

OD WRZEŚNIA **DO WRZEŚNIA**



Stypendyści Fundacji w miejscu
urodzenia mistrza Leonarda – w Vinci

SPIS TREŚCI



s. 7



s. 8



s. 13



s. 22

DROGA DO TRADYCJI

- Mój umysł nie ma końca! 4
- Warto się zatrzymać 6
- Mikołajkowy team 7

DROGA DO WIEDZY

- Uczona, która cały czas „szła do przodu” 8
- Leonardo i zarządzanie czasem 9
- Pomyśl, zaplanuj, działaj! 10
- Dzielić się z innymi 10
- A co, jeśli dobro nie wraca? 11
- Ten „drugi” – mój brat 12

DROGA DO KULTURY

- Sztuka na pointach 13
- Energia umysłu, energia miasta 14
- „W człowieku wszystko powinno być piękne; i twarz, i ubranie, i dusza, i myśli” Wujaszek Wania, akt II 16

DROGA DO RADOŚCI

- Mój pierwszy zjazd ze szczytu stoku 16
- Zimowy poligon 17
- Było ciężko, ale fajnie 18
- Piękno i wiedza 19
- Las, dworek, warsztaty 22

„...w tobie to drzewo szumi innym głosem...”

Inność, ks. Janusz Stanisław Pasierb

Szanowni Państwo,
Drodzy Stypendyści

Przekazywana dziś Państwu coroczna „jednodniówka” opisująca wydarzenia minionego roku stypendialnego ukazuje się w roku dwudziestolecia naszej Fundacji.

Jak w każdym kolejnym roku fundacyjnego działania, tak i w mijającym staraliśmy się, aby nasza praca koncentrowała się na człowieku, na najważniejszych aspektach jego rozwoju, zwłaszcza w czasie, kiedy kształtuje swoją postawę wobec świata, kiedy wybiera drogę życiową. Szczególnym przedmiotem tegorocznego zainteresowania była droga rozumu i wiary. Podążaliśmy śladami wybitnego humanisty Leonarda da Vinci, podkreślając wielkie znaczenie humanizmu w dzisiejszym świecie. W ubiegłym roku szkolnym mogliśmy sobie uzmysłwić, jak ważne są w życiu wybory, po to aby budować siebie jako „pięknego człowieka”, jak ważne jest twórcze myślenie.

Encyklika papieża Franciszka „Laudato si” wskazuje model bliski sercu i duchowi naszej Fundacji: ekologii zintegrowanej, czyli zrozumieniu, że ludzie są powołani do mądrego i odpowiedzialnego zarządzania sobą, relacjami, duchowością i otoczeniem. W przekazanym papieżowi albumie wykonanym przez stypendystów można wyczytać, że franciszkańskie „Laudato si” oznacza dla nas realizowanie się poprzez możliwość wspierania drugiego człowieka i dbanie o środowisko, w którym żyjemy.

Chcemy nasze życie budować na skale i wspólnie przechodzić fundacyjną drogą od JA do TY czy wreszcie do MY. Chcemy szukać tego, co łączy, a nie co dzieli, w budowaniu odpowiedzialnego obywatelstwa i społeczeństwa.

Zachęcamy do lektury naszego jubileuszowego wydawnictwa: „Dwadzieścia lat Fundacji AMF »Nasza Droga«”.

Znajdą tam Państwo wiele wypowiedzi i uwag naszych współpracowników, przyjaciół oraz byłych i dzisiejszych stypendystów.

Cieszymy się, że kolejny rok poświęcony jest Wszechświatowi. Odniesienia do Wszechświata zawarte są we wszystkich fundacyjnych programach, w tym roku postanowiliśmy spojrzeć głębiej. Chcemy spróbować określić, jakie jest nasze miejsce w kosmosie. Profesor Michał Heller pisze: „Może kiedyś dowiem się, jak się tu wzięłem na Ziemi, ale ja chcę również wiedzieć po co. I tak pojawia się pytanie o sens. Sens mojego istnienia. Sens historii ludzkości. Sens całego Wszechświata. Na te pytania nauka nie może dać odpowiedzi. Moim poszukującym wzrokiem staram się przeniknąć głębie kosmicznych przestworzy – nie rozumiem, ale może zaczynam wyczuwać”.

Mamy nadzieję, że choć trochę zaczniemy wyczuwać i pomogą nam w tym zaproszeni niezwykli wykładowcy. Zachęcamy do śledzenia bieżących informacji na naszych stronach www.

Dziękujemy wszystkim, których spotkaliśmy na naszej wspólnej drodze, przewodnikom, nauczycielom, dziękujemy Wam, drodzy stypendyści. Cieszymy się z tego, co wspólnie przeżyliśmy, czego wspólnie nauczyliśmy się i doświadczyliśmy. Nasze fundacyjne drzewo wyrasta, jak sądzimy, na dobrej glebie i ma mocne korzenie, ale piękne jest również to, co pisze ksiądz Pasierb: w każdym z nas szumi ono innym głosem.

Szanujemy i cieszymy się z tej inności każdego z nas, to nas wzmacnia i ubogaca. Swój wiersz ksiądz Pasierb kończy:

„...ale dobrze, że jesteś
Świat jest jeszcze jeden...”

Wszyscy jesteśmy sobie nawzajem potrzebni, starajmy się o tym pamiętać na naszej dalszej wspólnej drodze.

Anna i Maciej Formanowiczowie

Mój umysł nie ma końca!

➤ Słowa rapu o możliwości czynienia cudów porwały widownię



*Pragnę czynić cuda
Wierzę, że się uda!
Biegnę w stronę słońca,
Mój umysł nie ma końca!*

Tak zabrzmiały słowa rapu, który wykonała Westa 22 września 2018 r. na kolejnej inauguracji nowego roku stypendialnego. Stypendyści licznie zgromadzonym gościom przekazali idee i tematykę minionego oraz nowego roku 2017/18.

