

---

# CZACHPRESS

---



Gazetka szkolna III Liceum Ogólnokształcącego  
im. płk. Dionizego Czachowskiego w Radomiu

---

\* Recenzja powieści „Niewidzialne życie Addie LaRue” \* „Życie odmienia nasze twarze, ale oczy pozostają oknem tego, co było” \* Światowy Dzień Czytania Tolkiena \* Kinowe nowości w 2022 roku \* „Few Good Things” \* Otyłość – groźna choroba \* Dzień astrologii \* Zero dla Dyskryminacji \*  
Dyskryminacja na tle rasowym \*

---

---

Numer 69  
Marzec 2022

---

---

---

# CZACHPRESS

---

---

Mateusz Głogowski 1C

## Recenzja powieści „Niewidzialne życie Addie LaRue”



Po przeczytaniu „Vicious” autorstwa Victorii Schwab stwierdziłem, iż muszę sięgnąć po kolejne dzieło tej autorki. Moją uwagę przykuło „Niewidzialne życie Addie LaRue”, które zainteresowało mnie nieco enigmatycznym opisem, pozytywnymi opiniami oraz pięknym wydaniem. Jak się okazało, za piękną okładką kryje się piękna historia.

Główna bohaterka utworu – tytułowa Addie, a w zasadzie Adeline, LaRue – to mieszkanka wsi położonej we Francji. Jej życie przypada na przełom XVII i XVIII w. Jest ona jedyną córką stolarza. Ze względu na czasy, na które przypada jej młodość, od Adeline wymaga się gotowania, sprzątanía i szybkiego założenia rodziny. Dziewczyna jednak nie odnajduje się w typowo „kobiecych” jak na tamten czas zajęciach. Woli snuć się nad rzeką

i prowadzić rozmowy o życiu i bogach z lokalną zielarką Estele. Addie nie umie uwierzyć w Boga, odtrąca wszystkich zalotników, wydaje się, że osiągnęła swoje wymarzone, niezależne życie. Niestety, zostaje zmuszona do wyjścia za mąż za starszego, nieurodzivego wdowca, będącego już ojcem. Przerażona wizją nudnego życia na wsi, Addie ucieka sprzed ołtarza. Ścigana przez mieszkańców wsi, łamie główną zasadę, której uczyła ją Estele: „nigdy nie módl się do tych, którzy odpowiadają po zapadnięciu zmroku”. Zrozpaczona Addie zgadza się na pakt z samym uosobieniem nocy, które przybiera postać jej wymarzonego mężczyzny. Sprzedaje mu swoją duszę w zamian za możliwość uniknięcia ślubu. Nie uważając jednak na słowa, którymi się posłużyła, Addie mimowolnie zgodziła się na wieczne zapomnienie. Dusza zostanie jej zabrana zaś dopiero wtedy, gdy sama ją odda. I tak rozpoczyna się trwająca ponad 300 lat samotna wędrówka Addie przez życie. Uczy się, jakie granice stawia jej kłątwa, co się z nią dzieje. Zakochuje się wiele razy, jednak po każdej wspólnie spędzonej z kimś nocy zawsze spotyka się z zapomnieniem swego ukochanego. Addie pamięta jedynie Luc – demon, z którym zawarła pakt. Wiele razy prowokuje on ją do zakończenia swej podróży przez życie, jednak ta zawsze niestrudzenie odmawia. Mija 300 lat zanim poznaje kogoś, kto ją zapamięta. Wtedy jej życie zmienia się całkowicie. Addie jest silną i wytrwałą kobietą, dominuje w niej chęć walki o każdy

dzień. Jest sprytna, inteligentna, odciska cząstkę siebie w wielu różnych dziełach sztuki. Luc jest ideałem mężczyzny, którego Addie stworzyła w młodości. Jest równie przebiegły, co nerwowy. Uwielbia pokazywać Addie swoją wyższość. Stara się zniechęcić ją do dalszego życia. Wytwarza sztuczne uczucie między Addie a nim, mimo to naprawdę ją kocha. Kolejną ważną postacią jest Henry – żyjący w naszej teraźniejszości pracownik antykwariatu. To on jako pierwszy zapamiętuje Addie. Między nimi nawiązuje się uczucie, jednak Henry nie jest z dziewczyną do końca szczery, co skutkuje wieloma trudnymi wydarzeniami. Zarówno Addie, jak i Henry, są biseksualni, co dodaje czegoś ciekawego w ich życiu uczuciowym.

„Niewidzialne życie Addie LaRue” obfituje w piękne opisy miejsc, głównie Paryża i Nowego Jorku. Czytelnik wraz z bohaterką obserwuje przemiany ważnych dla Adeline miejsc. Książka dzieli się na siedem części, każda z nich ma kilkanaście rozdziałów. Przed pierwszym rozdziałem każdej części znajduje się dzieło sztuki, na którym Addie odcisnęła swoje piętno. Czy jest coś, co można było zrobić lepiej? Moim zdaniem tak. Zakończenie. Nie satysfakcjonuje mnie ono. Patrząc na opinie internautów, mogę stwierdzić, iż zakończenie to najsłabszy punkt „Niewidzialnego życia...”. Jest trochę źle poprowadzone, pewnych zabiegów po prostu w nim nie rozumiem. Natomiast nie jest ono tragiczne i z całą pewnością nie skreśla całego dzieła.

Podsumowując, „Niewidzialne życie Addie LaRue” jest naprawdę znakomitą książką, godną polecenia każdemu. Jedy-  
nym minusem jest w niej zakoń-  
czenie, które po prostu zostawia  
spory niedosyt. Nic mi nie wia-  
domo o ewentualnej kontynuacji,

a szkoda. „Niewidzialne życie  
Addie LaRue” to książka dla osób  
upartych, zagubionych. Pokocha  
ją miłośnik fantastyki, ale też  
i wielbiciel romansów. Ja zdecy-  
dowanie nie żałuję lektury tego  
dzieła, nawet mimo tego jednego  
mankamentu, o którym już wspo-

minałem. Definitywnie jest to  
jedna z lepszych książek, jakie  
czytałem!

