

PieczyskARKA

Razówka uczestników integracyjnego spotkania osób niepełnosprawnych,
zorganizowanego przez Fundację Arka Bydgoszcz w Pieczyskach n. Zalewem
Koronowskim; 14-21 X 2009



Nad Zalewem Koronowskim łódki czekają lata,
a nasza Arka wciąż płynie

ZMAGANIA Z REPORTAŻEM:

To trzeba przeżyć

str. 3

Piszcie o nas ładnie

str. 19

Arka od śpiewu,
tańca i różańca

str. 20-22

W NUMERZE TAKŻE:

Spotkanie
z napoleonem

str. 5

Milion za raka

str. 2

„47”, czyli powieść
Zenona

Miszewskiego

str. 7-8

Milion za raka

Choroby nowotworowe powodują psychiczne i fizyczne cierpienia człowieka. Statystyki mówią, że wciąż zbyt wiele ludzi nie robi nic, by skutecznie bronić się przed nimi. Medycyna zna metody terapeutyczne, które można zastosować w walce z rakiem. Udowodniono, że wczesne jego wykrycie daje szansę na całkowite wyleczenie. Im bardziej zaawansowany proces choroby, tym mniejsze szanse wyleczenia i krótszy okres przeżycia.

Aby zadbać o swoje zdrowie i życie trzeba korzystać z regularnych badań profilaktycznych. Nie należą one do tanich, ale w ogólnym bilansie są tańsze od podstawowego leczenia onkologicznego. Sam zabieg operacyjny kosztuje ok. 5 tys. zł. Chemioterapia – już tyle, ile średniej klasy samochód. Drugie tyle – radioterapia. W prostym rachunku leczenie jednej Polki to konieczność wydatkowania 100 tys. zł. Jeśli w ciągu jednego dnia pięć kobiet dowiaduje się, że ma raka piersi, a kolejne pięć – szyjki macicy, to w tym dniu musimy zaplanować w budżecie milion złotych. Do tego należy doliczyć koszty zwolnień lekarskich, leczenia uzupełniającego i paliatywnego oraz chorób współistniejących. W czerwcu 2007 Polska Unia Onkologii zainaugurowała Ogólnopolski Program dla Młodzieży Mam Haka na Raka, skierowany do uczniów szkół ponadgimnazjalnych. Ma on na celu wykształcenie postaw prozdrowotnych i zmianę nastawienia do chorób nowotworowych. Pierwsza edycja programu skupiła się wokół raka piersi. Kampanię nazwano Wystarczy tak niewiele... samobadanie to zapobieganie. Drugą edycję programu poświęcono profilaktyce raka szyjki macicy pod hasłem Nie pakuj się do trumny, zrób cytologię. Choć istnieją programy profilaktyczne, np. Moje pierwsze USG, cytologia, mammografia, PSA, badania genetyczne czy tarczycy, to wśród ludzi panuje jeszcze opinia, że nie są one potrzebne. „Przecież jestem zdrowy/-a. Zbadam się i jeszcze zacznę chorować” – myślimy.

Jako pacjentka onkologiczna uważam za swój obowiązek przypomnieć o problemie.

Każdy z nas, niezależnie od sprawności, raz w roku ma swój dzień urodzin. Spędza go różnie. Bawi się, na torcie dmucha świeczki i w myśli wypowiada marzenia. A czy nie korzystniej byłoby zrobić sobie właśnie w tym dniu prezent w postaci któregoś z badań? Wszystkie koleżanki zachęcam do samokontroli piersi, wykonywania cytologii, USG i mammografii, a kolegów do badania PSA. Nie bójmy się ich, bo nie boją i nie są szkodliwe, a każda wykryta zmiana nie zawsze jest nowotworem. Udowodnijmy światu, że mądra Polka i mądry Polak to ci, którzy nie boją się i świadomie poddają badaniom profilaktycznym.

Małgorzata Nowak (na zdj. z lewej) – Koszalin

Modlili się, tańcząc

Modlitwa tańcem to nie żadna profanacja, to świadomy wybór. Boga można chwalić na wiele sposobów i mogą to robić wszyscy. Niepełnosprawni też.

16 osób z różnymi dysfunkcjami, stojących w kręgu, a wśród nich instruktorka – **Danuta Trzebińska-Kapczyńska**, kobieta ciepła o miłym głosie. Rozlega się muzyka. Słyszę poruszających się ludzi i... głos prowadzącej: – Dziękujemy i prosimy, dziękujemy i prosimy.

Już sama intonacja głosu skłania do modlitwy. A gdy się weźmie pod uwagę wysiłek ludzi, aby zatańczyć najpiękniej, to nic wznioślejszego być nie może. Przy tym wszyscy są radośni, uśmiechnięci. Widać, bawią się znakomicie. Chociaż wieczorem boją ich nogi, to rano znów biegną na zajęcia, by uczyć się nowych tańców i chwalić nimi Pana. Bez względu na to, jakie ma imię.



Krystyna Skiera (niewidoma, na zdj. z prawej) – Bydgoszcz

Warsztaty dziennikarskie poświęciliśmy tym razem próbom oswojenia trudnej sztuki reportażu. Uczestniczyliśmy w zajęciach grupy tanecznej i śpiewaczej, deptaliśmy po piętach fotografom. Potem, na zespole redakcyjnym, omawialiśmy sposoby wykorzystania zdobytych materiałów, ustalaliśmy szczegóły, sprawdzaliśmy autorstwo wypowiedzi i poprawność cytatów. Dzieliлись się wrażeniami i – jak przystało na dziennikarzy – nawet trochę kłóciliśmy o te wrażenia. Potem każdy z nas dostał zadanie. Zmierzyliśmy się z reportażem. Nie wszystkim udało się ta sztuka. W naszej gazecie publikujemy prace, które są owocem – jak zwykle zbyt krótkich, ale – bardzo intensywnych warsztatów.

To trzeba przeżyć

W muzyce przewijają się różne elementy, nawet seksualne. W tańcu-modlitwie ciało zapamięta ruch i będzie modlić się dla siebie. Takie tezy towarzyszyły warsztatom muzyczno-tanecznym terapii zajęciowej w Pieczyskach.

Mała sala. Przy klawiszach sympatyczna blondynka. To **Ludmiła Małecka**. Naprzeciw czternaścioro par wpatrzonych w nią oczu.
– Otwieramy szeroko paszcze, na trzy palce – mówi. Buzie otwierają się szeroko. Głos I, Marcin, głos III, Basia, głos IV... Płyną dźwięki: do re, do mi, do sol... Trzeba rozgrzać aparat mowy. Parskania, grymasy, ćwiczenia wymowy: Kto to tutaj tak tupie, to tato tutaj tak tupie. Po chwili słyszę „Przeżyj to sam”. Ktoś śpiewa pierwszą zwrotkę. Do refrenu włączają się wszyscy, nawet ja. Magia muzyki wciąga. Przeszywa do szpiku kości. Wszystko jest muzyką. Każdy chce dać z siebie jakąś cząstkę. To jak miłość, która zachwyca i zniewala. Zapomnieć się na chwilę, być muzyką. Warsztaty przerywa gość – **Ola Kwiatkowska**. W jej wykonaniu słyszymy piosenkę „Nieobecni”. To jak uwieńczenie.



Przechodzimy do grupy tanecznej. W tańcu rytmicznie kołysze się 16 osób. Są też wózkowicze. Nieważne, że muzyka czasem kaprysi przez sprzęt. Taniec, ruch, to modlitwa – jest w nas.

– Ciało modli się za siebie – słowa **Danuty Kapczyńskiej** otwierają na rytm, ruch, taniec, wirowanie przy dźwiękach muzyki. Ale ona jest w nas. Tak jak potrzeba modlitwy dziękczynnej, błagalnej. Płynie chwała jak kadzideł dym. Nieważne miejsce, czas. Tak było od wieków, odkąd tylko zaistniał człowiek. Widzę taniec grecki, żydowski, afrykański. Nie wytrzymuję, dołączam, jestem z nimi. Tańczę. To trans. Porywa, zniewala. Tam trzeba być. Przeżyj to sam. Jeszcze solowy występ uśmiechniętej blondynki z partnerem i... aż szkoda, że koniec.

W muzyce i w tańcu przewijają się różne elementy. Ciało pamięta rytm, ruch i modli się dla siebie, wyraża całą swoją wrażliwość. To jak poezja. A wszystko jest poezją, muzyką, tańcem, pokarmem naszego jestestwa – duszy. To trzeba przeżyć.

Dlaczego ludzie piszą

To pytanie zadawałam uczestnikom warsztatów dziennikarskich podczas ich pobytu w **Wojskowym Domu Wypoczynkowym Żagiel w Pieczyskach**. Przyjechali tu z Krakowa i Kłodzka, Gorzowa i Szczecina, Koszalina i Torunia, Kielc i Tarnowa; jednym słowem – z całej Polski.

Różne bywają powody, dla których ludzie piszą. Tych, którzy nadesłali swoje prace na konkurs Fundacji Arka Bydgoszcz, cechuje altruizm, czyli chęć dawania siebie innym, ale także potrzeba bycia docenionym za swoją twórczość.

Być ważnym dla siebie

– Pisanie jest dla mnie sposobem na zaspokojenie ambicji – powiedział **Zenon Miszewski** z Ustki. – Kiedyś były to ambicje muzyczne, których dziś nie mogę realizować ze względu na niesprawną rękę. Z czasem pisanie stało się dla mnie zamiłowaniem. Zauważyłem, że mało umiem i niepotrzebnie pałam niechęcią do ludzi, którzy mi zwracają uwagę. W miarę zdobywania wiedzy, rośnie we mnie chęć do przebywania z tymi, którzy wiedzą więcej i uczenia się od nich. W ten sposób zrodziło się we mnie coś w rodzaju pasji. Stałem się kimś ważnym dla siebie. Satysfakcję sprawia mi, że mogę swój tekst komuś przeczytać lub zobaczyć w formie drukowanej.

