



DEMINITIVUM KWIECIEŃ 2021

JEDNA GAZETA WIELE TEMATÓW !!!



JAK SIĘ UCZYĆ

AUTORYTETY



SAVOIR
VIVRE



WIELKANOC

SYBERIA



WIELKANOC



ilustr. Natasza Jelińska

JAK OBCHODZI SIĘ W POLSCE NAJWAŻNIEJSZE KATOLICKIE ŚWIĘTO?

Wielkanoc jest najstarszym chrześcijańskim świętem. Obchodzi się je w niedzielę po pierwszej wiosennej pełni Księżyca (zazwyczaj wypada ona między 22 marca, a 25 kwietnia). Dla katolików Wielka Niedziela jest świętem najważniejszym. Upamiętnia Dzień Zmartwychwstania Pańskiego. Pusty grób to wielka radość, to znak zwycięstwa życia nad śmiercią. Tak wielkie wydarzenie wymaga dobrego przygotowania, dlatego na 40 dni przed nim, w Środę Popielcową, idziemy do kościoła, by usłyszeć wołanie: *Nawracajcie się i wierzcie w Ewangelię.*

Tak zaczynamy Wielki Post, który ma przygotować nasze serca na przyjście Zmartwychwstałego. Podczas postu koncentrujemy się na Bogu, na modlitwie, unikając hucznych zabaw i tego, co nas rozprasza. Szukamy Boga wsłuchując się w Jego słowa podczas rekolekcji czy nabożeństw, takich jak Droga Krzyżowa i Gorzkie Żale.

Chrystus zmartwychwstał! Prawdziwie zmartwychwstał!

Szczególną wagę przywiązujemy do sakramentu pokuty i pojednania, podejmujemy postanowienia, które wykazują szlachetność i bezinteresowność serca. Ostatni czas na przygotowanie się do Świąt Wielkiej Nocy przypada na Wielki Tydzień. Od Niedzieli Palmowej do Triduum Paschalnego przeżywamy wjazd Jezusa do Jerozolimy, Ostatnią Wieczerzę i mękę Zbawiciela. Wszystko to prowadzi do wielkiej radości, do odkupienia ludzkości. Jezus powstaje z grobu, dokonując największego cudu w dziejach świata. Alleluja!

Wiktor Tuziński

HISTORIA WIELKANOCY

Słyszac hasło Wielkanoc od razu na myśl przychodzi mi, jak pewnie większości ludzi XXI wieku, uśmiechnięty i nieco przerosnięty zając, kolorowe pisanki i pyszne babki piaskowe. Wszystkie te symbole zostały jednak stworzone na potrzeby uatrakcyjnienia obchodów o zupełnie innym charakterze, których początków należy doszukiwać się w IV wieku.

Nazwa obrzędu pochodzi z tradycji chrześcijańskiej. Umęczony Chrystus zmartwychwstał z grobu nocą, stąd nazwa tego święta Wielka-Noc. Powszechnie uznawane jest za najstarsze i najważniejsze wydarzenie wspólnoty chrześcijańskiej. Święto to pojawiło się po Soborze Nicejskim w 325 roku, aby upamiętnić i celebrować Misterium Paschalne Chrystusa. Na tym soborze, zwołanym przez cesarza Konstantyna Wielkiego, ustalono datę Wielkanocy, która przypadać miała na niedzielę po pierwszej pełni księżyca.

Na podstawie tej decyzji wigilia Zmartwychwstania Pańskiego odbywać się mogła wszędzie pomiędzy 22 marca, a 25 kwietnia i determinowała termin obchodów Popielca, Wielkiego Postu, Wniebowstąpienia Pańskiego, Zesłania Ducha Świętego oraz Bożego Ciała.

Zmiana tego systemu w Kościele Katolickim nastąpiła w 1582 roku wraz z powstaniem kalendarza gregoriańskiego, natomiast w Kościele Prawosławnym do dzisiaj praktykuje się Wielkanoc w starym stylu, według kalendarza juliańskiego. Skąd więc wzięły się obecnie powszechne zwyczaje malowania pisanek czy lania się wodą? Otóż wraz z upowszechnieniem się wiary chrześcijańskiej na pogańskich ziemiach słowiańskich, misjonarze inkulturowali zwyczaje chrześcijańskie, adaptując je dla ochrzczonych ludów. Dzięki tym postępowaniom powstały tradycje takie jak święconka, pisanki czy tworzenie palm, związane z budzeniem się do życia natury oraz kultem przyrody.

