



## POWRÓT DO NORMALNOŚCI

DR SŁAWOMIR MENTZEN

Wielokrotnie powtarzałem, że bardzo trudno się prognozują, zwłaszcza przyszłość. Mówiłem, że znajdujemy się w punkcie równowagi niestabilnej i cholera wie, w którą stronę się to wszystko przechyli. Czy pójdziemy w kierunku chińskiego totalitaryzmu, czy może otrząśniemy się z tego dwuletniego szaleństwa i wrócimy do normalności. I o ile dalej nie mam pojęcia, gdzie będziemy za kilka lat, to wszystko wskazuje na to, że tę wielką, dwuletnią bitwę o wolność wygramy. Wielka Brytania, Dania, Szwecja, Norwegia i Finlandia wracają do normalności. To samo zapowiadają w Hiszpanii. We Włoszech, na Litwie i we Francji zapowiadają odwrót od paszportów. Sądy w kolejnych europejskich państwach stwierdzają, że różnego rodzaju przymusy są nielegalne. Mamy coraz większe protesty w Kanadzie, Austrii, Włoszech, Francji, Belgii i Holandii. Coraz więcej ludzi się budzi.

Nawet najwięksi wyznawcy wirusa „celebryty” widzą absurd, do jakiego dochodzi na Igrzyskach w Chinach. Jak to? To można komuś zepsuć start na podstawie testu? A no można. Tak samo można było przez te dwa lata na tej samej podstawie zepsuć milionom ludzi wyjazd na wakacje, zamknąć im firmę czy uwięzić w domu. Sportowców spotkało to samo, co tyle razy spotykało normalnych ludzi. Ale z jakiegoś powodu oburza dopiero teraz.

Restauracje i puby działają normalnie, nie przestrzegając żadnych durnych obostrzeń. Wczoraj byłem na wypełnionej po brzegi hali, gdzie spośród 13 tysięcy widzów maski miało może kilkanaście osób. Nikt oczywiście ich nie wymagał, nikt niczego nikomu nie sprawdzał. Po drodze widziałem, że na zatłoczonych Orlenach masek nie miała nawet obsługa. Życie coraz szybciej wraca do normalności i rządy będą musiały się do tego dostosować.

Wychodzi zbyt wiele badań pokazujących absolutną nieskuteczność oficjalnie uznanych metod walki z wirusem. Wirusa nie widać, za to widać inflację. Inflacja producencka w Europie wystrzeliła do ponad 26%. Tej krzywej również nie da się łatwo i szybko wypłaszczyć, a już na pewno nie metodami, które będą nam wciskać skorumpowane i doszczętnie skompromitowane przez te

dwa lata rządy. Gospodarka wystawi nam w kolejnych latach wysoki rachunek za te dwa lata zupełnej bez troski, dwa lata niszczenia firm, ograniczania handlu i usług. DOBROBYT BIERZE SIĘ Z PRACY, OSZCZĘDNOŚCI I PRZEDSIĘBIORCZOŚCI, NIE Z DRUKOWANIA PIENIĘDZY, ZAMYKANIA FIRM I PRZECINANIA ŁAŃCUCHÓW DOSTAW.

Wychodzimy z tego szaleństwa z poobijaną gospodarką, olbrzymim długiem zdrowotnym, drastycznym spadkiem zaufania do rządów, z podzielonymi społeczeństwami, z naruszonym poczuciem bezpieczeństwa i bez wiary w instytucje, które miały nam zapewnić ochronę i bezpieczeństwo. Ludzie zostali zdradzeni przez tych, którzy powinni ich chronić. Zawiedli naukowcy, dziennikarze, lekarze, prawnicy, policjanci, najróżniejsze autorytety – od sportowców, przez pisarzy, aktorów po influencerów. Większość z nich okłamana, ogłupiona lub przekupiona uczestniczyła w uwiarygadnianiu tej szopki. Mało kto chciał stanąć w prawdzie, ryzykując ostracyzm, ośmieszenie, a nawet utratę pracy czy źródła dochodu. Rządy pokazały swoje prawdziwe oblicze. Wszystkie spisane prawa, wolności obywatelskie, zakazy dyskryminacji i zwyczaje, okazały się nic nie warte, musiały ustąpić przed najwyższym dobrem – walką z wirusem, która legalizowała i uprawomocniała największe nawet zdziczenie, podłość i bandytyzm. Zdrowie i przyszłość dzieci, poczucie bezpieczeństwa, wolność, własność, sprawiedliwość, wszystko musiało ustąpić.

CZYM JEST KONSTITUCJA, JEŻELI MUSI USTĄPIĆ MASOWEJ HISTERII I PANICE? JAKĄ MAMY PEWNOŚĆ, ŻE ZA ROK, RZĄDY ZNOWU NIE SPANIKUJĄ I W PRZYPIŁYWIE KOLEJNEJ HISTERII ZNOWU NIE PODEPCZĄ NASZYCH PRAW? JAK MAMY WIERZYĆ LUDZIOM, OD KTÓRYCH NIE USŁYSZYMY NAWET PROSTEGO PRZEPRASZAM, ZA WSZYSTKO, CO WYCZYNIALI PRZEZ TE DWA LATA? Media przez dwa lata cenzurowały informacje, uniemożliwiały debatę publiczną i zajmowały się toporną propagandą. Nauka porzuciła dążenie do prawdy, zastępując je szukaniem argumentów dla postawionej i oficjalnie ogłoszonej tezy. Prawnicy przeszli do porządku dziennego nad kompletnym

CIĄG DALSZY NA STR. 2

CIĄG DALSZY ZE STR. 1

pogwałceniem zupełnie podstawowych norm prawnych. Słów mi brakuje na to, co przez te dwa lata stało się z medycyną, z przysięgą Hipokratesa i z podejściem lekarzy do pacjentów. To czekanie na wyniki testów, w trakcie którego umierali pacjenci, powinno być kiedyś dostrzeżone przez prokuratorów i rozliczone przez sądy. Nie można o tym wszystkim zapomnieć.

Na dziś wygraliśmy, ale musimy pamiętać, do czego ci wszyscy ludzie są zdolni, na jakie podłości są gotowi i w jaką głupotę są w stanie uwierzyć. Najważniejszą lekcją dla nas wszystkich powinno być to, że w momentach kryzysu możemy liczyć tylko na siebie, na nasze rodziny i bliskich. Nie na państwo, media, prawo, policję, naukę czy medycynę. Sami musimy się bronić, dbać o siebie i nasze rodziny. Umiesz liczyć, licz na siebie, nie na ludzi, którzy pokazali nam się przez te dwa lata, w całej swej żalosnej okazałości.

---

---

Sanity is not statistical. (ang.)

[Normalność nie jest kwestią statystyki.]

– GEORGE ORWELL

ROK 1984

---

---

## SŁOWNIK POJĘĆ [NIE]OCZYWISTYCH DEMOKRACJA

Gdy zastanawiałem się nad tematem mojego trzeciego artykułu, przypomniałem sobie czasy sprzed kilku lat, kiedy to na wszystkich nagłówkach królował Komitet Obrony Demokracji – jak się później okazało, przepłacona (przynajmniej w części) przez tzw. „opozycję” (powody dla których piszę ten wyraz w cudzysłowie pozostawię na inny artykuł) inicjatywa, której rzekomą główną intencją była obrona praworządności. Nie wdając się w szczegóły przepychanek i teatrzyków politycznych skierowanych do mas, uznałem, że ważnym terminem, który należałoby poruszyć jest właśnie demokracja, szczególnie zważywszy na to, jak często termin ten był wykorzystywany bezkrytycznie i bez zastanowienia nad jego faktycznym znaczeniem.

Pochodzący od greckich słów *demos* – lud i *kratos* – władza, termin ten oznacza nie mniej, nie więcej jak zwyczajnie „ludowładztwo” – system polityczny, w którym suwerenem (od fr. *souverain* – najwyższy), czyli

najważniejszym podmiotem sprawującym władzę, jest lud. Zapoczątkowany w starożytnej Grecji, system ten funkcjonuje na bazie rządów większości – opcja, która zdobywa najwięcej głosów społeczeństwa, uznawana jest za oficjalną, natomiast pozostałe zostają odrzucone. Należy tutaj zwrócić uwagę, że demokracja parlamentarna – sprawowanie rządów przez swoich przedstawicieli – jest tylko jednym z typów demokracji. W swojej pierwotnej formie, demokracja bezpośrednia przybierała formę referendum, gdzie obywatele, zamiast wybierając osoby uprawnione do podejmowania kluczowych decyzji, sami głosowali na temat konkretnych praw, decydując które zaakceptować jako obowiązujące.

Istotnym jest tutaj fakt, że demokracja nie jest tożsama z wolnością słowa ani konstytucją. Jedynym prawem zagwarantowanym przez demokrację jest możliwość *udziału* w wyborach powszechnych dotyczących praw bądź przedstawicieli politycznych, a także to, że opcja która zbierze najwięcej poparcia zostanie uznana za prawomocną.

Załóżmy przykładowo, że – z jakiegoś powodu – większość społeczeństwa uzna, że nie wolno krytykować narracji na temat kulistości Ziemi. Część z Państwa popukała się być może w głowę, część może przewróciła oczami, widząc ten, wałkowany na okrągło, przykład. Ale to nie kwestia kulistości Ziemi jest tutaj istotna – istotnym jest fakt, że jeśli odbyłoby się referendum na temat zakazu twierdzenia, że Ziemia jest płaska, a większość społeczeństwa opowiedziałaby się za takim ograniczeniem – to w demokratyczny sposób obalilibyśmy właśnie wolność wypowiedzi. Jeśli odbyłoby się analogiczne głosowanie na temat prawa do wychodzenia z domu po godzinie 22:00, to *demokratycznie* moglibyśmy również wprowadzić godzinę policyjną.

Piszę o tym dlatego, że uczulić chciałbym Państwa na mieszanie kilku terminów i łączenie je w jeden. Demokracja opisuje *wyłącznie* to, kto jest podmiotem decydującym o prawie – nie wtrąca się natomiast w to, o czym to prawo stanowi. Podobnie trójpodział władzy – na ustawodawczą, wykonawczą i sądowniczą – jest podporą demokracji, mającą zapewnić jej utrzymanie, ale na dobrą sprawę nie jest on jej inherentną częścią – bo jakież byłby problem w stworzeniu systemu, gdzie władzę ustawodawczą sprawuje dowolna korporacja, sądy składają się z przedstawicieli mass-mediów, zaś władza wykonawcza przekazana jest prywatnej milicji, która służąc pozostałym dwóm, utrzymuje społeczeństwo w ryzach. Zachowana jest tutaj zasada trójpodziału – żaden z podmiotów nie kontroluje

---

SKŁAD REDAKCJI: EDYTA MARSZAŁEK-WOJCIECHOWSKA – REDAKTOR NACZELNA • KACPER GŁÓD • MARTA MRZYGLÓD  
EWA PIWOWARCZYK-PRYSAK • KONRAD PIWOWARCZYK • BOHDAN PRYSAK

WYDAWCA: WYDAWNICTWO AMETHYST • 32-700 BOCHNIA, POGWIZDÓW 216

E-MAIL: NIECODZIENNIKBOCHENSKI@GMAIL.COM • TEL. 512-450-230 • WWW.NIECODZIENNIKBOCHENSKI.PL

wszystkich trzech urzędów – ale nie mamy wtedy do czynienia z demokracją, ale z oligarchią.

