ją „prawdopodobnie najbardziej poetyckim i cennym skarbem Hiszpanii".

– Corrida jest według mnie kategorią kulturową i tych ramach powinna być postrzegana jako sztuka. Po pierwsze dlatego, że jest ulotna, a matador tworzy w niej dzieło artystyczne skupione wokół byka. Po drugie, bo zainspirowała inne dziedziny sztuki np. malarstwo, muzykę i literaturę – mówi Marcos Sanchidrián.

Nie sposób wymienić tu wszystkich filmów, spektakli, książek czy obrazów nawiązujących do corridy. Choćby w pobliskim Las Ventas Museo Nacional Thyssen-Bornemisza znaj-

eprasa.pl eddb2a5eb2

duje się obraz Pabla Picassa „Corrida de toros". Corrida to też cała kultura masowa z bykami i rzadziej toreros na magnesach, breloczkach czy koszulkach. Jest wszędzie. Gdy w kawiarni w Walencji ludzie przy stolikach zajadają ciastka i piją kawę, na żywo w telewizorze nad nimi muły zwożą martwego byka z areny.

Z Marcosem Sanchidriánem spotykam się w jednej z madryckich kawiarni. Jest dziennikarzem „Mundo Toro", najważniejszego w Hiszpanii medium poświęconego corridzie. Prowadzi też stronę „Todos a los Toros", czyli wszystko o bykach. Od 1998 roku uczestniczył w 699 corridach. Mówi dużo, lekko się denerwując, jakby chciał całą swoją wiedzę o corridzie przekazać podczas tego jednego spotkania.

Przygodę z nią zaczynał w rodzinnej wiosce Sotillo de la Adrada. Dla niego Las Ventas to szczyt corridy, a zaczyna się właśnie od takich wiejskich festynów. One podkreślają ludowość corridy. Powstała w XVII wieku, była najpierw tradycją arystokracji. Dopiero później przejęli ją zwykli ludzie, buntując się przeciw zakazom wydawanym przez królów i papieży, którzy uważali, że człowiek nie może ryzykować życia podczas kulturowej uroczystości.

Dla Sanchidriána to ryzyko budzi emocje jak nic innego, a corrida to dualizm między chwałą a śmiercią. – To ostatni rytuał Zachodu, który łączy nas z grecką tragedią i wielkimi mitologicznymi tematami historii świata, jak śmierć, cierpienie, chwała i życie.

Sanchidrián broni corridy przed argumentami jej przeciwników.

– Walki byków są zbyt złożone, by te złożoność zignorować. Nie można ich negować tylko dlatego, że się ich nie lubi i nie rozumie. Trzeba zgłębić temat i zobaczyć, co się za nim kryje. Nie możemy zakazać dziedzictwa po naszych przodkach, bo wtedy staniemy się prostszym społeczeństwem, które nie jest w stanie stawić czoła czemuś tak trudnemu, jak śmierć.

Sanchidrián uważa, że obrońcy praw zwierząt manipulują narracją. A słowo „tortury" nie może odnosić się do byka, bo oznacza jego humanizację. Należy dbać o dobrostan zwierząt, ale nie należy ich zrównywać z ludźmi, bo to stanowi zagrożenie dla społeczeństwa.

– Tortury byłyby wtedy, gdyby zwierzę było maltretowane, a ludzie robiliby z nim, co chcą – mówi.

Według niego tak nie jest, bo byk jest specjalnie hodowany tak, by szarżować i walczyć, a corrida to liturgia, w której jest niczym półbóg, centralną postacią. Corrida to ofiara. Sanchidrián tłumaczy ostatni jej etap jako walkę równego z równym, bo matador odsłania się przed bykiem, zanim zada ostateczny cios.

Tercio de muerte

8 Słońce już zaszło, na arenie zapalono reflektory i w ich świetle na czarnym ciele byka lśni czerwona krew.

Hemingway pisze: „Pierwszy akt to proces, drugi to wyrok, a trzeci – egzekucja". Podczas niej na arenie jest byk i matador, trzymający w rękach muletę, szkarłatną płachtę nawiniętą na kij z rękojeścią po jednej i kolcem po drugiej stronie. Matador ma też szpadę.

Widzowie głośno reagują na kolejne manewry (*faenas*) matadora i podążającego za muletą byka. Wielu Hiszpanów porównuje to do tańca. Im bliżej matador jest byka, tym widownia bardziej wiwatuje. Wiwatuje też, gdy dotknie byczego rogu. Na koniec matador zadaje bykowi cios szpadą (*estocada*), czyli wkłada ją w jego ciało. A potem wyjmuje.

Istnieją trzy sposoby zabicia byka:

1. *al encuentro*, w którym matador nieruchomo czeka na szarżę zwierzęcia;

2. *al vorapier*, w którym wykorzystując jego bezruch, pochyla się nad nim i wbija szpadę;

3. brete de enmedio, w którym matador i byk atakują jednocześnie.

Tak czy siak – jak brzmi hiszpańskie powiedzenie – *„¡Sin espada no hay paraíso!"* (Bez miecza nie ma raju).

Byk opada na ziemię. Czasem, gdy nie zostaje od razu zabity, jeden z tonerów (tzw. *puntillero*), wbija mu w kark sztylet (*puntilla*). Czasem w nagrodę matador dostaje obcinany bykowi ogon albo ucho. Następnie byk przywiązywany jest do zaprzęgu mułów i wywożony po piasku z areny.

Taka trzytercjowa walka będzie miała dziś miejsce jeszcze pięć razy. Po wywiezieniu każdego byka techniczni wygładzają ślady na piasku.

Corrida jest o samotności i o władzy jednego stworzenia do decydowania o życiu innego.

Byk trafia do rzeźni, gdzie jego ciało poddane jest obróbce, a następnie trafia na stoły jako produkt luksusowy.

Przeciwnicy walk byków

9 Według danych Fundacji BBVA opublikowanych w lutym 2025 r. w raporcie „Postrzeganie natury i zwierząt" 77 proc. Hiszpanów jest przeciwnych walkom byków. Wśród nich przeważają kobiety, ludzie młodzi w wieku 19-34 lata, osoby z wyższym wykształceniem i takie, które posiadają zwierzęta domowe.

Średnia ocena akceptacji corridy w skali od 1 do 10 – z 2,7 w 2008 r. spadła do 1,8 w 2025 r.

– Hiszpanie jasno dali do zrozumienia, że nadszedł czas, aby położyć kres tej okrutnej tradycji – mówi Maite van Gerwen, prezeska założonego w 1993 r. w Holandii CAS International (Comité Anti Stierenvechten, czyli Komitet Przeciwko Walkom Byków).

Estefanía Pampín Zuidmeer, wiceprezeska CAS, pochodzi z Hiszpanii.

– Gdy pierwszy raz zobaczyłam w telewizji transmisję z corridy, zdałam sobie sprawę, jak okrutna jest to śmierć. I postanowiłam z tym walczyć. Najgorsze jest to, że byk prawie nigdy nie umiera od razu, a widzowie oglądają jego przedłużająca się agonię – mówi. – Na szczęście wiele się zmienia w podejściu ludzi. 30 lat temu toreros byli jak gwiazdy filmowe i nie do pomyślenia było, by ktoś publicznie wypowiadał się o nich negatywnie. Dziś już to się dzieje.

Według aktywistek CAS kultura się zmienia, a to, co było normą 500 lat temu, nie musi nią być dziś.

– Zmiana tradycji i kultury są czymś stałym w historii ludzkości – mówi Zuidmeer. – Jak możemy nazywać tradycyjną hiszpańską kulturą coś, w czym uczestniczy zaledwie 8 proc. Hiszpanów?

Z raportu Ministerstwa Kultury „Badanie nawyków i praktyk kulturowych w Hiszpanii 2024-25" wynika, że w ostatnim roku w wydarzeniach związanych z walkami byków, w tym w corridzie, uczestniczyło 8 proc. społeczeństwa. To spadek o 1,5 proc. w stosunku do lat 2014-15. W samej corridzie wzięło udział ok. 2,5 mln ludzi – 5,9 proc. społeczeństwa. Większość w tej grupie to mężczyźni.

POZNAJMY NASZĄ EUROPĘ

• Chcemy rozwijać wśród Polaków poczucie europejskiej tożsamości, pokazując różnorodność krajów członkowskich Unii Europejskiej. Co tydzień na łamach „Magazynu Wyborczej" i w serwisie Wyborcza.pl będziemy publikować teksty opisujące ciekawe miejsca, tradycje i kulturę kolejnych krajów Wspólnoty. W ramach projektu przedstawiamy także działalność Parlamentu Europejskiego i jego wpływ na życie Europejczyków. Analizujemy wyzwania stojące przed Wspólnotą, m.in.: kryzys migracyjny, wojnę w Ukrainie czy walkę z dezinformacją. Działania współfinansowane są przez UE w ramach programu dotacji Parlamentu Europejskiego w dziedzinie komunikacji. Materiały i wypowiedzi zawarte w tekstach przedstawiają poglądy autorów. Parlament Europejski nie odpowiada za ich treść.

Na placu przed wejściem na arenę sprzedawcy rozkładają stragany z pamiątkami. Są magnesy, pocztówki, koszulki, czapeczki, torby, breloczki z bykami oraz małe uśmiechnięte byczki-maskotki.

Liczba ta też rośnie wraz ze spadkiem wieku i najwięcej w tej grupie jest osób w wieku 15-19 lat i 20-24 lata.

Jednym z głównych argumentów zwolenników corridy jest fakt, że toros bravos trzymane są w dobrych warunkach.

– Cieszymy się, że dbają o dobrostan zwierząt – odpowiada van Gerwen. – W związku z tym zastanawiamy się, dlaczego nie widzą problemu w ich okrutnej śmierci. Ktoś, kto troszczy się o dobrostan zwierząt, powinien dbać o nie również w momencie ich śmierci.

Partia walczy z tradycją

10 W Hiszpanii działa też Partia na rzecz Zwierząt – Partido Animalista Con el Medio Ambiente (PACMA).

– Uważamy, że właśnie w takim kraju jak Hiszpania, gdzie społeczne oburzenie corridą rośnie, ale politycy, hodowcy i niektórzy przedsiębiorcy, którzy mają duże wpływy, wciąż ją organizują, jest potrzebna taka partia jak nasza – mówi Yolanda Morales Pérez, rzeczniczka prasowa PACMA. – Walczymy o to, by w końcu po raz pierwszy dostać się do parlamentu i coś zmienić.

Walki byków są w Hiszpanii chronione przez ustawę 18/2013 jako dziedzictwo kulturowe. W 1991 r. corridy zakazały Wyspy Kanaryjskie, a w 2010 r. Katalonia. Trybunał Konstytucyjny w 2016 r. uchylił ten zakaz, ale mimo to z powodu braku zainteresowania, corrida tam nie wróciła.

Jednym z sukcesów PACMA jest doprowadzenie do zakazu zabijania zwierząt podczas festynu Toro de la Vega, który od XVI wieku odbywa się w Tordesillas. Polegał on na tym, że ludzie konno lub pieszo przepędzali byka z miasta i uśmiercali dźgając lancami i pikami.

Obecnie politycy PACMA są w trakcie likwidacji kolejnej średniowiecznej tradycji – Toro Jubilo, który odbywa się w mieście Medinaceli. Do rogów byka ludzie przymocowywali łatwopalne kule, po czym je zapalali, a następnie patrzyli, jak byk w szale próbował to ugasić.

– Nie możemy uważać się za cywilizowanych, jeśli nasze społeczeństwo opiera się na wyzysku i brutalnym traktowaniu innych – mówi Morales. – Kiedy to zrozumiemy, możemy rozwijać się jako gatunek. Nie chodzi o sprzeciwianie się kulturze czy tradycji, ale o sprzeciwianie się okrucieństwu, a corrida to czyste okrucieństwo. Jedynym rozwiązaniem jest jej zakazanie.

Animal Guardians

11 Na koniec spotykam się z Martą Esteban, niestety tylko online, bo Marta jest bardzo zajęta. Kiedyś pracą dla organizacji La Tortura No Es Cultura, a obecnie jako prezeska Fundación Animal Guardians (Fundacja Opiekunów Zwierząt).

– Zacznijmy od tego, by zrozumieć, co się dzieje przed i podczas corridy – mówi z pasją, przekonaniem, ale i przerażeniem w głosie, jakby mówiła to po raz pierwszy – a na pewno tak nie jest – szybko i dynamicznie. – Zanim byk trafi na arenę, spędza kilka godzin w metalowym pudle, w którym temperatura dochodzi do 60 stopni. Na arenie jest przestraszony, nic nie rozumie, czasem podchodzi do swego hodowcy, bo to przecież jego przyjaciel, i patrzy, jakby pytał: „Czy możesz mnie stąd wyciągnąć, bo nie wiem, co tu robię?". Gdyby otworzyć drzwi, uciekłby do stada, bo walka go nie interesuje.

Na podstawie raportów Asociación de Veterinarios Abolicionistas de la Tauromaquia y del Maltrato Animal (AVATMA, Stowarzyszenie Lekarzy Weterynarii Przeciwko Walkom Byków i Znęcaniu się nad Zwierzętami) Esteban opisuje, co się dzieje z bykiem podczas corridy:

W pierwszej tercji dostaje cios włócznią, który przerywa mu nerwy i mięśnie grzbietu, uniemożliwiając podniesienie głowy. Jednocześnie byk naciera na konia i mimo ochraniaczy może go zranić. Dochodzi do urazów wewnętrznych, złamań, urazów zewnętrznych, aż wnętrzności konia wypadają, a czasem do zawałów serca spowodowanych stresem.

– Wyobraź sobie, co musi czuć koń, któremu po raz kolejny zakłada się ochraniacze i on już wie, co zaraz nastąpi.

W kolejnej tercji wbite w byka banderillos powodują ból i krwawienie. Następnie toreros zmuszają osłabione i odwodnione zwierzę do biegania za kapą i skręcania, podczas gdy on w ogóle nie jest przyzwyczajony do tego typu ruchów. To sprawia, że mięśnie produkują kwas mlekowy, który przedostaje się do krwi i wywołuje tzw. kwasicę metaboliczną, która z kolei powoduje niewydolność mięśni i wszystkich narządów.

Pod koniec byk często traci wzrok. Gdy zostaje zabity, jest już bardzo słaby. Często nie umiera na arenie, ponieważ matador przecina mu nie tętnicę, a żyłę główną, co powoduje, że byk dusi się własną krwią. Jeśli byk nie zostaje skutecznie zabity, następuje wbicie sztyletu, co powoduje jego paraliż, ale byk i tak wciąż może pozostać przytomny. Czasem ogon i ucho zostają mu obcięte, gdy jeszcze żyje. I czasem jest wciąż przytomny, gdy zwożą go z areny.

– Gdy spróbujesz postawić się na miejscu tego zwierzęcia, czy w ogóle możesz rozważać corridę w kategoriach kulturalnych i artystycznych? – pyta Esteban. – Rozwijamy się tak długo, jak rozszerzamy naszą empatię. Nie możemy znęcać się nad istotami, które mają uczucia i świadomość, tylko dlatego, że mają inne ciało i są mniej inteligentne. Ludzie też wyglądają różnie i mają różny poziom inteligencji.

Esteban podkreśla, że corrida jest finansowana z pieniędzy publicznych i płacą za nią nie tylko Hiszpanie, ale i wszyscy obywatele Unii Europejskiej.

Hodowcy byków do walk otrzymują wsparcie w ramach Wspólnej Polityki Rolnej UE w wysokości 200 mln euro.

– Corrida to wstyd dla Hiszpanii! – mówi Esteban. – Mamy takie powiedzenie: *„Aunque la mona se vista de seda, mona se queda"* (Nawet jeśli małpa ubierze się w jedwab, nadal będzie małpą). Tak samo jest z torturą – bez względu na to, w jaki jedwab ją ubierzesz, wciąż pozostaje torturą. I to tylko po to, by zabawić publiczność... – Esteban poprawia fioletowe okulary i dodaje: – Zachęcam Europejczyków, by przeciwko temu zaprotestowali, a także, by podczas podróży do Hiszpanii, nie uczestniczyli w walkach byków!

eprasa.pl eddb2a5eb2

FOT. MICHAL FLUDRA/NURPHOTO VIA GETTY IMAGES

• Mural, który artysta Mariusz Waras stworzył w Gdańsku w sierpniu 2020 r. po brutalnym stłumieniu zamieszek, jakie wybuchły na Białorusi po sfałszowanych wyborach prezydenckich

POTAS BRZMI PRAWIE JAK POTUS

Donald Trump osobiście podziękował Łukaszence. Zaraz na podlaskich torach pojawiły się charakterystyczne wagony

Andrzej Goworski
Marta Panas-Goworska

W Bielsku Podlaskim w latach 90. był nauczyciel chemii, który zaskarbił sobie uznanie uczniów tym, że uczył za pomocą wulgaryzmów. Każdy z jego podopiecznych wiedział, jaki symbol chemiczny ma potas. Bo nauczyciel rymował: „potas – kutas". I nie raz, nie dwa słyszeliśmy po latach od naszych krajan, że to pierwsze, co przychodziło im do głowy, gdy ktoś wspominał chemię w szkole.

Po co przywołujemy tę niewybredną anegdotę? Od lat jeździmy na zalew w Repczycach koło Kleszczel. Ten akwen leży w otulinie Puszczy Białowieskiej, pięć kilometrów od granicy z Białorusią. Tuż obok biegnie linia kolejowa. I od lat widzimy, jak od wschodu jadą długie składy towarowe z charakterystycznymi korytkowatymi wagonami opisanymi cyrylicą. W takich wagonach przewozi się nawozy potasowe. Nasze dzieci kładą monety na torach, a my zastanawiamy się: dlaczego mimo sankcji, mimo że dziennikarz i działacz polonijny Andrzej Poczobut, którego reżim uczynił zakładnikiem, wciąż siedzi w kolonii karnej, wagony są wpuszczane do Polski?

Odpowiedź brzmi: potas – kutas. Myślimy tu i o Łukaszence, i o Trumpie, za sprawą którego takich składów będzie więcej, a także o polskich decydentach, dzięki którym ten pociąg do nas wjeżdża.

•

Przypomnijmy: 19 marca Łukaszenka ogłosił ułaskawienie 250 więźniów politycznych. Kilka dni później Departament Skarbu wykreśliło z listy sankcyjnej USA Biełaruśkalij, Białoruską Kompanię Potasową, Bielinvestbank, Bank Rozwoju i resort finansów Białorusi. Amerykańskie Biuro Kontroli Aktywów Zagranicznych (OFAC) poinformowało 26 marca: „okoliczności nie uzasadniają już dalszych zakazów". Donald Trump podziękował Łukaszence „za to" na Truth Social i napisał, że nie może się doczekać spotkania z nim przy kolejnym posiedzeniu Rady Pokoju. Transakcja nie została wyrażona wprost, ale eufemistyczne „for that" oddaje jej istotę: sankcje za ludzi, ludzie za sankcje.

To była trzecia taka transza. We wrześniu 2025 roku, po wizycie specjalnego wysłannika Johna Coale'a, Mińsk uwolnił 52 więźniów. W zamian Waszyngton zdjął sankcje z linii lotniczej Bieławia – co może być furtką, przez którą Rosjanie otrzymują części do coraz bardziej zużytych pasażerskich Boeingów.

W grudniu 2025 roku, po uwolnieniu 123 więźniów – w tym noblisty Alesia Bialackiego, liderki protestów Maryji Kalesnikawy i byłego prezesa Gazprombanku Wiktara Babaryki – OFAC przyznało tak zwaną licencję generalną GL 13 zezwalającą na transakcje z Białoruską Kompanią Potasową i Biełaruśkalijem.

Łącznie od maja 2025 roku uwolniono ponad pół tysiąca więźniów, a mimo to w tym gronie wciąż nie ma Poczobuta.

Łukaszenka po spotkaniu z Coalem oświadczył, jak podaje BiełTA: „W imieniu Trumpa Amerykanie zaproponowali zawarcie wielkiej transakcji. Jak mogłem odmówić? To ważne dla Białorusi i dla mnie osobiście. Powiedziałem: zgadzam się – powiedz Donaldowi, że przystępuję do tej wielkiej transakcji'". A rzeczniczka prezydenta Natalia Ejsmont 27 marca w agencji TASS oświadczyła: „Łukaszenka będzie szczęśliwy, mogąc omówić z prezydentem USA kwestie międzynarodowej agendy i stosunków".

Gdy w czerwcu 2025 roku Ejsmont tłumaczyła ułaskawienie kolejnej grupy więźniów, mówiła wyłącznie o „względach humanitarnych" i „dobru nieletnich dzieci" osadzonych. Ani słowa o tym, że w zamian Waszyngton znosi sankcje.

•

Stany Zjednoczone od lat importowały potas z Kanady. Gdy administracja Trumpa nałożyła cła na tamtejsze towary, wzrosły też ceny nawozów. John Gilbert, rolnik z Nebraski, cytowany przez Reutersa, powiedział: „uderzyły nas w momencie, gdy ceny zbóż są niskie. Każdy wzrost kosztów nawozów to mniejszy zysk albo rezygnacja z części upraw". Alisa

eprasa.pl eddb2a5eb2

Ryżczenko z białoruskiego opozycyjnego emigracyjnego Zjednoczonego Gabinetu Przejściowego w „Deutsche Welle" szybko zauważyła, że w warunkach nowych wojen handlowych „aktualnym kierunkiem będzie zwiększanie wolumenu importu białoruskich nawozów".

Sankcje USA obowiązywały od 2021 roku. Udział białoruskiego potasu w światowym rynku spadł z około 20 proc. przed ich nałożeniem do około 6 proc. w 2024 roku.

Sytuację zmieniła wojna z Iranem. Zamknięcie Cieśniny Ormuz ograniczyło przepływ surowców i podbiło ceny gazu, a w konsekwencji – nawozów azotowych. Te nie są alternatywą dla potasowych – to różne składniki, działają komplementarnie. Jednak drogi gaz i drogie azoty sprawiają, że rolnicy ograniczają nawożenie azotem, a żeby utrzymać plony, zwiększają stosowanie potasu, który jest relatywnie tańszy, bo jego cena mniej zależy od gazu. Mocznik podrożał z 425 do ponad 600 dolarów za tonę, a to przełożyło się na najwyższy od dekady wzrost globalnego zużycia potasu w 2025 roku.

Potas staje się atrakcyjny, więc Indie zwiększyły import tych nawozów z Rosji i Białorusi. Jeszcze miesiąc temu tacy importerzy naraziliby się na sankcje wtórne USA. Ale te właśnie przestały obowiązywać. Associated Press, powołując się na Biały Dom, podała, że zniesienie sankcji na białoruski potas było elementem obietnicy Trumpa złożonej amerykańskim rolnikom po zaatakowaniu Iranu.

Jednocześnie, jak odpisuje nam Julia Campbell, szefowa działu wycen potasu w Argus Media, ceniona międzynarodowej agencji informacyjno-analitycznej specjalizującej się w rynkach surowcowych: „Od momentu ogłoszenia w grudniu zniesienia sankcji nie odnotowano żadnego handlu potasem między Białorusią a Stanami Zjednoczonymi". Lecz dodaje: „usunięcie białoruskich firm z listy SDN [Specially Designated Nationals, amerykańska lista osób i podmiotów objętych sankcjami, z którymi nie wolno prowadzić transakcji] oznacza powró białoruskiego potasu na rynek amerykański – to kwestia kiedy, a nie czy".

Rob Mills, szef komunikacji Międzynarodowego Stowarzyszenia Nawozowego, którego również zapytaliśmy o zniesienie sankcji, napisał: „Najbardziej wiarygodnym wskaźnikiem będą utrzymujące się przez kilka miesięcy zmiany wolumenów eksportu". Innymi słowy: zniesienie sankcji nie oznacza, że Amerykanie nagle kupią białoruski potas – ale i tak sytuacja jest win-win. Reżim punktuje politycznie – „może i parias, ale dogadał się z Białym Domem" – oraz biznesowo: dzięki zniesieniu sankcji wtórnych świat może już kupować białoruski potas i do Mińska płyną żywe dolary. A Amerykanie zyskują, bo po powrocie białoruskiego potasu nawozy generalnie tanieją.

•

Białoruski potas zaczął się pod Soligorskiem. Tam znajduje się złoże Starobinskie – jedno z największych na świecie. Szacuje się, że zawiera 7,5 miliarda ton surowca potasowego, co stanowi blisko 20 proc. światowych rezerw. W 1958 roku powstało tam monomiasto Soligorsk i kombinat „Biełaruśkalij".

Sylwin, skałę złożoną z chlorku potasu i chlorku sodu, czyli soli kamiennej, wydobywa się pod ziemią na głębokości od 350 do 1000 metrów. W zakładach wzbogacania, za pomocą procesów flotacji lub krystalizacji, oddziela się go od soli i uzyskuje chlorek potasu o zawartości czystego składnika od 60 do 99 procent. Potem ładuje się do worków lub wsypuje do wagonów kolejowych albo kontenerów morskich i wysyła w świat jako gotowy produkt.

Co ważne, do produkcji nawozów potasowych nie jest potrzebna ropa naftowa. Głównym surowcem jest sylwin, a głównym źródłem energii – gaz ziemny i elektryczność. A w dodatku w przeciwieństwie do nawozów azotowych, gdzie gaz stanowi nawet 70-80 procent kosztów, jego udział w cenie finalnej potasu to 15-25 procent, związane głównie z napędzaniem maszyn i transportem.

Przed 2022 rokiem około 90 procent białoruskich nawozów potasowych trafiało na światowe rynki przez port w Kłajpedzie na Litwie. To tam funkcjonowało „wybrzeże nawozowe", gdzie bezpośrednio docierały pociągi z Soligorska. Przed sankcjami białoruski potas stanowił około 30 procent przeładunków w porcie Kłajpeda, a roczne przychody Litwy z tytułu przeładunku, transportu kolejowego i opłat portowych szacowano na 60-80 milionów euro, nie licząc pośrednich zysków z usług magazynowych i logistycznych.

Jednak 1 lutego 2022 roku, jeszcze przed pełnoskalową inwazją Rosji na Ukrainę, litewski przewoźnik kolejowy LTG Cargo – pod presją Amerykanów – zaprzestał transortu białoruskich nawozów. Późniejsze sankcje unijne definitywnie zablokowały ten szlak. I tak Mińsk, który dysponuje tylko „białoruskim morzem", czyli jeziorem Narocz, został odcięty od globalnych odbiorców. Białorusini zapukali więc do rosyjskich portów bałtyckich: Bronki, Ust-Ługi i Petersburga. Dziś to one są głównymi oknami na świat dla ich produkcji potasu. Białoruś planuje też budowę własnego terminalu w Rosji o mocy 10 milionów ton rocznie. Choć to żadne uniezależnienie się, a wręcz przeciwnie, pogłębienie zależności od Moskwy. Taki terminal na terytorium Rosji najlepiej oddaje sytuację Mińska: skazany na Moskwę, próbuje udawać, że czymś steruje.

W dodatku rosyjski korytarz też jest zagrożony. W marcu Ukraina przeprowadziła serię zmasowanych ataków dronowych na port Ust-Ługa i sąsiedni Primorsk – co najmniej cztery-pięć uderzeń w ciągu dziesięciu dni. Nabrzeża stanęły w ogniu, załadunek wstrzymano na wiele dni, a eksport ropy z bałtyckich terminali spadł w krótkim okresie nawet o 40-80 procent Wyższe koszty ubezpieczeń, opóźnienia, mniejsza przepustowość – wszystko to winduje ceny także białoruskich produktów.

Może dlatego Iwan Tertel alias Jan Cierciel, po trzech latach radzenia sobie bez Kłajpedy nie zdzierżył. Szef białoruskiego KGB i Polak z pochodzenia chwali się, że wie więcej, niż można wyczytać z oficjalnych raportów: „Jeśli spojrzeć na buchalterię litewskiego MSZ, to litewskiemu narodowi jest co pokazać. Z czasem pokażemy". Słowa te opublikowała BiełTA, a zatem, po trzech latach to oficjalny komunikat dla Litwinów – pogróżka: KGB ma na was kwity, mamy udokumentowane, że dawaliśmy wam łapówki.

A co z Polską? Przejście kolejowe w Czeremsze, w pobliżu naszych Repczyc, oficjalnie już nie obsługuje regularnego ruchu towarowego – choć my widzieliśmy tam wielokrotnie wagony do przewozu nawozów. Teraz zapytaliśmy białoruskie instytucje i polską Straż Graniczną, co na tym odcinku jest przewożone. Wciąż czekamy na odpowiedź.

•

Gospodarka Białorusi jest jedną z najbardziej otwartych w Europie, ale ta otwartość nie oznacza ani inkluzywności, ani przyjazności dla kapitału, poddanego silnej politycznej kurateli. Jest otwarta – na świat, bo zależna od handlu zagranicznego: w 2024 roku obrót towarami i usługami sięgnął 132 procent PKB, w tym eksport 66 procent. Dla porównania: Niemcy osiągają około 90 procent, Polska – 112 procent. To oznacza, że każdy wstrząs w eksporcie natychmiast uderza w walutę, budżet i samą trwałość systemu. Jednocześnie w indeksie wolności gospodarczej Heritage Foundation na 2026 rok Białoruś zajęła 150. miejsce na 176 państw; Polska jest na 40. Co oznacza, że jej gospodarka jest zbyt represyjna i niestabilna instytucjonalnie, by przyciągać normalny, długoterminowy kapitał.

Prezydent USA chce neutralnej Białorusi jako buforu między Rosją a Unią Europejską. Łukaszenka jest zbyt słaby, a zarazem zbyt niezależny i wciąż zbyt sprytny, żeby być tego gwarantem, więc Amerykanie postawiliby na szefa KGB Iwana Tertela

W tym układzie potas i przetworzone produkty naftowe są arcyważnymi źródłami waluty. To one pozwalają reżimowi finansować armię, służby i socjalne transfery. Gdyby ich zabrakło albo ich wytwarzanie stało się zbyt kosztowne, państwo mogłoby dosłownie stanąć w miejscu.

Taki model ma jednak zaletę z punktu widzenia władzy: zamiast nadzorować tysiące niezależnych przedsiębiorstw, wystarczy pilnować kilku państwowych gigantów oraz głównych kanałów przepływu pieniędzy. Waler Karbalewicz, politolog i komentator Radia Swoboda, zauważa w portalu analitycznym Filin: „Białoruś traktuje Zachód jako wroga. Dlatego polityką zagraniczną zajmuje się KGB. Dyplomacja z wrogami nie jest potrzebna".

W takim systemie kluczową rolę odgrywa Tertel. Nie tylko kieruje aparatem represji, ale też spina dwie sfery: pieniądze z handlu trafiają do systemu, a system chroni te pieniądze przed zakłóceniami.

•

Rywalizacja o Białoruś obejmuje także tak zwaną bliską zagranicę oraz cyberprzestrzeń. W tym wielowymiarowym układzie KGB odniosło właśnie sukces: skutecznie podważyło wiarygodność środowisk opozycyjnych na emigracji, zadając im poważny cios wizerunkowy i organizacyjny. Chodzi o sprawę Anżaliki Mielnikawej – niegdyś postaci numer trzy w opozycyjnym gabinecie cieni – która zaginęła w Polsce, a wraz z nią 150 tysięcy dolarów z kont demokratów, najpewniej współpracowała z białoruskimi służbami. Nie wiadomo tylko, czy jako ochotniczka czy ofiara szantażu, choć ostatnie informacje o mieszkaniach, które kupuje w Mińsku, są pewną wskazówką. Równocześnie w serwisach społecznościowych środowisk emigracyjnych od kilku tygodni ubywa komunikatów o próbach programowej czy organizacyjnej konsolidacji, za to narastają napięcia, sypią wzajemne oskarżenia i rozpalają konflikty personalne.

I w tym kontekście – przyszłości reżimu oraz demokratycznej opozycji – rysują się co cztery „potasowe" rozwiązania.

Pierwsza to finlandyzacja po amerykańsku, na którą stawia Trump. Prezydent USA marzy bowiem o neutralnej Białorusi jako dostawcy taniego potasu i buforze między Rosją a Unią Europejską. Łukaszenka jest zbyt słaby, zużyty, a zarazem zbyt niezależny i wciąż zbyt sprytny, żeby być gwarantem, więc Amerykanie postawiliby na Tertela. Tu problemów jest kilka: Rosja ma na Białorusi bazy wojskowe, Chiny zainwestowały miliardy w wydobycie potasu pod Pietrykowem i będą koso patrzyły na amerykańskie inwestycje, a Unia Europejska i Litwa nie zniosą sankcji. Finlandyzacja rozbije się o ścianę interesów. Choć Trump i tak ogłosi sukces – tańsze nawozy dla rolników oraz walkę z głodem na świecie.

Druga droga to putinizacja potasu. Moskwa nie musi nawet ogłaszać federalizacji, wystarczy kontrola nad logistyką, armią i służbami. Kreml łatwo może przejąć też bezpośredni nadzór nad dochodami z Biełaruśkaliju: to on ma białoruskie potasowe okno na świat, czyli porty, on ustala cła i podatki. Pełna kontrola nad potasem to poważne narzędzie geopolityczne. Hołodomor złamał Ukrainę 94 lata temu. Dziś manipulacja nawozami łatwo mogłaby zdestabilizować Sahel i wywołać presję migracyjną na Europę porównywalną z kryzysem 2015 roku – jeśli nie większą.

Trzeci wariant – ukraiński. Kijów nie produkuje potasu, ale atakuje rosyjskie porty – Ust-Ługę, Bronkę, Petersburg. Każde zakłócenie podnosi koszty i niepewność. Mógłby odbudować swój potencjał produkcji nawozów azotowych i próbować częściowo wypchnąć Moskwę i Mińsk z rynku. Lecz to scenariusz wysokiego ryzyka: Rosja odpowiada eskalacją, rynek nawozów się rozhuśtuje, rosną ceny żywności w Afryce i Azji. Efekt – spiralna destabilizacja.

Najbardziej prawdopodobny jest czwarty scenariusz. Łukaszenka i Tertel uwalniają więźniów w transzach. USA luzują sankcje etapami. Rosja nie traci kontroli, tylko ją instytucjonalizuje. W Polsce zmiana polityczna otwiera przejścia graniczne. Z kilku składów tygodniowo robi się kilkadziesiąt na dobę. Płynie potas plus chińskie towary. Polska krótkoterminowo zyskuje, długofalowo zbliża się do wschodniej orbity.

Na razie jedziemy po czwartym torze. ●

FOT. SERGEI GAPON/AFP/EAST NEWS

• Widok na hałdę kopalni potasu pod Soligorskiem na Białorusi. Tu znajduje się złoże Starobinskie – jedno z największych na świecie – 20 proc. globalnych rezerw tego surowca

eprasa.pl eddb2a5eb2

SZCZĘŚLIWY *jak* IZRAELCZYK

Toczą trzy wojny naraz, w nocy zrywają ich irańskie drony, dorośli mają poczucie winy, dzieci – stany lękowe. Czemu są bardziej zadowoleni z życia niż Szwajcarzy?

Mariusz Zawadzki

Lawsze pod koniec marca ośrodek badawczy Gallupa ogłasza ranking najszczęśliwszych krajów świata – w subiektywnej ocenie ich mieszkańców.

W tym roku mamy dużą niespodziankę: oto Izrael uplasował się na ósmej pozycji wśród 147 przepytanych narodów. Wyżej niż pocztówkowa, bogata Szwajcaria (miejsce 10.). Wyżej niż piękna i oddalona od globalnych problemów Nowa Zelandia (miejsce 11.). Co ciekawe, Izraelczycy od pięciu lat utrzymują się w pierwszej dziesiątce, zaraz za krajami skandynawskimi i Kostaryką.

Ranking szczęścia jest wynikiem sondaży przeprowadzonych w trzech poprzednich latach, czyli tegoroczny opisuje nastroje społeczne w latach 2023, 2024 i 2025. Dlatego wysoka pozycja Izraela tak mocno zaskakuje. Przecież w ostatniej trzylatce wszystkie doniesienia z tego kraju są nieodmiennie ponure lub przerażające.

7 października 2023 roku terroryści Hamasu wymordowali 1200 Izraelczyków, co izraelscy politycy i dziennikarze nazwali „największą masakrą Żydów od czasu Holocaustu". W sensie ścisłym jest to prawda, choć może irytować fakt, że śmierć milionów Żydów w drugiej wojnie światowej jest notorycznie wykorzystywana – przez indywidua takie jak Benjamin Netanjahu – po to, żeby wzmagać w narodzie mentalność ofiar, podkręcić poziom histerii lub moralnie szantażować resztę świata.

Zostawmy jednak Netanjahu i jego cynizm; ogólnonarodowa trauma po 7 października była przecież autentyczna. Przez następne dwa lata cały Izrael żył dramatem zakładników porwanych przez Hamas i nieustannie prowadził jakieś wojny: z Palestyńczykami, z Libanem i z Iranem, okazjonalnie bombardując też Syrię, Jemen i Katar.

Jego przewaga militarna w tych wszystkich konfliktach jest miażdżąca; tarcza antyrakietowa zestrzeliwuje 99 procent wrogich rakiet i dronów, a cywile mają przynajmniej dziesięć minut, żeby zbiec do schronu – od alarmu do potencjalnego uderzenia rakiety. Która zwykle zostaje strącona, niemniej zdarza się, że jest kilka alarmów w ciągu nocy i wtedy setki tysięcy ludzi muszą się zrywać i pędzić. I tak co noc przez kilka tygodni! Z pewnością nie podnosi to poziomu szczęścia Izraelczyków, tylko wywołuje liczne depresje i traumy, szczególnie u dzieci. Dziennik „Haarec" opublikował niedawno miniporadnik zatytułowany „Pięć sposobów, żeby pomóc dzieciom przerażonym wojną".

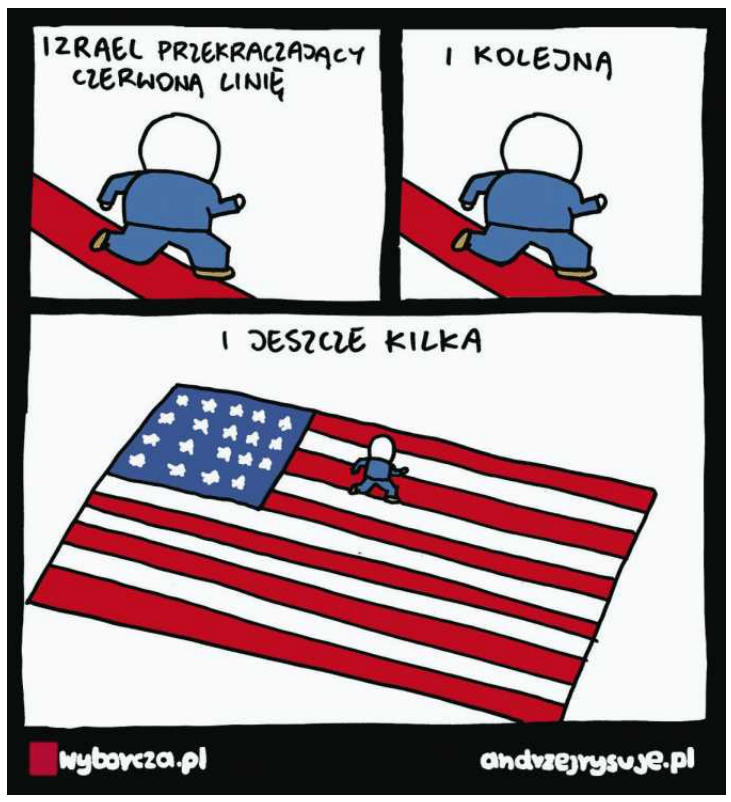
Do tych tragedii, zagrożeń i niewygód Izraelczyków dochodzi jeszcze potencjalnie niepryjemna świadomość, że w ostatnich trzech latach ich armia zabiła prawie 80 tysięcy ludzi. Głównie palestyńskich cywilów, ale też kilka tysięcy Libańczyków i Irańczyków.

Jeśli chodzi o Strefę Gazy, przez dwa lata Izrael zabijał tam codziennie około stu osób, w tym trzydzieścioro dzieci. Robotę tę wykonywali nie tylko zawodowi żołnierze, ale również poborowi, czyli zwyczajne chłopaki i dziewczyny świeżo po liceum. Dobrze, że zabijanie odbywa się zdalnie, przez wciśnięcie guzika w kokpicie samolotu albo klawisza „enter", na laptopie, inaczej psychika młodych Izraelczyków byłaby jeszcze bardziej obciążona.

Wypada jeszcze wspomnieć kilkuset Palestyńczyków, którzy umarli z głodu, plus dziesiątki tysięcy, które głodowały, ponieważ Izrael zamykał granice Strefy Gazy i nie przepuszczał kontenerów z żywnością. W porównaniu z liczbą zabitych i okaleczonych przez bomby to relatywnie niewiele, ale skrajnie wychudzone dzieci, kiedy je sfotografować, jakoś szczególnie zapadają w pamięć. Ich zdjęcia również mogły dla być dla niektórych Izraelczyków niepryjemne.

Dlaczego to wszystko nie psuje dobrego samopoczucia ogółu obywateli?

Bo ich świadomość jest przytępiona.



Izraelskie media nie pokazują drastycznych zdjęć z Gazy, a politykom i dziennikarzom udało się odhumanizować ofiary, co jest pierwszym, nieodzownym krokiem na drodze do każdego udanego ludobójstwa. Religijna oraz rasistowska prawica z opowieściami o intruzach na Ziemi Obiecanej, którą Bóg podarował narodowi wybranemu 4000 lat temu, wpisuje się w polityczny i opiniotwórczy mainstream.

„Walczymy z ludzkimi bestiami i będziemy je traktować tak, jak na to zasługują" – to minister obrony Joaw Galant.

„Trzeba wykorzenić zło... ta retoryka, że niektórzy z nich nie winni, jest fałszywa, cały naród palestyński jest winny" – prezydent Izaak Herzog, w powszechnej opinii nie jastrząb ani cyniczny populista pokroju „Bibiego".

„Za każde izraelskie życie, którego zabrali 7 października, musi zginąć 50 Palestyńczyków i nie ma znaczenia czy to będą dorośli, czy dzieci. Oni co jakiś czas potrzebują takiej dyscyplinującej katastrofy" – generał Aharon Haliva, który uchodzi za liberała. „Gdzie są te rzekome biedne niewinne kobiety z Gazy? To są matki, siostry i żony morderców z Hamasu" – Giora Eiland, też generał.

W zachodnich mediach premier Netanjahu bywa przedstawiany jako czarny charakter, którego poglądy nie reprezentują większości Izraelczyków. W rzeczywistości większość jest nawet bardziej radykalna niż „Bibi"

Oraz minister edukacji Joaw Kisch: „To zwierzęta, które nie mają prawa istnieć i trzeba je wytępić" (minister edukacji Joaw Kisch).

W sondażu, który Uniwersytet w Tel Awiwie przeprowadził na zlecenie dziennika „Haarec", 80 procent ankietowanych izraelskich Żydów stwierdziło, że nie przejmuje się głodem w Strefie Gazy. Co do bombardowań enklawy, 57 procent uznało, że są „za słabe", 2 procent, że „zbyt mocne", a 31 procent – że w sam raz.

Dehumanizująca propaganda nie działała tylko na izraelskich Arabów. Oni muszą być szczególnie markotni, kiedy widzą, że ich rząd nałogowo bombarduje arabskich braci i siostry z kilku sąsiednich krajów. Ale choć stanowią aż 1/5 obywateli, Izrael jako całość jest szczęśliwy! 80-procentowa żydowska większość jest najwyraźniej bardzo zadowolona z życia, skoro przelicytowuje w sondażach 20-procentową markotną arabską mniejszość.

A trzeba też uwzględnić nuklearny Holocaust, który nieustannie – niczym miecz Damoklesa – wisi nad Izraelczykami. Od ćwierć wieku premier Benjamin Netanjahu powtarza, że Iran jest już tylko kilka miesięcy od zbudowania bomby atomowej. Mówił tak w 2003 roku, w 2014 roku i w 2026 roku. A kiedy szaleni ajatollahowie zdobędą bombę, to natychmiast odpalą ją na Tel Awiw.

Ten od trzech lat nękany wojnami kraj, permanentnie zagrożony zagładą, powinien raczej znaleźć się na końcu globalnego wyścigu po szczęście, a nie w TOP 10. Jak zatem wyjaśnić ranking Gallupa? Odpowiedź jest dość prosta.

Otóż do szczęścia człowieka potrzebne jest zaspokojenie jego potrzeb materialnych i duchowych. Pierwsze można odhaczyć od razu, bo współczesny Izrael jest jednym z najbogatszych krajów świata, z dochodem narodowym na mieszkańca takim samym jak Niemcy – 60 000 dolarów rocznie.

A potrzeby duchowe jego obywateli są zaspokojone w stopniu znacznie większym niż materialne.

Izraelska skrajna prawica od dawna marzyła o czystkach etnicznych, rasistowskim Wielkim Izraelu i jego militarnej dominacji nad innymi krajami w regionie. Kiedy w 1994 roku Baruch Goldstein strzelał z karabinu maszynowego do tłumu Palestyńczyków w Grocie Patriarchów w Hebronie, nawet w najdzikszych fantazjach nie mógł przewidzieć, że trzy dekady później jego wychowanek Itamar Ben-Gwir zostanie – z ramienia ugrupowania o znaczącej nazwie Żydowska Siła – ministrem, i to nie jakimś drugorzędnym, od równości społecznej czy transportu, ale ministrem bezpieczeństwa wewnętrznego, w rządzie, który takie masakry będzie przeprowadzał codziennie przez dwa lata.

Że pogromy i podpalanie palestyńskich wiosek na okupowanym Zachodnim Brzegu Jordanu staną się rutyną.

Że przywrócona zostanie kara śmierci – ale tylko dla Palestyńczyków, którzy zabiją Żydów.

Że w połowie trzeciej dekady XXI wieku Izrael będzie bombardował wszystkie kraje, jakie tylko zapragnie. A tarcza antyrakietowa i bezwarunkowe poparcie Ameryki zapewnią mu totalną bezkarność.

Wszystko to w czasach Goldsteina byłoby uznane za radykalne, niedopuszczalne lub rasistowskie, ale dzisiaj jest akceptowane i popierane przez większość Izraelczyków. I z nawiązką rekompensuje różne tragedie, zagrożenia i niewygody, z jakimi muszą się borykać.

W zachodnich mediach premier Netanjahu bywa przedstawiany jako czarny charakter, którego poglądy nie reprezentują większości Izraelczyków. W rzeczywistości większość jest nawet bardziej radykalna niż „Bibi".

Rok temu 82 procent izraelskich Żydów mówiło w sondażu przeprowadzonym przez amerykański Penn State University, że należy przymusowo wysiedlić ze Strefy Gazy całe dwa miliony jej mieszkańców. A na pytanie: „Czy armia izraelska, kiedy zajmie wrogie miasto, powinna zabić wszystkich jego mieszkańców?", odpowiedzi „tak" udzieliło 47 procent ankietowanych.

Miesiąc temu ponad 90 procent izraelskich Żydów poparło obecną wojnę z Iranem i Libanem. Dziś ponad 80 procent chce, żeby ją kontynuować – wbrew całemu światu, który stracił dostawy surowców z Zatoki Perskiej. Lider centrowej opozycji Jair Lapid uznał ogłoszony we wtorek rozejm z Iranem za „katastrofę" i „klęskę premiera Netanjahu".

Powszechny entuzjazm, jaki wywołują wszelkie formy prześladowania Palestyńczyków, pokazują nie tylko badania opinii społecznej. Kilka tygodni temu umorzono sprawę kilku strażników więziennych, którzy w 2024 roku ostrym narzędziem brutalnie zgwałcili palestyńskiego więźnia. Zaraz po zwolnieniu z aresztu jednego z nich zaproszono do telewizji, gdzie publiczność witała go jak bohatera. Tymczasem generał Yifat Tomer-Yerushalmi, która ujawniła nagranie gwałtu zarejestrowane przez więzienne kamery, nadal siedzi w kryminale i czeka na proces. Jest oskarżona o „złamanie procedur wojskowych" i „naruszenie tajemnicy urzędowej".

Generalnie wszystko wskazuje, że dzisiejsi Izraelczycy są społeczeństwem ciężko chorym z nienawiści, które jest tym szczęśliwsze, im więcej nieszczęść wywołuje wokół siebie.

Teoretycznie nie można wykluczyć, że taka interpretacja rankingu Gallupa jest błędna. Ale zazwyczaj jeśli coś wygląda jak kaczka, pływa jak kaczka i kwacze jak kaczka, to najpewniej jest kaczką. ●

eprasa.pl eddb2a5eb2

KULTURA OBYCZAJE

Nostalgia
TO DAR DLA AKTORKI

Myślę o sobie przede wszystkim jako o aktorce europejskiej.

Z AKTORKĄ **ANNĄ PRÓCHNIAK**
ROZMAWIA **PIOTR GUSZKOWSKI**
ZDJĘCIE: **DAWID ŻUCHOWICZ / AGENCJA WYBORCZA.PL**

eprasa.pl eddb2a5eb2

FOT. TOMASZ URBANEK/EAST NEWS

FOT. TOMASZ URBANEK/EAST NEWS

▲ **W „Les Rayons et les Ombres” (2026) Xaviera Giannolego. Jako Lydia Rogers, gwiazda paryskiego kabaretu lat 30. i okresu okupacji. Próchniak wykorzystała w tej roli swoje doświadczenie ze szkoły baletowej**

◀ **Jako gwiazda kina Nora Ney w serialu „Bodo” (2016) o życiu i karierze Eugeniusza Bodo (Tomasz Schuchardt)**

▶ **„Tatuażysta z Auschwitz”(2024). Jako więźniarka Gita, w której zakochuje się obozowy tatuażysta Lali (Jonah Hauer-King)**

▶▶ **„Miasto 44” (2014) Jana Komasy. Jako Kama, łączniczka w Powstaniu Warszawskim, jedna z głównych bohaterek filmu**

FOT. MARTIN MLAKA / SKY UK

PIOTR GUSZKOWSKI: Jesteś na rozdaniu szkockich nagród BAFTA, rozmawiasz z Ewanem McGregorem, obok James McAvoy... W którym momencie dociera do ciebie, co się tak naprawdę dzieje?
ANNA PRÓCHNIAK: Gala była jak spełnienie dziecięcego marzenia. Przypominała wszystkie ceremonie, które oglądałam w telewizji: twórcy usadzeni przy stolikach, kolacja, szampan. A ja tam jestem, i to nie jako gość czy osoba towarzysząca, tylko jako jedna z nominowanych...

...w jednej kategorii z Saoirse Ronan i Tildą Swinton – żeby nam to nie umknęło.
– Wiedziałam, że nasz serial „Tatuażysta z Auschwitz” jest zgłaszany do nagród, ale zupełnie nie spodziewałam się nominacji. Miałam okazję spędzić ten wieczór w gronie ludzi, których dotąd znałam tylko z ekranu. Towarzyszyło mi przede wszystkim poczucie wdzięczności: że moja praca została zauważona i doceniona, tym bardziej że nie jestem przecież osobą „stąd”, dookoła głównie Brytyjczycy i Irlandczycy.

Pomyślałam, że rola Gity musiała naprawdę zrobić wrażenie na nominujących. To dało mi dużo nadziei i utwierdziło w przekonaniu, że wybrałam właściwą drogę, choć jest wyboista i trudna, jeśli chce się uniknąć kompromisów. Bo bywają chwile zwątpienia, brak propozycji. Zastanawiam się wtedy, czy to wszystko jeszcze ma sens. A potem przychodzi taka wiadomość i okazuje się, że jednak ma.

Pamiętam rozmowę z moim agentem. Mówiłam mu, tak jak teraz tobie, ile dla mnie znaczy ta nominacja. Na co on odparł: „Wdzięczność jest ważna, jednak powinnaś spojrzeć na to inaczej. To ci się należało”. Przypomniał o wysiłku, jaki włożyłam w „Tatuażystę...”: to były miesiące intensywnej pracy, pełne zaangażowanie. Wdzięczność to jedno. Ale trzeba docenić w tym wszystkim siebie.

Trudno ci to przychodzi?
– Nie wiem, czy to jakaś polska cecha, czy raczej kwestia pokoleniowa. Wychowano nas w przekonaniu, jaką wartością są ciężka praca i pokora; że nie można osiadać na laurach. Zderzenie z osobami z innych kultur ułatwia zmianę perspektywy. Pozwala spojrzeć na własne wybory czy pracę bez umniejszania ich. Przynajmniej tak było ze mną. Pomyślałam: „Możesz być z siebie dumna, zasłużyłaś na to”.

Na liście filmów z twoim udziałem w ostatnich latach próżno szukać rodzimych tytułów. Może poza „Pojedynkiem” Łukasza Palkowskiego, którego akcja została osadzona w obozie jenieckim w Kozielsku. Zastanawiam się, czy Anna Próchniak to polska aktorka pracująca dziś głównie za granicą czy lepszym określeniem byłaby „aktorka europejska”?
– Rodzice wychowali mnie w poczuciu bycia obywatelką Europy, obywatelką świata. Mój tata jest profesorem akademickim, zajmuje się modernizmem i Młodą Polską, więc książki i rozmowy o literaturze były w domu codziennością. Dzięki temu miałam szeroki kontakt z kulturą, ale dostałam też narzędzia, które wyrobiły u mnie umiejętność formułowania myśli, a przede wszystkim myślenia krytycznego.

Z kolei moja mama uczy polskiego jako języka obcego, dlatego w domu stale pojawiali się obcokrajowcy. Różnorodność była dla mnie czymś oczywistym, niewymagającym komentarza. Rodzice dużą wagę przywiązywali do nauki języków.

To wszystko przełożyło się na moje podejście do pracy. Zaczęłam jeszcze na studiach – na drugim roku zagrałam w „Bez wstydu” Filipa Marczewskiego. Film spotkał się z dobrym przyjęciem na festiwalu w Karlowych Warach. Napisało o mnie „Variety”. Wtedy to wydawało się surrealistyczne.

O ile dobrze pamiętam, u Marczewskiego zagrałaś Romkę?
– Tak, pierwsza rola i od razu gram w obcym języku. Musiałam nauczyć się kwestii po romsku. Miałam wsparcie osób, które wprowadziły mnie w kulturę, opowiedziały o zwyczajach, pomogły zrozumieć kontekst. Wielu aktorów nie ukrywa, że granie w innym języku jest dla nich dużym wyzwaniem: myślą w jednym, grają w drugim. Dla mnie to wcale nie było trudne, a wręcz naturalne. Później zrobiłam „Miasto 44”. Współpraca z Jankiem Komasą, rozmach samej premiery, pierwsze wywiady i trening medialny – dużo mi to dało. Chociaż całą naszą trójkę odtwórców głównych ról – czyli Józefa Pawłowskiego, Zosię Wichłacz i mnie – dopadła jakaś klątwa.

Klątwa?
– Po „Mieście 44” nie dostawaliśmy żadnych ról, zupełnie nic, u mnie to trwało przez ponad rok. Na szczęście miałam co robić: przygotowywałam dyplom w szkole, grałam „Marzenie Nataszy” w Teatrze Powszechnym w Warszawie. Potem wreszcie coś drgnęło. Wystąpiłam w filmie „Niewinne” Anne Fontaine o dramacie zakonnic zgwałconych przez czerwonoarmistów. Pojawiały się kolejne propozycje: z Irlandii Północnej czy Islandii. Ani się obejrzałam, a miałam agenta w Londynie.

Polska Audrey Hepburn? Piękny komplement, choć żadna w tym moja zasługa. Myślę, że takie porównania biorą się stąd, że Hepburn miała w sobie nostalgię, podobny, ponadczasowy gen

Nie weszłam do tego zawodu z planem: „zrobię karierę za granicą”, to wszystko jakoś tak organicznie następowało jedno po drugim. Dziś myślę o sobie przede wszystkim jako o aktorce europejskiej. Gram w różnych krajach: w Wielkiej Brytanii, we Francji, jakiś czas temu pracowałam przy łotewskim projekcie kręconym w Niderlandach. Zresztą mam poczucie, że Europa daje swobodę i możliwości, których nie ma nigdzie indziej. Rozmawiałam o tym jakiś czas temu z agentami i reżyserami castingu ze Stanów Zjednoczonych. Mówili, że amerykański rynek jest bardziej zamknięty niż europejski. „Możesz zrobić film w Szwecji, pojechać na plan do Francji, a potem zagrać w Niemczech. U nas co najwyżej przenosisz się ze stanu do stanu”.

Mówisz o unikaniu kompromisów. Co to w praktyce oznacza?
– Szukam ról wielowymiarowych, których nie da się sprowadzić do jakiejś kliszy i mogą coś w widzu poruszyć. Jako nastolatka identyfikowałam się z postaciami z filmów. Były dla mnie bardzo ważne, prawdziwe. Dzięki nim znajdowałam wyjaśnienie emocji, których nie umiałam nazwać. Są takie momenty, szczególnie kiedy dorastasz, że wydaje ci się, że nikt cię nie rozumie. Jaką ulgą może być wtedy obejrzenie filmu, w którym odkrywasz, że inni mają podobnie albo że to jest OK, że nie masz pojęcia, co się z tobą dzieje. Dlatego chcę współtworzyć historie, które mogą komuś pomóc. Sztuka ma dla mnie sens wtedy, kiedy naprawdę dotyka i zostawia ślad – można to nazwać górnolotnie katharsis, choć czasem to po prostu moment wzruszenia czy zrozumienia.

Nie każdy musi uznać to, co robię, za wartościowe. Biorąc pod uwagę to, jak wszyscy jesteśmy różni, to właściwie niemożliwe. Więc pozostaje słuchać intuicji i działać w zgodzie ze sobą. Chciałabym móc wstać rano i spojrzeć w lustro. Nawet jeśli oznacza to nieprzyjmowanie niektórych propozycji.

Dużo w twojej filmografii jest filmów rozgrywających się w latach 40. XX wieku: to świadomy wybór, kwestia przypadku czy tego, jak jesteś postrzegana?
– Niektórzy mają bardzo współczesną urodę i w kostiumie wyglądają, jakby byli przebrani. To kwestia uwarunkowań fizycznych, które trudno obejść. Wielokrotnie słyszałam, że mam w sobie jakąś ponadczasowość.

Dlatego bywasz nazywana polską Audrey Hepburn?
– To jest piękny komplement, za który bardzo dziękuję. Chociaż żadna w tym moja zasługa. Myślę, że takie porównania biorą się stąd, że Hepburn miała w sobie nostalgię, podobny, ponadczasowy gen. To jest darem dla aktorki, bo pozwala podróżować po epokach. Zwróć jednak uwagę, że te role – mimo że produkcje takie jak „Miasto 44”, „Tatuażysta...” czy „Pojedynek” zostały osadzone w podobnych czasach – są zupełnie różne, bohaterki stają w obliczu innych wyzwań.

Są to jednak sytuacje z rodzaju tych granicznych.
– Może to jest odpowiedź na twoje pytanie? Odnajduję się w trudnych emocjach. I jakoś tak się składa, że częściej takie wyzwania przynoszą mi scenariusze opowiadające o okołowojennych czasach. Zdarzają się też rzeczy współczesne, jak brytyjski serial „Summerwater”. Zagrałam w nim Polkę, fotografkę, która od 15 lat mieszka na Wyspach. Dałam jej nawet kilka ciuchów z mojej szafy.

Nie bez znaczenia jest typecasting. Jeśli ktoś zobaczył „Niewinne”, łatwiej mu wyobrazić sobie mnie w podobnych realiach. Tak zresztą było, reżyserka obsady Kelly Valentine Hendry przed „Tatuażystą z Auschwitz” obejrzała ten film. Z kolei Xavier Giannoli, kompletując obsadę „Les Rayons et Les Ombres”, obejrzał „Tatuażystę z Auschwitz”. Z jednej strony to pomaga i przynosi kolejne propozycje, z drugiej grozi zamknięciem w szufladzie.

eprasa.pl eddb2a5eb2

FOT. DARIUSZ STĘPIEŃ/EAST NEWS

Ale zagrałam raz łączniczkę w powstaniu warszawskim, wystarczy. Z tego samego powodu odrzuciłam wiele historii obozowych. Nie wydawały mi się interesujące. Może oprócz jednej, która ostatecznie nie powstała. Ale to był horror, a ja uwielbiam horrory.

Zdaje się, że dla ciebie to gatunek z kategorii comfort movies – masz ulubione tytuły, do których wielokrotnie wracasz dla relaksu.
– Pytanie, jak to o mnie świadczy.

Ja to akurat całkowicie rozumiem. Powiem więcej, mam podobnie z serią „Krzyk”.
– Teraz mi trochę ulżyło. Moimi comfort movies są dwie pierwsze części „Obecności” („The Conjuring”). W ogóle się nie postarzały, bo są vintage w swoim koncepcie: akcja rozgrywa się w latach 70., więc wszystko jest w kostiumie i scenografii z tamtego okresu. Oglądałam te filmy tyle razy, że dokładnie wiem, czego się spodziewać, kiedy pojawią się jumpscare'y, a mimo to wciągam się na tyle, że potrafią mnie przestraszyć.

Zastanawiałaś się, skąd się bierze twoja potrzeba oglądania horrorów?
– Wydaje mi się, że może to mieć związek z tym, że na co dzień funkcjonuję w trybie czujności i gotowości. Trochę na zasadzie fight or flight [znane w psychologii pojęcie reakcji walki lub ucieczki w odpowiedzi na ostry stres]. Mam w sobie dużo podskórnego napięcia. To jest coś, z czym mierzę się od lat i próbuję poukładać z pomocą terapii i medytacji. Ale to nadal jest bardzo organiczne, bardzo moje. Paradoksalnie, kiedy w trakcie seansu mogę się skupić na czymś, co jest naprawdę straszne, ale pozostaje gdzieś poza mną, to napięcie odpuszcza – i to jest bardzo relaksujące.

Nie przepadam za slasherami, bo nie lubię niepotrzebnej przemocy. Wolę horrory psychologiczne. Teraz zresztą ten gatunek przeżywa renesans. Często skupia się na przepracowywaniu straty albo pokazuje, co się dzieje, kiedy tego nie zrobimy. Dobrym przykładem są filmy australijskich braci Philippou czy „The Babadook” Jennifer Kent, zresztą ze zdjęciami Radka Ładczuka, naszego operatora. „Naszego” – jak to brzmi. Bardzo mnie bawi, kiedy ktoś tak mówi, ale łapię się na tym, że sama to robię. W każdym razie u Kent horror służy do opowiedzenia o relacji matki z dzieckiem. Tytułowy potwór jest uosobieniem nierozwiązanych spraw. O próbie ułożenia się ze stratą opowiadał Ari Aster w „Midsommar. W biały dzień” i „Dziedzictwo. Hereditary”.

Mam nadzieję, że się uda mi się zrobić kiedyś film grozy. Piszę teraz scenariusz. Bardzo chciałam, żeby był horrorem. Może za bardzo. Bliżej mu do mieszanki dramatu obyczajowego i thrillera.

Piszesz ten scenariusz z myślą o sobie?
– Najpierw pomyślałam, że chciałbym w tym zagrać. Potem – że może też wyreżyserować albo wyprodukować. Coraz częściej aktorzy rozwijają swoje autorskie pomysły – ostatnio choćby Harris Dickinson („Łobuz”), Scarlett Johansson („Eleanor Wspaniała”) czy Kristen Stewart („Chronologia wody”). Podziwiam to. Mam wrażenie, że taka idea artysty wszechstronnego nie jest przekazywana studentom w Polsce. Na Zachodzie aktorzy częściej piszą, robią performance'y, malują, zajmują się różnymi dziedzinami sztuki.

U nas panuje przekonanie, że aktor jest przede wszystkim od grania?
– Może aż tak ostro bym tego nie sformułowała. Pamiętaj, że zaczynałam na Wydziale Teatru Tańca przy krakowskiej PWST, więc nie była to klasyczna ścieżka. Skupialiśmy się na physical theatre i różnych technikach tańca współczesnego. Dotknęłam szerszego myślenia o aktorze jako performerze. Przygotowywaliśmy scenografię na zajęciach z Barbarą Hanicką, warsztaty z metody Feldenkraisa były pomocne w uczeniu się świadomego uruchamiania emocji z ciała.

Może dlatego, kiedy trafiłam do Szkoły Filmowej w Łodzi, tamtejsze podejście do aktorstwa wydało mi się czasem jednotorowe. Kiedy rozmawiam z koleżankami z Londynu, widzę, że myślą bardzo otwarcie. Dla aktora to żadna ujma, jeśli robi coś innego, twórczego, niekoniecznie musi grać. Wręcz przeciwnie: to rozwija, może być źródłem inspiracji.

Od dziecka byłaś związana z baletem. Jak to wpływa na twoje granie?
– Ważna jest dla mnie fizyczna obecność bohatera. Żeby zrozumieć postać, trzeba ją dopuścić do swojego ciała, pozwolić jej w nim zaistnieć. Mam wrażenie, że niektórzy aktorzy nadmiernie analizują, przez co tracą kontakt z fizycznością. Ciało jest wtedy pospinane. A dla mnie ciało jest punktem wyjścia. Nie chodzi tylko o wymyślanie, jak dana postać się porusza. To znacznie głębsze. Chodzi bardziej o to, co sprawia, że porusza się właśnie tak, a nie inaczej. Postać musi być żywym organizmem, musi mieć przestrzeń do życia.

Budowanie postaci często zaczyna się od kostiumu – to brzmi oczywiście jak frazes. Jednak niektóre kostiumy mają większy ciężar niż inne. Ty właściwie codziennie przez kilka miesięcy zdjęć wkładałaś obozowy pasiak.
– Nazwałabym to doświadczenie definiującym. Taki pasiak, nawet jeśli powstał wyłącznie na potrzeby filmu, to nie jest zwyczajny materiał. Wywołuje konkretne emocje i skojarzenia, niesie cały kontekst. Zwłaszcza dla osoby z Polski, jak ja. Dotyka pamięci zbiorowej i transgeneracyjnych traum, których nie jest łatwo się pozbyć. A w moim przypadku również rodzinnych, osobistych.

Jest jeszcze drugi aspekt: kostium mocno oddziela aktora od własnego ja. Kiedy miałam pierwszy raz ogoloną głowę i założyłam obozowy ubiór, zobaczyłam w lustrze kogoś innego. Ten kontekst jest tak przerażający, że nie widzisz siebie. To pomaga, zbliża do postaci. Podobnie działa scenografia – oczywiście jeśli jest prawdziwa, namacalna, a nie wykreowana komputerowo, bo wtedy gramy na green screenach.

A jak było w przypadku „Les Rayons et les Ombres”, na którego premierze byłaś niedawno w Paryżu? Ten film nie ma chyba jeszcze polskiego tytułu.
– Możliwe, że dystrybutor zdecyduje się na dosłowne tłumaczenie: „Światła i cienie”. To produkcja z budżetem powyżej 30 milionów euro, rozmach był wyczuwalny. Kostiumografka Pascaline Chavanne miała dla mnie autentyczne stroje albo dokładne repliki. Moja bohaterka to gwiazda kabaretu, artystka, która bawi się modą. Więc jej kostium musiał być charakterny. Lydia w każdej scenie wygląda inaczej: raz ma perukę, raz wymyślną biżuterię albo makijaż, który wydaje się współczesny, a był inspirowany Manem Rayem.

To historia z okupowanej Francji.
– Scenariusz powstał na podstawie prawdziwej historii Jeana Luchaire'a i jego córki Corinne. On był wpływowym dziennikarzem i przedstawicielem elit, ona – wschodzącą gwiazdą filmową. Jest jeszcze Otto Abetz, przyjaciel Jeana, niemiecki profesor, frankofil. Późniejszy ambasador III Rzeszy. Kiedy ich poznajemy, obaj są lewicującymi pacyfistami. Dlaczego Luchaire zdecydował się na kolaborację z nazistami? Film jest próbą zrozumienia, ale nie usprawiedliwienia tych postaw. Przypomina, że trajektorie ludzkich losów nie są prostymi liniami.

Dla Francuzów to wciąż nieprzepracowany temat?
– Xavier Giannoli wspominał, jak w rozmowie z jednym z konsultantów historycznych przyznał, że nikt mu nie wybaczy nawet najmniejszej nieścisłości w filmie. „Co więcej, nikt ci nie wybaczy, jeśli powiesz prawdę” – usłyszał w odpowiedzi.

Temat był już wcześniej podejmowany przez filmowców. Najgłośniejszym przykładem wydaje się monumentalny dokument „Smutek i litość” Marcela Ophülsa z 1969 r. Obnażał skalę kolaboracji, pokazując, że wbrew powielanej narracji to nie były wcale jednostkowe przypadki. Później powstało jeszcze kilka filmów, choćby „Lacombe Lucien” Louisa Malle'a. Bohaterem jest odrzucony przez ruch oporu chłopak, który ostatecznie idzie na współpracę z gestapo. Nie ma w jego działaniu wielkiego planu, może pewien rys oportunizmu, to raczej kwestia okoliczności.