Podsumowując, pod dobrze nam znanym terminem Świąt Wielkanocnych istnieje ciekawa i długa historia sięgająca zamierzchłych czasów, historia dłuższa niż mogło nam się wydawać. Jako ciekawostkę dodam jeszcze, że pierwszy historyczny władca Polski książę Mieszko I został ochrzczony w jednym z romańskich baptysteriów właśnie na Wielkanoc.

Patrycja Ostrowska



Jak rozumieć savoir – vivre oraz kiedy go stosować?

Savoir-vivre z języka francuskiego znaczy „wiedzieć jak żyć, potocznie mówiąc to dobre maniery, które powinniśmy stosować w różnych okolicznościach. Często savoir-vivre kojarzy się z dobrymi manierami przy stole, ale przecież dobre maniery powinniśmy okazywać także podczas różnych spotkań. Kiedy zostajemy zaproszeni przez kogoś, bądź my sami zapraszamy gości, trzeba się wykazać znajomością zasad dobrego zachowania. Dobre maniery stosuje się również w sposobie ubierania się na określone okazje, czy dla okazania szacunku innej osobie. Ogólnie zasady tego kodeksu - savoir-vivre'u moglibyśmy streścić kilku słowami, oto one: uśmiech, uprzejmość, życzliwość, punktualność, dyskrecja, lojalność, grzeczność.

Savoir-vivre - szacunek dla każdego

Każda osoba jest indywidualna i ma prawo do własnego zdania, do wyznawania religii, do swojego sposobu ubierania się, czy innych przekonań. Oczywiście my możemy mieć swoje zdanie, ale stosując się do zasad savoir-vivre'u, powinniśmy umieć uszanować odmienny punkt widzenia. Powinniśmy się starać, by traktować każdego tak, jak sami

chcielibyśmy być traktowani na jego miejscu.

Ubiór dostosowany do okoliczności

Kiedy jesteśmy w otoczeniu innych osób powinniśmy zwracać szczególną uwagę na ubiór, aby okazać tym samym szacunek i kulturę osobistą otoczeniu. Jeśli jesteśmy sami w domu, nasz ubiór nie musi być tak formalny, ważne abyśmy czuli się w nim dobrze i nie razili najbliższych swoim wyglądem.

Nasz ubiór jest ważny nie tylko w pracy, ale także na co dzień, dlatego dobrze było by ubierać się adekwatnie do okoliczności, według zasad savoir-vivre'u. Jeżeli jest to uroczystość powinniśmy zachować elegancję, jeżeli wybieramy się do mniej formalnych miejsc, np. centrum handlowego, dyskoteki, pubu, możemy pozwolić sobie na więcej ekstrawagancji.

Savoir-vivre przy stole

Często nie mamy pojęcia, jak łatwo popełnić przy stole mały, ale widoczny błąd. Zaczniemy od tego, że zostaliśmy zaproszeni do znajomych. Zasiadamy do wspólnego stołu bez umycia rąk i zaczynamy spożywać przygotowane przez domowników jedzenie. Uwaga: samo zajęcie wyznaczonego miejsca bez umycia rąk jest błędem! Dlatego zanim siądziemy do stołu, należy zapytać o możliwość skorzystania z toalety.

Przy stole staramy się nie mówić z pełnymi ustami, a po skończonym posiłku sztucze kładziemy równolegle na talerzu. Po posiłku obowiązkowo dziękujemy i pytamy czy pomóc w uprzątnięciu stołu.



Savoir-vivre gdy zostaliśmy zaproszeni

Bardzo ważną zasadą jest, abyśmy się nie spóźniali, tylko przybyli na czas. Przed wejściem wypada dobrze wytrzeć buty i odstawić je w odpowiednim miejscu. Podczas wizyty nie powinniśmy zaglądać do cudzych szafek, komód oraz innych zakamarków bez zgody pana domu - gospodarza. Nie wolno trzaskać drzwiami

i dotykać przedmiotów, które znajdują się w mieszkaniu zapraszających nas osób. Uszanujmy cudzą własność.

