MAGAZYN OPINII

Pismo.

MARZEC 2026 | NR 3 (99)

STUDIUM

Menopauza, czyli rzecz o kobiecej sile

ESEJ

Artwashing: wybielanie przez sztukę

STRATEGIE PRZETRWANIA

Sabina Sadecka o traumie i wstydzie

REPORTAŻ

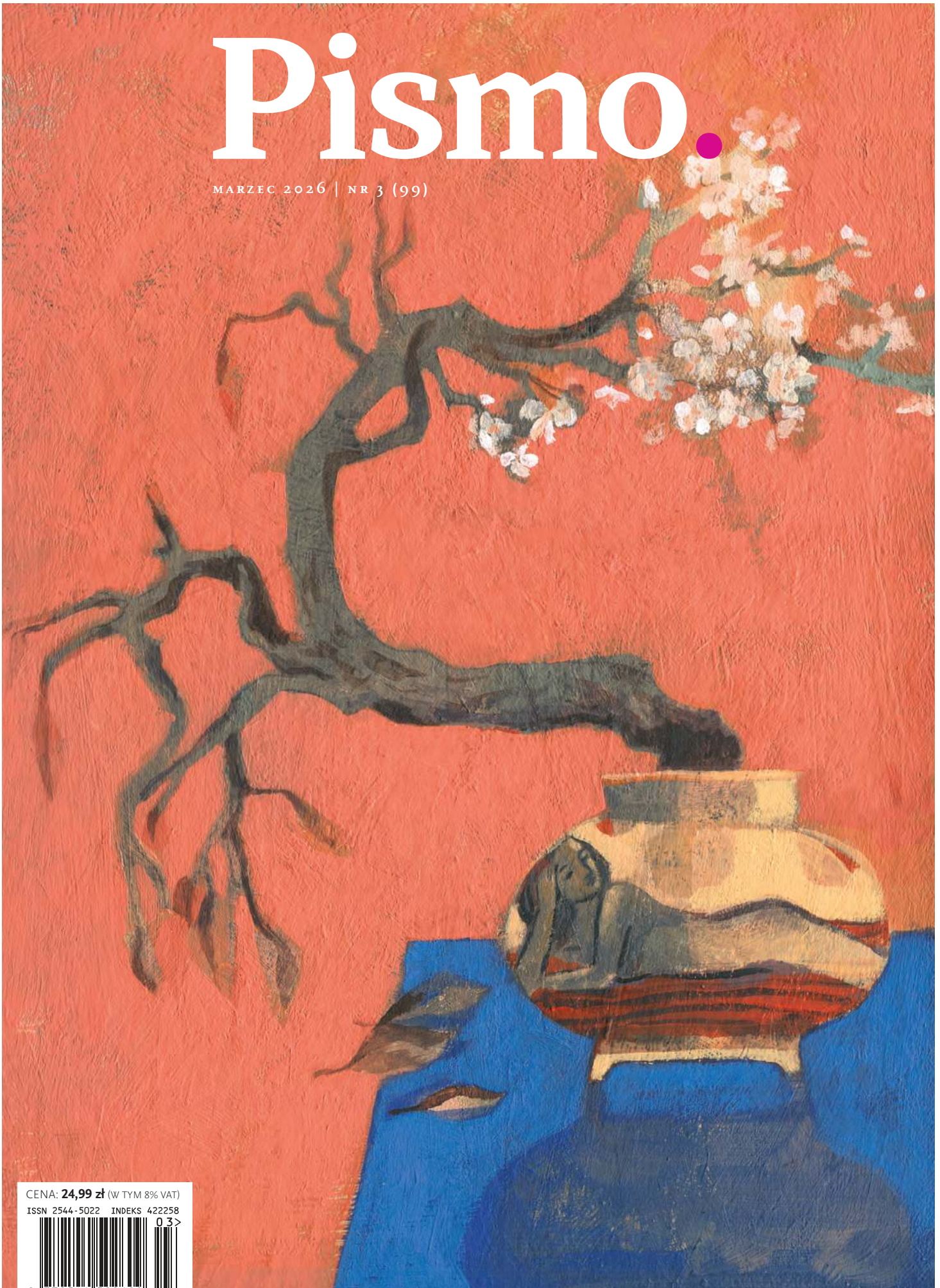
Zwierzęta cierpią przez spór w schronisku

CENA: **24,99 zł** (W TYM 8% VAT)
ISSN 2544-5022 INDEKS 422258
03>
9 772544 502609

eprasa.pl e303ecb072

Pismo.

MARZEC 2026 | NR 3 (99)



CENA: **24,99 zł** (W TYM 8% VAT)
ISSN 2544-5022 INDEKS 422258
9 772544 502609 03>

eprasa.pl e303ecb072

Kulturalny planer

Pismo. MAGAZYN OPINII

MATEUSZ ROESLER
wybiera najciekawsze wydarzenia kulturalne, na które warto wybrać się niebawem.

Czytaj co miesiąc w serwisie i aplikacji.
Więcej na magazynpismo.pl/rzecz-gustu

rysunek PAWEŁ SMARDZEWSKI

ART & SCIENCE

Przybliżamy świat kultury i nauki. Dzielimy się emocjami i wiedzą.
Mecenasem kultury w „Piśmie" jest **ORLEN Art&Science**.

eprasa.pl e303ecb072

MAGAZYN OPINII
Pismo.

MARZEC 2026

TEKST OKŁADKOWY | STUDIUM

10 | **Marzanna w kontrataku**
JULIA LACHOWICZ-NOWIŃSKA sprawdza fakty i mity o menopauzie

PROZA

Mały Wóz, Wielki Wóz | 6
PAULA MEJSNER

Jeśli nie wolno nam śpiewać | 90
ELIZABETH O'CONNOR

POEZJA

******* | 3
AMINA ELMI

Buty amazonki | 31
NORA IUGA

Zagubiona mapa gwiazd | 67
LAIMA KREIVYTĖ

APTECZKA

Co w niej trzyma... | 89
TOM SMITH, pyta MATEUSZ ROESLER

W KADRZE

Korzenie i gigant | 4
ARTEM HUMILEVSKYI

FOTOREPORTAŻ

Maleńka | 32
MICHAŁ SIAREK

KOMIKS

Moja mama ma demencję | 60
BEATA SOSNOWSKA

ŻARTY OBRAZKOWE
AGNIESZKA SZCZEPANIAK / PAPLALALA

OKŁADKA
Drugie kwitnienie MARIANNA SZTYMA

REPORTAŻ KRAJ

22 | **Tylko zwierząt żal**
DARIUSZ KOŹLENKO o sporze wolontariuszy z dyrekcją Schroniska na Paluchu

54 | **Odruchy**
PATRYCJA K. ROMAN o nieoczekiwanych spotkaniach przy granicy z Białorusią

STRATEGIE PRZETRWANIA

44 | **Możesz wyjść poza wstyd**
KATARZYNA KAZIMIEROWSKA rozmawia z terapeutką SABINĄ SADECKĄ

ESEJ NAUKA

62 | **Esencja kształtu**
KRZYSZTOF KŁOSIN o tym, jak matematyka w zaskakujący sposób opisuje kształty

REPORTAŻ ŚWIAT

72 | **Jak żyją bogaci Rosjanie**
ALICE LUGEN oprowadza nas po świecie najzamożniejszych ludzi w Rosji

ESEJ KULTURA

78 | **Pieniądze w muzeum**
ZOFIA PŁOSKA-CZARTORYSKA tłumaczy, jak nie powinien działać mecenat

FELIETON

2 | **Bezsilność substratu ludzkiego**
KAROLINA LEWESTAM // MYŚLI ZNIKĄD

70 | **Wenus antropocenu pierwsza**
ZOFIA PŁOSKA-CZARTORYSKA o KATARZYNIE GÓRNEJ // W RAMACH

94 | **O wieku cyfrowej dojrzałości**
MAGDALENA BIGAJ // LISTY Z CYFROWEGO ROJU

96 | **Przebłyski**
AGATA ROMANIUK // COŚ NA RZECZY

Pismo. MAGAZYN OPINII

Pismo. Magazyn Opinii
www.magazynpismo.pl

Wydawca: Fundacja Pismo
ul. Świeradowska 47,
02-662 Warszawa
KRS: 0000689263, NIP: 1182150957

Prezeska zarządu: Urszula Kifer
Członkini zarządu: Inez Jaworska

Redaktorka naczelna: Urszula Kifer **Zastępczyni redaktorki naczelnej:** Katarzyna Kazimierowska
Redaktorki prowadzące: Magdalena Kicińska, Zuzanna Kowalczyk **Weryfikacja faktów:** Marcin Czajkowski
Felietony: Magdalena Bigaj, Karolina Lewestam, Agata Romaniuk **Redakcja:** Joanna Dolecka, Sylwia Niemczyk, Magdalena Orlińska, Zofia Sawicka, Ilona Turowska **Korekta:** Tatjana Krajowska-Kukiel, Dorota Śrutowska
Dyrekcja artystyczna: Karolina Mazurkiewicz **Skład i łamanie:** Marta Juchnowicz-Bierbasz
Wydanie cyfrowe: Ewa Pluta (wydawczyni) **Menedżerka pozyskiwania przychodów i marketingu:** Inez Jaworska
Marketing: Anna Ostrowska **Media społecznościowe:** Marta Szymczyk **Prenumerata i subskrypcja:** Marcin Lipiec, Łukasz Tofil **Koordynator projektów i współprac:** Mateusz Roesler

Redakcja nie zwraca tekstów niezamówionych oraz zastrzega sobie prawo do redagowania i skracania.
Reklama: reklama@magazynpismo.pl, redakcja nie odpowiada za treść ogłoszeń i ma prawo do odmowy publikacji.

eprasa.pl e303ecb072

FELIETON // MYŚLI ZNIKĄD

Bezsilność substratu ludzkiego

Jak patrzeć na książki, filmy, media i świat, kiedy coraz trudniej ułożyć sobie tożsamość? Opinie i przekonania, które próbują się nie przejmować, że płyną coraz bardziej znikąd.

KAROLINA LEWESTAM
dziennikarka i redaktorka. Obroniła doktorat z filozofii na Uniwersytecie Bostońskim. Wielokrotnie nominowana do nagrody Grand Press. Członkini redakcji „Pisma".

Jednym z mitów wolnorynkowych jest teza, że działania, jakie jednostki podejmują na rynku, wyrażają ich aktywne i wolne preferencje. Innymi słowy, jeśli kupuję młotek za pięć złotych, znaczy to, że chcę mieć młotek – i chcę go na tyle, żeby oddać za niego piątaka, co jednocześnie elegancko wyznacza rynkową wartość młotka. Ten mit jest jednak nie do utrzymania w warunkach mono- czy oligopolu.

Jeśli bowiem moje dzieci mają się pozabijać o wystające gwoździe, młotek staje mi się absolutnie niezbędny. Monopolista, który kontroluje podaż, może więc swobodnie stwierdzić, że skoro chcę mieć młotek, to mam nie tylko zapłacić piątaka, ale jeszcze oddać swoje buty i, powiedzmy, polizać przedstawiciela handlowego Młot&Co po pośladku. I jasne, że to zrobię, ponaglana widmem dzieciąt chorych na tężca. Jeśli jednak ktoś mi powie, że cóż, najwyraźniej miałam taką preferencję, to nie wytrzymam, zamachnę się i strzelę.

I dokładnie tak czujemy się dzisiaj niemal za każdym razem, gdy wchodzimy do internetu, i to w prawie każdej jego odsłonie – od wyszukiwarki, przez sklepy, po media społecznościowe. Bo wokół narzędzia, jakim jest internet, skupiło się kilka centrów władzy niemal absolutnej. Musimy przecież zapłacić rachunek, napisać do szefa na messengerze, kupić pieluchy, a może bardzo potrzebujemy też pooglądać koty. W efekcie pięć godzin później orientujemy się, że płacimy za tę pierwotną potrzebę wylizywaniem pośladków tego czy innego Zuckerberga. Fachowo nie nazywa się to „zgodnym tańcem wolnych jednostek na niewidzialnym parkiecie rynku", ale „ekstrakcją". Albo, jak w artykule dla „Guardiana" napisali członkowie koalicji The Friends of Attention, jest to *human fracking* (*fracking* to „szczelinowanie hydrauliczne", oznacza wyniszczającą i agresywną eksploatację środowiska w celu zdobycia zasobów naturalnych). Młot&Co.

