

ZWIERCADLO.PL

# zwieciadło

5 zł

12 (2101) GRUDZIEŃ 2021

TEMAT MIESIĄCA  
SIOSTRZEŃSTWO  
TO SIĘ MOŻE UDAĆ

WIELKIE POWROTY  
GŁOŚNE PREMIERY

EWA BEM

SŁAWOMIRA ŁOZIŃSKA

ADRIEN BRODY

JACEK BRACIAK

MUZYKA ŁĄCZY

Najpiękniejszy głos w Polsce  
JAKUB JÓZEF ORLIŃSKI

Fotoreportaż  
XVIII KONKURS  
CHOPINOWSKI

HISTORIE OSOBISTE

PIOTR JACOŃ

moja córka, moja misja

KRISTÓF SZABÓ

o dobrym życiu z chorobą

EKO? LOGICZNIE

MODA CYRKULARNA



Maggie  
Smith  
NIGDY  
NIE NARZEKAJ,  
NIGDY SIĘ  
NIE TŁUMACZ

Cena 5 zł (w tym 8% VAT)  
ISSN 0514-0994 · INDEKS 383767  
9 770514 099302

1 2 >





ZŁOTE PIERŚCIONKI Z BRYLANTAMI: wzory 110.913, 110.169



APART.pl







ZŁOTA BIŻUTERIA Z BRYLANTAMI I KAMIENIAMI SZLACHETNYMI: KOLCZYKI, wzór 110.843; NASZYJNIK, wzór 220.122; PIERŚCIONEK, wzór 110.843



APART.pl







SREBRNA BIŻUTERIA Z CYRKONIAMI: NASZYJNIK, wzór AP529-6548; BRANSOLETKA, wzór AP529-6543



APART.pl





### Bądź zmianą, której potrzebuje świat

Odpowiedzialne wybory to dobra przyszłość dla następnych pokoleń. Wybierz elektryczne BMW iX, które powstaje z wykorzystaniem odnawialnych źródeł energii, w większości z naturalnych lub pochodzących z recyklingu materiałów. Tapicerka wykonana w 50% z materiałów z odzysku, skóra garbowana ekstraktem z liści oliwnych, certyfikowane drewno czy dywaniki z Econylu dają wyraz innowacyjnemu podejściu do ekologii, poczynwszy od najmniejszych detali.

# THE iX







**ROLEX**

SUBMARINER

Stworzony dla nurków w 1953 roku, wodoodporny Submariner pozostaje symbolem niezawodności i jednym z najbardziej legendarnych zegarków wszech czasów.

Dzięki nowej kopercie 41 mm i mechanizmowi najnowszej generacji Submariner kontynuuje swoją przygodę.

*#Perpetual*

**W. KRUK**

1 8 4 0





OYSTER PERPETUAL SUBMARINER DATE

PIĘKNE  
HISTORIE  
SIĘ NIE  
KOŃCZĄ



Widok z balkonu inwestycji Brabank  
Zdjęcie - Przemek Dzienis, Rafał Królikowski

APARTAMENTY GDAŃSK | II ETAP

BRABANK  
APARTAMENTY



Twoja historia w Gdańsku zaczyna się tuż przy Starym Mieście,  
nad brzegiem Motławy, w apartamencie niepowtarzalnej  
i wielokrotnie nagradzanej inwestycji. Do zobaczenia w Brabanku.

*Rafał Królowski*

T: +48 58 324 94 60 | BRABANK.PL

**25** INWEST  
LAT KOMFORT

# Pielęgnacja, która wyprzedza Twoje oczekiwania?

Sprawdź innowacyjne połączenie multikompleksu **CERAMIDÓW** – niezbędnych w regeneracji skóry dojrzałej oraz **24-karatowego ZŁOTA** – które zadba o nią w wyjątkowo luksusowy sposób. Przekonaj się jak skuteczne jest ich synergiczne działanie – dla intensywnego wygładzenia skóry dojrzałej oraz spowolnienia procesów jej starzenia.

## SILNIE UJĘDRNIAJĄCA MASECZKA PRZECIWMARSZCZKOWA

zapewnia intensywną kurację ze skoncentrowaną dawką ceramidów, złota i kolagenu. Dla wyraźnego wygładzenia zmarszczek, poprawy napięcia i przywrócenia młodszego wyglądu.



## WYGŁADZAJĄCO-NAWILŻAJĄCY KREM PRZECIWMARSZCZKOWY POD OCZY

działa jak odżywczy i kojący kompres. Za sprawą precyzyjnej aplikacji, wnika w głąb skóry oraz skutecznie ją odnawia, wygładza i rozświetla.



