



Ukraina -
jest źle

W szkole...
marnujemy czas

Lody drożeją...

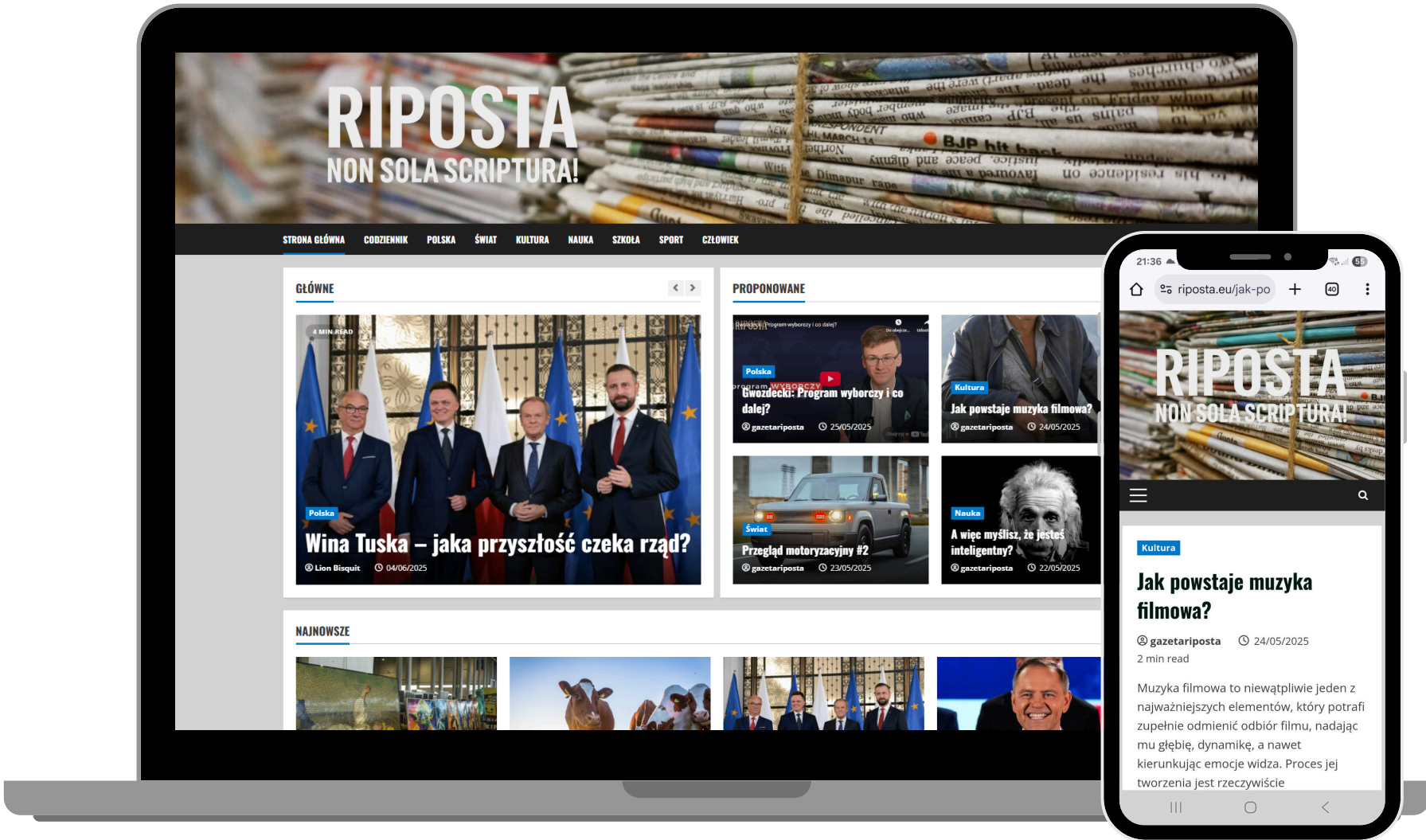
RIPOSTA

nr 3 • lipiec-sierpień 2025

DLACZEGO BOIMY SIĘ CISZY

Szukasz więcej treści na tak wysokim poziomie?

Odwiedź naszą stronę już dziś!



 | Riposta.eu



Riposta.eu

OD REDAKCJI

Wakacje! Pijąc kawę, w podróży, na tarasie, w poczekalni - wszędzie tam możecie rozkoszować się nie tylko miejscem czy atmosferą, którą niewątpliwie ma w sobie czas letniego wypoczynku. Ale też Ripostą! Redakcja gazety postanowiła stworzyć dla Was wydanie wakacyjne, by dotrzymać już dwukrotnie serwowanej porcji wiedzy, opinii i porad w tym roku. Jesteśmy przekonani, że kombinacja nauki, refleksji i geopolityki przypadnie Czytelnikom do gustu.

Wszystkie treści są podane w nowej, ulepszonej szacie graficznej. Zapraszamy ponadto do publikacji, także okazjonalnie, treści w tym czasopiśmie. Także podczas wakacji, gdy koleje losu zaprowadzą was do ciekawego miejsca piszcie na maila gazetariposta@gmail.com i publikujcie relację, artykuł czy felieton.

Błogosławionych, ciekawy i pełnych wrażeń wakacji!
Do września! (Ale cały czas online)

Redakcja Riposty



SPIS TREŚCI

Od redakcji	3
Dlaczego boimy się ciszy?	4
Lody drożeją	7
W szkole... tracimy czas!	8
Ukraina – jest źle	12
Konkurs	14
Poezja	15

 gazeta.riposta@gmail.com

 riposta.eu

 [gazetariposta](https://www.instagram.com/gazetariposta)

 [gazetariposta](https://www.facebook.com/gazetariposta)

riposta.eu



instagram



facebook



Nie ma dziś ucieczki od dźwięku. Płynie z telefonów nieznajomych w autobusie, słyszymy ją w sklepach, zagłusza ciszę domowych wieczorów. Większość z nas nie wyobraża sobie dnia bez muzyki. Włączamy ją odruchowo — żeby zabić ciszę, poprawić nastrój, dodać energii albo uciec od świata. A jednak mało kto zadaje sobie pytanie, co te niekończące się playlisty robią z naszym umysłem. Czy dźwięki, które nas podnoszą na duchu, nie mają również drugiego, mniej oczywistego oblicza?

Muzyka – boska moc czy cicha pułapka?

Badania podkreślają, że słuchanie ulubionych utworów może obniżyć poziom lęku i stresu, złagodzić ból, poprawić nastrój i jakość snu. Aktywuje ona wiele obszarów mózgu – od płata skroniowego po układ limbiczny, wpływając na emocje, pamięć i motywację. Różne gatunki muzyczne wpływają na nas w inny sposób np. spokojna muzyka klasyczna pomaga się wyciszyć i skupić, a pop często dodaje pozytywnej energii. W zdrowych dawkach muzykoterapia potrafi naprawdę pomóc. Choć zwykliśmy dostrzegać przede wszystkim jej pozytywne działanie, warto zastanowić się, czy tak silny jej wpływ nie niesie ze sobą także pewnych zagrożeń.

Kiedy muzyka może szkodzić?

Warto wiedzieć, że nadmiar muzyki i nieustanne bombardowanie mózgu bodźcami dźwiękowymi może negatywnie wpływać na codzienne funkcjonowanie. Każdy przyjemny dla nas dźwięk nagradzany jest wyrzutem dopaminy, czyli neuroprzekaźnika i hormonu, który odgrywa kluczową rolę w regulacji wielu procesów w organizmie, w tym nastroju, motywacji, przyjemności, a także koordynacji ruchowej. Jego

Dlaczego boimy się ciszy?

