

**SERWIS
KOMPUTEROWY**
733 - 217 - 733
Dziękuję GAAZTECH

WYWOZ I UTYLIZACJA

WYWOZ I UTYLIZACJA
OPRÓŻNIANIE MIEŚCIZN
SPRZĄTANIE PIWNIC
demontujemy - wyciągamy - wywozimy
tel. 886 886 610

15.12.2017

tel. 886 886 610
**OPRÓŻNIANIE
PIWNIC**
tel. 886 886 610

**OKNA
DRZWI**

ADAM MAZEK

Dzienniki

**Kwiecień
2018
cz. II**

PŁODNY ARTYSTA

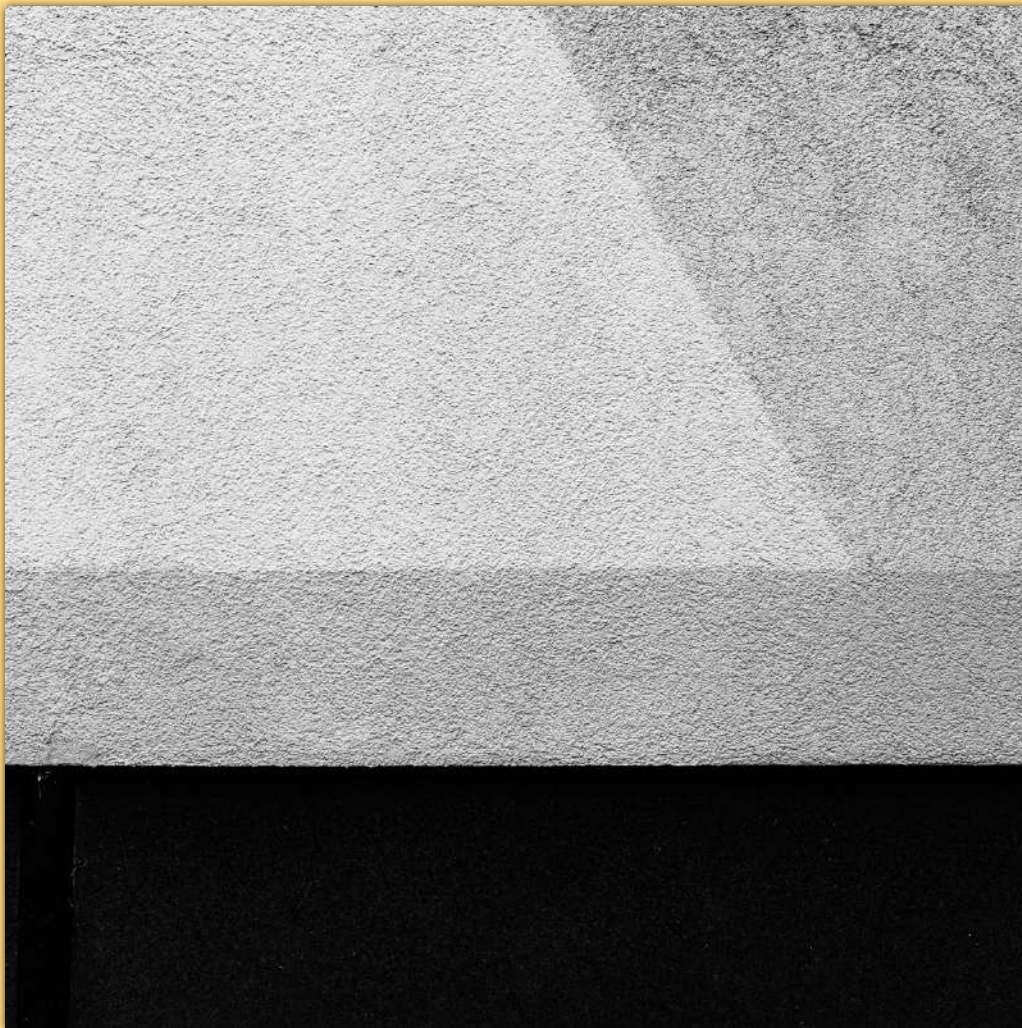
Druga część kwietniowych postów z 2018 r. rozpocząłem od pytania, czy jestem płodnym artystą (post: „Prolific Artist”). Nie jest łatwo odpowiedzieć na to pytanie. Faktem jest, że od października 2015 r. do końca marca 2018 r. wykonałem ok. 44 tysięcy zdjęć, głównie na ulicach Warszawy. Daje to średnio 1450 zdjęć na miesiąc (360 fotografii tygodniowo). Prawdą jest, że liczy się jakość, a nie ilość. Niemniej jednak, żeby dotrzeć do mistrzowskiego poziomu, nie tylko w szeroko pojętej sztuce, trzeba być produktywnym. Żeby się rozwijać, trzeba trenować. Bez robienia kolejnych zdjęć, nie ma szans na postęp. Bez tworzenia, bez ciężkiej pracy i nauki nie staniemy się tym, kim chcielibyśmy zostać. Zachęcam Cię, mój Drogi Przyjacielu, do przestudiowania biografii i spuścizny artystycznej takich ludzi jak Fiodor Dostojewski, Pablo Picasso, Salvador Dali, Stanisław Lem, Zdzisław Beksiński czy David Bowie. Ich życie było jednym wielkim procesem twórczym, praktycznie do samego końca.