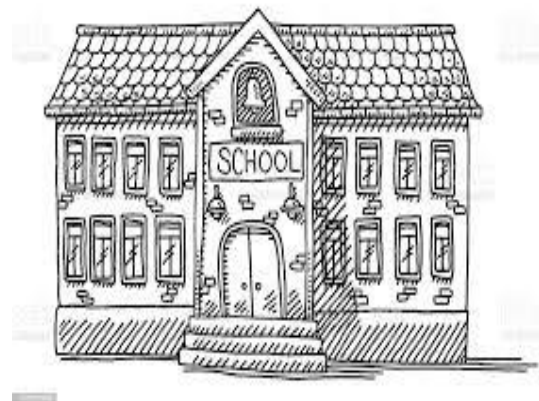
Savoir-vivre gdy sami zapraszamy

Podczas organizacji uroczystości powinniśmy pamiętać, by uczestników zaprosić z minimum dwutygodniowym wyprzedzeniem. Zadbajmy, by wszystkie osoby miały gdzie usiąść przy stole. Dużym błędem jest zaproszenie gości, którzy nie lubią się nawzajem. Podczas wizyty, dajemy gościom czas na pozostawienie okrycia wierzchniego w wyznaczonym miejscu, a następnie zapraszamy gości do konkretnego pokoju. Możemy oprowadzić po domu.

To tylko kilka z najogólniejszych zasad savoir-vivre'u. Szukajmy form wyrażania naszego szacunku w najrozmaitszych okolicznościach życia. Istniejące zasady są dostępne zarówno w specjalnej literaturze, jak i w Internecie.

Zofia Marszał

JAK UCZYĆ SIĘ SZYBCIEJ I SKUTECZNIEJ?



Nauka skarb drogi, kto ją ma nie ubogi – tak mówi stare polskie przysłowie. I czy to nie jest prawda? Dzięki wiedzy można znaleźć dobrą pracę, a ona pozwoli nam otrzymywać godne wynagrodzenie.

To proste i logiczne – duża wiedza, przydatna społeczeństwu i wysokie wynagrodzenie. Czy zawsze jednak tak bywa? Moglibyśmy podyskutować. Zdobywanie wiedzy to

obowiązek każdego ucznia i uczennicy. Jednym przychodzi to łatwo, innym trochę trudniej. Bardzo często, szybko zniechęcamy się do nauki. Uważamy, że po co nam to? Jeśli jestem na humanie to chemia przecież nie jest mi do życia potrzebna, nie wiąże z nią przecież swojej przyszłości. Jednak tak nie jest. Nauka powinna być dla nas przyjemnością, ponieważ jeśli uczymy się czegoś z uśmiechem na twarzy to łatwiej nam z tym idzie. W takim razie pada pytanie, czy są skuteczne i szybkie metody zdobywania wiedzy?

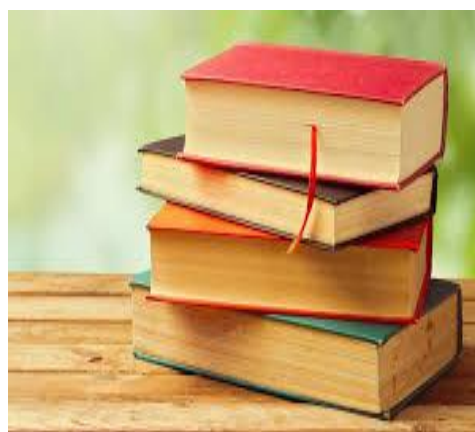
Osobiście bardzo lubię się uczyć. Nauka nigdy nie sprawiała mi kłopotu, wręcz przeciwnie stała się swego rodzaju przyjemnością. Może jestem ewenementem, a może mam sprawdzone metody przyswajania wiedzy, które się sprawdzają. Podzielę się nimi.