Źródło zdjęcia:  
<https://www.empik.com/niewidzialne-zycie-addie-larue-schwab-v-e,p1257126554,ksiazka-p>

---

## Zuzanna Skwarczyńska 1C

---

**„Życie odmienia nasze twarze,  
ale oczy pozostają oknem tego,  
co było”**

Książka, która w ostatnim  
czasie zwróciła moją uwagę, to  
„Gdzie śpiewają raki” Deli  
Owens. Choć kupiłam ją już  
dawno temu, dopiero w tym mie-  
siącu zdecydowałam się ją prze-  
czytać i absolutnie nie pożałowa-  
łam.

Dziewczyna z bagien od  
zawsze wzbudzała ciekawość  
mieszkańców małego miasteczka  
położonego w Karolinie Północ-  
nej. Kya od najmłodszych lat  
odczuwała samotność i brak ro-  
dzicielskiej miłości. Porzucona,  
odnajduje miłość w nauce i przy-  
rodzie. Społeczność, choć lubiła  
o niej plotkować, nigdy nie zain-  
teresowała się jej sytuacją. Każ-

dego dnia borykała się ona bo-  
wiem z głodem, samotnością  
i zimnem. Pod koniec lat siedem-  
dziesiątych XIX wieku na mo-  
kradłach miejscowi znajdują ciało  
Chase’a Andrewsa. Poruszeni  
całym zajściem i zaślepieni swy-  
mi uprzedzeniami zwracają się  
przeciwko dziewczynie i od razu  
obrzucają ją wszelkimi oskarże-  
niami.

Z pewnością jest to książ-  
ka odślanająca niezwykle intym-  
ną część ludzkiej duszy. Kya  
rozpaczliwie pragnie towarzy-  
stwa, a my, jako bierni obserwa-  
torzy, śledzimy jej próby nawią-  
zywania kontaktów międzylud-  
zkich, które wzbudzają wiele, na-  
prawdę wiele, zróżnicowanych  
emocji. Opisy otoczenia przeni-  
kają uczuciami, są czystą poezją.  
Zwykle nie zwracamy uwagi na  
świat wokół nas, lecz autorka

każe nam się na chwilę zatrzymać  
i rozejrzeć, docenić piękno ota-  
czającej nas natury. Kya jest po-  
stacią dopracowaną w każdym  
calu. Ma wady i zalety, marzenia  
i lęki, ale cechują ją przede  
wszystkim subtelność i niesamo-  
wita inteligencja. Wątek krymi-  
nalny fascynował mnie od po-  
czątku do końca. Został popro-  
wadzony naprawdę interesująco.  
Śledztwo stanowi pewien kontrast  
dla emocjonalnej części historii  
Kyi.

Zdecydowanie jest to  
książka dla wszystkich, którzy  
wiele czują i myślą. Ciekawa  
i niebanalna, z pewnością zosta-  
nie ze mną na długo.

---

## Aleksandra Gruszka 1C

---

**Światowy Dzień Czytania  
Tolkiena**

Myślę, że każdy z nas zna  
„Hobbita”, a co za tym idzie jego  
autora. Czy wiedzieliście, że  
25 marca obchodzimy Światowy  
Dzień Czytania Tolkiena? Inicja-  
torami tego wydarzenia są człon-  
kowie The Tolkien Society (To-  
warzystwa Tolkienowskiego),  
którzy pierwszy raz obchodzili je  
w 2003 roku. Data tego święta nie  
jest przypadkowa, gdyż 25 marca  
przypada rocznica upadku Sauro-  
na i wyzwolenia Śródziemia od  
mrocznych mocy. Tak powstało

więc święto, które obchodzą  
wszyscy wierni fani fantasy.

Tolkien, tworząc swoje  
dzieła, pokazał, jak wielka może  
być wyobraźnia. W swoich książ-  
kach stworzył osobny świat, prze-  
stawił własną wizję istot fanta-  
stycznych, a nawet wymyślił od-  
dzielne języki.

Śródziemie, gdyż tak na-  
zywa się kontynent utworzony na  
potrzeby dzieł Tolkiena, to teryto-  
rium, na którym rozgrywa się  
akcja „Hobbita” czy „Silmarillio-  
na”. Jego nazwa nie została jed-  
nak wymyślona przez twórcę

powieści – jest to tłumaczenie  
staronordyckiego słowa Midgard  
oznaczającego świat ludzi. Mimo  
to, nie zamieszkuje go tylko zwy-  
czajni śmiertelnicy. Zaczynając  
od elfów i krasnoludów, kończąc  
na trollach i hobbitach, nie można  
zapomnieć o Majarach, do któ-  
rych należał Gandalf, a także gło-  
wny antagonistą, Sauron. Smoki  
oraz wargowie – ich także nie  
zabraknie w tym mrocznym i za-  
razem magicznym świecie.

Jeśli zaś chodzi o język  
utworów, to powieści, mimo iż  
napisane po angielsku, zawierają  
w sobie wiele wzmianek czy fak-

tycznych nazw z wielu języków wymyślonych przez J. R. R. Tolkiena. Jest ich co najmniej 15, a każdy z nich jest równie interesujący! Wiele z nich to języki ludzi, jak na przykład Rohirrick czy Adúnaicki. Bardzo popularny stał się język elfów, a także jego odmiany (Sindarin czy Telerin). Wielu fanów Tolkiena uczy się słów, a nawet pełnych zwrotów właśnie w języku elfów. Jeśli mówimy o językach, nie da się

nie wspomnieć o Czarnej Mowie, czyli języku Saurona, który stał się sławny dzięki inskrypcji zawartej na Jedynym Pierścieniu.

Jeśli pomyślimy, że wszystko to wymyślił i opisał jeden człowiek, możemy być mocno zaskoczeni. Jednak uświadomiamy nam to, że z pomocą wyobraźni możemy stworzyć coś niezwykłego. A dzięki twórczości J. R. R. Tolkiena możemy cieszyć

się niesamowitymi podróżami, w które wybieramy się z fantastycznymi bohaterami utworów. Pewne jest to, że nie każdy będzie chciał czytać długie książki. Mimo iż „Hobbit” i „Władca Pierścieni” zostały zekranizowane, całe piękno i magia pozostają w książkach wymagających wyobraźni.

---

## Joanna Rydzewska 1A

---

### Kinowe nowości w 2022 roku

Kino jest jedną z najbardziej lubianych form rozrywki. Wielu odlicza dni do danej premiery i kupuje bilet najszybciej, jak się da. Jednak jakie nowinki czekają na nas w tym roku? Pokróćce przedstawię Wam to w poniższym artykule. Wśród nich znajdują się filmy dla fanów Marvela i nie tylko.

