

W książce pt. *Skarby ludzkości. Pomniki kultury i parki narodowe pod opieką UNESCO* wydanej przez „Świat Książki” w połowie lat dziewięćdziesiątych XX wieku wspomniano o zaleceniu niezależnej komisji, żeby liczba obiektów wpisanych na listę zabytków chronionych nie przekraczała 500. To piękny album zawierający znakomite fotografie i dosyć obszernie opisy najcenniejszych dzieł architektury i natury. Założenie było słuszne, ale co z tego. Zaczęto się rozdrabniać i dopisywać kolejne. W 2023 roku ochroną UNESCO objęto już ich 1199. To kapitalny przykład obniżenia wartości tych najwybitniejszych dzieł. Nie wiem dlaczego tak postąpiono. Taka deprecjacja dotyczy wielu najprzeróżniejszych spraw i do nich jeszcze się odniosę.

Teraz wspomnę o dietetykach. Od jakiegoś czasu biorę ich na ząb. Na pytanie, ile należy jeść białka, tłuszczów i węglowodanów, wymądrzają się na wszystkie sposoby, podając dokładne dane. Skąd oni to wiedzą? Namnożyło się uczonych dietetyków, a głównie dietetyczek, podających utarte opinie o żywieniu. Opędzić się od nich nie można w Internecie. Oczywiście nic nie wymyślają, same tylko bajdurzą za innymi, powtarzając bzdury, mącąc w głowie komu się da. Czasami wymieniają źródła, a czasami nie. Odsyłają też do lekarzy, którzy na ten temat wiedzą jeszcze mniej. Podają, że ma być tyle a tyle kalorii, tyle a tyle zapotrzebowania, tłuszcz np. powinien stanowić 20–35% diety itp. farmazony, których nie będę przytaczał. Jednym ze źródeł wiedzy o właściwym odżywianiu się są normy podawane przez ekspertów Instytutu Żywności i Żywienia od czasu do czasu uaktualniane. Szkopuł w tym, że na setkach, a może i więcej rozmaitych tabel różnice w wartościach poszczególnych produktów co do zawartości białka, tłuszczu i węglowodanów, a także kalorii oraz witamin i minerałów są często znaczące. O tym się przekonywałem wielokrotnie. Nauka o żywieniu na niewiele się ludziom przydaje. Zamieszczone przez naukowców w różnych publikacjach informacje są praktycznie nikomu nieprzydatne. Nie znam w kręgu swoich znajomych, a było ich bardzo dużo, którzy mogliby powiedzieć, ile kalorii czerpią, a tym bardziej wymienionych już składników, z pożywienia. Przez moje życie przewinęło się mnóstwo osób. Przeanalizowałem kiedyś, co jedli moi krewni, sąsiedzi, koleżanki i koledzy. Na ogół to osoby starsze ode mnie, czasami sporo. Trudno mi było ocenić, co wpłynęło na ich dłuższe życie, czy opieka medyczna, czy środowisko, w jakim funkcjonowali, a może geny bądź odpowiedni styl życia i dieta. A może jeszcze jakieś inne czynniki. Jeśli o tych sprawach się szeroko mówi i pisze, to dlaczego większość osób do tych wskazań się nie stosuje, nie dba o nie.

Kilkadziesiąt lat temu niemal wszyscy jedli jak chcieli. Nikt im niczego nie nakazywał ani do niczego nie namawiał. Chorych i spulchnionych tyłu po ulicach nie chodziło, a wiele z nich dożyło ponad dziewięćdziesięciu lat, i to w lepszym zdrowiu niż dzisiejsi staruszkowie podtrzymywani przez medyków w warunkach, których tamci nie zaznali. Po pierwsze, moim zdaniem ani dietetycy, ani tym bardziej lekarze nie mają z jednej strony wystarczającej wiedzy, żeby wyznaczać normy żywieniowe. Zmieniały się one cały czas i będą się zmieniać, a specjaliści od żywienia nie będą za tymi zmianami nadążać. Po drugie, ich propozycje można zaliczyć do pobożnego życzenia. Kto by czytał ich zalecenia? Kto na to ma dzisiaj czas? Kto jeszcze wierzy w tego typu naukowe doniesienia? Osoby gotujące w domu bądź jedzące w restauracjach nie mają pojęcia, ile i co zjadają. Proszę się ich zapytać, tak jak ja to zrobiłem. Takie czasy nastały, że składniki, zwłaszcza powszechnie dodatki do potraw, a nawet surowiec (np. mięso, nabiał, rośliny i warzywa) są tak przeladowane szkodliwymi związkami chemicznymi, że ludzie nie wiedzą co konsumują. Czy ktoś, jedząc pizzę, wie, co zjadł, albo grillując w ogródku, waży i zastanawia się nad tym, co wpakował do żołądka, ile białka lub tłuszczu, i czy to było zdrowe. A tak nawiasem mówiąc, chciałbym dowiedzieć się, jak jedzą dietetycy, czy stosują się do tego, co piszą. I jak wyglądają po paru latach ordynowanej sobie dokładnej diety zalecanej innym. Łatwiej komuś do brzucha coś

„wciskać” niż sobie. Na pewno, podobnie jak lekarze unikają wielu leków, mając świadomość, czym ich zażywanie grozi. Zalecenia dietetyków są przydatne bardzo nielicznym osobom. A i te, tak jak ja, nie mają żadnej gwarancji, że wybrany sposób odżywiania będzie tym, który zapewni zdrowe w miarę i długie życie. Do różnych fragmentów tej krótkiej wypowiedzi będę powracał.

