

Dziękujemy Księdzu Markowi

- za wspaniałe 5 lat z nami!

Ksiądz Marek Cieśla TCHR. Proboszcz polskiego kościoła pw. św. Józefa w Denver 2010-15. Fot: Jadwiga Bielecki

Pierwszy raz spotkałem ks. Marka jeszcze w Polsce około siedem lat temu. Potem widywałem Go na spotkaniach naszego Zgromadzenia Zakonnego już tu, w USA. Pan Bóg skrzyżował nasze drogi w 2013 roku w Parafii św. Józefa w Denver. Jestem mu wdzięczny przede wszystkim za to w jaki sposób przyjął mnie w naszej Parafii. Bardzo miło mi było być tak bardzo oczekiwanym i tak ciepło powitany. Ks. Marek zatroszczył

się o dosłownie wszystko i uczynił moje "trudne" pierwsze dni w nowym miejscu łatwymi. Koniecznie chciałem nauczyć się od niego gotować (musicie wiedzieć, że ks. Marek jest naprawdę świetnym kucharzem) ale w tej materii okazałem się za opornym uczniem nawet dla takiego mistrza jak ks. Marek.

- Ks. Adam Słomiński

Piszą dla Was:

Świat pod lupą
"Mury we współczesnym świecie"
- z Warszawy Tomasz Winiarski
>> str.4

Żyj sportem w Kolorado
- Marcin Żmiejko >> str.6

Polski Klub w Denver
"Więści z Klubu"
- Katarzyna Żak >> str.8

Harcerze w Kolorado
- Paweł Korowajski >> str.10

Media Polonijne
"9/11 przez 63 dni"
- o powstaniu warszawskim dla amerykańskich nastolatków"
- z Waszyngtonu Inga Czerny, PAP

Punkt widzenia
"Bolszewicy u bram" cz.2
- Grzegorz Małanowski >> str. 12

Herbata czy kawa
"Ksiądz Marek"
- Waldek Tadla >> str.16

Kalejdoskop polonijny
"Wielkanoc w Salt Lake City"
- z Utah Tomasz Zola >> str.18

Media Polonijne
"Czterech noblistów
i Steve Wozniak, czyli polscy
uczni w USA"
- z Nowego Jorku
Andrzej Dobrowolski, PAP

Witold-K w kącie >> str.20

"Zapiski znad zatoki SF"
- Adam Lizakowski >> str.21

Z życia parafii św. Józefa
- ks.Marek Cieśla TCHR >> str.23

Zdrowie, ten tylko się dowie...
"Pokochać dietę bezglutenową"
- Kasia Suski >> str.27

Psychologia - Charaktery
"Pustka pełna pracy"
Dorota Krzemionka rozmawia
z dr Kamilą Wojdyło
>> str. 28

Filmowe recenzje Piotra
"The Delight of Fright"
- Piotr Gzowski
>> str. 31

from to
biuro tłumaczeń

Tłumaczymy na wszystkie języki świata

Jesteśmy profesjonalnym dostawcą usług językowych, obejmujących tłumaczenia, branding, lokalizację i sprawdzanie kontekstów kulturowych



www.from-to.eu

from-to@from-to.eu

NASZA MISJA:

- Najwyższej jakości tłumaczenia
- Najlepsza obsługa klienta
- Wartość dodana dla każdej pracującej z nami firmy
- Zaufany, pewny partner - dostawca usług językowych

CHICAGO MARKET

303 868-5662
708 302-7225



Wysyłamy paczki
do Polski
85centów/lb
+ \$10 od paczki
Paczki od 30-70lb

Największe Polskie Delikatesy w Kolorado

1477 Carr St Lakewood CO 80214

www.chicago-market.com



Najświeższy,
największy
i najtańszy wybór
polskich produktów
prosto z Chicago.
Cotygodniowe
promocje

ZAPRASZAMY:

Wtorek - Piątek:

10.00 - 19.00

SB: 10.00 - 18.00,

ND: 11.00 - 15.00

Poniedziałek - zamknięte

Joanna Sobczak - Managing Broker, GRI, REPM
Profesjonalne zarządzanie Twoimi nieruchomościami



Nie czekaj!
Teraz jest najlepszy czas
na KUPNO, SPRZEDAŻ
lub WYNAJEM
Twoich nieruchomości!
Służę radą i ponad
dziesięcioletnim doświadczeniem.



Właściciel Adobe Homes Realty, LLC

720-404-0272 | www.adobehomesrealty.com



Mariusz Borowicz, D.D.S.

Polski Stomatolog zaprasza
Pacjentów oferując
pełny zakres leczenia dentystycznego

www.alpinedentalhealth.com/downtown-denver
drborowicz@alpinedentalhealth.com



910 16th Street #711, Denver, CO 80202

303-825-5527

Ewa Sosnowska Burg

Professionalism will move you

**DOMY • MIESZKANIA • PARCELE
MOTELE • HOTELE • BIZNESY**

- Wieloletnie doświadczenie w sprzedaży i kupnie nieruchomości
- Pomoc w załatwieniu pożyczki

For Free Mobile Home Search app
Text the Keyword CCP994
to the 5 digit Short code 32323

303-886-0545

Denver Metro & Colorado

www.ewarealty.com



Agnieszka Burg

718-928-8759

- Profesjonalna fryzjerka z Nowego Jorku
- Wizyty w domu na telefon
- Aktualne trendy strzyżeń i stylizacji damskich i męskich
- Najnowsza koloryzacja L'Oréal

20% ZNIŻKI
przy pierwszej wizycie

L'ORÉAL
PROFESIONNEL
PARIS

ŻYCIE Kolorado

Życie Kolorado - miesięcznik Polonii Amerykańskiej w stanie Kolorado wydawany przez:
MEDIA LITTERA, INC.

www.zycie-kolorado.com
tel.: 303.396.8880

**5944 S Monaco Way, Ste. #200
Englewood, CO 80111**

Waldek Tadla - Redaktor Naczelny
waldek.tadla@zycie-kolorado.com
Katarzyna Hypsher - Edycja & Skład
info@zycie-kolorado.com
Marcin Żmiejk - Marketing
marketing@zycie-kolorado.com
Tomasz Winiarski - korespondent z Polski
tomek_winiarski@zycie-kolorado.com

W sprawach listów, reklam, itp. prosimy o kontakt na powyższe adresy e-mailowe lub telefon.

PRENUMERATA:
\$5 za każde wydanie, z wysyłką pocztową

WSPÓŁPRACA:

Halina Dąbrowska, Barbara Popielak,
Tomasz Skotnicki,
Ks. Marek Cieśla TChr.
Piotr Gibała - Polska Rada
Rycerzy Kolumba
Polska Szkoła w Denver,
Witold-K, Bożena Janowska.
Kasia Suska, Grzegorz Malanowski
Piotr Gzowski, Eliza Sarnacka-Mahoney
Tomasz Zola - Utah
Bogumił Horchem - Arizona
Ania Jordan - Nowy Meksyk
Monika Schneider - Alaska
Ryszard Urbaniak - Kalifornia
Adam Lizakowski - Chicago
Szczepan Sadurski - Polska
www.Charaktery.pl
www.dobrapolskaszkoła.com



Nie wszystkie publikowane teksty autorów odzwierciedlają poglądy redakcji ŻK

Zgłoszenia REKLAM przyjmujemy do 20-go dnia każdego miesiąca.

Redakcja Życia Kolorado nie odpowiada za treść reklam i ogłoszeń.

OGŁOSZENIA DROBNE w gazecie i naszej stronie internetowej:
www.zycie-kolorado.com
\$10 / miesiąc /do 30 słów/
e-mail: info@zycie-kolorado.com



Od Redakcji

Drodzy Czytelnicy,

Dziękuję Wam, że jesteście z nami. Miesiące i lata mijają, a nasza gazeta cieszy się popularnością jak nigdy przedtem – dzięki Wam za to. W maju mamy wiele świąt polskich, przypominających nam, jak dumni powinniśmy być ze swoich korzeni: Święto Flagi, Święto Polonii i Polaków za Granicą, Święto Konstytucji.

8 maja w Polskim Klubie w Denver odbędą się wybory na prezydenta Polski. Konsul Skotnicki informuje i oferuje swoją pomoc przy rejestracji do wyborów. Czytajcie więcej na stronie 18.

Maj jest miesiącem, kiedy większość z nas wychodzi na zewnątrz i korzystają z możliwości jakie daje nam wspaniałą pogodą w Kolorado. Wiosna to wspaniały czas w naszym stanie - korzystamy z każdego dnia jaki zsyła nam dobry Bóg. Za chwilę rozpocznie się okres kempingów i pikników – przeglądajcie naszą gazetę i rezerwujcie terminy. Jak co tydzień zapraszamy do lektury naszych stałych autorów. Zapraszamy również do korzystania z ofert naszych sponsorów bez których nie byłoby naszej gazety. Oddajemy Wam w ręce kolejną edycję Życia Kolorado – czytajcie i bawcie się razem z nami.

**Marcin Żmiejk
Marketing Director**



Ogłoszenia drobne

NAPRAWIĘ SAMOCHODY

- wszystkie marki. Wymiana: paski rozrządu, półoski, hamulce i więcej. Niskie ceny, proszę dzwonić: 303-671-0410 (zostawić wiadomość) lub tel. komórkowy: 303-912-4039

Polka szuka pracy na poniedziałki co drugi piątek począwszy od 1-go lipca bieżącego roku w charakterze niani do dzieci lub opieki do starszej osoby lub do sprzątania. Zainteresowanych proszę o kontakt: 773-414-1634

Wspierajcie nasze biznesy:

SKLEPY SPOŻYWCZE

- **European Gourmet:** 303.425.1808, 6624 Wadsworth Blvd, Arvada
- **Europa:** 303.699.1530, 13728 E. Quincy Ave, Aurora
- **Chicago Market:** 303.868.5662 & 708.302.7225
1477 Carr St Lakewood

PRAWNICY

- **Brian Landy:** 303.781.2447, 3780 S. Broadway, Englewood, CO
- **Cliff Hypsher:** 303.806.5104, S. Broadway, Englewood, CO
- **Juras Ziankowicz:** (720) 260-4605, 2821 S Parker Road, Suite 407 Aurora

TŁUMACZENIA , INCOME TAX, NOTARY PUBLIC

- **Mira Habina Intl:** 720.331.2477, 8760 Skylark St. Highlands Ranch
- **From - To,** Monika Rozwarzewska, www.from-to.eu, from-to@from-to.eu

AGENCI NIERUCHOMOŚCI

- **Margo Obrzut:** 303.241.5802, 11859 Pecos St. #200, Westminster
- **Tadla & Tadla Real Estate Group:** 720.935.1965, 5944 S Monaco Way, Ste#100, Englewood
- **Ewa Sosnowska Burg:** 303.886.0545
- **Joanna Sobczak:** 720.404.0272
- **Ela Sobczak:** 303-875-4024

UBEZPIECZENIA

- **Kuźbiel Insurance:** 720.351.2066, 930 Sherman Street, Denver

POŻYCZKI NA NIERUCHOMOŚCI

- **Agnieszka Gołąbek:** 720-935-8686

LEKARZE

- **Małgorzata Korościel, DDS** - stomatolog. 303-757-7175, 2660 South Monaco Parkway, Denver
- **Mariusz Borowicz, DDS** - stomatolog. 303-825-5527, 910 16th Street Mall, Suite 711, Denver

ZDROWIE

- **Nef-RA, Krople Życia.** 773.344.4600

USŁUGI RÓŻNE

- **AMBER BAND** - 720.882.2265, www.theamberband.com
- **Agnieszka Burg** - usługi fryzjerskie - 718-928-8759
- **Dillon Inn** - Jacek Marusarz: 920-262-0801, 708 E Anemore Trail, Dillon, CO
- **Prace stolarskie:** Wojtek: 973-445-3282
- **Go Green Tires** - 303-872-4936 2660 S. Federal Blvd. Denver

**- Bądź na bieżąco!
Dołącz do nas
na Facebooku:)**



Świat pod lupą

Mury we współczesnym świecie

z Warszawy - Tomasz Winiarski



należy również kilka mniejszych wysp położonych bardzo blisko marokańskich plaż. Granica hiszpańsko – marokańska liczy mniej więcej 19 km, mimo to jest ona bardzo kluczowym, strategicznym punktem. Dlaczego? Odpowiedź jest bardzo prosta – Hiszpania jest członkiem Unii Europejskiej, natomiast Maroko to biedny kraj afrykański, w którym jakość życia obywateli jest nieporównywalnie gorsza od tej, do której przyzwyczajeni

1. Mur Chiński. 2. Mur żydowskiego getta wzdłuż ulicy Grzybowskiej w Warszawie (1942). 3. Symboliczne krzyże przypominające o ofiarach Muru Berlińskiego, (1990). Fot: Wikipedia

Ciągnie się od Zatoki Liaotńskiej położonej nad Morzem Żółtym, aż do przełęczu Jiayuguan w górach Qilian Shan. Liczy około 2400 kilometrów i według mitów na swój temat jest jedyną budowlą widoczną z kosmosu. Dawniej służył do obrony przed najazdami koczowniczych plemion mongolskich, ochraniał również Jedwabny Szlak. Obecnie jest atrakcją turystyczną i najważniejszym zabytkiem kulturo-wym Chin. Mowa oczywiście o Wielkim Murze Chińskim. Już od czasów starożytnych wznoszono różnego typu fortyfikacje składające się z murów i wież strażniczych, by chronić się przed najazdami wroga. Złotym okresem rozkwitu architektury obronnej było średniowiecze. To właśnie w tych mrocznych czasach powstało najwięcej zamków i umocnień, z których wiele przetrwało do naszych czasów. Dzięki temu możemy podziwiać między innymi przepiękny Zamek Krzyżacki w Malborku i setki innych jemu podobnych zabytków.

Wraz z rozwojem techniki militarnej, strategiczne znaczenie murów stawało się coraz bardziej marginalne. W wieku XIX nikt nie przykładał już wielkiej wagi do budowania masywnych zamków obronnych. Wydawać by się mogło, że nigdy więcej budowla zwana murem nie odegra większej roli w naszej zawilej historii. Czas pokazał, że mimo upływu lat, mimo rozwoju techniki wojskowej, dla której mury nie są już żadną przeszkodą, potrzeba istnienia murów nadal pozostała. Czasem były to mury stawiane w złej wierze, innym razem ich istnienie było potrzebne dla zachowania bezpieczeństwa. W ostatnim stuleciu mury odegrały zatem bardzo istotną rolę.

W czasie II Wojny Światowej Niemcy w podbitych przez siebie miastach, odgradzali całe dzielnice, tworząc okrutne getta dla Żydów. Cegły zlepione ze sobą zaprawą murarską były wtedy granicą między życiem, a śmiercią dla tysięcy ludzi uwięzionych po „złej” stronie muru. Warszawiaczy mogą współcześnie oglądać już tylko niewielkie fragmenty, jakie pozostały po murach getta. Choć dla mnie, większe

wrażenie robi spacer wokół Pałacu Kultury, który znajduje się w pobliżu dawnej granicy dzielnicy żydowskiej. Dzisiaj jedynym śladem tamtego nieludzkiego podziału jest wyraźnie oznaczona linia, którą kiedyś biegły mury warszawskiego getta. Za każdym razem, kiedy z łatwością mijam to oznaczenie, przez sekundę w mojej głowie pojawia się myśl – właśnie przekroczyłem granicę życia i śmierci i to bez najmniejszego wysiłku...

Po zakończeniu drugiej Wojny Światowej, ludzie przez chwilę myśleli, że oto nastąpił koniec epoki izolacji jednych od drugich. Na ziemię szybko sprowadził ich początek Zimnej Wojny, która podzieliła Europę Żelazną Kurtyną. Dla milionów ludzi była to bariera nie do przejścia, szklany sufit do wolności. Przykład ten dowodzi, że największe mury, wcale nie muszą być zbudowane z cegieł i drutów kolczastych. Choć i one pojawiły się w po-wojennej Europie już na początku lat 50-tych, kiedy to komunistyczne władze NRD zdecydowały uszczelnić granicę wewnątrz-niemiecką, by utrudnić rosnącą emigrację do RFN, czyli do Wolnego Świata. Swego rodzaju „luka” w tym bestialskim czerwonym planie był Berlin, przez który nadal można było w dość łatwy sposób emigrować na zachód. Niestety komuniści szybko znaleźli na to rozwiązanie. W sierpniu 1961 komunistyczny reżim Niemiec Wschodnich rozpoczął budowę Muru Berlińskiego, który na 40 lat podzielił dzisiejszą stolicę Republiki Federalnej Niemiec. Dopiero rozpad Związku Sowieckiego i proces odzyskiwania niepodległości przez kraje satelickie, zapoczątkowany przez polską „Solidarność” doprowadził 9 listopada 1989 roku do upadku Muru Berlińskiego, a niebawem do zjednoczenia Niemiec. Znienawidzone kawałki betonu kruszyły się pod młotkami, kilofami, dłutami. Mur walił się przy słowach piosenki Jacka Kaczmarskiego – „A mury runął, runął, runął i pogrzebią stary świat”, Berlin wschodni odzyskiwał wolność w rytm przebojów legendarnego zespołu Pink Floyd, który 21 lipca 1990 roku dał specjalny koncert w stolicy Niemiec. Zbudowany przez komunistów mur pogrzebał prawie 240 osób, które nie godziły się na życie w sowieckim upodleniu, które wolały umrzeć wyprostowane, niż żyć na

kolanach, osób które pragnęły wolności i dla tych marzeń gotowe były zaryzykować własne życie. Mur Berliński stał się historią, historią słusznie minioną.

Do tej pory przedstawiłem kilka przykładów murów, które stawiane były niesłusznie przez różne totalitarne i krwawe reżimy w historii XX stulecia. Wspominałem również o roli, jaką tego typu budowle odegrały w swojej długiej historii, przywołując kilka cennych i podziwianych zabytków. Celem tego tekstu jest omówienie współcześnie istniejących murów, które stanowią obecnie granicę podziału polityczno-ekonomicznego, jak również związanego z kwestiami bezpieczeństwa. Są granicą między lepszym i gorszym światem. Moim celem będzie uzasadnienie istnienia tych murów i odgradzeń, które uważam za niezbędny element, zapewniający bezpieczeństwo w wielu rejonach świata. Niektóre z tych konstrukcji wzbudzają ogromne kontrowersje, toteż artykuł ten będzie tym bardziej wyrazisty. Jako adwokat przywoływanych przeze mnie murów postaram się uargumentować swój pogląd przy pomocy obiektywnych danych i faktów.

Mur w Maroku



Granica pomiędzy Melillą a Marokiem

Nie wszyscy zdają sobie sprawę, że Hiszpania nadal posiada swoje terytoria zamorskie w Afryce, a dokładniej w Maroku. To znajdujące się na północy kontynentu państwo oddziela od Hiszpanii Morze Albozańskie. Hiszpania posiada niewielki skrawek ziemi, przy samym marokańskim wybrzeżu. Pod jurysdykcją rządu w Madrycie znajdują się trzy miasta – Ceuta, Melilla oraz Peñón de Vélez de la Gomera, do Madrytu

jesteśmy na Starym Kontynencie. Z tego powodu wielu Marokańczyków, próbując nielegalnie przekroczyć tę granicę, bo jest ona najkrótszą drogą do cywilizacji Zachodu. Problem nielegalnych emigrantów z krajów Afryki Północnej, próbujących przedostać się na terytorium Hiszpanii stał się problemem bardzo poważnym, wymagającym zdecydowanej reakcji rządu w Madrycie. Nie ma na świecie ani jednego państwa, które tolerowałoby nieograniczoną emigrację wbrew swojemu prawu, nie próbując w żaden sposób przeciwdziałać takiemu zjawisku. Hiszpanie również nie zamierzali być w tej sytuacji wyjątkiem, za kwotę 33 milionów euro wybudowali specjalny mur wznoszący się na wysokość 3 metrów, na który składa się system ogrodzeń i wieżyczek strażniczych. Każdego dnia powstrzymuje on nie tylko nielegalną emigrację, ale również przemyt. Niektórzy krytykują taką politykę, kierując się naiwnym romantyzmem nie są w stanie dostrzec realnych, nieuniknionych zagrożeń dla Unii Europejskiej i samej Hiszpanii, w przypadku braku uszczelnionej granicy. Nie trudno sobie wyobrazić, co by się działo, gdyby mur oddzielający Hiszpanię od Maroka nagle przestał istnieć. Tysiące, dziesiątki tysięcy nielegalnych emigrantów, w poszukiwaniu lepszego życia ruszyłyby w stronę Hiszpanii i dalej całej Unii Europejskiej. Wbrew przekonaniu „naiwnych romantyków” nie jesteśmy w stanie pomóc wszystkim, a zbyt liberalna polityka emigracyjna osłabiłaby bezpieczeństwo państw europejskich. Niestety świat nie jest idealny i czasem musimy kierować się zimną kalkulacją.

Mur na południu USA

Ciągnie się dosłownie 'from sea to shining sea'. Biegnie od wschodniego do zachodniego wybrzeża Stanów Zjednoczonych, od plaż Pacyfiku, przez Półwysp Kalifornijski, aż do rzeki Rio Grande i legendarnego miasta El Paso, znanego po stornie meksykańskiej, jako Juarez. Granica amerykańsko – meksykańska jest z oczywistych powodów kluczowym strategicznym rejonem i najbardziej umocnioną granicą USA. Zamożną, wysokorozwiniętą i

c.d.

demokratyczną Amerykę od biednego, zacofanego i niebezpiecznego Meksyku, w którym łamane są podstawowe prawa wolnego człowieka, oddziela bardzo zaawansowany i skomplikowany system obronny. Składają się na niego nie tylko różnego typu płoty, mury, ogrodzenia, lecz również najnowsza technologia np. zaawansowane kamery na podczerwień, czy czujniki ruchu. Oficerowie U.S. Border Patrol każdego dnia dwoją się i troją, by skutecznie uszczelnić granicę. Organizowane są częste patrole, granica kontrolowana jest również przez pojazdy zwiadowcze typu SUV oraz helikoptery. Mimo tego, nielegalna emigracja „Mexicanos” jest wciąż poważnym problemem Stanów Zjednoczonych.

Rozmawiając na ten temat z moimi amerykańskimi znajomymi na ogół słyszałem:

- Jasne, że nasza Straż Graniczna jest potrzebna, gdyby nie szczelna granica to wszyscy Meksykanie byłiby w Stanach. Od dawna!

- Zdamy sobie sprawę, że nie jesteśmy w stanie wpuścić każdego. To niemożliwe. Dlatego musimy mieć te zabezpieczenia.

- Obama totalnie zawalił politykę bezpieczeństwa południowej granicy. Ludzie musieli wziąć sprawy we własne ręce.

Mur w Korei

Współcześnie nie istnieje państwo o nazwie „Korea”. Kraj ten został podzielo-

ny przez Koreańczyków z północy, którzy nie mają dostępu do wolnych mediów, a tym bardziej do Internetu, zamiast tego są manipulowani przez najbardziej zakłamaną propagandę na świecie. Niektórzy podejmują próbę ucieczki do wolnego świata, jest to jednak niebezpieczna i trudna ucieczka, która często kończy się zatrzymaniem przez komunistów i wyrokiem śmierci lub katorgami w obozach koncentracyjnych.

Granica koreańska znajdująca się wzdłuż 38 równoleżnika szerokości północnej, oddzielająca Północ od Południa jest najbardziej zmilitaryzowaną granicą na świecie. Obie Koree oprócz totalnie innej demarkacyjnej, której samowolne przekroczenie jest praktycznie niemożliwe. Po obu stronach stoi półtora miliona ludzi pod bronią, gotowych na wybuch III wojny światowej w każdej chwili. Półwysep Koreański pozostaje do dnia dzisiejszego beczką prochu, od czasu do czasu media donoszą o kolejnych incydentach z wymianą ognia i innego typu północnokoreańskich prowokacjach. Mur, jaki dzieli obie Koree z pewnością nie zniknie jeszcze przez długie lata.

wyniku kilku takich bestialskich najeżdów, Izrael wyrobił sobie słuszne zdanie o swoich sąsiadach, którzy zaprzysięgli się, że kiedyś zniszczą Państwo Żydowskie. Na przywołany wcześniej „Mur Bezpieczeństwa” składa się system fortyfikacji, między innymi mury, siatki, ogrodzenia. Żydzi muszą stale zmagać się z licznymi atakami terrorystycznymi przeprowadzanymi przez muzułmańskich ekstremistów. Budowa muru miała za zadanie zwiększyć bezpieczeństwo, ograniczając liczbę ataków na obywateli Izraela. Fakty stoją „murem za murem”, bowiem rzeczywistość odkąd powstał „plot rozdzielający” to liczba ataków terrorystycznych spadła. Mur posiada kilkadziesiąt bram, przez które mogą po uprzedniej kontroli przechodzić Palestynicy,



Mur wzdłuż granicy pomiędzy San Diego i Tijuana.



Granica pomiędzy Koreami w Panmundżom, zwana „Mostem bez powrotu”.



