

Słowo wstępne

To wydanie jest w dużej mierze o kryzysie. Nie bez powodu oczywiście. Jak widać po okładce – sami jako redakcja przeżywamy kryzys. Zdążyliśmy jednak przekonać siebie, że kryzys bywa niezbędny i pozwala poddać refleksji to, co i jak robimy. Udało nam się dotychczas przegadać naszą przyszłość, pragnienia twórcze, oczekiwania. A jak wiadomo, kryzys twórczy właśnie z tych niedostatków we wskrzeszaniu kreatywności się bierze. I my mamy pełną na to zgodę, bo człowiek, nawet najbardziej twórczy, nie musi być zawsze w 100% produktywny. Dajecie sobie na to szansę? Szansę, by przyjrzeć się sobie w gorszym momencie, w niedostatkach, słabości. I iść dalej!

My kolejne spotkanie redakcyjne zaczynamy od prostego pytania: „Jak się dziś masz?”. Zadać je sobie i spróbujcie szczerze odpowiedzieć. My przeżywamy kryzys twórczy, ale jeśli Wy przeżywacie taki życiowy, to łapcie informacje kontaktowe zamieszczone obok. Może Ty, a może ktoś Ci bliski potrzebuje pomocy – wskaż mu drogę, wspieraj. Bądźmy razem w kryzysach i w radościach. Zawsze!

W tym numerze swoją twórczością w 199% podzielił się Janek Andrzejczak – twórca okładki tego wydania. Jako adept sztuki nie tylko zaprojektował tytułową stronę, ale także kilka w środku. A co na okładce? Sprawne oko dostrzeże oryginalne teksty naszych redakcyjnych koleżanek na temat kryzysu (był to jeden z tematów warsztatowych wprawek). Warto na piśmie różne rzeczy rozważać. A jeśli i Wy czujecie taką potrzebę – pod artykułem Julii Słomki o trudnym dorastaniu znajdziecie przestrzeń dla siebie. Każde emocje da się opisać! A jeśli są one dramatyczne – koniecznie sprawdźcie dwa punkty widzenia na emocjonalne dramy w artykule Dominiki Lewackiej i Oliwii Gałązki. Który jest Wam bliższy?

Co jeszcze w tym wydaniu? Dużo muzyki, bo jak wiadomo łągodzi ona obyczaj, więc może kryzysy także... Znajdziecie tu pean na cześć starego polskiego rapu, kryzysową playlistę (posłuchajcie – to nie kawalki, które dołują, ale dające siłę!), ale także wakacyjne wspomnienia o koncertach ulubionych muzyków (bywanie na takich wydarzeniach muzycznych też może być formą terapii).

Mówią, że w zdrowym ciele, zdrowy duch – sprawdźcie więc także jakie chemiczne substancje wchłaniacie na co dzień w produktach spożywczych. Warto być świadomym konsumentem.

Ps Trzymajcie za nas kciuki, żebyśmy wyszli z kryzysu obronną ręką i... piórem!

SPIS TREŚCI:

- s. 3 Drogi Czytelniku! List do Młodych
- s. 5 Hi-Fi superstar, superhit
- s. 6 Spożywczy Mendelejew
- s. 7 Sernik dyniowy - przepis
- s. 8 Maczo poci się łzami
- s. 9 Playlista kryzysowa
- s. 10 Muzyczne oświecenie
- s. 13 Czarno na białym - o konfliktach międzyludzkich
- s. 14 H-I-P-H-O-P bez reszty oddany
- s. 15 Środki poetyckie na ostatniej stronie

116 111

**TELEFON ZAUFANIA DLA
DZIECI I MŁODZIEŻY**
działa codziennie, 7 dni
w tygodniu, 24 h na dobę!

800 199 990 - Ogólnopolski
Telefon Zaufania „Uzależnienia”
Działa codziennie (16.00 -
21.00), jest bezpłatny
i anonimowy

800 12 12 12
Dziecięcy Telefon Zaufania
Rzecznik Praw Dziecka
Bezpłatny, całodobowy

Wolisz pisać? Skorzystaj z czatu:
www.czat.brpd.gov.pl

800 120 002
Ogólnopolski Telefon dla Ofiar
Przemocy w Rodzinie "Niebieska
Linia"

+48 22 628 52 22
Organizacja Lambda Warszawa,
anonimowe i profesjonalne
wsparcie osób LGBTQ+

Telefon Zaufania dzieci od
poniedziałku do piątku
w godzinach 18.00-21.00

Drogi czytelniku...

Dzień dobry Czytelniku,

nazywam się Julia Słomka i od niedawna według dokumentów tożsamości jestem dorosła. Przekroczyłam Rubikon osiemnastoletniości! Mogę głosować w wyborach, kupować alkohol, papierosy, samodzielnie kierować pojazdem, odpowiadam za każdy swój czyn. Wszelkie prawa i obowiązki Konstytucji RP skierowane do osób pełnoletnich stają się moją rzeczywistością. Mam obowiązek dbać o ojczyznę, jednocześnie przystępuje mi prawo do samostanowienia. Tylko czy tak wygląda praktyka?

Jeszcze do niedawna byłam przekonana, że po przekroczeniu 18. roku życia będę panią tego świata. Moje kroki przestaną być kontrolowane przez rodziców i nauczycieli. Będę mogła korzystać ze wszystkich używek, a to, czy zrobię sobie dziarę nie będzie komentowane. Ot, dorosła osoba zrobiła dorosłą rzecz. Tymczasem nic się nie zmieniło. Nadal jestem małą Julcią, która robi małe rzeczy, pomimo bycia „dorosłą”. A problem polega na tym, że nadal jestem dzieckiem, które nie jest przygotowane na wielką dorosłą odpowiedzialność. Większość osób łączy „osiemnastkę” z możliwością kupna alkoholu, ale nikt nie wspomina o tym, że nie zawsze impreza będzie się spinała z kursem na prawo jazdy następnego dnia i wobec tego będziesz musiał sobie ją odpuścić. Żeby móc korzystać z używek, będziesz musiał pokazać dowód, po który samodzielnie poszedłeś do urzędu. Że po wyjściu ze sklepu z energetykiem w ręce będziesz oceniany przez mijające Cię osoby, nie mówiąc już o kasjerce, która kilka razy przejedzie palcem po dowodzie, upewniając się, że Ty to Ty. Nikt nie wspominał, że prawo jazdy jest super dopiero w momencie, kiedy się je wyrobi, bo same kursy są niesamowicie stresujące, niezależnie od auto-szkoły. Nie wspominając o egzaminach, których terminy są niesamowicie odległe. Dlaczego nikt nie powiedział, że po powiedzeniu „dzisiaj mam wolne” znajomi zaczną w oceniający sposób wymieniać, ile to oni muszą zrobić, no bo starają się połączyć szkołę, pracę, zajęcia dodatkowe, a Ty jako najgorszy wyrzutek wyjątkowo pozwoliłeś sobie na chwilę wytchnienia? I dlaczego w ten sam sposób popatrzą starsi, którzy mają „najwięcej na głowie”? Stajesz się dorosłym, zamkniętym

w świadomości ludzi jako dziecko, bo chociaż

prawnie możesz wszystko, to codzienność blokuje ci wiele. Każdy się przecież przyzwyczaił do twojej zależności. Twoje usprawiedliwienie nie będzie akceptowane przez szkołę, bo nie napisał go rodzic. Twoja decyzja o studiach nie będzie poważna, bo nie będzie przyszłościowa. Twoje marzenie o ingerencji we własne ciało nie będzie szanowane, bo przecież tylko dziwacy mają tatuaże, piercing i ubierają się na czarno. Twoja osoba będzie rozerwana pomiędzy dzieciństwem a dorosłością. Chciałabym wierzyć, że to kwestia czasu. Że kiedyś według ludzi będziemy „wystarczająco dumni”, żeby ponarzekać na zmęczenie i galopujący do przodu świat. Że będzie nam dany moment na zastanowienie się, co się właściwie dzieje. Bo wkraczanie młodzieży w dorosłość to dziki czas. W jednej chwili mamy znać się na polityce, kulturze i sztuce. Mamy wiedzieć, gdzie będziemy studiować, ile będziemy mieć dzieci i dlaczego nie jesteśmy w związku. „Kiedy zdasz prawo jazdy? I dlaczego nie za pierwszym razem? Dobra, będzie lepiej za drugim...”. Ale za drugim razem mamroczą, że do trzech razy sztuka. „Trzy rozszerzone matury? Mogłes wziąć czwartą, parzyście. Pięć?! Byles w pięciu związkach! Ile ty masz lat? Do szóstki ci jeszcze trochę brakuje, piątka to dobra ocena, ale z polskiego mógłbyś dostać szóstkę, w końcu maturalny przedmiot. Policz do siedmiu i się uspokój w końcu, nie jesteś już dzieckiem? Ośmiu znajomych, tak mało?! Co ty będziesz robił przez te dziewięć dni w lesie?! Pewnie będziecie chlać!”.

