KOSTKA MAGAZYN

NUMER 22

KOSTKA PUBLICZNE LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCE JEZUITÓW IM. ŚW. STANISŁAWA KOSTKI



SPIS TREŚCI

NOWY ROK SZKOLNY.....03
MAGAZYN MODY WIKTORIAŃSKIEJ.....04
WYBORY DO SAMORZĄDU UCZNIOWSKIEGO 2021/22.....05
WYWIAD MIESIĄCA.....06-09
SQUID GAME.....10
TRADYCYJNA CHIŃSKA MEDYCYNA.....11-12
SAMA JAK DAMA.....13

REDAKCJA

KOSTKA
PUBLICZNE LICEUM
OGÓLNOKSZTAŁCĄCE JEZUITÓW
IM. ŚW. STANISŁAWA KOSTKI

Kurator numeru – o. Tomasz Nogaj
Opiekun Redakcji – Iga Szwajkosz
Korekta – Iwona Poręba, Alicja Bednarz
Redaktor naczelny – Franciszek Gebauer
Skład – Anna Ptak, Marta Gaińska, Piotr Szewc
Redaktorzy – Katarzyna Kędzierska, Emilia Salamaga, Julia Drobot, Oliwia Dombrowska, Asia Łukasik

NOWY ROK SZKOLNY

W związku z rozpoczęciem nowego roku szkolnego mamy przyjemność,
powitać Was w KOSTCE jako nowych członków naszej szkolnej społeczności.
Oczywiście witamy również osoby, które już kolejny rok uczęszczają do naszej KOSTKI
i życzymy powodzenia w realizacji Waszych zamiarów i planów.
Pragniemy też, aby dla naszych trzecich klas licealnych ten rok,
który jest zarazem ich rokiem maturalnym, przebiegał w dobrej atmosferze sprzyjającej
uzyskaniu jak najlepszych wyników na egzaminie dojrzałości.
Zachęcamy także do aktywnego brania udziału w życiu publicznym naszej społeczności
i serdecznie zapraszamy na wszelkiego rodzaju zajęcia pozalekcyjne
organizowane w ramach KOSTKI MAGIS.

Zespół redakcyjny KOSTKA Magazyn

DO ZOBACZENIA W KOSTCE!

MAGAZYN MODY WIKTORIAŃSKIEJ, CZYLI JAK BYĆ MODNYM W DZIEWIĘTNASTYM WIEKU

Jak sama nazwa wskazuje moda ta rozwinęła się podczas panowania królowej Wiktorii. Wiktoria Hanowerska rządziła przez 64 lata nad prawie jedną czwartą świata („słońce nigdy nie zachodzi nad Imperium Brytyjskim"). Niestety moda wiktoriańska zmieniała się co parę lat i żeby opisać każdy z nich musiałabym pewnie zająć większą część tego magazynu, więc uznałam, że przedstawię wam najciekawsze fakty.

Zacznijmy od gorsetów. Tych niesławnych gorsetów. Filmy i ogólnie rozumiane media wmawiają nam, że ta część garderoby była odpowiedzialna za zmienianie anatomii kobiet. Jednak większość osób zapomina, że gorsety były też noszone przez mężczyzn, kobiety pracujące i uprawiające wszelkiego rodzaju sport. Czy takim osobom naprawdę chciałoby się nosić ubiór, w którym podobno się nie dało oddychać? Gorsety w czasach wiktoriańskich głównie pomagały kobietom nosić suknie.

Kolejnym ciekawym trendem było używanie arszeniku w zielonym barwniku. Barwnik ten nazywał się paryska zieleń. Był on używany do barwienia tkanin i malowania ścian. Teraz ten środek jest używany jako środek owadobójczy.

W pewnym momencie suknie były też przystrajane czymś co dzisiaj można by było pomylić z cekinami. Niestety lub stety nie były to wcale cekiny a skrzydełka żuka. Dość ciekawym aspektem mody tej epoki była biżuteria z włosami. Na początku takie błyskotki były noszone głównie przez osoby pogrążone w żałobie, lecz po pewnym czasie takie dodatki zaczęły oznaczać miłość lub tęsknotę.

Przez parę lat na kapeluszach pań gościły wypychane ptaki. Tak, wypychane ptaki! Trend ten nie przetrwał jednak długo, ponieważ niektóre gatunki ptaków zaczęły być zagrożone wyginięciem.

Katarzyna Kędzierska, kl. 1D.











WYBORY DO SAMORZĄDU UCZNIOWSKIEGO

14 października, w Dzień Nauczyciela w naszym liceum odbyły się wybory do samorządu uczniowskiego. Uczniowie poszli do urn wyborczych, by oddać głos na kandydatów. Tak jak w poprzednich latach przeprowadzono debatę prezydencką między kandydatami.