Mur obronny Izraela w Meitar w południowym Hebronie. Fot: Wikipedia

Administracja Baracka Obamy nie sprostała trudnemu zadaniu zabezpieczenia granicy pomiędzy USA, a Meksykiem. Republikanie zarzucają rządowi między innymi, że przeznaczył zbyt małe środki finansowe na jednostki strzegące granicy. Problem ten był tak poważny, że południowe stany zorganizowały własne milicje obywatelskie. Mieszkańcy Teksasu, zwykli cywilni obywatele chwycili swoje karabiny AR-15, rewolwery Smith&Wesson, czy popularne Colty i ruszyli wzmocnić granicę, przez którą zaczęło napływać wielu niebezpiecznych uciekinierów. Wśród nielegalnych emigrantów znajdowali się również gangsterzy oraz dilerzy narkotykwów i przemytnicy. W Ameryce mieszka ponad 310 milionów ludzi, w tym, aż 11 milionów to nielegalni imigranci. Dużą część „illegals” stanowią przybysze z kraju kapełuszy Sombbrero. Stany Zjednoczone podobnie, jak Unia Europejska mają prawo bronić swoich granic, nie wszyscy to jednak rozumieją, pojawiają się głosy zwolenników li-beralizacji emigracji przez południową granicę. Są to bardzo groźne i szalone idee, którym przyswiewca głupota lub naiwność, albo jedno i drugie. W USA ogromną kontrowersję wzbudziła amnestia dla nielegalnych, zaproponowana przez Baracka Obamę i ostro skrytykowana przez Republikanów. Zdaniem przeciwników zalegalizowanie nielegalnych jest „pstryczkiem w nos dla wszystkich tych, którzy przybyli do Ameryki, szanując nasze prawo” – mówił Ted Cruz, wpływowi polityk Partii Republikańskiej, senator z Teksasu i jeden z kandydatów w „2016 run”, czyli do wyścigu po fotel prezydencki w Białym Domu. Mur na południu USA jest zatem kolejnym słusznym murem obronnym, który jest koniecznością dla obywateli amerykański, by bronić się przed nieograniczonym napływem emigrantów meksykańskich. Gdyby nie amerykańska Straż Graniczna to każdy Meksykanin wyjechałby do Ameryki.

ny na demokratyczną, kapitalistyczną Koreę Południową ze stolicą w Seulu oraz na totalitarną, komunistyczną Koreę Północną, której dyktator – Kim Dżong Un sprawuje swoje krwawe rządy urzędując w mieście Pjongjang. Po zakończeniu II Wojny Światowej, komuniści posiadali na północy Półwyspu Koreańskiego swoją strefę wpływów. Wspierani przez komunistyczne Chiny oraz Związek Sowiecki, Koreańczycy z północy mieli aspiracje, by podporządkować sobie również południe kraju. W roku 1950 wybuchła wojna, której pierwszym przejawem jest silna ofensywa komunistów, którym udaje się zająć prawie całe terytorium Korei Południowej. Wtedy do akcji wkroczyli Amerykanie, wspierani przez ONZ (głównie państwa anglosaskie). Waszyngton wysłał potężny kontyngent amerykańskich żołnierzy i to głównie dzięki ich poświęceniu udało się wyprzeć komunistów z południowych terenów Półwyspu Koreańskiego. Wojna zakończyła się w roku 1953 sukcesem wojsk ONZ (głównie USA), który polegał na wyzwoleniu Korei Południowej. Podpisano zawieszenie broni, jednak oba koreańskie państwa do dnia dzisiejszego pozostają w stanie wojny. W Korei służyło w sumie około 2,5 miliona żołnierzy amerykańskich (jednorazowo 500 tys., zmiany co 6 mies.) Po wojnie państwa Zachodu udzieliły olbrzymiej ekonomicznej pomocy Korei Południowej, co zaowocowało rozwojem gospodarczym tego państwa i znacznym polepszeniem jakości życia, jak również wzrostem zamożności obywateli. Dziś Korea Południowa jest nazywana mianem „azjatyckiego tygrysa gospodarczego”. Sprawy wyglądają zupełnie inaczej w Korei Północnej, gdzie panuje skrajna nędza i brutalny totalitaryzm, ludzie umierają z głodu, niektórzy są mordowani przez władze, inni cierpią męki w obozach koncentracyjnych. Słowo „obywatel” nie pasuje do mieszkańca Korei Północnej, lepszym określeniem byłoby „więzień”.

rodzaju zapory, zasieki, druty kolczaste, kilkumetrowej wysokości siatki pod napięciem oraz mur, a dokładniej mówiąc potężne, betonowe zapory, przystosowane do powstrzymywania natarcia czołgów. Całość dopełniają wieże strażnicze, liczne patrole, detektory ruchu i minowe pole. To wszystko składa się na linię demarkacyjną, której samowolne przekroczenie jest praktycznie niemożliwe. Po obu stronach stoi półtora miliona ludzi pod bronią, gotowych na wybuch III wojny światowej w każdej chwili. Półwysep Koreański pozostaje do dnia dzisiejszego beczką prochu, od czasu do czasu media donoszą o kolejnych incydentach z wymianą ognia i innego typu północnokoreańskich prowokacjach. Mur, jaki dzieli obie Koree z pewnością nie zniknie jeszcze przez długie lata.

Mur w Izraelu

Chyba najbardziej kontrowersyjnym współcześnie istniejącym murem jest ten wybudowany przez rząd Izraela. Odgradza on Państwo Żydowskie od terytorium Autonomii Palestyńskiej. Choć w roku 2007 mur liczył już 450 kilometrów, to jego budowa rozpoczęta w 2002 roku trwa nadal. Izrael nazywa go „Murem Bezpieczeństwa”, natomiast Palestynicy i niektóre organizacje praw człowieka są zdania, że jest to działanie niezgodne z prawem międzynarodowym, motywowane chęcią dyskryminacji mniejszości palestyńskiej. Która strona tego sporu ma rację? Chcąc to zrozumieć należy głębiej i dokładniej przyjrzeć się konfliktowi w tym regionie. Żydzi po II Wojnie Światowej dostali małe państwo i choć Arabowie mają wokół kilka olbrzymich krajów to jednak fakt istnienia Izraela bardzo ich kół w oczy. Dlatego już od samego początku zawiązując „arabskie koalicje” atakowali Państwo Żydowskie. Były to regularne wojny z użyciem ciężkiego sprzętu, czołgów, armat i dziesiątek tysięcy żołnierzy. W

mimo to głosiciele propagandy antysemitycznej twierdzą, że Żydzi wręcz uwięzili Arabów. Niestety w Unii Europejskiej, w tym również w Polsce, wielu ludzi nie potrafi zrozumieć konieczności istnienia tego typu odgrodzeń. Żyjący w stanie permanentnego bezpieczeństwa mieszkańcy Starego Kontynentu, nad których głowami nie latają palestyńskie rakiety nie są w stanie postawić się na miejscu Izraelczyków, żyjących w stanie ciągłego zagrożenia. By lepiej zrozumieć sens istnienia muru w Izraelu wystarczy chociażby obejrzeć archiwalne filmy na YouTube, które pokazują reakcje Palestyńczyków na wieść o zamachu terrorystycznym na wieże World Trade Center w Nowym Jorku 11 września 2001 roku. Co robili Palestynicy? Masowo wychodzili na ulice i wiatowali ze szczęścia, drąc się „Allah jest wielki”. Tak się zachowują dzikusy, bardzo groźne dzikusy. Oczywiście nie każdy Palestyńczyk jest takim zwyrodniałcem, jednak niestety wśród społeczności palestyńskiej duży procent stanowią radykalni ekstremiści, dla których atak na Nowy Jork był powodem do radośnego świętowania. Dla takich islamskich radykałów nie ma miejsca na tym świecie.

Musimy dążyć do ustabilizowania sytuacji w regionie i do wygaszenia konfliktu pomiędzy Izraelem, a Palestyną, lecz do tego potrzeba radykalnej zmiany polityki Autonomii Palestyńskiej, której mieszkańcy wybierają sobie, jako przedstawicieli organizacje takie, jak Hamas, których celem jest zniszczenie Izraela. Konflikt i rozlew krwi w Palestynie zakończy się wtedy, kiedy Palestynicy zaczną kochać swoje dzieci bardziej niż nienawidzą Żydów. Do tego czasu mur w Izraelu musi pozostać.

tomek_winiarski@zycie-kolorado.com

Wiadomości sportowe

Żyj sportem w Kolorado



Marcin Żmiejko

Coś się kończy, coś się zaczyna jak to pisał twórca polskiej literatury fantastyki – Andrzej Sapkowski. W Kolorado zakończyliśmy sezon hokejowy (Avalanche) oraz koszykarski (Nuggets), zaczęliśmy za to rozgrywkę baseballa (Rockies) oraz piłki nożnej (Rapids). W Polsce dalej gra T-Mobile ekstraklasa a w Europie Europa League oraz Champions League. Przy odrobinie wolnego czasu, jest co oglądać i komu kibicować.

REMIS W DUBLINIE

Historycznie reprezentacja Polski w piłce nożnej lepiej gra w meczach jesienich, to było widać podczas ostatniego meczu w ramach eliminacji do Euro 2016. Nie ulega wątpliwości, że nasza pierwsza reprezentacja gra zupełnie inaczej niż za czasów nieudaczników pokroju Fornalika czy Smudy. W Dublinie przynajmniej w pierwszej połowie gra naszych orłów wyglądała może nie widowiskowo, ale... komfortowo. Kontrola sytuacji, ładne prowadzenie gry i świetne wykorzystanie jedynej stu-procentowej okazji do zdobycia gola. W moich kalkulacjach nasi piłkarze wykorzystali wszystko co mieli. Adam Nawalka ma niesamowite wyczucie co pokazał stawiając na przekreślonego (przez środowisko dziennikarskie) Sławomira Peszkę. Swoją drogą czego oczekują kibice od człowieka postrzeganego jako nieudacznego, jak nie wejścia na boisko i bycia najlepszym na polu boju. Takie mecze jak ten z Irlandią z urzędu przegrywaliśmy, nawet z Irlandią Północną (nie ma zawodowej ligi) nie tak dawno przegraliśmy 1:3. Mecz w Irlandii okazał się testem na to, czy grając defensywnie i broniąc wyniku mamy szansę na sukces. Wynik tego

testu to jeden punkt. Polska – Irlandia 1:1 i biało-czerwoni wciąż na pierwszym miejscu w grupie.

POLSKIM SPORTOWCEM MIESIĄCA ZOSTAŁ... BABATUNDE AIYEBUSI

Obcokrajowcy z reguły nie są kontraktowani przez kluby NFL. Wyjątkowo to zawodnicy grający w ligach akademickich, którzy studiując zajęli się uprawianiem najbardziej popularnego sportu w USA. Tak właśnie trafił do Oakland Raiders Sebastian Janikowski. W kwietniu okazało się, że Janikowski już wkrótce może zagrać przeciwko swemu rodakowi – Babatunde Aiyebusi. Popularny Babs nie jest emigrantem, któremu nadano polskie obywatelstwo. To urodzony w Oleśnicy Polak z krwi i kości. W swojej karierze zdobył mistrzostwo Polski juniorów w „koszykówce”. Trzykrotnie był mistrzem Polski w futbolu amerykańskim, oraz brązowym medalistą Czech w tej samej dyscyplinie. W ubiegłym miesiącu podpisał wstępny kontrakt z klubem NFL – Minnesota Vikings. Kontrakt ten oznacza, że co najmniej do września Babs będzie zawodnikiem Vikingów, będzie trenował razem z Adrianem Petersonem i ma szansę zostać pierwszym w historii futbolistą, który dostał się do NFL prosto z PLFA (Polskiej Ligi Futbolu Amerykańskiego).

ROBERT LEWANDOWSKI BIJE REKORDY I STRZELA PRZEPIĘKNE BRAMKI

Bayern Monachium gra co najmniej dziwnie. Przegrywa na wyjeździe z FC Porto 1:3, by w rewanżu odgryźć się 6:1, strzelając pięć bramek już w pierwszej połowie. Spory udział w tej kanonadzie miał nasz Robert Lewandowski, z pewnością najlepszy piłkarz w historii urodzony w kraju nad Wisłą.

Nasz napastnik błyszczy również w Bundeslidze gdzie w miesiącu kwietniu dwukrotnie był wybierany do kolejki miesiąca. Bramka, którą strzelił Eintrachtowi Frankfurt została nominowana do bramki sezonu wszystkich lig europejskich. Podobnie z jednym z goli strzelonych FC Porto. Lewandowski zaprzecza wszystkim prawdom głoszonym niegdyś przez polskich piłkarzy grających na zachodzie „mam formę, ale trener mnie nie lubi”. Lewandowski lubi swoje a Joseph Guardiola, niegdyś wielki piłkarz nie ma wyboru i po prostu stawia konsekwentnie na swego najlepszego napastnika. Po raz kolejny w karierze Robert Lewandowski ma szansę na finał Champions League, po prostu musi razem z Bayernem pokonać FC Barcelonę... potem już tylko ktoś z duetu Juventus – Real. Finał Ligi Mistrzów już 6-go czerwca na stadionie olimpijskim w Berlinie.

KAMIL GLIK W CIENIU LEWEGO

Genialna gra Roberta Lewandowskiego sprawia, że nieco w cieniu pozostają inni polscy piłkarze grający w silnych ligach europejskich. Z pewnością eksplozję formy przeżywa Kamil Glik, kapitan i ostatni obrońca FC Torino. Kiedy reprezentację Polski przejmował Adam Nawalka wszystkich kibiców zadziwił konsekwentny brak powołań Glika do kadry, teraz wiemy, że Nawalka testował wszystkich kontrkandydatów Glika. Kamil bardzo przeżywał brak powołań do kadry ale robił swoje wierząc, że wyniki będą dostatecznym argumentem powodującym powołanie. Na wyniki nie ma rady i Nawalka Glika do kadry powołać po prostu musiał. Kamil odwzajemnił się niesamowitym występem przeciwko Niemcom (wyłączył z gry Thomasa Mullera) i wciąż podnosi poprzeczkę. W kwietniu wyrównał rekord Zbigniewa Bońka i zdobył 7 bramek w sezonie (który wciąż trwa) w lidze włoskiej. Kamil Glik to ostatni obrońca a przypomnijmy, że Boniek był ofensywnym pomocnikiem/napastnikiem. Nikogo nie dziwi fakt, że o Kamila dopytują się coraz lepsze kluby. W końcu reprezentacja Polski doczekała się obrońcy o jakim marzyliśmy latami.

SZPILKA I FONFARA - REACTIVATION

Czy warto wierzyć dziennikarzom?

„Artur Szpilka ma dożywotni zakaz wjazdu do USA” (Eurosport, Sport.wp.pl). Tymczasem Artur Szpilka 25-go kwietnia w Chicago stoczył walkę i pokonał Ty’a Cobba, nokautując go w drugiej rundzie. Wniosek: sprawdź każdą wiadomość, zanim rzucisz coś na papier lub stronę portalu. Szpilka cały i zdrowy trenuje i mieszka w USA, więc jakoś tu wjechał i nikt go z lotniska do Polski nie zawrócił. Ciągłe jest jednym z czołowych pretendentsów do walki o tytuł mistrza świata wagi ciężkiej. Kolejny pretendens, tym razem w wadze półciężkiej 18-go kwietnia pokonał byłego mistrza Świata federacji WTA – Julio Cesara Chaveza (9-ta runda, decyzja sędziów). Konkluzja jest taka: posiadający dobrych promotorów Szpilka i Fonfara dalej są w grze o pas mistrza Świata kilku federacji bokserskich... i chwala im za to.

KLĘSKA POLSKIEGO HOKEJA

Colorado Avalanche nie wywalczyli awansu do fazy play-off ligi NHL. Przypuszczamy, że byli blisko, walczyli praktycznie z każdym jak równy z równym i w przyszłym sezonie na pewno nie będą na straconej pozycji. Tego nie można powiedzieć o kondycji hokeja w Polsce. Nasza narodowa reprezentacja w mistrzostwach zaplecza Mistrzostw Świata – Dywizji I, nie zdołała wywalczyć awansu do elite. W pięciu meczach Polacy odnieśli dwa zwycięstwa (Japonia, Ukraina) i ponieśliśmy 3 porażki (Kazachstan, Włochy, Węgry) – do elite oczywiście nie awansowali a kwintesencją polskiego występu pozostaje cytat: „Polscy hokeiści walczyli heroicznie, ale rzeczywistości nie zakłamyli” – wniosek jest taki, że na naszego reprezentanta w lidze NHL musimy jeszcze poczekać.

POLONIJNA PIŁKA W DENVER

Jak co roku w każdy czwartek spotykamy się w Centennial w Little Dry Creek Park, żeby choć na chwilę pobiegać i pograć w piłkę. Wszystkich chętnych zapraszamy, masz wolne czwartkowe popołudnie, chcesz pobiegać, po sędziować, napić się piwa i pogadać po polsku – zapraszamy.

“NAZISTOWSKA” POLSKA

Marcin Żmiejko

Nie wiem od czego zacząć. Zmarł Władysław Bartoszewski, zmarł mając 93 lata. Przeżył II wojnę światową, Oświęcim, Powstanie Warszawskie, więzienia komunistyczne i internowanie w stanie wojennym. Tak jak żył tak umarł zadowolony, przyzwoity i chyba jako jedyny pozostały autorytet w Polsce.

Na krótko przed śmiercią prof. Bartoszewskiego, dyrektor FBI - ..nie, nie wymienię nazwiska, bo nie warto (facet przemienił tak szybko jak się pojawił) wymienił Polskę, jako państwo współodpowiedzialne za Holocaust. Facet, reprezentant narodu, który praktycznie doprowadził do eksterminacji Indian, narodu, który do lat 50-tych zakazał



Murzynom siadania w przednich sekcjach autobusu śmie snuć takie stwierdzenia? Jaki jednak mamy wpływ na opinie ludzi niedouczonego? Żaden. Na Facebookowej stronie “Życia Kolorado” pokazaliśmy zdjęcie, na którym brzmi tekst “German

Death Camps, Not Polish” - ta grafika została odwiedzona przez 123 osoby, ale tylko dwie okazały sympatię pokazując, że lubią ten napis. Wniosek - mało nas interesują nieuczciwe posądzania - taki z nas naród.



Żegnamy Władysława Bartoszewskiego. (ur. 19 lutego 1922 w Warszawie, zm. 24 kwietnia 2015 tamże) - polskiego historyka, publicyście, dziennikarza, pisarza, działacza społecznego i politycznego oraz dyplomate. Więzień Auschwitz, żołnierz Armii Krajowej, działacz Polskiego Państwa Podziemnego, uczestnik powstania warszawskiego. Dwukrotnie minister spraw zagranicznych, senator IV kadencji, w latach 2007-2015 sekretarz stanu w Kancelarii Prezesa Rady Ministrów. Kawaler Orderu Orła Białego.



POLISH FOLK DANCE GALA



**BROOMFIELD
AUDITORIUM**
3 COMMUNITY PARK ROAD
BROOMFIELD CO 80020

3 MAJA 2015
GODZ. **3PM**



Bilety:
Dostępne u członów zespołu lub przy drzwiach
Dorośli \$10 / Dzieci&Seniorzy \$5

OUR FRIENDS:



SPONSOR:



Polski Klub w Denver



Wieści z Klubu

Katarzyna Żak

Maj w Klubie zapowiada się intensywnie. W sobotę 9 maja, w godzinach 7 – 21, zapraszam wszystkich Państwa do udziału w głosowaniu w wyborach nowego Prezydenta RP. W tym dniu budynek Klubu Polskiego będzie oficjalną siedzibą Obwodowej Komisji Wyborczej numer 165. W skład Komisji wchodzi Konsul Honorowy RP w Kolorado Tomasz Skotnicki, Prezydent Klubu Polskiego w Denver Katarzyna Żak, była Prezydent Klubu Polskiego Katarzyna Szuta, Przewodniczący Stowarzyszenia Sisters City Brighton – Ziębice mgr. Henryk Ross oraz Dyrektor Polskiej Szkoły w Denver Stanisław Gadzina. Warunkiem wzięcia udziału w głosowaniu jest posiadanie ważnego polskiego paszportu oraz dokonanie rejestracji w spisie wyborców. Zgłoszenie powinno zostać dokonane w elektronicznym systemie rejestracji wyborców e-wybory <https://ewybory.msz.gov.pl> najpóźniej do dnia 7 maja b.r. Wymóg poprzedniego wpisania do spisu wyborców nie dotyczy wyborców posiadających zaświadczenie o prawie do głosowania otrzymane z urzędu gminy w Polsce lub innego konsula. Więcej informacji w linku poniżej:



Zaprzyśiężenie nowego Marszałka Klubu - Jadwigi Bielecki.

nie. Również 10 maja, przed i po zebraniu członkowskim, w godzinach 13:00 – 17:00, w Klubie można będzie zjeść tradycyjny polski obiad przygotowany przez Dyrektora Kuchni, panią Halinę Piatek. Zapraszamy.



25 kwietnia - Jubileusz 20-lecia Polskiej Szkoły przy parafii św. Józefa. Klub Polski w Denver przekazał na ręce Dyrektora S. Gadziny dotację w wysokości 10,000 dolarów.

http://losangeles.msz.gov.pl/pl/aktualnosci/wybory_prezydenta_rp_

W niedzielę 10 maja zapraszamy Państwa na kolejne zebranie członkowskie na godzinę 15:00. Podczas zebrania omówimy kwestie związane z rozpoczynającymi się remontami oraz proponowane zmiany do Konstytucji Klubu. Przedstawimy Państwu również kandydatów na wolne stanowiska w Zarządzie Klubu. Dla przypomnienia, na kwietniowym zebraniu członków, stanowisko Marszałka objęła oficjalnie pani Jadwiga Bielecki, którą serdecznie witamy w naszym gro-

W dniach 11 do 22 maja b.r., przeprowadzona zostanie w Klubie seria remontów, o potrzebie których Zarząd Klubu zdecydował wspólnie z członkami na poprzednich zebraniach. Kompleksowej przebudowie ulegnie kanalizacja pod łazienkami. Ulepszone zostanie również wnętrze obu łazienek. Przy okazji informujemy, iż w kwietniu naprawiona została dziura w suficie i w dachu budynku Klubu, która powstała w wyniku złej pogody. Kompleksowy remont dachu planujemy natomiast na lato tego roku. W związku z tym poszukujemy specjalistów od napraw dachów. Zainteresowane firmy proszę o kontakt

telefoniczny lub e-mailowy w sprawie wyceny projektu.

W marcu b.r. dniu w Klubie odbył się pierwszy z czterech koncertów kameralnych w wykonaniu Duo Firebird planowanych na ten rok. Koncert został przyjęty z ogromnym zainteresowaniem publiczności. Podczas występu, pianistka Leah Peer, opowiedziała o historii i tradycjach prezentowanych utworów. Była to okazja do niezwykle ciekawej lekcji muzyki. Niestety, w wyniku braku odpowiedniego pianina, koncerty zostały chwilowo zawieszane, do czasu aż znajdziemy odpowiedni instrument. Jeśli ktoś z Państwa byłby zainteresowany donacją lub odsprzedaniem pianina / fortepianu w dobrym stanie, uprzejmie proszę o kontakt z panią Barbarą Popielak pod numer 303-840-0721.

Od maja, planujemy usprawnić pracę Biblioteki Polskiego Klubu w Denver poprzez wdrożenie internetowego systemu katalogowana książek. Taki system ułatwi korzystanie z zasobów biblioteki znacznie większej ilości lokalnej Po-

lonii jak również umożliwi dokonanie przedłużenia i rezerwacji książek drogą internetową.

Doroczny piknik Polskiego Klubu planowany jest na niedzielę 12 lipca w parku Allen House Pavillion w Arvadzie. Podczas pikniku jak zwykle mnóstwo atrakcji dla dzieci, polskie jedzenie i piwo. Zapraszamy!

Na koniec, jak co miesiąc, pragnę zaprosić Państwa do wypełnienia ankiety nt. działalności Polskiego Klubu. Państwa opinia jest dla nas bardzo ważna, dlatego zachęcamy do podzielenia się z nami swoimi uwagami. Klub jest własnością członków. Rolą Zarządu jest prowadzenie Klubu zgodnie z Państwa sugestiami i wymogami konstytucji. Zapraszamy do współpracy. Link do ankiety: <http://www.polishclubofdenver.com/ankieta-4/>

Katarzyna Żak, Prezydent
720-233-9213
info@polishclubofdenver.com



INVITES YOU TO OUR ANNUAL

PICNIC!

Sunday
July 12th 2015
From noon-8pm




**POLISH FOOD
BEER
AND MUSIC!**

Many attractions for kids!

- Jumping Castle
- Double Shot Basketball
- Carnival game
- Face Painting

ALLEN HOUSE PARK 11200 Ralston Rd. Arvada 80004
(same Park as last year)
Ralston Rd (W64th) & Quail, behind Arvada High School

For more info: www.polishclubofdenver.com
or call Kasia Żak 720-233-9213

Mama

Ona mi pierwsza pokazała księżyc
I pierwszy śnieg na świerkach,
I pierwszy deszcz.
Byłem wtedy mały jak muszelka,
A czarna suknia mojej matki
Szumiła jak Morze Czarne...

K.I. Gałczyński

Ręce

Twoje ręce - mamusiu
Dobre jak szafirek po deszczu
Jak czajki towarzyskie
Przyniosły mnie na świat
Kotysały
Ustawiały na podłodze
Sadzały na stołku
Mówiły że motyl dzwoni
Że młodych grzybów nie sposób rozeznac
Uczyły trzymać tyżkę, by nie trafiła do ucha
Rozróżniać klon od jaworu
Prowadziły przy oknie po ciemku
Po ziemi co czernieje jak szpak
Suche i ciepłe
Za słabe
Żeby wyprowadzić mnie z tego świata.

Ks. J. Twardowski

Kalejdoskop Polonijny

Zuch stara się być coraz lepszy



Paweł Korowajski hm



Jak trudno uwierzyć, że już maj, który przynosi ze sobą bliskość lata, uroczystości Pierwszej Komunii, a także zakończenia roku szkolnego i harcerskiego. W ciągu minionego roku harcerskiego, wiele się w naszym ośrodku wydarzyło. Liczba członków wzrasta. Nasze zimowisko było wielkim sukcesem pod względem frekwencji uczestników. A przed nami, następny krok historyczny: tegoroczny Zlot Okręgu ZHP USA „Iskra Pokoju”, który będzie miał miejsce pod koniec lipca w Elbert, w naszym stanie. W tym wydarzeniu weźmie udział druhostwo z całych Stanów Zjednoczonych, a także innych krajów.

podporządkowanie wartościom zapisanym w Prawie i Obietnicy Zucha pozwala budować wspólnotę myśli i działań, szukać prawdy o świecie, życiu, o nas samych, znajdować sens życia.