Dziesięć.

Policzmy do dziesięciu. Wdech, wydech, wdech, wydech. Odliczanie do dorosłości się skończyło, ale całe życie przed nami. Poradzimy sobie, Drogi Czytelniku. Przejdziemy przez to razem, wszystko po kolei. Jest ciężko i ludzie tego nie ułatwiają, ale na koniec dnia zostajemy sami ze sobą, nie z innymi. Ostatecznie ten odpuszczony dzień w szkole nas zregenerował, a tatuaż przyniósł radość. Dajmy sobie czas na ogarnięcie co jest pięć. Obiecuję, że będzie łatwiej, na początku zawsze jest chaos.

Na koniec wielka prośba do starszych oraz do moich rówieśników, którzy czują się już dorośli – dajcie nam czas. Pozwólcie popełniać błędy, nie oceniacie, uwierzcie

w nas. Chcemy dla siebie jak najlepiej i musimy się rozjeździć po dostępnych opcjach dorosłości, które są niezliczone. Będziemy w wyborach infantylni i roztrzepani, ale to jest urok tego okresu życia. Ta nadzieja, że stąpamy po dobrej ścieżce, że nic nas po drodze nie zje. Nie bądźcie tymi wilkami, które nas zaskoczą. Proszę, podajcie dłoń, pomóżcie, albo chociaż nie oceniacie. Nasze wewnętrzne dzieci się nauczą, tylko potrzebują czasu. Zaufajcie nam, tak jak my ufamy Wam.

Pozdrawiam!

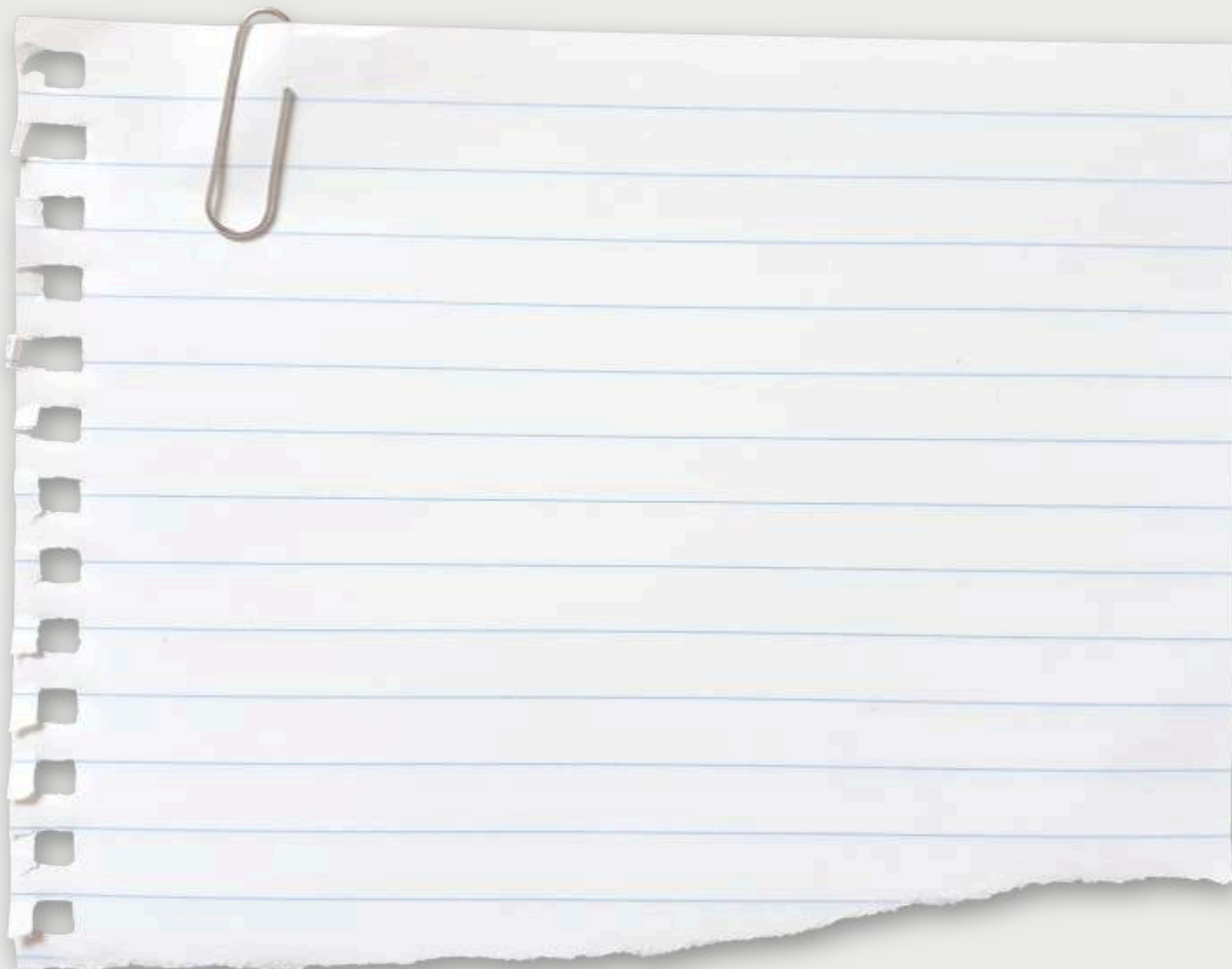
Wewnętrzne dziecko Julii

Tekst: Julia Słomka

Opracowanie graficzne: Jan Andrzejczak

Pisanie jest bardzo terapeutycznym ćwiczeniem. Nieraz uciekałam w nie, kiedy było mi ciężko, a forma listu przez swój osobisty charakter jest moim zdaniem najlepsza.

Drogi Czytelniku! Zachęcam Cię do napisania własnego listu do siebie z przyszłości. Podziel się swoimi celami, marzeniami, ale i obawami. Może i Tobie będzie lżej na duszy.



„Hi-Fi superstar, superhit”

- o retro sprzętach audio

Zacznijmy od tego, co mam na myśli mówiąc „retro sprzęt audio”. Chodzi mi o różnego rodzaju retro urządzenia do odtwarzania analogowych nośników dźwięku, na przykład magnetofony, gramofony czy amplifonery. Wszystkie wymienione wcześniej sprzęty mają swoją duszę, wyjątkową atmosferę, która określa ich styl.

Winyłe

Na przykład taki gramofon. Wyobraźcie sobie jak pięknie musi być odtwarzanie jakiejś nastrojowej piosenki z płyty winylowej. Igła jeździ po czarnym krążku, a z głośników lecą dźwięki kojące duszę. Do tak brzmiącej muzyki można wziąć kogoś do tańca. Wkładacie płytę i zaczynacie tańczyć. Czyż to nie jest piękne? Lecz wychodząc z tej romantyczno-nostalgicznej otoczki, przyjrzyjmy się fragmentowi pierwszej zwrotki piosenki „Początek” O.S.T.R.: „Polskie Nagrania, czarny winyl do bitu trzeszczy. W tym harmonia wierszy, o czasach dzisiejszych (...)”. Albo w „Jestem Bogiem” Paktofoniki – pamiętacie ten piękny scratch na początku? Scratch to efekt dźwiękowy uzyskiwany przez szybkie poruszenie płyty winylowej, często w przeciwnym kierunku niż obraca się płyta, co wydobywa dźwięk przypominający skrzypienia.

