

# KROPLA OPTYMIZMU

Nr 3/15 – MARZEC 2018



CENTRUM AKTYWNOŚCI SENIORÓW > SENIOR OPTYMISTA <



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

**REDAGUJE: Barbara Klimasińska**

---

Pory roku przemijają, ludzie przemijają. Wszystko trwa tylko przez jakiś czas, zwykle krótko, i trzeba się z tym pogodzić. Inaczej człowiek staje się nieszczęśliwy. - *Rafał Kosik*

---



Fot. Barbara Klimasińska

## CZTERY PORY ROKU

Włoski skrzypek i kompozytor **Antonio Lucio Vivaldi**, autor słynnego cyklu 4 koncertów skrzypcowych - **Cztery pory roku (Le quattro stagioni)**. Utwory skomponowane zostały około 1720 roku w Mantui i wydane w Amsterdamie w 1725 roku. Koncerty te to:

Koncert nr 1 - **Wiosna** /La Primavera/ • Koncert nr 2 - **Lato** /L'Estate/

Koncert nr 3 - **Jesień** /L'Autunno/ • Koncert nr 4 - **Zima** /L'Inverno/

---

**Bila godzina czwarta i pojawiały się cztery pory roku:** wiosna z kukułką na świeżej bukowej gałęzi, lato z konikiem polnym na dojrzałym kłosie żyta, jesień z pustym gniazdem bocianim, gdyż ptaki odfrunęły, zima ze starą wroną, która w kącie za piecem opowiadała bajki, stare wspomnienia. - *Hans Christian Andersen, Historia najmniej prawdopodobna*

---





### Śluchacze o „Czterech porach roku”:

- Ekspresyjne, żywe, radosne, melancholijne...
- Usłyszałem i odpłynąłem. Czysta radość słuchania;
- Rzeczywiście. Pokuszę się o zawodowy komentarz audiofilski: „Daje czadu” !
- Nie znam się na klasyce, ale tego się dobrze słucha.

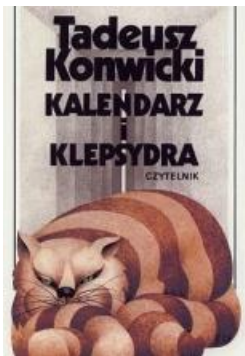
### Muzyka popularna

Muzyka popularna XX i XXI wieku jest inna niż dawna klasyka, przez co wiele osób omija tę ostatnią szerokim łukiem. To wielki błąd! Utwory klasyczne są nie tylko przyjemne do słuchania, ale też idealnie nadają się do relaksu, poprawy koncentracji i nauki. Zresztą podstawy muzyki klasycznej po prostu wypada znać. W klasyce zakochałem się już w podstawówce. Pamiętam, że jako dziecko miałem styczność z pojedynczymi utworami Mozarta, Bacha i Beethovena, ale dopiero jak w moje ręce trafiła płyta Vivaldiego *Cztery pory roku* dałem się wciągnąć w to na dobre. I gwoli wyjaśnienia dodam, że zarówno wcześniej jak i później słuchałem przeważnie muzyki popularnej, zazwyczaj rockowej i jazzowej, ale klasyka zawsze pozostała już moim azylem.

Istnieje przestrzeń naszej kultury, z których warto czerpać dla samego faktu czerpania, bez liczenia na korzyści. Choć z muzyką klasyczną może być podobnie, jej słuchanie przynosi wiele konkretnych i namacalnych korzyści. W klasyce znajdziemy utwory dostosowane do praktycznie wszystkich nastrojów. Znając style odpowiednich artystów nie będzie problemu z dobraniem sobie muzyki do własnego samopoczucia. Należy też wspomnieć o tym, co zazwyczaj doceniamy najpóźniej – bogate piękno tej muzyki. Twórcy, których sława przetrwała do dzisiaj, byli wirtuozami i genialnymi wizjonerami. Ich utwory to zazwyczaj wspaniałe uczyty dla audiofilów. Również osoby początkujące i posiadające gorszy słuch (ja się do nich zaliczam) będą czuły się usatysfakcjonowane, gdy tylko dadzą się wprowadzić w ten świat. [...]

- Łukasz Kielban

### Tadeusz Konwicki Kot Iwan



Kot Iwan, rzekomy syn Bazylego, jest dla nas bardzo niedobry. Owszem, bije nas często, lecz to można znieść. Najbardziej dręczy nas jego obojętność, która zresztą w końcowym efekcie jest dla niego zgubna. Ta wyniosła, królewska obojętność, obojętność wysoce prowokacyjna sprawia, że co chwila ktoś chwyta go na ręce i z wariacką zawziętością pieści pyszałka, chcąc wzbudzić w nim jakieś ludzkie uczucia. Kot znosi te zabiegi z bolesną rezygnacją, broni się delikatnie odpychając łapami roznamietnione twarze, rozpalone usta, aż w końcu wpada w szal, drze pazurami ofiary miłosne, gryzie w uszy albo w brody i wrywa się z siłą wołu. Potem otrząśnie się, wskoczy na półkę i siądzie