Zawarte w Prawie Zucha reguły powinny być rozumiane w możliwie najgłębszy sposób. Mają też być rodzajem dyscypliny, którą każdy stosuje do siebie indywidualnie. Także zuch powinien mieć świadomość tego, że systematycznie się uczy i w ten sposób zdobywa nową wiedzę i nowe umiejętności. To pozwala mu na samodoskonalenie i rozwój. Nie powinien stać w miejscu, ale zmieniać się i być coraz lepszy we wszystkich dziedzinach życia. Będzie to zuch, który:

- przyjmuje nowe, trudniejsze obowiązki, z roku na rok jest przeciw starszy i mądrzejszy
- uzyskuje coraz lepsze wyniki w nauce
- podnosi swoją kondycję i sprawność fizyczną
- pomaga kolegom w walce z ich słabościami
- zdobywa wiedzę i nowe umiejętności praktyczne przydatne w życiu
- pracuje nad swoim charakterem i zachowaniem zgodnie z dekalogiem i Prawem Zucha
- jest skromny i tym daje przykład innym.

icjatywy Senatu RP w dowód uznania wielowiekowego dorobku i wkładu Polonii i Polaków za granicą w odzyskanie przez Polskę niepodległości, wierność i przywiązanie do polskości oraz pomoc Krajowi w najtrudniejszych momentach. Tego samego dnia obchodzony jest Dzień Flagi Rzeczypospolitej Polskiej, a jego główną rolą jest popularyzowanie wiedzy o polskiej tożsamości i symbolach narodowych. Barwy widniejące na fładze państwowej są jednym z ważniejszych elementów tożsamości narodowej.



Polskie barwy narodowe kształtowały się na przestrzeni wielu stuleci i mają,

biało-czerwone serce. Ciekawostki: Dnia 2 maja w 1945 r. polscy żołnierze zdobywający stolicę hitlerowskich Niemiec umieścili biało-czerwoną flagę na Kolumnie Zwycięstwa - Siegesäule oraz na Reichstagu w Berlinie. W latach Polski Ludowej właśnie w tym dniu zdejmowano po 1 maja flagi państwowe, aby nie były eksponowane w dniu zniesionego przez władze komunistyczne Święta Konstytucji 3 Maja. A więc dumnie, wywieśmy naszą narodową flagę, aby uczcić to święto. (źródło: Wikipedia)

Z kroniki Ośrodka Harcerskiego w Denver

KWIECIEŃ 2015

Zbiórki odbyły się 13 i 27 kwietnia w budynku polskiej szkoły. W Wielki Piątek czuwaliliśmy przy Grobie Pana Jezusa. Wzięliśmy udział we Mszy Harcerskiej 19 kwietnia o godz. 10: 30 oraz w uroczystej Mszy Miłosierdzia Bożego 12 kwietnia.

MAJ 2015

Zbiórki: 11 maja – Zakończenie Roku Harcerskiego 2014/2015. Zapraszamy wszystkich do śpiewania piosenek harcerskich przy ognisku. Więcej informacji podamy na naszej stronie Facebooka.

3 maja weźmiemy udział w Akademii obchodów Święta 3 Maja organizowanej przez Polską Szkołę oraz w Apelu na zakończenie Roku Szkolnego Polskiej Szkoły 10 maja

Msza Harcerska: 10 maja o godz. 10:30 (druga niedziela w Maju z racji uroczystości pierwszokomunijnych)

Zapraszamy chętnych na zbiórkę do naszych rosnących szeregów. Chętni oraz chętne w wieku od 6 lat do ...nie ma ograniczenia wiekowego są proszone o kontakt pod numer telefonu 303.564.2154.

Pamiętajmy, że harcerstwo wychowuje dzieci i młodzież już od ponad 100-stu lat. Z roku na rok coraz więcej mamy chętnych. A więc zapraszamy na harcowanie, na przeżycie tej WIELKIEJ przygody.

Jesteśmy organizacją „NON PROFIT” i jeżeli ktoś byłby chętny pomóc nam finansowo to z góry serdecznie DZIĘKUJEMY. Czeki można wystawiać na POLISH SCOUTING ORGANIZATION i wysłać na: Ośrodek Harcerski w Denver, 8342 Club Crest Drive, Arvada, CO 80005 lub wpłacać w Wells Fargo na konto POLISH SCOUTING ORGANIZATION, nr. Konta: 8939525393.

CZUWAJ !



Nasza zuchowo-harcerska wspólnota podczas jednej z ostatnich zbiórek.

Teraz chciałbym powrócić do Prawa Zucha, a dokładnie punktu numer 4 „Zuch stara się być coraz lepszy” .

Każdego dnia, we wszystkim, co robi. Ciągłe dążenie wzwyż,

MAJOWE ROCZNICE

2 maja obchodzimy Dzień Polonii i Polaków za Granicą. Jest to polskie święto ustanowione w 2002 roku przez Sejm Rzeczypospolitej Polskiej, z in-

jako jedno z niewielu pochodzenie heraldyczne. Dzień flagi jest jednym z najmłodszych świąt państwowych, dlatego tym bardziej powinno się go propagować i jak najwięcej o nim mówić, przecież w każdym z nas bije

Media Polonijne

9/11 przez 63 dni

- o powstaniu warszawskim dla amerykańskich nastolatków

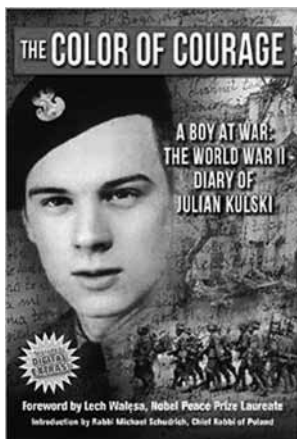
Z Waszyngtonu Inga Czerny, Polska Agencja Prasowa

O powstaniu warszawskim powstało wiele książek, ale "Color of Courage" Juliana Kulskiego jest wyjątkowa. Opowiada o walczącej stolicy z perspektywy chłopca, jednego z najmłodszych powstańców, który spisał swe wojenne wspomnienia tuż po zakończeniu II wojny światowej, mając zaledwie 16 lat.

Po ponad 60 latach w USA Kulski wydał ją przede wszystkim z myślą o młodych Amerykanach.

- Oczywiście, że zależy mi bardziej na czytelnikach w USA, bo w Polsce ta historia jest znana - mówi w rozmowie z PAP.

Książka, wydana po angielsku w formie dziennika przez wydawnictwo Aquila Polonica, została uhonorowana w kwietniu nagrodą Benjamin Franklin Award, przyznawaną przez amerykańskie stowarzyszenie niezależnych wydawców książek IBPA.



86-letni Kulski, architekt na emeryturze, bardzo zaangażował się w działalność amerykańskiego harcerstwa; regularnie zapraszany jest do szkół na pogadanki o II wojnie światowej. Zależy mu na tych spotkaniach. - Amerykańscy nauczyciele są obecnie bardzo lewicowi, a młodzież, także harcerstwo, bardzo pokojowa - tłumaczy. - Ciekawi ich więc, dlaczego polscy harcerze walczyli podczas II wojny światowej. (...) By zobrazować skalę cywilnych ofiar, mówię im, że podczas 63 dni powstania codziennie umierało 3 tys. osób, tyle co w zamachu z 11 września 2001 roku.

Kulski też był harcerzem, zaledwie 10-letnim, gdy w 1939 roku Niemcy zaatakowały Polskę. Wychowany w kulcie polskich zrywów niepodległościowych syn Juliana S.



Julian Kulski - autor książki o Powstaniu Warszawskim "The Color of Courage"
Fot: PAP / Andrzej Rybczyński

Kulskiego, wiceprezydenta Warszawy, szybko zaangażował się w walkę z niemieckim okupantem, najpierw przez akcje małego sabotażu, a w 1941 roku złożył przysięgę żołnierską i wstąpił do Związku Walki Zbrojnej. - Gdy po raz pierwszy zabiłem pod Dworcem Gdańskim Niemca byłem zdumiony, że można ich zabić, bo była taka silna propaganda, że Niemcy są niepokonani - wspomina.

Wraz ze swym opiekunem i dowódcą, Ludwikiem Bergerem, Kulski przedostał się kilkakrotnie do getta na rozmowy z członkami żydowskiego podziemia. Aresztowany przez gestapo w 1942 roku, więziony i bity na Pawiaku, Kulski uniknął Auschwitz tylko ze względu na swój młody wiek i pozycję ojca. To doświadczenie dodatkowo wzmogło w nim wolę walki. Walczył w powstaniu warszawskim od chwili jego wybuchu, w ugrupowaniu „Żywiciel”. Zapewnia, że nie miał żadnej taryfy ulgowej ze względu na wiek. - Byłem wysoki i mówiłem, że jestem 2-3 lata starszy. Ale robiłem wszystko co inni. Po tym, co przeszedłem na Pawiaku, byłem pełnym żołnierzem - mówi. Został ranny w powstaniu, a za odwagę w walce otrzymał Krzyż Walecznych.

Kulski przypuszcza, że był najmłodszym jeńcem wojennym, gdy po upadku powstania jako 15-latek trafił do obozu jeńckiego w Altengrabow w Saksonii. Na pięć dni przed wyzwoleniem obozu przez Armię Czerwoną uciekł, wskazując na ciężarówkę amerykańskiego Czerwonego Krzyża. - Anglicy przemycili mnie do Anglii jako wracającego angi-

spisał wojenne wspomnienia. - Była to terapia. Miałem koszmary i nie mogłem przyzwyczać się do pokojowego życia - wspomina. Pomogło. Gdy dziś spotyka w USA cierpiących na powojenną traumę weteranów wojen w Iraku czy Afganistanie, radzi im, by podzielili się wspomnieniami z innymi. - Radzę, by o tym mówili, pisali, nie trzymali tego dla siebie - mówi.

W 1949 roku Kulski wyjechał do Stanów Zjednoczonych, gdzie ukończył architekturę na uniwersytecie Yale. Stał się cenionym architektem; jego projekty, m.in. dla Banku Światowego, zrealizowano w 30 krajach. Uważa, że te sukcesy zawdzięcza ciężkiej szkole, jaką przeszedł podczas wojny. - To mnie zahartowało. Po tym, co przeszedłem, już nic mnie nie niepokoiło; wszystkie problemy były głupstwami. Widziałem walki w Sudanie i byłem nawet więziony dla okupu w Malezji, przez trzy dni. Ale po tym, co przeszedłem, wiedziałem, że byłem nietykalny - zapewnia.

Nigdy nie zmienił zdania co do słuszności wybuchu powstania warszawskiego. - Jestem wściekły, jak ktoś krytykuje powstanie, bo uważam, że nikomu, kto nie przeżył 5 lat okupacji, nie wolno o tym decydować - mówi Kulski.

"Colour of courage" jest już jego siódmą publikacją. By podnieść jej atrakcyjność dla młodzieży, wspomnienia Kulskiego ilustruje aż 150 fotografii i map, a nawet dołączone na płycie CD fragmenty archiwalnych filmów. Wcześniej Kulski napisał m.in. wydaną także po polsku autobiografię pt. „Dziedzictwo Orła Białego” (Legacy of the White Eagle).

R E K L A M A

MH - INTERNATIONAL

Mira Habina

działa od 1980 roku, Lic.# 01825

- Notariusz Publiczny
- Tłumacz Przysięgły
- Rozliczanie podatków (Income Tax)

MH

mirahabina@gmail.com

8760 Skylark Street
Highlands Ranch, CO 80126

720-331-2477

Punkt widzenia



Bolszewicy u bram cz. 2

Grzegorz Malanowski

Jest rok 1920. Odrodzona Rzeczpospolita Polska od dwóch lat dąży do ukształtowania swoich granic, walcząc o nie prawie równocześnie z pięcioma sąsiadami: bolszewicką Rosją, Litwinami, Ukraińcami, Czechami i Niemcami.

Jaki był dalszy przebieg walk na wschodnich rubieżach Rzeczpospolitej? Była to osobiwa wojna kolejnych, obustronnych błyskawicznych ofensyw i panicznych odwrotów. Po zimowej przerwie w działaniach wojskowych i nieudanych próbach zawarcia pokoju, w marcu 1920 dywizje gen. Sikorskiego ruszyły do przodu i zajęły Podole, a w kwietniu Piłsudski wydał rozkaz ofensywy na Kijów. Nasuwa się tu pytanie: po co? Ano, była to strategiczna wolta Piłsudskiego: Nie miał on na celu okupacji Ukrainy, dlatego więc zamiast walczyć z Ukraińcami, nie uczynić z nich sojuszników w walce ze wspólnym wrogiem? Plan Piłsudskiego polegał na osadzeniu w Kijowie sojuszniczego rządu Ukraińskiej Republiki Ludowej z atamanem Petlurą na jego czele. No i Petlura walcząc z bolszewikami o niezawisłą Ukrainę uznał Polaków za chwilowych sprzymierzeńców.

Po rozbiciu dwóch armii bolszewickich do Kijowa wkroczone 3go maja. I tu napotkano na niespodziankę: Petlura i jego ukraiński rząd wcale nie byli radośnie witani przez mieszkańców prawie wyludnionego miasta i Polacy zorientowali się, że nie ma szans na jego akceptację. W tej sytuacji zamiast czekać w Kijowie na spodziewany kontratak bolszewików, po dwóch tygodniach rozpoczęto wycofywanie się wraz z wojskiem Petlury z powrotem na zachód.

2 lipca 1920 marszałek Tuchaczewski wydał rozkaz do oddziałów Frontu Zachodniego Armii Czerwonej pisząc: „Żołnierze Armii Czerwonej! Nadszedł czas rozrachunku. Przez trupa Białej Polski prowadzi droga ku ogólnoswiatowej poździe. Na naszych bagnietach przyniesiemy szczęście i pokój masom pracującym. Na zachód! Na Wilno, Mińsk, Warszawę!” Skóra cierpnie na myśl o przynoszonym przez bolszewików „szczęściu”.

W dwa dni później, 4 lipca zaczęła się potężna ofensywa trzech frontów Armii Czerwonej w sile ponad dwudziestu dywizji. Pozornie siły obu stron były równe, ale bolszewicy mieli znaczną przewagę w sprzęcie wojskowym



Podpisany przez Trockiego sowiecki plakat propagandowy „Bohaterze, na Warszawę!”

pozostałym z armii carskiej. Stworzyli także nową, skuteczną doktrynę wojenną: błyskawiczne, okrężące uderzenia dwóch szybkich, samodzielnych armii konnych. Na południu ruszyła na Lwów 1 armia konna „Konarmia” pod dowództwem kozackiego watażki, analfabety Budionnego, na północy wzdłuż granicy Prus Wschodnich szedł w stronę Łomży korpus konny „KorKon” dowodzony przez młodego, agresywnego Gaj-Chana. Obaj byli świetnymi dowódcami, kochanymi przez żołnierzy. Umieeli szybko atakować, potrafili równie szybko uciekać. Wprowadzili nowość: taczanki. Na pędzących wraz z konnicą bryczkach zaprzężonych w dwa konie, zainstalowali ciężkie karabiny maszynowe Maxim. Szybko manewrująca konnica zagonami obchodziła umocnione linie obronne i uderzała z flanki lub na tyły, siejąc panikę i zamieszanie. Wydaje się, że to właśnie wtedy został wynaleziony Blitzkrieg, wojna błyskawiczna. Tam gdzie były nienaruszone torowiska, w ślad za Konarmią jechały bolszewickie pociągi pancerne. Na całym froncie bolszewicy mieli ich ze trzydzieści, ich przydatność zakończyła się jednak z wkroczeniem na terytoria Polski w których rozstaw szyn kolejowych był (na szczęście) węższy niż w Rosji.

Jedyną skuteczną wówczas bronią przeciw szybko przemieszczającym się, ogromnym oddziałom Konnej Armii były samoloty i kawaleria, ale Polska miała samolotów niewiele, były one bardzo różnorodne i brakowało pilotów, obse-rwatorów i mechaników.

W lotnictwie polskim służyli ochotnicy amerykańscy, piloci 7 eskadry myśliwskiej im Tadeusza Kościuszki, skutecznie atakując cele naziemne jak pociągi pancerne i kawalerię Budionnego. Angielski premier Lloyd George i jego minister spraw zagranicznych lord Curzon nie cierpiący Piłsudskiego zadbali o to, aby odmówiono Polsce udzielenia kredytów na zakupy nowych maszyn. Jednym z powodów była chęć rządu brytyjskiego do nawiązania korzystnych stosunków handlowych z Rosją Sowiecką. Pozostała nam więc kawaleria. Około dwudziestu pociągów pancernych i niewielka liczba francuskich czołgów Renault FT17 użyte były głównie do obrony miast. Jak już wspominałem, dostawy zakupionego za granicą sprzętu wojennego były blokowane przez rząd czeski, niemieckich kolejarzy i strajkujących robotników portowych Wolnego Miasta Gdańska. Aby rozwiązać ten problem, gen. Sosnkowski zainicjował i przeprowadził



Taczanka „konnej armii kochanka”

budowę mola przeladunkowego w nadmorskiej wiosce Gdynia, co częściowo rozwiązało problem sabotowania dostaw broni do Polski przez Gdańsk w krytycznym momencie bitwy warszawskiej. Z ofertą pomocy militarnej wystąpili Węgrzy oferując przysłanie 30 tysięcznej kawalerii. Niestety wymagało to przemarszu tej kawalerii przez terytorium Rumunii na co rząd rumuński nie wyraził zgody, jako że oba państwa były w konflikcie granicznym, ale zezwolił na tranzyt broni i amunicji z Węgier do Polski.

Słabością armii bolszewickiej była ko-

munikacja z oddziałami frontowymi których dowódcy czekali na rozkazy z Moskwy. Łańcuch dwudziestu polowych radiostacji o małym zasięgu, psujących się co chwila, przekazywał meldunki i rozkazy z kilkudniowym opóźnieniem. Polacy przechwytywali i odczytywali część z tych transmisji poznając zamiary wroga.

Za posuwającymi się oddziałami bolszewików podążali przywódcy Komunistycznej Partii Polski w Rosji z Dzierżyńskim i Marchlewskim na czele. 23 lipca 1920 w Smoleńsku utworzyli oni Tymczasowy Komitet Rewolucyjny Polski (Polrewkom) który w tydzień później, w zajętej Białymstoku zapowiedział utworzenie Polskiej Socjalistycznej Republiki Radzieckiej. Na zajętych terenach komuniści zakładali lokalne komitety rewolucyjne zwane Rewkom, do których udawało im się jednak ku niezadowoleniu Lenina werbować jedynie osobników etnicznie nie-polskich. Kilkutygodniowe rządy Polrewkomu były okresem krwawego terroru w którym rozstrzeliwano księży i patriotów polskich niechętnych obcej władzy. Ta skuteczna metoda konfrontacji przeciwników politycznych przez strzelanie im w tył głowy pozostała w repertuarze komunistów przez dziesięciolecia. Stosowali ją wobec własnych obywateli w Rosji i na Ukrainie, a także w 1937 w czasie wojny domowej w Hiszpanii, w 1941 w Katyniu, w Polsce w latach 1944 – 1953 i na Węgrzech po stłumionym powstaniu 1956 roku.

Eksterminacja była widocznie według nich skuteczniejsza niż zsyłka do Gułagu. Dodatkowe światło na bolszewicki sposób traktowania przeciwnika

rzuca zdumiewający fakt, że Rosja Sowiecka nie podpisała w 1929 roku Genewskiej Konwencji dotyczącej ochrony jeńców wojennych, sygnowanej przez 46 cywilizowanych krajów świata.

Terror i okrucieństwa bolszewików i ich pacholków budziły lęk i nienawiść wśród ludności Polski. Wieść o nich rozchodziła się szybko po kraju. Okrutna była to wojna: bolszewicy mordowali pojmanych oficerów, gwałcili kobiety, podryźniali gardła księżom, Żydom i właścicielom majątków. W Berdyczowie Konarmia spaliła szpital razem z 600 rannymi żołnierzami. W odwecie Polacy

c.d.

rozstrzelowali bolszewickich komisarzy politycznych. Wobec śmiertelnego zagrożenia Rząd Polski powołał Komitet Obrony Kraju, wojsko przygotowywało się do odparcia bolszewickiej inwazji, do armii napływały tysiące ochotników. W miastach spontanicznie tworzone ochotnicze oddziały obronne złożone nieraz z uczniów, studentów (Legia Akademicka) lub kobiet (Ochotnicza Legia Kobiet).

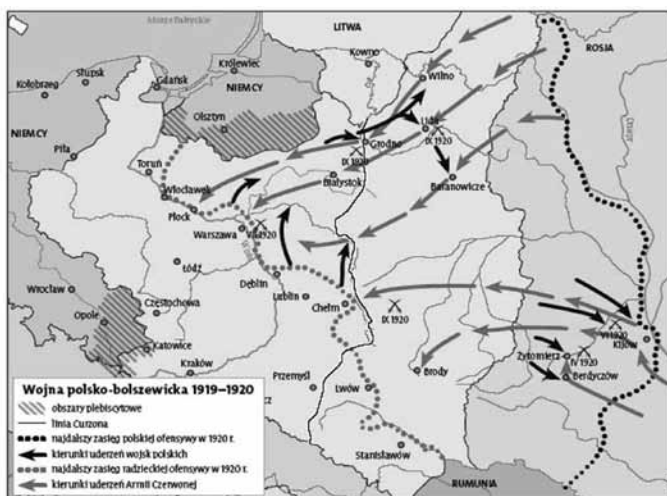
Mimo to w ciągu 5 tygodni bolszewicy zdołali zepchnąć armię polską na linię Wisły i na początku sierpnia stanąć u bram Warszawy. Wydawało się, że Polski już nic nie uratuje. Rząd francuski wysłał do Warszawy doradcą misję wojskową z generałem Weygandem. Ku zdumieniu Francuzów w Warszawie nie panowała panika wśród mieszkańców, jedynie wszystkie ambasady pospiesznie opuściły miasto.

Niestety, w tym samym czasie gdy ofensywa Armii Czerwonej ruszyła na Warszawę, w lipcu 1920 zgodnie z Traktatem Wersalskim odbył się plebiscyt mieszkańców Warmii i Mazur dotyczący przynależności państwowej i podziale tych terenów między Polskę i Niemcy. Propaganda niemiecka przekonała większość mieszkańców że dni Polski są już policzone i wynik plebiscytu wypadł dla nas niekorzystnie.

Faktyczne dowództwo obrony Warszawy przypadło generałowi Kazimierzowi Sosnkowskiemu. Rola generała Weyganda w podejmowaniu decyzji strategicznych w Bitwie Warszawskiej jest dyskusyjna. Francuzi wierzą, że to on a nie Piłsudski był autorem planu kontrataku który zmienił losy bitwy i wojny. Z drugiej strony wiadomo, że polscy oficerowie sztabowi ignorowali Weyganda, który przybywając do Polski oczekiwał, że zostanie dowódcą polskiej armii. Wszystkie plany obronne zaproponowane przez francuskiego generała zostały odrzucone, Polacy wierzyli w siłę ataku. Weygand nim wyjechał do Paryża we frustracji pytał „co ja tu mam do roboty?”.

Sytuacja wojenna uległa radykalnej poprawie gdy w wyniku rozpaczliwej, lecz genialnej decyzji Piłsudskiego wojska polskie pod dowództwem Śmigłego-Rydza zostały nagle, w tajemnicy przesunięte z przedpola Warszawy o sto kilometrów w rejon rzeki Wieprz, skąd 15 sierpnia zaatakowały z furją odpoczywające po długim marszu wojska bolszewickie. Była to pokerowa decyzja; gdyby idąca pospiesznym marszem od Lwowa 3 armia Tuchaczewskiego zdążyła z pomocą na czas, los słabo bronionej Warszawy byłby przesądzony. Ale Polacy byli szybsi. Uderzeniu z południa towarzyszyło natarcie wojsk generała Sikorskiego od północy, od strony Modlina. Oskrzydlone armie bolszewickie zostały wzięte w kleszcze, groziło im odcięcie, w atmosferze paniki rozpoczęły odwrót, ba, paniczną ucieczkę! Prawdopodobnie jedynie ignorowanie rozkazów Piłsudskiego przez polskiego generała Latinika

dowodzącego 1 armią uratowało bolszewików przed zupełną katastrofą, pozwalając 3 armii Tuchaczewskiego wymknąć się z okrążenia. Pościg trwał aż do 12 października, kiedy po wygranej bitwie nad Niemnem wojska polskie ponownie zajęły Mińsk. Cała wojna zakończyła się wówczas zawieszeniem broni zawartym w Rydze. W pół roku później, również w Rydze podpisano traktat pokojowy dzielący sporne tery-



ria i wytyczający granicę między Polską a ZSRR. W jego wyniku Wilno zostało przyznane Litwinom, ale natychmiast odebrane przez „zbuntowaną” dywizję generała Żeligowskiego. Takie to były czasy: decydowała szybka decyzja poparta siłą. Wilno przez dwadzieścia lat pozostało w rękach polskich. Litewska niechęć do nas trwa do dziś. Pamiętam z dzieciństwa wykwinne powiedzenie „pojechać do Rygi” będące odpowiednikiem gminnego „wyrzygać się”. Teraz rozumiem jaki był sarkastyczny sens tego powiedzenia.

Manewr Piłsudskiego został powtórzony po 30 latach przez generała Mac Arthura w Korei. Gdy wojska amerykańskie zostały zepchnięte do morza i wydawało się, że już nic nie uratuje ich od klęski, Mac Arthur dokonał niespodziewanego morskiego desantu głęboko na tyłach komunistycznych armii, przecinając ich linie zaopatrzeniowe i jednocześnie atakując od przeciwnej strony półwyspu. Oskrzydleni Chińczycy i północno-Koreańczycy zostali zmuszeni do panicznej ucieczki i to praktycznie doprowadziło do końca wojny.

