



dr Aneta Agnieszka
Karwowska
– dyrektor Muzeum Ziemi
Piskiej w Pieszku

Zawód – mama



Mama Aneta oczami córki

Zycie we współczesnym świecie to spore wyzwanie. Osiąganie celów, realizowanie oczekiwań, niestające wyścigi. Kiedyś kobiety, które chciały być aktywne zawodowo, często musiały dokonać trudnego wyboru – praca czy dom? Kariera czy wychowywanie dzieci? Dzisiaj na szczęście jest trochę łatwiej. Pracę i macierzyństwo da się pogodzić, a spełnione mamy, rozwijające się zawodowo, nie są aż taką rzadkością.

Rola społeczna matki jest zarazem piękna i wzniosła, ale także trudna, pełna prozaicznych prac i obowiązków. Bycie mamą daje niewyobrażalnie dużo radości, szczęścia i satysfakcji, ale jest jednocześnie

źródłem frustracji i bólu. To nie wszystko. Mamy, które nie chcą rezygnować z rozwoju zawodowego lub są zmuszone do jak najszybszego podjęcia pracy, mają jeszcze trudniej. Liczba obowiązków rośnie, a każda doba trwa niezmiennie 24 godziny. Zaczyna się walka o czas, który trzeba mądrze podzielić, nie zapominając o sobie. Pracujące mamy, choć przypominają doskonale cyborgi, mają swoją ograniczoną wytrzymałość.

Najlepszy kurs macierzyństwa

Czy właściwie wychowuję swoje dzieci? Czy poświęcam im wystarczająco dużo czasu? Takie pytania zadają sobie mamy na całym świecie,

a w szczególności te pracujące. Kursy świadomego macierzyństwa wyrastają jak grzyby po deszczu, a Internet pęka w szwach od dobrych rad na temat wychowywania dzieci. Presja środowiska rośnie. Inteligentne zabawki, najlepsza szkoła, mnóstwo zajęć dodatkowych dla wszechstronnego rozwoju i lepszego startu życiowego dzieci... Czy rzeczywiście tego najbardziej potrzebuje dziecko? Najlepszy, dedykowany dla danej kobiety kurs macierzyństwa tworzy ona sama. Intuicja, miłość i poczucie własnej wartości pozwalają obrać właściwą drogę, bez względu na panujący wokół chaos. Świadomy rozwój dziecka jest bardzo ważny, ale prawda jest taka, że nie tylko matka ma wpływ na poglądy i wybór drogi życiowej swoich dzieci. Jest jeszcze szkoła i rówieśnicy. Niemożliwością jest nad wszystkim zapanować i zamiast poddawać się bezwolnej frustracji, przede wszystkim warto być... tak po prostu – mamą na co dzień. Być ze swoimi dziećmi. Spędzać z nimi tyle czasu, ile się da, przed pracą i po pracy. Bez względu na wiek. Czerpać radość z bycia razem w zabawie, przy wspólnych obowiązkach, podczas prostych czynności i w trakcie rozwiązywania wielkich i małych problemów. Potrzeba bycia razem jest kluczowa, a wyznacznikiem szczęścia dziecka jest w dużej mierze miłość otrzymana od matki. To procentuje przez całe życie.

Najfajniejsza mama na świecie

szczęśliwa i spełniona kobieta będzie dobrą mamą. Jeżeli do szczęścia potrzebujesz aktywności zawodowej – rób

Jeżeli do szczęścia potrzebujesz realizowania własnych pasji – rób to. Dzieci nie są przeszkodą, a wręcz przeciwnie, uruchamiają potencjał i pokłady życiowej energii, o których żadna z mam przed macierzyństwem nawet nie śniła. Dzieci dają olbrzymią siłę, warto ją wykorzystać również pod kątem własnego rozwoju. To prawda, że nie jest łatwo. Bycie mamą to olbrzymia odpowiedzialność i ciągle wyzwania. Trzeba mieć nerwy ze stali, umiejętność doskonałego wykorzystania czasu i wybitne zdolności negocjacyjne. Bycie mamą nie przekreśla jednak szans na realizowanie swoich zawodowych pasji i ambicji. Istotne jest przede wszystkim podejście pracodawcy i wsparcie rodziny. Kochający i budujący w chwilach słabości męża czy pomoc babci są bezcenne i oby jak najwięcej mam miało okazję tego doświadczyć. Reszta w dużej mierze zależy od samej kobiety, która przede wszystkim powinna postępować w zgodzie ze sobą, nie dążyć do perfekcji i pamiętać o własnych potrzebach. Dziecko nie potrzebuje idealnej matki, ale matki szczęśliwej i wystarczająco dobrej, czyli zwyczajnej, potrafiącej czerpać radość z kontaktu ze swoim potomstwem. Kobieta, która zna własną wartość, nie boi się popełniania błędów i potrafi odpocząć, z pewnością poradzi sobie nie tylko z pracą i wychowywaniem dzieci, ale również z innymi problemami. Wyzwania stanowią część życia i tylko od nas zależy, w jaki sposób do nich podejmiemy. Warto je podejmować, choćby po to, aby usłyszeć od swojego dziecka – Jesteś najfajniejszą mamą na świecie i taką zostań!