Podobnie w sytuacji odwrotnej – nikt przecież nie mówi, że oligarchowie – uprzywilejowana kasta społeczna, posiadająca wyłączność na sprawowanie władzy – czy dyktatorzy nie mogą stworzyć państwa sprawiedliwego dla obywateli. Oczywiście, że mogą – problem polega na tym, że w większości przypadków nie chcą. Wiąże się to z kwestią, poruszoną przeze mnie w poprzednim wydaniu *Słownika* – mianowicie z pokusą władzy i monopolu na wolność.

Toteż pamiętać należy, że choć demokracja ma niewątpliwie wiele zalet, nie jest ona ostatecznie systemem bez żadnych wad – najsłynniejszym chyba jej krytykiem był Sokrates, który już w czasach antycznej Grecji zauważył, że warunkiem sprawnego funkcjonowania systemu demokratycznego jest odpowiednio wyedukowane i etyczne społeczeństwo. Przynotować można tutaj argument o słodkiej truciźnie i gorzkim lekarstwie – filozof twierdził, że w konflikcie między sprzedawcą słodyczy i wysoko wykwalifikowanym lekarzem, temu pierwszemu łatwiej będzie zaskarbić sobie poparcie społeczeństwa – nawet jeśli słodycze, które sprzedaje, będą ostatecznie dla tegoż społeczeństwa szkodliwe.

Oczywiście słodycze nie mają jakiegoś szczególnego wpływu na społeczeństwo – nie w szerszym aspekcie. Ale proszę sobie teraz wyobrazić dyskusję dwóch polityków, dyskutujących o gospodarce:

Jeden z nich, proponuje zdecydowane zlikwidowanie zadłużenia państwa – kosztem tymczasowej niewygody i konieczności przysłowiowego „zaciśnięcia pasa”. Oczywiście, recesja wymagać będzie od społeczeństwa pewnych ustępstw i wyrzeczeń – które potrwać mogą rok, dwa, być może nieco dłużej. Być może koniecznym będzie ograniczenie spożycia wysokiej jakości mięsa czy warzyw. Ostatecznie jednak, plan przedstawiony przez tego polityka doprowadzi do startu „na czysto”, bez długów i zobowiązań, gdzie społeczeństwo może zacząć produkować bogactwo wyłącznie na swój własny użytek.

Jego oponentem jest natomiast człowiek, apelujący o utrzymanie obecnego poziomu życia, kosztem przyszłych pokoleń. Nieistotne jest to, że z każdym rokiem zaciągamy coraz wyższy dług, na który narastają coraz wyższe odsetki. Nieważnym jest to, że któregoś dnia ludzie u których zaciągnęliśmy ów dług, upomną się o jego spłatę – i gdy koszt tej spłaty będzie zbyt wysoki, by spłacić go w gotówce, zamiast niego będą domagali się naszej ziemi lub wolności – w przeszłości przecież nierzadko ludzie sprzedawali się w niewolę, aby pomóc w utrzymaniu swojej rodziny. Drodzy Państwo, ale czy naprawdę chcecie zrezygnować z wakacji w Tunezji? Czy wyobrażacie sobie sytuację, gdzie na półkach sklepowych nie jesteście w stanie znaleźć swoich ulubionych trunków

czy przekąsek? Dlatego właśnie druga opcja apeluje o to, żeby zaciągnąć kolejny dług – a potem może jakoś to będzie. Ważne jest to, co jest tu i teraz, a nie przyszłość za dziesięć lat, która nadejdzie lub nie.

Moje pytanie brzmi: która z opcji brzmi dla Państwa atrakcyjniej? Ja powiedziałbym, że druga – i w tym właśnie leży cały szkopuł. Bo pytanie nie powinno brzmieć „która opcja jest atrakcyjniejsza”, ale „która opcja jest skuteczniejsza i korzystniejsza w dalszym rozrachunku”.

Dlatego właśnie Sokrates naciskał na edukację społeczeństwa – bo społeczeństwo wyedukowane czyni z demokracji narzędzie wolności. Społeczeństwo nie widzące wyżej wspomnianego rozróżnienia, uczyni z demokracji stryczek, który z ochoczą radością sami założą sobie na szyję, gdy manipulowani przez polityków, zostaną przekonani do tego, że lepiej zażyć słodką truciznę niż gorzkie lekarstwo – bo może i trucizna ich zabije, ale przynajmniej będzie smaczna.

Na koniec jeszcze jedna uwaga – nie chciałbym narzucać Państwu własnego zdania na temat jakiegokolwiek systemu politycznego. Ostatecznie cały mój cykl ma na celu wyłącznie skłonienie Państwa do zastanowienia się nad kwestiami, które mogą wydawać się Wam oczywiste. Rzecz jasna, żaden artykuł nie jest w stu procentach obiektywny – bo nie może taki być, biorąc pod uwagę, że osoba pisząca ów artykuł całkowicie obiektywna nigdy nie będzie. Ale chcę zaznaczyć, że wierzę, iż demokracja ma również swoje dobre strony – poza oczywistym prawem do samostanowienia społeczeństwa i decydowania o swojej przyszłości, jednym ważnym aspektem demokracji jest jej stabilność. Jeśli dyktatura nadaje się doskonale do szybkich reform kosztem autonomii społeczeństwa – ponieważ nie musi przejmować się biurokracją i procesem legislacyjnym – to demokracja, przynajmniej w znanej nam formie, spisuje się świetnie jeśli idzie o utrzymanie *statusu quo*. Różne opcje, ścierające się między sobą o kolejne ustawy powodują zmiany powolne – co z kolei stabilizuje system i doprowadza do bardzo powolnych przemian. Jest to system o bardzo silnych fundamentach, co może stanowić zarówno jego wadę, jak i zaletę. Nieobecne jest w nim również zagrożenie obecne przy dyktaturze – mianowicie, że jedna osoba wprowadzi z dnia na dzień zmiany absolutnie katastrofalne dla całego społeczeństwa. Nie należy jednak tego systemu – przynajmniej według mnie – utożsamiać z liberalizmem. Bo choć przyzwyczailiśmy się do tego, że demokracja oznacza masę swobód obywatelskich, musimy pamiętać o tym, że któregoś dnia możemy się obudzić w świecie, gdzie większość społeczeństwa, podsycana przez złotoustych aktywistów i polityków zdecyduje demokratycznie wprowadzić rządy totalitarne reprezentantów większości – a to z liberalizmem będzie mieć już niewiele wspólnego.

K. P.

# NUMIZMATYKA

## HOBBY CZY DOBRA INWESTYCJA?

### Cz. III – Co, JEŚLI NIE POLSKIE MONETY?

Drogi Czytelniku.

Kontynuując cykl artykułów o tematyce numizmatycznej i proponując Czytelnikom rozpoczęcie tego hobby, dzisiaj chciałbym zaproponować, co zbierać, jeśli nie polskie monety. Oczywiście będę bazował na swojej wiedzy i doświadczeniu. Rynek numizmatyczny jest bardzo szeroki. Niektórzy zbierają monety antyczne, inni współczesne. Jedni zbierają monety kolekcjonerskie, a inni okolicznościowe lub obiegowe. Są również zwolennicy zbierania tematycznego np. sport, fauna czy flora. Zależy to oczywiście od możliwości finansowych, czyli od tego ile zamierzamy przeznaczyć na nasze hobby. Wg mnie, ze względu na dobrą dostępność monet, najłatwiej jest zbierać monety krajów sąsiednich.

Z moich obserwacji mogę stwierdzić, że jednymi z najlepszych monet do zbierania, które praktycznie z roku na rok są coraz droższe są monety Ukrainy. Wraz z odzyskaniem wolności w 1991 roku, Ukraina – po wyjściu ze ZSRR i radzieckiego rubla jako jednostki monetarnej – rozpoczęła bicie własnych monet.

Zacząto poszukiwać nazwy dla nowej jednostki monetarnej kraju. Postanowiono nawiązać do jednostki wagi oraz nazwy srebrnej monety funkcjonującej na Rusi Kijowskiej w średniowieczu. Była to hrywnia. Jako obiegowe monety bito 1, 2, 5, 10, 25, 50 kopiejek oraz 1 hrywnię. Początek bicia tych monet to rok 1992. Monety 1, 2, 5 kopiejek były bite z aluminium lub ze stali nierdzewnej, a monety o wyższym nominale z mosiądzu lub brązału. W roku 2018 zakończono bicie monet 1, 2, 5, 10, 25 kopiejek i wprowadzono do obiegu monety 1 i 2 hrywny. W następnych latach dołączyły do tych monet również monety 5 i 10 hrywien jako monety obiegowe. Przyczyną tego była oczywiście duża inflacja w tym kraju. Monety kopiejkowe mają na rewersie swój nominal, a monety hrywnowe wizerunki sławnych książąt oraz hetmanów. Awers wszystkich monet to tryzub charakterystyczny dla Ukrainy.

Nakłady monet obiegowych są bardzo różne i w związku z tym również ich ceny potrafią się znacznie różnić. Dodatkowo występują różne warianty monet. Przy odrobinie szczęścia można znaleźć rzadką i drogą monetę. Mnie udało się kupić na przykład na Allegro komplet monet z 1996 roku (w tym 1, 2 i 5 kopiejek bardzo rzadkie) za kilkadziesiąt złotych. Wg informacji uzyskanych od numizmatyków z Ukrainy bardzo dużo monet o nominale 1, 2, i 5 kopiejek zostało przetopionych ostatnio jako złom. Dlatego tych nominalów na rynku będzie coraz mniej i myślę, że ich ceny będą sukcesywnie rosły.

Emisję monet okolicznościowych i kolekcjonerskich Ukrainy rozpoczęto w 1995 roku. Na początku bite były jako karbowanie o nominale 200000. W 1996 roku wprowadzono do obiegu pierwsze kolekcjonerskie

monety 2 hrywny. O ile pamiętam w 1998 roku wybito pierwsze monety 5 hrywien, a w 2019 roku rozpoczęto emisję monet 10 hrywien. Nakłady monet okolicznościowych są niskie. Rzadkie monety mają nakład od 10000 do 25000 sztuk. Wiele monet wybito w nakładzie od 30000 do 50000 sztuk. Sporadyczne emisje mają nakład do 100000 sztuk.

Jak na monety okolicznościowe są to bardzo niskie nakłady. Dla przypomnienia monety 5 zł mają nakład ok. 1000000 sztuk. Poza tym monety okolicznościowe Ukrainy są bardzo ładne. Bite są stemplem lustrzanym i sprzedawane w ochronnych plastikowych kapslach.

Cena obecnie sprzedawanych na Allegro monet 2 hrywny to ok 10-12 zł, a monet 5 hrywien 15-25 zł. Oczywiście są też monety o dużo wyższej cenie. Dla przykładu za monetę 5 hrywien „Koł Przewalskiego” z 2021 roku trzeba już dać około 60 zł (ja ją kupiłem jeszcze za 30 zł). Natomiast z monet emitowanych w 2021 r. najdroższa obecnie jest moneta 2 hrywny „100 lat MSW”, którą ostatnio na Allegro widziałem w cenie 129 zł, ale obecnie jest niedostępna.

Wartość całej kolekcji monet okolicznościowych Ukrainy od roku 1995 do 2020 na rynku ukraińskim (olx.ua) to około 115000 UAH (około 15 tys. zł). Oczywiście najdroższe są monety emitowane w latach 1995-2000 (podobnie jak nasze monety 2 zł). Tak więc całej kolekcji pewnie nie uda się łatwo zebrać, ale wytrwałym życzę powodzenia. Dla porównania dodam jeszcze, że komplet naszych monet 2 zł i 5 zł emitowanych w tym samym okresie kosztuje obecnie na aukcjach około 3500 zł, a moneta 2 zł Zygmunt II August przekracza niejednokrotnie cenę 1000 zł.