1. „Uncharted” to film, który będziemy mogli zobaczyć w kinach dokładnie 18 lutego. Jest to adaptacja jednej z najpopularniejszych gier. Fabuła tej ekranizacji opiera się głównie na przygodach poszukiwacza skarbów, Nathana Drake’a. Głównym zadaniem poszukiwacza będzie odnalezienie zaginionego miasta El Dorado. Jedynie dzięki swoim umiejętnościom będzie mógł tego dokonać. Główne role zagrają Tom Holland oraz Mark Wahlberg. Jest to idealny film dla osób, które lubią klimaty podró-

ży, rozwiązywanie zagadek czy zew przygody.

2. „Batman”, bohatera tego filmu nie trzeba przedstawiać. Jest to produkcja z wytwórni DC. Polska premiera odbędzie się 4 marca. Oczywiście, film opowiada o walecznym człowieku, który strzeże miasta Gotham City przed wszelkim niebezpieczeństwem. Wiele osób na pewno ucieszy fakt, iż w tym filmie w rolę Batmana wcieli się Robert Pattinson.

3. Teraz coś dla fanów Harrego Pottera, powstała bowiem kolejna część pt. „Fantastyczne zwierzęta: tajemnice Dumbledore’a”. Film będzie uzupełnieniem fantastycznej i znanej na całym świecie serii książek wspaniałej autorki J. K. Rowling i filmów będących ich ekranizacjami. Premiera odbędzie się w kwietniu, a dokładnie 7. Dzięki temu filmowi będziemy mogli dowiedzieć się czegoś więcej na temat dyrektora magicznej szkoły.

W główną rolę czarodzieja wcieli się Jude Law.

4. Teraz obiecany film dla fanów Marvela. Otóż, 6 maja do kina trafi film pod tytułem „Doktor Strange w multiwersum obłądu”. Jest to kolejna już część historii pewnego lekarza, który w wyniku splotu wydarzeń staje się obrońcą Ziemi. W tej części, oprócz wspomnianego wcześniej doktora, będziemy mogli również zobaczyć niesamowitą Wandę Maximoff, która będzie pomagała walczyć ze złem. Główne role zagrają Benedict Cumberbatch oraz Elizabeth Olsen.

To nie były oczywiście wszystkie premiery, jakie czekają na nas w tym roku. Jednak, moim zdaniem, są one jednymi z najbardziej wyczekiwanych. Na pewno wielu z was zdecyduje się na obejrzenie tych filmów na dużym ekranie. Życzę miłej zabawy podczas oglądania.

---

## Paweł Czajkowski 1C

---

### „Few Good Things”

„Few Good Things” jest trzecim albumem studyjnym rapera i producenta muzycznego Saby. Zgodnie z zapowiedziami ukazał się on 4 lutego. Gości na nim wielu artystów z różnych sfer muzyki, jednak głównie obcuje-

my tutaj z hip-hopem i różnymi eksperymentami wokół niego.

Album jest wypełniony przeróżnymi głosami, sam Saba ma umiejętności wokalne i udowadnia to, prezentując w utworach różne style i flow, co jest jednym z najlepszych elementów całego projektu. Mimo tego, spo-

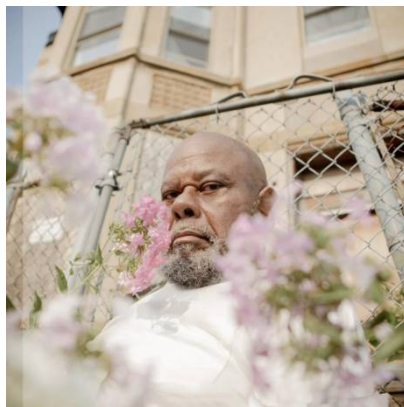
śród czternastu piosenek solowo występuje jedynie na dwóch. Sami goście, moim zdaniem, wypadają świetnie, wynika to oczywiście z ich umiejętności. Samego Saby, wydają mi się, nie brakuje na poszczególnych utworach, mimo wielu zwrotek i refrenów z udziałem gości. Dzięki takiej różnorodności wokalne,

album nabiera ciekawej formy i wpływa to pozytywnie na jego całokształt.

Tematyka „Few Good Things” jest jednolita od początku do bardzo dobrze zaprojektowanego końca. Album ten jest najbardziej osobistym tekstowo projektem Saby. Głównie koncentruje się na późnym dzieciństwie i związanymi z nim trudnościami oraz całkiem znanym motywie w samym rapie, czyli wychowaniu się w biedniejszej dzielnicy dużego miasta, w tym wypadku jest to Westside Chicago. Widoczne są tu także próby doszukiwania się optymizmu.

Dobór brzmień „Few Good Things” często bazuje na koncepcjach rodem wziętych z rapu pierwszych lat XXI wieku. Zauważalne są inspiracje między innymi duetem Outkast z lat ich świetności. Przy tym pojawia się świeżość i klimat, który odczu-

walny jest już po pierwszym spojrzeniu na samą okładkę.



Z problemów tego projektu wymieniłbym na pewno ułożenie piosenek, które są porzucane w dość chaotyczny sposób, szczególnie między drugim a piątym utworem. Dopiero od „Come My Way” album zaczyna tworzyć harmonię, choć nadal z pewnymi wybojami. Poza tym jeszcze mam problem z dynamiczniejszymi kompozycjami, na których duży nakład pracy

i dodawanie elementów do podkładu spowodowało stan, w którym robi się już z tego bałagan. Nie są one złe, jednak brzmieniowo lepiej wypadają te spokojniejsze utwory, np. „Still” czy „a Simpler Time”.

„Few Good Things” jest, moim zdaniem, dobrym albumem. Traci na wybitności z powodu pierwszej połowy, która może zniechęcać. Mimo tego, dzięki różnorodności zaprezentowanej przez samego Sabę oraz resztę artystów (m. in. 6LACK, Smino czy G Herbo), jest to miły do posłuchania oraz przemyślany kawałek muzyki.

Źródło zdjęcia:  
<https://www.popkiller.pl/2022-02-05%2Csaba-few-good-things>

---

## Marianna Hoffman 3A

---

### Otyłość – groźna choroba

**4 marca** obchodzimy Międzynarodowy Dzień Otyłości. Datę tę doskonale można wykorzystać do przypomnienia, czym otyłość jest, jakie są jej skutki oraz co najważniejsze, jak jej zapobiegać, bo to niewątpliwie jest łatwiejsze, niż walka z już rozwiniętą otyłością i chorobami współistniejącymi.