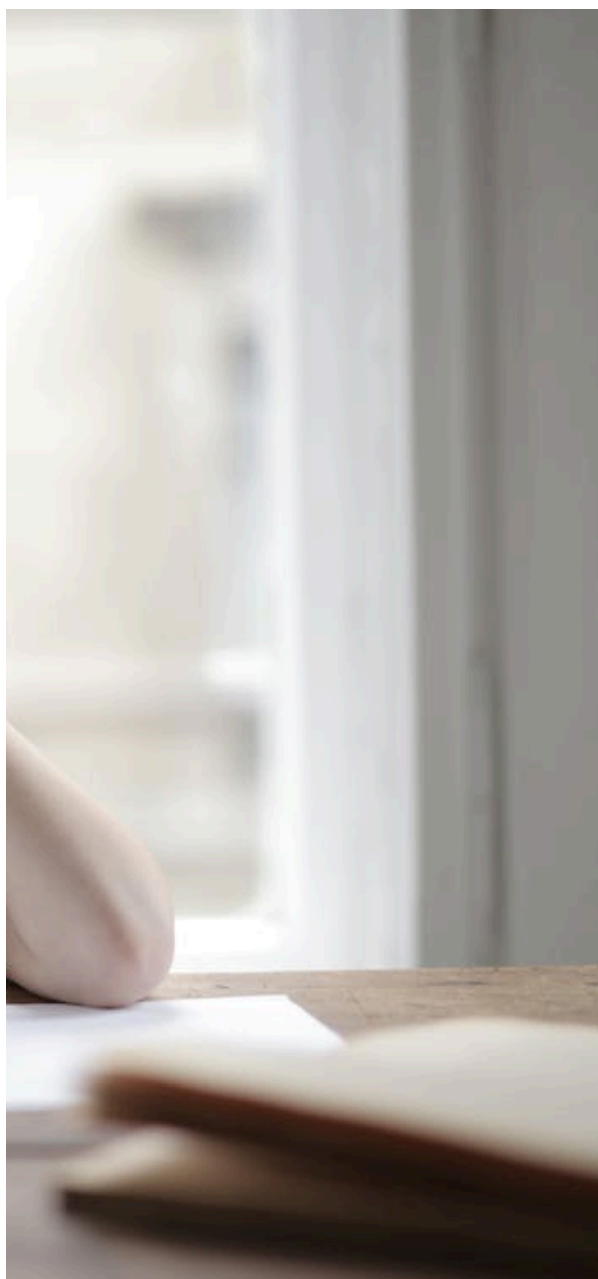


wydzielanie obserwuje się, gdy człowiek robi coś, co sprawia, że odczuwa szczęście. Sytuacja, w której mamy do czynienia z bardzo częstym wzrostem poziomu dopaminy w organizmie, prowadzić może do swoistego uzależnienia od „muzycznego haju”. Częste obcowanie z muzyką może nasilać poszukiwanie ciągłych, silnych wrażeń, tak samo jak w uzależnieniach od innych dopaminowych „bodźców” np. mediów społecznościowych czy gier.

Nauka przy muzyce

W praktyce bardzo często słuchanie muzyki objawia się to m.in. notorycznym rozproszeniem uwagi. Badania wykazały, że słuchanie muzyki, zarówno z tekstem, jak i instrumentalnej, obniża sprawność pamięci roboczej* i koncentrację. Wystarczy, że bodziec dźwiękowy ma zmienną akustykę, a wyniki w zadaniach związanych z

zapamiętywaniem spadają. Podobnie czytanie czy nauka przy dźwiękach piosenek (zwłaszcza z wyraźnym tekstem) istotnie obniża zrozumienie i zapamiętywanie materiału. W rezultacie możemy pogarszać wyniki w nauce, opóźniać się w wykonywaniu zadań i cierpieć na permanentne roztargnienie. Mimo wszystko, wielu z nas sięga po jakikolwiek odtwarzacz muzyki, gdy mamy się uczyć. To dlatego, że sztuczne wywoływanie wyrzutów hormonu szczęścia, o którym była wcześniej mowa, pomaga nam się jakoś „zmusić” do wykonania nieprzyjemnego obowiązku. Warto, jednak spróbować innych sposobów umiłania sobie tego czasu, ponieważ zauważymy wtedy wzrost szybkości i efektywności przyswajania wiedzy. Może to być lo-fi (nie każda muzyka rozprasza tak samo — lo-fi, ambient albo powtarzalne, nieskomplikowane motywy dźwiękowe mogą mniej przeszkadzać niż inne, dlatego przy



dużym przyzwyczajeniu / uzależnieniu od słuchania muzyki do nauki może być to pomocne, jednak jeżeli jest to możliwe, warto unikać w tle, dźwięki kawiarni czy wspólna sesja nauki online z kimś znajomym. Kluczem jest znalezienie takiego „towarzysza nauki”, który nie będzie konkurował z materiałem, a jedynie trochę umili czas. Dla wielu osób to właśnie te zamienniki stają się kompromisem między przyjemnością a efektywnością.

Upośledzenie kreatywności

Choć wielu ludzi deklaruje, że muzyka pomaga im kreatywnie pracować, nauka dowodzi czegoś odwrotnego. Badania nad kreatywnością [m.in. Threadgold, Marsh, McLatchie, & Ball, 2019] wykazały, że udział muzyki w tle obniża zdolność do twórczego łączenia myśli rodzących się w naszej głowie. Co więcej, efekt ten pojawia się niezależnie od tego, czy

muzyka jest znana, nieznana, czy nawet pozbawiona słów — kluczowe okazują się zmiany dźwięków w czasie, które mimowolnie angażują naszą pamięć roboczą. W serii eksperymentów uczestnicy rozwiązywali tzw. zadania CRAT (Compound Remote Associates Task), polegające na łączeniu słów w nieoczywiste skojarzenia. Wyniki pokazały, że muzyka, nawet jeśli podnosiła nastrój, utrudniała wykonywanie tych zadań. Najlepszym środowiskiem do pracy intelektualnej i twórczej pozostaje zatem cisza lub subtelne, monotonne odgłosy otoczenia, które nie angażują naszej uwagi.

Psychika i emocje

Muzyka oddziałuje także niezwykle silnie na sferę emocji. W dobrych momentach może utwierdzać pozytywne nastroje, ale w złych – pogłębiać negatywne. Psycholodzy ostrzegają przed nawykiem sięgania po smutne kawałki w smutnych momentach. Zamiast pomóc, mogą one utrwaląć dany stan i zaogniać objawy depresji czy lęku. Słuchanie piosenki oddającej nasze aktualne emocje może je „nakręcać”. Osoby z objawami depresji często sięgają po muzykę odzwierciedlającą ich aktualny nastrój. Zjawisko to nazywane jest ruminacją — czyli powtarzającym się, uporczywym rozmyślaniem o trudnych doświadczeniach i emocjach. Muzyka, zamiast działać oczyszczająco, staje się wtedy tłem

*Zachowanie
balansu między
chwilami z muzyką
a milczeniem i
innymi
aktywnościami
pomaga zachować
skupienie i
zdrowie.*

dla pogłębiających się stanów przygnębienia. Niektóre gatunki muzyczne, takie jak dark ambient, doom metal czy melancholijne ballady, poprzez teksty i atmosferę mogą wzmacniać poczucie izolacji, beznadziei czy rezygnacji. Osoby w depresji mogą nieświadomie wybierać takie utwory, które potwierdzają ich negatywne przekonania na temat siebie i świata, przez co trudniej im przełamać destrukcyjne schematy myślenia. Choć muzyka może być pomocnym narzędziem w leczeniu, nie każda przynosi ukojenie i poprawę nastroju.