Jeśli chodzi o monety kolekcjonerskie Ukrainy, to ich nominały zaczynają się od 5 hrywien. Emitowane są z drogocennych metali: srebro, złoto, platyna. Ich nakłady są bardzo niskie. Dla złotych monet są to nakłady po kilkaset sztuk, a dla srebrnych 2500-3000 sztuk. Niestety w związku z tak niskimi nakładami ceny tych monet są bardzo wysokie.

Kończąc tę część muszę dodać, że okolicznościowe monety Ukrainy ze względu na ich walory estetyczne oraz niski nakład, cieszą się dużą popularnością na rynku europejskim (a może i światowym?). W cenach o wiele wyższych niż na naszym Allegro można je spotkać na portalu Ebay. To może tłumaczyć stosunkowo szybki wzrost ich wartości, pomimo że w samej Ukrainie rynek numizmatyczny jest raczej ubogi i dopiero się rozwija.

Życzę powodzenia i szczęścia w licytowaniu tych monet na Allegro.

B. P.

# DRAPIEŻNIKI RABY

## CZEŚĆ I – KLEŃ

Rzeka Raba wypływa z okolic Sieniawy koło Rabki i kończy bieg w Wiśle w miejscowości Uście Solne. Od źródeł do Myślenic rzeka jest typową górską wodą z kamienistym dnem i rwącym nurtem. Od zapory w Dobczycach do ujścia Stradomki, jest to odcinek rzeki górskiej należącej do PZW Kraków. Natomiast odcinek od ujścia Stradomki do ujścia Raby do Wisły należy do PZW Tarnów i dzieli się na 2 części pierwszy od Stradomki do mostu kolejowego w Cikowicach – odcinek wody o charakterze rzeki górskiej z wydzielonym odcinkiem „złów i wypuść” Stradomka – most drogowy w Chełmie gdzie wszystkie złowione ryby należy bezwzględnie wypuszczać. Odcinek ten stanowi ostoję i wspaniałe miejsce na tarlisko wielu gatunków ryb, w tym drapieżników. Odcinek od Cikowic aż do ujścia do Wisły w miejscowości Niedary stopniowo spowalnia i nadaje rzece charakter nizinny.

W tym cyklu chciałbym przedstawić i scharakteryzować w kolejnych częściach ryby z gatunków drapieżnych które występują w Rabie i są poławiane przez lokalnych, ale również przyjezdnych wędkarzy, z różnych stron Polski.

Nadmienić należy, że charakter i rybostan rzeki znacznie się zmienił przez ostatnie 50 lat a to za sprawą sztucznej zapory na Wiśle we Włocławku, która zaburzyła naturalny rytm i szlak ryb wędrownych, doprowadzając do bezpowrotnej utraty i wyginięcia w Rabie ryb takich jak łosoś, węgorz, troć wędrowna popularnych również tutaj jeszcze w latach 70-tych. Nieprzemyślana budowa sztucznych przegród rzek jest przykładem negatywnej ingerencji człowieka w środowisko naturalne, i prowadzi do nieodwracalnych w nim zmian. Kolejnym naszym lokalnym przykładem takiej niekorzystnej ingerencji jest zaporą w Dobczycach, która spowodowała spadek temperatury rzeki oraz ogromne ilości szkodliwych osadów spuszcanych do niższego odcinka rzeki. Problem ten został zauważony przez specjalistów na całym świecie i pojawiły się rozwiązania techniczne ograniczające ten negatywny wpływ w postaci przepławek dla ryb oraz renaturyzacji rzek.

CZYM JEST RENATURYZACJA RZEK?

*Najkrócej mówiąc, jest to przywrócenie im naturalnego stanu. W ramach obecnie tworzonego planu renaturyzacji nie będziemy jednak proponować całkowitej zmiany charakteru rzek. Celem jest poprawa funkcjonowania ekosystemów. W dokumencie zostaną określone obszary, które wymagają odpowiednich działań i wskazane konkretne metody naprawcze. /źródło: wody.gov.pl/.*

W tym numerze przedstawiam Czytelnikowi

klenia. W kolejnych artykułach zostaną przybliżone „sylwetki” następujących drapieżników – mieszkańców rzeki Raby – jaź, boleń, pstrągi (potokowy, tęczy i źródłany), lipień, brzana, okoń, szczupak oraz sandacz.

### KLEŃ

Kleń jest rybą z rodziny karpionowatych, jednak nie jest to typowa ryba spokojnego żeru. Jest wszystkożerny, nie gardzi owocami, larwami owadów, ich postaciami dorosłymi, a także rybami, czy innymi kręgowcami, jak żaby, czy niewielkie myszy. Jego ciało jest podłużne, wrzecionowate i silnie umięśnione. Głowa duża, z szerokim, mięsistym pyskiem. Do tarła przystępuje z reguły w okresie kwietnia-maja, choć w przypadku niższych temperatur w okresie wiosennym, może przesunąć się nawet na czerwiec. Nie posiada okresu ochronnego, a wymiar ochronny to 25 cm. Kleń może osiągnąć rozmiar nawet ponad 70 cm długości, jednak z reguły łowi się ryby w granicach 30-40 cm. Rybę ponad 50-centymetrową można już uznać za naprawdę okazałą sztukę. Kleń jest rybą typowo sportową, którą spinningiści często łowią podczas zawodów wędkarskich. Zamieszkuje praktycznie cały odcinek Raby zarówno jej górskie odcinki jak i nizinne przy ujściu. Występuje w Polsce niemalże we wszystkich rzekach i potokach – jest bardzo ważnym elementem ekosystemów naszych rzek.

Poniżej przykłady okazów kleni, które zostały złowione i wypuszczone po pamiątkowej fotce przez kolegów i sympatyków klubu Zębaty, o którym można więcej przeczytać na stronie [www.zebaty.com](http://www.zebaty.com).

MARCIN GŁÓD



# MŁODA POLSKA PRZEDSIĘBIORCZA

## JAK WDROŻYĆ MŁODZIEŻ W ŚWIAT PRZEDSIĘBIORCZOŚCI?



MŁODA POLSKA PRZEDSIĘBIORCZA jest projektem zakładającym wprowadzenie przedsiębiorców do szkół. Koncepcja ta wywodzi się z programu „Business at school” realizowanego już od ponad 20 lat przez grupę BCG w krajach takich jak Niemcy, Szwajcaria, Austria, Włochy czy Stany Zjednoczone. Program ten ma za zadanie przekazać młodzieży tajniki prowadzenia biznesu w praktyce, dzięki czemu uczniowie poznają technikę zarządzania przedsiębiorstwem czy poszerzyć swoją wiedzę na temat rynku pracy. Idea ta pojawiła się także w Polsce, gdyż projekt „Młoda Polska Przedsiębiorcza” został opracowany i przyjęty podczas V posiedzenia Parlamentu Młodych Rzeczypospolitej Polskiej w 2021 roku.

Sytuacja w polskim szkolnictwie prezentuje się nieco inaczej niż na zachodzie, toteż budowa projektu musiała zostać dostosowana do warunków naszego systemu oświaty. Z pewnością zauważyć można, że opisywana inicjatywa odpowiednio dopełniałaby się z przedmiotem „Podstawy przedsiębiorczości”, który jest już obecny w polskich szkołach. Zasadniczą bolączką obecnych lekcji jest fakt, że poznajemy na nich teorię, a brak nam praktycznego wdrożenia się w temat biznesu. Wdrażając w życie projekt MPP można byłoby zatem wykorzystać wolną liczbę godzin, których nie obejmuje podstawa programowa, na prace projektowe oraz ćwiczenia w terenie, które opierałyby się na dobrowolnej współpracy lokalnych przedsiębiorców z placówkami oświaty. Część zajęć odbywać mogłaby się poza terenem szkoły, w siedzibach różnych firm oraz zakładów, które zdecydowałyby dołączyć się do projektu. W ramach zajęć uczniowie analizowaliby różnej wielkości przedsiębiorstwa, opracowując następnie własne strategie zarządzania firmą, tworząc biznes plany, wymieniając się pomysłami na prowadzenie działalności gospodarczej. Całość programu zwieńczyłyby ogólnopolskie targi, na których zainteresowani przedstawiliby rezultaty swojej pracy.

Realizując projekt, skorzysta z niego tak naprawdę każda z grup będących jego stroną!

UCZNIOWIE, korzystając z wiedzy i doświadczenia ekspertów biznesowych, poznają realia rzeczywistości zarówno dużych jak i małych firm oraz zapoznają się z zasadami funkcjonowania biznesu, jak również będą pogłębiać wiedzę na tematy pokrewne. Ponadto młodzież ćwiczyć będzie również tzw. umiejętności miękkie – pracę w zespole, własną inicjatywę, komunikację oraz zarządzanie czasem. Wiele z tych umiejętności przyda się później na etapie dorosłego życia i działalności na rynku.

PRZEDSIĘBIORCY współpracujący ze szkołami (a tym samym również z młodzieżą), będą mogli znaleźć potencjalnych, przyszłych współpracowników, a także odnieść korzyści marketingowe ze względu na współpracę z młodzieżą oraz udział w planowanych targach ogólnopolskich.

NAUCZYCIELE uzyskają możliwość praktycznego, interesującego oraz jednocześnie skutecznego realizowania podstawy programowej. Ponadto będą oni w centrum projektu, zarządzając nim na poziomie lokalnym oraz udzielając pomocy w komunikacji na linii szkoła - przedsiębiorcy.

W dłuższej perspektywie korzyść z projektu odniesie ogół społeczeństwa. Długofalowa praca nad kreowaniem przestrzeni w zakresie przedsiębiorczości, kształtowania wśród młodego pokolenia zdolności biznesowych i szacunku do wartości takich jak: wolność gospodarcza, własność prywatna, a także społeczna odpowiedzialność i etyka w pracy przyczyni się do wzrostu rozwoju gospodarczego oraz poprawi ogólny dobrobyt w zakresie życia społecznego.

Tak o założeniach, realizacji oraz zamierzonych skutkach projektu wypowiadają się współautorzy inicjatywy:

*Moim zdaniem projekt MPP, to przede wszystkim nowa jakość w edukacji, połączenie tego, co tak naprawdę w całym systemie oświaty powinno być najistotniejsze, czyli współpraca na linii biznes – szkoła. Pamiętajmy, że obecni uczniowie, które zacieśniamy gremium mam przyjemność reprezentować, też za parę lat znajdą się na rynku pracy, czy to jako właściciele swych własnych firm, czy wykwalifikowani pracownicy – czego wszystkim życzę. Dzięki takim warsztatom, będą mogli zdobyć szereg kompetencji miękkich, które przełożą się na rozszerzenie horyzontów i dawanie więcej na rynku. Szkoła nie powinna być miejscem, gdzie uczymy się budowy pantofelka, a miejscem gdzie rozwijamy siebie i to właśnie chcielibyśmy osiągnąć tym projektem. – Błażej Mielnik, współtwórca projektu.*

*Projekt „Młoda Polska Przedsiębiorcza” jako rezultat prac IV kadencji Parlamentu Młodych to projekt bez precedensu. Łączy nie tylko chęci i ambicje młodego pokolenia, znajdując jego uznanie na obradach. Posiada także liczne postawy empiryczne na bazie naszych zachodnich sąsiadów. Program „Business at school” funkcjonuje bowiem w Niemczech od ponad 20 lat i kształci, poprzez praktykę,*

kolejne pokolenia przedsiębiorców działających na rzecz niemieckiej gospodarki. Działamy tutaj na doświadczeniu praktycznym - choćby Filipa Zabłockiego, na co dzień ucznia jednej ze szkół w Gerlitz objętych programem. Poprzez pracę u podstaw wierzymy, że możemy wprowadzić coś podobnego w naszym kraju. – Kamil Gabriel Janic, współtwórca projektu.