Giannoli wcześniej rozprawił się ze środowiskiem krytyków „Straconymi złudzeniami” według Balzaka.
– Xavier jest synem dziennikarza, więc odpowiedzialność prasy to dla niego szczególnie interesująca kwestia. Kiedy rozpoczynał prace nad „Światłami i cieniami”, nie spodziewał się, jak bardzo aktualna stanie się ta historia kilka lat później. Dziś, w dobie manipulacji i postprawdy, dostrzegamy podobne mechanizmy. Żyjemy w niestabilnych czasach, nie wiadomo, co się za chwilę wydarzy. A w walce o kliki serwisy informacyjne podgrzewają nastroje. Tyle że odpowiedzialność mediów nie może być usprawiedliwieniem dla odbiorców ani zwalniać nas z krytycznego myślenia – z odpowiedzialności za ignorancję czy powielanie fake newsów.

Jean Dujardin, z którym zagrałaś, rzeczywiście ma we Francji status takiej gwiazdy?
– I to od razu czuć. Nie zrozum mnie źle: Jean jest profesjonalny, nigdy się nie wywyższa, ma w sobie lekkość w kontaktach z ludźmi. Ale kiedy tylko gdzieś się pojawia, od razu wszyscy inaczej się zachowują. To dwór tworzy króla. W Polsce nie ma takich gwiazd filmowych. Albo inaczej: nie ma takiego kultu gwiazd jak we Francji.

Jak ci się grało po francusku?
– Miałam za sobą trzy lata nauki francuskiego w liceum, więc byłam dobrej myśli. Jednak już na pierwszej próbie okazało się, że reżyser lubi improwizować. Stwierdził, żebym się nie przyzwyczajała za bardzo do scenariusza, bo zmienia kwestie na bieżąco w trakcie zdjęć. Przestraszyłam się, bo to wyzwanie, kiedy musisz reagować spontanicznie w języku, którym nie posługujesz się biegle. Ale dałam radę. Na planie pracowałam z coachem językowym. Dziś to właściwie standard. Nawet na etapie self-tape'ów się zdzwaniamy, żeby popracować nad akcentem do roli.

Dużo tych self-tape'ów nagrywasz?
– Pracuję w tej formule od ponad 10 lat. Miałam sporo szczęścia – pierwszy casting, na który wysłałam self-tape, wygrałam. To było chyba w 2015 czy 2016 r. Do niezależnego filmu „Bad Day for the Cut”, który trafił na Sundance. Uczyłam się na własną rękę, jak przygotowywać nagrania. Oglądałam tutoriale na YouTubie, brałam udział w zagranicznych warsztatach. Ważne są kwestie techniczne: ustawienie kamery, oświetlenie.

Czyli kiedy przyszła pandemia i cały proces castingowy przeniósł się do sieci, byłaś kilka kroków przed resztą.
– Dziś stało się to standardem: najpierw self-tape, potem rozmowa na Zoomie, dopiero na koniec spotkanie. Z jednej strony to ułatwia sprawę, nie trzeba lecieć do Los Angeles czy Londynu. Jednak nie oszukasz tej chemii, która rodzi się w interakcji na żywo. Tutaj musisz sam być sobie reżyserem, operatorem itd. Poza tym zdarza się, że self-tape'y trafiają w czarną dziurę: nagrywasz scenę i nie dostajesz żadnej informacji zwrotnej, a na castingu możesz cokolwiek wyczuć nawet z mowy ciała.

Właściwie dlaczego nie oglądamy cię w polskich filmach?
– Dobre pytanie. W zeszłym roku doszłam do finałowego etapu 11 castingów do głównych ról w polskich produkcjach i żadnej z tych ról nie wygrałam. Jest oczywiście masa czynników, które wpływają na taką decyzję. Dałam z siebie wszystko, ale dany projekt potrzebował po prostu kogoś innego. Z tym trzeba się pogodzić. Choć przychodzi czasem gorszy dzień i zastanawiam się, czy coś ze mną jest nie tak.

I wtedy oglądasz „Obecność”?
– A wiesz, że czasem tak? Poza tym wyznają zasadę „rejection is protection”. To znaczy: jeśli spotykam się z odmową, traktuję to w kategoriach nie porażki, tylko błogosławieństwa. Wychodzę z założenia, że takie odrzucenie chroni mnie przed czymś, co nie byłoby dla mnie dobre.

Anna Próchniak

• Ur. w 1988 r. Lublinianka, absolwentka Wydziału Aktorskiego PWSFiTT w Łodzi (2013). Na ekranie zadebiutowała w 2012 r. w „Bez wstydu” Filipa Marczewskiego. Za rolę w „Mieście '44” Jana Komasy zdobyła nominację do Nagrody im. Zbyszka Cybulskiego. Od 10 lat z powodzeniem występuje w zagranicznych produkcjach. Kreacja, którą stworzyła w serialu „Tatuażysta z Auschwitz” (2024), przyniosła jej nominację do szkockich nagród BAFTA (serial w serwisie SkyShowtime). Zagrała też w filmach „Niewinne”, „Najlepszy” czy „Oleg”. We Francji miał już premierę jej ostatni film, „Les Rayons et les Ombres” w reż. Xaviera Giannolego. Nie ma jeszcze daty polskiej premiery.

eprasa.pl eddb2a5eb2

„PANIE DOKTORZE, SPRZĘT NIE DZIAŁA”

Czasem gabinet lekarski to miejsce,
w którym po raz pierwszy mężczyźni na głos mówią, że dzieje się coś, co ich niepokoi.

FOT. GETTY IMAGES

Z **DR. PIOTREM ŚWINIARSKIM,** UROLOGIEM I ANDROLOGIEM ROZMAWIA **ANNA J. DUDEK**

Z raportu Fundacji Kulczyk „Andropauza bez tabu” wynika, że dwie trzecie Polaków nie znają tego pojęcia. Aż 72 proc. mężczyzn nigdy się z nim nie zetknęło. Co to jest ta andropauza?
– Często postrzegana jest jako odpowiednik kobiecej menopauzy. Ale świadomość jej objawów jest niższa. Kiedy mężczyzna zaczyna odczuwać spadek energii życiowej i seksualnej, zauważa gorszą kondycję fizyczną oraz trudności z koncentracją czy pamięcią, przybiera na wadze, łysieje czy ma spadek libido, rzadko myśli, że to andropauza. Myśli więc, że to może depresja albo po prostu zaczął tyć lub odczuwać zaburzenia erekcji.

Ważne jest, żeby objawów, które mogą być związane z andropauzą, nie rozpoznawać nadmiernie, bo nie zawsze będzie to właśnie to, ale z drugiej strony nie należy zapominać, że andropauza istnieje i faceci mogą się mierzyć z jej następstwami.

Mam w gabinecie mężczyzn, którzy mają wiele objawów i można u nich rozpoznać andropauzę. Ale w pewnej mierze od nas samych zależy, czy andropauza w ogóle nas dopadnie, a jeśli tak, to jak szybko.

Andropauza to dobre określenie?
– Nie jest idealne, wręcz powiedziałbym, że medycznie nie istnieje, ale już funkcjonuje w przestrzeni publicznej. Dlatego jest lepsze do szerzenia wiedzy o tym procesie w społeczeństwie od bardziej wysublimowanych medycznie określeń. Zdecydowanie łatwiej jest mówić w środkach masowego przekazu o andropauzie, jeśli społeczeństwo już kojarzy menopauzę, mimo że w andropauzie nie ma pauzy, czyli nagłej utraty androgenów, ale jest powolny spadek poziomu testosteronu wraz z wiekiem mężczyzny. Poza tym andropauza dotyczy tylko ok. 20 proc. mężczyzn po 60. roku życia (choć czasem nawet 40- czy 50-latków), ale nigdy wszystkich mężczyzn. A menopauza dotyczy wszystkich kobiet.

Boi się pan andropauzy?
– Robię wszystko, żeby mnie nie dopadła. Mam wielu pacjentów, którzy trafili do mnie w stanie, powiedziałbym, ogólnego zaniedbania, bo nie kontrolowali masy ciała czy ignorowali nadciśnienie, ale przełomem była wizyta i określenie dolegliwości, co pozwoliło na powrót do formy i zdrowia. To możliwe także po 50. czy 60. roku życia.

Ale mało który mężczyzna udaje się do lekarza. Myśli, że może jest przemęczony, bo ma dużo stresu w pracy, ma sporo na głowie, w domu nastolatki z burzą hormonów...

> Jeśli mężczyzna będzie zaniedbywał samobadanie – bo ma projekt w pracy, nie chce mu się, boi się, że coś wyczuje – to jego rokowanie w razie diagnozy istotnie się zmieni

– Przyczyną andropauzy jest hypogonadyzm późnego początku czyli nie tylko spadek poziomu testosteronu, który pełni u mężczyzn funkcję ochronną, ale także postępująca niewydolność całej osi hormonalnej: podwzgórze – przysadka – jądra, oraz spadek liczby i wrażliwości receptorów androgenowych. Jeśli stymulacja hormonalna jąder nie daje efektu klinicznego, bo, w skrócie, jądra są już po prostu niewydolne, powinniśmy rozważyć przejście na hormonalną terapię zastępczą. Odpowiedni poziom testosteronu utrzymany przez całe życie mężczyzny zmniejsza ryzyko zawału, udaru, otyłości, cukrzycy czy nadciśnienia.

Mężczyźni się nie badają i panicznie boją się wizyty u urologa. Trafiają tam dopiero, kiedy zaczynają odczuwać problemy z prostatą, zwykle po pięćdziesiątce. Kiedy powinna się odbyć pierwsza wizyta u urologa?
– Przede wszystkim każdy facet powinien się badać samodzielnie w zakresie jąder, prącia i piersi pierwszego dnia każdego miesiąca. To powinien być rytuał: wchodzę pod prysznic i macam. Jeśli coś mnie zaniepokoi w zakresie kształtu, wielkości, zgrubienia, to wtedy czym prędzej idę do urologa.

18-latek powinien się pojawić z badaniem nasienia i badaniami hormonalnymi po to, aby potwierdzić, że prawidłowo przeszedł okres dojrzewania, jądra doszły do pełnej wielkości i funkcji, jest płodny i ma odpowiedni poziom testosteronu na początku dorosłego życia. 35-, 40-latek powinien się pojawić w gabinecie u lekarza, żeby sprawdzić, czy wszystko jest w porządku w zakresie układu moczowego i płciowego, jeśli rozpoczął już regularne potwierdzanie swojego zdrowia.

Na pewno 45 lat to taki wiek, kiedy trzeba pójść obowiązkowo, bo w tym czasie pojawia się ryzyko raka prostaty lub łagodnego przerostu gruczołu krokowego, co może osłabiać facetowi strumień moczu i dawać objawy z dolnych dróg moczowych, jak np. parcie na mocz, nocne wstawanie do toalety czy uczucie niepełnego opróżnienia pęcherza. Mam coraz więcej takich pacjentów, którzy przychodzą, bo chcą potwierdzić swoje zdrowie, a nie szukać chorób. Ale panuje też przekonanie, że nie pójdę do lekarza, bo jeszcze coś mi znajdzie. A my mamy chodzić do lekarza nie po to, żeby coś znalazł, tylko żeby potwierdził, że wszystko jest w porządku, że jesteśmy zdrowi.

Ale jednak większość mężczyzn odczuwa lęk przed badaniami. Wstydzą się?
– Boją się mitycznego badania transrektalnego, co wynika w dużej mierze z jakiegoś rodzaju zawstydzenia. Warto podkreślić, że nie każda wizyta u urologa oznacza zbadanie prostaty, bo wszystko zależy od tego,

eprasa.pl eddb2a5eb2

z jakiego powodu tam trafiliśmy. Ale jeśli już dojdzie do badania gruczołu krokowego palcem przez odbytnicę, to wszyscy mężczyźni zgodnie mówią: „Było lepiej, niż się spodziewałem". Jest to zwykłe, szybkie i bezbolesne badanie, ale obrosło historią na tyle, że przedstawiane jest w filmach i memach jako symbol wizyty u urologa.

Z raportu wynika nie tylko to, że mężczyźni za rzadko się badają, ale także to, że czują się bardzo osamotnieni w sytuacji, w której zaczynają się gorzej czuć i mają wrażenie, że się starzeją.
– W naszej kulturze, wciąż głęboko patriarchalnej, panuje przekonanie, że facet ma sobie poradzić. Sam. Dać radę, ogarnąć, wziąć się w garść i się nie mazać. Tak zostaliśmy wychowani, a te wzorce są tak głęboko wdrukowane, że trudno się przełamać, bo jeśli wyłamię się z maczystowskiego podejścia, to jeszcze się okaże, że jestem słaby. Zamiast więc zająć się sobą, pójść do lekarza, skaczą na bungee, wyjeżdżają na drugi koniec świata albo lecą na siłownię i zaczynają brać testosteron od trenera. Idą po radę do doktora Google'a, a ten im podsuwa środki na erekcję. Liczą, że testosteron i środek na potencję z nieoznakowanej paczki z internetu im pomoże.

Jeśli ten środek nie pomoże, to co?
– Jeśli mówimy o zaburzeniach erekcji, to warto podkreślić na wstępie, że problemy z erekcją należy traktować jako objawy innych schorzeń, a nie chorobę samą w sobie. Oznacza to, że zaburzenia erekcji średnio wyprzedzają o 3-5 lat zawał serca, udar mózgu lub ostry zespół wieńcowy bądź mogą być pierwszym objawy cukrzycy lub depresji.

Zasadniczo przyczyny zaburzeń erekcji są bardzo szerokie, a nie tylko „nie wyspałem się", „mam gorszy czas" lub „to tylko kwestia atrakcyjności partnerki". Dlatego w mojej klinice mamy interdyscyplinarny zespół zajmujący się zaburzeniami erekcji, w skład którego wchodzą nie tylko urolog-androlog, ale także kardiolog, diabetolog, psycholog, seksuolog, endokrynolog, fizjoterapeuta urologiczny i dietetyk.

Leczeniem pierwszego rzutu są oczywiście doustne leki wspierające erekcję. Jeśli one nie pomagają, mimo leczenia chorób podstawowych, to pozostaje jeszcze możliwość skorzystania z fali uderzeniowej ESWT, pomp erekcyjnych z pierścieniami czy leków wazoaktywnych podawanych w formie zastrzyków do prącia lub aplikacji docewkowych. Ostatnią, ale najskuteczniejszą deską ratunku jest implant ciał jamistych prącia. Pozwala mieć erekcję, kiedy tylko pacjent potrzebuje i jak długo tylko chce. Dzięki temu nie martwi się już o zaburzenia erekcji, ale skupia na tym żeby spotkanie było miłym i satysfakcjonującym obie strony przeżyciem. Co warto podkreślić: po operacji wszczepienia implantu prącia mężczyzna ma erekcję dzięki protezie, ale ma zachowane wszystkie doznania jak przed zabiegiem: dotyk, przyjemność, orgazm – i jeśli nie było przerwanych dróg nasiennych – to także wytrysk.

Zaburzenia erekcji średnio wyprzedzają o 3-5 lat zawał serca, udar mózgu lub ostry zespół wieńcowy bądź mogą być pierwszym objawem cukrzycy lub depresji

Zdarza się, że pacjent podczas wizyty otwiera się i zwierza?
– Wszystko się zdarza. Czasem gabinet lekarski to miejsce, w którym po raz pierwszy ludzie na głos mówią, że dzieje się coś, co ich niepokoi. Trzeba wziąć pod uwagę, że lekarz ma zwykle mało czasu dla pacjenta, bo system jest przeładowany. Dodatkowo w Polsce nie istnieje w ogóle instytucja pielęgniarki czy sekretarki medycznej, która może przejąć część obowiązków lekarza, żeby on miał czas skupić się na zebraniu wywiadu, zbadaniu pacjenta i zaleceniu postępowania. Takie rozwiązanie zaoszczędziłoby nam bardzo dużo czasu. A my musimy zaraportować całą wizytę, przejść wszystkie procedury, wypełnić papiery, wypisać recepty, co sprawia, że czasu dla pacjenta jest mniej.

A pamiętajmy, że to dla pacjenta zwykle duże przeżycie, musi się przełamać, żeby przyjść i zapamiętać wszystkie zalecenia.

Przychodzi pacjent do gabinetu i co mówi?
– „Panie doktorze, nie wiem dlaczego, ale sprzęt nie działa tak jak kiedyś. Kiedyś erekcja była na pstryknięcie palcami, a teraz czasem jest lepsza, czasem gorsza, a przez to już odechciało mi się seksu. A poza tym mam problemy z przedwczesnym wytryskiem, często boli mnie w kroczu i piecze w cewce, no i staramy się z żoną o dziecko. Myślałem, żeby skorzystać z porady znajomego trenera z siłowni i zaczynam w przyszłym tygodniu zastrzyki z testosteronu" – w ten sposób chciałem pokazać, ile problemów może się skumulować w jednym pacjencie. Często na jednej wizycie nie jesteśmy w stanie zająć się gruntownie wszystkimi kwestiami, więc albo skupiamy się na najbardziej doskwierającym, albo zajmujemy się wszystkim tylko troszkę, żeby zarysować kierunek diagnostyki i leczenia. Zawsze podkreślam, że największą przeszkodę pacjent pokonał w momencie wejścia do gabinetu: przyznał się przed sobą, że ma problem, z którym sam sobie nie poradzi, i że potrzebuje specjalistycznej pomocy. Po pokonaniu tej bariery wstydu i „samowystarczalności" dalsze postępowanie jest już zwykle przez pacjentów odbierane jako z górki.

Wracamy do wstydu. To dlatego, że za mało wiemy o swoim zdrowiu, w tym seksualnym?
– Oczywiście. Przecież my nie mamy żadnej edukacji seksualnej, a wiedzę o tym, czym jest seks i jak wygląda, czerpiemy często z pornografii, która wypacza obraz. Mężczyznom się wydaje, że mają być właśnie tacy jak ci aktorzy na ekranie. Miała być edukacja zdrowotna, nie ma edukacji zdrowotnej, a przecież to jest kluczowa sprawa, żeby rozmawiać z dziećmi i je edukować w kwestii różnych aspektów zdrowia, w tym ich seksualności. Bo z takich dzieci, które wiedzę czerpią z internetu i od kolegów, wyrastają dorośli, którzy wstydzą się iść do lekarza i mówić o tym, co im dolega.

Czy lekarze badają się regularnie?
– Mimo że powinni świecić przykładem dla pacjentów, obawiam się, że bywa różnie z regularnością samobadania jąder, prącia i piersi oraz badań okresowych odpowiednich do wieku. To ważne, bo jeśli mężczyzna będzie zaniedbywał samobadanie – bo ma projekt w pracy, nie chce mu się, boi się, że coś wyczuje – to jego rokowanie w razie diagnozy istotnie się zmieni.

Rak jądra rozwija się szybko, więc im szybciej pacjent trafi do lekarza, zostanie zdiagnozowany, tym większe ma szanse na przeżycie i pełne wyzdrowienie. Od diagnozy do zabiegu mija tydzień, to się dzieje błyskawicznie. Rak prostaty rozwija się wolniej, ale także należy regularnie być pod kontrolą urologa, gdyż wcześnie wykryty daje w wielu przypadkach szansę na pełne wyleczenie. Warto dodać, że rak prostaty to najczęstszy nowotwór męski na świecie.

Podsumowując: jakie są najważniejsze wnioski płynące z raportu?
– Raport Kulczyk Foundation „Andropauza bez tabu" pokazuje nie tylko, jaki jest stan wiedzy w społeczeństwie o andropauzie jako o terminie medycznym, ale też, co ważniejsze, jakie są obawy mężczyzn, ich oczekiwania w zakresie własnego zdrowia oraz jak istotna jest rola najbliższych, w tym żon, matek, sióstr i córek, które często dbają nie tylko o ognisko domowe i rodzinę, ale także o zdrowie wszystkich jej członków.

Myślę, że ten raport jest świetnym punktem wyjścia do poszerzenia obszarów wiedzy i świadomości społecznej w zakresie męskiego zdrowia, szczególnie mężczyzn w wieku dojrzałym, ale także do wprowadzenia realnych zmian w systemie ochrony zdrowia, dzięki którym poprawimy jakość i długość życia mężczyzn, która jest w Polsce o ponad 7 lat krótsza niż kobiet. Wiedząc, ile dotychczasowe działania Fundacji zmieniły w zakresie menopauzy, mam nadzieję, że uda się co najmniej powtórzyć ten sukces w zakresie andropauzy. ●

REKLAMA
Kraj/34428888

1 RP

eprasa.pl eddb2a5eb2

MASZ DEPRESJĘ? USIĄDŹ NA ŁAWCE

Źródłem ogromnej liczby chorób i zaburzeń psychicznych są problemy w środowisku pacjenta.

Z **DR. TOMASZEM WITKOWSKIM*** PSYCHOLOGIEM ROZMAWIA **KASPER KALINOWSKI**

FOT. HENRIK SORENSEN/GETTY IMAGES

Skąd pomysł na wydanie w Polsce podręcznika do samopomocy dla osób chorych psychicznie?
– To nie tylko samopomoc, to też instruktaż, jak pomóc bliskim.

Inspiracją jest książka „Where There Is No Psychiatrist" prof. Vikrama Patela i prof. Charlotte Hanlon. I związany z nią model myślenia o „psychicznej pierwszej linii", która jest odpowiedzią na banalny i brutalny fakt – w wielu miejscach świata specjalistów jest za mało, by „klasyczna psychiatria" mogła pomóc zażegnać kryzys zdrowia psychicznego.

Gdy Patel zaczynał pracę jako psychiatra, wyjechał do Zimbabwe, gdzie pisał doktorat. W tym kraju przypadał jeden psychiatra na 1,5 mln mieszkańców. W Czadzie, Erytrei i Angoli było jeszcze gorzej – tam jeden psychiatra przypadał na cały kraj.

Patel postanowił dać potrzebującym podręcznik. Nie ma w nim metod niepotwierdzonych naukowo porad czy opinii. To zbiór metod dostępnych dla przeciętnego człowieka. Nie trzeba być specjalistą, by je zastosować.

Podręcznik powstał na wzór wcześniejszego i sprawdzonego na całym świecie „Where there's no doctors" („Kiedy nie ma lekarza"), który jest uniwersalnym, kompendium medycznym opisującym większość sytuacji zdrowotnych, medycznych, urazów, chorób podstawowych oraz sposobów radzenia sobie w sytuacji, kiedy nie ma dostępu do lekarza.

Kim jest Vikram Patel?
– To niesamowity człowiek. Był bardzo chorowitym dzieckiem, kilka razy otarł się o śmierć. Gdy postanowił zostać lekarzem, stwierdzono, że nie dożyje przecież czasu rozpoczęcia studiów medycznych.

Nie tylko skończył studia, ale został jednym z najbardziej znanych psychiatrów na świecie. W 2015 r. tygodnik „Time" uznał go jednym ze 100 najbardziej wpływowych ludzi świata.

To Patel pokazał Zachodowi skalę cierpienia psychicznego w krajach rozwijających się. Do pewnego czasu uważano, że np. depresja dotyczy tylko cywilizacji zachodniej. To m.in. Patel i jego współpracownicy odkryli, że dotyka w takim samym stopniu ludzi z krajów biednych, jak ludzi Zachodu.

W Zimbabwe spotkał Dixona Chibandę, jednego z kilku psychiatrów w tym kraju. Jego pacjentka popełniła samobójstwo tylko dlatego, że nie miała 10 dolarów na bilet, żeby móc przyjechać do szpitala. To mocno wstrząsnęło początkującym psychiatrą.

Chibanda zainicjował wówczas projekt „ławki przyjaźni". To specjalnie oznaczone ławki, które są ustawiane w pobliżu przychodni czy w innych miejscach publicznych. Postanowił przeszkolić nieprofesjonalistów, żeby mogli pomagać osobom z problemami psychicznymi. Przydzielono mu do pomocy kilkanaście kobiet po pięćdziesiątce po kursach z profilaktyki AIDS. W Afryce to grupa, która cieszy się największym zaufaniem społecznym.

Jeśli ktoś ma jakiś problem, przysiada na ławce i zaczyna rozmawiać z jedną z nich. Okazało się, że metoda sprawdza się bardzo dobrze. Badania pokazały, że u połowy osób korzystających z tej formy pomocy nastąpiła redukcja objawów depresji.

Teraz Patel organizuje podobne interwencje w różnych miejscach świata – pomaga np. cierpiącym na depresję poporodową w Pakistanie.

Przykłady aktywności Patela i jego współpracowników, najczęściej wolontariuszy, można mnożyć. Badania pokazują, że są skuteczniejsze od formalnych systemów opieki zdrowotnej.

Właśnie te metody będę mogli poznać polscy czytelnicy?
– Tak, m.in. metody, które są stosowane na ławkach przyjaźni. Z grupą wolontariuszy kończymy pracę nad polskim wydaniem podręcznika Patela i Hanlon, który będzie nosił tytuł „Tam gdzie nie ma psychiatry". W ciągu kilku tygodni każda osoba będzie go mogła za dar-

eprasa.pl eddb2a5eb2

mo ściągnąć ze strony www.tamgdzieniemapsychiatry.wordpress.com.

To wstyd, że nie wydano go dotychczas w Polsce. Jest dostępny w kilkunastu różnych językach na całym świecie.

Swoją filozofię działania Patel określa mianem „Sundar". To akronim.

S – „simplify the message" – „uprościć przekaz". Podkreśla, że cały język psychiatrii i psychologii jest przesiąknięty specjalistycznym żargonem, przez co jest niezrozumiały dla przeciętnego człowieka. Upraszczanie nie oznacza oczywiście trywializowania, ale uczynienie bardziej przystępnym.

„UN" oznacza „UNpack the treatment", czyli „rozpakowywanie", rozłożenie na mniejsze elementy. Sposoby postępowania terapeutów składają się z rożnego rodzaju metod. Jedna z proponowanych interwencji to aktywizacja osób, które doświadczają stanów depresyjnych. Ta technika może zostać skutecznie zastosowana po kilku godzinach prostego szkolenia.

„D" pochodzi od „deliver it where people are" – chodzi o to żeby dostarczyć pomoc w miejsce gdzie żyją chorzy. To nie cierpiący powinni szukać pomocy w odległych miejscach, ale pomoc powinna trafić do nich.

Wiąże się to z „A" od „affordable and available human recources" – uczynienie pomocy dostępną dla przeciętnego człowieka w sensie ekonomicznym.

Ostatni człon filozofii Patela „R" pochodzi od „reallocation of specialists to train and supervise". Przy tego typu działaniach trzeba jak najpełniej wykorzystywać profesjonalne zasoby, które już istnieją. Jeśli gdzieś są eksperci, powinni być wykorzystywani głównie do przeszkolenia pomagającym na pierwszej linii. Nie ma sensu obciążać ich wyłącznie pracą z pacjentami, których jest zwyczajnie za dużo.

Co znajdziemy w podręczniku?
– Odpowiednio pogrupowane zaburzenia i choroby psychiczne, jak zaburzenia zachowania, uzależnienia itd. Są tam wskazówki, jak postawić diagnozę, jak udzielić pierwszej pomocy lub czego nie robić w żadnym wypadku. Znajdziemy również podstawowe informacje o lekach.

Sam język jest niezwykle przystępny. Początkowo podręcznik był kierowany do pielęgniarzy, pracowników socjalnych, czyli ludzi, którzy potrafią czytać, co w biednych krajach wciąż bywa problemem. Z czasem stał się znanym na całym świecie kompendium pierwszej pomocy w zakresie zdrowia psychicznego.

Nie nasili się przez to niebezpieczeństwo autodiagnozy?
– Zacznijmy od tego, że nawet w najbogatszych krajach zachodnich mniej więcej połowa potrzebujących nie ma dostępu do profesjonalnej opieki w zakresie zdrowia psychicznego. Przyczyną nie muszą być wyłącznie finanse, czasem to miejsce zamieszkania. Np. w Finlandii niektórzy potrzebujący muszą przebyć kilkaset kilometrów, aby uczestniczyć w terapii.

Lepsza jest prosta pomoc i to oparta na źródłach naukowych, niż brak pomocy. W podręczniku nie ma żadnych wątpliwych działań. Nie ma bagatelizowania problemów czy nakłaniania do unikania specjalistów.

W mojej opinii trudno znaleźć w nim cokolwiek, co mogłoby być szkodliwe lub niebezpieczne. Porównajmy to do zakładania opatrunku. Czy założenie opatrunku na krwawiącą ranę może być szkodliwe? Prawdopodobnie tak prosty zabieg nie zastąpi leczenia głębokich ran czy ciężkich oparzeń, ale pierwsza pomoc jest niezbędna. Dokładnie tak działa ten podręcznik. To pierwsza pomoc, często jedyna możliwa w danych warunkach.

To konkurencja dla psychiatrów?
– Patel nie jest lubiany przez establishment. Powód jest prosty. Głosi potrzebę jego ominięcia. Nie mówiąc już o tym, że nie zostawia suchej nitki na nienaukowych, długotrwałych metodach psychoterapii, jak wciąż mająca się dobrze psychoanaliza.

Patel twierdzi również, że z perspektywy praktyki wiele kryteriów diagnostycznych nie ma sensu. Co ma na myśl?
– Nawiązuje do amerykańskiego podręcznika diagnostyczno-statystycznego DSM – najpowszechniej chyba na świecie używanej psychiatrycznej „Biblii" diagnostycznej oraz do klasyfikacji wszystkich chorób sporządzonej przez WHO i znanej jako ICD.

Jego krytyczna opinia na temat zamieszczonych tam kryteriów nie jest odosobniona.. Podziela ją również amerykański psycholog prof. Uniwersytetu Harvarda, Jerome Kagan, i wielu innych światowej sławy ekspertów.

Pierwsze wydanie DSM z 1952 r. zawierało 106 jednostek diagnostycznych. DSM-V zdaniem niektórych diagnostów umożliwia postawienie ponad 600 różnych diagnoz.

Narodowy Instytut Zdrowia USA wycofał finansowanie badań i prac rozwojowych nad DSM, twierdząc, że jest nietrafny diagnostycznie.

Kolejna rzecz to to, że przy pracy nad DSM-V większość ekspertów miała konflikt interesów, którego nie zadeklarowała. Chodziło np. o udziały w firmach farmaceutycznych produkujących leki psychotropowe.

Z perspektywy genetyki behawioralnej prof. Robert Plomin mówi, że DSM i podręczniki diagnostyczne nadają się na śmietnik. Jego zdaniem powinniśmy mówić o jednym czynniku, który proponuje nazwać czynnikiem „p", który oznaczałby po prostu psychopatologię.

To analogia do popularnej koncepcji czynnika ogólnego inteligencji – „g". Każdy z nas w jakiś sposób jest narażony na pewnego rodzaju psychopatologię. To, czy ta manifestuje się w postaci depresji czy psychozy, zależy od innych indywidualnych predyspozycji i wpływów środowiska. Zdaniem Plomina mnożenie jednostek diagnostycznych mija się z celem.

A może wzrost liczby etykiet diagnostycznych to prostu konsekwencja medykalizacji naszego życia?
– Oczywiście. Jednak z DSM czy ICD jest jeszcze inny problem. Żadne choroby psychiczne poza narkolepsją nie mają markerów biologicznych. O ile po sprawdzeniu poziomu przeciwciał czy hormonów jesteśmy w stanie zdiagnozować choroby somatyczne i na ich podstawie stawiamy diagnozy, to w przypadku chorób psychicznych opieramy się wyłącznie na częstotliwości i czasie trwania objawów.

Aby można było zdiagnozować jakąś chorobę, muszą np. wystąpić co najmniej trzy objawy z pięciu przez co najmniej kwartał. Patel podkreśla, że medycynę posunęło do przodu diagnozowanie różnicowe. Kiedyś diagnozowano tylko kaszel, teraz rozróżniamy np. kaszel z powodu gruźlicy, zapalenia oskrzeli czy zanieczyszczenia powietrza. Różnicowanie chorób pozwalało wychwycić ich rzeczywiste przyczyny. Cała filozofia podręczników diagnostycznych opiera się na tym.

Jednak w psychiatrii mnożenie zaburzeń okazało się ślepą uliczką. Nie identyfikujemy dzięki niemu lepiej ani przyczyn chorób, ani sposobów oddziaływania na nie.

To jak podejście „skoncentrowane na pacjencie i oparte na objawach" zmienia tradycyjny model opieki psychiatrycznej, który zazwyczaj opiera się na diagnozie medycznej i klasyfikacjach takich jak ICD-10?
– Nie zawsze to, co drogie, się sprawdza. Rygor metodologiczny Patela i weryfikowanie wszystkich metod, które propaguje i proponuje, jest tym, co odróżnia jego działania od wielu powszechnie stosowanych metod.

Część z nich to nie tylko kosztowne, ale niezwykłe długie metody postępowania, które czasem trwają latami. Patel kładzie nacisk na działania krótkoterminowe, skuteczne, tanie i powszechnie dostępne. Mówi o demokratyzacji dostępu do pomocy psychiatrycznej. Badania nad skutecznością tych form pomocy często pokazują dwukrotnie wyższą skuteczność w porównaniu do tradycyjnej opieki, jaką zapewnia służba zdrowia.

A upraszczając język i procedury, nie obniżymy jakości diagnoz?
– Pytanie, które powinniśmy sobie zadać, brzmi: Czy jakość diagnoz przekłada się na efektywność leczenia?

To, czy postawiliśmy diagnozę, co jest przyczyną kaszlu, miało absolutnie kluczowe znaczenie dla pacjenta, leczenia i jego przeżycia. Czy stawiając tak zróżnicowane diagnozy w psychiatrii, doprowadzamy do tego, że pacjenci są szybciej i skuteczniej leczeni? Nie znam wyników badań, które potwierdzałyby taką tezę.

Dzisiejsza psychiatria za bardzo ufa etykietom diagnostycznym. Jakie inne problemy pana zdaniem ją trapią?
– Według mnie uderzający jest sam sposób myślenia o chorobach i zaburzeniach psychicznych w bogatym świecie Zachodu. Rozwiązanie w zasadzie wszystkich problemów psychicznych widzimy w gabinetach. Problem polega jednak na tym, że źródłem i przyczyną ogromnej liczby chorób i zaburzeń psychicznych są problemy, które są obecne w środowisku pacjenta.

Jakiś czas temu głośny był przypadek samobójstwa kilkunastoletniej dziewczynki. Śledztwo wykazało, że ani szkoła, ani szpital psychiatryczny, w którym ją leczono, ani ktokolwiek z otoczenia nie popełnił żadnego błędu. Zrobiono wszystko, co należało.

Czyli owo „wszystko" jest dalece niewystarczające. Problemem okazała się przemoc w rodzinie. Należało interweniować w środowisku, zamiast oddziaływać na pacjentkę, ale tego obowiązujące procedury nie uwzględniały.

Takie błędne myślenie o chorobach psychicznych często przyrównuję do sytuacji, w której niedożywione dziecko chodzi zimą w dziurawych butach i zapada na zapalenie płuc. Nawet jeśli wyślemy je do lekarza, i zastosujemy najlepsze możliwe antybiotyki, to jeśli z powrotem założy dziurawe buty i znów głodne pójdzie do szkoły, problem powróci.

To najbardziej fundamentalny błąd w myśleniu o chorobach psychicznych – upatrywanie ich rozwiązania w gabinetach. Tymczasem często wystarczy zmiana w środowisku chorego.

A może system bardziej troszczy się o własny spokój niż o dobro pacjenta?
– System tworzą ludzie. Powinniśmy wymagać od nich wrażliwości na cierpienie i odpowiedzialności za wyniki ich pracy.

Pojawiają się cenne inicjatywy związane z psychiatrią środowiskową. To jest właśnie przykład racjonalnego działania w obszarze zdrowia psychicznego, więc jeśli coś takiego widzimy, przede wszystkim nie powinniśmy przeszkadzać. Niestety, w naszym kraju podobne przedsięwzięcia są torpedowane przez Ministerstwo Zdrowia.

W podręczniku jest bolesne określenie świata jako „klinicznej pustyni". Jak możemy ją nawodnić?
– System melioracyjny mogą stworzyć m.in. inicjatywy takie jak podręcznik „Tam, gdzie nie ma psychiatry". Pomaga zrozumieć, czym jest choroba psychiczna, czego nie należy robić, a lepsze zrozumienie to podstawa.

Mnożenie zaburzeń okazało się ślepą uliczka. Nie identyfikujemy dzięki niemu lepiej ani przyczyn chorób, ani leczenia

Ale w krajach, o których rozmawiamy, ważną rolę odgrywają „tradycyjni uzdrowiciele" czy duchowni. Współczesna psychiatria może z nimi współpracować?
– Jestem świeżo po lekturze kilku prac z zakresu medycyny, które omawiają sposoby leczenia HIV czy gruźlicy w krajach biednych. Okazuje się, że

jeżeli istnieje ścisła synchronizacja pracy lekarza z uzdrawiaczem czy szamanem i obaj wspólnie planują działania, to rezultaty są pozytywne.

Pogorszenie stanu pacjentów jest niemal pewne, gdy szamani działają niezależnie od lekarzy.

Jedyną realną możliwością działania w takich krajach jest uwzględnienie tradycyjnych uzdrowicieli w ramach instytucjonalnej opieki, ale wymagałoby to ich podporządkowania. Inaczej będą przynosić szkody.

A jak doświadczenia zdobyte w Rwandzie czy Haiti mogą stać się inspiracją dla reformy systemów opieki zdrowotnej w krajach wysoko rozwiniętych?
– Mówiliśmy już o tym, że nawet w bogatych krajach prawie połowa potrzebujących nie otrzymuje pomocy. Patel ustawił „ławki przyjaźni" w Waszyngtonie, Niemczech czy w Kanadzie. Z powodzeniem.

Doświadczenia Chibandy czy Patela zmuszają do stosowania tylko tego, co tanie i skuteczne. Ich praca to nieustanna i bezwzględna selekcja metod i narzędzi pomocy. Niestety, takiego rygoru nie ma w krajach zachodnich, gdzie akcentuje się wiele podejść i nurtów terapeutycznych. Ich liczba jest swego rodzaju wartością. W warunkach gdy mnóstwo osób cierpi nie można pozwolić sobie na taki eksperymentujący pluralizm.

W podręczniku mowa jest o „luce między wiedzą a działaniem". Co jest obecnie największą barierą we wdrażaniu sprawdzonych naukowo metod leczenia?

***dr Tomasz Witkowski**

• psycholog, pisarz, publicysta. Autor i współautor 19 książek (w tym 5 wydanych w USA), kilkudziesięciu artykułów naukowych i kilkuset popularnonaukowych. W 2025 r. ukazał się jego zbiór esejów „Zawracanie statków głupców". Za działalność promującą naukę, racjonalne myślenie i walkę z pseudonauką otrzymał w 2010 r. tytuł Racjonalisty Roku, a w 2020 r. zwyciężył w plebiscycie czytelników magazynu „Focus" w kategorii „Naukowy aktywista".

FOT. WIKIMEDIA COMMONS CC BY-SA 4.0

eprasa.pl eddb2a5eb2

– Myślę, że przede wszystkim komercjalizacja usług kierowanych do cierpiących.

Choroba psychiczna przypomina skrzynkę, do której klucz mają nieliczni, co zapewnia im dostęp do rynku i drogich usług. Bardzo często establishment terapeutyczno-psychiatryczny nie jest zainteresowany ani profilaktyką, ani samopomocą, bo na tym zwyczajnie się nie zarabia.

Brakuje odpowiedniej edukacji, profilaktyki. Mimo że psychologia odkryła wiele metod budowania odporności psychicznej i wiemy, jak np. pracować z dziećmi, żeby zapobiegać problemom ze zdrowiem psychicznym, robimy to niezwykle rzadko.

Przeciwdziałanie stygmatyzacji polega głównie na zachęcaniu do przyjścia do gabinetu. Nie widzę programów rządowych, które miałyby wyjaśniać, czym jest schizofrenia, choroba dwubiegunowa, przekonywać społeczeństwo, że chorób psychicznych nie należy się bać.

Sporadycznie bywam w liceach. Młodzież jest wyedukowana z psychopatologii, ale robi to sama. Wiedzę czerpie oczywiście z internetu. W szkołach często brakuje odpowiednich zajęć.

Kryzys psychiatrii, zwłaszcza dziecięcej, osiągnął w Polsce alarmującą skalę? Może potrzebujemy takich oddolnych inicjatyw?
– Możliwe, że nasz podręcznik, jeśli stanie się znany, w jakiś sposób pomoże, ale na pewno nie zdejmie odpowiedzialności ani z państwa, ani ze służby zdrowia.

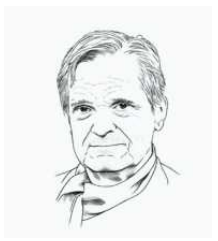
Potrzebujemy więcej takich inicjatyw i programów finansowanych przez agencje rządowe, aby zmienić sytuację. To zaledwie mały krok, który – choć wartościowy – nie rozwiąże problemu.

Widzi pan rozwiązanie problemu? Może Skandynawia i jej psychiatria środowiskowa są dobrym wzorcem?
– To bardzo dobre rozwiązanie, zdecydowanie w stylu Patela. Ale przecież nie jedyne. W belgijskim miasteczku Geel, począwszy od XIII w. aż po dziś, mieszkańcy przyjmują pod swój dach osoby chore psychicznie i dzielą z nimi swoje życie.

To kultywowany przez siedem stuleci rodzaj opieki zastępczej wspierany obecnie przez państwo, która daje znacznie lepsze rezultaty niż tradycyjna hospitalizacja. Model opieki w Geel jest jednym z najstarszych przykładów otwartej, rodzinnej psychiatrii, funkcjonującej nieprzerwanie od, tak przez nas pogardzanego, średniowiecza. ●

Pochwała Osła

Oto arcydzieło, które Warszawa czy inne miasto powinno postawić na placu jako pomnik zwierzęcia zrośniętego z człowiekiem losem i cierpieniem.



Jarosław Mikołajewski

Felieton z cyklu: „Za pięć trzynasta”

Wśród wielu pożytecznych nauk, które profesorowie próbowali przekazać nam na studiach, były rozmaite poglądy na odbiór i ogląd rzeczywistości, w tym sztuki. Wśród nich zaprzątała moją młodzieńczą uwagę przekonująca (niemal oczywista) teoria, wedle której dzieło, żeby wzbudzić społeczne zainteresowanie, nie mogło być nadto awangardowe ani nazbyt wpisane w przyzwyczajenia i oczekiwania odbiorców. Dobrze, by np. odwoływało się do tradycji (formą, problematyką...), ale mówiło coś nowego, popychało świat do przodu w odczuwaniu, myśleniu, wyobraźni. Żeby było gdzieś w połowie drogi pomiędzy dziedzictwem a nowatorstwem.

Wejść na dziedziniec

Był to czas (studiowałem w latach 1978-83), kiedy kwestionowaliśmy wiele nauk i teorii, lecz dopiero od chwili, kiedy byliśmy już opromienieni odblaskami mądrości profesorów Tatarkiewicza, Białostockiego, Pelca, Rosińskiej, Ugniewskiej...

• **Kamienny osioł Pastwy na dziedzińcu ASP w Warszawie**
FOT. DAWID ŻUCHOWICZ / AGENCJA WYBORCZA.PL

Pomyślałem w tych dniach z wdzięcznością o wspomnianych i niewspomnianych tu luminarzach, kiedy przechadzając się Krakowskim Przedmieściem (w Warszawie) natrafiłem na wystawę Antoniego Janusza Pastwy w Akademii Sztuk Pięknych. Błagam: pójdźcie, zobaczcie.

Wystawa zaczyna się już na dziedzińcu ASP kamienną rzeźbą osła. Znam tę rzeźbę, widziałem jej drewnianą wersję kilkanaście lat temu, miałem czelność nazwać ją arcydziełem i dziś powtórzę: mamy do czynienia z arcydziełem, które Warszawa czy inne miasto powinno postawić na placu jako pomnik zwierzęcia zrośniętego z człowiekiem losem i cierpieniem.

Inspiracja nie tylko dla Skolimowskiego

Jest dzieło Pastwy posągiem o kształtach doskonale znanych, lecz odczytanych i zobaczonych na nowo. Jego osioł, który mógłby być inspiracją dla filmu Jerzego Skolimowskiego, ma ciężką głowę, zasklepioną w powtarzalnej i ślepej służbie, i ma jeszcze to coś, co radykalnie wyrywa go z powtarzalności motywu – poruszające liny wrośnięte w skórę zwierzęcia, jak gdyby nie były mu narzucone, lecz przyrodzone, wrośnięte genetycznie. Świadczą o służbie, która stała się już naturą, o cierpieniu, które stało się niejako jego genetyczną powinnością.

Osioł, ustawiony na osi dziedzińca (na wprost przeciwległego Uniwersytetu), otwiera perspektywę z dwiema wilczycami – żywicielkami Romulusa i Remusa przedstawionymi w formalnym rozfalowaniu, ruchu, szkicowości. Są rozpoznawalne, lecz niedosłowne, Znane i nowe.

Wystawa rozwija się we wnętrzu Akademii, gdzie znajdujemy dobrze już znane, niekiedy odlane na nowo, w innym materiale, „archaiczne” torsy Antoniego Pastwy, dumne i kruche, odwieczne i przemijalne, podobnie jak dobrze już znane, poruszające studia koni – osuwających się w piasek jakiejś wszech-pustyni, wszech-trawy.

Rozmowa artysty miastem

Obok nich – prace wychylone w awangardowość, wieloznaczny symbolizm. I – obiekt pokazywany po raz pierwszy, wyjątkowo mi bliski – głowa Dantego. Uchwycona w surowości autorytetu, nieprzystępności, a także niezmienności praw i poglądów.

Jest wystawa Antoniego Janusza Pastwy wpisana w gmach i dziedziniec Akademii, lecz również w żywą przestrzeń Warszawy. W jej rozknajpienie, księgarniowość, w przemarsze studenckie z budynku do budynku, spacery duchowe i turystyczne do kościoła św. Krzyża, do serca Chopina.

I jest ze swoim czytelnym pięknem znakiem wiary w rozmowę artysty z odbiorcą, czy jest to student uczelni artystycznej, słuchacz filozofii lub filologii, czy starszy człowiek tak często zawstydzany tym, że nie rozumie co artysta mówi do niego, że czuje się wypychany z ośrodków sztuki.

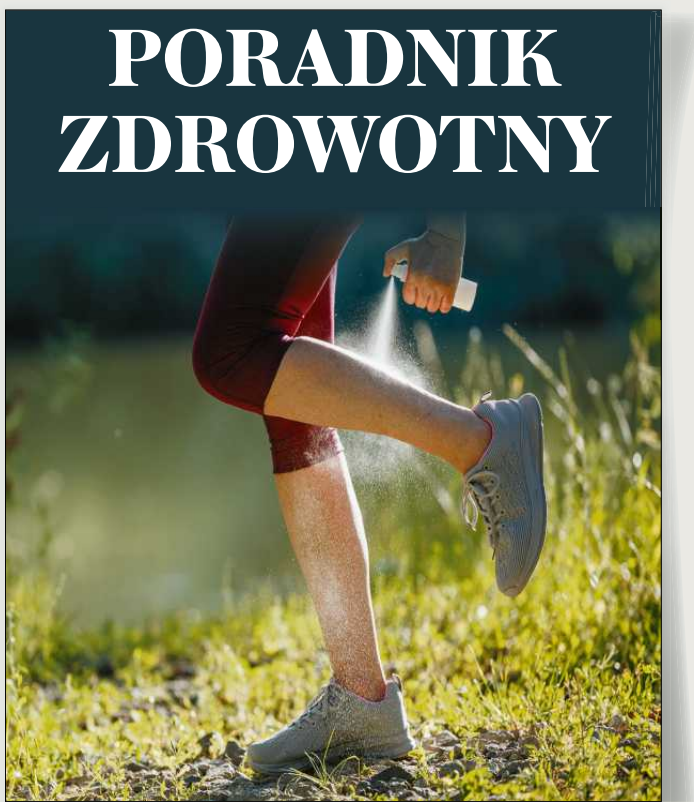
Wiem, że w odpowiedzi na ten felieton kilkoro przyjaciół przy pierwszej okazji zauważy kąśliwie, że chwalę i polecam sztukę nienowoczesną, ale nic na to nie poradzę. Wierząc w wolność poszukiwań, wierzę też w potrzebę odnowionej rozmowy twórców i publiczności (także teatralnej), która pozbawiona została odwagi i radości nieskrępowanego odbioru. ●

OGŁOSZENIE WŁASNE WYDAWCY
Kraj/34414014

DODATEK SPECJALNY W PIĄTEK W WYBORCZEJ

Kleszcze

- Szczepienie przeciw kleszczowemu zapaleniu mózgu
- Czy warto oddawać kleszcza do badania i jak usunąć kleszcza
- Sparaliżowana przez kleszcza- historia pacjentki



1 RP

eprasa.pl eddb2a5eb2

POLECA ADAM MICHNIK

Nie jest nasz, więc go nienawidzę (2)

TEGO SĄDU NIE ODDADZĄ

Nasza demokratyczna władza ma wielki problem:
jak demokracja ma radzić sobie demokratycznymi środkami z jej antydemokratycznymi wrogami?

Janusz Reykowski*

FOT. SŁAWOMIR KAMIŃSKI / AGENCJA WYBORCZA.PL

• **Sejm, 9.04.2026. W drodze na zaprzysiężenie czterech nowych sędziów Trybunału Konstytucyjnego, których nie uznaje prezydent Nawrocki. Od lewej: marszałek i wicemarszałkinie Sejmu oraz byli prezesi TK – Andrzej Zoll, Bohdan Zdziennicki, Jerzy Stępień, Marek Safjan. Nawrocki wywołał najpoważniejszy kryzys wokół TK od 2015 r.**

Na początku lat 2000. powstały w Polsce dwie nowe formacje polityczne – Platforma Obywatelska (2000) oraz Prawo i Sprawiedliwość (2001). Obie powstały na bazie solidarnościowej - ideologicznej i kadrowej.

Odwołując się do wspólnego dziedzictwa, nawiązały między sobą bardzo przyjazne relacje. Obie miały wysoce krytyczny stosunek do III RP i nastawione były na dokonanie w Polsce głębokich zmian, na budowę „Czwartej Rzeczypospolitej".

Realizację tego planu miało umożliwić utworzenie wspólnego rządu po zbliżających się w 2005 roku wyborach parlamentarnych i prezydenckich. Zawarto gentlemen's agreement, że po zwycięstwie wyborczym stanowisko premiera przypadnie tej partii, która uzyska więcej głosów wyborczych, a wtedy druga partia uzyska stanowisko marszałka Sejmu.

Sondaże przedwyborcze wskazywały, że największe szanse na pierwsze miejsce w wyborach parlamentarnych ma Platforma Obywatelska, a w wyborach prezydenckich Donald Tusk - ówczesny szef PO (Antoni Dudek, „Historia polityczna Polski 1989-2023").

Podział postsolidarnościowy

Obie partie osiągnęły wysokie wyniki w wyborach, ale wbrew sondażom te parlamentarne wygrał PiS, a prezydenckie Lech Kaczyński. Odbywające się międzypartyjne negocjacje dotyczące podziału stanowisk we wspólnym rządzie nie powiodły się i zostały zerwane. Nowy rząd utworzył PiS w koalicji z dwoma populistycznymi partiami, Ligą Polskich Rodzin, utworzoną przez Romana Giertycha, i Samoobroną, utworzoną przez Andrzeja Leppera. Na funkcję marszałka Sejmu nie wybrano kandydata Platformy.

W tym okresie zarysował się wyraźny podział między Platformą a PiS-em. W październiku 2005 roku Lech Kaczyński na wiecu w Gdańsku przedstawił nowy sposób ujęcia podziału występującego w polskim społeczeństwie. Stwierdził (cytuję za Antonim Dudkiem):

„Przed Polską stoi alternatywa Polski liberalnej i Polski solidarnej (...). Są to dwa odrębne programy, z których pierwszy to program Rzeczypospolitej dla bogaczy (...). To projekt, który my uznajemy za niebezpieczny.

Drugi projekt – Polski solidarnej szuka swoich korzeni w wielkiej potrzebie wspólnoty, która moralnych początków szuka w sierpniu 80 roku".

I dalej, odnosząc się do wcześniejszej deklaracji Donalda Tuska: „do końca życia będę liberałem", kontynuował: „Ja natomiast mogę powiedzieć, że do końca życia będę człowiekiem, który chce pomagać innym, człowiekiem, który walczy o Polskę niepodległą i sprawiedliwą".

Wprawdzie wypowiedź ta pojawiła się w trakcie rywalizacji między Lechem Kaczyńskim a Donaldem Tuskiem o stanowisko prezydenta, ale miała ona bardzo doniosłe znaczenie polityczne, bo zdefiniowała różnice między ideologią PO i ideologią PiS-u w kategoriach moralnych i politycznych jako biegunowo od siebie odległe. Wskazała też tę część polskiego społeczeństwa, do której PiS adresuje swoją politykę.

Można powiedzieć, że była to „deklaracja rozwodowa", po której z niedawnej przyjaźni nic nie zostało. Co więcej, w badaniach sondażowych prowadzonych w ciągu najbliższych lat okazywało się, że istniejąca przed wyborami żywa sympatia między elektoratami obu partii kompletnie zanikła i powstały między nimi bardzo negatywne stosunki (pisali o tym Mikołaj Cześnik i Michał Kotnarowski).

Dwa lata po przytoczonej wypowiedzi Lecha Kaczyńskiego, w październiku 2007 roku podczas konwencji przed przedterminowymi wyborami parlamentarnymi, Jarosław Kaczyński nawiązał do tematyki podziału Polski na solidarną i liberalną.

W kolejnych latach Jarosław Kaczyński i inni członkowie elity PiS-u podjęli bardzo intensywną i wielostronną krytykę III RP oraz krytykę Platformy, która w owym czasie sprawowała rządy w kraju. Krytykę tę szczegółowo opisuje Joanna Sanecka-Tyczyńska (w pracy „Ocena III Rzeczypospolitej - płaszczyzna polaryzacji współczesnej polskiej sceny politycznej"). Platforma ze swojej strony krytykowała PiS.

Głęboki spór między partiami dotyczący polityki oraz jej ideologicznych założeń nie jest w demokracji niczym wyjątkowym tak długo, jak długo spierające się strony zachowują wzajemny szacunek i szacunek dla prawdy, a więc nie posługują się oszczerstwami. Wy-

eprasa.pl eddb2a5eb2

móg ten został złamany przez PiS w kampanii tej partii dotyczącej katastrofy smoleńskiej.

Katastrofa ta była wielką tragedią dla polskiego społeczeństwa, wielkim ciosem dla polskiego państwa. Wywołała w naszym społeczeństwie nie tylko wstrząs i żal z powodu ofiar, ale także niepokój i lęk związane z trudnością zrozumienia, jak mogło dojść do czegoś tak strasznego.

Dlatego pierwsze reakcje społeczeństwa na wiadomość o tym, co się stało pod Smoleńskiem, przejawiały się nie tylko w różnych sposobach uczczenia ofiar katastrofy, ale również w formie zwiększonych uczuć solidarności i jedności. Powstało też silne pragnienie znalezienia odpowiedzi na to, co było przyczyną tej katastrofy i dlaczego nikt nie potrafił jej zapobiec.

Znalezienie odpowiedzi na tego rodzaju pytania wymaga oczywiście gruntownego zbadania wszystkich jej okoliczności przez fachowy zespół specjalistów od badania wypadków lotniczych. Wyniki tych badań były dla wielu ludzi rozczarowujące – śmierć 96 osób, w tym najwyższych osób w państwie, z powodów tak trywialnych jak mgła i błąd pilota oraz zły stan lotniska; było to dla nich trudne do zaakceptowania. W takich sytuacjach powstaje oczekiwanie, że wielkie nieszczęście musi mieć ważne, ale być może ukryte przyczyny.

Na to oczekiwanie społeczne Jarosław Kaczyński znalazł własną odpowiedź. Ogłosił spiskową teorię tej katastrofy – według niej była ona wynikiem zamachu, w który zamieszani byli Rosjanie oraz Donald Tusk. Tak więc, zgodnie z zasadą budowania spiskowych teorii, winni temu, co się stało, są ci, których autor teorii uważa za swoich wrogów. (Pisali o tym m.in. Maciej Marmola i Agata Olszanecka-Marmola, a także Mirosław Kofta).

Tworzenie teorii spiskowych jest zjawiskiem typowym, kiedy zdarzy się coś tragicznego, a nawet wtedy, gdy tragedii udało się zapobiec. Tak np. spiskowe teorie szybko powstały w odpowiedzi na próby zamachu na polską kolej czy na atak rosyjskich dronów. Nawet tak oczywisty zamach jak atak na World Trade Center wywołał wiele spiskowych teorii, w tym takich, które głosiły, że był to spisek amerykańskiego rządu czy spisek żydowski.

Rząd Tuska od razu po katastrofie został przez PiS zaatakowany za działania, które podjął dla wyjaśnienia jej przyczyn, oraz za to, że Tusk poleciał do Katynia na zaproszenie Putina. Otrzymał je kilka miesięcy wcześniej wraz z propozycją wspólnego uczczenia ofiar mordu katyńskiego. Propozycja ta mogła być w oczach polskich polityków uznana za pożądaną, gdyż tworzyła okazję do upowszechnienia w społeczeństwie rosyjskim wiedzy o tym, co się stało w Katyniu.

Lech Kaczyński nie był z tego zadowolony, bo sam chciał odegrać główną rolę w katyńskich uroczystościach. W kręgach zbliżonych do PiS-u była opinia, że gdyby nie porozumienie Tuska z Putinem, Lech Kaczyński poleciałby do Katynia w innym terminie i do katastrofy by nie doszło.

Opinia ta nie była popularyzowana przez PiS najpewniej dlatego, że pozostawała w sprzeczności z teorią zamachu. W ten czy w inny sposób Donald Tusk stawał się pośrednio, a może nawet bezpośrednio, odpowiedzialny za śmierć prezydenta i tych wszystkich, którzy z nim do Katynia lecieli.

Krytyka rządu Platformy i samego Tuska rozwijała się coraz bardziej. W lipcu 2010 roku PiS powołał zespół parlamentarny do zbadania przyczyn tragedii smoleńskiej. Przewodniczącym zespołu został Antoni Macierewicz, głęboko przekonany, że tragedia smoleńska była rezultatem zamachu.

Zespół ten w czerwcu 2011 roku wydał Białą Księgę, w której napisano, że bezpośrednią odpowiedzialność za „wprowadzenie polskiego samolotu w pułapkę nad Smoleńskiem ponoszą najwyższe czynniki rosyjskie, które wydały polecenie, aby przekazywano polskim pilotom fałszywe dane, oraz rząd Tuska, który w pełni świadomie współdziałał z władzami Federacji Rosyjskiej na szkodę polskiego śledztwa w celu uniemożliwienia dojścia do prawdziwych przyczyn katastrofy" (Antoni Dudek).

W ten sposób partia PiS oskarżyła polski rząd o współdziałanie ze zbrodniarzami, którzy popełnili gigantyczne morderstwo na polskich obywatelach.

Trzeba chyba odczuwać skrajną nienawiść, aby dopuścić się tego rodzaju oskarżeń zbudowanych na niezwykle wątłych podstawach. Tak wątłych, że próby ich potwierdzenia przez komisję Macierewicza trwające 12 lat do żadnych akceptowalnych dla polskiej opinii publicznej konkluzji nie doszły.

Wprowadzona przez Jarosława Kaczyńskiego praktyka odbywania co miesiąc (każdego dziesiątego dnia miesiąca) tzw. miesięcznic – czyli uroczystości dla upamiętnienia Lecha Kaczyńskiego i innych ofiar katastrofy z 10 kwietnia 2010 roku, stało się potężnym narzędziem konsolidowania obozu PiS-u.

Te działania nadały zupełnie nowy wymiar politycznemu konfliktowi. Nie był to już konflikt dwóch partii politycznych różniących się programowo i ideologicznie, ale stawał się konfliktem, u podstawy którego leżały pewne fundamentalne ludzkie wartości związane z ludzkim życiem, prawdą, wiernością i zdradą.

WIERSZ POLECA ANDRZEJ ZAGOZDA

Tomasz Jastrun*

W lustrze

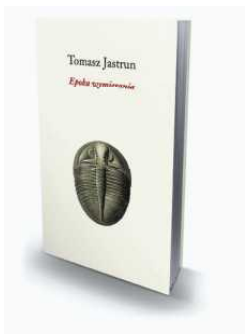
Mojemu przyjacielowi
Który się na mnie gniewa
Przeszczepiono płuca
Operacja się udała
Ale teraz umiera

Na fotografii siedzimy
Na brzegu ruiny
Mamy po pięć lat
Ja gram na organkach

Wczoraj w przymierzalni
W podwieszonym lustrze
Ujrzałem łysiejący tył głowy
Starego człowieka
Ze zwisającym podgardlem

Dlatego nie wierz lustrom
Które patrzą ci prosto w oczy
One zawsze kłamią

***Tomasz Jastrun** - ur. w 1950 r., poeta, publicysta. W latach 80. redaktor podziemnego pisma literackiego „Wezwanie". Współpracownik paryskiej „Kultury".



Wiersz z jego tomu **„Epoka wymierania",** Wydawnictwo Austeria, Kraków - Budapeszt - Syrakuzy 2024

FOT. PRZEMEK WIERZCHOWSKI / AGENCJA WYBORCZA.PL

Takie znaczenia mogą głęboko poruszać ludzką psychikę, wzbudzać silne emocje przywiązania do własnej grupy współwyznawców i umacniać lojalność wobec jej lidera, a zarazem nastawiać nienawistnie wobec wrogów własnej grupy.

W ten sposób spiskowa teoria katastrofy smoleńskiej stała się w rękach Jarosława Kaczyńskiego potężnym narzędziem konsolidacji partii PiS i utrwalania lojalności jej zwolenników i wyznawców. Służyła zarazem do mobilizacji do walki przeciwko wrogiemu obozowi Platformy. Efektem tej mobilizacji były zwycięstwa wyborcze PiS-u w roku 2015 i 2019.

Nie musi to znaczyć, że spiskowa teoria katastrofy została przez Jarosława Kaczyńskiego stworzona właśnie po to, aby wygrać wybory z Platformą. Być może on sam wierzył w tę wymyśloną przez siebie teorię. W każdym razie mógł liczyć, że w społeczeństwie polskim, podobnie jak w wielu innych społeczeństwach, są niemałe grupy ludzi, które wykazują skłonność do wiary w spiskowe teorie, i będzie to bardzo silna wiara. (Zajmowali się tym tematem m.in. psychologowie Isabel Thielmann i Benjamin E. Hilbig).

W obozie przeciwnym też pojawiały się oparte na domysłach teorie, według których to Lech Kaczyński, wymuszając na pilotach lądowanie w warunkach złej widoczności z powodu mgły, przyczynił się do katastrofy.

Czasami dodaje się jeszcze drugie przypuszczenie, że był do tego namówiony przez swego brata Jarosława, z którym odbywał długą telefoniczną rozmowę zakończoną kilka czy kilkanaście minut przed tragicznym zakończeniem lotu.

Domysły te nie znalazły obiektywnego potwierdzenia i nigdy nie stały się oficjalnym stanowiskiem Platformy czy rządu Donalda Tuska.

Podział postsmoleński

Opinie na temat początku podziału postsmoleńskiego są wśród badaczy rozbieżne. Można jednak bronić poglądu, iż początek tej nowej fali polaryzacji ma związek ze zwycięstwem wyborczym PiS-u w 2015 roku. Szybko wtedy okazało się, że nie będzie to normalna władza demokratyczna i że posiada ona wszelkie atrybuty partii populistycznej, radykalnie prawicowej, jakich w Europie było już sporo. (O populizmie pisali politologowie Cas Mudde i Cristóbal R. Kaltwasser, a także autor tego tekstu w artykule „Populizm jako choroba demokracji", „Nauka" nr 3/2023).

Partia ta już w pierwszych tygodniach po przejęciu władzy podjęła działania mające na celu podporządkowanie sobie systemu wymiaru sprawiedliwości w Polsce. Doszło wtedy do konfliktu o obsadę wakatów w Trybunale Konstytucyjnym.

Konflikt zapoczątkowała nieprzemyślana decyzja koalicji PO i PSL. W czerwcu 2015 roku przegłosowała ona ustawę, na podstawie której ówczesna większość sejmowa dokonała wyboru pięciu sędziów Trybunału na miejsca, jakie miały się zwolnić dopiero pod koniec 2015 roku. Działanie takie pozbawiało ewentualnego zwycięzcę nadchodzących wyborów możliwości nominowania własnych kandydatów do TK. Była to wyraźna próba ominięcia prawa.

Zaraz po zwycięstwie Sejm z większością PiS-u przyjął ustawę, która anulowała ustawę z 15 czerwca, a zarazem dokonał wyboru pięciu sędziów na wakujące stanowiska w TK, choć trzech z tych pięciu wakatów zwolniło się przed formalnym objęciem władzy przez PiS, a więc mogły przypadać koalicji. Sprawa ta była przedmiotem sporu.

W tej sytuacji zabrał głos Trybunał Konstytucyjny, orzekając, że trzech sędziów zostało wybranych prawidłowo przez poprzedni Sejm, a nowy Sejm ma prawo do wyboru dwóch sędziów na miejsca, które zwolniły się po formalnym przejęciu władzy przez tę partię.

PiS nie podporządkował się tej decyzji TK. W pośpiechu wybrał pięciu sędziów, od których, też w pośpiechu, w nocy prezydent Duda przyjął ślubowanie, odmawiając zaprzysiężenia trzech prawidłowo wybranych sędziów. Premier Beata Szydło odmówiła (bez podstaw prawnych) opublikowania w „Dzienniku Ustaw" orzeczenia TK (nb. akty prawne zaczynają obowiązywać od daty ich publikacji w „Dzienniku Ustaw"; pisał o tym Mirosław Wyrzykowski).

Był to pierwszy incydent złamania zasad praworządności przez nową władzę PiS-u. Był to także pierwszy krok na drodze do opanowania systemu wymiaru sprawiedliwości i poddania go pod partyjną kontrolę tej partii.

Kolejne kroki doprowadziły PiS do opanowania większości instytucji związanych z funkcjonowaniem prawa w Polsce. W rezultacie system wymiaru sprawiedliwości w Polsce uległ gruntownej zmianie.

Trzeba w tym miejscu dodać uzupełniający komentarz. Opisując tu niepraworządne działanie PiS-u związane z przejmowaniem kontroli nad TK, nie możemy pominąć faktu, że złamania zasad praworządności dopuściła się najpierw koalicja PO-PSL. Fakt ten spotkał się z dezaprobatą TK, który kierował się zasadami prawa, a nie interesem partyjnym. Postąpił tak, mimo że sędziowie w jego składzie musieli być wybierani przez Sejm, w którym większość miała PO.

Można powiedzieć, że jest rzeczą oczywistą, iż TK kierował się literą prawa, a nie interesem partyjnym. Ale Trybunał obsadzony przez PiS notorycznie łamał tę zasadę. Z tego właśnie powodu znaczna część opinii społecznej nie uznawała orzeczeń tego Trybunału, a także dlatego, że jego skład nie odpowiadał wymogom konstytucji.

Konflikt, który się wtedy rozpoczął, dotyczył praworządności. Stał się on główną osią procesu postsmoleńskiej polaryzacji. Nie ograniczył się do walki między partiami, ale objął szerokie kręgi polskiego społeczeństwa, które w wielotysięcznych demonstracjach protestowało „w obronie sądów".

W ten sposób Sejm, w którym większość miał PiS, prezydent wybrany dzięki poparciu

Zmiany, jakie władza populistyczna wprowadza do wymiaru sprawiedliwości, są tak pomyślane, by uniemożliwić lub utrudnić ich odwrócenie, kiedy partia populistyczna przegra wybory

eprasa.pl eddb2a5eb2

PiS-u oraz premier rządu powołanego przez PiS złamali konstytucję po raz pierwszy.

Ten krok miał duże znaczenie dla sprawowania władzy przez PiS. Pozwalał na dużo szybsze zdobycie kontroli nad TK. Kontrola ta umożliwiła PiS-owi wprowadzanie w wymiarze sprawiedliwości takich zmian, jakie były mu potrzebne.

Jedną z głównych potrzeb tej partii było zmuszenie sędziów, aby wydawali wyroki zgodnie z interesami władzy. Wyroki takie były sankcjonowane przez orzeczenia TK uznające je za zgodne z konstytucją (Wyrzykowski).

Obsadzenie przez większość sejmową pięciu wakatów w TK umożliwiało przyśpieszenie przejmowania partyjnej kontroli nad Trybunałem. Taka kontrola miała kluczowe znaczenie, bo zapewniała, że wszystkie dalsze zmiany w systemie sprawiedliwości znajdą aprobatę opanowanego przez PiS Trybunału. Stworzy to pozory legalności zmian, które partia zamierzała przeprowadzić.