Po pierwsze staram się jak najbardziej skupić na lekcji oraz prowadzić szczegółowe i dokładne notatki. Czasami jest trudno na przykład na przedmiotach, które nie są moją mocną stroną, albo kiedy pod koniec roku szkolnego do sal lekcyjnych zagląda słońce i człowiek myśli tylko o wakacjach. Po drugie, ważnym elementem dobrej i skutecznej nauki jest powtarzanie zdobytych informacji, czyli tzw. nauka regularna, z lekcji na lekcje. Przykład z życia codziennego, zaczynamy nowy dział z biologii, po każdej lekcji powtarzamy przez 15 minut zdobyte informacje i tak do sprawdzianu, który okaże się sukcesem. Aby sprawdzić efekty nauki regularnej Harvard Business school przeprowadziło eksperyment. Wybrani pracownicy mieli zrobić na koniec każdego dnia szybkie podsumowanie i wyciągnąć wnioski z kilku ostatnich godzin. Wyniki okazały się zdumiewające, gdyż pracownicy osiągnęli efekty wyższe o prawie 23%.

Jednak samo powtarzanie niestety nie wystarczy. Powinno się powtarzać na głos. Kiedy opowiemy drugiej osobie czego się nauczyliśmy, to nasze szanse na zapamiętanie tego wyraźnie wzrosną. Udowodnił to prof. Wiktor Bucher swoim doświadczeniem. Moim zdaniem, przedstawione metody bardzo dobrze się sprawdzają. Jednakże nie zawsze mamy ochotę mówić lub powtarzać na głos, albo zwyczajnie nie mamy na to możliwości. W takiej sytuacji, pomocną rzeczą staje się robienie notatek. Nie na telefonie, czy komputerze, ale tradycyjną metodą, czyli ręcznym pismem. Przeprowadzone badania potwierdzają tę tezę, która mówi że osoby, które notują odręcznie lepiej zapamiętują materiał. Aby urozmaicić notatki można postarać się też ich o stronę graficzną, która również jest bardzo pomocna i skuteczna (doświadczenie prof. Jackie Andrade z Uniwersytetu Plymouth).

Nie wyobrażam sobie nauki bez kolorowych notatek i systematycznego powtarzania zdobytych informacji. Nauka to podstawa i bardzo ważny element naszego życia. Nie można jednak zapomnieć o tym, że oprócz nauki powinniśmy znaleźć czas na nasze hobby i zainteresowania, aby nasze życie nie stało się teorią naukocentryczną.

Zuzanna Krawczyk



WZÓR DO NAŚLADOWANIA

GUSTAW GÓRECKI LIWIA GORGÓŃ

Autorytet, mentor. Zapewne gdy tylko przeczytałeś to słowo, ktoś Ci przyszedł na myśl. Piosenkarz, artysta, naukowiec, pisarz, sportowiec, czy też członek rodziny. Każdy z nich może być twoim osobistym autorytetem. Wzorem do naśladowania w różnych sytuacjach, w twoim stylu ubierania się, bądź tym, który będzie kształtował twój charakter przez lata.



Mówiąc o autorytetach warto rozgraniczyć to pojęcie z „idolem”. Autorytet, bądź też mentor to osoba, za którą chcemy podążać, naśladować ją. Ma on niesamowitą charyzmę, a jego osoba tworzy wokół siebie aurę, która sprawia, że chcemy być jak on. Idol natomiast, to nikt inny jak ulubieniec tłumów. Nie musi wyróżniać się swoim charakterem, nawet nie musi być wzorem godnym do naśladowania. Jest po prostu znany i lubiany dzięki czemuś charakterystycznemu, co nam się z nim kojarzy.

„Iniesta nie farbuje włosów, nie nosi kolczyków i nie ma żadnych tatuaży. Może to czyni go nieatrakcyjnym dla mediów, ale jest najlepszy”. Tak o jednym z czołowych pomocników naszego pokolenia - Andresie Inieście wypowiedział się słynny Pep Guardiola. Gdy byliśmy mali, nie do końca imponowali nam najlepsi, a raczej ci najbardziej charakterystyczni. Ulubieńcy tłumów, dobrze wyglądający dla nas ośmiolatków, z czymś wyjątkowym, z wyróżniającym się tatuażem, irokezem czy kolorowym ubraniem. Na takiej zasadzie wybieraliśmy swoich idoli, a dopiero z czasem zdaliśmy sobie sprawę z autorytetów.



