



Listopadowe dni skracają obecność słońca w zamian lawina myśli nie ma końca

Przyjęło się określać listopad jako miesiąc ponury: zimny, wietrzny, dżdżysty, mglisty i melancholijny... Słowem – jako czas niepiękny i nie zachęcający do radości. Jednak i ten miesiąc przynosi dni zgoła odmiennej natury i posiada swoje niezaprzeczalne uroki. Tę właśnie refleksję Jadwiga Zgliszewska ukazuje w poniższym wierszu:

Listopadowe tango

Powiadają, że do tanga trzeba dwojga,
bo inaczej je zatańczyć niepodobna,
tak więc ja do pary sobie jesień proszę
z parasolem jak latawiec, i w kaloszach.

Płynnym ruchem, sennym trochę – zaczynamy,
sunąc wolno i dostojnie taki taniec...
Zahaczając o zagony mgieł kądziela,
a że nagie, chętnie się w nią przyodziewię.

Zręcznie także się uwija mknący strumyk;
wśród kamyków bieć ślalomem się nauczył,
a rześisty deszcz do wtóru, jak z fontanny,
bo chce... żenić się, jak wichrem opętany

Już gałęzie rąk podały swych konary
i w upojnym się objęciu posplatały,
a w powiewnie zdobnej szacie strosząc liście,
wytańcują przytulango zamasyście.

Kłębią się obłoki w górze, głaszcząc czule;
słońce wzajem – mizdrzy się do zwiewnych chmurek.
Najpierw jakby jeszcze chwilę się wahało,
wnet objęło stulą blasku przestrzeń całą.

Wdzięczne tango, roztańczone listopadem,
jak przed zimą tęskne z ziemią pożegnanie,
bo gdy pola śnieg przykryje, skurczy mrozem,
koniec płaśów, dokazywań, gier zmysłowych...





Listopadowe refleksje

Listopad. Czas zadumy, czas wspomnień o tych, którzy odeszli. Czas refleksji nad życiem swoim i cudzym. Życie długie i krótkie, lekkie i ciężkie, w zdrowiu i w chorobie, szczęśliwe i nieszczęśliwe, pełne łez radości i rozpacz. Różnie układają się ludziom te życia. Każde jest jednak szczególne, niepowtarzalne, tak jak człowiek któremu przypadło w udziale.

Cenne święta - Odwiedzamy cmentarze, gdzie leżą nasi bliscy. Przy tym często spotykamy krewnych przyjeżdżających nawet z bardzo daleka. Czasem jest to jedyne spotkanie z nimi w ciągu roku. Także z tego powodu są to bardzo cenne święta.

Dawne zwyczaje - Nasi przaprzodkowie podchodzili do Święta Zmarłych inaczej niż my teraz. Bardziej cieleśnie. Uważali, że właśnie w ten czas zmarli mogą odwiedzić nasz świat, zakosztować jeszcze raz placcka czy napitku. Noszono więc na cmentarze niewielkie poczęstunki dla krewnych. Groby ziemne wchłaniały te dary łatwo a darczyńcy cieszyli się z możliwości podzielenia się ze zmarłymi posiłkiem. Modlono się i śpiewano przy tym. Tak odprawiano słowiańskie Dziady.

Inne dziś - Dziś wygląda to zupełnie inaczej. Dziś wspieramy naszych bliskich zmarłych modlitwą, ciepłym wspomnieniem, świecikiem znicza. Wieczorny spacer cmentarnymi alejkami w ciszy, by nie zakłócać modlitwy innym ludziom, pośród pachnących chryzantem i płonących zniczy otula nas niezwykłą atmosferą tych jesiennych dni. „Memento Mori!” – słyhać te słowa w duszy szczególnie wyraźnie.

Zapomniane mogiły - Wysprzątane alejki, udekorowane groby, odświętnie przygotowane cmentarze zachęcają do spacerów pełnych refleksji. Są jednak groby, o które nie ma już kto zadbać, są cmentarze pokryte pierzyną liści, których nie ma kto sprzątnąć, są zapomniane mogiły gdzieś pod lasem... Zapalmy znicz na nieznanym grobie, sprzątnijmy stare cmentarze. Tam leżą prochy ludzi takich jak my. Może innej narodowości, może innego wyznania, może to był dobry człowiek, a może zły, może mieszkał tu od dawna, a może był tylko przejazdem. Ale człowiek. Żył, kiedyś mógł być dla kogoś całym światem...