Dlatego jeśli miałabym wybrać słowo, które najlepiej określa dziś kondycję ludzkiej masy, pewnie wybrałabym „bezsilność". Nie wszyscy jednak widzą to tak czarno, niektórzy mówią: „Nie przesadzaj, nie jesteś bezsilny. Bojkotuj portfelem!". Ale bojkot nie jest rozwiązaniem, gdy nie ma alternatywy – każde bowiem wyjście jest zasysane do świata online i prezentowane w swojej ergonomicznej wersji. A kiedy skuszeni wygodą przenosimy się w światłowód, usługa, jak mawia krytyk technologii, pisarz Cory Doctorow, się „ugównia" i zamienia w więzienie. Nagle nie mamy do czego wracać – orientujemy się, że wysypaliśmy piątaki z portfeli i przemieliliśmy życie na bajty. Został nam już tylko pieniądz (przyjaciel, seks) elektroniczny, od którego płacimy fantomowe, niezrozumiałe podatki.

Wybaczcie, że nie mówię tu nic nowego, ale ten aspekt współczesnej bezsilności – bezsilności wobec sił, które budują imperia, zasysając energię z naszych rzekomo wolnych działań – uderzył mnie na nowo, kiedy... zaczęto ujawniać akta Jeffreya Epsteina. Bo właśnie wtedy nagle, przez moment, poczułam się mniej bezsilna! Rzeczywista obrzydliwość ujawnianych zwyrodnialców i konieczność wysłania ich do więzień to bowiem jedno. Drugim jest to, że dzięki nim moja rozproszona emocja lęku mogła przeobrazić się w coś, co nosi psychologiczne znamiona sprawczości – mogłam być oburzona. I nie byłam w tym sama! W sfragmentyzowanej rzeczywistości tak rzadko trafia się coś, co przynosi nam na moment iluzję monokultury rodem z lat 90., że może nam ją dać wyłącznie *Gorąca rywalizacja* (*Heated Rivalry*) lub finansista-pedofil z kolegami w rządach.

Kiedy jednak uświadomiłam sobie ulgę, jaka dla bezsilnych płynie ze wspólnoty wzmożeń moralnych, zdjął mnie strach. Bo wiecie, jakim społeczeństwom najłatwiej robić szczelinowanie hydrauliczne? Moralnie wzmożonym i bezsilnym zarazem – dlatego, że wzmożenie przykrywa im ich własną bezsilność. Rytualne ofiary (jeśli się ich doczekamy) potrafią cudownie służyć konserwowaniu wyzyskującego systemu. I zobaczcie, jak dalece rozpadło się zaufanie, jeśli (w miarę) normalna osoba, taka jak ja – która od zawsze śmieje się z teorii spiskowych – na widok akt Epsteina myśli: „A co, jeśli jest jeszcze większa i jeszcze gorsza szajka, która akurat teraz, w chwili boomu AI, zrzuca nam te akta, żebyśmy się nimi zajęli, kiedy język będzie nam przyrastał do czyjegoś tyłka na stałe?".

Mecenasem cyklu *Myśli znikąd* jest **Instytut Kultury Miejskiej** w Gdańsku

Przeczytaj lub wysłuchaj innych tekstów tej autorki na **magazynpismo.pl/autorzy/lewestam-karolina**

rysunek ANNA GŁĄBICKA

eprasa.pl e303ecb072

POEZJA

***

AMINA ELMI

—

macica nie jest litościwa
albo może jest
ogrodem służącym zaciemnianiu i grzebaniu rzeczy
wszelkie podporządkowanie kończy się krwią
blk woman maternal mortality
podczas porodu czarnym kobietom grozi ryzyko śmierci
cztery razy większe niż białym
nie stracisz nigdy twoich twarzy
tak jak wiersz nie traci swojej
co widzisz gdy spojrzysz przez ramię?
moja pięcioletnia siostrzenica mówi: wszyscy mamy dwa rodzaje serc
jedno jest sercem księżycowym
czy to nie zdumiewające jakie słowa wypowiadają usta dziecka
zanim nauczy się oczyszczać język pucować go aż stanie się pusty i bez życia?
wiersz nie musi ratować świata
musi tylko godzić fakt że tego pragnie
z faktem że nie potrafi
c o w i d z i s z
krew?

przełożyła Bogusława Sochańska

instytut kultury miejskiej

europejski poeta wolności

Partnerem poezji jest **Instytut Kultury Miejskiej** w Gdańsku, organizator festiwalu i nagrody Europejski Poeta Wolności oraz wydawca towarzyszącej im serii poetyckiej. Nagrodę Europejski Poeta Wolności ufundowało Miasto Gdańsk.

AMINA ELMI

duńska poetka somalijskiego pochodzenia. Jej debiutancki tom *Barbar [Tavshedens objekt]* (*Barbarzyńca [Przedmiot milczenia]*) ukazał się w sierpniu 2023 roku i uzyskał m.in. prestiżową duńską nagrodę za debiut Bogforums Debutantpris (2023). Wiersz pochodzi z tomu *Z całą miłością*, który znalazł się w finale tegorocznej edycji konkursu Europejski Poeta Wolności.

eprasa.pl e303ecb072

ARTEM HUMILEVSKYI, fotograf, ekonom, inżynier. Członek szkoły fotografii artystycznej i konceptualnej MYPH. Laureat wielu nagród, m.in.: Global Peace Photo Award 2022, PinchukArtCentre Prize 2022, finalista Rotlicht Festival 2023, Kolga Tbilisi Photo Award 2025, Rovinj Photodays Award 2025. Urodził się w Mikołajowie w Ukrainie.

Mecenasem cyklu „W kadrze" jest **Fotofestiwal – Międzynarodowy Festiwal Fotografii w Łodzi**.

FOTOFESTIWAL
SZTUKA | WSPÓŁPRACA | SPOŁECZNOŚĆ

eprasa.pl e303ecb072

W KADRZE

zdjęcie i tekst

ARTEM HUMILEVSKYI

KORZENIE – PODRÓŻ W POSZUKIWANIU TOŻSAMOŚCI
cykl z lat 2022 – (2026)

Po rozpoczęciu pełnoskalowej inwazji zacząłem pracować nad nową serią zatytułowaną *Korzenie*. Wspólne nieszczęście obudziło w Ukraińcach jakiś nieuświadomiony kod – wszyscy, nawet ci mieszkający w najodleglejszych zakątkach świata, poczuli zew swojej ojczyzny, swojej tożsamości i wolności.

Cykl powstał podczas wojny i dotyczy ducha, siły korzeni i więzi między nami. W nowych pracach kontynuuję podróż do odkrywania wewnętrznej jaźni, którą rozpocząłem w poprzedniej serii *Gigant*. W *Korzeniach* zastanawiam się nad nią na innym poziomie, teraz jako częścią społeczności, i szukam nowych skojarzeń tożsamości, które nie będą wynikać wyłącznie z koncepcji narodu. Proponuję nowe obrazy ideologii opartej na fantazji, w których ujawniam podświadome symbole duchowe i pokazuję, jak subtelnie są w nas wplecione.

Zdjęcia z serii *Gigant* oraz rozmowa z autorem na **magazynpismo.pl/korzenie-i-gigant**

—

BUCZA (2022)

Praca powstała po wyzwoleniu miasta w marcu 2022 roku, gdy zobaczyliśmy potworności, jakie Rosjanie wyrządzali cywilom. Niewinni ludzie, w tym kobiety i dzieci, były rozstrzeliwane. Czułem, że nasze społeczeństwo zostało rozdarte i zszyte z powrotem dzięki sile ducha

Więcej zdjęć z tegorocznego cyklu na **magazynpismo.pl/w-kadrze**

eprasa.pl e303ecb072

Mały Wóz, Wielki Wóz

tekst PAULA MEJSNER

To Mały Wóz, ten tam. Widzisz? A Wielki… Wielki jest tu, te punkciki. Wierzę w Boga, wiesz, że gdzieś tam patrzy na nas z kosmosu.

Ja pierdolę.

Zepsuł mi gwiazdy. Jedna z niewielu rzeczy, które mi dał, to umiejętność rozpoznawania Wielkiego i Małego Wozu na niebie. Lubię to robić, czuję chwilową satysfakcję, gdy rozpoznam na niebie Wozy, te Wozy, nawet gdy gwiazdy są słabo widoczne. Coś mi się w życiu udało. A potem przypomina mi się ojciec i ten jego siedzący w kosmosie Bóg. I cisną mi się na usta przekleństwa, chcę splunąć, zwymiotować albo pozbawić się głowy.

Ojciec zepsuł mi w życiu wiele rzeczy.

Formułę 1 i frajdę ze śledzenia sukcesów i porażek Roberta Kubicy.

Relacje z dzieciakami z osiedla.

Tę grę w skoki narciarskie, w której lubiłam bić rekordy.

Poczucie bezpieczeństwa.

Ojca chrzestnego, *Rodzinę Soprano* i inne filmy o mafiosach.

Dom.

Moje lubienie siebie. Bo nogi mam po nim, bo grymas, gdy za długo siedzę i rozmyślam, też mam po nim.

Powiedziałaś, że chciałabyś pozbawić się głowy, wróćmy do tego.

Niedosłownie. Ale nie myśleć, nie pamiętać, wymienić się z kimś innym na głowy. Może. Nie, nie mam myśli samobójczych, bez obaw. Po prostu mi ciężko. Z tą głową.

Dobrze, że o tym mówisz, że przyznajesz się do tych trudnych emocji.

A potem, po kilku zdaniach bez znaczenia, słyszę, że to wszystko nie ja, to on, że muszę to odrzucić, że naturalnie mogę się przestraszyć tego, z czym zostanę, bo mogę zostać z niczym.

Nie podoba mi się ta myśl i postanawiam nie wracać już na terapię. Jakaś pokrętna logika skłania mnie natomiast do innego powrotu. Uciekam przed tym strachem, przed patrzeniem w otchłań i tak dalej. Biorę dziesięć dni urlopu, rezygnując z planów zakupienia tanich biletów lotniczych na lot do jakiejś przypadkowej europejskiej stolicy i wracam do domu. Zawsze tak nazywam powroty, mimo że nie mieszkam w tym szarym bloku z płyty, tak polskim, że bardziej się nie da, już od wielu lat.

Wracam do domu.

Zigaretten. Kantory. Pawilony z rzeźbami z gipsu. Krasnal, Wenus z Milo, fontanna z żabą, na szczęście. Stacja paliw, ta bez nazwy, z dwoma dystrybutorami. Kebab. Kuzyni w więzieniach, ulice puste, samochody sprowadzane z Niemiec.

Lubuskie. Ziemia odzyskana. Mieszkając w Warszawie, muszę zawsze tłumaczyć ludziom, gdzie to, wskazywać palcem na mapie. Przy granicy z Niemcami, z mojego miasta tyle samo do Berlina, co do Wrocławia, mówię. Aha, bo jest jeszcze Lubelskie, ale to nie to, mówią. Nigdy tam nie byliśmy, mówią.

I nigdy tam nie będą.

Ale ja jestem. Za oknami pociągu przesuwa się ściana lasu. Dużo drzew, najbardziej zalesione województwo, tak słyszałam. Przypomina mi się Andrzej. Obiecał mi kiedyś, że pójdziemy tropić w lesie zwierzynę, że poszukamy śladów wilków, może znajdziemy jelenie, może chociaż dzika. Że sobie popatrzymy. Ale nigdy się to nie udało, a teraz już nawet nie wiem, jak wygląda, czy żyje. Postanawiam zatem, że któregoś dnia pójdę sama do lasu. Na spacer, w odwiedziny do miejsc, w których spacerowałam kiedyś z Baronem, moim kochanym bokserem.

Po dwóch przesiadkach w końcu wysiadam na stacji Żagań. Duży dworzec, kilka peronów, kiedyś jeździły stąd pociągi do Berlina, Krakowa, Warszawy. Kiedyś to było. Teraz dworzec wyremontowano za unijne pieniądze, ale co z tego. Pociągi już tylko tędy przejeżdżają, a stacja kolejowa przemyka przed oczami pasażerów, którzy nie mają nawet chęci przeczytać tabliczki z nazwą miejscowości. A przynajmniej tak sobie to opowiadam w głowie, rzucając okiem na malutki rozkład jazdy. Żagań–Legnica, Żagań–Zielona Góra, Żagań–Żary.

eprasa.pl e303ecb072

rysunek IGA KOSICKA

eprasa.pl e303ecb072

PAULA MEJSNER, absolwentka wydziału polonistyki na Uniwersytecie Jagiellońskim, magistra polonistyki-komparatystyki. Pracuje w branży gier wideo jako główna scenarzystka przy *Wiedźminie*. Pochodzi z ziemi lubuskiej, mieszka na Dolnym Śląsku.

Cieszy mnie odgłos moich butów stukających na dworcowej posadzce. Odbija się echem, bo na stacji nie ma nikogo poza mną i gołębiami.