Warto wspomnieć, że projekt zaczyna być już wdrażany w życie. W grudniu w II LO w Mielcu odbyły się pierwsze prelekcje związane z projektem „Młoda Polska Przedsiębiorcza” organizowane we współpracy z Agencją Rozwoju Regionalnego MARR w Mielcu. Uczniowie mieli możliwość poznać różne wskazówki na temat dążenia do sukcesu w biznesie, a o wszystkim opowiadał przedsiębiorca Łukasz Kilian. Prelekcje dotyczące przedsiębiorczości odbyły się za sprawą młodzieżowego parlamentarzysty oraz ucznia mieleckiego liceum, Radosława Rusina. Razem z Mielecką Agencją Rozwoju Regionalnego projekt będzie kontynuowany oraz rozszerzany, a tym samym uczniowie będą mogli poszerzyć swoją wiedzę z zakresu przedsiębiorczości w praktyce. Z czasem możliwa jest również jego realizacja w innych placówkach oświatowych oraz miastach. A ta praktyczna wiedza, choć nie mówi się o niej wiele w szkołach (przynajmniej póki co), w dorosłym życiu przydaje się bardzo.

KACPER GŁÓD

PROJEKT UCHWAŁY PARLAMENTU MŁODYCH RP

## MŁODA POLSKA PRZEDSIĘBIORCZA

„Wpuśćmy przedsiębiorców do szkół!”

CO TO TAKIEGO?

Niniejszy projekt uchwały jest swoistym manifestem młodego pokolenia jaki został przegłosowany na tegorocznej odsłonie „Parlamentu Młodych RP” skupiającego młodych ludzi, nieobojętnych na losy swojej ojczyzny z całego kraju. **Przedstawia on generalne założenia szlachetnej inicjatywy jaka połączyła młodych parlamentarzystów. Inicjatywa ta traktuje rozwoju młodej przedsiębiorczości wśród młodzieży na wzór znany z rozwiązań stosowanych w Niemczech od ok. dwudziestu lat.**

DLACZEGO TO SKŁADAMY?

Pokładając wiarę i nadzieje w rozwiązania tu zaprezentowane **pragniemy dotrzeć do możliwie jak największej liczby osób decyzyjnych w naszym kraju**, chcąc wpływać na rzeczywistość zamierzamy promować ten projekt tam, gdzie jest to możliwe. Wśród posłów, senatorów, prezydentów miast i gmin. **Uważamy, że osoba, do której trafia ten projekt jest osobą która może przyczynić się do postawieniu kolejnego kroku na drodze wsparcia rozwoju przedsiębiorczości i wprowadzenia zmian o jakiej** zabiegamy.

JAK MOŻNA POMÓC?

**Prosimy o przełożenie projektu**, założeń z jakich może wykielkować ustawa **do wszystkich osób jakie mogą mieć moc by móc przybliżyć te rozwiązania do wprowadzenia w życie** na gruncie ustawodawczym. Niemniej ważną jest w tym także promocja. Zachęcamy do tworzenia publikacji na ten temat, **jestemy także otwarci na to by swoją wiedzą na temat tego projektu wspomóc** wszelkie tego typu podobne działania.

KIM JESTEŚMY?

Składamy to w imieniu własnym. Jesteśmy współautorami projektu, którzy pracowali nad nim o samego początku, natomiast przede wszystkim **jesteśmy młodymi ludźmi chcącymi działać na rzecz zmian w szkolnictwie w naszym kraju.**

Życzymy miłej lektury projektu!



PARLAMENT  
MŁODYCH  
RZECZYPOSPOLITEJ  
POLSKIEJ

Kamil G. Janic  
(poseł na Parlament Młodych RP IV kadencji, Jelenia Góra)  
Błażej Mielnik  
(poseł na Parlament Młodych RP IV kadencji, Trzebnica)

## STANISŁAW ŻÓŁKIEWSKI I JEGO CZASY (CZĘŚĆ II)

Po zwycięskiej, stoczony 4 lipca 1610 r. bitwie pod Kłuszynem, Żółkiewski nie dał swoim żołnierzom dużo czasu na odpoczynek. W spisanej przez siebie dwa lata później relacji zatytułowanej *Początek i progres wojny moskiewskiej* pisał po staropolsku: „w wojsku siła poranionych, zostawić ich miejsca nie było po temu, [tylko] przyszło ich siła na woziech wieźć, bo na koniach nie mogli. Marło ich siła. Co, acz żałosna było panu hetmanowi [chodzi o samego Żółkiewskiego], patrząc jednak na to, iż za zabawą zwycięstwo w pożytek by nie poszło, chciał w świeżym razie, w świeżym strachu na Szujskiego nastąpić”.

Wieści o bitwie pod Kłuszynem oraz o tym, że do Żółkiewskiego dołączają kolejne oddziały w szybkim tempie docierały na Kreml. Hetman zaś po kilku dniach spędzonych na organizacji długiego marszu ruszył w stronę Moskwy. W obliczu tych nieszczęśliwych dla Carstwa Moskiewskiego wydarzeń, obalony został ostatni car z rodu Rurykowiczów, Wasyl Szujski. Po władzę sięgnęła tam rada składająca się z siedmiu bojarów, reprezentujących najznacześniejsze rody: Mścisławskich, Golicynów, Szeremietiewów, Trubeckich, Romanowów, Worotyńskich i Kurakinów. Nie znalazł się tam jednak niezwykle ważny autorytet – stary patriarcha moskiewski Hermogenes. Był on zdecydowanym przeciwnikiem układów z Polakami i przewidywał powołanie na nowego cara przedstawiciela rodu spowinowaconego z Iwanem Groźnym. Członkowie rady byli natomiast zwolennikami rozmów z Żółkiewskim.

Żołnierze polskiego hetmana nie próżnowali. Wojska Żółkiewskiego dotarły 3 sierpnia pod Pole Chodyńskie, znajdujące się mniej więcej 5 km od murów Moskwy. Jak pisze Andrzej Nowak widok wielkiego miasta musiał robić na przybyszach spore wrażenie: „Stolicę carów zamieszkiwało w owym czasie około sto tysięcy ludzi, a więc tyle ile w Gdańsku, Krakowie i Poznaniu – razem wziętych”. Sama siedziba carów, znajdująca się w centrum, przy rzece Moskwie imponowała swoją powierzchnią 25 hektarów – pięć razy większą niż Wawel. Wspomnieć trzeba też o niezwykle długich, wysokich i grubych murach broniących wejścia na Kreml. Oprócz tego miasto było położone w taki sposób, że do Kremla przylegała główna dzielnica handlowa – Kitajgorod, tworząc z nim wspólny system obronny. Umocnienia te uzupełniały rzeki Moskwa i Nieglinna. Zdobywanie tak dobrze ufortyfikowanego i bronionego miasta szturmem byłoby zadaniem karkołomnym. Żółkiewski na tę chwilę dysponował ponad 10 tysiącami ludzi, ale nie mógł posiadać specjalistycznego, oblężniczego sprzętu. Już 6 sierpnia doszło jednak do rozmów z wysłannikami rady bojarów. Negocjacje trwały trzy tygodnie i jak znów pisze Andrzej Nowak „zawarte i

zaprzyjęzone zostało porozumienie, które miało otworzyć wrota Moskwy wojskom hetmana – jako „straży przedniej” nowego cara: królewicza Władysława”. Możemy się w tym miejscu zastanowić dlaczego doszło do tak niezwykle korzystnego dla Żółkiewskiego porozumienia? Aby odpowiedzieć na to pytanie powinniśmy przedstawić jeszcze wątek Dymitra Samozwańca II, którego wojska w obecnej chwili również stanowiły zagrożenie dla Moskwy. Nie będziemy jednak w tej chwili tym się zajmować, lecz nakreślimy tylko, że rada bojarów uznała za mniejsze zło rozmowy z Żółkiewskim. Wynikało to z kalkulacji. Członkowie rady byli w stanie obiecać tron kandydatowi królewskiemu, w zamian za usunięcie Samozwańca z pomocą hetmana. Porozumienie Żółkiewskiego z bojarami było jednak w dwóch bardzo istotnych miejscach odbiegające od tego, czego chciał król Zygmunt. Po pierwsze oznaczało ono zgodę na przysłanie do Moskwy królewicza Władysława na koronację i jego przejście na prawosławie. Po drugie zaś rezygnację Rzeczypospolitej z jej dotychczasowych zdobyczy terytorialnych, przede wszystkim oblężonego Smoleńska, co ośmieszyłoby przebywającego tam od bardzo długiego czasu z częścią wojsk króla.

Przyjęte przez Żółkiewskiego warunki były więc mocno kontrowersyjne, ale zarazem bardzo śmiałe i kuszące. W grę mogła wchodzić nawet unia polsko-moskiewska, ale czy rzeczywiście były na to szanse? Należy mieć wiele wątpliwości czy umowa przetrwałaby próbę czasu w moskiewskich realiach. Nie wiadomo czy dotrzymaliby jej ambitni bojarzy oraz jaki wpływ na jej utrzymanie miałby patriarcha Hermogenes i prawosławne duchowieństwo. Wróćmy jednak do Żółkiewskiego. Hetman, zgodnie z umową, pojawił się naprzeciw obozu zwolenników Samozwańca II. Do rozlewu krwi jednak nie doszło, a ten ostatni przedostał się do Kaługi (na południowy zachód od Moskwy). Największe kontrowersje wzbudzała kwestia przejścia królewicza Władysława na prawosławie. Żółkiewski miał świadomość, że gorąco przywiązany do katolicyzmu Zygmunt III nie zgodzi się na konwersję syna i starał się odnosić do tego żądania w sposób wymijający. Sprawę chrztu Władysława w obrządku prawosławnym odsyłało więc na rokowania z królem. Ceremonia zaprzyjężenia umowy była niezwykle uroczysta. Wojciech Polak pisze o uroczystym bankiecie wyprawionym przez Żółkiewskiego w jego obozie. Przybyło tam wielu wpływowych bojarów moskiewskich. Hetman miał również zjednać gości hojnymi podarunkami takimi jak konie, pałasze czy szable. Co ciekawe bojarzy zrewanżowali się i 2 września 1610 r. również wystawili bankiet.