Taśmy magnetyczne

Odchodząc od winyli, wchodzimy w klimat taśm magnetycznych. Jedziecie autobusem, wyciągacie walkmana z kieszeni i wkładacie kasetę magnetofonową z ulubioną piosenką, tak jak dzisiaj odtwarzamy muzykę ze Spotify. Albo inny obrazek, jedziesz samochodem przez wieś w sezonie wakacyjnym, zielone i złote od plonów pola za oknem, a z głośników słychać country odtwarzane z kasy. Lecz taśma magnetyczna jako nośnik dźwięku nie była używana tylko w kasetach. Kilkadziesiąt lat przed pojawieniem się nośników w małych kasetach, oparta na tej samej zasadzie działania, lecz szersza taśma magnetyczna nawinięta była na większe szpule. Dzisiaj znacznie łatwiej trafimy na taśmy właśnie w kasetach, lecz te większe, na

szpulach nadal gdzieś są. Co ciekawe, jedna taka właśnie taśma znajduje się gdzieś w kosmosie, nagrano na niej pozdrowienia w 55-ciu językach znanego nam świata. Została ona wysłana w ramach misji Voyager.

Amplifonery

Amplifoner to urządzenie spełniające funkcję wzmacniacza i radia – do takiego urządzenia można np. wpiąć gramofon lub magnetofon. Co jest w nim wyjątkowego? Według mnie prostota wykonania. Oczywiście nie każdy da radę naprawić takie urządzenie, lecz w porównaniu do nowoczesnych, cyfrowych, te z przeszłości nie są aż tak skomplikowane. W retro urządzeniach najczęściej stosuje się zwykłe, analogowe elementy elektroniczne, na przykład rezystory, kondensatory czy tranzystory. W nowych urządzeniach też są te elementy, lecz znacznie pomniejszone. Mam na myśli ZNACZNIE! Element, który stosunkowo łatwo przylutować „z łapy” w porównaniu do elementu, który wymaga lupy do zainstalowania przez człowieka, wydaje się gigantyczny. Dodatkowo w nowych urządzeniach dochodzą do tego elementy cyfrowe posiadające wiele nóżek, na przykład mikroprocesory. Więc chodzi tu też o wymagane umiejętności i narzędzia do naprawy takich sprzętów. Poza tym, wiele tych analogowych sprzętów ginie bezpowrotnie, więc z czasem bardzo zyskują na wartości. Również zachęcam Was, Drodzy Czytelnicy do sprawdzenia przykładowych odtwarzaczy polskiej produkcji, takich jak gramofon Unitra Fonica Daniel, magnetofon szpulowy Unitra ZRK ZK140, amplifoner Unitra Diora Elizabeth oraz magnetofon kasetowy Unitra ZRK B303.

Tekst: Krzysztof Andrzejczak

Grafika: Wojciech Medyński





Spożywczy Mendelejew

6

Na początek szybkie pytanie: czy zanim kupicie artykuł spożywczy czytacie umieszczoną na nim etykietę? Pewnie większość z Was odpowie, że nie. Nawet jeśli jakaś część osób rzeczywiście je czyta, często nie zdaje sobie sprawy, co tak naprawdę znajduje się w danym produkcie. Nie jest to oczywiście ich wina, a producentów. Często ukrywają niektóre składniki (do których użycia niechętnie się przyznają) pod wymyślnymi nazwami i skrótami.

Z pewnością niejedno z nas spotkało się z takimi określeniami jak E133, MSG czy... mączka chleba świętojańskiego? Temat składników artykułów spożywczych jest bardzo obszerny, dlatego teraz skupię się tylko na tych szkodliwych, a ukrytych pod wymyślnymi nazwami.

Sztuczne barwniki

- E102 (tartazyna, żółć spożywcza 5) to żółty barwnik stosowany w wyrobach cukierniczych i napojach. Może powodować poważne reakcje alergiczne i nadpobudliwość u dzieci, a u osób nadwrażliwych lęk, migrenę, depresję, pogorszenie widzenia i inne. Tartazyna została wycofana z użycia w Szwecji, Szwajcarii, Austrii i Norwegii.

- E122 (azorubina) jest czerwonym barwnikiem syntetycznym używanym w galaretkach, napojach, ale też kosmetykach i lekach, by farbować powierzchnie kapsulek i drażetek. Jest powiązana z nadpobudliwością u dzieci i może powodować obrzęk ciała, alergię i astmę.

- E124 (czerwień koszenilowa, pąs 4R – nie mylić z koszenilą, naturalnym barwnikiem produkowanym ze zmieszanych pancerzyków owadów, mniem!) pobudza wytwarzanie histaminy, co powoduje reakcje alergiczne

i nasila ataki astmy. Powoduje również nadpobudliwość u dzieci.

- E133 (błękit brylantowy) jest stosowany w napojach, słodyczach i dekoracjach cukierniczych, a także... w zielonym groszku, by nadać mu piękny kolor i połysk. Może wywołać poważne reakcje alergiczne, takie jak: duszności i obrzęk twarzy (mogą doprowadzić one do zgonu), astma, pokrzywka i katar. Mimo, że został uznany za substancję bezpieczną, długotrwałe spożycie może powodować nowotwory.

Sztuczne konserwanty

- E200 (kwas sorbowy) jest stosowany w przetworach owocowych, pieczywie i napojach. Hamuje rozwój pleśni i drożdży, ale może powodować reakcje skórne i podrażnienia przewodu pokarmowego.

- E220 (dwutlenek siarki) używany w suszonych owocach, winach i przetworach warzywnych. Jest związany z podrażnieniami układu oddechowego, alergiami i reakcjami astmatycznymi.

Dla bardziej zainteresowanych tym tematem przedstawiam „ściąge” substancji E:

numery 100–199 to barwniki;

numery 200–299 to konserwanty;

numery 300–399 to przeciwutleniające i regulatory kwasowości;

numery 400–499 to emulgatory, środki spulchniające, żelujące itp.;

numery 500–599 to środki pomocnicze;

numery 600–699 to wzmacniacze smaku;

numery 900–999 to środki słodzące, nabłyszczające i inne;

numery 1000–1999 to stabilizatory, konserwanty, zagęszczalniki i inne.

- E249 (azotyn III potasu), E250 (azotyn III sodu), E251 (azotyn V sodu) i E252 (azotan V potasu) występują w przetworach mięsnych i mogą powodować powstawanie nowotworów, astmę, zawroty głowy i problemy behawioralne.

Sztuczne słodziki

- E951 (aspartam) jest stosowany w produktach bezcukrowych i powoduje bóle głowy, problemy trawienne i reakcje alergiczne. Istnieją kontrowersje dotyczące jego wpływu na zdrowie neurologiczne.

- E954 (sacharyna) jest związana z ryzykiem nowotworów, szczególnie raka pęcherza moczowego.

- E955 (sukraloza) może wpływać na mikroflorę jelitową, co prowadzi do problemów trawiennych i potencjalnych zaburzeń metabolicznych.

Wzmacniacze smaku

- E621 (glutaminian sodu, MSG), tak dobrze znany z kuchni orientalnej, nadaje potrawom charakterystyczny

smak umami, ale może nasilać problemy astmatyczne i powodować bóle głowy, przyspieszone bicie serca, pogorszenie wzroku, nudności, bezsenność i otyłość.

- E622 (glutaminian potasu) może podobnie jak glutaminian sodu powodować bóle głowy, przyspieszoną akcję serca, pogorszenie wzroku, nudności, bezsenność, osłabienie i otyłość.

Wniosek? Naprawdę warto czytać etykiety produktów spożywczych, bo coś, co bardzo często wygląda niewinnie, może mieć negatywne działanie na nasz organizm. Produkty, których używamy na co dzień, mogą być przyczyną naszego złego samopoczucia. Tak niewiele dzieli nas od nowych, lepszych nawyków żywieniowych, które mogą zmienić w naszym życiu naprawdę sporo.

