

PULS

GAZETA STUDENTÓW

NR 249• 02-2025

ISSN 2956-784X





TEATR WIELKI

IM. STANISŁAWA MONIUSZKI
W POZNANIE

GIUSEPPE VERDI

AIDA

Guidarini / Weiss



design: Zdzisław Mielnik



WAJTKOWSKA



miasto poznań
Urząd Miasta
Poznań

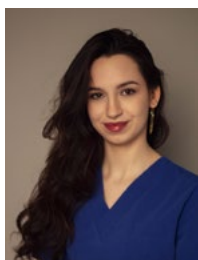


Ministerstwo Kultury
i Dziedzictwa Narodowego

partner projektu



ALEKSANDRA DŁUGOSZ
P.O. REDAKTORA NACZELNEGO



Samotność – cichy zabójca

Samotność to nie tylko chwilowe uczucie osamotnienia. To stan, który powoli, niemal niezauważalnie, odbiera siły, podkopuje poczucie własnej wartości i niszczy zdrowie – psychiczne i fizyczne. Badania pokazują, że chroniczna samotność zwiększa ryzyko depresji, chorób serca, a nawet skracając życie. A jednak wciąż tak rzadko o niej mówimy.

W świecie, gdzie mamy setki znajomych online, ale często nikogo, komu moglibyśmy się zwierzyć, łatwo wpaść w pułapkę izolacji. Czasem wystarczy drobny gest – wiadomość, telefon, zaproszenie na spacer – by ktoś poczuł się mniej samotny. Jeśli to Ty czujesz, że samotność Cię przytłacza, nie bój się szukać wsparcia. Rozmowa może uratować życie. Może właśnie Twoje.

p. o. Redaktora Naczelnego: Aleksandra Długosz

Skład: Maja Łowczyk, Maria Tomaszewska

Okładka: Maria Tomaszewska

Strona internetowa: Weronika Pierz

Korekta: Wojciech Pękosz, Iga Bernacka, Zofia Wieczorek

Ilustracje: Maja Gołębiowska, Zosia Jasik, Maria Tomaszewska

Kolegium: Róża Krysztofiak, Kamila Garus, Patryk Moczyński, Marcin Żółtowski, Mateusz Szot, Piotr Bojarski, Aniela Żak, Paulina Chmiela, Alicja Urbańczyk, Emilia Dańczyk, Konrad Strzelecki, Adrian Kostrzewa

SPIS TREŚCI

3 Słowo wstępu *Aleksandra Długosz*

4 Wariograf

NAUKA

5 Zaburzenia osobowości 7/8 *Patrycja Bartczak*

7 Innowacja i edukacja: *Nela Wiśniewska*

9 CYKL: Niepowtarzalni *Zuzanna L. Adamkiewicz*

11 Medyczny Nobel 2024 *Patryk Moczyński*

ROZMAITOŚCI

13 Wycieczka #2 *Maria Tomaszewska*

16 Walka o lepszą przeszłość *Michał Chodacki*

18 Kilka słów o etosie pracy *Wojtek Janczak*

21 Południowy wymiar szarości *Zuzanna Nogaj*

KULTURA

23 CYKL: Taśmy filmowe *Anna Patrzala*

26 Stetoskop i Pióro #10 *Jakub Trojanowski*

28 Kapitał w służbie zdrowia *Wojciech Pękosz*

psychicznego

30 CYKL: Artefakty *Weronika Musiał*

ROZRYWKA

33 Krzyżówka

34 Sudoku

38 Suchary

Koordynatorka Działu Pisarskiego: Weronika Musiał

Koordynator Działu Korekty Językowej: Wojciech Pękosz

Koordynatorka Działu PR: Aleksandra Kurowska

Koordynatorka Działu HR: Maria Tomaszewska

Koordynator ds. Kontaktów Zewnętrznych: Jan Mroczkowski

Koordynatorka Działu Nagrań Audiowizualnych: Zuzanna Nogaj

Numer zamknięto: 10.01.2025 r.

Nakład: 1000 sztuk i wydanie internetowe

Adres redakcji: DS Karolek, ul. Rokietnicka 5E, 60-806 Poznań

pulsum.ump.edu.pl • fb.com/PulsUMP • redakcja@pulsum.pl

Redakcja zastrzega sobie prawo do skracania i adiacji tekstów oraz zmiany ich tytułów. Zgłoszenie tekstu do druku jest jednoznaczne z przekazaniem Redakcji prawa do jego własności.

WARIOGRAF

IMIĘ I NAZWISKO: Tomasz Zaprutko

STOPIEŃ NAUKOWY: dr hab.

STANOWISKO: adiunkt

STAŻ NA UCZELNI: 14 lat razem ze studiami doktoranckimi



TRZY SŁOWA, KTÓRE NAJTRAFNIEJ MNIE OPISUJĄ: optymista, uparty, zabiegany.

JESTEM MISTRZEM W: chyba mógłbym wystartować w mistrzostwach w oglądaniu meczów piłkarskich. Im

więcej tym lepiej.

MAM SŁABOŚĆ DO: czekolady mlecznej, sernika i sportu, głównie piłki nożnej.

NIE POTRAFIĘ: śpiewać i grać na instrumentach.

ZAWSZE CHCIAŁEM SIĘ NAUCZYĆ: porządnie jeździć na nartach i bardziej zgłębić tajniki informatyki.

CHCIAŁBYM JESZCZE: pojechać w wiele miejsc na świecie.

AUTORYTETEM SĄ DLA MNIE: Najbliżsi i po prostu dobrzy, mądrzy ludzie.

KIEDY KŁAMIĘ: staram się tego nie robić, choć się zdarza i wtedy to widać.

SŁOWA, KTÓRYCH NADUŻYWAM: generalnie, nie wyrobię się.

IRYTUJE MNIE: nadużywanie pozycji, wywyższanie się, lenistwo.

KIM LUB CZYM CHCIAŁBYM BYĆ, GDYBYM NIE BYŁ TYM, KIM JESTEM: piłkarzem (!) lub komentatorem sportowym.

STUDENTOM ZAZDROSZCZĘ: większych, niż w moim studenckim czasie, możliwości wyjazdów także w ramach kształcenia.

KIEDY STOJĘ W KORKU: wykonuję telefony lub słucham muzyki.

MOJE HOBBY TO: sport, na czele z piłką nożną oraz podróże.

ZAWSZE MAM PRZY SOBIE: klucze, telefon.

NIEZWYKŁA UMIEJĘTNOŚĆ, KTÓRĄ POSIADAM: może umiejętność wypowiadania się pod presją i organizowania różnych wydarzeń?

MOJE ULUBIONE MIEJSCE NA ZIEMI: jest wiele miejsc do których mam sentyment, ale na pewno rodzinny

Poznań oraz niezatłoczone nadbałtyckie plaże.

MUZYKA, PRZY KTÓREJ SIĘ BAWIĘ: jako tata gromadki dzieci mam głównie do wyboru Majkę Jeżowską, Mu-

chę w mucholocie i podobne hity, choć moi synowie uwielbiają także dźwięki Męskiego Grania.

MUZYKA, PRZY KTÓREJ ODPOCZYWAM: w zależności od nastroju – czasem rock, filmowa, ale może być też coś lżejszego i lekko klubowego.

ENERGII DODAJE MI: słońce, sport, wyjazd/podróż.

MOJA RADA DLA STUDENTÓW: korzystać z możliwości spotkań, cieszyć się dniem, ale także rozwijać się stawiając sobie ambitne odważne cele.

NETFLIX, HBO CZY TELEWIZJA: spacer, boisko, rower, basen, bieganie

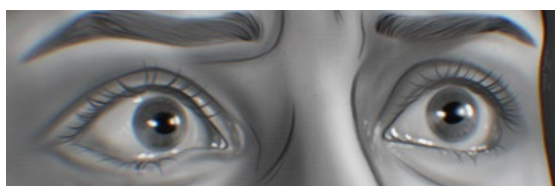
JEŚLI TELEFON TO ANDROID CZY IPHONE: iphone (używam, ale bez głębszego „uczucia”)

ULUBIONE HASŁO, KTÓRE CZĘSTO WYPOWIADAM: „Nie wyrzucaj, wykorzystaj” za jednym z piesków z Psiego Patrolu, który oglądali moi synowie. Tak jakoś zostało.

Zaburzenia osobowości 7/8

Osobowość lękliwa

Nie są przezroczyści, a jednak pozostają niezauważeni. Osoby z lęklwym zaburzeniem osobowości (inaczej unikającym zaburzeniem osobowości) są wyjątkowo wrażliwe na krytykę i w obawie przed negatywną oceną wycofują się z kontaktów z innymi ludźmi. Ograniczają swój kontakt ze światem do niezbędnego minimum, stale odczuwając lęk przed dezaprobatą, choć w głębi duszy pragną nawiązywać bliskie relacje z innymi.



Czym są zaburzenia osobowości?

Aby skupić się na opisie konkretnego zaburzenia osobowości, najpierw wyjaśnię, czym ogólnie charakteryzują się zaburzenia osobowości jako patologie. Są to utrwalone, nieadaptacyjne wzorce zachowań i schematy myślenia, które znacząco utrudniają funkcjonowanie w życiu społecznym.

Obraz człowieka z osobowością lęklwą

Osoby z osobowością lęklwą często czują się nieatrakcyjne i nie godne uwagi innych. Decydują się na wchodzenie w relacje jedynie wtedy, gdy są przekonane o pełnej akceptacji ze strony drugiej osoby. Nawet wówczas, gdy otrzymują akceptację bliskich, mogą uważać, że jest ona wynikiem nieujawnienia całego siebie i ukrywania swoich prawdziwych cech. Mimo że na co dzień wycofują się z życia społecznego, osoby lęklwe odczuwają silną potrzebę nawiązywania bliskich relacji. W rezultacie często zmagają się z poczuciem osamotnienia. Ich cierpienie wynika z konfliktu pomiędzy silną potrzebą bliskości a paraliżującym lękiem przed wchodzeniem w relacje. Jednym z głównych źródeł tego lęku jest

strach przed kompromitacją. Obawa przed ośmieszeniem czy porażką jest tak silna, że osoby lęklwe rezygnują z wielu życiowych możliwości, takich jak podróże, awanse zawodowe czy zmiana środowiska pracy. W ten sposób ich potencjalny rozwój osobisty i zawodowy zostaje ograniczony przez wewnętrzne bariery lękowe.

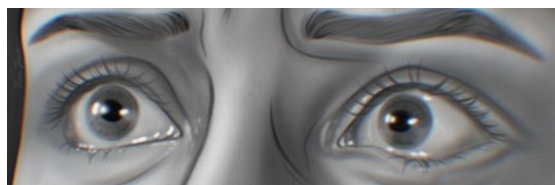
Życie z osobowością lęklwą

Osoby z zaburzeniem lęklwym często postrzegają siebie jako obciążenie dla rodziny lub zbędny element w otoczeniu. Z obawy przed ośmieszeniem mogą unikać dzielenia się swoimi emocjami i uczuciami, nawet z najbliższymi. Strach przed zniecierpliwieniem lub odrzuceniem innych sprawia, że nie komunikują swoich potrzeb, tłumiąc je w sobie. Osoby lęklwe źle czują się w większych grupach ludzi, gdzie mają poczucie bycia narażonymi na potencjalnie niebezpieczne, z ich perspektywy, konfrontacje. Często towarzyszy im wrażenie, że są obserwowane lub oceniane w negatywny sposób. W skrajnych przypadkach mogą doświadczać urojeń dotyczących nieprzychylnego nastawienia otoczenia czy bycia obgadywanymi przez innych.

Osobowość lęklwa a fobia społeczna

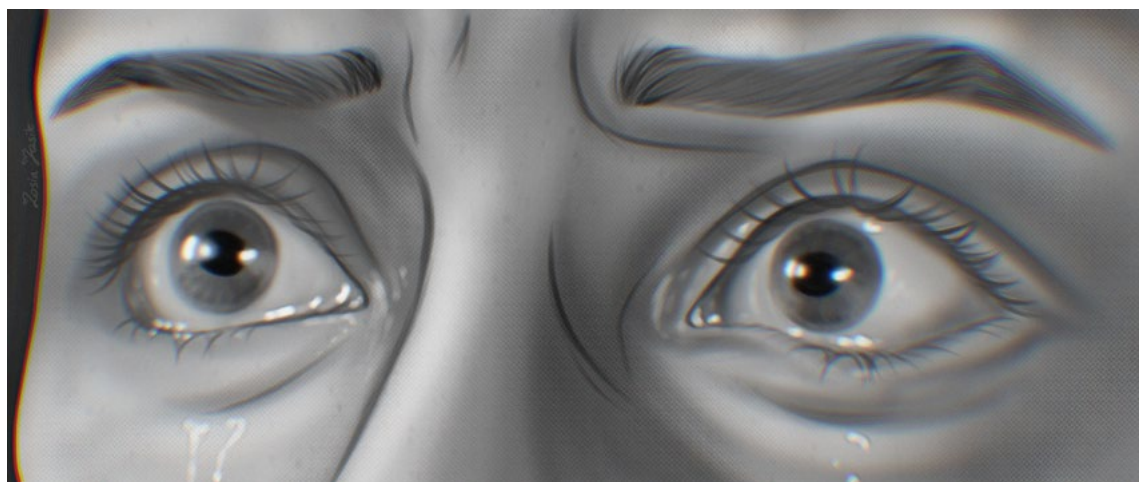
Oba zaburzenia charakteryzują się silnym lękiem w sytuacjach związanych z obecnością innych osób. Na pierwszy rzut oka zidentyfikowanie istotnych

różnic może wydawać się trudne, ponieważ zarówno w przypadku fobii społecznej, jak i osobowości lękliwej, wyłania się obraz osoby wycofującej się z konfrontacji z innymi, odczuwającej lęk przed wystąpieniami publicznymi, obawę przed krytyką oraz niepokój związany z poznawaniem nowych osób. W obu przypadkach mogą również występować napady paniki w stresujących sytuacjach, którym często towarzyszą objawy somatyczne, takie jak nudności czy zaczerwienienie. Kluczową różnicą między tymi zaburzeniami jest ich charakter. Zaburzenie osobowości jest stałym, utrwalonym schematem zachowań, co sprawia, że jest ono chroniczne i trudne do zmiany. Z kolei objawy fobii społecznej pojawiają się w określonych sytuacjach i poza nimi osoba dotknięta fobią może prowadzić zupełnie normalne życie towarzyskie. Fobia społeczna jest więc pojęciem węższym i zazwyczaj powoduje mniej negatywnych następstw niż osobowość lękliwa. Warto również zauważyć, że nie każda osoba cierpiąca na fobię społeczną ma zaburzenie osobowości. Natomiast u każdej osoby z unikającym zaburzeniem osobowości występują objawy fobii społecznej, które są integralną częścią tego szerszego problemu.