PiS stworzył specjalną ideologię mającą uzasadnić dokonywane zmiany. Głosił, że sędziowie stali się odrębną kastą, która nie liczy się z potrzebami społeczeństwa. Kolejne zmiany polskiego systemu prawnego miały więc zapewnić, że sędziowie będą służyli polskiemu społeczeństwu. W rzeczywistości miały zapewnić, że będą służyły władzy PiS-u. Kolejne zmiany miały następujący przebieg:

- Połączono stanowiska ministra sprawiedliwości (Zbigniewa Ziobry) ze stanowiskiem prokuratora generalnego. Umożliwiło to owemu prokuratorowi dokonanie gruntownej wymiany kadr kierowniczych w prokuratorze, zapewniając, że wszyscy prokuratorzy będą lojalni wobec ministra i wobec partii PiS.
- Dokonano fundamentalnej zmiany zasad powoływania Krajowej Rady Sądownictwa. Ustawą z 2017 r. zniesiono dotychczas obowiązującą procedurę powoływania członków Rady w drodze wyborów wśród sędziów, co miało zapewnić niezależność sądownictwa od władz politycznych, a więc sędziowską niezawisłość gwarantowaną przez Konstytucję RP. Ta niezawisłość jest niezbędnym warunkiem trójpodziału władzy, a więc zapewnienia obywatelom ochrony przed nadużyciami władzy politycznej.
- Rząd PiS rozwiązał przedterminowo działającą Radę niezależną od władzy, a większość sejmowa dokonała wyboru nowych członków Rady (na wszystkie wybierane miejsca) według nowych zasad – marszałek Sejmu (z PiS-u) przygotowywał listę 15 kandydatów na 15 miejsc w Radzie.

Ta procedura powodowała, że członkowie Rady wybierani byli według kryteriów politycznych, a nie merytorycznych. Miało to ogromne konsekwencje dla systemu wymiaru sprawiedliwości w Polsce, bo do zadań tej Rady należą decyzje o powoływaniu nowych sędziów oraz o obsadzaniu stanowisk kierowniczych w całym systemie sądownictwa.

Zmiany te spotkały się z szeroką krytyką w środowiskach prawniczych, a także ze strony sądownictwa Unii Europejskiej i wywołały też opór wielu sędziów i prokuratorów. Spotkały się także z silnym oporem społecznym, który ujawniał się m.in. w formie masowych demonstracji.

W Sądzie Najwyższym podjęto różne działania zmierzające do ograniczenia jego niezależności. W tym celu prezydent Andrzej Duda powołał nową I Prezes SN spośród neosędziów.

Drugim sposobem podporządkowania sobie części SN było stworzenie nowych izb – jedna to Izba Kontroli Nadzwyczajnej i Spraw Publicznych, której I Prezes mogła powierzać ważne dla PiS-u sprawy, oraz Izba Dyscyplinarna. Zadbano o to, aby w izbach tych znaleźli się wyłącznie neosędziowie.

Zmiany w aparacie wymiaru sprawiedliwości głęboko poruszały wielu Polaków, bo oznaczały demontaż demokracji w Polsce. Autorzy tych zmian i ich wykonawcy oraz zwolennicy stawali się więc zagrożeniem dla całego systemu politycznych i moralnych wartości ważnych dla dużej części polskiego społeczeństwa. Dlatego są oni postrzegani jako prawdziwi wrogowie demokratycznego ładu i wzbudzają silne negatywne uczucia.

Z drugiej strony dla zwolenników tych „reform" ci, którzy je zwalczają, mogą wydawać się niebezpiecznymi wrogami – ludźmi o złych intencjach. PiS bardzo się postarał, aby ukształtować sobie zastępy zwolenników podzielających jego światopogląd i wierzących, że ta partia dobrze zadba o ich interes.

To wszystko sprawia, że konflikt, jaki rozpalił się czy został rozpalony w naszym kraju, stał się bardzo niebezpieczny i bardzo trudny do opanowania.

Nowy autorytaryzm

Populistyczne, prawicowo-radykalne partie to w Europie współczesnej rozpowszechnione zjawisko. Pojawienie się tych partii wpłynęło w istotny sposób na klimat polityczny w wielu krajach. Został on, jak wynika z przytoczonych w tym tekście badań, nasycony wrogością i nienawiścią. Partie te w większości krajów europejskich pozostają w opozycji. W Polsce wszakże jeszcze niedawno ugrupowanie takie miało pełnię władzy, a na Węgrzech wciąż mamy do czynienia z taką sytuacją. [Pisane przed węgierskimi wyborami parlamentarnymi z 12 kwietnia 2026 roku, które wygrała zdecydowanie, większością konstytucyjną, opozycyjna TISZA Pétera Magyara. Viktor Orbán i jego Fidesz w najbliższych tygodniach oddadzą władzę].

Na przykładzie tych dwóch krajów można przekonać się, co się staje z demokracją, kiedy partie te przejmują władzę. Głównym tego efektem jest utworzenie reżimów neoautorytarnych. Reżimy takie różnią się jednak od tradycyjnych systemów autorytarnych.

Scharakteryzował je profesor socjologii Jerzy J. Wiatr. Jak napisał, tradycyjny autorytaryzm wyrastał z dokonanego przemocą przewrotu i utrzymywał się dzięki stosowaniu przemocy na masową skalę.

Neoautorytaryzm XXI w. zachowuje fasadę instytucji demokratycznych, w tym wolne, zakładające rzeczywistą rywalizację obozu rządzącego i opozycji, wybory. Władza ma charakter scentralizowany – jej ośrodkiem jest wódz czy kierownictwo rządzącej partii. Wiąże się z tym marginalizacja parlamentu, kontrola nad większością środków przekazu, pozbawienie niezależności prokuratury i uzależnianie sądów od czynników politycznych.

Jak pokazuje doświadczenie obu wspomnianych krajów, do opisu tego można dodać, że partie te po uzyskaniu władzy wprowadzają na masową skalę kryteria polityczne przy obsadzaniu stanowisk w różnych dziedzinach społecznego życia – w administracji państwowej, w sferze gospodarczej, w sferze oświaty i kultury i innych publicznych instytucjach.

Można powiedzieć, że neoautorytaryzm jest „politycznie skrystalizowaną" formą znacznie szerszego zjawiska – prawicowo-nacjonalistycznego populizmu. Jego społecznym zapleczem jest znaczna część klasy ludowej, o której poparcie zabiega się specyficzną formą polityki społecznej.

Rząd neoautorytarny nie stosuje przemocy fizycznej na masową skalę. Natomiast posługuje się inną formą przemocy, którą umożliwia mu posiadanie pełnej kontroli nad systemem wymiaru sprawiedliwości. Stosuje także formy przemocy polegającej np. na przymusie administracyjnym lub politycznym przez wprowadzanie dyskryminującego ustawodawstwa.

Należy do tego opisu dodać jeszcze jedno ważne stwierdzenie – zmiany, jakie władza populistyczna wprowadziła do systemu wymiaru sprawiedliwości, są tak pomyślane, aby uniemożliwić lub utrudnić ich odwrócenie wtedy, gdy partia populistyczna przegra wybory. Ma to ułatwić warunki dla odzyskania utraconej władzy.

Propaganda populistycznego reżimu utrzymuje, że jego władza ma charakter demokratyczny, bo była demokratycznie wybrana. Jest to dla niej ważne, znaczna bowiem część jej elektoratu traktuje wyborczą legitymację władzy jako gwarancję prawdziwej demokracji. Nie zdaje sobie sprawy, że demokratyczne wybory nie gwarantują demokratycznej władzy.

Jak pokazuje niedawna historia, w demokratycznych wyborach wybierano także rządy brutalnych i krwawych dyktatorów. Obecnie demokracja jest zagrożona przez partie populistyczne i powodowaną przez nie afektywną polaryzację społeczeństw.

Konsekwencje tej sytuacji są niebezpieczne. Przed władzą demokratyczną stoi więc trudny dylemat – jak demokracja ma radzić sobie demokratycznymi środkami z jej antydemokratycznymi wrogami. ●

Tekst ukazał się w wydawanym przez PAN kwartalniku „Nauka" nr 1/2026.
Tytuł – od „Wyborczej" (tytuł autorski: „Walka z wrogiem jako deformacja demokratycznej polityki. Polaryzacja afektywna w Stanach Zjednoczonych, Europie i Polsce").

Część pierwszą tekstu (opublikowaliśmy ją w Magazynie „Wyborczej" tydzień temu) oraz cytowane i wykorzystane przez autora prace: Wyborcza.pl/magazyn

FOT. MICHAŁ RYNIAK / AGENCJA WYBORCZA.PL

***prof. dr hab. Janusz Reykowski**

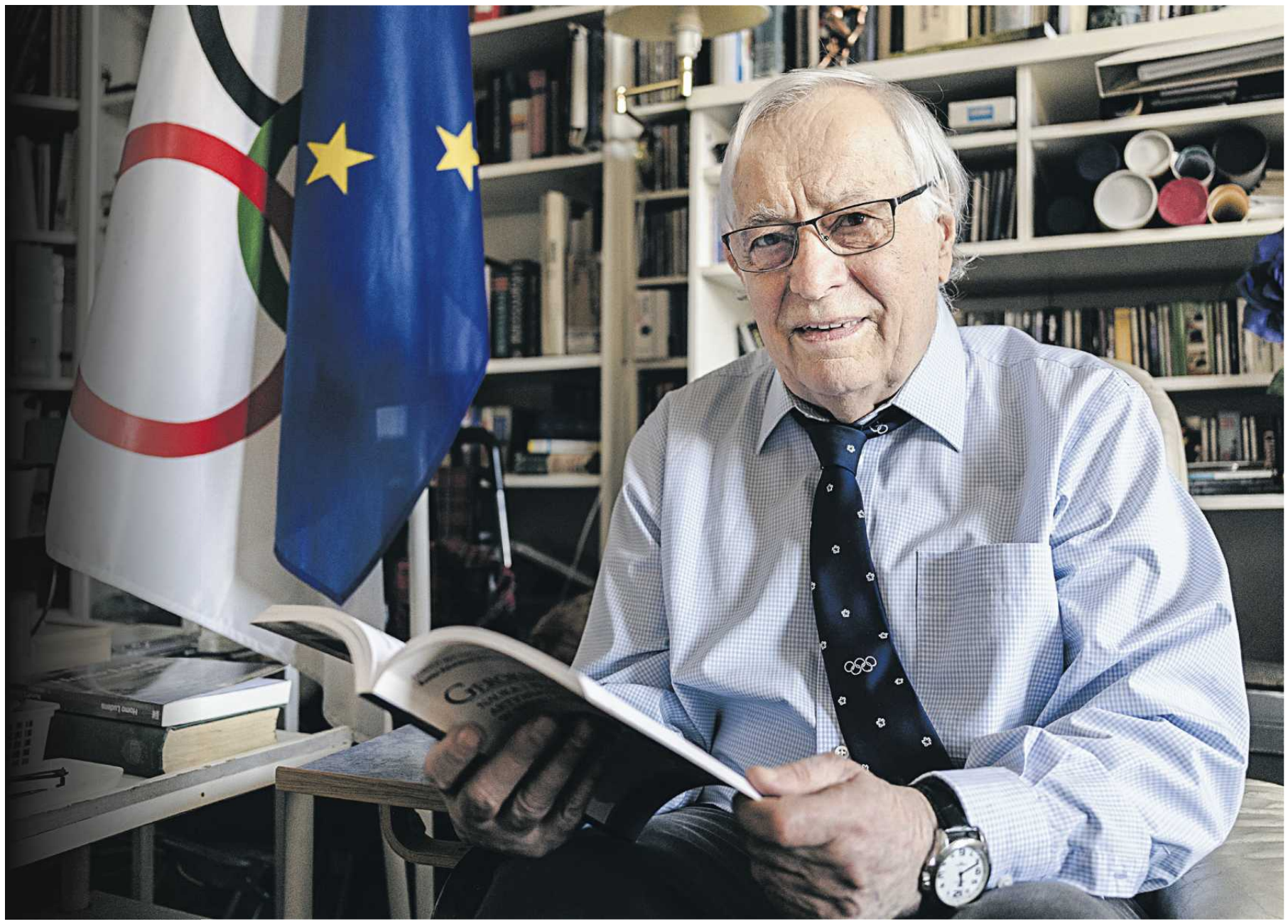
• psycholog, członek korespondent PAN, profesor emeritus w Instytucie Psychologii PAN. Przez wiele lat związany też z Uniwersytetem Warszawskim.

REKLAMA
Kraj/34429008

CZYTASZ W PAPIERZE? ZAJRZYJ NA KULTURALNY SKLEP.PL
WOLISZ E-BOOKI / AUDIOBOOKI? ZAPRASZAMY NA publio.pl
www.wydawnictwoagora.pl
Wydawnictwo Agora

1 RP

eprasa.pl eddb2a5eb2



Wojciech Lipoński:

WYWRACAM stereotypy

Historyk na pytanie: „skąd jesteś?” musi odpowiedzieć: nie jestem ani Francuzem, ani Niemcem, ani Anglikiem, ani Hiszpanem, jestem obywatelem świata. Nie służę cesarzowi ani królowi Francji. Służę Prawdzie.

Z **PROF. WOJCIECHEM LIPOŃSKIM**
ROZMAWIA **DOROTA RONGE-JUSZCZYK**

eprasa.pl eddb2a5eb2

Oglądał pan profesor niedawne igrzyska olimpijskie?
– Oglądałem.

I jak pan myśli, baron de Coubertin przewraca się w grobie?
– Nie tylko on, także zmarły dwa lata temu mój dobry znajomy Hans Lenk, profesor filozofii Uniwersytetu w Karlsruhe i złoty medalista w wioślarstwie z olimpiady w Rzymie. Całe życie poświęcił olimpizmowi, stworzył Międzynarodowe Stowarzyszenie Filozofii Sportu, a w końcu rozgoryczony stanem idei olimpijskiej uznał, że nie da się jej już uratować.

A pan, również olimpijczyk, też jest rozgoryczony?
– Z olimpiad zrobiono cyrk, toczą się tam rozgrywki polityczne, komercyjne i ideologiczne. Ta gigantomania, te teatralne otwarcia, nacjonalistyczne wyścigi, kto ma więcej medali... Tam już nie ma miejsca na czysty sport, kontynuację wielkiej tradycji greckiej kultury.

Kiedyś w Grecji na czas igrzysk olimpijskich zawieszano wojny, ogłaszano ekecheiria – pokój boży, a tymczasem w marcu 2026 roku na paraolimpiadzie we Włoszech powiewała rosyjska flaga i grano hymn kraju, który w tym czasie bombardował Ukrainę.
– Przerwać wojny na czas olimpiad, jak starożytni Grecy, już nie umiemy. Tylko dla Greków igrzyska olimpijskie pozostały do dziś ważną częścią ich kultury, wciąż robią wiele, by zachować tradycję antycznego olimpizmu. Towarzystwo Przywrócenia Igrzysk Nemejskich organizuje je w antycznej, nieskażonej formule. Ja gdzie tylko mogę też staram się wracać do czystej idei helleńskiego olimpizmu, ale już tylko duchowo.

W jaki sposób?
– W piątym tomie moich „Dziejów Kultury Europejskiej", poświęconym dziewiętnastemu stuleciu, będzie o greckiej inspiracji idei de Coubertina, przypomnę jej prawdziwy kształt i sens. To ważny aspekt dziewiętnastowiecznej kultury. Piszę też książkę „Rydwany bogini Nike" poświęconą związkom antycznego sportu z literaturą, sztuką i filozofią. Robię to z myślą o czytelnikach rozumiejących piękno helleńskiego *olympismos* i mających w sobie choć odrobinę związanego z tym idealizmu. Jest ich trochę nie tylko w sporcie.

Kilka lat temu ukazało się sześć tomów dzieł Immanuela Kanta, monumentalne osiągnięcie Translatorium Filozofii Niemieckiej Uniwersytetu Mikołaja Kopernika. Komplet nie był tani; gdy już odłożyłem potrzebne pieniądze, nakład był wyczerpany. Z dwu różnych magazynów wyrwałem jakoś tylko dwa wybrakowane tomy. Byłem wściekły, ale potem pomyślałem, że to wspaniałe, iż są jeszcze ludzie, którzy wykupują i czytają Kanta.

Dobrze, że są jeszcze ludzie, którzy w ogóle czytają.
– To ważne, bo z kulturą dzieje się to samo co z olimpizmem. A tymczasem nasze uniwersytety likwidują lub wstrzymują nauczanie historii kultury europejskiej! Do niedawna na stronie Uniwersytetu Jagiellońskiego widniało ogłoszenie, że te zajęcia są zawieszone. Podobnie było na UMK, a na Uniwersytecie Warszawskim, w chwili naszej rozmowy, wisi wciąż program historii kultury europejskiej, ale z informacją: „Przedmiot nie jest aktualnie prowadzony". Wyższe uczelnie są instytucjami szczególnie odpowiedzialnymi za stan świadomości społecznej, także tej proeuropejskiej. A z nią zaczyna być źle, bo coraz głośniej brzmią nawoływania do polexitu.

Na moim Uniwersytecie im. Adama Mickiewicza rozpoczął się w 2025 roku proces „wygaszania" Instytutu Kultury Europejskiej w Gnieźnie! Zaiste, oryginalna to forma uczczenia 1000-lecia koronacji Bolesława Chrobrego! Podobno nie ma zainteresowanych studentów, a tym, którzy muszą dokończyć studia na IKE, pozostawiono głównie przedmioty dotyczące studiów o administracji i funkcjonowaniu samorządów. Z programu kultury europejskiej zostało niewiele, np. zajęcia z wpływu antyku na współczesność, ale już kultury antycznej jako całości nie ma! Wykoleja się dzieło inicjatora IKE, Stefana Jurgi, rektora, który rozumiał wygłoszone niegdyś w Gnieźnie słowa Jana Pawła II, że „Europa powinna oddychać dwoma płucami – wschodnim i zachodnim". Teraz w budynku IKE instaluje się szkoła... policyjna.

W 2012 r., widząc pierwsze oznaki kryzysu, wprosiłem się tam z wykładem „Kultura europejska a historiografia zachodnia ignorująca Europę na wschód od Łaby". Ten wykład wydrukowano jako broszurę, ale nie podjęto zawartej tam tezy o potrzebie studiów nad ignorowanymi kulturami europejskimi. Mogliby być tym zainteresowani studenci z krajów, gdzie też odczuwa się tę ignorancję, ale gdzie nie ma instytutu rangi podobnej jak w Gnieźnie. Nic z tego nie wyszło. Na UAM są oczywiście programy cząstkowe, ale kierunku czy nawet pojedynczego syllabusa z całościowej syntezy historii kultury europejskiej – nie udało mi się nigdzie znaleźć. Sygnalizowałem władzom uczelni chęć podjęcia takich zajęć, usłyszałem: „rozejrzymy się, gdzie można to umocować". „Mocowanie" trwa od lat, jakoś bez skutku. Instytut Kultury Europejskiej upada, ja nie umiem się z tym pogodzić. A chciałbym jakoś się takim wykładem przeciwstawić sytuacji, w której w zachodnich opracowaniach historii kultury europejskiej, w tym bezkrytycznie tłumaczonych na język polski, ani nas, ani innych krajów Europy Wschodniej wciąż prawie nie ma.

Panie profesorze, czego konkretnie nie ma?
– W dziele Petera Rietbergena, profesora z Holandii, „Europa. Dzieje kultury", policzyłem ilość tekstu i liczbę nazwisk związanych z Europą na wschód od Łaby – wyszło 2,7 proc. przy około pięciuset stronach całości. Tam nie ma nawet jednego słowa o Chopinie! Podobnie jest w książce profesora uniwersytetu w Düsseldorfie, Hansa-Georga Potta, „Krótka historia kultury europejskiej".

Docenił nas za to, i to już w XIX wieku, francuski historyk Jules Michelet, pisząc, że „Kolumb, Luter i Kopernik stworzyli solidne fundamenty, na których spoczywa szesnaste stulecie", czyli Renesans.
– Michelet pisał o Polsce przyjaźnie i obiektywnie. Dla niego w przeciwieństwie do niektórych historyków zachodnich Kopernik to Polak, poddany króla polskiego, i tyle.

Opublikował nawet książkę „Kościuszko. Legenda demokratyczna". A to przecież nasz Kościuszko.
– Nie tylko w Gnieźnie powinno się po Micheleta sięgać. On dobrze rozumiał, czym jest przetrwanie kultury pod obcą dominacją. Dotyczy to nie tylko Polski, ale np. krajów bałkańskich, które pozostawały pod okupacją osmańską, nie jak my sto dwadzieścia lat, ale pół tysiąclecia! Zachowały jednak swą tożsamość, języki i kulturę. I to jak! W Rumunii i Mołdawii, wielokrotnie najeżdżanych przez Tatarów i Turków, do dzisiaj stoją wspaniałe malowane kościółki *biserici pictate*. Są maleńkie, by można je łatwo i szybko odbudowywać, po barbarzyńskich najazdach. Z braku wewnętrznej przestrzeni nie można było w nich jednak umieszczać dużych dzieł sztuki, będących dawniej rodzajem „Biblii dla nieumiejących czytać". Stąd wielkie obrazy przeniesiono na zewnętrzne ściany świątynek, aby oddziaływały na wiernych zgromadzonych pod gołym niebem.

Te piękne malowane cerkwie zostały w 1993 r. wpisane na listę UNESCO.
– Jeszcze przed drugą wojną światową francuski historyk sztuki Paul Henry w swojej monografii, „Les églises de la Moldavie du Nord" pisał, że „są to skarby, których nie można zobaczyć nigdzie indziej. Tego nie ma do zaoferowania żaden inny kraj na świecie". Zjawisk podobnej rangi, nie tylko w Mołdawii i Rumunii, mamy więcej. Również u nas, ileż to mamy wspaniałych zabytków architektury, sztuki i literatury? Na przykład wspaniały tekst naszej „Bogurodzicy". Gdy w 431 r. na Synodzie w Efezie uchwalono dogmat niepokalanego poczęcia Matki Bożej, powstawały liczne dzieła poezji religijnej oparte o poświęcony jej wzorzec, *theotokion* (gr. *Theo* – Bóg i *tokos* – rodzić). Znalazłem w literaturach europejskich dwadzieścia cztery wersje „Bogurodzicy" a dwie, staroangielską i celtycką, przetłumaczyłem na polski. „Bogurodzica" to nie tylko arcydzieło polskiej literatury, to wspaniały dowód przynależności do wielkiej tradycji kultury chrześcijańskiej Europy.

Czy tylko pod względem akceptacji chrześcijaństwa?
– Po przyjęciu chrześcijaństwa szybko staliśmy się jego potęgą, ale i obrońcami wolności religijnej. Na procesie Jana Husa delegacja polska pod kierunkiem Pawła Włodkowica była jedyną, która broniła czeskiego reformatora przed śmiercią. To jest ważna część naszego rozumienia tolerancji, której wtedy brakowało innym. Albo traktat Andrzeja Frycza Modrzewskiego „O naprawie Rzeczypospolitej", który zyskał w Europie XVI wieku wielki rozgłos i szacunek. Tłumaczono go na kilka języków, potem jakoś o nim zapomniano. Powinniśmy i dziś wczytywać się w to arcydzieło europejskiej myśli politycznej.

Jest tam o ustawodawcach, którzy powinni tworzyć normy prawne w sposób zwięzły i przejrzysty, by nie były podatne na pokrętne interpretacje. I o tym, jak na urzędy powoływać ludzi kompetentnych, wykształconych i moralnych, jak od duchowieństwa wymagać więcej skromności i mniej chciwości. Przecież to i dziś jest aktualne, choć Modrzewski pisał to 500 lat temu!

Maciej Sarbiewski, poeta piszący w języku łacińskim, nazywany był niegdyś „chrześcijańskim Horacym". Jego *Lyricorum libri* miało dziesiątki wydań w całej Europie, a edycję w Amsterdamie ilustrował wielki Peter Paul Rubens. Niedawno Sarbiewskiego i innych naszych poetów wysoko ocenił profesor Denis de Lucca, dyrektor Centrum Studiów nad Barokiem na Malcie. W swej monumentalnej monografii „The Baroque Mind" pisał o polsko-litewskiej poezji, że to „europejska potęga i główny podmiot kulturalny epoki baroku"–"a European power and a major cultural entity of the Baroque age". Chciałbym znaleźć to zdanie w polskich podręcznikach literatury.

Idźmy dalej, mamy profesora Marcina Śmigleckiego, Śmigleciusa, urodzonego w połowie XVI wieku. Wykładał na Akademii Wileńskiej, napisał podręcznik logiki, który obowiązywał wówczas na wielu uniwersytetach europejskich. W Anglii miał trzy wydania. W Oxfordzie sięgał po niego Isaac Newton, podobno spał z tą książką pod poduszką. Studiował go John Locke. A na zachodzie o tym nie wiedzą, więc nie piszą.

Skąd się wzięła ta niechęć Zachodu do osiągnięć niezachodniej kultury europejskiej?
– Rietbergen arogancko twierdzi, że u nas nic cywilizacyjnie ważnego się nie działo. Niegdyś amerykański politolog i dziennikarz Frank Simonds, w książce „Can Europe Keep the Peace" (1932), zauważył, że Polskę, a także Czechy i Rumunię, zachodni Europejczycy postrzegają tak, „jak oceniali Indian z Dzikiego Zachodu".

Bolesna konstatacja.
– Niegdyś i Fryderyk Wielki nazwał nas Irokezami Europy. Była w tym zawiść i ówczesny lęk polityczny. Polska była krajem liberalnym, więc stanowiliśmy w oczach pruskiego króla rodzaj zarazy wolnościowej. Gdy wielkie imperia krwawo zmuszały do unii z nimi podbite kraje, jak Anglia Walię czy Szkocję, my bezkonfliktowo stworzyliśmy unię z Litwą, niezwykły przykład pokojowego rozwiązania politycznego. Za podstawę praworządności europejskiej słusznie uważane jest angielskie prawo, *Habeas Corpus Act,* wydane w XVII wieku. Zakazywało aresztowania bez orzeczenia sądu na dłużej niż 72 godziny, co potem skrócono do 48 godzin. Ale w Polsce nie w stuleciu XVII, ale już w XV wieku mieliśmy prawo podobne, *Neminem captivabimus nisi iure victum* – „nikogo nie uwięzimy bez sądu". To prawo spisane po łacinie, było od początku dostępne na Zachodzie, ale tamtejszych historyków mało to interesowało.

Jednak obiektywnie, prawo to dotyczyło wyłącznie szlachty. Chłopi i mieszczanie zeń nie korzystali.
– Zgoda, ale w większości krajów europejskich, może z wyjątkiem Anglii i Szwecji, było podobnie lub gorzej! W Hiszpanii szalała inkwizycja i sprawiedliwego prawa ani gwarancji wolności dla ludu tam nie było. Gdy Izabella Kastylijska w 1492 r. wypędzała Żydów, u nas od 1264 r. funkcjonował „Statut kaliski" Bolesława Pobożnego, gwarantujący im podstawowe prawa. Widzi pani różnicę?

W Hiszpanii jeszcze w 1819 r. spalono na stosie nauczyciela głoszącego równość ludzi w duchu rewolucji francuskiej. Inkwizycję zniesiono tam dopiero w 1834! A we Francji, choć tam wcześnie zniesiono pańszczyznę, sytuacja prawna i ekonomiczna chłopów była tragiczniejsza niż w Polsce, był to skutek władzy absolutnej i drakońskiego systemu podatkowego, który nie obowiązywał tylko wyższych stanów. To dlatego doszło tam do barbarzyństwa rewolucji roku 1789.

My w Polsce wychodziliśmy z niewątpliwych wad przeszłości pokojowo, mądrze uchwaliliśmy drugą w świecie po USA konstytucję. I to wówczas nasi absolutystyczni sąsiedzi doszli do przekonania, że jest to dla nich niebezpieczne, że trzeba to zdusić. Oto główny powód zaborów.

Skoro chcemy, by jak najwięcej wiedziano o naszej historii na Zachodzie, to może powinniśmy się ze-

Prof. Wojciech Lipoński

• ur. 1942, historyk kultury brytyjskiej, europejskiej i sportu związany z Uniwersytetem im. A. Mickiewicza, Akademią Wychowania Fizycznego w Poznaniu i Uniwersytetem Szczecińskim. Wykładał na uczelniach USA, Korei Płd., Singapuru, Turcji i Niemiec. Supervising professor Międzynarodowej Akademii Olimpijskiej w Antycznej Olimpii. Autor ponad dwudziestu książek.

◀ **Przy biurku w gabinecie prof. Wojciecha Lipońskiego w jego poznańskim mieszkaniu powiewają dwie flagi – unijna i olimpijska**
FOT. FOT. ŁUKASZ CYNALEWSKI / AGENCJA WYBORCZA.PL

eprasa.pl eddb2a5eb2

brać i przetłumaczyć co ważniejsze dokumenty, opisać istotniejsze fakty, zdarzenia, sprostować co trzeba, pokazać, rozesłać.
– Coś niecoś w tym zakresie się robi, ale wciąż mało skutecznie. Ale z drugiej strony każdy historyk, również zachodni, jeśli już się bierze za pisanie o kulturze innego kraju, sam powinien sięgać po wszelkie źródła, szukać w bibliotekach, grzebać w archiwach, pytać, sprawdzać, zamawiać tłumaczenia, korzystać z przekładów komputerowych. I pisać historię zgodnie z zasadą hugenota Pierre Bayle'a: „Historyk musi zapomnieć, że pochodzi z jakiegokolwiek kraju. Na pytanie: „Skąd jesteś?" musi odpowiedzieć: „Nie jestem ani Francuzem, ani Niemcem, ani Anglikiem, ani Hiszpanem, jestem obywatelem świata (citoyen du monde), nie służę cesarzowi, ani królowi Francji; służę Prawdzie; ona jest moją jedyną Królową; jej jedynie złożyłem przysięgę posłuszeństwa".

Byłoby dobrze, gdyby parę osób w Polsce to przeczytało. Wracając do źródeł... Jules Michelet stosował zasadę, że „trzeba wziąć źródło na łoże tortur, zmuszając je, by wykrztusiło informacje".
– Norman Davies pokazał, jak pisać historię, nauczył się naszego języka, studiował różne źródła. Dlatego go wyjątkowo szanujemy i cenimy. Dzięki niemu dzieje Polski stały się bardziej zrozumiałe na Zachodzie. Jest tam jeszcze kilku rzetelnych historyków, ale wciąż mało. Dla Petera Rietbergena Ivan Gundulić, chorwacki poeta narodowy, był ... Serbem. To tak jakby z Mickiewicza zrobić Rosjanina. Na szczęście poprawiono tę głupotę w polskim przekładzie. Gundulić napisał epos o bitwie chocimskiej pt. „Osman", gdzie sławił polską kulturę i potęgę. Bohaterem poematu jest tam książę, późniejszy król Władysław IV, który w 1621 r. pod Chocimiem z Karolem Chodkiewiczem dali łupnia Turkom, hamując inwazję islamu na Europę. Zwycięstwo to uczczono w Rzymie muzycznym oratorium odegranym na papieskim dworze. Znam historyków, którzy pokpiwają sobie z określenia, że Polska była przedmurzem chrześcijaństwa. A jednak była. Gdyby nie Jan III Sobieski, Turcy zdobyliby Wiedeń, i gdyby poszli dalej, to czym byłaby dzisiaj Europa?

Ukazały się już cztery tomy pańskich „Dziejów kultury europejskiej": „Prehistoria i starożytność", „Średniowiecze", „Renesans", a w 2025 r. „Barok–Oświecenie". Od czego pan zaczął tę monumentalną pracę?
– Gdy przystąpiłem do pisania historii kultury europejskiej, rozesłałem setki maili do naukowców w różnych krajach, pytając o to, co jest istotne w ich kulturach. Otrzymałem sporo książek i artykułów, zwykle w PDF-ach, od takich znamienitych uczonych, jak wspomniany Denis de Lucca, Włoch Enrico Tiozzo czy Marina Loukaki z Grecji. Od niej dowiedziałem się, że w Bizancjum powstał najstarszy uniwersytet europejski, Pandidakterion. Wykładano tam na szesnastu wydziałach po grecku i na piętnastu po łacinie. Pandidakterion założył Teodozjusz II w 426 roku. Istniał ponad 1000 lat, aż do upadku Konstantynopola w 1453 r., gdy ogromna fala uczonych greko-bizantyjskich wyemigrowała do Włoch i Francji. Inicjowali tam katedry hellenistyki, przybliżali myśl klasycznej Grecji. To jeden z najważniejszych nurtów Renesansu. Wciąż za mało o tym wiemy.

Ktoś ten projekt finansuje, ktoś pana wspiera?
– Narodowe Centrum Nauki odrzuciło moje podanie o grant jednym zdaniem: „Odmawiam przydzielania środków na realizację projektu". Nie mam żadnego wsparcia, ale mam dużo uporu.

Powiedział pan kiedyś, że to sport dał panu siłę woli, by kontynuować pracę twórczą na własnych warunkach.
– W dzieciństwie po dwu wypadkach drogowych i ciężkiej chorobie byłem niesprawny

• **Wojciech Lipoński (z prawej) w 1964 roku znalazł się w lekkoatletycznej reprezentacji Polski na igrzyska olimpijskie z Tokio. Z lewej Andrzej Badeński, brązowy medalista tokijskiej olimpiady w biegu na 400 metrów** FOT. ARCHIWUM WOJCIECHA LIPOŃSKIEGO

Narodowe Centrum Nauki odrzuciło moje podanie o grant jednym zdaniem: „Odmawiam przydzielania środków na realizację projektu". Nie mam żadnego wsparcia, ale mam dużo uporu

fizycznie, złamany psychicznie. Z pomocą mądrych nauczycieli po kilku latach ciężkiej pracy nad sobą doszedłem do kadry narodowej w lekkoatletyce, ukończyłem studia.

To nauczyło mnie twardości i nieustępliwości w dążeniu do celu. Przeniosłem to na pracę naukową. Na szczęście Państwowe Wydawnictwo Naukowe (PWN), z którym współpracuję od czterdziestu lat, podjęło rękawicę. W sumie ma być sześć tomów, plus ewentualnie siódmy: antologia najważniejszych dokumentów kultury europejskiej, mniej więcej od przemówienia o demokracji Peryklesa, do „Archipelagu Guług" Aleksandra Sołżenicyna. Oczywiście, jeśli zdążę, a mam 83 lata.

Co z dokumentów polskich znajdzie się w tej antologii?
– Z pewnością „Bogurodzica", fragment kroniki Jana Długosza, traktatu Modrzewskiego, z literatury Mickiewicz, wiersz Miłosza „Który skrzywdziłeś człowieka prostego", a z aktów politycznych „Statut Kaliski" Bolesława Pobożnego, prawo *Neminem captivabimus*, historyczna analiza słów o wolności sumienia Stefana Batorego: „Nie jestem panem polskich dusz". Położę bowiem nacisk na dokumenty dotyczące polskiej koncepcji wolności. Pamiętajmy, gdyby Kopernik żył we Włoszech, pewnie skończyłby jak Giordano Bruno. Albo Lucilio Vanini, który w 1619 r., po straszliwych torturach, spłonął na stosie, bo odważył się przypuszczać, że człowiek pochodzi od małpy i wątpił w istnienie Boga.

U nas też za takie myślenie palono.
— To właściwie pojedynczy przypadek szlachcica i filozofa Kazimierza Łyszczyńskiego, który zaprzeczał istnieniu Boga. Ucięto mu najpierw rękę, która to napisała, potem głowę, i spalono na stosie w 1689 r. Znakomity historyk Janusz Tazbir twierdził, że Polska była jednak krajem bez stosów. Natomiast w hiszpańskich archiwach są protokoły dowodzące, że w tylko w latach 1550-1650 miało tam miejsce czterdzieści dwa tysiące procesów inkwizycyjnych, a we Włoszech „tylko" około trzydziestu dwóch tysięcy! Dodajmy do tego niemniejszą aktywność inkwizycji w średniowieczu.

U nas Konfederacja Warszawska z 1573 r. gwarantowała innowiercom równouprawnienie i opiekę państwa. Twórca hiszpańskiej inkwizycji Torquemada nie miałby w Rzeczypospolitej żadnych szans.

Jak biegnie obecnie praca nad „Dziejami kultury europejskiej"?
– Jak wspominałem, piszę w tej chwili tom poświęcony wiekowi XIX, z nadzieją, że PWN mimo rosnących kosztów i kryzysu czytelnictwa da jednak radę to wydać. To ważny tom, bo w XIX wieku w Polsce i w kilku innych zniewolonych krajach brak niepodległości kompensowała wspaniała idea sztuki i literatury „krzepienia serc". Znała to m.in. Irlandia, z którą mamy tak wiele wspólnego. Nim Maria Konopnicka stworzyła „Rotę", napisała poruszający wiersz „Pocałunek Emmeta". Robert Emmet to irlandzki bohater narodowy, który w 1803 r. wzniecił antyangielskie powstanie. Schwytany, nim go powieszono, ucałował kata, mówiąc: „wybaczam ci".

Kilkadziesiąt lat później jeden z ostatnich przywódców powstania styczniowego, ksiądz Stanisław Brzóska, nim powiesili go Rosjanie, miał wykonać podobny gest. Konopnicka prawdopodobnie ze względu na cenzurę nie mogła tego opisać wprost; uczyniła to, przywołując postać Emmeta. Los Emmeta opisała niegdyś u mnie w swej pracy magisterskiej Małgorzata Goraj-Bryll, wybitna tłumaczka literatury irlandzkiej, prywatnie żona zmarłego w 2024 r. poety Ernesta Brylla.

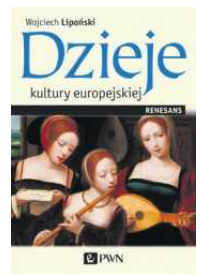
Co pana profesora najbardziej zaskoczyło w trakcie pisania pańskiego opus magnum?
– Tylko tom „Barok–Oświecenie", zawiera tego tyle, że samo suche wyliczenie zaskoczeń potroiłoby ten wywiad. Na przykład niby oczywisty fakt, że jedną z głównych cech naszego Oświecenia był wkład duchownych: biskupa Ignacego Krasickiego, księży Hugona Kołłątaja, Stanisława Staszica, jezuity Franciszka Bohomolca. Ale w ilu podręcznikach podkreśla się jasno, że polskie Oświecenie było Oświeceniem katolickim? A co z żydowskim nurtem Oświecenia, haskalą, czy jest o nim w naszych podręcznikach?.

Podoba mi się, że sporo miejsca poświęcił pan kobietom poszczególnych epok, i to nie spłoszonym białogłowom, a niewiastom dzielnym i twórczym.
– Angielski krytyk Thomas Love Peacock pisał niegdyś, że literatura, a zwłaszcza poezja, przed buntownikami romantyzmu, to historia służalstwa. Horacy, Wergiliusz i tabuny ich następców to byli dworscy klakierzy, prawda, genialni artystycznie, ale na łasce mecenasów: pisali na zamówienie to, za co im płacono. Tymczasem pierwszą kobietą w historii, wolną od dworskiej jałmużny, utrzymującą się tylko z pisania, była wychowana we Francji Włoszka Christine de Pisan (Cristina da Pizzano, 1364 – ok. 1430). Domagała się, by kobiety były dopuszczane do działalności literackiej, naukowej i politycznej. Otwarcie krytykowała sposób, w jaki mężczyźni odnoszą się do kobiet.

Kobiety do dzisiaj mają z tym problem.
– Christina de Pisan została sama z kilkorgiem dzieci i długami po śmierci męża. Była dobrze wykształcona, wzięła się za pisanie, zarabiając na życie. Nie była jedyną: za pióro chwytały potem inne Włoszki i Francuzki. Miała też mniej bojowe poprzedniczki. W głębokim średniowieczu, w X wieku, gdy prócz misteriów i mirakli nie istniał teatr, w klasztorze w Gandersheim w Niemczech ksieni Hroswitha napisała sześć dramatów w klasycznym stylu Terencjusza i Seneki! Dwa pierwsze nowożytne traktaty myśliwskie napisała w Anglii na początku XV stulecia Juliana de Berners. Byłem promotorem wielu anglistycznych prac magisterskich o prekursorkach emancypacji, np. o wspaniałej osiemnastowiecznej postaci Mary Wollstonecraft. Jest o takich kobietach dużo we wszystkich tomach moich „Dziejów kultury europejskiej".

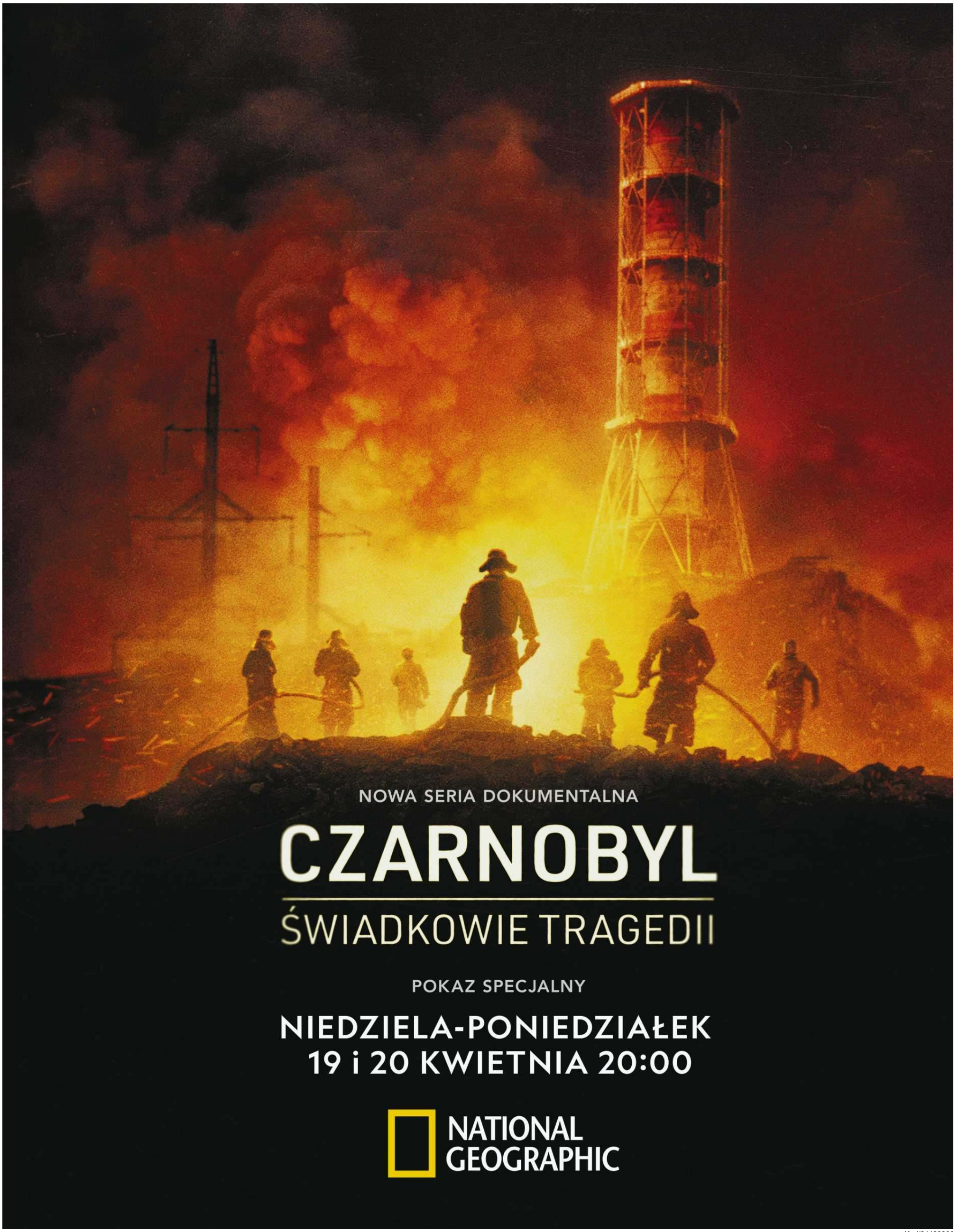
Pana „Dzieje kultury europejskiej" są niekiedy określane jako wywrotowe. Co pan profesor wywraca?
– Wszystkie moim zdaniem błędne, a utrwalone stereotypy historyczno-kulturowe. Redakcja radia TOK FM opatrzyła podkast mojego wywiadu komentarzem: „To, co wiedzieliście o historii Europy, zmieni się po wysłuchaniu tej rozmowy". ●

Książki
Dzieje kultury całej Europy



W cyklu „Dziejów kultury europejskiej" ukazały się dotąd cztery części: „Prehistoria i starożytność" (2019), „Średniowiecze" (2020), „Renesans" (2021) oraz „Barok–Oświecenie" (2025). W przygotowaniu dwa tomy, które doprowadzą opowieść o europejskiej kulturze do naszych czasów. Prof. Wojciech Lipoński postanowił napisać swoje monumentalne dzieło, ponieważ uważa, że historia kultury europejskiej pisana była dotąd wyłącznie z perspektywy Zachodu – z wielką krzywdą dla Europy Wschodniej i Bałkanów.

eprasa.pl eddb2a5eb2



eprasa.pl eddb2a5eb2

NAJBARDZIEJ WULGARNY EPOS BIBLIJNY

• W finale „Żywota Briana" chór ukrzyżowanych na Golgocie śpiewa słynny przebój „Zawsze patrz na jasną stronę życia". Pierwszym głosem śpiewa rebeliant Stan, czyli Eric Idle, wtóruje mu tytułowy Brian, czyli Graham Chapman

FOT. PYTHON/ALL FILM ARCHIVE/MARY EVANS/ EAST NEWS

Pod kinami do bojkotu „Żywotu Briana" wzywali rabini i zakonnice. Ale tłum widzów zingorował te demonstracje.

Dawid Dróżdż

Studiowali Biblię i doszli do wniosku, że Jezus nie jest dobrym przedmiotem żartu.

Eric Idle stwierdził, że „to, co mówi, nie nadaje się do wyśmiania", a Terry Jones dodawał, że był „cholernie dobrym facetem – nie tak zabawnym jak Margaret Thatcher". Skupili się więc na jego wyznawcach – bezrefelksyjnie podążających za wyobrażonym mesjaszem i wierzących w każde wypowiedziane przez niego słowo.

I wymyślili Briana, nieporadnego maminsynka, którego los przypadkiem splata się z życiem Chrystusa: rodzą się tej samej nocy.

„Żywot Briana" w reżyserii Terry'ego Jonesa pół wieku po swojej swiatowej premierze wraca na ekrany polskich kin. Kogo dziś oburzy dzieło legendarnej grupy Monty Pythona?

MONTY PYTHONA TO LEGENDA

Końcówka lat 70. Brytyjska grupa komików – Graham Chapman, John Cleese, Terry Gilliam, Eric Idle, Terry Jones i Michael Palin – rewolucjonizuje telewizję. „Latający Cyrk Monty Pythona", emitowany od 1969 roku serial, którego odcinki składają się z luźno powiązanych epizodów, cechuje surrealistyczny humor oraz eksperymentalna forma.

Pythoni zachwycali pomysłowością, tworząc trudne do wymyślenia sytuacje, przejaskrawionych bohaterów i rzeczywistość przekraczającą wszelkie granice absurdu. To oni powołali do życia ministerstwo głupich kroków, niespodziewana hiszpańską inkwizycję i wymyślili najzabawniejszy kawał świata wykorzystywany na froncie do zabijania nieprzyjaciół.

To coś, czego brytyjski widz jeszcze nie widział.

Nie tylko brytyjski. Serial zyskuje popularność także za granicą – emitowany jest m.in. w Stanach Zjednoczonych, Kanadzie, Australii, Nowej Zelandii czy w Europie Zachodniej.

W Polsce „Latający cyrk Monty Pythona" po raz pierwszy pojawił się na początku lat 70. W ramach cyklu „Róże Montreux", prezentującego osiągnięcia zagranicznych telewizji, wyemitowano odcinek przygotowany specjalnie na Festiwal w Montreux w 1971 roku. Zawierał on skecze z pierwszego i drugiego sezonu programu. Polska widownia poznała jednak całą twórczość Monty Pythona dopiero w latach 90., kiedy „Latający cyrk..." trafił na antenę Telewizji Polskiej w przekładzie Tomasza Beksińskiego.

W 1974 roku – po zrealizowaniu czterech sezonów – grupa kończy pracę nad serialem, uznając, że formuła się wyczerpała.

Pomysł na pierwszy pełnometrażowy film powstaje jeszcze w trakcie kręcenia „Latającego Cyrku...". Scenariusz, którego akcja rozgrywa się w średniowieczu, ma być parodią legend arturiańskich. „Świętego Graala" reżyserują dwaj Pythoni: Terry Gilliam i Terry Jones. Członkowie grupy sami piszą scenariusz i odgrywają główne role. Film okazuje się ogromnym sukcesem – zarabia ponad 5 mln dolarów na całym świecie przy bardzo niskim budżecie, szacowanym na ok. 400 tysięcy dolarów.

Widzowie są spragnieni montypythonowskiego humoru, dziennikarze dopytują o dalsze plany. Eric Idle w jednym z wywiadów, z rozbrajającą szczerością, odpowiada: „Tytuł następnego filmu będzie brzmiał: »Jezus Chrystus: Żądza chwały«". Pozostałym członkom grupy pomysł przypada do gustu. Idle i Terry Gilliam wymyślają scenę, która ma być punktem wyjścia: Jezus spada z rozpadającego się krzyża i zamiast uciec, wyjaśnia nieporadnym cieślom, jak prawidłowo stworzyć konstrukcję.

Ta scena nigdy jednak nie powstanie. No i bohater będzie ostatecznie inny.

BRIAN ZAMIAST JEZUSA

Pierwsza scena „Żywotu Briana" ukazuje Trzech Królów, którzy przynoszą dary nie temu dziecku, co trzeba. Matka Briana (grana koncertowo przez Terry'ego Jonesa) odgania „pijanych przybyszy ze Wschodu", lecz łagodnieje, gdy dostrzega dary w ich rękach. Mędrcy po chwili się reflektują – odbierają złoto, mirrę i kadzidło, by wręczyć je właściwemu mesjaszowi, szlochającemu w sąsiedniej stajence.

Brian – już jako dorosły – dowiaduje się, że jego ojciec jest Rzymianinem. Nie godzi się z tą tożsamością. „Jestem Żydem z haczykowatym nosem! Jestem koszerny! Jestem piechurem Morza Czerwonego!" – wykrzykuje do zobojętniałej matki. Sfrustrowany dołącza

eprasa.pl eddb2a5eb2

do Ludowego Frontu Judei, sprzeciwiającego się imperialistycznej polityce kolonizatorów. W ten sposób sprowadza na siebie kłopoty: podczas próby uprowadzenia żony Poncjusza Piłata zostaje schwytany.

Wtedy ponownie zostaje wzięty za mesjasza.

WYCIĘTE SCENY

Pomysł stworzenia komedii o czasach Jezusa wydawał się niezwykle odważny. Wielka Brytania – podobnie jak duża część Europy – była wciąż mocno religijna. Powolna sekularyzacja społeczeństwa miała dopiero nastąpić. Żarty z kwestii religijnych podlegały silnej cenzurze, a nawet regulacjom prawnym. Obowiązywało tzw. prawo o bluźnierstwie, sięgające średniowiecza. W Anglii i Walii zniesiono je dopiero w 2008 roku, a w Szkocji w 2021 roku.

Twórcy napotkali problemy już na etapie produkcji. Bernard Delfont, szef EMI Films, po przeczytaniu scenariusza w ostatniej chwili wycofał finansowanie. Pomocną dłoń wyciągnął George Harrison – zagorzały fan Monty Pythona – który wraz ze swoim menedżerem Denisem O'Brienem wyłożył na produkcję trzy miliony funtów. Muzyk zainwestował, ponieważ „chciał zobaczyć ten film". Terry Jones po latach żartował: „To najdroższy bilet do kina na świecie!".

„Żywot Briana" wygląda na droższy, niż był w rzeczywistości, ponieważ producenci wykorzystali scenografię zbudowaną wcześniej na potrzeby włosko-brytyjskiego serialu „Jezus z Nazaretu" z Robertem Powellem w roli głównej. Zdjęcia zrealizowano m.in. w Monastyrze, Teatrze Rzymskim w Kartaginie oraz w Susie i Matmacie w Tunezji.

Twórcy przemontowali pierwotną, dwugodzinną wersję filmu. Najbardziej kontrowersyjny z wyciętych wątków dotyczył Otto – ekstremistycznego przywódcy Judeańskiego Frontu Ludowego, granego przez Erica Idle'a. Postać mówi z niemieckim akcentem i nosi cienki wąsik à la Adolf Hitler. Oskarża o „nieczystość rasową" Żydów, którzy – jak Brian – zostali poczęci w wyniku gwałtu dokonanego przez rzymskich centurionów.

Członkowie tej organizacji ostatecznie pojawiają się jedynie w ostatniej scenie – przepędzają Rzymian pilnujących ukrzyżowanych. Zamiast jednak uratować skazańców, popełniają zbiorowe samobójstwo. Eric Idle przyznał po latach, że czuł się w tej roli nieswojo: „To w zasadzie dość brutalny atak na wściekły syjonizm, sugerujący, że jest on podobny do nazizmu".

Oficjalna wersja głosi, że sceny z udziałem Otto usunięto, ponieważ spowalniały akcję.

ZAKAZANY FILM

„Guardian" pisał w 1979 roku: „Być może jest to najbardziej wulgarny epos biblijny, jaki kiedykolwiek powstał, ale wygląda na to, że stanie się bestsellerem".

„Żywot Briana" najpierw był pokazywany w kinach w Stanach Zjednoczonych – i doprowadził do białej gorączki niektóre radykalne środowiska religijne.

Archidiecezja katolicka w Nowym Jorku nazwała film „bluźnierstwem", dodając, że jest to „zbrodnia przeciwko religii i wystawienie osoby Chrystusa na śmieszność". Trzy organizacje żydowskie – Rabbinical Alliance of America, Union of Orthodox Rabbis oraz Council of Syria and Near Eastern Sephardic Communities – również potępiły dzieło, uznając je za „rażąco obraźliwe". Według nich był to „brutalny atak na judaizm i Biblię, a także okrutna kpina z chrześcijańskich uczuć religijnych".

• **John Cleese i Michael Palin w „Żywocie Briana". Oburzonym na film komicy tłumaczyli, że jest on krytyką fanatyzmu religijnego, wyznawców, którzy bezrefleksyjnie podążają za mesjaszem i wierzą w każde jego słowo**
FOT. LANDMARK MEDIA / ALAMY STOCK PHOTO / BE&W

Jedenaście rad miejskich w Wielkiej Brytanii zakazało wyświetlania „Żywotu Briana", a dwadzieścia osiem przyznało mu niesławny certyfikat X, oznaczający dostęp wyłącznie dla widzów powyżej 18. roku życia

Pod niektórymi kinami w Nowym Jorku rabini i zakonnice organizowali pikiety, nawołując do bojkotu. Demonstracje zostały jednak zignorowane przez tłumy młodych widzów, którzy masowo gromadzili się w kinach.

Pythoni musieli zmierzyć się z falą protestów także w Wielkiej Brytanii. Konserwatywna działaczka Mary Whitehouse – znana z wcześniejszych protestów przeciwko „Egzorcyście" Williama Friedkina, „Doktorowi Who" czy „Up the Junction" Kena Loacha – próbowała wywrzeć nacisk na British Board of Film Censors (obecnie BBFC), aby film nie otrzymał zgody na dystrybucję.

Gdy ta próba się nie powiodła, zaczęła lobbować u lokalnych władz.

Protesty przyniosły efekt. Jedenaście rad miejskich w Wielkiej Brytanii zakazało wyświetlania „Żywotu Briana", a dwadzieścia osiem przyznało mu niesławny certyfikat X, oznaczający dostęp wyłącznie dla widzów powyżej 18. roku życia.

W niektórych miejscach zakaz zniesiono dopiero po dekadach – w walijskim Swansea w 1997 roku, w Torbay w 2008 roku, a w Aberystwyth w 2009 roku.

Film został również zakazany w kilku krajach, m.in. w Singapurze, RPA, Chile, Irlandii i Norwegii. Szwedzi nie przepuścili okazji do zadrwienia z sąsiadów, promując film hasłem: „Tak zabawny, że został zakazany w Norwegii".

Protesty przyniosły odwrotny skutek. Widzowie tłumnie ruszyli do kin, by przekonać się, czy „Żywot Briana" rzeczywiście jest bluźnierczy. Film odniósł sukces kasowy, zarabiając blisko 20 mln dolarów i stając się piątym najbardziej dochodowym tytułem w Wielkiej Brytanii w 1979 roku.

HERETYCKI, A NIE BLUŹNIERCZY

Zamieszanie wokół „Żywotu Briana" doprowadziło do publicznej debaty o granicach satyry. W programie „Friday Night, Saturday Morning" emitowanym przez BBC Michael Palin i John Cleese stanęli naprzeciw Mervyna Stockwooda, biskupa Southwark, oraz Malcolma Muggeridge'a – dziennikarza i satyryka, który po spotkaniu z Matką Teresą nawrócił się na chrześcijaństwo.

Pythoni podkreślali, że ich celem nie było wyśmiewanie Chrystusa, lecz krytyka religijnego fanatyzmu. Muggeridge twierdził jednak, że film jest „obraźliwy wobec chrześcijaństwa". John Cleese sugerował później, że jego stanowisko wynikało z niezrozumienia filmu – Muggeridge miał nie dostrzegać, że Brian i Jezus to dwie odrębne postacie.

Twórcy konsekwentnie utrzymywali, że ich dzieło jest heretyckie, a nie bluźniercze. Terry Jones tłumaczył: „Nie chodziło o to, co mówił Chrystus, ale o ludzi, którzy za nim poszli – o tych, którzy przez następne dwa tysiące lat torturowali i zabijali się nawzajem, ponieważ nie mogli zgodzić się co do tego, co mówił o pokoju i miłości".

Największe oburzenie wzbudzała – dziś kultowa – finałowa scena filmu, w której bohaterowie śpiewają pogodną piosenkę „Always Look on the Bright Side of Life", napisaną przez Erica Idle'a. Zdaniem krytyków wyśmiewała ona cierpienie Chrystusa. Pythoni odpowiadali, że ukrzyżowanie było wówczas powszechną formą kary i nie powinno być utożsamiane wyłącznie z jedną postacią.

Sam utwór zyskał ogromną popularność i do dziś bywa wykonywany podczas wydarzeń publicznych – od meczów piłkarskich po pogrzeby. Dekadę później Pythoni zaśpiewali go również podczas pogrzebu Grahama Chapmana, który zmarł przedwcześnie na raka migdałka podniebnego.

KTO LUBI MONTY PYTHONA?

Dziś „Żywot Briana" nie szokuje już tak jak kiedyś – granice wolności słowa wyraźnie się przesunęły. Film bywa jednak problematyczny z innych powodów, związanych ze zmianami kulturowymi dotyczącymi płci, rasy i tożsamości.

Przykładem jest scena, w której rewolucjonista Stan (grany przez Erica Idle'a) oznajmia, że chce zostać kobietą i rodzić dzieci, prosząc, by nazywano go „Lorettą". W zamyśle Pythonów była to satyra na – ich zdaniem – radykalne postulaty feministyczne. Dziś scena ta może być interpretowana w kontekście współczesnych debat o tożsamości płciowej i prawach osób transpłciowych.

Skecz podchwycili niektórzy politycy polskiej prawicy. Do tego wątku odwoływali się także niektórzy politycy. W sierpniu 2020 roku, po aresztowaniu aktywistki LGBT Margot, tę scenę udostępnił w mediach społecznościowych m.in. Patryk Jaki, komentując: „Monty Python przewidzieli inwazję głupoty już w latach 70.".

Paradoks polega na tym, że sięgnął po fragment filmu, który przez część środowisk konserwatywnych jest uznawany za jedno z najbardziej bluźnierczych dzieł w historii kina. ●

„Żywot Briana" do końca maja będzie do obejrzenia w wybranych kinach w Polsce. Miejsca i daty seansów można znaleźć na stronie kinomaestro.pl.

eprasa.pl eddb2a5eb2

TAJEMNICA LIONELA CRABBA

Im więcej czasu mija od zaginięcia legendarnego brytyjskiego płetwonurka, tym więcej pojawia się niejasności, sprzeczności i teorii spiskowych.

Robert Stefanicki

Płetwonurek zaginął po testach", doniósł „The Times" 30 kwietnia 1956 roku. W artykule rzecznik Admiralicji, czyli departamentu rządowego odpowiedzialnego za Marynarkę Wojenną, stwierdził, że „komandor Crabb nie powrócił z nurkowania, podczas którego 19 kwietnia testował sprzęt podwodny". Gazeta zauważyła dziwny zbieg okoliczności – nurek zaginął w porcie Portsmouth, dokładnie w tym samym czasie i miejscu, gdzie cumował radziecki krążownik „Ordżonikidze", który przywiózł radzieckiego przywódcę Nikitę Chruszczowa na spotkanie z brytyjskim premierem Anthonym Edenem.

Kilka dni później brukowiec „Daily Mail" zasugerował, że Crabb brał udział w operacji szpiegowskiej. Sowieci stwierdzili, że widzieli płetwonurka w pobliżu „Ordżonikidze" podczas cumowania w Portsmouth. Na pytania zadawane w parlamencie premier Eden odmówił odpowiedzi. – Ujawnianie okoliczności, w których przypuszczalnie zginął komandor Crabb, nie leżałoby w interesie publicznym – orzekł.

Po czternastu miesiącach rybacy z Chichester na południowym wybrzeżu Anglii znaleźli bezgłowe i bezrękie ciało w skafandrze nurkowym. Brak odcisków palców i zębów utrudniał identyfikację. Według Roba Hoole'a jednego z płetwonurków, który znał Crabba, zwłoki pasowały wielkością, kolorem owłosienia i były ubrane w taki sam dwuczęściowy skafander Pirelli i płetwy pływackie Admiralty Pattern, jakie Crabb miał na sobie, gdy wyruszał na swoją ostatnią misję.

Jednak była żona zaginionego nie była pewna, czy może zidentyfikować ciało, podobnie jego ostatnia dziewczyna, Pat Rose.

O pomoc poproszono przyjaciela Sydney'a Knowlesa, podoficera Royal Navy i nurka, który służył z Crabbem podczas II wojny światowej w Gibraltarze. Stanie się on głównym źródłem informacji, a raczej chaosu informacyjnego, który przez dekady podsyca aurę tajemnicy wokół tej sprawy. Ponieważ na przestrzeni lat zmieniał wersję wydarzeń, historycy podchodzą do jego słów z dystansem.

Knowles, badając okaleczone ciało, szukał blizny w kształcie litery Y za lewym kolanem i widocznej blizny na lewym udzie. Zeznał, że odnalazł je i zidentyfikował Crabba. Jednak wiele lat później stwierdził, że został do tego zmuszony przez służby, mimo że miał poważne wątpliwości, bo blizny nie pasowały idealnie. Do tego czuł ogromną presję, by „zamknąć sprawę". Co do kombinezonu, Knowles zauważył, że taki sam mógł mieć każdy inny nurek operujący w tym rejonie.

Patolog D.P. King w raporcie stwierdził, że dokładne oględziny ciała nie ujawniły żadnych blizn ani znaków identyfikacyjnych. Jednak podczas powtórnej obdukcji zgłosił, że znalazł blizny, co w połączeniu z innymi cechami zwłok pozwala uznać, że należą one do Lionela Crabba. Koroner G.A. MacDonald na podstawie raportu patologa i zeznań świadków wydał akt zgonu.

„The Times" w czerwcu 1957 roku odnotował, że matka Crabba, mimo werdyktu koronera, nie była przekonana, czy pochowała swojego syna.

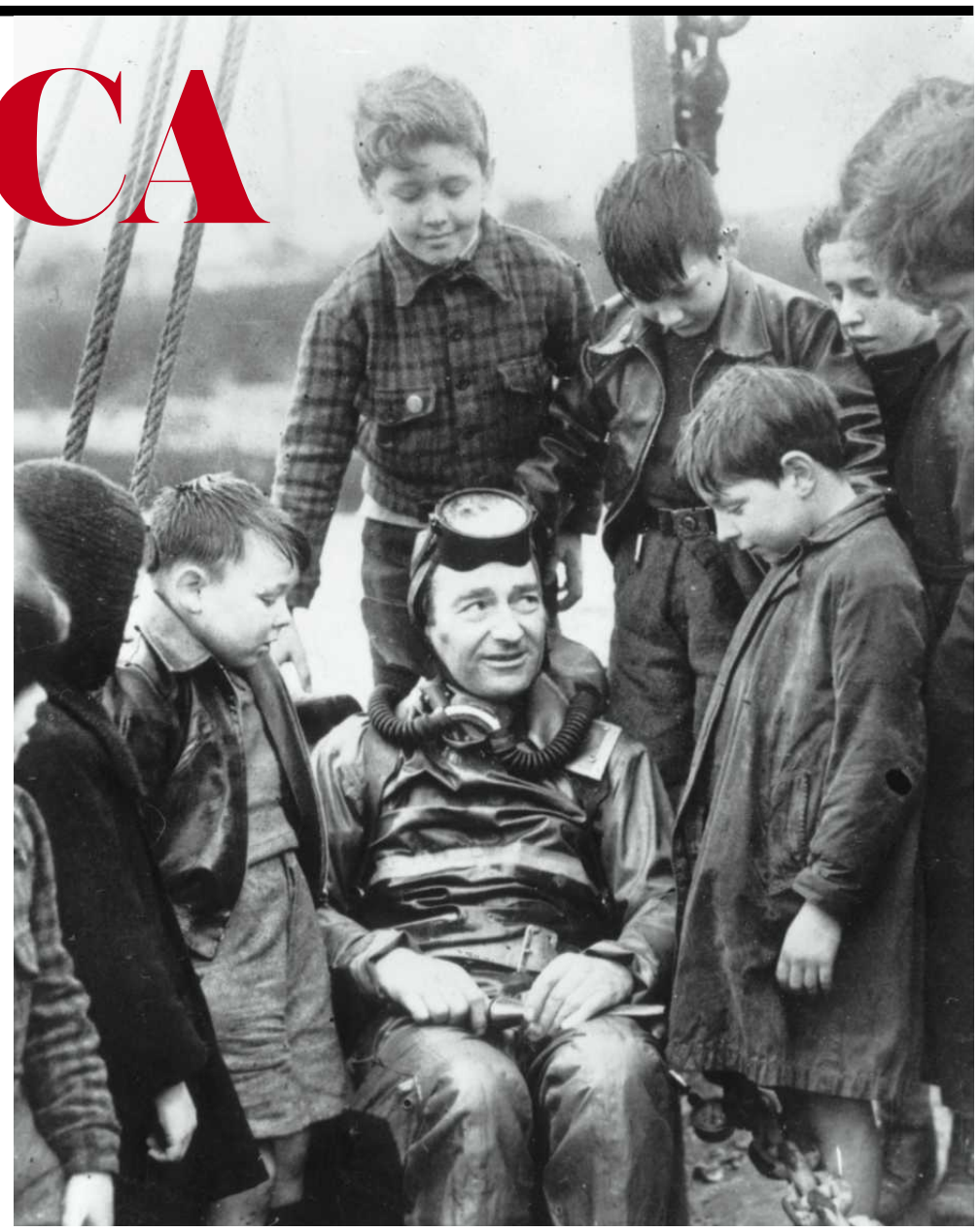
ŚRUBA KRĄŻOWNIKA

Dopiero od 2006 roku, dzięki zdjęciu klauzuli tajności z dokumentów po 50 latach, oraz wnioskom o udostępnienie informacji publicznej, zaczęły wychodzić na jaw mroczne okoliczności feralnego nurkowania. Według BBC odtajnione akta pokazały, że brytyjskie służby od początku chciały wykorzystać wizytę Chruszczowa do zebrania informacji wywiadowczych. Zasugerowały ukrycie mikrofonów w hotelu Claridge's, gdzie radzieckie kierownictwo miało zamieszkać. Premier Eden jednak stanowczo odrzucił ten pomysł i „wyraźnie zaznaczył, że podobne przygody są zakazane".

Mimo to MI6 zwerbowało Crabba do „nieoficjalnego przedsięwzięcia", mającego na celu inspekcję „Ordżonikidze". Dokładny charakter tej misji wciąż nie jest jasny, ale były oficer MI5 Peter Wright zasugerował w książce „Spycatcher" (1987), że celem było zbadanie i sfotografowanie zaawansowanej konstrukcji śruby statku.

Według Knowlesa była to już druga taka misja Crabba. Pierwszą wykonał w październiku 1955 roku, gdy pomagał ustalić, dlaczego nowe rosyjskie krążowniki klasy Swierdłow są tak zwrotne. Okręt tego typu (taki jak „Ordżonkidze") znajdował się wtedy w Portsmouth w ramach przeglądu. Crabb dopłynął do dna statku, gdzie znalazł duży otwór, przez który można było opuścić śrubę napędową, aby zwiększyć ciąg dziobu, co wyjaśniało znakomitą manewrowość.

Dziobowe stery strumieniowe były wówczas nowinką technologiczną, która dawała okrętom ogromną przewagę w ciasnych portach bez pomocy holowników. Zrozumienie, jak Rosjanie to rozwiązali, było priorytetem wywiadowczym. Don Hale W książce „The Buster Crabb Enigma" (2007) szczegółowo opisuje rolę CIA w finansowaniu i zachęcaniu sojuszników do zdobywania informacji o nowej generacji radzieckich krążowników. Hale twierdzi, że Amerykanie bezpośrednio nadzorowali operację z 1955 roku. Jej sukces zdawał się impulsem do inspekcji dna „Ordżonikidze" pół roku później. Mógł też sprawić, że Crabb poczuł się zbyt pewnie.