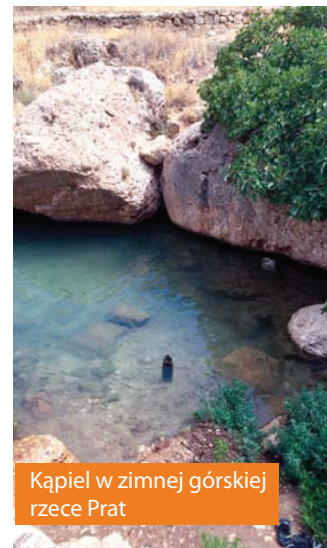
Ein Prat



Anna Szczypińska
– przewodniczka po Ziemi Świętej,
prowadzi własną firmę Anis Pol
Travel w Izraelu
www.ziemiaswieta-polonia.pl

Ein Prat, zwane również Ein Fara, to źródło na Pustyni Judzkiej. Jest to największe z 3 źródeł rzeki Prat.

Rzeka Prat, a właściwie jest to jedynie strumień, płynie przez Pustynię Judzką z Jerozolimy (ok. 770 m n.p.m.) do Jerycha, a następnie wpada do rzeki Jordan i ma ok. 28 km długości. Po drodze przecina liczne warstwy piaskowca Pustyni Judzkiej, tworząc kaniony i wysokie klify. Strumień ten jest bardzo obfity w wodę, co daje życie licznym stworzeniom wodnym. Płazy, gady i ssaki oraz liczne gatunki ptaków żyją dzięki wodzie ze strumienia Prat oraz pobliskiej roślinności.



Kąpiel w zimnej górskiej
rzece Prat

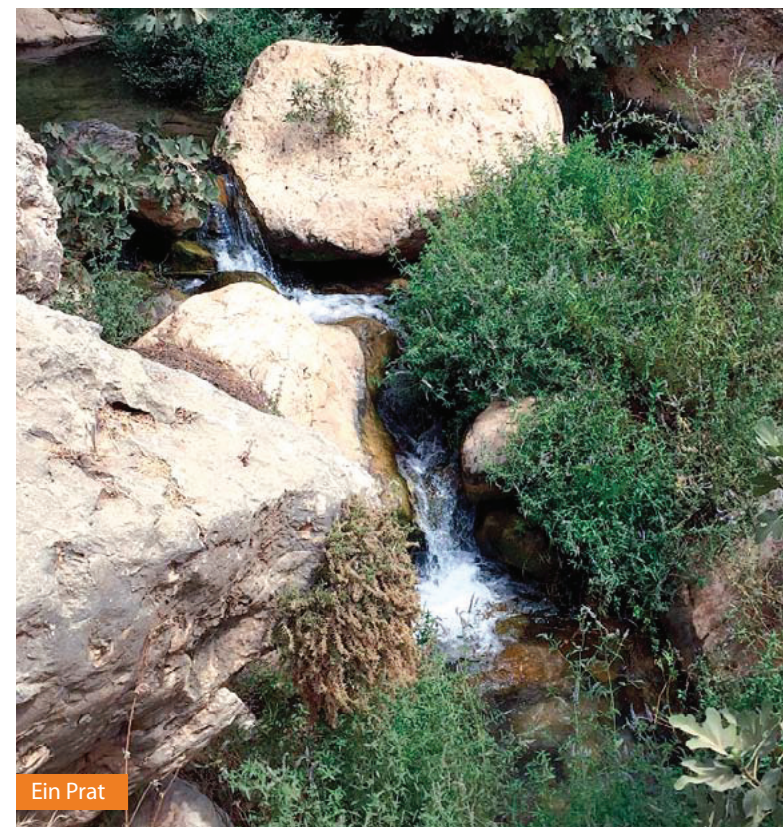
Ludzie zasiedlali ten teren już od starożytności. Pozostały do dziś ruiny osiedli, klasztorów i pałaców wybudowanych wzdłuż strumienia. Znalaziono w pobliżu wiele akweduktów, z których najstarszy datowany jest na II w. p.n.e. Znalaziono też wiele starożytnych dróg prowadzących tędy z Jerozolimy do Jerycha, przy których odnaleziono Genesisland – namiot gościnny dla przechodzących tędy karawan; gospodę, w której aktualnie urządzono Muzeum Miłosierdnego Samarytanina oraz klasztor św. Jerzego w Wadi Qelt.