Pisanie leczy

Z kolei **Agata Krzyżanowska**, która działa w toruńskich stowarzyszeniach dla osób niepełnosprawnych, powiedziała:

– Zainspirowana przez lekarza-rehabilitanta zaczęłam pisać listy i dzienniki, ale łądowały w szufladzie. Dopiero po Chojnickiej Nocy Poetów zdecydowałam się tworzyć wiersze i wyjść z nimi do ludzi. Kontakt z poezją cudzą i własną biegł różnymi etapami. Ostatnio znów wróciłam do dzienników, ponieważ po śmierci koleżanki odczuwam brak weny do pisania wierszy. Liczę, że ona wróci po „wstrząsach”, jakie tu przeżywam.

Z Torunia przyjechała także **Elżbieta Szklarska**. Zdradziła mi, że pisze na konkurs, gdy spodoba się jej temat i czuje, że ma coś do przekazania innym.

A jednak terapia

Z przeprowadzonych przeze mnie rozmów wynika, że powody, dla których ludzie piszą, są bardzo różne. Jedni chcą odreagować własny stres i wyrzucić z siebie emocje; inni – dowartościować się, zwłaszcza kiedy ich tekst zdobywa uznanie w środowisku lub jest publikowany i nagradzany. Uważam jednak, że piszący muszą być świadomi niebezpieczeństw i pułapek, które na nich czyhają. Dotyczy to zwłaszcza tych, którzy są przekonani, że powinni pisać nawet wtedy, jeśli nie posiadli takiej umiejętności. Jeszcze gorzej jest, gdy utwierdzą się w przekonaniu, że są prawdziwymi twórcami. Z kolei dla wielu osób niepełnosprawnych pisanie to swoista, najlepsza i najskuteczniejsza terapia.

Elżbieta Zdzitowiecka – Gorzów Wlkp.

Spotkanie z napoleonem

– Dzień dobry, panie Waldku. Jak tam na dnie? – krzyczy od progu kasjerka Basia. – Wspaniale i cudownie. A wie pani dlaczego? – Bo na dnie jest lepiej – odpowiadamy zgodnie. – OK, od dziś zacznę się staczać – deklaruje z uśmiechem kobieta.

Kraków. Ludzie stoją w kolejce. Są wyraźnie zdezorientowani.

Nie wiedzą, czy to czarny humor, czy jakieś przyjacielskie przekomarzanki. O czym właściwie mowa? Nikt nie chce dopytywać. Należymy do grupy niepełnosprawnych nurków HSA. Nie dziwimy się reakcji po tym, jak podczas jednego z kursów nurkowania, nasza buddy diver (partner w nurkowaniu) po prażeniu mózgowym została poproszona przez ratownika o przejście na płyciznę, choć była już doświadczona w tej dyscyplinie. Mężczyzna bał się, że dziewczyna utonie. Ogarnął nas wtedy bezsilny śmiech. „Co ty facet możesz wiedzieć” – myśleliśmy.

Znów jakieś stereotypy. Ale łamiemy je także wśród nas. Każdemu przecież zdarzyło się pomarzyć o rzuceniu w ką wózka czy kul, choć na dzień, godzinę, chwilę i być w końcu wolnym, nieograniczonym. Niewykonalne? Wydaje się, że tak, bo przecież grawitacja robi swoje...

Egipt 2006 – ławica

Z trudem wbijam się w mokrą – nawiasem mówiąc – śmierdzącą piankę. Sprawdzam, czy sprzęt jest właściwie sklarowany i wiem, że ja tego dokonam. Nadmuchuję jacket. Kontrolowany przechył w przód i już jestem na wodzie. Jeszcze tylko znak OK. Wypuszczam powietrze również z płuc i ruszam na wędrówkę w dół, do świata ciszy i spokoju. Czuję tylko narastające w uszach ciśnienie, słyszę swój oddech i zaczyna być cudownie. Kilka uderzeń płetwami i widzę rafę. Misterne koralowce. Trzeba na nie uważać. I pracować intensywnie inflatorem (przyrząd, za pomocą którego dmuchamy jacket i idziemy w górę, a gdy spuszcza powietrze – w dół). Nagle widzę ławicę kolorowych drobnych ryb. Równiutko koło siebie, jak od linijki. Nemo płynie prosto do mnie. Przygląda się swojemu odbiciu w mojej masce. Nieruchomieję, by go nie spłoszyć i przyjrzeć się uważniej. Niestety, nie mam na to czasu, bo ławica gwałtownie rozstępuje się, robiąc szpaler. Zastanawiam się, kto ma wśród nich takie poważanie. Już widzę. Wielki i okazały, dumny i majestatyczny jak na niego przystało – napoleon. Prawdziwy podwodny przywódca.



Jest OK

Odwracam się, bo obok mnie przepływa prehistoryczny – wydawałoby się – stwór. Drapieżna murena ma chyba ze trzy metry. Zwiija się w szczelinie rafy i przyczajona czeka, by odeprzeć ewentualny atak. Nie zamierzam jej prowokować. Płynę dalej. Mijam inne grupy nurkowe. Pytają, jak się mam. OK. Pewnie, że tak. Tam jesteśmy tacy sami. Ta magia wciąż działa. Już nie wiem sama, w którą stronę patrzeć, by nic mi nie umknęło. Chłonę feerię barw. Jestem dużą rybą w wielkim akwariu, bo wszystkie stworzenia szybko przyzwyczajają się do mojej obecności. Nie wiem, ile czasu już tam jestem. Oddycham coraz ciężiej. Kończy mi się powietrze w butli, a wraz z nim wizyta w podwodnym świecie. Jeszcze tylko przystanek bezpieczeństwa – w celu wyrównania ciśnienia, na pięciu metrach zatrzymuję się na kilka minut – i jestem na powierzchni. Teraz doceniam możliwość swobodnego oddechu. Wyciągnięta na pokład, dzielę się z innymi wrażeniami. Prawie jak wędkarze trochę przesadzamy co do wielkości widzianych ryb, ale nie potrafimy żadnymi słowami opisać piękna barw. Nie trzeba. Wrócimy tam jeszcze.

Wszyscy tak samo sprawni.

Magdalena Owsianko – Szczecin, Kraków

Warto czytać

Bardzo lubię zdobycze dzisiejszej techniki. Myślę, że większość tak ma. Jednak wiem też, że te wszystkie esemesy, maile i telefoniczne rozmowy wyzwalają w nas lenistwo. Bo kto nie lubi usiąść w wygodnym fotelu z filiżanką pysznej kawy lub herbaty i odtworzyć z kasety magnetofonowej ulubioną książkę? Ale można pójść dalej.

Są dziś biblioteki internetowe. Logujemy się w nich i ścigamy co dusza zapragnie, a potem wystarczy kilka kliknięć myszką (można klawiaturą - tak robię ja) i gotowe. Książkę czyta mi aktor lub elektroniczny lektor. Ten kontakt z literaturą preferują niewidomi.

Ludzie czytający czarnodruk coraz częściej sięgają po tę formę kontaktu z literaturą, ale w końcu wpadnie im w ręce książka w brajlu czy w czarnodruku i może się okazać, że palce już nie potrafią czytać, a i oczy niechętnie obejmują tekst. W ten sposób popadamy we wtórny analfabetyzm. Na szczęście mnie, od jakiegoś czasu, udaje się tego uniknąć.

Proponuję więc wszystkim leniwcem odnowić przyjaźń z książką, ale też nie spychać do lamusa komputerów i innych elektronicznych cudów. Wszak potrzebna jest równowaga. Pamiętajmy, książka jest naszym przyjacielem i nie odbiera możliwości odpoczynku w wygodnym fotelu z filiżanką pysznej kawy lub herbaty. Dołączmy do grupy prawdziwych miłośników książki, a jej młodszy brat komputer niech nam w tym pomaga, a nie ją zastępuje.

Zofia Dzierzbicka

Piszcie o nas dobrze

Co może wyjść z otwartej paszczy i jak modlić się tańcem?

Na te pytania odpowiedzieli niepełnosprawni uczestnicy warsztatów taneczno-wokalnych w Pieczyskach.

Śpiewać każdy może i tańczyć każdy może. O tym przekonałam się w Pieczyskach k. Koronowa. Instruktorka śpiewu Ludmiła Małecka swoich uczniów potraktowała serio, a jednocześnie stworzyła super atmosferę, choćby wprowadzeniem wyrażenia „otwórzcie paszczę”. Dzięki temu nauczyła prawidłowego wydobywania z siebie głosu i ćwiczyła piosenki przegotowywane na zakończenie warsztatów. Miłym przerywnikiem zajęć była nieoczekiwana wizyta dawnej uczennicy prowadzącej - Oli Kwiatkowskiej. Brawurowo zaśpiewała nam piosenkę „Nieobecni”.

Na warsztatach tanecznych, prowadzonych przez Danutę Kapczynską było równie wspaniale, jak na wokalnych. Instruktorka powierzyła swojej grupie wykonanie tańca-modlitwy, który po raz pierwszy zdecydowała się pokazać publiczności. Tę tańca - jak sama mówi - nauczyła się we Wrocławiu. Tu na warsztatach, niepełnosprawni chwalili nim Boga podczas sobotniej mszy świętej.

Na zajęciach obserwowałam jeszcze afrykański taniec z wachlarzami, modlitewny żydowski i grecki.

Na zakończenie Maryla i Janusz zatańczyli piękne tango, choć ona poruszała się na wózku.

Osoby, o których mówi się, że są sprawne i zdrowe, niejednokrotnie nie potrafią wykrzesać z siebie tyle siły i zapału. Te warsztaty pokazały, że społeczeństwa nie powinno się dzielić na sprawne i sprawne inaczej, bo ten podział jest niedorzeczny i krzywdzący.

Zofia Dzierzbicka z opiekunką Krystyna Dzierzbicką - Kłodzko

„47”, czyli powieść Zenona Miszewskiego

Powieść jest historią Polaka, który urodził się w końcu lat 50. Na jego losy ma wpływ numerologia – przynajmniej on tak twierdzi. Ponieważ od 20. roku życia jest uwikłany w koszmar SM (stwardnienia rozsianego), walczy o godny byt. Kobiety, nieprzypadkowo pojawiające się na jego drodze, stają się osią jego życia. Niewinny – zdawać by się mogło – młodzieńczy pocałunek przeradza się jednak w koszmar i stanowi punkt odniesienia losów bohatera.