Pozostając w temacie sportu, jednym z moich autorytetów jest Robert Kubica. Krakowianin był pierwszym Polakiem w Formule 1. Już w trzecim wyścigu zdobył miejsce na podium, będąc na pudle razem z legendarnym Michaeliem Schumacherem. Przez lata jeżdżąc w średnich bolidach był uważany za jednego z najszybszych kierowców swojego pokolenia. W 2012 miał jeździć w Ferrari - zespole, o którym nie trzeba mówić, że jest największym w historii i znanym przez każdego. Niestety, los miał dla niego inne plany. Wypadek rajdowy, kiedy to bariera wręcz przecięła jego samochód na pół, sprawił, że Kubica zniknął ze sportu na kilka lat. Wszystko nagle przepadło, a jego prawa ręka została zmiażdżona. Powrót do sportu zajął mu 6 lat, wrócił w roli kierowcy testowego. Na ponowne stanięcie na polach startowych czekał 8 lat, aż w marcu 2019 roku wrócił do stawki w barwach Williamsa. Polak nigdy się nie poddał. Mimo przeciwności od czasu wypadku jego celem było wrócić do robienia tego co kochał-do ścigania się z najlepszymi. Jego historia jest morałem dla wszystkich, by nigdy się nie poddawać i nieprzerwanie dążyć do robienia tego, co nadaje sens naszemu życiu.



Moim największym wzorem do naśladowania, który daje mi motywację każdego dnia jest znany wszystkim piosenkarz - Ed Sheeran. Od kiedy tylko poznałam bardziej jego historię, stał się moją ogromną inspiracją. Ed mimo wielu trudności w swoim życiu, takich jak gnębienie go z powodu jego wyglądu, od najmłodszych lat, bezdomność, problemy z alkoholem, czy brak środków do życia, nie poddał się i dążył do spełnienia marzeń. Kiedy udało mu się osiągnąć sukces, nie zmienił się, pozostał dalej takim samym skromnym, chętnym do pomocy, życzliwym człowiekiem. Jest on bardzo wdzięczny swoim rodzicom za wsparcie, które mu dawali od najmłodszych lat i zdaje sobie sprawę, że gdyby nie ich motywacja i wiara w niego, nie osiągnąłby takiego sukcesu. Mimo bycia tak sławnym dalej stara się nie stać w miejscu tylko rozwijać swoje umiejętności, nie zapominając przy tym, żeby pomagać potrzebującym, zawsze chętnie wpłaca pieniądze na różne akcje charytatywne, adoptuje uwielbiane przez niego koty ze schroniska czy odwiedza swoich fanów w szpitalu. Aktualnie Ed ma chwilową przerwę w swojej karierze, by mógł zająć się swoją rodziną - żoną oraz niedawno narodzoną córeczką.

SYBERIA

Oczami zesłańców

W tym materiale poznacie srogie realia powojennych syberyjskich śniegów. Zarówno od strony czysto historycznej z domieszką kulturowości ówczesnych narodów, jak i z punktu patrzenia zwykłych mieszkańców - zesłańców na Sybir, Sybiraków...



Kim są zesłańcy?

Sybiracy - to osoby zsyłane do carskiej Rosji oraz do ZSRR, to ludzie różnych narodowości zamieszkujący Syberię. Z perspektywy rosyjskiej Sybiracy to mieszkańcy Syberii, z punktu widzenia Polaków lub zesłańców z innych krajów, napadanych przez moskali, to ludzie przymusowo zesłani na Syberię przez okupanta.