Źródła strumienia Prat posiadają zaskakująco wiele wody, w powiązaniu z geologią tych terenów. Woda z padających deszczy w Górach Jerozolimskich spływa tutaj podziemnymi korytarzami i wypływa każdą wolną szczeliną w skałach. Tworzą się tutaj naturalne, skalne baseny, z których dziennie wpływa ok. 1500 m³ wody.

W 1927 r. Brytyjczycy zaczęli pompować wodę z Ein Prat, a później również z Ein Maboia i Ein Qelt do domów w północnej i wschodniej Jerozolimie. System polegał na tym, że woda wpływała do licznych basenów filtrujących, a potem elektryczna pompa wtłaczała je na górę do Jerozolimy.

W 1970 r. proces ten zatrzymano, gdyż wschodnią Jerozolimę zaczęto nawadniać ze źródeł rzeki Yarkon, na północ od Tel Avivu. Od tej pory wody Ein Prat płyną sobie swobodnie naturalnym strumieniem, ale pozostałości po pompach wciąż można w tym miejscu oglądać.

W starożytności wody ze strumienia były filtrowane na potrzeby wody pitnej i do na-



Ein Prat

wadniania upraw. W pobliżu znaleziono też ruiny osiedla Tel Fara z czasów późniejszej epoki brązu oraz żelaza. Ziemię tę należały wówczas do pokolenia Benjamina.

W czasach Bizancjum wielu pustelników zaczęło się osiedlać w okolicznych grotach, wzdłuż Wadi Prat, aż po Wadi Qelt. Każdy miał swoją grotę, a spotykano się tylko przez przypadek lub z konieczności. Dopiero potem zaczęto budować miejsca wspólnych spotkań, które następnie przekształcono w klasztor. Na terenie Rezerwatu Ein Prat do dziś jest funkcjonujący klasztor Faran. Został ufundowany przez mnicha z Azji Mniejszej – Haritouna w IV w. Według tradycji chrześcijańskiej, Haritoun pielgrzymował z Jerozolimy nad Jordan, do miejsca chrztu Jezusa, wtedy napadnięto go, obrabowano i uwięziono w pobliskiej grocie. Potem wąż zatrzał jadem wino jego oprawców, a on sam w ten sposób został uwolniony i w 330 r. wybudował klasztor nad grotą, w której był więziony. Każdy mnich w tym klasztorze miał

swoją własną celę, a wspólne spotkania na modlitwie odbywały się tylko w soboty i niedziele. W 614 r., w czasie najazdu Persów, mnisi zostali zabici, a klasztor zburzony. Potem prawosławna cerkiew rosyjska odkupiła ten teren od Turków otomańskich i wybudowała nowy klasztor na ruinach tego z czasów Bizancjum. W 1980 r. został opuszczony, a następnie odrestaurowany i zasiedlony za sprawą mnicha z Białorusi – Anaopheri.

W dolnej części strumienia, w Wadi Qelt jest jeszcze jeden klasztor, św. Jerzego Koziby, wybudowany przez prawosławnych Greków ok. 420 r. W środku znajduje się grób św. Jerzego Koziby oraz relikwie 14 czaszek mnichów zabitych podczas najazdu perskiego. Klasztor został wybudowany na skale w kanionie Wadi Kelt. Prowadzi do niego kręta i stroma droga w dół. Od klasztoru, okolicznymi wzniesieniami Pustyni Judzkiej prowadzi droga krzyżowa, a samym wadi można dojść do Jerycha. A stąd widać już Górę Kuszenia.