**Czym jest otyłość?** Według WHO, otyłość jest chorobą charakteryzującą się nadmiernym, nieprawidłowym gromadzeniem się tkanki tłuszczowej. Otyłość stwierdza się w przypadku, gdy masa tkanki tłuszczowej stanowi

u mężczyzn ponad 25%, a u kobiety 30% masy ciała. Za sygnał ostrzegawczy, który powinien zmobilizować do poddania się specjalistycznym badaniom i diagnostyce, ale wyłącznie u osób dorosłych, jest wskaźnik BMI. Gdy przekroczy on 30, mówi się o otyłości I stopnia. Choroba ta dotyka coraz młodszych ludzi, a Polska znajduje się na 5. miejscu na świecie pod względem dzieci i młodzieży z nadwagą i otyłością.

### Skąd bierze się otyłość?

Najczęstszym powodem rozwoju otyłości jest nieodpowiedni styl życia. Dieta, w której podaż kaloryczna jest zbyt wysoka, siedzący tryb życia i brak ruchu, wszystko to przyczynia się do stopniowego wzrostu masy ciała, a ostatecznie może doprowadzić do rozwoju otyłości. Jednak i to może mieć różne podłoże. Często otyłość jest po prostu wynikiem złych nawyków (głównie żywieniowych)

wpajanych od najmłodszych lat, ale i złego stanu psychicznego („zajadanie stresu” lub rozwój chorób z grupy napadowych zaburzeń odżywiania). Do rozwoju otyłości przyczyniają się również predyspozycje genetyczne (tu najczęściej usłyszeć można o tzw. genie FTO) czy choroby, takie jak niedoczynność tarczycy czy choroba Cushinga.

**Jakie konsekwencje niesie ze sobą otyłość?** Z otyłością wiąże się cała masa chorób współistniejących. Nadciśnienie oraz zwiększona ilość cholesterolu prowadzą do rozwoju miażdżycy, która upośledza przepływ krwi w naczyniach krwionośnych, co sprawia, że osoby z otyłością mają zwiększone ryzyko zawału serca lub udaru mózgu. Ale to nie wszystko, wymienić należy też: cukrzycę typu II, nocny bezdech senny, przepuklinę, stłuszczenie wątroby, kamicy pęcherzyka żółciowego itd. Ba-



dania udowodniły również, że otyłość zwiększa ryzyko zachorowania na depresję.



**Leczenie czy zapobieganie otyłości?** Jak powszechnie wiadomo – **lepiej zapobiegać niż leczyć**, niemniej jednak leczenie otyłości jest możliwe i przy ciągle rosnącym wskaźniku osób dotkniętych tą chorobą należy o tym przypominać. Zwalczanie otyłości jest analogiczne do przyczyn jej występowania i choć wiadomo, że na względy takie jak nasza genetyka nie mamy wpływu, to na dietę i aktywność fizyczną już tak i to właśnie jest podstawą w zwalczaniu otyłości. Należy pamiętać, że w przypadku diety nie chodzi wyłącznie o zredukowanie masy ciała, ale i wpro-

wadzenie odpowiednich nawyków żywieniowych i racjonalnego podejścia do jedzenia, ruchu i samego siebie. Nie należy więc zapominać o roli psychoterapii. Poza tym możliwe jest też wspomaganie farmakologiczne – poprzez leki zmniejszające apetyt lub też chirurgiczne, np. zmniejszenie żołądka.

W przypadku profilaktyki należy uświadamiać ludziom, jak istotny jest zdrowy styl życia i jakie konsekwencje może nieść ze sobą zaniedbanie w tym obszarze. Powinno się zadbać o powszechny dostęp do wartościowych i rzetelnych źródeł informacji, m. in. z zakresu dietetyki. Profilaktyka ma szczególne znaczenie w przypadku dzieci, ponieważ bardzo ważnym etapem rozwoju człowieka jest kształtowanie się prawidłowych nawyków żywieniowych, które ułatwią prowadzenie zrównoważonego trybu życia i znacznie zmniejszą szansę zachorowania na otyłość. Udowodniono, że dzieci i młodzież z otyłością lub nadwa-

gą mają znacznie większe szanse, żeby chorować w dorosłości. W przypadku dzieci należy więc przyzwyczajając je do jedzenia dużej ilości warzyw i owoców, ograniczania wysoko przetworzonej żywności oraz racjonalnego podejścia do jedzenia (nie jako sposobu radzenia sobie z emocjami). W przypadku dorosłych powinno zwrócić się uwagę na ilość spożywanego w diecie błonnika oraz regularną aktywność fizyczną.

Źródła:

<https://www.mp.pl/pacjent/dieta/wywiady/258740,otylosc-jest-choroba>  
<https://www.mp.pl/pacjent/dieta/odchudzanie/radypsychologa/249293,rola-psychologa-w-leczeniu-otylosci>  
- <https://www.medonet.pl/choroby-od-a-do-z/inne-choroby,otylosc,artykul,1577362.html#kto-narazony-jest-na-otylosc>  
- <https://www.medicover.pl/o-zdrowiu/otylosc-i-nadwaga-rozpoznanie-diagnoza,6599,n,192>

Zdjęcia:  
unsplash

---

## Maja Pluta 1A

---

### Dzień astrologii

Astrologia to nauka o gwiazdach, która interpretuje ruch i położenie ciał niebieskich. Współcześnie jest ona bardziej traktowana jako pseudonauka. Na podstawie stanu nieba do sytuacji na Ziemi tworzone są horoskopy – np. urodzeniowy lub dzienny. Horoskop urodzeniowy określa się na podstawie daty, godziny i miejsca urodzenia. Każdy z nas może go sprawdzić za pomocą różnych stron internetowych (np. [justastrologythings.com](http://justastrologythings.com)). Dla każdej osoby jest on inny i wyjątkowy. W naszym kosmogramie widzimy, w jakim znaku była dana planeta w chwili naszego urodzenia. Każda z nich określa coś innego.