Możliwości terapeutyczne

Podobnie jak w przypadku innych zaburzeń osobowości, przyczyny upatruje się w połączeniu czynników genetycznych i psychospołecznych. Istnieją jednak przesłanki, że istotną rolę może odgrywać styl rodzicielstwa, charakteryzujący się wysokimi ambicjami i wygórowanymi wymaganiami rodziców, a także krytyką za każdy, nawet najdrobniejszy błąd. Taki styl wychowania może prowadzić do niskiej samooceny dziecka. Innym czynnikiem może być nieobecność rodzica, wynikająca na przykład z choroby alkoholowej lub innych problemów życiowych. Leczenie zaburzenia opiera się głównie na psychoterapii. Powinna ona koncentrować się na budowaniu i wzmacnianiu pozytywnych przekonań na temat własnej osoby, a także na treningu umiejętności interpersonalnych, aby pomóc pacjentowi w nawiązywaniu i utrzymywaniu satysfakcjonujących relacji z innymi.



Ilustracja: Zosia Jasik

Innowacja i edukacja

I Klinika Kardiologii Uniwersytetu Medycznego im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu

Choroby układu sercowo-naczyniowego stanowią jedną z głównych przyczyn zgonów na świecie. W Polsce liczba zgonów z powodu chorób sercowo-naczyniowych oscyluje wokół 40%, co czyni je najczęstszą przyczyną śmierci w naszej populacji. Pomimo alarmujących statystyk, wielu przypadkom można skutecznie zapobiec poprzez wdrożenie odpowiednich działań profilaktycznych. Polegają one na ocenie ryzyka sercowo-naczyniowego przy użyciu narzędzi takich jak algorytmy SCORE2 i SCORE2-OP oraz eliminacji czynników modyfikowalnych, do których zalicza się: nieprawidłowe odżywianie, brak aktywności fizycznej, nikotynizm, nadciśnienie, dyslipidemię, cukrzycę czy nadwagę.

Jak walka z chorobami sercowo-naczyniowymi wygląda w I Klinice Kardiologii Uniwersytetu Medycznego im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu? Jak wykorzystywane są obecnie najnowsze trendy w kardiologii?

Zastanówmy się jak wykorzystać wszelkie innowacje, by skuteczniej walczyć z chorobami układu sercowo-naczyniowego. W Klinice szeroko stosowane są nowoczesne technologie takie jak kamizelki defibryacyjne, które stanowią tymczasowe zabezpieczenie przed groźnymi arytmiami pacjentów zagrożonych nagłym zatrzymaniem krążenia. W zakresie leczenia arytmii stosowane są również najmniejsze na świecie bezelektrodowe stymulatory Micra™ AV 2.0 - osiąga ją wielkość zaledwie małej kapsułki. Ponadto, nasz ośrodek był jednym z dwóch w Polsce, w którym wykorzystano po raz pierwszy sztuczną inteligencję do rejestrowania arytmii. W tym celu wykorzystano najnowszy BIOMONITOR VI z systemem SmartECG. Za pomocą specjalnych algorytmów nieprawidłowości rytmu serca analizowane są od razu, następnie za pomocą systemu zdalnego monitorowania dane z odczytu są dostępne dla lekarza.

W leczeniu wad strukturalnych serca wykonywane są mało inwazyjne zabiegi takie jak: TAVI

(przecewnikowa implantacja zastawki aortalnej), MitraClip (wykorzystywany w leczeniu niedomykalności zastawki mitralnej) oraz TriClip (ukierunkowany na leczenie niedomykalności zastawki trójdzielnej). Te innowacyjne, małoinwazyjne technologie stosowane w kardiologii interwencyjnej zrewolucjonizowały leczenie pacjentów z wadami zastawkowymi serca. Dzięki nim wiele osób, które wcześniej nie kwalifikowały się do operacji kardiochirurgicznych, może liczyć na skuteczne leczenie i polepszenie komfortu życia.

Dodatkowo, w leczeniu zaawansowanych schorzeń sercowo-naczyniowych wykorzystywane są także inne nowoczesne metody. Jedną z nich jest przedsionkowy regulator przepływu (AFR), który pozwala na optymalizację przepływu krwi między przedsionkami u pacjentów z niewydolnością serca. Kolejną innowacją jest system AngioVac, stosowany do „odsysania” skrzepin i materiałów zatorowych z układu żylnego i prawego serca. Ta technologia pozwala na skuteczne leczenie pacjentów z zagrożeniem zatorowością płucną. To sprawia, że I Klinika Kardiologii Uniwersytetu Medycznego im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu jest najbardziej doświadczonym w Polsce ośrodkiem.



Jak więc przebiega działalność Studenckiego Koła Naukowego Kardiologicznego I znajdującego się przy I Klinice Kardiologii Uniwersytetu Medycznego w Poznaniu?

Działalność Studenckiego Koła Naukowego Kardiologicznego I, którego opiekunem jest pani dr hab. n. med. Marta Kałużna-Oleksy, cechuje się dynamicznym i merytorycznym podejściem do edukacji i rozwoju naukowego. Regularnie organizujemy spotkania, podczas których zgłębiamy aktualne tematy związane z kardiologią. Nasi członkowie mogą na bieżąco dzielić się propozycjami na kolejne spotkania.

W zeszłym roku akademickim udało nam się przeprowadzić warsztaty praktyczne z podstaw elektrokardiografii, echokardiografii oraz protokołu FAST i BLUE. Członkowie Koła opublikowali 10 prac naukowych. Warto jeszcze wspomnieć o wystąpieniach na kongresach i konferencjach zarówno krajowych jak

i międzynarodowych. To właśnie dzięki tym sukcesom udało nam się zająć II miejsce w Rankingu Kół Naukowych za rok akademicki 2023/2024.

Pomimo naszych osiągnięć nie spoczęliśmy na laurach. Aktualnie działamy w 14 grupach projektowych, których tematyka jest niezwykle różnorodna i obejmuje zagadnienia zarówno z zakresu kardiologii interwencyjnej, jak i prewencyjnej. Dzięki temu każdy członek Koła może znaleźć obszar odpowiadający jego zainteresowaniom i zaangażować się w projekty o dużym potencjale naukowym i praktycznym. W celu dalszego poszerzania horyzontów w tym roku nasze SKN zostało oficjalnym partnerem Studenckiego Stowarzyszenia Kardiologicznego, co umożliwia nam współpracę ze studenckimi kołami naukowymi w całym kraju. Nasi członkowie po dołączeniu do Stowarzyszenia mogą uczestniczyć w dodatkowych wydarzeniach naukowych, wymieniać się doświadczeniami oraz promować współpracę między studentami medycyny z całej Polski.

Jeśli pasjonujesz się kardiologią i działalnością naukową nie może Cię zabraknąć na naszych spotkaniach! To doskonała okazja, aby zgłębić tajniki kardiologii, nawiązać cenne kontakty i rozwijać swoje pasje pod okiem doświadczonych specjalistów. Możesz do nas dołączyć w dowolnym momencie – nie ma znaczenia, na którym etapie studiów medycznych jesteś. Wystarczy, że zeskanujesz kod QR poniżej, który przekieruje Cię do naszej grupy na Facebooku. Do zobaczenia w gronie pasjonatów kardiologii!



Cykl: Niepowtarzalni, czyli rzadkie choroby świata

#4 – zaburzenia spichrzania miedzi

Ludzkie ciało potrafi znakomicie zarządzać swoimi zasobami – zarówno makroskładnikami, takimi jak białko czy tłuszcz, jak i mikroskładnikami – pierwiastkami i witaminami. Większość z nich ulega ciągłej recyrkulacji lub regularnej wymianie – wydalamy je, syntezujemy lub dostarczamy z pożywieniem. Co ciekawe, czasami nasze upodobania żywieniowe mogą dostarczyć nam informacji o tym, czego nasze ciało aktualnie potrzebuje: przy niedoborach sodu częściej sięgamy po słone dania, natomiast niedostateczna ilość żelaza, zwłaszcza u dzieci i ciężarnych, skutkuje apetytem na dość nietypowe przekąski – lód, ziemie, papier czy skrobię. Niestety, dysfunkcja mechanizmów „zarządzania” pewnym pierwiastkiem – miedzią, stanowi przyczynę dwóch interesujących schorzeń genetycznych.

Miedź występuje zarówno w pokarmach roślinnych, jak i odzwierzęcych – nasionach strączkowych, orzechach, płatkach owsianych i mięsie. Dzielne spożycie powinno wynosić około 2-3 mg, jest zatem mikroelementem (pierwiastkiem śladowym). Objawy chorób metabolizmu miedzi pozwalają nam zaobserwować, że stanowi jednak kluczowy element funkcjonowania organizmu: reguluje metabolizm żelaza, uczestniczy w wytwarzaniu kolagenu, a także zwalczaniu wolnych rodników jako koenzym.

Choroba Wilsona jest dolegliwością dziedziczną autosomalnie recesywnie i występuje raz na około 3 300 urodzeń, co czyni ją chorobą rzadką. Główny problem z jakim boryka się organizm w opisanym schorzeniu stanowi niemożność wydalenia nadmiaru miedzi do żółci, co prowadzi do jej niekontrolowanego gromadzenia w narządach, głównie mózgu

i wątrobie. Miedź, która nie jest w stanie związać się już z białkiem ulega reakcji Fentona – oksydacji, powodując uszkodzenia komórek oraz jest uwalniana do krwi, z którą wędruje do innych narządów. Objawy zazwyczaj rozpoczynają się w okresie dojrzewania – obserwujemy postępujące uszkodzenie wątroby, marskość i zapalenie. Pacjenci często zatem zgłaszają się z takimi dolegliwościami jak żółtaczka, zmęczenie, spowolnienie krzepnięcie, a w ciężkich przypadkach obecne są już żyłaki przełyku czy wodobrzusze lub anemia hemolityczna wynikająca z rozpadu czerwonych krwinek. Z czasem postępują także objawy neurologiczne – parkinsonizm, drżenie, ataksja (brak koordynacji) czy dystonia (niekontrolowane ruchy ciała), a także migreny czy napady drgawkowe. Pacjenci doświadczają również objawów psychiatrycznych prezentujących się jako zmiany osobowości, psychoza czy depresja, co często prowadzi do

opóźnienia diagnozy właściwej przyczyny dolegliwości. U 2/3 chorych obecny jest także charakterystyczny pierścień w odcieniach brązu lub zieleni na powierzchni rogówki oka. Na szczęście obecnie dostępne jest już leczenie obejmujące hamownie absorpcji miedzi z pokarmu lub zwiększające jej wydalanie z moczem. Niestety, nie zawsze przynosi ono pozytywne rezultaty u pacjentów z objawami psychiatrycznymi.

Zupełnie odwrotna sytuacja pojawia się w chorobie Menkesa, będącej schorzeniem ultrazadkiem – spotkamy się z nim zaledwie raz na 100 000 urodzeń. Powiąza-

nie zmutowanego genu z chromosomem X przekłada się na znacznie większą zapadalność wśród chłopców. Pomimo odpowiedniego dostarczania pierwiastka z pokarmem, występuje jego ciągły niedobór przez defekt błonowego transportera miedzi. Paradoksalnie miedź gromadzi się w niektórych tkankach – nabłonku jelita cienkiego i nerkach. Niestety, w tym przypadku choroba przekłada się na znacznie skrócony czas życia –

dzieci zazwyczaj dożywają zaledwie 4 urodzin, a jej pierwsze objawy widoczne są tuż po urodzeniu. Noworodki rodzą się z siwymi, kręconymi i rzadkimi włosami, stąd angielska nazwa choroby – kinky hair disease (KHD). Jest to związane z rolą miedzi w produkcji melaniny (barwnika skóry i włosów), a także kolagenu i elastyny. Widocznym objawem jest również biała skóra, występująca jakby w nadmiarze w okolicy pachowej i charakterystyczna pucołowata twarz. Niedobór miedzi w ośrodkowym układzie nerwowym prowadzi także do degeneracji, obniżenia zdolności psychoruchowej, napadów padaczki i spadku napięcia mięśni, a w późniejszym okresie spastyczności (wzmoczonego napięcia). Często pojawiają się także przepukliny i zmiany kostne – uogólniona osteoporoza lub zespół rogu potylicznego prezentujący się zwapnieniami i zmianami kości długich o łagodnym przebiegu. Niestety pomimo suplementacji miedzi nawet w znacznych ilościach, nie jesteśmy w stanie wprowadzić jej do każdej komórki naszego ciała, stąd obecnie nie istnieje preparat leczący chorobę Menkesa.

Pokarmowe niedobory miedzi występują rzadko, jednak jeśli obserwujesz u siebie podatność na infekcję, utratę elastyczności skóry, zaburzenia równowagi, a badania krwi wskazują niedokrwistość – rozważ suplementację lub... zacznij regularnie kupować mieszanki orzeszków i nasion.

Medyczny Nobel 2024

Nagroda Nobla w dziedzinie fizjologii lub medycyny w 2024 roku trafiła do duetu amerykańskich biologów. Victor Ambros i Gary Ruvkun odkryli mikroRNA i jego rolę w potranskrypcyjnej regulacji genów.

RNA, czyli kwas rybonukleinowy, należy do grupy związków organicznych uczestniczących w powstawaniu białek w organizmie. Wyróżnia się kilka rodzajów RNA, między innymi mRNA (informacyjny), rRNA (rybosomalny), tRNA (transportujący) i wspomniany miRNA (interferencyjny). Informacja genetyczna z DNA jest przekazywana do RNA w procesie transkrypcji, a następnie w rybosomach następuje translacja i produkcja aminokwasów, budujących białka. Informacje przechowywane w naszych chromosomach można porównać do instrukcji obsługi wszystkich komórek w naszym ciele. Każda komórka zawiera te same chromosomy, więc każda komórka zawiera dokładnie ten sam zestaw genów i dokładnie ten sam zestaw instrukcji. Jednak różne typy komórek dzięki mikroRNA aktywują w danym momencie inne geny. Do chwili odkrycia miRNA wiadano jedynie, że tylko około 2% DNA jest nośnikiem tzw. twardych danych genetycznych, pozostałe 98% materiału było niepoznane.