Na przewodniczącego szkoły zgłosiło się 4 uczniów ubiegających się o ten najwyższy tytuł: Franciszek Gebauer z 2C, Jonasz Kądziołka z 2D, Antoni Łuczak z 3A oraz Maciej Słowik z klasy 3C. Poprzez zarejestrowanie kandydatów do SU, do wyborów mogły przystąpić trzy partie oraz jeden kandydat niezależny: partia „Sieć" – reprezentowana przez Macieja Słowika, „Idea" – reprezentowana przez Antoniego Łuczaka oraz „Filary Kostki" reprezentowane przez Jonasza Kądziołkę. Jedynym samodzielnym kandydatem był Franciszek Gebauer. Podczas wystawienia listy kandydatów można było zauważyć przewagę kandydatów z klasy geopolitycznej.

W tym roku szkolnym frekwencja wynosiła 62%. Wybory wygrała kolejny raz parta „Sieć", zajmując wszystkie miejsca w sekcjach szkolnych oraz w prezydium. Nowym prezydentem został Maciej Słowik, zastępując Szymona Pająka, który dołączył do sekcji medialnej. Drugie miejsce w wyborach na przedstawiciela szkoły zajął Antoni Łuczak, zostając tym samym zastępcą przewodniczącego.

Wiktoria Sawicka, kl. IC.

Poniżej znajduje się lista wszystkich kandydatów na poszczególne stanowiska.

SIEĆ	
Prezydent	Maciej Słowik (3C)
Rzecznik Praw Ucznia	Maja Zielińska (3C)
sekcja Charytatywna	Weronika Foryś (3D)
sekcja Medialna	Szymon Pająk (3C)
sekcja Integracyjno-Rozrywkowa	Emilly Tylka-Suleja (3D)
sekcja Ekologiczna	Maksymilian Nalepa (3C)

FILARY KOSTKI	
Prezydent	Jonasz Kądziołka (2D)
Rzecznik Praw Ucznia	Julia Drobot (2D)
sekcja Charytatywna	Krzysztof Bujniak (2D)
sekcja Medialna	Gabriela Stachowiak (2D)
sekcja Integracyjno-Rozrywkowa	Adrian Górka (2E)
sekcja Ekologiczna	Aniela Rożek (2D)

IDEA	
Prezydent	Antoni Łuczak (3A)
Rzecznik Praw Ucznia	Adam Lempart (3C)
sekcja Charytatywna	Zuzanna Grzybacz (3A)
sekcja Medialna	Joanna Łukasik (2B)
sekcja Integracyjno-Rozrywkowa	Wiktoria Włodarska (2D)
sekcja Ekologiczna	Maria Czerwińska (3B)

KANDYTAT NIEZALEŻNY	
Prezydent	Franciszek Gebauer (2C)

Gratulujemy członkom nowo wybranego samorządu. Życzymy sukcesów oraz owocnej współpracy. Niech wszystkie postulaty zostaną zrealizowane i cieszą się poparciem wśród społeczności KOSTKI.

„W życiu nie ma nic ważniejszego od miłości do ludzi, pasji do czegoś, bo to nadaje życiu prawdziwy smak”

***Marek Zając**, dziennikarz i publicysta, specjalizujący się w tematyce religijno-społecznej. Prowadził programy w Telewizji Polskiej, m. in. ”Między ziemią a niebem”, ”Kawa czy herbata”, czy ”Spór o historię”. Był zastępcą redaktora naczelnego tygodnika ”Przekrój”. Kierował działem zagranicznym dziennika ”Polska”. W latach 2000-2007 pracował w ”Tygodniku Powszechnym”, od 2005 roku był szefem działu religijnego. Był sekretarzem Międzynarodowej Rady Oświęcimskiej, a obecnie jest przewodniczącym Rady Fundacji Auschwitz-Birkenau. Od 2018 roku Dyrektor kanału telewizyjnego Polsat Rodzina.*

