

MARIA PIETRZAK

Szkoła Główna Handlowa w Warszawie, e-mail: [maria.pietrzak@sgh.waw.pl](mailto:maria.pietrzak@sgh.waw.pl)

## RETARDACJA PRZEKSZTAŁCANIA ZASOBÓW ŚRODOWISKA - KONCEPCJA POPULARYZOWANA PRZEZ FUNDACJĘ "W SERCU MATKI"

*Działania popularyzujące ideę retardacji przekształcania zasobów środowiska w sposób niebezpośredni, w ramach z pozoru niezwiązanych projektów, lecz przekazujące przeciętnemu obywatelowi ważne informacje poparte badaniami naukowymi, zdają się mieć większe długofalowe oddziaływanie społeczne niż podejmowanie tematu przede wszystkim na poziomie akademickim. Podmiotem realizującym ideę retardacji jest między innymi Fundacja „W Sercu Matki”. Choć głównym celem statutowym Fundacji było stwarzanie przestrzeni do dzielenia się talentami i wspieranie ludzi w ich rozwoju, Fundacja wskazywała również fundamenty harmonijnego rozwoju człowieka w długim okresie, przy uwzględnieniu współczesnych wyzwań, prowadząc warsztaty, webinary, czy też projekty typu „Ekodzielnia”.*

**Słowa kluczowe:** retardacja, ekologia integralna, świadomość ekologiczna, popularyzacja nauki, wpływ społeczny, rozwój talentów

### I. WSTĘP

Choć ochrona środowiska przez wielu ekonomistów uważana jest za sferę, w której nadrzędną rolę pełni ustawodawca, więc to na szczeblu państwa podejmowane są najważniejsze inicjatywy zmierzające do efektywnego zarządzania środowiskowego [Adamczak 2022], to jednak we wzmacnianiu świadomości środowiskowej społeczeństwa coraz częściej podkreślane jest także znaczenie inicjatyw oddolnych [Chamber 1997, Fraser i in. 2006, Pereira i in. 2019].

Słowo retardacja, przez zawarty w nim przedrostek „re” wskazuje na pewne odwołanie do stanu początkowego. Zasadniczo retardacja odnosi się do wolniejszego rozwoju pewnego organu w stosunku do innych [Ziegler i Hodapp 1986], albo świadomego zatrzymania akcji utworu literackiego, by stworzyć nastrój napięcia przed wprowadzeniem nowego wątku, osoby, wydarzenia [Słownik Języka Polskiego...]. Jednak termin ten zaadoptowany został także od dawna przez uczestników konferencji naukowych organizowanych na Uniwersytecie Rzeszowskim, by zwrócić uwagę na nowy environmentalizm, wymagający spowolnienia przekształcania ekosystemów przez człowieka [Kostecka 2024].

W odniesieniu do świata przyrody wiele pojęć zawiera przedrostek „re” [Morin 2005]. Obok retardacji, czyli w rozumieniu przyjętym przez autorkę artykułu, świadomego zatrzymania pewnego procesu, mówimy zatem o reforestacji, regeneracji, rolnictwie regeneratywnym. W języku angielskim ważnych pojęć zawierających przedrostek „re” jest jeszcze więcej. Jego odpowiednik w języku polskim to „od”, stąd mamy na przykład odnowę (ang. *renewal*).

W niniejszym artykule retardacja będzie odnosiła się zarówno do retardacji przekształcania zasobów środowiska, jak też do retardacji w znaczeniu spowolnienia odnoszącego się do innych aspektów działalności człowieka. Okazuje się bowiem, że nawet wolniejsze jedzenie powinno być ważne i niesie pozytywne skutki dla przebiegu trawienia oraz innych procesów metabolicznych [Włodarek i in. 2015]. Chodzi także o mentalną retardację, która jednak nie jest spowodowana uszkodzeniem mózgu natury chorobowej lub wypadkowej, lecz świadomą decyzją człowieka, wynikającą z chęci lepszego przeżywania własnego życia [Roth 2011].

Ściśle powiązana z retardacją jest koncepcja gospodarki o obiegu zamkniętym [Murray i in. 2017], a więc takiej, w której odpady zamiast trafiać na wysypiska śmieci albo w inne miejsca utylizacji nieużytków różnego rodzaju, stają się one na nowo produktami/komponentami, powtórnie przetwarzanymi, inaczej wykorzystywanymi. By jednak coś, co w powszechnej świadomości jest traktowane jako śmieć, stało się znowu surowcem, potrzebna jest mentalna otwartość, a także kreatywność, skutkujące poszukiwaniem nowych rozwiązań, choćby wydawały się one niemożliwe w pierwszej chwili. To wymaga systemowego myślenia [De Angelis i Ianulardo 2024], które zawiera się w idei retardacji.