## GŁĘBOKO REWITALIZUJĄCE SERUM-AMPUŁKA PRZECIWMARSZCZKOWE

ma żelową, ale niezwykle bogatą formułę, w której zatopione są płatki złota. To nowy „złoty standard” w pielęgnacji odmładzającej.



## LIFTINGUJĄCO-REGENERUJĄCY KREM PRZECIWMARSZCZKOWY

nasyca skórę składnikami odżywczymi i naprawczymi. Zawarte w nim ceramidy odbudowują uszkodzenia oraz ułatwiają przenikanie złota i kwasów omega 3, 6, 9.





NOWOŚĆ

Bielenda

Pomyśl o sobie.

# Złote Ceramidy

ODBUDOWA I NAPRAWA  
CERY DOJRZAŁEJ



MULTITERAPIA  
PRZECIWMARSZCZKOWA

40+ 50+ 60+ 70+

SKUTECZNOŚĆ POTWIERDZONA BADANIAMI\*

Liftinguje 76%

Wygładza 100%

Poprawia jędrność i elastyczność 84%

\* Test In Vivo przeprowadzony w niezależnym laboratorium badawczym pod nadzorem dermatologów na grupie 25 kobiet przez okres 3 tygodni. Dotyczy kremu 60+.

# JANDA

b ą d ż p r a w d z i w a ...

NOWA FORMUŁA *forte*

Oparta na **ZŁOTYM NOŚNIKU 24-karatowym**, który poprawia biodostępność i skuteczność działania składników przeciwzmarszczkowych. Zwiększa tym samym potencjał ich działania.

## UNIKALNA, AUTORSKA TECHNOLOGIA NICI KOSMETYCZNYCH

Ukierunkowana na uzyskanie efektu głębokiej rekonstrukcji – jak przy zabiegu niciami odmładzającymi. Skoncentrowana na zwiększeniu gęstości włókien kolagenu oraz poprawie napięcia skóry. **100% badanych kobiet potwierdziło zmniejszenie widoczności zmarszczek już po 15 minutach od aplikacji kremu Nr 1.**



ZŁOTY NOŚNIK 24-karatowy



WIĘKSZA SKUTECZNOŚĆ

KOMPLETNA  
PIELĘGNACJA  
PRZECIWMARSZCZKOWA  
50+, 60+, 70+

- redukcja zmarszczek,
- poprawa jędrności,
- regeneracja i nawilżenie.



*Dla jeszcze piękniejszej,  
młodszej wyglądającej skóry.*

*Polecam, ♥ Krystyna Janda*

Dostępne w drogeriach **ROSSMANN** i na [janda.pl](http://janda.pl)

**J**akub Józef Orliński, jeden z bohaterów tego numeru, mówi o sobie, że jest dzieckiem grudnia. Równie dobrze mógłby powiedzieć, że jest dzieckiem szczęścia. W końcu to jeden z najbardziej wyczekiwanych miesięcy w roku. Spodziewamy się po nim raczej wszystkiego, co najlepsze. A kiedy spotyka nas coś, co nie do końca pasuje do atmosfery spokoju, miłości i błogości – potrafimy tak sobie to wytłumaczyć, by nie psuło nastroju ogólnej szczęśliwości. Kolejny dowód na to, jak istotne jest nasze nastawienie a wręcz – postanowienie.

W grudniowym, przedświątecznym wydaniu chcielibyśmy zachęcić Was do robienia postanowień. Oczywiście tylko takich, które są z Wami zgodne. Na przykład: „Będę starała się wspierać inne kobiety” (Temat miesiąca); „Będę mniej wyrzucać i kupować, a więcej przerabiać i naprawiać” (Ekologiczne rozmowy); „Przestanę farbować włosy i zobaczę, czy mi się to spodoba” (Uroda na co dzień). Albo jeszcze innych. Ciekawszych, odważniejszych, bardziej szalonych. Lub całkiem zwyczajnych, codziennych. Fajnie poczuć swoją sprawczość. Postanowić coś i po prostu to zrobić. Bez zbytecznego przemyśliwania. Bo, jak mówi nasza okładkowa bohaterka, Maggie Smith w roli lady Violet, *to wieczne przemyśliwanie jest przereklamowane. Wszystko przez wojnę. Przed 1914 rokiem ludzie nie myśleli o niczym.*