Dwie godziny później jem pomidorówkę, pochylając się nad stolikiem kawowym, który zawsze służył nam w domu za stół jadalniany. Matka nie je, pali papierosa i patrzy na mnie. Jestem w domu.

Zosia nie żyje.

Co?

No nie żyje. Ze dwa miesiące już będą.

Jak to nie żyje? Dlaczego mi nie powiedziałaś dwa miesiące temu?

Nie wiem, dużo się działo.

Jak umarła?

Wypadek. Podobno.

Podobno?

Zapala kolejnego papierosa. Czuję, że ta rozmowa zaczyna ją już męczyć. Pewnie żałuje, że zaczęła temat.

Wiesz co? Nie przejmuj się tym. Żartowałam.

Boże. Nie jestem wierząca, ale to imię zadomowiło się w moim słowniku. Więc myślę jeszcze raz – Boże – i robi mi się jakoś słabo, gdy patrzę na matkę.

To żyje, czy nie żyje?

No chyba żyje. Ale się wyniosła, w Londynie mieszka. To i jakby nie żyła.

Pójdę się położyć.

Idź. Przebierz sobie pościel. Mateusz tam czasem śpi.

Idę zatem do mojego pokoju i przebieram pościel, pod którą sypia czasem Mateusz. Brat matki. Nie chcę myśleć, czemu mój wujek sypia czasem w moim pokoju.

Mój pokój nie przypomina już mojego pokoju. Matka zrobiła remont kilka lat temu i pozbyła się większości rzeczy, które czyniły mój pokój moim. Tylko pościel jest wciąż znajoma. Powlekam tę w Pocahontas, pachnie krochmalem, jest przyjemnie sztywna. Zanim położę się spać, spoglądam jeszcze w okno i przelatuję wzrokiem po oknach w bloku naprzeciwko. W wielu z nich wciąż świecą się światła. W pokoju Zosi jest ciemno.

Pamiętam, jak krzyczałyśmy do siebie z okien, umawiając się na dwór. Po kilku uwagach sąsiadów, tych samych, którzy zabraniali nam grać w piłkę pod ich oknami, trzymać nogi na ławkach czy skracać sobie drogę i deptać po trawnikach, zdecydowałyśmy się uskutecznić pocztę okienną. Udało nam się w jakiś niezwykle skomplikowany sposób połączyć nasze okna sznurkiem i przez całe dwa dni podawałyśmy sobie za jego pomocą liściki. A potem, nie wiem – albo wiatr go zerwał, albo matka, nic sobie nie robiąc z naszych wysiłków, umyła okna. Nie pamiętam, co zniszczyło naszą pocztę, ale pamiętam, że niedługo potem dostałyśmy pierwsze telefony komórkowe i mogłyśmy pisać do siebie SMS-y.

Zosia nie była moją najlepszą przyjaciółką. To znaczy pewnie była przyjaciółką, ale nie była na pewno moją ulubioną osobą na świecie. Zawsze coś nam w sobie nawzajem przeszkadzało.

Kładę się w końcu, myśląc, co może innym we mnie przeszkadzać. Czuję się wyjątkowa.

Jesteś wyjątkowa. Możesz wszystko. Przestań. Nasze kochane oczko w głowie. Głową walę w mur. Głowę tracę. Nie stracisz nas. Moja kokoszka. Mój cukiereczek. Najpiękniejsza. Najmądrzejsza. Flegmatyczka. Czemu znowu ryczysz? Przestań. Ty to nie to, co inni. Nie tak, jak inni. Nie taka, jak inni. Jesteś najlepsza. Dlaczego nie jesteś pierwsza? Szkoda, że nie jesteś najlepsza. Przestań. Gdzie ta głowa? Szukam. Jest. Dlaczego jeszcze niczego nie osiągnęłaś? Kocham cię. Dziękuję, że jesteś. Nie mogę na ciebie patrzeć. Masz to po ojcu. Szkoda. Nie mogę tej głowy z powrotem dopasować. Nie moja już jest. Trudno. W końcu jestem wyjątkowa. Mogę żyć bez głowy. Poradzę sobie jak nikt. No bo kto, jak nie ja. Rzygam i umieram w sen.

Nie wysypiam się w wykrochmalonej pościeli. Leżę i gapię się w sufit; przez ścianę, cienką jak papier, prześwituje sylwetka matki tłukącej garami w kuchni. Przygotowuje śniadanie. Nie wstaję, żeby pomóc, zajęta jestem szukaniem w głowie odpowiedzi na pytanie: po jakiego chuja ja tu przyjechałam. Ale zamiast odpowiedzi przychodzi refleksja na temat wulgaryzmów. Moje myśli to zbiór przekleństw. Kiedyś tak nie było i próbuję dotrzeć do genezy tej zmiany.

Nie docieram. Godzę się z kurwami i chujami w mojej głowie i podnoszę ją z poduszki.

Moja głowa dziś dryfuje. Najpierw jest w kuchni, pomiędzy kęsami białego pieczywa z marketu wdaje się w dyskusję o polityce. Konkluzja: świat schodzi na psy, a Polska mu w tym przewodzi. Ale obie z matką lubimy psy, więc konkluzja jest nieco niezręczna i nie potrafimy z niej wybrnąć. Potem realizuję swój boski plan i idę do lasu śladami spacerów z Baronem. Potem mijają trzy dni, a potem tydzień.

Siedzę w pokoju wgapiona w kość. Czułam, że za płytko go zakopaliśmy. Nie wiem,

Pismo.

Powody do radości

MAGDALENA KICIŃSKA z bieżących wydarzeń wybiera te, które przywracają wiarę w lepsze jutro.

Zeskanuj QR kod lub wejdź na magazynpismo.pl/powody-do-radosci i zapisz się do newslettera.

eprasa.pl e303ecb072

czy to zwierzęta, czy kosmici rozkopali ziemię. Nie znam się na kościach, więc może przytargałam do domu kość jakiegoś dzika, a nie mojego ukochanego psa. Nie wiem, po co to zrobiłam i co z tym zrobię.

Te naście lat temu weterynarz w Żaganiu oferował tylko dwie opcje do wyboru: zabierają państwo zwłoki i robią z nimi, co chcą, albo zostawiają je państwo tu i ja z nimi robię, co chcę (pewnie nazwał to utylizacją, ale pamięć podpowiada mi tu różne scenariusze, jeden gorszy od drugiego). Wybraliśmy bramkę numer jeden i w lutym kopaliśmy dół w lesie w zmarzniętej ziemi. Zbliżyło nas to jak nic i przez około dwa miesiące byliśmy prawie rodziną, współodczuwającą w żałobie.

A potem. Potem każde poszło w swoją stronę.

Pracoholizm, kryminał, samotność.

Dlaczego powiedziałaś, że Zosia nie żyje?

Nie wiem, może mam coś z głową. Gdyby Zosia zapytała mnie o ciebie, to też bym tak powiedziała.

Ale dlaczego?

A dlaczego przyjechałaś?

Nie wiem.

No właśnie.

Faktycznie nie wiem, dlaczego przyjechałam. Dlaczego zawsze przyjeżdżam. Zawsze wracam. Moim największym dziecięcym marzeniem było stąd uciec. Jak najdalej. Bezpowrotnie. I uciekłam. A teraz wracam. Przeprowadzam się co chwilę i z każdą przeprowadzką ląduję coraz bliżej, choćby o kilka kilometrów, żeby zarobić choć kilkanaście minut i szybciej być w domu. W tym domu, który domem nazywam. Chociaż tego też w sobie nie lubię. Jakby mnie coś przyciągało, jakaś siła nieziemska, która potem, gdy tylko znajdę się w jej epicentrum, zaczyna mnie od razu odpychać. Myśl o powrocie wymienia się nieustannie z myślą o ucieczce. Tylko czasem się gubię w tym, co jest czym i kim ja właściwie jestem.

Idę odwiedzić Mateusza. Czuję, że jednak chcę zapytać o to, dlaczego czasem sypia w moim pokoju. Ile on ma lat i co robi ze swoim życiem, że sypia okazjonalnie w moim pokoju? Jak tylko dzwonię domofonem i słyszę: *Ooo, a kto to łaskawie postanowił mnie odwiedzić?!*

– żałuję wszystkiego. Powrotu, decyzji o porzuceniu terapii, moich kilku innych życiowych wyborów, jak kierunek studiów, wydanie pieniędzy na totolotka te dwa tygodnie temu, bo dałam się namówić, zakupu butów o jeden rozmiar za małych, bo mojego nie było, a podobały mi się i były w promocji, no i przyjścia tutaj. Wchodzę, witamy się, jest trochę niezręcznie. Zauważam, że na lodówce ma nowe magnesy. Z Kołobrzegu, z Białki Tatrzańskiej, z Yodą. Konkurują teraz o uwagę z papieżem, Metallicą, *I love Paris* i otwieraczem do piwa w kształcie piwa. Już wiem, że nie zapytam go o spanie w moim pokoju. Rozmowa nam się nie klei. Dowiaduję się, że rzadko do niego dzwonię, że do mamy też za rzadko dzwonię, a o babci to już w ogóle nie pamiętam. Potem Mateusz chwali się nowym T-shirtem Adidasa. Zrobił to chyba tylko po to, żeby powiedzieć:

Kupiłem, bo taki podobny kiedyś dostałem od twojego taty, pamiętasz? Wtedy to jeszcze nikt tu nie wiedział nawet, co to Adidas,

tak, no,

twój tata jaki był, taki był, ale gest zawsze miał

i dobrze ubrany chodził.

Wychodzę i zaczynam tęsknić za Warszawą. Warszawa jest nieskalana moim ojcem. Warszawa jest daleko. W Warszawie nie widać gwiazd na niebie.

W moim papierowym domu matka odsmaża mi pierogi od babci. To będzie mój jedyny kontakt z babcią. Przez żołądek. To już zawsze będzie mój jedyny kontakt z babcią. Przez żołądek. Potem wychodzę z matką na balkon. Słychać sąsiadów. Matka zapala papierosa i proponuje mi jednego, chociaż wie, że nie palę. Biorę papierosa, chociaż nie palę, i mimo że robi mi się niedobrze, wypalam go całego. Czuję, że to jakaś forma pokuty – za to, że tu jestem, że wciąż tu jestem.

Kocham cię.

Ja ciebie też kocham.

I myślę sobie przez chwilę, przez krótką chwilę, że mogłabym tu wrócić na dobre. Że nie muszę uciekać od domu, że mogę w nim być, bo przecież ojca już w nim nie ma. Jest sobie dobrze ubranym przestępcą-kryminalistą-kłamcą gdzieś indziej. Wywiózł Lubuskie gdzieś indziej.

Kiedy skończysz tę książkę?

Nie wiem, chyba nigdy.

A ja już powiedziałam w pracy, że skończyłaś i szukasz wydawcy.

Dlaczego?

Bo jesteś jedynym co mi się w życiu udało.

Może napiszę inną.

Jestem chora, wiesz? Mam chyba coś z głową.

Co?

To guz mózgu.

Na to nie znajduję słów.

Tylko nie informuj swojego ojca. Nie chcę go na pogrzebie.

Co ty mówisz?

Nic. Nie przejmuj się. Żartuję.

Po raz ostatni przykrywam się kołdrą z Pocahontas. Ale kołdra z papieru wcale mnie nie ogrzewa. Za ścianą, cieńszą niż kiedykolwiek, widzę matkę, rysy ma niewyraźne, choć zdaje się siedzieć nieruchomo. Nie. Jednak sięga po coś. Wertuje. Pewnie album ze zdjęciami. Nie mogę zasnąć. Patrzę na szafkę nocną i głaszczę kość, która może być kością Barona. A potem patrzę w kąt, coś tam jest, coś hipnotyzującego. To jedyne ciemne miejsce w moim pokoju. Czuję, że kryje się tam jakiś kształt, czuję, a potem wyobrażam sobie, że stoi tam ktoś, jakiś człowiek, że ma w ręku siekierę albo jakieś inne ostre narzędzie i jak tylko zamknę oczy, wyjdzie, żeby odrąbać mi głowę. Matki za ścianą nie widzę, wyszła gdzieś za margines naszego mieszkania, za margines mojej rzeczywistości. Zastanawiam się, czy może człowiek z siekierą już się z matką rozprawił i teraz przyszedł po mnie. Chwilę się boję i przestaję mrugać. A potem biorę głęboki wdech, liczę do trzech i zamykam oczy.

A czy ten człowiek ma czyjąś twarz?

Nie, chyba nie. Ale na pewno jest brzydki. Bo ja nie umiem pisać.

A jak ci się żyje bez głowy?

Lepiej.

Co to znaczy lepiej?

No po prostu. Lżej. Tylko…

Tak?

Czasem mi żal.

Czego?

