

05-11 LIPCA 2021 | NUMER 67

BEZBEEK

bezcenna dawka świątowania



W TYM NUMERZE:

CZY ŚWINIE JEDZĄ CEGŁY? – KOMENTARZ EKSPERTA	5
TWÓJ MÓZG WIĘKSZY NIŻ MÓJ?	6
SUPERPRZEPISY DLA NIEIDEALNEGO MĘŻA	8
10 SPOSOBÓW JAK WYCWANIAKOWAĆ WEJŚCIE DO NIEBA I WYJŚCIE Z RESTAURACJI	9
CZY TO TYLKO GARBIECIE SIĘ? – 6 DOWODÓW, ŻE JESTEŚ WIELBŁĄDEM	10
DOCEŃ SWOJE MOŻLIWOŚCI!	
ŚWINIA NIE MOŻE PATRZEĆ W NIEBO – TY TAK!	11
CZY WYŚPISZ SIĘ, ZASYPIAJĄC I WSTAJĄC Z KURAMI? – ILE ŚPIĄ KURY?	12
ZERO POTRZEB: 10 SPOSOBÓW NA TO, JAK STOSOWAĆ TAKIE PODEJŚCIE DO ŻYCIA!	13
CZYM JEST SEZON OGÓRKOWY I GDZIE ZNALEŹĆ NAJLEPSZE OGÓRKI?	15
RANKING MEMÓW	16
BEZBEKOWY HOROSKOP	18
SKRÓTY ODCINKÓW	20
ROZRYWKA	22
BYĆ MOŻE ZA TYDZIEŃ	23



DO BEZBEKOWICZÓW

Urszula Skorodziłło

DRODZY CZYTELNICY,

no i proszę, doczekaliśmy się! Dokładnie rok temu ukazał się nasz Magazyn Bezbek. Wcześniej go nie było, a potem był tylko koncept, który został urzeczywistniony. Szczerze powiedziawszy, na początku nie byłam przekonana do jego powstania, ale uznałam, że mogę zaryzykować. Stało się i jesteśmy tu, gdzie jesteśmy, a więc rok później z większym doświadczeniem, niż chyba każdy z nas śmiał przypuszczać.

Na dzisiejszą rocznicę przygotowaliśmy artykuły z nagłówek okładek, które nie doczekały się pełnych artykułów. Tu może czas na małą lekcję historii Bezbeka. W ramach mema 17 czerwca 2020 roku wypuściłam #memyls2 w formie okładki magazynu ze zdjęciem chłopaków (to był 13 numer magazynu; nie pytajcie, co się stało ze wcześniejszymi). Potem wyszły jeszcze kolejne 3 okładki. Każda z nich zawierała potencjalny spis treści z nagłówkami artykułów, których nikt nie napisał. Wszystko dotyczyło oczywiście odcinków LS-a z zeszłego tygodnia. 10 lipca powstał pierwszy pełen magazyn (numer 17) już z artykułami w środku. Na podstawie tych spisów treści z numerów 13–16 przygotowane są teraz artykuły w tym magazynie. Taki powrót do przeszłości. Mamy nadzieję, że Wam się spodoba.

Cóż więcej mogę dodać. Sto lat! Sto lat! Oby jak najwięcej!

Do zobaczenia za rok, a na pewno za tydzień,
Ula



UWAGA!

**MOŻLIWE PĘKANIE ZE ŚMIECHU, ZRYWANIE BOKÓW.
CZYTASZ NA WŁASNĄ ODPOWIEDZIALNOŚĆ***

*Magazyn Bezbek nie ponosi odpowiedzialności za szkody zdrowotne czytelników
jeśli to czytasz, to wiedz, że jesteś cudownym człowiekiem. Pozdrawiam, Michał.

CZY ŚWINIE JEDZĄ CEGŁY?

– KOMENTARZ EKSPERTA

Czy świnie jedzą cegły?

No, proszę państwa, to bardzo trudne pytanie. Na początku musimy sobie odpowiedzieć na pytanie, czym są świnki?

Świnie są zwierzętami, a dokładniej ssakami. Oznacza to mniej więcej tyle, że małe świnki, czyli prosiaczki, jedzą, a właściwie piją, mleko matki. Mamy więc odpowiedź, że w najwcześniejszym okresie życia cegieł nie jedzą.

A co jedzą później?

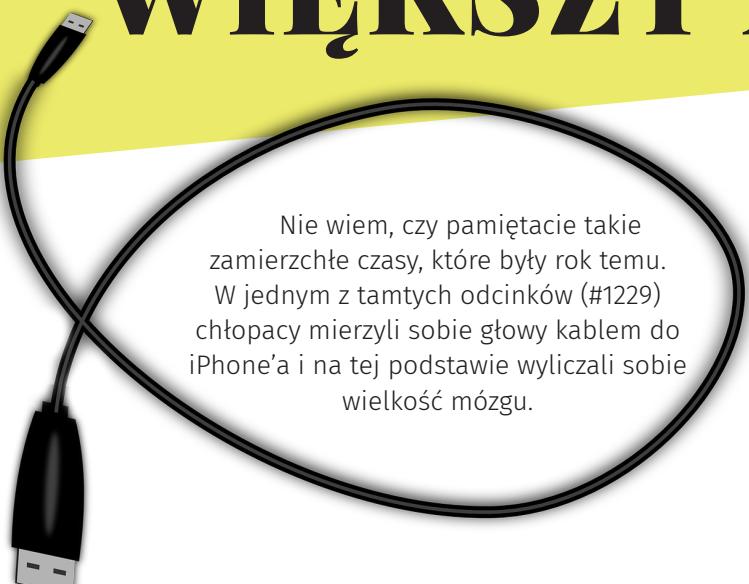
Jak podaje portal ekologia.pl: są one wszystkożerne. Czyli niby mogą jeść cegły :kekw:. Ale wracając, wszystkożerność oznacza, że zwierzak, w naszym przypadku świnka, może jeść i rośliny, i mięso, w tym padlinę. Tak że przechodząc do konkluzji, a po ludzku, podsumowując – świnki nie jedzą cegieł, bo by im zębki się połamały.

PS. Choć na terenach, z których pochodzę straszyc się/opowiadało historię, że świnki potrafiły zjeść dziecko.

Gosia Mierzejewska – Redaktorka Naukowa



TWÓJ MÓZG WIĘKSZY NIŻ MÓJ?



Nie wiem, czy pamiętacie takie zamierzchłe czasy, które były rok temu. W jednym z tamtych odcinków (#1229) chłopacy mierzyli sobie głowy kablem do iPhone'a i na tej podstawie wyliczali sobie wielkość mózgu.

Sama nieco zajmowałam się tymi organami, więc dziś, po całym roku, postaram się dać Wam odpowiedź na dwa zasadnicze pytania: czy da się faktycznie w ten sposób obliczyć wielkość mózgu i czy taka wielkość ma jakiegokolwiek znaczenie?

Jak zmierzyć mózg?

Zacznijmy od absurdalnego stwierdzenia: powyższą metodą nie zmierzemy wielkości mózgu z kilku powodów. Po pierwsze, dlatego że mózg nie jest jednowymiarowy. Bardzo go naciągając, przypomina bardziej jajko, zatem podając tylko jeden z wymiarów, niewiele nam to powie tak naprawdę. Po drugie, jest strasznie pofałdowany oraz składa się z kilku płatów, czego pomiar nie uwzględni. W jego środku znajdują się też puste przestrzenie zwane kanałami mózgowymi, co również powinno się odbić na projekcie naszego mózgu. Ostatnie, co dodam, to należy wziąć pod uwagę całą inną materię, która stoi pomiędzy kablem a mózgiem, a mówić tu możemy o skórze, czaszce, oponach mózgowych, płynie mózgowo-rdzeniowym. U każdego to wszystko może być nieco inne, dlatego pomiar (jak sporo innych rzeczy w LS-ie) uznaję za bezsensowny.