W. W. : ***Jak wspomina Pan swój pierwszy przeprowadzony wywiad?***

M. Z. : To było zaraz na początku mojej drogi dziennikarskiej i byłem nawet zaskoczony, że redakcja ma tyle odwagi, żeby kompletnego młokosa wysłać na wywiad. Była to rozmowa z nieżyjącym już o. Janem Górą, słynnym dominikańskim duszpasterzem młodzieży. Pojechaliśmy, dziś nie pamiętam, co to była za miejscowość, ale o. Jan prowadził tam właśnie spotkanie młodzieżowe. Przeprowadziliśmy długi wywiad, który potem zajął całą kolumnę, czyli stronę w „Tygodniku Powszechnym”. Byłem z tego wywiadu oczywiście bardzo dumny. Dziś nie wiem, jak bym na niego spojrzał, gdybym wygrzebał tekst w archiwum. Ale tak naprawdę przed tym wywiadem zdarzyło się coś co - i mówię to bardzo szczerze - miało ogromny wpływ na całą moją drogę dziennikarską. Jadąc na rozmowę z o. Górą i wychodząc z redakcji na Wiślnej, na schodach spotkałem, też już nieżyjącego niestety, ówczesnego wice-naczelnego „Tygodnika”, czyli Krzysztofa Kozłowskiego, ważną postać w historii Polski. Co prawda zdziwił się, że redakcja posyła takiego młokosa na poważną rozmowę, do znanego człowieka, ale na odchodne powiedział: „To dobrze, bo człowiek dojrzewa w zadaniach”. Zapamiętałem to sobie na całe życie i potem to zdanie wykorzystałem jako drogowskaz. Dzięki wspomnieniu tamtej chwili zawsze nabierałem odwagi i śmiałości. Rzeczywiście jest tak, że człowiek rozwija się tylko wtedy, kiedy zabiera się za coś, co na początku wydaje się przerastać jego możliwości.

Lata później, kiedy już zacząłem brać udział w różnego rodzaju szkoleniach biznesowych, uświadomiłem sobie, że w życiu istnieje zasada, mówiąca o tym, że najpierw poznaje się poziom możliwości człowieka. Następnie daje się mu zadania odrobinę wychodzące ponad ten poziom – tak, żeby jednocześnie nie paraliżowały. Na tym polega rozwój, krok po kroku. Można powiedzieć, że w życiu chodzi o to, żeby cały czas podnosić sobie poprzeczkę o centymetr, dwa centymetry ponad swoje możliwości. Tą zasadą kieruje się, odkąd usłyszałem to z ust Krzysztofa Kozłowskiego, mając lat 20.

W. W. : ***Co skierowało Pana do obrania takiej ścieżki zawodowej?***

M. Z. : Właściwie zupełny przypadek. Na samym początku chciałem studiować historię, była moją pasją, a nawet powiedziałbym, że miłością. Jednak mój tata cierpliwie tłumaczył mi, że trzeba znaleźć sobie studia związane z zawodem dającym większą stabilizację, wyższe zarobki. Tata, przez którego przemawiało doświadczenie i zdrowy rozsądek, chciał, żebym studiował prawo. I co prawda z ciężkim sercem, ale uznając siłę jego argumentów, zacząłem przygotowywać się na prawo.

Później, gdy już przygotowałem dokumenty na studia prawnicze, od koleżanki dowiedziałem się, że Uniwersytet Jagielloński przywrócił pięcioletnie studia dziennikarskie. Na dodatek mogłem dostać się na ten kierunek bez zdawania egzaminów, jako Laureat Olimpiady z Języka Polskiego. Błyskawicznie podjąłem decyzję. Z tatą mieliśmy kilka cichych dni, bo jednak tak łatwo nie rozstał się z myślą, że w przyszłości syn nie będzie mecenasem, sędzią albo notariuszem. Ale po latach sam przyznał, że był to dobry wybór.

W. W. : ***Prowadzi Pan różne programy na żywo, m.in. za pośrednictwem Facebooka. Czy zdarzyła się Panu kiedyś jakaś zabawna sytuacja, która utkwiła Panu w głowie, bądź taka która Pana zaskoczyła?***

M. Z. : Teraz już tylko od czasu do czasu, dla przyjemności, prowadzę spotkania czy programy w Internecie. Jakiś czas temu zdecydowałem się zejść z anteny i zająć zarządzaniem mediami. To jest moje nowe zadanie i nowa pasja. Przez te wszystkie lata przeprowadziłem jednak tysiące godzin programów na żywo, w tym kiedyś się wręcz specjalizowałem. Lubiłem to najbardziej, bo właśnie tam jest największa adrenalina i dzieje się najwięcej niesamowitych rzeczy, nad którymi trzeba umieć zapanować.

Historii z tym związanych jest naprawdę wiele, ale za przykład mogę podać pewną wpadkę. Do dziś właściwie nie wiem, dlaczego popełniłem tak głupi błąd.