Minął rok od zakończenia pierwszego Powstania Śląskiego i Niemcy, wykorzystując bolszewicką ofensywę, podjęli znów akcję zmierzającą do oddania górnośląskiego obszaru plebiscytowego Rzeszy Niemieckiej. Nasiliły się szykany wobec Polaków, z rąk niemieckiej „policji bezpieczeństwa” Sicherheitspolizei (Sipo) zaczęli ginąć działacze polscy. W tej sytuacji 19 sierpnia 1920, a więc wtedy gdy rozpoczęła się polska kontrofensywa z pod Warszawy, na Górnym Śląsku wybuchło drugie powstanie przeciwko Niemcom. Słabo uzbrojeni powstańcy osiągnęli wprawdzie liczne sukcesy lecz nie mogli liczyć na pomoc. Po 8 dniach walk powstanie na żądanie Międzysojusznicy Komisji Rządzącej i Plebiscytowej na Górnym Śląsku zakończyło się rozjemem (ale i likwidacją Sipo!).

Na wiosnę 1921, gdy wojna z bolsze-

wikami była już zakończona, odbył się na Górnym Śląsku plebiscyt mieszkańców. Miał on zadecydować o podziale tego terytorium między Polskę i Niemcy, niestety podobnie jak na Mazurach wypadł niekorzystnie dla Polski. Polacy byli rozgoryczeni, czuli się oszukani, oskarżali Niemców o manipulowanie wynikami plebiscytu przez wysłanie na Śląsk wielkiej liczby ludzi podających się za „rezydentów”. Gdy Komisja Międzysojusznica przedstawiła projekt przyznania Niemcom prawie trzech czwartych obszaru plebiscytowego, 3 maja 1921 rozpoczęło się trzecie powstanie pod przywództwem Wojciecha Korfańskiego. Powstańcy byli lepiej zorganizowani i silniejsi niż w czasie poprzednich powstań, liczyli 60 tysięcy ludzi dowodzonych przez zawodowych oficerów. Mieli nawet kilka pociągów pancernych! Rząd Rzeczypospolitej mógł tym razem udzielić powstańcom pomocy militarnej i dyplomatycznej. Po prawie dwóch miesiącach ciężkich walk z Niemcami zawarto rozejm i Komisja Międzysojusznica wprowadziła na zdemilitaryzowane tereny oddziały francuskie i brytyjskie. A w październiku przyznała Polsce ponad połowę przemysłowego obszaru Śląska. Sukces

powstania został osiągnięty.

Gdy myślimy dziś o wojnie z bolszewikami w latach 1919 – 1920, to musimy uznać, że jej rezultatem była wprawdzie wygrana na polu bitwy, ale przegrana na scenie politycznej: utrata Zaolzia, niekorzystny i krzywdzący nas podział Śląska i Mazur, status Gdańska jako Wolnego Miasta, wzmocnienie wpływów niemieckich na Litwie. To była cena którą musieliśmy zapłacić za poparcie militarne Aliantów, będąc wewnętrznie skłócenii, nie posiadając prawdziwych sojuszników w sytuacji śmiertelnego zagrożenia. Pamiętajmy o tym bowiem historia lubi się powtarzać.

źródła:

- Władysław Pobóg-Malinowski: „Najnowsza historia polityczna Polski” tom 2, rozdz. 12 “Walka o granice”
- Władysław Grabski: “Myśli o Rzeczypospolitej” rozdz. 6
- Anna Radziwiłł, Wojciech Roszkowski: “Historia 1871-1945” rozdz.4, “Walka o granice”
- Norman Davies: “Orzeł Biały, Czerwona Gwiazda”
- Melchior Wańkowicz “Sztafeta” rozdz. XVI “Fanfara Zaolziańska”
- Min. Obrony Narodowej “Wojna Polsko-Sowiecka. Komunikaty wojenne Sztabu Generalnego”.

© Grzegorz Malanowski 2015

REKLAMA

Biuro mecenasa Jurasia Ziankowicza TERAZ PRACUJEMY TAKŻE W DENVER

Polskojęzyczny adwokat imigracyjny: wize, zielone karty, imigracja rodzinna, robotnicza, obywatelstwo, obrona przed deportacją, odwołania od decyzji imigracyjnych, aplikacje na azyl, wize oraz zielone karty dla ofiar przestępstw (visa U) i przemocy domowej (VAWA), wize studenckie (F-1, J-1), a także inne sprawy imigracyjne.

(720) 260-4605

MÓWIMY PO POLSKU, BIAŁORUSKU,
UKRAIŃSKU ORAZ PO ROSYJSKU.

colorado@polishlawyer.us



2821 S Parker Road, Suite 407
Aurora, CO 80014

Profesjonalne porady

Ekonomiczne

fakty, statystyki i ciekawostki

Waldek Tadla

Nieruchomości inwestycyjne

Temat nieruchomości inwestycyjnych wywołał w ostatnim miesiącu spore zainteresowanie. Aby szerzej ustosunkować się do licznych pytań naszych Czytelników postanowiłem tym razem w całości poświęcić kolumnę ekonomiczną temu zagadnieniu. Na początku parę suchych faktów z naszego regionu: sytuacja ekonomiczno-gospodarcza stanu Kolorado w maju 2015 roku jest wysoce zadowalająca. Dynamiczny rozwój rynku pracy, wzrost płac, niskie oprocentowanie kredytów bankowych oraz od dziesięć lat niespotykany rozkwit sektora budowlanego, wszystko to sprawia, że staliśmy się jednym z najbardziej atrakcyjnych celów dla młodych przesiedleńców z całego kraju. Wraz ze wzrostem populacji zwiększa się zapotrzebowanie na dobra i usługi, co z kolei przekłada się na „samonapędzającą się koniunkturę” ekonomicznych wzrostów.

Charakterystyką zdrowego rynku jest jego przewidywalność. Przekładając to na prosty język możemy powiedzieć, że o wiele łatwiej jest nam dzisiaj zaplanować przyszłość niż było to jeszcze „wczoraj”. Z dużym prawdopodobieństwem możemy stwierdzić, że zakupione dzisiaj domy, biznesy czy też inne aktywa będą miały za 10 lat o wiele większą wartość. Skoro tak jest, to dlaczego nie inwestować? Pierwszym z powodów może być brak odpowiedniej gotówki na zakup inwestycji. Tak jest w większości przypadków ale to nie powinno nas zniechęcać - inwestujmy używając „pieniędzy innych ludzi”. Za nim jednak zaczniemy omawiać strategię naszego rozwoju musimy uświadomić sobie jedną fundamentalną sprawę, a mianowicie różnicę między AKTYWAMI i PASYWAMI. Mówiąc



prostym językiem ulicy: Aktywa - jest to wszystko to, co będzie systematycznie wkładało pieniądze do naszego portfela - akcje, obligacje, nieruchomości, dzieła sztuki. Wszystkie wartości, które wraz z upływem czasu generują dochód. Pasywa jest to wszystko to, co będzie systematycznie wybierało pieniądze z naszego portfela - markowe ciuchy, samochody, biżuteria, egzotyczne wakacje, wykwintne restauracje. Zwłaszcza jak dokonujemy tych zakupów na kredyt to z czasem możemy pograć się w głębokim finansowym dołku. Nowy samochód traci ok. 20% wartości zaraz po opuszczeniu parkingu sprzedawcy. Niezmiernie ciężko jest zaliczyć go w poczet aktywów nawet gdy nasz bankier się tak na to patrzy.

Kupujemy więc tylko AKTYWA, ale które? Moją prywatną sugestią jest aby inwestowanie docelowo przerodziło się w pasję. Musimy robić to co będzie sprawiało nam przyjemność. Tak więc ludzie którzy są znawcami rynków finansowych i giełdowymi ekspertami powinni tam lokować swoje oszczędności. Koneserów i znawców sztuki zachęcam do inwestowania w drogie, aczkolwiek wielce intratne w zyski prace - uznanych przez świat mistrzów pędzla. Dla całej reszty mocno polecam sprawdzony od stuleci przepis inwestowania we wdzięczne nieruchomości - gdzie teoretycznie ich wartość podwaja się dwukrotnie w ciągu 10 lat. Upewnijmy się jednak najpierw, że te hobby docelowo będzie mogło przerodzić się w pasję. Tak więc: Czy lubisz telewizyjne programy o remontach i naprawach domów? Czy potrafisz w własnym zakresie naprawić drobne domowe usterki? Czy interesują cię sprzedaże domów w Twojej dzielnicy? Czy chodzisz na brokerskie prezentacje (open house)? Czy internetowe strony nieruchomości takie jak

- „realtor” „zillow” są w Twoim komputerowym ustawieniu? Czy jesteś komunikatywny, konstruktywny i pomocny w układach międzyludzkich? Jeżeli tak, to już dziś zapraszam Cię gorąco do inwestowania „innych ludzi pieniędzy” w twoje nieruchomości. Inwestowanie w nieruchomości ma parę zasadniczych zalet, które sprawiają, że bez mała wszyscy mogą to robić. Oczywiście najpierw musimy mieć ustabilizowaną własną sytuację finansową. Co w minimalnym zakresie oznacza dwuletnie zatrudnienie lub własny biznes, wystarczająco dobrą historię kredytową oraz przynajmniej 20-to procentowy wkład na kupowaną przez nas inwestycję. Jeżeli te wymogi zostaną spełnione to pomysł na biznes wydaje się być już banalnie prosty. Wyszukujemy okazję, na którą pożyczamy od banku „innych ludzi pieniądze”, kreujemy w ten sposób kredyt, który co miesiąc spłaca nam... lokator. Zasadniczą zaletą tej inwestycji jest fakt, że przy własnym wkładzie rzędu 16 tys dolarów zarządzamy mieszkaniem wartym ok. 80 tys dolarów. Cena jego wynajmu waha się w granicach od 1000 do 1200 dol. co śmiało pozwala pokryć nasze bankowe zobowiązania i wszelkie inne opłaty. Nawet jeżeli zupełnie nic nam z czynszu nie zostanie to średni roczny przyrost naszej inwestycji wynosi ok 10% co przekłada się na 8 tys dol. rocznie (zupełnie niezły zwrot od 16 tys.) Zakładając teraz, że zainwestujemy 50 tys dol. możemy łatwo zbudować system pozwalający nam zarządzać domem wartym ok. 250 tys dol. gdzie miesięczny czynsz będzie równy 1800-2000 dol. Suma ta powinna opłacić nasze zobowiązania, jeżeli nawet nic więcej z tego nam nie zostanie to zarabiamy pieniądze na rocznym przyroście inwestycji który w tym przypadku powinien wynieść ok. 25 tys dol. Chciałbym mocno zwrócić uwagę na słowo „powinno”. W stosunkowo niedawnej przeszłości wspólnie doświadczyliśmy smutnych lat „ekonomicznego krachu” gdzie domy rok po roku traciły na swojej wartości. Czas w którym inwestujemy jest niezmiernie ważnym czynnikiem powodzenia naszego planu. Doświadczeni inwestorzy kupują wtedy kiedy wszyscy sprzedają i sprzedają wtedy kiedy wszyscy kupują. Taktyka ta pozwala im na maksymalizację zysków w stosunkowo krótkich okresach. Jeżeli nie uważasz się za doświadczonego znawcę tematu to polecam ci przyjęcie innej

strategii. Metodą na wyeliminowanie czynnika czasowego załamania rynku jest długoterminowe inwestowanie. Zakładamy więc, że będziemy zarządzać inwestycją 10,20,30 lat, wtedy nie straszne będą nam ekonomiczne wznosy i upadki. Mało tego, po tak długim okresie dom powinien być już spłacony, a comiesięczny dochód pozwoli nam na odrobinę szaleństwa. Nie wiem, może wtedy będziemy mogli pozwolić sobie na kupienie jakiś fajnych... pasywów?

Sześć porad dla początkującego inwestora

1. Odrób zadanie i upewnij się, że na pewno chcesz i możesz inwestować w nieruchomości. Ustal cele i obierz drogę do ich osiągnięcia (biznes plan).
2. Obierz odpowiednią lokalizację w której będziesz koncentrował swoje działania. Najlepsze są miejsca transformacji gdzie zło przechodzi w dobro, bo tam potencjalnie kupujesz tanio i sprzedajesz drogo. Trzymaj się rejonów znanych, nie inwestuj w miejsca których nigdy „nie doświadczyłeś”.
3. Znajdź nieruchomości, które spełniają twoje kryteria. Z czasem coraz lepiej będziesz umiał analizować poszczególne „rynkowe okazje”. Głównym przesłaniem jest tutaj umiejętność wyszukania właściwego i dobrego *dealu* (umiejętność oddzielenia ziaren od plew).
4. Analizuj wszystkie numery związane z transakcją. Powiąż je razem - cena domu, koszty uzyskania pożyczki, wysokość raty kredytu, podatki, ubezpieczenie, opłaty osiedlowe (HOA), naprawy, remonty i potencjalny czynsz.
5. Przed kupnem - negocjuj, negocjuj i jeszcze raz negocjuj. Pamiętaj, że równie duże pieniądze robisz kupując... jak i sprzedając. W dzisiejszych czasach kiedy mamy do czynienia z rynkiem sprzedawcy rada ta jest po prostu nieaktualna.
6. Zarządzaj swoją nieruchomością - dbaj o jej dobry stan techniczny. Zarządzaj swoimi najemcami - dbaj o ich potrzeby i relatywny komfort. Rób to koniecznie przy pomocy kontraktu, który w równym stopniu będzie uszczęśliwiał ciebie i ich. Bądź cierpliwy i pamiętaj, że czas i lokator pracują na twoją korzyść.

Gratuluję - jesteś po właściwej stronie transakcji!!!



Waldek Tadla
Managing Broker

"Bo Dom jest najważniejszym miejscem na świecie"

TADLA & TADLA REAL ESTATE GROUP
 Świadczy pełny zakres profesjonalnych usług w dziedzinie wynajmu, kupna i sprzedaży każdej nieruchomości na terenie stanu Kolorado. Ponad 1000 ofert zamieszczonych ekskluzywnie na naszej stronie internetowej:

www.TadlaRealty.com

Tel: (720) 935-1965 **Fax: (303) 770-1015**





POŻYCZKI na zakup i refinancing

Conventional Loan and FHA | Residential and commercial

Pożyczki pod zastaw domów, mieszkań, ziemi i na inwestycje

Zadzwoń dziś:
Agnieszka Gołabek: 720-935-8686
 Aga8686@gmail.com



PRACUJĘ DLA CIEBIE

KUPNO-SPRZEDAŻ-INWESTYCJE

Potrzebujesz Agenta który:

- Jest lojalny
- Zawsze ma dla Ciebie czas
- Zna rynek
- Wynegocjuje najlepszą cenę przy Kupnie lub Sprzedaży

Zadzwoń po darmową wycenę

Ela Sobczak
 Agent Nieruchomości

303-875-4024
 www.elahomes.com
 ela.sobczak@yahoo.com





Brian Landy, Attorney
 Bankruptcy & Wills

Call for a Free Consultation
(303) 781-2447
 www.landy-law.com

(A Debt Relief Agency under the Bankruptcy Code)

One-on-One Help Since 1995 3780 South Broadway, Englewood



The Law Office
 of
Cliff Hypsher
 3780 S. Broadway,
 Englewood, CO 80113

Call us today
 for a FREE phone consultation
303-806-5104
 www.dui-advisor.com

SPECIALIZING in
DUI LAW

6624 Wadsworth Blvd., Arvada, CO 80003
 www.europeangourmet.net



ZAPRASZAMY:
 wt.-pt. 10.00-18.00
 sobota: 9.00-17.00
 niedz. i pon. - nieczynne

Odrobina Polski w Kolorado!



OFERUJEMY:

- Szeroki wybór wędlin z najlepszego miejsca w Chicago: "Mikolajczyk-Andy's Deli"
- Świeże pieczywo, słodcze oraz inne różnorodności europejskie
- Specjalności kuchni polskiej: pierogi, flaki oraz bigos
- Karty okolicznościowe, prasa, kosmetyki, lekarstwa i karty telefoniczne
- Tace z wędlin, serów na różne okazje

303-425-1808



KUZBIEL
 INSURANCE BROKERS

Odpowiednie ubezpieczenie po najlepszej cenie!

Oferuje swoje usługi w zakresie bezpłatnej konsultacji i wyceny polis ubezpieczeniowych dla klientów indywidualnych i komercyjnych.

- Profesjonalna pomoc i doradztwo w szukaniu i kompozycji polis dostosowanych do indywidualnych potrzeb klientów.
- Szeroka oferta spośród ponad 20 firm ubezpieczeniowych pozwala na znalezienie najlepszej cenowo oferty dla każdego.
- Wieloletnie doświadczenie i referencje.



Daniel Kuźbiel

Tel: 720.351.2066, Fax: 866.431.4124
 1930 Sherman Street | Denver, Colorado 80203
 Email: daniel@kuzbielinsurance.com

Herbata czy kawa?



Ksiądz Marek

Waldek Tadla

Kiedy to po raz pierwszy poznałem naszego nowego proboszcza zagościł w mym sercu optymizm. Dokładnie pięć lat temu, tu w Denver, w naszej małej polskiej społeczności rozświetlił się swym, jakże zaraźliwie pięknym blaskiem „boski meteoryt”. Przyjemny w obejściu, skuteczny w działaniu i twórczo inspirujący uosabiał to, co najbardziej było nam potrzebne. Skromne, sakralne obejścia parafii wymagały długo wyczekiwanego remontu, a duchowe wnętrza parafian, właściwego kierunku i życiowego drogowskazu. Wspólnota chrześcijańska zyskała nowego gospodarza, który z perspektywy ostatnich pięciu lat przyczynił się do jej niebywałego rozkwitu. Dostaliśmy prawdziwą gwiazdkę z nieba i tylko szkoda, że tak delikatnie ulotną. Ksiądz Marek Cieśla szybko stał się przyjacielem wszystkich. Fundamentem jego twórczej działalności jest i chyba na zawsze już zostanie stworzony przez niego zastęp polskich Rycerzy Kolumba przy kościele św. Józefa w Denver. Ta prężna organizacja jest orężem w ręku proboszcza. Kolumbowie w sposób znaczący przyczynili się do kompletnej renowacji kościoła, szkoły i plebanii. Organizują udane imprezy parafialne, pikniki i spotkania oraz nieustannie konsolidują całą wspólnotę. Idea wzajemnego poznanowania i zrozumienia urosła do rangi bardzo znaczącego priorytetu. Natomiast wspólne cele poparte przejrzystością datków i wydatków sprawiają, że każdy z wielką chęcią pragną włączyć się w ich aktywną realizację. I tak polskie gospodynie gotują smakowite obiady i pieką pyszne ciasta, rodzime biznesy w sposób znaczący do tego się dokładają, a zwykli parafianie łożą daniny na lepsze, boskie jutro. Efekt tego racjonalnego gospodarowania widoczny jest gołym okiem i cieszy nasze serca. Bo kościół dzisiaj to nie tylko nowa posadzka, dach i łazienka to również szkolne dzieci, harcerze, rycerze, rzemieślnicy, seniorzy, wieczera wigilijna dla samotnych, a przede wszystkim szczerą modlitwa. Bez sporów, układów i polityki - chrześcijańska wspólnota zjednoczona w Bogu. Nie ulega najmniejszej wątpliwości, że wszystko to będzie dziedzictwem jakie 26 maja 2015 roku ks. Marek po sobie zostawi.

Dziękujemy Ci Ojczy za wzorową posługę kapłańską i za ten trwały fundament wiary, na którym będziemy mogli budować naszą duchową przyszłość. Za wszystko jesteśmy Ci niezmiernie wdzięczni ponieważ uczyniłeś nas bardziej wrażliwymi i lepszymi, a tego nam nikt już nie odbierze. Nastąpiła dziś pora aby „boski meteoryt” rozświetlił inną społeczność i aby inni, też mogli doświadczać tego samego zaszczytu.



Ksiądz Marek - nasz kochany proboszcz w parafii św. Józefa w Denver 2010-15.

Fot: Ania Janik

A teraz już zupełnie prywatnie, parę słów o księdzu Marku ode mnie. Zbliżyło nas co miesięczne pisanie dla „Życia Kolorado”. Pięć lat, to 60 wspólnych projektów pisarskich, być może znajdowały się one na różnych stronach gazety aczkolwiek klimatem i przesłaniem były bardzo do siebie podobne. Dla mnie, mój redakcyjny kolega ks. Marek to przede wszystkim posiadający szeroką wiedzę, wspaniałą erudyta. Wrażliwy, elokwentny i przystępny dla człowieka. Mądry i... wierzący w Boga. W dniu jego odejścia z naszej parafii będziemy uroczystie obchodzić jedno z najpiękniejszych świąt jakim jest Dzień Matki. Właśnie z tej okazji poprosiłem księdza aby słów parę napisał nam o swojej Mamie. Zrobił to bez wahania i zrobił to w swoim stylu. Po prostu - cudownie:

„Od Mamy zawsze płynęły uczucia miłości i bezwzględного bezpieczeństwa. To tak ważne było w dzieciństwie. Wtedy Mama ochraniała mnie swoją radą i całą postawą. Zawsze gotowa do podania ręki, zawsze przygarniająca. Jak przystań dla rzucanej na oceanie łódki Mama dawała schronienie. Dzisiaj, gdy już przeszła do innego świata myślę o niej jako o Aniele otaczającym płaszczem swe dzieci przed burzą. I dzisiaj jej miłość przekracza granice życia i śmierci dając mi siłę do naśladowania jej pełnej miłości postawy.”

Ks. Marek Cieśla

Głębokie i piękne przesłanie z którego jednoznacznie wynika, że największą inspiracją w życiu syna jest jego kochająca Matka lub może raczej nigdy nie przemijające wspomnienie o jej bezwarunkowej matczynej miłości. Kiedy dzisiaj Mama ks. Marka spogląda z niebios na nasz ziemski zagon, to z pewnością musi być ze swojego syna niezmiernie dumna. Po pierwsze z tego jakim On jest i co mówi, a po drugie z tego co mówią o nim nasze polskie Matki:

Drogi Księżo Marku!

Ktoś mądry radził: „Żyj i pracuj tak, aby ślady twoich stóp przetrwały ciębie”. My ślady pracy Księdza dostrzegamy wokół, a skutki pracy duszpasterskiej tkwią w naszych sercach. Został Ksiądz naszą parafię skromniutką, a zostawia kwitnącą. Dziękujemy za dar opieki, za wsparcie, kiedy bardzo tego potrzebowaliśmy, za przykład miłości bliźniego i każde dobre życiowe słowo. Cenimy Cię Księżo Proboszczu za radość i poczucie humoru. Dzięki za wszystkie spotkania, wspólne śpiewy, biesiady i niezapomniane chwile tam wysoko w Górach Skalistych (druga połówka 14-tek dalej czeka!)

Nie będziemy się żegnać, bo w przestrzeniach duchowych nie ma rozstań ani pożegnań. Niech Bóg wynagrodzi szczerze całe dobro, które otrzymaliśmy przez Twoje kapłańskie ręce.

**Anna Janik z Rodzin
wraz z Rodziną Muchów**

Czcigodny Księżo Proboszczu.

“Człowiek jest wielki nie przez to, co posiada, lecz przez to, kim jest; nie przez to, co ma, lecz przez to, czym dzieli się z innymi” - powiedział Jan Paweł II. Kiedy myślą sięgniemy wstecz to pamiętamy, jak pięć lat temu przybył Ksiądz Marek do naszej parafii w Denver, rozpoczynając pracę duszpasterską jako Proboszcz. Od tej chwili parafia zyskiwała wiele łask z daru Jego pięknego kapłaństwa, od strony przede wszystkim duchowej, jak i materialnej. Potrafił łączyć parafian, nie dzielić. Dał nam wspaniałą lekcję służby Bogu i bliźniemu. Ja i moja rodzina mieliśmy ogromne szczęście, że ksiądz Marek stał się częścią naszego życia. Dziękujemy za dar opieki duszpasterskiej, za wsparcie w chwilach, kiedy bardzo tego potrzebowaliśmy. Był to dla nas trudny ale błogosławiony czas. Dziękujemy za dobroć, za wsparcie, za uśmiech i za przykład miłości bliźniego i każde do-

c.d.

bre, życzliwe słowo. Dziękujemy przede wszystkim za każdą Mszę świętą i za modlitwę. Księżu Marku, odchodzisz z naszej parafii, ale pozostajesz na zawsze w naszych sercach, Dziękujemy! Z życzeniami błogosławieństwa Bożego i opieki Matki Bożej.

Zofia Steczko wraz z rodziną

Drogi Ojciec Marku,

W naszym życiu są pożegnania, na które nigdy nie jesteśmy gotowi. Są

nappełniał Cię swoją siłą i mocą na każdym kroku Twojego życia. Za wszystko - Serdecznie Bóg zapłać.

Kasia Fedorowicz z rodziną

Drogi Księżu Marku

Trudno uwierzyć, że jest to już pięć lat... Pamiętam jak wczoraj, dzień, w którym się poznaliśmy, polubiłam Cię od pierwszej chwili! Jesteś pełen energii i optymizmu, poczucia humoru - takiego właśnie Księdza bardzo potrzebowaliśmy w naszej Parafii! Od samego początku,



Józefa i budynków parafialnych. W nowej parafii życzymy spotkania wielu życzliwych ludzi i wytrwałości w wypełnianiu kapłańskiego powołania.