Tekst: Dominika Lewacka

Grafika: Natalia Trawkin

Sernik dyniowy

Przedstawiam wam (moim zdaniem) najbardziej klimatyczny przepis na jesień: sernik z dynią. Polecam go osobom, które szukają wyzwań, bo jego poprawne przygotowanie zajmuje sporo czasu, ale efekt będzie naprawdę satysfakcjonujący.

Składniki:

Spód: 200 g herbatników, 90 g masła, 1 łyżeczka cynamonu
Masa serowa: 1 mała dynia hokkaido, 1 kg twarogu z wiaderka, 4 jajka, 1 opakowanie budyniu waniliowego, 170 g cukru



Polewa: 250 kwaśnej, gęstej śmietany; 2 łyżki płynnego miodu.

Przygotowanie:

Dynię kroimy na ćwiartki, usuwamy nożem pestki (skórę zostawiamy), a następnie kroimy w paski o tej samej grubości (ok. 4 cm). Wykładamy je na blaszkę do pieczenia z papierem i pieczemy 30 - 40 minut w temperaturze 200°C. Po upieczeniu czekamy, aż dynia delikatnie ostygnie, po czym miksujemy. Dla uzyskania gładkiej masy warto przetrzeć puree przez sitko, ale zajmuje to bardzo dużo czasu. Herbatniki kruszymy na bardzo drobno, dodajemy roztopione masło i cynamon, wykładamy powstałą masą dno tortownicy z papierem do pieczenia. Wkładamy do lodówki na czas przygotowywania masy serowej. Następnie miksujemy w jednej misce puree z dyni i twaróg, dodajemy jajka, budyń w proszku i cukier, ponownie miksujemy do połączenia się składników, masę wlewamy do tortownicy. Pieczemy 50 - 60 minut w temperaturze 180°C, w międzyczasie mieszamy śmietanę z miodem. Po upływie podanego czasu wysuwamy ciasto z piekarnika, nakładamy polewę i pieczemy dodatkowe 8 - 10 minut. Po upieczeniu i wystygnięciu wkładamy sernik do lodówki na całą noc.

Tekst: Dominika Lewacka

Foto: Pixabay / Couleur



Maczo poci się łzami...

8

Baby to są beksy, chłopaki nie płaczą. Jak się słucha tych stereotypów, to można się rzeczywiście popłakać. Ale, ale... komu wolno? Czy tradycyjny podział ról poszedł do lamusa, czy ma się całkiem nieźle? Czy przypadkiem nie jest tak, że wciąż – mimo dobrych chęci – jesteśmy bardzo przywiązani do konserwatywnych ról i według tych reguł rozdajemy karty na równościowym stole? W redakcyjnym gronie sprawdzamy, jak to właściwie jest...

Przestrzeń do wyrażania swoich odczuć jest czymś super, a jednocześnie bywa ożywcza intelektualnie. Tak oto któregoś czwartku podczas zebrania wypłynął jak łaza temat „Chłopaki nie płaczą!”, który w żeńskim gronie wzięliśmy na warsztat. Szybko okazało się, że jako dziewczyny mocno współczujemy chłopakom tego wychowywania w stereotypach. Ostatecznie przecież stereotypy płciowe dotyczą każdej ze stron równie mocno. Jak pisze Julka: W tym okrutnym świecie nauczyłam się jednego – każdy czuje. Ale z jakiegoś chorego powodu stwierdziliśmy jako społeczeństwo, że super pomysłem będzie odebranie tej możliwości chłopcom. Bo ta patologia zaczyna się w wieku dziecięcym. To wtedy matki tłuką synom do głów, że „maż się jak baba”, żeby byli „bardziej męscy”. Jednocześnie te same matki dziwią się, że mają mężów furiatów, których matki także im powtarzały, że „chłopaki nie płaczą”! „Ojej, dlaczego mój ukochany krzyczy, gdy

płacę?”, „Dlaczego wychodzi do garażu, kiedy jest wkurzony?”. Nie wiem, może dlatego, że jako społeczeństwo wspieramy milczenie mężczyzn? Bo brakowało im szczerych rozmów o dziecięcych problemach, a zamiast wsparcia dostawali klapsa, bo „to przecież nie jest przemoc”. Bo kiedy chcieli być przytulani i pocieszeni przyrównywano ich do bab, które przecież są gorsze. Co pozostaje? Krzyczeć w garażu, bez wścibskich spojrzeń innych. Bo przecież chłopaki nie płaczą...

Taki obraz chłopaków/mężczyzn ma się także świetnie w różnorodnych tekstach kultury – od filmów przez powieści na popularnych piosenkach skończywszy. Basia przypomina jedną z nich: „Boys don't cry” – piosenka zespołu The Cure z albumu „Three Imaginary Boys” (1979) opowiada głównie o stereotypie, że chłopaki nie płaczą, a to otwiera furtkę do rozważania nad tym, jak społeczeństwo zanegowało prawo do uczuć i emocji u mężczyzn. Poruszony w piosence został także wątek miłosny podmiotu lirycznego, a w zasadzie wątek rozstania. Bohater ukrywa łzy, zamiast płakać próbuje się śmiać, okłamuje siebie samego. Chłopaki nie płaczą. Są silniejsi od łez.

Nie wiem czy wiecie, ale tego typu stereotypy mają swoje ogromne konsekwencje – od zaburzonych relacji międzyludzkich, w których obie strony próbują realizować niedościgniony wzór przynależny do swojej płci, po depresję i choroby na tle psychosomatycznym. Mężczyźni chorują częściej? Tak. Badania potwierdzają, że wśród powodów takiego stanu jest unikanie wizyt u lekarza („Nie jestem chory, nie będę z byle czym latał do przychodni”), przemilczanie problemów, trudność w podjęciu rozmowy o słabszym samopoczuciu, bo wstyd się do tego przyznać. Warto znaleźć ujście dla swoich

emocji – nawet, gdy od dziecka słyszy się, że mężczyznom to nie przystoi. Jak słusznie pyta Ola: Czemu normą nie jest wyrażanie swoich emocji przez obie płcie w ten sam sposób? Jesteśmy zamknięci w schematach, które zostały narzucone przez naszych rodziców i dziadków, wzorce „prawdziwych mężczyzn” i „prawdziwych kobiet”. Ale właśnie wyrażanie swojego prawdziwego ja jest autentyczne.

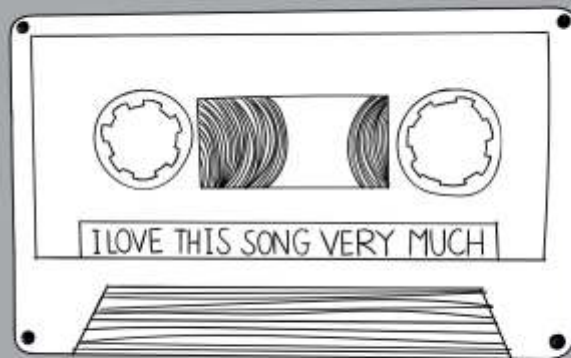
Z jednej strony widać pęknięcie na tym wyidealizowanym wizerunku – coraz liczniej pojawiają się grupy wsparcia dla mężczyzn, w których mogą poczuć przynależność, czułość i zaufanie. Takie grupy, na których nie wstyd popłakać, przytulić innego mężczyznę, przyznać się do słabości. Czy to forma popularna wśród młodych chłopaków? Raczej nie. Jak podpowiadają nasi redakcyjni koledzy, choć promuje się postawę, że nie ma męskości, ani kobiecości – że to są przestarzałe kategorie, to jednocześnie bardzo silny jest nurt przeciwny, bardzo konserwatywny, wynikający z kryzysu męskości, który dąży do przywrócenia tradycyjnego wzorca. Pojawiają się hasła typu: Weź się za siebie, Rusz się z kanapy, Nie oglądaj porno, tylko idź na siłownię! – wszystko po to, żeby być turbo męskim. W takim duchu o męskości wypowiadają się choćby redpillowcy (manosfera), którzy jawnie krytykują feminizm i prezentują dość radykalne poglądy na temat kobiet. To jeden z przejawów zjawiska toxic masculinity, które ma bardzo destrukcyjny wpływ na społeczeństwo i samych mężczyzn. Czy są poddawani presji? Wydaje się, że sporo zależy od środowiska, w którym młody mężczyzna na co dzień egzystuje. W przyjaznym środowisku chłopaki mogą okazywać emocje, bo wszyscy wokół dają sobie i innym na nie przyzwolenie. Natomiast nie usuwa to automatycznie presji, która niejako przesącza się do ich umysłów z mediów społecznościowych. Bo facet powinien dobrze grać w piłkę (inaczej odstaje), zadbać o formę (bo popularnością cieszy cię trend Winter arc, więc przez zimę trzeba zrobić glow-up na lato). Gdzieś jeszcze dobrze się ma pogląd, że facetowi bardziej pasuje okazywanie gniewu i agresja, a dziewczyny na trudności mogą reagować płaczem i histerią, ale nie dajcie się wprowadzić w te ograniczające nas wszystkich koleiny. W końcu każda skrajność, czy ekstremizm wykluczają. O ile ciekawiej jest przyglądać się emocjom swoim i innych, i samodzielnie decydować co z nimi robić.