JOANNA OLEKSZYK  
REDAKTOR NACZELNA



**K**iedy czytacie grudniowy numer „Zwierciadła”, jest początek listopada. Raczej zimno, buro i ponuro. Jak żyć, jak przetrwać do wiosny? – pytamy. A ja chciałabym zaproponować niemyślenie o wiosnie, ani nawet o świętach, tylko o jesieni. Bo ona jest do wzięcia, teraz, taka jak jest. Ze swoimi chmurami i niewygodami, ale też z darami. Na przykład z długimi wieczorami, które aż się proszą o zagospodarowanie. Na posiedzenie pod kocem z książką odkładaną od miesięcy. Podumanie. Bez poczucia winy, że zajmujemy się sobą.

Słyszałyście o czymś takim jak samowspółczucie? No właśnie. Nie mylić z uzalaniem się nad sobą. *Self-compassion* to skierowana na siebie uważność, życzliwość, troska, przeciwieństwo wiecznej samokrytyki. Jak mówi psycholożka Julia E. Wahl, nie chodzi jednak o to, żeby poprzestać na skupianiu się na sobie, tylko pójść krok dalej – zobaczyć, że moje zmartwienia, cierpienia są częścią ludzkiego doświadczenia. Zrobić coś dla siebie i – jeśli się da, a zawsze się da – dla innych. Na przykład przygotować świąteczną paczkę dla potrzebujących, pójść na manifestację solidarności z imigrantami. Bo nie ma mnie bez ciebie ani ciebie beze mnie. Samowspółczuję, współczuję innym, więc jestem. To moje zadanie na dzisiaj. O świętach pomyślę jutro.

ALINA GUTEK  
WICENACZELNA





# PATEK PHILIPPE

## GENEVE

DAJ POCZĄTEK NOWEJ TRADYCJI

ZEGAREK PATEK PHILIPPE NIE NALEŻY TYLKO DO CIEBIE.

DBASZ O NIEGO DLA PRZYSZŁYCH POKOLEŃ.



ANNUAL CALENDAR REF. 4947G

# W. KRUK

1 8 4 0

Europejski Boutiques · Hotel Raffles Europejski Warsaw  
Krakowskie Przedmieście 13 · 00-071 Warszawa  
Tel. +48 783 458 150 · wkruk.pl

Grudzień  
2021



36

MAGGIE SMITH

*Obsadzano ją przeważnie w rolach starych panien, bezdzietnych żon, wdów, ciotek przyzwoitek, a nawet bezdomnej mieszkającej w furgonetce. Zawodowo jest specjalistką od samotności. Odwrotnie niż w życiu.*

### FELIETONY

- 26| MACIEJ STUHR Oczyma ojczyma 28| ARTUR ANDRUS Szwagier Gierka  
30| KATARZYNA MILLER Kobięcy alfabet 32| SZYMON MAJEWSKI Psychofilowanie  
100| ANNA JANKO Pisane na lustrze 276| TOMASZ JASTRUN Do poduszki

### NA OKŁADCE

- 36| MAGGIE SMITH Perfekcyjnie normalna  
46| OD KUCHNI Przy stole z lady Violet

### TEMAT MIESIĄCA

- 52| SIOSTRZEŃSTWO Ja to ona, ona to ja

### SPOTKANIA

- 68| EWA WACHOWICZ Wszystko o Ewie  
74| JAKUB ORLIŃSKI Pora na celebrację  
82| SŁAWOMIRA LOZIŃSKA Spokój  
88| JACEK BRACIAK Wspaniałe życie 94| CUDOWNE LATA Ewy Bem

### ŻYCIE WEWNĘTRZNE

- 102| MĘSKA STREFA Silni inaczej  
106| POROZMAWIAJMY O SEKSIE Z czerwieni do bieli  
110| WSPÓŁCZUCIE Remedium 116| MOJA HISTORIA Wszystkie moje strachy

### WOKÓŁ NAS

- 122| FOTOREPORTAŻ Zobaczyć muzykę 128| SOLIDARNI Od pożaru do pożaru  
132| REPORTAŻ Jak firma, to tylko z siostrą  
136| EKO? LOGICZNE! 138| EKOLOGICZNE ROZMOWY

74

JAKUB JÓZEF  
ORLIŃSKI

*Najpiękniejszy polski glos. „Niktóre układy w breakdancie pomagają mi być w lepszej formie wokalne”.*



116

PIOTR JACOŃ

*„Warto poszukać w sobie odwagi do coming outu. I iść za dzieckiem. Prosto czy kręto, ale za nim”.*