Otóż przez sześć lat prowadziłem kiedyś bardzo popularny program śniadaniowy „Kawa, czy Herbata", istniejący jeszcze przed „Dzień Dobry TVN" czy „Pytaniem na Śniadanie". Ostatnia rozmowa całego programu była poświęcona największej gwieździe. Któregoś dnia z moją współprowadzącą Pauliną Chylewską mieliśmy za zadanie przeprowadzić wywiad z zespołem „Oddział Zamknięty", słynnym zresztą od czasów mojej młodości. Obchodził on wówczas okrągły jubileusz, dlatego tematyka była związana z historią muzyków, ich planami na przyszłość i scenicznymi anegdotami.

Gdy już nadszedł koniec programu, zwróciłem się do kamery ze słowami: „Nasz program niestety dobiega końca. My się już z Państwem żegnamy, ale teraz jeszcze specjalnie dla Państwa zagra zespół… Perfect." Bardzo chciałbym wiedzieć, dlaczego tak powiedziałem?! Było to kompletnie absurdalne, a na dodatek wydawcy nie dali mi szansy poprawić pomyłki. Na tym jednak polega cała trudność tego zawodu. Można się ośmieszyć przed setkami tysięcy ludzi, ale należy iść do przodu i udźwignąć ciężar popełnionego błędu. Podsumowując, w programach na żywo zdarzają się dziesiątki podobnych sytuacji, ponieważ ciągle dzieje się coś niespodziewanego. I to właśnie jest super.

W. W. : ***Czy tematyka programów na żywo jest dobierana według określonego schematu?***

M. Z. : Warto zacząć od tego, że my jako widzowie, gdy oglądamy program telewizyjny, to przede wszystkim widzimy prowadzącego. Tymczasem to wysiłek dziesiątków ludzi. Prowadzący jest dopiero na samym końcu długiego łańcucha, w którym każdy wykonuje ogromną pracę. Nie myślę tu wcale wyłącznie o pionie technicznym jak realizatorzy, operatorzy, oświetleniowcy czy dźwiękowcy. Każdy program przygotowuje cała armia wykwalifikowanych osób, często zajmujących się sprawami czysto merytorycznymi. Reżyser, wydawca, sama redakcja programu, researcherzy i wielu innych. Długo i ciężko pracują nad scenariuszem.

Same programy telewizyjne można podzielić na dwie grupy. W pierwszej prowadzący jest rzeczywistym współtwórcą programu, przedstawia własne propozycje, z reguły ma głos decydujący. To są programy autorskie. W drugiej prowadzący ma za zadanie skutecznie, sprawnie i elastycznie zrealizować scenariusz przygotowany przez innych. Bo już w trakcie programu od prowadzącego zależy najwięcej. Jak będzie wyglądała rozmowa z zaproszonym gościem, jaka będzie sama atmosfera programu itd. Ale sukces programu to zawsze efekt wysiłku bardzo, bardzo wielu ludzi.

W. W. : ***Ze wszystkich zadań, których do tej pory się Pan podejmował, które było najtrudniejsze? Prasa, pisanie książek czy może telewizja?***

M. Z. : To jest bardzo dobre pytanie, ale jednocześnie i bardzo trudne. Według mnie telewizja, a zwłaszcza programy na żywo, to krótkotrwały, ale bardzo intensywny wysiłek. Całą swoją energię, koncentrację oraz umiejętności należy wtłoczyć w 10, 15 lub 40 minut ich trwania.

Dodatkowo towarzyszy temu myśl, że dubla nie będzie. Z tego też powodu jest to ogromny wysiłek psychiczny. Ja sam po latach mogę powiedzieć, że dziennikarstwo telewizyjne to 1% talentu, 49% ciężkiej pracy, a 50% charakteru.