Jak więc mierzy się mózgi? Każdy mózg jest nieco inaczej uformowany. Fałdy na mózgu potrafią być wyjątkowe na skalę światową. Nie da się tak łatwo więc porównać wyglądu dwóch mózgów. Czasem wymagane są nieco

bardziej skomplikowane zabiegi w neuroobrazowaniu. Głównie podaje się jego objętość uzyskaną czy to dzięki neuroobrazowaniu, czy po wyjęciu mózgu z czaszki. W przypadku, gdy właściciel się już nie obrazi, że macamy mu mózg, możemy go jeszcze zważyć. Przechodząc do konkretów, średni mózg dorosłego homo sapiens ma objętość ok. 1400 cm³ i waży ok. 1,5 kg. Dużo czy niedużo – oceńcie sami. Można również wskazać, że te wielkości zmieniają się także pod względem płci: u kobiet jest to średnio 1130 cm³ i 1,2 kg, a u mężczyzn 1260 cm³ i 1,4 kg. Różnice występują w niektórych strukturach i funkcjonowaniu mózgu (są różnice istotne statystycznie). Nie powinno nas to jednak za bardzo dziwić ani nie ma w tym nic złego. Każdy mózg jest nieco inny, a mówimy o uśrednionych modelach. Co do rozmiarów też nie ma się, czym przejmować – jego wielkość dostosowana jest proporcjonalnie do naszego ciała.

Czy rozmiar ma znaczenie?

Nie ma. Wielu naukowców badających mózgi już dawno przestało się bawić w mierzenie ich. Głównie dlatego, że wcale nie mamy największych mózgów, a uważamy siebie za mądrzejszych od innych. Weźmy takiego słonia. Jego organ waży 6 kg! Jak mielibyśmy konkurować z czymś takim! Możemy oczywiście opracowywać stosunek mózgu do reszty ciała, ale póki co nie zaprowadziło nas to za daleko w badaniu naszej wyjątkowości. Skupiamy się więc na czymś innym – na liczbie komórek nerwowych oraz liczbie połączeń neuronalnych. Jak się domyślacie, jest ich sporo. Weźmy nawet dwa podobnie wymiarowo mózgi. Z wierzchu mogą wydawać się podobne. Jeśli jednak się przypatrzycie, to możecie zauważyć, że mają one: a) Różną liczbę komórek nerwowych. W jednym z nich są one upakowane nieco gęściej niż w drugim. b) Inaczej rozłożone połączenia między nimi. W jednym lepiej dogadują się między sąsiadami, a w drugim wolą dzwonić do drugiej półkuli po pomoc. Ich liczba również się zmienia.

Co do połączeń to nie za bardzo wiemy, jakie są lepsze: długo- czy krótkodystansowe. Każdy gatunek posiada

osobniki o obu preferencjach i tylko przyszłość pokaże lub nie, które są bardziej wydajne. Wiadomo, że im więcej połączeń neuronalnych, tym lepiej. W ramach uczenia się tworzymy nowe lub optymalizujemy poprzednie, np. usuwając te bezsensowne. Zbyt duża ich liczba też nie jest wskazana, bo bardziej mogą nam szkodzić niż pomagać. To trochę jak z drogami. Możemy połączyć każdy punkt na mapie ze sobą bezpośrednio, jednak może to wprowadzić za duży chaos i koszty ich budowy. Liczy się balans.

Liczba komórek mówi nam już nieco więcej. Porównano mózgi naczelnych i gryzoni o takich samych wielkościach mózgu. Okazało się, że naczelne zawsze miały większą liczbę komórek, tylko były lepiej upakowane niż u ich mysich przyjaciół. A im większe były mózgi, tym większa była też różnica w liczbie komórek. Wyliczono na przykład, że mózg naczelnego posiada 83 miliardy komórek (przy wadze 1,24 kg), żeby gryzoń miał tyle samo komórek co my, to jego mózg musiałby ważyć ok. 36 kg. Szczurek nie dałby rady udźwignąć takiego ciężaru i musiałby ważyć 89 ton (Halo! Przydałby się superbohater, by pokonać genialnego oraz gigantycznego szczura!). Można to również porównać do rozwoju pojemności pamięci w naszych urządzeniach elektronicznych. Spójrzcie na rozmiary pierwszych serwerów, których

równowartość teraz możemy unieść na jednym palcu, a nawet dużo więcej dołożyć.

Podsumowując, nie powinien nas obchodzić rozmiar mózgu (a tym bardziej rozmiar głowy). Skupcie się bardziej na wzmacnianiu i tworzeniu nowych komórek mózgowych czy ich połączeń. Nikt jeszcze nie sprawdził, czy po oglądaniu LS-a umierają jakieś, ale dla bezpieczeństwa zadbajcie o te, które Wam zostały.

Ula
grafiki: Agata Iwanow

Do zobaczenia dla dociekliwych:

- https://www.ted.com/talks/suzana_herculano_houzel_what_is_so_special_about_the_human_brain#t-498352.
- https://en.wikipedia.org/wiki/Brain_size.
- Assaf, Y., Bouznach, A., Zomet, O. et al. *Conservation of brain connectivity and wiring across the mammalian class*. Nat Neurosci 23, 805–808 (2020).
- Zapraszam też do mnie na bloga. Czasem coś tam wrzucę: <https://przezmysl.pl>



SUPERPRZEPISY DLA NIEIDEALNEGO MĘŻA

Chcesz zaskoczyć swoją żonę i coś dla niej przyrządzić, ale nie umiesz gotować? Każdy przepis, na który natrafisz, jest zbyt skomplikowany? Nie wiesz, co to jest piekarnik i jak go używać? Jeśli na którekolwiek z powyższych pytań odpowiedziałeś „tak”, to ten tekst jest dla Ciebie. Prezentujemy w nim cztery bardzo proste przepisy, które każdy jest w stanie zrobić.

Kanapka z sałatą:

Składniki:

- chleb (weź taki, jaki lubi Twoja żona),
- sałata,
- masło (może być też margaryna),
- ser i inne warzywa (opcjonalnie).

Przygotowanie:

1. Wyjmij kilka kromek chleba.
2. Połóż je na blacie i posmaruj masłem.
3. Następnie weź 2 liście sałaty i połóż je na każdej kromce. Możesz przyłożyć na górę kromkę chleba, ale nie jest to konieczne.
4. Gotowe!

Woda z cytryną:

Składniki:

- woda (może być z kranu, butelki bądź kibla),
- 1 cytryna.

Przygotowanie:

1. Wlej wodę do dzbanka.
2. Włóż do niego kilka plasterków cytryny.
3. Wstaw do lodówki na około 2 godziny, aby dobrze się schłodziło.
4. Gotowe!

Sałatka owocowa:

Składniki:

- ulubione owoce.