G oście najpierw zwiedzili wystawę prac wykonanych przez stypendystów podczas obozu artystycznego w Łucznicy – podziwiali ceramikę, makamę, sitodruk, camera obscura oraz witrażowe lustra. Następnie młodzież zaprezentowała program artystyczny, w którym podsumowała



➤ Kolorowa mozaika wykonana w Łucznicy – każdy zrobił jeden fragment tak różny, jak różnorodna jest nasza Fundacja

najważniejsze wydarzenia minionego roku, którego tematem przewodnim była **Wolność**. Uczestnicząc w wielu spotkaniach, wyjazdach i warsztatach, stypendyści odkrywali jej różne oblicza: w literaturze, sztuce, muzyce, historii, a także w codziennych sytuacjach.

„W czasach renesansu żył niezwykle człowiek... Wolny umysł i wielkie serce. Mistrz złotego środka i harmonii w sztuce, architekturze, nauce i – co najważniejsze – w życiu. Jego dzieła zachwycają wielkich odkrywców, wynalazców, artystów i ludzi ciekawych świata. W nowym roku fundacyjnym to Leonardo da Vinci będzie nas inspirował, co i w jaki sposób wybierać w życiu, by było ono ekscytującą przygodą!” – zapowiedziała nowy rok stypendystka Ewa. Do osoby Leonarda odwoływała się także dr Anna Formanowicz, otwierając nowy rok i witając świeżo przyjętych stypendystów. Zachęcała do stawiania sobie ambitnych celów, ciągłej pracy nad sobą i rozwoju. Przesłaniem inauguracji było wezwanie „Jesteś stworzony, by latać – nie pełzać!”.



🔵 Ważny moment w tradycji fundacyjnej – wręczenie symbolicznych światełek nowo przyjętym stypendystom przez Założycieli



W Polsce Wspólnota „Chleb życia” powstała w 1990 r. Z małego domu w Bulowicach koło Kęt rozrosła się do 9 budynków. Jesteśmy wzywani do niesienia nadziei ubogim. Nasze domy otwarte są dla każdego, kto znalazł się w trudnej sytuacji. Centrum naszego życia stanowi Eucharystia. Niesiemy konkretną pomoc – dach nad głową, pomoc socjalną, medyczną, pomagamy w uzupełnieniu wykształcenia, zdobyciu zawodu. Dzielimy ubóstwo i niepewność jutra z najuboższymi. Coraz więcej jest osób starszych, chorych i niepełnosprawnych. Dla wielu jesteśmy domem, niestety często ostatnim.

Pragniemy poprzez życie razem z ludźmi słabymi i odrzuconymi wskazywać na Tego, który

daje nadzieję. A tą nadzieją jest bezpieczny dach nad głową, szansa na edukację, praca, odzyskanie poczucia własnej wartości, mimo zawirowań życiowych i niepowodzeń, możliwość leczenia. Wreszcie: zwykłe ludzkie kontakty i więzi to lek na samotność – największy ból w odrzuceniu. Doradzają nam fachowcy, dzieląc się bezinteresownie wiedzą. Wspierają wolontariusze. Tworzymy przedszkola, szkoły, domy dla bezdomnych, organizujemy transporty z pomocą humanitarną, szukamy możliwości zarabiania na życie przez ubogich.

s. Małgorzata Chmielewska

🔵 Siostra Małgorzata swoim życiem daje najlepsze świadectwo miłości

Warto się zatrzymać

16 grudnia fundacyjna rodzina spotkała się na wspólnym wigilijnym świętowaniu.

Stypendyści przygotowali przedstawienie mówiące o sile dobra, absolwenci wspominali czasy fundacyjne, a wszyscy dzielili się optatkami i życzeniami, np. jak Dawid: „chciałbym życzyć wszystkim pokoju, ponieważ pokój i poczucie bezpieczeństwa są bardzo ważne w życiu, zwłaszcza w okresie tych niezwykłych świąt. Chęci do poznawania świata, ponieważ bez tego życie staje się nudne. Mądrości, aby wasze wybory były zawsze dobre i przynosiły wam tak dużo szczęścia, jak to tylko możliwe!”

Pani dr Anna Formanowicz życzyła nam, byśmy mieli odwagę i siłę sięgać gwiazd!



🔗 Sceny z przedstawienia, czyli jak dobrze poczuć, że obok jest życzliwy człowiek



Myśl z przedstawienia wigilijnego przygotowanego samodzielnie przez stypendystów:

„Nadszedł szczególny czas świąt, w którym wybaczenie nabrało jeszcze bardziej szczególnego znaczenia... Postarajmy się wybaczyć wszystkim tym, którzy nas w jakikolwiek sposób skrzywdzili.

Warto jest czasami zatrzymać się w tym zabieganym świecie, chociaż na małą chwilkę. Warto jest przemyśleć pewne kwestie, zastanowić się, czy prowadzimy swoje życie właściwym torem, czy swoimi decyzjami nie krzywdzimy innych, a przede wszystkim siebie samych. Czy swoimi wyborami staram się zbliżać do bycia pięknym człowiekiem? Co CHCĘ robić dla drugiego człowieka, a co właściwie robię? I jak to jest tak naprawdę z moim własnym życiem w tej prawdziwej wolności...”



🔗 Wigilia fundacyjna to także spotkania pokoleń absolwentów i stypendystów

Mikołajkowy team

Dobra fundacyjna tradycja odwiedzin przyjaciół ze Środowiskowego Domu Samopomocy w Ostrowi Mazowieckiej trwa od lat. Stypendyści występują tu jako team pomocników św. Mikołaja.