Nie wszystkie geny kodują produkty białkowe i tak właśnie jest z mikroRNA, które działają jako precyzyjne regulatory innych genów w procesie potranskrypcyjnym. Ta grupa cząsteczek o długości 21-23 nukleotydów pełni istotną rolę w procesach kontrolowania ekspresji genów, co może prowadzić do zmian w fenotypie organizmu. miRNA łączą się z docelowym mRNA, czyli cząsteczkami RNA kodującymi białka, prowadząc do jego degradacji lub zahamowania translacji białek. Co ciekawe, pojedynczy mikroRNA może regulować ekspresję wielu różnych genów i odwrotnie — pojedynczy gen może

być regulowany przez wiele mikroRNA, koordynując i dostrajając w ten sposób całe sieci genów. miRNA są zaangażowane w kontrolę cyklu komórkowego, różnicowanie komórek, rozwój embrionalny oraz odpowiedź na stres i sygnały zewnętrzne. To odkrycie ujawniło nowy mechanizm kontroli genetycznej i pokazało, że regulacja genów jest znacznie bardziej skomplikowana niż dotychczas sądzono.

Odkrycia miRNA już w latach 80. XX wieku dokonali ubiegłorocznymi nobliści. Skupiali się na badaniu nicienia *C. elegans* — organizmu modelowego, który pomimo swojej prostoty i niewielkich rozmiarów posiada wiele wyspecjalizowanych typów komórek, takich jak komórki nerwowe i mięśniowe, które występują też u większych, bardziej złożonych organizmów. Szczególnie interesowały ich geny *lin-4* i *lin-14*, których mutacje prowadziły do poważnych zaburzeń w rozwoju larwalnym nicienia. Victor Ambros, badając gen *lin-4*, odkrył, że nie koduje on białka, lecz produkuje krótki, niekodujący RNA o długości zaledwie 22 nukleotydów. Równocześnie Gary Ruvkun analizował gen *lin-14* i zauważył, że jego ekspresja jest regulowana na poziomie potranskrypcyjnym, podczas gdy w tamtym czasie panowało przekonanie, że regulacja ekspresji genów kodujących białka odbywa się głównie na etapie transkrypcji, w obrębie samego genu. Obaj laureaci porównali wyniki swoich badań, co zaowocowało wspólnym przełomowym odkryciem. Krótka sekwencja *lin-4* pasowała do komplementarnych sekwencji w krytycznym segmencie mRNA *lin-14*.

Kolejny przełom nastąpił w 2000 roku, kiedy Gary Ruvkun odkrył kolejny miRNA — *let-7*. W przeciwieństwie do *lin-4*, *let-7* okazał się wysoce konserwowany ewolucyjnie i obecny u wielu gatunków, w tym u ludzi. Obecnie, dzięki postępom w biologii

molekularnej i technologiach sekwencjonowania, wiadomo, że ludzki genom koduje ponad tysiąc mikroRNA. Oprócz mapowania nowych mikroRNA, eksperymenty kilku grup badawczych wyjaśniły mechanizmy wytwarzania mikroRNA i dostarczania ich do komplementarnych sekwencji docelowych w regulowanych mRNA.

miRNA również u roślin pełnią wiele funkcji, m.in. biorą udział w regulacji procesów rozwojowych, takich jak kwitnienie, wytwarzanie organów czy kształtowanie liści. Wpływają również na odporność roślin, regulując ekspresję genów związanych z odpowiedzią na patogeny. Manipulacja miRNA może prowadzić do uzyskania roślin o pożądanych cechach, takich jak większa wydajność czy odporność na choroby, co przyczynia się do zwiększenia plonów.

Odkrycie miRNA przez Victora Ambrosa i Gary'ego Ruvkuna zmieniło rozumienie regulacji genetycznej. Udowodniło, że niekodujące RNA pełnią kluczowe funkcje biologiczne. Otworzyło to nowe kierunki badań w genomice, biologii molekularnej i medycynie. Z badań genetycznych wiemy, że komórki i tkanki nie rozwijają się normalnie bez mikroRNA. W medycynie badania nad miRNA przyczyniają się do rozwoju nowych metod diagnostycznych i terapeutycznych. miRNA są badane jako potencjalne cele

w terapiach przeciwnowotworowych, gdzie modulacja ich aktywności może zahamować wzrost komórek nowotworowych lub zwiększyć skuteczność chemioterapii. Ponadto, miRNA są wykorzystywane jako biomarkery w diagnostyce chorób sercowo-naczyniowych, neurodegeneracyjnych i metabolicznych.

Mimo że od odkrycia miRNA minęło ponad 30 lat, wciąż wiele pozostaje do zrozumienia. Badania koncentrują się na identyfikacji nowych miRNA, ich celów molekularnych oraz mechanizmów regulacji. Szczególnie interesujące są badania nad rolą miRNA w chorobach oraz możliwościami terapeutycznymi. Przełomowe odkrycie Ambrosa i Ruvkuna dotyczące małego robaka *C. elegans* było nieoczekiwane i ujawniło nowy wymiar regulacji genów, niezbędny dla wszystkich złożonych form życia.



Ilustracja: Maja Gołębiowska

Wycieczka #2

Poznań; wiele można powiedzieć o tym mieście... Przed nami kolejna wycieczka. Zbiórka przed kościołem Dominikanów przy Alei Niepodległości. Czy każdy ma termos z ciepłą herbatą? Trasa dzisiejszego spaceru będzie nieco dłuższa.

Przechodzimy przez ulicę, przed nami pomnik Polskiego Państwa Podziemnego i Armii Krajowej, sześć słupów, metalowa krypta, orły w locie i tablice upamiętniające Wielkopolan zamordowanych przez niemieckich i sowieckich okupantów, w tym przywódców PP na obszarze Wielkopolski. Każdy już pewnie odgadł jakiemu okresowi w historii poświęcimy uwagę. Druga wojna światowa jest tematem niezwykle trudnym a jednocześnie często przywoływanym w szkole, w mediach, w domu. Dziś poszukamy jej śladów w naszym mieście.

Plac Mickiewicza. Poznańskie Krzyże są dzisiaj jednym z najbardziej rozpoznawalnych symboli miasta, są jednak stosunkowo niedawnym dodatkiem do miejskiej architektury. Na przestrzeni lat plac w centrum miasta wielokrotnie zmieniał swoją nazwę. Zmieniały się też pomniki. Na początku XX wieku odsłonięto tu pomnik Ottona von Bismarcka. Po zwycięskim Powstaniu w 1919, z oczywistych przyczyn, pomnik został zlikwidowany. W latach 30-tych miejsce Krzyży zajmował duży łuk triumfalny, pomnik Najświętszego Serca Jezusa, znak wdzięczności za odzyskaną niepodległość. Szybki rzut oka na telefony. Po wkroczeniu hitlerowców do miasta pomnik został zburzony, podobny los spotkał też pomniejsze figury zbudowane w tym samym duchu. Wielkopolska ponownie została przyłączona do terytorium Rzeszy, Poznań miał stracić wszystkie oznaki polskości.

Zamek cesarski. Łatwo odgadnąć dla kogo zamek wybudowano. Rezydencja godna ostatniego cesarza Niemiec, rezydencja godna Führera. W czasie wojny zamek przebudowano. Idąc ulicą Świętego Marcina podnieśmy głowy i spójrzmy w okna na pierwszym piętrze. Niepozorny balkon zgrabnie wkomponowuje się w fasadę budynku. Nie wiemy, czy Hitler kiedykolwiek faktycznie tu zawitał, ale miejsce do odbierania defilad pozostało.

Wzdłuż Akademii Muzycznej i Uniwersytetu Ekonomicznego idziemy w stronę Dworca. Na skraju parku instalacja, kilka tablic i pomnik. Wielkopolanom wypędzonym, ograbionym... Naziści chcieli zasiedlić Wielkopolskę Niemcami. Wiele polskich rodzin zostało zmuszonych do pozostawienia swoich domów i całego prawie dobyt-



ku za sobą i wyjazdu w głąb Generalnej Gubernii. Długo można by opowiadać o historii każdej z nich. Warto tu na chwilę przystanąć, obejrzyć zdjęcia i wspomnieć tych, którym udało się wrócić, i tych którzy nie dostali takiej szansy. Największy obóz przesiedleńczy nie znajdował się w tym miejscu, a w okolicach Osiedla Warszawskiego.

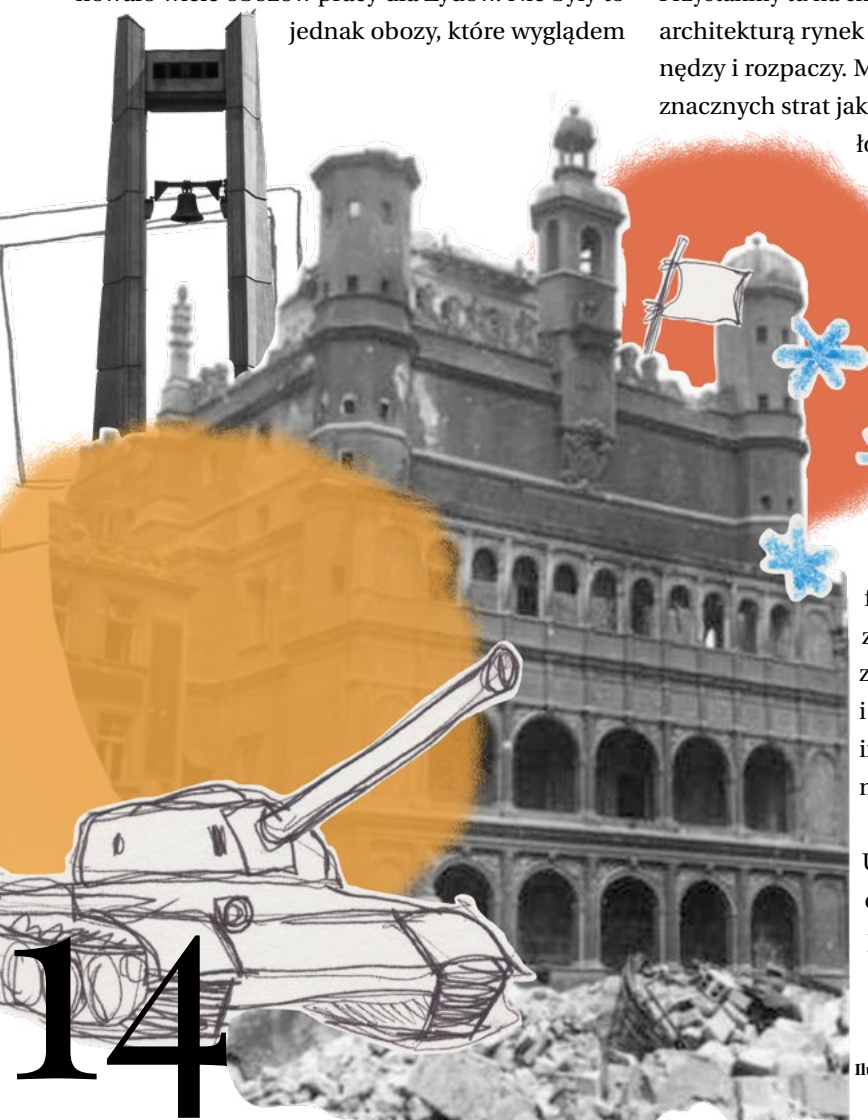
Wzdłuż trasy tramwajowej kierujemy się w okolice przystanku Półwiejska, przystajemy koło kina. Pomnik Ofiar Obozu Pracy dla Żydów. Rozmawiając o II wojnie światowej rzadko myślimy o Wielkopolsce i Żydach, których przed wojną na tych terenach nie brakowało. W czasie wojny w Wielkopolsce funkcjonowało wiele obozów pracy dla Żydów. Nie były to jednak obozy, które wyglądem

przypominały Auschwitz czy Majdanek. Niemcy wykorzystywali w tym celu istniejące już budynki: magazyny, stodoły, szkoły... Więźniowie pracowali poza terenem obozu przy budowie dróg, kanalizacji, zbiorników wodnych, itd. W samym Poznaniu działało ok. 30 tego typu miejsc, obecnie stoimy niedaleko miejsca, w którym znajdował się największy z nich. Miejsce niepozorne, codziennie przewijają się tutaj tłumy: studenci biegnący na zajęcia, uczniowie wracający ze szkół, zakupowicze zmierzający na deptak... A pośrodku tego zamieszania mały niepozorny pomnik, nic specjalnego...

Ulicą Półwiejską idziemy w stronę Starego Rynku. Przystańmy tu na chwilę. Zachwycający renesansową architekturą rynek po wojnie stanowił istny obraz nędzy i rozpaczy. Mimo że Poznań nie poniósł tak znacznych strat jak Warszawa, to i tak przeszło po-

łowa miasta leżała w gruzach lub odniosła poważne zniszczenia. Bombardowania z początku września 39-tego miały w tym swój udział, ale najwięcej zniszczeń spowodowały alianckie naloty i późniejsze zaciekle walki o Poznań, mosty, dworzec, fabryki, zabytkowe budynki, muzea.. Warto tutaj spojrzeć na telefon, poszukać przedwojennych zdjęć rynku i porównać je z tymi z 45-tego roku. Niektóre budynki i elementy zrekonstruowano, po innych np. Nowym Ratuszu, nie ma dzisiaj śladu.

Ulicą Wroniecką dochodzimy do Nowej Synagogi. Przed nami pokrzywiona siatka, na ścianie widoczny wciąż napis: "Pływal-



nia Miejska”, z dachu spadają połamane dachówki. Stoimy w sercu dawnej dzielnicy żydowskiej. Samą synagogę zbudowano jedynie 30 lat przed wojną, wyglądała wtedy nieco inaczej, z oczywistych spraw, była w lepszym stanie, miała też m.in. imponującą kopułę. W trakcie wojny świątynię przebudowano na pływalnię dla Wehrmachtu. Od tamtego czasu budynek nie pełni swojej pierwotnej funkcji. Być może niektórzy z nas lub też nasi rodzice byli kiedyś w środku, pływalnię zamknięto ostatecznie dopiero w 2011 roku.

