



KURSY ONLINE
DLA OSÓB
DUCHOWNYCH
WYSTARTOWAŁY



POMOCNIK
WSPÓŁCZYNNIK
MGLISTOŚCI



CZYTELNIA
RANO KAWA I
MODLITWA



PSYCHOLOG PUSTYNI
EWAGRIUSZ O
GNIEWIE

NEWSLETTER



Misjonarze, mniszki i księża online.

Wykłady z katechetyki, pytania dla nowicjuszek z Afryki to tylko dwa przykłady tematów kursów języka angielskiego online, które rozpoczęły się we wrześniu. Niektóre lekcje startują o 7:00, ale na szczęście można wcześniej przygotować sobie kawę. Bogactwo osobowości, tematów, potrzeb. Dla mnie, uczącej, to przywilej i wielka radość. Dziękuję Wam!



Współczynnik mglistości, czyli jak mówić, żeby nas słuchano.

Unikaj długich słów i zdań. Panuj nad intonacją i timbrem głosu. Panuj nad postawą i gestami. To kilka standardowych sugestii dla mówców. Jest jeszcze jeden ciekawy element, który przydaje się również przy pisaniu tekstów. To współczynnik mglistości.

Cóż t takiego? Współczynnik mglistości **Fog Index** to algorytm opracowany w połowie XX wieku przez **Roberta Gunninga** dla tekstów anglojęzycznych, ale sprawdza się też w języku polskim. Im tekst ma wyższy wskaźnik FOG, tym trudniej go zrozumieć przeciętnemu odbiorcy. **A teraz ćwiczenie.**

Sprawdź, jaki jest Twój **współczynnik mglistości**. Napisz 100 słów. Policz ile jest w Twoim fragmencie słów i ile jest zdań. Podziel liczbę słów przez liczbę zdań. Otrzymasz średnią długość każdego zdania. Teraz policz liczbę słów, które mają trzy lub więcej sylab.

Dodaj średnią długość zdania z kroku drugiego do liczby trudnych słów z kroku trzeciego. Sumę pomnóż przez 0.4

Ja sprawdzę to na tekście powyżej.

Mój tekst ma 121 słów i 14 zdań. Dzielę liczbę słów – 121 – przez liczbę zdań – 14.

Wynik dzielenia to 8,6.

Liczba słów, które mają trzy lub więcej sylab to 18.

$8,6 + 18 = 26,6$

Sumę mnożę przez 0,4.

Wynik?

Mój współczynnik mglistości w dwóch pierwszych paragrafach to 10,6.

Wyniki FOG index w powieściach to 8–10; w przypadku tabloidów 10–12; czasopisma medyczne uzyskują 14–16 punktów, polisy ubezpieczeniowe osiągają zniechęcające 18–20!

Profesjonalne pisanie powinno uzyskać wynik od 10 do 15. Poniżej 10, grozi nam nadmierne uproszczenie wiadomości. Ponad 15 lat, a czytelnik może mieć trudności ze zrozumieniem.

*Ruszyły kursy
online!*



**ZAREZERWUJ
LEKCJĘ
PRÓBNĄ**

[https://
dommariam.com/
angielski-online/](https://dommariam.com/angielski-online/)

EWAGRIUSZ O GNIEWIE



Fot. Unsplash

“NIEDOŚWIADCZONY STERNIK
DOPROWADZI NIEUCHRONNIE
DO ROZBICIA OKRĘTU,
A NIEUMIEJĘTNY PRZEŁOŻONY
JEST ZGUBĄ DLA UCZNIÓW.”

EWAGRIUSZ Z PONTU. “PISMA ASCETYCZNE TOM I”
WYDAWNICTWO TYNIEC

ZACZYNA WZBIERAĆ W NAS NIECHĘĆ W STOSUNKU DO INNYCH LUDZI ZA TO,
ŻE NIE CHCĄ SIĘ NAM PODPORZĄDKOWAĆ, ZŁOŚĆ WOBEC ŚWIATA, W
KTÓRYM ŻYJEMY, ŻE NIE JEST TAKI, JAKI POWINIEN BYĆ, WZBIERA W NAS
ZŁOŚĆ NA PANA BOGA, ŻE NIE DAJE NAM TEGO, CZEGO POTRZEBUJEMY,
ZŁOŚĆ NA NAS SAMYCH, ŻE NIE JESTEŚMY W STANIE SOBIE
PORADZIĆ Z NASZYM ŻYCIEM. (...)

GNIEW NIE JEST STANEM EMOCJONALNYM – TO, ŻE SIĘ DENERWUJĘ NA
DZIECKO, KTÓRE ZNÓW ŹLE SIĘ ZACHOWUJE W SZKOLE, NIE JEST GNIEWEM
W TYM ZNACZENIU, JAKIE TEJ MYŚLI NADAJE EWAGRIUSZ. ULEC MYŚLI
GNIEWU TO ZNACZY ŚWIADOMIE HODOWAĆ W SOBIE PRAGNIENIE ZEMSTY
ZA DOZNANĄ KRZYWDĘ, ODMAWIAĆ POJEDNANIA Z KIMŚ, KTO NAS
SKRZYWDZIŁ, UPARCIE ROZWAŻAĆ DOZNANE OD INNYCH ZŁO. Z GNIEWEM
ŁĄCZY SIĘ POGARDA DLA INNYCH I NIECHĘĆ DO ZAJMOWANIA SIĘ
SPRAWAMI INNYCH.



fot. Unsplash

DOBRY POCZĄTEK MODLITWA I KAWA

Wczesne wstawanie ma wiele plusów. Jednym z nich jest szansa na poranną ciszę. Taką przed szumem samochodów, przed krzątaniem domową, przed rozmowami sąsiadów za ścianą, przed przychodzącymi sms-ami i telefonami. Ta cisza może być szansą na dobrze przeżyty dzień.

W ciszy lepiej się modli. W ciszy można docenić smak kawy, czy porannej herbaty. Czy można się modlić i pić kawę. Istnieją zapewne puryści, którzy się oburzają. Że niegodne, że rozprasza. Rzez jasna, picie kawy może rozpraszać. Ale może też pomagać. A najważniejsze wydaje się być spędzenie czasu z Bogiem. Z kawą czy bez niej. Jeśli nam kawa nie przeszkadza, a pomaga, to dlaczego nie?

Poranna cisza jest intymna. Tak, jak intymne jest z Nim spotkanie. Ten czas można poświęcić na pogłębienie relacji z Jezusem Chrystusem, z Matką Bożą. Można modlić się modlitwą Jezusową. To łagodne wejście w dzień ze świadomością bycia ważnym, kochanym. To początek, który daje siłę i pokój. Każdy dzień jest nowym polem bitwy o dobro, szczęście, pokój. Warto zacząć dzień dobrze, z Bogiem i ze sobą, żeby potem dobro nieść innym.

KRÓTKI FILMIK W RAMACH PODZIĘKOWANIA
DLA WAS, DRODZY CZYTELNICY I UCZNIOWIE :)



magazyn dobrych treści
www.dommaria.m.com

Niech ten miesiąc będzie pełen
DOBRYCH TREŚCI!

Aleksandra Eysymontt