Było już o drabinie, po której wspinano się na szczyt. Teraz chciałbym wrócić, ale do tych drabinek mniejszych. Tych jest mnóstwo. W każdym regionie, województwie, powiecie, gminie, mieście i wsi są drabinki. Mogę tylko o nich mówić z mojego punktu widzenia, tzn. z dołu. Z góry, ze szczytu, świat, a przynajmniej najbliższe okolice zapewne wyglądają inaczej. Co jakaś instytucja to drabinka. Ci, którzy już znaleźli się na lokalnych szczytach, pilnują skrupulatnie wchodzenia na wierzchołki pomniejszych drabinek. Wszyscy się znają. Często udają, że wchodzenie jest prawidłowe, ale wspomagają, windują niektórych wszelkimi sposobami w górę. Najczęściej zdarza się, że już mają namaszczone, więc niektórzy nie muszą się wspinać, ponieważ na górę wyniesieni zostali po cichu, zakulisowo, o czym doskonale wiedzą obie strony. Tylko naiwni mogą wierzyć w jakiegokolwiek konkursy udające rzetelny sposób obejmujący obsadzanie kierowniczych stanowisk. W takich „grajdołach” każda nawet najmniejsza drabinka się liczy, niezależnie od tego, do jakiej partii akurat należy.

Czy dzisiaj na tym dziwnym świecie ktoś jeszcze się z kimś zgadza? Co się odezwę w rozmowie z kimś, to zaraz się nie zgadza. Nie jestem z innej gliny ulepiony, więc też się nie zgadzam. Nie zgadzamy się w ogółach i w szczegółach.

Czasami na YouTubie oglądam skróty meczów. Mam dwie uwagi. Sprawozdawcy myślą telewizję z radiem. Czym innym powinna być transmisja radiowa, a inaczej powinno się prowadzić transmisję telewizyjną. Czyżby młodzików tego nikt nie nauczył? Trzeba im zwrócić na to uwagę. W tym pierwszym medium można słowami strzelać jak z automatu, ale w telewizji to wszystko widać i nie można się wydzierać tak jak w radiu. Starsi sprawozdawcy powinni to wytłumaczyć młodszymi. Profesjonalizmu pozostało niewiele. Bohdan Tomaszewski i wielu innych, których nie wymienię, potrafili się w takich sytuacjach znaleźć i nie zamęczali telewizyjnych widzów trajkotaniem.

Już mam dość czytania o tym, co władza roztrwonila. Trwonią i trwonią i skończyć nie mogą. To zdaje się być dla każdej władzy pierwszorzędne zajęcie. Dzieje się to wszystko na oczach całego społeczeństwa, które niewiele może zrobić. Odsyła się je do wyborów, podczas których maskujący się kandydaci nabierają resztę dającą się nabrać.

Ciągle czytam: „Prawidłowo skomponowana dieta jest w stanie pokryć dzienne zapotrzebowanie organizmu na większość składników odżywczych. Problem w tym, że seniorzy nie zawsze spożywają posiłki zgodnie z piramidą żywieniową, w efekcie czego ich jadłospis jest bardzo monotony”. Co za głupoty. Monotonnymi są wypisujący takie bzdury osobniki ledwo obrosłe w piórka, nie wiedzące, co klepią. Nie wiedzieli, czym się „podeprzeć”, więc postawili na piramidy. Znane wszystkim, te faraonskie, to solidne konstrukcje i jeszcze sobie postoją, ale te żywieniowe znikną dość szybko razem z lansującymi je „paplaczami”. Dawniej ich nie było. I piramid żywieniowych i gędzących o nich. Nikomu nie przychodziła do głowy jakakolwiek suplementacja. Jedli wszystko, mieszało to, co mieli i chcieli, i dożywali 100 lat. Po tej osławionej już piramidzie żywieniowej upychanej czym się tylko da i gdziekolwiek stosują ją nie dożyją nawet, ku uciesze ZUS-u, emerytury. Apel do staruszek, czyli po dzisiejszemu senierek, i do staruszków, obecnie seniorów: Nie dajcie się zwariować. Dzieciakom można wszystko wmówić, więc klepią trzy

po trzy. Część z nich, tak mi się zdaje, nie jest jednak taka głupia. To cwaniacy suplementowani przez jeszcze większych, bardziej doświadczonych, już nie jakimiś tam mało komu potrzebnymi dodatkowymi minerałami i witaminami, ale bardziej konkretnym środkiem odurzającym, znanym już od długiego czasu, czyli mamoną.

„Nic nie jest złe, co jest zgodne z naturą” to słowa Epikteta z Hierapolis. O tym, niestety, albo często się zapomina, albo całkowicie już zapomniano.

Trochę wspomnień z Kuźnicy na Helu. Spędzałem tam kilkakrotnie wakacje. To spokojne miejsce do relaksu. Przynajmniej tak przypominam je sobie z tamtych lat, tzn. z okresu od drugiej połowy lat pięćdziesiątych do początku lat siedemdziesiątych. Minęło sporo czasu i nie wszystko zachowało się dobrze w pamięci. Wprawdzie na starość spoglądając wstecz bardziej się zapomina fakty z wczorajszego dnia, a jeszcze bardziej z ostatnich chwil, ale jednak. Tamta i dzisiejsza Kuźnica to chyba dwie już nieporównywalne miejscowości. Może się myłę. Nie pomnę już, kiedy zacząłem na półwysep jeździć. Zaprosił mnie kolega z klasy Andrzej Muża, którego wujkiem był ks. dr Anastazy Muża, proboszcz parafii pw. Najświętszego Serca Pana Jezusa w Katowicach-Piotrowicach. Mieszkali razem na probostwie przy ulicy Fredry. Pierwszy raz pojechałem do Kuźnicy z kolegą 2 lata starszym na początku lat sześćdziesiątych, a w 1963 roku z kolegą z liceum. W 1965 roku odpoczywałem w namiocie z koleżanką z roku na studiach, przyszłą żoną, na campingu (tzw. Syberka położona na zachodnim skraju Kuźnicy). 1973 rok zapadł mi lepiej w pamięci z powodu licznych zdjęć posiadanych do tej pory, a również dlatego, że byliśmy na półwyspie z naszym ukochanym Bobem (psem bokserem) i starszym kolegą, współmieszkańcem M4 w Strzelcach Opolskich. Później już nigdy polskiego wybrzeża nie odwiedzałem. A teraz parę szczegółów. Domek mamy Andrzeja stał na brzegu Zatoki Puckiej. Do wody było kilkadziesiąt kroków. Kąpiel niemal codzienna, i to nie raz. Kolega Jaś Urbańczyk, nawiązując we wspomnieniach do tamtych lat, przypomniał mi, jak nurkowaliśmy pod łodziami rybackimi zakotwiczonymi przy pobliskim, niewielkim moło. Pewnego popołudnia dla próby zdołałem w dość szybkim tempie przebiec drogą asfaltową do Jastarni bez przystawania. Innym razem wybrałem się na wieczorną zabawę do któregoś z domów wypoczynkowych w Juracie. Wszyscy dostali kartki z nazwiskami znanych z historii par. Wylosowałem Jazona, a więc resztę wieczoru spędziłem z ukochaną Medeą. Któregoś lata, około połowy lat sześćdziesiątych, zawitali do Kuźnicy starsi koledzy z liceum ochojeckiego. Na zdjęciach, które zamieszczę w innym miejscu, widać, co robiliśmy. Z 1965 roku utkwiło mi w pamięci jedno zdarzenie z pola namiotowego. Gotowało się wtedy na kuchence gazowej przy namiotach. Jeden z naszych sąsiadów miał pecha, ponieważ przy gmeraniu przy niej dosyć poważnie poparzył sobie twarz podczas niespodziewanego wybuchu. Pojechał do lekarza i wrócił z twarzą fioletową.