68

EWA WACHOWICZ

*Z każdym rokiem ma coraz większy apetyt na życie. Zawsze wstaje prawą nogą. Bez zakładania okularów widzi świat na różowo.*



DENICLER.EU



**DENI CLER**  
MILANO



**180**  
MODA  
INSPIRACJE

*Wróżby z kart  
tarota, czyli kolekcja  
haute couture Diora  
na wiosnę-lato  
2021.*



**252**  
RODZINA  
WE WNĘTRZU

*Razem i osobno  
– wielopokoleniowy  
dom rodziny  
architektów  
w podwarszawskim  
Józefowie.*

**KULTURA**

- 143| DZIEJE SIĘ 146| ROZMOWA Adrien Brody  
150| W CZTERY OCZY Porozmawiajmy o „Hiacyncie”  
156| FILMY 157| SERIALE  
158| UWAGA, SERIAL! Jessica Chastain i „Sceny z życia małżeńskiego”  
162| KSIĄŻKI 163| MUZYKA  
164| UWAGA, SPEKTAKL! „Dziady” według Mai Kleczewskiej  
170| SZTUKA Daniel Rycharski 174| POSTAĆ Outsider Bauman  
178| NIE PRZEGAPCIE!

**MODA**

- 180| INSPIRACJE Dobra wróżba 188| NA CO DZIEŃ Czytając z gwiazd  
198| AKTUALNOŚCI

**URODA**

- 202| NA CO DZIEŃ Urok siwych włosów  
210| URODA ŻYCIA Weroniki Rosati 212| NOWOŚCI  
218| POD LUPĄ Sztuka dojrzałego wyboru 220| TOP 7  
228| DODATEK SPECJALNY Slow-aging

**ZDROWIE**

- 242| PRZYGODY CIAŁA Cukrzyca zmienia wszystko  
250| NA TALERZU Zielone, fioletowe i czerwone

**DOM**

- 252| RODZINA WE WNĘTRZU Razem

**KUCHNIA**

- 262| PRZY STOLE Smakowanie życia

**INNE**

- 16| ZAMIAST WSTĘPU 22| MISTRZYNI FOTOGRAFII 24| LISTY  
26| ISTOTA RZECZY 272| HOROSKOP 274| KRZYŻÓWKA



**198**

MODA  
AKTUALNOŚCI  
*Biżuteria, która swoim  
blaskiem rozjaśni jesień.*



Na okładce: MAGGIESMITH.  
Zdjęcie:  
UNIVERSAL PICTURES HOME  
ENTERTAINMENT.

*Stycyniowy numer  
„Zwierciadła”  
w sprzedaży od 2 grudnia.*

Polub nas na [www.facebook.com/zwierciadlo.pl](http://www.facebook.com/zwierciadlo.pl)



Obserwuj nas na Instagramie: @zwierciadlo\_miesiecznik



# IKONY PIELĘGNACJI

MOC NATURY I WSPÓŁPRACA Z NAJWIĘKSZYMI AUTORYTETAMI ŚWIATA NAUKI – OTO SEKRET MARKI HELENA RUBINSTEIN, KTÓRA OD PONAD 115 LAT NIEZAWODNIE PODKREŚLA PIĘKNO KOBIET. OTO TRZY PRODUKTY-İKONY, KTÓRE SPEŁNIAJĄ NAWET NAJŚMIELSZE OCZEKIWANIA.

## PRODIGY CELLGLOW RENEWING CONCENTRATE

*Koncentrat głęboko odnawiający skórę*

Ten produkt to doskonały przykład na to, jak marka Helena Rubinstein zrewolucjonizowała pielęgnację skóry i otworzyła przed nią nowe możliwości. W linii Cellglow, w skład której wchodzi koncentrat Prodigy Cellglow Renewing Concentrate, opatentowano bowiem przeprogramowanie starzejących się komórek skóry na młode. Marka jako pierwsza wykorzystała do tego niezróżnicowane komórki macierzyste szarotki alpejskiej – kwiatu o niezwykłej wytrzymałości, odpornego na najbardziej ekstremalne warunki w szwajcarskich Alpach, który został obdarzony niewyczerpanym potencjałem regeneracyjnym. To sprawia, że kultowy koncentrat Prodigy Cellglow Renewing Concentrate hamuje komórkowe sygnały wywołujące starzenie się i aktywuje produkcję sygnałów młodości. Skóra po nim jest wzmocniona, głęboko nawilżona i zyskuje młody wygląd. Koncentrat trwale zagęszcza skórę, a jego naturalnie różowa formuła błyskawicznie obdarza skórę zdrowym blaskiem.