Trzymajcie się i pamiętajcie, że z emocjami można radzić sobie dzielnie, albo się nimi podzielić! Tak też może łatwiej wydostać się z kryzysu...

Artykuł zbiera teksty warsztatowe: Julii Słomki, Oli Garbolińska i Barbary Wieczorek oraz rozmowy przeprowadzone z męską częścią naszej redakcji.

Zebrała: Anka Perek

Grafika: Pixabay / Saydung89



PLAYLISTA KRYZYSOWA

1. „Poproszę więcej siebie” Kwiat Jabłoni
2. „I'm still standing” Elton John
3. „Złamane serce jest OK” Daria Zawiałow
4. „Can't stop the feeling!” Justin Timberlake
5. „Shut up and dance” Walk the moon
6. „Viva la Vida” Coldplay
7. „I gotta feeling” Black Eyed Peas
8. „Vamos a la playa” Loona
9. „Moves like Jagger” Maroon 5
10. „Party in the USA” Miley Cyrus
11. „I love it” Icona Pop, Charli xcx
12. „Nie stało się nic” Robert Gawliński
13. „Damy radę” Happysad
14. „The boys are back in town” Thin Lizzy
15. „Show me how to live” Audioslave
16. „Rag doll” Aerosmith
17. „Dani California” Red Hot Chilli Peppers
18. „Frużki wolą optymistów” Łona i Weber
19. „Every Breath You Take” The Police
20. „Good Feeling” Flo Rida
21. „Gruby czarny kot” Kaliber 44
22. „Sobota wieczór” Young Leosia i Jacuś
23. „Lubię wracać tam gdzie byłem” Zbigniew Wodecki
24. „Safe and sound” Capital Cities
25. „Anioły” Jan-Rapowanie i Misia Furtak

9

Posłuchaj playlisty na Spotify:



muzyczne oświecenie

Samo słuchanie muzyki, jest prawdopodobnie najlepszą formą terapii, jakiej można doświadczyć, a co dopiero udanie się na występ ulubionego artysty. Odkąd pojechałam na mój pierwszy koncert (nie będę mówić czyj, bo to trochę wstyd), pokochałam to. Niestety mój portfel nie wspiera mnie w moim zamiłowaniu do wszelkich festiwali, więc nie byłam na wszystkich, o jakich marzyłam. Udało się zrealizować plan połowicznie, ale za to te, na które mi się udało dotrzeć wspominać do dziś.

Walka o bilet na zajęciach z przedsiębiorczości, czyli koncert Taco

Nadal pamiętam w jakim stresie siedziałam na lekcji, kiedy zostało mi dziesięć minut czekania w internetowej kolejce, aby kupić bilety. Nie miałam nawet pewności, czy w ogóle są one jeszcze dostępne. Na szczęście udało się – kupiłam bilet na koncert **Taco w Warszawie**. Po dziewięciu miesiącach czekania w końcu nadszedł dzień wyprawy do stolicy, a oczekiwanie kolejnych 8 godzin pod stadionem (niektórzy czekali dłużej!) było zdecydowanie tego warte. Sam fakt, że Taco Hemingway jako pierwszy raper w Polsce sam wyprzedził PGE Narodowy robi duże wrażenie. Koncert trwał dwie godziny i były to jedne z lepszych dwóch godzin mojego życia. Zagrał zarówno swoje najpopularniejsze utwory, jak i te z najnowszej płyty „I-800 oświecenie”. Co ciekawe, wydarzenie miało się najpierw odbyć na Letniej Scenie Progresji, ale ze względu na ogromne zainteresowanie finałem trasy obejmującej sześć miast, zostało ono przeniesione właśnie na Stadion

Narodowy. Na scenie oprócz rapera można było zobaczyć jego gości, a byli to: Daria Zawiałow, Edyta Bartosiewicz, OKI, Bedoes 2115, Otsochodzi, Catchup i Gruby Mielzky. Taco połączył się nawet na żywo z Dawidem Podsiadło, który w tym samym czasie grał koncert w Chorzowie. Niesamowita set-lista, efekty, goście i sam Taco pełen energii i wzruszenia biegający po scenie – to wszystko stworzyło przepiękną aurę. W dodatku od razu można było zauważyć, że stadion był wypełniony prawdziwymi fanami artysty, którzy doskonale znali teksty piosenek i pełni emocji przeżywali ten czas zdzierając swoje gardła. W oczekiwaniu na transport do domu, siedziałam na trawie pod Stadionem Narodowym, śpiewając zachrypniętym głosem piosenki Taco, które przed momentem słyszałam na żywo – to był chyba najlepszy zwiastun wakacji, jaki mogłam sobie wymarzyć.

Nieco ponad miesiąc później, w ciągu trzech dni odwiedziłam dwa festiwale – **Sun Festival w Kołobrzegu oraz Łódź Summer Festival**. Na łódzki koncert również czekałam z niecierpliwością, głównie ze względu na Young Leosię i White 2115, który występował właśnie pierwszego dnia imprezy. Na teren wydarzenia ze znajomymi weszliśmy już o siedemnastej, żeby mieć dobry widok na scenę. Pierwszy wystąpił Smolasty i mimo że nie jest to artysta, którego słucham, to zagrał swoje popularne numery i nikt nie pozostał obojętny. Następnie na scenę wyszedł Król i tu było zupełnie odwrotnie – praktycznie wszyscy stali znudzeni w oczekiwaniu na koniec występu. W humorze utrzymywało nas to, że zaraz na scenę wyjdzie White 2115. W końcu się doczekaliśmy. Był to chyba najlepszy występ łódzkiego festiwalu. Piękne efekty specjalnie: światła,

dym, ogień... to wszystko przy zapadającym już mroku tworzyło niesamowity klimat wakacji.

Artysta zagrał oczywiście swoje największe hity, m.in.: „California”, „Riri”, „Afterparty”, a jako gość na scenie pojawił się Chivas. Nie zostałam na ostatni koncert tego dnia (Milky Chance), bo następnego poranka o siódmej rano wyjeżdżałam z przyjaciółką na **Sun Festival**, który odbywał się w Kołobrzegu, a dokładniej na lotnisku w Podczelu.