- *Post „Prolific Artist”*
- *Okładka: post „Why do I always carry a camera with me?”*

PŁODNY ARTYSTA

Salvador Dali przykładowo opisał w swoich wspomnieniach jego pierwsze spotkanie z Pablem Picasso. Odbyło się ono w pracowni tego drugiego, w Paryżu. Dali w ramach prezentu przyniósł jeden ze swoich obrazów. Picasso, niewiele mówiąc, zaczął pokazywać swojemu gościowi własne dzieła. Nie byłoby w tym nic dziwnego, gdyby nie fakt, iż cały proces prezentacji płócien trwał dwie godziny. Za każdym razem, wyjmując nowe obrazy, Picasso rzucił Daliemu wymowne spojrzenie. Był to moment, w którym Dali zrozumiał, że żeby dojść do mistrzowskiego poziomu, trzeba być płodnym artystą. Swoją lekcję odrobił na najwyższą ocenę, z wyróżnieniem. Osobiście również staram się wyciągnąć jak najwięcej z lekcji, którą Pablo Picasso dał Salvadorowi Dali.



• *Post „Prolific Artist”*

SKÓRA



SKÓRA

Do napisania kolejnego postu zainspirowała mnie moja dłoń, a ściślej mówiąc, skóra, która się na niej znajduje (post: „Skin”). Któregoś dnia przyjrzałem się jej bardziej szczegółowo. To pozornie mało znaczące wydarzenie wywołało u mnie pewne refleksje, którymi podzieliłem się z moimi czytelnikami. Faktem jest, że mam w pamięci zachowany wygląd swojej dłoni z wielu etapów swojego życia, np. z dziecięcego czy też młodzieńczego. Kojarzę również, jak wygląd mojej skóry zmieniał się na przestrzeni ostatnich lat. W kwietniu 2018 r. zdałem sobie sprawę, że moja skóra powoli staje się wiotka (miałem wtedy 33 lata). Był to jeden z niewielu momentów w moim życiu, kiedy zdałem sobie sprawę, że po prostu zaczynam się starzeć. W dzisiejszych czasach wielu ludzi fakt starzenia się frustruje. Przyznam się szczerze, że nie rozumiem takiego podejścia do tej kwestii. Napisałem już w jednym z poprzednich postów, że nie chcę żyć wiecznie. Nie chcę cały czas wyglądać młodo. Chcę się starzeć z godnością i uśmiechem na twarzy.

- *Post „Skin” (również str.4)*



SKÓRA

Zmarszczki na mojej skórze to tylko kolejny dowód na to, że mój zegar biologiczny tyka, czas mija i że prędzej czy później po prostu umrę – tak jak wszyscy inni ludzie. Myślę, że nie powinniśmy zamartwiać się faktem, że umrzemy. Powinniśmy jednak pamiętać, że w jakimś celu pojawiliśmy się na tym świecie. Nie wiem, jaki jest cel ludzkiego życia. Uważam jednak, że wszyscy powinniśmy instynktownie szukać odpowiedzi na to pytanie, nawet jeśli prawdopodobieństwo znalezienia odpowiedzi jest równe zeru. Dla wielu osób słusznym celem życia jest odpowiednie wychowanie potomków. Inni chcą zostać zapamiętani jako twórcy sztuki. Te dwie rzeczy mogą bez wątpienia pomóc pozostać w pamięci potomnych.