Przecinając ulicę Małe Garbary, kierujemy się w górę, na wzgórze świętego Wojciecha. Potężny Pomnik Armii Poznań, ostre bagnety przygniatane ciężkimi słupami. Można w tym miejscu mówić o długiej tradycji wojskowej w Wielkopolsce, o przygotowaniach do niemieckiego ataku, o taktykach... Przed 2 wojną światową, z Poznania do granicy było mniej niż 100 kilometrów, agresywna polityka Hitlera nie napawała optymizmem. Wiosną 39-tego roku powołano do istnienia Armię “Poznań”, która miała m.in. osłaniać zachodnią granicę kraju. Z pewnością każdy z nas słyszał o bitwie nad Bzurą. Największa, trwająca prawie dwa tygodnie bitwa kampani wrześniowej. Z bagnietami na czołgi! Najpierw prześmiewcze, później legenda polskiego heroizmu. Armia “Poznań”, usiłując dotrzeć do obleganej Warszawy, odegrała kluczową rolę w tej bitwie.

Z wzgórza jest już rzut beretem na Cytadelę. Cel: Dzwon Pokoju i Przyjaźni Między Narodami. Na spacer po samej tylko Cytadeli można poświęcić cały dzień. Dzisiejszy park, początkowo był centralnym elementem umocnień twierdzy Poznań — jednym z szeregu fortów. Po objęciu władzy przez nazistów, istniejące umocnienia na nowo zaczęły pełnić funkcję niemieckiej twierdzy. Cytadela stanowiła ostatni punkt obrony Niemców w mieście, do jej zdobycia wojska sowieckie wykorzystały częściowo cywilnych mieszkańców Poznania. Cytadelowcy. Tak się o nich

mówi. Walki o Poznań trwały niemal miesiąc, ostrzał Cytadeli nie przynosił spodziewanych efektów, a władza żądała rezultatów. O Cytadelowcach bardzo często mówi się jako o grupie, która ochoczo wraz z braterskimi siłami szturmowała niemieckie pozycje. Nie jest to jednak cały obraz, mimo że w oddziale nie brakowało ochotników, pobór do niego był często przymusowy. Cytadela ostatecznie poddała się 23 lutego 1945 roku, tę datę uznaje się tym samym za dzień wyzwolenia Poznania.

Stoimy pod Dzwonem Pokoju, spójrzmy w górę, na dzisiaj tu już koniec wycieczki. W Poznaniu wiele jest jeszcze miejsc, które warto zobaczyć, Rusałka, Malta — obie stworzone rękami więźniów, umocnione płytami nagrobnymi z likwidowanych cmentarzy; Fort VII — obóz koncentracyjny i więzienie Gestapo; liczne tablice upamiętniające zamordowanych harcerzy, lekarzy, nauczycieli. Wszystko to czeka na odkrycie. Na usta nasuwa się tylko jedno: nigdy więcej wojny.

15

Walka o lepszą przeszłość

W nieustannym biegu życia przychodzą od czasu do czasu momenty, kiedy czas zwalnia. Chwile, którym sprzyja wzrok wpatrzony w ognisko albo taflę jeziora wieczorową porą, czy też w bezkresną przestrzeń deszczowej nocy za oknem. W takich chwilach odczuć można ułatwiony dostęp do wszystkich trzech obszarów czasowych, w których operuje nasz umysł. Z dała od rozpraszaczy, możemy z łatwością doświadczać "tu i teraz", odpływać myślami ku planom na przyszłość, czy też zaglądać do przepastnych przestrzeni naszej pamięci.

Zrównoważona relacja między tymi obszarami wydaje się być niezbędna do skutecznego poruszania się po świecie. O ile dbanie o życie codzienne i planowanie przyszłości jest intuicyjnie ważne, o tyle z dbaniem o przeszłość sprawa wydaje się być bardziej skomplikowana. W wielu przypadkach przeszłość okazuje się być tylko i wyłącznie wypadkową działania w dwóch pierwszych obszarach, konsekwencją planowania i mniej lub bardziej skutecznego realizowania planów, lub staje się wynikiem zupełnie spontanicznych decyzji. Frazeologiczny "kował własnego losu", czy tego chce czy nie, jest też kowalem swojej przeszłości i swoich wspomnień. Dostrzeżenie tej zależności może wzbudzać poczucie odpowiedzialności za przeszłość, która jest jedynym z tych trzech obszarów, który zostaje z nami do dnia, kiedy zabraknie już czasu na przyszłość, a teraźniejszość zacznie się kurczyć do rozmiarów woli przetrwania. Jest to jedno ze spostrzeżeń, których dokonał Viktor Frankl - austriacki psychiatra, filozof i ocalały więzień obozów koncentracyjnych, w swojej książce "Człowiek w poszukiwaniu sensu".

Zaproponował w niej zmianę postawy wobec przeszłości z pesymistycznej na aktywistyczną. Chwile, jego zdaniem, nie przemijają bezpowrotnie, lecz ulegają przeniesieniu w przeszłość, gdzie

zostają ocalone i zabezpieczone przed niszczycielską siłą przejściowości. Autor zaproponował odważną tezę, że "to kim byliśmy, jest najpewniejszą formą bytu", w związku z tym nasze działania powinny być ukierunkowane na wypełnianie tego miejsca, które nazywa "spichrzem przeszłości", bogactwem wspaniałych momentów i dokonań oraz chwil trudności i cierpienia przeżytych z odwagą. Zadbanie o przeszłość wynikające z podejmowania dobrych decyzji w teraźniejszości współtworzy w konsekwencji bogactwo życia wewnętrznego, które okazywało się dla Viktora Frankla wyjątkowo wartościowe i użyteczne, gdy zderzał się z trudami życia obozowego. Zauważył, obserwując siebie i innych więźniów, że ten współtworzony przez wspomnienia wewnętrzny kapitał pozwalał jemu i innym więźniom nie tylko na mentalną ucieczkę od potwornej rzeczywistości obozu koncentracyjnego, ale również sprawiał, że paradoksalnie słabsi fizycznie więźniowie, wyróżniający się bogatszą konstytucją wewnętrzną, potrafili nierzadko lepiej znosić prymitywne, deprywacyjne warunki obozu, od więźniów o lepszych warunkach fizycznych i o mniejszej wewnętrznej złożoności.

Centralnym punktem filozofii Frankla stało się jednak spojrzenie w kierunku przyszłości. Zorientowanie na cel, który nazywał "dziełem większym od nas samych" uważał za warunek niezbędny do osiągnięcia szczęścia, a w sytuacji tak skrajnej jak walka o każdy kolejny dzień w obozie, widział w nim warunek konieczny do przeżycia. Wielokrotnie bowiem utrata poczucia celu i sensu u obserwowanych przez niego współwięźniów była powodem utraty przez nich woli przetrwania, a od tego punktu do śmierci w obozie było już bardzo blisko.

Myślą przewodnią powstałej na bazie jego obozowych doświadczeń logoterapii (metody psychote-

rapeutycznej opartej o poszukiwanie sensu własnej egzystencji) stały się słowa Nietzschego- "Ten kto wie, dlaczego żyje, nie troszczy się o to, jak żyje".

Zorientowanie na konkretny życiowy cel według Viktora Frankla ułatwia funkcjonowanie w codzienności i pomaga podejmować w teraźniejszości słuszne decyzje, co prowadzi do zbudowania kapitału wartościowych wspomnień, a ten nie tylko zabezpiecza część naszej egzystencji przed nieubłaganą zmiennością rzeczywistości, ale również może stać się w sytuacji kryzysowej elementem bogactwa życia wewnętrznego, ułatwiającego przejście przez trudności. O skuteczności i użyteczności takiej zmiany myślenia o przeszłości świadczy fakt, że jako jeden z elementów logoterapii pomogła ona samemu psychiatrze poradzić sobie z traumą poobozową i przez wiele lat pomagała mu skutecznie pomagać pacjentom, a elementy filozoficznej podbudowy logoterapii do dziś pozostają bardzo pomocne w walce o lepsze życie pacjentów w wielu gabinetach psychoterapeutycznych na całym świecie.

Ilustracja: Zosia Jasik



Kilka słów o etosie pracy

Produktywność to słowo modne od co najmniej kilku lat. Niech pierwszy rzuci kamieniem ten, który w rozmowie ze znajomymi nie słyszał o optymalizacji czasu wolnego, zwiększeniu legendarnej produktywności i eliminacji zachowań, które nie prowadzą do szeroko pojętego samorozwoju. Takie podejście zdaje się być promowane już od najmłodszych lat — konkurencja o oceny w szkole, wyniki na studiach a potem w pracy zawodowej. Od klątwy produktywności nie uwolniła się nawet sfera życia prywatnego — internetowi guru na każdym kroku przypominają nam, że czas wolny to tak naprawdę szansa na rozwijanie siebie, której niewykorzystanie jest grzechem ciężkim. Czy w takim razie luty, jako miesiąc, w którym postanowienia noworoczne odpływają w zapomnienie, jest świadectwem naszej grzeszności, czy tylko zwykłym przypomnieniem o tym, że nie każdy z nas jest człowiekiem z marmuru?

The future is now

Praca na 110 procent, choć tak modna, nie jest wcale wymysłem dzisiejszych czasów. Można powiedzieć,

że obecny, popularny i wyidealizowany model produktywności bardzo dużo czerpie od swojego starego dobrego kuzyna — kultu zapierniczania (termin delikatnie złagodzony), który jest wyjątkowo głęboko zakorzeniony w polskiej podświadomości. Powojenna Polska, jako kraj zniszczony wojną i dotknięty plagą komunizmu cierpiał niedostatek, na który ówczesna władza starała się zaradzić przekształcając gospodarkę na radziecką modłę. Przystawienie się na przemysł ciężki i zmniejszenie zainteresowania poprawą komfortu życia obywateli to nie jedyne inspiracje wschodem. Z początkiem lat 50 w zakładach pracy ruszyły programy mające na celu wzbudzenie chęci pracowników do konkurencji — promowanie wykrecania coraz to wyższych wyników, przekraczanie norm, początkowo nagradzane bonusami z czasem stało się wymogiem i pomimo społecznego sprzeciwu w jakiś sposób przeniknęło do społecznej mentalności. Propaganda, nawet najbardziej siermiężna, zawsze w jakimś stopniu spełnia swoje zadanie. I takim oto sposobem do polskiej tożsamości narodowej dołączyło poczucie obowiązku pracy dla samej pracy — czynu społecznego przynoszącego korzyść z samego faktu poświęcenia czasu jednostki — kładąc nacisk na dobro kolektywu (tak naprawdę ludzi usadowionych na wygodnych stołkach) i stawiając na dalszym planie interes samego pracownika. Lata 90 i przemiana ustrojowa wcale nie poprawiła sytuacji. Szalejące bezrobocie skłaniało pracowników do podchodzenia do pracy z ogromnym szacunkiem — praca była towarem deficytowym, nawet jeśli była pełna wycisku i słabo płatna to pozwalała utrzymać się na powierzchni. Dwie epoki, kilka pokoleń i praca dla samej pracy zbudowała sobie pozycję w głowach Polaków i jest podejściem przekazywanym z pokolenia na pokolenie.



Późny kapitalizm

Łatwo zrzucać problemy współczesnego świata na kapitalizm. Ciężko jednak utrzymać takie zdanie po wnikliwej analizie obecnej sytuacji życiowej — jeśli popatrzymy na historię to tak naprawdę żaden inny system nie pozwalał na tyle swobody warstwie pracującej. Możemy latać na wakacje, okazynie urozmaicać dietę smakołykami o których większość ludzi w dziejach naszego gatunku nie mogła pomarzyć i mamy dostęp do ogromnych zasobów branży rozrywkowej. Jednak jak każdy inny system i ten ma swoje minusy. Cały czas w interesie ludzi na wysokich szczeblach jest zwiększenie produktywności. Cel ten można osiągnąć w prosty sposób — wystarczy zmotywować swojego pracownika oraz jednocześnie konsumenta, aby ten zaczął wkładać we wszystko co mu dajesz więcej od siebie. Siermiężne chomąto poprzednich epok zostało zastąpione ostrożnym marketingiem, przekazem podprogowym i sprytną manipulacją — utwierdzanie pracowników w przekonaniu o ich istotności w firmie, sprawienie, aby ludzie identyfikowali się ze swoją pracą a swój wolny czas poświęcali na dalszy samorozwój lub formę aktywnego i produktywnego spędzania wolnych godzin działa całemu systemowi na rękę. Wymuszenie uczucia bycia niewystarczającym jest już połową sukcesu w próbie podkręcenia wydajności — dzięki temu sprytnemu mechanizmowi, który wpaja się nam już w na poziomie edukacji jesteśmy gotowi aby oddawać coraz większe części samego siebie w interesie “czegoś większego”. Kiedyś przodownik pracy, dziś ambitny i pełen zapału pracownik.

Czym jesteśmy?

Jako trybik w maszynie, każdy pracownik to element większej układanki. Większość maszyn tworzy jednak spójną całość — w przeciwieństwie do każdego, choćby najlepiej zgranego, zespołu ludzkiego. Ma to jednak swoje plusy — konkurencja jest dla nas czymś naturalnym, zawsze chcemy być lepsi od innych. Problem zaczyna się jednak w momencie, kiedy całe



otoczenie zna bardzo dobrze nasze pragnienia i potrzeby — zewsząd zalewają nas treści o udoskonalaniu siebie, progresji i walce o lepsze jutro. Walczymy więc z wiatrakami których pokonać się nie da. Walczymy bo tak nauczyła nas szkoła i praca. Walczymy bez ustanku, tak że nawet kiedy walczyć nie musimy to nasz organizm nie chce opuszczać stanu pobudzenia. Dla uspokojenia duszy potrzebujemy przekonać siebie, że cały czas się udoskalamy. Czytając nie wybieramy czegoś co najbardziej lubimy - musimy poszerzyć horyzonty. Kiedy oglądamy filmy przejmujemy się recenzjami bojąc się straty czasu, zaś uprawiając sport walczymy z innymi ćwiczącymi, do tego stopnia że wykraczamy daleko poza ramy zdrowego współzawodnictwa. Wszystko to prowadzi nas do apatii która przejawia się chyba najbardziej typowym dla naszego pokolenia marnowaniem czasu — bezmyślnym skrollowaniem mediów społecznościowych. Bo przecież to tylko na chwilę, bo przecież mój feed jest pełen wartościowych treści. Zamiast robić coś, co naprawdę chcemy wolimy pozostać w strefie komfortu będącej dyskomfortem. Tak bardzo boimy się bezproduktywnego marnowania czasu... Wolimy oszukiwać się wmawiając sobie, że wszystko co robimy ma głębszy sens. A przecież nie musi. Bo przecież tak naprawdę czas da się zmarnować tylko wtedy, kiedy my sami jesteśmy przekonani

o tym że go marnujemy. Da się jednak marnować okazję do odpoczynku — pozostawianiem cały czas w trybie walki i presji nakładanej na swoją głowę.