Zamierzeniem autorki artykułu jest wskazanie działań realizowanych przez Fundację „W Sercu Matki” (Fundacja), które w różnym zakresie i wymiarze zawierały w sobie rzeczywistą zachętę do retardacji, aby zainspirować środowisko akademickie, ale także przedstawicieli różnych sektorów gospodarki, z innymi organizacjami pozarządowymi włącznie, do podejmowania inicjatyw promujących bezpośrednio i pośrednio ideę retardacji przekształcania zasobów środowiska.

## II. METODA PRACY

W artykule posłużono się jakościową metodą badawczą, to jest studium przypadku [Pizło 2009, Rashid i in. 2019]. Przedstawione zostały działania podejmowane przez Fundację „W Sercu Matki” w okresie jej blisko 5cioletniego funkcjonowania, tj. w latach 2019-2024 Skupiono się wyłącznie na tych przedsięwzięciach, które były zgodne z ideą retardacji.

Aktywności Fundacji, których krótkie charakterystyki można znaleźć na stronie internetowej Fundacji ([www.fundacjawsercumatki.pl](http://www.fundacjawsercumatki.pl)), w niniejszym artykule zostały opisane w oparciu o obszerny materiał własny, stanowiący podstawę do ich implementacji. Wiele z podjętych projektów wynikało nie tylko z gromadzonego przez autorkę w życiu zawodowym doświadczenia i studiów literatury, ale i obserwacji w każdej dziedzinie życia czynionych od wczesnej młodości. Jako że autorka sama inicjowała większość opisanych wydarzeń, możliwe było przedstawienie intencji ich podejmowania. Podano również konkretne publikacje, będące efektem przeglądu literatury przedmiotu i dotyczące szeroko pojętej koncepcji retardacji i licznych związanych z nią wątków, poruszanych w tekście. Jako że omawiana problematyka jest wielowątkowa i interdyscyplinarna, wykorzystano publikacje z różnych dyscyplin naukowych.

## III. WYNIKI

### *Działania z zachętą do retardacji realizowane przez Fundację „W Sercu Matki”*

Głównym celem działania Fundacji „W Sercu Matki” było wspieranie ludzi w odkrywaniu i rozwoju ich talentów, a także stwarzanie przestrzeni do tego, by się talentami dzielić. Fundatorki powodowane własnym doświadczeniem nabrały przekonania, że jedynie przez „puszczenie talentu w obieg” [Por. Mt 25, 14-30] człowiek odczuwa pełną radość z tego, że został obdarzony danym talentem i czyni z niego właściwy użytek. W związku z tym Fundacja zajmowała się przede wszystkim organizacją wydarzeń zmierzających do tego, by szerzyć świadomość na temat

różnorodności talentów i znaczenia każdego z nich, choćbyśmy sami mieli poczucie, że jest małej wagi. Tworząc przestrzeń do rozwoju talentów, na przykład zatrudniając osoby, które odkryły swój talent i chciały się nim podzielić, Fundacja starała się podkreślać, że każdy talent jest nam dany po to, żeby robić z niego pożytek.

Jeden z głównych projektów Fundacji - „8 talentów”, odwoływał się do koncepcji prof. Howarda Gardnera dotyczącej inteligencji wielorakich [Gardner 2002]. Realizowane przez blisko 3 lata „8 talentów” zmierzało do podniesienia świadomości społecznej na temat różnych inteligencji, wyszczególnionych przez H. Gardnera i współpracujących z nim badaczy uniwersytetu Harvarda. By realizować to założenie w kolejnych miesiącach roku szkolnego organizowano webinaria i warsztaty związane z następującymi rodzajami talentów: językowym, matematyczno-logicznym, przyrodniczym, intrapersonalnym, interpersonalnym, wizualno-przestrzennym, kinestetycznym (ruchowym), muzycznym. W każdym roku talenty były przybliżane w różnej kolejności, by ukazywać możliwości rozwoju poszczególnych talentów w różnym czasie i zachęcać do ich rozwoju bez względu na porę roku.

Choć odkrycie talentów i ich świadome wykorzystanie to kluczowy aspekt przedsięwzięć prowadzonych przez Fundację, nieodłącznym elementem podejmowanych projektów było również wskazywanie na filary prawidłowego rozwoju, do których należy odpowiedni tryb życia i zdrowa dieta. Właśnie te działania należy uznać za wiążące się z ideą retardacji – nie tylko przekształcania zasobów środowiska, ale i całego życia. Prawdziwy rozwój nie zmierza bowiem do bezrefleksyjnej hiperkonsumpcji, przez którą nieustannie wzrasta presja do tego, by bardziej mieć niż być, a co za tym idzie, by stawiać na ilość, a nie jakość, choć to ta druga stanowi fundament życia pełnią naszego człowieczeństwa [Crocker 2010, Siciliano 2016].