Król naturalnie cieszył się z sukcesów Żółkiewskiego, ale do jego poczynań dyplomatycznych odnosił się już ze sporą rezerwą, a o uroczystości przyjętej umowie mógł jeszcze nie wiedzieć. Wynika to z dość bogatej korespondencji między nimi. Do Żółkiewskiego został ostatecznie wysłany poseł Aleksander Gosiewski wraz z

towarzyszającym mu Fiodorem Sołowieckim. Posłowie zostali zaopatrzeni w znacznie jaśniejsze niż do tej pory instrukcje. Król nakazał dyplomatom zdobywać przychylność ludzi w Moskwie, współpracując przy tym z Żółkiewskim. Mieli także zapewniać bojarów, że Władysław obejmie tron moskiewski, ale dopiero wtedy, gdy sytuacja się uspokoi. Dodatkowo zachowane miały zostać wszystkie moskiewskie obyczaje i religia prawosławna z jej przywilejami. Zygmunt III jak już wspominaliśmy zdecydowanie nie zgadzał się natomiast na konwersję syna i zdania nie zmienił. Gosiewski i Sołowiecki otrzymali też listy do przekazania różnym możliwym w Moskwie. Cała akcja dyplomatyczna była więc przygotowana na szeroką skalę i mogła przynieść dobre rezultaty. Różnice między wizją króla, a wynegocjowanym przez Żółkiewskiego układem były jednak bardzo istotne. Nachodziła jesień, a sytuacja w Moskwie wciąż była gorąca i niepewna. Wybuch rozruchów wisiał w powietrzu. Zaistniała sytuacja z naszej perspektywy może wydawać się jednak niepojęta. Wojskami Rzeczypospolitej i to na życzenie wpływowych bojarów, którzy nie czuli się bezpiecznie, obsadzony został Kreml, a także inne ważne strategicznie punkty miasta. Miało to miejsce między 29 sierpnia a 9 października 1610 r., Żółkiewski został gubernatorem carskiej stolicy w imieniu królewicza Władysława. Gdy końcem października hetman wyjechał pod Smoleńsk, by spotkać się z królem, swoje obowiązki powierzył Aleksandrowi Gosiewskiemu. Obalony przez bojarów car Wasyl Szuzski wraz z braćmi trafił do Smoleńska już wcześniej. Sytuacja wydawała się nieoczekiwanie wspaniała, ale odpowiedź na pytanie, co miałyby z niej wynikać nie jest już taka prosta. Wytyczne, które otrzymali moskiewscy posłowie, przygotowywane również przez patriotycznego i niezwykle nieprzychylnego Polakom patriarchę Hermogenesa, były bardzo surowe, a nawet brutalne. Cytując znów za Nowakiem: „Instrukcja poselstwa (...) żądała twardo niemal natychmiastowego chrztu królewicza Władysława w obrządku prawosławnym – jeszcze w Smoleńsku; kary śmierci dla każdego, kto ośmieliłby się w państwie moskiewskim porzucić prawosławie; ograniczenia do minimum polskiego orszaku nowego cara; utrzymania wszystkich ziem, które Moskwa posiadała przed wojną 1609 roku, a więc również odstąpienia króla od oblężenia Smoleńska”.

Król stanął przed bardzo obiecującą, ale i niezwykle skomplikowaną sytuacją. Wojciech Polak uważa, że monarcha po prostu obawiał się, że hetman za bardzo ufa bojarom. Zygmunt III miał słuszne obawy, że utrzymanie przez Władysława tronu moskiewskiego może być dużym problemem. Królewicz był jeszcze młody, a biorąc pod uwagę fakt, że sytuacja polityczna w Moskwie była bardzo gorąca, łatwo mógłby paść on ofiarą spisku czy rozruchów. Zygmunt już prędzej



samemu siebie widział w roli cara, jednak absolutnie nie brał pod uwagę przejścia na prawosławie, a także nie godził się na oddanie Smoleńszczyzny.

Położenie bojarów i delegatów moskiewskich w nieoczekiwany sposób jednak się poprawiło. W końcu grudnia zamordowany został bowiem grożący im Dymitr Samozwaniec II. Zbrodni tej miał dokonać Piotr Urusow, naczelnik jego tatarskiej straży przybocznej. Nadzieje Żółkiewskiego na unię stawały się coraz mniej realne. Na sile przybrały również akcje propagandowe wymierzone przeciwko Polakom, choć jak twierdzi Nowak wśród wojsk stacjonujących w Moskwie blisko połowę stanowili wyznawcy prawosławia.

W styczniu 1611 r. wojewoda riazański Prokop Lapunow wypowiedział posłuszeństwo Władysławowi i zwołał pospolite ruszenie. Aleksander Gosiewski dowodzący teraz oddziałami w Moskwie zdecydował się natomiast na internowanie Hermogenesa. Masowe rozruchy zaczęły się w stolicy 28 marca. Następnego dnia doszło do walk w dzielnicy Kitajgorod. Zabarykadowane w wąskich uliczkach polskie oddziały podpaliły domy, aby móc się wycofać. Udało im się przedrzeć w stronę Kremla. Nastroje wobec nich były jednak coraz gorsze. W kolejnych dniach rozpoczęło się coraz ściślejsze oblężenie oddziałów polskich. Bojarzy pozostali wierni broniącej się załodze, obawiając się o własne życie. Wkrótce zmarł patriarcha Hermogenes. Sytuacja oblężonych była trudna, ale w obozie powstańczym również panował chaos. Przebywający pod Smoleńskiem Żółkiewski czuł się coraz bardziej zakłopotany. Rozumiał, że czas działa na niekorzyść interesów Rzeczypospolitej i niewiele da się już zrobić. Hetman postanowił udać się nie do Moskwy, lecz na południe, nad zagrożoną granicę siedmiogrodzką. Odjechał świadom niespełnienia swoich ambitnych koncepcji politycznych. W nocy z 12/13 czerwca 1611 r., co prawda nie drogą traktatu, lecz zbrojnie, wojska królewskie zdobyły upragniony Smoleńsk. Sukces króla był ogromny, ale Zygmunt III niestety popełnił wkrótce znaczący błąd. Zdecydował się powrócić do Warszawy, na zbliżający się sejm, zamiast wyprawić się na pomoc oblężonym w Moskwie Polakom. Zadanie to, jak pisze Wojciech Polak: „Powierzał w swoich planach oddziałom Jana Piotra Sapiehy i inflanckim wojskom Jana Karola Chodkiewicza. Król wyraźnie nie doceniał stopnia zagrożenia załogi polskiej w Moskwie. Doprowadzało to wkrótce do katastrofy”.

Podczas gdy w Rzeczypospolitej hucznie świętowano wojenne sukcesy, położenie obleganych w Moskwie stawało się coraz gorsze. Przybyła tam wprawdzie odsiecz Chodkiewicza, ale liczyła ona jedynie 2 tysiące żołnierzy. Dostało się tam również wojsko Sapiehy, ale było ono zdemoralizowane, a sam dowódca wkrótce zmarł. Na kapitulację polskiej załogi mimo coraz trudniejszej sytuacji i wielkiego głodu

trzeba było jednak jeszcze długo poczekać. Została ona podpisana dopiero 6 listopada 1612 r. Jak pisze Wojciech Polak: „Akt kapitulacyjny głosił, że Polacy w zwartym szyku, ze sztandarami i łupami, będą mogli wrócić do Rzeczypospolitej. Nie został on dotrzymany: dużą część żołnierzy (w tym całą piechotę) Moskale wymordowali, pozostałych wzięli do niewoli (...)”. Tak oto kończyła się niezwykle i spektakularna, ale ostatecznie bardzo gorzka historia oddziałów Rzeczypospolitej na Kremlu.

ALEKSANDER CEPK

KAPITULACJA POLSKIEGO GARNIZONU  
KREMLA W LISTOPADZIE 1612 R.  
NA OBRZĘDZIE E. LISSNERA (1874-1941).



Literatura:

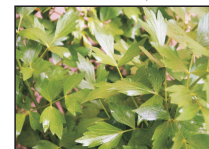
- Wojciech Polak, *Żółkiewski pogromca Moskwy*, Kraków 2020.
- Andrzej Nowak, *Dzieje Polski. Tom 5. Imperium Rzeczypospolitej*, Kraków 2021.

Ilustracja:

- [https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:Ernest\\_Lissner#/media/File:Lissner.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:Ernest_Lissner#/media/File:Lissner.jpg) [dostęp z 3.02.2022]



## ZIOŁA I OWOCE LUBCZYK



Styczeń za nami i coraz częściej myślimy o wiosnie, ale zanim ta nadejdzie, po drodze mamy jeszcze luty, a w lutym święto zakochanych, czyli walentynki.

Walentynki obchodzone są 14 lutego, tradycja ta trwa w zachodniej Europie od średniowiecza, a za patrona święta uważa się Św. Walentego, którego imieniny przypadają w tym właśnie dniu.

W Polsce walentynki spopularyzowane zostały w latach 90-tych XX wieku, zastępując nasz rodzimy zwyczaj, zwany Nocą Kupały lub Sobótką, obchodzony w noc letniego przesilenia słońca 21/22 czerwca. Do tradycji w dzień Św. Walentego należy wręczanie ukochanej osobie upominków, kwiatów, czekoladek, kart w kształcie serca, czy kolacja przy świecach, zwłaszcza przy własnoręcznie przygotowanych potrawach. Przykładem takiej potrawy może być zupa z lubczyku, który jest tematem niniejszego artykułu.

Lubczyk ogrodowy (*Levisticum officinale*) pochodzi ze wschodniej części basenu Morza Śródziemnego, należy do rodziny selerowatych. Jest byliną, dorastającą do 1,8 m, o dużych, ciemnozielonych, pierzastych liściach, drobnych żółtych kwiatkach, zebranych w baldachy oraz owalnych owocach. Wszystkie części

rośliny zawierają olejki eteryczne, kumarynę, żywicę, goryczkę, witaminę C, prowitaminę A, fitosterole, kwasy polifenolowe, oraz sole minerane.

Ziele lubczyku korzystnie wpływa na procesy trawienne, działa moczopędnie, wiatropędnie, żółciopędnie oraz wykrztuśnie. W celach kulinarnych stosowany jest do bulionów, sosów, i przypraw. Nasiona dodaje się do likierów i nalewek, a także do pieczywa i ciastek. W medycynie ludowej uważa się go za bardzo skuteczny afrodyzjak i używa do napojów i zaklęć miłosnych.

Ciekawostką jest to, że ze względu na bardzo intensywny zapach podobny do maggi, wkładany był przez średniowiecznych podróżników do butów, aby pochłoniął nieprzyjemne zapachy, a wywar z niego służył wówczas jako dezodorant do ciała.

Liście lubczyku zbieramy przed kwitnieniem, najlepiej w przedpołudnie słonecznego dnia, ze względu na maksymalną ilość olejków eterycznych w nich zawartych. Owoce (będące również nasionami) zbierane są kiedy dojrzeją, a korzeń, kiedy roślina wejdzie w spoczynek zimowy. Zebrane części rośliny możemy wykorzystać od razu po zebraniu jako przyprawę, a także ususzyć lub zamrozić.

### WALENTYNKOWA ZUPA Z LUBCZYKU

#### Składniki:

- 2 szklanki posiekanych liści lubczyku
- 3/4 szklanki posiekanej natki pietruszki
- 2 łyżki masła
- 2 łydzygi pokrojonego selera naciowego obrane z włókien
- 2 ząbki czosnku
- utarta gałka muszkatołowa, sól, pieprz (do smaku)
- 3/4 szklanki śmietany
- 1 kromka ciemnego chleba
- 1 i 1/2 l bulionu warzywnego

#### Przygotowanie:

Na rozgrzanej na patelni maśle podsmażamy czosnek, natkę pietruszki, pokrojoną łydżę selera, dodajemy gałkę muszkatołową, sól i pieprz. Chleb namaczamy w gorącym bulionie, następnie odciskamy i razem z liśćmi lubczyku dodajemy do wcześniej podsmażonych przypraw, chwilę smażyjemy, dodajemy bulion i gotujemy na małym ogniu 10 minut, studzimy i miksujemy. Przed podaniem podgrzewamy i dodajemy śmietanę.