Barbara Popielak z mężem Romanem

Drogi Księżu Kapelanie

Przed pięciu laty objął Ksiądz



Fot: Jadwiga Bielecki



też w nim, osoby takie jak Ojciec, na myśl o których zawsze odczuwamy przypływ wspaniałych i niezapomnianych wspomnień. Wydaje mi się jakby to było wczoraj kiedy zawitałeś w naszej wspólnocie. Uśmiechnięty, pełen energii. Otworzyłeś dla nas swoje serce. Uczyłeś nas miłości, nadziei, pogłębiałeś naszą wiarę w Boga, w samych siebie i w innych. Jesteśmy Ci niezmiernie wdzięczni za ostatnie pięć lat spędzone z nami. Bez wątpienia jesteś Kapłanem z powołania, który stał się prawdziwym ojcem dla nas wszystkich. Zawsze powtarzałeś, że jesteśmy "jedną, wielką rodziną", więc jako jej honorowy członek pozostaniesz w naszych sercach na zawsze.



Ks. Marek zaangażował się w wiele projektów, nasza wspólnota szybko się rozrastała. Mimo wielu obowiązków, Ks. Marek zawsze znalazł czas dla każdego, wysłuchał, poradził, pocieszył. Zawsze bezstronny, łagodny, uśmiechnięty, nigdy nie opowiadający się za żadną ze stron. Po prostu Bratnia Dusza! Teraz opuszcza polską parafię, by pomóc tam, gdzie inni Go potrzebują. Jesteśmy

Życzę Ci szczęścia i niech Bóg łaskawy zawsze będzie z Tobą, a Duch Święty

wdzięczni, za wszystko, co Ksiądz dla nas zrobił, za wsparcie i trud, za całe pięć lat poświęcenia. Dziękujemy z całego serca! Życzymy Księdzu zdrowia, wytrwałości i sukcesów, oraz Wielu Łask Bożych. Ufam, że będzie nas Ksiądz czasem wspominać i odwiedzać... bo my zawsze będziemy na Księdza czekać.

Katarzyna Szuta

Drogi Księżu Marku – Odnowicielu!

Dziękujemy za związanie nas Węzłem Boskim w 50 rocznicę ślubu i pomoc w ODNOWIENIU ślubów. Dziękujemy za pracę duszpasterską włożoną w ODNOWIENIE DUCHA parafii, pracę z młodzieżą w ODNOWIENIU miłości do polskich korzeni, zorganizowanie pracy w ODNOWIENIU wnętrza kościoła Św.

funkcję kapelana Towarzystwa Fundacji Jana Pawła II w Kolorado przy polskim kościele pw. Św. Józefa. Dziękujemy, że pomimo nawału prac przy organizowaniu życia parafii zechciał się Ksiądz włączyć w pracę Fundacji. Będziemy się modlić o pomoc i błogosławieństwo Boże w pracy Księdza na nowej placówce. Zapewniamy, że zawsze Ksiądz może na nas liczyć. Tradycje Polskiej Parafii w Denver, przypo-mniane i rozbudowane dzięki Księdza inicjatywie, pomysłowości i wytrwałej pracy, zachowamy. Dziękujemy jeszcze raz i życzymy powodzenia w realizacji nowego wyzwania. Szczęść Boże,

Członkowie Fundacji Jana Pawła II w Kolorado

Kalejdoskop Polonijny

Wielkanoc w Salt Lake City

z Utah - Tomasz Zola



Wiosna w Utah w tym roku zaczęła się nieoczekiwanie już w lutym więc na Święta Wielkanocne byliśmy już cali w kwiatkach i zapachach. Jak co roku w sobotę wielkanocną spotkaliśmy się przy ołtarzu kościoła

Świętego Ambrożego z koszykami pełnymi smakołyków poświęconych przez księdza Andrzeja. Od dwóch lat w ten dzień w sali socjalnej pod kościołem dziewczyny z Razem Utah organizują kiermasz ciast. Wiele pań podarowało na ten cel swoje wspaniałe wypieki, które

ucieszyły czyjeś podniebienia, a zebrane 400 dolarów trafiło do Polskiej Szkoły Sobotniej. Dziękujemy! Był też tradycyjny potluck i okazja do polonijnego spotkania jakiej przez cały rok wielu Polaków nie ma. Dzieci dzięki Razem Utah miały Egg Hunt i koszyki pełne znalezi-

onych w trawie jajek. W niedzielę po świątecznym śniadaniu spotkaliśmy się ponownie by śpiewać Alleluja na mszy po polsku.

REKLAMA



**POLSKI BIZNES
OBSŁUGUJĄCY
POLSKICH KLIENTÓW:)**

get greener wheels for a great deal!

NEW AND PRE-OWNED TIRES

303-872-4936
2660 S. Federal Blvd.
Denver, CO 80219



GO GREEN
TIRES

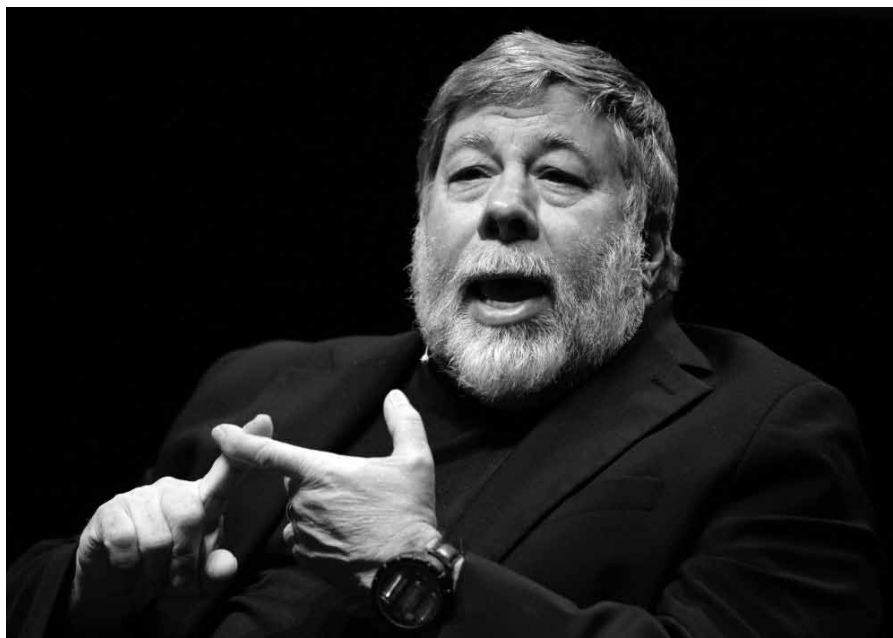
www.go-green-tires.com

Media Polonijne

Czterech noblistów i Steve Wozniak, czyli polscy uczeni w USA

Z Nowego Jorku Andrzej Dobrowolski, Polska Agencja Prasowa

Mocniej zaznaczyć swą obecność w USA, bardziej wpływać na życie Stanów Zjednoczonych, a jednocześnie pobudzić do aktywniejszego działania rodaków w Ameryce - takie intencje legły u podstaw założenia Kolegium Polskich Uczonych, skupiającego wybitnych naukowców. W ich gronie znalazło się czterech noblistów i Steve Wozniak, współzałożyciel firmy Apple.



Steve Wozniak, właśc. Stephan Gary Wozniak (ur. 11 sierpnia 1950 w San José) - amerykański inżynier i wynalazca polsko-niemieckiego pochodzenia. Projektant i konstruktor komputerów Apple I oraz Apple II, uważanych za jedne z pierwszych komputerów osobistych w historii. Jeden z trzech założycieli firmy informatycznej Apple Computer.
Fot: PAP/EPA / STEFFEN SCHMIDT

Animatorem idei jest prof. Zbigniew Darzynkiewicz, wybitny lekarz naukowiec prowadzący m.in. badania nad rakiem, który jest znany jako ojciec cytometrii przepływowej. Uniwersytet Warszawski wyróżnił go doktoratem honoris causa.

Kolegium powstałe przed niepełną trzema laty przy Fundacji Kościuszkowskiej skupia około trzystu osób polskiego pochodzenia, przede wszystkim przedstawicieli nauk przyrodniczych. Są wśród nich światowej klasy uczeni, w tym czterej laureaci Nagrody Nobla: Andrew Schally, którego ojciec był w armii Andersa (medycyna, 1977), Roald Hoffmann (chemia, 1981), Frank Wilczek (fizyka 2004) i Jack Szostak (fizjologia lub medycyna, 2009). Ponieważ nie wszyscy naukowcy o polskich korzeniach znani są Kolegium, stara się wyszukiwać takich ludzi, tym bardziej że nawet trzecie pokolenie imigrantów przyznaje się niekiedy do polskości.

Przykładem jest prof. Wilczek. Kiedy przybył na spotkanie do Polskiego Instytutu Naukowego w Nowy Jorku, powitali go m.in. weterani. Odkryli, że pradziadek naukowca brał udział w wojnie o niepodległość USA i przynieśli jego odznaczenie. On sam o tym nie wiedział. Postanowił odwiedzić w Polsce miejsca, skąd się wywodziła jego rodzina.

Prof. Darzynkiewicz przypomina, że długo nosił się z zamiarem powołania do życia instytucji, która dopomogłaby przełamać nie całkiem wygasły stereotyp, że Polacy przybywający do USA skazani są na podejmowanie głównie najprostszej pracy fizycznej. Zdołał przekonać do pomysłu władze Fundacji Kościuszkowskiej. Uzyskał - jak podkreśla - pełne poparcie poprzedniego prezesa Fundacji Alexa Storożyńskiego i jego następcy Johna Micgiela oraz

Rady Naczelnej. Zachęcił też do aktywnego udziału w pracach kolegium m.in. dr Hannę Chroboczek-Kelker z Nowego Jorku i dr Ewę Radwańską z oddziału Fundacji w Chicago.

- Ciągłe się słyszy, że Polacy lądują na Greenpointie, a przecież tylko ja znam blisko 80 wybitnych naukowców: chemików, biologów, astrofizyków. Wiem, że są znakomici matematycy czy fizycy - tłumaczy profesor, pracujący obecnie w laboratorium New York Medical College w Valhali.

Droga do sukcesu w USA może być wyboista. Także dla naukowców. Przy ogromnej konkurencji Polakom trudniej się wybić niż miejscowym lub osobom pochodzącym z lepiej zorganizowanych grup etnicznych. Nie tylko ze względów językowych. Wiąże się to także z niezajomością systemu i brakiem dyplomów z renomowanych uczelni amerykańskich. Lepiej zorganizowani uczeni mogą utorować innym drogę do sukcesu.

- Jeśli mimo niebagatelnych przeszkód są Polacy, którzy wskórali więcej niż Amerykanie zajmujący podobne stanowiska, stanowi to tym większy powód do dumy. Ich osiągnięcia powinny być pozytywnie ocenione, a nie ignorowane czy przyjmowane z podejrzaniem - przekonuje założyciel Kolegium, które wyróżnia naukowców m.in. swoimi dyplomami.

Powstała niedawno instytucja postawiła sobie za zadanie wydobyć z cienia niedostrzeganych prominentnych uczonych i badaczy. Takich, jak specjaliści od diamentów na stanowym Uniwersytecie Pensylwanii, Andrzej i Teresa Badzian. Mają mnóstwo patentów i publikacji. O ich dokonaniach wie jednak tylko wąskie grono ludzi interesujących się tą dziedziną.

Ważnym celem Kolegium jest zdobywanie wespół z Fundacją Kościuszkowską stypendiów dla Polaków przybywających do USA (był pośród nich Leszek Balcerowicz) oraz Amerykanów pragnących się kształcić w Polsce. Pomagają w tym także zamożne osoby zrzeszone w organizacji naukowców.

- Mamy w naszym gronie milionerów, jak Steve Wozniak z Apple'a, rodzina Wojcickich z biolożką Anną, współzałożycielką firmy 23andMe prowadzącej badania DNA znajdujące zastosowanie m.in. w medycynie. Jej ojciec, Stanley, to emerytowany profesor Uniwersytetu Stanforda. Był szefem wydziału fizyki tej uczelni - wylicza założyciel Kolegium.

Do zasilenia kasy mogą się przyczynić wszyscy skupieni w kolegium naukowcy. Początkowo otrzymują jednoroczne honorowe członkostwo. Jeśli je przedłużą, składkami wznoszącymi m.in. fundusze stypendialne. Przyciągają też kolejnych naukowców pod warunkiem, że spełnią oni odpowiednie kryteria. Muszą m.in. mieć tytuł profesora, co najmniej 50 publikacji naukowych,

a także działać w głównych polsko-amerykańskich instytucjach naukowych, technicznych, lekarskich itp.

Potencjalnie znaczenie Kolegium może się rozszerzyć poza obszary naukowe. Wpływowi uczeni, zwłaszcza jeśli są już na emeryturze i odczuwają mniejsze obciążenie obowiązkami, jako zbiorowość mogą przyczynić się do wsparcia interesów Polski w USA.

- Stanowisko grupy ma większe znaczenie niż opinia jednej, nawet wpływowej osoby, a wciąż nierozwiązany jest np. problem wiz. Nie ma mocnego polskiego lobby. Kolegium mogłoby się także w takich sprawach wypowiadać. Gdyby jego głos podchwycił "New York Times" kwestia stałaby się bardziej widoczna i nagłośniona - ocenia prof. Darzynkiewicz. Jak dodaje, polscy naukowcy mogliby też zaważyć na opinii publicznej, wpływowych amerykańskich profesorów, studentów i ich otoczenia. Zjednać takich ludzi dla polskich spraw.

Spopularyzowaniu działalności Kolegium służą strony internetowe Fundacji Kościuszkowskiej oraz Polskiej Akademii Nauk. Przedstawiają sylwetki uczonych i informują o ich osiągnięciach. Prof. Darzynkiewicz zamierza nadać im charakter interaktywny.

- Chcę ożywić stronę internetową, aby zainteresowani poszczególną dziedziną wiedzy mogli się kontaktować z naszą organizacją, przysyłać informacje, komunikować w celach zawodowych, a nawet towarzyskich. W tym celu trzeba zatrudnić specjalistę, choćby na pół etatu. I znów wracamy do funduszy - mówi założyciel Kolegium.

Misją Kolegium zainteresowała się Polska Akademia Nauk. Udoskonalona strona internetowa będzie dla PAN pomocna w znalezieniu recenzentów, konsultantów lub wykładowców. Prof. Darzynkiewicz polemizuje z opiniami, że przybywanie polskich naukowców do USA to tylko drenaż mózgow. Sam dzięki posiadanym funduszom sprowadził blisko 20 naukowców z Polski - podkreśla. Na podstawie doświadczeń zdobytych w USA zrobili po powrocie do ojczyzny doktoraty lub habilitacje. Stworzyli własne szkoły, jak np. prof. Marek Jakóbiński.

- Znam też wielu innych naukowców w USA, którzy ściągali rodaków z Polski. Część z nich wróciła i stworzyła podwaliny nowych badań naukowych. W tej chwili w takich dziedzinach, jak medycyna, biologia, matematyka i informatyka, Polska stoi najwyższej spośród krajów byłego obozu sowieckiego - twierdzi założyciel Kolegium.

Uczony mówi też, że jeśli uda się zgromadzić odpowiednie środki, plany Kolegium przewidują organizowanie spotkań naukowych na świecie, forum dyskusji naukowych i pozanaukowych oraz zdobywanie grantów. Kolegium chciałoby też rozszerzyć skład o większą liczbę politologów, ekonomistów czy historyków.

Felieton

Witold-K

(w kącie)



Już lato zakradało się do Denver, kiedy nieoczekiwanie przyszła śnieżycą. Śnieg pada i duże mokre płyty przylepiają się do szyb. W pracowni cisza i tylko zapach werniksu pozostał po wczorajszym malowaniu do późna w nocy. Obrazy obrócone plecami, stoją pod ścianami, przytulone do siebie jakby obawiały się zimna. Może obawiają się mojej krytyki. Nastawię im Niedokończoną Symfonię Schuberta, może odwrócą się.

Niedawno Denver Post z dumą donosił na pierwszej stronie, że lotnisko DIA ma już dwadzieścia lat. Panoramiczne zdjęcie lotniska na tle Gór Skalistych wygląda imponująco... a jednak. Nie mogę pogodzić się z tymi namiotami udającymi góry... z górami w tle. Lepsza w tym miejscu byłaby szeroka, podłużna architektura, jak postument ofiarowany górcom w prezencie, aby podkreślić i uhonorować ich wzniosłość. Niestety mamy mizerną próbę współzawodnictwa z górami i ich monumentalnością. Projektant bez wyobraźni urbanistycznej (potrzeba architekta-poety) mając w tle górskie trójkąty zbudował krzywo, spiczaste dachy imitujące góry. Za spiczasto jak dla mnie. Do tego wszystkiego, te białe namioty robią wrażenie, że lada chwila, przekłute wypuszczą powietrze i zawałą się. Byłyby dobre na sypialnie dla Kadafiego i jego wszystkich żon. Niestety Obama zupełnie niepotrzebnie wykończył Kadafiego i teraz musimy je wykorzystywać jako lotnisko. To nie jedyny zresztą przykład ślepoty politycznej naszego prezydenta.

Kiedy odwiedzamy hotele w górach, na ścianach wiszą źle malowane góry; jak obelga dla gór, a za oknem mamy prawdziwe i śliczne. Jedziemy do hoteli nad ocean, czy nad morze, na ścianach wiszą okrutnie źle malowane morskie fale, gdy za oknem mamy prawdziwe i naprawdę mokre. Właśnie nad morzem wolałbym fotografie Giewontu. W hotelu w Aspen chciałbym mieć zdjęcia burzliwych fal na Helu. Proponuję przenieść to lotnisko nad ocean, może nad morze. Jego strzelista architektura wymaga linii horyzontalnej Bałtyku w tle. Druga możliwość, bardziej realistyczna, to lepiej już zostawić w Denver to zasrane lotnisko, natomiast przenieść Rocky Mountain do Polski. Wyobraźmy sobie jak byłoby miło zjeżdżać na nartach do Grand Hotelu w Sopcach, na śledzia w śmietanie. Podobno redaktor Waldemar Tadla i wydawca Kasia Hypsher zaczęli zbierać już pieniądze na przeprowadzkę. Liczą na niezwykłą szczodroblliwość Polonii w Kolorado i nawet dalej.

Zbliża się piętnasty maja, więc mam co wspominać. Urodziłem się zadowolony, bo w roku 1932 Naczelnikiem Państwa Polskiego był Marszałek

Józef Piłsudski. Pierwszą rzeczą, na którą zwróciłem uwagę były jego wąsy. Myślałem sobie, że takie wąsy to muszą łaskotać i pewnie niektóre to lubią. Starsi wspominali Pierwszą Wojnę Światową, a młodszy polscy inżynierowie budowali z rozmachem Gdynię i port. Również piętnastego maja, siedem lat później urodziła się moja przyrodnia siostra Ewa. Pewnie chciała już od samego początku obchodzić urodziny ze mną. Cwana, dzielna i kochana. Siedem lat później zaczęła się wojna, ale okupacji wspominać nie będę, do tego to jest wrzesień.

W maju również przez cały miesiąc były tzw. nabożeństwa majowe i w 1948 roku poprosiłem kolegów Harcerzy z mojej 71 Mazowieckiej Drużyny aby nauczyli mnie jak służyć do mszy. Ten mały czarujący kościółek szpitalny był w odległości stu dwudziestu metrów od okien mojej sypialni. W lecie jego sylwetka tonęła w zieleni drzew w naszym ogrodzie. Pomiędzy kościołem i ogrodem była jedynie druciana siatka. W zimie kiedy liście opadły, kościół stał nagi jak go Pan Bóg stworzył i w każdą niedzielę dzwon kościelny dzwonił nieznośnie donośniej i budził mnie rano. Nie lubiłem tego. W Cherry Creek brak mi tego dzwonu. Ponieważ ojciec, jako dyrektor szpitala wygłaszał mowy na Pierwszego Maja, ja ze wstydu przed kolegami, chciałem być ministrantem i służyć do mszy. Uważałem, że zrównoważę polityczną platformę w rodzinie. Niestety nie nauczyłem się porządnie tekstów, które miały towarzyszyć księdzu Bujalskiemu, więc wywalił mnie on przez zakrystię na zbity pysk, a potem w szkole bił mnie po rękach kantem linijki za byle przewinienie. Myślę, że byłem karany za przemówienia ojca. Bolało bardzo. Zapamiętałem natomiast piosenkę "chwalcie łąki umajone, góry, doliny zielone, chwalcie cieniste gaiki, źródła i kręte strumyki". Natomiast pod koniec maja, Ochotnicza Straż Pożarna w pełnym rynsztunku, z okazji urodzin Taty, lała wodą z sikawek po oknach już o szóstej rano. Oczywiście Tata zaprosił ich na wieczór. Gdyby mógł zaprosiłby całą Polskę. Tyle było kwiatów, że można było pogubić się, czy to świętowanie, czy pogrzeb. Popili sobie trochę strażacy, co chwila wznosząc toast, to na cześć ojca, to na cześć Ministra Zdrowia. Dopiero kiedy kwiaty zaczęły się ruszać, odkryto że jeden z nich w nich zasnął.

Wiele, wiele lat później kościół w Tworowskim szpitalu objął ksiądz Roman Indrzejczyk, który zaprzyjaźnił się z moim ojcem - ateistą, na śmierć i życie. Potem został kapłanem prezydenta Kaczyńskiego i 10 kwietnia 2010 roku, zginął wraz z nim w katastrofie lotniczej w drodze do Katynia. Ilekroć, przed wylotem z Denver do Warszawy telefonowałem do księdza Romana

umawialiśmy się w "Czytelniku" na ulicy Wiejskiej na obiad. Wypijaliśmy po dwa winka i rozmawiali. Od nikogo w życiu nie nasłuchałem się tyle o moim ojcu co od księdza Romana Indrzejczyka. Okres ich przyjaźni przypadł na czas, kiedy nie było mnie przez wiele lat w kraju. Odkrywał mi ojca, którego nie znałem. Ksiądz Roman był człowiekiem, którego nie można było nie pokochać. Namalowałem mu w prezencie Chrystusa na krzyżu. Ciekaw jestem co stało się z tym obrazem.

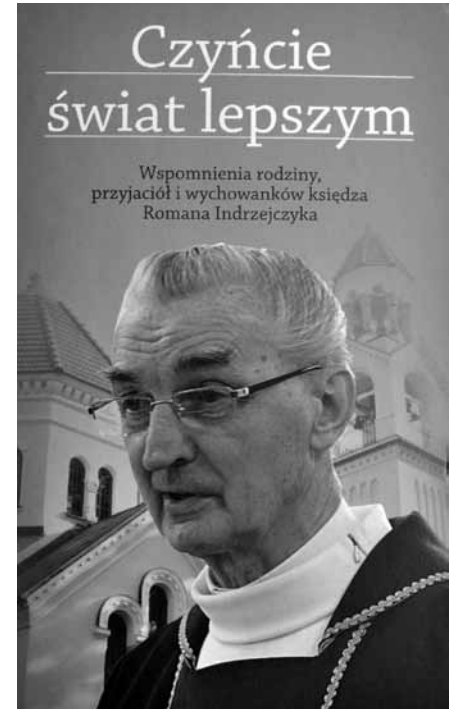
Jestem agnostykiem, przywiązany do zachodniej cywilizacji, mojej chrześcijańskiej tradycji, jej obrządków, świąt i realistycznych, namacalnych detali. Krzyż jest mi drogą, jest symbolem ludzkiego cierpienia, choinka na Święta symbolem dziecięcej radości, stare kościoły miejscem pięknym i zadumy. Na msze nie chodzę, są potwornie nudne i zmuszają do myślenia o śmierci. Trafiłem kiedyś na niedzielną mszę w Alabamie. Byłem jedynym białym. Spoglądano na mnie ukradkiem, jedynie czarne dzieci gapily się, strofowane przez rodziców. Czarny ksiądz mówił coś przez minutę, a potem zaczęły się śpiewy i w końcu cały kościół tańczył. To był właściwy obrządek radosnego dziękowania za istnienie. Ponieważ Kościół Katolicki we Francji nie zmienił się zgodnie ze zmieniającym się czasem, świątynie padają, są sprzedawane i... zamieniane na dyskoteki. To nie jest najgorsze. Smutne jest to, że kupowane są przez wyznawców Mahometa. Resztę możemy sobie... dośpiewać.

Postanowiłem, że mojemu nowo narodzonemu w Denver synowi damy na imię Wit, w Polsce. Dla mnie chrzest to poszanowanie tradycji. To było 18 lat temu. Poszliśmy wraz z moją żoną Laurie do kościoła na Żoliborzu w Warszawie. To jest ten kościół gdzie odważny Ks. Popieluszko wygłaszał patriotyczne kazania. Nieznany nam ksiądz rozkazującym tonem chciał nam wyznaczyć dzień, kiedy mamy przyjść do spowiedzi. Nie będzie spowiedzi, nie będzie chrztu, powiedział. Laurie nie znająca polskiego nie wiedziała o co chodzi i dlaczego postawiłem się i podniosłem głos na księdza. Niepotrzebnie. Zatelefonowałem wobec tego do Ks. Romana. Przyjął nas serdecznie. Laurie, nieśmiała, na obcym terenie, mówi do niego, że jest z rodziny protestanckiej, "nic nie szkodzi" - powiada Ks. Roman. Jako ojciec chrzestny wystąpił Andrzej Bachleda-Curuś, tzw. Ałuś, który przerwał swój pobyt w Egipcie i przyleciał do Warszawy. Andrzej to nie tylko szlachetny przyjaciel ale... także dwukrotny medalista narciarskich mistrzostw świata. O Bachledach będę pisał, jest o kim.