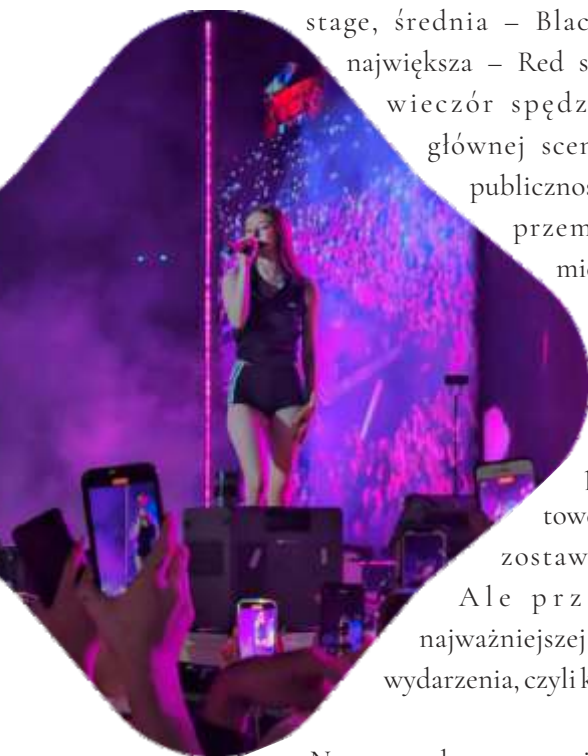
Na teren wydarzenia weszliśmy około godziny siedemnastej i jako, że był to mój pierwszy prawdziwy festiwal plenerowy, to całe otoczenie zrobiło na mnie spore wrażenie. Duży teren ze strefami reprezentowanymi przez różne marki, do tego trzy sceny: najmniejsza – Blue stage, średnia – Black stage oraz

największa – Red stage. My cały wieczór spędziłyśmy przy głównej scenie, ale część publiczności swobodnie przemieszczała się

między nimi. Do tego oczywiście strefy gastronomiczne, toalety, pola namiotowe i lockery do zostawienia rzeczy.

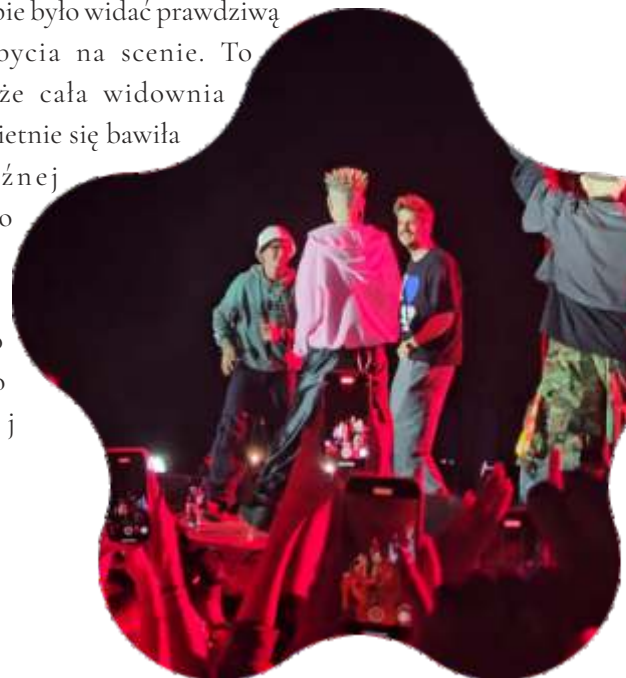
Ale przejdźmy do najważniejszej części całego wydarzenia, czyli koncertów.

Na początku na scenie pojawił się Otsochodzi, który dał świetny występ, mimo że grał jako pierwszy, co często jest stresujące dla artystów. Kolejny na scenę wyszedł Young Igi i on również nie zawiódł publiczności (ich dwójkę można było zobaczyć na festiwalu w Łodzi rok wcześniej). Następny był występ Taco Hemingwaya, który oczywiście był świetny. Będąc jednak na koncercie na Stadionie Narodowym wyczuwałam dużą różnicę w energii widowni. Widać było, że tak jak tam było pełno fanów rapera, to tu ze względu na to, że każdy przybył na festiwal dla innego artysty, większość osób знаła tylko najpopularniejsze utwory lub ich fragmenty. Następnie na scenę wyszedł G-Eazy, ale jego występ widziałam tylko fragmentarycznie, bo po tylu



emocjach musiałam na chwilę odejść dalej od sceny, żeby przygotować się na koncert Okiego. To jak niesamowite koncerty robi ten artysta ciężko ująć w słowa. Raper ma świetny kontakt z widownią i widać, jak bardzo ceni swoich fanów. Nie przeszkodził mu nawet gaz pieprzowy, który ktoś rozpylił po jednej stronie widowni (straciliśmy przez to dwadzieścia minut koncertu, ze względu na potrzebę pomocy medycznej!). Na scenie zagościło całe OIO (Oki, Igi i Otsochodzi) i zegrali największe hity ze swojego wspólnego albumu. Następnie dołączył do nich też Taco, aby wspólnie wykonać „2020 club” i „Malibu Barbie”.

Ostatni koncert drugiego dnia festiwalu to występ bambi. Mogę być nieobiektywna, bo kocham ją i marzyłam o pójściu na jej koncert od kilku miesięcy, ale uważam, że w jej występie było widać prawdziwą radość z bycia na scenie. To sprawiło, że cała widownia również świetnie się bawiła mimo późnej godziny, bo artystka występowała dopiero o k o ł o d r u g i e j w nocy.





najnowszą piosenkę „Noc Aniołów”.

Koncerty – szczególnie te w plenerze – to jedna z najlepszych części wakacji. Klimat, który na nich panuje jest nie do podrobienia. Podczas nich tworzą się właśnie wspomnienia z nastoletnich lat. Oczywiście nie każdy dobrze bawiłby się na koncertach, które opisałam, ponieważ wszystko zależy od typu muzyki, którego się słucha. Mimo to jestem pewna, że w szerokiej ofercie koncertów i festiwali każdy znajdzie coś dla siebie i niezależnie czy na małym występie w barze, czy na ogromnej hali, spędzi piękne chwile w otoczeniu muzyki.

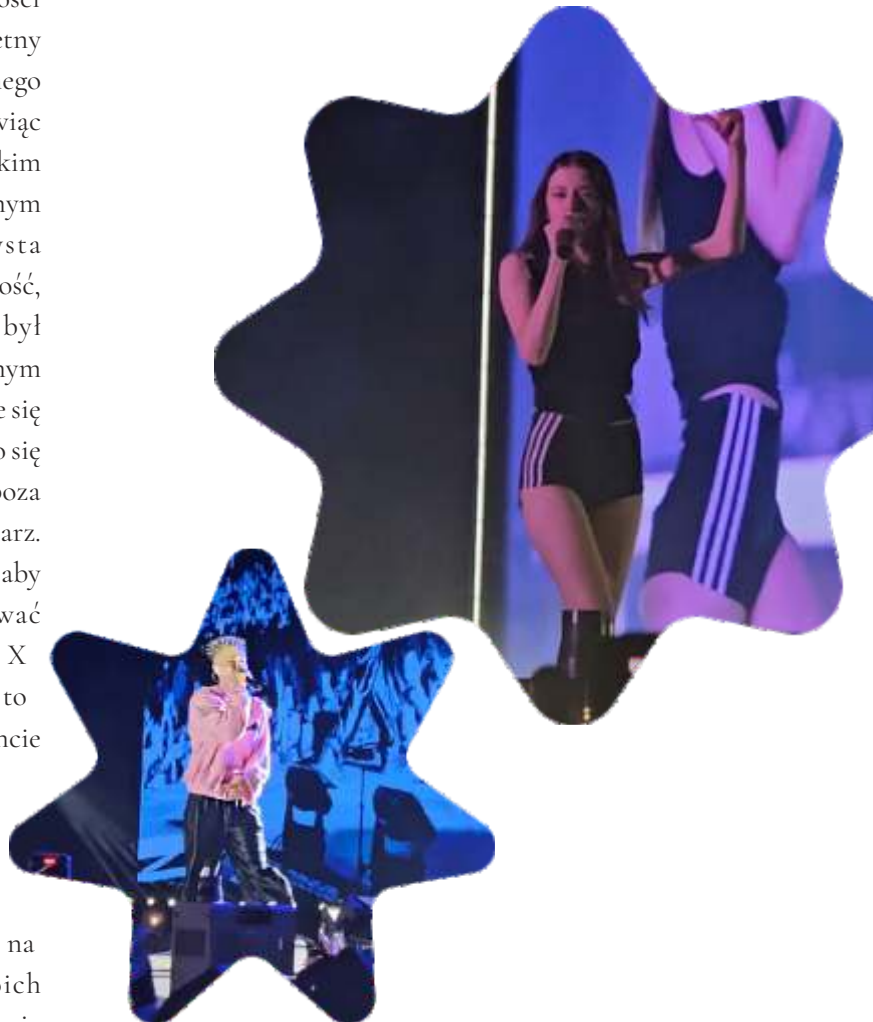
Ostatni koncert wakacji – walczyłam o życie...