Przygotowanie:

1. Pokrój ulubione owoce.
2. Włóż je do miski.
3. Wymieszaj.
4. Gotowe!

Sałatka warzywna:

Składniki:

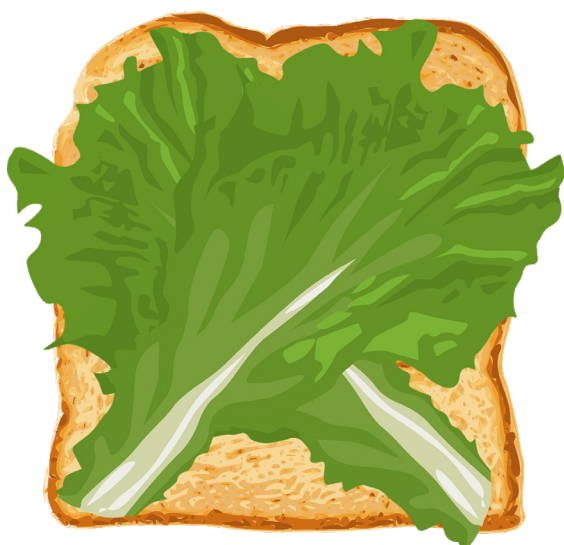
- ulubione warzywa,
- majonez,
- sól i pieprz.

Przygotowanie:

1. Pokrój ulubione warzywa.
2. Włóż je do miski.
3. Dodaj kilka łyżek majonezu oraz odrobinę soli i pieprzu.
4. Wymieszaj.
5. Gotowe!



Sebastian Czapliński
grafiki: Agata Iwanow



10 SPOSOBÓW JAK WYCWANIAKOWAĆ WEJŚCIE DO NIEBA I WYJŚCIE Z RESTAURACJI

Wbrew pozorom wejście do nieba* i wyjście z restauracji może odbyć się dokładnie tym samym sposobem.

Nie wierzycie? Tylko spójrzcie na nasze rekomendacje!

Startujemy!

- 1. Użyj tylnych drzwi** – rada wspaniała, rada uniwersalna. Tylnych drzwi można użyć dosłownie, można też użyć w przenośni. Generalnie chodzi o to, żeby nie korzystać z tej drogi, jaką stosują wszyscy, tylko z jakiejś innej, mniej standardowej.
- 2. Dobrze zagadaj z obsługą** – jak się dobrze ustawisz z obsługą, to jesteś królem_ową imprezy. Po znajomości wprowadzą Cię, gdzie chcesz, a jeśli zajdzie potrzeba, to i wyprowadzą, tak by nikt nie zauważył.
- 3. Dołącz do obsługi** – no dobra, właściwie to podszij się pod obsługę. Załóż fartuszek, garnitur czy skrzydła, w zależności od tego, co tam noszą, i udawaj, że Ty tu tylko sprzątasz. Może nikt się nie połapie?
- 4. Bądź ulubieńcem/ulubienicą właściciela** – no tutaj to jest to sposob dla wybranych. Jak znasz właściciela, a do tego jesteś lubian*, to tak jakbyś był* nietykaln*, wchodzisz i wychodzisz, kiedy chcesz.
- 5. Udawaj ulubieńca/ulubienicę właściciela** – jeśli nie jesteś w grupie wybranych, którzy właściciela znają, to możesz być osobą, która udaje, że go zna. W zależności od tego, jak zorientowana jest obsługa, ten sposób to murowany sukces lub spektakularna kłapa.
- 6. Sposób na kozaka** – to rozwiązanie raczej dla osób o mocnych nerwach i dużej pewności siebie. Sposób w teorii jest prosty – wchodzisz/wychodzisz *like you*

own the place. Jak ktoś zaczepia Cię w drzwiach, udajesz, że nie rozumiesz, dlaczego akurat Ciebie zaczepia i mijasz go, jak gdyby nigdy nic.

- 7. Sposób na wariata** – inaczej zwane „ja tu tylko przechodził*m”. Wymaga to trochę aktorskich umiejętności. Zasadniczo chodzi o to, że udajesz, że nie wiesz gdzie jesteś, że pomylił*ś drzwi, że w ogóle, o co chodzi. Kręcisz się jakby bez celu, a tak naprawdę ukradkiem osiągasz zamierzony cel.
- 8. Sposób na ofiarę losu** – jeśli poprzedni sposób wymagał trochę umiejętności aktorskich, to ten wymaga ich sporo. No i oczywiście umiejętności płakania na zawołanie. Żeby skorzystać z tego sposobu trzeba zalać się łzami, lamentować, że nic Cię już nie czeka i nic Ci się nie należy, że masz najgorzej w życiu, rozrywać szaty i liczyć, że uda Ci się wziąć kogoś na litość.
- 9. Sposób na awaryjną sytuację** – kto by nie pomógł człowiekowi w potrzebie? Jeśli chcesz wykorzystać ten sposób, to lepiej założyć, że każdy by pomógł. Wystarczy pokazać, że coś musisz, np. gdzieś wejść bądź skądś wyjść. No musisz, no nie ma rady, tak się złożyło. A jak musisz, to trzeba Ci to umożliwić.
- 10. Sposób dla tajniaków** – generalnie chodzi o to, żeby ten w odpowiednim momencie. Wtedy możesz zrobić tamten. Nikt nie zauważy. Bądź ostrożn*. Jeśli będziesz pamiętać o ten, ten i o tamten, to po sprawie – wyjdiesz niezauważon*.

*Na potrzeby powyższego tekstu założono, że „niebo” jest tak jakby miejscem. Ale ja nie wiem, czy jest miejscem, czy nie jest. To każdy z Was musi zdefiniować we własnym zakresie.

[w tle gra Belinda Carlisle – *Heaven Is A Place On Earth*]

Emi Lia

CZY TO TYLKO GARBIE NIE SIĘ? - 6 DOWODÓW, ŻE JESTEŚ WIELBŁĄDEM

Gdyby zapytać przypadkowego przechodnia o jego przynależność gatunkową, to obruszyłby się, odpowiedziałby gniewnie: „Przecież to oczywiste, że jestem człowiekiem!” i poszedłby dalej swoją drogą. Czy istnieją jednak przesłanki, dla których warto zwątpić we własne człowieczeństwo? Czy to takie pewne, że nie jesteś wielbłądem? Jeśli widzisz w tym zestawieniu siebie, to może musisz się nad tym zastanowić.

Wciąż się garbisz

Rodzice zawsze Ci suszyli głowę o posturę? Zamiast trzymać książkę na głowie, wolisz ją czytać na nieodpowiednim krześle? Jeśli, pomimo wielu prób, nie jesteś w stanie nic zrobić z garbieniem się, to może tak miało być. Przecież nie Ty, ale ewolucja wymyśliła najwygodniejszą pozycję dla Twoich pleców.

Magazynujesz tłuszcz (na wszelki wypadek)

Może to nie Twoja wina, że nie udało Ci się osiągnąć wymarzonej wakacyjnej figury. To, co w Polsce wydaje się zbędne i nadprogramowe, na afrykańskich pustyniach mogłoby Ci uratować życie. Natura Cię tak stworzyła i jest to powód do dumy.



grafika: Zosia Śmiatek

Lubisz długie spacery

Pomysł na idealną randkę? Spacer w parku. Plan na piątek z kumplami? Szlajanie się po mieście. Jeżeli chodzisz tak dużo, że znajomi zaczynają nazywać Cię *dromaderem*, to może coś jest na rzeczy. Pamiętaj tylko, żeby kupić sobie wygodne buty do chodzenia, bo chodniki nie są tak miękkie, jak pustylny piasek!

Pijesz dużo wody

Najlepszy napój na letni skwar to według Ciebie woda z lodem? Zamiast herbaty lub kawy wybierasz wodę? Dwa litry na dzień to minimum? Jeżeli picie tego magicznego płynu jest dla Ciebie wyjątkową przyjemnością, której możesz się oddać bez opamiętania, to może być w tym coś więcej niż zwykłe dbanie o zdrowie.