• **Płetwonurek Lionel Crabb był legendą brytyjskiej marynarki. Na zdjęciu opowiada o swoich przeżyciach wojennych uczniom szkoły w Tobermory na wyspie Mull u wybrzeży Szkocji**

FOT. KEYSTONE/GETTY IMAGES

I SŁUCH O NIM ZAGINĄŁ

17 kwietnia 1956 Crabb i agent MI6 występujący pod nazwiskiem Bernard Smith zameldowali się w hotelu Sally Port w Portsmouth. Wieczorem Crabb spotkał się w lokalnym pubie ze swoim kolegą, oficerem Royal Navy. Ten człowiek, którego nazwisko usunięto z akt, miał pomóc mu dostać się do portu, co nastąpiło tuż przed godziną siódmą rano 19 kwietnia. Na miejscu oficer pomógł nurkowi się ubrać i sprawdzić ekwipunek. Crabb następnie dopłynął do radzieckiego okrętu i nigdy już nie widziano go żywego.

Królewska Marynarka Wojenna nie podjęła poszukiwań z obawy przed zaalarmowaniem załogi „Ordżonikidzego" i Moskwy. Zapisy ze spotkań pokazują panikę na najwyższych szczeblach władzy. Urzędnicy obawiali się, że w przypadku odnalezienia ciała Sowieci mogliby wykorzystać śmierć Crabba do celów propagandowych.

Próbowano zatuszować sprawę. Z hotelu zniknęły rzeczy Crabba i odpowiednia strona z hotelowej księgi gości. Admiralicja pospiesznie spreparowała fałszywą historię o zaginięciu nurka podczas testu sprzętu.

Eden wpadł we wściekłość, gdy dowiedział się o nieautoryzowanej operacji, której wyraźnie zakazał. Sir John Sinclair, szef MI6, został zmuszony do przejścia na emeryturę.

Kreml wysłał do Wielkiej Brytanii oficjalną notę dotyczącą tego, co „Prawda" określiła mianem „haniebnego szpiegostwa". Ministerstwo Spraw Zagranicznych odpowiedziało, że obecność nurka w pobliżu niszczyciela nastąpiła bez pozwolenia, a rząd Jej Królewskiej Mości wyraża ubolewanie z powodu incydentu. Całe zdarzenie publicznie zawstydziło Edena i zniweczyło jego próby ocieplenia relacji poststalinowskim Związkiem Radzieckim.

CO SIĘ STAŁO POD WODĄ?

Pomimo ujawnienia większości tajnych dokumentów przebieg wydarzeń pozostaje nieznany. Służby wywiadowcze nie wiedziały, dlaczego Crabb nie wrócił. Przypuszczano, że mógł zostać schwytany przez Sowietów, zabity lub zginął w wypadku. Przez dziesięciolecia mnożą się sprzeczne wersje wydarzeń i teorie spiskowe, poparte zeznaniami rzekomych świadków i poszlakami.

W 1990 Josif Zwerkin, były agent radzieckiego wywiadu morskiego, powiedział, że radziecki snajper z pokładu „Ordżonikidze" zauważył nurka w wodzie i zastrzelił go.

Harry Houghton, starszy bosman Royal Navy, w latach 50. pracujący w attachacie wojskowym brytyjskiej ambasady w Warszawie, a w 1961 roku zdemaskowany jako sowiecki szpieg, po wyjściu z więzienia napisał książkę zatytułowaną „Operacja Portland" (1972). Twierdził tam, że w lipcu 1956 roku jego rosyjski opiekun, „Roman", opowiedział mu o śmierci Crabba. Rosjanin miał przypadkiem w pubie podsłuchać, że nurkowie trenują do jakiejś operacji specjalnej – i zaalarmował Moskwę. Na „Ordżonkidze" zorganizowano podwodnych wartowników, którzy mieli obserwować dno okrętu. Kiedy pojawił się Crabb, doszło do szarpaniny, w wyniku której odcięto mu dopływ powietrza i Brytyjczyk stracił przytomność. Następnie został wciągnięty na pokład i przewieziony do izby chorych. Gdy doszedł do siebie, rozpoczęto jego przesłuchanie. W pewnym momencie nurek zemdlał i nie odzyskał przytomności. Świadomi, że mogą zostać oskarżeni o zabicie go, Sowieci postanowili lekko przymocować jego ciało do dna statku, aby odczepiło się dopiero, gdy okręt ruszy w drogę. Ciało jednak zaplątało się w coś pod wodą, co spowodowało, że nie zostało odkryte przez czternaście miesięcy.

eprasa.pl eddb2a5eb2

Houghton wysunął teorię, że misją Crabba było podłożenie małej miny na „Ordżonikidze”. Celem było sprawdzenie, czy radziecka marynarka wojenna korzysta z najnowszej technologii sonarowej. Jeśli tak, mina eksplodowałaby, a statek by zwolnił; jeśli nie, mina ostatecznie oderwałaby się i opadła na dno morza.

Tę teorię zdawał się potwierdzać Eduard Kolcow, który w 2007 roku wyznał w rosyjskim filmie dokumentalnym, że podciął gardło Crabbowi w walce pod wodą, gdy przyłapał go na podwieszaniu miny. Sowieci mieli oczekiwać brytyjskiego nurka, bo informator powiadomił ich o operacji. Kolcow pokazał sztylet, którego rzekomo użył, oraz Order Czerwonej Gwiazdy, jaki miał otrzymać za tę akcję.

Dziennikarz gazety wojskowej „Krasnaja Zwiezda” uznał jego historię za nieprawdopodobną. Dokumenty archiwalne nie potwierdziły, że ten kierowca autobusu z Rostowa nad Donem został odznaczony Orderem Czerwonej Gwiazdy ani nawet że był płetwonurkiem radzieckiej marynarki. Wielu historyków uważa, że Crabb nie miał ze sobą ładunków wybuchowych, a jedynie aparat fotograficzny, więc wersja o sabotażu jest nieprawdziwa.

HIPOTEZY I TEORIE

W wywiadzie dla BBC Knowles sugerował coś jeszcze bardziej szokującego: Crabb mógł planować przejście na stronę wroga, gdyż był rozczarowany – po wojnie brytyjska marynarka odmówiła mu stałego zatrudnienia, miał problemy finansowe. Według Knowlesa Crabb zadawał się z „grupą ludzi popierających Związek Radziecki”, którzy zabierali ich obu na imprezy. Bywał na nich m.in. Anthony Blunt, zdemaskowany jako radziecki szpieg w 1979 roku, jeden ze sławnej „Piątki z Cambrige”. Crabb też mógł być szpiegiem.

Knowles twierdził, że poinformował MI6, iż jego przyjaciel może myśleć o dezercji, i odmówił nurkowania razem z nim na „Ordżonkidze”. Według Knowlesa Crabb mógł zostać podjęty przez Rosjan pod wodą w ramach ustalonego wcześniej planu, a ciało znalezione rok później było podstawione, by zmylić opinię publiczną.

Niektórzy twierdzili, że Crabb został wywieziony do ZSRR, gdzie przeszedł pranie mózgu i służył w radzieckiej marynarce jako instruktor płetwonurków pod nazwiskiem Lew Korablow albo Leonid Krabow. Albo że to brytyjski wywiad zorganizował jego dezercję, aby został podwójnym agentem.

Tim Binding, autor fikcyjnej opowieści o losach Crabba „Człowiek za burtą” (2005), stwierdził, że po publikacji książki skontaktował się z nim Knowles i powiedział mu, że wywiad wiedział, iż Crabb ma zamiar zdezerterować, dlatego MI5 zorganizował misję na „Ordżonikidze” specjalnie w celu jego zamordowania. Zabił go pod wodą człowiek, z którym nurkował.

Ujawnione dokumenty istotnie wskazują, że byli też inni nurkowie badający „Ordżonikidze”, gdy statek znajdował się w porcie Portsmouth. Jednak na poparcie sensacyjnych teorii, które napędzały sprzedaż brukowców i jakiegoś tuzina książek na ten temat, nigdy nie przedstawiono żadnego solidnego dowodu.

Życie, jak i śmierć, zwykle bywają banalne. Nicholas Elliott, były agent MI6, o którym plotkowano, że brał udział w ostatnim nurkowaniu Crabba, uważał, że w mętnej wodzie portowej, przy niskiej temperaturze, mógł on paść ofiarą zatrucia lub awarii sprzętu. Używał prototypowego aparatu oddechowego o obiegu zamkniętym, jakie rozpowszechniły się dopiero pół wieku później. Inny wspomniany już nurek, Hoole, zeznał, że podczas pierwszej próby zanurzenia w porcie Crabb zgłosił awarię sprzętu. Czterdziestosiedmiolatek w kiepskiej kondycji mógł po prostu dostać zawału serca. Knowles stwierdził kategorycznie, że Crabb nie powinien był wchodzić do wody, bo był wówczas „wrakiem człowieka” – ciężko pił, palił ogromne ilości papierosów i miał trudności z przejściem krótkiego dystansu bez zadyszki. Misja zwiadowcza pod radzieckim krążownikiem była dla niego zadaniem samobójczym.

POPŁYNĄŁ PO ZWŁOKI GENERAŁA SIKORSKIEGO

Sprawa wzbudzała ogromne zainteresowanie także dlatego, że Lionel Crabb był legendą. Kiedy wybuchła II wojna światowa, przeszkolił się na strzelca okrętowego i dołączył do Royal Navy Patrol Service – służby, która używała trawlerów do usuwania min. Potem zgłosił się na ochotnika do zadań specjalnych i został ekspertem od rozminowywania. W 1942 wysłano go na Gibraltar. Jego zadaniem było zabezpieczanie min i głowic bojowych, które odkryli nurkowie. Postanowił sam zostać nurkiem. Już wtedy palił jak smok i dużo pił, a do tego był w stanie przepłynąć zaledwie trzy długości basenu, ale szef zespołu przymknął na to oko.

W tym czasie brytyjscy nurkowie mieli proste kombinezony, nie używali płetw, pływali żabką w tenisówkach. W ciemnościach usuwali miny, które nurkowie wroga przyczepili do kadłubów okrętów alianckich. 8 grudnia 1942 roku Brytyjczykom udało się zabić dwóch włoskich nurków małymi ładunkami wybuchowymi rzucanymi z łodzi patrolowych – taktykę tę podobno wprowadził Crabb. Od tej pory Knowles i Crabb używali płetw zabranych Włochom.

Crabb zyskał wówczas przydomek „Buster”, przez skojarzenie z amerykańskim aktorem pływakiem o nazwisku Buster Crabbe. Później został odznaczony Orderem Imperium Brytyjskiego. Jego wojenne przygody zostały sfabularyzowane w filmie z 1958 roku „Cichy wróg”.

Gdy w 1943 u wybrzeży Gibraltaru rozbił się samolot B-24 Liberator z generałem Władysławem Sikorskim, to właśnie zespół Crabba, w którym był też Knowles, wydobywał z wody ciała pasażerów. Crabb miał rozkaz odnalezienia i zabezpieczenia wszelkich tajnych dokumentów, które znajdowały się na pokładzie. Miał też ocenić stan wraku pod kątem ewentualnego sabotażu (oficjalna komisja szybko orzekła awarię sterów).

W późniejszych latach Sidney „skarbnica teorii” Knowles rzucił nowe światło na tę operację, co do dziś karmi wersje o zamachu. Wskazał, że on i Crabb zostali wysłani do wody niemal natychmiast, jakby służby dokładnie wiedziały, gdzie samolot uderzył i czego szukać. Wszystkie wydobyte przedmioty, w tym słynna teczka Sikorskiego, zostały natychmiast przejęte przez oficerów wywiadu na brzegu, a nurkom zakazano mówić o szczegółach tego, co widzieli wewnątrz kadłuba. Sugerował w wywiadach, że Crabb mógł wiedzieć o tej sprawie znacznie więcej, niż kiedykolwiek wyjawił, i że tamta misja w Gibraltarze była początkiem jego współpracy z brytyjskim wywiadem, która ostatecznie doprowadziła go do zguby w 1956 roku.

Po wojnie Crabb stacjonował w Palestynie i dowodził grupą saperów, która usuwała miny podłożone przez nurków z morskiej jednostki żydowskiej organizacji bojowej Palmach. Po oficjalnym zwolnieniu ze służby w 1947 roku kontynuował prace dla wojska, m.in. badając zatopione okręty podwodne.

Chociaż niektóre dokumenty dotyczące jego zaginięcia zostały upublicznione, inne otrzymały od rządu w Londynie przedłużony status tajności, ich publikacja planowana jest dopiero na rok 2057.

W 2024 roku na cześć Lionela Crabba nazwano stacjonujący w Gibraltarze kuter nurkowy klasy Sea-class należący do Royal Navy.

„Ordżonikidze” Moskwa przekazała Indonezji w 1962 roku. Okręt, pod nazwą „Irian”, brał udział w konflikcie z Holandią o Papuę Zachodnią, a później służył jako pływający areszt dla podejrzanych o komunizm podczas terroru generała Suharto w latach 1965–1966. Trafił na złom pięć lat później. ●

Historia krzepi

Bohaterski prezydent

Podczas zamachu majowego Stanisław Wojciechowski nie zawahał się ani przez chwilę i stanął po stronie prawa.

Natęcz

Zanim przytłoczą nas komentarze towarzyszące setnej rocznicy zamachu majowego, warto zwrócić uwagę na niedocenionego bohatera tamtego dramatu: prezydenta Stanisława Wojciechowskiego. Objął on najwyższy urząd w tragicznych okolicznościach, w grudniu 1922, po zamordowaniu przez fanatycznego nacjonalistę prezydenta Gabriela Narutowicza, kiedy rozpalone emocje i partyjne zacietrzewienie spychały Polskę w otchłań wojny domowej.

Z całej siły przeciwdziałał konfrontacji. „Nienawiść wytwarza niepokój i nieład – przestrzegał w inauguracyjnym orędziu – rujnuje życie rodzin i państwa”. Sposób na spacyfikowanie dwóch wrogich obozów widział w rzetelnym przestrzeganiu konstytucji i praworządności.

Twardo stał na straży ustawy zasadniczej, choć przed najbliższymi osobami nie krył krytycznego stosunku do niektórych jej przepisów. Nie podobało mu się zwłaszcza „wszechwładztwo sejmu”, jak z przekąsem mówił o nadmiernej przewadze władzy ustawodawczej nad wykonawczą. Tłumaczył, że deprawuje to partie polityczne, wtrącające się do administrowania krajem. Zarzucał im egoizm, kolidujący z interesem publicznym. Skoro jednak konstytucja została uchwalona – podkreślał – winna być przestrzegana i szanowana, zwłaszcza przez polityków i władze.

Wierny jej nakazom i prezydenckiej misji arbitra zachowywał równy dystans do wszystkich ugrupowań. Ideowo i towarzysko najbliżej było mu do obozu demokratycznego i Józefa Piłsudskiego, którego znał i cenił od ponad 30 lat, kiedy to razem kierowali Polską Partią Socjalistyczną. Nie faworyzował jednak przyjaciół. Dbał o poprawne relacje z drugą stroną barykady, czyli z prawicą. Robił to, choć potępiał endecki nacjonalizm, czyniący z mniejszości narodowych, czyli jednej trzeciej społeczeństwa, obywateli drugiej kategorii.

Najtrudniejszy egzamin przyszło zdać Wojciechowskiemu w maju 1926, w czasie zbrojnego wystąpienia Piłsudskiego przeciw endeckiemu rządowi utworzonemu w koalicji z PSL „Piast”. Nie wahał się ani przez chwilę. Broniąc konstytucji i praworządności, przeciwstawił się zbuntowanemu przyjacielowi i wsparł daleki mu politycznie rząd.

Nie dbając o własne bezpieczeństwo, zjawił się na linii starcia, aby położyć kres rebelii. Był głównym bohaterem sceny, wyjętej z greckiej tragedii, która rozegrała się 12 maja 1926 na warszawskim Moście Poniatowskiego, bronionym przez wojska wierne rządowi, a atakowanym przez zbuntowane oddziały. „Nadjechało auto z Piłsudskim – relacjonował w sporządzonej na gorąco notatce. – Zbliżył się on sam do mnie, powitałem go słowami: Stoję na straży honoru Wojska Polskiego, co widocznie wzburzyło go, gdyż uchwycił mnie za rękaw i zduszonym głosem powiedział: No, no! Tylko nie w ten sposób. Strząsnąłem jego rękę, nie dopuszczając do dyskusji: – Reprezentuję tutaj Polskę, żądam dochodzenia swych pretensji na drodze legalnej...” Kiedy w odpowiedzi usłyszał: „Dla mnie droga legalna zamknięta”, zakończył spotkanie.

Przez następne trzy dni lojalnie wspierał walczący z zamachem stanu rząd. Dopiero kiedy rebelianci opanowali stolicę, a kontynuowanie walk zagroziło przewlekłą wojną domową i interwencją Niemiec i Rosji, niepogodzonych z odrodzeniem Polski, stanął po stronie większości ministrów, gotowych ustąpić w imię zapobieżenia katastrofie państwa. Sam też podał się do dymisji, by nie firmować majowego zwycięzcy, choć ten czynił wobec niego pojednawcze gesty.

Dzisiaj jest postacią prawie zupełnie zapomnianą, bo jego wizerunek fałszywie ukształtowali wrogowie. Najpierw, po maju 1926, oczerniali go piłsudczycy niemogący mu darować niezłomnej postawy podczas zamachu. Obarczali go winą za przelew krwi, tak jakby winien był on, prezydent broniący konstytucji, a nie zamachowiec gwałtem sięgający po władzę. Dzieło opluskwiania kontynuowali po 1945 komuniści. Był im nienawistny jako socjalista, a potem niezłomny strażnik suwerennej i demokratycznej RP. Swoje trzy grosze dołożył też Kościół katolicki, któremu naraził się socjalistyczną przeszłością i chłodnym stosunkiem do religii w II Rzeczypospolitej.

Nie wzięła też prezydenta Wojciechowskiego na swoje sztandary III Rzeczpospolita, wznosząca pomniki jego oponentom – Piłsudskiemu i Dmowskiemu. Wielka szkoda, bo może gdyby to on stał się po 1989 r. wzorcem dla naszych prezydentów, nie doszłoby do takiego skarlenia prezydentury w służbie jednej partii, jakiego doświadczamy po 2015 r. ●

Tomasz Nałęcz – historyk i polityk, emerytowany profesor UW, w latach 2001-05 wicemarszałek Sejmu, doradca prezydenta Bronisława Komorowskiego ds. historii i dziedzictwa narodowego

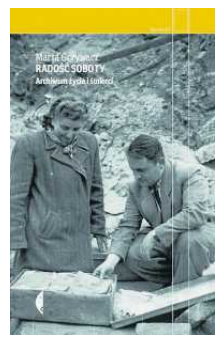
eprasa.pl eddb2a5eb2

PO CICHU LICZĄ, ŻE PRZEŻYJĄ

Wchodzą do kanałów z nadzieją, że po drugiej stronie jest dla nich jeszcze jakaś nadzieja. Zabije ich gaz wpuszczony do cuchnącego tunelu.

Marta Grzywacz

Fragment książki „Radość Soboty. Archiwum życia i śmierci", wyd. Czarne 2025. Opowiada o powstańczych losach członków stworzonej przez Emanuela Ringelbluma organizacji Oneg Szabat, która dokumentowała życie w getcie warszawskim.



Radość Soboty. Archiwum życia i śmierci

Marta Grzywacz

Wydawnictwo Czarne

• **Zdjęcie z raportu Jürgena Stroopa, który dowodził tłumieniem powstania w getcie warszawskim** FOT. ARCHIWUM IPN

Lokal ma dwa pokoje i kuchnię, mieści się przy Świętojerskiej 32, zaledwie trzy piętra nad „wachą" niemieckiego Werkschutzu. Dniem i nocą przebywa tam dziesięć osób zdecydowanych na wszystko. Bojowcy nie wchodzą do budynku przez bramę. Wejście prowadzi przez strychy sąsiednich kamienic, do drzwi trzeba pukać w określony sposób. Trzy żołnierki Żydowskiej Organizacji Bojowej zajmują się nie tylko przygotowywaniem jedzenia, ale też przenoszą komunikaty pomiędzy jednostkami usytuowanymi w czterech różnych miejscach.

Emanuel Ringelblum, który odwiedza „koszary" ŻOB-u gdzieś w połowie kwietnia, jest zachwycony panującymi tam porządkiem i dyscypliną. Mniej więcej w tym samym czasie zostaje zaproszony także do siedziby Żydowskiego Związku Wojskowego, na Muranowską 7. Tu bojowcy rozlokowali się w sześciopokojowym mieszkaniu na pierwszym piętrze. W gabinecie kierownictwa zainstalowano „pierwszorzędne radio", obok stoi maszyna do pisania. Ringelblum podziwia arsenał, który ŻZW udało się zgromadzić. „W dużych salach były rozwieszone na wieszakach rozmaite rodzaje broni, a więc karabiny maszynowe ręczne, karabiny, rewolwery najrozmaitszego rodzaju, granaty ręczne, torby z amunicją, mundury niemieckie…"

W pomieszczeniach panuje ruch jak w prawdziwym sztabie armii – konstatuje Ringelblum. Stąd płyną rozkazy dla bojowców przechodzących szkolenie w różnych punktach, tu są przyjmowane raporty o tym, czy danej grupie udało się ściągnąć od jednego albo drugiego bogacza pieniądze na broń.

„W czasie mojej obecności dokonano u byłego oficera armii polskiej zakupu broni na ćwierć miliona złotych, na co dano zaliczkę 50 tysięcy złotych, zakupiono dwa karabiny maszynowe po 40 tysięcy złotych każdy, większą ilość granatów ręcznych i bomb. Na moje pytanie, dlaczego lokal nie jest zakonspirowany, odpowiedziano mi, że nie ma obawy zdrady ze strony własnych adherentów, gdyby zaś zabłądził tam niepożądany przybysz, np. żandarm – żywy stamtąd nie wyjdzie".

Ringelblum zauważa, że podczas jego wizyty kierownictwo ŻZW nawet na moment nie rozstaje się z bronią. Rewolwery mają wciąż zatknięte za paski spodni.

O pistolety jednak trudno, więc pozostałe grupy chętne do walki zbierają noże, siekiery, młoty. Jest święto Paschy, ale jak kiedyś sederowym winem – tak teraz napełniają flaszki płynem zapalającym. Wróg przecież może przystąpić do ataku w każdej chwili.

WALKA JEST DROGĄ RATUNKU

Ringelblum dosyć często opuszcza „Krysię" [kryptonim bunkra przy ul. Grójeckiej w ogrodzie Haliny i Mieczysława Wolskich, w którym ukrywali oni około 40 Żydów – red.] i odwiedza getto. Martwi się o losy Archiwum i przyszłość współtowarzyszy. 18 kwietnia idzie tam po raz kolejny, żeby pomóc wyjść za mury Natanowi Smolarowi, dawnemu dyrektorowi szkoły przy Nowolipkach 68.

Spotyka się ze [Natanem] Smolarem i [Izraelem] Lichtensztajnem w szopie Brauera przy Nalewkach, gdzie są naprawiane niemieckie hełmy i mundury. Żaden z konspiratorów tej nocy nie wróci do domu. Pożegnają się dopiero następnego dnia, szarym świtem.

„Towarzysze Smolar i Lichtensztajn – pisze potem Ringelblum – postanowili przekraść się do szopu Hallmanna. Co się z nimi po drodze stało, nikt nie wie. Zapewne nie dotarli do Nowolipek 68, gdyż co krok stały posterunki żandarmerii, SS i Ukraińców. Zostali prawdopodobnie zabici po drodze, jak tysiące innych Żydów warszawskich".

Bo tego dnia, 19 kwietnia 1943 roku, Niemcy rozpoczynają ostateczną likwidację getta warszawskiego, ale – ku swojemu zaskoczeniu – napotykają zbrojny opór organizacji bojowych.

Rozpoczyna się powstanie.

Naprzeciw sześciu tysięcy niemieckich esesmanów, ukraińskich, litewskich i łotewskich formacji pomocniczych, żołnierzy Wehrmachtu i policjantów wyposażonych w broń maszynową, czołgi i miotacze ognia staje około tysiąca żydowskich bojowców – kobiet i mężczyzn, którzy mają do dyspozycji parę karabinów, trochę pistoletów, noże, butelki z benzyną i jedno marzenie – żeby umrzeć z honorem. Ale też, jak przyzna po latach Izrael Gutman, choć wtedy nikt nie mówi tego głośno, liczą jednak, że przeżyją. Że walka jest drogą ratunku. Bo czy Niemcy nie odstąpili od swoich planów, gdy Żydzi zbuntowali się w styczniu?

Komendantem zostaje Mordechaj Anielewicz, ponieważ sześć dni wcześniej Icchak „Antek" Cukierman wyszedł z getta. ŻOB-owcy wysłali go na „aryjską" stronę, żeby organizował mieszkania przed ostateczną ewakuacją ocalonych, kiedy zapadnie już decyzja o zaprzestaniu walki. Wahano się pomiędzy nim a Anielewiczem, ale zadecydował dobry wygląd Icchaka, który ze swoją blond czupryną i zawadiackim wąsem według niektórych przypomina polskiego szlachcica. A poza tym, w przeciwieństwie do Anielewicza, Cukierman, który pochodzi z Wilna, nie ma w Warszawie zbyt wielu znajomych, którzy mogliby go rozpoznać na ulicy.

UMSCHLAGPLATZ, KRÓLESTWO ŚMIERCI

Ringelblum obserwuje z czwartego piętra budynku przy ulicy Nalewki 32 walki ŻZW na ulicy Muranowskiej. Widzi powiewające na dachach flagi żydowskie i polskie, które po południu Niemcom udaje się zerwać i w glorii zwycięstwa przekazać Komendzie Służby Porządkowej. Próbuje się przedostać na stronę „aryjską", ale zostaje złapany i jakieś trzy dni później razem z pracownikami szopu Fritza Schultza odesłany do niemieckiego obozu pracy w Trawnikach w dystrykcie lubelskim.

Nieco więcej wiadomo o losach Hersza Wassera.

19 kwietnia, w poniedziałek, gdy na terenie getta centralnego rozpoczyna się bój „grupy straceńców i desperatów o honor", Hersz Wasser i Pola Elster, żołnierka ŻOB-u (…), przebywają na terenie szopu Toebbensa, w rejonie Wałowej, Świętojerskiej, Franciszkańskiej i Bonifraterskiej. Następnego dnia, gdy wchodzi tam niemiecki oddział, eksploduje mina podłożona przez żydowskich bojowców (…). Dzień później następuje odwet. Na blok spadają setki pocisków. Hersz i Pola siedzą ukryci w piwnicy domu przy Świętojerskiej 32, ale schron zaczyna wypełniać dym, więc wyczołgują się przez okno i częściowo podtruci szukają innego schronienia. Około północy,

eprasa.pl eddb2a5eb2

• **Emanuel Ringelblum, historyk, filozof, twórca organizacji Oneg Szabat, Eliahu Gutkowski, historyk i nauczyciel, jej sekretarz oraz Izrael Lichtensztajn, pedagog, współpracownik organizacji, na portrecie autorstwa jego żony, Geli Seksztajn-Lichtensztajn** FOT. ARCHIWUM ŻYDOWSKIEGO INSTYTUTU HISTORYCZNEGO (3)

słaniając się na nogach, znajdują wreszcie przejście na strych domu przy Świętojerskiej 30, do punktu ratowniczego, który obsługuje grupa wolontariuszy. Dostają tam zupę, mięso i herbatę, dzięki czemu stają trochę na nogi, ale następnego dnia pożar opanowuje kolejne domy i ich życie znowu jest zagrożone.

„Ludzie byli bliscy obłędu – napisze potem Wasser. – Niektórzy zaczęli tańczyć, krzyczeć, rzucać się na otaczających płonące domy Niemców. Oszaleli. W powietrzu unosiła się ostra woń palącego się mięsa ludzkiego. Ludzie odmawiali modlitwy za umarłych”.

Hersz i Pola uciekają więc przed siebie. Pokonują dziury w zasiekach, biegną przez strychy i dachy, koczują przez chwilę na jednym z podwórzy, słuchają świstu kul i huku wybuchów, wreszcie przy Franciszkańskiej 39 trafiają na kolejny schron. Dogorywa w nim dwóch mężczyzn zatrutych dymem z bomb dymnych. Następna bomba, która wpada do środka, powoduje, że większość ukrywających się wychodzi na zewnątrz, żeby się nie udusić. Ale Hersz, Pola i parę innych osób chowają się w małym korytarzyku, a gdy robi się cicho, podnoszą klapę bunkra i wpuszczają do środka trochę powietrza. Wieczorem jednak Niemcy wracają i do wnętrza wchodzą wysłani na zwiady Ukraińcy. Szukają broni, ale znajdują tylko ledwo żywych ludzi, którym konfiskują grzebyk i lusterko. Złapani zostają ustawieni twarzami do ściany.

„Oświadczyłem Niemcowi – notuje Wasser – że jeśli ma mnie rozstrzelać, to niech to uczyni jak najszybciej i może tego dokonać z równym powodzeniem przez strzelenie w skroń. Odpowiedział, że dla nas mają coś lepszego. Umschlagplatz. Z rękami wzniesionymi ku górze pod eskortą dwóch ukraińców [sic!] udała się nasza grupa na Stawki, na plac przeładunkowy, do królestwa śmierci”.

Następnego dnia Wasser jest świadkiem rozstrzelania szefostwa Judenratu – Lichtenbauma, Wielikowskiego, Szereszewskiego. Gorączkowo szukają z Polą drogi ucieczki, ale daremnie. Umschlagplatz robi wrażenie warownej twierdzy. Obiecują więc sobie, że uciekną z transportu.

GDZIE BYŁ ŚWIAT?

24 kwietnia, w sobotę, odbywa się selekcja. Mężczyźni i kobiety zostają rozdzieleni. Wasser trafia do wagonu, który ma jechać do Poniatowej. Pola, w grupie kobiet, teoretycznie do Trawnik. Pociąg do Poniatowej rusza przed północą. Tuż za stacją Otwock Wasser wyskakuje z wagonu i w ciemności, nie zwracając uwagi na ból nogi, rozpoczyna wędrówkę. „O piątej rano przybyłem do Karczewa. Spotkałem polskich kolejarzy. Opowiedziałem im swoje przeżycia. Gorąco się mną zaopiekowali. Przy ich wydatnej pomocy przybyłem do Warszawy” – napisze w relacji „Przeżycia jednego z wielu”, którą przekaże Adolfowi Bermanowi, a ten prześle ją do Londynu przez Delegaturę Rządu na Kraj.

Pola początkowo nie wie, dokąd wiozą jej transport. Pierwszy przystanek jest na Majdanku, ale potem Bermanowie będą ją ratować z obozu w Poniatowej.

Menachema Mendla Kohna w tamtych chwilach opuszcza szczęście. Wiadomo jedno – wielokrotnie wyślizgiwał się śmierci, ale w końcu, uparta, zagięła na niego parol. Oddany działacz społeczny, współzałożyciel Oneg Szabat, dobroczyńca gettowej społeczności serdecznie wspominany przez dorosłych i dzieci umiera w niewyjaśnionych okolicznościach w pierwszych dniach powstania.

Szmuel Winter razem z synem Julkiem, a także z córką Marysią i jej narzeczonym chroni się w bunkrze pod piwnicami domu przy Franciszkańskiej 30. Pisze dziennik, którego niewielki fragment zostanie odnaleziony po wojnie w ruinach getta. Nie trzeba czytać między wierszami, żeby do strzec, że Winter składa się już tylko z cierpienia. Czuje się winny, że nie ocalił żony i młodszego syna, nie może spać.

„Moje życie dobiegło końca” – mówi przyjacielowi Izraelowi Gutmanowi, którego odwiedza, gdy tamten leży ranny. I tylko jedno pytanie go dręczy: gdzie był świat, gdy Żydzi szli na śmierć?

3 maja Niemcy trafiają na ślad bunkra, w którym się ukrywa, i wpuszczają tam gaz łzawiący. Świadkiem tego, co się potem dzieje, jest Marek Edelman z Bundu, jeden z przywódców powstania. Stoi w punkcie obserwacyjnym przy Franciszkańskiej i widzi, jak ludzie pod wpływem gazu zaczynają wypełzać na zewnątrz. Jest wśród nich także pięćdziesięciodwuletni Szmuel Winter, darczyńca Oneg Szabat. Niemcy prowadzą go, przypuszczalnie wraz z rodziną, na placyk przed budynkiem Judenratu przy Zamenhofa 19 i rozstrzeliwują.

Mniej więcej w tym samym czasie Eliahu Gutkowski, jego żona Luba i syn Gabriel wchodzą do kanałów z nadzieją, że po drugiej stronie jest dla nich jeszcze jakieś życie. Zabije ich gaz wpuszczony do cuchnącego tunelu.

KRĘTA DROGA DO AUSCHWITZ

Tuż po wybuchu powstania Aleksander Landau wydostaje się z getta wraz z żoną i synem. Wierzy, że uciekną do Europy, ponieważ kupili paszporty któregoś z krajów Ameryki Łacińskiej. Zgłaszają się do Hotelu Polskiego przy ulicy Długiej, gdzie grupa szczęśliwców ma czekać na wyjazd. Poza Landauem i jego bliskimi są tam poeta Icchak Kacenelson, pisarz Jehoszua Perle i przedsiębiorca Szyja Rabinowicz, który także wspierał grupę Ringelbluma. Uciekł z getta w styczniu. Już po stronie „aryjskiej” Gestapo zamordowało jego żonę i młodszą córkę, a on wciąż jeszcze walczy o życie.

Kraje Ameryki Łacińskiej ogłaszają jednak, że nie będą honorować wydawanych poza oficjalnym obiegiem paszportów [wydawała je grupa dyplomaty Aleksandra Ładosia, działająca przy polskiej placówce dyplomatycznej w szwajcarskim Bernie – red.]. Niemcy, którzy liczyli, że jeśli wypuszczą ich posiadaczy, to odzyskają własnych obywateli uwięzionych w tych krajach, zrywają więc niepisane porozumienie. Żyd, którego nie da się wymienić na Niemca, nie ma żadnej wartości.

Z Hotelu Polskiego Aleksander Landau zostanie wysłany do obozu przejściowego w Vittel we Francji, gdzie przez jakiś czas będzie jeszcze miał nadzieję na wymianę, ale w kwietniu 1944 roku przewiozą go do Auschwitz i tam zginie w komorze gazowej, podobnie jak Icchak Kacenelson.

Szyja Rabinowicz zostanie deportowany do obozu w Bergen-Belsen. Ocaleńcy zapamiętają, że dawał tam wykłady o kulturze jidysz i żydowskiej historii. Z Bergen-Belsen 11 października 1943 roku on także pojedzie do Auschwitz. Ten sam los spotka Jehoszuę Perlego.

ZDANI TYLKO NA SIEBIE

Pomoc ze strony AK, na którą liczyli Żydzi, nie nadeszła. Broni bojowcy ŻOB-u dostaną niewiele – w „homeopatycznych ilościach”, jak skwituje kąśliwie Ringelblum – jakieś sześćdziesiąt pistoletów i pięćdziesiąt granatów oraz materiał wybuchowy. Wysadzenie murów getta, co planowało polskie podziemie, okazało się za trudne – kordon straży obstawiających getto był gęstszy, niż zakładano, a wychodząca z bramy grupa minerska została nakryta przez przypadkowo przejeżdżających ulicą granatowych policjantów. Ochraniający minerów akowcy otworzyli ogień, rozpoczęła się chaotyczna strzelanina, minerzy pod ostrzałem porzucili na ulicy ładunki wybuchowe, które co prawda zostały zdetonowane, ale muru nie zniszczyły.

Bojowcy zdani są więc tylko na siebie. Walczą zaciekle przez kilka dni, ale potem już tylko się bronią. Anielewicz powiedział kiedyś Ringelblumowi, że ma świadomość nierównej walki, że przewiduje zniszczenie getta i szopów, jest pewien, że ani on, ani jego bojowcy nie przeżyją walki, że „zginą jak psy bezdomne” i nikt nie będzie nawet znał miejsca ich wiecznego spoczynku. I dzieje się to, co przewidział, z niewielkim tylko wyjątkiem.

Mordechaj Anielewicz ginie 8 maja razem ze swoją dziewczyną Mirą Fuchrer i stu dwudziestoma innymi bojowcami w schronie przy ulicy Miłej. Prawdopodobnie dokonują zbiorowego samobójstwa, gdy Niemcy odkrywają niemal wszystkie wejścia do schronu i wpuszczają do środka gaz. Ich ciała zostaną tam na zawsze. Miejsce wiecznego spoczynku Anielewicza i jego towarzyszy jest więc znane. Schron przy Miłej 18 nigdy nie będzie ekshumowany, pozostanie zbiorową mogiłą, celem pielgrzymek dla tych, którzy chcą pamiętać.

PŁONĄ ULICE BIEDNE I BOGATE

Jürgen Stroop postanawia wziąć getto ogniem. Niemieckie fabryki zdążyły już wyprodukować miotacze i działa, które zniszczą dawną Dzielnicę Północną. Domy zapalają się więc jeden po drugim. Płoną Franciszkańska i Miła. Gęsia i Muranowska. Nowolipki, Nalewki, Krochmalna. Płoną ulice eleganckie, gdzie panoszyli się bogaci fabrykanci, i biedne, gdzie nie zapuszczały się samochody. Płoną te, na których wychowali się przyszli nobliści, i te, na których rządził tyfus.

A wśród nich główna arteria Dzielnicy Północnej, wiecznie zajęta i zabiegana ulica Leszno. Ale kamienica pod numerem 18, gdzie rozpoczęła działalność organizacja, która próbowała ocalić świat żydowski od zapomnienia, wciąż stoi. Przez parę dni będzie jeszcze dawać schronienie powstańcom z getta. Jej kres nadejdzie dopiero po powstaniu warszawskim.

Przez kilka dni po śmierci Anielewicza walki toczą jeszcze pojedyncze grupy powstańców. W końcu 16 maja Jürgen Stroop każe wysadzić Wielką Synagogę przy ulicy Tłomackie i melduje swoim przełożonym, że powstanie w getcie warszawskim zostało stłumione.

Niemal bezbronni Żydzi opierali się Niemcom przez dwadzieścia osiem dni. ●

Tytuł i śródtytuły redakcji

*Emanuela Ringelbluma z obozu w Trawnikach „wyciągnęli” współpracownik Rady Pomocy Żydom „Żegota” Teodor Pajewski i Róża Kossower „Emilka”. Wrócił do Warszawy i dołączył do żony Judyty i syna Uriego (Jurka), którzy ukrywali się w bunkrze „Krysia” na Grójeckiej 81. 7 marca 1944 na skutek donosu schron został zdemaskowany, a jego 40 mieszkańców kilka dni później Niemcy rozstrzelali w ruinach getta.

*Spośród około 60 osób, które tworzyło Oneg Szabat wojnę przeżyły trzy. Tylko jedna z ich – Hersz Wasser – wiedziała, gdzie ukryto Archiwum Ringelbluma. Składający się z 35 tysięcy stron zbiór dokumentów został odkopany spod gruzów getta w roku 1946 i 1950. W 1999 roku trafił na listę Pamięć Świata UNESCO.

eprasa.pl eddb2a5eb2

weekendówka

TEN CZOSNEK!

Sól – wiadomo. Podstawa podstaw. Do pieprzu też przekonałem się szybko, a dawne czasy lat 80. i wszechobecne przyczepki kempingowe serwujące zapiekanki (od tego procederu zwane właśnie „zapiekankami") sprawiły, że papryka w proszku też wydawała się niezbędna do szczęścia.

Potem okna na świat nam się otworzyły, te kulinarne też, i nadszedł czas egzotyki, czyli chili.

Ale czosnek? Bleeee. Przez długi czas mogłem podpisać się pod słowami Zdzisława Beksińskiego, który określił czosnek „niejadalnym paskudztwem" (o czym w książce „Beksińscy. Portret podwójny" pisała Magdalena Grzebałkowska, cytując korespondencję sławnego malarza). Być może wpływ na to miała moja mama, która do dziś przyprawy tej nie znosi, a z całą pewnością zapach, jaki czosnek wydziela, bynajmniej do konsumpcji nie skłaniający. Lekce sobie również ważyłem wszelkie zagrożenie ze strony wampirów, które jak wiadomo od czosnku stronią wyjątkowo.

Potem jednak się okazało, że ludzie „naobkoło", jak mawiają na Kujawach, czosnek jedzą. Ba, dziewczyna, do której smaliłem cholewki delektowała się chałką obłożoną czosnkiem wielce sobie taki przysmak chwaląc.

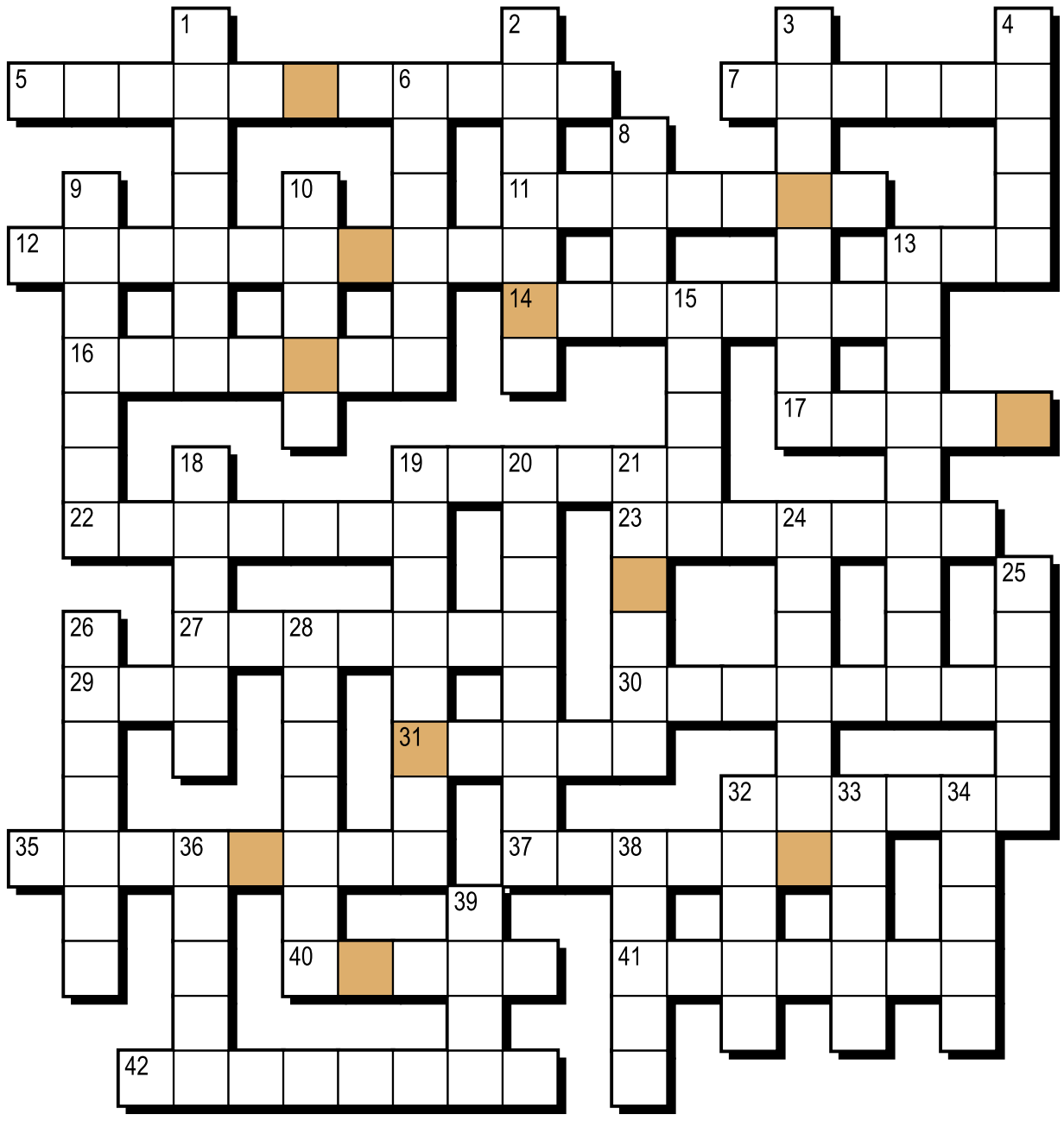
Na chałkę z czosnkiem nigdy się nie skusiłem, ale do czosnku przekonałem się z czasem bardzo. Bo okazało się, że świetnie sprawdza się w kuchni, wzbogaca smak potraw, a do tego zdrowy jest bardzo.

Znacznie wcześniej walory czosnku docenili mieszkańcy miasteczka Gilroy w północnej Kalifornii, położonego niedaleko San Francisco. Otóż Gilroy określane jest „światową stolicą czosnku", tu od 1979 roku (z przerwami) odbywa się doroczny festiwal czosnku pod nazwą Gilroy Garlic Festival. Czosnek uprawia się w okolicy w takich ilościach, że Will Rogers, popularny na początku XX wieku aktor i komik, stwierdził, że Gilroy to jedyne miasto w Ameryce, gdzie by zamarynować stek, wystarczy rozwiesić go na sznurze od bielizny.

Rzecz do przetestowania, natomiast jeśli ktoś szukałby pretekstu, by przyrządzić jakąś czosnkową smakowitość, czy to spaghetti aglio e olio czy czeską česnekovą polévkę, to jutro nadarza się znakomita okazja. Jutro bowiem świętujemy Dzień Czosnku.

Niech nam żyje sto lat, a my, w prezencie, dzisiejszą „Weekendówkę" poświęcamy właśnie czosnkowi, ale i innym przyprawom wszelakim. Smacznego!

Andrzej Kulasek
andrzej.kulasek@agora.pl



PRZYPRAWY
Litery w kolorowych polach, czytane kolejno rzędami, utworzą rozwiązanie.

Poziomo:
5) ulubiona potrawa, smakołyk (zdrobniale)
7) marynowane pączki kwiatów, pikantny dodatek do potraw
11) przyprawa do pizz, spaghetti, pesto
12) potocznie nazywana czarnym kminkiem, dodawana m.in. do pieczywa
13) np. winegret z oliwy i octu winnego z cukrem, solą, cytryną
14) przyprawa z liter wyrazu „mankiety"
16) najdroższa przyprawa świata
17) likier kminkowy
19) młode pędy roślin wzbogacające smak potraw
22) przyprawa z ostryża popularna w kuchni indyjskiej
23) lebiodka pospolita, czyli dziki majeranek
27) podstawa keczupu
29) dawniej wydobywana pod nadzorem żupnika
30) ... szafranu, temat kryminału dla dzieci z cyklu „Biuro Detektywistyczne Lassego i Mai"
31) ciemna płynna przyprawa do rosołu, sosów
32) koreańskie danie z kiszonych warzyw
35) przyprawa z krzewu śródziemnomorskiego
37) goździkówki, piołunówki, kminkówki...
40) naród kojarzący się z inną nazwą papryki
41) anyżek z cukierni
42) zalewa octowa do konserwowania mięs, grzybów, jarzyn

Pionowo:
1) surowiec na kawę zbożową, dodatek do kaw naturalnych
2) parzona, może być z dodatkiem imbiru, cynamonu, wanilii; nie każdy ją słodzi
3) gorczycy – na musztardę (zdrobniale)
4) mieszanka przypraw do mięs inspirowana kuchnią grecką (anagram: gorsy)
6) składnik ćwikły; japoński – to wasabi
8) miasto kojarzące się z kminem
9) ważny składnik sosu tzatziki
10) mieszanina zmielonych przypraw korzennych
13) ... potrawy, wymienione w przepisie
15) do grzańca jak znalazł (korzenny zapach, ostry smak)
18) ... smakowe (kap, kap)
19) roślina pochodząca z Indii, o nasionach dodawanych do likierów, wódek, ciast
20) dodawany m.in. do mięs, ryb, kiszonej kapusty
21) ... rosołowe, do szybkiego przygotowania bulionu
24) przyprawa jak kwiat
25) wśród sztućców
26) pikantność potraw
28) półprodukt przy wyrobie likierów, otrzymywany z rozdrobnionych ziół, przypraw i owoców
32) ... muszkatołowy (macis)
33) w składzie drinku mojito
34) wonny olejek eteryczny do przyprawiania likierów
36) ... przypraw, np. Kamis, Winiary lub Knorr
38) pikantne danie kuchni węgierskiej
39) kwaśny jak ... siedmiu złodziei

Leszek Rydz

Rozwiązanie „Weekendówki" nr 200 z 11.04:
Poziomo: 6) samica 7) Wall Street 10) Jacek Kaczmarski 11) latarnie 12) koncerty 13) natura 14) stary basior 17) Obława 20) wiedźmin 22) tył 23) Rzym 24) Curwood 27) ostępy 32) Robert Gawliński 33) echa 34) młode 35) baśń 36) Jacek Komuda 37) okręty.
Pionowo: 1) wataha 2) literatura 3) jaskinia 4) ostre kły 5) Kevin Costner 7) wycie 8) lampy 9) tchórzostwo 11) London 14) stwory 15) apetyt 16) głód 18) łyko 19) wójt 21) Michelle 25) wioska 26) odmieńcy 28) seriale 29) pies 30) babcia 31) jagoda 35) bór. **Hasło: KREWNY KOJOTA**

OGŁOSZENIE WŁASNE WYDAWCY Kraj/34426992

1 RP

eprasa.pl eddb2a5eb2

wyborcza

PODRÓŻE NA WIOSNĘ

Sobota – czwartek, 18-23 kwietnia 2026 | Redaktor prowadzący **Anna Kwiatkowska**

wyborcza.pl

DOOKOŁA GÓR I WZDŁUŻ RZEK. 10 TRAS ROWEROWYCH **10-12**

GDZIE PRZED SEZONEM WYSKOCZYĆ NA DESKĘ **19**

WELLNESS. 7 MIEJSC W EUROPIE NA RELAKS I WYCISZENIE **22-23**

WĘDRÓWKI

Na piechotę po równinach i górach

▸ 16-18

2026-04-18 OA3RP.indd 1 09.04.2026 11:49:07

eprasa.pl eddb2a5eb2

Na weekendowy wypad

Turystyczne ciekawostki z

„Seksmisja" i modlitwa inżynierów, drugie życie Frankensteina w „śląskiej Pizie", życiodajne pierniki, tatarskie przysmaki, gocka zagadka, potężny szalet z funkcją obronną. Przedstawiamy ciekawe miejsca z różnych regionów kraju.

Sławomir Szymański

– Kiedy oprowadzamy grupy, to umawiamy się z kimś z pracowników domu kultury, żeby przebrał się za Frankensteina, tak jak był przedstawiony w tym najbardziej znanym niemym filmie, nie w wersji z Robertem de Niro. Turyści tego oczekują. Uważam, że to się przyjęło i to był dobry kierunek dla takiego małego, skromnego miasta, które niespecjalnie ma się czym wyróżniać – opowiadała mi Elżbieta Horowska, przewodniczka sudecka i ekspertka od ziemi ząbkowickiej.

Spotkaliśmy się w Ząbkowicach Śląskich, znajdujących się około 65 km na południe od Wrocławia. „Miasto Krzywej Wieży i Frankensteina" – brzmi hasło promocyjne.

Z tą wieżą wszystko się zgadza – jest i gołym okiem widać, że krzywa. Odchylenie od pionu wynosi 2,12 m. Powiększyło się o ok. 14 cm w porównaniu z pomiarami wykonanymi w 1977 roku. W Pizie mają odchylenie ponad dwa razy większe, czyli ich wieża jest nie tylko bardziej znana, ale też bardziej krzywa. Mimo to Ząbkowice oczywiście bywają nazywane „śląską Pizą".

A jak jest z Frankensteinem? Tu sprawa jest trudniejsza. Skojarzenie Ząbkowic Śląskich z tą postacią wynika z faktu, że dawniej, do 1945 roku, to miasto nazywało się właśnie Frankenstein. Krążą legendy, że Mary Shelley, twórczyni literackiego Frankensteina, inspirowała się pewnymi lokalnymi historiami, mrożącymi krew w żyłach, a szczególnie tzw. „aferą grabarzy" sprzed ponad 400 lat. I dlatego tak nazwała tę postać. Nie ma na to żadnych dowodów, ale też nikomu szczególnie to nie przeszkadza. Marketingowo to strzał w dziesiątkę, bo każdy wie, kim był Frankenstein. To element globalnej popkultury. Dlatego ta literacka postać z horroru żyje dziś w Ząbkowicach Śl. własnym życiem i ma to swój urok.

Co jeszcze warto zobaczyć w Ząbkowicach Śląskich.? Nie sposób nie zobaczyć neogotyckiego ratusza ze strzelistą wieżą o wysokości aż 72 metrów. Zajmuje oczywiście centralne miejsce w rynku. Natomiast nieco na uboczu stoi zamek – też okazały, z potężnymi murami obronnymi, pierwsza taka budowla na Śląsku o charakterze renesansowym. Ale w stanie nie najlepszym. Dwie tabliczki – z różnych epok – informują, że „obiekt grozi zawaleniem". Co prawda nie widać, żeby coś się tu miało zawalić, ale o odbudowie też nie ma mowy. Zamek został mocno uszkodzony bardzo dawno temu, w 1646 roku, czyli pod koniec wojny trzydziestoletniej. Później trochę go naprawiano, jednak pozostał ruiną, dziś już ze statusem ruiny trwałej.

Może w innej części kraju byłby wielką atrakcją? Na Dolnym Śląsku zamków w dowolnym rozmiarze jest jednak zatrzęsienie i ten pozostaje w ich cieniu.

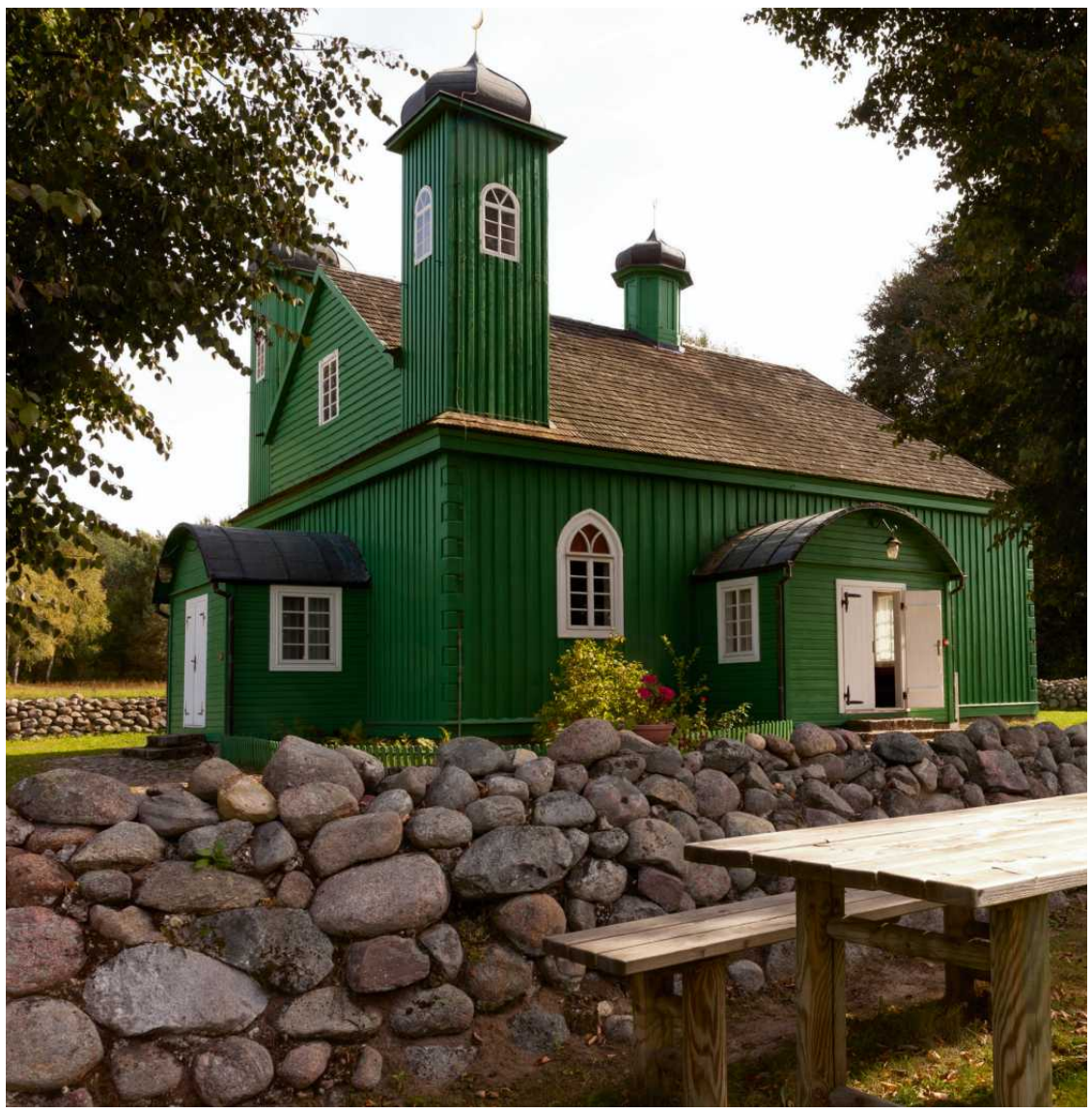
Pierniki obok bazyliki

W promieniu kilkunastu kilometrów od Ząbkowic Śląskich. znajduje się kilka niezwykle ciekawych miejsc. W tym zamek (tak naprawdę pałac) Marianny Orańskiej w Kamieńcu Ząbkowickim, który krok po kroku odzyskuje dawny blask, czy Twierdza Srebrna Góra, czyli jedna z większych górskich fortec w Europie, w której też udostępnia się turystom coraz to nowe wnętrza i atrakcje.

Albo Bardo, kameralna miejscowość położona wśród gór, w malowniczym przełomie Nysy Kłodzkiej. Od dawna atrakcją turystyczną numer jeden pozostaje tu bazylika, w której zachowało się historyczne wyposażenie, m.in. przepiękne organy. Charakterystycznym obiektem Barda jest również most kamienny, który wygląda jak przed wiekami. Ale to nie wszystko.

W Bardzie kultywują również dawne tradycje piernikarskie. Koniecznie trzeba odwiedzić Piernikarnię Bardzką, znajdującą się tuż obok rynku. Można tam spróbować np. piernik św. Hildegardy, który jest wzbogacony bertramem i galgantem, czyli przyprawami, które ta święta uważała za życiodajne. Wybór pierników jest tam oczywiście dużo szerszy.

Tuż za Bardem jest przełęcz, za którą zaczyna się już ziemia kłodzka, gdzie znów znajdziecie sporo atrakcji położonych niedaleko od siebie – Kłodzko z wielką twierdzą górującą nad miastem i przepięknym rynkiem, Bystrzycę Kłodzką wyglądającą jak miasteczko gdzieś w Lombardii (naprawdę nie ma w tym przesady), Złoty Stok z kopalnią złota, Duszniki-Zdrój z Muzeum Papiernictwa w zabytkowym młynie papierniczym (jedyny taki obiekt w Polsce), do tego Śnieżnik z nową wieżą widokową, kameralne Międzygórze z architekturą alpejskiego kurortu, póki co dość skutecznie broniące się przed chaosem architektonicznym niesionym przez współczesne inwestycje, czy kilka uzdrowisk z klimatem jak z belle époque. Jest co oglądać i nie trzeba się najeździć, żeby zobaczyć różne ciekawe miejsca w krótkim czasie.



• **Drewniany meczet w Kruszynianach**
FOT. ADOBE STOCK

„Nasi tu byli!"

Schodzimy po schodach i długimi korytarzami w dół. Przechodzimy przez labirynt szybów i podziemnych alejek. W niektórych miejscach skojarzenia z „Seksmisją" narzucają się same. Nie są przypadkowe, bo właśnie w tych podziemiach nakręcono sporo scen do tego filmu.

Jesteśmy w dawnej Kopalni Soli w Wieliczce. Dotykamy ścian soli, niektórzy odczuwają pokusę, żeby je polizać, ale jest to odradzane, głównie z powodów higienicznych.

Zwiedzałem już różne dawne kopalnie – złota, węgla, uranu. Wszędzie jest coś ciekawego, np. kopalnia uranu w Kletnie na Dolnym Śląsku (na ziemi kłodzkiej) ma niesamowicie kolorowe ściany – ale to nie przez promieniowanie, licznik Geigera zachowuje się spokojnie, po prostu taka jest tam mozaika minerałów. Jednak tak spektakularnych wnętrz jak w Wieliczce nie ma chyba w żadnej innej kopalni w Polsce.

Na przykład komora Michałowice znajduje się 110 metrów pod ziemią i ma aż 36 metrów wysokości. Potężna hala. Ale największe wrażenie robi tu wiekowa drewniana konstrukcja zabezpieczająca wyrobisko. To system filarów, podpór i belek. Bardzo rozbudowany, złożony i... piękny. Dowód na to, że górnictwo też może być sztuką. Wywołuje zresztą różne wrażenia. „Modlitwa inżynierów" – słyszę. Coś w tym jest, bo ta konstrukcja przypomina trochę gotycką katedrę, sięga bardzo wysoko i na swój sposób jest strzelista, człowiek spodziewa się mimowolnie, że gdzieś tam w górze ujrzy niebo. A wielki, rozświetlony, solny żyrandol, który sam w sobie też jest niezwykłym dziełem sztuki, tworzy mistyczną atmosferę w półmroku komory. Przewodniczka opowiada, że górnicy łączyli umiejętności rzemieślnicze z tęsknotą za światłem.

Przypomina też, że ludzie ryzykowali tutaj życiem. I to bardzo. Codziennie rano, przed każdą zmianą, górnicy brali udział w mszy świętej – wierzyli, że to dzięki modlitwie ich zmiana przebiegnie pomyślnie i szczęśliwie opuszczą kopalnię. Jeżeli ktoś nie pojawił się na mszy, nie schodził na dół. Pozostali obawiali się, że ściągnie na nich pecha. Potężna podziemna kaplica to cały czas ważny element w kopalni.

Na końcu każdego etapu zwiedzania znajdują się masywne drewniane drzwi, które trzeba za sobą dokładnie zamknąć, by w razie awarii bezpiecznie ewakuować się w inną część kopalni. To tak na wszelki wypadek, bo dziś chodzi się po kopalni w komfortowych i bezpiecznych warunkach. Pod ziemią nie jest duszno, bo nowoczesne nawiewy działają perfekcyjnie. To chyba opowieści o tym, jak się tu dawniej pracowało, sprawiają, że powietrze zaczyna się wydawać gęste i suche, człowiek uświadamia sobie głębokość, na jakiej się znajduje, a wszystkie te tony zawieszone nad głową wydają się „ciężkie". Przewodniczka jest z rodzi-

2026-04-18 OA3RP.indd 2
09.04.2026 11:49:08
eprasa.pl eddb2a5eb2

czterech stron Polski

ny górniczej, wie co mówi, kiedy opowiada o narażaniu życia, wyciekach wody, niedotlenieniu.

Niektóre historie są tak nieprawdopodobne, że nawet „Seksmisja" schodzi na dalszy plan. W komorze Spalone można zobaczyć animację, a właściwie widowisko ze światłem i dźwiękiem, o górnikach zajmujących się wypalaniem metanu. Tak, to nie pomyłka. Dawniej właśnie w ten sposób kontrolowano zagrożenia gazowe. Oczywiście była to skrajnie niebezpieczna praca. Metan jest pod ziemią śmiertelnym zagrożeniem. O eksplozję było nietrudno.

Do wyobraźni przemawia również los koni pracujących w kopalni. Pod ziemię zjeżdżały tylko raz w życiu i tylko raz stamtąd wyjeżdżały. Cały czas przebywały w kopalni, miały tutaj stajnie. Wbrew pozorom, to wcale nie są odległe dzieje. Dopiero w marcu 2002 roku wywieziono na powierzchnię klacz Baśkę – ostatniego konia pracującego w wielickiej kopalni. Baśka spędziła pod ziemią 13 lat.

Azu, manty, czak-czak

Do białoruskiej granicy jest stąd kilka kilometrów, jedyna większa miejscowość w bliskiej okolicy to malutkie Krynki, wokół lasy łączące się bezpośrednio z Parkiem Krajobrazowym Puszczy Knyszyńskiej. Tak położone są Kruszyniany, dawna osada tatarska. Do Białegostoku jest stąd ok. 60 km.

Kto tu przyjeżdża, zwykle wybiera się najpierw obejrzeć zielony, drewniany meczet. Nie ma może wysokich minaretów, wielkiej kopuły itd., jak te największe meczety świata. Ale to najprawdziwszy meczet, w dodatku najstarszy w Polsce. Obok, w sosnowym lesie, znajduje się mizar, czyli muzułmański cmentarz.

Tatarzy mieszkają tutaj od kilkuset lat. Ich przodkowie walczyli ramię w ramię z wojskami polskimi w wojnach XVII wieku. Ziemię w tej okolicy, w uznaniu zasług, przekazał im Jan III Sobieski.

Do Kruszynian przyciąga też Tatarska Jurta, restauracja prowadzona przez Dżennetę Bogdanowicz wraz z rodziną. Można tam spróbować na przykład, jak smakuje azu (duszone mięso i warzywa), pierekaczewnik (zapiekane, wielowarstwowe, cienkie ciasto z farszem na słodko lub z mięsem), manty (rodzaj pierogrów z mięsem) lub czak-czak (smażone ciasto z miodem i syropem, deser do dziś bardzo popularny w Azji Środkowej). Na tę kuchnię dali się skusić m.in. król Karol III, gdy jeszcze był księciem Walii, oraz Adam Małysz.

Przy okazji warto pozwiedzać Puszczę Knyszyńską. Ciekawostka: jest słynna nie tylko z walorów przyrodniczych, ale też z bogatych tradycji bimbrownictwa.

Ciełuszki też zobacz

Natomiast około 30 km od Białegostoku, w stronę Hajnówki i Białowieży, znajduje się Kraina Otwartych Okiennic, gdzie spotkacie już kulturę białoruską, chociaż dawniej miejscowi mówili o sobie po prostu, że są „tutejsi".

Tę krainę tworzą trzy wsie – Puchły, Soce i Trześcianka. Właściwie to największe wrażenie robi tu fakt, że okiennice w drewnianych domach są niesamowicie kolorowe i pięknie zdobione, a nie otwarte. Jest tu bardzo kolorowo. Np. w Trześciance mają cerkiew zieloną, a w Puchłach niebieską. Poza tym panują tu cisza i spokój jak w czasach sprzed nowoczesnego świata – przynajmniej tak to sobie można wyobrażać.

Dodajmy, że trzy wspomniane wsie tworzą tę krainę formalnie, ale jest tu więcej „kolorowych" miejscowości, jak np. Ciełuszki, sąsiadujące z Puchłami i położone malowniczo nad Narwią. Bajkowe okolice.

Węsiory z gocką zagadką

Na początku naszej ery ze Skandynawii na południowe wybrzeże Bałtyku przenieśli się Goci. Szukali po prostu lepszego klimatu. Po 100-200 latach wyruszyli dalej na południe.

Pozostawili po sobie różne ślady. Np. w Węsiorach, miejscowości na terenie Szwajcarii Kaszubskiej, aż 20 kurhanów i cztery kamienne kręgi, które wywołują najwięcej emocji. Nie wiadomo, do czego służyły – mogło to być miejsce spotkań i narad, mógł tu działać ośrodek kultu, a może był to swego rodzaju kalendarz... A może Goci chcieli zostawić w Węsiorach jakąś nietuzinkową pamiątkę po sobie.

• **Krzywa wieża w Ząbkowicach Śląskich**
FOT. SŁAWOMIR SZYMAŃSKI

Stworzyli miejsce intrygujące do dzisiaj. Niektórzy uważają, że z kamiennych kręgów emanuje energia i tajemnicza moc, co chyba przekreślałoby hipotezę pamiątki. Kręgi w Węsiorach bywają nawet porównywane do Stonehenge, ale to jednak inna forma.

Kto chciałby pogłębić wiedzę o tym miejscu i ludziach, którzy je stworzyli, w Muzeum Archeologicznym w Gdańsku zobaczy artefakty znalezione w Węsiorach przez archeologów.

Ale mają gdanisko!

Mniej więcej tysiąc lat później inni przybysze pozostawili trwalsze ślady na terenach dzisiejszej północnej Polski. W województwach pomorskim, warmińsko-mazurskim i kujawsko-pomorskim znajduje się kilkadziesiąt zamków krzyżackich.

Bardzo wiele ciekawych obiektów znajdziecie na Szlaku Zamków Gotyckich, m.in. w Sztumie, Gniewie, Świeciu, Chełmnie, Radzyń czy Golubiu-Dobrzyniu. Właściwie to nie tylko zamki krzyżackie, choć ten najbardziej znany, w Malborku, służył oczywiście jako siedziba wielkich mistrzów.

Koniecznie wybierzcie się jednak do Kwidzyna, gdzie zobaczycie zamek kapituły pomezańskiej. A właściwie zespół zamkowo-katedralny, co ma znaczenie, bo połączenie jednego z drugim sprawiło, że powstał spektakularny widok, zwłaszcza od strony Wisły.