Beata Bogusz

CYTATY

„Nie czekaj na odpowiedni nastrój. Nic nie osiągniesz, jeśli będziesz tak postępować. Twój umysł musi wiedzieć, że czas wziąć się do roboty.” *Pearl S. Buck*

„Niektóre rzeczy trzeba robić codziennie. Zjedzenie siedmiu jabłek w sobotę wieczorem zamiast jednego każdego dnia, to nie to samo” *Jim Rohn*

„Zacznij tam, gdzie jesteś, użyj tego, co masz, zrób co możesz.” *Arthur Ashe*

„Gdy fizyczne i umysłowe zasoby są skoncentrowane na jednym zadaniu, zdolność do jego wypełnienia wzrasta wielokrotnie.” *Norman Vincent Peale*

„Bądź zmianą, którą pragniesz ujrzyć w świecie.” *Mahatma Gandhi*

„Weź swoje życie we własne ręce, a wiesz, co się stanie? Coś strasznego: nie będzie kogo obwiniać!” *Erica Jong*



„Sztuka kroczenia naprzód polega na rozpoczęciu działania. Sztuka rozpoczynania działania opiera się zaś na dzieleniu skomplikowanych, przytłaczających zadań na mniejsze i łatwiejsze do opanowania działania, a następnie rozpoczęcie pierwszego z nich.” *Mark Twain*



Trójgłos o sanatorium

Głos I. Nigdy nie byłam w sanatorium. Lekarz po raz któryś proponuje, abym się tam wybrała. Nie palę się. Najbardziej mi nie pasują kilkuosobowe pokoje i dzień pocięty na identyczne kawałki godzinami posiłków i medycznych zabiegów. Grozą napawa mnie konieczność udzielania się w sanatoryjnym życiu towarzyskim. Relaksuję się, kiedy jestem sama. Nie znoszę masażu, udużwionych kąpeli, okładów, naświetlań, monotonnych fikań raz rączką, raz nóżką itp. Jak to znieść? Piszcie, może się poważę i wytransportuję do wód.

Głos II. A ja w sanatorium byłam już 8 razy i w tym roku znowu się wybieram. Uwielbiam zabiegi, szczególnie masaż na sucho i podwodne. Uważam, że najlepiej mieszka się w pokoju 2 osobowym. Samej jest nudno, raz byłam w pokoju jednoosobowym, we trzy to już tłok. Bardzo miło wspominać spędzony tam czas. Trafiałam na sanatoria, gdzie zabiegi były tylko rano. Po obiedzie był czas wolny. W niektórych sanatoriach są świetni tzw. kaowcy, którzy naprawdę potrafią zorganizować czas. Mnóstwo wycieczek, imprez i spotkań. Niezdecydowanym polecam - zabiegi są wspaniałe i naprawdę pomagają. Jeżeli chodzi o wieczorne życie towarzyskie, to muszę przyznać, że sama się zastanawiałam, po co niektórzy tam jeżdżą. Z przykrością muszę stwierdzić, że niektóre panie jeżdżą, aby się zabawić a nie leczyć, a ich zachowanie jest co najmniej niesmaczne. Panowie są bardziej dyskretni.

Głos III. Mnie się udało być w sanatorium kilka razy. Jestem bardzo zadowolona. Zawsze starałam się być w pokoju z drugą osobą. Jednak im jestem starsza to wolę być sama, ponieważ chrapię, inni zresztą też. Niektóre panie przyjeżdżają bardziej w celach towarzyskich a nie zdrowotnych a to czasami jest zabawne a czasami męczące. Więc staram się teraz żeby być sama w pokoju. Lubię jak mi podadzą jedzonko, nie muszę się o nic martwić, odpoczywam, biorę zabiegi, dużo spaceruję. Jedzonko może nie jest najlepsze ale to dobrze, zawsze udaje mi się parę kilogramów zgubić. Chętnie znowu pojedę, jak nadarzy się okazja. **Senior.pl**

Co czytamy?

Czytelnictwo w trzecim wieku to specyficzna sprawa. Badania czytelnicze wykazują, że w drugiej połowie życia stopniowo spada zainteresowanie beletrystyką na rzecz literatury faktu. Starsi ludzie chętniej sięgają po wszelkiego rodzaju pamiętniki, wspomnienia, relacje z niezwykłych przeżyć itp. Albowiem nie szukają już wzorców i recept na życie, których tak szczerze dostarcza literatura piękna, znacznie bardziej interesuje ich historia, realne wydarzenia, eseje czy publicystyka. Znam to z autopsji. Powieść musi być absolutnie doskonała, bym mogła starym zwyczajem przeczytać ją od deski do deski. Ale numerem jeden stała się dla mnie obecnie publicystyka. Ostatnimi czasy stwierdziłam, że coraz ciekawszy staje się rynek czasopism dotyczących polityki i spraw społecznych. A jeśli ktoś ma komputer to wie, że najwygodniej wyszukać tam interesujące nas artykuły i wszelkie potrzebne informacje. Także teksty literackie! Polecam - **Barbara Klimasińska**

PRZYSŁOWIA LISTOPADOWE

Deszcze listopadowe budzą wiatry zimowe.

Od świętego Marcina zima się zaczyna.

Po świętej Katarzynie pomyśl o pierzynie.



Ogary poszły w las.

Echo ich grania słabło coraz bardziej, aż wreszcie utonęło w milczeniu leśnym. Zdawało się chwilami, że nikły dwugłos jeszcze brzmi w boru, nie wiedzieć gdzie, to jakby od strony Samsonowskich lasów, od Klonowej, od Bukowej, od Strawczanej, to znowu jakby od Jeleniowskiej Góry... Gdy powiew wiatru nacichał, wynurzała się cisza bezdenna i nieobjęta na podobieństwo błękitu nieba spomiędzy obłoków i wówczas nie słychać było nic a nic. (...)

Stefan Żeromski, Popioły