12

Zacząło się niepozornie, bo od występu Beaty Kozidrak i zespołu Bajm. Mimo tego, że większość publiczności czekała na kolejne koncerty, to piosenkarka miała świetny kontakt z ludźmi i skutecznie zachęcała ich do wspólnego śpiewania. Później na scenę wszedł Kizo i szczerze mówiąc był to najgorszy koncert festiwalu. To, w jak wielkim ścisku staliśmy i jak wiele osób mdlało było okropnym przeżyciem. Tu ewidentnie zawinił sam artysta i organizacja koncertu – kiedy raper zachęcił publiczność, aby utworzyła koło do zrobienia pogo, tłum był wypychany na boki i ściskany z taką siłą, że w pewnym momencie przewróciły się bramki. Ludzie mimo, że źle się czuli, nie mogli w żaden sposób się wydostać – nie dało się przepchnąć przez tłum, a jedyną opcją wyjścia poza bramki było to, że zemdlejesz i wyniesie cię ochroniarz. Dlatego też wielu ludzi po prostu udawało, że słabnie, aby wydostać się z tłumu. Artysta musiał przerywać praktycznie każdą piosenkę ze względu na znaki X (potrzebna pomoc) pokazywane co chwile, a mimo to nadal sytuacja się nie poprawiała. W tamtym momencie nie mogłam się doczekać aż koncert się skończy. Na szczęście po tym, jak Kizo zszedł ze sceny sytuacja się poprawiła. Ostatnia wystąpiła Young Leosia. Widać, że angażuje się w swoje koncerty. Do praktycznie każdej piosenki miała choreografię, a samo wejście na scenę było dopracowane. Wykonała dużo swoich starszych numerów, a także przedpremierowo swoją

Tekst i foto: Agata Konieczna

Opracowanie graficzne zdjęć: Jan Andrzejczak



CZARNO NA BIAŁYM

o konfliktach międzyludzkich

Pewnie niektórzy stwierdzą, że jestem nudna. I być może mają rację, ale to dlatego, że wokół mnie nic się nie dzieje. Ode mnie nikt nie usłyszy najświeższych ploteczek o dramach wśród nastolatków. Nie przepadam za plotkowaniem, dlatego niezbyt często udzielam się w takich kwestiach i nie próbuję dowiedzieć się więcej o takich rzeczach. Zazwyczaj stoję z boku.

Jak już mówiłam, dla mnie opowiadanie o czyichś dramach jest najzwyczajniej w świecie plotkowaniem. Rozumiem, że komuś mogło się przydarzyć coś zabawnego i ktoś, kto to usłyszał, po prostu musi się tym podzielić z innymi, ale ludzie! Ileż można żyć czyimś życiem? Ciągłe dyskusowanie o konfliktach, które nawet nas nie dotyczą, nie może być naszym głównym hobby.

Jednak muszę przyznać, niektóre konflikty rzeczywiście mnie interesują. Nie mogę przecież przejść obojętnie, gdy mój przyjaciel lub moja przyjaciółka wpakują się w kłopoty. Nawet, jeśli przydarzy się im coś śmiesznego, przyjemnie jest pośmiać się z tego w małym gronie, ale nie lubię robić tego za plecami innych. Rzeczywiście, czasem jednak wymieniam ploteczki z innymi, ale zwykle robię to po to, by podtrzymać konwersację. Bardzo często z niewinnej, przekazanej dalej pogłoski może narodzić się długa i ciekawa rozmowa.

A jeśli sprawa jest poważna i nie jest tylko zwykłą opowieścią? Jeżeli kilka osób z mojego najbliższego otoczenia się pokłóci, staram się ostrożnie zrozumieć, o co chodzi, i w miarę możliwości złagodzić sytuację, np. pomóc wytłumaczyć niektóre kwestie. Dotyczy to tylko i wyłącznie osób, które rzeczywiście znam. Kiedy konflikt wyrósł między znajomymi moich znajomych albo osobami, które ledwo znam z imienia, nie będę się przecieź wtrącać w czyjeś sprawy. Czasami jednak znajomi zwracają się do mnie o pomoc w rozwiązaniu konfliktów lub z prośbą o wyrażenie mojej opinii o nich, nawet, jeśli zupełnie mnie nie dotyczą. Najwidoczniej uważają mnie za osobę rozsądną. W takich sytuacjach staram się pomóc, nie ingerując za bardzo, a jedynie wskazując, co można zrobić, by taki problem rozwiązać.

Moje podejście do konfliktów międzyludzkich i tzw. „dram” w pełni mi odpowiada. Nie jestem zupełnie odcięta od informacji, bo czasami docierają do mnie takie czy inne słuchy, ale nie muszę się z nimi użerać na co dzień, co sprawiałoby, że czułabym się niekomfortowo. Podoba mi się sytuacja, w jakiej się znajduję, i nie chciałabym jej zmieniać.

Tekst: Dominika Lewacka

Konflikty międzyludzkie wśród młodzieży są zjawiskiem powszechnym, a ich źródła mogą być bardzo różnorodne. Jako osoba, która przez długi czas brała udział w takich sytuacjach, chciałabym podzielić się swoimi doświadczeniami i refleksjami na ten temat. Konflikty te nie tylko kształtują nasze relacje, ale również wpływają na naszą osobowość i sposób postrzegania świata.

Wszystko zaczyna się od różnic. Młodzież jest w okresie intensywnego poszukiwania tożsamości, co często prowadzi do zderzenia się z różnymi poglądami i wartościami. Na przykład kwestią sporną w moim przypadku mogło być nawet to, jak spędzać wolny czas. Było to problematyczne, bo każdy miał inny pomysł na spędzenie go. Jednym z najważniejszych elementów konfliktów jest emocjonalne zaangażowanie. Gdy spór wybucha, emocje są na ogół bardzo intensywne. Często w takich sytuacjach nie potrafimy myśleć racjonalnie. Wiem dobrze, że ludzie dzielą się na takich, którzy chcą rozmawiać i wyjaśniać pewne sytuacje i na takich, którzy wolą milczeć i się odizolować. Chyba nie muszę wskazywać, która z opcji należy do gorszych.

W trakcie konfliktu, gdy jesteśmy w centrum tego „jeziora szczęśliwości”, często pojawia się również strach. Obawiamy się, że stracimy przyjaźń, że ktoś nas nie zaakceptuje, że nasza reputacja ucierpi. Pamiętam, jak bardzo obawiałem się, że jedna z takich sytuacji wpłynie na moje relacje z innymi (i wpłynęła XD).

Cóż, od dawna „dramy” są nieodłączną częścią mojego skromnego życia i niezależnie od tego, jak bardzo bym chciała, trudno się od tego odkleić. Nie bez znaczenia są również różne mechanizmy obronne, bo przecież każdy z nas ma swoją strategię radzenia sobie w trudnych sytuacjach. Niektórzy stają się agresywni (dochodzi wtedy do różnorakich rękoczynów), inni wycofują się, a jeszcze inni próbują mediować i żartować, aby złagodzić sytuację.

Jednak nie każdy może sobie pozwolić na taki luz. Sama byłam świadkiem (i to niejedną raz!) jak ludzie z mojego otoczenia reagują nerwowo, próbując udowodnić swoją rację. To prowadzi do spirali agresji, gdzie każdy czuje się zmuszony do bronięcia swojego stanowiska, co tylko zaostrza konflikt. Tak powstają prawdziwe emocjonalne melodramaty!

Jak podsumować moje doświadczenia uczestniczenia w niezliczonych dramach? Na pozór wydaje się to fajne, ale z czasem zwyczajnie nudzi, jak po kilku godzinach nowa zabawka pięciolatki. Jaki jest Wasz pogląd na dramy? Pomyślcie o tym chwilę.