Do najważniejszych działań „retardacyjnych” Fundacji należy zaliczyć publikację książki „Jakość życia – na co masz wpływ”, w której reprezentanci 13 dziedzin nauki (naukowcy i praktycy) przedstawili w formie popularnonaukowej „pigułki” najważniejszą wiedzę, popartą badaniami, na temat tego, jak każdy z nas konkretnymi czynnościami lub zaniechaniem pewnych działań, może podnieść jakość swojego życia [Pietrzak i in. 2021]. Celem książki była próba dostarczenia współczesnemu człowiekowi rzetelnej, interdyscyplinarnej wiedzy, stanowiącej antidotum na wszechobecny zalew dezinformacji [Benett i Livingstone 2020].

Choć niektóre rozdziały wspomnianej publikacji wyraźniej akcentują konieczność retardacji – nie tylko przekształcania zasobów środowiska, ale także współczesnego życia, to należy uznać, że – choć nie było to zamierzonym celem autorów, cała publikacja dostarcza dowodów na potrzebę retardacji. Szczególnie wybrzmiewa ta potrzeba w rozdziale prof. Joanny Kosteckiej wskazującym na istotność bioróżnorodności w naszym szeroko pojętym ekosystemie, czy też w rozdziale stanowiącym esencję współczesnej psychologii, w którym dr Maria Jankowska akcentuje rolę inteligencji emocjonalnej, umożliwiającej skuteczniejsze radzenie sobie z trudnymi doświadczeniami życia codziennego oraz wspierającej pełne wykorzystanie potencjału naszego intelektu [Pietrzak i in. 2021]. Jak inteligencja emocjonalna wiąże się z retardacją? By ją rozwijać konieczne jest zatrzymanie się, wejście w głąb zamiast nieustannego „ślizgania się” po powierzchni zdarzeń. Życie w pędzie, nieustannej wielozadaniowości i wielowątkowości licznych połączeń ze światem przez media społecznościowe i będący stale pod ręką a nawet nieustannie w użyciu – telefon komórkowy, nie pozwala zastanowić się głębiej nad tym, co dzieje się wokół nas, co przeżywamy i co możemy z tym zrobić dla pożytku własnego i innych zamiast podążać ślepo za tym, za czym idzie bezimienny i nierzadko błędzący tłum.

W innych rozdziałach kwestia retardacji i jej zbawianych skutków na zdrowie i jakość życia człowieka również jest podejmowana w różny sposób. Przykładowo, dr n. med. Mariusz Koziak akcentuje konieczność zwolnienia tempa życia i świadomej redukcji wszechogarniającej nas stresu, by cieszyć się dobrym wzrokiem przez długie lata. Fizjoterapeutka Renata Rakoczy,

wskazuje na konieczność podejmowania regularnych przerw w pracy, by odciążyć nasz organizm i zapobiec problemom z układem ruchu, ale też innym schorzeniom. Lekarka ginekolog Natalia Szuszczykówna również podkreśla wagę zwolnienia tempa życia, by nabrać świadomego podejścia do kwestii płodności i zdrowia prokreacyjnego.

Kolejnym przedsięwzięciem Fundacji szerzącym koncepcję retardacji był cykl webinarów, dotyczących ogólnie rzecz ujmując, znaczenia kontaktu człowieka z przyrodą i troski o naturę, z której człowiek, choć często o tym nie myśli, czerpie niezliczone korzyści odnoszące się do każdego wymiaru życia, zaczynając od obniżania temperatury powietrza przez roślinność, a na pozytywnym wpływie na zdrowie psychiczne kończąc. Formuła nieodpłatnych webinarów, czyli 30-60 minutowych spotkań w formule on-line, zwykle w dni powszednie z rana lub późnym popołudniem, umożliwiła wielu osobom wysłuchanie istotnych treści, których praktyczna implementacja pozwala podnieść jakość życia oraz pozytywnie wpłynąć na środowisko naturalne – jedno z drugim jest bowiem nierozzerwalnie związane.