Kształtowanie wartości i zachowania człowieka.

Współczesne obserwacje potwierdzają, że słowa i przekaz utworów mają znaczenie. Nawet jeżeli nie znamy tekstu, melodia i rytm i tak wpływają na nastrój. Innymi słowy, brak zrozumienia tekstu nie powoduje obojętności na jego emocjonalny przekaz – melodia sama potrafi wzbudzać wspomnienia czy uczucia. Zarówno treść, jak i atmosfera muzyki mogą nieść podświadome wskazówki moralne. Dlatego warto wybierać świadomie słuchane utwory, bo nawet nieznany tekst, dzięki melodii, może nas nastrajać na sposób zgodny z jego tonacją i rytmem. Zauważono również, że preferencje muzyczne kształtują się wraz z tożsamością nastolatków i potrafią odzwierciedlać ryzykowne postawy. Pewne gatunki muzyki (zwłaszcza z tekstami promującymi przemoc, narkotyki czy alkohol) okazały się współwystępować z impulsywnością czy skłonnością do ryzykownych zachowań. Na przykład słuchanie utworów promujących używanie alkoholu podnosiło u badanych poziom chęci sięgnięcia po alkohol, a agresywne teksty często towarzyszyły postawom antyspołecznym.

Niepokojące jest to, że współczesna muzyka popularna często zawiera treści promujące przemoc, rozwiązłość seksualną, konsumpcjonizm, nihilizm lub wręcz otwarte odrzucenie wartości duchowych. Nawet jeśli nie zwracamy uwagi na słowa, podświadomość rejestruje przekaz i może on wpływać na nasze postawy i decyzje życiowe. Dodatkowo wiele osób, szczególnie młodych, utożsamia się z idolami muzycznymi, przejmując ich styl życia i poglądy, które nie zawsze są zgodne z zakorzenionymi w człowieku dobrymi wartościami moralnymi czy duchowymi. Niektóre gatunki muzyczne i utwory są konstruowane tak, by oddziaływać na naszą psychikę w sposób transowy. Stały, jednostajny rytm, niskie częstotliwości basowe, powtarzalne frazy tekstowe – to elementy wykorzystywane zarówno w starożytnych rytuałach pogańskich, jak i we współczesnych klubach czy na koncertach. Efektem jest obniżona kontrola nad emocjami, zahamowanie krytycznego myślenia i otwartość na każdy przekaz, jaki dostarcza dźwięk.

Kiedy i jak ograniczyć słuchanie?

Jeśli muzyka zaczyna być jedynym sposobem na poprawę nastroju, a trudnym zadaniem jest przestanie słuchania, czujemy „pustkę” bez słuchawek, zauważamy, że zaniedbujemy naukę, pracę czy relacje z bliskimi, pojawia się ból uszu czy permanentny szum, to znak, że warto zwolnić. Można zastosować parę sposobów na uregulowanie swojej relacji z muzyką:

- 1) Wyznaczać ciszę w ciągu dnia, planować okresy bez muzyki.
- 2) Słuchać natury - podczas spacerów lub relaksu wyłączyć playlistę. Postarać się wsłuchać w odgłosy otoczenia – śpiew ptaków, szum drzew czy wiatr.
- 3) Zmieniać aktywności, przerwać muzyczny maraton innymi formami rozrywki. Kontakt z ludźmi i innymi bodźcami obniża potrzebę stymulacji samą muzyką.
- 4) Wypróbować nowe gatunki – jazzowe i ambientowe kompozycje lub dźwięki natury często sprzyjają wyciszeniu i skupieniu. Jeśli się uczymy lub pracujemy, możemy wypróbować tzw. lo-fi lub delikatne instrumentale (są dosyć nieinwazyjne i poprawiają koncentrację).

Warto pamiętać, że muzyka powinna wzbogacać życie, a nie nim rządzić. Umiarkowany, świadomy kontakt z dźwiękami pozwala czerpać z niego korzyści - motywację, ukojenie czy po prostu rozrywkę, bez negatywnych skutków. Zachowanie balansu między chwilami z muzyką a milczeniem i innymi aktywnościami pomaga zachować skupienie i zdrowie. Dzięki temu można żyć w zgodzie ze sobą i otoczeniem.

Róża Figiel

Warto pamiętać, że muzyka powinna wzbogacać życie, a nie nim rządzić. Umiarkowany, świadomy kontakt z dźwiękami pozwala czerpać z niego korzyści - motywację, ukojenie czy po prostu rozrywkę, bez negatywnych skutków.

© Wszelkie prawa zastrzeżone



Globalne ocieplenie istnieje, ma się dobrze, a widzimy to po... lodach?

Spektakularny wzrost

Lody to niewątpliwie produkt nierozdzielnie związany z letnim wypoczynkiem. Oczywiście nie tylko letni, gdyż wielu śmiazków kupuje ten przysmak nawet przy mniej sprzyjających warunkach niż te panujące w ostatni tydzień czerwca za oknami. Nie wpływa to jednak na tą odwieczną (budowaną od wczesnego dzieciństwa, najpierw na samych rożkach, potem sorbetach aż w wieku 3 lat na całej gamie smaków) korelację między ciepłą porą roku a lodami. Ale... One są drogie! Jeżeli porównamy ceny sprzed kilku lat (na przykład rok 2017) względem tych dzisiejszych, to dojdziemy do wniosku, że ten krytycznie ważny towar podrożał z 3.50 zł do 7.51 zł za gałkę, czyli o 114,6%! Inflacja straszliwa, nawet przy zestawieniu z i tak przerażającym wskaźnikiem spadku wartości nabywczej pieniądza w omawianym okresie, który wyniósł 58%.

Ekonomiczne wyjaśnienie

W ekonomii, podobno, nic nie dzieje się bez przyczyny. A przyczyną wzrostu cen lodów są... Zmiany klimatyczne! Średnia temperatura staje się coraz większa, żar zaczyna doskwierać nam coraz mocniej, a więc krzywa popytu mrożonego mleka z dodatkami przesuwana się. W konsekwencji zmienia się punkt równowagi rynkowej i okazuje się, że... lody są droższe. Cały mechanizm działa dzięki temu, że ten produkt, tworzony przez konglomerat krów i ludzi, jest dobrem nieelastycznym cenowo. Lody bowiem nie mają produktów substytucyjnych (tzn. mają i są to zwyczajowo gofry, ale mówimy o warunkach wzrostu temperatury,



więc gofry owszem, ale tylko nad Bałtykiem. Jednak wszędzie, gdzie temperatura przekracza umowną wartość uczucia duszności pomimo krótkiego rękawa, czyli nie nad Bałtykiem, gofry nie mogą substytuować lodów).

Hejterzy, którzy niewątpliwie się odezwą, zauważą, że przeciętna pensja jednak także wzrosła powyżej wartości inflacji. W 2017 roku średnie wynagrodzenie wynosiło 4271 zł i wzrosło o 90,4% do 8133 zł dzisiaj. Ale i tak realna siła nabywcza spadła o 11.3%.