*Koncentrat Prodigy Cellglow Renewing Concentrate z linii Cellglow to formuła intensywnie nasyciona składnikami nawilżającymi. Zaspokaja pragnienie skóry i zapewnia jej komfort przez cały dzień.*



## RE-PLASTY AGE RECOVERY NIGHT CREAM Z LINII REPLASTY

*Krem regenerujący na noc przyspieszający odnowę skóry*

Krem Re-Plasty Age Recovery Night zapewnia skórze efekt liftingu i powiew świeżości. Znany jest jako „czarny bandaż”, bo działa na skórę jak opatrunek. Powstał wskutek inspiracji kooperacyjnymi technikami stosowanymi w medycynie estetycznej. W jego składzie znajduje się unikatowa cząsteczka Pro-Xylane™, przyspieszająca tempo regeneracji skóry. Jej wyjątkową skuteczność kliniczną udowodniono w warunkach eksperymentalnych: skóra, która doznała niewielkich urazów, po aplikacji Pro-Xylane™ w pełni się zregenerowała. Dzięki temu krem Re-Plasty Age Recovery Night zyskał sławę kultowego produktu. Jego działanie skupia się na dogłębnym odżywianiu skóry oraz korygowaniu oznak starzenia się. Otula skórę, a jednocześnie koi oraz zmniejsza uczucie ciągnięcia. Już od pierwszych dni stosowania naskórek staje się wyraźnie zregenerowany, by odświeżyć idealną, intensywnie odnowioną skórę.

*Krem Age Recovery Night Cream z linii Re-Plasty zawiera kwas hialuronowy i kwas glicyryzynowy – dermatologiczne aktywne składniki łagodzące stosowane do regeneracji skóry.*



## POWERCELL REINFORCING SERUM Z LINII POWERCELL

*Wzmacniające serum zapewniające skórze młody wygląd*

Powercell Reinforcing Serum to superskoncentrowana formuła, która poprawia jakość skóry - wygładza niedoskonałości oraz uwydatnia cechy młodości - poprawia napięcie i dodaje blasku, dzięki czemu cera jest mocniejsza i bardziej młodzieńcza. Już jedna kropla zawiera miliony komórek macierzystych najcenniejszego składnika – kopru morskigo, które ograniczają skutki starzenia się skóry poprzez stymulowanie regeneracji tkanek, redukcję zaczerwienień i swędzenia oraz minimalizowanie uszkodzeń kolagenu. Warto podkreślić, że proces ekstrakcji rośliny opracowany przez markę Helena Rubinstein pozwala odtworzyć cząstkę przyrody w laboratorium, tym samym zachowując naturalne zasoby. Powercell Reinforcing Serum wygładza skórę, a cera dzięki niemu staje się bardziej sprężysta i wygląda zdrowiej. Pomimo złożoności całego procesu powstawania serum ma lekką konsystencję i błyskawicznie się wchłania.

*Serum na dzień Powercell Reinforcing Serum z linii Powercell posiada moc przywracania skórze energii i reaktywowania jej mechanizmów vitalnych.*







# PIĘKNO i okrucieństwo świata

*Kim była **Dora Kallmus**? Pierwszą w Austro-Węgrzech kobietą, która otworzyła studio fotograficzne. Pionierką fotografii mody w Paryżu. Bezkompromisową dokumentalistką powojennej rzeczywistości.*

**U**wieczniona na zdjęciu piękność to Elsie Altmann-Loos, austriacka tancerka i gwiazda operetki. Fotografia wykonana została, kiedy Elsie miała 23 lata i od niedawna była żoną wiedeńskiego architekta, pioniera modernizmu Adolfa Loosa. Autorką portretu jest Dora Kallmus, która przeszła do historii fotografii jako Madame d'Ora. Jej niezwykła kariera rozgrywała się na zmieniających się tłach spektaklu historii XX wieku, od Wiednia doby *belle époque*, przez modernistyczny Paryż lat 20. i 30., po Europę liżącą rany po drugiej wojnie światowej.