Fascynuje Cię Orient

Ulubiony film? *Lawrence z Arabii*. Ulubiony tomik poezji? *Sonety krymskie*. Ulubiona książka? *W pustyni i w puszczy*. Wymarzona podróż? Egipt. Poznawanie kultury wschodniej to dla Ciebie największa przyjemność, a możliwość podziwiania arabskich krajobrazów potrafi Ci poprawić najgorszy dzień. Może to stamtąd pochodzą Twoi przodkowie?

Nie wyobrażasz sobie przejścia przez ucho igielne

Nie umiesz grać w limbo? Stresują Cię małe przestrzenie? Jeżeli boisz się igieł albo nawet jeśli się ich nie boisz, ale myśl przejścia przez ucho igielne wydaje Ci się niemożliwa, to może być w Tobie więcej wielbłąda, niż Ci się wydawało.

Warto jednak zauważyć, że ta lista nie jest w stanie rozwiązać wątpliwości w takim samym stopniu co prawdziwe badanie przeprowadzone przez eksperta. Chociaż jeżeli ten artykuł wzbudził w Tobie konsternację, to może warto udać się do specjalisty. Kto wie, może Polska to nie jest idealny kraj dla Ciebie.

DOCEŃ SWOJE MOŻLIWOŚCI! ŚWINIA NIE MOŻE PATRZEĆ W NIEBO – TY TAK!

Dobry nagłówek powinien być sensacyjny, zaadresowany do odbiorcy i zawierać ziarno kłamstwa. Powyższy nagłówek spełnia wszystkie te warunki. Gdzie zatem kietkuje ziarenko nieprawdy?

Otóż świnia może patrzeć w niebo, jeśli się ją przewróci na plecy! Przewracanie świni to wielki wysiłek wymagający współpracy wielu osób. Czy słyszysz, drogi Czytelniku, huk przewracającej się świni i jej dramatyczne chrumkanie? Widzisz rozbryzg błota i panikę kur biegających w kółko po podwórku? To ciężka robota, ale czego się nie robi, żeby świnia mogła zobaczyć niebo... Istnieje też prawdopodobieństwo, że świnia leży na plecach, ponieważ przypadkiem wywróciła się sama. Być może biegła za marzeniami, ale pojedyncza kałuża pokrzyżowała jej plany. A może taki był jej plan? Dokonała pospiesznej kalkulacji i postanowiła wykorzystać śliską nawierzchnię, by zwrócić swój wzrok ku chmurom.

Ty również możesz patrzeć w niebo i nie musisz się przy tym tak gimnastykować. Oczywiście nikt nie zabroni Ci przy tym umorusać się błotem, wejść w pogo z kurami czy odtworzyć swojej ulubionej walki MMA. Wystarczy jednak, że docenisz swą anatomię i podniesiesz głowę do góry. To cudowne, że wystarczy jeden ruch głową, by podziwiać piękno nieba, prawda?

Sentymentalna Żulia

CZY WYŚPISZ SIĘ, ZASYPIAJĄC I WSTAJĄC Z KURAMI? – ILE ŚPIĄ KURY?

Na pewno każdy kojarzy powiedzenie „wstając z kurami”, ale czy wiecie, że oryginalnie w owym powiedzeniu chodziło o „pójście spać z kurami”, a nie o pobudkę? W takim razie, ile śpią kury? Czy śpiąc tyle samo, co one, wyśpisz się?

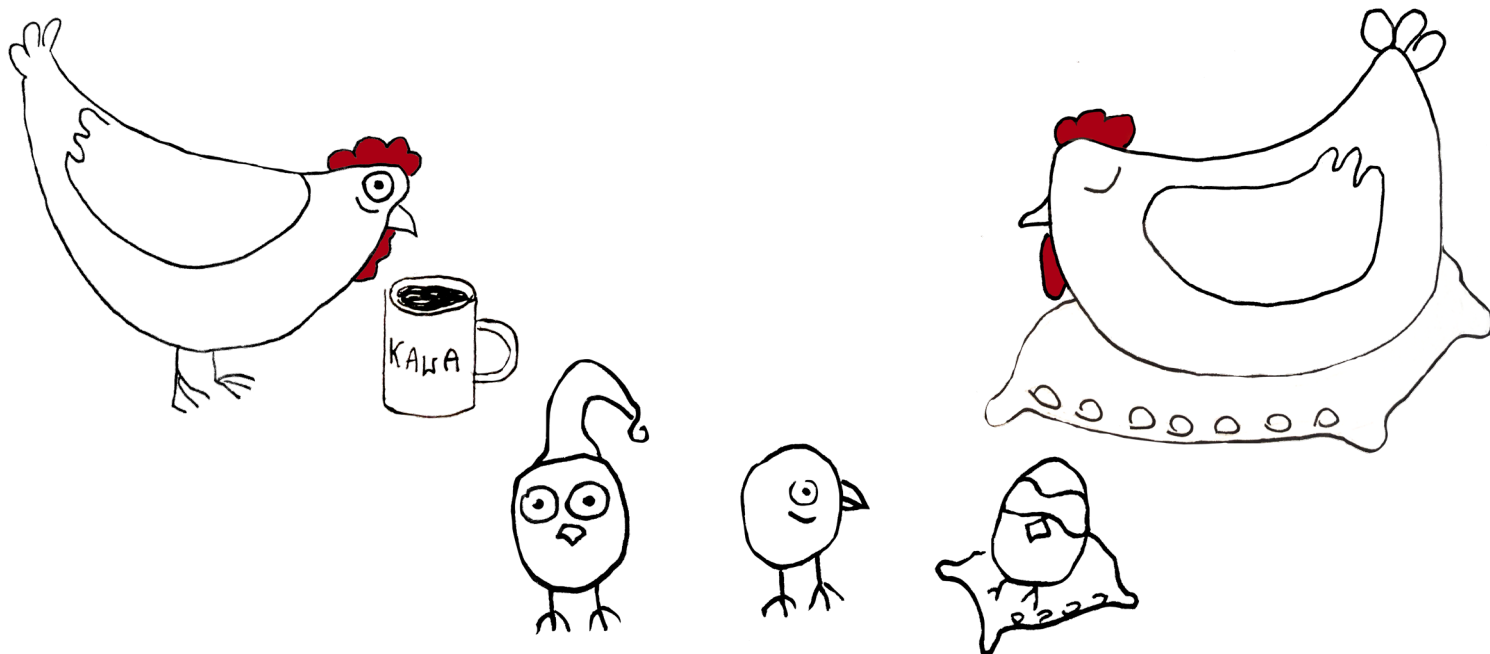
Odpowiedź brzmi: **to zależy**. Nie, nie od kur, lecz od pory roku. Kury są zwierzętami, które żyją zgodnie ze słońcem, czyli ich rytm dobowy wyznacza wschód i zachód słońca lub innego światła, ale o tym za chwilę. W lecie dzień kury jest dłuższy i trwa od godziny 4:00 do 21:00, kury śpią krócej i chodzą niewyspane i złe, jak pracownicy w poniedziałek zawałeni zadaniami „na wczoraj” od szefa, dlatego często wylegują się zakopane w piasku i ucinają sobie drzemki. Natomiast w zimie kury idą spać już ok. godziny 16:00 i śpią do godziny 6:00, ale to wcale nie świadczy o tym, że są wyspane. Nie raz na pewno zdarzyło Wam się, że pospaliście dłużej i byliście zmęczeni... Kury mają tak samo. Dlatego, aby zoptymalizować kurzy sen pomiędzy zimą a latem, buduje się w kurniki tak, żeby była doprowadzona elektryczność i w zimie zapala się kurom światło, aby zmylić je, że dzień jest dłuższy. I wiecie co? One się na to nabierają. Na forach rolniczych i hodowlanych zalecany czas ekspozycji na sztuczne

światło to ok. 4 godziny dziennie. Natomiast ciekawostką jest to, że również wyrównuje się to w drugą stronę, dbając o odpowiednie zaciemnienie w lecie, które pomaga spać kurom dłużej, w porównywalnych godzinach, co w zimie. Tu z pomocą przyszedłby zapewne kurnik zrobiony z czołgu. A co w ogóle daje to wyrównywanie kurzego snu? Optymalizację cyklu znoszenia jaj przez nioski, dzięki czemu nie mamy deficytów w zimie, a w lecie nie musimy martwić się, że zalewa nas góra jaj. Ale to, jak właściwie powstają jaja w kurze, to już materiał na inny artykuł.