### NALEWKA Z LUBCZYKU

#### Składniki:

- 3 g nasion lubczyku
- 1 l czystej wódki 45-50%
- 1 łyżka płynnego miodu gryczanego

#### Przygotowanie:

Nasiona wkładamy do szklanego naczynia, zalewamy wódką, dodajemy miód, szczelnie zamykamy, odstawiamy na 4-5 tygodni od czasu do czasu wstrząsając. Następnie filtrujemy przez bibułę, rozlewamy do butelek, szczelnie zamykamy, przechowujemy w ciemnym i chłodnym miejscu, co najmniej przez pół roku. Po tym czasie nalewka jest gotowa do użycia.

### DOMOWA MAGGI

#### Składniki:

- 1/2 kg ziela lubczyku
- pęczek natki pietruszki
- 70 g soli morskiej
- 150 g cukru
- 1-2 suszone podgrzybki

#### Przygotowanie:

Pokrojone zioła wsypujemy do garnka, zalewamy 1/2 l wody, dodajemy sól, oraz grzyby, gotujemy na małym ogniu przez 1/2 godziny. Cukier topimy na karmel, wlewamy część gorącego wywaru z lubczyku, mieszamy aż karmel się rozpuści, po czym wlewamy resztę wywaru i gotujemy 10 minut. Wywar przecedzamy przez sitko i rozlewamy do szklanych butelek. Przechowujemy w lodówce.

### MIÓD LUBCZYKOWY – na potencję i układ moczowy

#### Składniki:

- 2 łyżeczki korzenia lubczyku
- sok z 1/2 cytryny
- 5 łyżek miodu, najlepiej akacjowego

#### Przygotowanie:

Korzeń lubczyku mielimy w młynku, przesypujemy do rondelka, zalewamy 1/2 szklanki wody, gotujemy na małym ogniu przez 15 minut. Następnie studzimy, dodajemy sok z cytryny, miód, mieszamy i przekładamy do słoiczka.

STARA APTEKARA E. P-P.

## NA ZDROWIE TUKMARIA



Nasiona SŁODKIEJ BAZYLIJII inaczej TUKMARIA, mają kruczoczarłą barwę i kształtem przypominają łyż. Podobnie jak nasiona chia, po namoczeniu wchłaniają wodę, pęcznieją do wielokrotności ich pierwotnego rozmiaru i tworzą galaretowatą powłokę. Posiadają łagodny smak, ale są chrupiące po przeżuciu i mają orzechowy posmak.

Bazylija jest jednoroczną rośliną zielną. Rośnie od 60 do 120 cm wysokości i ma jasnozielone, jedwabiste liście, które rosną naprzeciw siebie. Kwiaty są białe i kwitną na końcowym kłosisie.

#### WARTOŚCI ODŻYWCZE NASION TUKMARIA

Łyżka stołowa nasion bazylii dostarcza 20% referencyjnego dziennego spożycia i 45% witaminy K. Tukmaria to również bogactwo innych wartości odżywczych. Zawiera dużo wapnia, magnezu i żelaza. Wapń i magnez są niezbędne dla zdrowia kości i funkcji mięśni, podczas gdy żelazo jest niezbędne do produkcji czerwonych krwinek.

Nasiona bazylii zawierają około 2,5 grama tłuszczu na 1 łyżkę stołową. Około połowy tego tłuszczu – 1240

mg – to kwas alfa-linolenowy (ALA) z grupy tłuszczów omega-3. Już niewielka ilość tukmarii może zaspokoić większość dziennego zapotrzebowania na ten składnik. ALA jest wykorzystywany do produkcji energii, działa także przeciwzapalnie i zmniejsza ryzyko niektórych chorób, takich jak: choroby serca i cukrzyca typu 2.

Nasiona bazylii są bogate w błonnik, szczególnie błonnik rozpuszczalny, w tym pektyny. U osób zdrowych może mieć wiele pozytywnych skutków:

- wspiera zdrowie jelit – pektyna ma właściwości prebiotyczne, czyli może odżywiać i zwiększać dobroczynne bakterie jelitowe;
- wpływa na uczucie pełności w żołądku – pektyna może opóźnić opróżnianie żołądka i zwiększać poziom hormonów, które sprzyjają poczuciu sytości;
- wspomaga kontrolę poziomu cukru we krwi
- poprawia poziom cholesterolu – pektyna może obniżać poziom cholesterolu we krwi poprzez hamowanie wchłaniania cholesterolu w jelitach.

#### PORÓWNANIE TUKMARI Z NASIONAMI CHIA (NA 100G)

	TUKMARIA	NASIONA CHIA
Nazwa łacińska	ocimum basilicum	salvia hispanica
Barwa nasion	całkowicie czarny, w kształcie łyż	cętkowane i kolorowe szare, brązowe, czarno-białe
Posiew	nasiona puchną znacznie szybciej i są większe niż nasiona chia	znacznie wolniej pęcznieją i są mniejsze niż nasiona tukmarii
Spożycie	nie należy jeść surowych	można jeść surowe
Kalorie	60 kcal	60 kcal
Węglowodany	41,59%	30,40%
Tłuszcz	24,83%	33,81%
Białko	19,62%	23,78%
Błonnik pok.	7 g	5 g
Omega-3	1240 mg	2880 mg
Wapń	15% RDI	8% RDI
Żelazo	10% RDI	9% RDI
Magnez	10% RDI	8% RDI

Nasiona tukmarii i chia wyglądają podobnie, gdy są w swojej galaretowatej postaci (po namoczeniu w wodzie oba rodzaje nasion pęcznieją i tworzą galaretowatą masę).

Korzyści zdrowotne jakie mogą wynikać ze spożywania tukmarii i jej działanie:

- poprawia odporność dzięki zawartości witamin i składników mineralnych;
- przeciwutleniające – zapobiega uszkodzeniom spowodowanym przez wolne rodniki, zmniejsza ryzyko raka i chorób zwyrodnieniowych oraz choroby Alzheimera;

- przeciwnowotworowe – flawonoidy chronią komórki przed promieniowaniem i uszkodzeniem przez wolne rodniki;
- przeciwwirusowe;
- przeciwbakteryjne;
- przeciwgrzybicze;
- wpływa na wydzielanie gazów – łagodzi problemy trawienne, takie jak wzdęcia, skurcze żołądka, niestrawność, zaparcia;
- wspomaga trawienie – pomaga w oczyszczaniu organizmu z toksyn.

#### PRZYGOTOWANIE TUKMARI DO SPOŻYCIA

Nasion nie powinno się spożywać w postaci surowej, dlatego trzeba je wcześniej namoczyć. Na jedną łyżkę stołową potrzeba jedną szklankę wody. Po zalaniu należy odczekać około 15 min, a następnie odcedzić nasiona. W takiej postaci można je dodać do posiłku. Jeżeli przepis zawiera dużo płynu, na przykład jest to zupa lub pudding, wstępne namaczanie nie jest potrzebne.

Gdy nasiona pęcznieją, ich rozmiar się zwiększa w przybliżeniu trzykrotnie. Dodatkowo żelowata część zewnętrzna zmienia kolor na szary. Środek namoczonych nasion bazylii pozostaje czarny.

#### ZASTOSOWANIE NASION BAZYLI SŁODKIEJ:

- żucie może zmniejszyć owrzodzenie jamy ustnej i inne infekcje jamy ustnej. Nasiona pomagają również zwalczać płytkę nazębną i próchnicę.
- spożycie namoczonych nasion pomoże zapobiegać zgadze i złagodzić wzdęcia

Nasiona można użyć jako dodatek do: koktajli, lemoniady i innych napojów, zup, sosów sałatkowych, jogurtów, puddingu, owsianek, dań z makaronu, chleba i babeczek.

Źródło: <https://remedygrove.com/supplements/Sweet-Basil-Herb-Sabja-Or-Tukmaria-Seeds-And-Their-Health-Benefits>

#### PUDDING Z NASIONAMI TUKMARIA Z SAŁATKĄ OWOCOWĄ (PRZEPIS NA 2 PORCJE)

- 5 łyżek nasion bazylii słodkiej
- 1 szklanka mleczka kokosowego lub mleka krowiego
- 100 ml soku z buraków czerwonych
- 2 łyżki miodu lub syropu klonowego

Wszystkie składniki wymieszać i odstawić do lodówki na kilka godzin (najlepiej na całą noc).

Przed podaniem przygotować sałatkę:

- 1 banan pokrojony w kostkę
- 2 garście malin lub borówek lub pokrojone w kostkę kiwi (owoce wg uznania)
- 1 łyżka soku z cytryny
- kilka listków mięty lub bazylii pokrojonych w paseczki
- łyżka owoców goi
- szczypta pieprzu cayenne
- 2 łyżki lekko podprażonych wiórków kokosowych

Wszystkie składniki wymieszać.

Gotowy pudding przełożyć do pucharków, na wierzch wyłożyć sałatkę. Udekorować listkami mięty lub bazylii. Można spożywać jako śniadanie na słodko lub deser.

LEK. SABINA NOWAK

# CZY ZANIM SIĘGNIESZ PO TABLETKĘ, MYŚLISZ O ZIOŁACH?



Moje dzieciństwo to Dziadek z krzaczastymi brwiami i surowym, ale kochającym spojrzeniem.

W niedzielne poranki Dziadek zawsze robił najlepszą jajecnicę na świecie. Masło i jajka od gaździny ze wsi – nie zapomnę tego szalejącego na samą myśl o „jajecnicze”, apetytu i smaku.

Do tego oczywiście kromka jeszcze ciepłego chrupiącego chleba i kakao na mleku prosto od wiejskiej krowy.

Dziadek mało mówił, za to był bardzo pracowity i czynny, a przede wszystkim znał się na medycynie naturalnej i ZIOŁACH.

Jak walczył w pierwszej wojnie światowej jeżdżąc konno z szablą u boku, to na infekcje, rany, nie było cudownych maści czy leków.

Często korzystał ze swojego zdobytego wojennego doświadczenia i zawsze jak byłem przeziębiona dostawałam zaparzoną LIPE z miodem i ciepłą kołdrę puchową.

Musiałam wypić gorącą LIPE i to jeszcze duszkiem, co było okropne. Wyobrażałam sobie wtedy, że piję pyszną herbatkę z dużą ilością soku malinowego.

W nocy wręcz wyciskałam pidżamę z potu, ale organizm stymulowany naturą, bronił się sam.

Czasami jak przychodziłam ze szkoły i bolał mnie brzuch od razu dostawałam kubek zaparzonej MIĘTY czy RUMIANKU. Nie przepadałam za tymi zapachami i specyficznym smakiem ziół. Czasami wypijałam zatykając sobie nos. Często było mi po takiej ziołowej herbacie jeszcze bardziej niedobrze, lecz to było przejściowe, a brzuch powoli się rozluźniał i przestawał boleć.

Przy biegunce Dziadek serwował mi SUSZONE BORÓWKI, a jak bolało mnie gardło dostawałam napar z TYMIANKU, żeby nim je 3 razy dziennie płukać.

Pamiętam jeszcze wywar z KORY DĘBU, w którym się robiło nasiadówki w plastikowej miedniczce, jak się chodziło w przemoczonych ubraniach i podczas sikania piekło.

Dzisiaj wchodzę do apteki i wzdycham za swoim

NATURALNYM DZIADKIEM, bo oczywiście ZIOŁA były tylko naturalną pomocą, ale organizm musiał walczyć sam z gorączką, z uczuleniem, z bólem czy z katarem.

Teraz na wszystko jest „coś”.... Od razu dostajesz magiczną tabletkę, recepturę, płyn, maść... i inne cuda.

Tracimy przez to czujność, nie słuchamy swojego ciała, od razu zagłuszamy i zaśmiecamy się lekami, które wiemy, że jedno przytłumią i być może naprawią, ale drugie mogą zepsuć (np. wątroba, nerki).