Kiedy ktoś pyta nas o znak zodiaku najczęściej mó-

wimy swój znak słoneczny. Jest to znak, w jakim było Słońce w chwili naszych urodzin. Sprawdzamy go za pomocą dnia i miesiąca naszych narodzin. Czas „trwania” jednego znaku wynosi około miesiąca. Określa on nasze unikalne centrum osobowości, ego, poczucie tożsamości, naturę i witalność. W naszym kosmogramie następnym jest Księżyc. Znak w Księżycu określa to, co „ukryte pod powierzchnią”, emocje, intuicję i głębsze aspekty charakteru. Jeśli znamy godzinę urodzenia, również możemy sprawdzić swój ascendent, czyli naszą „zewnątrzną” naturę i to, jak nas mogą postrzegać inni. O pozostałych kwestiach decydują poszczególne planety. Merkury odpowiada za komunikację, sposób rozumowania i logikę. Za miłość, estetykę, harmonię, pasję

i romantyzm odpowiada Wenus. Jest to jedna z moich ulubionych planet. Kolejną z nich (moją drugą ulubioną) jest Mars. Odpowiada za pewność siebie, gniew, podejmowanie decyzji, siłę, zapal i działanie. Za ekspansję, entuzjazm, dostatek odpowiada Jowisz. Mówi on o predyspozycjach człowieka i wskazuje na rozwój. Kolejny jest Saturn i wpływa na karmę, dyscyplinę i granice. Uran odpowiada za zmianę, nowatorstwo, zdolności do podejmowania decyzji. Na wyobraźnię, tajemniczość, intuicję, sny i ideały wpływa Neptun. Pluton jest zaś odpowiedzialny za przemianę, finanse, zapal, lęk i granice świadomości. Każda z planet w innym znaku ma inne znaczenie. Za pomocą godziny urodzenia możemy sprawdzić ustawienie znaków w domach. Domy mają

przypisaną podobną symbolikę do różnych znaków. Pierwszym domem jest ascendent i jego znakiem jest Baran.

Przydatnym terminem astrologicznym jest również retrogradacja. Jest to pozorny ruch wsteczny planety. Żadna planeta nie może zmienić swojego kierunku, dlatego retrogradację uważa się za zjawisko pozorne. Najbardziej znaną jest retrogradacja Merkurego. Mówi się, że podczas

niej plany (np. podróżnicze) ulegają zakłóceniu, w naszym życiu pojawiają się ludzie z przeszłości i problemy w komunikacji oraz wzajemnym zrozumieniu. W tym roku będziemy ich mieć aż 4; od 14 stycznia do 4 lutego (już minęła), od 10 maja do 3 czerwca, od 10 września do 2 października oraz od 29 grudnia do 18 stycznia 2023 roku. Niedawno trwała jeszcze retrogradacja Wenus, która skończyła się 29 stycznia tego

roku i czekają na nas kolejne (Marsa, Jowisza, Saturna, Neptuna, Plutona i Urana). Astrologia jest bardzo rozbudowanym tematem, ale mam nadzieję, że udało mi się go przybliżyć.

Źródła:  
akademiaducha.pl  
onet.pl  
interia.pl

---

## Julia Golus 3C Kinga Koziel 3C

---

### Zero dla Dyskryminacji

Dyskryminacja – to pojęcie doskonale zna każdy z nas. Najprościej mówiąc, jest to złe traktowanie innych, bardzo często odnoszące się do spraw osobistych bądź tych, na które nie mamy wpływu. Jej temat nadal jest żywy i niezmiennie omawiany, pomimo starań wielu organizacji walczących z zachowaniami mającymi podłoże nienawiści w stosunku do drugiego człowieka. Na 1 marca przypada dzień Zero dla Dyskryminacji, które ustanowione zostało przez ONZ w 2014 roku. Zachęca nas ono do zwalczania przejawów stygmatyzacji ludzi i przypomina, iż każdy Polak jest chroniony w tym zakresie Konstytucją. Chciałybyśmy przedstawić kilka rodzajów dyskryminacji, popularne organizacje działające na korzyść ofiar pokrzywdzonych przez stygmatyzujących oraz sposoby, jak radzić sobie z sytuacjami, w których padamy ofiarą dyskryminacji lub widzimy kogoś, kogo dotyka ten problem.

Jako pierwszą omówimy pokrótce dyskryminację ze względu na status społeczny. Bardzo często możemy zauważyć, iż wiele osób zwraca ogromną uwagę przykładowo na to, ile mamy pieniędzy czy gdzie pracujemy. Według nas, jest to wręcz niedorzeczne, bo żadna praca nie

hańbi i każdy daje z siebie w swoim życiu tyle, ile tylko może. Zdarzają się przypadki, w których to wysoko postawiona osoba potrafi spojrzeć na drugiego człowieka, znajdującego się niżej w hierarchii społecznej, z politowaniem, tylko dlatego, że nie jest na równym poziomie z nią. Pamiętajmy: każda osoba jest ważna, a miłe spojrzenie i zrozumienie sytuacji innych jest zdecydowanie lepsze niż pogardliwy i lekceważący wzrok.

Kolejny rodzaj stygmatyzacji to ta ze względu na odmienny wygląd. Każdy z nas pragnie dobrze czuć się w swoim ciele. Już od najmłodszych lat poszukujemy swojego stylu, który naprawdę będzie nam odpowiadał. Jest to całkowicie normalne, szczególnie w młodym wieku, kiedy jesteśmy swoistymi odkrywcami i szukamy tego, co dla nas najlepsze. Niestety, nie każdy jest w stanie taką rzecz zrozumieć i w takich przypadkach dochodzi do dyskryminacji. Najczęściej możemy zobaczyć przykłady określonego zjawiska, gdy styl danej osoby rzuca się w oczy i jest kontrowersyjny. Zaczynają padać przykre słowa, których nie da się cofnąć, a osoby, które czuły się dobrze ze swoim wyglądem zamykają się w sobie, tym bardziej jeśli nie mają wysokiego poczucia wartości. Warto czasem zostawić swoją opinię dla siebie

i nie stygmatyzować innych, nie tylko ze względu na styl, ale także na wzrost, wagę czy również choroby, na które nie można mieć wpływu, a jednak dużo zmieniają w naszej prezencji.