Dlatego splotniemy

Owy proces udowadniania jest dwustronny. Z faktu drożenia lodów ponad średnią miarę wynika, że planeta płonie. Albo do tego zmierza prostą drogą. (Cieszę się, że mogłem pomóc tym wszystkim wielkim naukowcom i zainteresowanym naszą Ziemią, upewniając o naszych, nomen omen, opałach.)

Klucz uniwersalny

Wracając ze świata do kraju chyba należałoby, idąc w duchu rewolucyjnych odkryć,

zapropionować rządzącym remedium na te problemy. Czyli... Bon na 7 gałek lodów (taka liczba po zaokrągleniu wyszła z moich obliczeń, w których założyłem że spożywamy około 30 gałek za czas wakacji i 15 gałek w okresie między majem a lipcem, oraz 15 między sierpniem a październikiem) pozwoli skompensować straty ponoszone przez niczego nieświadomych o przybliżającej się zagładzie obywateli. Przecież takie rozwiązanie jest kluczem, do pałacu prezydenckiego (a nawet wszystkich pięciu), Sejmu (razem z restauracją sejmową i hotelem sejmowym) oraz Kancelarii Prezesa Rady Ministrów (nawet pomijając Sejm). W sensie klucz uniwersalny, z którym każde drzwi w polityce stoją otworem.

Kwestia jeszcze bardziej kluczowa

W porównaniu do reszty publikacji wniesie największą wartość do życia czytelników. Które lepsze; czekoladowe czy truskawkowe? Żartuję (że żartuję). Byłoby to zbyt cringowe zakończenie. Trzymajcie się ciepło, albo raczej w tym cieple Kochani. Miłych wakacji.

W normalnych warunkach uczeń liceum ogólnokształcącego spędza około 34 godziny tygodniowo w budynku szkoły. Czy to dużo? Okazuje się, że zdecydowanie – jest to aż 20 procent z siedmiu dni! A pamiętajmy jeszcze o konieczności snu, jedzenia, transportu i wreszcie samej nauki w domu. Wtedy okazuje się, że szkoła zabiera nam naprawdę większość czasu. Ale czy to oznacza, że jest to czas zmarnowany? W wielu przypadkach można stwierdzić, że tak. Ten artykuł ma być kontrowersyjny.

Jak to jest z tą edukacją?

Naród, który nie ma własnej oświaty, kultury, nauki, sztuki – jest narodem podbitym. Chyba każdy słyszał kiedyś zdanie podobne do tej sentencji Ignacego Jana Paderewskiego. I chyba mało kto się z tym zdaniem nie zgodzi. A jednak... wiele wskaźników pokazuje, że rzeczywistość nie odzwierciedla przekonań. W 2024 średni wynik matury z języka polskiego na poziomie rozszerzonym wyniósł jedynie 42%, a z matematyki rozszerzonej (sic!) 33%. Na poziomie podstawowym ze zrozumiałych powodów rezultaty te były wyższe – wynosiły odpowiednio 61% i 63%. Ale nie jest to aż taki powód do dumy – nie zapominajmy, że podstawowe matury sprawdzają wiedzę powszechną, którą powinien mieć każdy Polak po ukończeniu szkoły średniej. A okazuje się, że nie tylko egzaminy dojrzałości wskazują na spadający poziom wykształcenia obywateli III RP. Według PISA, czyli międzynarodowego badania, które porównuje umiejętności uczniów po 15 roku życia z różnych krajów (głównie w kontekście czytania, matematyki i nauk przyrodniczych), polscy uczniowie osiągają wyniki powyżej średniej, ale są one niższe niż w poprzednich edycjach. MEN (Ministerstwo Edukacji Narodowej)

W szkole...

...marnujemy czas!

zauważa ponadto, że rośnie odsetek uczniów na niższym poziomie kompetencji („Z liderów staliśmy się średniakami”). W końcu, zaledwie 47% polskich uczniów deklaruje, że w szkole nauczyli się oceniać wiarygodność informacji – w Norwegii ten odsetek to 83%.

Tak, najprostszy wniosek jaki płynie z powyższych badań jest taki, że istnieje problem. Teza o marnowaniu czasu w szkole staje się więc jeszcze bardziej wiarygodna. Wydaje mi się, że dla wielu to mógłby być koniec tego artykułu. Przecież nie zmienimy systemu edukacji, nie wpłyniemy na 6,7 miliona Polaków pobierających nauki, prawda? A jednak. Do tego tematu można podejść trochę inaczej.

Szkoła jest zła?

Przeglądając profile czołowych krytyków współczesnej szkoły w mediach społecznościowych, możemy spotkać się z kilkoma głównymi zarzutami wobec obecnego systemu edukacji. Po pierwsze według wielu uczniów większość prezentowanej w bardzo teoretyczny sposób wiedzy nie jest przydatna w realnym życiu. Ogólnie rzecz biorąc, trudno zanegować to twierdzenie. Może się wydawać, że właściciel firmy produkującej batony nigdy nie użyje w swojej pracy funkcji kwadratowej, a tym bardziej informacji o bitwie pod Chocimiem z 1621 roku. A jednak okazuje się, że analizując zachowanie rynku czy popytu i podaży musi korzystać z różnych wskaźników, których zrozumienie, a co za tym idzie podejmowanie korzystnych decyzji, bez podstawowej wiedzy matematycznej jest wręcz niemożliwe. A nawet pomijając ten fakt, można dojść do wniosku, że to nie przyswojenie wiedzy jest jedynym celem nauki. Wbrew pozorom, to właśnie między innymi

dzięki szkole przyszedł prezes zdobywa mądrość, doświadczenie a także zdolności: organizowania czasu, szybkiego przyswajania danych, skupienia, radzenia sobie z sytuacjami stresującymi, współpracy, komunikacji... Przykładów można znaleźć naprawdę dużo więcej. A są to jak najbardziej praktyczne umiejętności. Dzięki temu, że w młodych latach ktoś rozważał przyczyny i skutki pewnego zdarzenia historycznego, nawet jeżeli nie pamięta obecnie jego dat i dokładnego przebiegu, to została w nim mądrość i doświadczenie. Ma możliwość nauczania się na cudzych błędach i sukcesach i samemu podjąć prawidłowe decyzje. A na zdobycie doświadczenia w zawodzie przyjdzie jeszcze czas. Natomiast dzięki podstawowej wiedzy będzie mogło to nastąpić dużo sprawniej i zdecydowanie lepiej!

To nie koniec wad

Inną wykazywaną przez uczniów wadą polskich szkół jest to, że „program nauczania jest przeładowany”, a przeciętny uczeń nie jest w stanie zapamiętać wszystkiego. Jakby nie patrzeć, znowu nie da się w pełni nie zgodzić z tym twierdzeniem. Według badań większość zdobytych przez nas w szkole informacji, o ile ich nie będziemy regularnie odświeżać, rzeczywiście zostanie zapomniana. Ale czy naprawdę konieczne jest przechowywanie wszystkich faktów, o których usłyszeliśmy? W końcu nawet to, że nigdy już nie wyrecytujemy „Do młodych” Adama Asnyka nie oznacza, iż nauka tego wiersza jest bezużyteczna. Przede wszystkim, jak to już zostało pokazane w poprzednim akapicie, to właśnie dzięki niej zdobywamy inne niezwykle ważne umiejętności i cechy, na przykład ćwiczymy pamięć. Jednocześnie część przyswojonej wiedzy (im lepsze

mamy techniki uczenia tym więcej) jednak zostaje w naszych głowach. Szczególnie jeżeli uczymy się czegoś co nas interesuje. A więc dużo zależy od naszego podejścia. No i wreszcie dzięki liczbie przedstawianych nam w szkole danych zyskujemy obeznanie w wielu dziedzinach, czyli erudycję. Chyba nie ma osoby, która nie zgodziłaby się, nawet jeżeli nie dostrzega jej głębszego sensu, że umożliwia ona odnalezienie się w każdej rozmowie i wzbudza szacunek innych wobec mówcy.

