

KROPLA OPTYMIZMU



Nr 10 – PAŹDZIERNIK 2017

CENTRUM AKTYWNOŚCI SENIORÓW > SENIOR OPTYMISTA <



Polski Komitet Pomocy Społecznej
Kraków, ul. Henryka Sienkiewicza 2a

REDAGUJE: **Barbara Klimasińska**

Przysłowie: > Październik stoi u dwora, wykop ziemniaki z pola <

Poezja jest labiryntem, z którego nie wolno znaleźć wyjścia

- Roman Brandstaetter



Leonard Cohen

Nie zostawia śladów tak jak mgła (As the Mist Leaves No Scar)

Na wzgórzu ciemnym i zielonym
Blizn żadnych nie zostawia mgła,
Więc i na tobie po mym ciele
Nie pozostanie żaden ślad.

Gdy wiatr spotka jastrzębia,
Cóż pozostaje - przy czym trwać?
Więc spotykamy się ze sobą,
Po to by pójść natychmiast spać.

Bez gwiazd lub bez księżycy
Niejedna cierpi noc,
I my będziemy cierpieć,
Gdy nas rozdzieli los.

Tłum. Maciej Zembaty

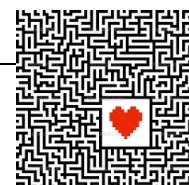
Bob Dylan (Literacki Nobel 2016)

Znad strażniczej wieży

- Musi być jakieś wyjście stąd - tu błazen zniżył głos
Za spokój wiele płacisz, by w zgiełku znaleźć go
Z mych dzbanów kupcy sączą miód, w mą ziemię wsiąka pot
Ceny tych rzeczy nie chce znać ani pan ani chłop

- Nie przejmuj się tak bardzo - złodziej uprzejmie rzekł
Ci głupcy jeszcze wierzą w to, że zmienią rzeki bieg
Życie to dla nich kiepski żart, odejźmy lepiej stąd
I zrzucmy z twarzy cały fałsz - za dużo kłamstwa - to był błąd

Znad strażniczych wież władcy we wszystko mają wgląd
Damy odchodzą stąd i stąd, i bosa służba też
Słuchaj jak wyje dziki zwierz, horyzont zaszedł mgłą
Dwaj jeźdźcy zjawili się, z porywem wiatru mkną

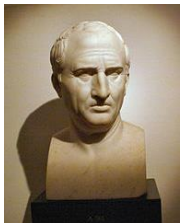


 **Kraków**

PROJEKT JEST WSPÓLFINANSOWANY
ZE ŚRODKÓW MIASTA KRAKOWA


CENTRUM AKTYWNOŚĆ
SENIORÓW





Cycon o starości

Aby lampa świeciła, trzeba dolewać do niej oliwy - Cycon

Marcus Tullius Cicero żył w latach 106-43 p.n.e. Był to rzymski mąż stanu, wybitny mówca i filozof. Pozostawił po sobie bogatą spuściznę pisarską: mowy polityczne i sądowe, pisma retoryczne, dzieła filozoficzne, wspaniałe listy mające często charakter traktatów filozoficznych. Do naszych czasów zachowało się m.in.: 16 ksiąg listów do Attyka, przyjaciela Cyconera, a wśród nich - "Księga o Starości". Pociesza w niej Attyka, siebie (przeżył 63 lata) i czytelników. Autor bierze w obronę człowieka starego, który wówczas był dyskryminowany, wyśmiewany w poezji, w sztukach teatralnych, a nosicielami takiej postawy była głównie młodzież. Starym zarzucano niedołęstwo fizyczne, tępy umysł, bliskość śmierci itp. Cyconer polemizuje z tymi zarzutami. Zgadza się, że stary człowiek jest mniej aktywny, ale starość stwarza nowe możliwości: rozsądek, doświadczenie, powagę, mądrość. Każdy wiek ma swoje walory, a starość to wiek pełnej dojrzałości, to cnota.

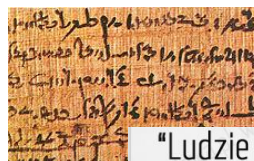
Przeżywanie tej dojrzałości zależy od charakteru człowieka. Cyconer dzieli tych ludzi na trzy grupy: jedni chcą być aktywni jak w młodości, ale nie zawsze ta chęć kończy się korzystnie; drudzy poddają się biernie starym ograniczeniom, chorobom itp.; a grupa trzecia, to ci, którzy zdają sobie sprawę ze swoich słabości, ale wykorzystują pozostałe możliwości i podejmują zadania adekwatne do swoich sił, tworzą i rozwijają nowe zamiłowania, uzdolnienia i czują się potrzebni w życiu. Cyconer porównuje starego człowieka do lampy, która gaśnie, jeśli nie doleje się do niej oliwy. Zaleca unikania nadmiernych przyjemności: obfitego jedła, picia, hulanków, itp. W zamian trzeba korzystać z przyjemności natury: słońca, pola, ogrodu. Śmierć jest nieunikniona, ale jest ona zgodna z naturą. Najczęściej budzi niepokój, nie należy jednak ubolewać nad nią, trzeba ją zaakceptować. Kiedy jabłko dojrzeje, spada. I jest to naturalne. Z tym przykładem można jednak dyskutować. Przecież dojrzałe jabłko jest bardzo smaczne i wartościowe. Trzeba tylko zerwać je we właściwym czasie i korzystać z jego przydatności. Cyconer mówi, że w życiu człowieka ważne są wartości materialne, ale ważniejszą wartość przedstawiają: estetyka, etyka i wiara. Twierdzi też, że "istnieje jedno, bezpostaciowe bóstwo, od którego wszystko pochodzi [...]", uważa, że "dusza człowieka jest nieśmiertelna, po odłączeniu od ciała otrzymuje nagrodę lub karę". Po dobrze spędzonym życiu starość i śmierć powinny być przyjmowane spokojnie, bo są one zgodne z naturą. Te poglądy przybliżyły Cyconera do chrześcijaństwa i stały się wzorem dla działalności np. św. Augustyna.