A jest jeszcze trzeci ważny element tego widoku – całość wzbogaca imponujące gdanisko, obiekt bardzo charakterystyczny dla kwidzyńskiego zamku. Co to takiego? Średniowieczna toaleta, bo kanalizacji wtedy nie było. „Te sprawy" załatwiało się na miejscu, więc chodziło o to, by nieczystości lądowały możliwie najdalej.

Gdaniska były próbą rozwiązania tego problemu. Często występowała w tej funkcji samotna wieża (nieco wysunięta lub odsunięta od głównych zabudowań) spełniające na co dzień funkcje sanitarne, a w razie potrzeby również obronne. Gdanisko w Kwidzynie jest wysoką wieżą, oddaloną od zamku o ponad 50 metrów i połączoną z nim długim, zadaszonym gankiem przypominającym wysoki most czy wiadukt. To była potężna inwestycja w infrastrukturę sanitarną. Jest to prawdopodobnie największy taki szalet w Europie. I najpewniej najtrudniejszy do zdobycia.

W efekcie powstał bardzo fotogeniczny obiekt – należałoby chyba mówić o zespole zamkowo-katedralno-toaletowym – choć jego twórcy o takiej funkcji raczej nie myśleli.

Modernistyczne „success story"

Jeszcze inną historię opowiada Gdynia, która obchodzi w tym roku swoje 100-lecie. Miasto dobudowane do portu, który dla międzywojennej Polski i jej gospodarki był oknem na świat. Ale chodziło tu nie tylko o techniczne rozwiązanie problemów transportowych. Ta inwestycja miała być symbolem sukcesu, sprawności i skuteczności młodego państwa, dowodem jego dynamicznego rozwoju, jak byśmy dziś powiedzieli.

Tym aspiracjom odpowiada modernistyczna architektura, w tamtych czasach szczyt nowoczesności. I nie chodzi tu tylko o pojedyncze obiekty, jak w wielu innych miastach. W Gdyni w tym stylu zaprojektowano prawie 450 budynków, całe Śródmieście tworzy spójną, modernistyczną całość. Jest szansa, że jeszcze w tym roku znajdzie się na liście światowego dziedzictwa UNESCO. Gdyński Szlak Modernizmu ułatwia zwiedzanie tego niezwykłego miasta. ●

• **Bazylika w Bardzie**
FOT. SŁAWOMIR SZYMAŃSKI

2026-04-18 OA3RP.indd 3
eprasa.pl eddb2a5eb2
09.04.2026 11:49:12

WIOSNA W TRENTINO

Zbliż się do natury i odetchnij w Trentino

Nie ma drugiej pory roku, która pozwala zbliżyć się do natury tak bardzo, jak wiosna. Każde źdźbło trawy, każdy pąk kwiatu budzi się do życia w akompaniamencie pszczół. W Trentino można prawdziwie zanurzyć się w to przebudzenie. Stąpać boso po łąkach, godzinami spacerować wśród bukowych lasów albo orzeźwiać się w zimnych wodach górskich strumieni. Nie ma lepszego wellness i spa niż to naturalne.

Natural Wellness

Trentino Marketing, fot. Gianluca Prati

Powrót do natury to jeden z najprostszych sposób na to, by dać odpocząć pędzącym myślom, wsłuchać się w siebie, osiągnąć wewnętrzny spokój. W Trentino, najbardziej na północ wysuniętym regionie Włoch, obcowanie z naturą traktuje się jak zabiegi w spa.

Ludzie od wieków czerpali z natury. To w darach matki ziemi poszukiwali lekarstw dla duszy i ciała. Dzisiaj zaczyna się rozumieć, że życie w zgodzie z naturą jest tym, do czego powinniśmy dążyć. Przyroda odgrywa kluczową rolę w zdrowiu i samopoczuciu człowieka. Kontakt z naturą wiąże się z licznymi korzyściami dla zdrowia fizycznego i psychicznego. Redukuje stres, poprawia nastrój, funkcje poznawcze, zmniejsza ryzyko chorób przewlekłych.

Skarbiec bioróżnorodności

Dlatego w Trentino to natura dochodzi do głosu. Podróżując tutaj, można zanurzyć się w bezcennym skarbcu bioróżnorodności – od śródziemnomorskiego zapachu drzew oliwnych wzdłuż brzegów jeziora Garda, po majestatyczne, wysokogórskie krajobrazy lodowcowe oddalone zaledwie o kilka kilometrów.

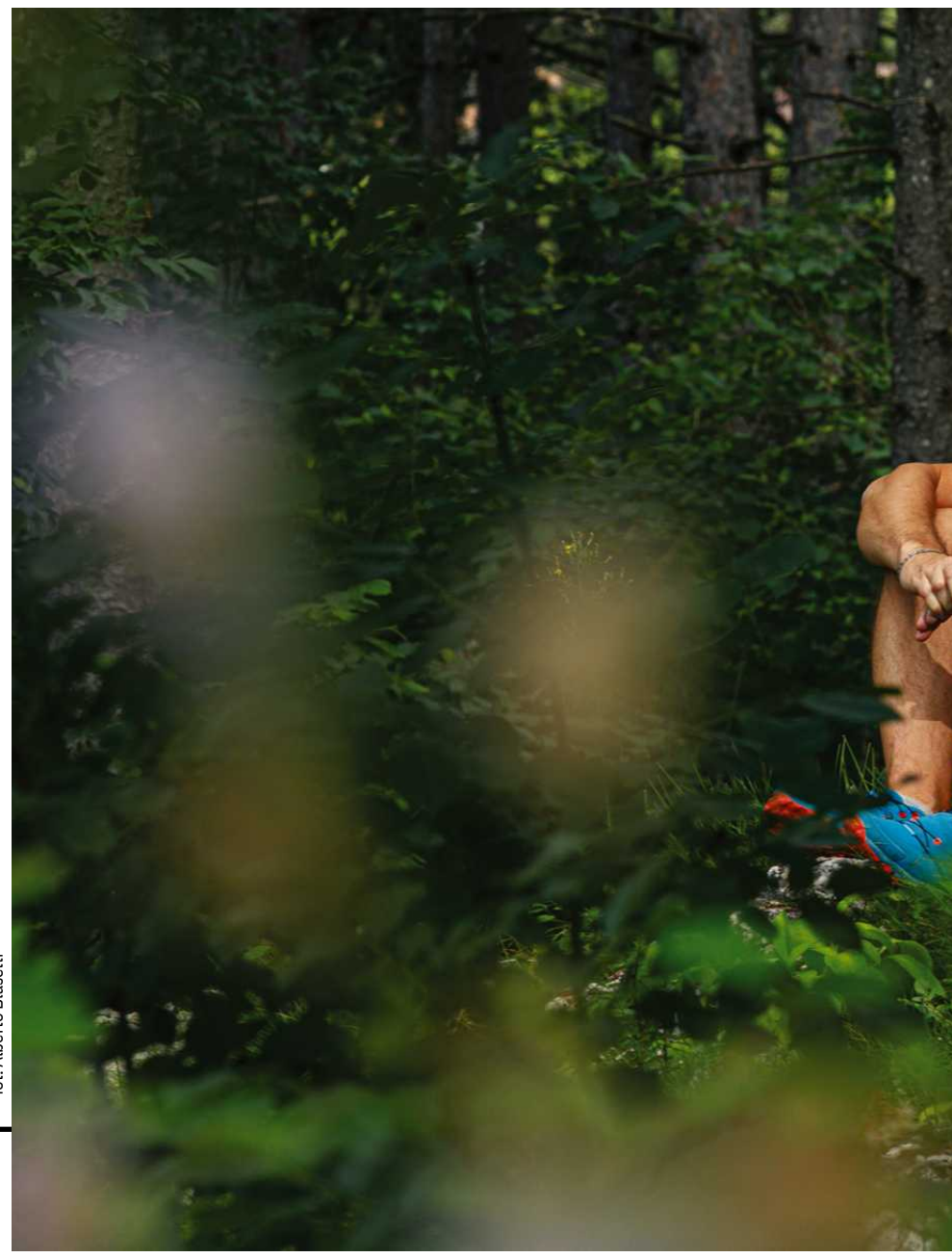
Nad tym wszystkim górują zachwycające Dolomity, jedne z najpiękniejszych gór świata, wpisane na Listę Światowego Dziedzictwa UNESCO. Unoszą się na bujnych lasach. Jeziora, miasta, zamki, wioski i kościoły górują nad krajobrazem, który warto zobaczyć przynajmniej raz w życiu. Strome ściany, lodowce, iglice, skalne wieże tworzą naturalne, wyjątkowe widowisko.

Trasy spacerowe i szlaki turystycznej wiodą przez łąki, zielone lasy, wśród których ukryte są górskie strumienie. Nie trzeba się spieszyć, można w wolnym tempie przemierzać trasy, podziwiając widoki, wdychając rześkie powietrze i czerpiąc jak najwięcej z matki natury. Aby być jak najbliżej niej, warto spędzić noc w jednym z górskich schronisk lub pod gołym niebem. Widok zachodu i wschodu słońca pozostawi niezapomniane wspomnienia.

Pakt z naturą

W Trentino na każdym kroku znajduje się okazja do bycia blisko przyrody. To pakt z naturą – taki, który wymaga zaangażowania i świadomości. Można tu poleżeć na sianie i wsłuchać się w brzęczenie pszczół, spacerować boso po wytyczonych ścieżkach lub odbyć leśne kąpiele, obejmując drzewa i dając dojść do głosu ciszy. Celem jest jedno – całkowite porzucenie codziennych trosk, odpoczynek od stresu i trenowanie uważności.

Więcej przeczytasz na: **visittrentino.info**



fot. Alberto Blasetti

eprasa.pl eddb2a5eb2

Dolomiti Natural Wellness – ruszaj się, oddychaj, słuchaj, medytuj!

Poczuj wilgotną ziemię pod stopami, przytul drzewo i wsłuchaj się w jego rytm – naucz się zbliżać do natury i czerpać z tego, co daje w parku przyrody Adamello Brenta w Trentino. Czeka tu naturalna wersja spa – Dolomiti Natural Wellness.

Powstały w dolinie Val Rendena, w parku przyrody Adamello Brenta, projekt Dolomiti Natural Wellness czerpie z tego, co daje natura: czystej wody, świeżego powietrza, wiatru, lasu i słońca. Jego główną ideą jest wiara w to, że to właśnie te podstawowe elementy są najważniejszymi czynnikami wpływającymi na nasze samopoczucie.

Według twórców projektu ze spędzania czasu na łonie natury można czerpać wielorakie korzyści – od wchłaniania lotnych substancji, wydzielanych przez drzewa, po ciszę, która regeneruje i pozwala wsłuchać się w głąb siebie.

W ramach projektu przygotowano osiem ścieżek sensorycznych, do których przejścia nie trzeba żadnych specjalnych umiejętności – wystarczy otwartość na nowe doświadczenia. Po ścieżkach prowadzą pasjonaci, trenerzy wellnes oraz eksperci w zakresie konkretnych praktyk, jak choćby jogi. Od odwiedzających wymaga się jednego – otwartości na nowe doświadczenia.

Zdejmij buty

Aby zbliżyć się do natury, trzeba poczuć ziemię pod stopami. Jednym z „zabiegów" dostępnych w ramach Dolomiti Natural Wellness jest chodzenie boso. Od tego wszystko się zaczęło. Jako gatunek ludzki urodziliśmy się piechurami i przez miliony lat ewoluowaliśmy, pokonując boso tysiące kilometrów w różnych warunkach terenowych: od sawann, przez wybrzeża, po wysokie góry. Dziś można obudzić te wspomnienia, chodząc po miękkiej ściółce lasu czy otulonej rosą łące i odnaleźć życiodajną więź ze środowiskiem naturalnym.

Primiero Val Noana Sentiero degliabeti giganti, fot. AliceRussolo

Odważni mogą bosymi stopami wejść do zimnych strumieni. Dolomiti Natural Wellness czerpie z praktyk bawarskiego księdza Sebastiana Kneippa. Pod koniec XIX wieku opracował metody hydroterapii, które do dziś stosuje się w profilaktyce przeziębień oraz w leczeniu chorób serca, układu krążenia, układu oddechowego i innych. Kneipp zachęcał do kąpieli w zimnej wodzie, przekonując, że redukują stres i wzmacniają układ odpornościowy. Zanurzenie stóp w zimnym strumieniu pobudzi, orzeźwi i doda energii na cały dzień.

Pokoje ciszy

Podstawowym warunkiem zbliżenia się do natury jest cisza. Na ścieżkach Dolomiti Natural Wellness zaplanowano pokoje ciszy – miejsca absolutnego spokoju, gdzie można zatrzymać się, odetchnąć, podziwiać piękno przyrody, medytować lub po prostu posiedzieć i pomyśleć. Takie naturalne, otwarte przestrzenie są odpowiednie do swobodnego praktykowania jogi, powitania słońca czy po prostu odpoczynku. Po nim można pozwolić sobie na łatwy spacer po płaskim terenie, dzięki ktoremu utrzyma się prawidłowe tętno i poprawi samopoczucie.

Bliskość drzew

Na ścieżkach Dolomiti Natural Wellness spotkać można ludzi obejmujących drzewa. Przytulanie drzew to prosty i sugestywny gest, który łagodnie wprowadza w głęboki kontakt z matką naturą. Praktykuje się go poprzez synchronizację oddechu z energią drzew. Nie wszystkie mają jej tak samo dużo, dlatego warto poradzić się ekspertów lub poszukać specjalnych oznaczeń.

Drzewa są dla nas hojne: filtrują i przetwarzają powietrze, którym oddychamy, dają schronienie zwierzętom, ptakom i ludziom, obdarowują drewnem, dają owoce, chronią przed zimnem i palącymi promieniami słońca. Zrozumienie ich roli umożliwia poczucie pełnej bliskości z naturą. Kto nie jest gotowy do ich przytulenai, może po prostu przy nich usiąść i odpocząć.

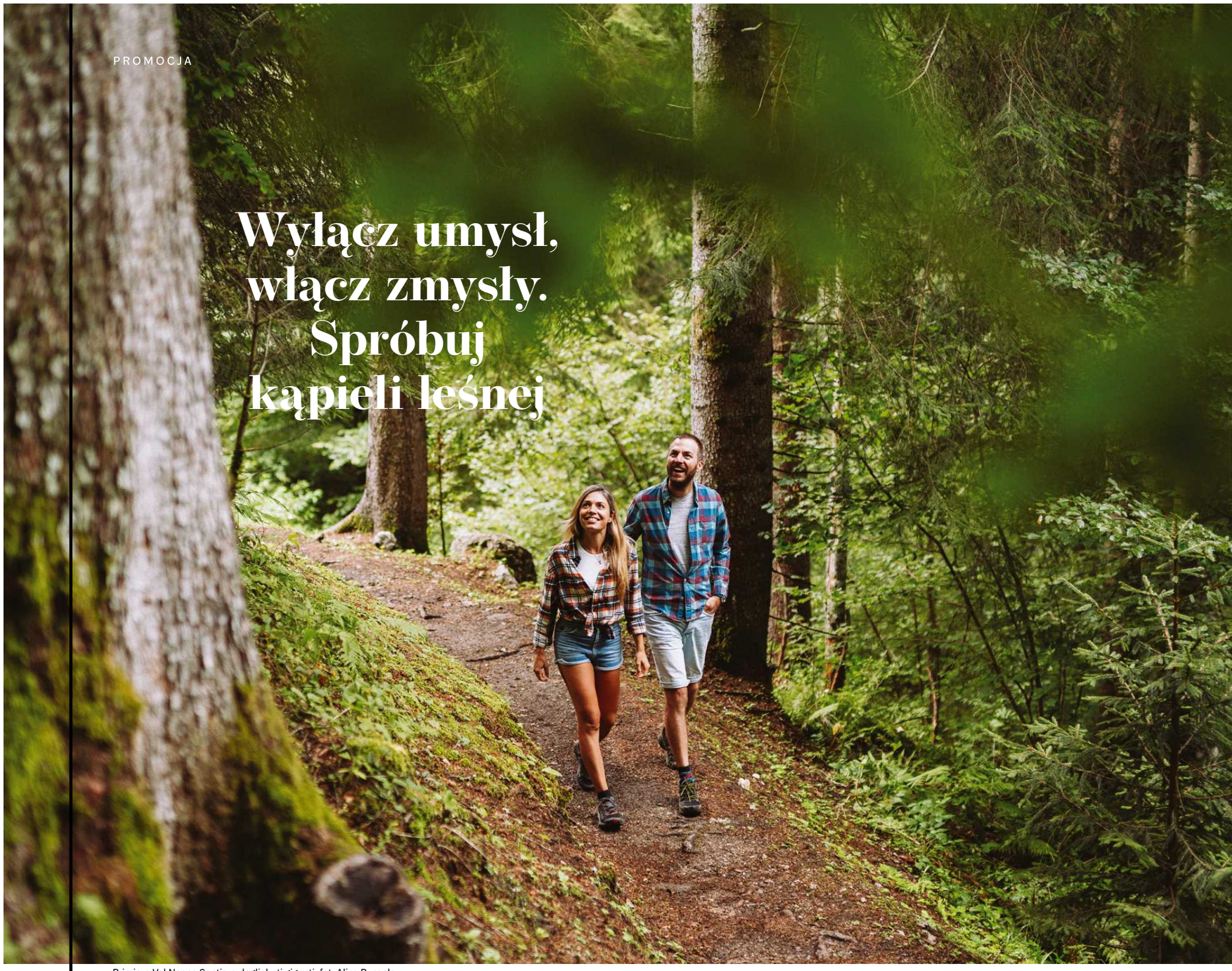
Wszystkie doświadczenia w Dolomiti Natural Wellness przynoszą najwięcej korzyści, jeśli są praktykowane w ciszy – tylko w ten sposób można prawdziwie połączyć się z naturą i dostrzec magię otaczającego miejsca. Dlatego zachęca się tutaj do wyciszenia telefonów komórkowych i nie używania ich w trakcie przemierzania tras. Chodzi o to, by skupić się na tym, co wokół i wykorzystać w pełni moment do pobycia sam na sam z naturą.

Czerp, jak najwięcej podczas pobytu w Dolomiti Natural Wellness:

- **Oddychaj** tak głęboko, jak to możliwe
- **Zawsze** idź w tempie, w jakim chodzisz; jeśli czujesz zmęczenie mięśni i tętno ulega zmianie, nie przejmuj się: zatrzymaj się na kilka minut, pozwól, aby tętno zwolniło, a następnie stopniowo zacznij od nowa.
- **Zachowaj ciszę,** kiedy tylko możesz, aby w pełni cieszyć się doznaniami swojego ciała i móc wsłuchać się w emocje, które budzi zanurzenie w naturze.
- **Wsłuchaj się** w odgłosy lasu, te najbliższe i te najdalsze, odgłosy kroków i... bicie serca!
- **Podziwiaj** odcienie zieleni, różnorodność drzew, snopy światła

eprasa.pl eddb2a5eb2

Wyłącz umysł, włącz zmysły. Spróbuj kąpieli leśnej



Primiero Val Noana Sentiero degliabeti giganti, fot. Alice Russolo

Narodziły się w Japonii pod nazwą „Shinrin Yoku” i są bardzo rozpowszechnione na Wschodzie, gdzie odgrywają istotną rolę w trosce o samopoczucie. Kąpiele leśne pozwalają zbliżyć się do natury i zajrzeć wewnątrz siebie. W Trentino można ich spróbować w Parco del Respiro – znajdującym się w lesie Fai della Paganella Parku Terapeutycznym dla Dobrego Samopoczucia.

Parco del Respiro to unikatowe miejsce w Europie, w którym można praktykować kąpiele leśnie. Powstało na rozległym obszarze leśnym Fai della Paganella, bogatym w świerki, sosny i modrzewie, a przede wszystkim buki, które słyną z uwalniania dobroczynnych substancji naturalnych i świetnie nadają się do kąpieli leśnych.

To praktyka, która wywodzi się z Japonii. Funkcjonuje tam pod nazwą „Shinrin Yoku” i jest szeroko rozpowszechniona w niektórych krajach Dalekiego Wschodu, gdzie odgrywa istotną rolę w trosce o samopoczucie. To praktyka uważnego przebywania wśród drzew, angażująca wszystkie zmysły. Jej celem jest przede wszystkim redukcja stresu.

Dobroczynne właściwości lasu

Ta wyjątkowa japońska praktyka rozwinęła się w latach 80. XX wieku. Była odpowiedzią na rewolucję technologiczną i intensywny tryb życia. Powstała, by zachęcać do ponownego nawiązania kontaktu z otaczającą przyrodą i jej ochrony.

Badania naukowe prowadzone w Japonii wykazały, że niektóre związki lotne (fitoncydy lub monoterpeny) zawarte w olejkach eterycznych wytwarzanych przez różne gatunki drzew, wdychane w odpowiednich dawkach i przez odpowiedni czas, wywołują pozytywne zmiany w organizmie: zmniejszają stres, obniżają ciśnienie krwi, wzmacniają układ odpornościowy.

Potrzeba czasu

Kąpiel leśna nie wymaga specjalnego przygotowania fizycznego. Wystarczy spokojny spacer po lesie, powolne, głębokie oddechy, rozglądanie się i podziwianie otoczenia, wsłuchiwanie się w odgłosy natury. Najważniejsze jest korzystanie z powietrza naturalnie wzbogaconego związkami lotnymi emitowanymi przez niektóre gatunki drzew.

Aby skutecznie praktykować kąpiele leśne potrzeba czasu**.** Japońscy naukowcy, kierując się mądrością Wschodu, twierdzą, że idealnie jest spędzić w lesie co najmniej 10-12 godzin w ciągu trzech dni, przy czym poszczególne sesje powinny trwać co najmniej 2-2,5 godziny.

Zieleń, która uspokaja

Fai della Paganella to piękny, dojrzały las z dobrze rozwiniętymi drzewami i rozłożystą koroną, a to gwarancja skutecznej kąpieli leśnej. Do tego bogaty jest w buki, które mają wysoki potencjał emisji monoterpenów.

Fai della Paganella to las publiczny, dostępny przez cały rok. Ale to wiosną przyciąga szczególnie. Wszystko za sprawą kolorów. Przyroda budzi się do życia, runo leśne się zazielenia, podobnie jak drzewa. Uaktywniają się również zwierzęta. Ptaki akompaniują śpiewem. Snopy dochodzącego słońca tworzą magiczny efekt.

Własną ścieżką

Parco del Respiro oferuje cztery różne szlaki. Można przejść nimi wszystkimi lub wybrać jeden. „Il Sentiero dell’Otto” to bardzo łatwy ścieżka, która prowadzi przez tereny wiejskie Fai z typowymi górskimi chatami. „Il Sentiero dei Belvedere” oferuje spektakularne widoki na okoliczne doliny i szczyty. „Il Sentiero dei Reti” pozwala odkryć starożytną wioskę, jedno z najważniejszych stanowisk archeologicznych w Alpach, a „Il Sentiero Acqua e Faggi” prowadzi pośród zieleni, przecinanej snopami światła.

Można tutaj także skorzystać z pomocy ekspertów i wziąć udział w indywidualnych zajęciach, by jeszcze bardziej zbliżyć się do natury. Oferowane są tu także grupowe kąpiele leśne. Poprzez proste ćwiczenia sensoryczne oraz pracę z oddechem, uzyskuje się doskonałe efekty dla duszy i ciała.

Przytulanie drzew

W Parco del Respiro każdy może znaleźć swój sposób na zanurzenie się w lesie. Kto będzie gotów, może spróbować też techniki przytulania drzew. To coraz bardziej powszechny sposób na kontakt z naturą. Pozwala na wymianę energii z energią drzewa. W parku wskazano, które drzewa doskonale się do tego nadają, wyróżniając się energetyczną mocą. Las może dać więcej niż sądzimy. Chwile w nim spędzone to doskonałe wellness, niemal natychmiast poprawiające samopoczucie i redukujące stres.

eprasa.pl eddb2a5eb2

Im wyżej, tym łatwiej o ciszę. Wędrówka po spokój

Mała alpejska gmina San Martino di Castrozza inspiruje artystów swym wyjątkowym urokiem. Surowe szczyty Dolomitów budzą respekt i zachęcają do wędrówek. Ale poczuć więź z naturą możesz tu nie tylko spacerując wysoko w górach, ale i stąpając boso po specjalnie wytyczonych ścieżkach.

San Martino di Castrozza odkryli w XIX wieku angielscy i niemieccy alpiniści, urzeczeni majestatycznym widowiskiem zachodzącego słońca, barwiącego na różowo szczyty Pale di San Martino – jednego z najpiękniejszych masywów Dolomitów. Tak się zaczęło. Przez lata surowe szczyty inspirowały artystów, takich jak Arthur Schnitzler i Richard Strauss. I dziś nie mniej zachwycają. Są idealnym tłem dla małych, wdzięcznych miasteczek.

Wiosenne przebudzenie

Wiosna tutaj to czas przebudzenia natury. Łąki mienią się alpejskimi kwiatami, lasy wypełniają zapachami, a strumienie znów rwą pod Pale di San Martino. To idealny sezon na spacery, regenerujące wędrówki i pierwsze wysokogórskie wyprawy, doskonałe, by doświadczyć gór w całej ich autentyczności.

Im wyżej, tym szacunek do matki natury rośnie, zwłaszcza, gdy zrozumie się, że 300 milionów lat temu Dolomity były rafą koralową zatopioną w morzu. Wnikliwi odnajdą jeszcze jej ślady na skałach. Dzisiaj pną się na wysokość ponad 3000 metrów nad poziomem morza. Z tras rozpoczynających się w San Martino di Castrozza, można zdobyć szczyty i pobyć sam na sam z surowymi skałami, wsłuchać się w szum wiatru i odpoczywać.

Mniej zaawansowani mają do dyspozycji łatwiejsze szlaki, mogą też wsiąść na rower lub spróbować nordic walkingu. Istnieje także szansa odbycia jazdy konno. Zazielenione łąki zachęcają do rozłożenia koca i cieszenia się słońcem. To najprostszy i najmniej wymagający sposób na zbliżenie się do natury.

Stąpanie bosymi stopami

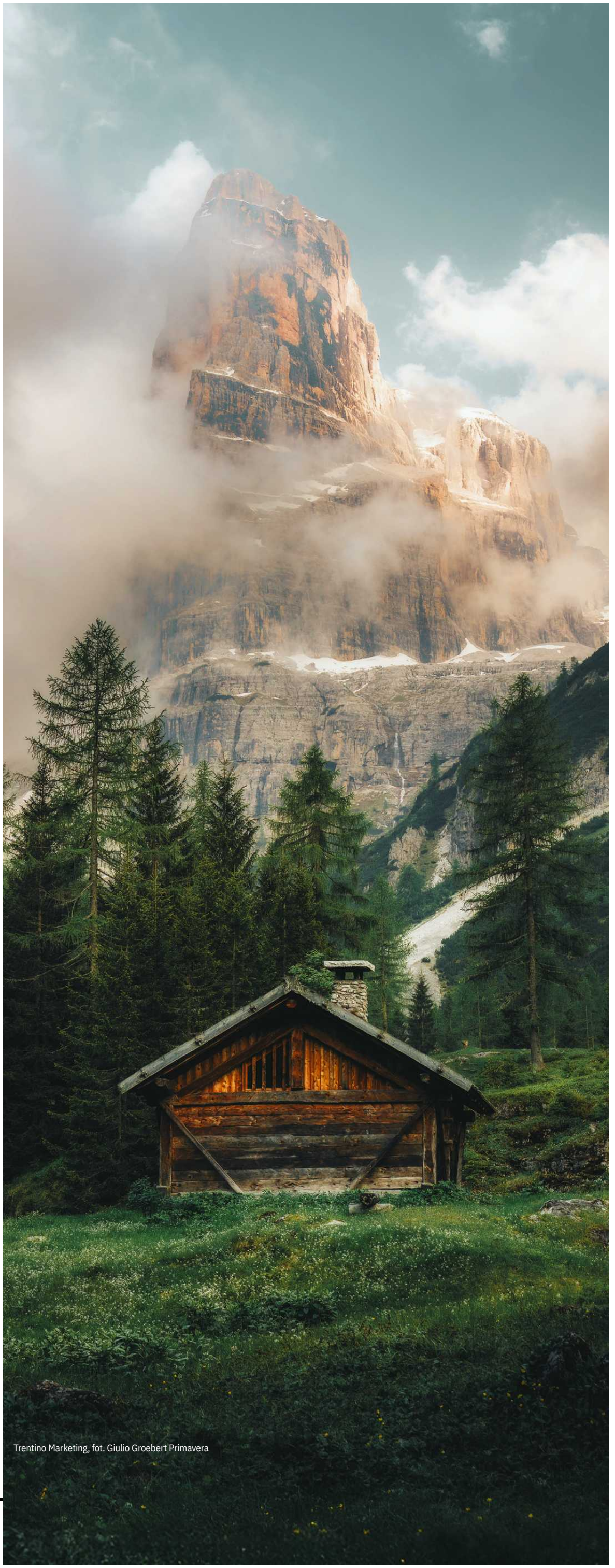
Pobyt na łąkach to świetna okazja do zdjęcia butów. A chcąc pospacerować boso i poczuć pod stopami matkę ziemię, najlepiej zrobić to na wytyczonych ścieżkach. W San Martino di Castrozza wyznaczono trzy szlaki, które przejść może każdy – nie trzeba do tego żadnych umiejętności czy wcześniejszego hartowania stóp. Przy każdej znajdują się kody QR – po zeskanowaniu ukazuje instruktaż, pokazujący, jak, krok po kroku, pokonać dany teren.

Szlaki powstały we współpracy z Barefoot Academy „Il silenzio dei passi" (Cisza kroków). To projekt założony przez Andrea Bianchi. To czołowa postać w dziedzinie pieszych wędrówek boso we Włoszech. „Il silenzio dei passi" założył w 2017 roku, promując ideę chodzenie boso jako praktykę psychofizycznego dobrostanu dostępną dla wszystkich i pozwalającą na nowo nawiązać kontakt z energią Ziemi.

Blisko wody

W San Martino di Castrozza można spędzać również czas nad jeziorami. Wspaniały widok roztacza się z naturalnego jeziora Calaita. Wystarczy tu usiąść i dać odpocząć kotłującym myślom. A chcąc podziałać jeszcze bardziej na zmysły, warto poczekać na zachód słońca. Jest wyjątkowy. Ogniste wręcz słońce przypomina, jak wspaniałe jest to, co nas otacza.

W budowaniu bliskości z naturą woda także ma swoje ważne miejsce. Wraz z nadejściem wiosny jeziora Trentino stają się scenerią niezwykłego piękna, gdzie żywe kolory i intensywne zapachy mieszają się z rześkim, świeżym powietrzem.



Trentino Marketing, fot. Giulio Groebert Primavera

eprasa.pl eddb2a5eb2

Odpoczynek w akompaniamencie brzęczenia pszczół

Urzeka ścieżkami wijącymi się między lśniącymi jeziorami, pachnącymi lasami i wszechobecną ciszą. Płaskowyż Altopiano di Piné czeka na spragnionych kontaktu z naturą, kusząc nie tylko możliwościami spędzania czasu wolnego, ale i aromaterapią wzbogaconą o „apisound", czyli brzęczenie pszczół.

Ape Fiore, fot. Diego Marini

Płaskowyż Pinè wznosi się w północno-wschodniej części regionu Trentino i rozciąga równolegle do dolin Valle di Cembra i Valle dei Mocheni. Najlepszym sposobem na poznanie tego obszaru jest spacer, a szlaków tutaj nie brakuje: od tych biegnących doliną, odpowiednich również dla dzieci, po szlaki wysokogórskie.

Każda wędrówka tu czy przejażdżka rowerem to eksplozja żywych kolorów. Pod olśniewająco błękitnym niebem – takim, jakie oferują tylko wiosenne dni w górach – można poczuć energię, która wznosi na nowe wyżyny.

Tutaj każdy może obrać własne tempo i robić sobie przerwę, kiedy tylko zechce. Na każdym rogu czeka łąka, ławeczka lub fontanna, zachęcające do zwolnienia tempa i złapania oddechu.

Relaks nad jeziorami

Płaskowyż zachwyci każdego, a już zwłaszcza miłośników jezior. Położone są one tutaj na wysokości ponad 1000 metrów nad poziomem morza. Zachęcają do moczenia stóp, biwakowania, podziwiania spektaklu natury. Dwa największe: Serraia i Piazze zapraszają również do próbowania sportów wodnych.

Jezioro Piazze znajduje się w gminie Bedoll, ma kształt elipsy i położone jest u północnych podnóży góry Monte Costalta, na wysokości 1021 metrów. Można tu uprawiać kajakarstwo, windsurfing i pływać smoczymi łodziami. Całe jezioro łatwo obejść ścieżką spacerową lub okrążyć rowerem górskim. Serraia z kolei położone jest na rozległej równinie na wysokości 974 metrów. Ma 1250 metrów długości. Rozciąga się wokół niego promenada, która zachęca do spacerów wokół pól trzciny cukrowej, pagórkowatych lasów i łąk.

Pszczeli relaks

Altopiano di Piné pozwala także spróbować iście pszczelego relaksu. Gospodarze przygotowali tutaj prawdziwą ucztę dla zmysłów. Leżąc na łóżku wyścielonym alpejskim sianem, odbywa się podróż do świata pszczół, ciesząc się korzyściami płynącymi z ich produktów. Zapachy ula: miodu, wosku i propolisu odprężają i koją.

Aromaterapia wzbogacona jest o „apisound", czyli brzęczenie pszczół. To innowacyjny element, który wykorzystuje naturalną częstotliwość dźwięku do wywoływania głębokiego relaksu i spokoju.

Ten dźwięk towarzyszy również wypoczywającym wśród łąk. Można się mu oddać, leżąc na kocu na trawie. To świetny sposób, by oderwać myśli i prawdziwie się odprężyć.

Trentino Marketing, fot. Giulio Groebert Primavera

eprasa.pl eddb2a5eb2

Zachwyty nad jeziorem Garda

Prawdziwa perła w koronie Trentino – Garda, największe jezioro we Włoszech, od wieków inspiruje artystów. Intensywny kolor wody z wyraźnym odcieniem błękitu i jego niezrównana przejrzystość sprawiają, że to wyjątkowe miejsce, które przynosi ukojenie.

Woda od dawna symbolizuje oczyszczenie, spokój i odnowę. Już w starożytnych cywilizacjach postrzegano ją jako żywioł, który nie tylko zaspokaja pragnienie, lecz także przynosi ukojenie duszy. Jeśli więc wypoczywać nad wodą pośród oszałamiających widoków, to zdecydowanie nad Gardą.

Jezioro Garda od wieków inspiruje artystów. Sam Johann Wolfgang Goeth, który odwiedził je w 1786 roku, schodząc w kierunku Torbole z doliny Santa Lucia, był nim niezwykle oczarowany. Wyjątkowo łagodny klimat sprzyja tu bujnemu rozwojowi roślin śródziemnomorskich, takich jak drzewa oliwne, cytrynowe i palmy. W połączeniu z niebieskimi wodami tworzą wyjątkowy spektakl.

Relaksujące spacery

W całej okazałości jezioro najlepiej podziwiać z wysokości. Oszałamiające krajobrazy oferują punkty widokowe wokół wioski Nago. W pobliżu Gardy przygotowano gęstą sieć szlaków, liczącą ponad 70 oznakowanych tras o rożnym stopniu trudności. Spacery to okazja do podziwiania piękna przyrody, odpoczynku w ciszy, głębokiego relaksu. Intensywnie pachnące rośliny i śródziemnomorski klimat działają niezwykle odprężająco.

Poszukiwacze przygód mają do wyboru dziesięć via ferrat. Wymagające wspinaczki nagradzane są zachwycającymi krajobrazami.

Te podziwiać można także, udając się trasami Garda Trek. Trzy pętle wiodą wokół korony gór wnoszących się nad taflą Gardy, wzdłuż jego północnych brzegów, tworząc trasę w kształcie diademu, która łączy szczyty i punkty widokowe, zamki i wioski i schroniska górskie. Trasy podzielone są na kilka etapów i zróżnicowane pod względem stopnia trudności – każdy znajdzie coś dla siebie.

Trasa łatwa ma dwa etapy i długość 33 kilometrów. Jest odpowiednia nawet dzieci. Przewyższenie wynosi tutaj 1045 metrów. Trasa średnia to cztery etapy, długość 73 kilometry i przewyższenie rzędu 3275 kilometrów. I najtrudniejsza „Top Loop", ma długość 90 kilometrów i aż siedem etapów. Przewyższenie wynosi 6990 metrów. To długi i wymagający technicznych umiejętności alpinistycznych szlak, ale i oferujący niezapomniane wrażenia.

Rowerem wzdłuż jeziora

Okolice jeziora Garda to jedno z najlepszych miejsc w Europie do jazdy na rowerze. Trasy są bardzo różnorodne – od łatwych ścieżek wzdłuż jeziora, po wymagające górskie podjazdy. Jeździ się wśród gajów oliwnych, zamków, po asfalcie, żwirze albo dzikich ścieżkach.

Fani MTB docenią wyczerpujące podjazdy. Nagradzane są one fenomenalnymi widokami i przyjaznymi rowerzystom punktami gastronomicznymi.

Wodne aktywności

Równie ekscytujące jest doświadczenie krajobrazów z perspektywy samej wody. Dzięki odpowiednim wiatrom, spektakularnym widokom na otaczające góry i doskonałemu serwisowi, Garda jest jednym z najlepszych miejsc w Europie do uprawiania sportów wodnych. Miłośnicy windsurfingu i żagli wybierają jezioro ze względu na wiatry Ora i Pelèr, które doskonale dodają napędu.

Spróbować można tu także SUP - stand up paddle. To sport cieszący się coraz większą popularnością. Polega na staniu na desce i wiosłowaniu. Ćwiczy koordynację i równowagę, dostarcza mnóstwa frajdy. Z kolei dostępne tu kajaki, pontony czy kanu pozwalają dotrzeć do zatok i odosobnionych miejsc, by we własnym tempie celebrować bliskość z naturą.

Oczywiście nad Gardą można też po prostu zażywać wodnych kąpieli i wypoczywać na plaży, ogrzewając się w wiosennym słońcu. Woda wiosną jest rześka, idealnie pobudza siły witalne. Bo w Trentino właśnie o to chodzi. Tu wellness i spa to kontakt z naturą. Jest tu wszystko, czego potrzeba, by móc odkryć jej kojącą moc. Wystarczy otworzyć się na nowe doświadczenia i wsłuchać w siebie – natura zrobi resztę.

Więcej przeczytasz na: **visittrentino.info**

Trentino Marketing, fot. GartnerMathäus

eprasa.pl eddb2a5eb2

Dziesięć propozycji na wycieczki rowerowe

Dookoła gór i wzdłuż rzek

Trasy widokowe, niezbyt trudne – niektóre nawet dla dzieci, inne bardziej wymagające. W Polsce, bliższym i dalszym sąsiedztwie, wszędzie tam można się dostać sprawnie lądem.

Marzena Filipczak

1 POLSKA: WZDŁUŻ WISŁY PRZEZ MAŁOPOLSKĘ

Wiślana Trasa Rowerowa docelowo ma liczyć 1200 km – od źródeł do ujścia Wisły. Na razie powstały jej dwa odcinki: południowy w województwach śląskim i małopolskim oraz krótszy w woj. kujawsko-pomorskim. Ten w górnym biegu, od źródeł przez województwo śląskie jest nieco górzysty, ale fragment przez Małopolskę – niemal płaski, wytyczony głównie wygodnymi asfaltowymi ścieżkami na wałach, z widokiem na dolinę rzeczną. Jest mało wymagający, idealny dla rodzin – można go pokonać nawet z przyczepką, ma dobrą infrastrukturę (tzw. miejsca odpoczynku, mapy, połączenia z innymi szlakami). Pozwala odpocząć od nadmiaru wrażeń, prowadzi głównie przez zielone, może nieco monotonne tereny, z dala od siedzib ludzkich.

Fragment małopolski ma 230 km, mniej więcej w połowie znajduje się Kraków. Górny kawałek zaczyna się w Jawiszowicach na granicy z województwem śląskim, wiele osób startuje 10 km dalej – z Oświęcimia. Prowadzi niedaleko Zatoru, można więc odbić do parku rozrywki Energylandia, dalej przez Skawinę i Tyniec. Ciekawą alternatywa dla hotelu jest nocleg w Opactwie Benedyktyńskim w tym drugim. Drugi fragment można rozpocząć w Niepołomicach, 10 km za Krakowem, co pozwoli ominąć kawałek poprowadzony ruchliwą drogą. Na trasie między innymi: Niepołomice z gotyckim Zamkiem Królewskim, Puszcza Niepołomicka z Ośrodkiem Hodowli Żubrów i Opatowiec. Szlak przebiega obok wsi Zalipie z malowanymi domami, kończy się w Szczucinie.

2 POLSKA/ SŁOWACJA: DOOKOŁA TATR

Trasa wymagająca, choć nie tak bardzo, jak brzmi jej nazwa; warta wysiłku, można ją też zrobić w okrojonej, dużo łatwiejszej i nadającej się właściwie dla każdego sprawnego rowerzysty wersji tylko w Polsce. Prowadzi przez cztery historyczne regiony: Podhale, Orawę, Liptów, Spisz, jest bardzo różnorodna zarówno pod względem przyrodniczym (góry, rzeki, lasy, pastwiska) jak i architektonicznym (drewniane kościoły, historyczne miasteczka), a przede wszystkim – piękna widokowo. Przez Polskę biegnie mniej niż jedną czwarta szlaku, czyli 60 km; jest to część dobrze utrzymana i oznakowana. W Słowacji nie ma jednolitego przebiegu, długie fragmenty poprowadzone są drogami z mniejszym lub większym natężeniem ruchu, można wybrać różne warianty, co przełoży się na pętlę długości ok. 255-290 km i ok. 2,5 tys. metrów przewyższeń. Większa część szlaku przebiega asfaltem, można go przejechać każdym rowerem z wyjątkiem szosowego. Najlepszym punktem startowym i końcowym dla zrobienia pętli jest Nowy Targ gwarantujący łatwy dojazd pociągiem, można jechać w obu kierunkach.

Fragment „polski" od zachodu zaczyna się tuż przed granicą, w historycznym miasteczku Trzciana (Trstená), jedzie się lekko w dół ścieżką poprowadzoną na nasypie dawnej linii kolejowej przez Czarny Dunajec do Nowego Targu. Za nim szlak prowadzi do Gronkowa, po przekroczeniu rzeki Białka zaczyna się podjazd do Dursztyna. Można tu odbić do zamku w Niedzicy i lepiej chwilę odpocząć, po powrocie na trasie czeka prawie 20-kilometrowy wjazd na najwyższy jej punkt (1136 m n.p.m.) – za to z pięknymi widokami na Tatry Bielskie. Dalej: Spiska Sobota z tradycyjną zabudową, Poprad, dolina rzeki Wag do Liptowskiego Mikułasza. Kolejny podjazd do malowniczego Dolnego Kubina, czyli stolicy regionu Orawa, skąd można wyskoczyć do wsi Leštiny z wpisanym na listę UNESCO kościołem artykularnym. To jedna z XVII-wiecznych świątyń protestanckich wzniesionych na terenie dzisiejszej Słowacji dla niemieckich osadników pod szczególnymi obostrzeniami – np. możliwość budowy tylko z drewna i innych nietrwałych materiałów. Potem jeszcze imponujący Zamek Orawski na skale nad rzeką, pasmo Magury Orawskiej, Twardoszyn, w którym z kolei jest wpisany na listę UNESCO XV-wieczny drewniany kościół katolicki, i granica z Polską.

Na Słowacji szlak częściowo przebiega przez tereny parku narodowego, nie wolno biwakować na dziko. Więcej: szlakwokoltatr.eu.

3 NIEMCY/ POLSKA: WZDŁUŻ NYSY ŁUŻYCKIEJ I ODRY

Jedna z najbardziej znanych i popularnych tras rowerowych w Niemczech wytyczona wzdłuż ich wschodniej granicy. W wielu miejscach można przejechać do Polski – np. 700-metrowy most pieszo-rowerowy w Siekierkach łączy szlak z trasami na Pomorzu Zachodnim.

Szlak Nysy Łużyckiej i Odry zaczyna się w czeskiej miejscowości Nová Ves nad Nisou, kończy po 650 km w niemieckim kurorcie Ahlbeck na wyspie Uznam, tuż obok Świnoujścia. Jest podzielony na 12 etapów, na terenie Czech znajduje się tylko pierwszy: 58 km od źródeł Nysy Łużyckiej przez miasta Liberec i Chrastav do granicy i pobliskiego niemieckiego miasta Żytawa (Zittau), odkąd szlak jest już nizinny. Wiele osób startuje właśnie tu, z Polski można dojechać pociągiem przez Zgorzelec/Görlitz. Żytawa to ładna miejscowość z rynkiem i oryginalną ciekawostką w postaci jednej z niewielu przetrwałych do naszych czasów zasłon wielkopostnych, jakimi w średniowieczu zakrywano ołtarz na czas wielkiego postu. Stąd szlak biegnie przez malownicze wsie, obok St. Marienthal, czyli najstarszego żeńskiego klasztoru cysterek w Niemczech oraz sztucznego jeziora Berzdorfer do Görlitz. Punkt obowiązkowy to geopark Łuk Mużakowa z krajobrazem polodowcowej moreny czołowej. We wsi Ratzdorf Nysa Łużycka wpada do Odry.

Szlak jest ciekawy (dużo atrakcji przyrodniczych, historycznych, architektonicznych), łatwy, bezpieczny – przebiega szerokimi trasami rowerowymi, czasem lokalnymi drogami z małym ruchem, ma bardzo dobre oznakowanie i infrastrukturę. To dobry pomysł na pierwszą dłuższą wycieczkę rowerową, nawet dla dzieci. Ze względu na przyrodę wiosna jest szczególna.

1 RP

eprasa.pl eddb2a5eb2

▲ **Rowerowy szlak z Pasawy do Wiednia wiedzie wzdłuż Dunaju. Na zdjęciu: miejscowość Spitz w Dolnej Austrii**

FOT. ADOBE STOCK

4 CZECHY: WINNICE I ZAMKI NA MORAWACH

Pofalowane zielone pagórki, a na nich – winnice. Słonecznie, ale nie za gorąco. Stare zamki, stylowe miasta, piwnice z leżakującym winem, wspaniałe ogrody. To nie Toskania, tylko Morawy, kilka godzin pociągiem w centralnej Polski. Kraina wina uprawianego tu od średniowiecza i rowerzystów. Wytyczono w niej 1200 km ścieżek, zwanych Morawskimi Szlakami Winnymi; infrastruktura (noclegi, miejsca postojowe, wypożyczalnie, możliwość pokonania fragmentów pociągami) jest bardzo dobra, ale nie jest to na pewno rejon dla wszystkich: niektóre wjazdy są długie i męczące, zdarzają się fragmenty poprowadzone drogami z dużymi ruchem. Warto obejrzeć mapy i zaplanować trasę przez tarasy winne, lasy, wzdłuż rzek (np. Dyja).

W regionie jest wiele miejsc wartych dłuższego zatrzymania. Na przykład: pałac biskupów w Kromieryżu z labiryntem w ogrodzie; Lednice, czyli letnia rezydencja rodu Liechtensteinów z największym na świecie parkiem stworzonym przez człowieka; Mikulov z górującym nad nim zamkiem; Brzecław z imponującym zamkiem renesansowym czy mniej znany Hodonin. Do tego liczne sklepy, czyli piwnice z winem; poza sezonem otwarte są co prawda nieliczne, ale warto je zobaczyć przynajmniej z zewnątrz.

5 AUSTRIA: Z PIĘKNYM MODRYM DUNAJEM

Klasyk wytyczony przez Niemcy, Austrię, Słowację i Węgry raz jednym, a raz drugim brzegiem Dunaju nazywany „najpiękniejszą trasą rowerową Europy". Najpopularniejszy odcinek prowadzi z niemieckiej Pasawy (Pasau) do Wiednia, ewentualnie dalej do Bratysławy i Budapesztu. Trasa świetna dla rodzin i początkujących, zresztą wiele osób wybiera ją na pierwszą długodystansową wycieczkę rowerową. Płaska, ma wygodne utwardzone drogi rowerowe oddzielone od ruchu samochodowego, dobre zaplecze noclegowe, dużo miejsc postojowych, w razie potrzeby można pokonać jej fragmenty statkiem. Do tego dochodzą malownicze krajobrazy i dużo ciekawych miejscówek.

Szlak Pasawa-Wiedeń to trochę ponad 300 km i tydzień spokojnej jazdy z przystankami. Nazywana „bawarską Wenecją" Pasawa leży na półwyspie w widłach Dunaju i rzeki Inn, przy granicy z Austrią. Po wjeździe do niej zaczyna się długa malownicza dolina, pojawiają kolejne średniowieczne miasteczka aż do Linzu, czyli stolicy Górnej Austrii. Warto zatrzymać się na chwilę, przejść po przylegającym do Dunaju rynku z bogatymi kamienicami i wdrapać po widoki na wzgórze zamkowe. A przed dalszą drogą uzupełnić energię w jednej z cukierni prawie stuletniej sieci Jindrak: jej specjalność to Linzer Torte, krucha tarta migdałowo- albo orzechowo-korzenna z nadzieniem z kwaskowatego dżemu.

Po minięciu kilku kolejnych średniowiecznych miast zaczyna się Strudengau. malownicza około 30-kilometrowa dolina i przełom, w którym Dunaj meandruje między granitowymi skałami, na wielu stromych szczytach można dojrzeć stare zamki albo ich ruiny. Zaraz za nim w Melku znajduje się opactwo benedyktyńskie z biblioteką liczącą około 100 tys. ksiąg, w tym ponad tysiąc średniowiecznych rękopisów. Kolejna jest wpisana na listę UNESCO dolina Wachau z tarasowymi uprawami winorośli. Potem jeszcze kipiące kwiatami miasto ogród Tulln i powoli wjeżdżamy do Wiednia.

6 WŁOCHY: GÓRY ŁATWE I TRUDNIEJSZE

Łatwe trasy z widokami na Alpy i trudniejsze górskie, dziewięć godzin samochodem od granicy z Polską. Włoski region Trentino kojarzy się przede wszystkim z wysokimi górami, jest w nim jednak też 400 km dobrze utrzymanych ścieżek rowerowych. Niezbyt trudnych, wytyczonych przez doliny i winnice, alpejskie przełęcze – raczej jako odległe widoki. Większość jest pomyślana na krótkie, jednodniowe wycieczki. Kilka łatwiejszych propozycji: uważana za jedną z najpiękniejszych w Europie trasa Valsugana (to nazwa doliny) – wzdłuż jeziora Lago di Caldonazzo i dalej doliną rzeki Brenta. Prowadzi lekko w dół, częściowo osobnymi drogami rowerowymi, częściowo bocznymi drogami z małym ruchem, nadaje się także dla dzieci. Ładne widokowo są także drogi wzdłuż rzeki Sarca (25 km) z Torbole nad jeziorem Garda; przez pastwiska w dolinie Val di Fassa (48 km); wzdłuż rzeki Noce w dolinie Val di Sole (35 km).

Największą atrakcją regionu, choć z zupełnie innej bajki, jest Dolomiti Paganella Bike, czyli bike park i 400-kilometrowa sieć tras MTB w trzech strefach połączonych trasami i dziewięcioma wyciągami (na poruszanie się nimi wystarczy jeden nie ski-, ale bikepass). Są tu także schroniska z miejscami na rowery, szkółki i wypożyczalnie rowerów MTB. Trzy strefy nazywają się tak jak miejscowości, przy których się znajdują: Molveno, Andalo i Fai Della Paganella. Największa jest strefa Andalo, trasy w Molveno zapewniają najpiękniejsze panoramiczne widoki, zaś te w Fai della Paganella są najbardziej wymagające – za zwietrzałymi skałami, głazami, dużymi wystającymi korzeniami.

Można jednak znaleźć też coś spokojniejszego, nawet na rodzinne wycieczki z przyczepką. To np. 30-kilometrowa trasa 782 z Andalo z widokami na pasmo Brenta i jezioro Garda. W tym roku sezon zaczyna się: od 4 kwietnia – częściowo w Molveno, od 23 maja – codziennie we wszystkich parkach.

▶ **Gondolki, którymi zimą jeżdżą narciarze, wiosną i latem służą w Dolomitach rowerzystom**

FOT. LUKAS KNOPF / TRENTINO MARKETING

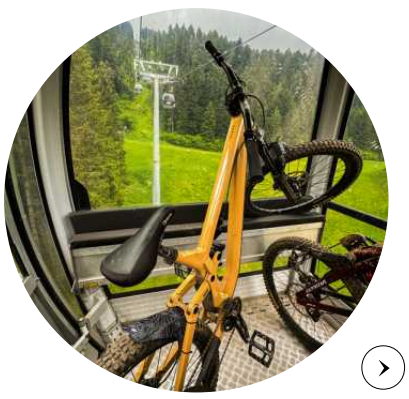
7 ESTONIA: PRZEZ KRAINĘ TYSIĘCY WYSP

Międzynarodowy szlak Euro Velo 10 znany też jako Velo Baltica to prawie 9 tys. km dookoła Morza Bałtyckiego – od Kopenhagi po Petersburg i północny koniuszek Zatoki Botnickiej. Fragment wzdłuż polskiego wybrzeża ma ok. 600 km. Tym razem proponuję jednak wybrać się na wschód – do Estonii. Przewóz rowerów możliwy jest na niektórych kursach autobusu Flixbus, od niedawna funkcjonuje też połączenie kolejowe z przesiadkami przez Suwałki, Wilno, Rygę i Tartu do Tallina, które daje dostęp również do łotewskiego i litewskiego fragmentów Velo Baltiki.

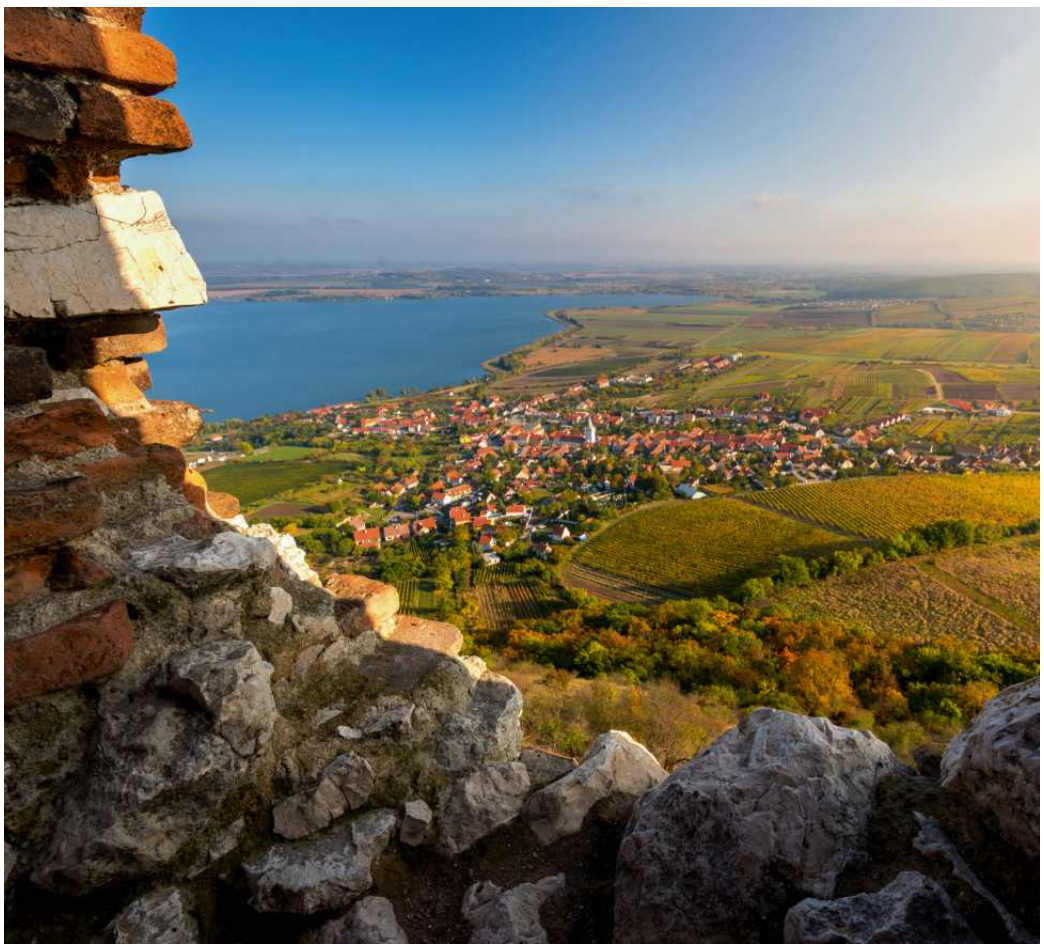
Estonia na aktywny wyjazd jest genialna. Jest w niej dużo bezpłatnych kempingów i miejsc postojowych, drogi są gładkie i szerokie, nawet na fragmentach samochodowych ruch jest nieduży, a kierowcy bardzo uważają na rowerzystów. Płaska jak deska (najwyższe wzniesienie ma 318 m n.p.m.), nieco monotonna, porośnięta morzem trzcin na zmianę z gęstym lasem; czasem się człowiek rozpędzi i ani zauważy, że to koniec zaplanowanego etapu.

Na trasie znajdują się trzy większe miasta: Parnawa, najważniejszy kurort w kraju z ładnymi plażami; historyczne Haapsalu z charakterystycznym peronem pod drewnianym zadaszeniem na końcu linii łączącej je z Petersburgiem, bo było ulubionym letniskiem rodziny carskiej i położony nad Zatoką Fińską Tallin z jedną z najlepiej zachowanych średniowiecznych starówek w Europie. Dalej trasa wiedzie przez znany z torfowisk Park Narodowy Lahemaa do Narwy i granicy rosyjskiej.

Estońskie wybrzeże jest wyraźnie inne od polskiego: żwirowe, błotniste, z wodorostami w płytkich zatokach. Jego dużą część stanowią wyspy, których jest aż 2 tysiące. Oczywiście większość niezamieszkała, ale na kilka można zajechać. Największe to znane, wystarczające na osobny wyjazd: Hiuma, Sarema i Muhu. Oprócz nich warto popłynąć na Kihnu z ostatnim w Europie matriarchatem i paniami w pasiastych spódnicach zasuwających na motorach z przyczepkami; dla rowerzystów to raj, bo niemiejscowym nie wolno tu wwozić samochodów. Z Haapsalu pływa prom na Vormsi z największym na świecie skupiskiem krzyży słonecznych, Tallin w sezonie ma połączenia z wysiedloną po wojnie, zdziczałą Naissaar, niedużą Aegną oraz Prangli – jedyną wśród nich zamieszkałą.



2026-04-18 OA3RP.indd 11 09.04.2026 11:49:16
eprasa.pl eddb2a5eb2



▲ **Morawy. Stare zamki, zielone pola i winnice**
FOT. ADOBE STOCK

8 DANIA: WZDŁUŻ ZACHODNIEGO WYBRZEŻA

Duńska droga rowerowa nr 1, Vestkystruten (trasa zachodniego wybrzeża) jest częścią Euro Velo 12, czyli szlaku Morza Północnego. To łatwe, płaskie i świetnie utrzymane 564 km z niemiecko-duńskiej granicy w Rudbøl w południowej Jutlandii do Skagen, czyli najbardziej wysuniętego na północ punktu Danii. W Danii jako jedynym kraju nordyckim nie obowiązuje tzw. prawo wszystkich ludzi pozwalające m.in. biwakować na dziko, ale przy szlakach pieszych i rowerowych znajduje się wiele schronów, w których można spędzić noc. Najczęściej to półotwarte wiaty.

Podzielona na 11 etapów trasa została wytyczona wzdłuż wybrzeża, z widokiem na plaże, wrzosowiska, mokradła i unikalne, wpisane na listę UNESCO płytkie Morze Wattowe. Zaczyna się na wysokości niemieckiej wyspy Sylt połączonej z lądem groblą kolejową i prowadzi wiejskimi drogami do grobli Rømø łączącej z lądem duńską wyspę o tej nazwie. Kolejne atrakcje: najstarsze duńskie miasto Ribe, port Esbjerg z promem na wyspę Fanø, punkty widokowe, klify i 64-metrowa, jedna z najwyższych w Danii wydma Blåbjerg. W okolicy są piękne szerokie plaże.

Na kolejnym odcinku, po krótkiej przeprawie promem, są: Park Narodowy Thy z dwoma głębokim jeziorami i klif Rubjerg z potężną zabytkową latarnią morską: pierwotnie stała 200 metrów od morza, ale ponieważ klif erodował, a na ląd wdzierało się coraz więcej piasku oszacowano, że się zawali. Zanim do tego doszło została przeniesiona 70 metrów w głąb lądu. Hirtshals znany jest przede wszystkim jako port wyjściowy promu na Wyspy Owcze i Islandię. Warto tu zajść do olbrzymiego Oceanarium Morza Północnego. Najbardziej oryginalny żyjący w nim gatunek to samogłów – spłaszczona ryba wyglądająca jak sama głowa, dorastająca do trzech metrów. Jeszcze kawałek i oto jest Skagen z wydmami i kościołem św. Wawrzyńca pod piaskiem. Zbudowany w XIV w. jako jeden z największych w kraju 200 lat później zaczął poddawać się wydmie, aż pod koniec XVIII w. ze względów bezpieczeństwa został zamknięty. Dziś nad piasek wystaje tylko wieża.

Trasy rowerowe w Danii – ruter.dk.

9 SZWECJA: PRZEZ WYSPY GOTLANDIA I FÅRÖ

Rowerowy Bornholm znają już wszyscy, z bałtyckich wysp proponuję więc Gotlandię. Można tam dopłynąć promem z Gdańska przez port Nynäshamn pod Sztokholmem. Położona na środku Bałtyku wyspa jest miejscem letniego wypoczynku wielu Szwedów. I niemal każdy z nich uważa, że jej prawdziwego uroku można doświadczyć tylko podróżując na dwóch kółkach. Najpopularniejsza trasą jest Gotlandsleden (dookoła wyspy) licząca ok. 400-550 km w zależności od tego, czy się objedzie też południową, wąską i długą część. Jest bardzo dużo możliwości odbicia i skoków w bok, linia brzegowa wyspy liczy aż 800 km, a rowerem bardzo bezpiecznie jedzie się nawet dużymi drogami. Wiosną część kempingów jest jeszcze zamknięta, ale to Skandynawia, rozbić można się właściwie wszędzie – na klifach z widokiem, plaży, pod starym wiatrakiem albo oddaloną latarnią morską. Na trasie znajduje się dużo ciekawych miejsc: od stołecznego Visby ze średniowiecznym centrum otoczonym ogromnym murem, przez samotne kościoły – mieszkańcy bogatej, położonej na skrzyżowaniu szlaków handlowych Gotlandii ufundowali ich aż 93 po fiskeläge, czyli wsie rybackie i wikińskie kurhany.

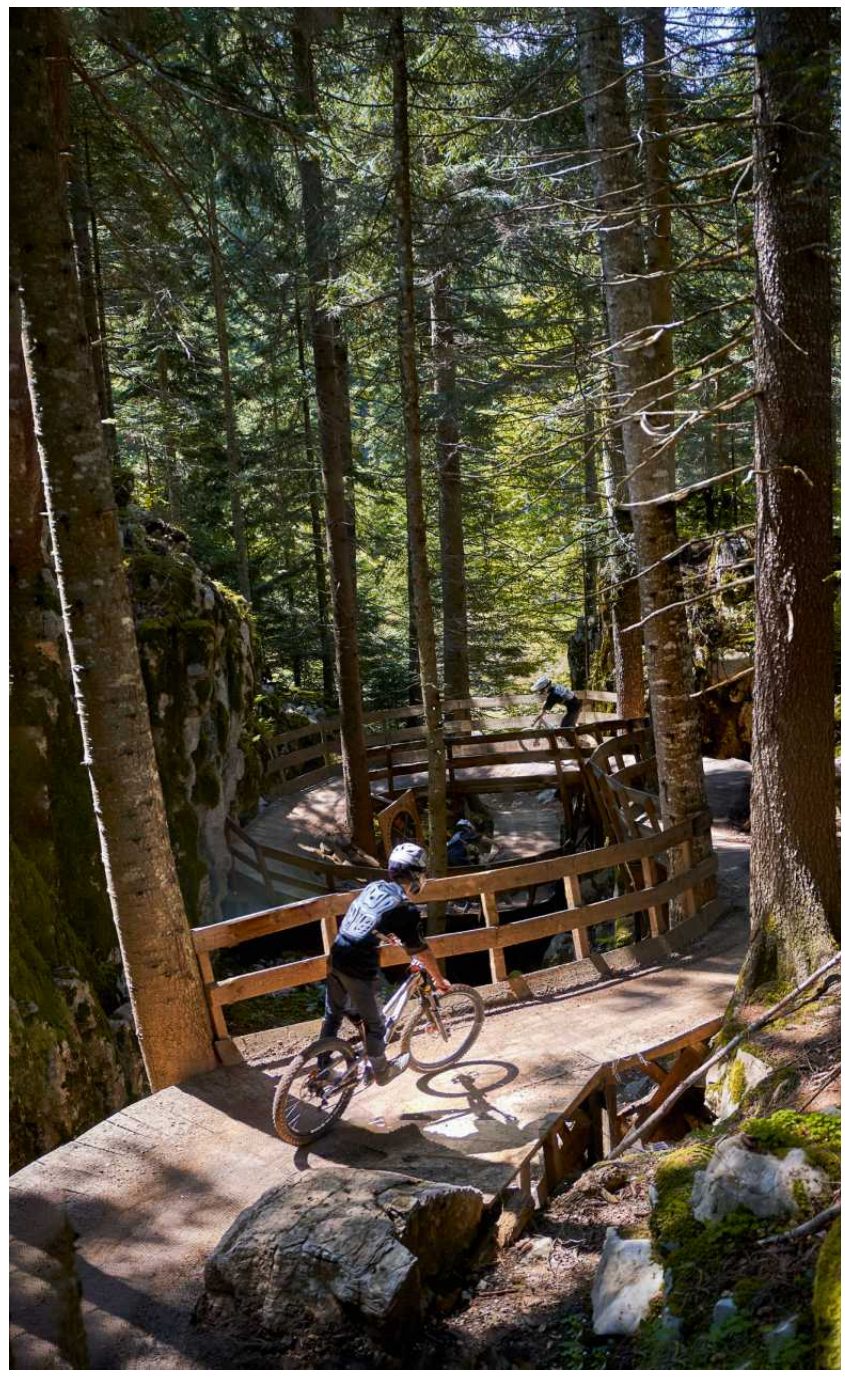
W sześć minut można się dostać promem przez cieśninę na bardziej dziką wysepkę Fårö, którą zauroczył się i zamieszkał reżyser Ingmar Bergman. Znajdują się na niej najpiękniejsze raukary, czyli ostańce wapienne w najdziwniejszych kształtach.

10 FINLANDIA: ARCHIPELAG ALANDZKI Z PROMEM NA ŻĄDANIE

Z portów w Sztokholmie można się szybko dostać na Fasta Åland, czyli główną wyspę archipelagu alandzkiego. To właśnie ją odwiedza większość turystów opowiadających potem, że „byli na Alandach". Jej atrakcje to: stolica Marienhamn/Maarianhamina (nazwy szwedzka i fińska), czyli jedyne miasto w archipelagu, nazwane przez jej założyciela cara Aleksandra II na cześć żony Marii Aleksandrowny; statek-muzeum Pommern, niegdyś największy handlowy żaglowiec świata; ruiny potężnej twierdzy Bomarsund; cmentarzyska z czasów Wikingów. I przede wszystkim przyroda: różowo-czerwone skały, gęste lasy, dostęp do morza. Płasko, bezpiecznie, dużo kempingów i wiat – dla rowerzystów idealnie. Jednak jeszcze większą atrakcją będą dla nich inne wyspy w archipelagu. Łącznie jest ich 6700 – oczywiście tylko część ogólnie dostępnych i zamieszkałych, do tego dochodzi 20 tys. skał i szkierów. Dostęp na nie zapewnia sieć promowa podzielona na trzy główne trasy: północną, południową i poprzeczną, płaci się tylko za bilet na pierwszej przystani (kilka euro) danej linii. A potem jedzie – wyspą, groblą, na statku przez cieśninę. Warto popłynąć na wyspę Kókar (czytaj: czekar) najbardziej południową w archipelagu, oddaloną 2,5 godziny od Fasta Åland i tyle samo od archipelagu Turku. Położona na otwartym Bałtyku zdecydowanie różni się od pozostałych: jest skalista, porośnięta krzewami, bardziej surowa.

Alandy formalnie są terytorium autonomicznym Finlandii, kulturowo i językowo bliżej im do Szwecji. Wypad na nie można połączyć z sąsiednim fińskim archipelagiem Turku. W sezonie (w tym roku od 8 maja do 13 września) działa sieć bezpłatnych dla pieszych i rowerzystów promów pozwalających zatoczyć po nim pętlę o długości 120 albo 250 km. Te wyspy są jeszcze bardziej odosobnione, ale trudniejsze – skaliste, ze stromymi podjazdami.