Warto także wspomnieć o dyskryminacji ze względu na odmiennosć religii. W tej kwestii możemy powiedzieć również o ateistach, czyli osobach niewierzących. Bez względu na to, czy wierzysz w Buddę, w Jezusa, w Mahometę, w innych bogów czy też nie wierzysz w nic, pogłębiaj to, co sam uważasz za właściwe, o ile można tu posłużyć się tym określeniem, ale przy tym zachowaj szacunek do innych. Jak myślisz, czym różnią się te konkretne wyznania? Dokładnie niczym szczególnym, gdyż każda z osób wierzących finalnie chce na różne sposoby dotrzeć do „swojego” Boga dokładnie tak jak ty. Na świecie wciąż mówi się o tym typie dyskryminacji prowadzącej do konfliktów, zarówno tych mniejszych, jak i tych na arenie międzynarodowej. Dlaczego? Ponieważ nie potrafimy zaakceptować faktu, iż każdy może mieć inny pogląd, inny stosunek do wiary. Nie pozwólmy poczuć się gorzszym osobom, które pod tym względem się od nas różnią, dopuśćmy ich do siebie, gdyż często, oceniając przez pryzmat wiary, odrzucamy niezwykle warto-

ściowych ludzi, zamykając się na to, co jest dla nas inne, nie zawsze gorsze, jak może się nam wydawać.

Na koniec zostawiłyśmy chyba najbardziej rozpowszechniony temat dyskryminacji płciowej. Zdajemy sobie sprawę z tego, że odnosi się on do wielu aspektów życiowych, jednak skupimy się na kilku wybranych. Wiele kobiet w społeczeństwie czuje się niedocenionych czy gorszych, gdyż od dawien dawna wmawiano im, że ich praca ma ograniczać się do wykonywania obowiązków domowych czy też opieki nad dzieckiem. W dzisiejszych czasach, kiedy kobiety walczą o swoje prawa, znacznie mniej jest takich przypadków, jednak mimo pseudotolerancji wciąż możemy usłyszeć „to nie jest dla ciebie, to praca fizyczna dla faceta, mężczyźni mają większe szanse osiągnąć sukces, tylko mężczyzna umie dobrze prowadzić auto”. Uważamy, że jest to demotywuujące dla tych mniej odważnych kobiet, jednak każda

z nas powinna znać swoją wartość i nie dać sobie wmówić, że czemuś nie sprostamy.

Odnosząc się wciąż do poprzedniego podpunktu, jeszcze jeden aspekt nasunął nam się na myśl. Mianowicie związki jedno-płciowe. Szczególnie kontrowersyjnym tematem jest adopcja dziecka przez takie pary. Osobiście uważamy, że związek dwóch kochających się osób bez względu na płeć, który jest w stanie dać dziecku miłość i opiekę, jest jak najbardziej dobrą opcją. Każdy z nas na pewno na swojej życiowej ścieżce spotkał się z patologicznymi rodzinami, często też wielodzietnymi, w których dziecko nie było szczęśliwe i dobrze traktowane. Tak samo ośrodki domów dziecka. Dlaczego by nie sprawić, by dziecko miało jak najlepsze warunki do życia? Bo opiekowałyby się nimi osoby tej samej płci? Myślmy, że ta grupa osób, która jest wrogo nastawiona do tego typu rozwiązania, powinna wykazać się odrobiną empatii i otworzyć na takie możliwości.

Podsumowując, zdecydowana większość zachowań związanych z dyskryminacją ma negatywny wpływ na życie społeczne i postrzeganie innych osób. Naszym zdaniem to kwestia, która na przestrzeni czasu znacznie się zmienia, dlatego warto to kontynuować, by kiedyś w przyszłości całkowicie wyeliminować ten problem. Warto jednak gdzieś z tyłu głowy mieć świadomość, że jest on wciąż rozpowszechniany na mniejszą lub większą skalę. Pamiętajmy, że NIGDY nie jesteśmy w tej sytuacji sami. Jeśli nie chcecie zwracać się z takimi problemami do kogoś bliskiego, zachęcamy do poszukiwania pomocy w instytucjach zajmujących się pomocą poszkodowanym. W zależności od tego, z czym się zmagacie, możecie zwrócić się do różnych organizacji. Ich listę znajdziecie na stronie <http://www.ptpa.org.pl/poradnik-antydiskryminacyjny/lista-organizacji/>.

---

## Iga Kaleta 3C

---

### Dyskryminacja na tle rasowym

Ableizm, ageizm, atrakcjonizm, klasizm – to mniej znane rodzaje dyskryminacji i choć nie spotykamy się z nimi na co dzień, nie oznacza to, że nie istnieją. Jednak one funkcjonują i przypominają wirusa, który w szybkim tempie rozprzestrzenia się po całym świecie. Jest też rasizm, czyli dyskryminacja na tle rasowym. Problem tak bardzo nagłośniony przez media, że prawie każdemu z nas wydaje się, że wie już o nim wszystko. Ale co tak naprawdę oznacza „wszystko”? Niestety, zazwyczaj sprowadza się to do wiedzy, że rasizm to pogląd o treści: „czarny – zły, biały – dobry” I tak, to niewyobrażalnie uproszczona definicja rasizmu, napisana językiem nad wyraz prostym. Czy kiedykolwiek ktoś z nas postarał się zgłę-

bić temat, spróbował dowiedzieć się, skąd tak właściwie bierze się rasizm, jak przekłada się on na życie codzienne i jakie niesie konsekwencje? Dopiero, gdy zagłębimy się w temat, jesteśmy w stanie w minimalnym stopniu pojąć to, jak dotkliwy to problem. Pojęcie dyskryminacji rasowej jest ogromnie obszerne i ma realny wpływ na życie ludzi o odmiennym kolorze skóry i w tym momencie odważę się napisać, że o odmiennym kolorze skóry niż biały, ponieważ problem rasizmu dotyka w znacznej większości osób czarnoskórych oraz Azjatów. Zagadnienie dotyczące tego, czy rasizm wobec osób białych istnieje, zostawiam do własnych przemyśleń i refleksji.

**Czym jest rasa człowieka i co się z nią wiąże?**

Rasa człowieka to nic innego jak kwalifikacja ludzi na grupy ze względu na FENOTYP – czyli zespół cech zewnętrznych organizmu. Oznacza to, że nasz kolor skóry, oczu – ich kształt czy typ włosów, nie ma absolutnie żadnego wpływu na nasz charakter, inteligencję czy temperament, co udowodnili naukowcy już w latach 70. XX wieku. Na nasze cechy osobowości wpływ ma środowisko – wychowanie i ludzie, jakimi się otaczamy. Nikt nie ma prawa określić, jacy jesteśmy, tylko na podstawie koloru skóry. To dość ważna informacja, ponieważ ukazuje, że nie ma żadnej zależności między naszymi cechami zewnętrznymi a wewnętrznymi, co każdy argument tego typu automatycznie obala. Do tego tematu powrócę, przy okazji eksperymentu na lalkach.