27 marca 1970 roku po południu, w małym nadmorskim miasteczku urodziła się dziewczynka. Nadano jej imię Agata.

(...)

27 marca 1970 roku umarł mój ojciec (...). Odtąd śmierć nie była już stanem, który mnie nie dotykał. Fakt, kilka lat wcześniej zabrała mi babcię, którą bardzo kochałem, ale ból po jej stracie nie był tak wielki. Miałem tylko sześć lat, a silna grupa wsparcia, czyli mama, tata i brat, wytłumaczyła mi, dlaczego tak się stało. Poza tym, sam wiedziałem, że babcia ma 86 lat i w niedługim czasie – tak czy inaczej – umrze. Teraz śmierć zabrała mi ojca i ten fakt dotarł do mnie natychmiast. Ból był wielki. Życie nagle zaczęło się zmieniać, a ja doroślałem wbrew swojej woli. Coś, czego nie rozumiałem, przemieniało mnie z zasmarkanego 13-latką, w małego faceta, który sam miał zadbać o siebie (...). Tragizm sytuacji był tym większy, że poprzedził go niefortunny splot zdarzeń.

Na wesele do rodziny na wieś przyjechaliśmy z pompą. Nie mogło być inaczej! Tata, jako pięćdziesięciolatek, po wojenno - obozowych przejściach, miał gest i bez względu na stan portfela, nie stronił od ekstrawagancji. Pewnie w sercu nosił żal za straconą w obozach koncentracyjnych młodością i takim stylem bycia chciał powetować sobie krzywdy. Dla młodej pary wieźliśmy prezenty i wałówkę. Ojciec obiecał ryby.

Moich rodziców, jak wszystkich dorosłych, posadzili przy weselnym stole. Orkiestra grała. Ja, z innymi dzieciakami, błąkałem się po domu, bo wyznaczili nam stolik w kącie sali, ale nikt z nas tam nie chciał siedzieć. Dom znałem dobrze, ale go nie lubiłem. Tu zawsze musiało się coś zdarzyć!

Kiedyś, w wielkanocny poniedziałek, jako pięcioletni malec, przebiegałem z sieni do kuchni. Chciałem wodą napełnić sikawkę. Niestety, poślizgnąłem się na mokrej posadzce i runąłem. Tak fatalnie, że lewą rękę po pachę zanurzyłem w kotle z wrzątkiem! Stał tam, bo trzeba było przygotować żarcie dla świń. Jak to na wsi...

Byłem w szoku. Nie mogłem się ruszyć! Zanim odnaleźli mnie zemdłonego, minęło kilkanaście minut! Rękę prawie ugotowałem. Potem ponad miesiąc spędziłem w szpitalu. Miałem przeszczepę. Cierpiałem koszmarnie zmiany opatrunku. Przydało się, że tata był rybakiem. Każdego tygodnia, opiekujący się mną lekarz, dostawał cztero, pięciokilogramowego wędzonego łososia. Dziś wiem, że moje leczenie drogo rodzinę kosztowało, ale dzięki temu nie straciłem ręki. Poza tym, doktor zainstalował mi dreny i zamiast cierpieć codzienne zmiany opatrunku, cierpiałem raz na kilka dni. Opiekę miałem więc dobrą, a doktor kazał wołać na siebie „wujku”. Korzystałem z tego, kiedy ktoś inny niż on, a szczególnie ordynator oddziału, chciał dobrać mi się do ręki. Darłem się wtedy wniebogłoso, a „wujek”, choć był daleko, przybiegał i opatrywał mnie osobiście.

Ojciec, siedząc przy stole weselnym, nie był zadowolony, że dzieciaki posadzili oddzielnie. Ale ja, nie wiedząc czemu, nie chciałem przyjść do niego. Nie pamiętam, o co mi chodziło. Uparłem się i już. Nie podszedłem do rodziców, nie przytuliłem się, nie zrobiłem tego, czego chcieli. Szczególnie tego, czego chciał ojciec.

Snując się po domu, dostrzegłem tatę. Tańczył z kuzynką, bo mama tańczyła rzadko. Popisywał się, nie bacząc na to, że przeszedł trzy zawaly. Może był zły na mnie. Obserwowałem go zza drzwi, stojąc na korytarzu. Chciałem podejść, żeby go przeprosić, ale niespodziewanie odwrócił się i chwiejnym krokiem -



pamiętam to doskonale – ruszył do wyjścia. Patrzył mi w oczy wybałuszonymi oczami i szedł. Chyba chciał coś powiedzieć, ale nie mógł wydusić słowa. Był już blisko, gdy nagle runął bezwładnie na posadzkę.

Usłyszałem plask upadającego ciała i czyjeś krzyki. Schyliłem się do ojca, ale jacyś ludzie mnie odepchnęli! Ktoś chwycił za rękę i odprowadził na bok, próbował czymś zająć, potem odszedł. Zostałem sam. Zrobił się rwetes nie do opisania. Usłyszałem krzyk: „Dzwonście po karetkę!” Ale jak tu było dzwonić, kiedy jedyny telefon miał sołtys na końcu wsi! Ktoś jednak pobiegł. Rozkrzyczana kobieta, mówiła, że jest pielęgniarką, wcisnęła nieprzytomnemu ojcu nitroglicerynę pod język. Potem zanieśli go do pokoju i robili sztuczne oddychanie. Przez jakiś czas nikt się mną nie interesował. Stałem i patrzyłem nieprzytomnie na to, co się dzieje.

Długo czekaliśmy na lekarza. Wreszcie dotarł! Ostatni kilometr, od skrzyżowania z drogą główną, brnął przez zasypany piaskiem.

Śnieg padał przez ostatnie pięć godzin tak intensywnie, że wiochę i drogę do niej zasypał dokładnie. Lekarz przywłókł się przemoknięty. Stwierdził jedynie zgon.

Za śmierć taty winiłem siebie, bo najpierw go zdenerwowałem, a potem nie przeprosiłem. Nie zdążyłem mu niczego powiedzieć! Nie zdążyłem się przytulić.

Usiadłem w kucki w rogu pokoju i próbowałem zrozumieć, co się stało. Nic nie rozumiałem.

Podeszła do mnie szczupła blondynka. Ładnie pachniała. Że była wysoka, zobaczyłem później. Pochyliła się nade mną i coś szeptała. Nie wiem, co. Wiem, że miała aksamitny głos. Dłońmi objęła moją głowę i pocałowała w usta. Najpierw zrobiła to delikatnie, ale później, nasze języki się dotknęły. Momentalnie ciepło napełniło mnie całego. Trwaliśmy tak nie wiem jak długo. Ona ssła mój język i było mi niespodziewanie dobrze.

Tragedia, która wydarzyła się przed chwilą, przestała być ważna. Serce biło mi szybciej i zdawało mi się, że jestem szczęśliwy. Zawstydziłem się, ale chciałem, by ten pocałunek trwał. Ten nieprzyzwoity incydent sprawił, że wymówki za śmierć taty zbladły. Nie jątrzyły rany, która bolała mnie.

Błyskawicznie rozprawiłem się z ignorancją w stosunku do dziewczyn. Ten pocałunek, dotyk rąk, ciepło jej ciała, kazały mi patrzeć na pleć przeciwną inaczej niż robiłem to do tej pory. Jednak zrozumieć tego jeszcze nie umiałem.

Z perspektywy czasu, mogę o tym zdarzeniu mówić słowami zrozumiałymi. Wtedy jednak, w mojej głowie panował chaos. W jednej chwili euforia mieszała się ze strachem, radość odpędzał smutek. Usta i język przestały być atrybutem służącym wyłącznie do mówienia i do jedzenia... Namiętność, do tej pory kompletnie mi obca, zawładnęła mną doszczętnie.

Usta nasze rozłączyły się z mlaśnięciem. Niespodziewanie. Ona dłońmi obejmowała moją głowę jeszcze przez chwilę. Patrzyłem w jej oczy z zachwytem mieszającym się ze wstydem i pragnieniem. Serce biło mi mocno. Wtedy uśmiechnęła się subtelnie, wyprostowała, odwróciła i odeszła... Patrzyłem na nią. Była wysoka i ładna. Znikła tak szybko, jak się pojawiła...

Jakie były dalsze losy tajemniczej nieznajomej i co działo się z naszym młodym bohaterem?

O tym w powieści Zenona Miszewskiego „47”

Zenon Miszewski: – Historia opowiedziana przeze mnie jest analizą wartości człowieka obciążonego chorobą, więc pokazuje jego możliwości i siłę, ale też wytyka nikczemność przesiąkniętą egoistycznym rozumieniem życiowych priorytetów. Powieść jest uniwersalna – transgraniczna, ponieważ zawarłem w niej treści z pogranicza zdrowia i choroby, otrzymywania i dawania, miłości i zaborczości, dumy i pychy, zdobywania i utraty. A one dotyczą wszystkich ludzi.

Kto sięga gwiazd, nie zasypie go pył ziemi

Nie od dzisiaj taniec czy muzyka fascynuje, leczy, podnieca, wycisza.

Doświadczylam tego na zajęciach grupy tanecznej i wokalne osób niepełnosprawnych, w czasie ogólnopolskiej imprezy integracyjno-szkoleniowej. Została zorganizowana w Pieczyskach po literackim konkursie Fundacji Arka Bydgoszcz „Moja rehabilitacja, to...”

Z miłośnikami tańca pracowała **Danuta Trzebińska-Kapczyńska**. To osoba, z której emanuje ciepło i płynność tanecznych ruchów. Zaskakujące, jak w zaledwie kilka dni potrafiła zsynchronizować w tańcu ruchy 16 osób w różnym wieku, z wieloma dysfunkcjami ciała, w tym dwóch na wózkach inwalidzkich i jednej niewidomej, w całkowicie nowych dla nich układach tanecznych. Podziwiałam wykonanie czterech tańców: izraelskiego weselnego nigun atic i wykonywanego w kręgu, afrykańskiego pata pata z barwnymi wachlarzami, które fruwały jak motyle wśród kolorowych jak kwiaty uczestników. Potem był grecki, modlitewno-dziękczynny taniec siejby i zbioru plonów. Wreszcie taniec pary: on na własnych nogach, ona na wózku. W płynności poruszania wyglądali nie jak ludzie z dysfunkcją ruchu, ale jak prawdziwi tancerze przygotowani przez choreografa.