A co, jeżeli coś czego musimy się uczyć jednak nas nie interesuje? W końcu w poprzednim akapicie zostało zauważone, że jeżeli odkrywanie czegoś sprawia nam przyjemność, to łatwiej to przyswajamy. Znowu, warto mieć szerszy pogląd na cel nauki. Nikt nie jest w stanie przewidzieć co mu się przyda w życiu. A na pewno dzięki kontaktowi z wiedzą sprawiającą nam trudność zdobywamy inne zdolności (tak, już było to dwukrotnie poruszane). Jednocześnie, według badań, ludzki umysł dużo lepiej zapamiętuje rzeczy, których przyswojenie sprawiło człowiekowi kłopoty. W końcu, jeżeli rzeczywiście chce się poznać świat i zrozumieć zachodzące w nim zjawiska, to w jakimś stopniu można zainteresować się każdym tematem. Często możemy odrzucać jakąś dziedzinę w żaden sposób jej nie poznając. A czasem warto spróbować! Nie mówię, że trzeba uczyć się wszystkiego z równym zapamiętaniem. Rzeczywiście są przedmioty, do których nie trzeba przykładąć dużej wagi i jest to zależne od osoby. Jednakże przed podjęciem takiej oceny warto się zastanowić nad zyskami i stratami, a także pamiętać, że nie można zamykać się jedynie na kilka przedmiotów wiodących. Rozwój powinien być wszechstronny. ➤

Dla wielu chyba ostatnia z głównych szeroko rozumianych wad szkoły, to często zły sposób przekazywania wiedzy. W rzeczy samej, w wielu przypadkach stopień przyswajania wiedzy jest zależny od nauczyciela i zdążają się sytuacje, w których nie pełni on odpowiedzialnie roli mistrza. Wtedy rzeczywiście trzeba szukać innych rozwiązań. Ale aby wystawić tak trudną ocenę, warto głębiej przeanalizować sytuację.

Przez powyższą analizę trudności związanych z przyswajaniem wiedzy w szkole nie mam na celu bronić systemu edukacji, który na pewno ma swoje wady. Nie jest moim celem również sama jego krytyka. Oczywiście wydaje się bowiem fakt, że uczeń liceum nie ma znaczącego wpływu na funkcjonowanie systemu edukacji. Jednakże to nie oznacza, że nie powinien się uczyć! Wiele z poruszonych problemów można zminimalizować swoim własnym podejściem do tematu. Małymi zmianami własnych nawyków, wizji nauki, można sprawić, że stanie się ona prostsza i przyjemniejsza, a my przestaniemy marnować czas w szkole (to jest oczywiście metafora, nie należy zapominać o bardzo znaczących wartościach płynących z utrzymywania znajomości i życia społecznego możliwym dzięki szkole).

I co dalej?

Wszystko brzmi pięknie i bezproblemowo, ale jak to przełożyć na praktykę? Każdy ma swoje sposoby na naukę, jednakże warto zawsze poznawać inne punkty widzenia i być otwartym na poprawki. Zawsze bowiem może nadarzyć się okazja do stworzenia ulepszonej wersji systemu.

Cel

Chyba podstawowym sposobem, który może być dla wielu osób pomocny w łatwiejszym i szybszym przyswajaniu wiedzy jest jasne określenie celu. Dużo łatwiej jest przecież biec wiedząc, że ma się przed sobą 5 kilometrów, gdyż można odpowiednio rozłożyć siły, niż biec sprintując za każdym razem do następnego zakrętu, bez świadomości dystansu, przez to tracąc siły i tempo. Warto mieć więc większą wizję tego, co się robi. Kiedy spyta się murarza co robi, ten zapewne znudzony odpowie, że układa cegły jedna na drugiej. Ale jeżeli jest to murarz z szerszym spojrzeniem, to pełen życia może odpowiedzieć, że buduje chociażby szpital, który będzie służyć innym ludziom! Jeżeli ucząc się nudnej biologii (może to być oczywiście też matematyka, chemia czy historia) ma się z tyłu głowy to, że może ona się przydać w przyszłości nawet w przypadku wizyty u lekarza, powinno być łatwiej.

Plan dnia

Wbrew pozorom można uczyć się więcej, a poświęcać na to zdecydowanie mniej czasu. Jak? Przede wszystkim dzięki odpowiedniemu rozplanowaniu dnia. W szkole często można się przytapać na lekcji na umieraniu z nudy. Czasem trzeba, to prawda. Ale w wielu sytuacjach, można ten czas wykorzystać na przeglądnięcie tematu lekcji w podręczniku czy odrobinę większym skupieniu na nauczycielu. Później, w domu przed sprawdzianem nie będzie się uczyło działu pierwszy raz, a jedynie przypominało już poznane fakty. Zaoszczędzone minuty można wykorzystać chociażby na spędzenie czasu ze znajomymi. Dzięki dostrzeganiu małych sukcesów, można uniknąć godzin w skali roku nieprzyjemnej nauki w domu!

Pora nauki

Poza szkołą stworzenie ramowego planu również w wielu przypadkach ułatwia mobilizację, a także zadbanie o resztę ważnych elementów życia. Nie można zapominać o życiu towarzyskim, rodzinie czy odpoczynku. Czasem może się zdarzać, że mamy na następny dzień dużo pracy do wykonania i całe popołudnie i wieczór spędzamy na zmianę na pracy i pobieżnym przeglądaniu internetu. Ostatecznie ani zadań





nie wykonamy tak dokładnie jak to konieczne, a „odpoczynek” nie będzie tak przyjemny i owocny. Ale gdy się siądzie do roboty w ściśle określonych godzinach (oczywiście z zaplanowanymi krótkimi przerwami) to można uniknąć rozproszeń i sprawnie przebrnąć przez pracę, zostawiając odpowiedni czas na książkę czy messenger. Całe szczęście wiedza przychodzi nam na pomoc. Koncentracja i zdolność do nauki u człowieka jest zależna od pory dnia (a jak się okazuje także pory roku, szerokości geograficznej i wielu innych czynników!). Według badań ludzie są najlepiej skupieni w godzinach porannych (czyli w szkole), potem w okolicach pory obiadowej następuje spadek chęci do pracy po to, żeby powrócić do mobilizacji około godziny 17. Po godzinie 20 przyjmuje się, że organizm powinien przygotowywać się do snu, a co za tym idzie próby pracy umysłowej są znacznie mniej wydajne. Dzięki dostosowaniu rozkładu zajęć do tej zależności, można, nie dość, że zaoszczędzić czas na szukanie mobilizacji i koncentrowanie się, to jeszcze wygospodarować chwilę na rower lub spotkanie w galerii. Oczywiście należy pamiętać, że przedstawione godziny nie są regułą i wiele zależy od indywidualnych cech, a plan nie musi być zawsze ściśle przestrzegany. Warto jednak próbować!