Innym, ważnym przedsięwzięciem, które stanowiło realizację idei retardacji był projekt „Ekodzielnia”. W czasie wydarzenia zorganizowanego na terenie Ursynowskiego Centrum Kultury „Alternatywy” zaproszono przede wszystkim mieszkańców dzielnicy Warszawa – Ursynów, ale także wszystkich innych zainteresowanych, na cykl wykładów z dziedziny fizjoterapii, dietetyki, endokrynologii i ogólnie zdrowia, by przedstawić współczesne bolączki społeczne i wskazać na możliwości zapobiegania im przez odpowiednie, świadome wybory – tego, co jemy, kupujemy, robimy każdego dnia, ale też przez rezygnację z różnych postaw, zakupów etc. Ponadto, w czasie wydarzenia serwowany był poczęstunek – odpowiadający temu, o czym mówiono w czasie prelekcji merytorycznych, a więc prawdziwie odżywiający i pokrzepiający, a nie jedynie zapełniający nasze żołądki, dostarczający kalorii i zapewniający dobre wrażenia smakowo-zapachowe, co dotyczy wielu powszechnie dostępnych, wysoko przetworzonych produktów, pochłaniających ogromne ilości zasobów przyrody bez realnej korzyści, a wręcz ze szkodą dla człowieka w długim terminie, pomimo wspomnianych pozytywnych doznań w chwili konsumpcji czy tuż przed nią.

Co więcej, w ramach Ekodzielni, działało kilka stanowisk, na których można się było porozmawiać ze specjalistami i samemu sprawdzić, jak coś działa. Przykładowo, na stanowisku prowadzonym przez pracowniczki Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego (SGGW) można było dowiedzieć się o pożytecznych bakteriach w naszym przewodzie pokarmowym, przy innych natomiast sprawdzić swoje BMI i w razie nieprawidłowości dowiedzieć się, jak można temu zaradzić, albo policzyć ślad węglowy i co w największym stopniu wpływa na taką a nie inną jego wielkość. Ekodzielnia była także okazją do przyniesienia niepotrzebnych rzeczy, które znalazły nowych właścicieli dzięki przedsięwzięciu, a także zobaczyć na własne oczy, jak roztropniej korzystać z tego, co mamy, czego używamy każdego dnia, a co często przez pośpiech utrudniający pozbycie się złych nawyków zaniebujemy. Była to okazja do podjęcia wysiłku refleksji nad własnym postępowaniem i jego słuszością lub jej brakiem. Możliwe było ponadto znalezienie odpowiedzi na pytanie, gdzie powinny trafić pewne rodzaje śmieci, mniej oczywiste przy segregacji, oraz jak dać drugie życie przedmiotom, które potrafią latami zalegać bezużyteczne w domach.

Następnym przedsięwzięciem Fundacji, promującym ideę retardacji był kurs „Matko! Zorganizuj się!”. W piętnastu edycjach kursu, uczestniczące w nim matki szukały odpowiedzi na najbardziej nurtujące je pytania związane z macierzyństwem i szukaniem własnej, niepowtarzalnej drogi w tym powołaniu. Prowadząca, opierając się o własne doświadczenie bycia matką czworga dzieci, dzieliła się tym, co pomogło jej z wdzięcznością i pokojem w sercu przeżywać nie tylko chwile naturalnie napełniające radością, ale też te pełne trudu, naznaczone cierpieniem duszy lub ciała, które nierzadko potrafią przysłonić piękno bycia matką. Dobremu przeżywaniu macierzyństwa zdecydowanie sprzyja retardacja, a więc ewangeliczne „wyjście na

pustynię”, by w samotności nabrać świadomości tego, co jest w życiu najważniejsze i co powinno motywować nasze codzienne wybory. Bez zwolnienia tempa życia, rezygnacji z nadmiaru, który zwykle zaczyna przytłaczać nie prowadząc wcale do spełnienia, ale zwiększając frustrację, trudno o wyciszenie konieczne do wejścia na drogę dobrego przeżywania codzienności.

W odpowiedzi na liczne zapytania uczestniczek kursu „Matko! Zorganizuj się!” o możliwość dalszego wspólnego odkrywania drogi do radości w macierzyństwie, powstał cykl webinarów, stanowiących jedną całość, ale niewykluczających wysłuchania pojedynczych odcinków. W poszczególnych częściach autorka zachęcała ponownie do nabrania dystansu do własnej codziennej rutyny i głębszego przemyślenia tego, co jest w nas, co robimy, co się dzieje wokół nas, by świadomie przeżywać życie, podejmując suwerenne decyzje służące dobru indywidualnemu i społecznemu. W webinarach akcentowane było znaczenie powrotu do życia w zgodzie z naturą, zakładającego również prostotę od której człowiek odszedł przez zasobochłonny sposób życia, powodowany presją realizacji postulatów: „szybciej, lepiej, taniej” [<https://fundacjaawsercumatki.pl/matko-zorganizuj-sie/>].