W 1973 roku pojechaliśmy (żona, ja i nasz ukochany pies Bob) pociągiem na Półwysep Helski. Jak on wytrzymał podróż, nie wiem. Miał zaledwie trzy i pół roku. Zostało mu to wynagrodzone na miejscu. Wynajęliśmy pokój niedaleko pola namiotowego. Tam Bob trafił na koleżankę, również bokserkę, szczuplejszą, żółtą. On był pręgowany. Bawili się sporo. Jednak na plaży był problem. Ganianie jej nic nie szkodziło, była przyzwyczajona, a Bobowi piasek ze słoną wodą wchodził między palce. Jak daliśmy sobie i on z tym radę, nie przypominam sobie, ale wróciliśmy cali i zdrowi.

Część ze wspomnianych osób już nie żyje, z niektórymi nadal się kontaktuję. Andrzej został prawnikiem, wyjechał do Hamburga i tam jest znanym adwokatem i tłumaczem przysięgłym. Nazwisko zmienił na von Borne. Jego siostra Ewa najpewniej mieszka dalej w swojej ukochanej Kuźnicy. Jaś Urbańczyk z wykształcenia górnik po Politechnice Śląskiej, z

tytułem doktora, dorobił się wspaniałej dwupiętrowej kamienicy w katowickim Podlesiu, gdzie mieszka z całą gromadą wnuków i prawnuków.

Academia.edu to serwis społecznościowy dla naukowców. Ktoś mnie namówił, żebym się tam zalogował. Dostaję już od chyba trzech lat e-maile. Po kilka dziennie. A to, że ktoś mnie cytował, a to żebym sprawdził itp. Wchodzę, a tam za chwilę „przejdź, ale zapłać jak chcesz zobaczyć” albo nazwisko E. Tomczak jest cytowane w jakimś tam artykule, i zobacz swój cytat”. No to wchodzę. A tu owszem zobaczysz, ale za 10 zł. Nawet 10 złotych im wystarczy. To o to chodziło. To takie amerykańskie. Przy milionach odwiedzających portal to spora sumka. Sprawdzam inne, a tam jacyś matematycy mnie przeglądali, albo ktoś czytał mój artykuł. No to „zobacz” jego profil. Niektórzy wchodzą kilkanaście razy, żeby przeczytać, co naskrobałem. To kompletna bzdura. Przysyłają rozmaite PDF-y, ale nie z mojej branży. Co ja z nimi mam wspólnego? Proponują przeglądać profile osób zupełnie mi nieznanym, zajmujących się innymi naukami. To wszystko, nie waham się powiedzieć, jest ogłupiające. Nie mam żadnych wątpliwości, że jest generowane przez automat. Chciałem się już z tego „wymeldować”, ale gdzie tam. Nie da rady. Udało się tylko z pomocą informatyka skierowywać informacje prosto do kosza, tak że ich nie oglądam na „Odebrane”. Chociaż to tylko połowiczny sukces, ale zawsze. Zapelniają wyłącznie „Kosz”. To podobne do portalu pogodowego opisanego wcześniej, gdzie też automaty działały wstecz. Poprawnie pokazywały pogodę, jaka była, ale nie jaka będzie. Nie otumaniajcie ludzi. Co to będzie po wprowadzeniu sztucznej inteligencji?

Świat jakby podzielony jest na pół. Wybory wskazują, że taki podział procentowy jest coraz bardziej utrwalany. Brexit to prawie pół na pół, Donald Trump wygrał z Hilary Clinton, a później przegrał z Joe Bidenem podobnie, nawet Donald Tusk z Jarosławem Kaczyńskim też się na nich wzorowali, a teraz Francuzi są podzieleni, a jakże. Ludzie dzielą się i dzielą od wieków. Nie myślę o fizycznym dzieleniu się, czyli rozmnażaniu, do niego jeszcze się ustosunkuję, ale o mentalnym, psychicznym, czyli takim, w którym największy udział ma głowa, a ściślej mózg. Oczywiście z tymi procentami różnie bywało, ale zdarzali się też tacy, wcale nierzadko, którzy byli prawie stuprocentowi. Nie dyskutowali, krótko mówiąc mieli innych gdzieś. A że tam, jak wiadomo, jest dosyć ciemno, więc ludzie poruszali się po omacku i nie bardzo wiedzieli, co się z nimi dzieje. O taki wsad tym pewniakom chodziło. Tak jest do tej pory w różnych częściach świata. I chyba się w tym zakresie nic nie zmieni. Mogę tak wnioskować na podstawie doświadczeń swoich, jak i historycznych.