M.Z. : Ważnym aspektem jest również umiejętność nagłego wyłączenia wszystkich swoich myśli i skoncentrowania się na samym poprowadzeniu programu. Bez względu na to, co się dzieje w moim życiu, co się dzieje w studiu, czy jestem dobrze przygotowany, czy źle, jak się czuję, co dziś wydarzyło się w domu itd. Ja muszę dać z siebie wszystko.
Natomiast prasa, a zwłaszcza książki to wysiłek długofalowy, równie wykańczający jak biegi długodystansowe. Pracę w telewizji, można by przyrównać do krótkiego biegu sprinterskiego.
Często mówię też swoim studentom bądź młodym osobom, z którymi pracuję, że jak w szkole nam coś nie pójdzie, nie nauczymy się, to albo poprawimy złą ocenę, albo nie. Ale generalnie świat się nie zawali. Kiedy jednak zabieramy się za pisanie poważnego artykułu i właśnie w tym artykule popełnimy jakiś fatalny błąd, a zorientujemy się dopiero, po tym jak ukaże się w gazecie, to musimy mieć świadomość, że ten błąd zostanie przeczytany przez kilka, kilkadziesiąt, a nawet kilkaset tysięcy ludzi. Jeżeli jest to, na przykład, pomyłka w poważnym artykule śledczym i ktoś został niesłusznie oskarżony, wtedy odpowiedzialność jest strasznym ciężarem. Dla mnie samego przejście w świat mediów było chyba takim pierwszym, prawdziwym krokiem w dorosłość. W świat pełen odpowiedzialności, od której trudno uciec. Oczywiście niestety każdy, kto dużo pisze, kiedyś musi popełnić błąd. Nie ma na świecie dziennikarza, który nigdy błędu nie popełnił. Tak jak i w odniesieniu do całego życie, pomyłek nie popełnia tylko ten, który nic nie robi.
Warto tu wspomnieć ponownie o sile psychicznej. Znam takich ludzi, którzy byli bardzo utalentowani, świetnie pisali, byli erudytami, ale niestety nie potrafili udźwignąć tego zawodu. Dlatego też - i nie jest to wielka tajemnica - w świecie dziennikarskim jest na przykład tyle rozwodów. Ciężko żyje się z człowiekiem, którego ciągle nie ma w domu i na dodatek pracuje w nielimitowanym czasie pracy. A jak już wraca do domu, to często jest kompletnie wypruty psychicznie. Na dodatek przez różne formy upokorzenia publicznego przechodzi nie tylko sam dziennikarz, ale i cała jego rodzina. Mówiąc krótko: fantastyczny zawód, ale wymagający ogromnego poświęcenia. I nieraz słono kosztuje.



W. W. : ***Wiem, że Pana ogromną pasją jest historia. Sama rozszerzam ten przedmiot w szkole. Czy jest zatem, jakiś konkretny przedział czasowy, który najbardziej Pana interesuje?***
M. Z. : Są właściwie dwa. Jeden jest czysto hobbystyczny i co ciekawe w życiu na jego temat napisałem, może jeden, dwa artykuły. Ja jestem Fanatycznym Bonapartystą. W domu posiadam ogromną bibliotekę napoleońską w kilku językach, a także parę pamiątek z epoki. (...)
Z kolei drugim ważnym w historii tematem, którym się interesuję, jest Holokaust. Pierwszy raz do czynienia z nim miałem w 4 klasie szkoły średniej, kiedy to przeczytałem ówczesną lekturę: „Opowiadania oświęcimskie" Tadeusza Borowskiego. Bardzo przeżyłem tę książkę. Wywarła ona na mnie takie wrażenie, że sam pojechałem do Auschwitz. Później zacząłem czytać wszystko, co tylko wpadło mi do rąk, na temat obozu. Często też samotnie wyjeżdżałem do Oświęcimia i tam oddawałem się zadumie. Gdy już, lata później, byłem dziennikarzem, na jednym ze służbowych wyjazdów do Niemiec, poznałem ówczesnego sekretarza Międzynarodowej Rady Oświęcimskiej – Piotra Cywińskiego. Zaproponował mi on, swoje stanowisko w Radzie, w związku z faktem, że wkrótce miał zostać dyrektorem Państwowego Muzeum Auschwitz-Birkenau. W ten sposób przez 12 lat pełniłem funkcję sekretarza Międzynarodowej Rady Oświęcimskiej. Nie raz byłem także świadkiem rozmów za kulisami czy negocjacji na najwyższym szczeblu, spotkań z królami, prezydentami, bądź premierami. Zadanie, które mi powierzono, było ogromnym zaszczytem, wyrastającym poza wszelkie moje wyobrażenia.
Dziś jestem przewodniczącym Rady Fundacji Auschwitz-Birkenau i o ile trudno Holokaust nazwać ulubionym okresem w historii, tak dla mnie z pewnością jest on najważniejszy.
W. W. : ***A czy udało się Panu opracować techniki do nauki historii, które ułatwiają, bądź pomagają w zapamiętywaniu faktów?***
M. Z. : Nie wiem, czy można to nazwać techniką ani nie mam rozeznania, jak uczy dzisiejsza szkoła, ale mnie w historii zawsze fascynowało odszukiwanie związków przyczynowo-skutkowych. Dzieje świata można by przyrównać do długiej nici, na którą nanizujemy, jak koraliki, ważne postaci, daty, definicje bądź pojęcia. (...) Teoria ta pokazuje, że świat, w którym żyjemy, w gruncie rzeczy ma dużo wspólnego z poprzednimi, nawet odległymi epokami. Jeżeli bowiem cofniemy się po łańcuchu przyczyn i skutków, ogniwo po ogniwie, to dotrzemy kilka, kilkanaście wieków, bądź nawet tysiące lat wstecz i nagle zobaczymy źródło tego, co dziś jest naszym światem, naszym życiem. Moim zdaniem, to właśnie jest najbardziej fascynujące w historii.
W. W. : ***Czy w pracy dziennikarskiej przydaje się znajomość języków? Jeśli tak, to które są obecnie najbardziej wykorzystywane?***
M. Z. : Po pierwsze, jeżeli chcemy kształcić się w kierunku dziennikarstwa międzynarodowego, a ja przez pewien czas właśnie to robiłem, to dobrze jest znać języki. Moja rada byłaby taka, że poza podstawą, czyli angielski, dobrze znać co najmniej jeszcze jeden mniej znany język. Dlaczego? Jeśli chodzi o mnie, to dobrze władam dwoma językami: angielskim i niemieckim. W szkole średniej byłem nawet w klasie dwujęzycznej z rozszerzonym niemieckim. Uważam, jednak że super byłoby znać przykładowo hiszpański, rosyjski, szwedzki, portugalski czy chorwacki. Nie mówię już o chińskim. (...) W dzisiejszym świecie Chiny stały się bardzo ważnym punktem odniesienia. O tym kraju dużo się pisze, analizuje się jego postępy, próbuje się go poznać. Podsumowując, aby dotrzeć do odrobinę innych źródeł informacji niż inni, niż te dostępne dla wszystkich w Internecie, właśnie jeden język mniej znany niż angielski czy niemiecki, to coś w co warto zainwestować.
W. W : ***Dziękuję bardzo za przeprowadzony wywiad, poświęcony czas i cenne świadectwo.***
M. Z. : Ja również dziękuję.