🔊 Kolędy wśród przyjaciół brzmią jeszcze cieplej

Już na początku grudnia stypendyści przygotowali listy dla każdego z podopiecznych Środowiskowego Domu Samopomocy, które wręczyli osobiście podczas mikołajkowego spotkania w ostrowskim Ratuszu. Niewielkie upominki wykonane własnoręcznie cieszą najbardziej, tak było też i tym razem. Zarówno stypendyści, jak i podopieczni Domu nie kryli radości z wizyty, możliwości złożenia sobie życzeń, rozmowy i takiego zwykłego bycia razem.

„Człowiek czasami uważa, że jest wspaniały i dobry tylko dlatego, że osiągnął jakiś sukces, jest podziwiany, sławny czy nawet dlatego, że nikomu nie staje na drodze. Jednak dobroć polega na dawaniu siebie innym, nie tylko poprzez unikanie kłótni, ale również przez dzielenie się tym, czym się tylko da”. – twierdzi stypendystka Urszula.



🎁 Najlepszym prezentem jest serdeczność

Uczona, która cały czas „szła do przodu”

„Nikommu z nas życie, zdaje się, bardzo łatwo nie idzie, ale cóż robić, trzeba mieć odwagę i głównie wiarę w siebie, w to, że się jest do czegoś zdolnym i że do tego czegoś dojść potrzeba. A czasem wszystko się pokieruje dobrze wtedy, kiedy najmniej się człowiek tego spodziewa”. – Maria Skłodowska-Curie.



Wystrój muzeum tak samo skromny jak Maria Skłodowska-Curie

Wybitna polska fizyczka i chemiczka, dwukrotna laureatka Nagrody Nobla, współtwórczyni nauk o promieniotwórczości, może być przykładem dla wielu pokoleń. Jej biografia pokazuje, jak dzięki pasji, ciężkiej pracy i zaangażowaniu, odwadze i determinacji, będąc przekonanym o słuszności podejmowanych wyborów, można osiągnąć cel. O jej ciekawym i trudnym życiu dowiedzieliśmy się więcej podczas wizyty w Muzeum Marii Skłodowskiej-Curie. Mieści się ono w zrekonstruowanej XVIII-wiecznej warszawskiej kamienicy, w której w 1867 r. urodziła się Maria. Można w nim



Nic tak nie uczy, jak doświadczanie



zobaczyć rzeczy osobiste Marii, a także znaczki, fotografie i dokumenty gromadzone już przez jej ojca. Wystrój nawiązuje do starych wnętrz, dzięki czemu można lepiej poczuć klimat epoki. Istotnym punktem wizyty była lekcja chemii i doświadczenia, które stypendyści przeprowadzali.

„Maria Skłodowska-Curie musiała dokonywać w życiu wielu ważnych wyborów. Czy kontynuować badania mimo problemów ze zdrowiem? Czy w ogóle jako kobieta może być naukowcem? Mimo negatywnego podejścia innych nie poddała się i cały czas »szła do przodu«” – uważa David. „Wielu ludziom brakuje właśnie takiej odwagi, jaką miała Maria. Odwagi, żeby robić to, co się kocha, w co się wierzy. Nie w to, co mówią inni, ale to, co mówi Ci Twoje własne serce. Ludzie powinni się odważyć być taką Marią!”

Oliwia twierdzi: „zaimponowała mi jej prostota, której nie naruszyła wielka sława. Znajdowała czas na wszystko. Pobyt w Muzeum pozwolił mi znacznie bardziej poznać tę niezwykłą kobietę. Warsztaty chemiczne były idealnym dopełnieniem, bardzo w moim stylu, ponieważ bardzo lubię tę dziedzinę i wiąże z nią przyszłość”.



✦ Maria Skłodowska-Curie

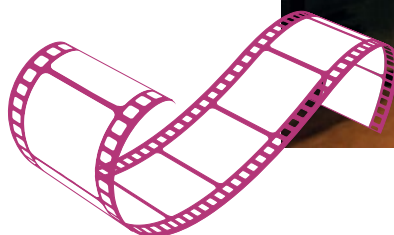
Leonardo i zarządzanie czasem

Po obejrzeniu filmu dokumentalnego o Leonardzie da Vinci „Leonardo da Vinci – geniusz z Mediolanu” 21 października w Kinie Muranów, stypendyści skomentowali słowa geniusza: „Czasu jest zawsze pod dostatkiem dla tych, którzy umieją z niego korzystać”.

Weronika uważa, że „Leonardo chciał zaznaczyć, że odpowiednia kontrola czasu, zarządzanie nim sprawia, że nigdy nie zabraknie go na konkretne czynności. Jeżeli masz swój czas dobrze zaplanowany, to wyrobisz się ze wszystkimi swoimi obowiązkami i znajdziesz też chwilę na przyjemności lub na zwyczajne »nicnierobienie«. Czasu jest wystarczająco, ale wiedzą o tym tylko ci, którzy potrafią z niego odpowiednio korzystać”.



✦ Kadr z filmu „Leonardo da Vinci – geniusz z Mediolanu”



Pomyśl, zaplanuj, działaj!

13 października mogliśmy się „szkolić” ze sztuki wprowadzania w życie zmian. Prowadząca, p. E. Krawiecka, wyjaśniła jak w prosty sposób można takie zmiany zaplanować i przeprowadzić.

Według Mateusza „wprowadzenie zmian, użycie »działań wywołujących zmianę« może być dla mnie dość trudne, przywykłem do swojego postępowania. Ludzie często boją się, że jeśli coś zmienią, to będzie gorzej, przyzwyczajają się i uznają, że jest im dobrze, zapominając, że zawsze opłaca się szukać lepszej drogi. Trzeba spojrzeć dalekosięźnie, powtórzenie poprzednich czynności będzie łatwiejsze, warto jednak zdobyć siłę na zrobienie czegoś inaczej.