Teraz już wiecie, dlaczego ex-ksiądz Natanek kazał zakrywać kurom oczy co dwie godziny. To wcale nie było głupie myślenie, ale na pewno dla tych zwierząt wysoce szkodliwe.

Pozostaje do wyjaśnienia ostatnia kwestia: ile spać powinien Pioneer, Kuro? Odpowiedź: od co najmniej 8 lat, w muzeum techniki.

Elizabeth Landeberg
grafiki: Marysia Bolek



ZERO POTRZEB: 10 SPOSOBÓW NA TO, JAK STOSOWAĆ TAKIE PODEJŚCIE DO ŻYCIA!

W jednym z moich pierwszych artykułów poruszyłem temat nirwany i błogostanu „zero potrzeb”. Dziś nadszedł czas, by podzielić się garścią cennych wskazówek na drodze do utrzymania duchowej homeostazy!

Heraklit z Efezu rzekł raz: *Panta rei – Wszystko płynie*. Dobry dowcip nigdy już nie brzmi tak dobrze, jak za pierwszym razem. Anegdoty się wyczerpują, memy tracą na ważności, a prawdziwy Bezbek potrzebuje przecież codziennie zaspokajać swoje pragnienie śmiechu, tak istotnego dla każdego człowieka. Niewielu zdaje sobie sprawę, ale dzięki nieskrępowanemu uwolnieniu rubasznego „Ha-Ha!” (tudzież „Hi-Hi!”, „He-He!”, „Hue-Hue!” etc.) w naszym organizmie następuje lepsza przemiana materii, przyspieszone trawienie, pogłębiony oddech, oczyszczający płuca itd. Jak jednak poradzić sobie, gdy akurat samopoczucie spada, a LS przestaje bawić tak, jak do tej pory? Z pomocą przychodzi metoda ZERO POTRZEB i jej Złota Dziesiątka:

1. Spójrz na odbicie w krzywym zwierciadle

Lustro pokazuje nam to, co widzą nasze oczy: zarówno nas, jak i nasze bieżące otoczenie. Bywają takie dni, w których odbity w jego taflę obraz przypomina nam o czymś frustrującym, deprymującym i nieprzyjemnym. Cała sztuka tkwi jednak w punkcie widzenia – to nie lustro nam go nadaje, a my sami. Ta prosta prostokątna warstwa szkła jest tylko bezkształtną masą, której to my nadajemy znaczenie. Najprostszym wyjściem jest więc nieco je przekrzywić, a jedna czy dwie ryski na jego warstwie na pewno nie zaszkodzą. Mając w pamięci moje wcześniejsze słowa, spróbuj spojrzeć w swoje odbicie po tych modyfikacjach. Od razu inna perspektywa, prawda?

2. Czerp z dobrych źródeł

Gdy przychodzą słabsze dni, w których śmiechu jest jak na lekarstwo, doskonałym źródłem dobrego samopoczucia są inni ludzie. Jedyne, co musisz zrobić, to wyczuć swoje zmysły postrzegania, aby móc wychwycić jak

największe źródło pozytywnej energii w Twoim otoczeniu. Za każdym razem wychwycisz inną częstotliwość: a to zabawną anegdotę, a to nieznaną Ci wcześniej dowcip albo zwyczajnie jakieś pokrzepiające słowa. Wystarczy tylko wyostrzyć słuch!

3. Stawiaj na mniej

Wśród nawału pracy i pewnego ścisłego grafiku obowiązków zawsze musi pojawić się choć jedna chwila, która pomoże Ci przetrwać okres bez śmiechu. Ulubiony batonik, pobudzająca piosenka, filiżanka dobrej kawy/herbaty, chwila sam na sam z książką – opcji jest wiele! Gdy brakuje tej jednej chwili na małą przyjemność, sensory memiczne w Twoim organizmie słabną, a przez to poczucie humoru ulega pogorszeniu, zatem pamiętaj, by zawsze mieć pod ręką coś, co pozwoli Ci na chwilę tylko dla siebie!

4. Myśl inaczej

Przed nami długa droga? Nie myślimy o tym, ile kilometrów przed nami, ale miejmy w świadomości, ile zdołaliśmy już przebyć! Musimy zaliczyć ważny egzamin? Nie myślimy o tym, jak jesteśmy do niego przygotowani – zamiast tego pamiętajmy o pracy, jaką włożyliśmy w naukę. Przykłady mógłbym mnożyć, a przecież chodzi o prosty zabieg psychologiczny, który nie tyle zmienia sytuację, a ponownie bawi się naszą perspektywą. Jest to banalna mechanika, ale przez tę prostotę wielu paradoksalnie całkowicie o niej zapomina, choć przecież pozwala spojrzeć na sytuację pod zupełnie innym kątem!

5. Zachowaj cierpliwość

Droga do celu jest wyczerpująca – nie tylko fizycznie i mentalnie, ale przede wszystkim humorystycznie. Bywają dni, w których nie ma się już czasu na nic poza snem i odrobiną, wspomnianej wcześniej, drobnej przyjemności. Im dłużej jednak trudności będą nam doskwierać, tym mocniej będziemy chcieli porzucić dany projekt (nie

wspominając już o tym, że tym mocniej będziemy później tego żałować). Za każdym razem, gdy tylko takie myśli nas nawiedzają, musimy zadać sobie pytania doprowadzające do jednej oczywistej odpowiedzi. Czy chłopaki poddali się po 1500 odcinku LS-a? Czy Włodek poczekał na rozmrożenie pizzy w jakimś piecu zamiast na silniku samochodu? Czy Bezbecja poddała się, gdy PeKaPeocja pojawiła się jako jej konkurentka? NIE! I nam także nie wolno się poddać!

6. Miej umiar

„Licz siły na zamiary, nie zamiar podług sił”, jak to napisał nasz (mniej lubiany) wieszcz Mickiewicz. Wielu do dziś błędnie interpretuje te słowa, nie pamiętając całego fragmentu, a różnica jest przecież istotna. Jeśli chcemy coś osiągnąć, możemy to zrobić. Nie bez problemów, nie w każdej chwili, ale po wcześniejszym przygotowaniu. Znajmy własne możliwości, zbadajmy wymagania, które będziemy powoli spełniać, ale nie nadwerężajmy naszych sił zanadto. Zbyt duży wysiłek rodzi forsowanie, forsowanie rodzi stres, a stres, jak wiemy, nie sprzyja okolicznościom śmiechowego masażu żołądka.