Urodzona w 1881 roku w zamożnej wiedeńskiej rodzinie żydowskiej, Dora Kallmus zapowiadała się na doskonałą partię dla jakiegoś solidnego kawalera z mieszczańskiej elity. Zamiast tego została pierwszą w cesarstwie właścicielką studia fotograficznego. Atelier, które prowadziła w Wiedniu pod pseudonimem Madame d'Ora, szybko zdobyło popularność. Kallmus łączyła dryg do marketingu z talentem fotograficznym. Nie bała się eksperymentów, potrafiła sprawić, że jej modele wyglądali naturalniej niż na pozowanych zdjęciach od innych fotografów tamtej epoki. A jednocześnie umiała ukazać portretowane osoby tak, że wydawały się piękniejsze niż w rzeczywistości. Nic dziwnego, że klientów jej nie brakowało. Była ulubioną fotografką artystów wiedeńskiej secesji z Gustavem Klimtem na czele, portretowała literatów, aktorów, tancerki, arystokratów i członków cesarskiej rodziny.

Po pierwszej wojnie światowej Wiedeń stracił wiele ze swojego blasku. Nie był już sercem habsburskiego imperium, lecz jedynie stolicą niewielkiej republiki Austrii. Na początku lat 20. Madame d'Ora przeniosła

się zatem do Paryża. Jeszcze przed wyjazdem zaczęła się interesować fotografią mową. We Francji zajęła się tą dziedziną na poważnie. Fotografia mody była wówczas dziedziną młodą, która całkiem niedawno wyparła z magazynów i reklamy rysunkowe ilustracje. A Madame d'Ora przyczyniła się swoimi zdjęciami – w których nie stroniła od erotyki i mrocznych, niepokojących tonacji – do rozwoju tej dyscypliny.

Druga wojna światowa była dla niej szokiem. Wraz z wkroczeniem hitlerowców do Francji nie była już słynną fotografką, lecz ukrywającą się austriacką Żydówką. Udało jej się przetrwać, ale większa część jej rodziny została zamordowana. Po wojnie niemłoda już Dora stworzyła najwybitniejsze dzieła w swojej długiej karierze. Nie były to jednak sesje mody, lecz poruszające portrety ocalonych uchodźców wojennych, przebywających w obozach dla tak zwanych dipisów (*displaced persons*), ludzi, którzy często stracili wszystko z wyjątkiem życia. Na przełomie lat 40. i 50. zaczęła odwiedzać paryskie rzeźnie. Zaglądała w oczy zarżniętych zwierząt, fotografowała ich martwe, poćwiartowane i wypatroszone ciała. W tych brutalnych, naturalistycznych zdjęciach trudno rozpoznać fotografkę, która w secesyjnym Wiedniu potrafiła sprawić, że ludzie wyglądali piękniej niż w rzeczywistości. Uroczą *belle époque* dawno się jednak skończyła, po Zagładzie wydawała się niewiele więcej niż snem, wspomnieniem z jakiejś odległej, niemal bajkowej przeszłości. Wielkość Madame d'Ory polegała zaś również na tym, że potrafiła się zmierzyć nie tylko z pięknem, lecz także z okrucieństwem świata, który fotografowała. ●



Po lewej:  
Portret Elsie

Altmann-Loos wykonany  
w słynnym wiedeńskim  
atelier Madame d'Ory  
(1922).

U góry:

Dora Kallmus (ok. 1962).

## REFLEKSJE Z KURNIKA

**L**eząc w kurniku, przeglądam listopadowe wydanie „Zwierciadła”, które zawieruszyło się mojej żonie w aucie. Tak...

Kurnik, czyli leżanka w busie kierowcy zawodowego. Taką właśnie mam pracę. Jeżdżę po Francji, Włoszech i pobliskich krajach Polski. Często z innymi kierowcami wymieniamy się spostrzeżeniami na różne tematy, a ja, czytając „Oczyma ojczyma” Macieja Stuhra, zacząłem zastanawiać się nad tym, że ja też jestem ojcem i ojczymem. Wychowuję dwie córki, w tym jedną z poprzedniego małżeństwa swojej obecnej żony. Jest mi z tym dobrze. Kocham, chronię, bronię i uczę. Uczę się każdego dnia, na błędach. Staram się wyciągnąć z nich wnioski. Nie oceniam, która z moich pociech jest lepsza, a która gorsza, którą kocham bardziej, bo kocham i szanuję je po równo. Bez podziałów. Zastanawiam się, dlaczego napisałem ten list? Bo do odważnych świat należy. Nauczyła mnie tego żona, która była statystką na planie serialu „Diagnoza”. A ja, będąc z nią, miałem okazję poznać pana Macieja, a nawet zrobić sobie zdjęcie właśnie z nim. Mam je do dziś.