Spróbuję znaleźć w sobie siłę na zmiany. Od teraz najważniejsze rzeczy, na które mam więcej czasu, będę planował i będę postępował według swoich ustaleń. Dopiero jeżeli realizacja planu nie będzie możliwa, pozwolę sobie na spontaniczność. Gdy coś zmienię, to po początkowych trudnościach przyzwyczaję się również do nowej sytuacji, a jeśli okaże się, że z jakiegoś powodu działa mi się gorzej, zawsze mogę zmienić coś raz jeszcze”.



➔ Podczas spotkania dowiedzieliśmy się, że do każdej zmiany prowadzi pierwszy krok

Jak skutecznie wprowadzać zmiany:

- ➔ Wyznacz na zmianę w kalendarzu 90 dowolnych dni (ani mniej, ani więcej).
- ➔ Pomyśl, w jakim obszarze, jaką zmianę chcesz wprowadzić w swoje życie (praca, lepsza organizacja czasu, zdrowie, rodzina).
- ➔ Może być to jedna zmiana albo kilka (ale tylko tyle, ile dasz radę).
- ➔ Napisz strategię zmiany – krok po kroku – jak to zrobię, jakimi działaniami, czynami, KONKRETAMI.
- ➔ Zaczynj to robić!

Dzielić się z innymi

Ideą Fundacji jest dzielenie się z innymi. A czym? Choćby swoimi umiejętnościami, doświadczeniem, wiedzą, życzliwością, pozytywnym myśleniem, czasem i... uśmiechem.

17 listopada na piątkowym spotkaniu doświadczyliśmy radości takiego wspólnego obdarowywania. P. Maciej Formanowicz, czerpiąc z własnego doświadczenia, przybliżył studentom tematykę wolności, dokonywania odpowiedzialnych wyborów na przykładach ze sfery codzienności fundacyjnej i społecznej. Natomiast goście, p. Katarzyna Kolasińska, jej współpracownicy i podopieczni ze Środowiskowego Domu Samopomocy



➔ Nasi przyjaciele z SDS przekazali dla Fundacji swoje piękne prace plastyczne

w Ostrowi Mazowieckiej, podzielili się z nami swoim optymizmem i pasjami, które realizują w pracowniach Domu: kulinarną, sportową, budzenia ciekawości świata, plastyczną, garncarską i muzyczną.

A co, jeśli dobro nie wraca?

„Wolontariusz nie oczekuje, że pomaganie mu się opłaci. Wolontariusz nie kalkuluje, że skoro dziś on komuś pomógł, to gdy on będzie w potrzebie, jemu też ktoś pomoże” – wyjaśnia p. Agata Tomaszewska.



Gość spotkania – p. Agata opowiada o wolontariacie jak o pięknej życiowej przygodzie

2 marca gościliśmy p. Agatę Tomaszewską, która opowiedziała nam o drodze, jaką wybrała – wolontariacie. Czynne uczestnictwo w życiu społecznym i obywatelskim to m.in. chęć bezinteresownej pomocy. P. Agata na przykładzie swoich działań zachęcała do bycia zaangażowanym, gdyż później procentuje to przez całe życie. Szczególnie ciekawe były wspomnienia z akcji budowania szkoły w Afryce.

A co, jeśli dobro nie wraca?

Wolontariat to pomaganie osobom, których się nie zna. Taką definicję wolontariatu usłyszałam od 11-letniej dziewczynki i myślę, że w swojej prostocie definicja ta ujmuje to, co w wolontariacie najważniejsze. Pomaganie osobom, które nie są z naszej rodziny czy kręgu przyjaciół, to dbanie o innych, o osoby spoza naszego najbliższego otoczenia, których dobrobyt nie poprawi naszego dobrobytu. Wolontariat to czysta bezinteresowność. Wolontariusz nie oczekuje, że pomaganie mu się opłaci. Wolontariusz nie kalkuluje, że skoro dziś on komuś pomógł, to gdy on będzie w potrzebie, jemu też ktoś pomoże. Wolontariat to też nie staż zawodowy. Oczywiście jak każda aktywność życiowa, projekt społeczny pozwala nauczyć

Agata Tomaszewska,

prezesa Zarządu Fundacji ING Dzieciom.

Jest z wykształcenia orientalistką, ukończyła również studia podyplomowe z zarządzania organizacjami pozarządowymi. Pracę w sektorze społecznym rozpoczęła w 2004 r., zdobywając doświadczenie w różnych organizacjach.

się nowych rzeczy, poznać ludzi, zdobyć praktykę w danej dziedzinie. Ale to dzieje się przy okazji. Jeśli wolontariat będzie traktowany jako etap w karierze zawodowej, co z nieciekawymi i mało kreatywnymi zadaniami, które też trzeba wykonać? Wolontariusze też są potrzebni do zaklejania kopert z listami do darczyńców czy obierania ziemniaków dla osób korzystających z jadłodziń. Nie ma tu fajerwerków, ale jest głęboki sens, który powinien być celem samym w sobie. Jeśli chcemy zaangażować się w wolontariat, odłóżmy na bok własne korzyści i spróbujmy po prostu komuś pomóc. Dać z siebie dobro i patrzeć, jak innym jest łatwiej, lepiej. Bądźmy empatyczni, nie tylko praktyczni. Oczywiście tylko jeśli chcemy, bo wolontariat to dobrowolność.

Agata Tomaszewska

Ten „drugi” – mój brat

Odwiedzają bezdomnych na dworcach, w pustostanach, na peryferiach miast. Przygotowują dla nich „kolacje na ulicy”, wspólnie piją herbatę, rozmawiają.

18 maja spotkanie z dwiema sympatycznymi wolontariuszkami, p. Anią i p. Martą z ekumenicznej wspólnoty Sant'Egidio pokazało, jak może cieszyć otwarcie na drugiego człowieka: nawet jeśli jest on ubogi, bezdomny czy jest uciekinierem z własnego kraju.

Wspólnota działa od 50 lat w wielu krajach, a założyli ją trzej włoscy licealiści. Panie mówiły o swoich wzruszających spotkaniach z potrzebującymi, a na filmie zobaczyliśmy, jak wielu młodych ludzi w Warszawie z ochotą rezygnuje z własnej rodzinnej Wigilii po to, by zorganizować ją dla ludzi, którzy nie mają domu.