Tekst: Oliwia Gałązka

Układ graficzny: Jan Andrzejczak



Jestem Bogiem

14

H-I-P-H-O-P bez reszty oddany

Każdy z was słyszał o rapie. Jedni go lubią, drudzy nie. Lecz nie o samym rapie dziś mowa, ale o starym, polskim rapie. Pamiętacie jak w moim poprzednim artykule o retro sprzęcie audio wspomniałem wam o kawałkach takich jak O.S.T.R. – „Początek” oraz Paktofonika – „Jestem Bogiem”?

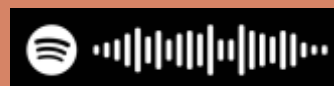
O tym dziś wam opowiem. Więc zaczynając, czyż nie cudowne jest uczucie, gdy wychodzicie na dwór w zimę, śnieg wokół i na słuchawkach stary polski rap. Dajmy na to początek zwrotki Magika w kawałku PFK – „Nie ma mnie dla nikogo” (od 2:06). Słowotok rymujących się ze sobą wyrazów opowiadający o szarości życia i zachmurzone niebo aż przyprawiają o ciarki. Lecz nie sama szarość się tu liczy. Tu chodzi o przekaz tekstów, ich różnorodność oraz o prostotę bitów. Sampel (powtarzająca się melodyjka), drumloop (pętla perkusyjna, najczęściej tworzona na maszynie perkusyjnej) oraz efekty muzyczne np. scratch. Wracając do różnorodności porównajmy sobie dwa albumy: Łona „Koniec żartów” oraz Kaliber 44 „Księga tajemnicza. Prolog”. Wesoły, lekko odstrzelony klimat „Końca żartów”

kontra ciężki, psychodeliczny i hardcorowy klimat krążka Kalibra. Różnorodność dziesiątek albumów pozwala na wiele doznań. Ba, jeden album może być miejscami różny. Popatrzmy sobie na album Paktofoniki „Kinematografia”. Miejscami smutny („Nie ma mnie dla nikogo”), miejscami wesoły („Ja to ja”), a nawet nostalgiczny („Chwile ulotne”) oraz pełen wiary w siebie („Jestem bogiem”). Według mnie ta muzyka wpasowuje się idealnie w okres jesienno-zimowy, co podkreśla początek artykułu. Ogólnie w mojej opinii polski hip-hop to kopalnia złota. A jak wy uważacie?

Tekst: Krzysztof Andrzejczak

Grafika: Wojciech Medyński

Posłuchaj playlisty Krzyśka na Spotify:



Kobieta

Charyzmatyczna.
Zawzięta.
Sprytna.
Inteligenta.
Silna.
Pewna siebie.
Naturalna.
Zdecydowana.
Szczera.

To bez znaczenia.
To same problemy.

Bo w tym świecie jest dla mnie jeden nakaz - być
kobietą.

Być kobietą
miłą.
Ułożoną.
Spokojną.
Ugodową.
Kulturalną.
Laleczką.

Dokładnie taką, jaką Wy byście nie dali rady być,
przez Wasze pragnienie władzy i kontroli nad kimś.
Dokładnie taką, jaką Ja bym nie dała rady być,
przez Moje pragnienie władzy i kontroli nad kimś.

Być kobietą taką, jaką mnie uczono, ale nie
nauczono.
Być kobietą na ciele i umyśle.

Bo we mnie jest pięciolatek, który chce się uwolnić.
Czuję, jak skacze po kałużach, jak tupie kaloszami.
Jak idzie zadowolony, ubrudzony.
A obok niego schludna siostra.
Dziewczynka, która po cichu szaleje,
która w środku jest dzika.
Ona jeszcze nie wie, że jest taka jak ja.

Zniewolona.

Julia Słomka

Londyn

Me oczy na ciebie nie spoglądają
Każda z mych myśli ciągle wady znajduje
Umysł każe kochać to, co oczerniają
Pomimo szczerości radość się kotłuje
I chodź smutki me stopione
7 wiosen, i 7 jesieni
Kiedy cię spotykam radość mnie gotuje, lecz to
mija ku jesieni
Bo jesień dary swe mi już dawała
Dawała szczęście, dawała rozpacz
Kim my byliśmy jeszcze czasem kiedyś
Wtedy kiedy radość nie dawała się we znaki
I czekam na te liście złote, na te barwy
nadchodzącej jesieni
Bo czekam na coś, co przychodzi z czasem
a nie na coś, co się nie zmienia.

Oliwia Gałązka

Jasność. Jasność?
Jasność w mych myślach, mej duszy

Ciemność. Ciemność
pochłania to wszystko
niczym ze zgaszonej świecy płomień
Płomień. Płomień?
Zduszony ciężarem mroku

rośnie. Rośnie
powoli i ostrożnie
niczym przebiśnieg wyłania się z kurtyny cienia

czy płomień świecy, raz zduszony,
może powstać z popiołu?

Dominika Lewacka

środkii poetyckie

kochanie go

czym jest miłość?
zadajemy to pytanie od zawsze
i dopóki nie doświadczysz miłości
nie dowiesz się tego nigdy
bo miłość, gdy kogoś kochasz jest we wszystkim.
w pytaniu „czy wszystko w porządku?”
w oczach, które patrzą tylko na ciebie
w ustach pomalowanych najlepszą pomadką
w pospiesznym pocałunku
i podzieleniu się porcją obiadu
to wszystko jest miłość
w ten sposób go kocham.

kochanie jej

spytali czym jest miłość.
a ja bez namysłu powiedziałem,
że miłość, jeśli kogoś kochasz jest we wszystkim.
w rozwianych przez wiatr włosach.
w oczach, które mówią „kocham”
w delikatnym dotknięciu jej ramienia
w śmiechu, kiedy opowiem nieśmieszny żart
w smaku ust, które pomalowała najlepszą pomadką
to właśnie jest miłość
tak ją kocham.

Gabriela Smulczyk

Tęsknota w sercu cicho gra,
Przypomina chwile, co odeszły,
i marzenia, co wciąż w nas tkwią.
Zamykam oczy, widzę twój cień,
Wspomnienia tańczą w mojej głowie,
każdy uśmiech, każdy szept,
to wszystko wciąż we mnie gra.
Czasem łzy po policzkach spływają jak deszcz,
w nocy, gdy gwiazdy milczą,
tęsknota to miłość, co nie gaśnie
nawet kiedy człek na wieki zaśnie.

Aleksandra Krysicka

Czasami myślę, że świat to jeden wielki borowik
Który czeka na mnie gdzieś w lesie iglastym
Gdzie mech drwa porasta
Gdzie rosa budzi owady do życia
A zapach igliwia roznosi się
nad szumiącymi polanami wśród drzew,
jakby nieopisany powiew świeżości
Gdzie łąki w całej swej okazałości prezentują bujne
żdzibła traw
i srebrzystej koniczyny o kwiatach w królewskiej
purpurze
A wszystko to domknięte jakby barierą
Barierą magiczną tęczą się zowiącą
Bajecznie połyskującą

Mateusz Drzewiecki

Redakcja: Jan Andrzejczak, Krzysztof Andrzejczak, Oliwia Gałązka, Aleksandra Garbolińska,
Agata Konieczna, Aleksandra Krysicka, Dominika Lewacka, Wojciech Medyński,
Julia Słomka, Gabrysia Smulczyk, Alicja Ślaska, Bartosz Trawkin, Barbara Wieczorek.

Projekt okładki, skład: Jan Andrzejczak
Opieka redakcyjna i skład: Anna Perek-Kowalska
Korekta: Dominika Lewacka i Magdalena Ziemiańska

Chcesz dołączyć do naszej redakcji?

Napisz kilka słów o sobie i wyślij mail na adres:
gazetacebula_redakcja@op.pl lub wiadomość
na nasze profile w mediach społecznościowych.

Wydawca:
Miejski Ośrodek Kultury STARY MŁYN
Zgierz, ul. Długa 41A
www.starymlynzgzierz.pl

facebook.com/czasopismocebula
Instagram: [gazetacebula_ofc](https://instagram.com/gazetacebula_ofc)