Tańcem można wyrazić wszystko: ból, radość, dziękczynienie, miłość, namiętność. Podobnie jest z muzyką, z tym że w grupie wokalne wzbogaca ją słowo piosenki. Tę grupę prowadzi najlepsza uczennica prof. **Bogny Toczyńskiej – Ludmiła Małecka**.

W czasie zajęć poznałam kląskanie, zwijanie języka w rurkę, odwracanie go jak rakiety przy odbijaniu piłeczki pingpongowej (próba dla mnie niewykonalna), a także dowiedziałam się o prawidłowym oddychaniu przeponą. Wszystkie te ćwiczenia są niezbędne do wydobycia harmonicznym dźwięków w śpiewie, ale także pomocne ludziom z dysfunkcjami mowy w porozumiewaniu się z drugim człowiekiem. Czasem melodią i słowem łatwiej wyśpiewać swe wnętrze, bo przecież, jak mówi refren finałowej piosenki: „Tak trudno żyć, tak łatwo żyć. Nie mając nic, wciąż chcemy żyć”.

Ludmiła Raźniak – Koszalin

Warsztaty to początek jej prywatnego cudu

Paulinę Romanowską poznałam rok temu na warsztatach rehabilitacyjnych w Ustroniu. Drobna, niepozorna, dotknięta paraliżem kończyn, całą postacią wciśnięta w inwalidzki wózek.

Na jednym z ustroniskich spotkań uczestnicy wypowiedzieli się na tematy dla nich istotne. Wtedy **Paulina Romanowska** przełamała barierę nieśmiałości. Mówiła z trudem. Wrodzone ograniczone mowy i trema były dla niej dużym obciążeniem, bo dziewczyna z natury jest introwertyczką. Tym razem mówiła długo i ciekawie. W ciepłych słowach, płynących z serca, dziękowała prowadzącemu warsztaty fotograficzne **Januszowi Michalskiemu**. To on, z cierpliwością i serdecznością, poświęcał jej nadprogramowy czas. Uczył prawidłowego posługiwania się aparatem. To przy jego pomocnych dłoniach (Paulina ma spastyczne ręce) zrobiła kilka udanych zdjęć. Pod wpływem okazanej serdeczności otworzyła swe wnętrze, może po raz pierwszy tak szczerze. Cisza i wzruszenie zapanowały wśród zebranych. W niejednym oku pojawiła się łza. Ujrzelśmy Paulinę w nowej, nieznanej dotąd postaci.



Kiedy po roku w Pieczyskach nad Zalewem Koronowskim zobaczyłam dziewczynę ponownie, prawie jej nie poznałam. Takiej metamorfozie uległa. Gustownie ubrana, włosy modnie ostrzyżone, do tego uśmiechnięta buzia, a wcześniej mówiła, że ma kłopoty z mimiką twarzy i jest niefotogeniczna. Z jej twarzy ginął – mam nadzieję bezpowrotnie – wyraz cierpienia. Dziś nie wygląda jak zahukany kopciuszek, ale jak księżniczka na balu życia, z którego z pewnością nie umknie niepostrzeżenie, gubiąc pantofelek szczęścia. Wierzę, że znajdzie swojego księcia z bajki, o którym marzy każda kobieta. Ma prawo marzyć i Paulina.

A może to książę odnajdzie ją, wrażliwą i dzielną dziewczynę, która nie bez trudności skończyła pięcioletnie studia pedagogiczne, uzyskując tytuł magistra. Coś mi się zdaje, że już ktoś taki pojawił się na horyzoncie, o czym bardzo nieśmiało napomknęła. Co z tego wyniknie, pokaże czas. Na razie Paulina z nieopierzonego łabędziątka przeistacza się w pełnego powabu łabędzia.

Zadziwiające, jak dobroć serca i zainteresowanie jednego człowieka zapoczątkowało jej prywatny cud – przemianę nie tylko wyglądu, ale i zachowania. Paulino, tak trzymaj!

Ludmiła Raźniak – Koszalin

Słownik wyrazów trudnych i mało zrozumiałych

ARKA – Fundacja z Bydgoszczy (rodzaj sekty lub zakonu) o charakterze jałmużniczym, zajmująca się wyłudzeniem pieniędzy od różnych instytucji i trwonieniem ich na hulanki, swawole oraz inne uciechy ciała i ducha ludzi niepełnosprawnych z całej Polski.

KAPCZYŃSKA DANUTA – dziewczyna szamana, która taniec traktuje jak modlitwę wciąga w swe płaszące obrzędy wszystkich napotkanych na drodze, niezależnie od ich płci, rasy, wyznania oraz stanu ducha i ciała.

KAUP HANNA – szalona dziennikarka o temperamencie nadzorcy w więzieniu o zaostrowym rygorze. Jako naczelna redaktorka może być koszmarem sennym każdego dziennikarza.

MICHALSKI JANUSZ – strażak, którego powołaniem stała się fotografia. Dotąd nie ustalono, czy zamiast gasić pożary wołał je fotografować. Faktem jest, iż fotografuje wszystko i wszystkich, do czego skutecznie namawia innych.

OLSZEWSKA BARBARA – niezatapialna szefowa ARKI, która sprawy trudne załatwia w trzy dni, a niemożliwe – w dwa. Z upodobaniem zajmuje się integrowaniem osób w różny sposób przetrąconych. Bez niej ARKA nie wypłynęłaby nigdzie.

PASZCZA – element budowy różnych przedstawicieli fauny i flory, a także przedmiot sporów dziennikarzy w toczącej się dyskusji: Paszcza jako taka, a jak nie taka, to jaka?

WYJĄTKI – uczestnicy warsztatów muzyczno-wokalnych wyrażający przekonanie, iż od znajomości tekstu i melodii utworu ważniejsza jest spontaniczność, czyli pełny luz i niczym nieopohamowana ekspresja.

ŻAGIEL – Wojskowy Ośrodek Wypoczynkowy w Pieczyskach k/Koronowa. Miejsce odosobnienia grupy osób niepełnosprawnych skoszarowanych tam celem poddawania ich wymyślnym torturom w postaci warsztatów wokalno-muzycznych, tanecznych, dziennikarskich, teatralnych i fotograficznych. Otoczony lasem i wodą ośrodek uniemożliwia jakąkolwiek ucieczkę, co powoduje, iż uczestnicy w końcu z lubieżną i masochistyczną ochotą poddają się owym zabiegom, które wraz z upływem czasu przybierają formę sabatu czarownic.

Pirania



Taniec mam
w genach,
a wybrałem
dziennikarstwo,
choć trema
olbrzymia
a stres
niebotyczny.
Słowem próba sił
i nowe doznania
„nowego”.

Stanisław Ciara

Muzyką i tańcem tu leczą

Donoszę Ci, iż w kolejnym dniu zajęć miałem szczęście uczestniczyć w zajęciach warsztatowych śpiewaków i tancerzy. Ci pierwsi byli już po podziale na głosy i doskonalili brzmienie, uczulani na wyraźną wymowę wyrazów. Prowadząca zajęcia wokalne **Ludmiła Małecka** wyjaśniła, jaką rolę w tym względzie spełnia ułożenie języka w jamie ustnej. Jedną z uczestniczek **Agnieszka Polityka** zademonstrowała, jak wzorcowo otwierać usta, by dobrze eksponować dźwięki. W tym momencie przybiegła do mnie myśl, jak śp. Danuta Rin instruowała adeptkę śpiewu, że usta w trakcie ćwiczeń i popisu należy tak szeroko otwierać, by mogły w nie wjechać nie dwa a 300 tirów. I coś w tym jest. Bo oto ubiegłoroczna uczestniczka warsztatów wokalnych w Ustroniu, raczkująca wówczas w tej profesji **Ola Kwiatkowska** wyrasta nam na gwiazdę sporego kalibru. A piszę Ci o tym dlatego, iż właśnie wpadła do nas na chwilkę i zaśpiewała już w pełni profesjonalnie. Jej starania nagrodziliśmy gromkimi oklaskami. Spłonęła rumieńcem, podziękowała dygnięciem i umknęła. Niech jej w drodze nasze ciepło towarzyszy.

Ochłonawszy chwilkę zanurzyliśmy się znowu w ćwiczeniach fonistycznych, pojedynkach śpiewaczych **Tomka z Łukaszem**, aktywnej atmosferze zajęć. Mnie też udzieliła się i – choć głosu nie wydałem – ze wszystkimi (w duchu) gromko śpiewałem. Też już wiem, jak szybko można nabrać powietrza na wypadek braku tchu dla pobudzenia przepony. Dla dziurawego chłopca i nibybrzuchomowcy tak cenna to zdobycz.

Zespół taneczny (o dziwo) sposobił się do występu w sobotniej mszy św. obrządku chrześcijańskiego. Okazuje się, iż tańcem też można się modlić. Sztuki tej **Danuta Kapczyńska** „naumiała się” podczas studiów i wojaży do krajów egzotycznych. Taniec-modlitwa w wykonaniu dziewięciu kobiet – w tym dwóch na wózkach inwalidzkich – i trzech mężczyzn, odbywał się w kole. Wymogi koordynacji ruchowej okazały się z górnej półki, szczególnie dla wózkowiczek, ale były szalenie wymowne (Sądzę, że uczestnicy mszy, po obejrzeniu tancerzy modlących się psalmami, uronią sporo konwali – też Matki Boskiej po zobaczeniu Syna Jezusa na krzyżu – legenda). To zauroczenie modlących się żywym kręgiem pewnie samego Stwórcę też wzruszy do litości i spełnienia marzeń... a nawet ubzdurań. Nie ukrywam – też pisałem i Pana Boga pod „pic” brałem, by z tym moim wydumaniem wyszło, jak cię mogę.