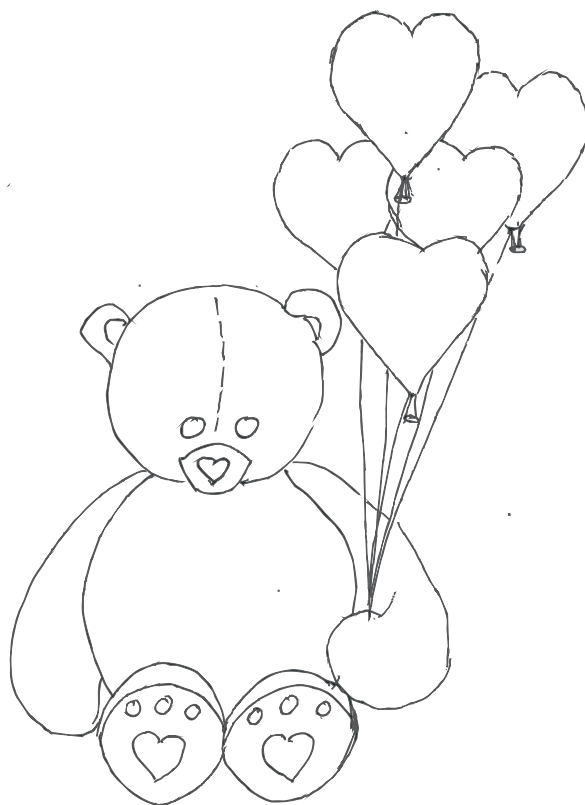
Konsumpcyjny styl życia zagłuszył w nas NATURALNYCH WOJOWNIKÓW, stajemy się hipochondrycznymi mięczakami....

Dziadku wróć i zaparz mi pyszną LIPE z miodem..., a ja pod ciepłą kołdrą posłucham jak opowiadasz mi piękne historie, o tym jak to się kiedyś żyło, kiedy niczego nie było..., a się potrafiło.

Wszystkim żyjącym w przewlekłym stresie serdecznie polecam popijanie z termosu ciepłego wywaru z MELISY.

Życie ZDROWO, NATURALNIE i KULTURALNIE.

MARTA MRZYGLÓD



# PARTIA, O KTÓREJ NAZWIE NIE WOLNO NAWET POMYŚLEĆ!



Mający ponad 670 tysięcy obserwujących profil KONFEDERACJI został 5 stycznia usunięty z Facebooka.

KONFEDERACJA mogła pochwalić się największym profilem na Facebooku spośród wszystkich polskich partii politycznych.

Informacja na temat usunięcia pojawiła się około godziny 13:00. Podawano wtedy, że konto zostanie usunięte punktualnie o godzinie 14:00. I tak też się stało.

Od dłuższego czasu konto KONFEDERACJI miało ograniczane zasięgi. KONFEDERACJA założyła nowy profil, który tym razem odnosił się do konfederackiego koła poselskiego. Konto zostało jednak usunięte.

Przypomnijmy, że profil KONFEDERACJI został „zbanowany” za rzekome „złamanie regulaminu dot. informacji o COVID-19”. Chodzi o niezgodne z oficjalnie obowiązującą narracją posty dotyczące pandemii koronawirusa, polityki lockdownów oraz szczepień preparatem przeciw COVID-19. Napisali w komunikacie: „... usunęliśmy stronę KONFEDERACJI, która wielokrotnie naruszała Standardy społeczności, w szczególności dotyczące zasad walki z COVID-19 i środków ostrożności z tym związanych oraz mowy nienawiści.”

Po usunięciu profilu partii KONFEDERACJA WOLNOŚĆ I NIEPODLEGŁOŚĆ, Facebook usunął profil KOŁA POSELSKIEGO KONFEDERACJA po raptem kilku godzinach. Bez żadnych uwag co do treści i ostrzeżeń.

Był to profil założony przez konto biznesowe KOŁA POSELSKIEGO KONFEDERACJA, które jest innym bytem prawnym, o innym NIP-ie niż partia KONFEDERACJA WOLNOŚĆ I NIEPODLEGŁOŚĆ.

Odrębne profile dla partii i koła/klubu poselskiego prowadzi m. in. Platforma. A więc tak wygląda wolność słowa u monopolisty?

Kolejne konto zostało wobec tego nazwane „Partia, której nazwy nie wolno wymawiać”. Profil bardzo szybko odzyskiwał obserwujących, jednak po trzech

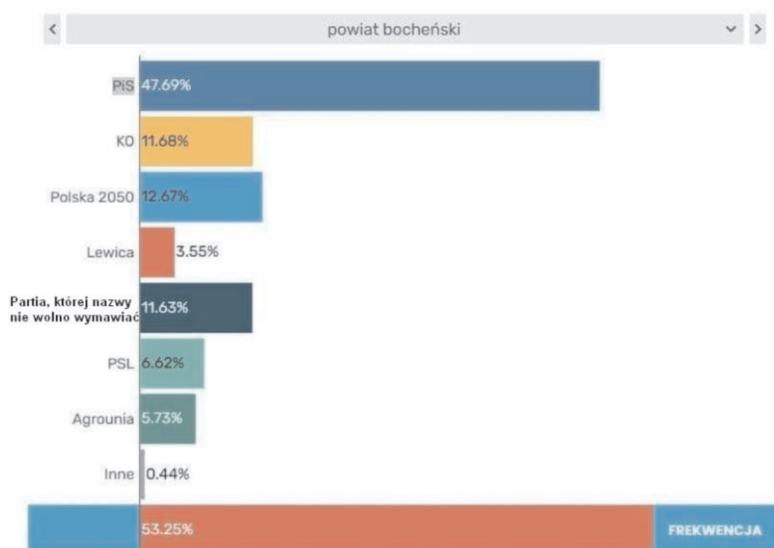
dniach również został usunięty. Facebook skasował profil bez podania jakiegokolwiek uzasadnienia, bez podania jakiegokolwiek przyczyny. Mało tego: na tym profilu nie padło ani razu słowo (którego boję się pomyśleć) ani nie było tam nic na temat najmedialniejszego wirusa (którego nazwy nie wolno tu wymawiać). Tak czy siak dzień w którym orwellowska myślozbrodnia stanie się faktem wydaje się być coraz bliżej.

Przede wszystkim trzeba wskazać, że ta sytuacja jest cenzurą prewencyjną, a zatem czymś, co jest zakazane przez polską Konstytucję. Nie może być zgody na to, żeby usuwać cały profil, bo to jest pozbawianie legalnie działającej (jakiegokolwiek!) partii politycznej możliwości kontaktu ze swoimi wyborcami.

Facebook bierze udział w walce politycznej i stwierdza, że mówienie prawdy jest teraz postrzegane jako mowa nienawiści. Na całym świecie trwa wojna o powrót do normalności i nasi przeciwnicy chcą świata, w którym warunkiem podjęcia pracy, nauki w szkole, robienia zakupów i w ogóle uczestnictwa w życiu publicznym jest wykupienie subskrypcji u Pfizera, a zgoda na udział w debacie politycznej przyznawana będzie przez jakichś anonimowych pracowników Facebooka lub Twittera. Na tej wojnie jesteśmy po drugiej stronie barykady, więc nie dziwi mnie w ogóle taka sytuacja, że Facebook usunął profil partii, o której nazwie nie wolno nawet pomyśleć.

Śpieszmy się kochać wolność, tak szybko odchodzi.

RADOSŁAW MACOŃ



ŹRÓDŁO: DOMENA PUBLICZNA

**KLUBY SPORTOWE Z BOCHNI ODEBRAŁY DOTACJE**

10 oraz 11 lutego burmistrz Bochni Stefan Kolawiński przekazał przedstawicielom klubów sportowych symboliczne czeki z dotacjami przekazanymi na rozwój sportu. Są to fundusze zawarte w zadaniu własnym Gminy Miasta Bochnia, które zaplanowane zostały na 2022 rok. Przypomnijmy, że dotacje przyznane zostały 11 klubom, które złożyły stosowne wnioski. Największe sumy przekazane zostały na: Stowarzyszenie Bocheński Klub Sportowy (143000 zł), Towarzystwo Sportowe MOSiR Bochnia (102000 zł) oraz Bocheńskie Stowarzyszenie Futsalu BSF (24000 zł).

**PIŁKA NOŻNA****BOCHEŃSKI POWRÓCIŁ DO TRENINGÓW**

BKS Bochnia wznawia cykl przygotowawczy przed rundą wiosenną IV-ligowych rozgrywek. Zawodnicy Marcina Manelskiego aktywnie trenują od pierwszej połowy stycznia. Od tego czasu ekipa Bocheńskiego zdołała rozegrać już 3 spotkania towarzyskie. W meczu z Tarnovią na trudnej murawie w Woli Rzędzińskiej, drużyna z Bochni poległa. Tydzień później Bocheński pokonał rezerwy Garbarni Kraków wynikiem 0:3. W meczu z Sokołem Słupnice, górą okazali się rywale BKS, którzy wygrali 3:1. Przed rundą wiosenną, która planowo powinna rozpocząć się w marcu, Bocheński ma przed sobą jeszcze 5 zaplanowanych sparingów. Zawodnicy z Solnego Grodu zmierzą się z drużynami z Kazimierzy Wielkiej, Woli Rzędzińskiej, Myślenic, Proszowic czy Brzeska. Wśród kadry Bocheńskiego Klubu Sportowego znajduje się także kilku zawodników testowanych. Część z nich to byli zawodnicy BKS, którzy niebawem mogą powrócić do drużyny na stałe.

**FUTSAL****STARCIEM NA SZCZYCIE PRZED BSF**

Bocheńskie Stowarzyszenie Futsalu, którego drużyna w bardzo dobrej formie pewnie zmierza po Futsalową Ekstraklasę, ciekawe zmagania toczyć będzie również w rozgrywkach Pucharu Polski. W 1/16 rozgrywek BSF zagra z BTS Rekord Bielsko-Biała, czyli obecnym Mistrzem Polski oraz liderem na najwyższym szczeblu ligowym. Zatem w meczu zmierzą się przodujące drużyny Ekstraklasy oraz grupy południowej I ligi. Zwycięzca tej pary zagra w 1/8 finału z drużyną Heiro Rzeszów.

Jeszcze przed pucharowym starciem, które odbędzie się 16 lutego, 4 dni wcześniej BSF podejmie u siebie AZS UŚ Katowice, czyli wicelidera pierwszoligowych rozgrywek. Potencjalne zwycięstwo w tym spotkaniu mogłoby jeszcze bardziej przybliżyć drużynę BSF do Ekstraklasy. Po ostatnich zwycięstwach z Come One Kobierzyce i Sośnicą Gliwice, baraże Bochnianie mają już niemalże zapewnione, ale z pewnością dążyć będą oni do bezpośredniego awansu i wydaje się, że nikt nie będzie w stanie stanąć na drodze bocheńskiej sile.

**MŁODZIEŻOWE MISTRZOSTWA POLSKI W BOCHNI!**

Ciekawa sytuacja w futsalu ma miejsce również w młodzieżowych grupach. W dniach 25-27 lutego w Bochni rozegrany zostanie turniej Młodzieżowych Mistrzostw Polski w kategorii U-19. Drużyny, które wystąpią w turnieju, zbudowane są z zawodników do 19-tego roku życia. Mecze turnieju finałowego odbędą się na Hali Widowiskowo-Sportowej.

Tak prezentują się rozlosowane grupy:

GRUPA 1: Rekord Bielsko-Biała SSA, SMS Solne Miasto Wieliczka, GKS Futsal Nowiny, Beniaminek Starogard Gdański.