Odnaleźć siebie

Czasem warto zastanowić się nad jednym, prostym pytaniem. Czy nasz wolny czas służy tylko jak najlepszemu przygotowaniu się do samej pracy? Jeśli odpowiedź na to pytanie jest twierdząca to można domyślić się, że sam czas wolny jest tylko smutną koniecznością, którą staramy się jak najbardziej zoptymalizować. Zamiast czerpać z ulubionych aktywności w wolnym czasie staramy się cały czas pchać się do przodu. Nie ma nic złego w hobby, które

nas rozwija ale musimy mieć też świadomość, że nie wszystkie rzeczy w życiu bazują na progresie. Nie musimy słuchać podcastów w prędkości X2, nie musimy też zmuszać się do czytania konkretnej ilości stron każdego dnia. To, co robimy kiedy nikt nie patrzy należy tylko i wyłącznie do nas. Czas ten powinno się wykorzystywać zgodnie ze samym sobą i nie zapominać nigdy o tym, że w ostatecznym rozrachunku, kiedy przyjdzie pora na odmeldowanie się z miejsca, w którym jesteśmy, pozostaną z nami tylko wspomnienia chwil tego wartych. Tylko od nas zależy, czy będzie ich dużo. Nie każda aktywność życiowa to wyścig i walka — trzeba czasem dać sobie szansę na bycie sobą.



Ilustracja: Maja Gołębiowska

Południowy wymiar szarości

część pierwsza - Serbia

Przedstawiam wam pierwszą część opowiadania, które piszę przebywając na mojej wymianie studenckiej Erasmus+, w pierwszej kolejności na praktykach w Serbii, następnie na 5. roku studiów lekarskich w Bułgarii. Staram się w nich zostać waszym przewodnikiem po obecnych realiach krajów bałkańskich, ich historii, tradycjach, nieporozumieniach, trochę również opiece medycznej. Wiem, że nie odpowiem na wiele pytań, w tym na jedno z ciekawszych - które kraje to tak naprawdę kraje bałkańskie? Jest to pytanie bliźniacze do pytania, czy Polska jest krajem Europy Wschodniej, Zachodniej, czy Centralnej. To co jednak zrobię, to opowiem wam o krajach Półwyspu Bałkańskiego moimi oczami oraz przez pryzmat moich znajomych, jego rodowitych mieszkańców. Hajde da počnemo!

Szybko przekonałam się, że tym razem muzyka w słuchawkach nie pomoże i prędzej pekiłyby mi bębenki w uszach, niż osiągnęłabym odpowiednio wythumiającą głośność. Spoglądałam nieufnie przez brudne okienko i obserwowałam długie, rozpędzające się śmigła na skrzydłach samolotu serbskiej linii lotniczej. Wyobrażałam sobie, że część tego śmigła, przypominającego kształtem ostrą maczetę, urywa się w czasie lotu i leci prosto na mnie. Zdradzę jednak od razu, że żaden z wyobrażonych tragicznych scenariuszy (a ich liczba w czasie moich bałkańskich podróży powstała znaczna), nie przytrafił się. Przy najmniej do teraz.

Samolot oderwał się w końcu od nawierzchni pasa startowego w Krakowie. Zamknęłam oczy i przeżegnałam się. Nie był to mój pierwszy podniebny rejs na tej trasie, a pomimo to znów zaskoczyły mnie rozmiary małego samolotu o serbskich barwach narodowych. Wydawał mi się klaustrofobicznie mały, co w połączeniu z niesamowicie głośnym rykiem maszyny i jej wibracjami przyprawiało o dodatkowe dreszcze. Wkrótce po starcie po pokładzie zbliżała się w moją stronę stewardessa, w bardzo eleganckim uniformie, i rozdawała wszystkim pasażerom małe paczki z popularnymi w Serbii ciasteczkami

o nazwie Plazma. Dość oryginalną wydawała mi się ta nazwa, jednak myślę, że usprawiedliwia ją szerokie zastosowanie i uniwersalny smak tych słodczy. Plazma bowiem przybiera najróżniejsze formy, poza klasycznymi ciastkami jest sprzedawana w formie sproszkowanej, w której stanowi często posypkę i wypełniacz do palać (po polsku naleśników), czy innych ciastek i deserów. Na pokładzie natomiast miały dla mnie dodatkową funkcję zagłuszania hałasu z otoczenia, chrupałam więc je powoli. Minęło około półtorej godziny i wiedziałam, że powinniśmy być już blisko celu. Jednakże, lecąc nad Serbią, zakłębiło się na niebie jak w typowej tutejszej kawiarni lub kafejce (miejsca, które w Polsce nazwalibyśmy jako bistro czy tawerna). W Serbii miejsca, w których palić nie można, są zjawiskiem co najmniej nietypowym. Pali się właściwie wszędzie, może tylko nie w środkach komunikacji miejskiej. Zjawiskiem wyraźnie współczesnym i wybijającym się poza tutejsze standardy są knajpy, w których dym nie rzuca się do nozdrzy natychmiast po otwarciu drzwi wejściowych. Tak, przebywając tutaj za normę musiałam przyjąć, że nawet w najlepszej restauracji dominującym wrażeniem smakowym jest osiadający na języku tytoń, na dokładkę serwowane jest pieczenie gałek ocznych.

Będąc już nad Belgradem czułam zniżanie się samolotu i byłam pewna, że w każdej chwili możemy uderzyć o ziemię. Jednakże, po kilku chwilach, tu i ówdzie popielate chmury zostały przedarte przez równie szare budynki, przypominające wznoszące się do nieba schody. To był Novi Beograd, dzielnica, która obecnie wygląda bynajmniej jak nowa, czy nowoczesna. To ogromne, przytłaczające blokowisko, które najbujniej wzrastało po II wojnie światowej. Nad nim, jak łuk tryumfalny brutalizmu, góruje Genex Tower. Zwany także Zachodnią Bramą Belgradu, Genex jest, o zgrozo, budynkiem mieszkalnym, obok którego przejeżdża każdy, kto wjeżdża do miasta drogą prowadzącą z lotniska im. Nikoli Tesli. Za każdym razem, opuszczając ten aerodrom, w swojej wyobraźni zamieniam się w szpiega na tajnej misji. Odbiór bagażu. Wymiana karty SIM z polskiej na serbską. Waluta - dinar. Tożsamość - Зызана Horaj, dla znajomych Žu-žu.

Z perspektywy autobusu przyglądam się, jak postkomunistyczne, równo rozmieszczone na płaskim terenie bloki, wraz z przekroczeniem rzeki Sawy ustępują chaosowi centrum miasta, położonego na wzgórzach pomiędzy Sawą a Dunajem. Belgrad ma historię przebogatą, należąc również do jednych z najstarszych miast Europy. Aby poznać jego dzieje lepiej, zachęcam udać się do Muzeum Narodowego przy Trg Republike, w którym można przyjąć się wykopaliskom z przed nawet 7000 lat. Dalej, przechadzając się poszczególnymi dzielnicami dostrzec można wpływy architektoniczne zarówno tureckie (Serbia znajdowała się pod tymże zaborem przez prawie 500 lat!), jak i austriacko-węgierskie (szczególnie w dzielnicy Zemun).

Obserwując życie miasta i rozmawiając z Serbami niejednokrotnie poczułam się jak w domu. Ba, nie raz wręcz jak tutejsza, odpowiadając moim łamanym serbskim na pytania starszych pań pytających mnie o to, jaki jest numer nadjeżdżającego autobusu lub kądś dojdą do szpitala. Gościnności, historie opowiadane przez osoby pamiętające czasy świet-

ności Jugosławii czy zaangażowanie młodych ludzi w sprawy ich państwa, niejednokrotnie malowały w mojej głowie analogie do Polski i naszego społeczeństwa. To, co jednak szczególnie mnie dotyczyło, to gdy słyszałam od byłych Jugosłowian podobne słowa: Kiedyś to u nas żyło się lepiej, my wyjeżdżaliśmy na Zachód. Teraz sytuacja się odwróciła, to wy się rozwijacie, wy idziecie na Zachód. Nad tym warto się zatrzymać. Poczuć wdzięczność.

Z reguły, gdy ktoś mówi, że wyjeżdża do krajów Europy Zachodniej, nie dostaje pytań o to dlaczego, po co, dlaczego akurat tam. Kiedy jednak ja mówię Wyjeżdżam na bałkany. Na rok., twarz pytającego przybiera ciekawski grymas, zadając wszystkie wspomniane pytania. Wydaje się to całkiem normalną dla mnie reakcją. Sama dziwiłabym się jeszcze bardziej, gdybym sama od siebie o tym usłyszała jeszcze dwa lata temu. Jednak powodów miałam więcej niż jeden, aby zapuścić się w ten bałkański kocioł. Moje uczucia z tym związane mieszają się w tym kotle już kolejny miesiąc, a jaki posmak pozostawi po sobie finalna potrawa - tego jeszcze nie wiem. Jednak wszystko po kolei. Następny krok - praktyki w klinicznym szpitalu dziecięcym Tiršova.



Fotografia: Zuzanna Nogaj

Cykl: Taśmy filmowe

Wino, siła manipulacji i złudzenia — Sprostowanie

Niektóre jesienne premiery można przegapić, ale można też do nich powrócić zimą, a na pewno warto to zrobić w przypadku wyprodukowanego w końcówce 2024 dla Apple TV+ serialu *Disclaimer/Sprostowanie*, który uzyskał trzy nominacje do styczniowych Złotych Globów. W końcu co może sprawdzić się w szare dni lepiej niż solidny, serialowy thriller z obsadą, która nigdy nie zawodzi.

Zaczyna się niepozornie i nieco banalnie, bo oto widzimy kobietę sukcesu odbierającą zawodową nagrodę, która wraca ze swoim sympatycznym mężem do pięknego, drogiego domu i pije wino. W tym momencie otwiera tajemniczą, nadaną do niej paczkę z książką, która burzy ten schematyczny początek jak domek z kart. I to by było na tyle z banalności, bo reszta jest niekończącą się zagadką.

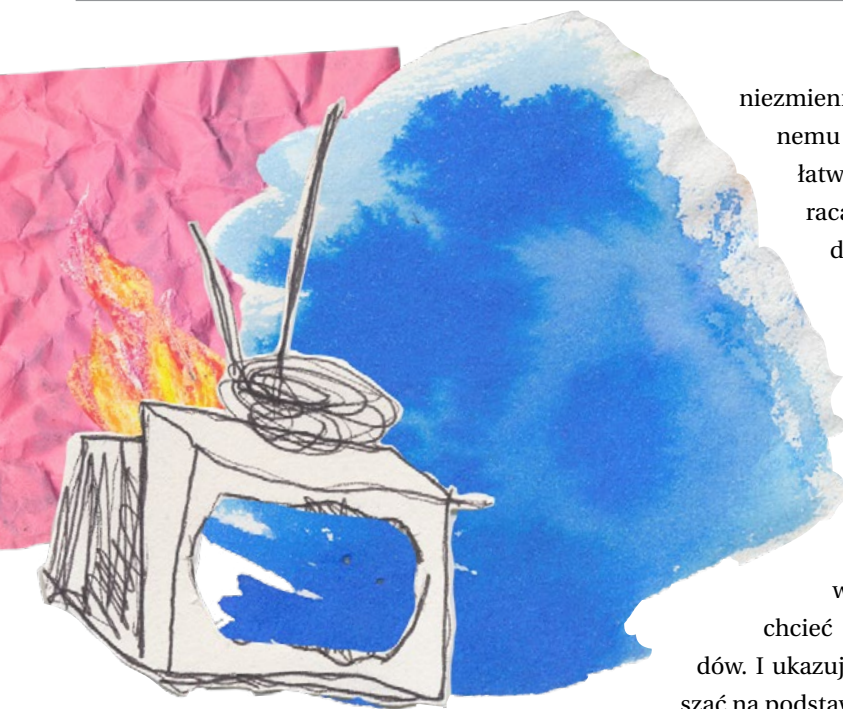
To, co w serialu szczególnie intrygujące, to ciągła atmosfera osaczenia, poczucia bycia obserwowanym, śledzonym krok w krok. Nie ma w tym nic z fałszu czy przerysowania, jest to po prostu definicja thrilleru, którego przebiegający po skórze widza dreszcz emocji jest cechą nadrzędną. Choć w wielu produkcjach nabierało to oznak absurdu i śmieszności, *Sprostowanie* w wielkim stylu odczarowuje ten schemat i pozostawia to, co dobre — ciągle poczucie niepewności, mylenie tropów, niepokojącą tajemnicę. Napięcie potęguje sama narracja, która bywa wewnętrznym monologiem bohaterów, bywa też zewnętrznym obserwatorem przyglądającym się wszystkiemu z boku tak jak my, zmieniając co jakiś czas obiektywy. Ciepłe, jasne kadry z włoskich wakacji pełnych słońca i morza przeplatają się z surową paletą barw miejskiej, londyńskiej scenerii, kontrastują ze sobą i mieszają tak, jak czas akcji — dręczące wspomnienie przeszłości, której się przyglądamy, i teraźniejszość niedająca zapomnieć o starej historii.

Jest to serial mający swój rytm i porządek, a fa-

bułę objaśnia w dobrym tempie — nie trzyma widza ze zbyt wieloma wątpliwościami, które sprawiają, że gubimy się w akcji i zapominamy, o co w ogóle chodziło i kto jest tu kim. Nie znaczy to jednak, że zagadka jest oczywista, wręcz przeciwnie. Kolejne elementy wyjaśniają się naturalnie i w idealnym momencie, jakbyśmy układali puzzle, kawałek po kawałku. A to jest w oczywisty sposób satysfakcjonujące.