## Źródła rasizmu i początki problemu

Każdy, kto na lekcjach historii dotrwał do tematu „Wielkie odkrycia geograficzne”, zna pojęcie kolonializmu. Potrzeba zdobycia nowych kruszców, ciekawość świata i poszukiwanie morskiej drogi do Indii doprowadziły do tego cudownego wydarzenia. Uważam, że nadal zbyt rzadko w książkach i przez nauczycieli podejmowany jest temat szkód i krzywd, jakie przydarzyły się tubylczej ludności. Historii rzezi i nieludzkich zachowań mamy wiele, ale w podręcznikach poświęcono dwie strony – rzecz jasna jako tło całego wielkiego święta odkrycia nowych ziem. Odnoszę wrażenie, że odkrycia geograficzne są sprowadzane niemal do strefy sacrum. Nie neguję rangi tych wydarzeń, owszem były one bardzo ważne dla dalszego rozwoju cywilizacji, głównie europejskich, i przyniosły wiele korzyści, jednak i tyle samo krzywd. Uważam, że powinien być temu poświęcony osobny temat w podręcznikach do historii. Czy niesprawiedliwości, jakich doznali niczemu niewinni ludzie nie powinny być ważniejsze od korzyści materialnych, jakie osiągnęliśmy? Odnoszę wrażenie, że to powinno odróżniać nas od zwierząt – to, że korzystamy z daru empatii i kładziemy samopoczucie i życie innych ludzi na szali wyżej niż dobra materialne (rozumiem, że ludzie to zwierzęta, aczkolwiek niektórzy chyba biorą to zbyt dosłownie do siebie) Jednak wiele wskazuje na to, że nie do końca tak jest.

Rdzenni mieszkańcy Ameryki traktowali nas jak bogów, ze względu na wierzenia czy strach przed bronią, której nie znali. Schlebiali to białym odkrywcom. Nie dość, że mają ich za bogów, to są silniejsi, mają prawo uczynić z tubylcami, co tylko zapragną. Poczuli się więc jak władcy życia i śmierci, to oni decydowali

o losie ludzi słabszych od siebie. Niektóre z plemion przyjmowały postawę nonkonformistyczną, zwyczajnie nie zgadzały się na narzucane warunki i miały do tego prawo. Czy wiedzieliście, że podczas spotkania Atahualpy – władcy Inków z konkwistadorami odrzucił on wezwanie do przyjęcia chrześcijaństwa i poddania się, dlatego został porwany? Pizarro zażądał złota i srebra. Inkowie spełnili żądania, ponadto, dostarczyli dwa razy więcej żądanego srebra. Efekt? Morderstwo Atahualpy za sprzeciw. Dobrze, pewnie pomyśleliście, że to zrozumiałe, w końcu sprzeciw w stosunku do oprawcy może budzić w nim, powiedzmy, lekko mordercze skłonności. Przejdźmy zatem do następnego przykładu. Oto fragment mowy wodza Azteków do Hiszpanów: „Dlatego bądźcie pewni, Panie, że będziemy wam posłuszni i uznamy was za przedstawiciela tamtego wielkiego władcy, o którym mówicie”. Nastawiony pokojowo Montezuma umiera uduszony przez Cortésa, który do oficjalnej informacji podaje, że władca zmarł zraniony kamieniem. Jak możemy zauważyć, nieważne, jak przyjmowali nas rdzenni mieszkańcy. Koloniści poczuli się bogami, za których ich uważano, panami życia i śmierci. Właśnie to jest jeden z powodów rozwoju rasizmu. Nasi przodkowie poczuli się lepsi od innych, poczuli się mądrzejsi, posiadając przedmioty, o których innym nawet się nie śniło. Ich cywilizacja była dużo lepiej rozwinięta. Ale tu też tkwi mały szkopuł. Owszem, nasza cywilizacja była bardzo dobrze rozwinięta, ale przyjrzyjmy się lepiej, dlaczego. Za kamienie miłowe postępu cywilizacyjnego uważa się wynalezienie koła, papieru i prochu. Koło wynaleźli Sumerowie, którzy zamieszkiwali tereny Mezopotamii – obszar dzisiejszego Iraku i Kuwejtu, czy zatem możemy być pewni, że byli rasy białej? Za to zarówno papier, jak i proch wynaleźli Chińczycy,

tutaj chyba nie muszę pisać, że ludność ta nie posiada białego koloru skóry. Zatem to, co spowodowało w naszych przodkach tak wielki powód do dumy i uczucie potęgi, przywędrowało od innych ludów.

## Blackface i słowo na „M”

Blackface to stosowany w XIX i na początku XX wieku styl malowania białych aktorów w amerykańskich komediowych przedstawieniach wyśmiewających osoby czarnoskóre. Aktorzy malowali się czarną pastą do butów, powiększali i malowali usta na czerwono oraz zakładali peruki typu afro. Wszystko to ośmieszało i upokarzało osoby czarnoskóre. Posługując się krzywdzącymi stereotypami, mającymi korzenie w epoce wielkich odkryć, wskazywali oni na rzekome lenistwo, głupotę i wiecznie niezaspokojony popęd seksualny. To pokazuje zniekształcony obraz osób czarnoskórych, których zachowania przypisane im przez oprawców dają obraz zwierzęcia. Taki właśnie obraz zauważyć możemy również w bardzo dobrze nam wszystkim znanym utworze Juliana Tuwima „Bambo”, który wrzuca wszystkich Afroamerykanów do jednego worka, pokazując wesołe, brudne dziecko, które nie chce się umyć i skacze po drzewach. Uważam, że utwór ten tylko utrwała powielane już stereotypy, szczególnie gdy czytany jest młodszymi dziećmi, które chłoną wszystko, co usłyszą, jak gąbka. Nie sądzę jednak, że wiersz ten powinien być oceniany czy usunięty, ponieważ jest to element naszej kultury i pokazuje nam, jaki światopogląd reprezentowali ludzie żyjący dawniej. Aczkolwiek, moim zdaniem, warto przedstawiać go dzieciom nieco starszym, które zrozumieją błąd popełniony przez autora. W tym momencie chciałabym zwrócić uwagę na jeszcze jedną kwestię poruszoną w nagłówku. Użyłam zwrotu; „słowo na <m>” i choć cytując czy wie-