AMEN

Stanisław Ciara – Rędziny k. Kamiennej Góry

Sprawnym inaczej

gdy niemoc uwięzi ciało
wyzwalaj myśl lotną ducha
niech nad poziomy wzlata
bo świat do odważnych należy
sprostać zwyczajom
nie tylko w marzeniach
potrafisz

tylko wyjdź z cienia
nic nie jest łatwe z początku
gdy piętrzą się schody trudności
ty jednak... pomaleńku
wciąż wyżej... i wyżej
i coraz trudniejsze zadania
wykonać zdołasz
jeśli uwierzysz
w siebie

a jeśli na szczycie twych marzeń
zabłyśniesz tryumfem
największą wysiłku nagrodą
nie dyplom, medal
lecz uśmiech



Ludmiła Raźniak

Świecie mój... Świecie nasz

Świecie nasz
świecie mój
jeszcze tyle w tobie
powabu
radości
nadziei
piękna
i to wszystko na wyciągnięcie ręki
to wszystko dla nas masz

jeszcze tyle w tobie
zawiści
smutku
brzydoty
podłości
i to wszystko na wyciągnięcie ręki
wszystkim – każdej osobie...
jak wyważyć stan twojego ducha
mój świecie
nasz świecie
jak „być albo nie być”

z tobą w tobie
jak odnaleźć „pion moralny”
równowagę
dystans
i sercem pełnym zachwyty
w tobie trwać
świecie mój
świecie nasz...



Krystyna Pilecka

Giętki język, giętkie ciało, czyli co się w Pieczyskach działo

Taniec w kręgu do etnicznej muzyki, gesty wyrażające pragnienie to jak powrót do korzeni. Szeroko otwarte usta i głęboki przeponowy oddech to krok do wyrażenia siebie.

Niepełnosprawni uczestnicy warsztatów w Pieczyskach podzielili się na grupy według własnych upodobań. Niektórzy zmierzili się zarówno ze śpiewem jak i z tańcem.

– Muzyka mi się podoba, ale jest trochę za wolna. Ja mam za dużo energii – deklaruje uczestniczka warsztatów tanecznych **Alicja Roganowska**. Chwilę później dziarsko wymachuje wachlarzami podczas afrykańskiego tańca Pata Pata. Szybsze tempo to coś dla niej.

Układy taneczne wyglądają na proste i harmonijne, ale to tylko pozór, bo panowie trochę się mylą. To dopiero drugi dzień warsztatów, a już widać, jak zgrana jest to grupa. W tańcu są skupieni na każdym geście, wyrażającym ich pragnienia, tęsknoty, nadzieje. Trening traktują poważnie, niekiedy muszą bardzo wsłuchać się w melodię – mówi instruktorka **Danuta Kapczyńska**. Na tle grupy wyróżnia się **Alicja Nyziak**. Aż trudno uwierzyć, że jest niewidoma. Intuicyjnie wyczuwa obecność partnerów w tańcu i jest w swoim żywiole. Bezsprzecznie prawdziwa wydaje się opinia instruktorki, że Alicja to po prostu cudowna kobieta. Dwojgu uczestnikom co innego jeszcze w duszy gra. Uśmiechnięta dziewczęco **Maryla** wygląda jak wyjęta ze słów piosenki Chrisa de Burgh, „Lady in red” – sunie na wózku w rytm tanga ze swoim życiowym partnerem **Janem**.

Oczarowana wychodzę, spiesząc za **Renatą** na następne warsztaty.

Muzykę już słyhać. Mała salka pełna sprzętu, a pośród tego wszystkiego urocza prowadząca **Ludmiła Małecka** serdecznie zaprasza. Jak tu nie skorzystać? Na początek pada pytanie, ile strun głosowych ma człowiek? Niektórzy z nas doliczyli się nawet kilkunastu, więc tym bardziej trudno uwierzyć, że mamy tylko dwie. Pani instruktor opowiada, jak o nie dbać i przechodzimy do ćwiczeń aparatu mowy. U większości nieposłuszny język kołkiem staje. Są kłopoty ze zwijaniem go w rurę, kłaskaniem czy obracaniem w lewo, w prawo. Zapatrzeni w instruktorkę podopieczni, brną dalej, wyraźnie zaznaczając głoskę „k” w ćwiczeniu: Kto to tutaj tak tupie, to tato tutaj tak tupie. Choć instruktorka twierdzi, że w tydzień śpiewać ich nie nauczy, to pierwsze postępy już widać.

Agnieszka otrzymuje pochwałę, a Krzysztof i Zenek, którzy urodzili się chyba z mikrofonem w dłoni – brawa uczestników.

Może zostaną w głowach zajęć choćby słowa Danuty Kapczyńskiej: „Kręgosłupy wyprostowane jak struny” czy rada Ludmiły Małeckiej: „Otwieraj szerzej paszczę”. Kto wie, co się w życiu bardziej przyda.

Magdalena Owsianko

Papież Wolności

Co dzień stajesz u Jego boku
twarzą do ludu.
Twoje oczy
jak kryształ oceanu
przekazują spojrzenia
nie wypowiedzianej
modlitwy do końca.
Usta jak mgiełka
leciutko dotykają ją
Jego krwi i ciała.
Tylko serce
w rytmie słonecznego zegara
odmierza czas przebytej podróży
od ołtarza do NAS.

* * *

Jeśli jest we mnie
spokój,
to tylko dlatego, że Ty

Ojcze Święty Janie Pawle II
jesteś blisko.
Jeśli jest we mnie dobroć,
To tylko dlatego,
że dajesz mi
ją jak mgiełkę na dłoni.
Jeśli jest we mnie mądrość,
to tylko dlatego,
że nauka nie poszła w las.
Jakże ja mam nie myśleć
o Tobie Ojcze Święty
o poranku każdego dnia.

17 października dowiedziałam się, że zostałam laureatką konkursu literackiego JAN PAWEŁ II PAPIEŻ WOLNOŚCI w Białym Dunajcu, którego organizatorem była Gminna Biblioteka Publiczna im. Zofii Solarzowej

Barbara Marzec – Sosnowiec

Od dziennikarstwa do tańca

Piąty raz Fundacja Arka Bydgoszcz zaprosiła osoby niepełnosprawne na spotkanie integracyjno-warsztatowe. Przez siedem dni w Pieczyskach nad Zalewem Koronowskim uczestnicy pracowali w grupach: fotograficznej, dziennikarskiej, muzyczno-wokalnej i tanecznej.

Ja wybrałam dziennikarską. Uświadomiłam sobie, jaką korzyść może przynieść podstawowa wiedza o tej pracy. W trzecim dniu zajęć podglądałam zmagania 1 5-osobowej grupy muzyczno-wokalnej. Prowadziła ją Ludmiła Małecka. Zauważyłam, że wszyscy byli bardzo zaangażowani. Uczyli się oddechu, ćwiczyli przeponę, parskanie, otwieranie „paszczy”, układanie języka oraz wyraźne wymawianie głosek. Agnieszka Polityka prezentowała, jak się śpiewa wysokie dźwięki. Przez ćwiczenia regulowała oddech i wydobywała głos ze ściśniętego gardła. Wierzę, że jej się uda, ponieważ kocha muzykę, która jest radością, natchnieniem, pięknem. - Bez niej życie byłoby szare - powiedziała mi.

W międzyczasie Tomek i Łukasz rywalizowali o piosenkę „Przeżyj to sam” zespołu Lombard. Kiedy jednak zaśpiewał ją Krzysiu Marciński, zachwyił mocnym głosem. Muzyka - jak mówił - sprawia mu satysfakcję, dodaje sił i radości. Bez niej nie mógłby żyć. Muzyką są dla niego także odgłosy przyrody. Po spotkaniu z muzykami poszłam na warsztat tańca. Prowadziła go Danuta Trzebińska-Kapczyńska. W grupie - 1 6 osób, w tym dwie na wózkach inwalidzkich. W kręgu pokazywały taniec-modlitwę i ta*niec z wachlarzami. Widziałam poczucie rytmu, zaangażowanie, jedność i wspólnotę niepełnosprawnych. Dla nich muzyka relaksująca to lekarstwo na całe zło, bo łączy wszystkich. Tworzy atmosferę ekstatycznego uniesienia. Jest podziękowaniem za łaski i prośbą o kolejne. Dzięki uczestnictwu w warsztatach tanecznych i muzycznych uświadomiłam sobie, jakie korzyści niesie osobom takim jak ja nauka tańca i śpiewu.

Izabela Szcześniak - Owińska

Warsztaty z pasją

Niezwykła lekkość. Różnorodna muzyka. Utalentowani muzycznie ludzie. Zachwycą w nich miłość do muzyki i tańca. Łączy ogromna pasja.

W Pieczyskach k/Koronowa odbywają się zintegrowane warsztaty. Podopieczni Fundacji Arka Bydgoszcz z pasją oddają się swym zajęciom. Warsztaty taneczne prowadzi Danuta Kopczyńska. Swoim doświadczeniem i zamiłowaniem przekazuje uczestnikom warsztatów umiejętności pracy w grupie, radość i entuzjazm. W choreografii dla ludzi niesprawnych (np. na wózkach) potrafi zintegrować, wydobyć piękno i stworzyć nastrój ciepła i radości. W programie poznajemy kilka tańców świata: weselny taniec żydowski nigun atic, afrykański pata pata czy grecki z modlitwą o plony. Wszystkie wprowadzają w atmosferę głębokiej wiary, duchowego uniesienia i dziękczynienia Bogu za otrzymane łaski. W warsztatach uczestniczy 1 6 osób, w tym dwie na wózkach. Płynne ruchy w tańcu to także terapia dla niepełnosprawnych. Wykonawcy są zgrani, tańczą widowiskowo, potrafią zachwycić.

W warsztatach muzycznych prowadzonych przez Ludmiłę Małecką panuje trochę odmienna atmosfera. Tu pracują instrumentalisci i wokaliści. Niektóre utwory śpiewają zespołowo, np. Pieśń o życiu. Dla osób niepełnosprawnych pomocą są ćwiczenia poprzedzające naukę śpiewu, które usprawniają wymowę. Na warsztatach muzycznych i tanecznych panuje atmosfera zadowolenia i radości. Zajęcia integrują ludzi i przynoszą im wiele duchowych korzyści.