Translatorów elektronicznych obrodziło. Teraz nie trzeba się już uczyć żadnego języka. Wielu miało z tym trudności. Nawet panu prezydentowi wygarniano w tym zakresie braki. Pracę stracą też tłumacze przysięgli. Po co politykom jakieś „dodatki” w czasie bezpośrednich, intymnych rozmów. Tusk z Kaczyńskim też powinni tym sposobem rozmawiać, bo zwykłym językiem im nie wychodzi. Jak się nie potrafią dogadać po polsku, to mogliby przejść na angielski, ale Kaczyński ponoć angielskiego nie zna. Myślę, że z tłumaczem poszłoby im lepiej.

O czytaniu książek już trochę wspominałem, ale jeszcze dołożę. Czy fachowcy cokolwiek poza swoją specjalizacją czytają. Dawniej byli tacy, co ogarniali niemal wszystko. Z czasem zaczęli zanikać i dzisiaj już ich raczej nie ma. Niektórym jeszcze się zdaje, że na cokolwiek poza swoją dziedziną się znają. Tacy zawsze będą. Znowu lekarze na początek. Czy gastrolog czyta coś o pediatrii, a okulista o reumatologii? Nie wiem. Ale przytoczę w skrócie rozmowę z panią dermatolog albo dermatolożką. Mówię do pani doktor: swędzi mnie skóra w kanale usznym. Proszę spojrzeć. Ale nie chciała tam zajrzeć, więc udałem się do pani

laryngolog czyli laryngolożki. Przepisała mi jakiś krem. Będąc ponownie w gabinecie dermatologicznym, powiedziałem lekarce co to za lek. Pokręciła z dezaprobatą głową i powiedziała, że ona, czyli ta druga, się na tym nie zna. Niektórzy lekarze, chcąc na pacjentach zrobić wrażenie, na dzień dobry mówią, że oni leczą holistycznie. Niby to wygląda ciekawie, ale jak się ma do specjalizacji? O tym będzie w innym miejscu, bo tu przecież jest o czytaniu.

Wiele rzeczy już mi w Internecie spowszedniało. Nożowników coraz więcej, gwałciciele nie są gorsi, mordercy panoszą się jak nigdy, a złodziei nie unikniesz, bo się doskonala, a z takimi problem mają nawet policjanci. Więc są pospolici kieszonkowcy, obrabiający mieszkania, kradnący samochody, z wyższej półki, a nie tej sklepowej, to mnóstwo działających w Internecie hakerów włamujących się na konta bankowe i nie tylko tam. Nie chce mi się już wymieniać. Kradną wszystko i wszędzie. Jeszcze nie mówię, że robią to wszyscy, ale kto wie. Przyszłość jawi się mało optymistycznie pod tym względem, skoro jednym z przykazań boskich „nie kradnij” mało kto się przejmuje. A kłamczuszków ilu? Każdy musi przyznać, że choć raz w życiu skłamał. Zajmę się nimi później. Co tu dopiero mówić o marginesie społecznym czy światku przestępczym. Jak w takiej „bryi” żyć?

Wracam do Amerykanów. Już od lat zanieczyszczają różne języki świata, a w zasadzie wszystko co się da. Są jednymi z największych trucielei na świecie wszystkiego. Długo by tu wymieniać ich pierwsze lub czołowe miejsca na wielu listach. Przykładowo, emisji gazów cieplarnianych. To najbogatsi najczęściej trują. A oni są naj..., zawsze chcieli być pierwsi. I znowu u nich jest najczęściej miliardarów, o czym chętnie donoszą. A że są też bilionerami np. w długach, tym specjalnie się nie chwala. To Amerykanie przewodzą wielu organizacjom wojskowym, np. NATO i w nich mają decydujący głos. Nikt mi nie powie, że to pacyfiści. W produkcji sprzętu służącego zabijaniu innych też prowadzą. A w stosowaniu żywności genetycznie zmodyfikowanej wysforowali się na czoło już dawno, znacznie przed innymi krajami uczestniczącymi w tym zgubnym dla ludzkości wyścigu. Zobaczymy, jak na tym wyjdą. Nie ma sprawy jeśli ograniczają się do własnego kraju, ale żeby wpychać to badziewie innym? O traktowaniu zwierząt hodowlanych na skalę przemysłową czytałem wiele. Mało im było ograniczać ten proceder u siebie, to „zaszczepili” go w innych krajach, w tym i w Polsce. Jak im się Rosjanie pojawili na Kubie, to było be, a jak oni pchają się na Ukrainę, to cacy. Rozpanoszyli się we wszystkim, w czym tylko można. Ich ekspansywność poraża. Nie wszędzie dali radę (patrz m.in. Wietnam i Afganistan). Arabcy się w końcu wkurzyły i „załatwiły” im wieżowce z paroma tysiącami ludzi. Demokracja na świecie powinna być wprowadzana według ich wzorców i wymagań. Polacy, zwłaszcza młodzi, znani z małpowania, taka ich uroda, z chęcią się im poddali. To, co amerykańskie to super. Dawno już temu pili co innego, ale pojawiła się Coca-Cola. Tak jak „Coca-Cola to jest to”, to jeszcze wcześniej „zysk to jest to”. Tam też najczęściej wszelkiej maści ćpunów. Ostatnio o nich głośno. A strzelają nie tylko na wiwat, ale też do krajan, jak do kaczek. To nie tylko przodujący kraj w sprawach, których tu napisałem, ale największy światowy obłudnik, co akurat nie jest tylko im właściwe, lecz, niestety, całej ludzkości. Wspomnę też, że w wielu krajach nazywani są Jankesami. Tak ich nazywają do dzisiaj od dawna. O jedzeniu nie będę się rozwodził. Same paskudztwa. Przełożyło to się na rekordową liczbę, zaryzykuję i powiem: tłuścioszków, choć ostatnio zaleca się „z nadmiernym BMI”.

To nie jest tak, że jeden kraj jest wyłącznie zły, a inny dobry. W Stanach Zjednoczonych są też dobre strony życia. Ten wyścig szczurów ma swoje pozytywne rezultaty, przynajmniej w niektórych dziedzinach. Byłbym nieuczciwy wobec tych Amerykanów, którzy są w porządku. Oto one: Przodują w nauce, mają najczęściej noblistów, z zastrzeżeniem że mnóstwo „importowanych” Byłem zawsze pod wrażeniem amerykańskich jazzmanów i prawie wyłącznie ich słuchałem od drugiej połowy lat pięćdziesiątych minionego wieku. Lubiłem też

oglądać ich filmy, szczególnie westerny. To był dla mnie w czasach PRL-u taki trochę bajkowy, kolorowy świat. Ale już dawno minął.