Poza wskazanymi wyżej projektami Fundacja realizowała ideę retardacji w różnych innych działaniach. Przykładowo, organizując kurs „Mama wraca do pracy”, mobilizowała matki planujące wrócić do aktywności zawodowej po urlopach macierzyńskich i wychowawczych, niekiedy kilku albo kilkunastoletnich, do gruntownego przemyślenia, co jest ich talentem i w jakiej pracy będą mogły znaleźć prawdziwe spełnienie, puszczając w obieg to, czym zostały obdarowane.

Organizowano także odbiór niesprzedanej żywności ze sklepów ze żywnością ekologiczną i organiczną zmierzający do wykorzystania wszystkiego, co chętne osoby współpracujące z Fundacją, głównie rodziny wielodzietne, będą mogły jeszcze spożyć, a co już nie może być sprzedane z uwagi na drobne defekty czy mijającą datę przydatności do spożycia. W ten sposób zapobiegano marnowaniu żywności<sup>2</sup>, a także wspierano rodziny.

Ponadto, Fundacja inicjowała nieustanną wymianę, zachęcając do przemyślenia, komu i gdzie mogłyby się przydać rzeczy których już nie potrzebujemy w swoich domach/rodzinach. Pokazywano, że zwykle to, co nie przydaje się już jednej osobie, zostanie z wdzięcznością przyjęte przez kogoś innego, gdy tylko z myślą o dalszym życiu używanych przedmiotów zadamy o ich dobry stan. Te działania były zgodne z realizacją idei gospodarki o obiegu zamkniętym, która wymaga wysiłku polegającego na odejściu od najłatwiejszego dla człowieka zachowania – nie używam już/nie potrzebuję/ czuję, że coś mi zawadza, to wyrzucam. Podobnie, czy to organizując nowe przedsięwzięcia, czy w toku bieżącej działalności, zanim zainwestowano w nowe zasoby, podejmowano refleksję zmierzającą do ustalenia, czy może potrzebne zasoby nie są gdzieś odłożone, zapomniane, a wciąż sprawne/nadające się do użytku. Taka świadoma wymiana wymaga jednak ponownie zatrzymania się w wirze spraw, by przemyśleć i właściwie zdiagnozować sytuację, a dopiero potem ustalić konieczne zakupy.

*Inspiracja dla środowiska akademickiego, przedstawicieli różnych sektorów gospodarki i innych organizacji pozarządowych do podejmowania inicjatyw promujących bezpośrednio i pośrednio ideę retardacji przekształcania zasobów środowiska*

Czytelnikom artykułu, zainspirowanym działaniami Fundacji należy się wyjaśnienie, że z uwagi na trudność w dalszym utrzymaniu Fundacji z dobrowolnych składek jej sympatyków, Fundacja znajduje się obecnie w stanie likwidacji. Autorka artykułu żywi jednak nadzieję, że aktywności podejmowane przez Fundację będą stanowiły inspirację dla wszystkich, którym idee

---

<sup>2</sup> W Polsce przeciętny obywatel wyrzuca 1/3 zakupionej żywności, co oznaczało 336 kg zmarnowanej żywności w roku średnio na obywatela w 2019 roku [European Environment Agency 2021].

odkrywania i rozwoju talentów oraz życia w zgodzie z naturą, a wraz z nimi koncepcja retardacji, są lub stają się bliskie.

Warto jednak podkreślić, że choćby uzasadnienia merytoryczne dotyczące znaczenia, słuszności i pożyteczności implementacji retardacji miały niezwykle ważną wagę gatunkową, to bez ludzi dających przykład swojego życia, cała idea może stać się jedynie kolejnym „postrachem” dla przeciętnego obywatela, który w obliczu dezinformacji wynikającej z dominującego sposobu działania współczesnych mediów, nierzadko odbiera postulatory dotyczące różnego rodzaju ograniczenia jako swoisty zamach na wolność obywatelską lub swego rodzaju „fanaberię” polityków [Gavidia 2013, Mebratu 1996]. Żywy przykład najbardziej przekonuje i zachęca do naśladowania [Eisenkopf i Kölpin 2024, Hartmann 2002).

Koncepcja retardacji realizowana przez Fundację „W Sercu Matki” nie jest odosobnionym przykładem implementacji tej idei w działaniach podmiotu niepublicznego, którego działania skierowane są do przeciętnego obywatela i ukazują znaczenie odpowiedzialnego podejścia do życia każdej osoby. Jednocześnie akcentują współzależności pomiędzy ludźmi i środowiskiem w sposób polegający na szerzeniu praktycznej, wynikającej z badań i doświadczenia wiedzy na temat znaczenia i kierunków tychże powiązań. Wydaje się, że ten sposób upowszechniania idei retardacji jest skuteczniejszy niż normatywne, niedające przestrzeni na pytania i odpowiedzi, informowanie uczestników życia społeczno-gospodarczego, że retardacja jest słuszna, a nawet konieczna, a zatem każdy musi/nie może/ma...., do czego zdaje się dążyć współczesna polityka państwowa i samorządowa, wprowadzająca różnego rodzaju nakazy i zakazy, mające wprawdzie związek z implementacją idei retardacji, jednak nierzadko rodzące powszechny bunt, z uwagi właśnie na ich autorytarność, rodzącą w ludziach przede wszystkim niepokój związany z troską o własne możliwości dalszego zaspokajania własnych potrzeb, a wraz z nim instynkt samozachowawczy, skłaniający do odpierania „ataku” tego, kto siłą (choćby ustawodawczą) narzuca nam coś zamiast przekonywać własnym przykładem.