👉 **Dziękujemy za dobre spotkanie!**

Czym jest wspólnota Sant'Egidio?

Jesteśmy częścią wspólnoty, która przekracza wiele granic. To ruch ludzi świeckich, a więc mających swoje zawody i rodziny, powstały w 1968 r. w Rzymie, do którego należy ok. 60 tys. osób, zaangażowanych w ewangelizację i służbę ubogim w 75 krajach. W Polsce Wspólnota Sant'Egidio istnieje także w Chojnie, Szczecinie, Poznaniu i Krakowie.

Tym, co daje nam siłę i motywuje do wychodzenia na ulice naszego miasta, jest wspólna modlitwa i Ewangelia. Modlimy się razem także o pokój, rozmawiamy o sytuacji w krajach zagrożonych wojnami i konfliktami, modlimy się za chorych. Wspólnota Sant'Egidio w Warszawie to grupa młodych ludzi, którzy modlą się za

👉 **Nikt nie jest na tyle ubogi, aby nie mógł pomagać innym.**

Andrea Riccardi,
założyciel Wspólnoty Sant'Egidio

ubogich i wychodzą na ulice miasta, aby spotkać żyjących tam bezdomnych. Przygotowujemy dla nich „kolacje na ulicy” w centrum miasta, spotykamy się na dworcach, na lotnisku, wyruszamy na peryferia, odwiedzając pustostany, przyczepy kempingowe, ogródki działkowe i stare garaże, gdzie żyją nasi przyjaciele. Zupa, kanapki, kubek herbaty są początkiem więzi, która zmienia nas wszystkich.

**Marta i Anna,
wolontariuszki Sant'Egidio**

Sztuka na pointach

24 listopada stypendyści obejrzeli balet „Jezioro łabędzie”. „Czasami bałam się mrugać, aby nie przegapić wyrafinowanego ruchu dłoni, ponieważ jak się okazuje, nawet najdrobniejsze gesty mają znaczenie” – wspomina wizytę w teatrze stypendystka Weronika.



🔴 Specjalna okazja wymaga specjalnego stroju

Zespół Akurat zaśpiewał w piosence »Balet«: »Idealnie, doskonale, jak zawodowy balet, gdzie nawet najmniejszy palec wprawia w zachwyt całą salę«. W życiu nie warto robić wszystkiego jak najszybciej, lepiej robić rzeczy wolniej i dokładniej, trzeba zwracać uwagę na drobiazgi, bo to od nich tak naprawdę zależy wynik końcowy. Podobnie jest w biologii: bez mikroelementów nie byłibyśmy w stanie żyć, mimo że ich ilości w organizmie są śladowe. Przytoczony fragment piosenki również zawiera tę myśl: wszyscy spodziewają się skoków i akrobacji w balecie, ale to właśnie niespodziewany ruch palca, dłoni, drganie nóg jak w »Jeziorze łabędzim«, czy pocałunek sprawia, że widownia musi wyrzucić z siebie emocje w postaci zachwyty. Nasze życie również jest świetnym

Do lepszego odbioru i zrozumienia baletu stypendystów przygotowała p. Emilia Romanik.

Emilia Romanik – śpiewaczka operowa, pedagog, logopeda i trener głosu, z Fundacją współpracuje od 5 lat. Uważa, że jej największy sukces w Fundacji to osoby, które na początku nie chciały śpiewać, a teraz chętnie uczestniczą we wspólnym muzykowaniu. „Grupowy śpiew przecież jednoczy i buduje więzi. Bardzo cenię muzykę Czajkowskiego za budzenie emocji. Gdy przygotowywałam stypendystów do odbioru baletu »Jezioro łabędzie«, m.in. wspomniałam króla Słońce, Ludwika XIV, który kochał balet i sam w nim występował. Stąd fachowe baletowe słownictwo jest z j. francuskiego”.



Ciąg dalszy na s. 14

Dokończenie ze s. 13



przykładem tej myśli: wszyscy ludzie przechodzą ten sam schemat – przedszkole, szkoła, praca. Jednak to takie smaczki jak czyjś sposób wypowiedzania się, wygląd, zainteresowania sprawiają, że pośród ludzi, którzy z pozoru robią to samo, wybieramy sobie przyjaciół, kolegów, partnerów na całe życie”.

🔴 Piękny wystrój Teatru Wielkiego
Opery Narodowej zapowiada,
że wchodzimy do pałacu Sztuki!

Energia umysłu, energia miasta

14 kwietnia udaliśmy się do Łodzi na jedyną w swoim rodzaju wystawę „Leonardo da Vinci – Energia umysłu”. Przy okazji zwiedziliśmy Łódź – miasto piękne, ale pełne kontrastów.



🔴 **Niespodziewane... wspólne zdjęcie z Mistrzem**

Akurat był to dzień urodzin geniusza. W przestrzeni EC1 Łódź – Miasto Kultury, gdzie odbywała się wystawa, powitał nas „Leonardo” i poczęstował urodzinowym tortem. Niesamowita wystawa ukazała potęgę myśli Leonarda oraz kilku polskich uczonych – wynalazców, którzy też próbowali „dosięgnąć nieba”.



„LEONARDO DA VINCI – ENERGIA UMYŚŁU”

– wystawa, która przyjechała do Łodzi z Mediolanu. Ten międzynarodowy projekt powstał w koprodukcji francusko-włosko-niemieckiej trzech ośrodków: Centrum Nauki i Przemysłu w Paryżu, Narodowego Muzeum Nauki i Techniki im. Leonarda da Vinci w Mediolanie oraz Deutsches Museum w Monachium. Wystawa przedstawia działalność Leonarda da Vinci jako

naukowca, wynalazcy i inżyniera. Składa się na nią 70 eksponatów, w tym historyczne modele – słynne maszyny Leonarda. Wystawę w największych centrach nauki na całym świecie widziało już 750 tys. osób.