• Post „Skin”

Smutna prawda jest taka, że wielu ludzi nie zadaje sobie tego typu pytań, a ich życie mija bezrefleksyjnie i mało produktywnie. Uważam, że podstawowym obowiązkiem każdego z nas jest próba znalezienia odpowiedzi na pytanie: jaki jest cel i sens mojego życia, dlaczego właściwie się tu znalazłem. Nawet jeśli odpowiedzią będzie cisza, to i tak sam proces szukania odpowiedzi nadaje sens naszemu istnieniu. Cała nasza egzystencja to de facto jedna wielka podróż przez nieznanne. Dlatego regularnie fotografuję. Dlatego też stworzyłem tego bloga i piszę teksty. Fotografia, szeroko pojęta sztuka jest dla mnie narzędziem, za pomocą którego próbuję znaleźć wskazówki do rozwiązania moich egzystencjalnych zagadek. Jest to moja droga, którą podążam. Zmarszczki na mojej skórze, zarówno tej na moich dłoniach, jak i na twarzy, są tylko kolejnym przypomnieniem, że mamy ograniczony czas na wykonanie swojej nieznannej misji, zwanej życiem. Jeśli chcemy przybliżyć się prawdy, nie powinniśmy zwlekać.



• Post „The Tree”

DRZEWO

O tym, że chciałbym imitować drzewo, napisałem w poście o nazwie „The Tree”. Poprzez imitację drzewa nie chodzi mi o obrośnięcie mojego ciała gałęziami oraz liśćmi. Nie chciałbym, żeby moja skóra przypominała korę drzewną. Co więcej, nie wyobrażam sobie stojącego w jednym miejscu przez dziesiątki lat, niczym drzewo. To stałe, spokojne i nieśpieszne tempo wzrostu drzewa zainspirowało mnie do porównania swojej artystycznej działalności do niego. Chcę rozwijać swoją pasję bez pośpiechu, w tempie porównywalnym do tempa wzrostu drzewa. Początek rozwoju swojego hobby datuję na październik 2015 r. Jest to miesiąc, w którym zacząłem regularnie fotografować Warszawę. Planuję robić zdjęcia i prowadzić stronę internetową konsekwentnie do końca życia. Inspiracje możemy czerpać ze wszystkiego, co nas otacza. Natchnienie do napisania tego tekstu przyszło mi do głowy, kiedy obudziłem się rano i spojrzałem przez okno. Widok jest prawie niezmienny. Za oknami mojego warszawskiego mieszkania widzę drzewa.

DRZEWO

Dumne, okazałe, rosnące nieśpiesznie, ale konsekwentnie. Kiedy je zobaczyłem, po raz kolejny w swoim życiu, postanowiłem coś o nich napisać. Faktem jest, że drzewa są częstym, istotnym elementem na moich fotografiach. W poście „The Tree” postanowiłem oddać im hołd. W końcu to dzięki nim, mamy czym oddychać, w dosłownym tego słowa znaczeniu. Drzewo jest symbolem ponownych narodzin. Od wielu lat ciała ludzi składane są w drewnianych trumnach. W wielu religiach ciała te czekają na odrodzenie. Drzewo symbolizuje odrodzenie. Dla alchemików drzewo reprezentuje nie tylko miejsce przebudzenia do nowego życia, ale także cierpienie. Samobójstwa i egzekucje odbywały się w lesie, w przeciągu historii całej ludzkości. Niemniej jednak, dla mnie, drzewo jest symbolem stałego i ciągłego wzrostu, podnoszenia umiejętności, np. w mojej pasji.

• *Post „The Tree”*



SEKS W WIELKIM MIEŚCIE

Następny post z kwietnia 2018 r. nosił nazwę „Seks w Wielkim Mieście” (post: „Sex and the City”). Użyłem takiego tytułu, żeby sprawdzić jak dużo będzie wejść na stronę. Post ten de facto jest piątą częścią moich porad mówiących o tym, jak robić lepsze zdjęcia. Napisałem w nim, iż uważam, że jedną z tajemnic ciągłego postępu w fotografii, jest dwuznaczność. Żeby zrozumieć, o co mi dokładnie chodzi, należy spojrzeć na zdjęcie nr 1 (obok). Jest to zdjęcie, którego nie edytowałem. Co można powiedzieć o tym zdjęciu? Co na nim widzimy? Odpowiedź jest oczywista: drzewo. Co jeszcze można powiedzieć o tej fotografii? Możemy dodać parę słów o teksturze i kolorach, o tym, że na szaro-zielonej korze drzewnej widoczny jest zielony, delikatny mech. Ciemne plamy wilgoci kontrastują z delikatnie żółtym kolorem tła.