Wiktoria Włodarska, kl. 2D

Wywiad autoryzowany

Czy warto oddać życie za pieniądze? „Squid Game” Netflix

Squid Game to najnowszy hit platformy Netflix, który swoją premierę miał 17 września, zostając międzynarodowym fenomenem. W niecały miesiąc serial obejrzano ponad 111 mln razy. Thriller ma szansę stać się najpopularniejszą produkcją witryny.

Głównym bohaterem serialu jest Seong Gi-hun, który posiada długi. Dzięki tajemniczemu mężczyźnie, on jak i 455 przyszłych uczestników z kłopotami pieniężnymi trafia do rozgrywek. Uczestnicy nie zaczynają walki tylko o pieniądze, ale i o własne życie. Grają w gry ze swojego dzieciństwa, wzbogacone o rozlew krwi i strzały z pistoletów.

Seria różnych konkurencji jest oparta na grach dla dzieci. Jedną z nich jest tworzenie ciasteczek „Dalgona”, która szybko stała się popularna na platformie TikTok. Zabawa polega na wydobyciu kształtu, które zostało zrobione w ciasteczku bez uszkodzenia go.

„Squid game” jest dla wielu bardzo kontrowersyjną produkcją. Podczas oglądania serialu można natknąć się na wiele aktów przemocy. Agresja w ostatnich czasach jest bardzo często wykorzystywana w produkcjach różnych producentów filmów i jest ona coraz częściej oglądana przez coraz młodszych odbiorców. Mimo wszechobecnego, moim zdaniem, terroru, w tym serialu da się z niego wyciągnąć wiele ważnych, dla wszystkich, wniosków.

Dobrym przykładem, może być sytuacja, w jakiej znajdują się późniejsi uczestnicy gry. Poznając ich historię, uczymy się, że świat nie jest zero jedynkowy, oraz że nasze życie to ciąg przyczynowo skutkowy.

Uczestnicy gry mieli trudno w życiu, często zostawali wykluczeni z społeczeństwa, doświadczali przemocy, presji społecznej, innymi słowy zostali obrabowani z tak ważnych wartości jak szacunek, spokój w życiu, poczucie bezpieczeństwa i własnej wartości, przynależność do społeczeństwa, rodziny.

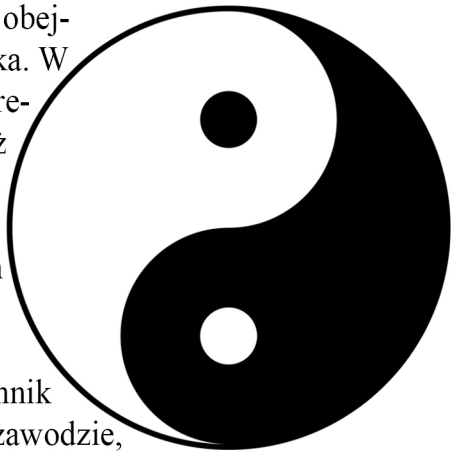
Możemy też na własne oczy zobaczyć, że - jak to mawiał klasyk - „cicha woda brzegi rwie”. Jeden z uczestników uchodzący za porządnego i wykształconego na wysokim poziomie człowieka, nie tylko oszukał mężczyznę, który był jego przyjacielem, ale również skazał go tym samym na śmierć mając tego pełną świadomość.