Niedługo prawie wszystko będzie inteligentne, tylko nie ludzie. Inteligencja do tej pory przypisana ludziom przejdzie na twory sztuczne i będzie rządzić. A może częściowo już tak jest. Z pewnością to początek. Na razie dzwoniąc w sprawie telefonu, natknąłem się na automat. Nie wiem, kto był inteligentniejszy – ja czy on. Starłem się wytłumaczyć o co chodzi. Nic nie kapował. Powtarzał jakieś wklepane mu zwroty. Dopiero gdy do rozmowy włączył się osobnik „nie sztuczny” porozmawialiśmy normalnie. Czarno widzę tę przyszłość. Mam to gdzieś. Ludzie jak błędzili tak błędzą.

Umierają sami dobrzy ludzie. Nie wiem, czy świat się tylko z takich składa. Raczej nie. Według mnie więcej, i to znacznie, żyje na nim łobuzek i łobuzów. Znowu mam problem z paniami. Czy zawsze muszę uwzględniać formy żeńskie i męskie? Czy akurat takie zmiany językowe są potrzebne? Do grobów wkładani są ludzie wybitni, dobrzy, ukochani przez wszystkich, szlachetni, mądrzy, życzliwi, szczerzy, otwarci, miłujący wszystko dookoła, prawdomówni, przyzwoici, pogodni, chodzące ideały, same anioły, czyli według *Wielkiego Słownika Języka Polskiego* tacy, że lepszych nie można sobie wyobrazić. Czy aby tak? Nekrologi pełne są pochwał tych jakby istot nie z tej Ziemi. A gdzie się podziały głupole, cwaniaczki, złodzieje, zabijaki, oszuści, mordercy, fałszerze, chytruski, zawistnicy, złoczyńcy itp. ? Lista im podobnych zdaje się nie mieć końca. Nie wiem, co się z nimi stało. Przecież mogliby chociaż napisać: kłamczuszki, to takie miłe dla uszu zdrobnienie, ostatnio dosyć popularne w mediach. Wyliczyć bym nie zdołał osób, których ta chwilowa zapewne niedyspozycja dopadła, aczkolwiek znam też przewlekle chorych.

Natura hojnie obdarza ludzi swoimi skarbami. Ostatnio coraz częściej wpycha im najcenniejsze okazy, tj. bakterie, wirusy i grzyby. Jak Kuba Bogu, tak Bóg Kubie. Człowiek próbuje się bronić, bo nie wie, o co chodzi. A raczej udaje, że nie wie. Dlaczego tak obrywa? To proste. Nie rozumie niczego, bo obłudny i głupi. A za te przywary trzeba płacić. Pretensje może mieć tylko do siebie. Przyrodę trzeba traktować poważnie, szanować ją, a nie walczyć z nią do upadłego. Mogę tylko zapewnić, że w ostatecznym rozrachunku przegra.

Od początku jednym z pierwszych narzędzi, którym posługiwał się człowiek, była maczuga. Jak walnął drugiego w łeb, to miał na jakiś czas spokój, aż go naszedł inny. To mu jednak nie wystarczało i przez wieki „rozwijał się” w tym względzie. Jeszcze tak sobie myślę, że zanim zaczęli wywijać maczugami, nasi przodkowie obrzucali się kamieniami. Tych było pod dostatkiem. Dopiero kiedy widzieli marne rezultaty miotania nimi, zaczęli kombinować i właśnie przyszły im do głowy maczugi. Co się działo potem? Rzucali czym się dało, np. oszczepami, strzelali z łuków, a grotty wymyślali przeróżne. Najpierw to niby w założeniu miały służyć do polowań, ale szybko polowania na zwierzęta zamieniły się w polowania na siebie, co im do dzisiaj zostało. Pomysłowość nie miała granic. A było to w epoce zwanej epoką kamienia. Obłudą bym nazwał mówienie, że człowiek bronił się tylko przed zwierzętami, a polował na nie, aby przeżyć. Ale tak gdzieś boczkim, a potem już bez boczku korzystał, żeby drugiego dziabnąć. Ta tradycja jest pielęgnowana starannie. Nadszedł czas na nowe wynalazki. To topory kamienne. Niby to kamienie, których ciągle używał, ale teraz je „dopieścił”, czyli wygładził. Miały być do boju. A więc jakby już wyspecjalizowane przedmioty. Najeźdźców przybywało. Rąbali się jak mogli. I to dosłownie. Topór przecież służył do rąbania. Nie tylko drzew, ale też innych osobników wchodzących im w drogę. Taka rąbanka trwała, aż znowu znalazł się jakiś *homo sapiens* z pomysłu. Czy aby *homo sapiens*? Wcześniej byli jaskiniowcy, a teraz już także rolnicy. O ile tamtych jakoś można

było zrozumieć, to tych nie bardzo. Zamiast uprawiać spokojnie ziemię, wcale nie zamierzali spocząć w wysiłkach tworzenia czegoś lepszego. Kamień ich już znudził, no to przyszła pora na miedź, a potem brąz. Teraz pojawiły się miecze, sztylety, czekany bojowe. A jak je zdobili! Tylko nie wiem po co. Zadowolenie było znaczne, dlatego że taki przedmiot lekko wchodził między żebra i w inne części ciała wroga. Tym, którzy tego typu bronią walczyli, łatwiej było wygrać bitwę czy nawet wojnę z tymi, którzy jej nie mieli. Trzeba zaznaczyć, że prali się jeszcze w dalszym ciągu bronią używaną od wieków. Taka jest czasami nie do pogardzenia. Rosjanie dla przykładu dzisiaj też wyciągają z magazynów czołgi sprzed kilkudziesięciu lat do walki z Ukraińcami. Kończę na epoce brązu, co wcale nie oznacza, że całkiem skończyłem z bronią. Będę walczył, tj. kontynuował ten fascynujący temat w dalszych częściach.