• Post „Sex and the City” (również str. 10)

Z racji tego, że większość zdjęć wykonuję w przestrzeni publicznej, to można w ciemno strzelić, że tłem zdjęcia jest budynek. Co jeszcze można napisać o powyższej fotografii? Nic. Teraz przejdźmy do zestawu zdjęć nr 1 (str. 10). Zdjęcie nr 1, któremu poświęciłem pierwszą część posta, ma również swoje miejsce w zestawie. Fotografie z zestawu nr 1 zostały edytowane w programie Lightroom. Czy na zdjęciach widzimy drzewa? Niewątpliwie tak. Czy jesteśmy w stanie zauważyć na nich coś więcej? Prawdopodobnie tak. Jeśli na tych zdjęciach można zobaczyć coś więcej niż drzewa, to co tam widzisz, mój Drogi Przyjacielu? W zestawie nr 1 to właśnie dwuznaczność odgrywa kluczową rolę. Zdjęcia te można zinterpretować na więcej sposobów niż samo opisanie obiektów, które widzimy. Wyobraźnia może podpowiedzieć nam dodatkowe rzeczy. Właśnie w taki sposób można przekształcać otaczającą nas rzeczywistość. Uważam, iż jest to najważniejszy czynnik w kontekście mówienia o fotografii artystycznej. To właśnie dwuznaczność obrazów może odgrywać kluczową rolę. Co więcej, oglądając zestaw zdjęć nr 1, widzimy, że pokazywanie zdjęć grupowo sprawia, że ich oglądanie jest bardziej interesujące. Analizując zdjęcia w zestawie, można dopowiedzieć sobie w głowie różne historie.

SEKS W WIELKIM MIEŚCIE

Zestaw nr 1



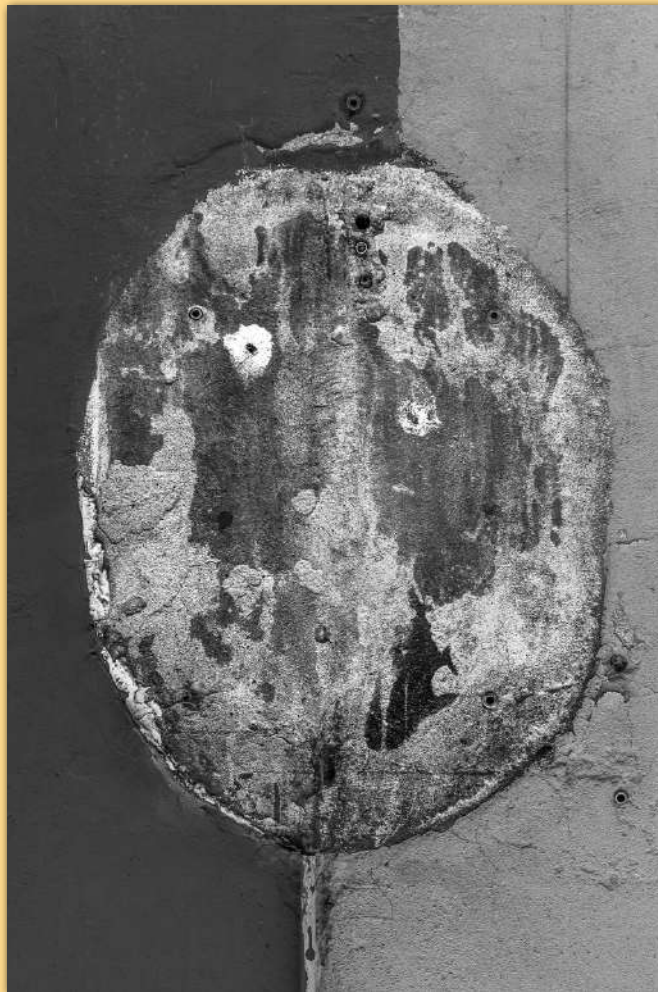
Fiodor Dostojewski jest dla mnie pod tym względem wzorem. Obserwując przyziemne życie ludzi, którzy go otaczali, potrafił wymyślać, dopowiadać historie, bazując na swojej wyobraźni, przemyśleniach oraz doświadczeniu. Podsumowując, jeśli chcesz robić lepsze zdjęcia, próbuj przekształcać rzeczywistość, poprzez swój wewnętrzny głos, w wymaginowany, nierzeczywisty świat. Kiedy robisz zdjęcia zwykłych, otaczających Cię ludzi, przedmiotów, to próbuj dodać do tego obrazu coś od siebie. Próbuj zmienić rzeczywistość za pomocą własnego, wizualnego, wewnętrznego języka. Powinieneś próbować zakodować przekaz na swoim zdjęciu i pozwolić widzowi bawić się w jego odkodowanie. Uważam, że wszyscy mamy zdolność do tworzenia tego typu obrazów, jak te z zestawu wspomnianego powyżej. Wszystko zależy od samego Ciebie i ile pasji, czasu i ciężkiej pracy poświęcisz swojej pasji.