Promy: wyspy alandzkie: alandstrafiken.ax, szlak archipelagu Turku – visitparainen.fi. ●



▶ **Dolomiti Paganella Bike, czyli bike park i 400-kilometrowa sieć tras MTB**
FOT. ALESSANDRO POLLA / TRENTINO MARKETING

1 RP

eprasa.pl eddb2a5eb2

Cieszyć się latem w tyrolskiej dolinie Zillertal

©Zillertal Tourismus/Thomas Pfister

Niezliczone trzytysięczniki, zielone lasy i strome skały kształtują krajobraz regionu Zillertal. Na pierwszy rzut oka widać: Miłośnicy wędrówek, rowerzyści i alpiniści znajdą tu coś dla siebie. Ci, którzy poświęcą czas, aby lepiej poznać dolinę Zillertal, odkryją również gościnność, relaks i prawdziwą przyjemność.

Wędrówki, jazda na rowerze i szczęście rodzinne

Zillertal to idealne miejsce dla aktywnych. Wysokogórskie warunki zapewniają doskonałą scenerię dla rowerzystów, wędrowców, wspinaczy i biegaczy szlakowych. Na 1300 km tras rowerowych można znaleźć zarówno spokojne, jak i pełne akcji wycieczki dla rowerów szosowych, górskich i elektrycznych. **Imponująca przyroda** i **rozległa sieć tras** w Zillertal rozpalają serca miłośników kolarstwa. Opcje pieszych wędrówek obejmują zarówno łatwe spacery po szerokiej dolinie, jak i bardziej wymagające wyprawy w romantyczne boczne doliny oraz najdzikse zakątki wysokogórskiego parku przyrody Alp Zillertalskich. Na ponad 1400 km szlaków każdy znajdzie coś dla siebie. Dla miłośników wspinaczki dostępne są atrakcyjne technicznie miejsca do wspinaczki, obszary boulderowe, via ferraty oraz dwie hale wspinaczkowe w dolinie. Ponadto, w Uderns znajduje się pole golfowe z 18 dołkami (Par 72), jedno z „Leading Golf Courses of Austria", które można grać od marca do listopada.

Ponadto na najpiękniejszych miejscach znajduje się 51 placów zabaw przygodowych, ponad 30 orzeźwiających wodnych atrakcji oraz 32 ekscytujące ścieżki tematyczne i edukacyjne, które oferują fascynującą mieszankę przygody, przyjemności i relaksu dla młodszych i starszych. Letnie przeżycia pełne czystej radości życia – gwarantowane! Przede wszystkim liczą się urozmaicenie i dobra zabawa dla całej rodziny.

© Zillertal Tourismus/Tom Klocker

Tutaj wakacje stają się przyjemnością

Ponad 150 górskich schronisk w Zillertal zaprasza do odpoczynku i delektowania się lokalnymi przysmakami. Schroniska i gospody tej okolicy czerpią z długiej tradycji. Z wielką pasją serwują typowe dania. Niezależnie od tego, czy jest to obfity tyrolski Gröstl, pikantna przekąska na desce Brettljause czy słodki Kaiserschmarrn – tutaj można posmakować autentyczności regionu. Kuchnia Zillertalska skupia się na regionalnych produktach wysokiej jakości oraz świeżych składnikach, spełniając jednocześnie potrzeby tych, którzy szukają autentyczności i zgodności z duchem czasu.

© Zillertal Tourismus/Kevin Ilse

Doświadczyć ochrony przyrody

Wysokogórski Park Przyrody Alpy Zillertalskie obejmuje 40% doliny i rozciąga się od 1000 do 3509 m n.p.m. Tutaj wędrowcy spotykają imponującą różnorodność gatunków, w tym koziorożce alpejskie, świstaki i rzadkie ptaki. Od maja do października dostępny jest urozmaicony program letni z ponad 200 wycieczkami z przewodnikiem. Na ziołowych wędrówkach lub podczas wypraw po lodowcu lato w Zillertal zamienia się w niezapomniane doświadczenie.

Zillertal to idealne miejsce, by uciec od codzienności i cieszyć się naturą w całej jej okazałości. Dzięki bogatej ofercie aktywności i zapierającym dech w piersiach krajobrazom Zillertal jest ekscytującym celem dla rodzin i miłośników natury. Odkryj lato w tyrolskiej dolinie Zillertal.

Więcej informacji na https://sommer.zillertal.at/pl/

Zillertal

eprasa.pl eddb2a5eb2

Po dłuższej przerwie zacznij się ruszać z głową

Słońce i ciepło kuszą do aktywności

„Już 10–20 minut spaceru poprawia nastrój”. Zapytaliśmy ekspertów, co robić, żeby wejść wiosną w aktywność spokojnie i nie zrobić sobie krzywdy.

Sławomir Szymański

• **Już 10–20 minut spaceru poprawia nastrój, a najlepsze efekty daje spacer wśród zieleni** FOT. ADOBE STOCK

„W zdrowym ciele zdrowy duch” – to brzmi jak oczywistość.

– Problem w tym, że to tylko częściowa prawda. Powiedzenie to upraszcza złożoną relację między ciałem a psychiką. Zdrowie fizyczne sprzyja dobrostanowi psychicznemu, ale go nie gwarantuje. Na kondycję psychiczną wpływają także emocje, doświadczenia, środowisko, relacje społeczne czy uwarunkowania biologiczne – zaznacza dr Ewelina Cichoń, psycholożka z Uniwersytetu DSW Ideis.

Jak mówi, wiadomo jednak, że regularna aktywność fizyczna ma dobrze udokumentowany wpływ na zdrowie psychiczne: – Zmniejsza objawy depresji i lęku, poprawia nastrój oraz wspiera regulację układu nerwowego. Obniża też poziom kortyzolu, czyli hormonu stresu, zwiększając odporność na napięcie. Wysiłek fizyczny zwiększa poziom takich neuroprzekaźników jak dopamina, serotonina i endorfiny, co częściowo przypomina działanie niektórych leków przeciwdepresyjnych, ale jest od nich słabsze. Dlatego ruch może wspierać profilaktykę i leczenie, łagodzić objawy depresji, ale nie jest samodzielną metodą terapii – opowiada.

Podkreśla, że ruch oddziałuje także na strukturę mózgu. Na czym to polega?

– Aktywność fizyczna jest szczególnie ważna dla pamięci, uczenia się oraz ochrony przed starzeniem mózgu. Wspiera proces neurogenezy, czyli powstawania nowych neuronów, m.in. poprzez zwiększenie poziomu białka BDNF. Badania Freda Gage’a z Salk Institute for Biological Studies pokazały, że aktywność fizyczna sprzyja tworzeniu nowych komórek nerwowych. Z kolei zespół Kirk’a Erickson’a wykazał, że roczny trening aerobowy może zwiększyć objętość hipokampa o około 2 proc., co wiąże się z poprawą pamięci – wylicza.

Co ważne, nie wymaga to ekstremalnego wysiłku – już zwykły spacer robi różnicę.

– Badania pokazują, że już 10–20 minut spaceru poprawia nastrój „tu i teraz”, a szczególnie dobre efekty daje spacer wśród zieleni. Regularne spacery, np. 30 min dziennie, obniżają poziom stresu i napięcia. Kluczowa okazuje się regularność, a nie intensywność. Zgodnie z rekomendacjami World Health Organization optymalny poziom to około 150 minut umiarkowanej lub 75 intensywnej aktywności tygodniowo – mówi psycholożka.

W praktyce oznacza to, że nawet niewielka dawka ruchu ma znaczenie.

– Istotne jest dopasowanie intensywności do aktualnego stanu. Przy obniżonym nastroju spacer może być realistyczny, natomiast „20 basenów” – niekoniecznie. Presja „20 basenów” działa odwrotnie: zniechęca, obniża motywację i zamienia ruch w nieosiągalny wyczyn, wpędzając w poczucie winy i porażki. Największą korzyść przynosi nie spektakularny wysiłek, lecz ruch, który jesteśmy w stanie powtarzać – podsumowuje dr Cichoń.

Zawsze najpierw rozgrzewka

Pytam eksperta, jak się przygotować do rekreacyjnych aktywności ruchowych – takich jak jazda na rowerze, bieganie, górskie wędrówki czy nordic walking. Słyszę, że zawsze rozpoczynać od rozgrzewki, o czym nie wszyscy pamiętają.

– Jest to zasada powszechnie znana, lecz często bagatelizowana, szczególnie przez osoby, które traktują ruch wyłącznie jako przyjemny dodatek – zauważa dr Rafał Wołek z Katedry Rekreacji i Turystyki Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu.

Tymczasem, jak mówi, po 40. czy 50. roku życia organizm reaguje na wysiłek nieco inaczej niż w młodości: – Spada naturalna elastyczność mięśni i ścięgien, stawy potrzebują więcej czasu, by „wejść w ruch”, a układ krążenia wolniej dostosowuje się do zwiększonego zapotrzebowania na tlen. Właśnie dlatego rozgrzewka staje się koniecznością, która pozwala ćwiczyć bezpiecznie, a przy tym czerpać z aktywności przyjemność – opowiada.

Wyjaśnia, że celem rozgrzewki jest podniesienie temperatury ciała, co przekłada się na zwiększony przepływ krwi. Dzięki temu mięśnie otrzymują więcej energii niezbędnej do pracy, a organizm sprawniej usuwa produkty przemiany materii, kierując je do „naturalnej oczyszczalni”, jaką są m.in. nerki i wątroba. W praktyce oznacza to mniejsze ryzyko kontuzji, ale też większy komfort – ruch staje się bardziej płynny.

– Dobrze jest popatrzeć na nasze mięśnie jak na rozciągliwą gumę, która gdy jest zimna, jest sztywna, ciężko się rozciąga, tak samo zachowują się mięśnie. Jak je rozgrzejemy, to zaczynają lepiej się rozciągać. Warto dodać, że wraz z wiekiem ta „guma” traci nieco swojej pierwotnej elastyczności, dlatego tym bardziej potrzebuje czasu, by odzyskać odpowiednią sprężystość. Zbyt gwałtowne wejście w intensywny ruch może skończyć się naciągnięciem mięśnia, bólem stawu lub przeciążeniem, które wykluczy nas z aktywności na dłużej – tłumaczy ekspert.

Radzi, żeby rozgrzewkę najlepiej rozpocząć od ruchów o umiarkowanej intensywności, dostosowanych do aktualnej kondycji: – Może to być energiczny marsz, lekki truchtu lub spokojna jazda na rowerze na niskich przełożeniach, czyli przy mniejszym oporze. W trakcie truchtu możemy dołączyć pracę ramion, krążenia w przód, tył, oburącz, naprzemianstronnie, wymachy ramion w górę i w dół, po skosie. Biegnąc, można wykonywać podskoki, jakbyśmy chcieli np. dosięgnąć słońca. Po truchcie można przejść do marszu z wymachami nóg do przodu, marszu z wypadami-dużymi krokami. Kolejnym elementem są skłony: stojąc w miejscu, w rozkroku, róbmy skłony do prawej i lewej nogi – wylicza.

Co dalej? – Dopiero po tych elementach przechodzimy do ćwiczeń rozciągających, które powinniśmy wykonywać powoli, nie dochodząc do granicy bólu, tylko żeby sprawiało nam to przyjemność. W mięśniach są receptory-czujniki, które mają za zadanie napiąć mięśnie. Gdy ruch jest zbyt gwałtowny, to może być to niebezpieczne dla organizmu, więc trzeba temu przeciwdziałać. Dla porównania, jest to podobne do hamowania awaryjnego w nowoczesnych samochodach. Jeżeli jedziemy wolno, to układ tylko pilnuje jazdy, natomiast jak zwiększamy prędkość, to w sytuacji zagrożenia reaguje i zaczyna hamować. Zasada przy rozciąganiu jest taka, że dobrze jest ten sam ruch powtórzyć minimum dwa, a najlepiej trzy razy, gdyż pierwsze wykonanie, to jest taki sygnał, dla mięśni i naszego mózgu, że będzie się „coś działo”, natomiast drugie i trzecie powtórzenie to jest właściwe rozciąganie – opowiada dr Wołek.

I podsumowuje: – Rozpoczęcie ćwiczeń bez rozgrzewki w większości wypadków nie musi kończyć się źle, czyli jakąś kontuzją czy dolegliwością, ale lepiej dmuchać na zimne, czyli w tym przypadku pamiętać o rozgrzewce.

Lepiej ruszać się regularnie

Ręka do góry, kto w ogóle ruszał się zimą? Wielu z nas zimno czy wilgoć skutecznie odstraszają od aktywności. Kto np. nie jeździ lub nie biega na nartach, może nie znaleźć motywacji do wyjścia z domu. A zima jest długa...

– Wiosna dla wielu osób jest naturalnym momentem powrotu do ruchu – pojawia się więcej światła, energii i motywacji, żeby znów zadbać o kondycję. Warto jednak pamiętać, że po zimie organizm zwykle potrzebuje czasu, by bezpiecznie wejść w większy wysiłek. Najczęstszym błędem jest próba nadrobienia kilku miesięcy mniejszej aktywności w bardzo krótkim czasie – mówi Sebastian Rzeźnik, trener personalny Xtreme Fitness Gyms ze specjalizacją w treningu medycznym.

Zaznacza, że w większości przypadków prowadzi to do niepotrzebnego przeciążenia układu nerwowego i mięśniowo-szkieletowego, co może prowadzić do niepotrzebnych kontuzji. Co zrobić, żeby tego uniknąć?

– Zdecydowanie lepiej postawić na regularność, stopniowe zwiększanie intensywności – a przede wszystkim trening dopasowany do własnych możliwości – podkreśla.

Ważne, żebyśmy wiedzieli, czego właściwie chcemy.

– Jeśli planujemy w cieplejszych miesiącach bardziej wymagające aktywności – górskie wędrówki, dłuższe trasy rowerowe czy intensywny wypoczynek – warto potraktować wiosnę jako etap przygotowania organizmu do większego wysiłku. W praktyce oznacza to m.in. pracę nad wydolnością, wzmocnienie nóg i tułowia, poprawę mobilności oraz stabilizacji. Choć brzmi to skomplikowanie, wszystkie te elementy są ze sobą ściśle powiązane. Dobrym miejscem do takiego przygotowania są kluby fitness, które pozwalają ćwiczyć w kontrolowanych warunkach i stopniowo budować formę – opowiada Sebastian Rzeźnik.

Dodaje, że osoby, które nie miały wcześniej zaplanowanej ścieżki powrotu do aktywności fizycznej, mogą skorzystać z pomocy trenera personalnego: – Jest to ambasador aktywnego stylu życia, który zaproponuje odpowiedni dobór ćwiczeń, tempo czy poziom obciążeń, ale również dopasuje cały plan do indywidualnych predyspozycji i aktualnej formy. Oprócz treningów personalnych warto również rozważyć zajęcia grupowe – tworzą się tam społeczności, które potrafią motywować i wspierać wzajemnie w dążeniu do regularnej aktywności – radzi.

Jak mówi, wiosenny powrót do treningu warto traktować nie jak krótki zryw, ale jak spokojnie budowany proces, który ma przygotować nas do aktywnego lata i po prostu lepszego samopoczucia na co dzień.

Wiek to żadna wymówka

Na koniec fragment motywacyjny, pokazujący że ruch jest dla każdego, niezależnie od wieku.

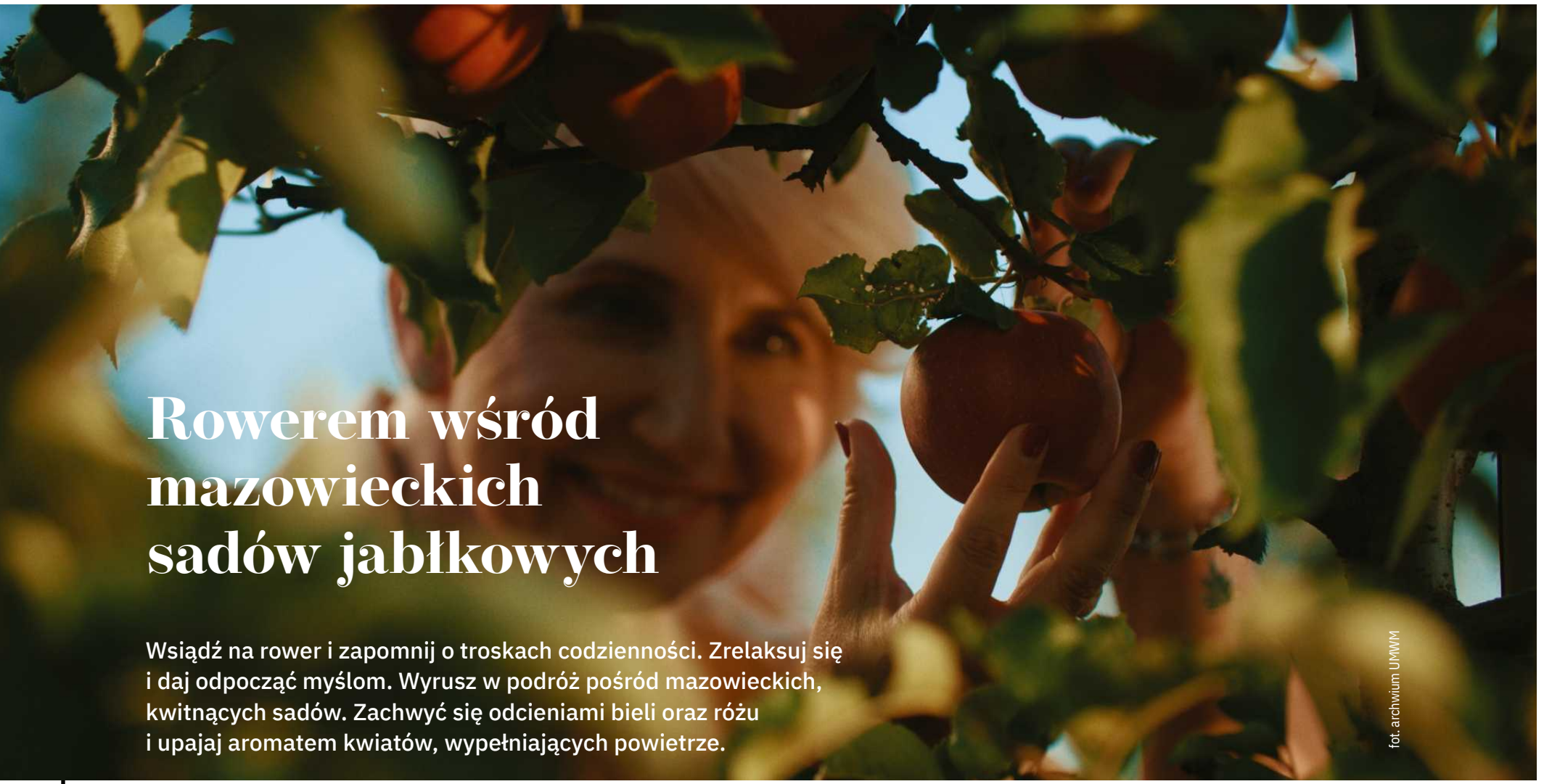
– Rano o godz. 7 idę na 20-minutowy spacer, wracam i robię ćwiczenia rozciągające, jogę, tańczę. Chodzę też do klubu seniora, gdzie można skorzystać z urządzeń treningowych takich jak rowerek, bieżnie, profesjonalny orbitrek, ćwiczenia rozciągające na gumach, piłkach – opowiada Danuta Kubiak, przewodnicząca rady seniorów w Czarnem w województwie pomorskim.

Ma też stałą ekipę, z którą cztery razy w tygodniu uprawia nordic walking – wieczorami robią w ten sposób 10 km, a poza tym morsują w pobliskiej rzece przez cały rok: – Mało kto patrzy w niebo i podziwia piękny księżyc, konstelacje gwiezdne, różne zjawiska, a my to znany i podziwiamy – podkreśla.

Jedną z najstarszych osób we wspomnianym klubie jest pan Kazimierz, który ma 94 lata i różne przyrządy do treningu: – Dzięki codziennemu wysiłkowi jest sprawny, mieszka sam i nie musi korzystać z pomocy dzieci – dodaje pani Danuta.

A jeśli ktoś dotąd aktywny nie był, to od czego jej zdaniem zacząć? – Polubić krótkie spacery – radzi. ● 1 RP

eprasa.pl eddb2a5eb2



Rowerem wśród mazowieckich sadów jabłkowych

Wsiądź na rower i zapomnij o troskach codzienności. Zrelaksuj się i daj odpocząć myślom. Wyrusz w podróż pośród mazowieckich, kwitnących sadów. Zachwyć się odcieniami bieli oraz różu i upajaj aromatem kwiatów, wypełniających powietrze.

fot. archwium UMWM

Największy sad Europy – tak zwykło się mówić o okolicach Grójca i Warki na południu Mazowsza. Nie bez powodu – to tu bije jabłkowe serce Polski. Grójeckie sady dostarczają około 40 proc. polskiej produkcji jabłek. Tradycje sadownicze na tym terenie sięgają przeszło 500 lat. W XVI wieku królowa Bona otrzymała w tej części kraju ogromne połacie ziemi i przeznaczyła je na królewską plantację drzew owocowych, w szczególności jabłoni. Przez kolejne stulecia jabłka z okolic Warki i Grójca lądowały nie tylko na polskich stołach, ale zasłynęły na całym kontynencie – Polska jest największym producentem tych owoców w Unii Europejskiej oraz czwartym na świecie.

Wiosną w okolicach Grójca i Warki można podziwiać wspaniały spektakl natury. Jabłonie, jak za dotknięciem różdżki, pokrywają się białymi i różowymi kwiatami, a powietrze wypełnia słodki zapach. To idealny moment, by wsiąść na rower i jechać, podziwiając to, co namalowała natura. Rower w tym okresie staje się czymś więcej niż tylko środkiem transportu – to sposób, by zwolnić tempo, nacieszyć oczy wiosennym urokiem i poczuć lekki wiatr na twarzy.

Szlakiem Jabłkowym

Warto wtedy ruszyć Szlakiem Jabłkowym. Powstał z inicjatywy Stowarzyszenia W.A.R.K.A. Na jego trasie zlokalizowane są aż 22 punkty, które pozwalają zatrzymać się na chwilę, poznać tradycję sadowniczą regionu, zobaczyć, jak powstają lokalne produkty z jabłek oraz spędzić czas aktywnie, odkrywając uroki mazowieckich sadów.

Przemierzanie Szlaku Jabłkowego to świetna okazja do rodzinnego zwiedzania. Na trasie znajduje się Zamek Książąt Mazowieckich w Czersku. Zbudowany w XIV wieku z inicjatywy księcia Janusza I Starszego, choć w ciągu wieków mocno zniszczony, zachował majestat gotyckiej architektury. Oferuje wspaniałe widoki na pradolinę Wisły. Kolejny punkt do zwiedzenia to Muzeum im. Kazimierza Pułaskiego, położone w zabytkowym zespole pałacowo-parkowym w Winiarach. Zgromadzono tu zabytki i pamiątki związane z postacią Kazimierza Pułaskiego oraz innych wielkich Polaków, którzy emigrowali do USA.

Dary sadu

Na trasie czeka mnóstwo przystanków, które zachęcają do degustacji darów sadu w najróżniejszych odsłonach. Jednym z nich jest Pałac Mała Wieś – osiemnastowieczna perełka architektury, gdzie Restauracja Stara Wozownia po mistrzowsku przywraca do łask dawne receptury. Jej popisowym specjałem jest barszcz z grójeckich jabłek, podawany z prażoną cebulką oraz unikalnym pudrem z suszonych liści jabłoni. Równie ciekawie prezentuje się oferta restauracji Fum w Warce, gdzie gwiazdą menu jest kaczka nadziewana lokalnymi jabłkami. Podobnych punktów, w których jabłko króluje zarówno w wersji wytrawnej, jak i na słodko, znajdziecie na trasie znacznie więcej, a ich pełną listę udostępnia serwis szlakjablkowy.eu. Podczas wyprawy nie sposób pominąć tutejszej szarlotki – to absolutny klasyk i kulinarny symbol regionu. Zazwyczaj serwuje się ją na ciepło, kusząc aromatem cynamonu oraz dodatkiem puszystej bitej śmietany lub rzemieślniczych lodów. Dopełnieniem tej podróży smaków będzie wizyta w Browarku na lokalnym piwie oraz w Naszej Tłoczni w Konarach, słynącej z wyśmienitych, naturalnych soków.

Zamek w Czersku , fot. archwium MROT

Ponad 14-kilometrowa pętla

O najważniejsze zabytki Warki i bezkresne sady zahacza szlak rowerowy Warka-Warka. To trasa oznaczona jako zielona. Mierzy łącznie 14,2 kilometry, a znaczna jej większość przebiega zielonymi terenami na północ od miasta. Wycieczka rozpoczyna się w samym centrum Warki, u zbiegu ul. Senatorskiej i ul. Warszawskiej. Jadąc przez ulice: Wysockiego, Pasaż Pileckiego, Polną, Nowakowskiego, Grójecką, Kolejową, Gośniewską, Kopelewskiej, Parkową, Ogrodową, Nadpiliczną, Mostową, Senatorską i plac Czarneckiego, wykonuje się pętle, wracając do miejsca startu.

Warka - widok na plażę z lotu ptaka, fot. archwium UMWM G. Gerek

Nieco bardziej wymagający, obejmujący z kolei sady grójeckie, jest Szlak Główny Krainy Jeziorki. Trasa mierzy aż 80 kilometrów. Charakteryzuje ją urozmaicona nawierzchnia, odpowiednia na rower trekkingowy lub górski, choć jest sporo odcinków asfaltowych, nadających się na rower szosowy. Wycieczka rozpoczyna się w Osuchowie, w powiecie żyrardowskim, i wiedzie przez Przęsławice w powiecie grójeckim, Konstancin Jeziorną do Obórek. Na początkowym etapie w krajobrazie dominują lasy, pola i sady, sporo jest też rozlewisk, oczek wodnych i stawów.

Wycieczkę w mazowieckich sadach można dopasować terminem do odbywających się imprez kulturalnych. W maju w Grójcu można trafić na Święto Kwitnących Jabłoni. Ale choć sady najpiękniej wyglądają gdy zakwitają, to ruszyć ich śladem warto także latem, gdy dojrzałe jabłka lśnią już w słońcu. Niezależnie od terminu, pewne jest, że okolice zachwycą swoim spokojem, malowniczym krajobrazem i niepowtarzalnym urokiem. Jazda rowerem w takim otoczeniu zrelaksuje i pozwoli oderwać się od codziennego pośpiechu.

Mazowsze. serce Polski

Materiał sfinansowano z budżetu Województwa Mazowieckiego

eprasa.pl eddb2a5eb2

Wędrówki nieoczywiste

Na piechotę po równinach i górach

Dziesięć pomysłów na wiosenne wypady piesze w miejsca piękne i kojące pozimowe smutki.

Marzena Filipczak

Nie ma nic fajniejszego niż pochodzić i pobyć blisko natury. Od lat spędzam tak większość wyjazdów. Chciałabym zachęcić do podobnych i pokazać, że nie musi to być sport ekstremalny. Wiele z opisanych tras i miejsc niekoniecznie kojarzy się z wędrówkami. A warto się tam na nie wybrać, bo pozwalają zobaczyć ich inne oblicze.

Wszystkie propozycje są łatwo dostępne z Polski, mniej lub bardziej wymagające technicznie, nie trzeba mieć szczególnych umiejętności. Długodystansowe trasy można modyfikować i skracać do wybranych etapów albo łączyć je z innymi.

1 MADERA: UNIKALNE TRASY WZDŁUŻ DAWNYCH KANAŁÓW

Dwie dekady temu, gdy byłam na Maderze po raz pierwszy, wiele osób kręciło nosem: no, a gdzie plaże? Faktycznie, właściwie ich tam nie ma. Wyspa położona 600 km od wybrzeży Afryki i 1000 od Portugalii to stożek jednego z najwyższych podwodnych wulkanów świata. Skalista, prawie bez płaszczyzn, ze stromymi klifami opadającymi do oceanu. Jej wnętrze to wznoszące się na 1,6-1,8 tys. m n.p.m. góry pocięte wąwozami i uskokami, pełne wodospadów oraz zadziwiającej jak na wulkaniczny rodowód przyrody. Madera kipi zielenią przez cały rok, a wiosną jest to zieleń jak z planu Parku Jurajskiego. Gęste wawrzynowe lasy, drzewa korkowe, paprocie wyższe od człowieka, kwiaty wielkości dłoni – strelicje, kamelie, anturium, orchidee, wszechobecne hortensje.

Dziś takie oblicze jest zaletą i nikomu nie trzeba już tłumaczyć, że Madera nie jest miejscem na plażowanie, tylko na aktywny wypoczynek. Ma gęstą sieć szlaków, ale uwaga: przed wyjściem trzeba sprawdzić, czy są otwarte (osuwiska, konserwacja), a w trakcie – nie schodzić ze znakowanych ścieżek, nie robić skrótów, bo przepaści Madery są zdradliwe. Konieczne są solidne buty z przyczepną podeszwą i ubranie na zmienną pogodę.

Najbardziej charakterystyczne, unikatowe na tle świata, szlaki Madery to lewady. Tak naprawdę nazwa ta określa kanały nawadniające plantacje, wędruje się ścieżkami obok zbudowanymi do ich konserwacji, często w tunelach. Nie wszystkie lewady są dostępne. Oprócz nich są klasyczne szlaki górskie i łatwiejsze – poprowadzone dawnymi drogami łączącymi wsie i plantacje.

Najciekawsze, najbardziej malownicze szlaki oznaczone są skrótem PR i kolejnymi cyframi. Największa atrakcja to PR1 łączący dwa najwyższe szczyty wyspy, często tonące w chmurach Pico Ruivo (1861 m n.p.m.) i Pico Areeiro (1817 m n.p.m.). Na przejście potrzeba 3-4 godzin, bywa stromo. Ważnym miejscem na wędrówkowej mapie Madery jest położony na jej zachodzie region Rabaçal, znajdują się tu słynne lewady: Levada das 25 Fontes (PR 6) oraz Levada do Risco (PR 6.1), obie z pięknymi wodospadami.

Na popularnych szlakach bywało ciasno. Żeby chronić wrażliwy ekosystem i zwiększyć komfort wędrowców, od tego roku na trasach PR wprowadzono limity wejść (obowiązują okienka czasowe) i opłaty. Szczegóły: simplifica.madeira.gov.pt

2 MAJORKA I MINORKA: DAWNE DROGI DLA LUDZI I KONI

Baleary, hiszpańskie wyspy na Morzu Śródziemnym, mają połączenia z wieloma polskimi miastami, lot trwa około trzech godzin. Największa i najbardziej oblegana jest Majorka. Chociaż nie do końca: jej północno-zachodnia część, zdefiniowana przez wpisane na listę UNESCO górskie pasmo Serra de Tramuntana, zachowała tradycyjny charakter, jest zdecydowanie mniej „przeturystowiona". To właśnie tu w Majorce zakochał się Fryderyk Chopin. Drogi łączące kiedyś górskie miasteczka i farmy przekształcono w długodystansowy szlak GR221 Ruta de Piedra Seca – 173 km z Port d'Andratx na przylądek Formentor.

Na Balearach wędrować można nawet po imprezowej Ibizie, ale dla mnie prawdziwym odkryciem była pod tym względem Minorka: kameralna, rzadziej odwiedzana, w całości objęta rezerwatem biosfery UNESCO. Za jej największą atrakcję uważa się ogromne kamienne megality sprzed 3 tys. lat. Co najmniej na równi postawiłabym Camí de Cavalls, dosłownie: drogę koni, wytyczoną w XIV w. wokół wyspy dla patroli wypatrujących najeźdźców. Dzisiaj to szlak pieszy GR223 pozwalający poznać charakter, zróżnicowane krajobrazy i naturę Minorki. 185 km podzielono na 20 etapów liczących od 5 do 13 km. Droga jest łatwa, idzie się właściwie po płaskim z widokiem na morze, ale miejscami skalista, usiana kamieniami, potrzebne są więc dobre buty. Szlak zahacza o obie malownicze stolice Minorki: współczesną Mahon (Maó) i dawną Ciutadellę, jednak jego największą wartością jest przyroda. Pastwiska poprzecinane kamiennymi murkami, samotne zatoczki i ukryte w nich plaże, wydmy, jaskinie, mokradła z wieloma gatunkami ptaków. Niby blisko cywilizacji, ale pusto i dziko. Szczegóły: camidecavalls.com.

Nie ma nic fajniejszego niż pochodzić i pobyć blisko natury. Od lat spędzam tak większość wyjazdów. Chciałabym zachęcić do podobnych i pokazać, że nie musi to być sport ekstremalny

3 WYSPY KANARYJSKIE: NAJMŁODSZY KAWAŁEK EUROPY

Jej wysokość Teneryfa, najłatwiej dostępna i najbardziej znana wyspa w archipelagu Kanarów, dobrze się zamaskowała plażami i rozrywkowymi kurortami na południu. Nie dajcie się jednak zwieść i nie wierzcie, że jedynym miejscem na „przygodę" jest górujący nad nią wulkan Teide. Prawdziwa to północno-wschodnia, najstarsza i wyraźnie inna część wyspy. Porośnięty lasami wawrzynowymi grzbiet górski Anaga ma gęstą sieć niezbyt trudnych szlaków, dobrą bazą wypadową na wędrówki jest miejscowość Taganana.

Przez wszystkie Wyspy Kanaryjskie prowadzi długodystansowy szlak GR131. Świetne na wędrówki są: Gomera (potrzebna kondycja, jest dużo barrancos – wąwozów) i najrzadziej odwiedzana, najbardziej oddalona od pozostałych El Hierro, ale dla mnie zwycięzczynią w tej kategorii jest La Palma. Znajduje się na niej najmłodszy kawałek Europy, powstały z lawy, którą wypluł w 2021 r. wulkan Tajogaite.

Wzdłuż wyspy biegnie grzebień wulkaniczny, po którym wytyczono Ruta de los Volcanes, szlak wulkanów. To najciekawszy fragment GR 131 na La Palmie – 22 km w księżycowym krajobrazie pośród kraterów, lawy, w wulkanicznym żwirze i pia-

2026-04-18 OA3RP.indd 16 09.04.2026 11:49:24
eprasa.pl eddb2a5eb2

▲ **Olympos – wioska na Karpatos jakby wyjęta ze starych filmów**
FOT. ADOBE STOCK

sku. W kierunku południowym można go przejść w jeden dzień, bo jest z górki, ale trasa w stronę przeciwną jest bardziej logiczna, można ją przedłużyć o dojście do Kaldery Taburiente – prowadzi tam kilka dróg. Kaldera to kocioł o średnicy 9 km otoczony skalistymi zboczami z ogromną różnicą wzniesień: najniższy punkt leży na wysokości 430 m n.p.m., najwyższy to Roque de los Muchachos (2 426 m n.p.m.) z obserwatorium astronomicznym, w którym znajdują się jedne z największych na świecie teleskopów. Słynąca z ciemnego nieba La Palma jest świetna na obserwacje gwiazd. Kaldera jest dzika i piękna, warto zatrzymać się w niej na noc – bezpłatny kemping, konieczna rejestracja: reservasparquesnacionales.es.

4 GRECJA: PRZEZ SAMOTNE WSIE W ARCHIPELAGU DODEKANEZU

O wyspie Karpatos można powiedzieć wiele z wyjątkiem tego, że jest wakacyjno-wypoczynkowa. Rzadko odwiedzana, bez wielkich hoteli i plaż, z piękną naturą, surowymi górami, klifami i siecią szlaków pieszych – można na nie ruszyć prosto z lotniska. Większość wiedzie na wysokościach 500-700 m n.p.m. (najwyższa góra wyspy Kali Limni ma 1215 m n.p.m.), ale trzeba się na nie wdrapać po stromych piargach.

Na Karpatos mieszka ok. 6 tys. osób, połowa – w stołecznej Pigadii i okolicy na południu wyspy. Północ przez wieki była izolowana, wykształciły się i zachowały na niej własne tradycje, stroje, dialekt. Nawet dziś prowadzi tam tylko jedna droga, są przy niej trzy wsie: piękna, jakby wyjęta ze starych filmów Olympos na klifie nad morzem (warto zostać na noc), Diafani z przystanią promową oraz najdalsza i najmniejsza, rolnicza Avlona. Można z niej pójść szlakami nad morze: na cypel Vroukounta z pozostałościami starożytnego miasta albo do osamotnionej osady Tristomo.

Karpatos to jedna z wysp archipelagu Dodekanezu, należą do niego także sąsiednia Rodos i położona na północ Kos. Na wędrówki polecam mniejsze, rozsiane między nimi; wiosna jest idealna, bo jeszcze bez jednodniowych wycieczek ze wspomnianych turystycznych sióstr, ale już z częstszymi niż zimą kursami promów. Między Rodos i Kos warto się zatrzymać na wyspach: Chalki (najmniejsza w archipelagu, z malowniczym portem), Tilos (tras wystarczy i na trzy dni) i najciekawszej dla piechurów Nisyros. Surowa, pokryta żwirem, ma kalderę wulkaniczną z dymiącymi fumarolami i dużo szlaków.

Na północ od Kos warto odwiedzić: Leros z trasami po płaskowyżu, najbardziej północną w archipelagu Patmos z zabytkowym klasztorem św. Jana i Grotą Apokalipsy, a pieszo przede wszystkim – Kalymnos. To eldorado wspinaczy ma także rozbudowaną sieć ścieżek, w tym dawnych brukowanych dróg kalderimi.

5 HISZPANIA: DROGI ŚW. JAKUBA – NIE TYLKO DLA PIELGRZYMÓW

W Santiago de Compostela znajduje się grób apostoła św. Jakuba. Od wieków ciągnęli do niego pielgrzymi z całej Europy. Drogi, którymi zmierzali, pod koniec XX w. zostały wpisane na listę UNESCO jako pierwszy Europejski Szlak Kulturowy. To zwiększyło ich popularność: wytyczono (i wciąż wytycza się) nowe, oznakowano je charakterystyczną muszlą, budowano kolejne schroniska. Co roku przemierzają je setki tysięcy ludzi, nie tylko pielgrzymów. Rzadziej idą z domów, częściej – ostatnimi fragmentami tras przez Hiszpanię i Portugalię. W Hiszpanii są to m.in.: Camino del Norte (droga północna) wzdłuż wybrzeża; uważana za najstarszą Camino Primitivo z Oviedo oraz najpopularniejsza Camino Frances, czyli droga francuska ze startem we francuskiej miejscowości Saint-Jean-Pied-de-Port tuż przed granicą z Hiszpanią i świetną infrastrukturą noclegowo-gastronomiczną. To ok. 770-800 km w zależności od wariantu wytyczone przez: Navarę, Kastylię i León (do red: Kastylia i León to nazwa własna) oraz Galicję. Na przejście całości potrzeba około miesiąca. Jeśli macie mniej czasu można zacząć gdzieś w środku albo wybrać wariant portugalski – z Porto wzdłuż wybrzeża z widokami na ocean albo alternatywną trasę centralną przez winnice – każda na około 10 dni.

Przed startem warto wyrobić paszport (credencial), który pozwala spać w schroniskach dla pielgrzymów, można też w nim zbierać pamiątkowe pieczątki.

6 HISZPANIA: ZOBACZYĆ SZCZYTY EUROPY

Strzeliste wapienne szczyty na północy Hiszpanii, zaledwie 25 km od Atlantyku wyglądają spektakularnie i wprawiają w zachwyt, a przecież my – ludzie XXI w. – widzieliśmy na żywo albo na ekranie tyle cudów. To co musieli myśleć na ich widok żeglarze wracający pięć stuleci temu z Ameryki? Według legendy były pierwszymi górami, które dostrzegali ze statków. Nazwali je więc Picos de Europa – Szczyty Europy.

Pasmo składa się z trzech masywów i jest objęte najstarszym oraz drugim co do wielkości parkiem narodowym Hiszpanii. Znajduje się w nim kilkadziesiąt szczytów wznoszących się na ponad 2 tys. m n.p.m., w tym najwyższy Torre de Cerredo (2 648 m n.p.m.) i najbardziej charakterystyczny, pękaty Naranjo de Bulnes (2 519 m n.p.m.). Krajobraz uzupełniają polodowcowe jeziora, rozległe łąki, jaskinie, w których często dojrzewają sery, zachowały się też tradycyjne wsie. Sieć szlaków pozwala zaplanować zarówno jednodniowe wycieczki, jak i wielodniowe wyprawy, można wędrować i trasami widokowymi, i prowadzącymi na szczyty. Wizytówką parku, określaną „najpiękniejszą trasą północnej Hiszpanii" jest Ruta del Cares – 11 km wytyczone dnem imponującego wąwozu rzeki Cares, z mostami, półtunelami i widokami na góry. Na dłuższą wędrówkę można wybrać np. pętlę w masywie centralnym z Poncebos przez Bulnes, na pokonanie niezbyt trudnych 60 km z noclegami w schroniskach i pensjonatach potrzeba czterech dni.

W góry Picos de Europa najłatwiej się dostać z lotnisk: Santander, Asturia (uwaga: to nazwa lotniska, nie miejscowości, nie można więc napisać „lotnisko w Asturii" ani inne „w", bo ono jest w środku niczego) albo Bilbao.

7 PORTUGALIA: ŚCIEŻKAMI DAWNYCH RYBAKÓW

Szlak Rybaka (port. Trilho dos Pescadores) to malownicza trasa wzdłuż dzikiego wybrzeża południowo-zachodniej Portugalii, poprowadzona historycznymi ścieżkami, które kiedyś zapewniały rybakom dostęp do morza. Wiele osób powtarza, że jest najpiękniejszą trasą przybrzeżną świata. Ma 226,5 km podzielonych na 13 etapów między miejscowościami, w których można znaleźć nocleg – biwakowanie na dziko ze względu na delikatny ekosystem jest zabronione. Nie jest trudna, ale miejscami uciążliwa, bo idzie się po piasku plażami, a ze względu na fragmenty poprowadzone klifami nie nadaje się dla osób z lękiem przestrzeni.

Patrząc od południa szlak prowadzi z Lagos w rejonie Algarve do Sines (ok. 150 km poniżej Lizbony). Odcinek południowy uważa się za bardziej spektakularny, są na nim najwyższe klify, najpiękniejsze punkty widokowe i plaże. Najpierw wędrujemy wybrzeżem Morza Śródziemnego do Przylądka św. Wincentego, czyli najbardziej wysuniętego na południowy-zachód punktu kontynentu europejskiego, a stamtąd już wzdłuż Atlantyku.

Północna część szlaku jest mniej spektakularna, ale dziksza, spotyka się na niej mniej ludzi. Do Lagos najłatwiej dostać się z lotniska Faro (ok. 90 km), do Sines – z Lizbony.

8 WŁOCHY: TRENTINO O WIELU TWARZACH

Coś dla miłośników „prawdziwych" gór: Alpy, konkretnie Dolomity. Łatwo dostępne z położonego niedaleko Mediolanu lotniska Bergamo (dużo połączeń z Polską w dobrych cenach), gdzie przy okazji można się najeść dobrej pizzy po pachy. Stąd ruszamy do Trentito/Trydentu. Nazwy tamtejszych dolin, np. Val di Fassa, Val di Fiemme, Val di Sol świetnie znają miłośnicy narciarstwa. Na kierunek wa-

2026-04-18 OA3RP.indd 17
eprasa.pl eddb2a5eb2
09.04.2026 11:49:25

Szlak w dolinie Val Rendena
FOT. ADOBE STOCK

Lewada na Maderze
FOT. ADOBE STOCK

kacji niezimowych wybiera je znacznie mniej osób. Tymczasem cały region oplata gęsta sieć tras wędrówkowych – od łatwych przez bardziej wymagające po słynne via ferraty, czyli drogi z asekuracją. Wyciągi, które zimą wwożą narciarzy, poza sezonem służą piechurom – oczywiście działa ich wtedy mniej, ale bardzo ułatwiają dotarcie na start. Oto kilka propozycji. Popularnym klasykiem pozwalającym poznać najpiękniejsze miejsca jest szlak Dolomiti Trek King (4-6 etapów) w dolinie Val di Fassa, w części poprowadzony wokół słynnego charakterystycznego masywu Marmolada z najwyższym szczytem pasma o tej samej nazwie (3342 m n.p.m.). Podobnie majestatycznie widoki rozciągają się z tras w dolinie Val Rendena (to właśnie w niej znajduje się znany ośrodek Madonna di Campiglio) położonej między alpejskimi masywami Adamello i Brenta. Tutejsze szlaki prowadzą między skalistymi iglicami, wodospadami, jeziorami, na noc można zejść do tradycyjnych wsi.

Dnem doliny Val Rendena płynie rzeka Sarca. Wpada do największego włoskiego jeziora Garda. Jego jedna twarz to plaże, zabytkowe kurorty, ogólnie – włoskie dolce far niente. Drugą są sięgające 2 tys. m n.p.m. szczyty Południowych Alp Wapiennych; to mekka miłośników wspinaczki, ale znajdziecie tu także wiele tras pieszych w tym takie ciekawostki jak przejście himalajskim mostem wiszącym (w Torri del Benaco, 45 metrów nad dnem doliny Val Vanzana) albo panoramiczny szlak Ponale wytyczony starożytną drogą wykutą w klifie kilkadziesiąt metrów nad taflą jeziora. Łatwe i przyjemne trasy wyznaczono także na płaskowyżu Altopiano di Pinè (ok. 900 m n.p.m.), np. wokół jezior Lago della Serraia czy Lago delle Piazze. Nieco niżej leży dolina Primiero, gdzie ciekawą opcją jest nowa pętla Primiero Slow Tour: pięć dni z około 10-kilometrowymi odcinkami i panoramicznymi widokami.

9 LUKSEMBURG: SKAŁKI, ZAMKI, NATURA

Bujna przyroda, historyczne miasta, łatwa wędrówka, a to wszystko w kraju, który jako cel wędrówek wybiera mało kto. Wszak Luksemburg to część Beneluksu, kojarzonego z płaskimi jak deska Niderlandami. Tymczasem w tym niewielkim kraju znajduje się aż 3,5 tys. km znakowanych tras pieszych, część prowadzi przez malownicze pagórki, najbardziej znanym jest szlak Mullerthal. Na 112 km składają się trzy pętle (każda ok. 36-38 km). Można je przejść razem, osobno albo połączyć z kilkoma krótszymi odbijającymi od nich szlakami. Pozwalają poznać krainę urokliwą tak, że nazywa się ją „małą Szwajcarią".

Region Mullerthal leży w środkowo-wschodnim Luksemburgu przy granicy z Niemcami, którą stanowi tu rzeka Sûre. Położone nad nią miasteczko Echtarnach jest najlepszym miejscem wypadowym na szlak. Ze stolicy można tu dojechać autobusem w niecałą godzinę – za darmo, bo w Luksemburgu transport publiczny jest bezpłatny. Echternach to najstarsze miasto w kraju, jego najważniejszym zabytkiem jest opactwo benedyktyńskie założone w VII w. przez św. Willibrorda. Wierni pielgrzymują do jego grobu od wieków, także tańcząc, taka oryginalna roztańczona pielgrzymka odbywa się we wtorek po Zielonych Świątkach.

W Echternach zaczynają się dwie pętle szlaku – jedynka prowadząca przez lasy i pastwiska na południowym-wschodzie oraz uważana za najpiękniejszą pętla nr 2 wytyczona przez serce małej Szwajcarii pełne fantazyjnych skał. Jej zachodni kraniec znajduje się w miejscowości Mullerthal, gdzie zaczyna się też pętla numer 3 z malowniczymi potokami oraz historycznymi zamkami. W sezonie (kwiecień-listopad) można zamówić transfer bagażu między kolejnymi noclegami – movewecarry.lu.

Alternatywnym lotniskiem dla Luksemburga jest Bruksela-Charleroi (tanie linie), skąd do Luksemburga kursuje regularnie autobus Flibco (flibco.com, 2 godz., ok. 20 euro)

10 NORWEGIA: DOOKOŁA FIORDU LYSE

Ogromny, otoczony granitowymi skałami Lysefjord jest uważany za jeden z najpiękniejszych w Norwegii. Leży na jej południowym koniuszku, gdzie wiosną jest już ładnie i ciepło, choć może być jeszcze mokro po śniegach. Baza wypadowa to ładne hanzeatyckie miasto Stavanger, dokąd można dolecieć z Polski, można doń też dojechać długą, ale malowniczą trasą pociągiem z Oslo.

Punktem startowym i końcowym dla obejścia całego fiordu jest miejscowość Forsand (prom ze Stavanger), ale to dość długa przeprawa, proponuję więc skrócenie jej do około 5-7 dni, co wystarczy na poznanie najbardziej fascynujących miejsc. A więc: promem ze Stavanger do Tau, stamtąd lądem (w sezonie są autobusy) 20 km do schroniska i parkingu, przy których zaczyna się szlak na Preikestolen. Zdjęcie tej skalnej półki zawieszonej 640 metrów nad fiordem zdobi co drugi przewodnik o Norwegii. Idzie się skalistym, ale dość łatwym i krótkim szlakiem, a potem siada i patrzy. Lysefjord z tej perspektywy wygląda naprawdę imponująco. Powrót do schroniska i dalej szlakiem do przystani Bakken, skąd można przeprawić się promem na przeciwny brzeg – do dawnej elektrowni Fløli. Była ona zasilana wodą z jezior znajdujących się na płaskowyżu 750 metrów wyżej, można nań wejść schodami wzdłuż dawnego rurociągu. Mają one prawie 2 km i z liczbą 4444 stopni są najdłuższymi drewnianymi schodami świata.

Dalej trasa prowadzi skalistym płaskowyżem wśród głazów, rozlewisk i strumyków w głąb fiordu i do miejsca, którego zdjęcia zdobią drugą połowę przewodników o Norwegii. Kjeragbolten to głaz zakleszczony między dwoma oddalonymi od siebie o około 2 metry klifami na wysokości prawie 1000 metrów nad taflą fiordu. Stąd czeka was długie, strome zejście do parkingu i dalej do wsi Lysebotn, czyli jedynej osady nad fiordem, skąd do Stavanger można wrócić np. promem.

Na tej wędrówce potrzebny będzie namiot i kilka noclegów na dziko. ●

Picos de Europa – Szczyty Europy w Hiszpanii
FOT. ADOBE STOCK

Lysefjord, jeden z najpiękniejszych fiordów w Norwegii
FOT. ADOBE STOCK

1 RP

eprasa.pl eddb2a5eb2

Windsurfing przed sezonem

Gdzie wyskoczyć na deskę

Renata Janc

POLSKA

Jest wiele cudownych miejsc do odwiedzenia w naszym kraju, ale wiosną bazy windsurfingowe zaczynają niespiesznie otwierać się dopiero na początku maja, a rozpędu nabierają w połowie czerwca.

• **Na Półwyspie Helskim** od Władysławowa aż po Hel praktycznie na każdym kempingu znajdują się szkółki windsurfingowe i wypożyczalnie ekwipunku, jednak wczesną wiosną można tam pływać jedynie na własnym sprzęcie. Zatoka Pucka jest płytkim akwenem, dlatego świetnie nadaje się do nauki, ale przy mocnych wiatrach dostarcza też wiele frajdy zaawansowanym surferom.

• **Zalew Zegrzyński na Mazowszu** jest idealną opcją dla pływających z okolic Warszawy, bliska lokalizacja i łatwy dojazd dają możliwość wyskoczenia na szybką sesję nawet po pracy. Jest tu kilka spotów i co najmniej dwie szkółki i wypożyczalnie wszelakich sprzętów wodnych. Działają od 1 maja.

Akwen jest głęboki, a wiatry zmienne, czasem bywają trudne warunki, jednak jak mawiają znawcy specyfiki tego miejsca jeśli nauczysz się pływać na Zegrzyńskim, będziesz radzić sobie wszędzie. Warto spróbować.

• **Jezioro Gardno w okolicy Słupska** to rozłożysty i niezbyt głęboki akwen o niemalże prostokątnym kształcie. Ma dobre statystyki wietrzne, woda jest dość płytka. Termiczny wiatr od morza zapewnia doskonałe warunki dla początkujących windsurferów, a eksperci też nie będą narzekać, jeśli tylko zawieje z północnego zachodu lub zachodu.

GRECJA

• **Wyspa Rodos – Prasonisi.** Mekka fanów pływania na desce. Tu spotykają się dwa morza: Egejskie i Śródziemne. Warunki wiatrowe fantastyczne, do tego piaszczysta plaża.

Od strony Morza Egejskiego jest spot dla bardziej zaawansowanych surferów, nawet przy słabszym wietrze buduje się tu fala. Tu pływa też wielu amatorów kitesurfingu, na plaży znajduje się baza szkoleniowa i wypożyczalnia.

Druga plaża otwiera się na Morze Śródziemne, woda jest płaska i już dwa metry od brzegu głęboka. Trzy bazy (dwie polski, jedna austriacka) windsurfingowe oferują zarówno szkolenie, jak i wynajem desek, żagli, latawców i wingów (tzw. skrzydeł – ostatnio bardzo popularnych). W cenę wliczona jest opieka na wodzie. Ratownicy z wież obserwują przez lornetki poczynania pływających i w razie niefortunnego zdarzenia suną do delikwenta, który np. wypłynął zbyt daleko i kieruje się na otwarte morze.

Zarówno na plaży, jak i w pobliskiej (oddalonej o 8 km) wiosce Katavia jest duża oferta noclegowa: hotele, pokoje, apartamenty a wokół restauracje.

• **Zatoka Pucka** FOT. DOMINIK SADOWSKI / AGENCJA WYBORCZA.PL

• **Malownicze jezioro Garda**
FOT. ADOBE STOCK

WŁOCHY

• **Jezioro Garda**. Można nad nie przyjechać wprost z alpejskiego lodowca, zamieniając kombinezon narciarski na piankę neoprenową (woda może być jeszcze rześka).

Olbrzymi akwen w otoczeniu gór, którego rytmem dnia kierują wiatry termiczne: wczesnoporanny, silniejszy Peler i popołudniowy, stabilniejszy Ora. Wokół jeziora miejscowości, jak choćby Torbole, Riva del Garda, Malcesine, oferują wiele szkółek i baz z dużą ofertą sprzętu od windsurfingu, kitesurfingu po supy (deski z wiosłem).

Specyfika miejsca zachęca, żeby w przerwie od deski oddać się aktywnościom górskim. Możemy wybrać się na wycieczkę, poszaleć na rowerze górskim(w wypożyczalniach znajdziemy również rowery elektryczne).

Najbardziej popularna trasa Garda by Bike zaczyna się w miejscowości Limone sul Garda i wiedzie wokół jeziora, miejscami jest zawieszona na klifem.

WYSPY KANARYJSKIE

• **Wyspa Fuerteventura** – pływanie na otwartym oceanie raczej dla ekspertów. Ale dla średnio zaawansowanych miłośników wody i wiatru jest tu mnóstwo tworzących się okresowo zależnych od pływów lagun. Jest płytko, a woda ciepła, dlatego każdy znajdzie dla siebie odpowiednią strefę na szaleństwa. Czasem trzeba dłużej poczekać na przypływ, ale potem jest duża frajda. Na wyspie jest wiele spotów np. Sotavento, Costa Calma oferujących bazę sprzętową i szkoleniową. Jednak ocean to pokusa dla miłośników ujeżdżania fal bez użycia żagla/latawca, dlatego warto udać się do miejscowości Corralejo, żeby spróbować surfingu. Ta plaża jest stworzona dla stawiających pierwsze kroki na wodzie. Doświadczeni surferzy powinni się udać do La Pared i to jest prawdziwe wyzwanie, bo fale bywają tu naprawdę wielkie i dynamiczne.

EGIPT

• **Soma Bay** – to cudowna zatoka niedaleko od Safagi. Mieszka się tu w luksusowych hotelach, wyglądają one jak złote klatki, jednak sam spot jest już oazą wolności.

W akwenie widać wyraźny podział na płytką strefę tzw. „płaską wodę" do nauki oraz freeride'u i tę głębszą, do zadań specjalnych. Można wypuszczać się daleko w głąb Morza Czerwonego i pędzić szybko z silnym wiatrem, mijając rafę koralową, która nie powinna zakłócić nam ślizgu. Na miejscu są wypożyczalnie sprzętu, jednak warto zrobić wcześniej rezerwację.

• **Dahab** – urokliwe miasteczko na Półwyspie Synaj u wybrzeży Zatoki Akaba. Słynie z miejsc do nurkowania, ale ze względu na świetne prognozy wiatrowe rozwinęła się tu też turystyka windsurfingowa. Miejscowość podzielona jest na dwie części. W południowej, z kilkoma hotelami znanych sieci i laguną do wodnych szaleństw, znajdziemy sporo szkółek i wypożyczalni oferujących deski/żagle/latawce, czyli wszystko czego zapragniemy do poruszania się na wodzie. Północna ma lokalną atmosferą, piękną promenadę dla spacerowiczów, pełno tu cudownych knajpek.

2026-04-18 OA3RP.indd 19
eprasa.pl eddb2a5eb2
09.04.2026 11:49:32

Trendy w branży wellness

Gra w karty, horoskop i menopauza

Ośrodki wypoczynkowe mogą zająć się twoim mózgiem, samotnością i wiekiem biologicznym.

Katarzyna Staszak
Ewa Tomkowska

Saunę, masaż i siłownię znajdziesz już w każdym hotelu. Pobyt w ośrodku wypoczynkowym możesz dopasować do swoich potrzeb, a rodzaje zabiegów i tematyka ofert odzwierciedlają najnowsze trendy w branży wellness, czyli dobrego samopoczucia.

Oto przegląd pomysłów dla osób szukających różnych form relaksu i wsparcia.

Cyfrowy detoks jak w „Białym Lotosie”

Trzeci sezon popularnego serialu „Biały Lotos” zabrał nas do Tajlandii. Ekskluzywny ośrodek chce zapewnić klientom prawdziwy spokój, więc nie daje im dostępu do wi-fi, a telefony radzi zamknąć w sejfie. W strefach wspólnych zabronione jest korzystanie ze smartfonów czy tabletów.

Analogowy wellness czy analogowe wakacje to trend, który rzeczywiście nabiera znaczenia. Coraz więcej osób jest zainteresowanych okresowym – kilkugodzinnym czy kilkudniowym – cyfrowym detoksem. Przybywać będzie też osób, które podczas wakacji rezygnują z mediów społecznościowych.

Żeby odłączyć swoich gości od telefonu hotele rozbudowują ofertę analogowych rozrywek. Mają biblioteki, gry planszowe, zajęcia z ceramiki, malarstwa, haftu, kaligrafii, warsztaty prowadzenia dziennika czy robienia na drutach.

W dwudziestu miejscowościach w Wielkiej Brytanii działają domki na wynajem Unplugged. Właściciele zachęcają do rezygnacji z internetu. Wypożyczają gościom aparaty fotograficzne, książki, gry, radia na baterie, papierowe mapy i „stare” telefony Nokia – z przyciskami i bez ekranów dotykowych.

Trening dla mózgu

Medyczne spa dodały do oferty wczasy z programem neurozdrowia. Oprócz dopasowanej diety i ćwiczeń oferują stymulację mózgu. Cel: zmniejszenie ryzyka demencji czy – inaczej mówiąc – zachowanie kognitywnej witalności.

Do ochrony mózgu można wykorzystywać nowe technologie, np. terapię światłem, albo stare, sprawdzone sposoby jak gry karciane i planszowe.

Klinika w Szwajcarii – Chenot Palace Weggis – zatrudniła nauczyciela brydża, żeby goście mogli wrócić z urlopu z nowymi umiejętnościami.

Niedawne badania przeprowadzone w domu opieki dla osób starszych pokazały, że już dwie sesje gier planszowych w tygodniu poprawiły funkcje poznawcze u uczestników eksperymentu.

Warto więc mieć szachy, „Monopoly” czy „Scrabble” stale w zasięgu ręki.

Menopauzalne rekolekcje

Spadek hormonów, który większość kobiet zaczyna odczuwać po czterdziestce, przestał być tematem tabu. Nie rozmawiamy tylko o ostatniej miesiączce, ale też o latach poprzedzających ten moment. Kobiety w okresie okołomenopauzalnym chcą wiedzy, wymiany doświadczeń i wspomagających terapii.

Zauważyła to branża turystyczna. Przybywa hoteli i ośrodków spa oferujących pobyty menopauzalne. Co jest w pakiecie? Joga i warsztaty psychologiczne, specjalny program dietetyczny i zabiegi kosmetyczne.

Pobyt Femi Terapia w Busku-Zdroju zaczyna się od przeglądu lekarskiego. Na podstawie wyników badań medycznych proponowane jest odżywianie i zabiegi.

Zaletą wyjazdów menopauzalnych mogą być nawiązane tam relacje z innymi kobietami. I wiedza, którą uzyskamy od lekarek, psycholożek, trenerek czy dietetyczek.

Spa to sprawa rodzinna

Wciąż wiele hoteli i spa zaznacza, że są ośrodkami tylko dla dorosłych, ale są i takie, które rozumieją problemy rodziców. Niektóre dzieci trudno oderwać od telefonu, a inne ciężko przekonać do porzucenia gazowanych napojów i jedzenia typu fast food. Pomóc mogą rodzinne wakacje w ośrodku dbającym o zdrowie.

W programie mogą być zajęcia fitness z DJ-em, menu atrakcyjne dla nastolatków, joga dla niemowląt i zabiegi spa dozwolone przed osiągnięciem dorosłości.

Ośrodek Bluestone Family w Nowej Zelandii oferuje wszystko to, co kojarzymy z luksusowym wypoczyn-

• **Sauna to dziś „wyposażenie” obowiązkowe prawie w każdym dobrym hotelu**

FOT .ADOBE STOCK

eprasa.pl eddb2a5eb2

kiem – baseny, korty tenisowe, restauracje i bary. W cenie są też jednak sesje z psychoterapeutą, z których skorzystać mogą nastolatki.

Odosobnienie? Spa może być jak festiwal

Samotność dotyka około jedną na sześć osób na świecie. Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) przyrównuje wpływ samotności na zdrowie do palenia 15 papierosów dziennie. Samotność podnosi ryzyko demencji o 50 proc., a ryzyko udaru o 32 proc.

W obliczu epidemii samotności osoby podróżujące mogą szukać kontaktu z innymi ludźmi. W odpowiedzi na to centra spa i hotele tworzą więcej wspólnych przestrzeni i zachęcają swoich gości do interakcji.

W dzień można uczestniczyć we wspólnych sesjach jogi, a wieczorem, to samo spa zaprasza na tańce z DJ-em.

Z tańcem nie trzeba czekać do wieczora, popularne są poranne imprezy taneczne – trzeźwe, bo przy kawie lub soku.

Kliniki długowieczności zapraszają na wykłady i spotkania, które jednoczą ludzi wokół zdrowia jak kiedyś kluby książki.

Rośnie popularność towarzyskich sesji w saunie. Szczególnie w USA zamiast gorącego spokoju w stylu skandynawskim sauny oferują gorące dyskusje i spotkania tematyczne.

Raport o trendach Global Wellness Institute nazywa to zjawisko festiwalizacją branży dobrostanu: „Taniec, muzyka i twórcza ekspresja na nowo zdefiniują wellness jako dziką, zbiorową energię; radość, magię i rytuał oraz głębokie uwolnienie emocjonalne."

W obliczu epidemii samotności osoby podróżujące mogą szukać kontaktu z innymi ludźmi

Długowieczność dla skóry

Chcemy żyć dłużej w dobrej kondycji, czyli wydłużyć okres życia bez chorób. Tym zajmuje się branża długowieczności – z angielskiego „longevity".

To słowo zobaczycie w ofercie licznych hoteli i spa. Pobyty z programem longevity obiecują cofnięcie zegara biologicznego, czyli odmładzanie organizmu na poziomie komórkowym. Pomaga w tym dieta, ruch, dbałość o sen, relaks i zabiegi łączące starą wiedzę z nowymi technologiami.

Longevity napędza też pielęgnację skóry, gdzie zastąpiło anti-aging, czyli działanie przeciwstarzeniowe. W czym tkwi różnica? Już nie walczymy i nie odwracamy za wszelką cenę procesów, które zaszły, teraz skupiamy się na zachowaniu stanu skóry z dzisiaj jak najdłużej w przyszłości. Priorytetem jest długoterminowe zdrowie i odporność skóry.

Kliniki medycyny estetycznej łączą zabiegi z poradami dietetycznymi i do oferty działań dla skóry dodają terapie światłem, tlenem czy wodorem.

Stanu skóry nie ocenia się już tylko „na oko" – kliniki korzystają z urządzeń napędzanych sztuczną inteligencją, które analizują setki parametrów skóry, określają jej wiek biologiczny i tworzą indywidualne mapy twarzy.

Nowy poziom uspokojenia

Wielu z nas odczuwa permanentny stres wywołany nieustanną stymulacją cyfrową i doniesieniami o kolejnych kryzysach – klimatycznych, politycznych i ekonomicznych. Nasze układy nerwowe są zbyt często w trybie, który naukowcy nazywają „walcz lub uciekaj". To reakcja organizmu na zagrożenie – tętno przyspiesza, rośnie ciśnienie, z wątroby uwalniana jest glukoza. Hormonalna mobilizacja organizmu jest przydatna, jeśli musimy na coś zareagować. Jeśli jednak stres się przeciąga, cały ten system zaczyna działać wyniszczająco.

Przez ciągły stres możemy mieć problemy hormonalne i starzeć się biologicznie szybciej.

Odpowiedzią ma być neurowellness – programy regulacji układu nerwowego. Oprócz dobrze znanej medytacji w spa możesz dostać hełm, który monitoruje działanie mózgu albo okulary, które sprzyjają koncentracji.

To jednak tylko wspomagające gadżety, neurowellness polega głównie na łatwo dostępnych praktykach – zaznacza raport Global Wellness Institute.

Podstawą jest dobrej jakości sen. Można go monitorować elektrycznymi urządzeniami i wspomagać systemem oświetlenia, który wspiera rytm okołodobowy organizmu. Hotele oferują wsparcie snu w postaci odpowiedniego menu wieczornego i ziołowych naparów.

Coraz częściej w spa można zapisać się na kursy oddychania. „Oddychanie jest jednym z niewielu procesów fizjologicznych, które można świadomie kontrolować, a które jednocześnie bezpośrednio wpływają na autonomiczny układ nerwowy. Oddech jest mierzalną, podatną na trening umiejętnością układu nerwowego" – czytamy w raporcie o branży wellness.

Z ciążą do spa

Czekasz na narodziny dziecka? Możesz wyjechać na wczasy dla ciężarnych prowadzone przez położne i porodowe doule. Cel: wzmocnienie pewności siebie u przyszłych mam.

Mom'z oferuje w pełni zorganizowane wyjazdy do spa w Hiszpanii, Portugalii i Wielkiej Brytanii. W programie są m.in. ćwiczenia prenatalne, sesje z ekspertkami od macierzyństwa czy prowadzenia dziennika.

Wypoczynek zapisany w gwiazdach

W ostatnich latach widać ogromny wzrost zainteresowania astrologią. A skoro jest popyt na rozmowy o znakach zodiaku, to także ośrodki wypoczynkowe są gotowe go wykorzystać.

W wielu miejscach można dopasować do znaku zodiaku dietę, zabiegi pielęgnacyjne i zajęcia sportowe.

Bar hotelu Ritz w Paryżu oferuje koktajle opracowane zgodnie z cechami przypisywanymi poszczególnym znakom zodiaku.

A Hotel Miraval w Austin w USA oferuje warsztaty z doboru wina do daty urodzenia.

Nie musisz wierzyć w astrologię, by cieszyć się gwiazdami. Hotele zapraszają na oglądanie nocnego nieba z przewodnikiem, na „gwiezdną kąpiel" lub jogę pod gwiazdami. Ośrodek Cal-a-Vie Health Spa w Kalifornii praktyki pod rozgwieżdżonym niebem nazywa galaktycznym wellnessem.

eprasa.pl eddb2a5eb2

Europejskie uzdrowiska

Te ośrodki wellness warto odwiedzić

Ewa Tomkowska

1

WŁOCHY, TRENTINO:
QC TERME DOLOMITI W POZZA DI FASSA

Wytypowane do certyfikatu „Leadership in Energy and Environmental Design". To przykład obiektu architektonicznego wbudowanego w krajobraz z największą dbałością o ochronę środowiska. Centrum wykorzystuje wodę termalną z Alloch, jedynego źródła wody siarczkowej w Trentino.

Zostało wybudowane zgodnie z filozofią starożytnych rzymskich term. Ma aż trzy piętra atrakcji. Oferuje m.in. ścieżkę Kneippa, czyli lecznicze spacery w wodzie, turecką łaźnię hammam, zabiegi z użyciem soi i siana, sauny, baseny termalne i banię, z których można podziwiać naturę i góry, słone groty i wiele tematycznych (np. z motywem wodnym lub leśnym) pokoi relaksujących.

2

NIEMCY, BERLIN:
VABALI

To ośrodek w samym centrum dużego miasta. Ale już po przekroczeniu drzwi cały szum miejski cichnie, a goście przenoszą się do balijskiej oazy. W przestronnym centrum odnowy jest 10 suchych saun, 3 łaźnie parowe, pomieszczenia do masażu, prywatne i ogólnodostępne pokoje do relaksu, a także restauracja inspirowana kuchnią azjatycko-śródziemnomorską i bary. W saunach organizowane są rytuały saunowe. To prowadzona przez saunamistrza ceremonia w saunie suchej, polegająca na polewaniu gorących kamieni wodą z olejkami eterycznymi i rozprowadzaniu pary

3

SZWAJCARIA, SURSELVA:
THERME VALS

To monolityczna, przypominająca kamieniołom konstrukcja zaprojektowana przez wizjonera Petera Zumthora, zbudowana z 60 tys. płyt kwarcowych wydrążonych w zboczu góry nad źródłami termalnymi.