Książd Henryk Zieliński, redaktor naczelny tygodnika „Idziemy”, 4 lipca 2024 roku napisał: „Czasy, kiedy do każdego milicjanta trzeba było się zwracać »panie władzo«, szczęśliwie minęły. Dzisiaj nie jesteśmy na łasce «władzy». To my jesteśmy pracodawcami dla policjanta, sędziego, burmistrza, ministra, premiera i prezydenta. Płacimy im pensje z naszych podatków. Mamy prawo od nich wymagać, a nawet ich odwołać. Władza to my. Na tym polega demokracja.” Na dobrą sprawę jedyną kwestią, z którą mógłbym się zgodzić jest ta, że „płacimy im pensje z naszych podatków”. Byłbym rad, gdyby mnie i tysiącom mieszkańców np. spółdzielni mieszkaniowych podpowiedział jak pozbyć się ich prezesów i zarządów.

Jak nie dać się nabrać? Młody może nabrać starego, a stary młodego, kobieta mężczyznę, i odwrotnie, wnuczek potrafi oszukać babcię, a jej mążonek odegrać się tym samym wnuczem. Sąsiadowi udaje się czasami przerobić sąsiada, tak jak i sprzedawca potrafi przerobić klienta, ale ten też umie zrewanżować się sprzedawcy. Mąż łatwo przechytrzy żonę, ale ona także zdoła zwieść jego. Nie będę podawał dalszych przykładów, bo każdy ma w tej sprawie swoje doświadczenie. Jest to proceder powszechny. Ta ludzka ułomność, a jest ich wiele, zaczęła się – jak wiadomo – od Ewy i Adama (proszę zwrócić uwagę, że na pierwszym miejscu zawsze podaję imię płci pięknej, choć utartym zwyczajem to Adam powinien być na początku). Np. tekst na jednym z portali został zatytułowany *Owocowe kuszenie Adama i Ewy*. To nielogiczne. Przecież wszystko zaczął wąż. Najpierw skusił Ewę, a dopiero ona Adama. Aby zachować choćby kolejność, trzeba pisać, że to od Ewy i Adama, a nie Adama i Ewy. Pomijam uprzejmość względem pań. Wprawdzie gadają, że Ewa tylko skusiła Adama, ale ja uważam, że jednak nabrała. Można się spierać, czy skłoniła czy przekabaciła. Nikt tego do dzisiaj nie rozstrzygnął. Jakby jednak na to nie patrzeć, gdyby Adam się na zakazany owoc nie nabrał, bylibyśmy bezgrzeszni. Tylko czy ktoś chciałby dzisiaj być bezgrzesznym? Więc dobrze się stało, tyle przecież radości w tym, jak ktoś kogoś natnie. Możemy naszym pra, pra... rodzicom tylko podziękować. Na koniec przytoczę moje ulubione powiedzenie, sprawdzone w wielu sytuacjach życiowych „Nie ma tego złego, co by na dobre nie wyszło.” Pocieszam tym wszystkich internautów, ponieważ prawie cały Internet to jedna wielka „nabierka” (mój neologizm, nie mylić z chochłą itp.)

Na internetowych stronach często w tytułach ukazują się tytuły zazwyczaj zamieszczane zwykle bądź obok fotografii bądź pod nimi, w których pojawia się kombinacje słowne z nie, np. nie łącz, nie jedz, nie pij. Nie łącz przykładowo z truskawkami, alkoholem, kawą, ziemniakami, bobem, rybami, jajkami, witaminą D3 i innymi, kurkumą, winem, różnymi owocami, warzywami, minerałami i cholera wie z czym jeszcze, albo łagodnie mówiąc z wieloma innymi produktami. Podobnie z dwoma pozostałymi wymienionymi określeniami.

Najwięcej zabrania się łączyć cokolwiek z alkoholem. Niedługo nic nie będzie na zagrychę. Ale czy z tego powodu ludzie przestaną pić? Gdzieś napisano, że nie należy łączyć jakichś tam produktów na talerzu. To już lepiej, bo talerz można ominąć i prosto w dziób. W zasadzie według internetowych donosicieli najlepiej nic nie łączyć z niczym. Żeby uzasadnić swoje zalecenia dodają, że wymienione „złącza” zapychają tętnice, sprzyjają otłuszczeniu takiego czy innego narządu, są rakotwórcze itp. Zajechałbym się całkowicie, gdybym miał te wszystkie niestworzone rzeczy tu wypisywać.

Internet błyska od czasu do czasu albo w Internecie ktoś lub coś błysnie od czasu do czasu. Bo żeby cały czas błyskał, to nie powiem. Jak już „wybuchnie”, to jest to „Ktoś”. W lipcu 2024 błysnął prof. Jerzy Bralczyk. Ludziom różne rzeczy się przydarzają. Wszystkim bez wyjątku. Po jego wypowiedzi rozgorzała dyskusja. Stwierdził bowiem: Psy nie „umierają” i nie są „adoptowane”. Przeczytałem co trzeba, w tym komentarze internautów. Wniosek mam jeden. Ci, którzy preferują tradycję, niech mówią po swojemu, a ci, którzy mają inne zdanie, też po swojemu. Tak jak prawie we wszystkich kwestiach roztrząsanych przez człowieka, zgodności poglądów nie będzie. Zresztą nigdy nie było.

„Moje życie nie jest więcej warte niż życie świni, krowy, psa czy kota. Ludzie są zwierzętami, tylko innego gatunku. Ja też jestem zwierzęciem, podobnie jak wszyscy, którzy to czytają” – napisała Dorota Sumińska. Ma rację według jednych, ale nie innych. I tu leży sedno w różnicy zdań. Wierzący w Boga nie będą nigdy mówić, że jesteśmy zwierzętami. Człowiek to człowiek, a zwierzę to zwierzę. Inaczej uważają natomiast niewierzący w Boga. Jest też grupa ludzi, którzy uważają się za zwierzęta, ale przyjmują równocześnie istnienie Boga.