CHOROBA PSYCHICZNA

Kolejny post opowiadał o chorobie psychicznej (post „Mental disorder”). Napisałem w nim, że czasami czuję, że jestem sobą i jednocześnie mogę sobie wyobrazić, że osoba, która jest we mnie, w rzeczywistości nie jest mną. Skomplikowane? Być może. Jeśli jednak chcesz odkryć prawdziwie tajemnicze i zagadkowe arcydzieła mistrzów, mówiące o chorobie psychicznej, to przeczytaj wczesną powieść Fiodora Dostojewskiego, pt. „Sobowtór” lub jedną z podróży Ijona Tichy, bohatera „Dzienników Gwiazdnych” Stanisława Lema. W „Sobowtórze” Dostojewski dokładnie opisał jedno z zaburzeń psychicznych – schizofrenię. Główny bohater, urzędnik rządowy Jakub Goladkin, cierpi na ww. chorobę psychiczną. Ma podwójną osobowość, rozdwojenie jaźni. Widzi swojego sobowtóra. Powieść jest dowodem na to, jak fantastycznym obserwatorem był słynny rosyjski pisarz. Dorastał on w sąsiedztwie szpitala psychiatrycznego. W związku z tym mógł obserwować osoby chore psychicznie. Jeśli chcesz poznać proces dochodzenia głównego bohatera do obłądu, po prostu przeczytaj ww. powieść.

CHOROBA PSYCHICZNA

Z kolei w jednym z opowiadań z „Dzienników Gwiazdnych” Stanisława Lema, główny bohater Ijon Tichy został umieszczony w szpitalu psychiatrycznym. Spotkał się tam z jednym z pacjentów. Pacjent ów opisał swoje uczucia i poinformował, dlaczego znalazł się w tym miejscu. Wyjaśnił on, iż był okres w jego życiu, że był pewien, że nie istnieje. Mówił o tym, że wszystko, co go otacza, to tylko miraż, fatamorgana, iluzja. Co więcej, miał wiele skomplikowanych obliczeń matematycznych, które prawie w 100% miały dowieść jego teorii, że nic nie istnieje. Kulminacyjnym punktem całej tej historii było to, że nagle zaczął wątpić w swoją teorię, myśląc, że jednak istnieje. Oszalał i dlatego trafił do szpitala. Wróćmy teraz do pierwszego zdania mojego postu: czy nadal uważasz, mój Drogi Przyjacielu, że moje zdanie było skomplikowane? Moje posty nie są zawile. Jeśli chcesz przeczytać skomplikowane treści, lepiej sięgnij po książki Dostojewskiego i Lema. Uwierz mi, że wysiłek jest tego wart.



• *Post „Mental Disorder”*

MEDIA SPOŁECZNOŚCIOWE

O tym, dlaczego w kwietniu 2018 r. nie miałem żadnego oficjalnego konta w mediach społecznościowych, wyjaśniłem w poście o nazwie „Social media”. Odpowiedź podzieliłem na trzy części. Oto one: Posiadając własną stronę internetową, mamy nad nią pełną kontrolę. W przeciwieństwie do profili na portalach społecznościowych jesteśmy właścicielami własnej witryny. Mamy pełną władzę nad nią. Marzę o tym, żeby moja strona trwała znacznie dłużej niż moje życie. Prowadzenie bloga to projekt na całe moje życie. Dzięki własnej witrynie otrzymałem niewiarygodne narzędzie do wyrażania samego siebie. Dlatego uważałem, iż nie potrzebuję żadnych oficjalnych kont w mediach społecznościowych. Nie chcę być najbardziej znanym fotografem na Instagramie. Posiadając fan page w mediach społecznościowych, nie mamy pełni władzy nad swoim kontem. To Facebook i Instagram są właścicielami profilu. Dlatego nie mamy pełni możliwości, żeby kontrolować to konto. Gdy zarządzający mediami społecznościowymi zadecydują, że chcą dokonać znaczących zmian w serwisie, to zrobią to, nie pytając się użytkowników o zgodę.