7. W medytacji siła

Piszę tu o medytacji, ale to może być także cicha modlitwa. Krótkie chwile przyjemności są w stanie dać nam chwilę oddechu i nagrodzić za starania, lecz to właśnie cicha medytacja, chwila rozmowy z nami samymi lub istotą wyższą pozwala nam patrzeć na wiele spraw długoterminowo. Warto od czasu do czasu odizolować się od hałasów wielkiego świata, zerknąć na duchowy kompas i wytyczyć dalszą drogę, by – z łżejszym duchem – móc czerpać z obfitych źródeł lekko stronicznych memów!

8. Zdrowe ciało, radosny duch

Znów zabrzmiał tu truizm, ale nie może być inaczej, gdy są one prawdziwe: prawidłowa, dobrze zbalansowana dieta oraz właściwy czas wypoczynku to podstawa! Zmęczenie i śmieciowe jedzenie niszczą w zarodku bezpieczne poczucie humoru i pogarszają receptory memiczności!

9. Bądź IMPOPO

Impopo to nie tylko grupa na Facebooku ani społeczność LS-owa. Impopo to styl życia: poszukiwanie alternatywnych żartów, nieszablonowe myślenie oraz wzajemna edukacja na tematy wszelakie. Doksztalając się, a zarazem śmieszkując wraz z innymi Imponderabilianami, nie pozwalamy, by nasze stałe poczucie humoru opadło poniżej pewnego poziomu, nawet w nieco bardziej wyczerpującym dla nas czasie. Dodatkową korzyścią z udzielania się na grupie są wszelakie inspiracje memiczne. Jak pokazują przypadki wielu debiutantów, już pierwszy niepozorny mem potrafi przynieść autorom niezliczone ładunki pozytywnej bezbecji!

10. Czytaj BEZBEKA!

Gdy wszystkie żarty zawiodą, w sukurs zawsze przyjdzie BEZBEK: informacyjno-rozrywkowy internetowy magazyn, który co tydzień serwuje swoim czytelnikom potężną dawkę bezbecji w najczystszej postaci. Gdy LS przestaje bawić, jest źle, ale poczucie humoru jest zawsze do odratowania już po jednej lekturze naszego pisma! UWAGA: należy czytać z głową (a najlepiej z dwiema)!

M. Matłok

CZYM JEST SEZON OGÓRKOWY I GDZIE ZNALEŹĆ NAJLEPSZE OGÓRKI?

Związek frazeologiczny *sezon ogórkowy* zapewne większość z Was gdzieś słyszała, ale co tak naprawdę znaczą te dwa zestawione ze sobą słowa? Dowiedzmy się!

Sezon ogórkowy to czas posuchy w wielu branżach, spowodowany licznymi wakacyjnymi wyjazdami, który zbiega się z okresem zbioru ogórków. Gdy już wiadomo, że ten czas jest najnudniejszy w całym roku, to może skupmy się na warzywnym aspekcie.

GDZIE ZNALEŹĆ NAJLEPSZE OGÓRKI?

1. Tam na rogu

Myślę, że ktoś z Was na pewno kiedyś usłyszał, że dane warzywa zostały kupione tam na rogu, no na tym bazarze. Właśnie w takich miejscach, które są zauważane tylko przez lokalsów, można znaleźć najlepsze jedzenie, więc szukajcie ich uważnie.

2. Przy drzwiach

Niektórzy są takimi szczęściarzami, że rano warzywa znajdują się same koło ich drzwi. Znam jedną taką szczęściarę, czyli moją babcię. Często bez zapowiedzi znajduje takie pakunki od swoich koleżanek i później zostaje jej jedynie przeprowadzenie śledztwa, czy taki prezent jest od pani Zofii czy Teresy. Życzę Wam, żebyście kiedyś też znaleźli taką niespodziankę przy swoich drzwiach.

Weronika Bogucka

SUBIEKTYWNY TYGODNIOWY

RANKING MEMSÓW

BY LENA ŚNIADAŁA

>nikt:

>profilowe facetów
po 40. na facebooku:

Piotr Melniczenko

Włodek: *wymyśla żart o końcu LSa*

Fani LSa:



Jakub Marchlik

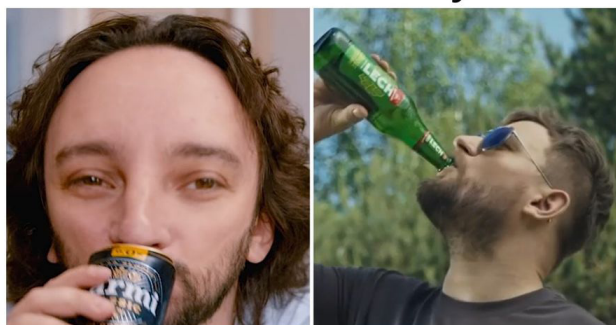
**Kiedy idziesz do parku rozrywki i dajesz się
naciągnąć na pamiątkowe zdjęcie z kolejki
górskiej:**

Piotr Melniczenko



Mikołaj Kozak

You VS The guy she
tells you
not to
worry about



Krystian Szaniawski



Grzegorz Stanek

Przeciętny fan Toyoty



Kamil Łuszczki

Przeciętny miłośnik BMW



BEZBEKOWY HOROSKOP

ROCZNICOWY 11.07–17.07

Baran (21.03–20.04)

Zorganizuj jakieś spotkanie. Może czas odnowić stare znajomości i razem oglądać LS-a przy kisielu lub pizzy z DaGrasso. W pracy i miłości otworzą się nowe, wcześniej niedostępne możliwości.

Byk (21.04–21.05)

By uniknąć jesiennej chandry, spraw sobie trochę przyjemności, np. kup upragniony telewizor, nawet jeśli ma grubą ramkę i wydaje dziwne dźwięki. W pracy czeka Cię mniej trudnych spraw.

Bliźnięta (22.05–22.06)

Nie pozwól dojść do głosu osobom, które nie mają racji, szczególnie jeśli to antymaseczkowcy, płaskoziemcy lub foliarze. Pamiętaj, że wiedza to siła, a jak się ma trochę więcej wiedzy, to można się czuć lepszym od innych jak Dawid Myśliwiec.

Rak (23.06–22.07)

Choć tydzień będzie wyjątkowo pracowity i nerwowy, to weekend przyniesie Ci zero potrzeb. Włącz muzykę z Paczkomatu w Brzostku i rozkoszuj się chwilą wolnego. Nie zapomnij też o najbliższych!

Lew (23.07–23.08)

Przyszła chwila, żeby odpocząć. W końcu nie można całe życie być w biegu. Może to idealny moment, by nauczyć się piec, bo nic nie smakuje tak dobrze, jak świeża chałka z masłem. Zrób kisiel, rozsiądź się w fotelu i włącz LS-a.

Panna (24.08–23.09)

Nie przejmuj się zdaniem innych, pomyśl o sobie i skup się na swoich planach. Wszystko pójdzie po Twojej myśli. Nie obawiaj się konkurencji ani surowego szefa. Weź troszeczkę pod uwagę, że Ty też zasługujesz na chwilę odpoczynku.

Waga (24.09–23.10)

Uda Ci się załatwić wszystkie sprawy, które masz zaplanowane. Uważaj jednak i nie wdawaj się w niepotrzebne dyskusje z płaskoziemcami, foliarzami albo antymaseczkowcami. Szkoda Twoich nerwów.

Skorpion (24.10–22.11)

Weekend sprzyja oddaniu się sztuce, więc odpręż się i włącz „Włodek śpiewa yummy biebera 1h”. Zaplanuj wyjazd w piękne miejsce, nie musi być ono daleko; ważne, żebyś zaznał tam spokoju i odpoczynku.