Ogólny okres nauki można dostosowywać do osoby, dnia i ilości materiału. Jednak już po określeniu odpowiedniego momentu na rozpoczęcie danego zadania, warto wyznaczyć też konkretny przedział czasu, jaki zamierza się na nie poświęcić. Jednocześnie ważne jest wyeliminowanie rozpraszaczy – wyniesienie telefonu na korytarz, wyłączenie muzyki. Może się to wydawać radykalne, ale pozwala zyskać siły, nastrój i czas, żeby lepiej je wykorzystać później. Jednocześnie w wielu przypadkach określanie małych deadline’ów i celów do zrealizowania na daną partię pracy może stanowić wystarczającą motywację.

Sen

W końcu według wielu naukowców oprócz określenia celów nauki, rozplanowania czasu na odpoczynek i naukę w skupieniu oraz wyeliminowaniu rozpraszaczy bardzo ważnym czynnikiem wspomagającym przyswajanie wiedzy jest sen. To właśnie podczas tej fazy dnia organizm porządkuje zdobyte informacje i przygotowuje się na bycie skupionym. Okazuje się również, że powiedzenie „sen przed północą liczy się dwa razy” jest uzasadnione naukowo i naprawdę jest korzystny, szczególnie w młodym wieku. Zapewnienie odpowiedniej ilości i jakości snu procentuje nie tylko w wynikach, ale i w samopoczuciu.

Sukcesy w małych sprawach

Duże zmiany w podejściu do nauki nie są łatwe, to naturalne. Nie mówię także, że jestem specjalistą i wszystkie przedstawione zasady trzeba wprowadzać w życie, jest to wręcz niemożliwe. Warto jednak patrzeć pozytywnie, być cierpliwym i wierzyć w to, co się robi. Te rozważania mają próbować sprowokować do myślenia, zastanowienia się nad tematem zdobywania wiedzy i mądrości. Mimo tego, że rok szkolny właśnie się skończył, jest to świetny czas do rozważenia na zimno minionych dni i być może wprowadzenia niewielkich poprawek za dwa miesiące.

Były burmistrz Nowego Jorku Rudolph W. Giuliani, mistrz w zarządzaniu, mówił, że należy zaczynać od sukcesów w małych sprawach. Warto choć w pewnym stopniu dobrze wykorzystać czas, który z przymusu prawa musimy poświęcać na spędzanie w szkole, bo to na pewno kiedyś zaowocuje, nawet jeżeli efekty nie są widoczne na zawołanie. Każdy jest odpowiedzialny cały czas.

Maciej Sokołowski



Ukraina – – jest źle

Już mija 4 rok od rozpoczęcia rosyjskiej inwazji na pełną skalę. Zapewne każdy z nas pamięta moment, kiedy po raz pierwszy usłyszał o niewiarygodnej eskalacji w wykonaniu Władimira Putina. W naszych wspomnieniach, jak i w historii Polski, pozostaną pierwsze dni i tygodnie wojny na długo. Zostaną w chlubnych słowach biorąc pod uwagę wielkoduszną reakcję rządu i, co istotniejsze, ludzi.

Jednak nie trzeba było być ekspertem, żeby zauważyć, że takie poruszenie społeczne nie będzie trwało wiecznie. W dłuższej perspektywie w grę wejdą konkretne konflikty interesów poszczególnych grup i osób. Pojawi się bezpośrednia konkurencja o dostęp do żłobków szkół czy mieszkań, skutecznie eksploatowana przez część opcji politycznych. Natomiast Ukraina w żaden sposób nie przestała odczuwać okropieństw wojny i efektów gibkiej moralności

niektórych przedstawicieli elit politycznych, także rodzimych. Informacje tylko z dnia pisania artykułu; kombinowane ataki dronowo-rakietowe na Kijów oraz inne miasta. W samej stolicy śmierć poniosło 9 osób, w tym 11-letnia dziewczynka, a kolejne 34 odniosło obrażenia.

W tych warunkach wszyscy mają prawo zadać sobie pytanie, kiedy To się skończy. Kiedy Ukraina wróci z Polską do współpracy na

normalnych, partnerskich warunkach. Kiedy Ukraina będzie mogła być odbudowana. Jak będzie wyglądało życie między Bugiem (lub jak niektórzy sugerują Sanem), a Dońcem (lub, znów, Donem) po wojnie. Jest to odpowiedni moment by odpowiedzieć, przynajmniej w części, na te dylematy.

Rozmowy trwają

Sytuacja geopolityczna Ukrainy jest dość skomplikowana. Donald Trump przymusił obie strony do negocjacji, w tureckim mieście Sztambuł w tym roku. Jednak pomimo dwóch tur pertraktacji pokojowych (16 maja i na początku czerwca) nic istotnego z nich nie wynikło. Porozumienia obejmowały jedynie wymianę jeńców (1000 za 1000) oraz przekazanie ciał poległych (6000 za 6000). Rosyjska delegacja składała się z ludzi bardzo niskiego szczebla. Dla przykładu jej szefem był były minister kultury, człowiek nic nie znaczący teraz w polityce krajowej, Władimir Miedinski. Już więc po ekipie negocjatorskiej widać brak woli realnego porozumienia czy podjęcia ważnych decyzji w drodze do zakończenia konfliktu zbrojnego. Ale... dlaczego?

Pokój Rosji nie jest na rękę?

Zgodnie z opiniami ekspertów z Brookings Institution, czy Foreign Affairs [nazwy portali opiniotwórczych, przyp. red.], Rosji po prostu opłaca się kontynuowanie tej wojny. A przynajmniej wydaje się tak „prezydentowi” na Kremlu. To Rosja jest w natarciu, to ona ma ogromne rezerwy zasobów ludzkich. To jej udało się już przełączyć gospodarkę w tryb wojenny, choć funkcjonuje w nim nie bez narastających trudności. Putin twierdzi, że kształtuje się nowa elita Rosji, w postaci bijących się za ojczyznę żołnierzy. Stawia ich w kontrze do

dotychczasowej, leniwej, skorumpowanej i niezdolnej do poświęceń czołówki. Wojna ma po części także charakter redystrybucyjny, gdyż biedniejsi obywatele, często z dalekiego wschodu, widzą w niej możliwość awansu społecznego i wyrwania się z panującej na prowincji biedy, poprzez podpisanie kontraktu z rosyjską armią. Władimir Władimirowicz gloryfikuje weteranów Operacji Specjalnej. Udaje mu się utrzymać pewne poparcie społeczne dla jego działań, gdyż Rosja przedstawia już wojnę w Ukrainie jako walkę nie tylko z samymi „ukraińskimi faszystami”, ale także z całym „zgniłym Zachodem”.

Poza tym, zgodnie z artykułem Lawrence’a D. Freedmana z 18.06.2025r. „Why Putin Still Fights; The Kremlin Will End Its War in Ukraine Only When It Knows That Victory Is Impossible”, w którym analizował sytuację w Ukrainie na łamach Foreign Affairs, dla Putina Ukraina pozostaje kwestią kluczową. „Zapewnienie, że kraj ten nigdy nie stanie się naprawdę niezależny od Rosji, ma ogromne znaczenie dla jego spuścizny” - czytamy. Jest to prawdopodobnie najważniejszy czynnik determinujący jego postawę. Dodatkowo rozejm na aktualnych pozycjach byłby, według „Wowy z Petersburga”, niestabilny i powodowałby dodatkowe obciążenie dla Rosji w postaci utrzymywania wyludnionych i zrujnowanych terenów wschodniej Ukrainy, które udało się zająć. Zakończenie wojny bez osiągnięcia celów politycznych, które z uporem maniaka przywódca Rosji utrzymuje do dziś, czyli między innymi neutralność Ukrainy, mogłoby poszargać jego wizerunek w oczach partnerów. Chiny, Korea Północna, czy Globalne Południe zobaczyłoby jego słabość. NATO poczułoby się śmielsze.