- *Post „Social Media”*





- Post „Social Media”

MEDIA SPOŁECZNOŚCIOWE

To był pierwszy powód, dla którego nie mam profilu w mediach społecznościowych: brak 100% kontroli nad profilem. Jeśli masz swojego bloga – tylko od Ciebie zależy, co z nim zrobisz. Nawet jeśli zdecydujesz się go zamknąć, nadal będzie to tylko i wyłącznie Twoja decyzja. Kiedy masz swoją stronę – jesteś władcą swojego królestwa. Tylko od Ciebie zależy, czy Twoja witryna stanie się najpotężniejszą i najbardziej wpływową stroną na świecie. Stajesz się niezależny. Druga część odpowiedzi na pytanie postawione na początku postu jest ściśle związana z jednym z moich wcześniej napisanych postów. Wspomniałem w nim, że prawdziwą wartość szeroko rozumianej sztuki związana jest z czasem. Mogę sobie wyobrazić albumy wydrukowane w ciągu następnych 100 lat, zatytułowane np. „The Best of Instagram”. Niemniej jednak nie mogę uwierzyć, że za 100 lat kurator MoMA w Nowym Jorku ogłosi, że pokaże prace tego i tego fotografa tylko dlatego, że miał miliony polubień na swoim profilu w mediach społecznościowych. Dlaczego? Ponieważ, ogólnie rzecz biorąc, im bardziej coś jest popularne dla ogółu, tym większe jest prawdopodobieństwo, że jest to rzecz estetyczna, ale i nudna.

MEDIA SPOŁECZNOŚCIOWE

Nie ma tutaj reguły, ale często jest tak, że instagramowe dzieła podziwiane przez masy, zawierają w sobie dużo „fajerwerków” a mało wartościowej treści. Nie można tworzyć takich dzieł, które zadowolą wszystkich widzów. Dlatego wolę skupić się na mniejszej, wysublimowanej, niszowej części publiczności. Kolekcjonowanie like’ów na portalach społecznościowych pozostawiam innym twórcom. Trzecim powodem, dla którego nie planowałem uruchomić profilu w mediach społecznościowych, był brak czasu. Prowadzenie bloga, robienie zdjęć i pisanie tekstów zajmowało mi ogrom czasu. Nie wyobrażałem sobie dodanie do swojej codziennej rutyny innych obowiązków związanych z mediami społecznościowymi. Woląłem skupić się tylko na prowadzeniu strony www.adammazek.com. Podsumowując temat, stwierdziłem, że nie ma nic złego w prowadzeniu profili na stronach mediów społecznościowych. Jeśli ktoś chce to robić, to niech to robi. Niemniej jednak znajduję o wiele więcej zalet w prowadzeniu osobistej strony internetowej.

- *Post „Social Media”*





**DLACZEGO ZAWSZE MAM
PRZY SOBIE APARAT FOTOGRAFICZNY?**

DLACZEGO ZAWSZE MAM PRZY SOBIE APARAT FOTOGRAFICZNY?

Dlaczego zawsze noszę kamerę przy sobie? Na to pytanie odpowiedziałem w poście o nazwie „Why do I always carry a camera with me?” Odpowiedź jest prosta: nigdy nie wiem, kiedy będę miał okazję do robienia zdjęć. Wspomniałem już w jednym z moich wcześniejszych postów, że nawet jeśli nie mamy pod ręką aparatu fotograficznego, powinniśmy analizować wizualnie swoje otoczenie. Jeśli chcemy robić postępy w naszej pasji, powinniśmy trenować ją jak najczęściej. Przykładowo możemy wyobrażać sobie, jak możemy sfotografować coś, co widzimy przed sobą. Czy nie byłoby jednak łatwiej po prostu zrobić zdjęcie? Wierzę, że zawsze warto zrobić fotografię czegoś niejednoznacznego, nieodkrytego i niewypowiedzianego. To, czy ludzie znajdują się na zdjęciu, nie jest istotne. Sprawny fotograf poradzi sobie we wszystkich okolicznościach. Sceneria również nie ma znaczenia. Bez względu na to, czy idziesz do pracy, czy też na spacer ze swoim psem, zawsze możesz mieć przy sobie aparat fotograficzny. Co więcej, miejsce zamieszkania również jest nieistotne. Jeśli mieszkasz na wsi, to rób zdjęcia np. drzewom.



- Post „Why do I always carry a camera with me?” (również str. 16)

DLACZEGO ZAWSZE MAM PRZY SOBIE APARAT FOTOGRAFICZNY?