Wiele miejsc kultury i nauki przedstawia w sposób zmuszający do refleksji fakt zachodzenia istotnych zmian w naszym otoczeniu, które człowiek może powstrzymać lub skierować na służący ludzkości kierunek, jeśli tylko podejmie konieczną refleksję. W warszawskim Centrum Nauki Kopernik można zatem zobaczyć, jak czerwone niskie paliki (których proporcje przedstawiono w stosunku do zmian w liczbie ludności w XX wieku osiągają rozmiary wykraczające ponad sufit pomieszczenia o wysokości standardowej dla obecnego budownictwa biurowego). Równoległe pokazane jest, jak wzrosło w tym czasie zapotrzebowanie na żywność, konieczną do wyżywienia stale zwiększającej się populacji.

Podobne, obrazowe porównania znajdują się w innych placówkach kulturalnych i naukowo-badawczych, np. w Miniatur Wunderland w Hamburgu, w Niemczech. Oczywiście, celem wspomnianych ekspozycji jest podniesienie świadomości zwiedzających, na temat rosnących potrzeb ludzi w obliczu ograniczoności zasobów. Niezwykle ważne wydaje się jednak w tych działaniach podkreślanie zasadności retardacji przekształcania zasobów środowiska w sposób umiejętny, dostępny dla przeciętnego obywatela, posługujący się językiem korzyści. Wydaje się, że dziś natomiast w polityce dominuje narracja katastrofy polegająca na przekazywaniu społeczeństwu negatywnej wizji przeszłości, mającej skłaniać do rozumienia wprowadzanych ograniczeń w życiu społeczno-gospodarczym poprzez wywoływanie uczucia powszechnego lęku przed konsekwencjami realizacji najbardziej dramatycznych wizji przyszłości [Button 2020]. Wydaje się, że świadomość powagi sytuacji powinna skłaniać do odpowiedzialnego szerzenia wiedzy nakłaniającą do większej roztropności w gospodarowaniu zasobami przez promowanie retardacji, ograniczającej marnotrawstwo zasobów i w długim okresie zwiększającej ogólną jakość życia jednostek i społeczności na ziemi.

Istnieje wiele przykładów na to, że roztropność w wykorzystaniu zasobów jest możliwa i ma wiele pożytecznych konsekwencji. Projekty polegające na pozyskaniu energii z naturalnego potencjału tkwiącego w rzekach i zbiornikach naturalnych [Alam i in. 1995], przywracanie naturalnego bogactwa wyludnionym terenom hiszpańskiej Galicji [Garcia i in. 2012], czy lokalne inicjatywy zmierzające do zadbania o naturalne środowisko, a jednocześnie możliwości rekreacji w Szwecji [Eckberg i in. 2020], to pojedyncze przykłady retardacji, a wraz z nią nowego podejścia do dostępnych zasobów i możliwości ich wykorzystania, by zaspokoić pierwsze potrzeby rosnącej populacji.

Należy tu podkreślić, że działania podejmowane przez Fundację „W Sercu Matki”, były powodowane własnym doświadczeniem i zdobytą wiedzą interdyscyplinarną, co skutkowało autentycznym zaangażowaniem autorki w prowadzone działania [Berry 2009]. Brak tego aspektu – to jest autentyczności pobudek i czynów zgodnych z tym, do czego zaprasza się innych w sferze działań publicznych oraz w polityce, może być jednym z powodów, dla których działania odgórne odnoszące się do retardacji nie są skuteczne [Ali 2006, Spillane i in. 2002].

Wydaje się, że działania podejmowane przez Fundację „W Sercu Matki”, choć ich odbiorcami były często społeczność lokalna (tj. mieszkańcy warszawskiego Ursynowa, Wilanowa, Mokotowa i ich okolic), przyniosły określone i pozytywne rezultaty, co można stwierdzić na podstawie informacji zwrotnej wielu osób uczestniczących w aktywnościach Fundacji. Prowadzone webinary, kursy czy inne projekty, skłoniły ich uczestników do podjęcia refleksji nad życiem, środowiskiem, w którym żyjemy i wpływem każdego z nas, jak też całego społeczeństwa, zarówno na bliższe i dalsze otoczenie, jak i na jakość naszego życia.