Że nie mogę spojrzeć w gwiazdy. Że tych głupich Wozów już nigdy nie zobaczę.

eprasa.pl e303ecb072

STUDIUM

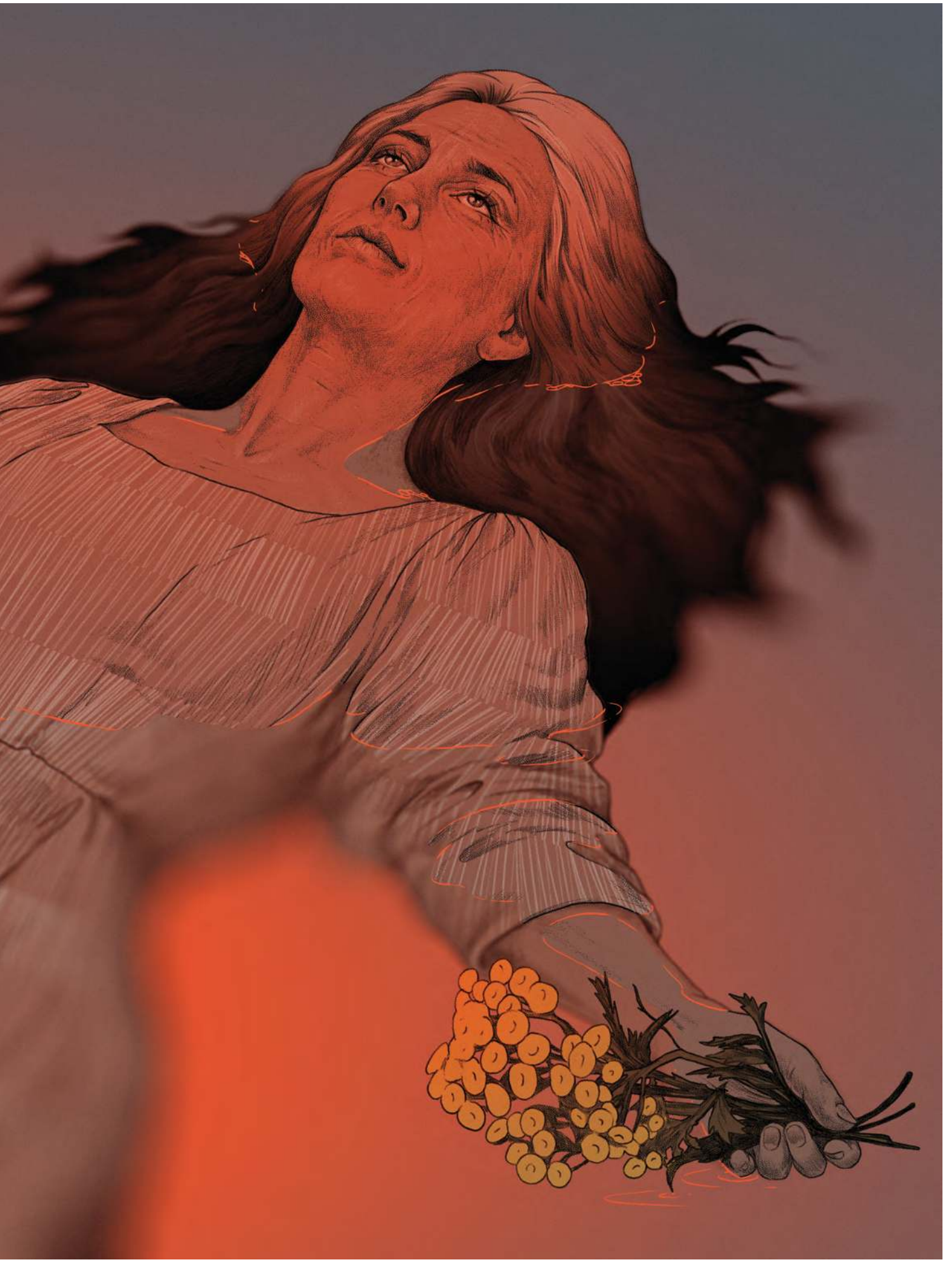
Marzanna w kontrataku

tekst JULIA LACHOWICZ-NOWIŃSKA

MENOPAUZA STAŁA SIĘ MODNA. Temat coraz częściej przebija się do mediów, wypowiadają się o nim znane osoby, wychodzą książki, biznes widzi w nim potencjał. Co to oznacza dla kobiet i dlaczego zaczęłyśmy o menopauzie mówić dopiero teraz?

rysunki MARTA RÓŻA ŻAK

eprasa.pl e303ecb072



eprasa.pl e303ecb072

JULIA LACHOWICZ-NOWIŃSKA, dziennikarka, tłumaczka, przez lata związana z magazynem „National Geographic". Autorka książki *Umarłem cztery razy* i albumu *H2O*.

Na początek zróbmy szybki test. Pytanie pierwsze: czym jest menopauza? Odpowiedź a) okres, w którym kobiety zaczynają odczuwać uderzenia gorąca. Odpowiedź b) czas około ostatniej miesiączki. Odpowiedź c): dzień ostatniej miesiączki stwierdzony po roku od ustania krwawień.

Jeżeli wybrałaś odpowiedź c), gratuluję! Według raportu *Menopauza bez tabu* należysz do 7 procent Polek, które dobrze definiują to pojęcie. Oznacza to, że ponad 90 procent kobiet w Polsce nie potrafi podać poprawnej definicji menopauzy. Wyniki raportu wskazują, że w rozumieniu ponad połowy pytanych określenie to dotyczy całego okresu poprzedzającego ostatnią miesiączkę. Respondentki definiowały menopauzę także przez najbardziej charakterystyczne – albo najbardziej uciążliwe dla nich samych – objawy: uderzenia gorąca i wahania nastroju.

Mój zupełnie nieformalny test przeprowadzony wśród znajomych 40- i 50-latek na babskiej imprezie potwierdził te wyniki: mało która potrafiła podać właściwą definicję menopauzy. Nie pomogły ani dobre wykształcenie, ani otwartość na świat, ani codzienne łykanie suplementów czy coroczne badania lekarskie. Gdy tylko zadałam to pytanie, atmosfera zrobiła się gęsta, jakby menopauza miała ich w ogóle nie dotyczyć. Jakby to było coś wstydliwego, o czym lepiej nie rozmawiać. „Uderzenia gorąca, suchość pochwy, bezsenność. Ja? Nie. Jeszcze mam czas". Nie miałam też szczęścia w grupie kobiet, z którymi dzielimy się doświadczeniami związanymi z macierzyństwem. Zapytałam tu, kto chciałby ze mną pogadać o menopauzie – z tuzina kobiet odezwały się dwie. I poprosiły, by nie opisywać ich doświadczeń, a już na pewno nie używać imion. Reszta przemilczała temat.

Takie nastawienie potwierdzają też wyniki badań przytoczone we wspomnianym raporcie. Aż 71 procent Polek przed menopauzą ma trudność z określeniem swojego stanu wiedzy lub ocenia go jako zły. – Zostałyśmy w jakimś sensie oszukane, bo uczymy się w szkole o menstruacji, potem o życiu seksualnym jakoś się mówi, o porodzie, a do menopauzy się nie dociera, jakby życie kobiet kończyło się na macierzyństwie. Mam wrażenie, że nasza wiedza często nie wystarcza, by z pełną świadomością przyglądać się sobie i dostrzegać zachodzące zmiany. Brakuje nam kontaktu z ciałem i umiejętności radzenia sobie z transformacją, jaką jest menopauza – komentuje doktorka nauk humanistycznych Alicja Długołęcka, edukatorka seksualna i psychoterapeutka.

Do podobnych wniosków doszli naukowcy z University College London, którzy w 2023 roku badali stan wiedzy na temat menopauzy wśród mieszkanek Wielkiej Brytanii przechodzących menopauzę i będących w okresie pomenopauzalnym. Wyniki jasno wskazały, że ich wiedza w tym zakresie ciągle jest ograniczona. Kobiety przed 40. rokiem życia miały zerowe lub minimalne pojęcie o tym, czym w ogóle jest menopauza. Natomiast u wszystkich badanych grup skojarzenia z menopauzą były bardzo negatywne, jako czymś wstydliwym i nieprzyjemnym.

– Miałam 50 lat i nic nie wiedziałam o menopauzie – wspomina w rozmowie ze mną Rachel Weiss, szkocka terapeutka i aktywistka, założycielka fundacji Menopause Cafe. W 2017 roku zobaczyła, że w BBC będzie emitowany dokument Kirsty Wark, znanej dziennikarki, o menopauzie. Zdecydowała się go obejrzeć wspólnie z mężem, bo jak sama przyznaje, niewiele wiedziała na ten temat. Coś kojarzyła, że przestanie miesiączkować i będzie odczuwać uderzenia gorąca. Ale jakieś konkrety, objawy, sposoby radzenia sobie? Nie miała na te tematy pojęcia. Ten program uświadomił jej trzy rzeczy. Po pierwsze: nie jest tak, że miesiączka po prostu się nie pojawia, ale bywa to poprzedzone nieregularnymi krwawieniami, które – jak się zorientowała, oglądając program – już miała. Po drugie: nie tylko uderzenia gorąca są objawami menopauzy, symptomów jest dużo więcej. I po trzecie: bardzo mało się mówi na ten temat. Prawie w ogóle. Ani z rodziną, ani ze znajomymi. – Po obejrzeniu dokumentu coś we mnie pękło i postanowiłam to zmienić – opowiada. Wynajęła lokalną kawiarnię i zorganizowała spotkanie na temat menopauzy na wzór kawiarni śmierci, które już wcześniej prowadziła w szkockim Perth. To nieformalne spotkania, podczas których ludzie gromadzą się, aby bez oceniania rozmawiać o śmierci, jej znaczeniu i własnych doświadczeniach. Kawiarnia menopauzy miała być właśnie taką przestrzenią dla kobiet i mężczyzn zainteresowanych tematem. Weiss nie miała pojęcia, czy ktoś się zjawi. Ale okazało się, że przyszło prawie 30 osób i po pierwszym spotkaniu zaczęła dostawać pytania o następne. Dziś kawiarnie menopauzy funkcjonują na całym świecie, w tym w Indiach, Kanadzie i Meksyku. – Okazało się, że ludzie, bo nie tylko kobiety, ale też mężczyźni, chcieli o tym rozmawiać, dzielić się doświadczeniami, dowiedzieć się więcej. A przede wszystkim poczuć, że nie są w tym sami. Wcześniej nie mieli gdzie swobodnie i bez oceniania rozmawiać o tym etapie życia – wskazuje Weiss. – Z pierwszego spotkania pamiętam to, że bardzo dużo ludzi chciało się podzielić swoimi doświadczeniami, tak jakby trzymali to w sobie przez lata i nie mieli z kim o tym pomówić. Oczywiste było, że taka przestrzeń jest bardzo potrzebna w naszej społeczności – dodaje aktywistka.

Niski stan wiedzy jest zaskakujący, biorąc pod uwagę statystyki. W 2021 roku, według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO), 26 procent kobiet miało 50 lat lub więcej (w 2011 roku było to 22 procent). Przeciętna długość

eprasa.pl e303ecb072

życia się wydłuża – w 2019 roku 60-latka mogła oczekiwać średnio kolejnych 21 lat życia. Obecnie ponad miliard kobiet na świecie przechodzi transformację menopauzalną lub już ją przeszło, a około 450 milionów doświadcza związanych z nią objawów. To oznacza, że wkrótce nawet 12 procent populacji globu znajdzie się w tym etapie życia. Skoro już jesteśmy przy liczbach, warto uświadomić sobie, że wiele kobiet po menopauzie będzie żyło jeszcze jakieś 30–40 lat. To więcej niż jedna trzecia całego życia! Jak to możliwe, że nie wiemy prawie nic na temat, który dotyczy połowy ludzkości?

– Jednym z powodów jest tabu kulturowe. Nasze matki nie mówiły nam o menopauzie – odpowiada mi na to pytanie Alicja Długołęcka. – Gdy sama zaczęłam zbliżać się do menopauzy, przypomniały mi się obrazy tych niewidzialnych kobiet po pięćdziesiątce, które nie miały już w życiu nic do zaoferowania. Przeraziło mnie to. Bo przecież mamy przed sobą jeszcze mnóstwo życia.