- *Post . Why do I always carry a camera with me?"*

Jeśli mieszkasz w dużym mieście, zawsze możesz robić zdjęcia budynkom. Jeśli będziesz mieć ze sobą kamerę to zdjęcia, które zrobisz, pozostaną na zawsze nie tylko w Twojej pamięci, ale również i w pamięci potomnych. Tylko od Ciebie zależy czy widok, który widzisz, zniknie na zawsze, wraz z Twoją śmiercią. Gorąco zachęcam Cię, mój Drogi Przyjacielu, do noszenia aparatu przy sobie. Zawsze warto zadać sobie pytanie: czy lepiej zrobić zdjęcie danego widoku, czy też nie? Myślę, że odpowiedź jest oczywista. Zabierając ze sobą aparat, zwiększasz szanse na zrobienie kolejnego wspaniałego zdjęcia. Możesz rozbudowywać swoje artystyczne portfolio, nie podróżując po całym świecie, ale wykonując przyziemne czynności. Nie musisz czekać na podróż swojego życia, żeby robić dobre zdjęcia. Faktem jest, że możesz robić fajne zdjęcia nawet podczas spaceru ze swoim psem. Dlatego osobiście zawsze mam kamerę przy sobie. Po prostu chcę zwiększyć szanse na zrobienie jak największej liczby wyjątkowych zdjęć.

SZTUKA RELAKSACJI

W przedostatnim poście z kwietnia 2018 r. napisałem o sztuce relaksacji (post: „The Art of Relaxation”). Prawo do odpoczynku jest jednym z niepodważalnych oraz fundamentalnych praw każdego człowieka. Uniemożliwianie odpoczynku innym jest jedną z najgorszych tortur i mąk, stosowaną np. w komunistycznych więzieniach. Prawda jest taka, że każdy człowiek posiada swój własny, ulubiony sposób na relaks. Istnieją dwa rodzaje odpoczynku: aktywny oraz pasywny. Chciałbym gorąco polecić i zachęcić do wyboru tego pierwszego. Dlaczego? Odpoczywając aktywnie, możemy uczyć się nowych rzeczy, wzmacniać siebie, zarówno mentalnie, jak i fizycznie. Poprzez aktywny wypoczynek rozwijamy swoje ciało, umysł oraz wyobraźnię. Myślę, że wszyscy znamy przykłady zarówno aktywnego, jak i pasywnego relaksu. Dzisiaj skupię się na moich skutecznych sposobach aktywnej relaksacji:

- *Post „The Art of Relaxation”*





• Post „The Art of Relaxation”

SZTUKA RELAKSACJI

1) Fotografia – jest to moja ulubiona pasja. Często fotografuję na ulicach Warszawy, zaraz po wyjściu z pracy. Robię to także w weekendy. Staram się robić zdjęcia tak często, jak to tylko możliwe. Uwielbiam spacerować w przestrzeni miejskiej lub w Puszczy Białej, w okolicach Broku. Robiąc to, czuję, że odpoczywam. Co więcej, jestem pewien, że trenuję nie tylko nogi, ale także wyobraźnię i umiejętności obserwacji. Kiedy fotografuję, często przychodzą mi do głowy różnego rodzaju przemyślenia. Podczas chodzenia, do głowy wpadają mi pomysły na kolejne posty do napisania. Wizualna analiza otaczającej mnie rzeczywistości jest jednym z najlepszych sposobów, aby poznać nasz świat. Podczas fotografowania czuję się szczęśliwy jak dziecko, spełniając swoje marzenia.

2) Sport – do niedawna moją ulubioną dyscypliną było pływanie. Teraz uwielbiam rozciągać swoje ciało oraz spacerować tak, żeby zrobić minimum 10 tysięcy kroków w trakcie jednej fotograficznej wędrowki. Prawda jest taka, że uprawianie sportu towarzyszy mi od czasów dzieciństwa.

SZTUKA RELAKSACJI

Pływanie, spacerowanie czy też rozciąganie mięśni, sprawiają, że czuję się coraz bardziej sprawny. Gorąco zachęcam Cię, mój Drogi Przyjacielu, do znalezienia swojej ulubionej dyscypliny sportowej. Jeśli nie boisz się wody, zacznij po prostu regularnie pływać. Z kolei, jeżeli nie masz wystarczająco dużo czasu, wybierz się na spacer lub zacznij rozciągać mięśnie w domu.