dząc, że moje poglądy są jasno przedstawione, mogłabym użyć owego słowa, pisząc je wielką literą, aby ukazać mój szacunek, nie zrobiłam tego. Słowo to budzi wiele kontrowersji, niektórzy nie wiedzą, czy osoby czarnoskóre uważają je za obraźliwe czy też nie. Skoro jednak nasz język ma tak bogaty zasób słownictwa i może pochwalić się tak wieloma synonimami, to czy warto korzystać z tego jednego słowa w momencie, gdy jest szansa, że ktoś przez nas poczuje się urażony? Nie chodzi o to, co my myślimy, czy my uważamy, że to słowo jest złe. Ono nas nie dotyczy, nie mamy prawa decydować, jeśli ktoś prosi, abyśmy nie korzystali z danego wyrazu – nie róbmy tego, po co sprawiać przykrość? To kolejny powód, który sprawił, że uważam utwór Juliana Tuwima za mający zły wpływ na odbiorców. Odnoszę wrażenie, że niektórzy pod przykryciem niewinnego słowa z wierszyka dla dzieci celowo używają go, aby wyrazić swoją niechęć. Rasizm nie jest tylko wtedy, gdy uderzymy osobę innej rasy, rasizm to też słowa. A słowa mają wielką moc, potrafią wyrządzić ogromną krzywdę. Korzystajmy ze słów mądrze, porozumiewajmy się językiem miłości i zrozumienia.

### **Eksperyment na lalkach**

„W 1939 r. amerykańscy psycholodzy, Mamie i Kenneth Clark, przeprowadzili tzw. eksperyment z lalkami, który miał zbadać, jak w czasach segregacji rasowej i jawnej dyskryminacji w Stanach Zjednoczonych postrzegają siebie afroamerykańskie dzieci. Zadaniem ciemnoskórych dzieci było wybranie bardziej atrakcyjnej lalki, czarnej lub białej, i uzasadnienie swojego wyboru. 63% dzieci automatycznie wybierało białą lalkę, mówiąc, że jest ona ładniejsza i sympatyczniejsza niż czarna. Na pytanie, która lalka jest zła, odpowiadały, że czarna,

„bo jest czarna”. Na pytanie o to, która z lalek jest najbardziej do nich podobna, dzieci odmawiały odpowiedzi i zaczynały płakać, a 44% wybierało lalkę białą. Wyniki eksperymentu pokazały, jak bardzo zaniżone jest ich poczucie własnej wartości. Badanie powtórzone w 2005 r. przez amerykańską dziennikarkę dało podobne wnioski. Kanonem piękna dla afroamerykańskich nastolatków były jasna skóra i proste włosy.”

Myślę, że ten fragment artykułu dobitnie pokazuje, jak wielką krzywdę wyrządziliśmy. Minęło około pięciuset lat, ale odnoszę wrażenie, że nic się nie zmieniło. Tym razem już nie tylko w oczach ludzi białych jesteśmy lepsi, doszło do tego, że dzieci przekonane są o swej niższej wartości wyłącznie z powodu koloru skóry. Mam nadzieję, że nie tylko ja dostrzegam niedorzeczność tej sytuacji. W ich oczach utrwalił się model białego, sympatycznego, d o b r e g o człowieka o prostych włosach. W tym momencie muszę przypomnieć, że fenotyp człowieka nie ma żadnego wpływu na jego cechy wewnętrzne, jednak te dzieci są przekonane, że są złe, bo ich organizm wytwarza więcej melaniny.

### **Podsumowanie**

Rasizm to zjawisko, za które każdy z nas jest odpowiedzialny. To zjawisko, które nie powinno istnieć, rozprzestrzeniło się niczym wirus wiele lat temu i krzywdzi ludzi do tej pory – zabija, torturuje, powoduje utratę chęci do życia. Ofiarami tego wirusa padają nie tylko dorośli, ale i dzieci. Wirus ten żyje w naszych głowach, bo jest ich wytworem. Pojawił się wiele lat temu i tak mocno zakorzenił, że nie możemy się go pozbyć. Dotyka głównie uprzywilejowaną rasę osób białych. Wirus ten powoduje u niektórych osobników dziwne procesy myślowe, z których to powodu

zaczynają uważać się za lepszych, czują potrzebę dowartościowania się, czują strach. Zakażone osobniki prześladowają te, które nie pasują do ich wizji idealnego społeczeństwa wytworzonej na skutek choroby. Doprowadza to do nadmiernej agresji osobników – zarówno fizycznej, jak i psychicznej, wyniszczenia organizmu jednostek padających „ofiarami ofiar” oraz w skrajnych przypadkach do śmierci. Na wirusa istnieje lekarstwo.

Każdy z nas ma prawo do własnego zdania. Możemy decydować, co zjemy na śniadanie, jak będziemy się ubierać, gdzie będziemy żyć i nikt nie może nam tego zabronić. To nasze życie i nasze prawo do decydowania. Jednak nikt z nas nie ma prawa decydować, które życie jest więcej warte, bo każde waży tyle samo. Każdy sam decyduje, jak je przeżyje. Możemy skupić się na sobie i posługiwać się językiem pełnym miłości i zrozumienia albo wykorzystać życie, zatruwając je innym. Chcesz używać słowa na „m”? Chcesz dyskryminować innych tylko ze względu na ich kolor skóry? Śmiało – ani ja, ani nikt inny nie możemy ci tego zabronić. Sam wybierasz, jak postępujesz. Ale będąc zakażonym, nie stawaj się wirusem samym w sobie i nie zatruwaj życia innym. Nikt nie wybiera swojej rasy, nikt nie wybiera koloru oczu, ale ty możesz wybrać, możesz się uleczyć i zacząć żyć w zgodzie z naturą, w wolności od choroby. Masz wybór, dokonaj dobrego.

Źródła:

„Zrozumieć przeszłość 2” Podręcznik do historii autorstwa Pawła Klinta  
RASIZM-bardziej-w-nas-czy-wokol-nas.pdf (pah.org.pl)  
Dyskryminacja (psychologia społeczna) – Wikipedia, wolna encyklopedia  
Montezuma II – Wikipedia, wolna encyklopedia