Regina Adamowicz - Koszalin

Diabelska Krystyna

W samym środku Bydgoszczy jest biblioteka związku niewidomych. Nosi nieoficjalną nazwę „Pod diabłem”. Od lat pracuje tam Krystyna Skiera. Jej pasją jest kolekcjonowanie czarnych stworów z ogonami. Nie tylko polskich.

Ponieważ Krystyna Skiera miała trudności z pomieszczeniem zbioru swoich ulubieńców, przywiodła je w miejsce pracy i ustawiła wśród książek, a właściwie na górnych półkach nad książkami. Wśród nich jest też załączek kolekcji książkowej o diabelskiej tematyce: „Diabelski tandem” i „Diabelski walc”. Diabelska rodzina Krystyny składa się z 50 okazów różnej wielkości, kolorystyki i tworzywa. Kobieta kocha swoich podopiecznych i wciąż zdobywa nowe okazy. Lubi o nich opowiadać, serdecznie, ciekawie i wyczerpująco. Bo każdy diabeł ma swój charakter. Niektóre są złośliwe, a te, które szczerzą zęby – groźne. Inne łagodniejsze, nawet uśmiechnięte. – Pochodzą z różnych źródeł – mówi Krystyna. – Każdy z nich ma odrębną historię. Np. z wycieczki do Kowna przywiozłam dwa, a z Wilna – jeden. Inne podarowali mi członkowie rodziny i przyjaciele. Niektóre kupiłam na jarmarkach i odpustach. Zbierałam je przez pięć lat. Są nie tylko czarne, ale i kolorowe. Jeden nawet biały. Rzeźbione w drewnie, robione z włóczki, drutu, gipsu czy metalu.

Gdy Krystyna relacjonuje historie o diabłach, ja przyglądam się im. Jeden ma na ogonie serce.

Niektóre w złośliwości szczerzą zęby, inne przerażają ironicznym uśmiechem. Te trzymają widły,



tamte – kaszubskie – grają na skrzypcach. Są też uwodzicielskie z napisami: „Przy mnie nie zmarzniesz”, „Diabelnie urocza z ciebie babka”, „Skuš się na mnie”...

Kolekcjonowanie diabłów to dla Krystyny marzenie całego życia. – Dziadkowie od dzieciństwa czytali mi bajki o diabłach i odtąd miłość do nich rosła we mnie – opowiada. – Po przejściu na emeryturę zaczęłam je gromadzić. Darowane przez rodzinę i przyjaciół są szczególnie bliskie mojemu sercu. Ostatnio wnuk podarował mi na imieniny małego diablika, którego noszę przy sobie z pękiem kluczy. Nigdy nie zbierałam aniołków. Wydawały mi się za grzeczne. A diabliki swym charakterem urozmaicają życie. Staje się ono barwniejsze i ciekawsze. Marzę, żeby nazbierać ich tyle, by można było założyć muzeum z całą atmosferą piekła, ze wszystkimi akcesoriami tortur i beczkami smoły. Czytelnicy przychodzący do biblioteki chętnie oglądają moją kolekcję. Niewidzącym zdejmuję pojedyncze eksponaty, oni zaś oglądają dotykami charakterystyczne cechy każdego z

nich. Wśród znajomych i rodziny zdobyłam miano diabelskiej Krystyny. Mówią, że zaprzedałam duszę diabłom. Ja zaś odpowiadam ze spokojem: żadnego cyrografu nie podpisywałam.

PS

Słyszałam, że wydarzenia w bibliotece „Pod diabłem” urosły do legendarnej opowieści. O północy diabły schodzą z półek i urządzają swoje harce, brzęcząc łańcuchami, tańcząc i chichocząc przeraźliwie. Przygrywają im na skrzypcach diabły kaszubskie. Podobno słychać jęki dręczonych ofiar. Od czasu do czasu znajduje się martwą mysz, która próbowała podgryzać stare biblioteczne zbiory. Jak dotąd, ofiar w ludziach nie było.

Regina Adamowicz (na zdj.) – Koszalin

Książki, które mówią

Jestem niewidoma od urodzenia, dlatego od wczesnego dzieciństwa musiałam jakoś układać swoje życie. Jako ośmiolatka zaczęłam uczęszczać do szkoły dla dzieci niewidomych i niedowidzących we Wrocławiu. Tam pierwszy raz zetknęłam się z pismem punktowym i od tej pory chciałam jak najszybciej je poznać. Od zawsze lubiłam książki, które przed pójściem do szkoły czytali mi rodzice. Teraz pracowałam nad pismem Braille'a, by samodzielnie je czytać. W szkole wypożyczałam książki z biblioteki, potem – z Biblioteki Centralnej Polskiego Związku Niewidomych w Warszawie za pomocą Poczty Polskiej. Zastanawiałam się wielokrotnie, jak powstają te twory, które nazywają książką. Nie myślałam, że po kilku latach spotkam osoby, zajmujące się przygotowaniem takich książek. Zdarzyło się to właśnie w Pieczyskach. Tu przyjechała zawodowa korektorka książek brajlowskich **Katarzyna Markiewicz**. Zajmuje się też tworzeniem ich wersji dźwiękowych. Spotkałam również dyrektorke okręgowej biblioteki PZN w Bydgoszczy **Krystynę Skierę**. Poprosiłam panie o rozmowę o zasadach korekty i książce mówionej.

Dziś to nie to, co kiedyś

– Książka powstaje około trzech, czterech tygodni, z tym że na przestrzeni ostatnich lat nastąpiła bardzo duża ewolucja – powiedziała Katarzyna Markiewicz. – Wycofano sporo ciężkich maszyn, metalowych płyt zecerskich i innego przestarzałego sprzętu oraz oprzyrządowania na korzyść elektroniki i komputeryzacji. Obecna praca zasadniczo różni się od tej sprzed 20 lat. A jeśli chodzi o skracanie długiego tekstu, to stosuję przecinki, a wyrzucam tylko takie wyrazy, które nie mają znaczenia dla całości.

Pani Katarzyna wyjaśniła również, na czym polega praca korektora:

– Czytam dostarczany mi tekst i wszystkie zauważone uchybienia poprawiam. W naszym zawodzie istnieje metoda czterech, a nawet sześciu oczu, tzn., że po mojej korekcie tę samą pracę może wykonywać ktoś następny. Daje to większą pewność wyeliminowania błędu.

Okazało się, że pani Katarzyna korektorem została z przypadku.

Studiowała matematykę, jednak z

przyczyn osobistych musiała przerwać studia i nawet dobrze nie pamięta, jak to się stało, że pracuje w tym zawodzie. Przygotowane przez nią książki są powielane i rozsyłane do bibliotek w całej Polsce.



Niewidomi czytają więcej

Książki Katarzyny Markiewicz dostaje także bydgoska biblioteka, w której pracuje Krystyna Skiera. To ona powiedziała mi, jak zmieniła się rola bibliotekarza na przestrzeni ostatnich lat: – Na początku działalności biblioteki miałam wyłącznie książki brajlowskie w liczbie 4 tys. tomów, które zajmowały bardzo dużo miejsca. Sytuacja zmieniła się na lepsze, gdy zaczęto wydawać tzw. książki mówione, czytane przez znakomitych aktorów polskich, nagrane na kasety magnetofonowe. Rewolucją w tym zakresie było jednak wprowadzenie komputeryzacji. Obecnie na malutkich urządzeniach zwanych czytacami, można zmieścić nawet kilkadziesiąt książek. Są one nagrywane także na płyty kompaktowe. To wszystko spowodowało, że dziś na małej powierzchni zgromadziliśmy bardzo dużo tytułów. Nasza biblioteka ma 300 stałych czytelników i ok. 400 wypożyczeń miesięcznie. To znacznie więcej niż w bibliotekach powszechnych, co stanowi ewenement. Okazuje się, że osoby, którym czytanie powinno sprawiać trudności, znacznie częściej sięgają po książkę, niż ludzie zdrowi. To zjawisko bardzo krzepiące i utwierdzające mnie w głębokim sensie tego, co robię.

Małgorzata Morawska z opiekunem Kazimierzem Morawskim (na zdj. obok) – Złoty Stok

Nie tylko piszą

Nie samą rehabilitacją żyją niepełnosprawni.
Chyba tak sobie pomyśleli z Fundacji Arka w Bydgoszczy
organizatorzy konkursu na literacki utwór.
Sądząc po temacie, można by stwierdzić mylnie,
że teksty będą wyłącznie o medycynie.
Po co ta językowa spartakiada ogłoszona?
By świat osób z niepełnosprawnością poznać lepiej mogli
ci, którzy jak dotąd mieli ku temu za mało sposobności.
Myślę, że nawet my, którzy własnej niesprawności doświadczamy,
o innych zbyt mało wiedzy mamy.

Kogo Konkursowa Kapituła Grand Prix nagrodziła?
Przyznano je Jackowi Ryngowi za: „Aby, życie wycisnąć jak cytrynę”.
Pomyślałby kto. Wcale nie kwaśną Jacek ma minę!
Miejsce pierwsze dostały aż trzy osoby równorzędnie!
„Historia jednego rozbitka” Jarosława Andraszewicza.
Zenon Miszewski za pracę „Dwie sosny”, którą napisał.
I Alicja Nyziak za to, że swoje: „Wczoraj - dziś – jutro” szczerze opisała.

105 prac na konkurs napłynęło. Chyba się wszyscy zgodzą, że to niemało?
Jury orzekło zgodnie, że prace w większości na temat i dobre.
Wyróżnionych tak liczna grupa, że aż z ich prac powstała książka.
Drodzy Czytelnicy, przeczytajcie i sami się przekonacie!
Nagród rozdanie przebiegało bardzo uroczyście.
Książd Bronisław Kaczmarek pozostawił obecnym takie oto przesłanie:

Istnieje potrzeba odkrywania miejsc, gdzie wierzy się w dobro,
bo ubogaca człowieka tylko ono. Tylko dobro.

Nagrody: książki i dyplomy pełnomocnik Fundacji Arka Barbara Olszewska wręczała,
niejednego całusa i uścisk ręki od siebie dodała.