Czymś, co wyróżnia serial, jest niesamowity soundtrack. Jest to kontrast między dziecinnością scenografii, a koszmarem w jakim znajdują się uczestnicy. W krwawych scenach możemy usłyszeć np. walc Johanna Straussa II „Nad niebieskim Dunajem”, który podkreśla napięcie, w jakim znajdują się gracze. W czasie seansu możemy też usłyszeć dźwięki o bardziej orientalne, a także i jazz (jak słynne „Fly me to the moon” tym razem w wykonaniu Joo Won).

Oliwia Dombrowska, kl. 2E.
Joanna Łukasik, kl. 2B.



TCM



Tradycyjna Chińska Medycyna w skrócie zwana TCM to system wiedzy obejmujący wiele zabiegów, terapii oraz praktyk rozwijanych w państwie środka. W skład całej tej dyscypliny medycznej wchodzi zarówno akupunktura, akupresura, termopunktura (moksoterapia), gimnastyka lecznicza (qiqong), masaż (guasha), ziołolecznictwo oraz dieta. Jej początki sięgają czasów około tysiąc lat przed naszą erą. Jest również najstarszą metodą leczenia w dziejach ludzkości, która jest używana do dzisiejszych czasów. W starożytnych chińskiej był zatrudniany na dworze cesarskim, nie aby go leczyć, gdy był chory - jego zadaniem było sprawienie, żeby nie dopuścić do sytuacji, aby władca źle się poczuł. Kiedy jednak dochodziło do momentu, gdy zwierzchnik chorował, medyk tracił swoją posadę. By mógł wciąż pracować w swoim zawodzie, musiał naprawdę dobrze znać się na tym, czym się zajmował.

TCM miała więc głównie za zadanie pomagać ludziom żyć w zdrowy sposób. Przy pomocy mnóstwa ziół, ruchu oraz ucisku działa przywracając równowagę, która jest niezmiernie istotna w życiu każdego z nas. Według przekonań naturalnej medycyny chińskiej choroby są zaburzeniem balansu, który należy jak najprędzej przywrócić. Ponadto ma ona bardzo dobry wpływ na samopoczucie oraz jest w stanie pomóc z najróżniejszymi dolegliwościami.

Jedno z głównych założeń tradycyjnej medycyny chińskiej mówi o przepływie energii witalnej w naszym ciele zwaną przez Chińczyków qi (chi). Odpowiada również indyjskiemu terminowi "*prana*", czyli siła życiowa. Qi jest określane jako esencja witalna, która jest obecna we wszystkim, co nas otacza. Qi wyrażane jest jako zdolność do realizacji swoich celów czy też wyznaczonych roli. Jej brak oznacza nieprawidłowości w odpowiednim funkcjowaniu. Według TCM energia ta krąży przez wyznaczone w ludzkim ciele szlaki zwane meridianami. Stąd też wzięły się terminy akupunktury oraz akupresury, które wykorzystując odpowiednie miejsca i punkty na naszym ciele, pomagają przywrócić odpowiedni przepływ Qi w naszych meridianach. Jednakże istnieje także wiele innych sposobów na tego typu zaburzenia, a jednym z nich jest np. meksoterapia, która pobudza energię Qi za pomocą ciepła.

W równie dużym stopniu system tradycyjnej medycyny chińskiej opiera się na teorii Yin Yang, która kształtowała również wiedzę o leczeniu Wschodu. Jest ściśle związana z filozofią chińską i metafizyką oraz głosi, że wszystkie rzeczy na świecie składają się z dwóch przeciwnych, lecz uzupełniających się wzajemnie sił. Wspomagają one ruch i zmianę łącząc się ze sobą. Zazwyczaj są przedstawiane jako dwie części koła, z których jedna z nich jest czarna, a druga biała. Jednak obie części mają w sobie odrobinę odwrotnego koloru. Doskonale ukazuje to przeciwieństwa pomiędzy tymi dwoma częściami, a także, że mają one w sobie trochę siebie nawzajem. Według tej filozofii takie przeciwności, można odnaleźć w całym wszechświecie. Zarówno Yin jak i Yang nigdy nie wykluczają siebie wzajemnie. Żadna rzecz nie jest nigdy w pełni „yin", ani całkowicie „yang". Każde z nich zawiera w sobie pierwiastek swojego przeciwieństwa. Nigdy też nie są w stanie istnieć bez drugiego.
Yin symbolizuje spokój, ciemność, wodę, energię żeńską. Yang z kolei jest symptomem ekspansji, to co jasne, ognia oraz energii męskiej.