Ksiądz Romana widziałem po raz ostatni 10 czerwca 1999 roku, kiedy to zatelefonował do mnie i zaprosił na otwarcie pomnika Armii Krajowej, przed Sejmem w Warszawie. Pomnik ten został zaprojektowany przez mojego wielkiego przyjaciela, architekta, Jurka Staniszkisa. Byłem wraz z moją żoną Laurie u Jerzego w pracowni, kiedy zaczynał projektować tą strzelistą iglicę, kłującą boleśnie niebo. Mój ojciec był w AK. Jeszcze tego popołudnia po otwarciu,

ks. Roman powiedział mi, że wybiera się w góry do Austrii, aby wejść... wysoko. "Tam jakoś łatwiej pisać poezję" - powiedział. Wzleciał wysoko i już nigdy nie zszedł na dół.

Przed paroma tygodniami została wydana książka o Ks. Romanie "CZYŃCIE ŚWIAT LEPSZYM". Oto fragment przesłany mi e-mailem przez mojego bratanka Feliksa (Felo).



"To On swoją mądrością i otwartością dawał najlepszą lekcję tolerancji, szacunku dla drugiego człowieka, możliwości współistnienia obok siebie i współdziałania na rzecz nadrzędnego dobra. Jednym z wielu tego przykładów była Jego wieloletnia współpraca z ówczesnym dyrektorem Szpitala, znakomitym psychiatrą dr medycyny Feliksem Kaczanowskim, powszechnie znanym ateistą, któremu towarzyszył także podczas świeckiego pogrzebu i w ostatniej drodze na cmentarz tworowski niosąc wraz z innymi na ramieniu jego trumnę".

Fragment książki ze wspomnieniami o ks. Romanie Indrzejczyku "Czyńcie świat lepszym" - wyd. Książnica Pruszkowska 2015

Dr. Zofia z Kanigowskich Kaczanowska, kiedy zaszła w ciążę, miała bardzo zaawansowaną gruźlicę. Były to czasy, kiedy nikt nie słyszał o streptomycynie, czy penicylinie. Jedynym ratunkiem było usunięcie ciąży. Lekarze stwierdzili, że jest to jedyny sposób na uratowanie jej życia. Byli przekonani, że ciąża ją wycieńczy i zabije... mieli rację. Jej mąż, Dr. Feliks Kaczanowski - mój ojciec i cała rodzina nastawali i perswadowali, że leczenie gruźlicy w górach, w suchym klimacie zwróci jej siły i będzie mogła znowu zająć w ciążę. Nie pomagała groźba śmierci. Odmówiła usunięcia ciąży kategorycznie. Jak mówiła mi moja ciocia Hanka, "była urocza, delikatna, subtelna we wszystkim i... bardzo uparta". Sprawiała sobie prezent na swoje imieniny w maju. Wszak na imię jej było Zofia. "Śmierć i tak mnie czeka - powiedziała, przynajmniej dam życie". Ergo sum.

Pamiętnik Adama Lizakowskiego



Zapiski znad Zatoki San Francisco

Adam Lizakowski | odcinek 51

12 października 1984

Richard po raz kolejny zaprosił mnie do siebie na piwo, co bardzo mnie ucieszyło, ponieważ lubię z nim rozmawiać. Dla mnie jest on zagadką, której sekret chciałbym poznać jak najszybciej. Ja natomiast jestem dla niego kimś, z kim można porozmawiać po polsku, kto w tym kraju jest tak krótko, że polskość - według jego słów - "paruje prosto z głowy". Dla niego rozmowa ze mną po polsku jest przyjemnością i powrotem do lat dzieciństwa. Dla mnie wygodą jest łatwość porozumiewania się z nim, ponieważ wiem, że on zna polski i jakbym się nie starał mówić po angielsku - zawsze, wcześniej czy później, przechodzę na polski.

Richard przyjechał do Ameryki jako kilkunastoletni chłopak, w roku 1958 do ojca, który po prostu z wojny nie wrócił do Polski. W Polsce był sierotą i wychowywała go babcia. Ojciec w Nowym Jorku założył drugą rodzinę, urodziły mu się następne dzieci. Zaraz po skończeniu szkoły średniej poszedł do wojska, na wojnę wietnamską, na której był przez rok. Później, jako weteran miał możliwość podjęcia bezpłatnych studiów na Uniwersytecie Nowojorskim. Nieudane małżeństwo, przyjazd do Kalifornii. Zahaczył się w San Francisco, gdzie pracuje jako tzw. apartment manager czyli po polsku gospodarz budynku czynszowego dla wielkiej kampanii, posiadającej poza tym około 20 domów w mieście.

To tyle, jak na początek naszej znajomości, jak na Amerykę to chyba wiele. Do ogólnej charakterystyki Richarda mogę dodać, że jest on bardzo uczynny i uprzejmy wobec mnie i innych ludzi. Znamy się bardzo krótko, a mam wrażenie, że znam tego człowieka już całe lata. Pobyt w Wietnamie odcisnął się na jego psychice i zaowocował zamilowaniem do kultury Dalekiego Wschodu. Większość książek w jego biblioteczkę to pozycje dotyczące kuchni chińskiej i wietnamskiej. Poezja i malarstwo mistrzowie Dalekiego Wschodu, Tybetu, Indii, wspomnianych już Chin. Richard nawet jest nauczycielem, czyli mistrzem sztuki zwanej Tai chi. Nie jest to sztuka walki, ale połączenie tańca z medytacją. Taniec - to takie duże śmieszne kroki z dziwnym układem rąk i ciała. Są do tego nawet szable, które wiszą skrzyżowane na ścianie w jadalni. Słowem, Richard wprowadził mnie w nowy świat o którego istnieniu nawet nie widziałem, z którego bogactwa nigdy nie korzystałem. Daleki Wschód w chwili obecnej stał się duchową ojczyzną Richarda, który na początku naszej znajomości ironizowałem.

"Daleki Wschód to nie tylko filozofia i poezja" zaznaczył Richard - "ale także religia, sposób interpretacji świata,

widzenie siebie w nim, to cały kosmos doznań o których jako Europejczyk nie mam pojęcia". W tym momencie, po raz pierwszy mój pracodawca zwrócił się do mnie z pewną wyższością w głosie. Oczywiście, nie pytałem go o te doznania, ale prawdę, mówiąc o tym wszystkim mówił tak naturalnie i przekonująco, że wierzyłem każdemu jego słowu. Słowem - zdobył mnie całego swoim przyjacielskim nastawieniem i muszę przyznać, że mówił o tym wszystkim z dystansem, co jeszcze bardziej wpłynęło na to, że mu wierzyłem.

Po raz pierwszy - po wypiciu kilku piw i wypaleniu dwóch mini fajek marihuany - Richard zaprosił mnie na wietnamskie jedzenie, zupę wietnamską, plus kawę po wietnamsku. "Aby zrozumieć dany naród - powiedział mój nowy duchowy przywódca - trzeba poznać jego kobiety i kuchnię". Tutaj wznosił oczy ku niebu i wesołym głosem powiedział: "zaczniemy od kuchni". Przystałem na to z wielką ochotą.

21 października 1984

Swoją miłość do Susan wyobrażałem sobie jako coś niezmiernie, coś co przydarza się tylko aniołom, a nie zwykłym śmiertelnikom do których się zaliczam. Robiłem wszystko, aby jej nie zawieść. Staralem się wypaść w jej oczach najlepiej, jak tylko umiałem. Byłem dla niej uprzejmy i wyrozumiały, jak tylko potrafiłem. Byłem tym, który bez wahania oddałby jej najlepszy kęs mięsa ze swojego obiadu, aby pokazać jej jak bardzo ją szanuję i jak bardzo mi na niej zależy, udowadniając swoim postępowaniem, że zasługuje na takie traktowanie. Sam siebie zacząłem uważać za szczęściarza lecz głośno tego nie mówiłem. Bałem się, że mogę zapeszyć swoje szczęście. Dlatego jej zimne i pełne drwiny oświadczenia o tym, że zaszła ze mną w ciąży, w formie komunikatu kompletnie mnie załamały.

- Tak, jestem w ciąży, z tobą. Dwa dni temu byłem u lekarza. To już szósty tydzień. Ale nie obawiaj się, możesz nadal żyć swoim życiem emigranta, zdecydowałam się na usunięcie tego dziecka. Będzie to dla ciebie większą ulgą niż dla mnie. Ja wiem jak żyć w tym kraju, ty nigdy tej sztuki nie poznasz. Zanim zdążyłem ochłonąć Susan dalej mówiła:
- Tak będzie lepiej, przede wszystkim dla ciebie. Ja mogę sama dziecko wychowywać, ale ty musiałbyś już do końca życia na nie pracować i nigdy byś tyle nie zarobił, żeby wystarczyło na nas dwoje.

- Skąd ta pewność? przerwałem jej nerwowo przybliżając swoją twarz do jej. Czy jako ojciec dziecka nie mam prawa do wypowiedzenia swojego zdania? Po pierwsze, czy na pewno jesteś w ciąży. A po drugie, dlaczego uparłaś się usunąć ciążę?

- *Above all* - powiedziała, wciągając powietrze - miłość do ciebie jest bardzo uciążliwa. Wierz mi, nie mówię tego złośliwie. Dużo na tym się zastanawiałam, ty nie nadajesz się na męża, ani nawet na przyjaciela. Będąc przez z tobą tak długo nawet sama nie wiem, czy byłam szczęśliwa, ani czy ciebie naprawdę pragnęłam? Nigdy nie dałeś mi jednoznacznej uczuciowej odpowiedzi. Uczuciowo nigdy nie byłam z tobą związana, ale nie mogłam sobie odmówić ciebie.

Tymi słowami przybiła mnie jeszcze bardziej. Wolałbym w tej chwili, aby przytrafiło mi się coś najgorszego byle nie to: nieszczęście wypadek samochodowy czy coś jeszcze gorszego. Lecz to nie był jeszcze koniec. Mówiła dalej, a słowa jej zlewały się w jakiś jazgot bardzo niemiły moim uszom. Nie rozumiałem poszczególnych słów, ale dokładnie wiedziałem o czym mówi.

Milczałem, zastanawiając się, czy coś jej się nie stało, czy nie jest w jakimś szoku? Jeśli ja mam być tym, przed którym ma się wykrzyknąć czy wypłakać to proszę bardzo. Mogę być ofiarą jej napadu wścieklizny, niech się krzykiem wypowiedzi ze swoich cierpień, ze swojego grzechu, którego ja jestem główną przyczyną, chociaż za jej przyczynieniem. Mało byłam wobec niej rycerski, może męski. O to ma do mnie pretensję. I takiemu NIC pozwoliła zrobić sobie dziecko! To ją boli najbardziej, tego nie może sobie darować ani strawić. Mówi o jakiś moich cechach drobnomieszczańskich, ale sama, jako kobieta wyzwolona lubująca się w fizycznych rozkoszach - cierpi z tego powodu, bo tęskni do tego czego tak rzekomo nienawidzi. Wydawało mi się, że poznałem ją dobrze, chociaż szczerze mówiąc zawsze miałem jakieś wewnętrzne opory, kompleksy bliżej mi nie znane, mimo tego, że była treścią mojego życia przez ostatnich kilkanaście miesięcy. Teraz patrzyłem na nią bezradny, bezbronny i własnym uszom nie wierzyłem. Pocieszałem się w duchu, że może wzięła jakieś narkotyki.

Nieszczęście moje polegało nie tylko na tym, że zaskoczyła mnie zupełnie swoim wyznaniem, ani na tym, że w tej chwili wszystkie moje słowa angielskie uciekły mi z głowy, z wyjątkiem wyzwisk, których jednak nie użyłem. Osoba, którą tak chętnie wzięłem za anioła i mojego patrona, którą cenilem o wiele wyżej niż siebie samego zwariowała. Jej twarz przybrała formę maski kobiety cierpiącej, pod którą była następna twarz też dla mnie w tej chwili, zupełnie nieznana. Nie wiedziałem co mam zrobić. Resztkami siły woli prosiłem ją aby się uspokoiła, ponieważ w każdej chwili może ktoś wejść do mieszkania i zobaczyć nas kłócących się. A tego, mimo wszystko, nie chciałem.

Ogarnął mnie pusty śmiech. Poczulem się człowiekiem, któremu jest już wszystko jedno. Takim, który zdołał uciec z płonącego domu, stoi teraz w bezpiecznym miejscu i patrzy jak ogień łakomie obejmuje cegła po cegle pieszcząc ją swoją niszczycielską siłą. Im więcej mówiła tym nagle większą zaczęła mi sprawiać masochistyczną przyjemność. Wybuchnąłem śmiechem i łkając wybiegłem z mieszkania prosto do parku, szepcząc do siebie nie, to nie prawda. To musi być zły sen, Susan tylko chwilowo zwariowała jutro poczuję się lepiej.

30 października 1984

Z Susan wszystko skończone, i to raz na zawsze. Opuściły ją nerwy, uspokoiła się leżąc w łóżku przez kilka ostatnich dni. Do mnie przesłała przez Jo wiadomość, w której prosiła mnie, abym opuścił jak najrychlej mieszkanie najlepiej do 1 grudnia, bo jeśli tego nie zrobię to ona będzie zmuszona się wyprowadzić. Do swojego pokoju wpuszcza teraz tylko Jo, która widząc mnie w kuchni odwraca głowę w drugą stronę. Domyślałam się, że wszystko jej musiała opowiedzieć. Dużo dałbym za to, aby usłyszeć o czym one rozmawiają.

O stanie ducha nie będę pisał. Nie jestem na tyle romantyczny. Zresztą łatwo się domyśleć jak każdy człowiek, po takiej rozmowie może się czuć. Przez dwie noce nie spałem. Kilka razy byłem pod jej drzwiami z chęcią zastukania i porozmawiania na spokojnie, ale za każdym razem odwaga mnie w ostatniej chwili opuszczała. Dobrze, że mogłem schronić się do południa w szkole, a wieczorem w pracy. Resztę czasu przesiadywałem w Cafe la Boheme, pijąc piwo z nieruchomym wzrokiem wbitym w ścianę. Myśl, że Susan jest ze mną w ciąży, nakłuwała mój mózg do bólu, który powodował swoiste odrętwienie całego ciała. Nie mogłem pogodzić się z myślą, że to ja byłem przyczyną tego jej wielkiego nieszczęścia, że to na mnie spadła cała wina za zło, z którym ona nie może sobie poradzić.

Z mojej strony nie było przecież żadnego podstępu ani żadnego wyrachowania, obdarzyłem ją prawdziwym uczuciem. Nie grałem, ani nie udawałem, że jestem kimś innym, niż w rzeczywistości jestem. Błędem może było to, że uważałem ją za lepszą od siebie, a ona instynktownie to wyczuła, tłumacząc sobie to jako moją wobec niej uległość, albo słabość. Jest prawdą to, że kochając się z nią często myślałem o Halinie, ale nigdy nie porównywałem jednej do drugiej, nigdy też nie myliłem ich imion. Halina była moim marzeniem, uosobieniem tego co zostało w Polsce. Była snem biednego emigranta.

Wybory na prezydenta RP



Tomasz Skotnicki Konsul Honorowy RP
Przewodniczący Obwodowej Komisji
Wyborczej Nr.165 w Denver, Kolorado
tel 303-517-1278

Udział w głosowaniu w wyborze Głowy Państwa jest przywilejem wszystkich zamieszkałych na świecie Polaków posiadających ważny Paszport Polski. Prezydent Rzeczypospolitej Polskiej reprezentuje nas nie tylko w Kraju ale i w stosunkach międzynarodowych, zatem jego wybór dotyczy też nas, Polonię rozproszoną po świecie.



Konsulat Generalny
Rzeczypospolitej Polskiej
w Los Angeles

Głosowanie dostępne dla wszystkich obywateli legitymujących się ważnym paszportem i zapisanych na liście wyborców odbędzie się w sobotę dnia 8 maja 2015 roku w Klubie Polskim 3121 Alameda Ave. w Denver, w godzinach od 7 AM do 9 PM.

Uprzejmie prosimy wszystkich wyborców o wcześniejsze, do 7 maja 2015, zarejestrowanie się na stronie internetowej:

www.ewybory.msz.gov.pl

Przy rejestracji konieczne będzie określenie Komisji Wyborczej nr.165 w Denver, podanie danych osobowych, numeru PESEL, seria i numer Paszportu oraz dat jego ważności. Jeżeli są osoby pragnące głosować, a nie mające dostępu do komputera proszę o kontakt, chętnie pomogę w rejestracji w spisie wyborców. Osoby nie zarejestrowane nie będą mogły wziąć udziału w głosowaniu.

Arté Gallery w Denver zaprasza do obejrzenia twórczości słynnego polsko-amerykańskiego artysty malarza

Witolda - K

Cherry Creek przy 329 Detroit Street, Denver, CO 80206
Info: Edite: 303.990.2126
edite.lejniece@gmail.com
303.393.8734 www.witoldk.com

Dla Polonii w Kolorado - specjalna promocja: minus 25% od całości zakupu

obrazy olejne | akryle | litografie | serigrafie | limitowane reprodukcje

EUROPA

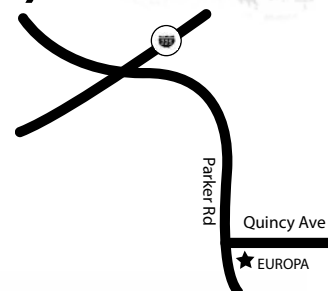
Specjały z Polski, Węgier, Bułgarii, Ukrainy, Rumunii, Rosji, Włoch, Niemiec, Francji...

zapraszamy:

Pon - Sobota: 10.00 - 20.00

Niedziela: 10.00 - 18.00

(303) 699-1530



Szeroki wybór m. innymi polskimi produktami: sery, wędliny, pierogi, przetwory, codziennie świeżo pieczony chleb z Niemiec, słodczy i wiele innych...



13728 E. Quincy Ave, Aurora, CO 80015

www.europaworlddeli.com

Polski Kościół w Denver

Z życia parafii świętego Józefa



ksiądz Marek Cieśla TChr

P przed kościołem spotkało się dwóch znajomych. Jeden chodził na Msze święte w każdą niedzielę. Drugi właściwie nigdy i miał raczej burzliwe życie. Praktykujący regularnie ze zdziwieniem wykrzyknął:

- „Wszelki duch Pana Boga chwali co się stało, że przyszedłeś do kościoła?”

- „Od pięciu miesięcy jestem w kościele każdej niedzieli. Nawróciłem się!”

- „Myślałem, że jesteś już stracony. Chwała Bogu, ale jak to się stało?”

- „Sam nie wiem dokładnie. Któregoś dnia miałem wrażenie, że ktoś mnie woła po imieniu. Byłem pijany i dobrze nie widziałem, ale ten głos mówił: „oddaj się Jezusowi!”. Powiedziałem, nie wiem nic o Jezusie, jak mam Mu się oddać?” I znów ten sam głos mówił: Zaufaj Mu to Syn Boży. I coś się we mnie załamało. Do tamtego czasu w ciągu

tygodnia przepijałem całą wypłatę, a potem podkradałem pieniądze na wódkę żonie. Czasem wyniosłem coś z domu i sprzedawałem. Wiem, że w pracy trzymano mnie tylko z litości. Dzieci uciekały na mój widok do sąsiadów. I dzisiaj niewiele wiem o Jezusie. Wiem tylko, że wyciągnął mnie z bagna, że dzięki Niemu nie piję, spłaciłem długi, dzieci przestały się mnie bać. Chodzę do kościoła, spowiadam się, jestem na Mszy. I na razie to mi na razie wystarcza. Powoli Go poznaję, ale dzisiaj mówię do Niego codziennie: „Jezu Ufam Tobie!”.

W niedzielę, 17 maja w naszej parafii grupka dzieci po raz pierwszy przyjęła Jezusa do swych serc. Niewiele jeszcze wiedzą o Jezusie. Ale z pomocą rodziców i parafialnej Wspólnoty, będą poznawali Go coraz bliżej. Patrząc na te dzieci przypominajmy sobie naszą

Pierwszą Komunię. I dziękujmy Jezusowi, że nas zawołał do siebie.

Tak naprawdę droga do Jezusa, do Jego Królestwa nie jest konkursem wiedzy religijnej ani kursem teologii. Tak naprawdę dobre życie nie zależy od tego, ile się wie o Jezusie, ale od tego, na ile się w Nim trwa, ile soków czerpie się z Niego, jak latorośl z winnego krzewu. Swoje o Jezusie - owszem - trzeba wiedzieć. Poglębiać także swoją wiedzę o Nim, ale dużo ważniejsze jest pełne ufności podążanie za Nim każdego dnia. I te słowa: „Jezu ufam Tobie!”

A Jezus niech dać każdemu z nas wytrwałość Niech pozwoli nam sycić się każdą chwilą ciszy, adoracji, modlitwy, każdą komunią świętą.

W najbliższym czasie w Parafii

- 1 maja – Pierwszy Piątek Miesiąca: 18:00 – wystawienie Najświętszego Sakramentu, Spowiedź święta, 19:00 – Nabożeństwo pierwszopiątkowe i Msza święta. Rozpoczęcie nabożeństw majowych przy Grocie! Nabożeństwa majowe będą w każdą środę, sobotę i niedzielę.
- 3 maja – Pierwsza Niedziela Miesiąca - Adoracja Najświętszego

Sakramentu od 9:00 do 10:30.

Rocznica Konstytucji 3 Maja.

- 6 maja – Msza święta polska o 19:00 – Wypominki roczne
- 10 maja – Nowenna do Świętego Józefa. Koronka do Bożego Miłosierdzia. Dzień Matki. Rocznic Pierwszej Komunii świętej. Zakończenie Roku Katechetycznego i Szkolnego.
- 14 maja – czwartek. Seniorzy: zapraszamy na majówkę w Golden, CO. Od 9:30 do 16:00 – wspólny wyjazd z parkingu naszego kościoła. Info i rezerwacja: Basia: 303 – 979 – 6505
- 17 maja – Pierwsza Komunia święta (Msza święta o 12:30).
- 23/24 maja – Ostatnie Msze święte ks. Marka w parafii.
- 30 maja – sobota. Coroczna Piesza Pielgrzymka Miłosierdzia z Kościoła Niepokalanego Serca Maryi do kościoła świętego Józefa. Początek o 8:00 rano.
- 3 czerwca – Msza święta polska o 19:00 – Wypominki roczne.
- 7 czerwca – Boże Ciało – Msza święta o 10:30 i procesja do 4 ołtarzy. Po procesji piknik przygotowany przez Rycerzy Kolumba. Nie będzie mszy świętej o 12:30.

Królowa maja



PIEŚŃ MAJOWA

Chwalcie łąki umajone,
Góry, doliny zielone,
Chwalcie cieniste gaiki,
Źródła i kręte strumyki.

Co igra z morza falami,
W powietrzu buja skrzydłami,
Chwalcie z nami Panią świata,
Jej dłoń nasza wieniec spleta!

Ona dzieł Boskich koroną,
Nad Anioły wywyższoną;
Choć jest Panią niebios, ziemi,
Nie gardzi dary naszymi.

Wdzięcznem strumyki mrużeniem,
Ptaszęta stódkiem kwileniem,
I co czuje – i co żyje,
Niech stawi z nami MARYĘ.

“Poezje O. Karola Antoniewicza T. J.
cykl Wianeczek majowy” 1985 rok

Nabożeństwa majowe, powszechnie: majówki są nierozzerwalnie i pięknie wpisane w polską tradycję kultu Matki Boskiej. A że maj jest najpiękniejszym miesiącem roku, te codzienne wieczorne Litanie Loretańskie rozbrzmiewają kościołach w całym kraju. W Polsce pierwsze nabożeństwo majowe wprowadzili jezuita w Tarnopolu w 1838 r., a kilka lat później misjonarze w Warszawie w kościele Św. Krzyża, ksiądz Golian w Krakowie i we Włocławku biskup Marszewski. W tym samym czasie cześć Królowej maja szerzył w Galicji poezja o jezuita Karol Antoniewicz. Ks. Wincenty Buczyński (jezuita) wydał we Lwowie pierwszą książeczkę o nabożeństwach majowych (1839). W dziesięć lat potem podobną broszurę wydano we Wrocławiu w roku 1850.

Wydał ją ks. Aleksander Jelowicki, zmartwychwstańc. Po 30 latach nabożeństwo majowe stało się bardzo popularne i znane w całym kraju.

Rodowód tych nabożeństw jest wcześniejszy niż się powszechnie uważa. Gromadzenie się i śpiewanie pieśni na cześć Matki Bożej było znane już na Wschodzie w V wieku. W Kościele zachodnim w I tysiącleciu maj jako miesiąc Maryi święcono raczej sporadycznie. Dopiero na przełomie XIII i XIV w. powstał pomysł, aby miesiąc ten poświęcić Maryi. Pierwszym, który rzucił taką myśl, był król hiszpański Alfons X. Władca ów zapraszał

do udziału w nabożeństwach majowych, sam często brał w nich udział i swoim poddanym zalecał gromadzenie się w porze wieczornej na modlitwy wokół figur Matki Bożej. Dominikanin bł. Heinrich Seuse, uczeń Jana Eckharta i przyjaciel Jana Taulera, znanych mistyków średniowiecza, wyznał, że jako chłopiec zbierał w maju kwiaty i niósł je do stóp Matki Bożej. Lubił pleść z kwiatów wieniec i kłaść je na głowę figur Bożej Rodzicielki. Matka Boża nagrodziła go za to wizją chwały, jaką odbiera od Aniołów. W roku 1549 ukazała się w Niemczech książeczka pod tytułem Maj duchowy, gdzie po raz pierwszy maj został nazwany miesiącem Maryi. W żywocie św. Filipa Nereusza czytamy, że gromadził on dziatwę przy figurach i obrazach Matki Bożej, śpiewał

z nimi pieśni, zbierał kwiaty i zachęcał do składania ku Jej czci kwiatów, duchowych ofiar i wyrzeczeń. Nowicjusze dominikańscy we Fiesole (w latach 1677-1709) w maju gromadzili się przed wizerunkiem Najświętszej Maryi i czcili ją muzyką, śpiewem i składaniem duchowych wyrzeczeń. Jednakże za autora właściwych nabożeństw majowych historycznie uważa się jezuitę, o. Ansolani (1713). On to w kaplicy królewskiej w Neapolu codziennie w maju urządzał koncert pieśni ku czci Bożej Matki, który kończył się błogosławieństwem Najświętszym Sakramentem.