Ustępstwa

Donald Trump już na początku swojej II kadencji zaproponował Rosji bardzo łagodne warunki pokojowe. Zapewnienie o nieprzyjmowaniu Ukrainy do Paktu Północnoatlantyckiego, czy niedawanie gwarancji bezpieczeństwa jednak nie przekonały decydentów rosyjskich.

NATO

Sama kwestia przystąpienia Kijowa do sojuszy obronnych (!) NATO budzi wiele kontrowersji, jednak po latach zapewnień o bezsprzecznym kursie kraju nad Dnieprem do ostatecznej akcesji, pojawiają się znaczące głosy krytyki takiej wizji. W publikacji Charlesa Kupchana z dnia 20.06.2025r. „Close NATO’s Door to Ukraine; Years of Empty Promises Have Not Helped Kyiv or Fostered Peace”, autor krytycznie odnosi się do strategii Sojuszu, polegającej na wiecznie „uchylonych” drzwiach. Wracając do historii Kupchan mówi o jałowym kompromisie wynegocjowanym przez prezydenta Georga W. Busha, na szczycie NATO w Bukareszcie w 2008 r. Miał nim wyjść naprzeciw oczekiwaniom Ukrainy oraz obawom Niemiec czy Francji. Nie przedstawiono jednak wtedy planu wstąpienia, tzw. MAP (Membership Action Plan), co byłoby kluczowym krokiem na rzecz włączenia Ukrainy w struktury Sojuszu. Ekspert twierdzi, że dalsze obiecywanie członkostwa jedynie prowokuje Rosję. Uważa, że pomimo zapewnień Zachodu o jedynie obronnej funkcji NATO, Rosjanie mają prawo się bać, przez wzgląd na umiejscowienie i rozmiary potencjalnego kolejnego bezpośredniego sąsiada z Paktu. Zaś puste obietnice o przyszłości w NATO nie przekładają się w żaden sposób na bezpieczeństwo Kijowa. Uniemożliwiają jedynie realne negocjacje prowadzące do pokoju ➤

i zapewnienia trwałej stabilizacji. Warto nadmienić, że w 2019 roku Ukraina wpisała do Konstytucji dążenie do dołączenia do Sojuszu, stając się pierwszym państwem na świecie, z takim zapisem.

(Nie)szara codzienność

Ukraińcy codziennie doświadczają brutalności rosyjskich taktyk, na „przełamanie” oporu. Trzy zimy upłynęły pod nalotami w infrastrukturę energetyczną, co powodowało czasowe braki prądu. Rosja dobiera cele bardzo niehumanitarnie. Potrafili przecież zbombardować dziecięcy szpital onkologiczny – Ohmadyt. Była to jedyna taka placówka na Ukrainie. Jednak niemal każdej nocy rozbrzmiewają syreny i setki dronów, wraz z dziesiątkami rakiet niszczą zwykłe domy, instytucje publiczne, infrastrukturę energetyczną i w końcu zabijają też

ukraińskich żołnierzy. Braki w Zbrojnych Siłach Ukrainy prowadzą do patologii w systemie poboru. Dodatkowo (a jakże by inaczej!) kwitnie łapówkarstwo. Przekręty polityków to jedno. Tylko w dzień pisania artykułu dowiedzieliśmy się o ucieczce wicepremiera z kraju, zamieszanego w machlojki z wycenianiem ziemi i okradaniem publicznego majątku. O wiele smutniejsza jest kwestia zwykłych ludzi, zmuszonych do płacenia „habariw”, za podstawowe usługi. Sytuacja oczywiście jest bardzo zróżnicowana, wiele zależy od osób, ale nie rzadko słyszy się jak „lekarz” żąda dodatkowych korzyści finansowych z tytułu pomocy.

Problemy z korupcją ciągną się jeszcze od czasów radzieckich i są niewątpliwie największym wyzwaniem państwa (i Narodu), po walce z agresorem.

Sytuacja Ukrainy jest niezwykle trudna. Eksperci pokładają pewne nadzieje, że po „momencie krytycznym” (Putin’s pressure point), do którego Ukraina musi wytrzymać, ta wojna przestanie opłacać się Moskwie, co pozwoli na zawarcie pokoju. Nikt jednak nie może ręczyć kiedy skończy się ta tragedia milionów ludzi. Pozostaje nadzieja. Nadzieja na lepsze jutro. Ona umiera ostatnia, jednak w interesie całego Zachodu jest wolna i prosperująca Ukraina, więc życzymy tej nadziei raczej szybkiego spełnienia, niż kolejnych mileniów pożycia.

Tadeusz Gwozdecki

Jest jeszcze ogrom spraw, których nie zdołałem poruszyć na łamach III (albo nawet i V) wydania Riposty, a które na pewną wymagają głębszej analizy. Niniejszy artykuł możecie Państwo potraktować jako zapowiedź dłuższej serii.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

UWAGA!!!

KONKURS

wakacyjny

RIPOSTA



Zrób zdjęcie jak
czytasz **RIPOSTĘ**
w *oryginalnym*
miejscu!!!

Do wygrania gadżet od redakcji!

Na zdjęcia przesyłane na adres gazety: gazetariposta@gmail.com czekamy do 23 sierpnia

Franciszek Boraczewski

Zagadka

Kurz, żar, duchota i ciało znużone...
Cierpkie wędrówki czerwcowej owoce;
Dni nazbyt palne, a zbyt mroźne noce
I bzyk owadów w cieniu polnej drogi.
Promienie słońca wiją skier-koronę,
Kołysząc myśli i w sen kładnąc trwogi.

Pada myśl drętwa w odmęty pszenicy,
Błądzi upojna w wonnej wyki zwojach,
Patrzy się w słońcu, w jasnych kąpie zdrojach
I coraz głębiej w niebyt się osuwa...
Tak dalej, dalej płynie tok krynicy,
Gdy coraz niżej głąb skalną rozpruwa.

Szedłem tak wczora, a umysł spał we mnie.
Wtem wśród dzikiego stanąłem rozstają:
Dziwnie się prosty trakt dawniej rozstraja
I dziwna stoi ruina kaplicy...
Dziwnie się dzieje, gdy się umysł zdrzemnie,
Gdy baśń i łuda zbędą się przyłbicy.