3) Spędzanie czasu z moją dziewczyną, Kamilką, Rodzicami, bądź też przyjaciółmi – spędzanie czasu z naszymi bliskimi (bez względu na to, czy robimy to w domu, czy też poza domem), jest bez wątpienia jedną z najbardziej relaksujących rzeczy, jakich możemy doświadczyć. Kontakt, obecność innych osób działa kojąco praktycznie na wszystkich ludzi. Jeśli dodamy do tego możliwość np. czytania inspirujących książek, to mamy jeden z najlepszych sposobów na to, żeby się zrelaksować.

• Post „The Art of Relaxation”



SZCZĘŚCIE



SZCZĘŚCIE

Ostatni post z kwietnia 2018 r. mówił o szczęściu (post „Happiness”). Zadałem w nim pytanie, w jaki sposób możemy podnieść poziom zadowolenia z życia. Niewątpliwie można odurzać się alkoholem, ale jest to rozwiązanie bardzo krótkotrwałe. Regularne spożywanie, w dłuższej perspektywie, może przynieść nam dużo szkód. Co gorsza, częste picie piwa czy też wódki sprawi, że pogarszać się będzie nie tylko Twój stan zdrowia, ale i relacja z otoczeniem, kondycja psychiczna oraz Twoja aparycja. Jeśli alkohol nie może dać nam szczęścia, może pieniądze je nam przyniosą? Osobiście nie wierzę w to, że bogactwo może przynieść prawdziwą radość w naszym życiu. Pieniądze mogą pomóc w wielu sprawach, mogą ułatwić życie, ale nie zastąpią miłości, zdrowia i spokoju ducha. Uważam, że pieniądze powinny być swego rodzaju pomocnikiem, który pomoże nam osiągnąć prawdziwy cel naszego życia. Wracając do głównego tematu, myślę, że jest wiele dróg do znalezienia odpowiedzi na pytanie o to, jak być szczęśliwym. Niemniej jednak dzisiaj skupię się na działalności, która mi pomogła w dużej mierze. Pominę fakt, iż szczęście odczuwam wtedy, kiedy spędzam czas z moimi bliskimi i przyjaciółmi. Jeśli chodzi o działania związane z moimi pasjami, jestem zachwycony, gdy spaceruję ulicami Warszawy. Robiąc to, rozmyślam na wiele różnych tematów i robię zdjęcia przyziemnego otoczenia.



• Post „Happiness” (również str. 22)

SZCZĘŚCIE

Głównym celem tworzenia mojej sztuki jest inspirowanie innych ludzi do robienia podobnych rzeczy: promowania swojego otoczenia lub pokazania swojego wewnętrznego świata, poprzez szeroko rozumianą kreatywność. Wierzę, że ludzie posiadają głęboko zakorzenione pragnienie uwiecznienia, na różne sposoby, tego, co ich otacza. Moim celem jest m.in. podróżowanie po krajach Europy Środkowo-Wschodniej i sprawienie, żeby ta konkretna część Europy stała się bardziej rozpoznawalna na świecie. Na chwilę obecną, głównym miejscem mojej działalności jest stolica Polski. Narzędzia, które mi pomogą zrealizować cel to fotografia oraz strona internetowa. Zdaję sobie sprawę z tego, że promowanie czegoś ze zdjęciami takimi jak moje jest trudnym zadaniem, ale szczerze mówiąc, nie obchodzi mnie, jak trudne jest zadanie.



• Post „Happiness”

Jeśli choć jedna osoba powie mi, że ją zainspirowałem do robienia zdjęć, będę szczęśliwy. Czy się już taka osoba pojawiła w moim życiu? Tak, i to nie jedna. Chciałbym przypomnieć mieszkańcom Europy Środkowo-Wschodniej, że mieszkają w wyjątkowym, cudownym, zapierającym dech w piersiach, miejscu. Tylko od nas samych zależy, jak będziemy promować swoje otoczenie. Chciałbym Cię zachęcić, mój Drogi Przyjacielu, do szeroko pojętego tworzenia. Czynność ta przyniesie szczęście nie tylko Tobie, ale i całemu Twojemu otoczeniu. Radość niekoniecznie będzie związana z przyjemnościami, uciechami życia. Niemniej jednak jestem przekonany, że jest to warte naszego wysiłku. Wierzę w siebie i w swój przekaz, którym właśnie dzielę się z innymi ludźmi. Chciałbym również podkreślić, że jeśli nie mieszkasz w Europie Środkowo-Wschodniej, to i tak powinieneś promować swój region, poprzez kreację nowych rzeczy. To właśnie może być kluczem do szczęścia dla Ciebie oraz dla Twoich bliskich.

KONIEC