Odpowiedzią na ten okres w życiu dla Długołęckiej było znalezienie innych kobiet, od których mogła się uczyć, ale też z którymi mogła współdzielić doświadczenie. Rachel Weiss przyznaje, że przez długi czas była zagubiona. – Jako dziewczyna intuicyjnie czułam, że coś się dzieje z moją mamą po pięćdziesiątce, ale zupełnie nie wiedziałam co. To było owiane tajemnicą – tłumaczy. Katarzyna Skórzewska, doktorka nauk medycznych, ginekolożka-endokrynolożka specjalizująca się w opiece nad kobietami w okresie transformacji menopauzalnej, dodaje, że z pewnością pewną rolę odgrywa tu brak edukacji. – To, na szczęście, zmienia się w niektórych miejscach na świecie. W Wielkiej Brytanii na przykład w 2019 roku do programu nauczania włączono obowiązkową lekcję o menopauzie. Próbowaliśmy o to zawalczyć w Polsce. Złożyliśmy projekt, by w programie edukacji zdrowotnej uczyć o menopauzie. Wniosek jednak nie został uwzględniony – komentuje Skórzewska.

Anna Samsel, psycholożka i menedżerka projektu *Menopauza bez tabu*, zaznacza, że menopauza to jeden z wielu tematów tabu dotyczący zdrowia kobiet. Dlatego brakuje nam wiedzy, a luki te wypełniają nam szkodliwe przekonania. – To, jakie są stereotypy na temat menopauzy, jak jest pokazywana w popkulturze, jak się o niej mówi, może mieć konsekwencje nie tylko dla samych kobiet, ale także dla społeczeństwa i gospodarki – podkreśla.

Brak wiedzy o menopauzie jest z pewnością pochodną większego zjawiska dotyczącego zdrowia kobiet. Raport Światowego Forum Ekonomicznego (World Economic Forum, WEF) z 2025 roku wprost pokazuje, że zdrowie kobiet wciąż pozostaje na marginesie nauki. Kobiety spędzają o 25 procent więcej życia w złym stanie zdrowia niż mężczyźni, a luka zdrowotna oznacza 75 milionów lat życia traconych co roku z powodu chorób lub przedwczesnej śmierci. Jak napisał we wstępie do raportu Shyam Bishen, szef Centrum Zdrowia przy WEF: „w kwestiach zdrowia kobiety wciąż traktowane są jak obywatelki drugiej kategorii".

Choć takie problemy jak zespół napięcia przedmiesiączkowego (*premenstrual syndrome*, PMS), menopauza, powikłania związane z macierzyństwem, rak szyjki macicy czy endometrioza odpowiadają aż za 14 procent całego obciążenia zdrowotnego kobiet, w latach 2019–2023 przeznaczono na ich badania niecały procent wszystkich środków dystrybuowanych między 64 schorzenia, które odpowiadają za tzw. kobiecą lukę zdrowotną – wynika z analiz WEF. Doktorka Sharon Malone, ginekolożka, zwraca uwagę, że nie wiadomo nawet, jaka część tego procenta badań dotyczy samej menopauzy. „Ta liczba jest tak mała, że trudno to w ogóle stwierdzić" – mówi w dokumencie *The (M) Factor*. A edytorial prestiżowego „Nature" alarmuje: „Badania nad menopauzą są na całym świecie niedofinansowane. Czas to zmienić".

Według analizy przeprowadzonej w 2020 roku przez serwis kobiecy Fierce by Mitú, amerykańskie Narodowe Instytuty Zdrowia przeznaczały znacznie większą część swojego budżetu na choroby dotykające mężczyzn niż na te dotykające kobiet, co częściowo wynika z utrwalonego w nauce przekonania, że męskie ciało jest domyślnym modelem ludzkiego organizmu. Przyczyniło się to do dzisiejszej luki w finansowaniu. „W 1977 roku w Stanach Zjednoczonych zakazano udziału większości kobiet «mogących zajść w ciążę» w badaniach klinicznych. To wykluczenie, oparte na nieuzasadnionych obawach, że hormony kobiet «zaburzą» wyniki, utrzymywało się aż do 1993 roku". Te liczby pojawiają się nie tylko w amerykańskich badaniach, ale także na całym świecie. Potwierdza to między innymi kanadyjskie Centrum Uzależnień i Zdrowia Psychicznego (Centre for Addiction and Mental Health, CAMH), które zaznacza, że w obszarze zdrowia mózgu mężczyźni byli badani dziewięć razy częściej, jedynie 3 procent opublikowanych prac uwzględnia czynniki specyficzne dla zdrowia kobiet.

– Nasza kultura ma po prostu większą tolerancję na kobiecy ból. I ta tolerancja zaczyna się często w gabinetach lekarskich. Bolesne, obfite i nieregularne miesiączki? Taka pani uroda. Boli głowa? Proszę się położyć, przejdzie. Problemy ze snem? Kto nie ma problemów ze snem? – komentuje Samsel. Dodaje też, że działania w ramach projektu *Menopauza bez tabu* mają ten trend odwrócić: podkreślić, jak kluczowe nie tylko dla kobiet, ale też dla całego społeczeństwa jest pogłębianie wiedzy na temat menopauzy. Po pierwsze przez zbadanie, co już wiadomo o tym procesie i sytuacji kobiet w trakcie transformacji menopauzalnej – jak wpływa ona na ich

Kobiety spędzają o 25 procent życia w złym stanie zdrowia więcej niż mężczyźni, a w kwestiach zdrowia wciąż są traktowane jak obywatelki drugiej kategorii.

eprasa.pl e303ecb072

aktywność zawodową i jak ważne jest, by miejsca pracy były im przyjazne w tym okresie. Po drugie, przez szerzenie wiedzy wśród kobiet i całego społeczeństwa, w tym personelu medycznego.

– Bardzo dużo pracujemy z położnymi. Mało która Polka wie, że wybierając lekarza pierwszego kontaktu, ma przypisaną do siebie położną. Kobiety korzystają z usług położnych w czasie ciąży, porodu i połogu. Ale położna ma za zadanie towarzyszyć kobiecie we wszystkich etapach życia, również w okresie transformacji menopauzalnej – tłumaczy psycholożka. Kulczyk Foundation pod patronatem ministerki zdrowia przeprowadziła pilotażowy kurs dokształcający dla położnych, przygotowujący je do tego, żeby mogły wspierać swoją wiedzą kobiety przechodzące transformację menopauzalną. – Mamy nadzieję, że położne będą ambasadorkami zmiany, że będą wymieniać się doświadczeniami i staną się osobami, do których kobiety w trakcie transformacji menopauzalnej zawsze będą mogły się zwrócić – dodaje Samsel. I zaznacza, że jesteśmy dopiero na początku tej zmiany.

—

WRÓĆMY DO TESTU. I do pytania, co to jest menopauza. Katarzyna Skórzewska definiuje ją jako trwałe zakończenie czynności jajników z przyczyn fizjologicznych, czyli niechorobowych i niejatrogennych [niewynikających z leczenia bądź błędów medycznych – przyp. red.]. – Menopauzę stwierdzamy retrospektywnie po 12 miesiącach braku miesiączki – wyjaśnia. Technicznie rzecz ujmując, menopauza trwa jeden dzień. Dzień, który przechodzi bez uroczystych obchodów i fanfar. Nie urządzamy imprez ani nie dekorujemy domów balonami. Nie zapraszamy bliskich ani nie dzielimy się swoim doświadczeniem. Dzień jak każdy inny, choć można powiedzieć, przełomowy, bo wprowadza kobietę w trzeci etap życia. Polki zazwyczaj doświadczają menopauzy między 45. a 55. rokiem życia. Po roku od tego dnia wchodzą w okres pomenopauzalny, trwający do 65. roku życia. – Zanim rozpocznie się postmenopauza, przechodzimy okres okołomenopauzalny (perimenopauza), który zaczyna się wraz z wystąpieniem pierwszych objawów – tłumaczy Skórzewska. – Ten etap trwa różnie, od roku do nawet 10–15 lat, czyli może zacząć się już po 35. roku życia. Tym samym peri- i postmenopauza stanowią nawet 30 procent kobiecego życia. Aby zrozumieć ten proces, trzeba cofnąć się do dnia narodzin dziewczynki. Każda z nas rodzi się z określoną liczbą jajeczek. Nie jesteśmy w stanie ich produkować, wręcz przeciwnie – tracimy je przez całe życie. Około 35. roku życia proces ten przyspiesza. Kiedy liczba jajeczek spada poniżej krytycznego poziomu, sygnały wysyłane z mózgu, by co miesiąc przygotować ciało do owulacji, stają się mniej zrozumiałe dla hormonów regulujących cykl: gonadotropin, estrogenu, progesteronu i testosteronu. Ciało staje się zdezorientowane, produkując raz za dużo, raz za mało hormonów, żeby uruchomić owulację. To czas, w którym zaczynają się one zachowywać mniej przewidywalnie. Stąd miesiączka może czasem się spóźniać, a potem krwawienia występują co tydzień. To hormonalny rollercoaster – mówi ginekolożka-endokrynolożka.

10 wizyt

• lub więcej musi odbyć kobieta w Wielkiej Brytanii, by dostać diagnozę menopauzy

Objawy można odczuwać na wiele sposobów. Skrócona lista obejmuje: uderzenia gorąca, nagłe i obfite pocenie się, wahania nastroju, zaburzenia snu, bezsenność, nieregularne krwawienia, suchość pochwy, przewlekłe zmęczenie, przyrost wagi mimo niezmienionej diety, spadek libido, depresję, załamanie nerwowe, wiotczenie skóry, kołatanie serca, zawroty głowy, zamrożony bark [zapalenie torebki stawowej ograniczające ruchomość stawu barkowego – przyp. red.], kłopoty z koncentracją, wypadanie włosów, bóle mięśni, bóle głowy, nietrzymanie moczu, wzrost poziomu cholesterolu.

– Niestety ta lista jest bardzo długa, a większość kobiet, z którymi rozmawiamy, potrafiła wskazać tylko kilka objawów. Głównie uderzenia gorąca, może wahania nastroju – komentuje Anna Samsel. Dodaje, że objawy często pojawiają się, zanim kobieta uświadomi sobie, że wchodzi w okres transformacji menopauzalnej, co może zacząć się nawet pod koniec trzeciej dekady życia. Cat Bohannon w książce *Ewa. Ewolucja jest kobietą. Kobiece ciało i 200 milionów lat naszej historii* pisze, że „u większości kobiet mamy do czynienia z czymś w rodzaju trójstronnej gorącej linii między narządami reprodukcyjnymi, tkanką tłuszczową i przysadką mózgową, stale regulującą zmieniającą się równowagę hormonów płciowych w organizmie. (...) Nie ma takiej części ciała człowieka, na który nie miałyby wpływu. Dlatego podczas menopauzy kobieta może odczuwać wszystkie te pozornie niezwiązane ze sobą objawy".

Naomi Watts – brytyjska aktorka, znana między innymi z filmu *Mulholland Drive* Davida Lyncha i autorka książki *Już się nie boję! Wszystko, czego nie mówią nam o menopauzie* – pisze, że pierwsze objawy transformacji menopauzalnej odczuwała w wieku 36 lat i zupełnie nie rozumiała wtedy, co się z nią działo. Miała między innymi potworne migreny, ból pojawiał się zawsze w tym samym miejscu, za lewym okiem. Czasem symptomy utrzymywały się trzy dni. Nic na nią nie działało. Dziś wie, że to były zwiastuny zmian hormonalnych. To poczucie niezrozumienia i zagubienia zostało z nią i dlatego teraz dzieli się swoimi doświadczeniami w mediach społecznościowych. Stworzyła markę produktów dla kobiet w okresie klimakterium, które działają – jak to czule opisuje Watts – od waginy do czubka głowy.

Inna znana aktorka, Halle Berry, publicznie opowiedziała, jak zgłosiła się do lekarza z powodu suchości

eprasa.pl e303ecb072

pochwy i błędnie zdiagnozowano u niej opryszczkę narządów płciowych, co skomplikowało jej związek. Oprah Winfrey opowiadała o tym, jak myślała, że umiera. Okazało się, że palpitacje serca były u niej jednymi z pierwszych objawów menopauzy. Ale nikt ani razu o tym nie wspomniał, mimo że miała świetnych lekarzy i dostęp do specjalistów.

– W ogóle mnie to nie dziwi. Chociaż dużo wiem o menopauzie i działam w tej przestrzeni, to sama wpadłam w tę pułapkę. Też miałam okropne migreny i zupełnie nie wiedziałam skąd – dzieli się swoim doświadczeniem Samsel. Opowiada, jak chodziła do różnych lekarzy, którzy bagatelizowali problem albo twierdzili, że nie widzą nieprawidłowości. Liczne badania niczego nie wykazywały, a ona coraz bardziej wątpiła w siebie. Dopiero podczas którejś wizyty lekarz wspomniał o transformacji menopauzalnej i wszystko zaczęło się układać w całość.