Ukojenie daje tu ciepła woda termalna, ale też akustyka bulgoczącej wody w kamiennych pomieszczeniach i hipnotyzująca gra świateł na błyszczących powierzchniach.

Budynek jest obecnie chronionym zabytkiem.

1 RP

eprasa.pl eddb2a5eb2

FOT. ALEX MOLING/TRENTINO MARKETING; DAVID BURGHARDT/DB-PHOTO.DE; ROGNER BAD BLUMAU/HUNDERTWASSER ARCHITEKTURPROJEKT; ADOBE STOCK; JULIEN BALMER/7132 HOTEL

ręcznikiem. To wszystko przy kojącej muzyce.

Centralny punkt stanowi duży basen zewnętrzny. Wokół niego znajdują się leżaki. To nadaje pobytowi w spa wakacyjnego charakteru. Ale w ośrodku są też mniejsze baseny wewnętrzne i różne wanny z masażerami wodnymi.

W ośrodku zabronione są stroje kąpielowe – porusza się po nim nago lub okrytym ręcznikiem/szlafrokiem. Jest to w zgodzie z niemiecką FKK (Freikörperkultur), kulturą celebrującą nagość.

Zabronione jest też w ośrodku korzystanie z telefonów i innych urządzeń elektronicznych. To pozwala na analogowy reset, ale też zapewnia bezpieczeństwo przed fotografowaniem nagich ciał.

5

AUSTRIA, STYRIA: ROGNER BAD BLUMAU

Temperatura wody osiąga tu 110 st. C. Niektórzy przyjeżdżają tu tylko po to, aby zobaczyć niezwykłe budowle austriackiego malarza i projektanta Friedensreicha Hundertwassera. Domy niczym u Gaudiego zadziwiają kolorystyką. Można tu skorzystać z saun, masaży, akupunktury, wodnej medytacji, jogi, terapii dźwiękiem i okładów z błota. Sercem kompleksu jest woda termalna, odkryta przypadkowo podczas poszukiwań ropy. Hundertwasser stworzył siatkę basenów i jezior o nieregularnych kształtach. Razem z budynkami tworzy to bajkowy krajobraz.

6

WŁOCHY, W SERCU DOLINY VAL RENDENA: RESORT LEFAY

Wtapia się w krajobraz Dolomitów. To zasługa architekta Hugo Demetza, który w swoim projekcie inspirował się zasadami bioarchitektury. Wykorzystał do budowy surowce naturalne pochodzące z okolicy np. drewno jodeł i modrzewi, a także skały z Adamello.

Projektant pomyślał przy budowie obiektu o odnawialnych źródłach energii i zasadach zrównoważonego rozwoju. Resort uzyskał certyfikat ClimaHotel, przyznawany hotelom kierującym się w zarządzaniu kryteriami ochrony środowiska.

Lefay SPA oferuje siedem różnych rodzajów saun i sześć stref relaksu. Strefę fitness, ale też zajęcia sportowe na zewnątrz, pośród drzew.

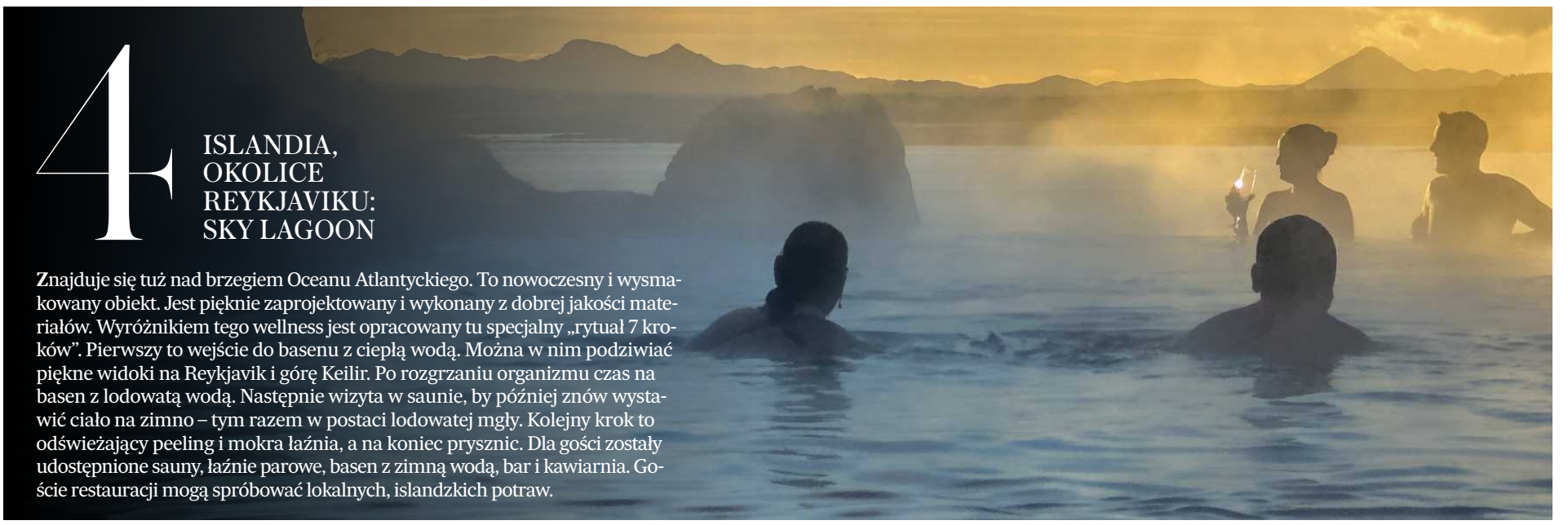
7

WĘGRY, BUDAPESZT: RUDAS BATH

To turecka przeszłość (XVI wiek) spotykająca się z nowoczesnością. Miejsce wyróżniają piękne łaźnie tureckie i możliwość nocnych kąpieli (nawet do 3 rano). Jest to, więc idealne miejsce dla nocnych marków. Znajdziemy tu tradycyjne, pogrążone w półmroku tureckie łaźnie, z drugiej nowoczesne wellness i basen na dachu z widokiem na Dunaj i Budapeszt. Goście mogą tu znaleźć sauny fińskie, pokoje do aromaterapii i terapii światłem, łaźnie parowe, zimne baseny zanurzeniowe i sauny na podczerwień.

4

ISLANDIA, OKOLICE REYKJAVIKU: SKY LAGOON



Znajduje się tuż nad brzegiem Oceanu Atlantyckiego. To nowoczesny i wysmakowany obiekt. Jest pięknie zaprojektowany i wykonany z dobrej jakości materiałów. Wyróżnikiem tego wellness jest opracowany tu specjalny „rytuał 7 kroków". Pierwszy to wejście do basenu z ciepłą wodą. Można w nim podziwiać piękne widoki na Reykjavik i górę Keilir. Po rozgrzaniu organizmu czas na basen z lodowatą wodą. Następnie wizyta w saunie, by później znów wystawić ciało na zimno – tym razem w postaci lodowatej mgły. Kolejny krok to odświeżający peeling i mokra łaźnia, a na koniec prysznic. Dla gości zostały udostępnione sauny, łaźnie parowe, basen z zimną wodą, bar i kawiarnia. Goście restauracji mogą spróbować lokalnych, islandzkich potraw.

1 RP

eprasa.pl eddb2a5eb2

OTWÓRZ Z NAMI KLUB FITNESS

W MNIEJ NIŻ 6 MIESIĘCY!

NAJWIĘKSZA SIEĆ KLUBÓW FITNESS
160+ lokalizacji w całej Polsce

SKUTECZNY MODEL BIZNESOWY
250+ zadowolonych franczyzobiorców

WKŁAD WŁASNY
już od 450 tys. zł

ZWROT Z INWESTYCJI
w ciągu 36-48 miesięcy

RENTOWNOŚĆ
już od trzeciego miesiąca

Andrzej Rapacz
Franczyzobiorca i właściciel klubów Xtreme Fitness Gyms

Ewelina Brzózka
Franczyzobiorczyni i właścicielka klubów Xtreme Fitness Gyms i sali zabaw Xtreme KiDS

WWW.XTREMEBRANDS.PL

ZOBACZ GDZIE MOŻESZ OTWORZYĆ SWÓJ KLUB

Xtreme brands

XTREME FITNESS Gyms™

eprasa.pl eddb2a5eb2

wysokieobcasy.pl

wysokieobcasy

wyborcza

ANNA SENIUK

Tej wiosny zrobię sobie *tatuaż*

– rozmowa Anny Kality

ISSN 1506-9087 Dodatek do „Gazety Wyborczej". Sprzedaż łącznie z „Wyborczą" wysokieobcasy.pl **NR 16 (1387)** SOBOTA – CZWARTEK, 18-23 KWIETNIA 2026

eprasa.pl eddb2a5eb2

Zapomnij, ile masz lat

NATALIA MAZUR

Pierwszy raz starszą kobietą poczułam się parę lat przed czterdziestką. W towarzystwie ludzi młodszych ode mnie prawie o dekadę wspomniałam o czymś z lat 90., piosence czy reklamie, której nie kojarzyli. – Pamiętaj, że jesteś od nas dużo starsza – wypomniała mi jedna z tych osób. Ukłuło mnie to.

Niby od dziecka wiemy, że zegar kręci się tylko w jedną stronę, po siódmych urodzinach rodzice wyprawiają nam ósme, a jednak dość długo łudzimy się, że lata się przestaną dodawać. Szukamy potwierdzeń, że nam się udało. Bo wciąż mieścimy się w dżinsy, w których chodziliśmy w liceum, bo potrafimy zarwać dwie noce z rzędu, bo pani z Żabki zapytała o dowód, gdy kupowaliśmy piwo, bo nie pamiętamy reklam, które pamiętają ludzie kilka lat od nas starsi.

I nagle to się kończy. Ludzie niewiele młodsi zaczynają w nas widzieć osoby dużo od nich starsze. Krzywią się na nasze opowieści.

Filozofka Karolina Lewestam napisała książkę o kobietach w średnim wieku. Dzięki nim świat trzyma się kupy, to one opiekują się dziećmi i rodzicami, wykonują niewidzialną pracę emocjonalną. A jednocześnie „stara baba to jest osoba, której społeczeństwo stara się programowo nie zauważać". Dlaczego? „Spojrzenie na starsze kobiety zmusza nas do myślenia, że jesteśmy śmiertelni" – mówi autorka w rozmowie z Agatą Pyzik.

W końcu postanowiłam zostać starszą kobietą świadomie. Kilka lat temu trenerka w klubie fitness poleciła mi wieczorne treningi. – Poranne są raczej dla seniorek – dodała, nie określając, w jakiej chwili nieseniorka zmienia się w swoje przeciwieństwo. Przestraszyłam się, że ten moment przegapię. Przybędę z kilkuletnim opóźnieniem. Nie dogonię grupy. A poza tym wieczorne zajęcia nie zawsze mi pasowały. Ahoj, przygodo – dołączyłam do grupy seniorek.

Choć seniorka brzmi zbyt technicznie, jak uczestniczka programów wsparcia, kolorowych marszów z okazji Dnia Seniora, wpasowana w społeczne oczekiwania. Już wolę starą babę – brzmi chwacko, żyje na własnych warunkach.

Po treningu w szatni słychać komentarze: „To były najlepsze zajęcia". I tak z dnia na dzień, z tygodnia na tydzień, ćwiczenia są coraz wspanialsze. Uwielbiam ten entuzjazm. Gdy jedni pielęgnują swoje wewnętrzne dziecko, ja cieszę się swoją wewnętrzną starą babą. Nie mam zresztą pojęcia, ile lat mają uczestniczki zajęć, ale biorąc pod uwagę to, jak ćwiczą, stwierdzam, że nie ma to żadnego znaczenia.

Nie ma sensu tęsknota za sobą dwudziestoletnią. – Najważniejszy czas jest teraz – mówi Annie Kalicie Anna Seniuk, bohaterka okładkowej rozmowy. Aktorka angażuje się w nowe projekty, uczy się długich tekstów, pamiętać musi sporo. I czasem – także w trakcie tego wywiadu – zapomina o jednym: o tym, ile ma lat. ▲

| **Natalia Mazur** – redaktorka „Wysokich Obcasów"

W SPRZEDAŻY „WYSOKIE OBCASY EXTRA"

- **TEMAT NUMERU:** Piersi w Polsce
- **NA OKŁADCE:** Anja Rubik: Umiem mówić „nie"
- **TWARZE:** Ewa Szykulska, Paulina Młynarska, Natalia Przybysz, Kinga Preis, Maria Sadowska, Halina Poświatowska
- **PSYCHOLOGIA:** Zdrada kontrolowana
- **TRENDY** w modzie i urodzie

www.wysokieobcasy.pl **wysokieobcasy** **wysokieobcasy.pl** **listy@wysokieobcasy.pl**

REDAGUJĄ:
Monika Tutak-Goll
– REDAKTORKA NACZELNA
Katarzyna Pawłowska
– zastępczyni redaktorki naczelnej

REDAKTORKA PROWADZĄCA NUMER:
Natalia Mazur

KULTURA:
Paulina Reiter, Joanna Wróżyńska
URODA, ZDROWIE I KUCHNIA:
Aleksandra Lubańska-Czubak
MODA, STYL ŻYCIA:
Magdalena Kacalak

DYREKTORKA KREATYWNA:
Marta Teresa Szamburska
GRAFICY:
Katarzyna Trzeszczkowska
Marta Rozenbajgier
Dariusz Sierant

PROJEKT MAKIETY:
Jacek Utko
DZIAŁ FOTOGRAFICZNY:
Marta Błażejowska
Magdalena Stroka-Felicka
FOTOLITOGRAFIA:
Łukasz Irzyk, Mariusz Rosa
KOREKTA:
Sylwia Sass

PRODUKCJA:
Dorota Jezierska

INTERNET:
szefowa serwisu
Magdalena Karst-Adamczyk
Natalia Mazur
Agnieszka Mularczyk
Magdalena Stroka-Felicka
Natalia Waloch
Joanna Wróżyńska
INSTYTUT DOBREGO ŻYCIA:
szefowa serwisu
Anna Woźniak
SEKRETARIAT:
Patrycja Wierzbicka

WYDAWNICTWO:
Wyborcza sp. z o.o.
PREZESKA ZARZĄDU:
Aleksandra Sobczak

LICENCJE NA TREŚCI:
licencje@wyborcza.pl
SZEFOWA WYDAŃ SPECJALNYCH:
Karolina Jaroszewicz
DYREKTOR BIURA REKLAMY:
Marek Wilk
KIEROWNICZKA SPRZEDAŻY:
Wioletta Napurka
SZEF PROMOCJI:
Agnieszka Placek

Z-CA SZEFA PROMOCJI:
Katarzyna Stożek
DYREKTOR KOLPORTAŻU:
Michał Szałański
NAŚWIETLANIE I DRUK:
P/mint House of Print

ADRES REDAKCJI:
ul. Czerska 8/10, 00-732 Warszawa, tel. 22 555 43 26
Redakcja nie zwraca tekstów niezamówionych oraz zastrzega sobie prawo do ich redagowania i skracania.
Na stronach 3, 9, 23, 27, 28 zamieszczony jest materiał reklamowy

„Wysokie Obcasy" nr 16 (1387)
NA OKŁADCE:
ANNA SENIUK NA TLE „KTK"
FILIPA MOSZANTA
FOT. MATEUSZ SKWARCZEK / AGENCJA WYBORCZA.PL

eprasa.pl eddb2a5eb2

„POMORZE ZACHODNIE – MOŻESZ WSZYSTKO”

Pomorze Zachodnie

Między pierwszym startem a olimpijskim podium

Ujeżdżenie bywa nazywane baletem koni. Zawody ujeżdżeniowe to nie wyścig ani rywalizacja na szybkość – to sztuka harmonii między jeźdźcem a koniem. Gdy Katarzyna Milczarek i Helena Rozmarynowska wjeżdżają na czworobok, nagle przestaje liczyć się wszystko inne. Zostaje tylko koń, amazonka i rytm kroków na piasku.

Cisza trybun, skupienie w spojrzeniu, ledwie dostrzegalny ruch dłoni na wodzach. Koń porusza się miękko, jakby znał każdy zamiar jeźdźca, zanim jeszcze padnie najmniejszy sygnał. W tej chwili liczy się tylko harmonia, zaufanie i wspólny rytm. Kiedy Katarzyna Milczarek dosiada swojego konia, jej ruchy stapiają się z ruchem zwierzęcia. Czuje rytm jego kroków, napięcie mięśni i tempo oddechu. Jazda przestaje być zwykłym sterowaniem – staje się dialogiem bez słów.

Odkąd pamięta, chciała jeździć konno. – Pierwszy wpis do książeczki sportowej mam z 1982 roku – mówi. Miłość do koni i determinacja zawiodły ją na sportowy szczyt. Ma na koncie 24 medale mistrzostw Polski seniorów oraz dwa starty w Igrzyskach Olimpijskich – w Londynie (2012) i w Paryżu (2024). Każdą wolną chwilę spędza w siodle i już planuje starty w kolejnych zawodach.

ŻYCIE NAPĘDZANE MARZENIAMI

O takich sukcesach marzy licealistka Helena Rozmarynowska, mistrzyni Polski dzieci w ujeżdżeniu. Zaczęło się niepozornie – od obozu jeździeckiego, na który zapisała ją mama. Wcześniej Helena trenowała gimnastykę i pływanie, ale to do jazdy konnej poczuła największą miłość. Dzisiaj dąży do tego, by w najbliższych latach regularnie występować w międzynarodowych startach.

– Chciałabym wystartować w mistrzostwach Europy i świata. To moje marzenia na przyszłość – podkreśla. Wie, że wymaga to ciężkiej pracy i wielu godzin treningów. – Najważniejsze jest, by mieć motywację i nie poddawać się przy niepowodzeniach – dodaje.

Katarzyna Milczarek i Helena Rozmarynowska, bohaterki kampanii „Pomorze Zachodnie – Możesz wszystko”, za każdym razem, gdy wjeżdżają na czworobok, udowadniają, że ujeżdżenie to nie tylko konkurs sportowy. To prawdziwa sztuka ruchu i porozumienia między człowiekiem a koniem, prezentowana z niezwykłą gracją i pewnością. Z jednej strony spełnienie marzeń i aspiracji, z drugiej życie w zgodzie z samym sobą, nieustanne dążenie do sukcesu, który może być inspiracją dla innych, by żyć świadomie i pięknie.

Helena Rozmarynowska

Katarzyna Milczarek

KRAJOWY PLAN ODBUDOWY
Rzeczpospolita Polska
Sfinansowane przez Unię Europejską NextGenerationEU
Pomorze Zachodnie

Kampania realizowana przez Województwo Zachodniopomorskie/Wojewódzki Urząd Pracy w Szczecinie w ramach projektu pt. „Zbudowanie systemu koordynacji i monitorowania regionalnych działań na rzecz kształcenia zawodowego, szkolnictwa wyższego oraz uczenia się przez całe życie, w tym uczenia się dorosłych”.

eprasa.pl eddb2a5eb2

ANNA SENIUK

Najważniejszy czas jest *teraz*

Szczęście nie jest stanem permanentnym. Jest kometą, chwilą, błyskiem, który trzeba zauważyć i zapamiętać

eprasa.pl eddb2a5eb2

Z **ANNĄ SENIUK** ROZMAWIA **ANNA KALITA**
ZDJĘCIE **MATEUSZ SKWARCZEK / AGENCJA WYBORCZA.PL**

W

Wygląda pani przepięknie. Muszę to powiedzieć, mimo że nie mam pewności, czy kobietom powinno się prawić komplementy.
– Bardzo mi miło, tym bardziej że prawdziwy makijaż zrobię dopiero wieczorem, przed przedstawieniem. Dziękuję.

Nie należy unikać słów, które mogą komuś sprawić przyjemność, poprawić nastrój. Przecież zawsze można znaleźć w rozmówcy coś szczególnego, np. miły uśmiech, szczegół ubioru. Aktorka Zofia Czerwińska na komplement „Ślicznie pani dziś wygląda" zawsze odpowiadała tajemniczo „Bo ja na twarz nie choruję".

Moje wątpliwości dotyczą tego, czy nie wpędzamy się w pułapkę presji, byśmy zawsze były piękne. Mężczyźni nie czują tego przymusu.
– Nikomu jeszcze nie zaszkodziło wyglądać na osobę zadbaną. A czy mężczyźni nie przejmują się wyglądem? Jestem pewna, że dużo czasu zajmuje im stworzenie swojego stylu – zakładają np. dyskretne bransoletki, robią tatuaże. Nawet mój ukochany ksiądz Jan Twardowski po jednym z wywiadów w telewizji, kiedy zadzwoniłam, aby mu podziękować za mądre, wzruszające oraz niepozbawione poczucia humoru wypowiedzi, po krótkiej ciszy zadał mi nieśmiałe pytanie: „Pani Aniu, a jak wyglądałem?".

Jak by powiedział węgierski pisarz Sándor Márai: nie jestem idealny, mam słabości – bo jestem człowiekiem.

W oparciu o „Księgę ziół" Máraia – która stanowi zbiór przemyśleń dotyczących życia – stworzyła pani monodram pod tym samym tytułem.
– Tak! Zdecydowałam się na tę zupełnie nową formę sceniczną. Długo się wzbraniałam, ale reżyser [Grzegorz Małecki, reżyser, aktor, prywatnie syn artystki – dop. red.] zapytał: „Co masz do stracenia? Karierę ci to złamie?".

Wtedy odważnie wskoczyłam w ten projekt, tym bardziej, gdy okazało się, że bohaterka jest dużo starsza ode mnie. Ma 102 lata. Więc gram: „Życie pani Pomsel" – monodram, który powstał na podstawie wywiadów z sekretarką Goebbelsa – w Teatrze Polonia u Krystyny Jandy, natomiast z „Księgą ziół" jeżdżę po całej Polsce. I nie tylko. Jutro lecę zagrać do Hamburga.

Kiedyś mówiło się, że po czterdziestce aktorka powoli znika z repertuaru, ze sceny. W pani przypadku to nieaktualne. Widzowie pragną panią podziwiać.
– To szczęście, że wciąż mam szansę pracować. Krótko mówiąc, jestem „kobietą pracującą". Trzyma mnie to przy życiu. Jeżeli w tym wieku możemy pracować czy realizować swoje pasje albo po prostu jesteśmy komuś potrzebni – to bezcenne. Oczywiście ostatnio często zdarza mi się wejść do kuchni i zapomnieć, po co. Ale z tekstem to co innego. Zupełnie nieźle sobie radzę z prawie dwugodzinnym monodramem. Jest pewnie w głowie jakaś specjalna szufladka z pamięcią, używana wyłącznie w teatrze.

W Krakowie grałam „Księgę ziół" dla dużej publiczności. Kilkaset osób i ja jedna. Czułam się tego dnia fatalnie. Przed spektaklem powiedziałam znajomym: „Trzymajcie kciuki, bo nie wiem, jak sobie dam radę". Po zejściu ze sceny usłyszałam: „Kiedy tylko zaczęłaś grać, dokonała się metamorfoza. Byłaś wulkanem temperamentu!".

Możliwość uprawiania mojego zawodu jest dla mnie również formą psychoterapii. Trzymam się więc tego kurczowo.

Kilka dni temu podziwiałam panią na mniejszej scenie – w Kalinowym Sercu na Żoliborzu. Obserwowałam również reakcje widzów. Były więcej niż entuzjastyczne.
– Miałam to szczęście, że i w „Czterdziestolatku", i w Kabarecie Dudek pracowałam z Ireną Kwiatkowską. Większość aktorów odpoczywa podczas przerw. Pani Irena nigdy. Zawsze pochylona nad tekstem, zawsze skupiona. Mimo wieku! Miała już wtedy blisko 80 lat (chwila ciszy). Przecież ja też mam już 82 lata. Zapomniałam. Zapomniałam na śmierć! Ale takie zapominanie jest chyba optymistyczne, prawda?

Zbigniew Herbert w liście do moich studentów, którzy prezentowali jego teksty, w 1995 roku napisał m.in: „Niech Wam towarzyszy wiara w nieosiągalną doskonałość i nie opuszcza wieczna udręka, która mówi, że to, co osiągnęliśmy dzisiaj, to jednak stanowczo za mało".

Ja mam 43 lata, więc – jeśli wierzyć Sándorowi Máraiowi – niczego nowego już nie zaznam. „Szczegóły mogą być rozmaite i odmienne, ale (...) człowiek zaznał namiętności, doświadczył stałości praw natury i wie z całą pewnością, że jest śmiertelny. Wszystko inne to tylko powtarzanie".
– Spokojnie. Te stoickie rozważania odnoszą się raczej do mężczyzn. Kobiety mają inną psyche, inną wyobraźnię, która sprawia, że ciągle coś nowego przychodzi nam do głowy. Pozwalamy sobie na szalone pomysły, pragnienia. Nie ma mowy o żadnych powtórkach. Każdy etap życia oferuje nam coś nowego.

A kiedy jesteśmy po osiemdziesiątce, wtedy – jak napisała w „Przekroju" Stefania Grodzieńska – możemy robić wszystko to, czego do tej pory nie robiłyśmy: mówić prawdę prosto w oczy, tańczyć na stole. Nikt się nie obrazi, najwyżej się uśmiechnie, że babci się coś pokręciło w głowie. Ale pozytywnie pokręciło.

A więc niczego się nie bój, moja droga Anno, bo z roku na rok będziesz mogła realizować kolejne pomysły, a jak skończysz lat 80, to wtedy już wszystkie bez wyjątku. Również te dzikie.

Piękna perspektywa!
– Któregoś razu w domu, gdy mówiłam z pasją o moich planach, wnuk zaskoczył mnie pytaniem: „Babciu, to zrobisz sobie tatuaż?". Zawahałam się. „Zrobię!".

Tak. Tej wiosny zrobię sobie tatuaż. Oczywiście nie od stóp do głów, tylko taki dyskretny. Przekłuję też uszy. Przez całe życie nosiłam wyłącznie korale, a teraz będą duże kolczyki.

Dlaczego nie? Muszę być konsekwentna. Starzeć się z godnością, ale i z odrobiną szaleństwa.

eprasa.pl eddb2a5eb2

ANNA SENIUK

Absolwentka krakowskiej Państwowej Wyższej Szkoły Teatralnej im. Ludwika Solskiego. Aktorka Starego Teatru im. Heleny Modrzejewskiej w Krakowie oraz teatrów warszawskich: Ateneum, Powszechnego i Polskiego. Profesorka Akademii Teatralnej im. Aleksandra Zelwerowicza w Warszawie. Wielokrotnie odznaczona, m.in. Krzyżem Komandorskim Orderu Odrodzenia Polski oraz Złotym Medalem Zasłużony Kulturze – Gloria Artis. Aktorka teatralna i filmowa. Największą popularność przyniosła jej rola Magdy Karwowskiej w serialu Jerzego Gruzy „Czterdziestolatek" oraz role filmowe, m.in. w „Pannach z Wilka", „Bilecie powrotnym", „Konopielce". Aktualnie artystkę można podziwiać m.in. w „Księdze ziół" oraz sztukach „Żar" i „Życie pani Pomsel".

Kilka lat temu zamieszkała pani z córką i wnukami. Znam osoby, które zachwycają się tym, co obserwują np. w krajach śródziemnomorskich, gdzie model wielopokoleniowych rodzin jest wciąż dość popularny. Co by pani powiedziała tym, którzy rozważają taką ewentualność?
– To duże wyzwanie. Na początku czułam się zagubiona. W przypadku wnuków okazało się np., że babcia nie jest żadnym guru.

Trudno mi uwierzyć, żeby pani, która może opowiadać tak fascynujące historie, nie była ciekawym towarzystwem!
– Oj, naprawdę nie jestem guru.

Kiedy moje dzieci były małe, to było oczywiste, że czytało się im książki na dobranoc oraz słuchały bajek w radio czy z płyt, co niezwykle rozwijało wyobraźnię. Teraz bajcie mają dużą konkurencję – muszą rywalizować z wirtualnym światem, który oferuje nie tylko bajki, ale i np. całe mnóstwo gier. A wszystko to podane w atrakcyjny sposób. Cały świat na wyciągnięcie rączki! Tak więc trzeba się sporo natrudzić, żeby być atrakcyjną babcią. Na szczęście w naszym domu czytanie jest codziennym rytuałem. Bez tego wnuki nie zasną.

Co jest największą wartością takiego modelu życia?
– Pogłębienie więzi.

Mam znajome, które się rozwodziły a potem mówiły, że nie mogą znieść samotności. Przerażała je już sama myśl, że po pracy wrócą do pustego domu. Ja czułam inaczej. Wieczorem mówiłam: nareszcie jestem sama po całym dniu wśród ludzi!

Ale jednak życie z rodziną to pozytywna zmiana. Przede wszystkim dlatego, że jest przestrzeń na poznanie siebie nawzajem nieco głębiej. Poznanie codziennych smutków, kłopotów i humorów. Jest też więcej czasu na rozmowy. Nie takie, jak to bywa przez telefon: „Jak się czujesz? Wszystko OK? To dobrze, u nas też, muszę lecieć".

Márai pisze, że życie człowieka jest wędrówką, a samemu wędruje się źle.
– Ja nigdy w życiu nie byłam tak naprawdę sama. Zawsze była rodzina, dzieci, wnuki.

Kiedy ja rozglądam się wokół, mam wrażenie, że nastało marquezowskie sto lat samotności. Wiele osób żyje samotnie wcale nie z wyboru, i to pomimo licznych aplikacji, które obiecują, że miłość – niczym wspomniane bajki dla najmłodszych – jest na wyciągnięcie ręki.
– Tak, zakochanie jest na wyciągnięcie ręki. Miłość musi się łączyć z przyjaźnią. Trzeba szukać człowieka, który będzie na dobre i na złe. Nie tylko wtedy, kiedy jesteśmy młodzi, piękni i bogaci, ale również, gdy tego wszystkiego nam zabranie.

Czytałam wspomnienie mężczyzny, którego żona śmiertelnie chorowała. Towarzyszył jej do samego końca. Pisał, że największą, wszechogarniającą miłość czuł właśnie wtedy.

W chorobie człowiek czasem bardzo się zmienia, m.in. za sprawą leków. Bywa, że potrzebuje takiej samej opieki jak dziecko.
– Fizycznie to może być całkiem inna osoba niż ta, w której się zakochało, a jednak, kiedy łączy nas prawdziwa miłość i przyjaźń, w najtrudniejszych momentach właśnie to uczucie człowieka otula i pomaga mu przetrwać.

Cóż mogę powiedzieć osobom, które są samotne? Nie będę prawiła komunałów w stylu: „trzeba być otwartym na miłość". Na świat warto być otwartym. Z przemyśleń Máraia można czerpać życiodajną energię.

Największe wrażenie robi na mnie fakt, że ten węgierski pisarz, który podczas drugiej wojny światowej pomagał ukrywać żydowskie dzieci, a którego teść zmarł w Oświęcimiu, pisze, że wbrew wszystkim okropieństwom tak ludzie, jak i życie – są cudowni.
– Mówi: zobacz, chodzisz po ziemi, spacerujesz pod gwiazdami. To cudowna rzecz. Ważne, żeby nie zamykać się w swojej samotności. Wyjdź z domu i się rozejrzyj. Może dostrze-

eprasa.pl eddb2a5eb2

żesz coś pięknego, coś niezwykłego w otaczającym cię świecie, przyrodzie?

W buddyzmie istnieje takie pojęcie jak cud uważności. „Jest tylko jeden najważniejszy czas, a ten czas – to teraz. Chwila teraźniejsza jest jedynym czasem, jaki mamy" – mówi mistrz zen Thich Mhat Hanh.

O szczęściu Márai pisze tak: „Większość ludzi spędza życie na metodycznym, żmudnym, pilnym, niezmordowanym przygotowywaniu się do szczęścia (...). W tym celu podróżują i trudzą się, z pracowitością mrówki i drapieżną chciwością tygrysa kolekcjonują rekwizyty szczęścia. A gdy okazuje się, że życie minęło, dowiadują się, że nie wystarczy gromadzić wszelkie rekwizyty szczęścia. Bo czyniąc to, trzeba też być szczęśliwym. A o tym zapomnieli".
– Przecież szczęście nie jest stanem permanentnym. Jest kometą, chwilą, błyskiem, który trzeba zauważyć i zapamiętać. A potem, gdy jesteśmy starsze, mamy do wyboru: wspominać nieszczęścia, które nam się przytrafiły, albo to, co było dobre, radosne i jasne.

A nasze spotkanie – czy to nie jest chwilka szczęścia? Poznaję niezwykłą, interesującą kobietę, która jest mnie ciekawa i w dodatku mówi, że jestem OK. I to muszę zapamiętać!

Jestem zaszczycona! Gdzie najczęściej odnajduje pani iskry szczęścia? Co daje pani radość, kiedy gasną światła i schodzi pani ze sceny?
– Ludzie sobie czasem wyobrażają, że artyści wiodą szalone życie. Nawet w młodości nie byłam zabawowa, natomiast od dziecka wielką przyjemność sprawiało mi czytanie.

„Czytać należy na śmierć i życie, bo to największy ludzki dar" – pisze Márai.
– Ciągle usiłuję rozwikłać to zdanie! Coś w tym jest, że jak już bierzemy do ręki książkę – oczywiście rozmawiamy o dobrej literaturze – to musimy ją traktować z szacunkiem. „Czytać z intensywnością większą, niż kiedy pisano ten tekst" – to świetna rada.

Moim ostatnim zachwytem był „Śnieg" Orhana Pamuka. Czułam, że spaceruję po uliczkach w wiosce, którą opisuje, i widzę oraz słyszę jego bohaterów.
– Ja jestem świeżo po lekturze „Noża", który powstał po ataku na sir Ahhmeda Salmana Rushdiego. To książka, od której nie sposób się oderwać. Niesamowite, jaką opowieść stworzył Rushdie na temat tego krótkiego, bolesnego w skutkach incydentu w jego życiu: jakie światy, jakich ludzi odkrywa, jak odkrywa siebie! Trzeba być geniuszem, by stworzyć takie dzieło.

Pomyśl: „Tylko człowiek umie czytać" – pisze Márai.

Jako artystka jest pani perfekcjonistką, a czy prywatnie potrafi pani być wyrozumiała wobec siebie?
– Zaczynam się tego uczyć. Dopiero teraz, kiedy mam 82 lata, zdarza się, że potrafię powiedzieć: trudno, nie udało się. I idę dalej.

A jeśli idzie o pryncypia, staram się przede wszystkim nikogo nie urazić. Mam proste credo życiowe: Żeby dzieci nigdy nie musiały się za mnie wstydzić.

Czasem się zastanawiam, czy nasi politycy w ogóle o tym nie myślą? Przecież mają dzieci i wnuki. Mnie wielokrotnie zdarza się za nich wstydzić, czuć zażenowanie. Oczywiście nie mówię o wszystkich politykach.

Pomimo tego jestem pewna, że chodzi pani na każde wybory.
– Niepójście na wybory to najgorsze, co można zrobić! Co to za argument „nie mam na kogo zagłosować"? Zawsze jest na kogo zagłosować. Jeśli nie masz idealnego wyboru, wybierz mniejsze zło. Najważniejszy obowiązek, który masz, jako obywatelka, jako obywatel, to głosować.

Nie żyjemy w edenie. Całe życie wędrujemy i zawsze trzeba być przygotowanym na burzę i pożar. Dlatego, że to się zdarza. Jednemu się zdarzy, drugiemu nie, ale należy to mieć na uwadze.

Pytanie, co zrobić, by mając to na uwadze, uchronić się przed życiem w ciągłym lęku.
– Ja zawsze lubiłam być samodzielna. Mój ojciec był człowiekiem niezwykłym. Tak dobrym, że na samą myśl o nim robi mi się ciepło na sercu. Nauczył mnie wielu praktycznych umiejętności. Przebita dętka w rowerze? Wiem, jak się za to zabrać. Nie ma prądu? Sąsiadki często pukały do naszych drzwi: „Korki wysiadły. Czy jest Ania?". A ja chodziłam i pomagałam. Potrafiłam sobie poradzić nawet z awarią kuchenki elektrycznej. A ponieważ w młodości byłam harcerką – w razie potrzeby zbuduję w lesie szałas.

Kiedy w życiu zdarzają się trudności, nie ma się co dziwić, załamywać rąk, lamentować „dlaczego mnie to spotkało?". Trzeba umieć zakasać rękawy i ratować siebie i innych.

Przypomniało mi się teraz chińskie przysłowie: „Żyj według rad, których udzielasz innym".

Być może pani nie uwierzy, ale znam osoby, którym do emerytury brakuje kilkunastu lat, a już odliczają czas i planują, że dopiero wtedy zaczną żyć.
– I słusznie. Po osiągnięciu wieku emerytalnego można nadal uprawiać swój zawód, pod warunkiem, że jest zawodem, który się kocha, natomiast jeśli kobieta przez całe życie chciała malować, pisać wiersze czy tańczyć, a pracowała w zupełnie innym charakterze, to pożegnanie się z pracą ma sens. Jeżeli to służy pasji, spełnianiu marzeń – koniecznie trzeba to robić.

Wszystkich marzeń nie spełnimy nigdy, ale to nie jest powód do rozpaczy. Marzenia są po to, żeby marzyć.

Natomiast co do emerytury – ja również ciągle liczę na to, że odpocznę, tylko że... ja nie chcę przestać pracować. Gram w kilku spektaklach, przygotowuję trzeci monodram, są widoki na film.

Naprawdę chciałaby pani zakończyć karierę? Kiedy obserwuję panią na scenie, widzę osobę będącą w swoim żywiole, osobę żyjącą pełnią życia.
– Na razie nic na to nie wskazuje, żebym przestała grać. Widownia ciągle jest pełna. Trzeba to uszanować. ▲

ANNA KALITA

Absolwentka politologii na Uniwersytecie Wrocławskim. Dziennikarka nominowana m.in. do Grand Press, Nagrody im. Teresy Torańskiej oraz Wirtuali. Fascynują ją ludzie i ich historie oraz praca, która pozwala jej te historie opowiadać.
Kontakt: **anna.kalita@agora.pl**

eprasa.pl eddb2a5eb2

Jeden krem na różne S.O.S. skóry. Poznaj nowość od Mixa

Wysuszone przez wiatr lub słońce usta, podrażniona po peelingu lub goleniu skóra, nagłe otarcie? Jeśli masz miejsce w torbie tylko na jeden kosmetyk, to warto by był to krem **Mixa Balm Cica+**. Skorzysta na tym cała rodzina!

Kosmetyk powinien nadążać za naszym stylem życia — dynamicznym, zmiennym i pełnym wyzwań. Powinien być sprzymierzeńcem w codziennym biegu, dostosowując się do naszych potrzeb, tempa dnia, indywidualnych nawyków, ale też miejsca, w którym jesteśmy. Taki właśnie jest nowy krem francuskiej marki Mixa – Balm Cica+.

To wielofunkcyjny krem regenerujący i kojący, który przyda się w każdej sytuacji! Podrażnienie po goleniu, peelingu? Wysuszone przez klimatyzację ręce, a może obtarte wewnętrzne części ud? Będzie idealny na suche usta, pupcie niemowlaka czy otarcie starszego dziecka. To krem na wiele problemów skórnych – SOS w różnych sytuacjach.

Mixa BALM CICA+ może zostać użyty w wielu sytuacjach, np. na:

- uczucie swędzenia spowodowane suchością skóry
- otarcia
- suche usta
- zaczerwieniony nos
- pupę niemowlęcia
- zewnętrzne okolice intymne
- skórę po goleniu
- skórę po tatuażu*
- skórę po peelingu*

Ukojenie i regeneracja

Mixa Balm Cica+ można stosować na całe ciało. Najlepiej aplikować go dwa razy dziennie. Zapewnia efekt intensywnej regeneracji. Jego kojąca formuła jest wzbogacona o silnie działające składniki aktywne: pantenol, glicerynę, skwalan. Pantenol to pochodna witaminy B5, znana ze swoich właściwości kojących. Gliceryna chroni skórę i intensywnie ją nawilża, a skwalan wspomaga w utrzymywaniu prawidłowego nawilżenia. W całości zapewnia skórze pełną troskę, pomagając jej wrócić szybciej do dobrej kondycji.

Ze względu na swoje niewielkie rozmiary, Mixa Balm Cica+ można wrzucić do torebki, walizki, torby plażowej czy plecaka – mieć przy sobie, biegając pośród miejskiej dżungli, wypoczywając z dziećmi czy wybierając się na trekking poza miasto. To krem, który przyda się w wielu sytuacjach, stanowiąc pomoc dla suchej, zaczerwienionej i podrażnionej skóry.

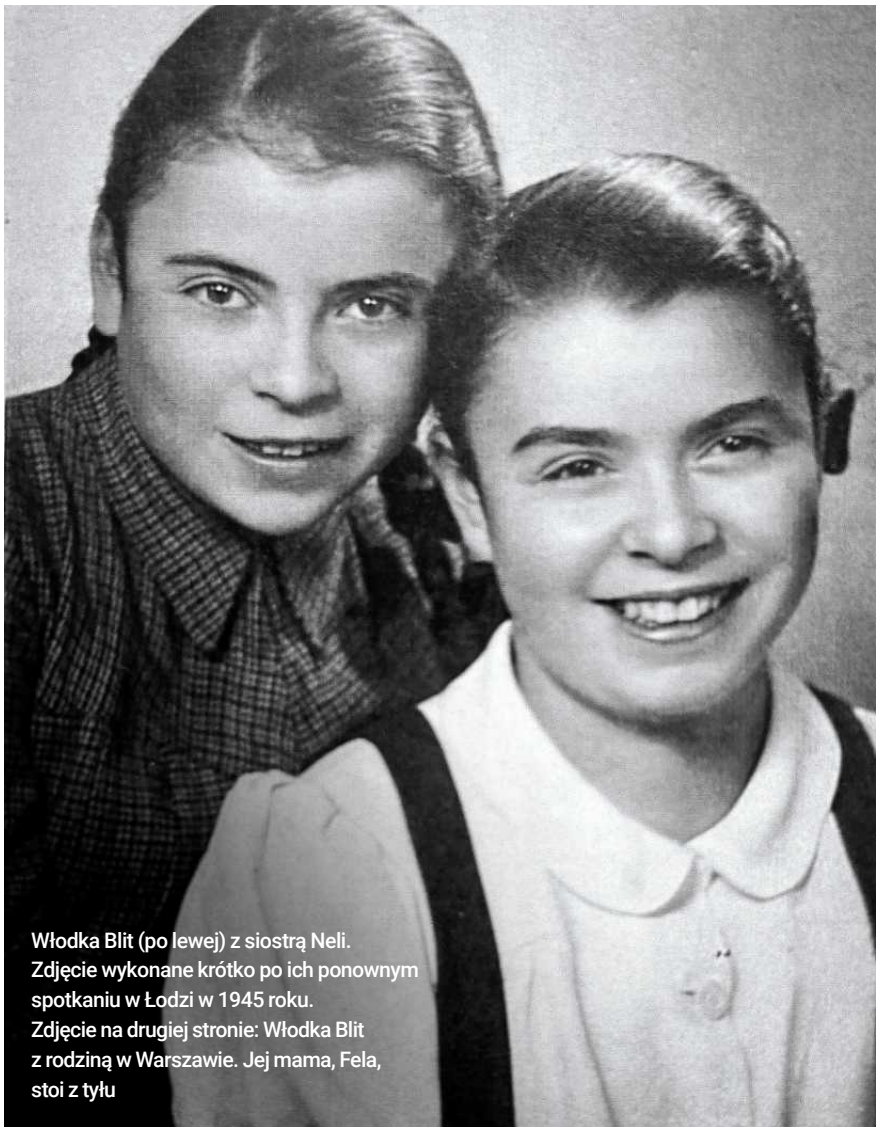
Wielofunkcyjny regenerujący krem kojący **Mixa BALM CICA+** 34,99 ZŁ/50 ML → dostępny w Rossmanie

*Po reepitalizacji

eddb2a5eb2

Po drugiej stronie *okna*

Fela pojawiała się w umówionym miejscu codziennie, żeby pokazać mieszkającym po aryjskiej stronie córkom, że żyje. 18 kwietnia Neli i Włodka machają mamie jak zwykle. Żadna nie wie, że to ostatni raz



Włodka Blit (po lewej) z siostrą Neli. Zdjęcie wykonane krótko po ich ponownym spotkaniu w Łodzi w 1945 roku. Zdjęcie na drugiej stronie: Włodka Blit z rodziną w Warszawie. Jej mama, Fela, stoi z tyłu

FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

TEKST **PAULA SZEWCZYK**

Dziewczynki wybiegły mi na powitanie, wołając: chodź, chodź prędko, coś ci pokażemy! Pociągnęły mnie do okna i wskazały na kobietę, spacerującą wolnym krokiem po drugiej stronie muru" – napisze w wydanych tuż po wojnie wspomnieniach łączniczka Żydowskiej Organizacji Bojowej, Władka Meed.

I że nie mogła z dziewczynkami zbyt długo przyglądać się kobiecie, gdyż w tej samej chwili spostrzegł je strzegący murów warszawskiego getta Ukrainiec i skierował lufę karabinu w ich stronę. „Czym prędzej cofnęłyśmy się w głąb pokoju".

Dziewczynkami, o których wspomina Meed, były bliźniaczki Neli i Włodka Blit. Ukrywały się wówczas po tzw. aryjskiej stronie u polskiej rodziny. Kobietą, którą obserwowały w getcie, była ich matka.

Ciekawiło mnie, co stało się z siostrami po wojnie. Wiedziałam z książki Władki Meed, „Po drugiej stronie muru", że obie z Zagłady ocalały.

Anna Bikont dwa lata temu mówiła mi w rozmowie dla „WO": „Ludzi, którzy najbardziej mnie interesują, nie ma już na świecie". I że bardzo trudno jej pisać kolejną książkę, kiedy nie żyją wszyscy jej bohaterowie.

Byłam pewna, że o Blitównach napiszę bez nich, ale niespodziewanie jedną z sióstr odnalazłam. Gdy spotkałyśmy się w Londynie w sierpniu 2025 r., Włodka Blit miała prawie 94 lata.

PIERWSZE HELLO

„Szana Towa" – piszę. „Dobrego Nowego Roku. Mogę zapytać, czy miała pani może siostrę bliźniaczkę?" – między innymi tę wiadomość wysyłam w październiku 2024 r. do znalezionej w mediach społecznościowych Włodki, choć nie zgadzało się nazwisko, a konto nie miało zdjęcia profilowego. Po trzech dniach telefon dzwoni.

– Hello? To co by pani chciała wiedzieć? – pyta Włodka, po mężu Robertson, w naszym pierwszym połączeniu wideo.

ZESKOCZYŁY, TYLE

Władka Meed, właściwie Fajgele Peltel-Międzyrzecka, pełniła z ramienia ŻOB-u funkcję kurierki. Z getta wyszła w grudniu 1942 r., by organizować po tzw. stronie aryjskiej pomoc dla tych, którzy pozostali za murami. 11-letnie wówczas bliźniaczki opuściły dzielnicę zamkniętą również dzięki jej pomocy.

Wraz z innym członkiem ŻOB Michałem Klepfiszem Meed umieściła siostry najpierw w małym przyfabrycznym dom-

eprasa.pl eddb2a5eb2

Wydawało nam się, że w getcie jest lepiej.

Na początku się dużo z Neli bawiłyśmy

ku na Czerniakowie, później przy Świętojerskiej 21. Kamienica stała przy ogrodzie Krasińskich, równolegle do muru. To właśnie z jej okien dziewczynki widywały swoją matkę, która została w getcie.

Włodka pamięta rozmowę matki z Klepfiszem, który upierał się, żeby wyprowadzić dziewczynki z getta. 34-letnia wtedy Fajga Blit nie była pewna, czy to dobry pomysł. Ale był początek roku 1943, poprzedniego lata z Umschlagplatzu do Treblinki wywieziono 300 tys. Żydów. – Myśmy o tym, że ci ludzie pojechali na śmierć, już wtedy wiedzieli – mówi mi Włodka.

Atmosfera w getcie była coraz bardziej napięta. Przebywać w nim mogli wyłącznie ci z przydziałem do pracy. Kto nie miał potrzebnych papierów, musiał się ukrywać. Bywało jednak i tak, że żadne dokumenty nie gwarantowały przeżycia.

– Dlatego wszyscy wokół robili kryjówki. Matka, babcia, dziadek, ciotki debatowali, gdzie najlepiej się ukryć. Wujek budował ścianki działowe w pokojach, jedną kryjówkę zrobił w łazience – pamięta Włodka.

W tej trudno było jej długo wytrzymać. Malutka, ciasna, prawie bez powietrza. Ale gdy tylko słychać było nadchodzących Niemców czy Ukraińców, rodzina rozbiegała się po mieszkaniu z nadzieją, że akurat ich nie odnajdą. Otwieranie szaf, pukanie w ściany i podłogi. W budynku krzyki, błagania i strzały.

– To już nie było życie.

Czy dlatego Fela zgadza się, by córki w lutym 1943 r. wyszły z getta? Włodka nie jest pewna. Dziewczynek o zdanie wówczas nie pyta. Z wywiadu, jakiego Neli Blit udzieli pod koniec lat 90. Fundacji Shoah, wiem, że nie chciały się z mamą rozstawać. I że nawet się nie pożegnały. Klepfisz pomógł im wejść na drabinę, zeskoczyły, tyle.

STRACH PRZYSZEDŁ Z CZASEM

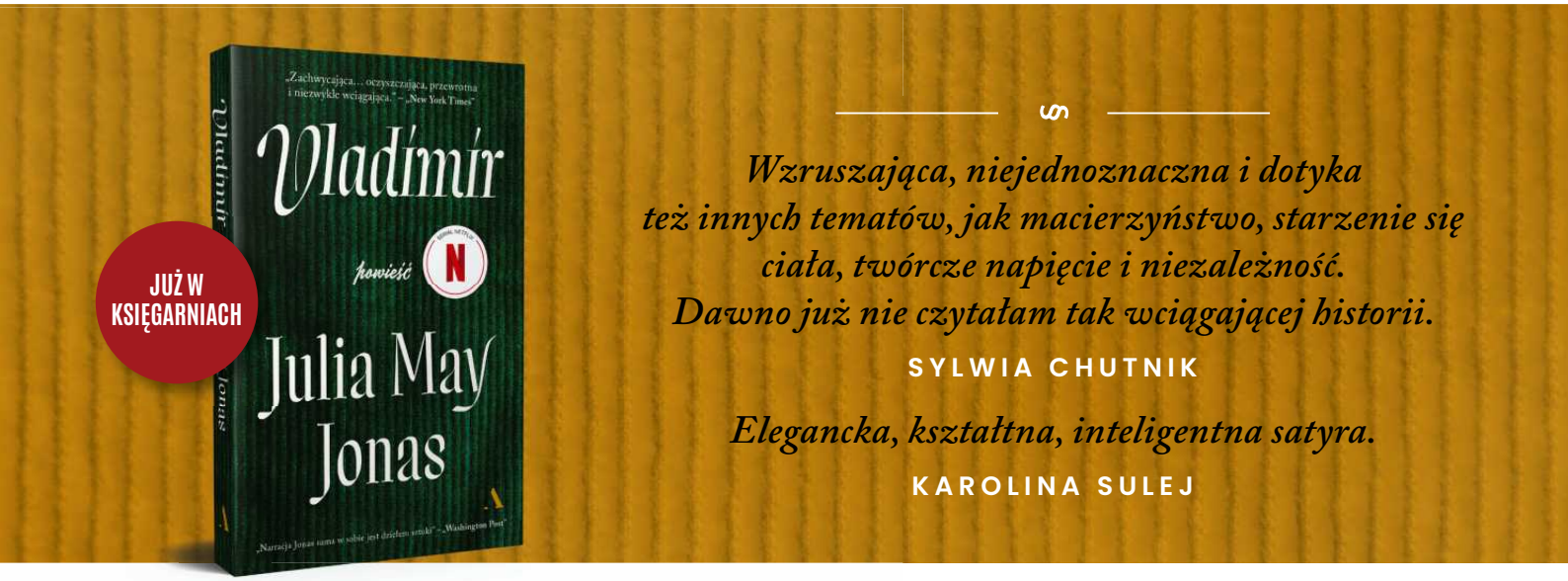
– Jak żyłyście przed wojną? – pytam któregoś razu Włodkę.

– To mi się wydaje bardzo nudne! – stwierdza.

Ja z ekscytacji, ale i niedowierzania, że jest na świecie jeszcze ktoś, kto ocalał z Zagłady i pamięta Warszawę sprzed okupacji, proszę o każde wspomnienie. To, czego 94-letnia Włodka już nie pamięta, uzupełniam świadectwem, które trzy dekady wcześniej, podobnie jak siostra, nagrała dla Fundacji Shoah.

Rodzina Blit mieszkała na Nowolipiu. Włodka i Neli miały pokój dla siebie, w sypialni spali rodzice, a w kuchni na składanym łóżku Hela, polska służąca i opiekunka. Ojciec był bundowcem, działaczem politycznym i publicystą, matka pracowała jako dyrektorka szkoły i była raczej syjonistką, ale nie wywoływało to między nimi większych sporów. Oboje byli aktywni politycznie, ciągle przyjmowali w domu gości. Lucjan Eliezer Blit był w stolicy znanym działaczem, Włodka wspomina, że gdy wychodzili w soboty na spacer, co chwilę przystawali, bo co rusz ktoś miał

OGŁOSZENIE



eprasa.pl eddb2a5eb2

do ojca sprawę. Pamięta też wspólne pochody pierwszomajowe, tłum ludzi i swoje czerwone kokardy we włosach.

Kiedy Fela była w ciąży, mąż spodziewał się syna, wybrał mu nawet imię po Włodzimierzu Medemie, liderze Bundu. Na świat przyszły jednak dziewczynki, i to dwie. Tak Włodka dostała imię po słynnym działaczu, a siostra od bohaterki poczytnej wówczas powieści „W pustyni i w puszczy".

Rodzina matki nie była zasymilowana, dziadek mówił w jidysz, modlił się trzy razy dziennie i trzymał koszer, nawet w getcie. – Pamiętam, jak w Jom Kippur mama w getcie zrobiła party for us, a to dzień żałoby i postu. Dziadek był bardzo naburmuszony – śmieje się Włodka 80 lat później. Pamięta też, jak martwił się, że mieszkanie u polskiej rodziny zrobi z niej i Neli katoliczki.

Dotychczas niemal całe życie bliźniaczek toczyło się w dzielnicy Północnej. Tu chodziły do przedszkola, tu zdążyły skończyć do 1939 r. jedną klasę podstawówki. Choć nie uczyły się żydowskiego ani nie chodziły do synagogi. Włodka: – Religii w moim życiu nie było. Miałam w Polsce świeckie dzieciństwo i nigdy później się do religii nie zbliżyłam.

Miała iść do drugiej klasy, ale przyszła wojna. Hela zniknęła, wróciła do siebie na wieś. – Co pamiętam? – Włodka wylicza bomby, pożary, gaszących je wodą i piaskiem ludzi. Atmosferę pośpiechu, oddawanie kosztowności. I jak zaczęła się budowa muru.

Rodzice jako działacze polityczni jeszcze we wrześniu uznali, że ruszą na Wschód. Córki zostawili z dziadkami, rodzicami ojca na Lesznie. Gdy po kilku tygodniach chcieli jednak wrócić, Lucjana zatrzymali na granicy, wysłali na Syberię do obozu pracy, Fela wróciła do Warszawy sama. „Wydawała się dziwna, całkiem obca" – mówi o niej Włodka w 1995 r. na nagraniu. O babci: „była bardzo przygnębiona, dużo płakała", gdy już byli w getcie.

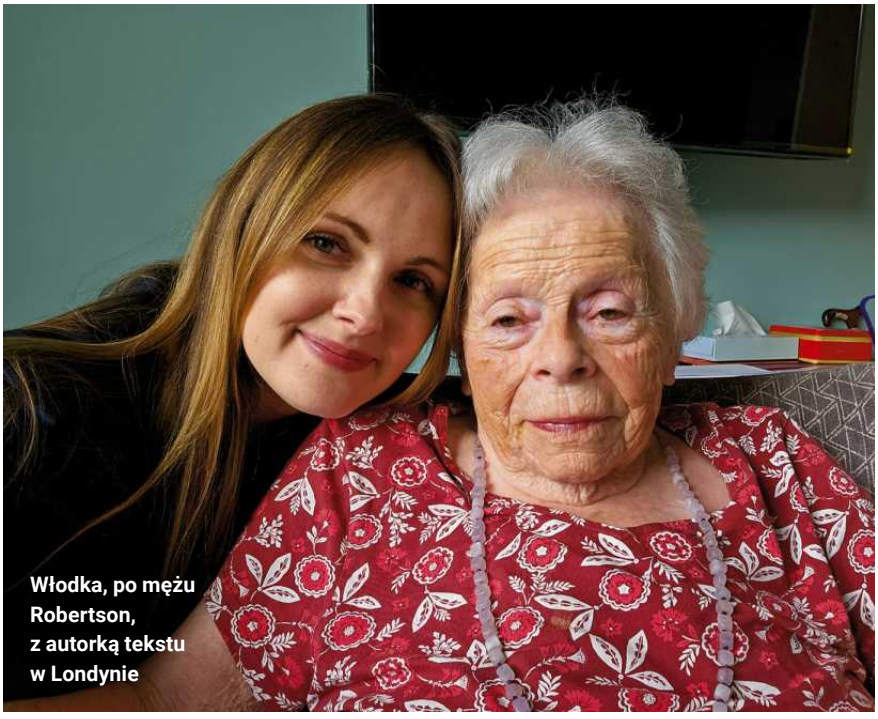
Zasymilowanej rodzinie od strony ojca wiodło się dobrze, wujkowie mieli na łapówki dla strażników, przemycali jedzenie. Matka prowadziła kuchnię.

– Nie pamiętam, żebyśmy byli jakoś specjalnie głodni. Wydawało nam się, że w getcie jest lepiej.

Robię duże oczy.

Włodka tłumaczy: – Bo baliśmy się polskich band atakujących Żydów na ulicach.

– I na początku dużo się z Neli w getcie bawiłyśmy – dodaje. Wokół było mnóstwo dzieci, kamienice z podwórkami, dziedzińcami i wielkimi bramami, po których można było się ganiać. Potajemne lekcje rytmiki, tańca, ukryte po prywatnych mieszkaniach biblioteki, mnóstwo czytania.



Włodka, po mężu Robertson, z autorką tekstu w Londynie

Dla 12-letnich dziewczynek strach na dobre zaczął się wraz z budową ciasnych skrytek.

SZAŁ RADOŚCI PO LIŚCIKU

– Dubiel – odpowiada bez wahania, gdy pytam o nazwisko osób, które zgodziły się ją u siebie w mieszkaniu przy Świętojerskiej przechować.

Razem z Neli zwracały się do starszego małżeństwa „babciu" i „dziadku". Władka Meed napisze, że Dubielowa – nie podam imienia, a ja go nie ustalę, rodzina nie widnieje wśród Sprawiedliwych – była nieco rozczarowana, gdy przyprowadziła do niej bliźniaczki. „Spodziewała się, że będą wyglądały bardziej po aryjsku, a tutaj takie brązowe oczy i ciemne włosy" – zapisze we wspomnieniach.

Dla zachowania pozorów dziewczynki chodziły z Dubielami do kościoła, nauczyły się modlić. – Do dziś pamiętam: „Ojcze nasz, któryś jest w niebie".

Papiery? – Miałam, żydowskie underground mi zrobiło. Zgodnie z nimi byłam ochrzczona, zapomniałam nazwiska, ale wiem, że miałam na imię Irena, Irka. Neli stała się Marysią.

– Pani tak dobrze mówi po polsku, tyle pani pamięta – dziwię się.

– Ja też, ja się dziwię!

Meed pisze, że obie dziewczynki mówiły po polsku doskonale i pilnowały się, by ani słowem w polskim domu nie wspominać getta. Gdy kurierka przychodziła do mieszkania Dubielów z pieniędzmi, siostry „ożywiały się" na jej widok. Liczyły na wiadomość od matki. „Mów, mów! Przyniosłaś nam coś stamtąd, pytały od progu" – napisze po wojnie. I że „wpadały w szał radości, kiedy istotnie miałam dla nich liścik od mamy".

Włodka jest też pewna, że za jej i siostry życie płaciło wówczas żydowskie podziemie. – Wątpię, żeby matka cokolwiek mogła jeszcze w getcie mieć.

Dubielowa zgodziła się początkowo przyjąć obie dziewczynki do siebie. Ale któregoś dnia poinformowała Meed, że jedną z dziewczynek musi odesłać. Padło na Włodkę.

– Neli była weselsza. Zawsze wydawało mi się, że inni lubią bardziej ją niż mnie.

– To mogło być powodem? Może łatwiej było ukryć i wyżywić tylko jedno dziecko? – zgaduję.

– Nie wiem tego i nigdy tego nie drążyłam.

POCZUCIE WINY, ŻAL

Włodka z pomocą łączniczki ŻOB-u trafiła wówczas na wieś do młodego małżeństwa, Serafinów.

eprasa.pl eddb2a5eb2

Dopóki wojna się nie skończyła, nawet nie wiedziała, gdzie są matka i siostra ani czy przeżyły. Neli też myślała, że jest już sama na świecie, ale po wojnie udało się im odnaleźć w Łodzi. Ojciec w tym czasie był już w Londynie, miał kogoś. Poznały macochę, gdy w 1946 r. sprowadził dziewczynki do siebie. – Przez tyle lat go nie widziałam, że mówiłam do niego na „pan".

Wyjechały, poszły do szkoły, zaczęło się nowe życie. Tematu wojny nie poruszały ani z ojcem, ani między sobą. Włodka: – Teraz żałuję.

Neli szybko poznała chłopaka – Karol też był Ocalałym – wyprowadziła się z domu, zaszła w ciążę. Wyjechali razem do Stanów. Zmarła trzy miesiące przed moim pierwszym kontaktem z Włodką.

Siostrze było przykro, że się rozdzielają. Widywały się mniej więcej co dwa lata. Ale kilka lat później Włodka też była już po ślubie, wyszła za nie-Żyda, przeżyła z Brucem 62 lata.

– Bardzo się mną opiekował – mówi.

Mieli trójkę dzieci, pięcioro wnuków i trzech prawnuków.

Po angielskiej maturze nie wiedziała, co miałaby robić w życiu. Zapisała się na dwuletni kurs radiografu i resztę życia przepracowała w szpitalu. Tam też nikomu nie mówiła o swoich wojennych przeżyciach. Nie pamięta nawet rozmowy z dziećmi na ten temat, ale te mówią, że zawsze wiedziały.

Żałuje i ma do dziś poczucie winy, że ani ojciec, ani ona nie dopilnowała, by Dubielowie i Serafinowie otrzymali Medal Sprawiedliwych.

– Pojechaliśmy z mężem szukać tych ludzi, ale od wojny minęło wtedy 30 lat. Nie udało nam się. Do dziś nie lubię, gdy ktoś mówi o Polsce źle, bo ja dzięki Polakom żyję.

MAMA NIE ZAWSZE WRACA

Okna mieszkania Dubielów – znajdowało się na trzecim lub czwartym piętrze, Włodka nie jest pewna – wychodziły na ulicę od strony getta, na wprost od Wałowej. Klepfisz lub Meed przekazali Feli, gdzie może udać się jej dojrzeć córki. Pojawiała się w umówionym miejscu codziennie, żeby pokazać im, że żyje.

Meed pisze, że musiała uczulić bliźniaczki, że to niebezpieczne wpatrywać się w matkę z okna. Z jej relacji wynika, że dziewczynki miały nawet rzucać jej na dół liściki.

18 kwietnia Neli i Włodka machają mamie. Nie wiedzą, że ostatni raz.

19 kwietnia 1943 r. wybucha powstanie w getcie. Bliźniaczki obserwują w ciągu kolejnych dni zza firanek, jak mur obstawia coraz więcej Niemców, Ukraińców i Łotyszów. Jak za bramę wjeżdżają czołgi, jak podwórka polewane są benzyną i całe budynki stają w ogniu. Słyszą jeden wielki huk, niemieckie komendy, strzały. Za murem jest cała ich rodzina.

– Wiedziałam, że mama już nie przyjdzie – mówi Włodka. Nie wie, dlaczego matka nie wyszła z getta wcześniej ani czy próbowała.

Przez lata nie wiedziała, co się stało. O tym, że Fajga Blit nie zginęła w powstaniu, lecz została wysłana na Majdanek i zamordowana w komorze gazowej, dowiedziała się z korespondencji ojca, do której zajrzała bez jego wiedzy.

Pierwszą naszą rozmowę Włodka Blit zaczęła tak: – Wyjeżdżałam do Londynu, mając 15 lat, ale nie byłam już dzieckiem. ▲

Bielenda PROFESSIONAL

SUPREMELAB

BIO-TECH AGE NOWOŚĆ

TWOJA SKÓRA W RĘKACH PROFESJONALISTÓW

SUPREMELAB BIO-TECH AGE to biotechnologiczna, nowoczesna pielęgnacja o działaniu na wiele oznak starzenia. Zawiera aż 25 komplementarnych, składników aktywnych, a lamelarna baza każdego produktu zapewnia ich lepsze przenikanie.

AGE-RESIST PRECISION SERUM
Infuzyjne serum wypełniająco-przeciwzmarszczkowe

Prawdziwa infuzja precyzyjnie działających, kompatybilnych składników aktywnych. Dzień po dniu **poprawia jakość skóry dojrzałej**, zapewniając jej **sprężystość i promienność**. Daje efekt **przeciwzmarszczkowy** i **silnie rewitalizujący**. Ujędrnia, rozjaśnia i **poprawia koloryt**.

TIME-RESIST EXTRA LIFTING CREAM
Przeciwzmarszczkowy krem wygładzająco-ujędrniający

Wpływa na redukcję wielu oznak starzenia, **stymuluje produkcję kolagenu***, daje efekt lekkiego napięcia i subtelnego soft-liftingu. Używany regularnie sprawia, że skóra staje się gładka, jędrna i elastyczna, a **zmarszczki mniej widoczne**. Wspiera także funkcjonowanie bariery hydrolipidowej.

*Badania in vitro składnika aktywnego

BAZA LAMELARNA

PEPTIDE EYE LIFT CREAM
Krem pod oczy wypełniająco-rozjaśniający

Krem kompleksowo pielęgnuje delikatną skórę okolic oczu. **Wypełnia**, wygładza, zmniejsza oznaki zmęczenia, **redukuje zmarszczki**, a jednocześnie nawilża i wspiera regenerację.

SPRAWDŹ WSZYSTKIE PRODUKTY

Ekspert marki Supremelab Agnieszka Leśniak

Well aging i longevity to dwa podejścia do pielęgnacji, które stają się coraz popularniejsze. Chodzi w nich o jak najdłuższe utrzymanie skóry w dobrej kondycji poprzez **stymulację** jej naturalnych procesów oraz wsparcie **regeneracji i bariery hydrolipidowej**.

OGŁOSZENIE

eprasa.pl eddb2a5eb2

Wszystkie drogi prowadzą do *starej baby*

Gdyby starsze kobiety powiedziały tym młodszym, jak bardzo te drugie zostaną później zrobione w konia, to może te młode nie chciałyby już uczestniczyć w tym procederze

KAROLINA LEWESTAM

(ur. 1979) – filozofka, publicystka, pisarka, eseistka związana z „Pismem". Autorka książek, m.in. „Szmaty", „Pasterze smoków. Rodzice kontra świat" oraz kilku książek dla dzieci i młodzieży. Matka trójki dzieci

FOT. TATYANA BEZUGLOVA, MATERIAŁY PRASOWE

Po co ci to było?
– Napisanie „Szmat"?

Tak. To jest Polska. Annie Ernaux będzie wolno pisać o trudnym dorastaniu, Polce już tak łatwo nie ujdzie na sucho.
– Pierwszy impuls do napisania tej książki był taki, że chcę zrozumieć, co to znaczy być kobietą w średnim wieku. Każdy ludzki system działa tylko do pewnego stopnia, pewnych rzeczy nie zagospodarowuje, zawsze generują się jakieś niezaplanowane śmieci. A kto je sprząta? To prawie zawsze kobiety w średnim wieku. One zajmują się dziećmi i rodzicami; one obsługują emocjonalnie rodziny, one wykonują całą tę niewidzialną pracę, o której tyle się teraz mówi. Ale mimo że się o niej mówi, to nadal nikt tej konkretnej demografii za bardzo nie lubi.

Chciałam więc opisać mechanizm sprawiający, że tzw. stara baba to jest osoba, której społeczeństwo stara się programowo nie zauważać. Moja intuicja była taka, że spojrzenie na nią z bliska i z właściwą naszej liberalnej erze dozą empatii zmuszałoby nas do zrozumienia zbyt wielu niekomfortowych rzeczy. Na przykład tego, że wszyscy mamy ciało, przez nie jesteśmy zależni od innych, bo przez dużą część życia ktoś się tym ciałem musi opiekować. Spojrzenie na starsze kobiety zmusza nas do myślenia, że jesteśmy śmiertelni.