Strzelec (23.11–21.12)

Obejrzyś LS-a i poczujesz prawdziwe zero potrzeb! Nie bój się podejmowania ważnych decyzji i planuj przyszłość. Jeśli jesteś sam, to otwarcie szukaj nowych znajomości. Wenus zapewni Ci szczęście.

Koziorożec (22.12–20.01)

Nie będziesz czuł entuzjazmu do pracy, jednak to dobry moment na dyskusję. Wykorzystaj to w rozmowie z szefem, a Twoje szczęście do pieniędzy sprawi, że nawet Radek Kotarski będzie z Ciebie dumny.

Wodnik (21.01–18.02)

W przeciwieństwie do Karola nie musisz słuchać narzekania znajomych, więc unikaj tego, jak możesz. Za to zadbaj o swoje zdrowie psychiczne i dobry humor. Może czas zmienić fryzurę albo kupić nowe ubrania?

Ryby (19.02–20.03)

Jeśli będziesz potrzebować w tym tygodniu pomocy, nie bój się prosić. Ludzie będą Ci przychylni niczym przechodnie Ramenowi. Czeką Cię spokojny tydzień. Jedyne, co może to zmienić, to spóźniony LS (czego, mam nadzieję, Karol nie zrobi).

Wróżka NS

SKRÓTY ODCINKÓW #1501–#1505

PONIEDZIAŁEK

LS #1501

Chyba musimy Was przeprosić

Należą się pochwały montażyście tego odcinka, bo bardzo ładnie to zmontował. Włodek chciał przeprosić za to, że jest zapluty karłem reakcji i że tak perfidnie nas oszukał, a Karol mówi, że wyjebane. Co by było, gdyby któryś z Lekko Stronniczych był prezydentem. Jak Karol, to legalne ziło, a jak Włodek, to zniesienie VAT-u przy okazji zakładania instalacji gazowej. *Choose wisely*. Myśleliście, że w Polsce nie ma takich kwiatków, jak msza o deszcz? Pomyliliście się. PiS – czy potrzebujecie szerszego wyjaśnienia? Ukraina wygrała, Szwajcaria wygrała, a każdy kibic oglądający ten fragment przegrał. Musiałem po tym odcinku zjeść aspirynę i zająć. Włodek tłumaczył spalonego. Włodekowi przyjdzie jakieś gówno do auta, ma do sprzedania coś tam lub zamieni to na switcha light. Oferty należy nadsyłać na komisuwlodka.com. Pewien kibic wyrzucił na niby telewizor przez okno. Co ta pogoń za wyświetleniami robi z ludźmi. Karol chce pojechać nad Morze Azowskie, ale mama Włodka mówi, że lepiej nie, bo tam jest wojna, i żeby pojechali sobie coś Odessać pociągami. Optometrystka Beata chce popatrzeć Karolowi i Włodekowi głęboko w oczy i laserem ich! Będą ślepnąć od światła!

WTOREK

LS #1502

Najgorszy zakup EVER. Pobawisz się 5 min i do kosza

Dzisiaj w odcinku poznaliśmy najważniejsze informacje z zagranicy. Mianowicie we Wrocławiu wydarzyła się stłuczka pięciu samochodów. Nie była to taka typowa stłuczka, gdyż dopiero po czasie w już stojące samochody wjechały kolejne. Chłopaki zazdroszczą Mocno Stronniczym posiadania dwóch mikrofonów. Wąż w Kamionce, a nie, to nie był wąż – jakie mamy tutaj zwroty akcji – był to zwykły gniewosz plamisty. Wypowiedział się *brygadzysta* – jak sądził Karol. Ale co tam tematy główne, najlepsze jest to, że Włodek kupił koło martwej trawy na swoje podwórko, zwane również basenem dla dzieci. Najlepiej ilustrujący to zjawisko mem rozśmieszył Włodka tak bardzo, że musiał wypić Karmi 0,0%. Są podejrzenia w naszej redakcji: głównie redaktorka naukowa przypuszcza, że mógł być to również Bezbekian Elesanu – silnie działający dopalacz, groźny dla życia i zdrowia zwłaszcza w połączeniu z bezalkoholowym piwem dla kobiet po czterdziestym roku życia.

ŚRODA

LS #1503

Usmażył jajecznicę na słońcu. 19-latek zawstydził rzędczących

Ateizm, brak dowodów na istnienie Boga, królestwo nihilizmu, a potem wraca Włodek, który mówi, że taki LS to jak oglądanie Jasia Kapeli. Karol dostał do zjedzenia wege opcję z Burger Kinga. Kurier wjeżdża z bezprzewodową ładowarką do samochodu Włodka, przerywając program. Latające auto odbyło swoje pierwsze testy w powietrzu. Totalnie wszyscy inaczej wyobrażali sobie latające auta. A wracając do tematu odcinka, czyli totalnej betonozy w Polsce: nastolatek usmażył jajecznicę na rynku, bez pomocy ognia i ciepła innego niż słońce. Temperatura w słońcu w ten dzień wynosiła 50°C. Może ten performance zapoczątkuje zmiany, ale i tak: KACPER, wyjdź!

CZWARTEK

LS #1504

Segregacja do UK

Karol ogląda niepokojące TikToki. Włodek zabronił Mon oglądać MLH, bo nie lubi tablic upamiętniających JPIL na środku parkingów pod Leroy Merlinem. Karol mówi mu prawdę, że jęczy jak stara baba. LS nie robi wody z mózgu. LS robi wodę z dwóch tlenów i wodoru. LS nie jest ważny dla gospodarki. Wielka Brytania nie chce wpuszczać biednych, bo im się nie opłaca. Karol jest biedny, bo na kiblu ogląda TikToki i tylko 7h w tygodniu ogląda YouTube'a, a Włodek nie umie mówić po influencersku. Brytyjczycy mają jazzy z biznesmenami w czasie zarazy. Włodek dostaje maile z KFC... To już wiem, dlaczego w moim egzemplarzu Lekko Stronniczego znalazłam kupony do KFC z 2015 roku. Trzymam je jako pamiątkę. Włodek przyznaje, że już ma gdzieś, czy obraz jest referencyjny. Jakby ktoś chciał kupić 14-letniego Kuro, to obserwujcie OLX oraz komisuwłodka.pl. Nie dostaniecie do niego złotej ramy, bo to nie ta aukcja. Kiedyś to czarne było czarne, a teraz to czarne nie jest czarne. Jak nie wiecie, czym jest \$sleeper\$, to Karol Wam nie wytłumaczy. ■EL