W Wielkiej Brytanii kobieta musi odbyć średnio 10 wizyt u lekarza, by dostać diagnozę menopauzy. W Polsce tego nie policzono, ale gdy rozmawiamy z kobietami podczas wielu spotkań, słyszymy o podobnych doświadczeniach. – To często prowadzi do lęku i poczucia osamotnienia. Takiego: Czy ja zwariowałam? Człowiek zaczyna w siebie wątpić. Cierpi. Objawy nie ustają. Nie rozumie, co się z nim dzieje – kontynuuje psycholożka. Dziś wie, że kluczowe jest, by trafić w dobre ręce, lekarza lub położnej, jak najszybciej. – Przecież istnieje mnóstwo sposobów, żeby poczuć się lepiej, złagodzić objawy. Muszą jednak być dobrze zdiagnozowane. Bez tego leczenie nie będzie skuteczne – podsumowuje. Z doświadczenia Katarzyny Skórzewskiej wynika, że 10 wizyt często nie wystarcza, by któryś lekarz połączył kropki. Twierdzi ona, że potrzeba ich raczej kilkanaście. – Koszt psychiczny, fizyczny i finansowy takiego maratonu po lekarzach jest ogromny. Wiele kobiet poddaje się i po prostu żyje w dyskomforcie. A przecież nie musi – twierdzi Skórzewska. Alicja Długołęcka przyznaje, że sama była zaskoczona zmianami, jakie zaczęły dziać się w jej ciele i psychice. To doświadczenie sprawiło, że napisała książkę *Przypływ. O emocjach i seksualności dojrzałych kobiet*, w której podzieliła się swoimi doświadczeniami związanymi z menopauzą i rozmowami z bliskimi jej kobietami o tym etapie życia. – Poczułam silną niezgodę na to, że kobiety nagle postrzegane są jako baby, które wysiadują w poczekalni życia.

– Super, że coraz więcej znanych osób otwarcie mówi o tym, jak by nie patrzeć, bardzo naturalnym procesie w życiu kobiety – komentuje Skórzewska.

—

PONOWNIE WRÓĆMY NA CHWILĘ do testu. Pytanie drugie: jaką rolę pełni menopauza w życiu kobiety? Co daje

ludzkości? A może bardziej dobitnie – bo jako kobieta, która właśnie wchodzi w ten okres, czuję, że mam do prawo do zadania tego pytania – po co, do cholery, natura ją wymyśliła, skoro u większości gatunków zwierząt taka faza w życiu samic w ogóle nie istnieje? Dlaczego przechodzą ją kobiety, a mężczyźni nie? Czy bolesne miesiączki, porody i karmienie piersią to za mało, byśmy wiedziały, czym jest dyskomfort?

Dlaczego mamy menopauzę – to pytanie otwarte, bo środowisko naukowe nie ma na nie jednoznacznej odpowiedzi. Intuicyjnie wydaje się, że menopauza w ogóle nie powinna się wydarzać – stoi przecież w sprzeczności z teorią ewolucji, która premiuje adaptacje sprzyjające przetrwaniu gatunku, takie jak zdolność do rozmnażania się do końca życia. To tak jakby jajniki starzały się szybciej niż reszta ciała kobiety. Skoro Polki żyją średnio 82 lata (jak podaje Główny Urząd Statsytyczny), a menopauzę przechodzą około 45.–55. roku życia, oznacza to, że przez ponad 30 lat ich ciało nie ma już szans na wydanie potomstwa.

Pojęcie menopauzy wywodzi się od greckich słów *pausis*, co oznacza przerwę, i *men*, czyli miesiąc. Ewolucyjny wypadek? Nieporozumienie? Wybryk? A może – jak pisała Margaret Atwood w *Dzikości życia* – „Menopauza. Pauza, w której rewidujemy mężczyzn"?

Pytanie, dlaczego kobiety przechodzą menopauzę, do dziś zajmuje naukowców – od antropologów, poprzez lekarzy, aż po prymatologów. – Najlepszym sposobem przekazywania genów jest posiadanie dużej liczby potomstwa. To wskazywałoby, że najbardziej opłacalna bywa reprodukcja przez całe życie – i tak rzeczywiście dzieje się u większości zwierząt. Dotyczy to ssaków, ptaków, jaszczurek i ryb. A nawet większości owadów. Ale nie ludzi – mówi Sam Ellis, biolog z Uniwersytetu w Exeter, który od lat bada to zagadnienie.

eprasa.pl e303ecb072

W świecie zwierząt tylko kilka gatunków waleni, między innymi orki i białuchy, spędza nawet jedną trzecią dorosłego życia po zaniku zdolności rozrodczych (ostatnio odkryto, że długo po menopauzie żyją także szympansice z Ugandy, ale o tym za chwilę). Ellis opublikował w „Nature" wyniki swoich badań, z których wynika, że gatunki waleni przechodzące menopauzę żyją nawet 40 lat dłużej niż te, które jej nie doświadczają. Wskazuje to, że menopauza nie tyle skraca czas rozrodczy, ile wydłuża życie. Obserwacje zachowań waleni potwierdziły, że samice po menopauzie wspierają swoje potomstwo, głównie prowadząc stada do zasobniejszych łowisk. Samica pamięta te miejsca i użycza swojej wiedzy młodszym pokoleniom. Do tego nie konkuruje z córkami o przetrwanie.

Badania dowodzą, że obecność starszych samic zwiększa szanse przeżycia dzieci i wnuków. Ewolucyjnie ma to sens: wygaśnięcie zdolności rozrodczej pozwala kobietom przekierować energię na wspieranie całej rodziny, co może zwiększać szanse na jej przetrwanie. To tak zwana hipoteza babci – według Ellisa jedna z możliwych odpowiedzi na pytanie, dlaczego kobiety mają menopauzę. – Menopauza, często postrzegana jako koniec, w rzeczywistości może być strategią ewolucyjną, która zwiększa sukces przetrwania naszych przodków – twierdzi badacz. Natura powierzyła starszym kobietom rolę filarów wspólnoty, przewodniczek i strażniczek wiedzy.

Podobne wnioski wysnuła Kristen Hawkes z Uniwersytetu Utah. Badając społeczność Hadza w Tanzanii, zauważyła, że starsze kobiety są najbardziej efektywne w zdobywaniu pożywienia. Gdy młodsze rodzą kolejne dzieci, babcie opiekują się starszym potomstwem i zapewniają mu jedzenie. Dzięki temu te pierwsze mogą skupić się na macierzyństwie. Hawkes twierdzi, że rola babć była kluczowa w rozwoju naszego gatunku.

Nie wszyscy badacze zgadzają się z tą hipotezą. Zespół z Uniwersytetu Kalifornijskiego w Los Angeles i Uniwersytetu Arizony w 2023 roku opublikował w „Science" wyniki ponad 20-letnich badań nad 185 szympansicami z populacji Ngogo w Parku Narodowym Kibale w Ugandzie. Analizy hormonalne tysięcy próbek moczu potwierdziły, że po 50. roku życia także one przechodzą typowe zmiany menopauzalne. Tak jak u ludzi płodność szympansic zaczynała spadać po trzydziestce, a u tych po pięćdziesiątce nie odnotowano żadnych porodów. Samice, które dożywały tego wieku, spędzały około 20 procent dorosłego życia w stanie pomenopauzalnym – podobnie jak łowczynie-zbieraczki, choć krócej niż współczesne kobiety. To odkrycie podważało przekonanie, że długie życie po okresie rozrodczym jest cechą wyłącznie ludzką. Nie pasuje tu jednak hipoteza babci – szympansice nie mieszkają z córkami ani nie opiekują się wnukami. Badacze sugerują więc, że menopauza może być zjawiskiem bardziej uniwersalnym u ssaków i pojawiać się tam, gdzie warunki sprzyjają wyjątkowej długowieczności. Cat Bohannon uważa, że menopauza może być skutkiem wydłużania naszego życia. Organizm ludzki robi wszystko, co może, by uniknąć śmierci. Starsze osobniki są potrzebne w społeczeństwie, bo pamiętają, co wydarzyło się przed narodzeniem młodych. Mogą podzielić się doświadczeniem, wiedzą. Jak pisze w swojej książce: „Clou menopauzy nie jest to, że przestajemy owulować, tylko że żyjemy dłużej, niż przewiduje nasza biologicznie dostrojona data ważności. Sprawiłyśmy, że starość jest czymś normalnym. Może zatem interesującą rzeczą w menopauzie jest nie ona sama, lecz to, w jaki sposób ludziom udaje się odsunąć w czasie śmierć. A przez ludzi rozumiem tutaj kobiety". Może.

Choć naukowcy i lekarze do dziś nie mają pewności w kwestii genezy menopauzy, większość zgadza się co do momentu, który okazał się przełomowy dla kobiet w XXI wieku. Momentu, który sprawił, że niemal z dnia na dzień miliony kobiet zostały pozostawione same sobie, a temat menopauzy zamieciono pod dywan. Niemal jednomyślnie wskazują na konkretny punkt zwrotny: konferencję prasową zorganizowaną przez amerykańskie Narodowe Instytuty Zdrowia (National Institutes of Health, NIH) w 2002 roku.

Żeby zrozumieć, co się wtedy wydarzyło, wróćmy do 1991 roku. Bernadine Healy, pierwsza kobieta na stanowisku dyrektorki NIH, uruchomiła Inicjatywę Kobiecego Zdrowia (Women's Health Initiative, WHI) – największe w historii randomizowane badanie kliniczne prowadzone wyłącznie wśród kobiet. Jego głównym celem było obserwowanie różnych aspektów zdrowia

eprasa.pl e303ecb072

kobiet. Badania miały trwać nawet 15 lat. Po siedmiu latach przygotowań, do 1998 roku zrekrutowano 161 808 kobiet w wieku 50–79 lat i losowo przypisano je do badań klinicznych prowadzonych w ramach tej inicjatywy: badania terapii hormonalnej, badania modyfikacji diety oraz badania poziomu wapnia i witaminy D.

Sam dział dotyczący terapii hormonalnej pochłonął aż 260 milionów dolarów i planowany był na osiem i pół roku. Aż 8506 uczestniczek dostawało sprzężone estrogeny (szeroko stosowane wtedy w Stanach; estrogen pozyskiwano z moczu klaczy) i tabletkę medroksyprogesteronu dziennie, natomiast 8102 kobiety otrzymywały placebo. Naukowcy przyglądali się temu, jak terapia wpływa na życie kobiet. Wszystko wydawało się iść zgodnie z planem aż do wspomnianej konferencji prasowej.

W 2002 roku ogłoszono, że część badania, w której kobietom podawano estrogen i syntetyczny progesteron (progestagen), została zakończona przed czasem, ponieważ zagrażała ich zdrowiu. Dziewiątego lipca w National Press Club w Waszyngtonie epidemiolog Jacques Rossouw, pełniący obowiązki dyrektora WHI, powiedział dziennikarzom, że hormonalna terapia zastępcza ma zarówno korzyści, jak i skutki uboczne, ale „skutki uboczne przeważają". Wyjaśnił, że badanie nie potwierdziło oczekiwanej ochrony przed chorobami serca, lecz wykazało niewielki, choć statystycznie istotny wzrost ryzyka incydentów sercowych, udarów, zakrzepów i raka piersi. Rossouw podkreślił jednak, że w ujęciu indywidualnym wzrost ryzyka wynosił „mniej niż 1 promil rocznie". Ale szczegóły nie trafiały do dziennikarzy. Ci wyłapali nieprawdziwy przekaz, że hormony powodują raka piersi.

Niemal natychmiast wywołało to panikę. „Terapia hormonalna okrzyknięta szkodliwą" – pisał „The Guardian". „Science" donosiło: „Ogromne badanie przerwane – terapia może bardziej szkodzić niż pomagać". „The Washington Post" grzmiał: „Terapia hormonalna wstrzymana z powodu raka i udarów". Choć media prawidłowo cytowały liczby, nie przedstawiały ich w szerszym kontekście. Na przykład informowano o 2,3-procentowym wzroście ryzyka raka piersi, ale nie zestawiano tego z faktem, że u palaczy prawdopodobieństwo zachorowania na raka płuc rośnie aż o 1500–3000 procent. Ponadto badanie WHI było obarczone zasadniczą wadą: naukowcy chcieli mierzyć twarde wskaźniki zdrowotne, takie jak udary, zawały czy nowotwory, których ryzyko znacząco rośnie dopiero w późnym wieku, zwykle po 70. roku życia. Natomiast większość uczestniczek stanowiły kobiety po sześćdziesiątce. Te młodsze, po pięćdziesiątce – zwykle zdrowsze i silniej odczuwające objawy menopauzy – były wyraźnie niedoreprezentowane. Mimo to Rossouw zapewniał, że wyniki mają szerokie zastosowanie. Dopiero lata później okazało się, jak bardzo się mylił.