Spotkało się dwóch głupoli. Cześć, aleś ty głupi! A ty nie? Podali sobie ręce i rozstali się z uśmiechami na twarzy. Tak powinno być, a nie zaraz w jakikolwiek sposób krzywdę sobie wyrządzać. Wzorem dla całej tej przeważającej, zakręconej części społeczeństwa powinni być przywódcy. Tak jest na całym świecie. Daliby przykład, a przede wszystkim nie musieliby niemądrze gadać, tylko krótko, a treściwie. Próbką. Donald Tusk do Andrzeja Dudy: Ależ z ciebie głupol. A z ciebie nie? odpowiada Duda. Uśmiech na twarzy (trudno orzec czy głupawy, czy nie) i uściśnięcie rąk. Sądzę, że oni byliby zadowoleni, można by nawet powiedzieć, że wykazali mądrość, ale czy ta część Polaków, o której wspomniałem, poszłaby ich śladem?

Mówi się o niewydolności nerek, serca i innych części ciała. Natomiast o niewydolności psychicznej, czyli potocznie mówiąc – mózgowej (czy aby jako nieekspert dobrze się wysławiam?), prawie nic nie słychać. Psychiatrzy mówią, że to zaburzenia i choroby psychiczne. Ostatnio skłaniają się ku pierwszemu określeniu, czyli uciekają od choroby do zaburzeń, czego nie rozumiem. W takim razie lekarze od pozostałych części ciała też powinni zacząć mówić o zaburzeniach interesujących ich narządów ludzkich. Ja bym się jako niefachowiec skłaniał do niedomagań. Zwał jak zwał. Wiadomo o co chodzi. Na część psychicznych niedomagań człowiek nie ma wpływu. Ot, jakieś geny zawiniły. To oczywiście nieszczęście dla niego i bliskich. Ale tak jest z każdą chorobą. Niewydolność mózgu jakoś słabo się przebija do mediów, ale ja chciałbym się dowiedzieć jaka część społeczeństwa jest psychicznie niewydolna. Takim nazwaniem podpadnę ekspertom, bo przecież dzisiaj świat cały na nich stoi. I temu nikt nie może zaprzeczyć. Trudno, w końcu każdy może mieć swoje zdanie. Jeszcze ktoś mógłby uznać mnie za eksperta, co by było dla mnie bardzo krzywdzące, a nawet obrażające.



Tak się przyglądam ludziom, starając się objąć wszystko całościowo. Nie daję rady. Świat by inaczej wyglądał, gdyby... I tu wolałbym, żeby przykładowo wszystkie łożuzy, cwaniaki, kłamcy, mordercy, gwałciciele, oszuści, nieokreślone bliżej męty zaludniały jakieś obszary z wyznaczonymi granicami. A na innych terenach tylko uczciwi, prawdomówni... Podczas wyliczania w jednej i drugiej grupie zorientowałem się, że w tej pierwszej mógłbym długo wymieniać, a w drugiej niewiele. To ciekawe. I pachnie mi ten podział, tak jakbym utworzył grupy piekielną i niebiańską. Idąc tym śladem, musiałbym stworzyć czyściec. Zacząłem szukać, kto nadaje się do czyścica. Nie miałem zbyt wiele czasu, aby przebrnąć przez liczne informacje na jego temat. Ogólnie biorąc, to jakby tak trochę piekła i trochę nieba. Nie byłem tam, nie widziałem, więc pewny nie jestem. Z tego, co widzę na Ziemi, to życie na niej jest czyścicopodobne. Kto ludzi tak urządził? Takie odseparowywanie jednych od drugich (tym razem wspomnę o komunistach i kapitalistach) już było. Nic dobrego z tego nie wyszło. Do dzisiaj jest np. Korea Południowa i Północna. Trudno powiedzieć, czy w jednej mieszkają sami uczciwi, a w drugiej same łożuzy. Nie mnie to rozstrzygać.

Suplementy.

Pytania w Internecie o Resweratrol. Odpowiadam krótko.

Czy warto brać? No jasne, że warto, jest przecież dobroczynny.

Jak długo można brać? Według uznania i kasy.

Co się dzieje, gdy go przyjmujesz? Może być tak pomocny i mieć tyle efektów, że tego wszystkiego nie ogarniesz.

Który jest najlepszy? Ten, który my mamy w ofercie.

Czy podnosi ciśnienie? Ależ skąd, przeciwnie, obniża.

Jak zażywać? Tak, aby naraz nie połknąć wszystkich kapsułek.

Jak działa na skórę? Fantastycznie.

Gdzie go najwięcej? W naszym sklepie.

Czy jest w rodzynekach? Bez jakiegokolwiek wątpliwości.

Czy powoduje kurczenie się mózgu? U niektórych tak, u innych nie.

Czy działa jak estrogen? Łączy się z nim, jak tylko może.

O jakiej porze brać? Byle nie w nocy.

Na co pomaga? Obniża co niedobre, wspiera co dobre, chroni i zmniejsza co potrzeba.

Czy jest bezpieczny? Byle nie pić z winem.

Czy jest zdrowy? I to jak!

Jak działa na organizm? Najkrócej mówiąc, wpływa, ogranicza, zapobiega i poprawia.

Jakie ma właściwości? Odpowiednio działa i przeciwdziała, a jak trzeba, to hamuje.

Jakie są opinie lekarzy? Raczej niespecjalne, ciągle badają, badają i skończyć nie mogą.

Czy obniża cukier? To zależy, ile go jest, i cukru, i resweratrolu.

Jaki wybrać? Najczystszy, jaki tylko się da, bez dodatków.

Które wino zawiera go najwięcej? Dobre.

Czy ma skutki uboczne? Jak mało się go bierze to nie, a jak za dużo, to tak.

Czy obniża cholesterol? Nie ma dwóch zdań, że tak.

Po jakim czasie działa? Bezterminowo.