Historia zsyłek na Syberię

Historia zsyłek jest bardzo długa i sięga XVI wieku, jednak warto podkreślić, szczególnie patrząc z dłuższej perspektywy, że zesłanie zesłaniu jest nierówne. W zależności od okresu historycznego i wagi "przewinienia" naszych rodaków kara była różna. Formalnie zsyłki na Syberie dzielą się na co najmniej trzy okresy Rosji carskiej i okres ZSRR. Pierwszy z nich zaczyna się po 1591 r. i trwa do 1649 r. W tym czasie zsyłki dokonywane były oprócz Syberii również w głąb Rosji oraz na północne rejony europejskiej części tego kraju. W pierwszym okresie były to zsyłki bardzo nieliczne i w dużej mierze prewencyjne lub z powodów politycznych i religijnych. Sytuacja zmieniła się wraz z rozpoczęciem drugiego okresu, kiedy to przesiedlenia stały się zdecydowanie liczniejsze. Było to spowodowane nasi-

leniem się liczby zsyłek z dotychczasowych powodów oraz z powodu zajęcia przez Rosję wschodniej części Ukrainy. W ten sposób tłumiono niepodległościowe dążenia Kozaków. W drugim okresie wprowadzono również karę zsyłki za przestępstwa kryminalne. Na liście przewinień za które można było otrzymać bilet w jedną stronę, w głąb śnieżnej krainy, były między innymi: opuszczenie wsi przez poddanych, zamiana kary śmierci na dożywotnią zsyłkę, kradzież, rozbój, fałszerstwo pieniędzy, włóczęgostwo, dezercja z armii i inne. Dodatkowo w tym czasie po raz pierwszy o zsyłkach mogli decydować właściciele chłopów pańszczyźnianych, czyli ktoś inny poza władzą. Trzeci okres rozpoczął się w roku 1822 od reformy Sperańskiego, która to formalizowała cały system zsyłek, utworzyła lokalną oraz centralną administrację

wprowadziła rejestr zesłanych. Trzeci okres kończy się wraz z upadkiem carskiej Rosji. W tym okresie budowano także specjalne osady dla zesłańców oraz zapewniano im wynagrodzenie za wykonaną pracę. Warto również przedstawić jaka była sytuacja w okresie ZSRR. Bolszewicy utworzyli na Syberii system obozów pracy zarządzany przez Główny Zarząd Obozów czyli Gulag. W tym okresie miały miejsce trzy wielkie wywózki ludności, w latach: 1941, 1948 oraz 1951. Zsyłki na Syberię to duża część historii Rosji. W samym Cesarstwie Rosyjskim bywały okresy gdzie liczba zesłańców wynosiła 15 tysięcy rocznie. Obecny brak owych praktyk jest nowością w historii tego kraju i miejmy nadzieję, że już tak pozostanie.

Syberia oczami zesłańców:

- Zbierajcie się! Musimy iść dalej! Niedługo się ściemni, a patrząc po niebie za kilka dni rozsiale się Buran! – krzyknął stary, białobrody Rosjanin, podpierając się suchym kijem sosnowym. Wiedziałam, że ma rację. Podążałam z córką na południe, by uniknąć najcięższych dni syberyjskiej zimy. Same we dwie wędrowałyśmy przez trzy dni, zdane jedynie na litość i pomoc ludzi z napotkanych po drodze osad. Trzy dni temu natrafiłyśmy na grupkę wędrowców, rdzennych mieszkańców Rosji, którym nie były obce te skute lodem i wiecznie przysypane śniegiem hektary niezbadanej zamarzniętej na kość ziemi. Przyłączyłyśmy się do nich i z nimi wędrowałyśmy. Wstałam, wspierając się o drzewo. Córcia objęła mnie ramieniem. Przytuliłam ją mocno i znów zapewniłam, że wszystko dobrze się ułoży, że jakoś sobie poradzimy i że po wszystkim spotkamy się z naszą rodziną, tak jak za dawnych lat. W tym domu, przy stole i choince, przed grzejącym ciepłym kominkiem...

Wzruszająca historia dwóch kobiet zesłanych na Syberię. Opowieść oparta na prawdziwych zdarzeniach, które przeżyła moja pra babcia i jej mama. Losy Matki i córki, przemierzających zaśnieżone pustkowia i skute lodem szlaki. Zmagające się z przeciwnościami, pokonujące trudności, które nie każdy człowiek by wytrzymał, po to, by wrócić do domu i jeszcze chociaż raz zasiąść przy rodzinnym stole...

Fragменты opowiadania będą się ukazywały na blogu demonotivum