TCM

W tej dziedzinie medycyny mówi się także o żywiołach, które liczą pięć elementów: drzewo, ogień, ziemię, metal oraz wodę. Drzewo utożsamiane jest z wiosną, narodzinami, eksplozją życia, nadzieją oraz siłą kierującą się w górę. Z kolei element Ognia odpowiada porze roku lata, ciepła, radości, dojrzewania i miłości. Ziemia zaś symbolizuje późne lato inaczej zwane "złotą jesienią", dojrzałość, wspomnienia, zbiory. Elementowi Metalu odpowiada jesień, śmierć, spowolnienie oraz zgoda na odejście. Natomiast Woda to zima, cisza, bezruch, determinacja oraz siła zasobów.

Jak więc żyć zgodnie z medycyną chińską, by móc cieszyć się lepszym i odporniejszym zdrowiem?

Przede wszystkim by móc żyć w zgodzie z TMC, trzeba umieć żyć w zgodzie z samym sobą, naturą oraz żywiołami.

Wiosna ma więcej Yang i to czas idealny, na samorealizację, próbowania i uczenia się nowych rzeczy, aktywności fizycznej. Wszystko wtedy pnie się w górę, więc my też mamy wtedy więcej energii, którą możemy wykorzystać na wszelakiego rodzaju czynności.

Lata są upalne, więc posiadają najwięcej Yang, dlatego należy dodawać więcej Yin czyli chłodu np. poprzez picie zimnych napoi lub jedzenie lodów, by zrównoważyć i zharmonizować z chłodem.

Jesienią zaczyna się czas dominacji Yin. Wówczas wszystko opada i się uspakaja. Tak samo reaguje na tą zmianę nasze ciało. Dlatego trzeba je powoli wyciszać, uspakajać i przygotowywać do nadejścia zimy.

Zima ma najwięcej „yin" dlatego wszystko dookoła zwalnia. Dni są wtedy krótsze, dzikie zwierzęta zasypiają w sen zimowy, a rośliny na moment obumierają. To dlatego, że ten czas ma najmniej energii Qi więc to idealny moment, na odpoczynek, relaks, by zbierać w sobie energię, na wiosnę. Należy jeść wtedy wiele gorących posiłków i przebywać w ciepłych miejscach, by zrównoważyć Yin z Yang.

Jeśli będziemy żyć według teorii, na których opiera się tradycyjna medycyna chińska, z pewnością odzyskamy życiową równowagę. Dzięki temu łatwiej nam będzie zmagać się z przeciwnościami losu i różnorodnymi problemami. Będziemy też zdrowsi i przestaniemy narzekać na brak energii. Wciąż będziemy mieli siłę, na wszystko, co sprawi, że uda nam się dokonać jeszcze więcej, niż normalnie.

Emilia Salamaga , kl. 1D.



„Sama jak dama”

Idę przed siebie ciągnąc ogrom łez,
na mej wyciągniętej dłoni spoczywa drzewca cierń.
Tak powoli się włócząc,
napotykam na łąkę, gdzie milion kwiatów jest.
Każdy wątły kielich swego obrońcę ma.
Tylko ja idąc, inna czuję się,
moi wybawcy już dawno za mną są,
gdyby nie trud drogi z radością pomachałabym im.

Kurtyna opada, świat się zapada,
dam radę sama.

Wiosna lato jesień zima – to żadna różnica,
gdy tak tańczę sama, deszcz sobie opada,
samba walc tango – będę jak dama,
usiądę odetchnę – wstanę pobiegnę,
dam radę sama.

Idę przed siebie ciągnąc ogrom łez,
na mej wyciągniętej dłoni spoczywa drzewca cierń.
Tak powoli się włócząc,
napotykam na przeszkodę,
skaczę, zanim popadnę w trwogę.
Dziura w worze,
łzy złączają się z morzem,
widzę przejrzyściej,
chmury wirują coraz szybciej,
ma postać tańczy na wietrze.
Jedno jest pewne – dam radę sama.

Kurtyna opada, świat się zapada
dam radę sama.

Wiosna lato jesień zima – to żadna różnica,
gdy tak tańczę sama, deszcz sobie opada,
samba walc tango – będę jak dama,
usiądę odetchnę – wstanę pobiegnę,
dam radę sama.

Wiktoria Włodarska, kl. 2D