Za największego apostoła nabożeństw majowych uważa się jezuitę, o. Muzza-relli. W roku 1787 wydał on broszurkę, w której propagował nabożeństwo majowe. Co więcej rozesłał ją do wszystkich biskupów Italii. Sam w Rzymie zaprowadził to nabożeństwo w słynnym kościele zakonu Il Gesù mimo że zakon wtedy formalnie już nie istniał, zniesiony przez papieża Klemensa XIV w roku 1773. Odprawiał on również nabożeństwo majowe w Paryżu, gdzie towarzyszył papieżowi Piusowi VII w podróży na koronację Napoleona Bonaparte. Pius VII nabożeństwo majowe obdarzył odpustami. Dalsze odpusty do nabożeństwa majowego - na które składa się Litania Loretańska do Najświętszej Maryi Panny, nauka kapłana oraz błogosławieństwo Najświętszym Sakramentem - przypisał w 1859 roku papież bł. Pius IX. W połowie XIX wieku nabożeństwo majowe przyjęło się w prawie wszystkich katolickich krajach.

źródło: Wikipedia

Fotogaleria

Jubileusz 20-lecia Polskiej Szkoły przy kościele św. Józefa w Denver

Fot: K. Hypsher



Konsul Honorowy RP w Kolorado: Tomasz Skotnicki, Konsul ds. Kultury i Polonii z Konsulatu Generalnego RP w Los Angeles: Ignacy Żarski, Dyrektor Polskiej Szkoły: Stanisława Gadzina, Red. Naczelnicy Życia Kolorado: Waldemar Tadla, Komitet Rodzicielski & PNA w Kolorado: Katarzyna Fedorowicz



Fotogaleria



20 lat Polskiej Szkoły to przede wszystkim zasługa Dyrektora Stanisława Gadziny i Jego Żony. Bez ich uporu i determinacji nie byłibyśmy w tym samym miejscu co dzisiaj. Niedzielną Szkoła Parafialna wraz z polskim Kościołem w Denver to enklawa polskiego języka, historii i tradycji. Skromny kościół św. Józefa wraz z parafią i budynkiem szkolnym jest dzisiaj miejscem gdzie polonijna społeczność w Kolorado rozkwita w postaci wielu wspaniałych organizacji krzewiących polską kulturę na naszym terenie włączając w ten proces młode pokolenia. To zaangażowanie i wiara w sens polonijnej pracy dziesiątek osób. Bądźmy dumni ze swoich korzeni i uczmy tego także nasze dzieci.



Fotogaleria



Dziękujemy wszystkim, którzy przez ostatnie 20 lat współtworzyli Polską Szkołę przy parafii św. Józefa w Denver!



Zdrowie, ten tylko się dowie...



Pokochać dietę bezglutenową cz.7

Kasia Suski

Witam Państwa w maju, miesiącu potocznie mówiąc najpiękniejszym z całego roku. Maj to czas wielu polskich świąt narodowych jak i czas komunii świętych no i oczywiście bardzo często wybierany miesiąc na chrzty oraz śluby. To czas kiedy na drzewach są już piękne zielone liście i trawa wabi nas swą świeżością i zachęca do piknikowania. Majowe deszczyki są ciepłe, dni dużo dużo dłuższe a nasz wigor i energia na nowo podrywają się do życia po długiej zimie i nie koniecznie ciepłej wiosnie. Często spoglądamy na siebie w lustro i okazuje się, że nasza waga nieco przybrała i narzucamy sobie różne diety by ją zniwelować. Chciałabym zaznaczyć że dieta bezglutenowa nie jest doskonałym sposobem na zrzucanie kilogramów. Niestety ostatnimi czasy kolorowe prasy bardzo mocno naciskają właśnie na to by stosować na porządku dziennym dietę bezglutenową. Chcę przestrzec tych wszystkich, którzy wierzą w tego typu totalnie niesprawdzone porady. Nagonka na modę bezglutenową jest tak potężna, że czasem czytanie takich nowinek jest wręcz drażliwe i bardzo nie na miejscu w stosunku to tych którzy nie mają wyboru i na takiej diecie po prostu muszą być przez całe swoje życie. Gluten jest bardzo potrzebny w organizmie zdrowego człowieka. Taka dieta może mieć fatalne skutki dla zdrowych ludzi. W niewielkim stopniu można ograniczyć gluten ale na pewno nie wolno go całkowicie wyeliminować z jadłospisu zdrowej osoby. Dlatego pamiętajmy, że nie zawsze to, co jest modne jest zdrowe i na odwrót. Rozsądne odchudzanie to rozsądna dieta, mądrze dobrana do naszej wagi, codziennego trybu życia i naszej kondycji zdrowotnej. Nie warto być modnym na pokaz tylko po to by czuć się niezdrowo pięknym i niestety niezdrowo dowartościowanym.

Dzisiaj po części zajmę się przygotowaniem wyprawy na majowe pikniki, grillowanie i ogólnie jedzeniem po za domem. Pierwsze co nasuwa się na myśl to świat kolorowych, smacznych i pachnących kanapek. Z wielką przyjemnością przedstawię wam chleb, który odkryłam zupełnie niedawno podczas robienia zakupów w Safeway'u. "All about gluten" specjalizuje się w wypiekach produktów bezglutenowych. Zdażyłam już przetestować 3 rodzaje chlebka ich produkcji i z pełną odpowiedzialnością polecam *whole grain loaf*. Zawiera on w sobie ziarna słonecznika i siemienia lnianego. Można śmiało stworzyć z niego pyszną kanapkę, która będzie świeża przez cały dzień. Smak jest delikatny i urozmaicony przez dodane tam ziarna. Kanapka przyrządzona wedle uznania np. z sałatą, pomidorem, szczypiorem, ogórkiem, natką pie-



truszką, rzodkiewką, rzeżuszką, serem i wędlinką przełożoną majonezem czy keczupem będzie smakować bardzo wiosennie.

Proponuję też wszelkiego rodzaju koreczki wykonane z owoców, warzyw czy nawet kawałków chleba, ogórka konserwowego, papryki czy cebulki. Wszelkiego rodzaju koreczki zrobione ze świeżych produktów nadzianych na patyczki nie dość że są łatwe do zjedzenia ale też ich wygląd doda nam apetytu. Takie pyszności będą szczególnie smakowały dzieciom na różnego rodzaju wypadach majowych.

Każdy z nas lubi z pewnością szaszłyki z piersi kurczaka, wieprzowiny czy wołowiny. Jeśli mogłabym doradzić kilka fajnych wskazówek na polepszenie smaku naszych szaszłyków to służę pomocą. Moje szaszłyki wzbogacam o lekko ścięte na patelni na słonym masełku pieczarki. To samo robię z czerwoną lub żółtą papryką i cebulą. Paprykę jak i cebulę kroję w większe kawałki i ścinam (lekko podsmażam) tak samo jak pieczarki. Smak szaszłyka jest bogatszy, wilgotniejszy, jedwabisty. Szaszłyki z piersi kurczaka zawsze skrapiam dodatkowo sokiem ze świeżej cytryny, to nadaje jej równie delikatny smak. Używam różnych przypraw ale zawsze sprawdzam skład czy są one bezpieczne dla moich jelit i czy czasem mi nie zaszkodzą.

Cudownym sposobem na rybę z grilla jest zapiekanie ryby w folii aluminiowej z dodatkiem cytryny, świeżego koperku, grubo mielonego czarnego pieprzu oraz świeżo mielonej soli. Każda ryba w tej postaci jest smaczna. Dzisiaj podam przepis na łosia.

Łosoś ze skórą

- Świeży lub mrożony łosoś
- cytryna
- świeżo mielony pieprz czarny
- świeżo mielona sól
- świeży koperk

- 45g mąki kasztanowej (dostępna w sklepach ze zdrową żywnością)
- 40g zmielonych migdałów
- 1 łyżeczka sody oczyszczonej
- 1 łyżeczka cynamonu
- 1 łyżka kakao
- 2 jajka
- 2 łyżki cukru (ja używam brązowy)
- 200g świeżych gruszek

Mąkę, sodę, cynamon, cukier i kakao mieszamy. Gruszki obieramy, kroimy w kostkę, dodajemy jajka, mieszamy. Dodajemy wcześniej połączone suche składniki i dobrze mieszamy. Formę do ciasta (ja używam keksówkę) wykładamy papierem, po czym przekładamy do niej ciasto. Pieczemy około 40 minut w temperaturze 350F. Po wystudzeniu posypujemy cukrem pudrem.

Na sam koniec naszego comiesięcznego spotkania podsunę jeszcze jeden ostatni przepis na farsz szpinakowo-czosnkowo-serowy, który możemy użyć do faszerowania ciepłych naleśniczków, papieru ryżowego lub roladek pod każdą postacią mięsa.

- szpinak mrożony cięty
- ser żółty tarty (nie nadaje się mozzarella)
- czosnek
- sól, pieprz

Szpinak podsmażamy na masełku, dodajemy czosnek przeciśnięty przez praskę (ilość czosnku od gustu smaku, ja daję około 3 ząbków), na koniec dodaję ser żółty. Jego ilość jest też zależna od upodobania, im więcej, tym na pewno smak będzie lepszy bogatszy. Tak uzyskany farsz jest fantastyczny do wszelkiego rodzaju nadziewania potraw. Polecam go też jako dodatek na krakersy. Ciepły nałożyć na krakersy, udekorować i podawać na ciepło.

Nie zapomnijmy, że maj to miesiąc miłości, to czas kiedy tworzy się wiele par, nowych związków, prosto mówiąc miłość kwitnie. Życzę by miłość nigdy was nie opuszczała i nie była jedynie gościem, a wiecznym mieszkańcem w waszych sercach i domach. Tak jak pisałam wcześniej, stymulujemy żołądek zapachami i pysznościami z naszej kuchni, a ten na pewno napędzi nasze serce i samopoczucie zadowoleniem. Niech będzie to zdrowe jak i zarówno zgodne z waszymi upodobaniami i smakami, które w was drzemią. Życzę udaných pierwszych połowów ryb i świętnych wypadów za miasto w cudownym rodzinnym towarzystwie oraz ze zdrowym jadłospisem. Nie zapomnijmy o niezbędnym filtrze na naszą skórę, gdyż słońce świeci już coraz silniej i prócz dobrej witaminy, którą nam dostarcza może też nam zaszkodzić. Słowem: cudownej, słonecznej majówki!

Kasia Suski: kasiacol@outlook.com

- niewielka ilość masła

Łosia oczywiście myjemy i kładziemy na wysmarowaną wcześniej masłem folii aluminiowej. Nacieramy go pieprzem, solą, skrapiamy sokiem ze świeżo wyciśniętej cytryny i posypujemy koperkiem. Folię zawijamy tak by ryba nie wystawała z żadnej strony. Układamy na rozgrzany grill i grillujemy około 20 minut. Czas jest zróżnicowany od wielkości ryby. Tak grilowaną rybkę można schrupać z ryżem z dodatkiem świeżej kolendry (ang. cilantro) lub ziemniaczkiem pieczonym. Ryba ta też fantastycznie smakuje na zimno.

Jeśli jesteście łasuchami na kaszę gryczaną podam poniżej przepis na smaczne kotleciki gryczane, które smakują pysznie na ciepło ale i też można je wykorzystać na wyprawę na piknik.

- 200g kaszy gryczanej
- 1 jajko
- 1 opakowanie sera feta (sprawdź czy nie zawiera glutenu)
- szczypiorek
- bułka tarta bezglutenowa
- pieprz, sól
- olej do smażenia

Kaszę gotujemy, połowę mielimy na drobno, drugą połowę zostawiamy w nienaruszonym stanie. Studzimy. Dodajemy jajko, podziabany ser feta i drobno posiekany szczypiorek, doprawiamy pieprzem i solą. Dobrze ugniatamy całość. Formujemy kotleciki dowolnej wielkości obtaczamy w bułce tartej i smażymy na dość głębokim oleju.

Po sytym i pożywnym posiłku wierzę, że nasz żołądek z pewnością znajdzie jeszcze miejsce na wysmienite ciasto ze świeżymi gruszkami. Nasz deser o niewielkiej zawartości cukru będzie wymarzoną zakończeniem wyprawy poza domem. Ciasto może być przechowywane kilka dni i na pewno nie straci ani na świeżości ani na smaku.

Psychologia dla Ciebie - "Charaktery"

Pustka pełna pracy

Dorota Krzemionka rozmawia z dr Kamilą Wojdyło

Praca ma zagłuszać negatywne emocje. Im więcej pracoholik przeżywa lęku, złości czy rozczarowania, tym więcej pracuje. A im więcej pracuje, tym gorzej się czuje - jest bardziej wyczerpany. Tak powstaje błędne koło uporczywego zapracowywania się.



Dr Kamila Wojdyło jest psychologiem i certyfikowanym psychoterapeutą poznawczo-behawioralnym. Pracuje w Instytucie Psychologii Polskiej Akademii Nauk w Warszawie. Specjalizuje się w zjawisku uzależnienia od pracy. Jest autorką teorii pożądania pracy. Opublikowała monografię Pracoholizm. Perspektywa poznawcza. Jest autorką skali pomiarowej Work Craving Scale. Prowadzi terapię pracoholizmu - informacje na stronie: www.work-passion.eu.

Dorota Krzemionka: – Rodzina zarzuca mi pracoholizm, gdy w weekendy siedzę nad papierami. Czy jestem pracoholikiem?

Kamila Wojdyło: – Sama liczba godzin czy intensywność pracy nie wystarczy, by to rozstrzygnąć. Pytanie, z jakich powodów pani tak dużo pracuje? Jakie znaczenie praca ma w pani życiu? Przede wszystkim motywacja i funkcja pracy pozwala odróżnić entuzjazm pra-

cy od pracoholizmu. Entuzjasta w pracy kieruje się przede wszystkim potrzebą rozwoju, ciekawością poznawczą. Pragnie się doskonalić. Natomiast pracoholik nadmiernie chce pokazać swoje kompetencje, zdobyć uznanie i aprobatę społeczną. Wielogodzinna praca kompensuje mu niskie poczucie własnej wartości. We wczesnych badaniach kryterium pracoholizmu była wyłącznie liczba godzin pracy. W rezultacie do jednego worka wrzucano osoby intensywnie pracujące i te uzależnione od pracy.

„Oto dzień minął, a ja nic nie zrobiłam” – pisze we wspomnieniach Maria Skłodowska-Curie. A Witold Gombrowicz w Autobiografii pośmiertnej przyznaje: „Dochodziłem do obsesji, nie mogłem zupełnie się oderwać [od pisania]...”. Tu już chyba mamy do czynienia z pracoholizmem?

– Niekoniecznie. Trzeba zobaczyć, co się kryje za tymi wzorcami zachowania. U entuzjastów pracy często mamy do czynienia ze stanem flow, czyli natężenia i oderwania od rzeczywistości. Cieszy ich to, co robią. Praca daje im poczucie spełnienia, samorealizacji. Pracoholikowi trudno to odczuwać.

Dlaczego nie potrafi cieszyć się pracą?

– Ponieważ m.in. odczuwa wewnętrzną pustkę. Praca staje się dla niego wyuczoną strategią jej zapełniania, oczywiście niewystarczającą. Niezależnie od tego, ile godzin trwa, nie jest w stanie złagodzić bólu wewnętrznego, wypełnić tej pustki, zastąpić tego, czego pracoholikowi tak naprawdę brakuje.

A czego mu brakuje? Skąd ta pustka?

– Ona bierze się przede wszystkim z odcięcia od własnych emocji. U pracoholików jedną z funkcji intensywnej pracy jest redukcja emocji negatywnych. Im więcej ich pracoholik czuje, tym więcej pracuje. A im więcej pracuje, tym gorzej się czuje, jest bardziej wyczerpany, co nakręca strategię intensywnej pracy. Tak powstaje błędne koło uporczywego zapracowywania się.

Entuzjastę i pracoholika różnią powody, dla których tak dużo pracują. Coś jeszcze?

– Znaczący jest również stosunek do porażki i niepowodzenia. Entuzjasta traktuje je jako wyzwanie i doświadczenie. Natomiast pracoholik w obliczu porażki przeżywa paraliżujący lęk, związany z odbiorem społecznym. Badania



pokazują, że jedna z najczęstszych automatycznych myśli, jakie pojawiają się u pracoholika, dotyczy tego, jak będzie odebrany przez innych, jak go ocenią. Entuzjastę i pracoholika różnią też emocje odczuwane przed pracą i po niej. Entuzjasta angażuje się w pracę głównie z ciekawości poznawczej, chęci rozwoju. Jeśli zrealizuje zadanie, często odczuwa satysfakcję, czasem i dumę. Jeśli zaś nie uda mu się, może przeżywać niezadowolenie. Pracoholik sięga po pracę, by pozbyć się lęku przed porażką, uniknąć negatywnych emocji. Lękiem reaguje na niepowodzenie. Gdy nie pracuje, czuje się winny. Wcześniejsze teorie opisywały pracoholizm jedynie jako obsesyjno-impulsywne zajmowanie się pracą, czyli na poziomie objawów. Natomiast nie zastanawiano się, jaki jest mechanizm uzależnienia od pracy. Dlaczego człowiek musi pracować w taki obsesyjno-kompulsywny sposób.

Dlaczego? Co pracoholikowi daje to – jak Pani określa – pożądanie pracy?

– Taki styl pracy służy dostarczeniu sobie wzmocnień dwojakiego rodzaju: podtrzymania kruchoego poczucia własnej wartości oraz redukcji napięcia i obawy przed porażką. Stale podwyższane standardy i niezadowolony perfekcjonizm z jednej strony przynoszą emocjonalną ulgę, a z drugiej – kompensują niskie poczucie własnej wartości.

A dlaczego pracoholik stale podwyższa sobie standardy wykonania zadania?

– Jednym z powodów jest wspomniana pustka emocjonalna. Ona sprawia, że żaden efekt pracy nie daje mu trwałego poczucia spełnienia.

Gdyż w głębi duszy pracoholik czuje, że nic nie jest wart?

– Wielu pacjentów tak to opisuje. Sędniem uzależnienia są centralne przekonania o sobie, które u pracoholików mówią: jestem gorszy, beznadziejny. Aby się od nich odciąć, pracoholik stawia sobie nierealistyczne standardy, co daje mu iluzję wszechmocy i przynosi ulgę, ale tylko chwilową. W ten sposób ucieka przed własnym poczuciem słabości – tą częścią siebie, do której boi się zbliżyć. Ale standardy są nieosiągalne, więc działanie kończy się porażką, co utrwała destrukcyjne przekonania pracoholika na swój temat.

To przekonanie, że muszę się wykazać, a tak naprawdę niewiele jestem wart, rodzi się już w dzieciństwie. Jaka jest jego geneza?

– Badania, które prowadziłam, pokazały, że rodzice pracoholików mieli nadmierne wymagania wobec dziecka, a jednocześnie nie dawali mu wsparcia, nie akceptowali go. Wymagania są ważne dla rozwoju, ale nieuchronnie niosą ze sobą porażki, niepowodzenia. Ważne jest między innymi, jak rodzic reaguje na porażkę dziecka.

Bywa, że wycofuje wtedy uwagę, okazuje dziecku dezaprobatę.



c.d.

– Tak. Pracoholicy często mówią, że byli krytykowani, gdy popełnili błąd i nie potrafili sprostać narzuconym standardom. Dodatkowo opowiadają o doświadczeniu chłodu emocjonalnego we wczesnych relacjach z opiekunami. Rodzice pracoholików często są niekonsekwentni, nie stawiają dziecku granic. A granice są bardzo istotne dla rozwoju, ich stawianie dowodzi, że jesteśmy ważni. Jeśli ktoś pokazuje, co akceptuje, a na co się nie zgadza, daje nam możliwość, byśmy też rozpoznali własne wewnętrzne granice i własne emocje. W efekcie kształtuje się poczucie własnej wartości, dajemy sobie prawo do samodzielnego wyznaczania granic – sobie i innym.

Potem potrafimy stawiać granice np. oczekiwaniom szefa... Jak pokazują Pani badania, matki późniejszych pracoholików bywają też nadopiekuńcze...

– Taka postawa również ogranicza autonomię dziecka. Sprzyja jego rozwojowi stawianie przez rodziców wymagań, ale zarazem poszanowanie jego autonomii, stworzenie przestrzeni do samodzielnego odkrywania własnej indywidualności. Dawanie mu możliwości eksploracji przy jednoczesnym wsparciu. Natomiast nadmierne ochranianie, wyłączenie ogranicza autonomię dziecka. Rodzice chcą w ten sposób uchronić je przed porażkami, przed negatywnymi konsekwencjami jego działań, ale taki schemat wychowania może paraliżować kształtowanie wielu potrzebnych w życiu kompetencji.

Bo dziecko nie ma możliwości doświadczyć porażki i czegoś się w ten sposób nauczyć, a zarazem matka, wyręczając je, udowadnia mu, że samo sobie nie poradzi. Na co rodzice powinni zwrócić uwagę, by nie wychować późniejszych pracoholików?

– Bardzo ważny jest sposób, w jaki rodzice traktują emocje, przede wszystkim, czy je dostrzegają. Julius Kuhl, niemiecki badacz motywacji, mówi o możliwej ślepoty emocjonalnej. Ważne

jest też, w jaki sposób rodzice radzą sobie z emocjami, zarówno własnymi, jak i tymi, które przeżywa dziecko. Czy potrafią emocje – również te negatywne – przeżywać, z uwagą przyjmować, zrozumieć i właściwie na nie reagować. To, można rzec, psychologiczne zaplecze, które może zapobiegać przyszłym uzależnieniom, nie tylko tym od pracy.

Kompulsywna praca pozwala odciąć się od negatywnych emocji?

– Tak, a z drugiej strony – podobnie jak alkohol czy objadanie się – dostarcza pobudzenia.

Ale, w odróżnieniu od alkoholizmu, pracoholizm bywa pozytywnie oceniany.

– Tak, pracoholizm często bywa nobilitowany, wspierany społecznie. Trudno bowiem odróżnić zdrowy i patologiczny styl pracy. Entuzjasta łączy różne sfery życia. Godzi pracę z czasem przeznaczonym dla rodziny, a także na pasje i odpoczynek. Natomiast pracoholik tego nie potrafi. Dochodzi do wyczerpania. Pojawiają się niepokojące sygnały.

Na przykład jakie?

– Pierwszym ważnym sygnałem jest dostrzeżenie, że dawka pracy stale się zwiększa i wciąż nie wystarcza. Standardy wykonania zadania ciągle są podwyższane. Chcemy robić coś lepiej i lepiej. Pytanie też, co się z nami dzieje, gdy nie pracujemy – czy odczuwamy wtedy poczucie winy, nie potrafimy się odprężyć? Czy tylko praca daje nam ulgę, zapewnia lepsze samopoczucie? Jeśli zauważymy, że uporczywa praca jest nam potrzebna, by poradzić sobie z negatywnymi emocjami, powinno nas to zaniepokoić.

Pracoholik jednak zaprzecza, że ma problem.

– Nie każdy, ale wielu pracoholików posługuje się racjonalizacjami. Zawsze potrafią uzasadnić, że wykonanie kolejnego zadania jest absolutnie konieczne.

Dlatego warto skorzystać z pomocy specjalisty, psychoterapeuty, który ma wiedzę o mechanizmach i w procesie wspólnego odkrywania pomoże zdiagnozować problem. Warto też posłuchać opinii bliskich osób.

Czyli jeśli rodzina narzeka, że za dużo pracujemy, to być może...

– Dzieje się coś złego. Nie wolno lekceważyć problemu, bowiem pracoholizm może doprowadzić do wyniszczenia ciała i psychiki.

Wcześniej czy później organizm nie wytrzyma takiego trybu pracy, pojawiają się różne dolegliwości.

– Najczęściej są to dolegliwości układu sercowo-naczyniowego, trawiennego, oddechowego. Pacjenci trafiają często do lekarza pierwszego kontaktu i przez długi czas są leczeni na serce albo wrzody, bowiem wielu lekarzy nie ma wiedzy o uzależnieniu od pracy. Z pracoholizmem związane są też problemy psychiczne, na przykład depresja, wyczerpanie psychofizyczne. Organizm daje sygnał: już nie wytrzymam. Niestety, pracoholik często na te objawy nie reaguje.

Bierze prochy i jeszcze więcej pracuje. Jak można mu pomóc?

– Pierwszym możliwym krokiem jest poznanie i zrozumienie własnych, błędnych kół zapracowania i ich znaczenia. Odkrycie mechanizmów, które je podtrzymują. Podczas terapii docieramy do schematów myślenia o sobie, które powstały w dzieciństwie. Odkrywamy mechanizm nakręcania się, poznajemy jego funkcje. Uzależniony od pracy poznaje siebie, również te części w sobie, których się obawia, lęka dostrzec. I które dotąd próbował zakryć, wykazując się w pracy. Terapia to często długi proces, nie wystarczy, jak w coachingu, skupić się na celach czy zadaniach. Coaching może wręcz wzmacniać mechanizmy pracoholizmu, np. strategie zadaniowe i koncentrację na celach. Te-

rapia stwarza możliwość doświadczania relacji, tworzenia się więzi, pozwala na dotarcie do własnych emocji, potrzeb, pragnień, i nabywanie umiejętności ich realizacji inaczej niż poprzez uporczywe zapracowanie.

Nie ma czegoś takiego jak dobry pracoholizm?

– Odpowiem przekornie: A czy istnieje dobra depresja lub dobry alkoholizm?