Lista pytań internetowych jest bardzo długa. Starczy. Napiję się dobrego, czerwonego, wytrawnego wina. Mam już dość resweratrolu w pigułkach. Żeby zrównoważyć jedną, małą (150 mg) dawkę, musiałbym jednak wypić kilkaset litrów. Nie dam rady. Ale i tak wolę lampkę wina. Nikt mi nie powie, że nie ma wyraźnej różnicy między łyknięciem tabletki a raczeniem się czerwonym winem. Tak czy inaczej: Na zdrowie!

Zajmę się teraz tematem polityczno-wojskowym. W 1949 roku powstało NATO. Nie wiem, przeciw komu konkretnie, ale jak coś niecoś poczytałem, to wyszło, że przeciw

potencjalnym przeciwnikom. No i dobrze. Amerykanów ciągle coś ciągnie do wojaczki, żeby powalczyć tak sobie, a jak już nie mogą, to choćby postrzelać. Nudzą się? No i tak lata mijały, aż Rosjanie się wkurzyli. Natowcy nas cały czas straszą, to my musimy się bronić. Przytoczę taki epizod z mojego dzieciństwa. Pewnego dnia siostra w mundurku harcerskim poszła palić Trumana. Pojęcia nie miałem, kto to jest, ale co znaczy palić, to wiedziałem. Wyszedłem na podwórko po jakimś czasie i spoglądałem w kierunku dworca, aby ewentualnie zobaczyć jakieś ognie lub chociażby dymy. Zawiodłem się, bo nic nie widziałem. Może dlatego, że palono za daleko. Nigdy później nie pytałem siostry, jak to wyglądało. Taką obroną jednak nic by nie wskórali. Truman też, mimo że był palony tu i ówdzie tyle razy, nic sobie z tego nie robił. Więc Rosjanie w końcu zebrali się, wciągając do współpracy satelitów (tak nazywano kraje socjalistyczne z nimi sąsiadujące) i założyli razem Układ Warszawski. Pod względem organizacyjnym przynajmniej wyrównali, wojskowo też byli w tym czasie dosyć mocni. Tak mocni, że postanowili sami postraszyć Amerykanów i popłynęli na Kubę pod ich nos. Wzięli ze sobą na wszelki wypadek rakiety. Tego jednak było mieszkającym blisko, na północ od pięknej wyspy, za dużo i przepędzili ich stamtąd. Ale co trzeba zaznaczyć, przedtem sobie pogadali. Gdyby rozmów nie było, wolę nie pisać, co by mogło się zdarzyć. Czas jak to czas, biegł nieubłaganie. Rosjanie miejscami „zadzierali nosa” (m.in. Afganistan), a Amerykanie nie chcieli być gorsi, wiadomo, i też tam się udali. Jak skończyli i jedni, i drudzy, wszyscy wiedzą. Komu przyznać palmę pierwszeństwa w „rozpychaniu” się po całym świecie? I jedni, i drudzy mieli swoich zwolenników, a wiele państw się wykrwawiło i tak jest do dzisiaj. NATO pączkowało. Ze wschodniej strony pączkować już się nie dało. Aż nadszedł rok 1991 i Układ Warszawski padł. Wydawało się niektórym, że jak ten „zniknął”, to i tamten się rozwiąże. Nic z tego. „Gałązka” po stronie zachodniej urosła, to i mogły się spokojnie pojawić na niej kolejne pączki. Jednym z nich byliśmy my. I znowu co miało mijać, to mijało, ale pewne sprawy nie. To spory. Niedawno się znów zaczęło. A liczba straszaków z jednej i drugiej strony sięgnęła rozmiarów niewyobrażalnych. Na razie wszyscy zapewniają, że tylko w obronie swoich interesów, pytanie tylko jakich? Czyżby nie było atakujących? I tych widzialnych i niedostrzeganych. Zobaczymy, jak to się skończy. Zdania jak zwykle są podzielone.

Najgorzej rozmawia się z ludźmi, którzy z moimi opiniami zgadzają się, czyli myślą tak samo jak ja. Sama nuda. Zaczynając od góry, można sobie wyobrazić zgadzanie się czołowych polityków Prawa i Sprawiedliwości i Platformy Obywatelskiej. Głędziliby wszyscy to samo. Nudy na pudy, można by się wściec. Kto by to wytrzymał. Nie ma z kim gadać. Publiczna telewizja plajtuje. Tusk i Kaczyński jak w powiedzeniu „dookoła Wojtek i w koło Macieju.” Trudno by było szukać „Braunopodobnych”. Maluczkich by to niewiele obchodziło. Niech sobie tam na górze paplają z nudów. Gdyby jednak takie przełożenie w dół było, to sprawa gorsza. Niewątpliwie by się rypla. Tego byłoby za wiele. Ale na szczęście jest jak jest.

Coś znowu przyszło mi do głowy. Żywność naturalna bez dodatków chemicznych jest droższa od tej z dodatkami. To wszyscy wiedzą. Rozsądnie myśląc, powinna być tańsza, bo przecież dodatki kosztują, czyli produkty z nimi musiałyby być droższe. Przykład: Jeśli jakaś paniusia kupi zwykły kapelusik, to zapłaci 200 złotych, a jak kapelusik będzie z dodatkami, to przynajmniej 250 złotych, albo i więcej. Może ktoś mi wytłumaczy, dlaczego tak jest z żywnością? Nawet gdyby uznać, że pakowane do żywności dodatki mniej kosztują, to jednak szkodzą, co jest niezbitnie udowodnione naukowo. A naukowo nie trzeba dowodzić, że koszty późniejszego leczenia, opłacenia lekarzy mogą być spore. Czyli producenci powinni w cenie żywności z dodatkami szkodliwymi to wszystko uwzględnić. Ciekawe dlaczego tego nie robią? Zwalają na klienta, po co je? Ano je dlatego, że są tańsze. Nic nie rozumiem z takich

zagnatwanych kalkulacji jednej i drugiej strony. Ludzie kupują wyroby tańsze, aby oszczędzić, ale czyżby zapomnieli, że później zapłacą w dwójnasób i więcej. Tylko to już będzie z ich kieszeni, a nie producenta.

Napisał latem 2024 roku Eugeniusz Tomczak

© Copyright by Eugeniusz Tomczak