Tak gala przebiegała serdecznie i miło! Może nawet wzruszająco!

Organizatorzy wiedzą i świadomość mają: Nas trzeba nie tylko fizycznie rehabilitować,
nie tylko leczyć i masować, my się chcemy intelektualnie i duchowo rozwijać
z życia czerpać i innym coś dać!

Wiele możemy w Pieczyskach zdziałać,
nie tylko wokół jezior i lasów spacerować,
ale po instruktażu Janusza Michalaka
profesjonalne zdjęcia z pleneru wykonać.



Danuta Kapczyńska teżę wygłosiła odważnie:
W tańcu ciało zapamięta ruch i będzie modlić
się za siebie.

Czy to hinduska witrażowa mandala,
czy hinduska mantra,
afrykański taniec modlitwy Pata Pata czy
taniec grecki lub izraelski taniec plonów,
a może chrześcijański gospel – wszyscy
zwracamy się do bogów.

Ludmiła Małecka grupę śpiewaków przygotowuje profesjonalnie:
najpierw teoretycznie, potem długo technicznie.
Bo śpiewakowi, żeby gardło rozgrzać, nie wystarczy ciepłą herbatkę popijać.
Każdy już wie, że człowiek struny głosowe ma dwie.
Wzbudziło to ogólne zdziwienie, bo niektórzy policzyli ich nawet 16.

Wiemy z ust Ludmiły Małeckiej, że: paszczy otwieranie
ma niekoniecznie obraźliwe znaczenie
i przydaje się nie tylko przy dentyście.
Wspomaga nasze wyraźniejsze wymawianie,
a tym bardziej śpiewanie.

Tam, gdzie się spotykają profesjonaliści,
nie można się obejść bez fachowej krytyki i rywalizacji!
Wiadomo, koncert będzie na zakończenie
i wielu artystów swoje minut pięć,
chciałoby w tym koncercie mieć.

Dziennikarze na warsztatach się uczą, wszystko podpatrują,
o co się da – dopytują, gazetkę wydać planują.
A ktoś mógłby sobie pomyśleć,
że niepełnosprawność mogłaby to uniemożliwić.
Przyświeca nam z piosenki myśl:
„Tak trudno żyć, tak łatwo żyć, my chcemy żyć, nie mając nic!”.

Magdalena Maternicka (na zdj.) – Gdynia

Piszcie o nas ładnie

Udział w zajęciach z muzyki i tańca pokazał mi, że śpiew i ruch nie zależą od zdolności muzycznych człowieka. To dobra zabawa, terapia, rehabilitacja, nauka oddechu, modlitwa, gimnastyka, a nawet seks, czyli codzienność, niezależna od naszej sprawności.

Zadziwiły mnie słowa prowadzącej warsztaty muzyczne dla osób niepełnosprawnych **Ludmiły Małeckiej** „paszczę otwieramy, ile się da”. Dopiero na przykładzie **Agnieszki Polityki** zrozumiałam, jak ważne jest szerokie otwieranie buzi i wyprostowana sylwetka. Ćwiczenie z wyśpiewaniem wszystkich „k” w prostym zdaniu: „Kto to tutaj tak tupie, to tato tutaj tak tupie” udowodniło, że jęzorek musi być sprawny. Dużo było śmiechu i dobrej energii przy wykonywaniu parskania czy rury, której mistrzynią okazała się **Basia Marzec**. Wielką niespodzianką i przyjemnością dla uczestników było wysłuchanie piosenki „Nieobecni” w wykonaniu **Oli Kwiatkowskiej** – studentki pedagogiki wczesnoszkolnej z Poznania, a jednocześnie uczennicy Ludmiły Małeckiej.

Śpiew podczas warsztatów to nie wszystko. Jest tu czas na ćwiczenia: rozśpiewanie, naukę anatomii człowieka, wspólną zabawę, a nawet dyskusję o tym, kto powinien i dlaczego, zaśpiewać lub nie, piosenkę na galowym koncercie.

Najważniejsze jest, że czego nie można dośpiewać, to na pewno można wyraźnie dopowiedzieć. Dla wielu z nas warsztaty taneczne kojarzyły się z programem „Taniec z gwiazdami”. Dopiero spotkanie z **Danutą Kapczyńską**, pracującą z niepełnosprawnymi na warsztatach tanecznych pokazało, że jest inaczej: – Taniec ma być relaksem, a nasze ciało zapamiętać ruch i wyzwolić energię – instruowała.

W zajęciach grupy tanecznej bierze udział 16 osób, w tym dwie kobiety na wózkach. Wszyscy tańczą w kręgu do relaksującej muzyki, a gestami wyrażają pragnienia. To przez żydowski taniec weselny nigun atic, afrykański pata pata, chrześcijański taniec dziękczynny czy taniec grecki, niepełnosprawni z grupy tanecznej pokazali, jak ruchem chwalić Boga.

W tańcach nie ma utrudnień. Są proste kroki, ruchy, gesty i zwroty powtarzane wielokrotnie. Chcąc, nie chcąc, ciało je zapamiętuje, więc na zajęciach panuje swobodna atmosfera i uśmiech.

Wrażenie robią dwie tancerki na wózkach – **Maryla** i **Ania**. Gestami zaspokajają potrzebę ruchu, a jednocześnie pokazują ogromne poczucie rytmu i taktu. Podoba nam się tango wykonane przez tańczącą od roku parę, **Marylę** z **Januszem**.

Zajęcia taneczne mają charakter terapeutyczny, a ich zwieńczeniem jest podziękowanie, powracająca iskierka radości i miłości. Uczestnicząc w zajęciach muzyczno-tanecznych, przekonałam się, że muzyka i taniec mogą zauroczyć i zachwycić, a jednocześnie być terapią i receptą na życie. O tym, że śpiewać i tańczyć każdy może, wiedzą i piszą dziennikarze zestresowani w obawie przed oceną, którą wystawią im uczestnicy warsztatów.



Małgorzata Nowak (na zdj.) – Koszalin

Arka od śpiewu, tańca i różańca

– Paszczę otwieramy maksymalnie! – woła **Ludmiła Małecka**. Uczy niepełnosprawnych parskać, robić konika i rurę. To wszystko, by poprawić emisję głosu i udowodnić, że śpiewać każdy może.

Kiedyś kalecy, potem inwalidzi, dziś niepełnosprawni. Właściwie tyle zmieniło się w postrzeganiu ludzi, którym los poskąpił sprawności fizycznej czy intelektualnej, dobrego wzroku, wyraźnej mowy, wyostrzonego słuchu. Ciągłe borykają się z samotnością, pustką w portfelu i barierami, które muszą pokonywać. Także tymi w nich samych. Ale raz w roku zapominają o nich, gdy spotykają się na warsztatach integracyjnych organizowanych przez Fundację Arka z Bydgoszczy. Od 14 do 21 października przebywali w ośrodku Żagiel w Piecyskach nad Zalewem Koronowskim. Uczestniczyli w warsztatach muzycznych i tanecznych, fotograficznych, dziennikarskich i psychologicznych.

Paszczka na trzy palce

– Paszczę otwieramy maksymalnie! Zaczynamy na trzy... i: do, do, do, do, do, do, do, do, doo...
– śpiewa **Ludmiła Małecka**, a z nią grupa miłośników muzyki, w większości mężczyzn (*patrz foto*).

Kobieta jest delikatną blondynką i już na pierwszym spotkaniu oczarowała wszystkich. Ma w sobie to coś, co jeszcze przed laty doceniło jury jednego z konkursów, w którym wystąpiła.

– Dostałam nagrodę za... wizerunek. Byłam wściekła, bo pracowałam nad głosem, a oni nagrodzili mnie za wygląd, jak jakąś miss – opowiada z uśmiechem. „Paszczka” w jej wydaniu brzmi pieszczotliwie, ale irytuje dziennikarza



Na zajęciach z muzyki przeważają panowie

Stanisława Ciare, który – jako stary belfer – nie może przywyknąć do wulgaryzowania języka.

Dlaczego tak bardzo razi go to słowo?

– Kiedyś, jak zajechałem na parking, zobaczyłem kartkę z cennikiem usług seksualnych. Był tam m.in. zwrot „w paszczu”. I razi mnie do dziś – tłumaczy.

A historia z paszczą wzięła się od samej profesor **Bogny Toczyskiej**, która uczyła śpiewu Ludmiłę Małecką. – To ona włożyła mi w paszczę trzy palce, żebym wiedziała, jak ją otwierać. I tak już zostało – wspomina.

Wyśpiewać wszystkie „k”



Rurę najlepiej robi Basia

– Ćwiczenia z emisji głosu wcale nie są straszne – mówią uczestnicy warsztatów dziennikarskich, którzy u „śpiewaków” zbierali materiał do swojego reportażu.

– O, o, o, o, o, o, o, o, o, o..., la, la, la, la, la, la, la, la, la..., Kto to tutaj tak tupie? To tata tutaj tak tupie – powtarzają wolno uczestnicy warsztatów. Ale tempo rośnie, więc słowa brzmią niewyraźnie.

– Posłuchajcie – przerywa Miłka. – Pamiętajcie, by wszystkie „k” dokładnie wyśpiewać.

Zaczynają raz jeszcze. Przyspieszają i dobrze im idzie. Wreszcie hamują. Czas na rozluźnienie, więc parskają... robią konika i... rurę. To wszystko, żeby wyćwiczyć język. Najlepsza w rurze jest **Baśka Marzec** (patrz foto). Nawet pozuje do zdjęcia.

– A mi aż ślina cieknie – woła Tomek.

Za chwilę znów zaczynają śpiew. Tym razem: do re, do mi, do fa, do sol, dooo.

– Ale zatrzymajcie „sol” na „o”, by się wyśpiewało, było długie i ładne

– poucza Ludmiła. Wszyscy biorą oddech i powtarzają. – I jeszcze pamiętajcie, żeby „l” na końcu bardzo mocno zaznaczyć.

Prowadząca prosi na środek **Agnieszkę Politykę**.