*Marcin*

## WIEK TO TYLKO LICZBA

**T**emat miesiąca o Joannie Fabickiej uderzył mnie swoją trafnością i aktualnością [„Z” nr 12/2021]. Mając 40 lat z hakiem, po dziesięciu latach żmudnej pracy w korporacji, zdecydowałam o zmianie swojego zawodu. Nagle, ku mojemu zaskoczeniu, znalazłam



Autorzy listów otrzymują zestaw ekskluzywnych kosmetyków do pielęgnacji i oczyszczania twarzy Beauty Booster LIFT4SKIN.

w sobie odwagę, żeby coś zmienić w moim życiu, żeby podobnie jak Joanna – „zacząć od nowa”. No i stało się, zapisałam się na studia zaoczne w zawodzie dalekim od mojego, już zdobytego. Myślę, że ta decyzja dojrzała we mnie wraz z wiekiem latami – i może o to właśnie chodzi, że czasem ten moment gotowości na „krojenie żaby” przychodzi do nas sam. Musimy tylko wtedy w końcu siebie posłuchać i pozwolić sobie chcieć. Nie martwić, kto zrobi obiad dzieciom, kto posprząta dom i czy w ogóle powinnam, bo przecież może jestem na to za stara. Wiek to tylko liczba, naprawdę, to on sprawia, że jesteśmy gotowi na zmianę bardziej niż kiedykolwiek indziej. Pozdrawiam wszystkie czterdziestki.

*Justyna*

## SAMOTNE MATKI

**Z**wielkim zainteresowaniem przeczytałam zwierzenia Katarzyny Kwiatkowskiej, mojej ulubionej komentatorki ze „Szkła kontaktowego”, na temat wychowania córeczki [„Z” nr 10/2021]. Ja także sama

wychowałam swego syna – obecnie już ponad 30-letniego świetnego faceta. Wprawdzie miałam męża i do prawie trzeciego roku synka był z nami, ale gdy pojawiły się problemy zdrowotne dziecka, jak to często bywa, wybrał łatwiejsze, bezproblemowe życie. To były lata 80. ubiegłego wieku, a więc komórki, komputery jeszcze się nawet nie śniły, nie każdy już miał telefon stacjonarny. A ja sama w obcym mieście z malutkim dzieckiem, bo w swojej naiwności wierzyłam, że tatuś będzie miał nieograniczony kontakt z synem. Niestety, sam sobie ograniczał ten kontakt, rezygnując często z umówionych spotkań. Zaciśnęłam zęby i postanowiłam wychować syna najlepiej jak się da. Miałam wielkie wsparcie i pomoc ze strony rodziców, a także teściów, którzy bez wahania stanęli po mojej stronie, za co mam dla nich ogromny szacunek. Często miałam wyrzuty sumienia, że syn nie ma w domu męskiego wzorca. Dostawałam propozycje ponownego zamążpójścia, ale się nie zdecydowałam na ten krok, nie potrafiłam zaufać żadnemu mężczyźnie i nie chciałam fundować dziecku nowego tatusia. Dzisiaj, z perspektywy czasu, nie żałuję mojego wyboru. Syn jest wspaniałym mężem i ojcem dwojga dzieci, realizuje się zawodowo i rozwija swoje pasje. Okazuje się, że najważniejsze nie jest to, czy wychowasz się w pełnej, czy niepełnej rodzinie, ale to, czy potrafisz wynieść z domu miłość i szacunek dla innych oraz odpowiedzialność za siebie i drugiego człowieka.

*Hania*

**Czekamy na Wasze listy!** Dzielcie się swoimi refleksjami i opiniami ([listy@zwierciadlo.pl](mailto:listy@zwierciadlo.pl)).

*Autorzki i autorów najciekawszych nagrodzimy upominkiem niespodzianką.*



# Dr Irena Eris



INSTITUTE  
SOLUTIONS

Y LIFTING

LIFTING I WYSMUKLENIE PROFILU TWARZY

Poprawa napięcia skóry u 96% kobiet. Redukcja drugiego podbródka o 79%\*.  
Ekstrakt z czerwonej algi. Bio-mannoza. Kompleks lipolityczny.

## Sprawa XIII

DROGI STASIU! TO, ŻE JESTEŚ CORAZ STARSZY, OZNACZA JEDNĄ BARDZO MAŁO PRZYJEMNĄ RZECZ. OTÓŻ ISTNIEJE UZASADNIONA OBAWA I PRZYPUSZCZENIE, ŻE MNIE RÓWNIEŻ TEN PROCES DOTYCZY TAK JAK CIEBIE.