Niepewność towarzyszy nam w każdym odcinku, przede wszystkim co do tego, kto jest ofiarą, a kto oprawcą. A może każdy jest jednym i drugim, bo w człowieku wiele jest szarości, a mało czerni i bieli. Nasze osądy zmieniają się błyskawicznie — utalentowana pisarka, nieodpowiedzialna kobieta, zagubiona dziewczyna, wyrodna matka, dobra partnerka, okrutna żona, zły człowiek. Co z tego jest prawdą, co złudzeniem? Nigdy nic nie wiadomo na pewno, a widz tłumaczy sobie zachowania bohaterki i oskarża ją na zmianę. Tkwi w tym psychologiczna sztuczka, bo łapiemy się na tym, że nasze oceny nie są jednoznaczne i choć przez jedną krótką chwilę wahamy się nad tym, co myśleć. Mimo że wydawałoby się, że doskonale znamy swoje opinie.

To również świetne studium manipulacji, którą wychwytujemy dopiero, gdy sami już byliśmy w jej sidłach. Ukrytej pod maską skrzywdzonej ofiary, skrywanej pod niewinnymi uśmiechami, graniem na emocjach i miłymi gestami. To wykalkulowany obraz kogoś,



kto każdy swój ruch precyzyjnie oblicza, by jak najbardziej zmylić trop — również widza. A co najciekawsze, w tej fabule manipulator zmienia strony — a więc kto jest nim naprawdę? Jest w tym też mechanizm uciszania kogoś, kto ma odwagę się bronić, pomijając faktyczną rację — bo przecież czyjś głos łatwo zredukować do hysterii, zwracając się „Cathy”, zamiast „Catherine”. A całość jeszcze łatwiej nagrać telefonem i pokazać światu pomijając kontekst, a to właśnie te wydrapane z sytuacji momenty, uwiecznione kamerami pojedyncze słowa, kształtują dzisiaj publiczne osądy będąc bazą cancel culture. I w tym również tkwi manipulacja.

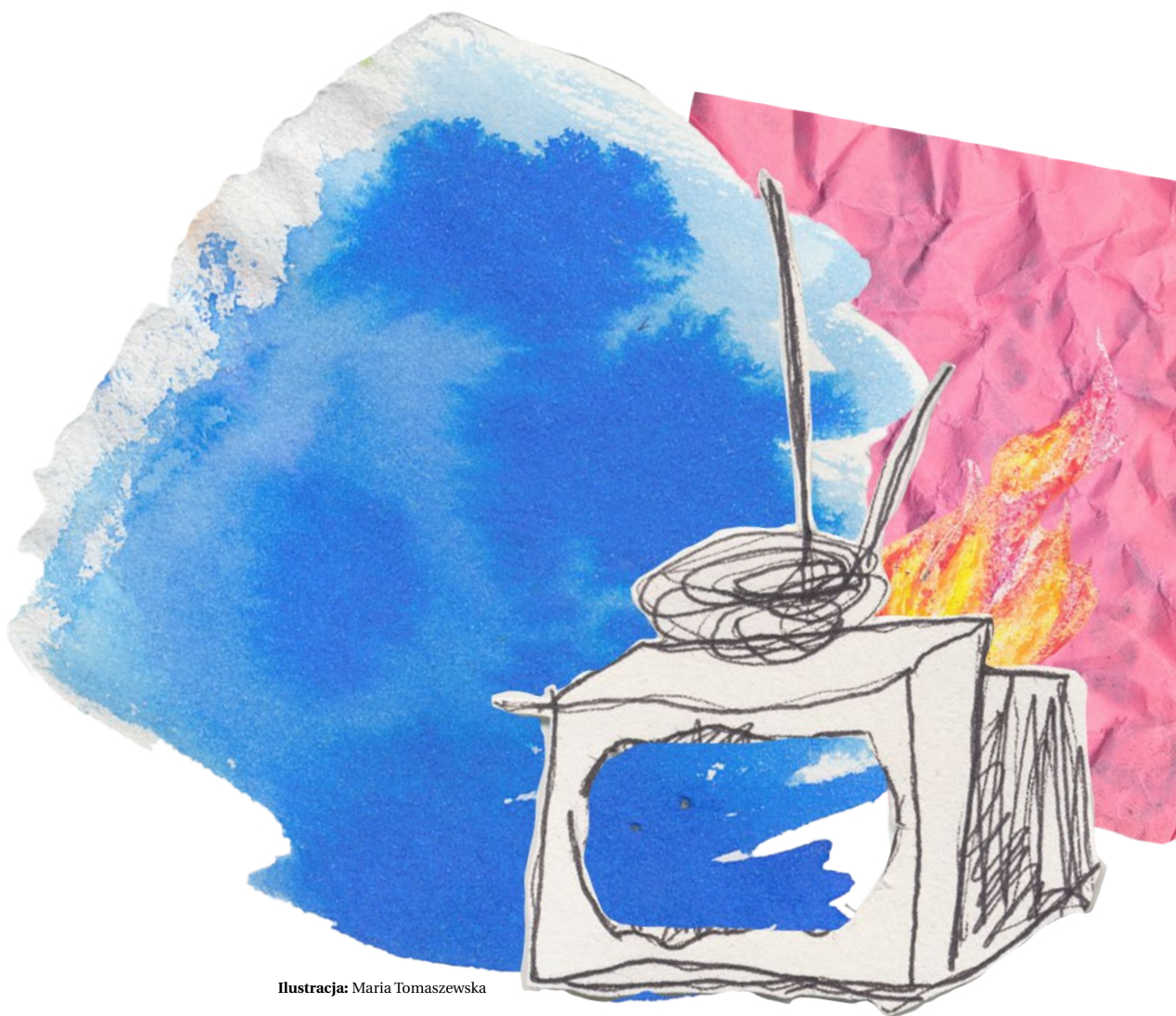
To przede wszystkim historia o potężnej sile kreacji. O tym, jak fikcja potrafi zdeterminować rzeczywistość, w której krytyczne myślenie coraz częściej jest zastępowane polowaniem na czarownice. Jak łatwo jest stworzyć alternatywną wersję zdarzeń i powtarzać ją tak długo, aż stanie się prawdą. Manipulacja, przeinaczanie faktów i radykalne osądy to w końcu cecha współczesności. Serial bawi się myśleniem widza i łapie go w pułapkę po to, by końcowo obnażyć dzisiejszą bezkrytyczność,

niezmienne uleganie kłamstwu powtarzanemu tysiąc razy — to także o tym, jak łatwo jest dziś kogoś zniszczyć, obracając sytuację przeciw niemu. Jak dużą mamy tendencję do tego, by uciszać ofiarę, nie wierzyć w jej wersję zdarzeń, wytykać niewiarygodność, duży upływ czasu czy prowokowanie. Rozwijająca się fabuła doskonale przedstawia sytuację z perspektywy osoby dotkniętej przemocą, uwrażliwia widza na krzywdę, o której można chcieć milczeć latami z miliona powodów. I ukazuje, jak prosto jest oceniać, zastraszać na podstawie pozorów. Bo przecież o żadnej ze stron nie wiemy tak naprawdę niczego więcej niż pozory, które nam pokaże.

W końcu to również opowieść o obsesjach i całkowitym zatracaniu się w swoich fantazjach do tego stopnia, że przekracza się granicę między tym co realne, a tym co tkwi jedynie w wyobraźni. Człowiek zdolny jest wykreować sytuację, w którą będzie brnął bez końca, w którą uwierzy i będzie szukał w niej usprawiedliwienia swoich czynów, tłumacząc się sprowokowaniem, przyzwoleniem, dobrymi intencjami. A może też popaść w obłęd, który rozpacz przemieni w zemstę, a bolesną prawdę w wersję, w którą bardzo chciałoby się móc wierzyć. Bo niedobrze płacze się za czymś, co było mało bohaterskie.

Scenariusz brawurowo gra emocjami i uwypukla najgłębiej schowane instynkty. Rozbiera na czynniki pierwsze relacje i utracone zaufanie, którego nie sposób odbudować. Obnaża całą ludzką bezkrytyczność, łatwość wydawania wyroków, ulegania danej wizji, osądza moralność, w której znacznie lepiej znosi się okrucieństwo, krzywdę i litość, niż cios we własne ego, odrzucenie i wersję, która jest naszym wewnętrznym lękiem. Nie jest to przyjem-

na diagnoza, bo chcielibyśmy myśleć o sobie lepiej — i właśnie dlatego reżyser łapie nas w pułapkę po to, by wypuścić na wolność i przypomnieć, że nic nie jest takie, jakie może się wydawać. Znaczenie tkwi w sprostowaniu.



Ilustracja: Maria Tomaszewska

Stetoskop i Pióro #10

Michael Palmer

Znaczna część poprzednich bohaterów cyklu *Stetoskop i Pióro* wcześniej lub później decydowała się na porzucenie kariery lekarskiej na rzecz pisania książek. Dzisiejszy bohater — Michael Palmer jest natomiast przykładem umiejętnego łączenia dwóch, nieco odmiennych gałęzi kariery. Jako amerykański autor thrillerów medycznych zasłynął swoimi powieściami, w których łączył wiedzę medyczną z sensacyjną fabułą. Urodził się w 1942 roku w Springfield, a w swojej twórczości bardzo sprawnie łączył pasję do literatury i medycyny, co przyniosło mu sławę na całym świecie.

Michael Palmer dorastał w Stanach Zjednoczonych, od młodości wykazując zainteresowanie zarówno naukami medycznymi, jak i literaturą. Po ukończeniu szkoły średniej zdecydował się podjąć studia medyczne, co zapoczątkowało jego karierę w medycynie. Podobnie jak wspomniany już w tym cyklu Robin Cook, ukończył Wesleyan University, a naukę medycyny podjął na Case Western Reserve University. Specjalizację z zakresu chorób wewnętrznych zdobywał natomiast w dwóch bostońskich szpitalach. Praca jako lekarz, szczególnie w kontekście jego znajomości szpitalnych realiów od podszewki, dała mu szeroką wiedzę na temat ludzkiego ciała, patologii i sytuacji kryzysowych, które później miały wpływ na jego literacką twórczość.

Co ciekawe na podjęcie profesjonalnej pisarskiej twórczości przez Palmera wpływ miał wspomniany już Robin Cook, a właściwie jego kultowa *Śpiączka*. Pod wpływem jej lektury stwierdził, że skoro jego kolega z roku był w stanie napisać dobrą książkę, to również i on może się podjąć takiego przedsięwzięcia. Palmer rozpoczął swoją karierę literacką w latach 80. XX wieku, kiedy to postanowił połączyć swoje pasje do medycyny i literatury, tworząc powieści medyczne. Jego debiutancka powieść, *The Sisterhood*, była pierwszym krokiem w kierunku kariery pisarskiej. Choć początkowo jego książki nie

były szeroko znane, z czasem jego twórczość zaczęła zdobywać popularność, szczególnie wśród czytelników zainteresowanych thrillerami medycznymi i sensacyjnymi.

Palmer nie tylko doskonale znał świat medycyny, ale także potrafił w mistrzowski sposób łączyć elementy medyczne z napięciem typowym dla thrillerów. W swoich książkach często poruszał tematy etyczne związane z medycyną, takie jak manipulacje w laboratoriach, nielegalne eksperymenty medyczne, złośliwe organizacje korporacyjne czy korupcja w systemie ochrony zdrowia. Początkowo pisanie było dla Palmera rodzajem terapii, która pomogła wyjść mu z najniższego punktu jego życia spowodowanego przez wpadnięcie w uzależnienie od środków przeciwbólowych. Przy pomocy innych lekarzy wyszedł jednak na prostą, a w dalszych latach swojego życia wielokrotnie starał się szerzyć świadomość szkodliwego stosowania substancji wśród medyków. Po rezygnacji z pracy czysto klinicznej zajął natomiast stanowisko zastępcy dyrektora organizacji non-profit zajmującej się poufną pomocą lekarzom zmagającym się z problemami z obszaru zdrowia psychicznego i nadużywania substancji

Jego powieści szybko zdobyły szerokie uznanie, a on sam stał się jednym z czołowych autorów tego gatunku. Palmer wykorzystał swoją wiedzę medycz-

ną, aby tworzyć realistyczne i wiarygodne fabuły, które były pełne napięcia, dramatycznych zwrotów akcji i złożonych, wielowątkowych historii. Jednym z jego najbardziej znanych dzieł jest powieść *The Fifth Vial*, która dotyczyła nielegalnych eksperymentów medycznych i ukrytych spisków w przemyśle farmaceutycznym. Inne jego książki, takie jak *The Patient* i *The First Patient*, również koncentrowały się na świecie medycyny i medycznych tajemnicach, łącząc thriller z analizą ludzkich motywacji i moralności. Dzięki temu jego powieści nie tylko oferowały czytelnikom ekscytującą fabułę, ale także dostarczały realistycznych obrazów pracy w medycynie, z jej wyzwaniami i niebezpieczeństwami. Najśłynniejszym dziełem Palmera była jednak jego czwarta opublikowana książka *Krytyczna terapia*, która kilka lat po premierze przyniosła filmową adaptację o tym samym tytule. Wystąpili w niej tacy aktorzy jak Hugh Grant, Gene Hackman czy Sarah Jessica Parker. Bohater tego tekstu był również autorem kilku książek, które miały charakter bardziej osobisty, w tym wspomnienia związane z jego doświadczeniami w zawodzie lekarza.

Styl pisarski Michaela Palmera charakteryzował się szybkim tempem akcji, złożonymi postaciami i wartką fabułą, pełną niespodziewanych zwrotów. Jego książki są pełne napięcia, ale również pokazują moralne dylematy związane z pracą lekarza oraz granice, jakie mogą zostać przekroczone w imię nauki i zysku. Palmer stawiał pytania o etykę w medycynie, a jego powieści często ukazywały niebezpieczeństwa związane z nieuczciwymi praktykami w szpitalach i korporacjach farmaceutycznych. Jego umiejętność łączenia wiedzy medycznej z sensacyjną fabułą sprawiła, że jego książki były cenione przez szerokie grono czytelników, nie tylko miłośników thrillerów, ale również osób zainteresowanych problematyką medyczną. Palmer był w stanie w realistyczny sposób oddać szczegóły pracy lekarza, jednocześnie tworząc napięcie i intrygę, które trzymały czytelnika w nieustannym zainteresowaniu. Pomimo wielkiego

sukcesu literackiego, Palmer przez większość swojego życia nie porzucił pracy w medycynie. Choć koncentrował się na pisaniu, nie rezygnował z pełnienia obowiązków lekarza.