w postawie frontальной imponującej, która najbardziej prowokuje moje panie. Ta postawa frontalna imponująca jest jego najsilniejszą bronią. Wtedy jest najpiękniejszy i piękno to poraża nas zawsze z taką samą mocą. Kot siada na zadzie, przednie łapy, na których się opiera, zsuwa razem gestem schludności i zamiłowania do wyższej estetyki. Sekundę później podwija ogon i jedną łapą przydeptuje jego koniec, żeby nie odstawał niechlujnie i nie burzył symetrii. Teraz kot wypina pierś zdobną w czarny, szeroki naszyjnik, unosi szlachetną głowę, rozwiera najszerzej siarkowoseledynowe oczy. Zaczyna patrzeć na nas z mądrą powagą, z książęcą wyższością i z rozwścieczającym chłodem. A my, upokorzeni, czujemy, że on wie o nas wszystko, że może nawet częściowo nas rozumie, że coś widzi dalej i przenikliwiej niż my, i że mimo wszystko będzie kiedyś za nami głosował w tej ostatecznej, najwyższej instancji, której tak bardzo się lęka każdy człowiek.

Moje panie są o mnie zazdrosne. Twierdzą z uporem i roznoszą po mieście, że ja rozpieszczę kota Iwana. Ale to nieprawda. Ja jeden w tym domu jestem sprawiedliwy. Dbam lojalnie o potrzeby kota, tak jak zawsze dbaliśmy o zwierzęta na Wileńszczyźnie. Lecz nie próbuję go wcale antropomorfizować. Nie czuję się do niego, ale i nie dręcę. Nie całuję go, ale i nie ciągnę za wąsy. Nie obkładam go poduszczkami, ale i nie walę po grzbiecie gazetą. Być może kot to sobie ceni.(...)

**Kalendarz i klepsydra, 1976**

## MARZEC - Przysłowie: > Co marzec wypieczę, to kwiecień wysieczę <

### Gdybym ja mógł na siebie spojrzeć Twoimi oczami



Gdybym ja mógł na siebie spojrzeć Twoimi oczami  
To bym się zazielenił od stóp aż do głowy,  
A potem obrodził jabłkami, brzoskwiniami  
Czasem jodłowym.



Życie jodeł trwa dłużej, niż życie człowieka,  
Każda wiosna przywraca im zieleń młodości.  
Ale nigdy nie wraca czasu bystra rzeka,  
Nawet w miłości.

**Bogdan Czaykowski (strofy nieustająco urzekające...**

**bkl)**

### Wiosenne impresje...

Czerwona kula słońca nad ciemną linią drzew – nad ranem, prosto w oczy, gdy spieszę się na stację i popołudniem, gdy wracam już pociągiem, poprzez szybę. Albo też mgła o świcie – samotne drzewo w polu, brzeg rzeki, krawędź lasu – gotowe, miękkie kadry. Liczenie saren, myszów na gałęzi. I żurawie – dziesiątki, ich stałe zimowiska: posągi w dali i trzepot skrzydeł z bliska, klucze znaczące niebo. Gęsi. Śpiew parku – nie tylko już sikorek cykotanie. Świat jest ciekawy, życie nudne. Niedługo może wiosna...

**alexanderson, blog**

### Danuta Cieślik WIOSNĄ

Wesoły wiatr przepędza zimę ogrzewa nagie gałęzie drzew  
dając wiare na nowe życie wiosną...



### Zabójczy nadmiar informacji

Świat zmienia się w szybkim tempie. Niestety ewolucja człowieka nie nadąza za postępem. W przeszłości nasz gatunek miał setki lat na przystosowywanie się do nowości. Dziś co dekadę pojawiają się rewolucyjne wyzwania. Ma to dla nas wiele skutków – od chronicznych problemów z kręgosłupem, przez alergie, po epidemię otyłości. Jednak cierpią nie tylko nasze ciała, ale również umysły. Ludzki mózg nie jest przystosowany do radzenia sobie z taką ilością informacji. Nie wspominając o tym, że większość z nich niesie negatywne emocje. Niektórzy potrafią odciąć się od tego, co jest zbyt dalekie, inni przejmują się wszystkim. W efekcie wpadają w depresję, ogarnia ich apatia, a w niektórych przypadkach mają wręcz symptomy stresu pourazowego. Tak naprawdę dziś na świecie jest spokojniej niż kiedykolwiek. Przemoc jest mniej akceptowana, częstotliwość morderstw mniejsza, ale złe wiadomości sprzedają się lepiej niż dobre. Stąd tyle ich w mediach... Zamiast więc przeglądać newsy z głównego nurtu, szukajmy miejsc, które dostarczają pozytywnych informacji. O tym, co się udało, o ludziach, którzy pomagają innym: nauczycielach, lekarzach, społecznikach... Takich, którzy codziennie starają się czynić ze świata lepsze miejsce do egzystencji. Szukajmy osób, które zarażają pozytywną energią, by stać się jedną z nich. Wtedy nasze życie zacznie toczyć się w realu, a nie w wirtualnej rzeczywistości.

**Maja Kotecka**

### O KOTACH

\* Zdobyć przyjaźń kota nie jest rzeczą łatwą. Nie lokuje on swych uczuć nierozważnie: może zostać Waszym przyjacielem, jeśli jesteście tego godni, ale nigdy waszym niewolnikiem.

\* Czy dom bez kota - najedzonego, dopieszczanego i należycie docenionego - zastępuje w ogóle na miano domu?

\* Najmarniejszy kot jest arcydziełem - Leonardo da Vinci

\* Skrzywdzić kota jest bardzo łatwo, ale wierzcie mi, żaden to honor, żaden!

- Michaił Bułhakow