A

może nawet bardziej, gdyż w przypadku osób w moim wieku wiążą się z tym różne, niekoniecznie przyjemne sprawy. Nie będę tutaj rozwijał całego katalogu problemów wieku podeszłego, bo ani to jeszcze pora, ani miejsce, ale pomyślałem sobie, że o jedną rzecz powinniśmy się zatroszczyć właśnie już teraz. Tą rzeczą jest pamięć. Pamięć, która wraz z wiekiem może zacząć płać zupełnie nieoczekiwane figle. Zatem póki jeszcze coś pamiętam, spiszę tu krótką listę spraw, o których bardzo bym Cię prosił, żebyś mi przypominał, gdy przyjdzie na to czas.

Gdybym na przykład był jakoś dziwnie zbyt namolny w stosunku do Twojej wspaniałej mamy i podrywał ją w sposób budzący ogólne zdziwienie, możesz delikatnie przypomnieć mi, że jest ona już moją żoną. Podejrzewam, że stan mojego zauroczenia jej osobą może przetrwać dużo dłużej niż moja pamięć. Z drugiej strony – jakbym znowu zupełnie przestał ją podrywać, to też szybkoitko przypomnij, że należy.

Jeśli nie będę w stanie sobie przypomnieć, co jest moją ulubioną potrawą, to błagam, pamiętaj, że pierogi ruskie. Możesz mi je serwować na starość kilka razy w tygodniu. To byłoby straszne, gdybym miał ich nie jeść tylko z tego powodu, że nie byłbym w stanie sobie przypomnieć, że je lubilem.

Jeśli kiedyś zacznę namiętnie słuchać disco polo, natychmiast przypomnij mi, że tego nie lubię. Ewentualnie wyciągnij mi aparat słuchowy.

Jeżeli kiedyś nie będę sobie w stanie przypomnieć takich nazwisk, jak: Pawłowicz, Terlecki, Sasin, Witek czy Suski – bardzo Cię proszę, niech tak zostanie! Niech Cię Pan Bóg broni śpieszyć mi wtedy z pomocą!

Jeślibym zaś tępo gapił się w telewizor – czy co tam wtedy będzie do oglądania – to włącz mi proszę któryś z następujących filmów: „Cinema Paradiso”, „Okrucy dnia”, „Co się wydarzyło w Madison County”, „Amadeusza”, a jeśli lekarz pozwoli – „Siedem” albo „Ściganego”. Możesz to zapętlić, niech leci w kółko. Już dziś się bardzo cieszę, że kiedyś zobaczę te filmy, jakbym je widział pierwszy raz!

Gdybym chodził po domu i ogrodzie, mówiąc: „Nie pamiętam, gdzie schowałem wszystkie pieniądze”, będzie to po prostu znaczyło, że nie chcę Wam nic zostawić w spadku i trzeba się z tym pogodzić. A jeśli zacznę kopać dziurę w ziemi, tam za borówkami, przy trzeciej wierzbie, to się odwróć i nie patrz.

Jeżeli na starość stwierdzę, że jestem gejem – zachowaj ostrożność. Może to oczywiście oznaczać brak pamięci, ale równie dobrze może to być niezbity dowód potwierdzający tezę, że homoseksualizm jest zaraźliwy.

Jeśli zapomnę, ile mam odłożone w ZUS-ie na emeryturę, to mi nie przypominaj.

A gdy nie będę pamiętał, jak się zapisuje równanie reakcji chemicznej, to nic się nie martw. Nigdy tego nie pamiętałem.

Poza tym każdego dnia przypominaj mi, że: Warto być przyzwoitym. Nie bądź obojętny. W świecie jest za mało czułości. Lepiej nie dawać za dużo rad. Jak wszyscy biegną na prawo, zobacz, co się dzieje z lewej. Agresja jest upadkiem człowieka. Prawie każda przesada jest przesadna. Stawaj w obronie słabszych i samotnych. Tylko spokój może nas uratować. Nigdy nie pisz na Fejsie po pijaku. Zbieraj psie kupy. Uważaj, o czym marzysz, bo może się spełnić, i nie pluj do studni, bo może kiedyś będziesz musiał z niej pić. O pewnych rzeczach trzeba sobie przypominać każdego dnia. ●



MACIEJ STUHR  
aktor. Wszechstronny.  
Gra, jak nie pisze.  
Pisze, jak nie gra.