#### IV. PODSUMOWANIE

Celem artykułu było zainspirowanie czytelników do poszukiwania różnorodnych sposobów na wdrażanie idei retardacji w różnych sferach życia. Autorka artykułu ma nadzieję, że przedstawione w artykule praktyczne sposoby na implementację i upowszechnianie idei retardacji realizowane przez Fundację „W Sercu Matki” – nie tylko w odniesieniu do przekształcania zasobów środowiska, ale także w innych wymiarach ludzkiej aktywności, skłonią czytelników do podjęcia podobnych działań w przestrzeniach im właściwych oraz w odpowiadający im sposób.

Autorka artykułu ma świadomość, że idea retardacji wciąż wymaga szerzenia, jednocześnie jednak żywi przekonanie, że wszelka aktywność zmierzająca do popularyzacji idei retardacji powinna skupiać się przede wszystkim na wskazywaniu rzeczywistych przykładów wdrażania tej idei w życie. Bowiem żywy przykład zwykle skuteczniej niż teoretyczne wywody przekonuje i zachęca do naśladowania. Choćby uzasadnienia merytoryczne dotyczące znaczenia, słuszności i pożyteczności implementacji retardacji miały niezwykle dużą wagę gatunkową, to bez ludzi dających przykład swojego życia, cała idea może stać się jedynie kolejnym „postrachem” dla przeciętnego obywatela, który w obliczu dezinformacji wynikającej z dominującego sposobu działania współczesnych mediów, nierzadko odbiera postulaty dotyczące różnego rodzaju ograniczenia jako swoisty zamach na wolność obywatelską lub kolejną fanaberię ludzi u władzy.

Choć retardacja nie była podstawowym celem istnienia Fundacji, to trzeba podkreślić, że świadomy rozwój, do którego zachęcała, starając się wdrożyć go przede wszystkim na własnym „podwórku”, wiąże się z uproszczeniem życia i do niego także prowadzi. Prostota i powrót do natury łączą się z ideą retardacji – nie tylko przekształcania zasobów środowiska, ale także całego życia współczesnego człowieka.

*Autorka artykułu wyraża swoją wdzięczność prof. dr hab. Joannie Kosteckiej, która uczestniczyła w realizacji wielu projektów prowadzonych przez Fundację i stała się inicjatorką niniejszego artykułu.*

## BIBLIOGRAFIA

1. Adamczak J. 2022. Restrukturyzacja przedsiębiorstwa komunalnego w kierunku gospodarki o obiegu zamkniętym na przykładzie branży gospodarki odpadami. Oficyna Wydawnicza SGH.
2. Alam M.K., Mirza M.R., Maughan O.E. 1995. Constraints and opportunities in planning for the wise use of natural resources in developing countries: example of a hydropower project. *Environmental Conservation*. 22(4). 352-358.
3. Ali S. 2006. Why does policy fail? Understanding the problems of policy implementation in Pakistan-a neuro-cognitive perspective. *International Studies in Educational Administration*. 34(1). 2-20.
4. Bennett W., Livingston S. 2020. *The disinformation age*. Cambridge University Press.
5. Berry A. 2009. Professional self-understanding as expertise in teaching about teaching. *Teachers and Teaching: theory and practice*. 15(2). 305-318.
6. Button G. 2016. *Disaster culture: knowledge and uncertainty in the wake of human and environmental catastrophe*. Routledge.
7. Chambers R. 1997. Responsible well-being- A personal agenda for development. *World development*. 25(11). 1743-1754.
8. Crocker S.H. 2010. Real food matters for health. *Journal of psychosocial nursing and mental health services*. 48(10). 48-54.
9. De Angelis R., Ianulardo G. 2024. Circular economy principles as a basis for a sustainability management theory: A systems thinking and moral imagination approach. *Business Strategy and the Environment*. 4861-4870.
10. Eisenkopf G., Kölpin T. 2024. Leading-by-example: a meta-analysis. *Journal of Business Economics*. 94(4). 543-577.
11. Eckerberg K., Bjärstig T., Miljand M., Mancheva I. 2020. Devolving power from the state: local initiatives for nature protection and recreation in Sweden. *Local Environment*. 25(6). 433-446.
12. Fraser E. D., Dougill A. J., Mabee W. E., Reed M., McAlpine P. 2006. Bottom up and top down: Analysis of participatory processes for sustainability indicator identification as a pathway to community empowerment and sustainable environmental management. *Journal of environmental management*. 78(2). 114-127.
13. Fundacja w sercu matki. [www.fundacjawsercumatki.pl](http://www.fundacjawsercumatki.pl)
14. García M., Swagemakers P., Bock B., Fernández X. 2012. Making a living: Grassroots development initiatives, natural resource management and institutional support in Galicia. Spain. *European Countryside*. 4(1). 17-30.
15. Gardner H. 2002. *Inteligencje wielorakie. Teoria w praktyce*. wydawnictwo.
16. Gavidia M. 2013. Mining, communities, and the concept of sustainability: How lack of mutual understanding can foster frustration and distrust. In: 2nd International Conference on Social Responsibility in Mining. Santiago. Chile. 281-292.
17. Hartmann H. J. 2001. Teaching metacognitively. In: *Metacognition in learning and instruction: Theory, research and practice*. Dordrecht: Springer Netherlands. 149-172.
18. Kostecka J. 2024. Koncepcja nowego environmentalizmu – powiązania z tematyką konferencji „Retardacja przekształcania zasobów środowiska - osiągnięcia, problemy, perspektywy”. *Pol. J. Sust. Dev.* 28(1). 9-27. DOI:10.15584/pjdsd.2024.28.1.1.
19. Mebratu D. 1996. *Sustainability as a scientific paradigm*. Lund: International Institute for Industrial Environmental Economics.
20. Morin E. 2005. RE: From Prefix to Paradigm. *World Futures*. 61(4). 254-267. <https://doi.org/10.1080/02604020590952583>.