Po konferencji lekarze, pod wpływem medialnych doniesień, masowo zalecali kobietom odstawienie leków. W USA wskaźnik stosowania hormonalnej terapii menopauzalnej spadł z dnia na dzień – do końca 2002 roku o 30 procent, do 2009 roku aż o ponad 70 procent.

Leczenie hormonalne zaczęto automatycznie kojarzyć z podwyższonym ryzykiem raka piersi – podobnie jak szczepionki błędnie łączono z autyzmem po opublikowaniu wadliwej teorii, która, chociaż została obalona, zapisała się w zbiorowej świadomości. Ja sama tak właśnie przez większość życia kojarzyłam hormonalną terapię menopauzalną. Moja mama zawsze powtarzała, że z tego powodu się na nią nie zdecydowała. Wtedy miała poczucie, że podjęła dobrą decyzję. Dziś, jak sama mówi, trochę tego żałuje. Ta jedna konferencja i panika, która zawładnęła opinią publiczną, na dekady zmieniły życie milionów kobiet.

– Po rozpowszechnieniu w mediach tej informacji kobiety były przerażone. Odbierałam telefony od spanikowanych pacjentek, ale również od lekarzy, którzy sami nie wiedzieli, co się dzieje. Dziś wystarczy wpisać pytanie w PubMed [internetowa baza publikacji medycznych – przyp. red.] i znajdziemy tysiące rzetelnych komentarzy. Wtedy nie było niczego takiego – mówi doktorka Skórzewska. – Kazano kobietom natychmiast odstawiać hormony, a ta panika mocno utrwaliła się w świadomości społecznej. Przed 2002 rokiem otwartość na terapię była dużo większa. Kiedy zaczynałam pracę, korzystało z niej około 12 procent Polek w okresie klimakterium. Po publikacji wyników WHI większość zrezygnowała, często niesłusznie – dodaje. Ginekolożka-endokrynolożka zauważa, że przed 2002 rokiem sporo mówiło się o menopauzie w przestrzeni publicznej. – Pamiętam, że w kolorowych magazynach, takich jak „Kobieta i Życie" czy „Twój Styl", były artykuły o menopauzie. Do tego odbywało się sporo szkoleń dla lekarzy – przyznaje. I dodaje, że po konferencji NIH wszystko się zmieniło. Do dziś Polki są bardzo sceptyczne i tylko 7 procent kobiet, które przechodzą transformację menopauzalną, stosuje terapię hormonalną.

Skórzewska wspomina, że gdy polscy lekarze dotarli do źródłowego badania, po przeanalizowaniu go nie dostrzegli zagrożeń, o których grzmiała prasa. Jednak panika okazała się tak duża, że trudno było kogokolwiek przekonać. – Próbowaliśmy tłumaczyć na przykład, że w Polsce i Europie nie używało się sprzężonych estrogenów tak jak w USA, tylko przede wszystkim 17-beta-estradiol, czyli estrogen identyczny z tym produkowanym przez jajniki kobiet; że stosujemy inne, bezpieczniejsze progestogeny, pochodne progesteronu – wyjaśnia. – To trochę tak jak teraz ze szczepionkami. Naukowcy mówią jedno, a Donald Trump drugie. Komu uwierzy opinia publiczna? Niestety często mediom bardziej się

7 procent

• jedynie tyle Polek stosuje zastępczą terapię hormonalną, choć przynosi ona niepodważalne korzyści

eprasa.pl e303ecb072

wierzy niż publikacjom naukowym. Tak było także wtedy. Do tego kobiety okrutnie boją się raka piersi, bo piersi są symbolem kobiecości. Więc te doniesienia prasowe uderzyły w naprawdę czuły punkt – dodaje.

Złej prasy nie zmieniły nawet kolejne badania, niektóre opublikowane już rok po niefortunnej konferencji, które nie tylko zaprzeczały tamtym wynikom, ale wykazywały wręcz odwrotne efekty. Media nie relacjonowały tych badań, więc nie przebiły się one do świadomości kobiet i lekarzy. Stygmatyzacja hormonalnej terapii zastępczej jako czynnika ryzyka raka piersi była silniejsza. Już w 2003 roku WHI opublikowała analizę, według której terapia estrogenem i progestogenem zmniejszała ryzyko złamań, między innymi biodra i kręgosłupa. Ale nie przekonało to lekarzy ani kobiet. Takich badań można przytoczyć więcej.

Na przykład w 2003 roku doktor Jennifer Hays i jej współpracownicy w artykule opublikowanym w „The New England Journal of Medicine" dowodzili, że terapia estrogenem w połączeniu z progestagenem łagodzi uderzenia gorąca i poprawia jakość życia. W 2012 roku duńskie badanie prowadzone przez Louise Lind Schierbeck wykazało, że stosowanie hormonalnej terapii menopauzalnej wiązało się z niższym ryzykiem śmierci z powodu chorób sercowo-naczyniowych, nie odnotowano w nim wyraźnego wzrostu zachorowań na raka. Natomiast w 2016 roku Howard Hodis dowiódł, że rozpoczęcie terapii estradiolem w ciągu sześciu lat po wystąpieniu menopauzy zmniejszało ryzyko chorób sercowo-naczyniowych będących najczęstszą przyczyną zgonów kobiet.

Wreszcie w maju 2024 roku, po 22 latach od konferencji w Waszyngtonie, zrobiło się głośno o nowym przeglądzie badań. Jego autorzy – wśród nich wielu związanych z oryginalnym projektem, którego częściowe wyniki ogłoszono w 2002 roku – podkreślali, że skład hormonów, dawkowanie i droga podania we wcześniejszym badaniu WHI różniły się od współczesnych standardów. Dawniej stosowano głównie tabletki, rzadziej plastry estrogenowe czy żele, które omijają wątrobę i zmniejszają ryzyko zakrzepów. Dziś panuje tendencja odwrotna. Jakość hormonów jest lepsza. Coraz częściej przepisuje się też hormony identyczne z naturalnymi oraz stosuje niższe dawki. Badacze podkreślili jeszcze jeden aspekt: większość badanych do 2002 roku przez WHI rozpoczęła terapię co najmniej dekadę po menopauzie. Nagłe podanie estrogenu mogło prowadzić do problemów zdrowotnych. Jak tłumaczyli autorzy raportu z 2024 roku, stosowanie tej terapii u kobiet, które przeszły menopauzę przed mniej niż 10 latami lub dopiero mogą ją przechodzić, niweluje to ryzyko. Innymi słowy – kluczowy jest moment rozpoczęcia leczenia. A żeby go wychwycić, niezbędna jest edukacja lekarzy, położnych i samych kobiet.

Menopauza stała się dziś modna. W Stanach w drogeriach są oddzielne półki z produktami dla kobiet przechodzących transformację menopauzalną.

Dziesiątego listopada 2025 roku amerykańska Agencja Żywności i Leków (Food and Drug Administration, FDA) oficjalnie ogłosiła, że zaczęła pracować z firmami produkującymi hormonalną terapię menopauzalną nad uproszczeniem treści na etykietach, usuwając wzmianki o ryzyku chorób serca, raka piersi i potencjalnej demencji. Wreszcie na opakowaniach tych leków nie będzie tak zwanego ostrzeżenia w czarnej ramce, które straszyło kobiety przez dekady.

Doktorka Mary Claire Haver z Uniwersytetu Teksańskiego, ginekolożka, która leczy między innymi Oprah Winfrey, w swojej książce *Menopauza. Oto nowa TY. Przewodnik po ścieżce zmian hormonalnych* zaznacza, że dzięki tej terapii jej pacjentki (ale też ona) wreszcie mogły znowu poczuć się sobą. A to dlatego, że estrogen, jak tłumaczy, nie tylko jest hormonem kluczowym dla zdolności rozrodczych, ale także ma znacznie większy wpływ na organizm. Receptory estrogenowe znajdują się niemal w każdym układzie organizmu, a gdy poziom hormonu spada, komórki tracą zdolność do wspierania zdrowia (między innymi serca), funkcji poznawczych, kości i utrzymania równowagi zawartości cukru we krwi. Z tym wiążą się schorzenia będące w czołówce przyczyn zgonów kobiet: choroby serca, udar, alzheimer i cukrzyca typu 2. Choć osteoporoza nie jest na tej liście, co druga kobieta dozna złamania kości z jej powodu, a złamania szyjki kości udowej zwiększają ryzyko śmierci o 15–20 procent w ciągu roku. Wszystko to pokazuje, że estrogen ma szerokie działanie ochronne, a jego spadek w okresie okołomenopauzalnym i menopauzalnym stanowi istotny problem, który wymaga uwagi. W wielu przypadkach pomoc w złagodzeniu skutków ubocznych menopauzy jest na wyciągnięcie ręki. Jednak, jak pokazuje raport *Menopauza bez tabu* Kulczyk Foundation, często brakuje nam odwagi, by po nią sięgnąć.

– Taka terapia może dać bardzo dużo ulgi i ochrony. Choć oczywiście należy pamiętać, że hormony to nie są witaminy, ale leki o silnym działaniu, które należy podawać z ostrożnością, w odpowiednich dawkach i odpowiednim czasie – zaznacza doktor Skórzewska. I dodaje, że obecnie ma wrażenie, że wahadło przechyla się w drugą stronę. – Internetowi znawcy namawiają do brania hormonów bez konsultacji endokrynologicznej. Poza tym niemal każde złe samopoczucie diagnozują jako perimenopauzę. Taka przesada w drugą stronę też jest niebezpieczna. Boję się, że znowu przez to wyjdzie, że dla pewnych grup taka terapia jest niewskazana i że znowu będziemy mieć panikę jak w 2002 roku.

Ginekolożka-endokrynolożka zauważa również, że zbyt duże koncentrowanie się na objawach perimenopauzy i postmenopauzy może prowadzić do złej diagnozy. To druga strona medalu. – Weźmy na przykład bezsenność. Jeśli łączy się z uderzeniami gorąca, to

eprasa.pl e303ecb072

oczywiście hormonalna terapia menopauzalna może pomóc. Ale gdy jest to bezsenność pierwotna, hormony nie pomogą, bo nie działają na te neuroprzekaźniki, które są odpowiedzialne za problemy ze snem – tłumaczy. Do jej gabinetu coraz częściej trafiają kobiety, które przychodzą po hormonalną terapię menopauzalną, zdziwione, gdy nie dostają od razu recepty, lub takie, które otrzymały hormony, na przykład od lekarza medycyny estetycznej.

Szczególnie we wczesnej perimenopauzie taka terapia może nasilić dużo objawów. A nie pomóc. W skrócie: jajniki wówczas ciągle produkują dużo estrogenów, ale nie produkują progesteronu. A jeśli dodamy dodatkowe estrogeny do tych terapii hormonalnych, to nie poprawi się samopoczucie. – Często przychodzą do mnie kobiety z krwawieniami, z bólami piersi. Nie mogą spać, są tak nakręcone, płaczą bez powodu. I one myślą, że biorą za mało hormonów, a to właśnie trzeba te hormony odstawić. Do tego konieczna jest specjalistyczna wiedza lekarska i doświadczenie – podsumowuje Skórzewska.

Pytam o alternatywy. Przy zaburzeniach miesiączkowania świetnie sprawdza się suplementacja progesteronu lub dwuskładnikowa antykoncepcja hormonalna. Przy uderzeniach gorąca czy suchości skóry mogą pomóc fitoestrogeny, które są pochodzenia roślinnego. Na bóle kostne i stawowe też są odpowiednie preparaty. Do tego zdrowa dieta, bogata w białko. Ruch. I dobry sen. – My nie leczymy menopauzy, bo to nie jest choroba, tylko naturalne wydarzenie. Natomiast pomagamy w łagodzeniu objawów – podkreśla ginekolożka-endokrynolożka.

– Nie wiem, czy to ten wiek, czy ja czegoś nie wiem, ale ilekroć przeglądam internet, natrafiam na reklamy nowego produktu na perimenopauzę. Kiedyś same pieluchy, a teraz bransoletki obniżające temperaturę, wiatraki, suplementy diety. To jakaś eksplozja – żali mi się moja koleżanka i edukatorka Kathrine Ratledge, która jest po czterdziestce i jeszcze nie zaczęła odczuwać żadnych objawów okołomenopauzalnych. Rachel Sklar, psycholożka, która powoli wchodzi w ten okres, dodaje, że widzi tak dużo artykułów, produktów, wywiadów na temat menopauzy, że zaczęła podejrzewać, że coś z nią jest nie tak, skoro jeszcze nie stosuje terapii hormonalnej. Doktor uspokoił ją, ale jej współpracownice zasugerowały, że jest starej daty i się nie zna. Dopiero kolejna wizyta u ginekologa przekonała ją, że musi słuchać siebie, a nie ślepo podążać za modą.