Michael Palmer zmarł w 2013 roku, pozostawiając po sobie bogaty dorobek literacki, zwieńczony w kolejnych latach przez jego syna Daniela, który odziedziczył po ojcu talent pisarski. Jego książki wciąż cieszą się dużą popularnością, a autor pozostaje jednym z najbardziej znanych twórców powieści medycznych, łączących wiedzę z zakresu medycyny z emocjonującą literaturą sensacyjną. Jego prace wciąż są cenione za realistyczne przedstawienie świata medycyny i poruszanie ważnych, aktualnych tematów związanych z etyką i moralnością w tej dziedzinie.



Ilustracja: Maria Tomaszewska

Kapitał w służbie zdrowia psychicznego

[...] neoliberalizm obrał sobie za cel wyeliminowanie pojęcia moralności w sensie etycznym. Przez ostatnie trzydzieści lat realizm kapitalistyczny zdołał skutecznie osadzić biznesową ontologię, w której za banalną oczywistość uchodzi twierdzenie, że wszystko [...] powinno prowadzone być jak biznes.

— Mark Fisher, *Capitalist realism*

Sukces współczesnego przemysłu technonaukowego bierze się z zamiany naszej depresji w Prozac, naszej męskości w testosteron, naszego wzwodu w Viagrę, naszej (bez)płodności w pigułkę, AIDS zaś w terapię trójkową; nie wiadomo przy tym, co było pierwsze: depresja czy Prozac, Viagra czy erekcja, testosteron czy męskość, pigułka czy macierzyństwo, potrójna terapia czy AIDS? Takie performatywne sprzężenie zwrotne jest jednym z mechanizmów działania ustroju farmakopornograficznego.

— Paul B. Preciado, *Testo ćpun*

Ostatnimi czasy otrzymuję zatrważającą liczbę reklam orbitujących tematycznie wokół szeroko pojętego zdrowia psychicznego. Zaczęło się niewinnie, ot, Jutub rekomendujący mi banalne treści jakichś, pozał się Boże, internetowych coachów czy innych guru. Napakowani faceci udzielający życiowych porad z cyklu: *Jak ze zwykłego śmiertelnika przerodziłem się w ósmy cud świata*. Jedni sprzedawali kursy z kalkami prawa przyciągania, inni wciskali swoje New Age-owe zleпки nordycko-słowiańskich wierzeń.

Większość podsuwanych mi tą drogą filmów miała kilkanaście, może kilkadziesiąt wyświetleń, a publikujące je kanały podobną liczbę subskrypcji. Nie wszystkie, rzecz jasna, ale większość. A w szczególności te kreatywne, mieszające Thora, Swaroga i *coaching*. Na swój sposób było to zatem słodkie. Taki właśnie urok hiperskomercjalizowanego internetu, że każdy, kto jest w stanie za to zapłacić, ma pełne prawo do werbowania ofiar do nowej piramidy finansowej, kultu czy innego szachrajstwa.

Nasza internetowa cywilizacja funkcjonuje w cyklicznym ujęciu czasu, którego nową rotację zna-

mionuje powrót algorytmu do produktów pokrewnych tym, których reklamy otrzymywaliśmy kilka miesięcy wcześniej. Jeśli figurujecie wystarczająco długo w cyberprzestrzeni, macie już wyrobiony profil konsumencki. Zatem nawet jeśli kolejna faza komercyjnej egzaltacji nie wybrzmi stricte tak samo, to sugerowane w niej treści będą po prostu kalką z poprzedniego cyklu.

Akcent mistyczno-okultystyczny stanowił zatem lekką wariację fazy coachingowej, po której następowała faza poważnych zmian. *Software* i *hardware* do poprawy sylwetki, czyli zwiększenia pewności siebie, aplikacje do *self-therapy*, jakieś kursy zwiększające kompetencje na rynku pracy, oferty prywatnych uczelni, zachęty do aplikowania w różnych korporacjach, itp. Tym razem okres poważnych zmian miał jednak wystąpić pod szyldem dbania o zdrowie psychiczne.

Zetknąłem się takim sposobem z cynicznymi reklamami apek dla osób zmagających się z zaburzeniami uwagi oraz chorującymi na depresję. W celu poszerzenia bazy konsumenckiej autorzy tychże re-

klam usilnie kreowali wrażenie, że już występowanie pojedynczego objawu wystarcza do przypisania sobie (samo)diagnozy. A to, rzecz jasna, sankcjonuje aktywne używanie ich aplikacji w celach terapeutycznych.

Z wyjątkową zaciekłością swoje oferty reklamowe dozwalał mi jednak inny serwis — BetterHelp. Utrzymano je w konwencji Vlogów albo TikToków. Sympatycznie wyglądający brodacze polecający mi rozpoczęcie terapii, jakaś dwudziestoparolatka opowiadająca, jak jej życie zaczęło się wymykać spod kontroli, aż nie umówiła się na super convenient internetową terapię, zabawny skecz o tym, jak ludzie nie sięgający po terapię potrafią denerwować ich otoczenie i tak dalej... Wokół BetterHelp zdążył narosnąć już szereg kontrowersji. Od zatrudniania praktykantów bez doświadczenia, przez wykorzystywanie w celach handlowych danych pacjentów, po brak dozoru nad jakością przebiegu usługi. I, oczywiście, do tej wiazanki należy dodać agresywne kampanie marketingowe.

W polifonicznej kakofonii charakterystycznej dla obiegu zdigitalizowanej informacji umiejętność dokonania introspekcji staje się coraz rzadsza. Zatarcie granicy między odbiorcą a nadawcą uczyniło świadome wydzielenie własnego ja niezwykle trudnym. Za skomercjalizowaniem wszystkich dziedzin życia idzie też ciągle poszerzanie bazy konsumenciej. We współczesnym społeczeństwie jednostkowe akty nabrały charakteru czysto performatywnego. Być może tu należy doszukiwać się przyczyny nominalizacji chorób psychicznych w sferze autokreacji. Duża część terapeutów jest skora do pełnienia w tym układzie funkcji swoistej świadomości. Godzina w tygodniu staje się wówczas wentylem nawarstwionego napięcia w formie wartkiego słowotoku. Może nieść to samo w sobie wartość terapeutyczną, jakkolwiek powierzchowną, ale świadczy przede wszystkim o infantylności życia wewnętrznego jednostki.

Stanowimy społeczeństwo samo-eksploatujące, co trafnie opisał Byung-Chul Han w *Burnout Society*. Zaburzenia psychiczne stanowią i będą stanowić coraz większe wyzwanie w dystopii późnego kapi-

talizmu. Większość zakładów pracy dalej opiera się na podstawowych założeniach stworzonych przez Fredericka W. Taylora, co w praktyce prowadzi do alienacji i uprzedmiotowienia pracownika. Stanowimy przy tym *cywilizację fantazmatyczną*. Iluzja jednostkowości problemów i prostych na nie recept (połknięcie tabletki, rozpoczęcie terapii) jest nie tylko bardzo atrakcyjna, ale przede wszystkim łatwa do skomercjalizowania.

29

Cykl Artefakty:

Grandma Moses



Ilustracja: Zosia Jasik

Cały czas nerwowo gdzieś pędzę. Zerkam na kalendarz wiszący na ścianie, jakbym chciała złapać uciekające dni, a w podręcznym notesie zapisuję kolejne pomysły i obowiązki — listy, które zamiast się kurczyć, tylko się wydłużają. Chciałabym przecież jeszcze nauczyć się szwedzkiego, przeczytać cały cykl Prousta, zobaczyć Buenos Aires i opanować anatomię do perfekcji. Z jednej strony mam dopiero 22 lata i niebywale ekscytuję się tym, ile perspektyw i szans jeszcze przede mną. Z drugiej zaś dokucza mi świadomość tego, że z każdym rokiem czas biegnie zdecydowanie szybciej, a ja nie zawsze nadążam za nim tak, jakbym chciała. Dzieliac te niepewności z przyjaciółmi, zrozumiałam, że nie jestem w tym sama. Poczucie paradoksalnego zagubienia towarzyszy wielu z nas. Chcemy robić wszystko naraz, nie przegapić żadnej okazji, nie zmarnować żadnej chwili. A jednocześnie nie możemy pozbyć się wrażenia, że dni przelatują przez palce niczym piasek, którego nie da się zatrzymać. Czas jednak wcale nie musi być wrogiem, a udowadniają to ci, którzy potrafią

znaleźć sens i spełnienie, niezależnie od wieku. Być może prawdziwą mądrością jest nauczyć się patrzeć na czas nie jak na przeciwnika, ale jak na sprzymierzeńca, który pozwala nam odkrywać siebie krok po kroku. Może to właśnie w tej powolnej drodze, a nie w gorączkowym pędzie, kryje się prawdziwe życie? Spokojnie, wszyscy zdążymy. Idealnym, poruszającym przykładem jest tutaj staruszka z amerykańskiej prowincji, która zaczęła tworzyć dopiero mając 78 lat.

Anna Mary Robertson Moses przyszła na świat we wrześniu 1860 roku w miasteczku Greenwich w stanie Nowy Jork. Była trzecim z dziesięciorga dzieci pary prowadzącej gospodarstwo rolne oraz młyn. Wychowywanie się w licznej rodzinie na wsi wiązało się z ciężką pracą, co nie sprzyjało ani formalnej edukacji, ani rozwijaniu indywidualnych zainteresowań. Anna Mary uczęszczała do szkoły tylko przez krótki okres, zdobywając podstawowe umiejętności czytania i pisania. To właśnie w trakcie tych skromnych zajęć szkolnych miała swój pierwszy kontakt ze sztuką. Fascynacja tematyką artystyczną pojawiła się już wtedy i szybko znalazła swój wyraz w próbach tworzenia pierwszych prac. Robertson nie miała dostępu do tradycyjnych materiałów malarzkich, więc wykorzystywała naturalne składniki łatwo dostępne na farmie, takie jak sok z cytryn i winogron, trawę czy trociny. Jej prace koncentrowały się głównie na pejzażach, odzwierciedlających otaczające ją wiejskie krajobrazy. Wiele dekad później, dokładnie w miejscu, gdzie Anna Mary stawiała swoje pierwsze artystyczne kroki, powstało Bennington Museum — instytucja poświęcona zarówno jej twórczości, jak i popularyzacji sztuki regionalnej stanu Vermont.

Anna Mary Robertson już w wieku zaledwie 12 lat opuściła rodzinne gospodarstwo, podejmując pracę

jako pomoc domowa u zamożnych sąsiadów. W tym okresie zatrudnianie dzieci do prac domowych nie było niczym niezwykłym i stanowiło powszechną praktykę, szczególnie w społecznościach wiejskich. Przez kolejnych 15 lat Anna Mary pełniła rolę gospodyni domowej, wykonując różnorodne obowiązki, w tym gotowanie, szycie i opiekę nad dziećmi swoich pracodawców. Rodzina Whitesides, u której dziewczyna była zatrudniona, szybko zauważyła jej fascynację drukami i litografiami tworzonymi przez renomowaną nowojorską firmę graficzną *Currier and Ives*. Ich prace, charakteryzujące się realistycznymi przedstawieniami scen z życia codziennego, krajobrazów i wydarzeń historycznych, cieszyły się wówczas dużą popularnością w amerykańskich domach. Doceniając jej artystyczne zainteresowania, Whitesidesowie postanowili wesprzeć rozwój jej talentu, kupując dla niej kredki kredowe i woskowe. Ten gest nie tylko umożliwił Annie Mary dalsze eksperymentowanie z twórczością plastyczną, ale także zainspirował ją do kontynuacji artystycznych poszukiwań, które w przyszłości miały przynieść jej uznanie jako jednej z najsłynniejszych amerykańskich artystek ludowych.

W wieku 27 lat Anna Mary Robertson poznała Thomasa Salmona Mosesa, który pracował jako najemnik na tej samej farmie. Para wkrótce wzięła ślub i osiedliła się w okolicach Staunton w stanie Wirginia. Przez kolejne dwie dekady prowadzili wspólne życie, przenosząc się między pięcioma różnymi farmami, gdzie ciężka praca była codziennością. Żeby wspomóc domowy budżet, kobieta wykazywała się niezwykłą zaradnością. Własnoręcznie wyrabiała i sprzedawała chipsy ziemniaczane oraz ubijała masło z mleka krowiego, które na początku kupowała za zaoszczędzone pieniądze. Dzięki wytrwałości i przedsiębiorczości rodziny w 1901 roku Mosesowie zrealizowali swoje marzenie o niezależności, nabywając własne gospodarstwo rolne. Anna Mary i Thomas doczekali się dziesięciorga dzieci, lecz tylko pięcioro z nich przeżyło okres niemowlęcy.

Życie w Wirginii, mimo licznych trudności, było dla Anny Mary źródłem satysfakcji i poczucia stabilizacji. Po latach ciężkiej pracy i skrupulatnego oszczędzania wraz z mężem udało im się spełnić marzenie o własnym gospodarstwie, które miało być ich bezpiecznym azylem. Thomas nie podzielał jednak entuzjazmu żony. Tęsknota za rodzinnymi stronami coraz bardziej dawała mu się we znaki. Ostatecznie to on zdecydował o zmianie miejsca zamieszkania. W 1905 roku małżeństwo postanowiło przenieść się do Eagle Bridge w stanie Nowy Jork, gdzie miała rozpocząć się nowa, pełna wyzwań i niespodzianek, część ich życia. Nowo nabyte gospodarstwo nazwali Mount Nebo, nawiązując do biblijnej góry, na której znajdowało się sanktuarium poświęcone Mojżeszowi. Wybór tej symbolicznej nazwy nie był przypadkowy — nazwisko „Moses” oznacza właśnie Mojżesza, co czyniło tę nazwę osobistym i duchowym odniesieniem dla rodziny. Mount Nebo stało się miejscem, gdzie Anna Mary kontynuowała swoje życie pełne pracy i troski o rodzinę, nieświadoma jeszcze, co czeka ją w przyszłości.