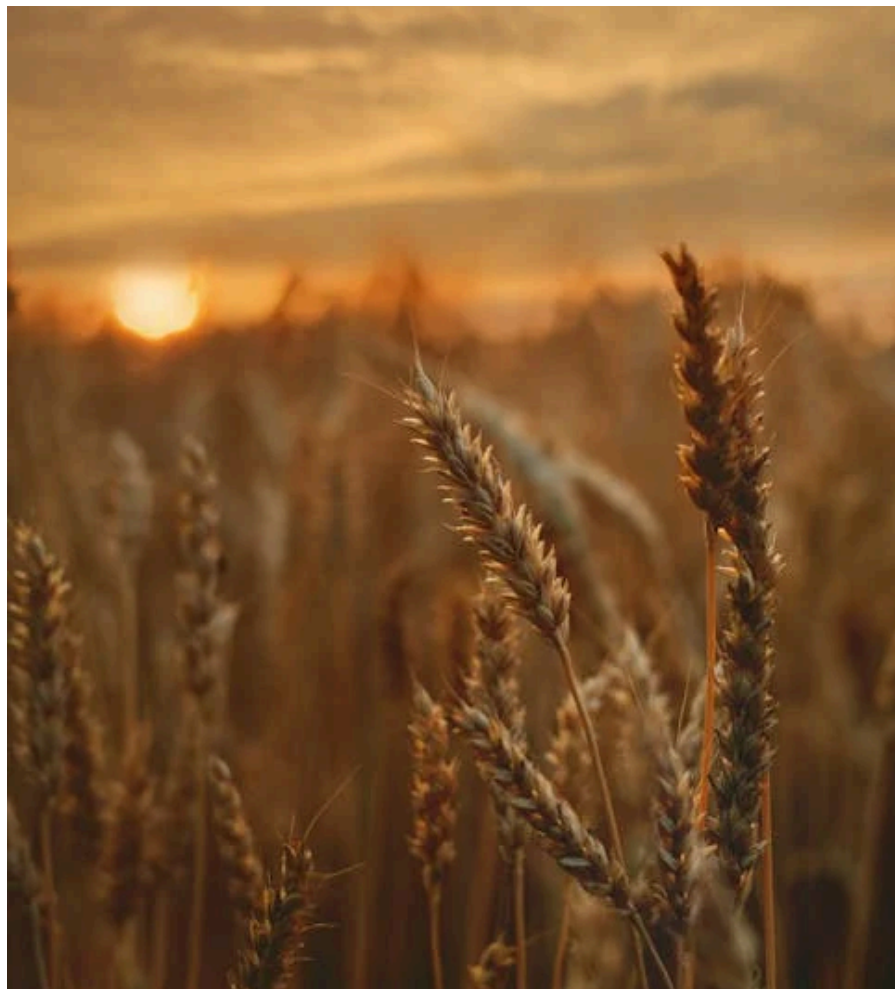
Na drodze lewej wciąż pyszną się kwiaty:
Chabry, stokrotki, jaśminy i róże-
W błękicie, w bieli, w królewskiej purpurze...
I napis stoi na przedprożu drogi:
„Z czasem zbleść muszą niegdyś barwne światy,
Iść wprzód potrzeba i nowe mieć bogi.”

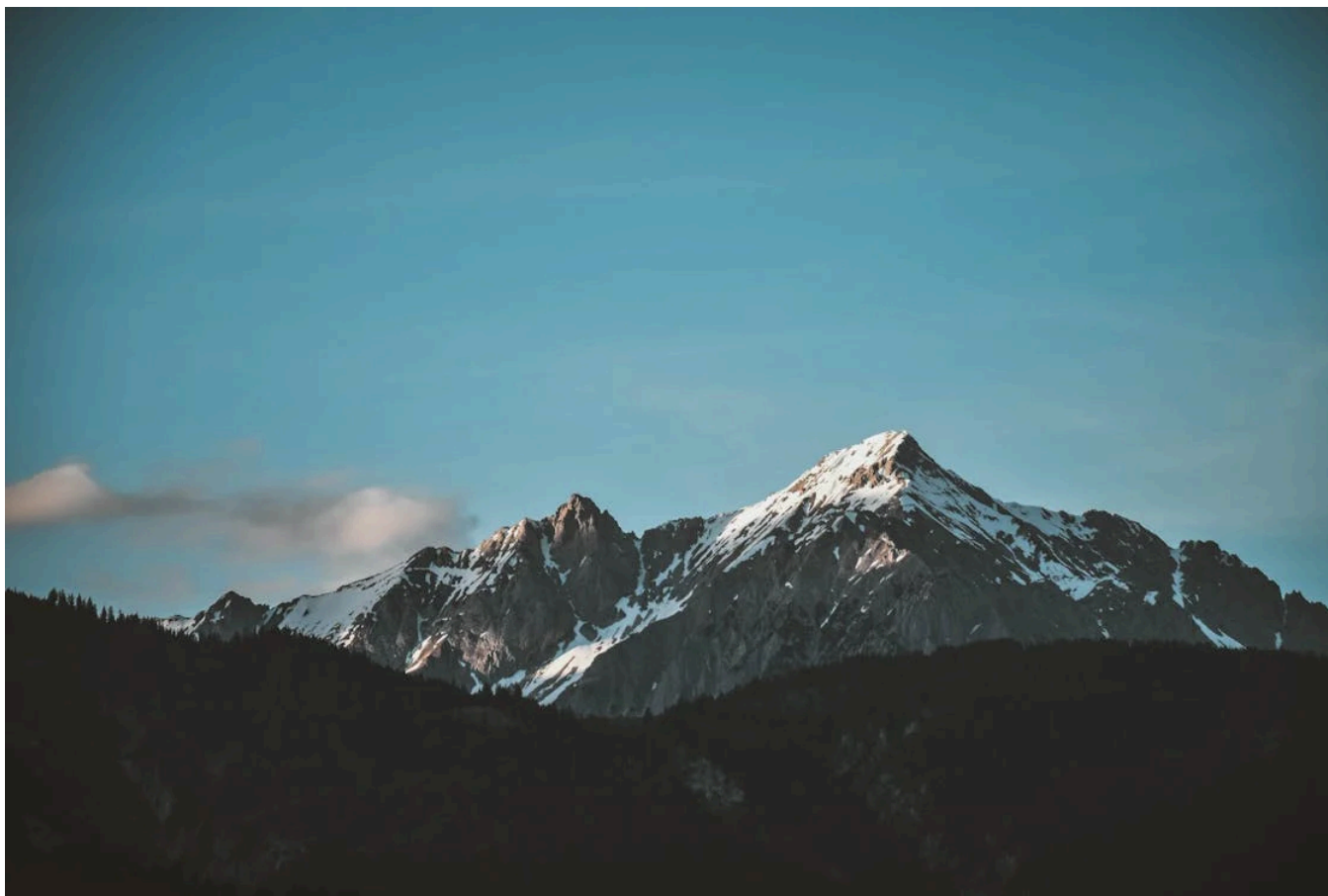
Nad prawą ścieżką mgła gęsta się ściele
I nikną słońca zmęczone promienie;
W mlecznym oparze tańczą ludzkie cienie.
I napis stoi na przedprożu drogi;
„Pozostaw ziemi, co legło w popiele
I szczęścia szukaj, wyzbywszy się trwogi.”

Tknięty przecuciem w tył zwróciłem głowę-
Droga, com przebył, teraz w skrętach ginie!
Wspina się z wolna, znów schodzi w dolinie...
I napis stoi przed zmienioną drogą:
„Gdy kropla czysta będzie drążyć dzieje,
Sny pierzchną z grobów, choć dziś wstać nie mogą”.

Cóż znaczą dziwne, w kamień wryte słowa?
Wszak prosta ścieżka skręca w kształt wstążnicy?
Myśląc nad drogą, wszedłem w sien kaplicy...
Tum spostrzegł na węgle, choć nieco zatarte:
„Czy tobie berło, czy wić wiklinowa,
Wybieraj prędko! Wartość tracą słowa...
Co dzisiaj cenne, nic jutro nie wartę!”

15 VI 2025 r., wieczór





Aby móc się rozwijać, potrzebujemy niewielkiego wsparcia...
Tu jest miejsce na państwa reklamę!