Po niej udaliśmy się na zwiedzanie Łodzi. Pani przewodnik pokazała nam to miasto w wielu odsłonach. Zobaczyliśmy pięknie odnowione kamienice, nowoczesne wielkoformatowe grafiki na murach,

ale też zaniedbane podwórka i zniszczone elewacje – to wszystko w samym sercu miasta. Być może to właśnie przyciąga do Łodzi? Jej różnorodność i to, że miesza się tu nowoczesność z przeszłością?



📍 Łódź jest miastem nowoczesnej sztuki, np. murali

„W człowieku wszystko powinno być piękne; i twarz, i ubranie, i dusza, i myśli” Wujaszek Wania, akt II



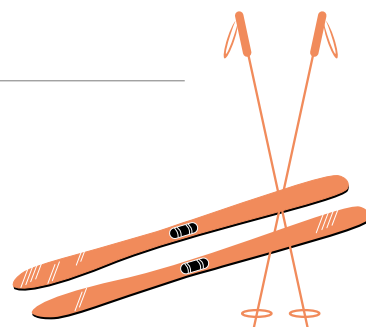
25 marca stypendyści obejrżeli w Teatrze Polskim spektakl „Wujaszek Wania” pióra Antoniego Czechowa, w reżyserii Iwana Wyrupajewa, ze znakomitymi aktorami: Karoliną Gruszką, Andrzejem Sewerynem i Maciejem Stuhrem.



Stypendyści w ramach programu uczestniczą co najmniej kilka razy w roku w spotkaniach z kulturą – w tym z wielką klasyką, która zawsze pobudza do myślenia, gdyż porusza życiowe tematy. „Wujaszek Wania” Antoniego Czechowa jest melancholijną sztuką o niespełnionych marzeniach i nietrafionych życiowych wyborach. Ponadczasowy tekst dramatu, świetna scenografia i gra aktorska na najwyższym poziomie sprawiły, że wizyta w Teatrze Polskim na długo zapadnie w pamięci.

Po spektaklu był czas na spacer warszawską Starówką

Mój pierwszy zjazd ze szczytu stoku



„Nogi miałam jak z waty, a serce waliło jak oszalone. Pamiętam, że po tym zjeździe powiedziałam, że już nigdy nie wjadę tak wysoko” – stypendystka Dominika wspomina noworoczny wyjazd w góry.

Gdy rówieśnicy świetnie się bawili, ja w tym czasie czekałam na nich w połowie stoku. Czułam się bardzo źle, zawiodłam się sama na sobie, czułam pustkę i żal. Postanowiłam, że tak łatwo się nie poddam. Po krótkiej przerwie wjechałam na ten sam szczyt i z dumą sunęłam w dół. Okazało się, że nie jest to takie straszne, a łyżwy były

niepotrzebne. Za to duma i zachwyt, jaki czułam po zjeździe, jest nie do opisania.”

„Wyjazd na narty był jak zwykle dużym przeżyciem” – mówi Mateusz. „Mam tu na myśli przede wszystkim niesamowitą atmosferę wzajemnej serdeczności i pomocy. W takim gronie można było nauczyć się wielu rzeczy o relacjach. Najtrudniejsze było dla mnie (szczerze!) przestrzeganie zbyt rygorystycznego, jak dla mnie, regulaminu. Dyżury, sprzątania, itd. również były dość ciężkimi zadaniami, ale z dobrym nastawieniem nawet najtrudniejsze obowiązki stawały się zabawą”.

Zajęcia były bardzo ciekawe. Ubolewam, że były to moje ostatnie narty w takim gronie. Ale cóż – lepszy jest niedosyt, niż nadmiar.” – podsumowuje.

Zimowy poligon

Pięć intensywnych dni, które minęły jak chwila. To zasługa świetnej atmosfery i różnorodności zajęć, w których uczestniczyliśmy.



➤ Pan Michał jak zawsze z niespożytą energią prowadzi zajęcia

Od 15 do 20 stycznia w Hordyszewie pogłęбилиśmy wiedzę o geniuszu Leonarda da Vinci. Na warsztatach psychologicznych z p. Michałem Borkowskim zastanawialiśmy się, co to znaczy żyć „przez duże Ż”. Poznaliśmy tajniki sztuki kulturalnej dyskusji. Przygotowaliśmy dwie debaty oksfordzkie – m.in. na temat dokonywanie wyborów. Dziewczynom podobały się pokazy wizażu prowadzone przez znakomitą wizażystkę gwiazd, p. Renatę Łosicką, a w tym czasie chłopcy dyskutowali z p. psychologiem o byciu mężczyzną – zwycięzcą.

➤ Wierzę w to, że kompetencje społeczne i interpersonalne można ćwiczyć niczym mięśnie. Potrzeba powtórzeń, nabierania wprawy itd. Fundacja AMF stanowi dla młodego człowieka »bezpieczny poligon interpersonalny«. Tutaj może bezpiecznie próbować, przełamywać swoje kolejne bariery. Tutaj także czasami musi zrobić więcej, niż ma ochotę, grupa wymaga od niego, żeby przekroczył swoją granicę komfortu” – tak widzi nie tylko fundacyjne wyjazdy psycholog, p. Michał Borkowski.

➤ Makijaż naturalny to dobry sposób dbania o urodę



Ciąg dalszy na s. 18

Dokończenie ze s. 17

Nie zabrakło ludowych tańców i kolędowania wraz z Kapelą Niwińskich. Mile wspominamy spotkanie z ks. Józefem, który opowiadał o swej misyjnej pracy w Afryce. Było to zimowisko „wielopokoleniowe”: dzięki wychowawcom – absolwentom Fundacji wieczory i zielona noc upłynęły pod znakiem integracji, gier i zabaw.