W roku 1927, w wieku 67 lat wskutek zawału serca umiera Thomas. Jego śmierć była dla Anny Mary bolesnym ciosem, ale pomimo samotności kobieta nie zdecydowała się na ponowne małżeństwo. Początkowo jedno z jej dzieci, syn, pomagał jej w prowadzeniu gospodarstwa na Mount Nebo. Jednak dziewięć lat później, zmęczona trudami pracy na farmie, Anna Mary – już powszechnie nazywana „Grandma Moses” od swojego nazwiska – postanowiła przenieść się do domu swojej córki. Dotychczasowe aktywne i uporządkowane życie nagle zwolniło co wymagało do starszej pani znalezienia zajęcia wypełniającego jej czas. Rozpoczęło się od haftowania, Anna Mary za pomocą tej techniki tworzyła obrazki, którymi później obdarowywała przyjaciół i rodzinę. Z czasem pojawił się artretyzm, który zaczął coraz bardziej uniemożliwiać tworzenie haftów. Nie mogąc sprawnie trzymać igły, stanęła przed koniecznością poszukiwania nowego sposobu wyrażania swojej

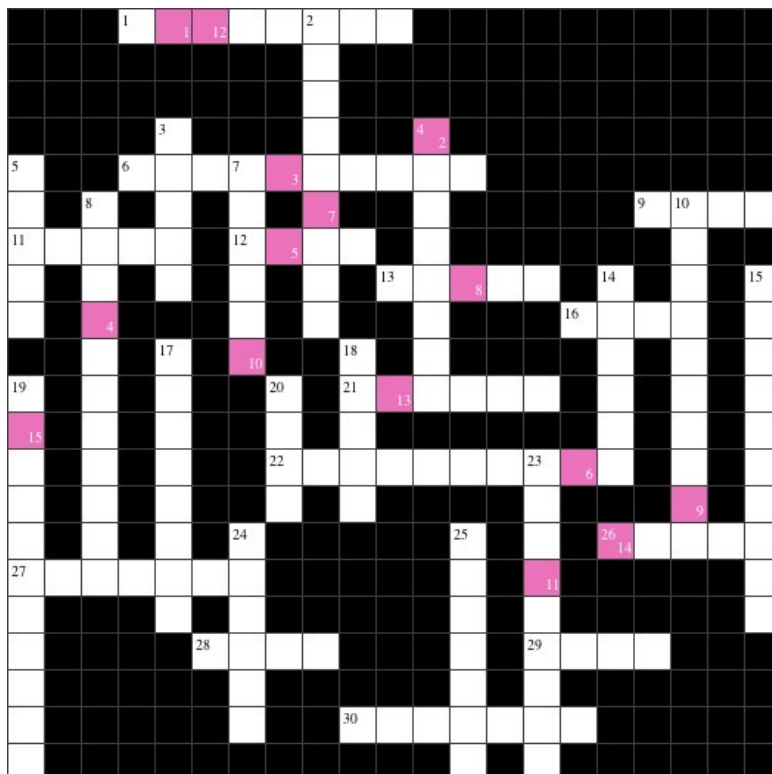
kreatywności. Właśnie wtedy siostra Celestia zaserwowała jej, by zamieniła igłę na pędzel.

Pomysł okazał się przełomowy. Anna Mary szybko odkryła w malarstwie nową pasję, tworząc kolejne obrazy inspirowane życiem na farmie i wiejskim krajobrazem. Wkrótce miała ich więcej niż mogła wykozystać, rozdając je w prezencie lub ozdabiając nimi dom. Żeby znaleźć nowe miejsce dla swoich dzieł, zaczęła wystawiać je na wiejskich targach w Cambridge, gdzie trafiały na stoiska pomiędzy warzywami a przetworami z owoców. Losy jej kariery mogłyby zakończyć się na tym lokalnym etapie, gdyby nie wsparcie Caroline Thomas, żony aptekarza z sąsiedniej wioski Hoosick Falls. Thomas zaprosiła artystkę do udziału w wystawie rękodzieła tworzonego przez kobiety, a później obrazy Anny Mary ozdobiły witrynę apteki należącej do jej męża. Prawdziwy przełom nastąpił w 1938 roku, gdy przez miasteczko przejeżdżał nowojorski kolekcjoner sztuki Louis Caldor, który z pasją wyszukiwał lokalne dzieła sztuki podczas podróży. Obrazy Grandmy Moses w aptecznej witrynie natychmiast przykuły jego uwagę. Zafascynowany ich autentycznym urokiem, wykupił całą wystawę i poprosił o adres artystki. Rodzina starszej pani uznała Caldora za ekscentryka, gdy z entuzjazmem deklarował, że uczyni z Robertson Moses gwiazdę świata sztuki. Wydawało się to niemal absurdalne — Anna Mary miała już 78 lat, a jej obrazy były jedynie prostymi scenami z życia wsi. Początkowe próby Caldora nie przynosiły oczekiwanych rezultatów. Choć niektórzy właściciele galerii i muzeów początkowo wykazywali zainteresowanie jej twórczością, szybko je tracili po poznaniu wieku artystki. Inwestowanie w kogoś, kto — jak sądzono — mógł w każdej chwili odejść z tego świata, wydawało się nieopłacalne. Mimo to Caldor nie ustępował. W 1939 roku odniósł pierwszy sukces, kiedy zaprezentowano trzy obrazy Grandmy Moses podczas prywatnej wystawy w Museum of Modern Art. Ta sytuacja otworzyła jej drzwi do świata profesjonalnej sztuki.

Kolejne wydarzenia związane z karierą artystycz-

ną Anny Mary potoczyły się w dość szybkim tempie. Zorganizowano serię wystaw objazdowych, które umożliwiły szerokie poznanie twórczości Babci Moses nie tylko w Stanach Zjednoczonych, ale także w Europie. W 1946 roku Otto Kallir, jej wielki orędownik, zredagował pierwszą monografię na jej temat, zatytułowaną *Grandma Moses: American Primitive*. Publikacja ta pomogła jeszcze bardziej utrwalić jej nazwisko w historii amerykańskiej sztuki. W 1949 roku, w uznaniu jej wybitnych osiągnięć artystycznych, prezydent Harry S. Truman wręczył Moses prestiżową nagrodę Women's National Press Club. Zaledwie rok później, w 1950 roku, artystka stała się bohaterką filmu dokumentalnego wyreżyserowanego przez Jerome'a Hilla. Film, który ukazywał jej życie i twórczość, zdobył nominację do Oscara, co stanowiło kulminację jej uznania na międzynarodowej scenie artystycznej. Uhonorowaniem artystycznych osiągnięć Anny Mary Moses były nadane jej dwa tytuły doktora honoris causa. Pierwszy otrzymała w 1949 roku od Russell Sage College, a drugi — dwa lata później od Moore College of Art and Design. Kobieta stała się ikoną amerykańskiej kultury i tożsamości. Jej twórczość, pełna prostoty, autentyczności i miłości do życia na wsi, zyskała ogromne uznanie i na stałe wpisała się w historię sztuki. W dniu jej setnych urodzin, 7 września 1960 roku, gubernator Nowego Jorku, Nelson Rockefeller, ogłosił Grandma Moses Day. Kilka miesięcy po ukończeniu 101 lat, 13 grudnia 1961, Anna Mary Moses zmarła pozostawiając po sobie blisko 1500 prac.

Historia Anny Mary, kobiety pozbawionej wykształcenia, która całe życie spędziła pracując ciężko na roli udowadnia, że marzenia nie mają terminu ważności, a pasję można odkrywać i rozwijać w każdym wieku. Biografia tej niezwykłej artystki ludowej inspirowała do działania i przypomina, że nawet najskromniejsze początki mogą prowadzić do wielkich osiągnięć. Warto marzyć, próbować nowych rzeczy i nie poddawać się — bo życie pełne pasji nie zna granic wieku.

**POZIOMO**

1. otacza mięsień
6. zimną w rzece lub jeziorze
9. omulek
11. od kufra
12. chcesz coś z...?
13. stare ubrania
16. nagroda, uznanie
21. Bieszczadzkie
22. oprowadza turystów
26. dom Odyseusza
27. ketonowa
28. symbol karo
29. sojusz
30. z gęsi lub królika

PIONOWO

2. poranna w RZS
3. z Rodos, cud świata
4. powiększone przy anginie
5. czyni truciznę
7. ... Mater
8. usunięcie nerki
10. lęk przed otwartą przestrzenią
14. słynny dąb
15. sport podobna do tenisa
17. zaburzenia połykania
18. w kominie
19. >100 bpm
20. pięć tuzinów
23. patron tonących, Jan
24. zkręt na rzece
25. w tomiku

NAGRODA:

Zaproszenie na spektakl w Teatrze Wielkim w Poznaniu. Sponsorem nagrody jest Teatr Wielki w Poznaniu.

Prawidłowe rozwiązanie – zdjęcie, podpisane imieniem i nazwiskiem, przesyłajcie na adres jolka@pulsun.pl do 20.03.2025 wraz z dopiskiem „Krzyżówka”.

Ze wszystkich nadesłanych zgłoszeń wylosujemy zwycięzcę, który otrzyma nagrodę.

SUDOKU

			8	3	1	7	2	
		3				5		
				7			4	
5				8				
7	2	4						1
3								
4	6				7		1	
			5	1	4			2

7								
2				4	6	1	7	
			1	8		4	3	
	3	9	7			8		
	2	7	8	6		3		9
9				7				
6						7	4	
			2				8	

	2					1	3	
	7						2	
4	3	8		6				
		4	7		8			
9								5
		7				4	9	
	1	3		5		2	6	9
					6	8		1
	9		1		7	5		3

4		7		1			6	
	5		7		8	3		
3			6			1	9	
8		2			5			
6	7	5				2	8	
				7		6	1	
5				8				
					9	4		
								3

NAGRODA:
Zaproszenie na spektakl w Teatrze Wielkim w Poznaniu. Sponsorem nagrody jest Teatr Wielki w Poznaniu.
Prawidłowe rozwiązanie – zdjęcie, podpisane imieniem i nazwiskiem, przesyłajcie na adres jolka@pulsum.pl do 20.03.2025 wraz z dopiskiem „Sudoku”.
Ze wszystkich nadesłanych zgłoszeń wylosujemy zwycięzcę, który otrzyma nagrodę.

			5		1	2	9	8
	6			7	3	5	4	
			4					
	4			3	2	1		
1	5					9	6	
7	3				5			
				9		7		
6		5				3	2	

		4	3					
3	8		2					
		5	7	9		4	8	
7	9							2
						6		4
				3		7		
6	7		9		5			
					2	1		5

			7					4
				2		9		3
							5	2
9						8	1	
	1	7	6		4	2		
		3			5		7	6
6	5	9	8	4	7			
8				1				
	4	1	3		2			8

	3		6	1		5		
	6	8					1	4
7	2		4					
	5		3		9		7	6
	9		7			2	5	
8			2					1
								3
9					4	1		
		4			2	8	6	7

				4	8			
7							2	8
1			6			3		5
		1				5		2
5	7							1
8							4	
	8	7	2					
		6	8		4		9	
	1			3				

	8	5						
					9			6
							7	2
			6	3	4		2	7
				2		6		8
2			9	4				
	3				6			
9	4		5	1	2		8	

SUCHARY

Jakie są 4 rodzaje białej śmierci?

Cukier, sól, kokaina i lekarz pierwszego kontaktu.

Jak nazywa się kwiat, który świruje?

Fiołek.

W domu u Kowalskich:

- Tato, tato! Czy ja jestem adoptowany?

- Byłeś, ale cię zwrócili.

Ojciec przyjeżdża odwiedzić studiującego syna w akademiku. Znajduje właściwy pokój, puka i głośno pyta:

- Czy tutaj mieszka Jan Nowak?

Głos z środka odpowiada:

-Taaa, weź go pod drzwiami połóż.

Po co kotu telefon?

Żeby miau.

Lekarz ortopeda do pacjenta:

-Proszę zgiąć kolano.

- W którą stronę?

Jaki jest ulubiony instrument lekarzy?

Organy wewnętrzne.

Co robi elektryk na scenie?

Buduje napięcie.

-Kochanie, nie wiedziałam że sobie dorabiasz sprzętając.

- Co ci też za bzdura do głowy przyszła!

- Przecież wszyscy znów cię widzieli z jakąś szmatą!

Jakie są objawy świńskiej grypy?

Leżysz i kwiczysz.

Na budowie:

- Majster! Łopata mi się złamała!

- To o betoniarkę się oprzyj!

Przed operacją:

- Panie ordynatorze, czy będzie mnie pan osobiście operował?

- Tak, lubię przynajmniej raz na rok sprawdzić, czy jeszcze coś pamiętam.

Mój dziadek ma serce lwa i... dożywotni zakaz wstępu do zoo.

Pewien gospodarz miał bardzo dużo kur, ale ciągle ktoś je mu je kradł. Wreszcie nie wytrzymał i zastawił pułapkę na szkodnika. Pierwszego dnia pułapka była pusta, drugiego dnia, nie! Trzeciego dnia gospodarz idzie do pułapki, patrzy – a tam lis!

- Lisie! To ty kradniesz moje kury?

- Nie! – powiedział lis.

A to był on.

**Kiedy: 25, 27 lutego 2025 o 19:00
1 marca 2025 o 18:00**

bilety:

<https://opera.poznan.pl/pl/aida-giuseppe-verdi>

Bilety dla studentów Uniwersytetu Medycznego w Poznaniu:

25% zniżki na hasło UM

„Aida” powstała na zamówienie kedywa Egiptu i miała prapremierę w Kairze, w wigilię Bożego Narodzenia. Osłą dramatu są rozterki zwycięskiego egipskiego generała Radamesa, kochanego przez dwie kobiety, Amneris – córkę faraona i brankę Aidę – córkę króla Etiopów. Radames dokona niewłaściwego wyboru, co popchnie go wpierw do zdrady, w końcu zaś sprowadzi nań śmierć. Z punktu widzenia XIX-wiecznego Europejczyka dylemat zaiste trudny do rozstrzygnięcia, dla Egipcjanina z kolei niepojęty. Przecież bohater mógł mieć obydwie kobiety: jedną poślubić, drugą zaś przyjąć w darze jako nałożnicę, a kiedyś być może drugą żonę. Warto i dziś przywołać ten paradoks. Minęło półtora wieku, a relatywizm i fundamentalizm wciąż leżą u sedna niejednej tragedii.



TEATR WIELKI
IM. STANISŁAWA MONIUSZKI
W POZNANIU