Alkoholik już nigdy nie może się bezkarnie napić, a pracoholik wraca do pracy. Jak sobie radzić, by znów nie wpaść w błędne koło?

– Pacjenci wiedzą, że różne fazy powrotu do intensywnego niekorzystnego stylu pracowania mogą się zdarzać. I zdarzają się. Wiedzą też, że takie sytuacje właśnie dają szansę na wykorzystanie nabytych umiejętności lepszemu radzeniu sobie. Dla osoby uzależnionej jest to już inna sytuacja, z którą potrafi sobie radzić inaczej niż przed terapią.

Z tego, co wiem, Pani też dużo pracuje...

– Jak wspomnieliśmy, od tego, ile pracujemy, bardziej istotny jest sposób przeżywania pracy, mówiąc metaforycznie: odczuwanie jej smaków. Podobnie jak z jedzeniem. Gdy coś lubimy, rozsmakowujemy się, delektujemy... Gdy mamy tego przesytno, staje się mdłe. Czujemy potrzebę odstawienia, by móc znów wrócić do tego, co uwielbiamy i móc odczuwać jego dobry smak. Ważne, by zachować wrażliwość i zdolność odczuwania różnych smaków pracy i odpowiedniego na nie reagowania.

Artykuł ukazał się w magazynie „Charaktery” 4/2015 (www.charaktery.eu). Czytaj „Charaktery” na czytniku, tablecie, smartfonie i komputerze: wydanietabletowe.charaktery.eu

charaktery
magazyn psychologiczny

<< 21

Zapiski znad

Zatoki SF

Adam Lizakowski

ta. Susan miała być moją Ameryką. Spełnieniem marzenia o znalezieniu normalnego życia w Ameryce. Doprawdy, nie wiem jak to wszystko wytłumaczyć. Teraz mogę tworzyć tysiące teorii - ale tak mi nie pomoże. Tym bardziej, że zaakceptowałem jej prośbę i wyprawiam się. Tylko dokąd? Tego jeszcze nie wiem.

5 listopada 1984

Milczę jak grób. Ani Nadii ani Richardowi nic nie mówię o swoich zmartwie-

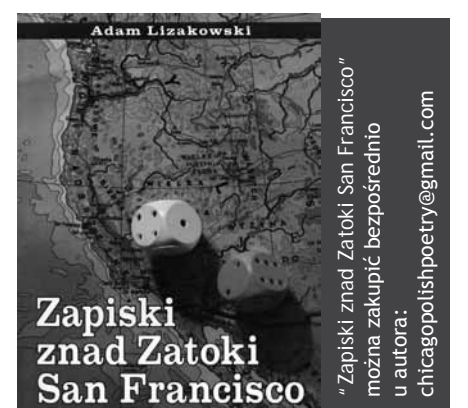
niach, które tak, na dobrą sprawę, są moimi porażkami. Jedną wielką porażką. Najważniejsze dla mnie, w chwili obecnej jest to by utrzymać pracę i chodzić do college'u na zajęcia, nie dać złamać się. Zapomnieć o Susan, a całą przygodę nazwać "jednym wielkim nieporozumieniem ludzi należących do dwóch różnych planet." Wspomniałem już, że pozwalałem odczuwać Susan jej wyższość nade mną. Teraz powoli zaczynam zdawać sobie sprawę ze swojego kalectwa, połączonego z moim, a jakże, wygodnictwem. Zaplanowałem sobie, że ona będzie doskonałą partnerką do zabawy w życie, bo przecież zna angielski, jest zaradna, wie czego chce. To mi u niej imponowało, zaspokajało moje wyobrażenie o Ameryce i moim życiu tutaj. W razie czego, gdybym się gdzieś na czymś potknął - ona zawsze byłaby tą laską na której miałem się wesprzeć, szcudłem dla kaleki. To moje kalectwo odbiło się rykoszetem uderzając we mnie. Byliśmy wprawdzie kochankami, ale nigdy nie byliśmy przyjaciółmi. Dopiero teraz to odkryłem!

12 listopada 1984

Poszedłem do kościoła aby wesprzeć się duchowo, aby porozmawiać z ludźmi, dowiedzieć się co u starych znajomych nowego. Wreszcie żeby oczyścić się z tego czarnego nieszczęścia, od którego kleję się do wszystkiego, czego tylko się dotknę. Swoją upadek już przeżyłem. Susan wyszła z pokoju, tak jak dawniej chodzi na uniwersytet. Poszła do pracy, według słów Jo, usunęła ciężę. Domyślam się, co musiała przejść, co przeżyła. Najważniejsze, że żyje. Mieszkamy obok siebie, za ścianą, ale jesteśmy oboje okaleczeni psychicznie.

W kościele panowała wielka żałoba. Komuniści w Polsce zamordowali księdza Jerzego Popiełuszkę, kapłana "Solidarności". Desperacja z jaką dokonali tej zbrodni jest przerażająca. Na emigracji przeraża nas podwójnie, bo pokazuje, że komuniści nadal są bezkarni. Czasy stalinowskie, którymś nas straszono wcale się nie skończyły, naród okazuje się całkowicie bezbronny. Straszne jest to wszystko. Po mszy rozmawiałem

z Elą i Staszkiem Padłami, którzy zaprosili mnie do siebie do domu na niedzielny obiad. Przy okazji wspomniałem, że szukam jakiegoś lokum, bo Amerykanie wypowiedzieli mi mieszkanie. Ela odpowiedziała: Stary, nie ma sprawy. Będiesz mieszkał z nami. Kuzyn ich, Kaziu, jest ode mnie młodszy o trzy lata - i z nim będę mieszkał w jego pokoju. Nie planuję u nich dłuższego pobytu. Może posiedzę kilka miesięcy, do wiosny. Czas najwyższy, abym na koniec poczuł się wolnym i niezależnym. **c.d.n.**



Różności

Yo papa, yo mama czyli Internet, cyrk i lama

w sieci wyszperał Marcin Żmiejk



ZAKAZ PODRÓŻY W CZASIE..W CHINACH

Ludowa Republika Chin zakazała swoim obywatelom podróży w czasie. Nieźle, nie? Po zakazie używania portalu Google (sprawdziłem osobiście nie działa nawet w samolocie lecącym nad terytorium Chin) i zakazie organizowania imprez pogrzebowych ze striptizem (lepsze niż stypa irlandzka) Chiny przechodzą same siebie. W PRL-u kazali nam uważać na przedszkole w przyszłości („Miś” Stanisława Barei) ale Chiny biją PRL na głowę.



śmierci (w Massachusetts nie ma kary śmierci ale Tsarnajew jest sądzony w procesie federalnym) i ja się akurat z nimi zgadzam. Tsarnajew skazany na karę śmierci okaże się męczennikiem i w myśl religii islamskiej będzie po śmierci oczekiwała na niego armia dziewcz. Ja uważam, że Tsarnajew powinien być skazany na dożywocie i powinien pozostać dziewczą czekającą na spotkanie z z armią „męczenników” na przykład w więzieniu w Pelican Bay lub Florence.



BOMBIARZ Z BOSTONU UZNANY WINNYM

Nienawidzę prawników. Szczególnie tych którzy korzystają z uchybień prawnych i nie mają za grosz poczucia moralnej ludzkiej przyzwoitości. Dżokar Tarnajew został jednogłośnie uznany winnym zamachu podczas maratonu w Bostonie. Prawnicy broniący tego zwyrodnialca używali wszystkich możliwych chwytów aby uratować swego klienta od kary

Krzyżówka Życia Kolorado

WIOSY NA GŁOWIE EYSEGO	OSOBA KOPIUJĄCA, PRZEPIŚUJĄCA COŚ	KAJUTA PRAWODAWCA ATEŃSKI	IMIĘ RINN	MIARA DŁUGOŚCI	SEYNNY PRZED LATY WIOSŁARZ POLSKI
			FLIRT, ROMANS		PEŃNIE PRZESZ KATOWICE
PTAK ŁOWNY					11
PRACOWNIA PSZCZOŁA		9			8
	26	18	16		12
ULUBIENIEC			WIELKI DESZCZ		IMIĘ SENIUK
BUDYNEK Z EKRANEM			MACHINA DO BURZENIA MURÓW		
			MIASTO W WIELKOPOLSCIE		4
		22		25	6
KWIAT POD OCHRONĄ	WYKONYWANY KREDKAMI, TUSZEM	MIASTO KOŁO PLESZEWA		RZECZYWISTOŚĆ	BUDOWLA SPIETRZAJĄCA WODĘ
					15, 27
		21			MIASTO KOŁO SŁUBIC
RODZAJ MAKARONU	PATROL KONTROLUJĄCY CZUJNOŚĆ WART	MIASTO NA POŁUDNIE OD GDAŃSKA	19	POTRAWA MIĘSNA	PRZEDSIĘBIORSTWO, FIRMA
SAMOCHÓD	NAMIOT INDIAN				
2			STAN WIELKIEGO UNIESIENIA, PODNIECENIA;		MNISZKA BUDDYJSKA
LEWA STRONA TRAHINY					17
CZAPKA WOJSKOWA	13		ENTUZJAZM, PASJA	5	CYGAŃSKIE IMIĘ ŻENSKIE
			ZAJEZDZIA STRAZACKA, AUTOBUSOWA		
	20			28	23
MARTIN LUTHER..., NOBLISTA		7	SREBRZYSTY, TWARDY METAL	10	
					1
					14

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28

Dla domu i gospodarstwa.

- Dziesięć praktycznych przykazań dla niewiast.
1. Gospodyni, żono, zważaj, aby twemu mężowi dom był przyjemny i miły! Gdy w domu będzie się czuł szczęśliwy, nie pójdzie do karczmy. Czyste mieszkanie i przyjemnie uśmiechnięta żona — czyż nie miałyby to zastąpić brudnej, zadymionej karczmy?
 2. Bądź zawsze przyjemna i wesoła, bądź słońcem domowym.
 3. Gdy mąż zmęczony wróci od pracy, nie dręcz go wyliczaniem błahych domowych trosk.
 4. Przygotowuj wracającemu do domu punktualnie jedzenie!
 5. Gotuj dobrze! Bo gdy mu w domu jedzenie smakować nie będzie, chętniej pić będzie w karczmie.
 6. Obchódź się z solą, pieprzem i korzeniami bardzo oszczędnie! Bo one drażnią podniebienie i pobudzają chęć do picia.
 7. Gotuj często jarzyny, potrawy z jaj, ale przede wszystkim dużo mleka i owoców.
 8. Okazuj zainteresowanie się wszystkim, co twojego męża zajmuje! Słuchaj go chętnie, gdy o swoich interesach opowiada, omawiaj, jeśli to lubi, polityczne i zwykłe codzienne wydarzenia.
 9. Gdyby mąż twój przyszedł kiedyś podpiły do domu to — milcz, milcz, milcz! Rób mu wyrzuty dopiero, gdy będzie trzeźwy i to czyn z ciepłością!
 10. Czytaj wraz z mężem wieczorem lub przynajmniej w niedzielę dobrą gazetę lub dobrą książkę!

10 praktycznych przykazań dla kobiet z 1904 roku

WYBORY PREZYDENCKIE W POLSCE

Fajnie jest. Poza standardowymi opcjami na prezydenta (z PIS i PO) są naprawdę ciekawe kandydatury (Korwin) no i jest Kukiz. Jeśli w Polsce jest świetnie - to wygra Komorowski, jeśli jest dobrze ale trzeba zmienić ster - wygra Duda. Reszta raczej się nie liczy ale fakt, że Paweł Kukiz jest trzeci pokazuje, że jest szansa na odwrót od jedynej słusznej drogi w Polsce.

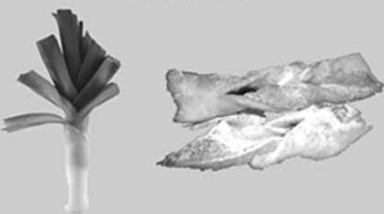
PRZEDBIEGI PREZYDENCKIE W USA

Barak Obama na prezydenta USA kandydować nie może - przerzedził dwie kadencje. Jednakże to co nastąpi po Obamie jest niezwykle ekscytujące. Po obu stronach barykady mamy zaciętą walkę o nominację - o ile po stronie demokratów zdecydowanie na prowadzenie wysuwa się Hilary Clinton - kandydatka na pierwszą kobietę-prezydent, o tyle w ekipie Republikanów nie ma zdecydowanego lidera. Obie partie zmuszone są wyłonić swojego kandydata poprzez prawyborczy i to jest cała przyjemność z obserwowania amerykańskiej sceny politycznej.

Nauka hiszpańskiego

Lekcja pierwsza

Por favor



Filmowe recenzje Piotra

HUMOR:

...polityczny

Władimir Putin przybył z wizytą na lekcję do jednej z moskiewskich szkół. Były kwiaty i przemówienie, ale potem wstaje mały Sasza i mówi:

- Panie prezydencie, mam trzy pytania:
- 1. Dlaczego Rosja zajęła Krym?
- 2. Dlaczego wysłał pan rosyjskich żołnierzy na Ukrainę?
- 3. I kto stoi za zabójstwem Niemcowa?

Zaskoczony Putin otworzył usta, ale w tym momencie rozległ się dzwonek na przerwę. Po przerwie wszyscy wracają do klasy. Tym razem głos zabrał Wania:

- Panie prezydencie, ja mam pięć pytań.

- 1. Dlaczego Rosja zajęła Krym?
- 2. Dlaczego wysłał pan rosyjskich żołnierzy na Ukrainę?
- 3. Kto stoi za zabójstwem Niemcowa?

- 4. Dlaczego dzwonek na przerwę był 20 minut przed czasem?
- 5. I gdzie jest Sasza?

*
Podchodzi facet do warsztatu samochodowego.

- Czy mógłby mi pan przekręcić licznik?
- O ile chce pan zmniejszyć? - pyta mechanik.

- Nie, ja chcę zwiększyć!

- O przepraszam pana pościa, nie poznałem!

*
Premier przechadza się po Warszawie wraz ze swoją żoną. Oglądając wystawy sklepowe mówi do żony:

- Popatrz! Spodnie 50zł, koszulka 40zł, futro 150zł. Nie wiem o co ludziom chodzi, że jest tak źle, jest dość tanio. Wszyscy mówią, że nikogo na nic nie stać.

Żona popatrzyła na męża z ogromną czułością, jak tylko kobieta potrafi i mówi:
- Kochanie. To jest pralnia.

*
- Jaki jest podstawowy warunek wprowadzenia demokracji?
- Kiepska obrona przeciwlotnicza.

*
Przychodzi dwóch facetów obok Sejmu i słyszą jak krzyczą wszyscy:
Sto Lat! Sto lat!

Jeden do drugiego:
- Ktoś tam ma chyba urodziny.
- Nie. Wiek emerytalny ustalają.

*
Politycy doprowadzili do tego, że kiedy czytam:
"PREZYDENT BYŁ NA PREMIERZE..."

To nie wiem czy to relacja z wydarzenia kulturalnego, czy skandal seksualny.

*
- Jaka jest istotna zmiana w ostatniej nowelizacji ustawy emerytalnej?
- Emeryci od teraz będą mogli przechodzić przez jezdnię na czerwonym świetle.

*
Prezydent Wałęsa pojechał odwiedzić dawnych kolegów ze Stoczni Gdańskiej.
- Jak się czujecie chłopaki? - zażartował Wałęsa.
- Znakomicie - zażartowali stoczniowcy.

*
Przychodzi Putin do wróżki i pyta co jego i Rosję czeka w 2015 roku.
A wróżka na to, że będzie wojna z Polską...

- Nudy, nudy - odpowiada Putin - To ty mi więc lepiej powiedz po ile będzie w grudniu euro w Moskwie?
- A po 5 złotych - odpowiada wróżka.

The Delight of Fright

- a commentary about Horror films



Piotr Gzowski

Sudden fright - not lingering fear - just a momentary getting the beejesus scared out of you - who doesn't enjoy that? Isn't that why when you were ten years old you climbed aboard the roller coaster? Didn't you feel your pulse rise as the open-aired train slowly climbed the steep grade? And didn't you enjoy shrieking through those plummets, twists and turns until the ride was over? Then, didn't you jump out of your seat, run through the exit, only to line up again for another turn? There's something about the human nature that loves being startled.

A girlfriend, who was a behavioral psychologist, once told me that some research claimed that the biochemical released within the body when someone is startled is the same biochemical that stimulates the libido. It sounded a bit too Freudian for me at the time; however, the fact remains that films like *Nightmare on Elm Street*, *Halloween*, *Friday the Thirteenth*, and *Scream* were extremely popular. None of these films is particularly good. Each has the same basic plot and the same types of characters - teenagers left to their own devices doing things "forbidden" in some isolated spot were a stalker steadily works his way via a series of gruesome killings toward the main character, always the pure hearted, innocent, teenage girl. And, despite the lack of any real artistic value, each of these films are peppered with adrenalin-elevating, startling moments. Each, by the way, also celebrated resounding commercial success. The film *Halloween*, for example, grossed over \$360,000,000.00 at the box office at cost of a paltry few million to produce. And, the largest patronage was among the pre-adult demographic, the age range when emerging hormones are coursing through the body with the ferocity of an August tornado in Kansas. Was the research Linda cited actually right?

My parents absolutely forbade me to see horror films. So, I did as any kid does in this situation - I lied through my teeth about seeing some Randolph Scott western playing at the Apex Theater on Broadway (after gathering enough of a synopsis from my buds who had actually seen the film to carry off the lie), when the truth was that I had spent the afternoon down the street from the Apex at the Cluster watching *Not Of This Earth* on a double bill with *The Zombies* of

Mora Tau, screaming my head off for three hours in a dark theater with a bunch of other kids. According to Linda, we were all there just percolating our biochemistry. Hard to say why it was enjoyable. All that remains in my memory is the sense of an adrenaline rush followed by intense relief at realizing that I had actually not had my eyes gouged, that it was just an image on the screen, followed by the anticipation of the next rush because the sound track suddenly grew eerier. Whether it had anything to do with my developing libido is moot; it was just an enormous amount of fun. I could be startled without any detri-

mental residual effects, because, after all, it was only a movie. Off the screen, no one went around searing the flesh with a death ray; at least, not in my neighborhood in East Baltimore. Consequently, whenever the opportunity arrived not to see another Randolph Scott western, there I was, sitting in the Cluster, craving fright.

The delight of fright is not a new concept, nor, is

its appeal strictly been limited to the pre-adult demographic. Ever since the Greeks first staged their plays, the horror story has appealed to audiences. Oedipus Rex gouges out his eyes. Prometheus is perpetually disemboweled by vultures. Dionysus is torn limb from limb at a bacchanal. Greek audiences loved it. Aristotle explained it as "catharsis" - the purging of pent up aggressions. Millennia later, Sigmund Freud labeled it the "uncanny" - the emergence of feelings and thoughts of the primitive id suppressed by the civilized ego. Carl Jung, proposed that horror tapped into the primordial archetypes of human nature. Modern psychology addresses the appeal of horror as "Excitation Transfer" (Dolf Zillman, 1978) - the negative feelings created by horror intensify the positive feelings by a triumph at the end; "Dispositional Alignment" - the bad deserve bad endings and audiences cheer it on (studies by Zillman, Tanorini and Stiff); and, "Sensation Seeking" (Marvin Zuckerman, 1979). The bottom line of all these polemics is that ironically horror is appealing.

Historically, human nature has demonstrated itself capable of true horror. The catharsis of the ancient Greek theatre eventually disintegrated into the bloodshed of the Roman Coliseum. During the Dark Ages, up into the Renaissance, public burnings, beheadings, and draw-and-quartering were heavily attended

as entertainments. In the 19th century America West people gathered from miles around to witness a hanging. It all culminated in the 20th century which can easily be labeled as an epoch of trans-global genocide. Even today, had you turned on the news, you may have heard about a beheading, a violent beating, or a murder. Objectively, we are quite a horrible species. However, there is also the side of our nature that finds these acts abhorrent. Freud, Jung and Linda's contemporaries may be right - when it comes to coping with horror, our still evolving human nature is conflicted. We are drawn intellectually to what we abhor physically. Consequently, this conflict cries for some kind of resolution, for an outlet. Ironically, that outlet is the horror film.

Since 1896, when Georges Melies projected the first horror film, *Le Manoir du Diable* (*The Haunted Castle*) on the screen of the Théâtre Robert-Houdin in Paris, the genre has attracted audiences by the hundreds of millions. Subconsciously and benevolently, as we have evolved, we have substituted the gore of the Roman Coliseum with the bloody steel talons of Freddie Kruger projected on a screen. Since we generally live in fear of the world, we have sat ourselves down in the seats of the movie theaters and allowed all those suppressed fears an opportunity to vent. We may be startled. We may scream. We may even squeeze the arm or our companion so hard that they scream. And, then as the adrenaline ebbs, a warm relief - it's over, and momentarily we become the ancient Greek audience - purged of our personal horrors by witnessing them fabled before us.

Many of your readers may be parents, and it may seem to you that these paragraphs advocate horror films for all ages. Rest assured they do not. This article nor more advocates exposing an undeveloped mind to a horror movie any more than it does placing a five year old at the wheel of a Lamborghini at Le Mans. However, if your kid is the type that gets on a roller coaster, screams all during the ride, and then runs around to get in line again, that kid is probably ready for a horror movie, and whether you give your blessing or not, that kid is going to see that horror movie if he can get a ticket into the theatre. It's in his nature, and as psychologists claim, part of his development. So, just accept it and understand why he wants the experience. In the least, it will spare you having to listen to some fabricated synopsis about a Randolph Scott western that you know he never saw because you saw him walk into the Cluster Theater that afternoon while you were shopping at the drug store across the street.

As always, dear readers, this is only my opinion. Next time you watch a rerun of *The Exorcist*, *The Omen*, *Psycho* or *Alien* alone in the darkness of your living room on 46" flat screen TV, see if anything you've read so far rings true, and then judge for yourselves.



www.dilloninn.com

Dillon Inn

Zapraszamy do naszego motelu w Dillon.
W pobliżu: Copper Mtn. Breckenridge i Keystone

Hot tub | Sauna | Basen | TV kablowa | WiFi internet | Śniadanie kontynentalne

Jacek & Anna Marusarz | Rezerwacja: 970-262-0801






708 E Anemore Trail, Dillon, CO 80435



KELLER WILLIAMS
PREFERRED REALTY

Pomogę Ci kupić lub sprzedać nieruchomości.
Serwis za darmo dla kupujących jak również sprzedających jako "short sale".

Małgorzata Obrzut,
Broker Associate

www.margoobrzut.yourkwagent.com
email:margoobrzut@kw.com

2011 Denver Five Star Real Estate Agent in 5280 Magazine

11859 Pecos St.#200, Westminster, CO 80234
office: 303-452-3300, cell: 303-241-5802



Lekarz Dentysta
Małgorzata Korosciel

Oferuje opiekę stomatologiczną dla dorosłych i dzieci.
Akceptuje wiele ubezpieczeń.

303-757-7175

2660 S. Monaco Pkwy., Denver, CO 80222
www.southeastdenverdental.com



PRACE STOLARSKIE

- Odnawianie, instalowanie mebli kuchennych
- Malowanie pomieszczeń i bejcowanie drewnianych powierzchni
- Instalowanie drzwi i listw wykończeniowych

Wojtek: 973-445-3282



KROPLE ŻYCIA: NEF-RA



Bóle stawów, bóle nóg, dna moczanowa

Jej objawy to silny ból stawów spowodowany nadmiarem kwasu moczowego. We krwi może się rozpuścić tylko określona jego ilość. Gdy kwasu jest zbyt wiele, zaczyna się krystalizować. Kryształki zwane moczanami odkładają się i rosną w stawach i tkance okołostawowej. Mocznany, ostre jak brzytwa, ranią tkankę i wywołują w niej stan zapalny. Ból przychodzi i odchodzi falami aż staje się nie do zniesienia, sam dotyk boli.

Dna najczęściej atakuje staw dużego palca stopy. I wtedy nazywa się podagrą. Ale kryształki kwasu mogą się odkładać także w innych stawach: w kolanach (gonagra), w łokciu, nadgarstku lub stawie barkowym (chiragra) oraz w kręgosłupie (rachidagra). Kwas moczowy też krystalizuje się w nerkach tworząc kamienie.

Mężczyźni chorują częściej niż kobiety, które aż do przekwitania są chronione przez żeńskie hormony płciowe przed podwyższeniem stężenia kwasu moczowego we krwi. Mężczyźni nie tylko nie mają takiej naturalnej ochrony hormonalnej, ale również częściej niż kobiety objadają się mięsem oraz nie stronią od mocnych trunków i piwa. Tymczasem błędy żywieniowe odgrywają w tej chorobie bardzo ważną rolę.

Powinniśmy przestrzegać diety ubogiej w puryny. Puryny są podstawowymi elementami budulca każdej komórki zwierzęcej i roślinnej, jednak szczególnie dużo jest ich w tłustym mięsie, zwłaszcza wieprzowinie i wszelkich tłustych potrawach bogatych w białko. Kwas moczowy w naszej krwi jest naturalnym produktem rozpadu puryn.

Jak Nef-Ra może pomóc?

Nef-Ra oczyszcza stawy z metali ciężkich i nadmiaru kwasu moczowego, usuwa stany zapalne, ból pojawia się coraz rzadziej i z coraz mniejszym nasileniem aż do całkowitego ustąpienia.

Zwróćmy uwagę, że nie jest to uśmierzanie bólu jak jest w przypadku środków przeciwbólowych, lecz usuwanie przyczyny, która ten ból powoduje. Z dobrodziejstwa Nef-Ry skorzystało wielu klientów, skorzystaj i Ty – stosowanie środków przeciwbólowych nie jest rozwiązaniem.



Nef-Ra dostępna w DENVER w sklepach: SAWA MEAT & SAUSAGE
2318 S. Colorado Blvd, Denver, CO Tel. (303) 691-2253

www.shopnefra.com