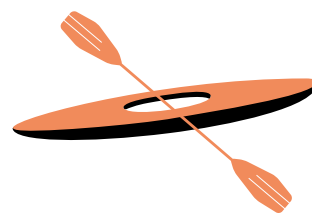


➤ Skoczne polki i oberki w wykonaniu Kapeli Niwińskich – chwilowa alternatywa dla hip hopu i breakdance'u



➤ Taniec ludowy „miotlarz”

Było ciężko, ale **fajnie**



Lipcowy spływ kajakowy prowadzony przez ks. prof. Włodzimierza Gałązkę trwale wpisał się w fundacyjny kalendarz. Tegoroczny wodny szlak prowadził przez malowniczą Krutynię.

Zuzia uważa, że „nie jest tak trudno, jeśli się od razu przyzwyczai do rytmu obozowego życia, np. wczesnego wstawania czy kolejek do wspólnych pryszniców (później można docenić domowe wygody)”. Dawid dodaje, że „taki survival dobrze przygotowuje do przyszłych trudów życia”. Dla Emilki najtrudniejszym wyzwaniem była funkcja sternika, ale mimo że był to jej pierwszy raz w tej roli, dobrze się w niej sprawdziła.

Zuzia wspomina spotkania z interesującymi ludźmi, np. śpiewakiem operowym, który demonstrował zaskakujące możliwości głosu, oraz p. Maciejem Formanowiczem, który mówił m.in. o zasadach sprawiedliwości. Dobre wrażenia z kajakowych wakacji to dla niej radość, bliskość z naturą, opiekuńczość instruktorów oraz nauka współpracy podczas wiosłowania, gdy trzeba było się dostosować do drugiej osoby.

Piękno i wiedza

„Fundacyjna wyprawa śladami Leonarda da Vinci we Włoszech była niezapomniana. Będę ją wspominać latami. Podczas niej nie tylko pogłębialiśmy swoją wiedzę na temat włoskiej architektury, kultury, ale także zajęliśmy się sprawami duchowymi” – relacjonuje stypendystka Dominika.



Starożytne Koloseum imponuje zarówno wielkością, jak i solidnością wykonania

Największe wrażenie zrobiły na mnie bazyliki. Podziw budziły ogromne świątynie, które były bogato zdobione, a to wszystko za pomocą geniuszu myśli i rąk ludzkich. Największym przeżyciem była dla mnie msza św. przy grobie naszego rodaka – św. Jana Pawła II. To w tym momencie poczułam, że nasza pielgrzymka się rozpoczyna. Ważnym momentem była też chwila, w której stojąc na placu św. Piotra, wraz z papieżem Franciszkiem mogliśmy odmówić modlitwę Anioł Pański. Chwila, w której Ojciec Święty ukazał się w papieskim oknie to coś niezwykłego, czas pełen radości i oczekiwania”.

Rzym, Florencja, Padwa, Mediolan, Vinci, Asyż – każde z nich miało swój odrębny urok. Jak w barwnym kalejdoskopie przesuwały się przed naszymi

oczami zabytki, arcydzieła sztuki, wiadomości z historii, wzmianki o wielkich osobistościach i koloryt przyrody, a nawet kuchni włoskiej.

„Program pielgrzymki był bardzo intensywny i zobaczyliśmy o wiele więcej, niż przeciętny turysta wybierający się na Półwysep Apeniński. Mogę więc powiedzieć, że jestem zadowolony z wyjazdu i czuję się dzięki niemu w pewnym stopniu uduchowiony” – mówi Przemysław. „Najbardziej zapamiętam moje prywatne spacerunki, które odbyłem w trakcie wycieczki po miejscach, w których »działa się historia«. Mając styczność z rzeczami, które są starsze od ciebie o tysiąclecia, zyskuję zupełnie inne spojrzenie na miejsce człowieka we wszechświecie”.

Ciąg dalszy na s. 20

Dokończenie ze s. 19

➤ Nasz album pt. *Laudato si – dar dla papieża Franciszka*. Każdy napisał i narysował w nim to, co jest dla niego w życiu najważniejsze

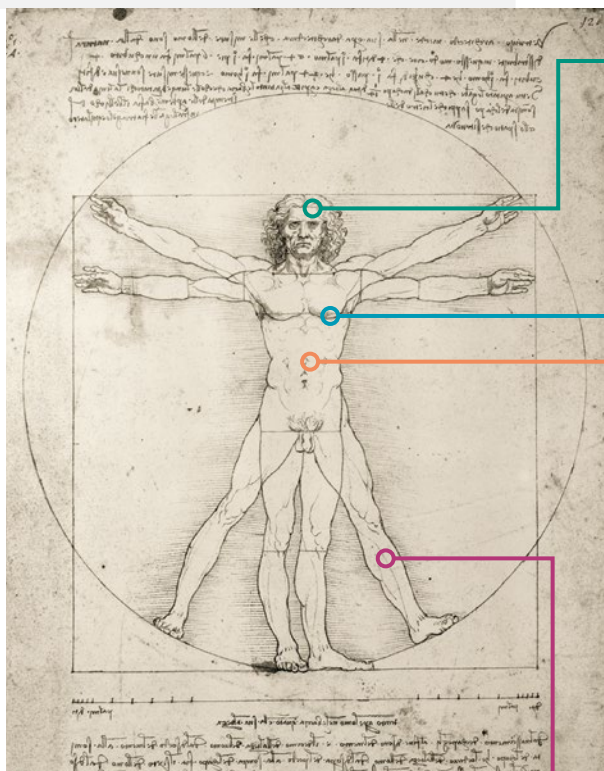


Momenty, wrażenia, impulsy – każdy przywiózł swoje własne wspomnienia. „Najbardziej zapamiętałem moment wejścia do pokoju hotelowego w Asyżu. Oniemiałem, gdy zobaczyłem starodawny wystrój wnętrza i wspaniałe łóżka. Były nawet zabytkowe (lub wzorowane na takie) okiennice. Czuję się tam jak w filmie” – mówi Daniel, a Dominika dodaje: „Najpiękniejsze miejsce? Asyż. Miejsce to zwróciło moją uwagę nie tylko ze względu na niezwykle postać pochodzącą z tej miejscowości – św. Franciszka. Miasto zachwycało pięknymi, zachowanymi w czasie budynkami, niezwykle widokami, a także wąskimi, krętymi uliczkami”.