GRUPA 2: Junior Hurta Łęczycza, Dreman Komprachcice Opole, SPN Szamotuły, SMS JKS Jarosław.

GRUPA 3: BSF Bochnia, TAF Toruń, Bonito Helios Białystok, GI Malepszy Leszno.

GRUPA 4: Gwiazda Ruda Śląska, Red Dragons Pniewy, Construct Lubawa, Sośnica Gliwice.

**PIŁKA RĘCZNA****ZMIENNE SZCZĘŚCIE PIŁKARZY RĘCZNYCH**

Po przytłaczającej porażce z HLB Tężnią Busko-Zdrój drużyna szczypiornistów MOSiR Bochnia dość niespodziewanie pokonała ekipę SPR Górnika Zabrze. Na wyjazdowe zwycięstwo 33:39 złożyła się dobra strzelecka forma zawodników z Bochni. Bartosz Szpisak zdobył w tym spotkaniu aż 16 bramek, Iwo Stopczyński 11, a Maciej Grech trafił do siatki 8 razy. Mniej szczęścia i dobrej dyspozycji Bochnianie mieli w starciu z AZS Politechniką Świętokrzyską Kielce. Choć klub z Kielce prowadził do ok. 40 minuty meczu, MOSiR Bochnia, będący w tym spotkaniu gospodarzem, zdołał chwilowo odwrócić losy rywalizacji i tak też w 43. minucie Bochnianie prowadzili 3 bramkami. Mimo to rezultat na koniec przeważał na stronę gości. Na 3 minuty przed końcem spotkania dwuminutową karą ukarany został zawodnik z Bochni. Wtedy też Politechnika zdołała trafić aż 6 bramek i ostatecznie to goście wygrali wynikiem 34:39.

W 17. kolejce MOSiR pauzował, a 12 lutego zmierzył się z drużyną MKS Ustroń – spotkanie zakończyło się rezultatem 23:31 na korzyść drużyny z Ustronia.

W dobrej sytuacji znajduje się drużyna młodzików MOSiR Bochnia. Podopieczni trenera Łukasza Gicali zwyciężyli w wyjazdowym spotkaniu UKS TSR Orawa. Mecz początkowo nie układał się zbyt dobrze dla bocheńskiej młodzieży, aczkolwiek ostatecznie udało im się wygrać 23:18. Tym samym szczypiornicy z Solnego Grodu zdołali awansować na pozycję wicelidera ligi.

**KOSZYKÓWKA****CONTIMAX ZWYCIĘSKI, A W DRUGIEJ LIDZE KONIEC RUNDY**

Na zwieńczenie pierwszego tygodnia lutego, koszykarki Contimax MOSiR Bochnia zmierzyły się w ramach I ligi koszykówki z zespołem Słęzy II Wrocław.

W spotkaniu faworytkami były zawodniczki z Bochni, gdyż rezerwy Słęzy zajmują ostatnie miejsce w ligowej tabeli. Swoją wyższość nad rywalkami Bochnianki potwierdziły w spotkaniu wygrywając je 75:52. Pewnie prowadziły one w meczu wygrywając dwie pierwsze kwarty, jednak z czasem energia nieco spadła i przegrały kwartę trzecią. Ostatecznie mecz zakończył się zwycięstwem w ostatniej kwarcie, jak i również triumfem w całym spotkaniu. Dobrą dyspozycją popisała się Julia Fortuna zdobywszy aż 17 punktów. Natalia Mazur trafiła zaś punktów 13, a po 12 trafień zaliczyły Anita Plucińska i Wiktoria Zając. Dorobek drużyny Małgorzaty Misiuk wynosi na ten moment 26 punktów, co daje obecnie 5 miejsce w ligowej tabeli.

Drugoligowa drużyna przegrała w dogrywce po bardzo zaciętym meczu z UKS Żak Nowy Sącz. Ostateczny wynik spotkania to 84:88 i tym samym zawodniczki MOSiRu zakończyły I rundę na szóstym miejscu. Dalsze zmagania Bochnianki podejmą w finale B, gdzie powalczą o miejsca 4-6.

## NIE MYŚL, TYLKO MYŚL!

### Z CYKLU: SUBIEKTYWNYM OKIEM WOLNEGO CZŁOWIEKA

Nie pamiętam ile to już lat minęło, gdy powiedziałam do mojej latorośli: „Nie myśl, tylko myśl”. Do dzisiaj śmiejemy się z tej jakże głębokiej rady, która wyszła z moich ust, bo dla osoby niezorientowanej w procesie myślowym, który zaszedł w mojej głowie, zdanie wydaje się pozbawione sensu i śmieszne. A wierzcie mi: nie jest!

Czy zastanawialiście się kiedyś nad tym, że wasze myślenie może być dwojakie?

Bo ja takie właśnie pytanie zadałam samej sobie i znowu wróciło do mnie to zdanie: Nie myśl, tylko myśl. Jego genezę postanowiłam zatem rozpracować w swojej własnej głowie, a gdy już tego dokonałam, to zdecydowałam się podzielić moimi spostrzeżeniami.

W psychologii wielką wagę przywiązuje się do myśli automatycznych. Myśli automatyczne mogą mieć postać słów lub obrazów, często są krótkie i ulotne. Zazwyczaj mamy skłonność do przyjmowania zawartych w nich treści bez zastanawiania się nad nimi. Często nie jesteśmy świadomi tego, że myślimy, tak samo, jak nie zawsze zdajemy sobie sprawę ze sposobu w jaki chodzimy. Myśli automatyczne powodują u nas określone emocje. Paradoksalnie te emocje (czyli efekt myśli automatycznych) łatwiej jest zaobserwować, niż same myśli automatyczne. Z moich życiowych doświadczeń i z moich świadomych przemyśleń wynika, że myśli automatyczne są w nas „zaprojektowane” przez nasze doświadczenia z dzieciństwa, przez to, jak traktowały nas osoby będące dla nas autorytetami, ale także przez to, co sami wybraliśmy: czemu poświęciliśmy swoją uwagę i swój czas.

W filozofii natomiast istnieje pojęcie myślenia krytycznego. Za ojca krytycznego myślenia uważa się Sokratesa. Sokrates starał się docierać do prawdy przyjmując stanowisko osoby, która nic nie wie w danym temacie (czyli świadomie odrzuca automatyczne myślenie) i za pomocą odpowiednich pytań prowadził dyskusję z wieloma rozmówcami. Dzięki temu odnajdywał błędy w rozumowaniu i docierał do faktów leżących jak najbliżej prawdy.

Biorąc zatem pod uwagę, że istnieje myślenie

automatyczne (które wynika z naszych subiektywnych doświadczeń) oraz myślenie krytyczne (które opiera się na jak najbardziej obiektywnym przeanalizowaniu tematu, aby dotrzeć do faktów), łatwo można dojść do wniosku, że zdanie „Nie myśl, tylko myśl”, ma bardzo głęboki sens i warto je praktykować we własnym życiu każdego dnia.

Trudno jest zauważyć i rozebrać na części pierwsze myśli automatyczne. Polecam wam ćwiczenie na obserwację własnych myśli przy okazji robienia jakiejś prozaicznej rzeczy. Jestem przekonana, że będziecie bardzo zaskoczeni jak wiele obrazów lub zdań przepływa niezauważenie przez nasze mózgi. Powtarzanie tego ćwiczenia może spowodować, że w dużym stopniu „naprawicie” Waszą psychologię, a Wasza codzienność będzie bardziej szczęśliwa – zwłaszcza jeśli Wasz wewnętrzny krytyk został dobrze odżywiony w Waszym dotychczasowym życiu.

Jeszcze bardziej namawiam Was do praktykowania krytycznego myślenia, które wydaje mi się nieodzowne, aby mieć realny wpływ na własne życie w dzisiejszym świecie. Jesteśmy zewsząd bombardowani „wiedzą” – telewizja, Internet, radio – gdzie by nie przyłożyć ucho czy oko, napotykamy zalew informacji. Czy zdajemy sobie sprawę, że w niemal każdej informacji znajdziemy interpretację lub opinię osoby podającej daną informację na temat zaistniałych faktów? Wiele jest również w przestrzeni publicznej tzw. fake news, nie mających nic wspólnego z rzeczywistością, celowo wprowadzających w błąd tych, którzy słuchają, czytają i patrzą. Wiele treści jest świadomie zmanipulowanych, aby nas do czegoś przekonać. Najlepszym sposobem, aby ustrzec się przed wszechobecną manipulacją jest właśnie praktykowanie krytycznego myślenia w celu oddzielenia faktów od opinii i manipulacji.

Tak więc, Drogi Czytelniku: NIE MYŚL (AUTOMATYCZNIE), TYLKO MYŚL (KRYTYCZNIE). Bo, jak powiedział Lao Tze: *Uważaj na swoje myśli, stają się słowami. Uważaj na swoje słowa, stają się czynami. Uważaj na swoje czyny, stają się nawykami. Uważaj na swoje nawyki, stają się charakterem. Uważaj na swój charakter,*

*staje się twoim przeznaczeniem.*

# KRZYŻÓWKA Z WALENTYNKAMI W TLE

1		2		3			4			5		6		7			
									8								
9						10		11			12		8	9	10	11	
				13			14										
	15					16						7		17		18	19
20				21	22					23				24	25		
		26	27					28					29		30		
31			32														6
		33				34					12		35				13
		36															
37					38												

## Poziomo:

- 1 Obchodzą swój dzień 14 lutego
- 5 Bóg miłości w mitologii rzymskiej
- 9 Pluszowy walentynkowy prezent
- 10 Wojskowy transporter opancerzony
- 12 Piękne uczucie, choć czasem przysparza cierpienia
- 13 W boksie kończy walkę przed czasem
- 14 Wino, piwo lub wódka
- 15 Walentynkowy napój alkoholowy
- 16 Służył kiedyś do pieczętowania
- 18 Najstarsza karta w talii
- 21 Wawrzyn
- 24 Długa rzeka w Rosji
- 26 Kłamca
- 28 Mała z rodziny koczokodanów
- 30 Miasto w woj. warmińsko-mazurskim z zamkiem krzyżackim
- 31 Pierwszy dźwięk gamy
- 32 Rzeka, inaczej Czarna Woda
- 33 Brzeg żagla
- 34 Kojarzy się z Walentynkami
- 35 Pojazd zimowy dzieci
- 36 Trzecia osoba liczby mnogiej
- 37 Miłosny do napisania w Walentynki
- 38 Święto zakochanych

## Pionowo:

- 1 Pora roku, w której obchodzimy Walentynki
- 2 Wspólnota cheścijańska
- 3 Słodki prezent walentynkowy
- 4 Napój greckich bogów
- 6 Zapisywany na dysku
- 7 Mały, bezzałogowy statek latający
- 8 Uprzywilejowany kolor w kartach
- 11 Potwór występujący w powieściach fantastycznych
- 12 Humorystyczne połączenie grafiki i tekstu
- 16 Swoboda, brak ograniczeń
- 17 Symbol chemiczny molibdenu
- 19 Nie obchodzi Walentynek
- 20 Salonowy taniec
- 22 Gatunek papugi
- 23 W języku polskim pada na przedostatnią sylabę
- 25 Państwo w Azji Południowo-Wschodniej
- 27 Może być lewoskrętny lub prawoskrętny
- 28 Czerwone, Czarne lub Martwe
- 29 Służy do prac pod wodą
- 33 Nie każdy wygrywa
- 34 Tam sauna i masáže wodne

B. P.

## HASŁO:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13