Często młodzi oceniają starych przez pryzmat swoich wad. Młodym brak jest cierpliwości, łagodności i nie powinni oni oceniać ludzi w podeszłym wieku. Współpraca młodzieży z seniorami daje obopólne korzyści, co także wyrażał Cyconer, mówiąc, że nie ma nic przyjemniejszego, jak starość otoczona młodością.

Owa oliwa dolewana do lampy, owe jabłko odpowiednio przechowywane, to działalność m.in. Uniwersytetów Trzeciego Wieku czy Klubów Seniora. Tu dojrzałe osoby mogą tworzyć i rozwijać nowe możliwości, mogą śpiewać, bawić się w aktorów, pisać wiersze i swoje wspomnienia, zawierać nowe znajomości, przyjaźnie, a nawet związki małżeńskie.

Cieszymy się więc, że nasze Uniwersytety i Kluby pełnią taką dobroczynną rolę. **Marian Bury**

RZYM - FORUM ROMANUM



"Ludzie podobni są do wina:
LICHE z latami SIĘ PSUJE,
a DOBRE staje się coraz LEPSZE."

WielkieStowa.pl

- Cyconer





I po wakacjach... W Iwoniczu-Zdroju [fotografie powyżej]

Miejscowość uzdrowskowa, uroczą i historyczną, niewielką i spokojną – taka jak lubię. Sanatorium, czyli rano zabiegi, a po południu wolne... Zabiegi – kuracjusze traktują je niezwykle poważnie, chyba o wiele poważniej, niż na to zasługują. Albowiem skutki ich działania są niezwykle skromne, jeśli w ogóle jakieś są... Miło jest posiedzieć kwadrans w kąpieli perełkowej, poćwiczyć trochę w basenie, czy na materacu. Kondycja i samopoczucie się poprawiają, ale żeby zaraz zdrowie? No, bez przesady...

Niezwykle aktywne w takich miejscowościach są biura rozrywkowo-turystyczne, które dwoją się i troją, by nagonić jak najwięcej ludzi na imprezy stacjonarne i wycieczki. No i spacer, spacer, spacer - bliższe i dalsze, co kto lubi, a przede wszystkim, ile kto może. Trzeba przecież dany czas maksymalnie „wykorzystać”.

A, i jeszcze pamiątki, zawsze na straganach obecne i zawsze chętnie kupowane. Ostatnio zapanowała moda na magnesy na lodówkę. Wygrywają ci, co mają dużą lodówkę, a najlepiej dwie, taka ich (magnesów) mnogość i różnorodność. Kupiłam sobie cztery - baranka regionalnego i z widokami uzdrowiska. Duża radocha!

Zresztą przecież większość seniorów zna to wszystko z autopsji, albowiem wyjazd do sanatorium to sens i cel życia niejednego z nas. 😊 Chociaż jak się dobrze rozejrzeć, można znaleźć jeszcze inne cele. I niekoniecznie muszą być to języki coraz bardziej obce, ale już komputer – jak najbardziej!

Barbara Klimasińska

Często prawdę wypowiada się żartem (prysłowie angielskie)

Jak Jan Himilbach miał zagrać u Stevena Spielberga...



Podobieństwo Himilbacha do Spencera Tracy oraz Kirka Douglasa, jak niesie legenda, sprawiło, że otworzyła się przed nim wielka kariera w Hollywood. Kiedyś więc chwalił się nawet, że rolę w filmie zaproponował mu sam Steven Spielberg. Pod jednym warunkiem: musiał nauczyć się angielskiego. – I co, uczysz się? – pytali znajomi. – Nie. Jeszcze nie. Spielberg się rozmyśli, a ja z tym angielskim zostanę jak ten ch-j – odpowiadał Himilbach. **AN**



John Cleese, angielski aktor komediowy: „Nie chcę być rządzony przez bandę europejskich biurokratów. Oni dbają tylko o siebie.”

THE GOSPEL
ACCORDING TO
JOHN CLEESE