PIĄTEK, PIĄTECZEK, PIĄTUNIO

LS #1505

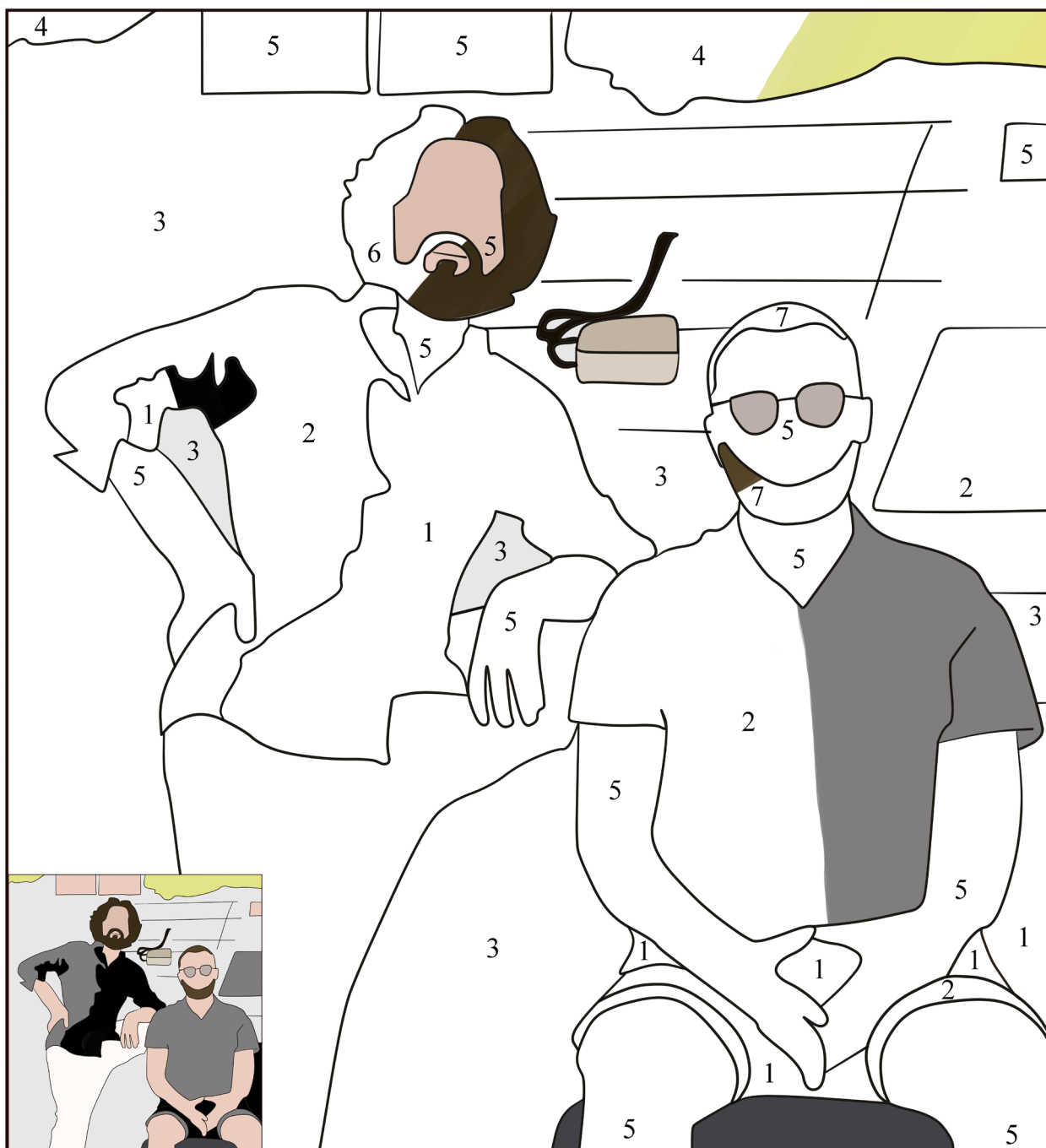
O czym POLACY rozmawiają przy GRILLU?

Ciekawe, ilu z Was pomyślało przed dzisiejszym odcinkiem, że Karol jest bananowym chłopcem? Ja pomyślałam o tym wczoraj, a dzisiaj... wykrakałam. Panowie znowu poruszając drażliwą kwestię ciągłości LS-a, co prowadzi nas do segmentu sponsorowanego. Karol zaczyna gadać o TikToku jak o Hotelu Paradise, ale docenia, że widzowie wiedzą, że robi to dla hajsu. Robi z siebie głupka... czasami. Włodek nie chce być bogaty, woli kredyty zaciągać. Ludzie bezdzietni są szczęśliwsi, co widać po Karolu, a Ci dzietni ich szkalują. Co potwierdza ostatnie kilkanaście odcinków LS-a. Włodek czyta, a Karol go olewa i pindrzy się do widzek... albo widzów. Albo ich zwierzęta lub dzieci... nie wiadomo. Badanie, dlaczego Polacy nie chcą mieć dzieci, jest dla Karola ciekawe, a Włodek chce Cryslera. Mam Cryslera. Ma dwie kanapy. Mogę odsprzedać złota, chcesz, Włodek? Karol apeluje do prezesa Miszcza o etacik. Umiąłby rozmawiać z pieskiem pańci z Hollywood. Rodzina Markowiczów jedzie na grilla. Karol nie wierzy, że można mieć lepszy weekend od Włodka. Redakcja Bezbeke odpowiada: sprawdzamy. ■EL

Autorzy: Hex Zero Rouge,
Dziennikarz Śledczy,
Elizabeth Landeberg

ROZRYWKA

**I TY POKOLORUJ PIERWSZĄ
OKŁADKĘ BEZBEKA!**



1 — CZARNY

2 — CIEMNOSZARY

3 — JASNOSZARY

4 — ŻÓŁTY

5 — KREMOWY

6 — CIEMNOBRĄZOWY

7 — BRĄZOWY

aut. Tangensy w akcji

BYĆ MOŻE ZA TYDZIEŃ:

1. Paciorek & Markowicz – *Sorry Seems To Be The Hardest Word*
2. Kolejne *fake apologies* w LS-ie [SKANDAL]
3. Czym jest spalony? – nadal nie wiemy
4. Fani LS-a i Timbaland zabierają głos w sprawie – *It's too late to apologise...*
5. Czym jest spalony? Rozmowa z Magdą Gessler
6. *What if Włodek was one of us, just a stranger on a bus trying to make his way home?* [Ropczyce]
7. Co chłopaki zrobią dla wyświetleń? [SONDA]
8. Kamionka, Kamianka, Kamianna i wszystkie inne twarde miejscowości
9. Kto pisze paski w LS-ie? [DOCHODZENIE]
10. Włodek wygląda trochę jak jaszczurka – sprawdzamy jego reptiliańskie korzenie
11. Najlepsze historie z Żabki
12. Kuce z Bronksu vs Star Trek Przerobiony – co jest lepsze?
13. Dziwne zachowanie Włodka, czy to zatrucie Bezbekianem Elesanu? – Redaktorka naukowa sprawdza
14. Naukowcy są zgodni: LS robi kisiel z mózgu
15. MLH+ – program wsparcia dla Moniki
16. Nie możemy pisać artykułu, jesteśmy w Krakowie

ZNAJDŹ NAS:

Magazyn Bezbek sp. niejawna
ul. Bezbecji 25/10 lok. 1

38-870 Wieliczka, koło Krakowa

Tel: 0 000 000 000

E-Mail: magazynbezbek@gmail.com

FB: Magazyn Bezbek

WWW.MAGAZYNBEZBEK.PL

REDAKCJA:

ZAŁOŻYCIELKA: Urszula Skorodziłto

KOREKTA: Sebastian Czapliński, Angelika Konieczna, Julia Sieradzka, Lena Śniadała, Mateusz Kotas

SKŁAD I EDYCJA TEKSTU: Michał Adamczyk

GRAFIKA: Agata Iwanow, Zosia Śmiątek, Marysia Bolek

AUTORZY: Mateusz Matłok, Angelika Konieczna, Elizabeth Landeberg, Gosia Mierzejewska, Wróżka NS, Weronika Bogucka, Agata Iwanow, Rafał Mazur, Hex Zero Rouge, Urszula Skorodziłto

OKŁADKA: Malv Dziechciarow

**Dla nas
najlepszym
prezentem
jest to,
że czytasz ten
magazyn.**