Może to włoskie krajobrazy, które są niczym muzyka, ukształtowały największego geniusza Leonarda da Vinci? Każdego dnia zgłębialiśmy jego kroki do geniuszu; przemawiały one do nas bardzo głęboko, gdy mogliśmy „na żywo” podziwiać jego arcydzieła w Muzeach Watykańskich, Gallerii Uffizi, Pinakotece Ambrojańskiej czy w rodzinnym Vinci.

➤ W oczekiwaniu na Anioł Pański na placu św. Piotra w Rzymie

JA – PIĘKNY CZŁOWIEK



→ **ROZUM** – staram się pogłębiać moją wiedzę i umiejętności w konkretnych dziedzinach – lubię rysować, więc staram się narysować coś każdego dnia. Nawet gdy nie mam czasu, zrobię mały szkic. Kolejnym sposobem czerpania wiedzy jest oglądanie filmów edukacyjnych na YouTube (recenzje książek, ciekawostki naukowe, porady w rysowaniu).

→ **SERCE** – swoje człowieczeństwo buduję na wartości takiej, jak dobroć. Człowiek z natury rodzi się dobry, ale musimy pogłębiać ten dar, by być coraz lepszymi. Kiedy każdy człowiek pomyśli o tym w ten sposób, świat będzie lepszym, bezpieczniejszym miejscem dla nas wszystkich. Zacznę od siebie: nie będę chować urazy, nie będę odpowiadała złem, a zło będę wybaczała!

→ **KORPUS** – dzisiaj jestem na dobrej drodze, by być człowiekiem dobrym, ale jestem niecierpliwa i mało odważna. Za bardzo się stresuję. Chcę nauczyć się żyć powoli i pokonać własne słabości. By korpus był silny, będę podejmować wyzwania – nawet te pozornie nie do wykonania.

→ **NOGI** – moim fundamentem, który mnie w tym wszystkim wspiera, jest rodzina. Dają mi siłę do działania i jestem im za to bardzo wdzięczna. Mym krokiem w stronę bycia pięknym człowiekiem jest dbanie o bliskich i okazywanie im swoich uczuć najlepiej, jak potrafię. Ja też będę ich wspierać.

Zadanie, nad którym każdy z nas pracował przez rok, czyli osobisty model pięknego człowieka wzorowany był na złotej proporcji Leonardowskiego człowieka witruwiańskiego.



→ W drodze do Vinci



Las, dworek, warsztaty

Pod zabytkowym dębem w Łucznicy, z naszym specjalnym gościem – kompozytorem, p. Jerzym Filarem i jego córką Emilką

– to pierwsze trzy słowa, jakie kojarzą się Julii z jej pierwszym artystycznym fundacyjnym wyjazdem do Łucznicy. Kolejne to: inspiracje, nowe znajomości i doświadczenia.

Dla Izy osiem sierpniowych dni w Łucznicy to przyjaźń, rodzinne relacje i ciepła, niepowtarzalna atmosfera. Dla Edyty miłym zaskoczeniem była satysfakcja na warsztatach z gliny, gdy można było tworzyć, co tylko się chciało. Dominik uważa, że najlepsza była integracja, dzięki której poznał nowych znajomych. Zuzię do dalszej nauki gry na gitarze zainspirowały muzyczne zajęcia z p. Witkiem Vargasem i już z tęsknotą zaczyna czekać na przyszłoroczne wakacje ze sztuką.

Warsztaty prowadzone w Łucznicy przez doświadczonych, a jednocześnie sympatycznych instruktorów to czysta przyjemność. Lepienie z gliny, plecionki z wikliny i makramy, zajęcia muzyczne i emisji głosu zaowocowały pięknymi pracami i efektami. Najważniejsze, że każdy uczestnik poczuł się niczym sam Leonardo da Vinci!



WITAJCIE W AKADEMII ŁUCZNICA

Stowarzyszenie „Akademia Łucznicza” jest organizacją pożytku publicznego działającą na rzecz dzieci, młodzieży i dorosłych, artystów, animatorów kultury, nauczycieli i terapeutów zajęciowych, a także osób niepełnosprawnych.

Przedmiotem działalności Stowarzyszenia jest edukacja w zakresie rękodzieła tradycyjnego i artystycznego, edukacja kulturalna (również architektoniczna) oraz ekologiczna. Do Łucznicy od lat na wakacje ze sztuką wyjeżdżają dzieci pracowników FORTE oraz młodzież z Fundacji „Nasza Droga”.



Migawki z Łęcznicy

20 lat „Naszej Drogi” to ludzie
– wszystkim dziękujemy!

Stypendyści



OD WRZEŚNIA DO WRZEŚNIA
Jednodniówka – magazyn stypendystów www.amf.org.pl

Zespół Redakcyjny: stypendystki i stypendyści Fundacji AMF „Nasza Droga”

Współpraca: Ewa Krawiecka, Małgorzata Wilanowska, Julitta Wiechno

Zdjęcia: archiwum prywatne stypendystów i archiwum Fundacji AMF
oraz udostępnione przez Roberta Grylaka

Jednodniówka ukazała się nakładem własnym.



**Fundacja AMF
„NASZA DROGA”**

07-300 Ostrów Mazowiecka
ul. Biała 1
tel. 0048/29 644 21 16
KRS: 0000159282
www.amf.org.pl