Młode kobiety też nie lubią tych starszych?
– Tak. Kultura na wiele sposobów uniemożliwia albo utrudnia komunikację między różnymi pokoleniami kobiet, których solidarność i porozumienie mogłyby stanowić broń i siłę. Gdyby starsze kobiety powiedziały tym młodszym, jak bardzo te drugie zostaną później zrobione w konia i wyrolowane, ergo – zostaną wysiudane do roli pielęgniarek i opiekunek, to może te młode nie chciałyby już uczestniczyć w tym procede-

eprasa.pl eddb2a5eb2

rze. Muszą więc istnieć mechanizmy zaburzania tej komunikacji, na przykład obrzydzanie starych bab młodszym kobietom.

Czyli widzisz, początkowo pisałam o kobietach w średnim wieku teoretycznie, to miał być tylko esej, a te prozatorskie opowieści o moich „matkach", czyli matce i ciotkach, o podróżach po lumpeksach, o wielkiej kupie ubrań leżącej u nas na strychu i o swojej nastoletniości pisałam tak sobie na boku. I powoli, niezauważenie, kęs po kęsie ta trudna proza połykała ten projekt teoretyczny. W końcu się poddałam i uznałam, że nie będę w stanie napisać żadnej interesującej prawdy bez usadzenia jej w doświadczeniu, we własnym cielesnym przeżyciu.

I powiem ci szczerze, że byłam tym nieco rozczarowana. Rozczarowana sobą jako teoretyczką. Ale trudno – przynajmniej pisząc „Szmaty", sama sobie rozplątałam kilka wewnętrznych węzłów.

Jaki był ten najmocniej zaciśnięty?

– Lęk, że zaraz będę w tym wieku, w którym cię już nikt nie chce słuchać. Lęk, który ma źródło w tym, że jako nastolatka też nie chciałam słuchać swoich „matek" – czyli mamy i ciotek, jej przyjaciółek. Uważałam, że są straszne, żałosne, nieudane. Dlatego w książce zwracam się do młodej kobiety, „córki" – ale to nie jakaś konkretna córka; moje córeczki są jeszcze małe, to raczej amalgamat dawnej mnie i tego, jak sobie je wyobrażam w przyszłości. I pisząc, czułam tę niesamowitą potrzebę przedarcia się ze swoją historią do tej wyobrażonej młodej dziewczyny, a zarazem drżałam, że to się nie uda, że moje słowa umierają już w powietrzu, tracą impet, są jak zdechłe ryby, których ona nie będzie chciała podnieść. Niejako przeżywałam wstyd, który mogły czuć, jakże niesłusznie, moje matki, kiedy były mierzone moim bezlitosnym, nastoletnim spojrzeniem.

Kobietom z niższej klasy świat każe się wstydzić – tego, że nie mają ładnych ubrań, pięknych mieszkań, tzw. klasy. Tworzą one coś wartościowszego – sieć wsparcia i ciepła. Są drogowskazem, nawet jeśli negatywnym: pokazują ci, czego nie robić, bo stanie się z tobą to samo co z nimi.

– Inspiracją byli „Argonauci" Maggie Nelson. Co prawda ona pisze o queerowej historii miłosnej, a ja o heteroseksualnych kobietach, ale płynność formy literackiej u niej – jest to zarówno proza, jak i memuar i wiele innych rzeczy pomiędzy – pomogła mi zaakceptować moją potrzebę nieoczywistej struktury. Centrum spotkań tych moich wszystkich kobiet to w końcu Wielka Kupa Ubrań u nas na strychu, powstała dzięki wspólnym podróżom do lumpeksów i paczkom z Ameryki; ta kupa jest tak samo dziwna, pełna sprzecznych i śmiesznych rzeczy, niepoddająca się uporządkowaniu jak cała ta książka.

Kiedy pojawiły się pierwsze lumpeksy, moi rodzice wpajali mi, że są one pełne bakterii. To było aspiracyjne: chcieli się oddzielić od wszystkiego, co kojarzyło się z biedą.

– Znam kobiety, u których burdel w szafie budzi autentyczne poczucie zagrożenia. I nawet nie musi chodzić o nieporządek, ale o niechęć do nadmiaru. A druga część ludzkości, włączając mój babiniec, nie traktuje szmat użytkowo. Niektóre z nich przybywają do szaf, bo się przydadzą, ale inne – bo wzbudziły miłe uczucie, mają kolor czyichś oczu, podobałyby się babci, odbiły jakąś tęsknotę, błysnęły pięknym cekinem. Powodów, żeby taszczyć lumpy do domu, są miliony i ten przepływ szmaciany moje matki akceptowały tak, jak się akceptuje fale rzeczywistości.

Właśnie wyjechała ode mnie moja mama, z którą miałyśmy w planach jak zwykle ten sam wielki projekt, czyli zrobić Wielką Selekcję w mojej szafie. Zaopatrzyłyśmy się w herbatę i piwo, i zabrałyśmy się do pracy. Oczywiście nie udało nam się doprowadzić niczego do końca. Wieczór zastał nas w typowej dla nas sytuacji, kiedy na środku jest kupa szmat, a wokół niej dwadzieścia malutkich kupek, ta do oddania, ta do schowania, ta dla Kasi, Basi, Stasi itp. Narobiłyśmy po prostu większego bałaganu, ale poczułam wtedy paradoksalny spokój przynależenia. Bo dla mnie opresją jest właśnie wyselekcjonowana szafa i panujący w niej bezlitosny porządek.

W twojej narracji bez trudu odnajdzie się większość kobiet pamiętających lata 90. Zalała nas wtedy fala ciuchów, ale dostaliśmy od razu ciuchy w wybrakowanej, zdegradowanej formie, noszone po innych, coś, czego już nie chce jakaś Frau z Gorlitz. Co to z nami robi?

OGŁOSZENIE

eprasa.pl eddb2a5eb2

– Nie wszyscy znajdujemy się w centrum wydarzeń, raczej dostajemy to, co symboliczna rzeka nam wypluwa – i nie wiemy, czemu akurat wypluwa nam to, bo nie mamy pojęcia, co tak naprawdę dzieje się tam w górze. Tak właśnie było z tymi lumpeksami: nie znaliśmy wtedy jeszcze nazw marek, trendy zachodnie były niezrozumiałe, więc nie umieliśmy rozpoznać, czy coś jest dobre albo piękne, tylko robiliśmy to na zachłannego czuja, musiałyśmy to wymacać. Byłyśmy w dole rzeki od produkcji, od mody i od znaczeń, które te produkty miały ze sobą nieść.

Ubrania są w końcu narzędziem pewnej komunikacji: sytuują cię w jakimś kontekście, który rozpoznają inne osoby, które na ciebie patrzą. A tu kontekstu nie było. Raczej grzebaliśmy w nieskoordynowanej masie, jak dzieci szukające muszelek na plaży. Ale wciąż grzebaliśmy, bo szukaliśmy tam nowych nadziei, nowego blasku. I szukało się o tyle dobrze, że wtedy nie do końca wiedzieliśmy jeszcze, że to są odpady.

Nikt z nas nie wiedział. Wtedy to były skarby, także dla nastolatek, kandydatek na kobiety.

– Dojrzewanie w mojej książce też opisuję za pomocą ubrań. To ten moment, kiedy przestajesz nosić krótkie spodenki, bo w nich lepiej chodzi się po drzewach, i zaczynasz szukać w lumpach damskich fatałaszków, żeby wyeksponować te ledwie zarysowujące się atuty. Tyle że w mojej opowieści to dojrzewanie trochę się źle kończy.

Opisałaś relację ze znacznie starszym mężczyzną w czasie, kiedy ty byłaś licealistką. Ale opisując go, nie robisz z tego sensacji.

– Horrendalnie trudną sprawą jest przetłumaczyć siebie z przeszłości na teraz. Zwłaszcza właśnie ten motyw romansu ze starszym mężczyzną był trudny – ale nie mogłam go pominąć, bo był to fakt stojący na przecięciu tych wszystkich problemów z kobiecym dojrzewaniem. Nie sądziłam w ogóle, że kiedykolwiek będę chciała jakoś spojrzeć na to wspomnienie, ale potem napisałam do „Pisma" esej o seksualizacji młodych dziewcząt. Pisząc go, musiałam się skonfrontować z tym, co się mi przydarzyło – tyle że teraz miałam do dyspozycji język, o którym wtedy nie mogłam nawet pomarzyć. Jak np. choćby słowo „grooming", czyli urabianie młodej, nieświadomej do końca dziewczyny, żeby poszła z tobą do łóżka.

I wiesz, kiedy jednak zaczęłam o tym pisać, odkręciłam sobie słoik z tym wspomnieniem i wyleciały z niego zawekowane uczucia, które wtedy głęboko schowałam. Były one ogromnie zaskakujące dla dzisiejszej mnie, która żyję zanurzona w liberalnym języku – miałam poczucie winy i wstydu, nie za instytucje, które wtedy zawiodły, ale za siebie. Czułam się winna wobec niego, wyobrażasz sobie?

Teraz mam jednak dwa języki, ten współczesny i ten dawnej siebie. Jak je złożyć do kupy? Jak poradzić sobie z tym, że rozumiesz mechanizm, który tym zarządzał, ale jednocześnie byłaś w samym jego środku i miałaś na wszystko zupełnie inną perspektywę? Nie chodzi nawet o to, że to było „złe". Opisanie tego nowym, terapeutycznym językiem daje pewną ulgę. To jednak nie jest całość tego spojrzenia i czułabym, że obrabowuję część siebie, używając do opisu wyłącznie takiego języka.

> Bardzo długo byłam nieświadomie mizoginiczna wobec siebie *i nie dawałam sobie prawa do mówienia publicznie*

Dla mnie jednym ze skutków relacji z tym mężczyzną jest twoja późniejsza chęć wyrwania się z twojego starego życia za wszelką cenę.

– Ale przecież skończyłam jak ciocia Mirela, sprzątając kupy swoich dzieci. Wszystkie tak kończymy; to może być dobre albo złe, nie oceniam, ale jakaś kupa zawsze czeka na nas u końca drogi. Chociaż rozumiem, co chcesz powiedzieć: że nie wypieram tego, że na jakimś poziomie nawet ta relacja miała pozytywy. Bo na przykład udało mi się dostać od niego jakieś książki filozoficzne, których w naszym mieście było niewiele.

Wzrusza mnie, że czujesz solidarność wobec tych pozostawionych za tobą, nie chęć odcięcia się.

– Teraz chętnie powracam i rehabilituję swoje początki, ale wtedy wiedziałam, że muszę wyjechać, że nie pasuję, czułam się wręcz archetypicznie niedopasowana do swojego środowiska, już od pierwszej klasy szkoły podstawowej. Jak naklejka źle przylepiona w albumie przez dzieciaka, który nie ma pojęcia o habitatach zwierząt. Byłam o tyle szczęściarą, że coś potrafiłam. Nie najgorzej pisać, trochę myśleć. Wynikało to głównie z potrzeby kontroli nad rzeczywistością, ale popłacało.

Tylko nie myśl, proszę, że widzę talent jako coś, co jest świadectwem naszej wyjątkowości. Mamy takie umysły, jakie mamy, w jakich nas umieszczono i nie panujemy nad tym. Przez ten umysł przechodzą dziwne rzeczy, lepsze, gorsze, piękne, brzydkie, ale jest to zasadniczo kwestia przygodna.

Trochę się spięłam, bo pytasz o początki w kontekście awansu klasowego. Zawsze zaczynamy mówić o tych początkach, wikłamy się w trudne politycznie kwestie. Czy odpowiedzieć tak, jakby się miało na coś wpływ, czy pokazać się jako element procesu socjologicznego? Pytać o początki kogoś, komu się coś udało, to być trochę detektywem: a czy na pewno nie miał jakiegoś kapitału, ciotki w ministerstwie, albo chociaż miłych rodziców? Potrzebny jest nam sensowny środek między mówieniem o procesach a mówieniem o sprawczości. Może miałam talent, a może pomogła mi ciocia z Ameryki, bo wysłała mi kiedyś dres albo kilka dolarów. Nie wiem, która narracja jest bliższa prawdzie.

Ojciec, który uciekł z transportu do Majdanka, jego choroba i umieranie, twoje dojrzewanie, aborcja, związek ze starszym mężczyzną: mocna całość, która spokojnie mogłaby cię straumatyzować na resztę życia. Ale twojej książce nikt nie narzeka.

– Może to wszystko było, jak to się ładnie mówi, traumatyczne, ale przeżywając te rzeczy, w ogóle nie zdawałam sobie z tego sprawy. Kiedy dorastałam, wydawało mi się, że każdemu ktoś umierał, albo każdy miał w tle jak nie wojnę, to rodzinną historię przesiedleńczą, dziadka cudem uratowanego z Wołynia albo obóz pracy w tle, bo Jelenia Góra należała do ziem odzyskanych, gdzie było wiele osób wyrwanych z wcześniejszego życia z korzeniami. Ja dodatkowo miałam bardzo starego ojca, który był na wojnie jako nastolatek, więc może miałam coś tam więcej niż inni, ale też bez przesady.

Bronią przed tą skumulowaną traumą, jakiej używały moje matki, była przyjaźń, był śmiech i one potrafiły się śmiać w takich

eprasa.pl eddb2a5eb2

momentach, że większość ludzi uznałoby to za absolutnie nieprzyzwoite. Siadywały wokół tej swojej kupy szmat i chichrały się jak wariatki. Było to absolutnie cudowne i chyba było też najcenniejszym prezentem, jaki od nich dostałam: wiara w przyjaźń i w śmiech, i w trzymanie się za ręce w obliczu katastrof.

Ale to nie wystarcza.
– Tak. Jednym z moich ulubionych fragmentów tej książki jest ten, gdzie opisuję, jak to wszystkie drogi prowadzą do baby w średnim wieku. Ojciec ucieka z pociągu do obozu, babcia wraca z wywózki na Syberię, jej mąż spod Monte Casino, gdzie walczył z Andersem. I cała ta banda kluczy przez historię, żeby dotrzeć do naszego miasteczka i ryp, zwalić się tam na tę moją biedną, niepełnosprawną zresztą matkę. Każda z tych kobiet miała takie swoje katastrofy.

U ciebie miłość do ciuchów to abiekt, który dzieli ludzi na tych lepszych i tych trochę gorszych. I też trochę jest to podział kobiety–mężczyźni: mężczyźni często nie traktują kobiet najlepiej.
– Jasne, ale to nie jest w żaden sposób książka przeciwko mężczyznom. Jest o pewnych kobietach, a im się akurat to po prostu przydarza. Na pewno nie myślałam o niej jak o rozliczeniu z męskością, choć z pewnością występują tam mężczyźni, którzy źle się zachowują. I rzeczywiście z tej kupy ubrań kobiety budują świat, do którego faceci nie mają dostępu. To trochę jak budowanie z koleżankami domku na drzewie: obudowujesz się tymi ubraniami, nikt niepowołany nie ma tam wstępu. Masz dzięki temu jakieś, przynajmniej połowiczne, poczucie kontroli.

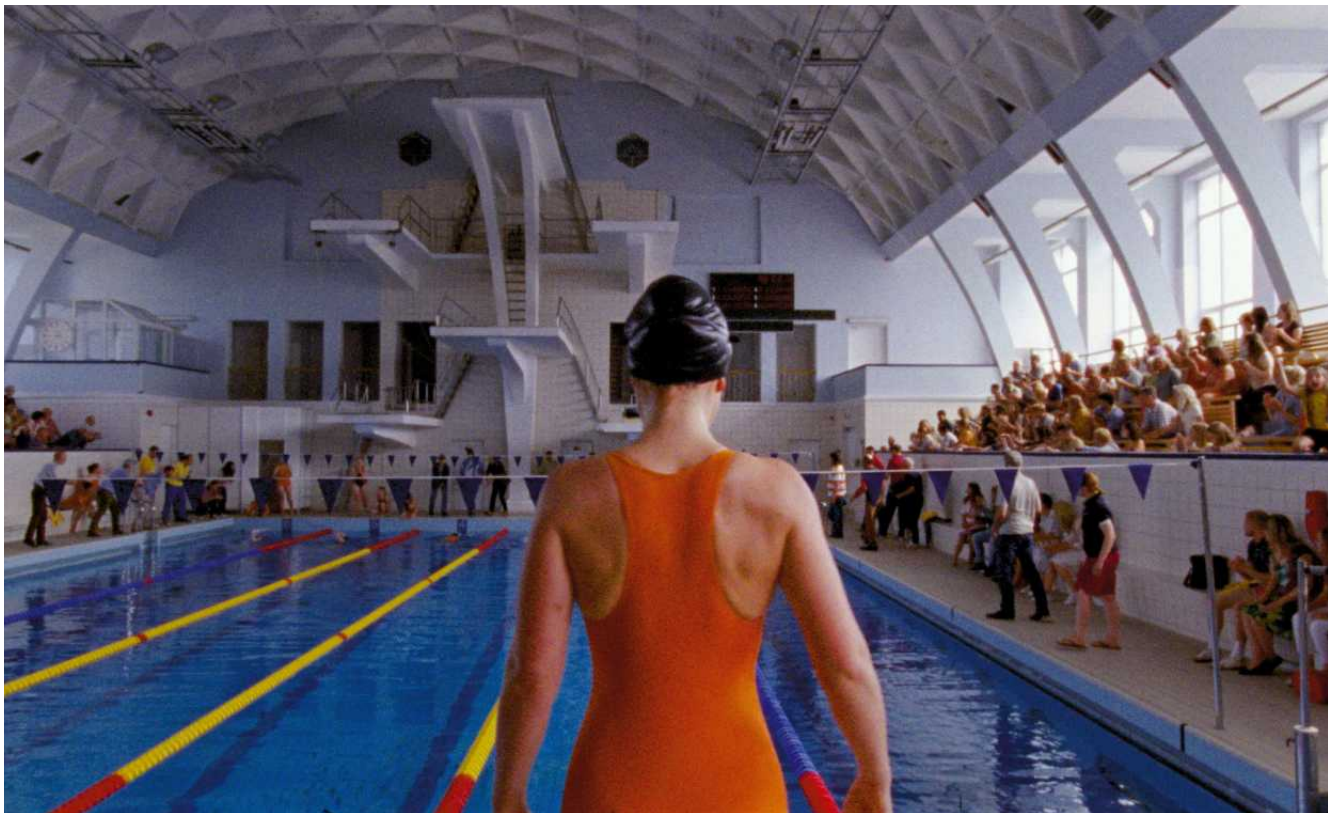
Czy masz poczucie, że mówienie o tych sprawach: starszy mężczyzna, aborcja, umieranie, to odwaga, czy nie myślisz w tych kategoriach?
– Nie myślę w ten sposób. Dla mnie ważne jest ocalić zachwyt tym cudem, jakim jest możliwość układania słów, żeby znaczyły różne rzeczy. Są też tacy, którzy piszą z jakiegoś społecznego powodu. A ja nie myślę o wpisywaniu się w społeczne zapotrzebowanie. Swoją książkę napisałam głównie w szopie i była to też szopa metaforyczna – mój horyzont publiczności nie rozciągał się poza grono przyjaciółek-pisarek.

Pisanie jest dla mnie rodzajem bycia w świecie, rozliczania się ze światem, próbą rozumienia go. Nie chcę tutaj robić festiwalu krindżu, ale ja naprawdę piszę z emocji, pasji. Bardzo długo byłam nieświadomie mizoginiczna wobec siebie i nie dawałam sobie prawa do mówienia publicznie, więc uciekałam w pisanie, kontrolowałam świat pisaniem, nawalałam w świat klawiaturą. Kiedy piszesz, nie musisz dawać sobie prawa do przekonania kogoś, wystarczy, że myślisz, że może kiedyś przekonasz samą siebie.

I do czego udało ci się siebie samą przekonać?
– Przekonałam się, że kocham wszystkie moje matki, że nigdy nie uda mi się wygrzebać do końca z Wielkiej Kupy Ubrań... i może udało mi się pozbyć jakiejś części lęku przed byciem kobietą w średnim wieku. ▲

KAROLINA LEWESTAM
„Szmaty"
Wydawnictwo Czarne

OGŁOSZENIE



FOT. MATERIAŁY PRASOWE, SO FILMS

FILM

Na głęboką wodę

Pierwsze pokazy „Chronologii wody" odbyły się w Polsce na festiwalu Nowe Horyzonty. Debiut Kristen Stewart (którego premiera miała miejsce na festiwalu w Cannes w sekcji Un Certain Regard, gdzie został przyjęty owacjami), to niezależne, artystyczne kino, którego ambicją nie jest podbój mainstreamu i pobicie rekordu box office. To intymny film eksperymentalny, odrzucający linearną opowieść na rzecz narracji rwanej, przypominającej to, jak działają wspomnienia. Nurt tej historii nie płynie prosto, lecz meandruje, wpada w wiry, czasami płynie wartko, czasami się powoli rozlewa (tak, zdarzają się tu nużące dłużyzny).

„Wszystko, co przechowuję w pamięci, wiruje wokół wydarzeń w moim życiu jak woda" – pisze Lidia Yuknavitch, autorka powieści „Chronologia wody", której film jest adaptacją (książkę w przekładzie Kai Gucio wydało w Polsce wydawnictwo Czarne). To bestsellerowa autobiografia amerykańskiej pisarki, w której przywołuje traumatyczne doświadczenia z dzieciństwa, życie w zagrożeniu ze strony ojca, przekraczającego granice emocjonalne i fizyczne, lata nastoletnie naznaczone uzależnieniem alkoholowym, narkotykowym, napędzane instynktem autodestrukcji, systematyczne sięganie dna w wydaniu młodej kobiety, która płynie na to dno tak desperacko, że zdaje się, że zabraknie jej tchu, by wrócić na powierzchnię.

A jednak wypływa. Ratuje ją pisanie. Ratuje ją to, że odnajduje własny literacki głos, który umożliwia jej przetworzenie traumy w sztukę.

W rolę Lidii Yuknavitch wciela się angielska aktorka Imogen Poots i daje mistrzowski popis. Jej bohaterka nigdy nie traci empatii widza, choć popełnia wiele błędów, brnie z rozpędem w ciemne zaułki życia, bryluje w dziedzinie samozniszczenia. Yuknavitch w wykonaniu Poots jest kobieca, ale nie kobiecością stereotypową, kokieteryjną, glamour, ugrzecznioną, śliczną. Jej ciało, które oglądamy często z bliska, z każdej strony, jest tu jak notes, w którym zapisywane są kolejne doświadczenia bycia kobietą. „Chronologia wody" to opowieść cielesna, w której jest miejsce na rozkosz i ból. Ciało się tu trenuje (bohaterka jest pływaczką), ciało się oddaje innym, zaniedbuje się je, czerpie z niego siłę i radość. Ale to też opowieść intelektualna – historia triumfu języka, literatury. Porządkując słowa, układając je w opowieść, bohaterka przywraca sens swojemu życiu.

Kto spodziewał się po Kristen Stewart jakiegoś bardziej przystępnego kina, będzie zadziwiony. Ta artystka unika płycizn, lubi pływać w niebezpiecznych, głębokich wodach. Stworzyła przejmujący, porywający film. Pokazuje, że być kobietą to może być przerażająca przygoda, nieskończenie trudna, nieskończenie piękna. ▲ **Paulina Reiter**

„CHRONOLOGIA WODY" reż. Kristen Stewart, w kinach

eprasa.pl eddb2a5eb2

TEATR

Mały wielki spektakl

Mówi się, że monodram jest miarą wielkiej aktorki. Utrzymać uwagę widzów, mając do dyspozycji tylko jedną osobę na scenie, to potężne wyzwanie. Ewelina Żak w „Małej empirii" nie ma z tym najmniejszego problemu, choć ani przez chwilę nie sili się na jakąś „wielkość", nie przybiera nawet pozorów diwy sceny, nie zagrywa się. Jej ekspresja idealnie pasuje do „Małej empirii", adaptacji książki filozoficznej Katarzyny Sobuczuk (wyd. Dowody) opowiadającej o tak zwanym wieku średnim – już nie młodym, jeszcze nie starym, ale już starości wypatrującym. To o tym czasie Sobczuk pisze, przyglądając mu się z humorem i lekkim przerażeniem. O tym, jak czujemy, że już coś tam wiemy o życiu, i jednocześnie o tym, jak orientujemy się, że już jesteśmy stare/starzy.

Pierwszym przejawem starości jest rozmarudzenie, zauważa Sobczuk. Najpierw dostrzega je u innych, u koleżanki, która za długo marudzi przy zamówieniu jedzenia. Potem zauważa je u siebie, połączone z zadumą bez puenty. Kolejny objaw: zainteresowanie przyrodą. I jeszcze to: odkrycie, gdy oglądasz film i w połowie orientujesz się, że go widziałaś.

A więc jest wielka aktorka, która nie sili się na wielkość, i wielka książka, która udaje małą (nawet format ma kieszonkowy). Książka, która dotyka kwestii egzystencjalnych, ale tych najbardziej codziennych, domowych. I jest jeszcze reżyserka, która reżyseruje prostą sztukę, nie udziwniając nic (co jest niemałą ulgą po spektaklach reżyserowanych prawą ręką za lewe ucho). To Anna Ilczuk, która świetnie wyczuwa, kiedy ma być śmiesznie, a kiedy strasznie, i prowadzi nas przez te emocje.

Już książka Sobczuk ma w sobie zaszyte wspaniałe, subtelne poczucie humoru, ale Żak i Ilczuk jeszcze je podbijają. Spektakl jest zabawny, a jednocześnie bardzo poruszający. Każdy w nim się odnajdzie, a szczególnie kobiety po czterdziestce. W pewnej chwili Ewelina Żak mówi ze sceny, że jeśli ktoś zna te doświadczenia i przemyślenia, o których mówi, może powiedzieć na głos „też tak mam", i naprawdę musiałam się powstrzymywać, by nie mówić tak w kółko.

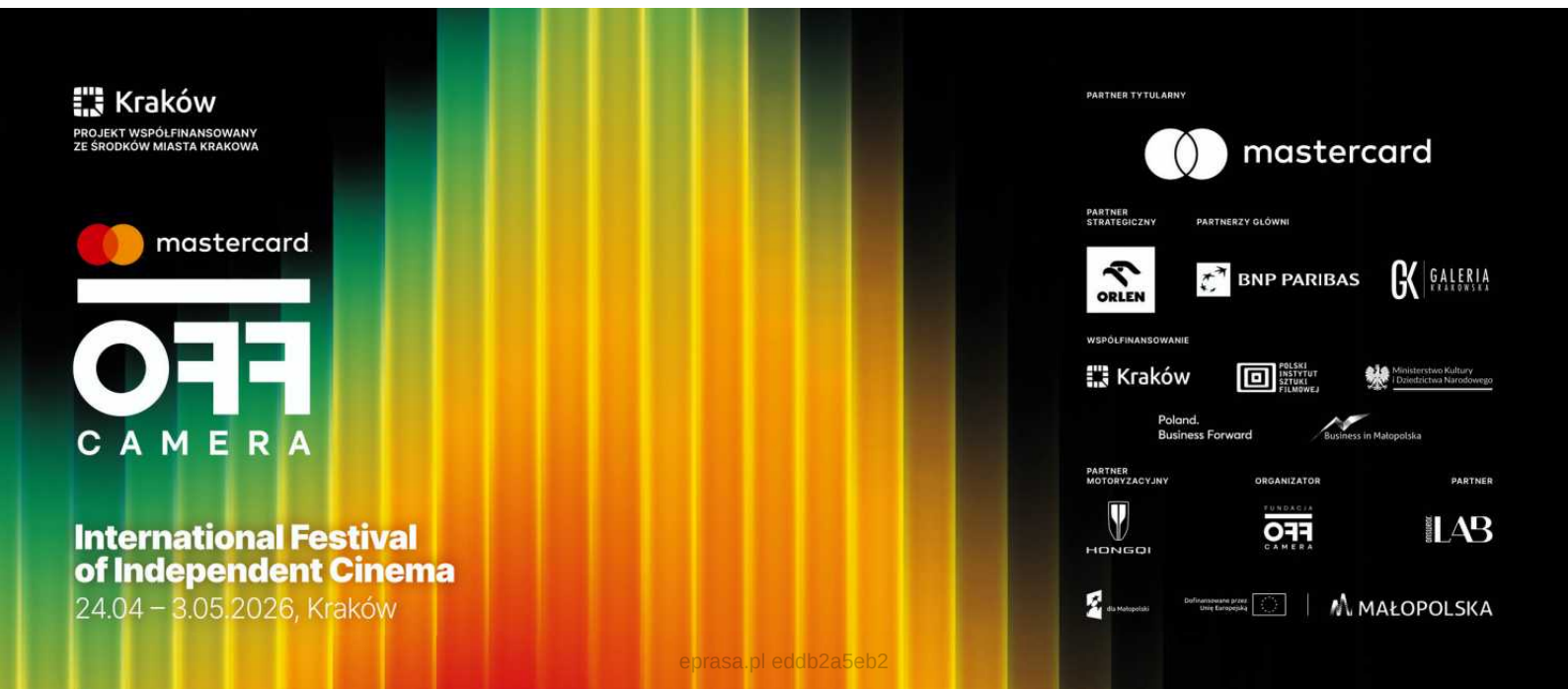
Bo czy nie zdarzyło mi się pomyśleć, że po co tłumaczyć na nowo niektóre dzieła literatury, skoro stare tłumaczenia są nadal dobre? Czy nie wzruszają mnie brzydkie prezenty? Czy nie mówię do mojego psa głosem milszym niż do własnego dziecka?

„Mała empiria" przechodzi płynnie od wypatrywania pierwszych oznak starości, do opisu relacji ze starym, bezradnym wobec życia rodzicem, którym trzeba się zająć. Filozoficzny wektor tej historii skierowany jest na życie w jego codziennych wyzwaniach. Można pomyśleć, że to małe sprawy, ale przecież to sprawy najważniejsze. ▲ **(Paulina Reiter)**

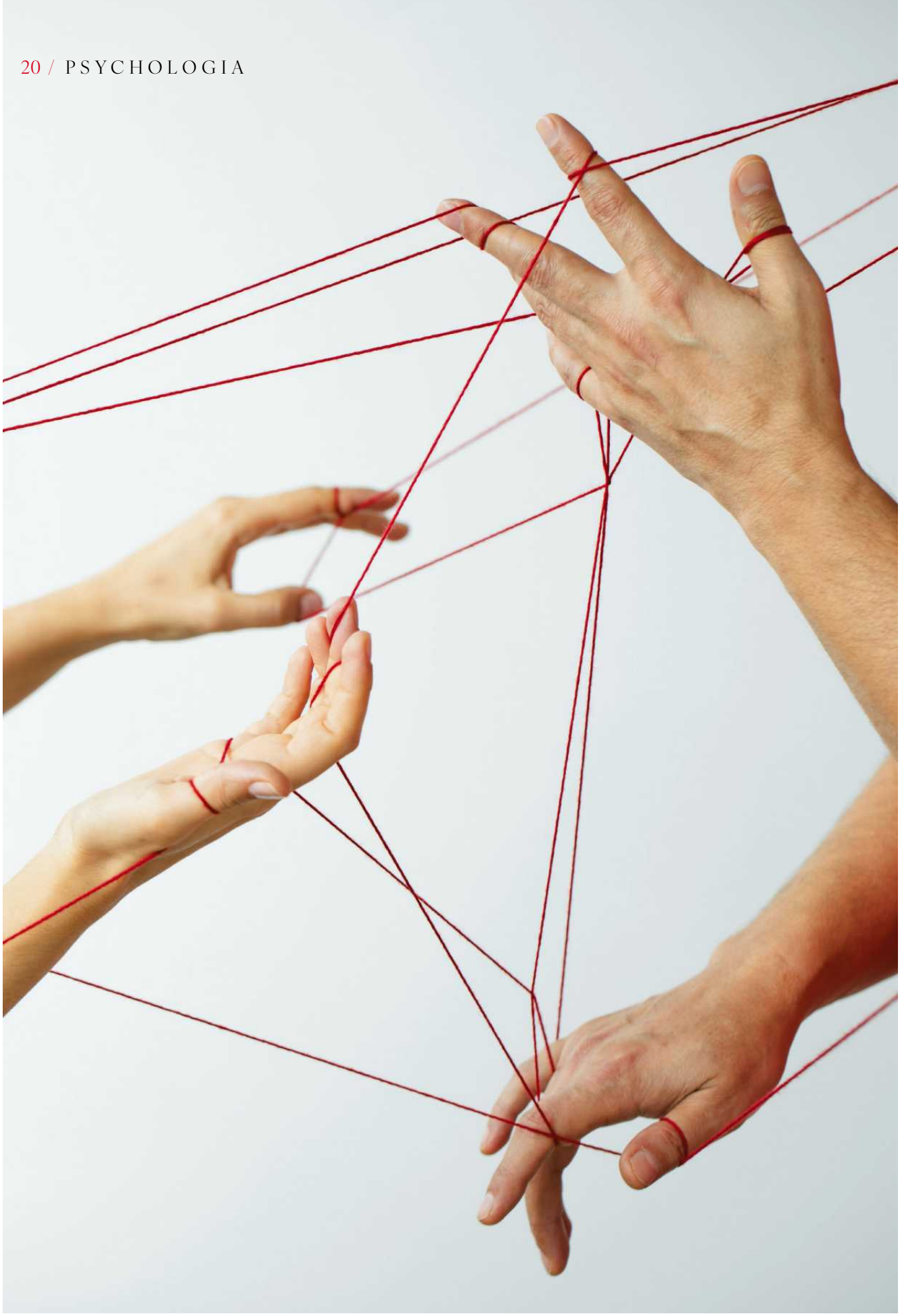
„MAŁA EMPIRIA" reż. Anna Ilczuk, Teatr Studio, teatrstudio.pl

MAGDALENA KILARSKA RYSUJE

OGŁOSZENIE



eprasa.pl eddb2a5eb2



FOT. ISTOCK / GETTY IMAGES

eprasa.pl eddb2a5eb2

W bezpiecznym *trybie*

„Jak sprawić, by relacje stały się w naszym życiu siłą uzdrawiającą, a nie destrukcyjną?" – zastanawia się Amir Levine, psychiatra i neurobiolog. Proponuje, by sięgnąć do neuronauki i odkryć, jak działają nasze mózgi

TEKST **PATRYCJA PUSTKOWIAK**

Co jest najważniejszym czynnikiem wpływającym na nasz dobrostan – fizyczny i psychiczny? Oczywiście jakość bliskich relacji. Udowodniono to choćby w słynnym, rozpoczętym w 1938 roku badaniu harwardzkim, prowadzonym przez ponad osiemdziesiąt lat na ogromnej grupie osób. „Poczucie bycia częścią społeczności nadzwyczaj pozytywnie oddziałuje na ciało i umysł, poprawiając pamięć, nastrój i zdrowie fizyczne" – pisze Amir Levine w książce „Bezpiecznie. Rewolucyjny poradnik o tym, jak zbudować bezpieczne życie". Tyle że, co również nie jest tajemnicą, to z relacjami właśnie mamy w życiu największy problem. Od wykluczania w szkolnych zabawach, przez burzliwe związki po odmowę lajka w serwisach społecznościowych pod postem.

Zostaliśmy zaprogramowani do współpracy i życia w stadzie, więc nawet te codzienne, niby błahe, sytuacje bywają dla nas destrukcyjne. Nasze obwody neuronowe reagują niemal alergicznie na wszelkie próby emocjonalnego odłączania nas od innych ludzi, jak choćby w przywołanym w książce słynnym eksperymencie, w którym dziecko, widząc „kamienną twarz" żywo reagującego do niedawna opiekuna, wpada w przestrach i zaczyna płakać. Poczucie wykluczenia, bycia ignorowanym i samotności może wywierać szkodliwy wpływ na nasz mózg, a w efekcie wieść do obniżenia samooceny, a w skrajnych przypadkach nawet do utraty chęci życia.

PRZEŁĄCZ SWÓJ MÓZG

No dobrze, tylko co z tym wszystkim zrobić, gdy mamy naturę równie pogodną jak Scrooge, bohater „Opowieści wigilijnej" Charlesa Dickensa, nawiązywanie relacji przychodzi nam z trudem, a kolejne związki fundują nam poczucie, że „się dusimy" i okazują się fiaskiem? Zamiast zaufać przyjaciółce czy przyjacielowi, nieustannie podejrzewamy ją o najgorsze, a w serwisach społecznościowych mamy ledwie tylu followersów co Chrystus za życia? Innymi słowy, jak sobie radzić w sytuacji, gdy nie mamy naturalnego daru do zjednywania sobie ludzi i utrzymywania długofalowych, stabilnych znajomości, czyli – sięgając po psychoterapeutyczny żargon – charakteryzuje nas inny niż bezpieczny styl przywiązania?

Amir Levine, profesor psychiatrii Uniwersytetu Columbia, neurobiolog i współautor bestsellerowego „Partnerstwa bliskości", podpowiada, jak wykorzystać wiedzę płynącą z neuronauki i psychologii klinicznej do tego, by stabilnie funkcjonować w relacjach, czyli przełączyć nasze mózgi w „bezpieczny tryb". W poradnikowej książce zawarł sporo konkretnych i dowcipnie opisanych wskazówek, jak pogłębić ważne dla nas relacje, a także inteligentniej i bardziej higienicznie podchodzić do tych, które służą nam nieco mniej.

> Co zrobić, gdy ktoś rzuca nam jedynie *okruchy uwagi?*

RELACJE POD KONTROLĄ

Podstawą dla propozycji Levine'a jest zapoczątkowana przez Johna Bowlby'ego teoria przywiązania, która wyróżnia cztery style: bezpieczny, unikający, lękowo-ambiwalentny i zdezorganizowany. Jeśli zatem charakteryzuje nas lękowy lub unikający styl przywiązania i chcemy zbliżyć się do stylu bezpiecznego, to według autora podstawą jest stworzenie wokół siebie bezpiecznego środowiska.

Choć nie brzmi to odkrywczo, bywa trudne w świecie, w którym stabilność i przewidywalność są deficytowe. Nawiązywanie relacji zawsze było obarczone ryzykiem, a jeszcze era kontaktów cyfrowych przyniosła nowe, niszczące wewnętrzny spokój i samoocenę zjawiska takie jak ghosting czy breadcrumbing (z angielskiego karmienie okruchami).

Co zatem robić, jeśli raz po raz trafiamy na kogoś, kto znika z relacji bez słowa, jak duch? Albo jedynie odpisuje na wiadomości, rzucając nam okruchy uwagi i wykazując umiarkowaną inicjatywę?

Autor książki proponuje, żeby podejść do obecnych w naszym życiu ludzi z większą refleksyjnością; otaczać się tymi, których charakteryzuje duża doza dostępności, niezawodności czy przewidywalności; a tych, którzy wprowadzają zamęt w nasze życie – podsycając to, co w mózgach osób lękowych czy unikowych najgorsze – próbować życzliwie, lecz stanowczo odsunąć na dalszy plan. Skoro brzmi to tak prosto, to dlaczego tak wiele osób pakuje się w niestabilne relacje? Levine zauważa, że to mózg zastawia pułapki i sprawia, że jest nam trudno zachować dystans do drugiej osoby. Pisze: „Nawet jeśli istniały ważne powody uzasadniające zerwanie więzi, gdy emocje opadną, uruchamia się neuroobwód przywiązania, który domaga się powrotu do bliskości, a ty zaczynasz tęsknić za tą osobą. Aby uniknąć tej pułapki, lepiej powstrzymać się od dramatycznych rozstań i nie budzić uśpionego neuroobwodu przywiązania. Nie musisz nagle zrywać więzi; możesz po prostu pozwolić, by relacja zeszła na dalszy plan" – podpowiada.

ZMIENIAĆ I AKCEPTOWAĆ

Amir Levine pokazuje też odwrotną sytuację: kiedy to my jesteśmy osobami trudnymi we współpracy i to my powinniśmy

eprasa.pl eddb2a5eb2

wypróbować sposoby działania zgodne z nami, ale nieraniące innych. Celem jest zachowanie i bliskich relacji, i własnych upodobań (na przykład zwiększonej potrzeby samotności).

A jeśli po drodze coś pójdzie nie tak, warto wytrwać w optymizmie. Nauka o mózgu dowodzi, że trudno stać się absolutnie samotnymi wilkami: „Koniec współpracy może być bolesny. System przywiązania naszego mózgu jest zaprogramowany tak, aby utrzymywać bliskie relacje. Zdolność do tworzenia więzi społecznych nigdy nas nie opuszcza. W odpowiednich okolicznościach mogą powstać nowe, wartościowe relacje. Jest to jedna z naszych największych zalet jako gatunku: znajdowanie osób, które wydobywają z nas to, co najlepsze – i odwzajemnianie się tym samym" – zapewnia Levine.

Jak na poradnik przystało, jego książka niesie optymistyczne przesłanie, na szczęście oparte na wiedzy naukowej. Jeśli myślimy, że schematy wyniesione z trudnego dzieciństwa kładą się na naszym życiu długim cieniem, z pomocą przychodzi świadomość neuroplastyczności mózgu – czyli jego potencjału do zmiany, reorganizacji i adaptacji. „Każde nasze doświadczenie może wzmocnić lub osłabić połączenia między określonymi synapsami, wzmacniając lub osłabiając w ten sposób niektóre sieci neuronalne. Nasze otoczenie nieustannie oddziałuje na nas, aktywnie kształtując mózg i to, kim jesteśmy" – pisze Levine.

Zachęca do zadbania o to, by na co dzień przebywać wśród życzliwych, wspierających osób (znaczenie mają nawet drobnostki, takie jak skinienie głową na powitanie), szukania nowych, pozytywnych bodźców, podejmowania ciekawych wyzwań (ponoć korzystnie działa choćby żonglerka) i zmieniania środowiska, w którym na co dzień tkwimy. Wszystko po to, by odchodzić od tych schematów myślenia, które utrudniają nam życie czy wręcz prowadzą do cierpienia. Warto próbować zastępować je nowymi.

Prawdziwa mądrość polega jednak na tym, by akceptować to, czego nie umiemy zmienić. Czy raczej: próbę zmiany tego, co można by określić jako „syzyfowe prace". Jedna z największych zalet książki „Bezpiecznie" polega na uznaniu wartości naszych drobnych dziwactw, nadwrażliwości, specyficznych upodobań i przekształceniu ich w nasze silne strony dzięki temu, że zmodyfikujemy sposób, w jaki o nich myślimy.

Czy problemy z podjęciem decyzji to brak pewności siebie? Czy może dojrzałość i skłonność do refleksji? Czy niska tolerancja na hałas i tłum to słabość, która pozbawi nas dobrych zarobków? Czy może siła, która przyniesie nam wiele dobrego, jeśli tylko wpadniemy na pomysł pracy zgodnej z naszą osobowością, choćby zdalnej?

ZAPROGRAMOWANI DO PORÓWNYWANIA

Jest jeszcze jedna ciekawa kwestia, poruszona przez Levine'a. Dostrzega, że wartość, jaką są dobre, bliskie relacje społeczne, odchodzi do lamusa na rzecz dóbr konsumpcyjnych. To one, wraz ze sławą czy pozycją społeczną, są synonimem sukcesu i wyznaczają horyzont naszych dążeń. Te niepokojące tendencje wzmacnia nasza skłonność do porównań – w gruncie rzeczy naturalna, ale też ryzykowna. „Jesteśmy ssakami społecznymi, więc nasze mózgi są po prostu zaprogramowane do porównywania. Sprawdzamy: gdzie się znajduję w stosunku do innych? Czy dostaję to, co mi się należy? Czy coś mnie omija? Na nasze wewnętrzne doświadczenie ogromny wpływ ma to, co robią inni. Co więcej, okazuje się, że to porównanie kształtuje sposób, w jaki nasz mózg postrzega świat" – przypomina Levine.

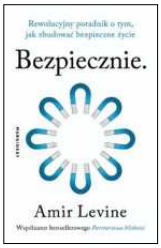
> Poczucia bezpieczeństwa *nie da się uchwycić aparatem*

O co w tym dokładnie chodzi? Celnie ukazuje to przywołany przez niego eksperyment, przeprowadzony przez Klausa Fliessbacha i jego współpracowników z ośrodka Life&Brain w Bonn, w którym okazywało się, że grających na konsoli uczestników wygrana pieniężna cieszyła tylko wtedy, gdy widzieli, że znajdujący się obok gracze wygrywają mniej. Co z tego wynika? Zapewne to, że modna praktyka wdzięczności nie jest taka prosta. Nie tak łatwo cieszyć się tym, co się ma, kiedy z konta na Facebooku czy Instagramie nieustannie podglądamy to, co mają znajomi.

„W dzisiejszym świecie, w dobie wszechobecnych mediów społecznościowych, rywalizacja między ludźmi tylko się nasiliła. W przeciwieństwie do reklam, o których większość z nas wie, że są wyreżyserowane i sztuczne, media społecznościowe zacierają tę granicę. Nie pokazują tylko aktorów – przedstawiają l u d z i, których znamy. To sprawia, że mózgowi znacznie trudniej jest uznać wydarzenie prezentowane w sieci za fikcję. Gdy widzisz, jak twoi znajomi jedzą kolację bez ciebie lub wyjeżdżają na wymarzone wakacje, na które ciebie nie zaprosili, nie wydaje ci się to odgrywaniem roli – odbierasz to jako coś osobistego. Prawda jest jednak taka, że nadal patrzysz na starannie wyselekcjonowany fragment życia, dokładnie przefiltrowany i przycięty" – pisze Levine.

BEZCENNE BEZPIECZEŃSTWO

„Bezpiecznie" to pozycja skierowana do masowego odbiorcy, ale przymykając oko na pewne uproszczenia, można ją przeczytać z przyjemnością i wyciągnąć z niej wiele ciekawych refleksji. Jak ta, by w naszej kulturze – promującej niezależność, indywidualizm, podkreślającej wagę rzeczy materialnych – nadać priorytet bliskim relacjom międzyludzkim: „Kiedy zaczniesz porównywać się z innymi i rozpaczać nad zewnętrznymi czynnikami, przystopuj na chwilę i zamiast tego z wdzięcznością pomyśl o bezpiecznych relacjach w swoim życiu (...). Poczucia bezpieczeństwa nie da się łatwo uchwycić aparatem fotograficznym i opublikować w mediach społecznościowych, ale jest to prawdziwa, rozpoznawalna i trwała ścieżka do długotrwałej satysfakcji z życia. Pomyśl o tym, jak o wielkim osiągnięciu życiowym, świętym Graalu ludzkiego szczęścia, którego nie można kupić za sławę, pieniądze ani pozycję społeczną". ▲



AMIR LEVINE
„Bezpiecznie. Rewolucyjny poradnik o tym, jak zbudować bezpieczne życie", przekład Kaja Gucio, wydawnictwo Marginesy
Premiera: 22 kwietnia 2026 r.

eprasa.pl eddb2a5eb2

Porozmawiajmy o zadłużeniach

Ponad 80 procent Polaków uważa spłatę zobowiązań finansowych za naturalny obowiązek. Jednocześnie aż 40 procent społeczeństwa przyznaje, że zadłużenie jest powodem do wstydu. Ten paradoks pokazuje, że choć odpowiedzialność finansowa jest społecznie akceptowaną normą, rozmowa o problemach z długami wciąż pozostaje tematem tabu.

Wnioski płynące z ostatniej edycji badania „Indeksy finansowe”* pokazują też inną ważną tendencję. – Polacy krytycznie oceniają swoje kompetencje finansowe i dostrzegają potrzebę edukacji w tym zakresie – mówi Tomasz Ignaczak, dyrektor generalny KRUK SA, jednej z największych europejskich firm na rynku zarządzania wierzytelnościami. – Szczególnie dotyczy to młodszych osób, które dopiero zaczynają korzystać z usług finansowych.

Brak wiedzy przekłada się na sposób postrzegania branży zarządzania wierzytelnościami. Dane pokazują, że wciąż dobrze się mają stereotypy z lat 90., choć rzeczywistość rynku wygląda dziś zupełnie inaczej. – Współczesna windykacja coraz częściej opiera się na dialogu i rozwiązaniach ugodowych. Celem nie jest wyłącznie odzyskanie należności, ale także pomoc osobom zadłużonym w powrocie do stabilności finansowej, na przykład poprzez rozłożenie długu na raty – podkreśla Tomasz Ignaczak.

Kluczowym wyzwaniem pozostaje zmiana społecznej narracji. Zadłużenie jest częścią życia gospodarczego – wynika z kredytów, umów czy nieprzewidzianych sytuacji życiowych. Dopóki jednak będzie postrzegane głównie przez pryzmat wstydu, wiele osób będzie unikać rozmowy o problemach finansowych i odkładać ich rozwiązanie. Budowanie kultury odpowiedzialności finansowej wymaga więc nie tylko wiedzy ekonomicznej, ale też otwartej debaty społecznej. Dopiero wtedy otwiera się szansa na to, by zadłużenie zamiast tematem tabu stawało się problemem, który można racjonalnie rozwiązać.

** Indeksy finansowe są przygotowywane cyklicznie od 2022 roku na podstawie badania zleconego przez KRUK S.A. na panelu Ariadna metodologią CAWI na reprezentatywnej grupie Polaków w wieku powyżej 18 lat. Badanie w 2025 roku przeprowadzono 15-18 sierpnia 2025 roku na próbie ogólnopolskiej N=1086 osób.*

eprasa.pl eddb2a5eb2

FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

Mną nieraz trzeba *potrząsnąć*

Najgorsze w SLA jest to, że wysiada ci całe ciało, a głowa nadal jest sprawna. Teraz nie jestem nawet w stanie podnieść wysoko rąk

Z **KAMILĄ SIDOR-STRZELCZYK**, CUKIERNICZKĄ, WŁAŚCICIELKĄ MARKI KAMILOVE ROZMAWIA **IZABELA O'SULLIVAN**

Kilka tygodni temu w mediach społecznościowych napisałaś: „Czy można przestać kochać siebie i stracić wobec siebie szacunek?" Dlaczego tak się czujesz? Co się zmieniło, że mówisz o starej Kamili i nowej – tej chorującej?

W charakterze i w myślach nie zmieniło się nic, ale fizycznie – wszystko. Kochałam to, że pracowałam, że mogłam jeździć z córką na rowerze. Kochałam śpiewać, tańczyć, a teraz nie jestem nawet w stanie podnieść wysoko rąk. Nic nie mogę zrobić już sama. Krótko przed chorobą zaczęłam spędzać czas sama ze sobą. Chodziłam do kina albo na kawę do restauracji. Dopiero co się tego nauczyłam, a już choroba mi to zabrała. Do końca życia będę zdana na kogoś. Mam wrażenie, że dopóki nie zaakceptuję swojego stanu, cały czas będę się biczować.

Za co się biczujesz? Przecież choroba to nie twoja wina. Nie skoczyłaś do płytkiej wody na główkę.

To samo sobie mówię, ale czasem myślę, że może gdybym tyle nie pracowała i tak dalej. Aczkolwiek wszyscy lekarze, z którymi rozmawiałam, powiedzieli, że są ludzie, którzy prowadzą się gorzej niż ja i nie mają SLA.

W Koninie, twoim rodzinnym mieście, słyniesz z tego, że zawsze pomagałaś innym. Akcje charytatywne, wolontariat – byłaś pierwsza do działania. Teraz to inni chcą być dla ciebie wsparciem, ale mówisz, że nie jest ci z tym komfortowo.

Zawsze było tak, że dawałam więcej, niż brałam. Nie chcę być dla nikogo ciężarem. Boję się, że bliscy nie mają przeze mnie swojego życia.

A myślisz, że chcieliby je mieć bez ciebie?

Też często sobie zadaję pytanie: „Kamila, a gdyby twoja siostra była w takiej sytuacji, to byłabyś zła, że musisz jej pomóc, czy robiłabyś to z radością?". Kiedy tak to odwracam, łatwiej mi przyjmować.

Wyznałaś, że z perspektywy widzisz, że wcześniej dawałaś z siebie 300 pro-

eprasa.pl eddb2a5eb2

cent. Nie masz do siebie szacunku za to, co zrobiłaś do tej pory?
Mam, ale nie mam za to, że teraz już nie mogę. Uczę się dyrygować ludźmi, żeby nadal robić to, co robiłam, tylko żeby ktoś inny był moimi rękoma i nogami. To trudne, choć moja mama mówi, że idzie mi coraz lepiej. Ostatnio schronisko dla zwierząt w Koninie napisało post, że potrzebuje żwirku i karmy dla kotów. Mama dostała zadanie, żeby zamówić towar, mąż go odebrał, a jedna z koleżanek z byłej pracy miała rozpakować paczki. W sobotę planujemy je razem zawieźć.

Masz poczucie, że oni nie robią tego dla ciebie z radością?
W takich sytuacjach tak, ale nie wtedy, kiedy trzeba ze mną jechać do lekarza, wykąpać mnie czy nakarmić. Z każdym procentem tracenia sprawności tracę szacunek do siebie.

Czyli szacunek rozumiesz jako niezależność, poczucie kontroli, sprawczość.
Tak.

Jak to się zaczęło?
W listopadzie 2024 roku zaczęłam tracić siłę w prawej ręce. Jestem cukierniczką, z racji zawodu pomyślałam, że to zespół cieśni nadgarstka. Zrobiłam badania i okazało się, że dodatkowo mam łokieć tenisisty. W lutym przeszłam pierwszą operację i cały czas słyszałam, że w maju wrócę nówka sztuka do pracy i do życia. Ale trzy tygodnie później straciłam czucie w dwóch palcach i było coraz gorzej. Zrobił się bliznowiec, a w kwietniu miałam kolejną operację, po której zaczęły mi siadać obie ręce od szyi w dół. Napisałam do swojego doktora, stwierdził, że jestem hipochondryczką, ale przyjechał z Warszawy do Konina i mnie zbadał. Był 9 maja. Natychmiast skierował mnie na neurologię.

12 maja byłam w szpitalu i zaczęły się badania. Stwierdzono wieloogniskową neuropatię ruchową, okazało się też, że mam boreliozę. Lekarz wykluczył stwardnienie rozsiane i stwardnienie zanikowe boczne. Zadzwoniłam do mamy, a ona się cieszyła: „Kama, najważniejsze, że nie masz SLA". W listopadzie, po kolejnych badaniach, pani doktor wezwała mnie do gabinetu i powiedziała, że to choroba neuronu ruchowego. Ucieszyłam się: „Super, jest jakieś leczenie?", a ona na to: „To SLA". Wtedy wybuchłam płaczem. W kolejnych tygodniach czytałam o postępowaniu choroby. Najwięcej dowiedziałam się z internetu – od ludzi, którzy są chorzy i ich opiekunów.

Znalazłaś na internetowych grupach jakieś pocieszenie?
Połowa osób z SLA ma nastawienie: chwytamy życie za rogi i spełniamy marzenia, a druga połowa myśli o eutanazji. Ja też nieraz do męża mówię, że składam wniosek o eutanazję. Mój Kuba nie płacze, wszystko bierze na chłodno. Powtarza, że damy radę, że będzie dobrze.
Mną trzeba nieraz potrząsnąć. Zrobili to też rodzice, kiedy w czerwcu zeszłego roku, jeszcze przed diagnozą SLA, powiedziałam im, że chcę się zabić. Wkurzyli się na mnie i powiedzieli, że muszę walczyć dla córki.

Świadomość kolejnych etapów choroby musi być bardzo trudna.
Tak, to czekanie na to, kiedy wysiądą mi nogi, kiedy przestanę jeść, mówić. Najgorsze w SLA jest to, że wysiadasz cała, a głowa nadal jest sprawna. Ale nas wszyscy bardzo chwalą, że przygotowujemy się na to, co będzie, a nie udajemy, że może będę wyjątkiem i jakoś inaczej przebiegnie ta choroba.

> Chcę nauczyć zdrowe osoby, żeby doceniały to, że mają sprawne ręce, nogi, *proste rzeczy są luksusem*

Jak można się przygotować?
Już teraz jesteśmy na etapie kupowania cyberoka, które potem pomoże mi porozumiewać się z rodziną. Mój głos, jak jeszcze lepiej mówiłam, został nagrany i oddaliśmy go do banku głosu. Kiedy przestanę mówić, maszyna będzie mówiła moim głosem. Pan, który przyjechał z prezentacją cyberoka, był strasznie podekscytowany. Dziwiłam się, z czego tak się cieszy. Okazało się, że pracuje ponad 10 lat i jestem pierwszą osobą z SLA, która załatwia sprzęt i nadal mówi. Miał do mnie bardzo dużo pytań.

Podziw. Dbacie o każdy aspekt.
Załatwianie oka to nie trzy dni. Jeśli nauczę się je obsługiwać, nadal mówiąc, potem będzie mi łatwiej. Tak samo z nogami. Chodzę jeszcze z asekuracją, ale załatwiamy już krzesełko, żebym mogła na nim zjeżdżać po schodach. Mieszkamy z teściową, która też wymaga całodobowej opieki. Śmieję się z męża, że ma przerąbane – trzy baby, bo jeszcze nasza pięcioletnia córka, i każda potrzebuje pomocy. Pierwsze pytanie, które słyszę w placówkach NFZ, to: „Na co pani jest chora?". I kolejne: „Mąż panią zostawił?". Mówię, że nadal jest, a lekarze i pielęgniarki powtarzają, że mam szczęście, bo 90 proc. partnerów odchodzi.

Napisałaś w poście: „Boję się wychodzić z domu, wstydzę się śmiać, bo z moją twarzą dzieją się dziwne rzeczy. Boję się mówić, bo bełkoczę". Spotkały cię niemiłe reakcje?
Nie, reakcje są dobre. Gdy przychodzę na rehabilitację, ludzie często chcą mi pomóc zejść po schodach albo wsiąść do auta. Dostaję też od znajomych oferty wyjścia na kawę czy na spacer, ale czuję się bezpiecznie tylko przy kilku osobach. Boję się na przykład, że ktoś nie będzie w stanie mnie dźwignąć i przełożyć na wózek. A z drugiej strony, gdybym to zakomunikowała, to może wziąłby sobie kogoś do pomocy. Ale to kolejny problem – nigdy nie lubiłam prosić o nic dla siebie. Byłam szczęśliwa, gdy innym było dobrze. Uczę się przyjmować pomoc bez lęku i wstydu.

Dlaczego trudno postawić siebie na pierwszym miejscu?
Nie wiem. Wszystkim zawsze mówiłam i mówię, że powinni być dla siebie najważniejsi, a sama robię na odwrót. [Kamila przez dłuższy czas milczy]. Chociaż nie, jestem też ważna. Bo jak człowiek nie zadba o siebie, to nie ogarnie całej reszty.

À propos bliskich – myślę sobie, że w chorobie mocno zmieniły się wasze relacje, choćby ze względu na to, że spędzacie razem więcej czasu. Gdzie jeszcze widać tę zmianę?
Na szczęście całe życie miałam superrelacje z rodzicami i siostrą. Z mężem bywało różnie, mieliśmy nawet wziąć rozwód, chodziliśmy na terapię. Ale mój Kuba to chłop dinozaur, na szczęście on mi się trafił, bo jest superczłowiekiem. Jeśli chodzi o przyjaciół, to zostali ci, co byli, parę osób odeszło, bo nie udźwignęło. Nie będę ukrywać, że natrudniejsza jest moja relacja z córką. Hania ma pięć lat. Wszyscy jesteśmy źli, ale ona nie jest zła na chorobę, tylko na mnie. I mówi o tym wprost – że mnie nie kocha albo ma pretensje, że trzeba mi znowu coś podać, nakarmić. Chociaż ma też momenty, gdy się mną opiekuje i mówi, że

eprasa.pl eddb2a5eb2

bardzo mnie kocha. To wszystko zależy od fazy. Tak jak u mnie – jednego dnia płaczę, a kolejnego wszystko jest OK.

Na ile Hania zdaje sobie sprawę z twojej choroby?
Wie, że jestem chora, mówimy jej, że może być gorzej, ale nie mówimy, że mogę umrzeć. Też chodzi do psychologa. Po wizycie wraca jeszcze bardziej zła, ale na drugi dzień jest fajnie. Zauważyłam, że jak zmieniamy otoczenie, na przykład wyjeżdżamy na weekend, Hania jest zupełnie inna: bardziej zrelaksowana, chce ze mną spędzać czas. Może dom jej przypomina, że jestem chora, opiekunki, rehabilitanci – ona w tym przecież cały czas uczestniczy.

To trudna sytuacja i emocje dla dziecka, próbuje sobie z nimi radzić. Zastanawiam się, jak przygotować tak małe dziecko na to, co może się wydarzyć.
Nie da się przygotować. Niestety, ktoś jej powiedział, że mama dostanie magiczną tabletkę i wyzdrowieje. Pewnie czeka, która tabletka w końcu zadziała, tym bardziej, że biorę ich dużo. Cały czas ma nadzieję. Kuba jest na etapie uczenia Hani modlitwy „Aniele Boży". A ja chciałam być supermamą, wzięłam Hanię na rozmowę i tłumaczyłam, że jak mnie kiedyś zabraknie, to będę jej aniołem stróżem. Potem nie chciała przez tydzień chodzić spać, bo bała się, że wstanie, a mnie nie będzie. Stwierdziliśmy, że na razie odpuszczamy jej „Aniele Boży". Ale lubię tę modlitwę. Wierzę, że są anioły. Zbierałam je kiedyś, a jeden – tu stoi – został ze mną.

Masz teraz inne przemyślenia niż wcześniej o życiu i śmierci?
Jestem i zawsze byłam zadaniowa. Powiedziałam już, gdzie chcę być pochowana, w czym, jaka ma grać muzyka. Kupiłam też Hani prezent na osiemnastkę, a teraz z moją przyjaciółką piszę listy do bliskich.

Czy masz poczucie, że jak ktoś choruje, to jest to taki moment, kiedy doświadcza prawdziwej bliskości z ludźmi? Czy to nadużycie, żeby tak powiedzieć?
Zawsze myślałam, że jesteśmy z rodziną blisko i nie można być bliżej, a jednak się da. Są plusy mojego zachorowania. Siostra częściej przyjeżdża do domu, mama w kwietniu poleci pierwszy raz samolotem, bo zabierają mnie do Kopenhagi, w maju mamy spełnić moje marzenie i wszyscy popłynąć w rejs.

Jestem zadaniowa.
Hania ma pięć lat, kupiłam jej prezent na osiemnastkę

Fajnie mieć na co czekać.
Miałam za zadanie napisać listę marzeń i teraz po kolei każdy ogarnia któryś z punktów. Zawsze lubiłam koncerty, więc niedługo jedziemy na Julię Wieniawę, byliśmy na Piotrze Cugowskim. Na liście mam też Toskanię, bo kocham film „Pod słońcem Toskanii". I chciałabym, żeby raz w miesiącu ktoś mnie zabierał do kina.

„Codziennie modlę się, żeby wstać zdrowa, a jeśli nie, to żeby już się nie obudzić i nie cierpieć" – to też z twojego posta. Cały czas jesteś w rozdarciu.
Tak. Najgorzej jest w nocy, bo mam problemy ze spaniem. Codziennie się modlę, żeby być zdrowa, a rano wstaję wkurzona, że nie jestem.

Przeważa chęć walki czy zmęczenie chorobą?
W internecie, na grupie dla osób chorujących na SLA, był poruszony temat eutanazji. Ludzie tam piszą, że kiedy jeszcze mogli się zabić, to nie mieli odwagi, a jak teraz mają, to fizycznie nie są już w stanie. Uważam, że każdy powinien mieć prawo wyboru. Wybrałabym zostać, jeśli pomyślę o innych, a eutanazję, jeśli miałabym myśleć o sobie.

Dlatego, żeby skrócić ból i cierpienie, czy ze względu na psychikę?
Świadomość tego, jak będzie postępować choroba, że będę rośliną – to jest najbardziej nieznośna.

Są jakieś promyki nadziei, jeśli chodzi o leczenie?
Nie kwalifikuję się na terapię genową, ale w kwietniu jadę do Warszawy, bo być może uda się, że będę przyjmować lek testowy. Nawet gdyby to miało nie pomóc mnie, to może pomoże komuś innemu.

Sama wynajdujesz te metody leczenia czy pomagają wszyscy?
Wszyscy. Bliscy, ale też obcy. Niektóre rzeczy są absurdalne i z tego się śmiejemy. Ostatnio na przykład ktoś przysłał nam wodę święconą i zalecał, żeby się nią smarować.

Myślę, że w tym jest coś miłego – że obcy ludzie zdobywają się na taki gest.
Ostatnio przyjaciółka przywiozła mi z 40 skserowanych modlitw. Śmiałam się, że mi dnia zabraknie, żeby je wszystkie zmówić.

W czym teraz znajdujesz poczucie sensu i co z tej „starej" Kamili nadal widzisz w sobie?
Widzę misję, aczkolwiek jest inna niż wcześniej. Chcę uświadamiać zdrowych ludzi, żeby zauważali problemy osób z niepełnosprawnością. Żeby pomyśleli o prostych rzeczach typu przechodzenie przez ulicę – dla osób na wózkach ma znaczenie, czy to chodnik czy kostka, czy jest krawężnik czy nie. W Koninie nie ma wielu restauracji przystosowanych do specjalnych potrzeb. Taka jestem mądra, a pod Kamilove, czyli moją cukiernią, też nie ma podjazdu dla wózków. Powinien być. Tata dostał zadanie, żeby był. Chcę nauczyć zdrowe osoby, żeby doceniały to, że mają sprawne ręce, nogi, że takie proste rzeczy są naprawdę luksusem. Nikt tego nie docenia, bo to wszystko mają. Dopiero jak człowiek to traci, to wie, jakie było ważne.

Myślisz, że nauczysz się akceptować swój stan i to że inni są dla ciebie?
Założyłam sobie rok na żałobę i na pogodzenie się ze swoim stanem. Mam zamiar zamówić tort na rok po diagnozie i liczę, że jak zdmuchnę świeczkę, to potem już będzie pełna akceptacja. ▲

*** Kiedy po autoryzacji rozmawiałam z Kamilą, powiedziała, że jej córeczka ją przytuliła i powiedziała, że ją kocha i że jest jej aniołem.**

Potrzebujesz wsparcia psychologicznego? Zajrzyj na stronę 116sos.pl lub zadzwoń 116 123. Wskazówki znajdziesz też na stronie Fundacji Życie Warte Jest Rozmowy: zwjr.pl.

eprasa.pl eddb2a5eb2

Władza na próbę

„Power Play” to spektakl dla dzieci i dorosłych. Opowiada o władzy – jej słodyczy, kruchości i odpowiedzialności, która się z nią wiąże. Set premierowy: 23-26 kwietnia

Jeśli mamy szczęście, rodzimy się królowymi lub królami – mając dorosłych na każde skinienie. Odkrywamy swoją moc poprzez płacz, krzyk albo życzliwy uśmiech. Z czasem jednak zaczynamy doświadczać także bezsilności wobec świata.

„Power Play” to przedstawienie tworzone przez dzieci i dorosłych, jednak nie opowiada o dzieciństwie. Przeciwnie – przygląda się dorosłości jako procesowi przybierania ról, o niejasnych i często nieuchwytnych regułach. W spektaklu dzieci dzielą scenę z aktorami i aktorkami TR Warszawa. Poznają smak władzy, rozkoszują się jej słodyczą, a zarazem konfrontują z jej kruchością, grozą i towarzyszącą jej zdradą. Scenariusz powstał na podstawie improwizacji zespołu, luźną inspiracją była zaś powieść „Król Maciuś Pierwszy” Janusza Korczaka.

Reżyserką „Power Play” jest Samara Hersch, artystka pochodząca z Melbourne, pracująca między Europą i Australią, która w swoich projektach łączy współczesny teatr z działaniami społecznymi. — Jako dzieci (i dorośli) często jesteśmy zaabsorbowani kwestią władzy — niezależnie od tego, czy to sobie uświadamiamy. Dzieci mają jej bardzo niewiele. To my ustalamy zasady, jednak musimy mierzyć się z przejęciem odpowiedzialności, podatnością na zranienie, czasem także z bezsilnością — mówi Samara Hersch.

Spektakl jest adresowany zarówno do dorosłych, jak i do dzieci. Dla każdej z tych grup działa na innym poziomie. — W ten sposób chcemy uczynić teatr przestrzenią, w której dzieci i dorośli mogą współistnieć i próbować odnaleźć wspólny dialog — podkreśla reżyserka.

„Power Play” stawia pytania: czym różni się wychowywanie dziecka od kształtowania społeczeństwa? Jak pozwolić dzieciom pozostać „niewinnymi i wolnymi” i kto (za)płaci cenę za tę wolność?

Polskim kooproducentem spektaklu jest Międzynarodowy Festiwal Teatrów dla Dzieci i Młodzieży „Korczak Dzisiaj”

OBSADA:
Dobromir Dymecki / Sebastian Pawlak, Monika Frajczyk, Maria Maj, Tomek Tyndyk oraz dzieci: Lea Fabiś, Vincent Kalita-Porcari, Alicja Malczewska, Łucja Moraczewska, Klara Olszewska, Aurelia Pawlak, Nina Rogacka, Olivia Strzępka

eprasa.pl eddb2a5eb2

wdech

wydech

wiosna

chillizet

słuchaj nas w aplikacji