21. Murray A., Skene K., & Haynes K. (2017). The circular economy: an interdisciplinary exploration of the concept and application in a global context. *Journal of business ethics*. 140, 369-380.
22. Overview of national waste prevention programmes in Europe. 2021. European Environment Agency.
23. Pereira L., Asrar G., Fisher L., Hsu A., Nel J., Sitas N. 2019. Bottom-up initiatives and Participatory Approaches for Outlooks.
24. Pietrzak M., Kostecka J., Czerwonka M., Grochowski G. (red.). 2021. Jakość życia - na co masz wpływ. CeDeWu.
25. Pizło W. 2009. Studium przypadku jako metoda badawcza w naukach ekonomicznych, *Roczniki Naukowe Stowarzyszenia Ekonomistów Rolnictwa i Agrobiznesu*. 9 (5). 246-251.
26. Rashid Y., Rashid A., Warraich M. A., Sabir S.S., Waseem A. 2019. Case study method: A step-by-step guide for business researchers. *International Journal of Qualitative methods*. 18. 1609406919862424.
27. Roth B. 2011. Be More Productive? Slow Down: Design the Life and Work You Want. iUniverse.
28. Siciliano M. D. 2016. It's the quality not the quantity of ties that matters: Social networks and self-efficacy beliefs. *American Educational Research Journal*. 53(2). 227-262.
29. Słownik języka polskiego. Retardacja - definicja, synonimy, przykłady użycia. <https://sjp.pwn.pl/slowniki/retardacja.html#:~:text=retardacja%20Wielki%20s%C5%82ownik%20ortograficzny%20PWN%2A%20retarda%E2%80%A2cja%20-cji%2C%20-cj%C4%99%3B,2.%20%C2%ABcelowe%20zwalnianie%20biegu%20akcji%20w%20utworze%20literackim%C2%BB>.
30. Spillane J.P., Reiser B.J., Reimer T. 2002. Policy implementation and cognition: Reframing and refocusing implementation research. *Review of educational research*. 72(3). 387-431.
31. Włodarek D., Lange E., Głąbska D., Kozłowska L. 2015. *Dietoterapia*. Wydawnictwo Lekarskie PZWL.
32. Zigler E., Hodapp R.M. 1986. *Understanding mental retardation*. Cambridge University Press.

## RETARDATION OF ENVIRONMENTAL RESOURCE TRANSFORMATION - CONCEPT POPULARIZED BY THE "IN THE MOTHER'S HEART" FOUNDATION

### Summary

*Activities popularizing the idea of retardation of transforming environmental resources in an indirect way, as part of seemingly unrelated projects, but providing the common citizen with reliable information supported by scientific research, seem to have a greater long-term social impact than taking up the topic primarily at the academic level.*

*The entity implementing the idea of retardation is the "In the Mother's Heart" Foundation. Although the main goal of the Foundation was to create a space for sharing talents and supporting people in their development, the Foundation also pointed to the fundamentals of harmonious human development in the long term, taking into account contemporary challenges, by conducting workshops, webinars or projects such as "Eco-Sharing".*

**Key words:** retardation, integral ecology, environmental awareness, popularization of science, social impact, talent development