– Zobaczcie, wczoraj ledwie otwierała paszczę, a dziś? O to właśnie chodzi – chwali dziewczynę, a grupa bije jej brawo i słucha o tym, że aparat mowy jest rezonatorem. – Jak nie będzie dobrze otwarty, nic nie powiemy albo nikt nas nie zrozumie, bo dźwięk będzie nierozpoznawalny – uzupełnia nauczycielka.

Modlić się można tańcem

W tym samym czasie trwają zajęcia z tańca dla 16 osób, w tym dwóch na wózkach i trzech mężczyzn. Wielu nie zdecydowało się na te warsztaty w obawie przed ośmieszeniem.

– Myślałam, że to będzie jakiś „Taniec z gwiazdami” – mówi dziennikarka **Zofia Dzierzbicka**. Wkrótce przekonuje się, że nie taki diabeł straszny...



Hitem grupy tanecznej ma być pokaz z wachlarzami

Prowadząca, **Danuta Trzebińska-Kapczyńska** ustaliła z księdzem, że w czasie sobotniej mszy pokażą taniec, który jest modlitwą.

– Podajemy sobie ręce. Idziemy. Prawa, dwa, trzy. Lewa, dwa, trzy – liczy. – Obracamy się do środka i zaczynamy: Abba, Jezus, Abba, Jezus, Abba, Jezus, Maryja, Hosanna, Alleluja.

Ludzie powtarzają układ pięć razy.

– To wasza modlitwa. Będzie najważniejsza dla każdego z was.

Będziecie modlić się sami dla siebie. A ja po raz pierwszy poprowadzę z wami ten taniec. Nauczyłam się go we Wrocławiu, nie miałam jednak dotąd odwagi z nim wyjść. Ale wy jesteście dojrzałymi ludźmi. Zaczyna go piękna gitarowa przygrywka. My tworzymy wewnętrzny nastrój i prawa, raz, dwa, trzy. Lewa, raz, dwa, trzy – prowadzi Danuta.

Kiedy padają słowa „Abba, Jezus” wszyscy rozkładają szeroko ramiona na znak ukrzyżowania Chrystusa. „Maryja” to skłon do ziemi

i podnoszenie rąk do serca, „Hosanna” – ręce w górę, „Alleluja” – obrót dookoła.

– Zobaczycie, jaki piękny to taniec – podkreśla nauczycielka. Ale niektórym myli się jeszcze obrót, a **Marek Dubiński** nie mieści się w kręgu z rozkładaniem ramion. Nikt się jednak nie martwi. Na pewno do sobotniego wieczora zdążą wszystko wyćwiczyć, dlatego rozluźnione dziewczyny chichrają pod nosem.

– Skupcie się, dobrze? – słychać upomnienie prowadzącej.

– Tylko nie tak bardzo. Wystarczy troszkę – żartuje Marek.

Po kilku powtórzeniach nastrojów uspokojenia przenosi się na wszystkich.

Gdy kończą, biją sobie brawo.

– Było super – mówi jedna z tancerek.

Chociaż zajęcia trwają ponad dwie godziny bez przerwy, tancerze chcą jeszcze pokazać dziennikarzom afrykański układ z wachlarzami.

– To będzie nasz gwóźdź programu – zachwala Elżbieta i przypomina, jak trzymać wachlarze, by dobrze zagrały. Potem podziwiamy jeszcze grecką modlitwę, w której wszyscy uspokajają się i łagodnie kołyszą oraz żydowski taniec. Też modlitewny. I już całkiem na deser **Maryla Milarska** (na wózku) i **Jan Rusin** prezentują tango wg własnego układu (*patrz foto*).



Maryla i Jan w tangu

Porwanie i nieoczekiwany gość

Czas na zajęciach śpiewu mija szybko. Zdarzają się też niespodzianki. Grupę odwiedza dawna uczennica Ludmiły Małeckiej, córka pielęgniarki **Ewy Kwiatkowskiej** – **Ola** (*patrz foto*). Wpadła tylko na chwilę, bo studiuje w Poznaniu. Właściwie uciekła z wufeu, by zaśpiewać nam „Nieobecnych”. Potem organizatorka zjazdu **Barbara Olszewska** i aktor **Wiesław Kowalski** „porywają” **Marcina**. Ale nikt nie zwraca na to uwagi, bo trwają przygotowania do koncertu galowego, więc ten, kto w nim bierze udział, może być w każdej chwili zwolniony.

Gdy grupa jest rozśpiewana, zaczyna się praca nad solówkami.

– Reżyser ustalił, że będą cztery, ale ja chciałabym przeforsować więcej – mówi Ludmiła.

Tomek Dziemba ma zaśpiewać „Przeżyj to sam”, **Zenek Miszewski** – „My way”, **Kasia Wojtasik** – „Yesterday”, natomiast **Aga Polityka** chciałaby spróbować trudnego przeboju **Krystyny Prońko** „Jesteś lekiem na całe zło”. Obawia się jednak, czy da radę. Są też inne wątpliwości. Tomek nie chce śpiewać z **Łukaszem Szlufikiem**, a Łukasz uważa, że Tomek może zepsuć piękny kawałek „Przeżyj to sam”.

– Powinien go wykonać Zenek, a jak ktoś chce, niech weźmie łatwiejszy – upiera się przy swoim.

Kiedy za piosenkę bierze się **Krzysiek Marciński**, mikrofon zaczyna szwankować.

– To ja go zepsułam. Przytrzasnęłam kabel – przyznaje prowadząca. Ale Krzysiek radzi sobie świetnie i jeszcze zachowuje się jak gwiazda:

– To dla was. Dla was. Pozdrawiam wszystkich! – woła, jak by stał na scenie i zaraz zaczyna śpiewać znany wszystkim przebój zespołu Lombard: – Gdziekolwiek jesteś... w dzień czy w nocy...

Ludzie na znak zadowolenia puszczają do siebie oczka, podnoszą ręce w górę i zaczynają się kołysać. Razem śpiewają refren. Brakuje tylko zapalniczki. Ale przecież w ich sercach płonie już ogień. Bo od tego są warsztaty, na które przyплыnęli ze swoją Arką.



Ola Kwiatkowska w „Nieobecnych”

Tekst i foto Hanna Kaup

Dlaczego ludzie fotografują?

Odpowiedź na pytanie zawarte w tytule tylko pozornie wydaje się prosta. Zagadnęłam w tej sprawie kilkoro uczestników sekcji fotograficznej, działającej podczas warsztatów integracyjnych organizowanych przez Arkę Bydgoszcz, pod kierunkiem fotografa **Janusza Michalskiego**.

– Próbuję fotografować, bo to moja pasja. Jestem ciekawy tego, co dzieje się wokół mnie i dlatego prawie nie rozstaję się z aparatem. Robię zdjęcia ciekawych twarzy, miejsc, obiektów i wszystkiego, co mnie otacza – zwierzył się **Krzysztof**.

Barbara Ciara przyjechała na warsztaty z mężem **Stanisławem**, działającym w sekcji dziennikarskiej. – Odkąd zamieszkałam w niezwykle uroczym miejscu, w Rudawskim Parku Krajobrazowym, zaczęłam fotografować otaczającą mnie przyrodę. Do niedawna posługiwałam się aparatem analogowym. Od kilku miesięcy mam cyfrówkę i jestem szczęśliwa, że prowadzący warsztaty Janusz Michalski pomógł mi zgłębić tajniki tego aparatu. Dzięki temu, po powrocie do domu będę mogła w praktyce wykorzystać zdobytą tu wiedzę, bo fotografowanie stało się moją pasją – dodała.



To tylko dwie wypowiedzi z grupy uczestników

warsztatów fotograficznych. Ogromny postęp techniczny spowodował, że prawie każdy może stać się posiadaczem bardzo prostego w obsłudze aparatu fotograficznego. To jedna z podstawowych przyczyn sporego zainteresowania tą dziedziną. Dlatego też dobrze się stało, że Fundacja Arka pomyślała także o pasjonatach fotografii. Należy mieć nadzieję, że również w następnych latach o nich nie zapomni.

Małgorzata Morawska – Złoty Stok

Piękno i miłość uzdrawiają duszę

Piękna muzyka, a do tego odpowiedni układ ciała, ukazują emocje i uzdrawiają duszę. Jak ruchem chwalić Boga, pokazała niepełnosprawnym terapeutka tańcem Danuta Kapczyńska.

Danuta Kapczyńska jest nauczycielką wychowania fizycznego. Po wypadku zaczęła szukać nowego sposobu na życie. Znalazła go w tańcu.

– Zaczęłam pracę, w której zmierzyłam się z tańcem i ruchem. Znalazłam w tym spełnienie i pasję, którą zarażam innych. Skończyłam kurs tańców etnicznych, czyli naszych korzeni – powiedziała. – Taniec i ruch dają radość, odblokowują stres i zahamowania. Etniczne pochodzą głównie z Grecji, Rosji, Bułgarii, Rumunii, Macedonii a także Szkocji, Irlandii i Dalekiego Wschodu. Każdy z nich niesie jakieś przesłanie. Pokazuje, że w ten sposób też możemy się modlić, prosić i dostawać.

Danuta Marcinek – Bydgoszcz

A to my, Wasze pismaki.

Ten nasz zbiorowy uśmiech to dowód wdzięczności dla niewidomej z Bydgoszczy, Krysi Skiery, która sprytną nazwę dla „razówki” wydumała. Potomnym to uświadamiamy, że „PieczyskARKA” to łajba pojemna. Łaskawa ciepłem na kraj promieniująca, integrująca ludzi dotkniętych niefartem. Spieszmy się ich kochać, nim odpłyną w siną dal.

W imieniu Trzymających Pióro – **Stanisław Ciara**



Zespół redakcyjny tworzyli:

Regina Adamowicz, Stanisław Ciara, Krystyna Dzierzbicka, Zofia Dzierzbicka, Andrzej Jakubiczka, Danuta Marcinek, Aneta Maternicka, Magdalena Maternicka, Małgorzata Morawska, Kazimierz Morawski, Małgorzata Nowak, Magdalena Owsianko, Krystyna Pilecka, Krystyna Skiera, Łucja Szcześniak, Izabela Szcześniak, Ludmiła Raźniak, Elżbieta Zdzitowiecka pod redakcją Hanny Kaup



Projekt współfinansowany przez PFRON