Wydaje się, że menopauza stała się wreszcie modna. W amerykańskich drogeriach są oddzielne półki z produktami i suplementami przeznaczonymi dla kobiet przechodzących transformację menopauzalną. Ładnie opakowane, z przyjemnymi nazwami, na przykład Mellow Menopause, czyli łagodna menopauza. Niektóre reklamowane nazwiskami celebrytek, jak firmowany przez Gwyneth Paltrow zestaw witamin Madame Ovary (ang. *ovary* – jajnik). Coraz więcej linii kosmetyków skierowanych jest do kobiet w trakcie transformacji menopauzalnej. Szampony firmy Better Not Younger dla kobiet 40+ mają nazwy, które mówią same za siebie: supermoce (*superpower*), druga szansa (*second chance*) czy pełna przejrzystość (*full transparency*). Założycielka tej firmy, Sonsoles Gonzalez, przez 28 lat pracowała w korporacjach, w tym w L'Oréal i P&G. Jak pisze na swojej stronie, przez lata zajmowała się tym, jak trafić do klientek w wieku 18–44 lat. Żartowała, że kobiety po 44. roku życia chyba znikają. Ten dowcip przestał ją śmieszyć, kiedy sama weszła w okres perimenopauzy. Wtedy postanowiła stworzyć własną markę, która miała pomóc kobietom w dojrzałym wieku cieszyć się pięknymi włosami.

W 2019 roku we Francji wynaleziono Moonę – poduszkę, która reguluje temperaturę w nocy. Szybko okazało się, że kobiety po czterdziestce są jej najbardziej zadowolonymi użytkowniczkami, bo chłodzące właściwości niwelują skutki nocnych potów. W Wielkiej Brytanii firma MyCelsius reklamuje rodzaj bransoletki oziębiającej ciało. W Stanach podobne urządzenie promuje Embr Wave. Ta przypominająca elegancki zegarek bransoletka zawiera dwa przyciski: chłodzenie lub grzanie, umożliwiające regulację temperatury. MyCalmi zaś sprzedaje magnetyczne pierścionki, które mają zmniejszać dokuczliwość objawów menopauzalnych (choć badania naukowe nigdy nie potwierdziły ich działania). Takich wynalazków jest sporo, ponieważ menopauza stała się lukratywnym rynkiem z ogromnym potencjałem, w który przedsiębiorcy chcą inwestować. – Widzimy tę zmianę podczas naszych menopauzalnych kawiarni.

eprasa.pl e303ecb072

Coraz więcej rozmów dotyczy produktów. Czy ta herbata działa, czy ten krem zwiększa libido, czy taki a taki żel zmniejsza suchość pochwy, jakie suplementy bierzesz? – mówi Rachel Weiss. Tę modę nazywa nową gorączką złota: *hot flush rush*.

—

RYNEK WYCZUŁ PIENIĄDZ, bo na menopauzie można świetnie zarobić. W 2024 roku warta była około 18 miliardów dolarów. Za pięć lat jej wartość rynkowa ma wzrosnąć do blisko 25 miliardów. Z jednej strony coraz więcej o niej mówimy, z drugiej coraz bardziej chcemy przedłużyć młodość i nie dopuścić, by objawy menopauzy przeszkadzały nam w codziennym funkcjonowaniu. A może czasem nawet je ukryć. – Bawi mnie, gdy rozmawiam z kobietami po 60. roku życia, które mówią mi, że nie mają czy nie przeszły menopauzy. Wiadomo, że każdą z nas to spotka. Niezależnie od suplementów, zabiegów i leków, jakich się używa – mówi, śmiejąc się, ginekolożka.

– Niestety kobiety nadal wstydzą się mówić o menopauzie. Nawet swoim partnerom. Bo boją się, że ci pomyślą, że są już stare, nieatrakcyjne i do niczego. Nie mówią o swoich dolegliwościach koleżankom ani lekarzom. Często myślą, że muszą zacisnąć zęby i przetrwać. W naszej kulturze przechodzić przez transformację menopauzalną to jak przyznać się do porażki. Może kobiety obawiają się też tego, że będą obiektem żartów lub staną się niewidzialne. Przez lata media promowały stereotypową wizję menopauzy, w której kobieta nagle zalewa się potem, a później zachowuje jak jędza – komentuje Anna Samsel. Kto pamięta scenę ze słynnego serialu *Seks w wielkim mieście*, w którym jedna z bohaterek, Samantha, nazywa się „suchą bułą", gdy okres spóźnia jej się kilka dni i ona myśli, że już nigdy nie będzie miesiączkować? Lub śmiechy, kiedy serialowa Roseanne dostawała „menopauzalnego" szału i oblewała się potem. Zachodnia kultura promuje młodość za wszelką cenę. Menopauza zdecydowanie nie wpisuje się w ten model. Dlatego przez lata była pomijana lub wyśmiewana.

Alicja Długołęcka, chwilę po tym, gdy prowadziła menopauzalne warsztaty na warszawskiej Woli, wyznaje mi, że emocją wysuwającą się na pierwszy plan u kobiet, z którymi rozmawia, jest wstyd. Wstyd wyrażania siebie. Wstyd bycia sobą. Na drugim miejscu plasuje się złość. Złość na siebie i na sytuację. Ale złości towarzyszy smutek. Menopauza to czas godzenia się z utratami: zanikiem płodności, spadkiem wydolności fizycznej, zmianami wyglądu, wyfruwaniem dzieci z gniazda, starością rodziców, bezlitosnym rynkiem pracy, który nie pożąda seniorów, znikaniem iluzji dotyczących związków. Długołęcka zaznacza, że to, jak do tego podejdziemy, może zupełnie zmienić nasze doświadczenie.

Menopauza to czas godzenia się z utratą: zanikiem płodności, zmianą wyglądu, końcem iluzji dotyczącej związku.

– Wszystko zależy od opowieści, jaką sobie stworzymy. Czy ta opowieść pozwoli nam wyjść z ciemnego lasu, czy będziemy mieć wolę, by zmierzyć się z trudnymi emocjami i utratami? To jest szansa, by stać się w pełni odpowiedzialną za swoje życie. Ale gdy ktoś stawia opór, pozostaje w nienawiści do swojego ciała i zgorzknieniu wynikającym z niezgody na przemijanie. Takie poczucie nasila męczące objawy – tłumaczy. Ten opór to, według Długołęckiej, próba udawania, że się nie starzejemy. To odbieranie sobie możliwości oddechu pełną piersią. – Transformacja menopauzalna to szansa rozwojowa, by się zatrzymać i zastanowić: czego chcę, czego potrzebuję – konkluduje. I wskazuje, że mamy wtedy dwie drogi do wyboru: rozpacz i zgorzknienie albo integrację i mądrość. By wybrać tę drugą opcję, często trzeba zainwestować w siebie, w sen, spokój. Może w terapię. A z pewnością w ludzi, z którymi można to doświadczenie dzielić.

—

STĄD BIERZE SIĘ PYTANIE trzecie, podchwytliwe. Czy menopauza bywa uwalniająca?

Odpowiedzi można poszukać w jednej scenie serialu *Fleabag*, w którym główna bohaterka rozmawia z Belindą, 58-letnią bizneswoman. W barze hotelowym starsza kobieta zaczyna opowiadać o menopauzie, że od dawna chciała powiedzieć to na głos. „Kobiety rodzą się z wpisanym w ciało bólem. To nasze fizyczne przeznaczenie – bóle miesiączkowe, bolesne piersi, poród, wiadomo. Nosimy ten ból w sobie przez całe życie. Mężczyźni nie. Oni muszą go sobie znaleźć. Wymyślają więc bogów i demony, żeby móc czuć winę – coś, z czym my radzimy sobie świetnie same. A potem tworzą wojny, żeby móc coś poczuć i dotykać się nawzajem, a kiedy nie ma wojen, grają w rugby. My mamy to wszystko tutaj, w środku. Przez lata i lata żyjemy w cyklu bólu. A kiedy już wydaje ci się, że w końcu się z tym pogodziłaś – co się dzieje? Nadchodzi menopauza. Ta pieprzona menopauza. I jest najwspanialszą popieprzoną rzeczą na świecie. Co prawda całe dno miednicy się rozpada, jest ci piekielnie gorąco i nikogo to nie obchodzi – ale jesteś wolna. Nie jesteś już niewolnicą, nie jesteś maszyną z częściami. Jesteś po prostu człowiekiem". Scena wbija w fotel, bo menopauza zostaje tu pokazana bez wstydu i przemilczeń – w całej okazałości. Okrutna i uwalniająca zarazem.

Pocieszające jest, że taki obraz menopauzy pojawia się w mediach, głównie za sprawą celebrytek, które sfrustrowane (i często zaskoczone) własnymi doświadczeniami, zaczęły publicznie o nim mówić. Obalać mity. Dzielić się własnymi doświadczeniami. Podczas wiecu w kampanii wyborczej Kamali Harris w 2024 roku Michelle Obama, była pierwsza dama Stanów Zjednoczonych, mówiła ze sceny: „Nauczono nas wstydu

eprasa.pl e303ecb072

i tego, jak ukrywać to, jak działają nasze ciała. (...) Zbyt wiele kobiet w moim wieku nie ma pojęcia, co dzieje się z naszymi ciałami, gdy zmagamy się z menopauzą, wyniszczającymi uderzeniami gorąca i depresją. Widzicie, panowie, większość z nas – kobiet – tłumi swój ból i radzi sobie z nim w samotności. Nie dzielimy się naszymi doświadczeniami z nikim: ani z partnerami, ani z przyjaciółmi, ani nawet z lekarzami".

W Polsce ten trend głośnego mówienia o menopauzie, dzielenia się doświadczeniami, także trudnymi, dopiero zaczyna raczkować. Powstają pierwsze kliniki menopauzalne, które obejmują kobiety kompleksową opieką. Są wdrażane programy edukacyjne, jak wspomniany *Menopauza bez tabu*, edukujące położne w zakresie ochrony kobiet w tym okresie. Organizuje się coraz więcej spotkań dla kobiet, które mogą znaleźć przestrzeń na dzielenie się swoimi doświadczeniami (jak chociażby te sponsorowane przez dzielnicę Wola w Warszawie prowadzone przez Alicję Długołęcką).

Znane osoby coraz głośniej mówią o swoich przeżyciach w masowych mediach. Reżyserka Małgorzata Szumowska w popularnym programie telewizyjnym *Dzień dobry TVN* apelowała o odczarowanie tematu i rozpoczęcie debaty na ten temat. Sama, jak przyznała, czuje się silniejsza niż kiedykolwiek wcześniej. Bo kto powiedział, że menopauza to sam trud? – Mam wrażenie, że jesteśmy pierwszym pokoleniem, które przełamuje pewne tabu i pokazuje naszym córkom, czym jest menopauza i jak ją przejść. Jestem w jakimś sensie dumna, że udrożniliśmy tę sytuację. Udaje nam się nie puszczać tego wstydu dalej – komentuje Długołęcka.

Część trwającej rewolucji polega na przedefiniowaniu rozumienia menopauzy – nie jako koniec, ale początek naprawdę pięknego okresu w życiu. Wiele kobiet dopiero w czasie transformacji menopauzalnej zaczyna dopuszczać do siebie swoje potrzeby. – Często słyszy się, że kobiety w tym czasie są jędzowate. Ale gdy my z nimi rozmawiamy, to okazuje się, że one całe życie potulnie robiły to, co chcieli inni, a teraz po raz pierwszy po prostu mówią, co chcą. Taka odmiana może być dla środowiska szokująca. Ale kobiety czują się często wyzwolone – podkreśla Anna Samsel. – Odpadają nam krwawienia, mamy doświadczenie, nie musimy podążać za modami, możemy być sobą. To jeden z najlepszych momentów mojego życia – mówi mi 60-letnia Justyna, architektka, która prosi o niepodawanie nazwiska, bo jednak trochę wstyd. „Przekwitłam, żeby zacząć kwitnąć na nowo" – podsumowuje znana jazzmanka Urszula Dudziak w wywiadzie dla portalu Era Nowych Kobiet. W wielu wypowiedziach podkreśla, że okres po przejściu menopauzy jest jednym z najszczęśliwszych w jej życiu.

– Widzę po sobie, że to czas, kiedy dobrowolnie zaczynamy angażować część siebie w matkowanie światu. Ciągle dajemy, ale dużo bardziej jesteśmy świadome, jak i ile chcemy z siebie ofiarować. Stąd często zainteresowanie u dojrzałych kobiet działalnością na rzecz lokalnych społeczności i przyszłych pokoleń oraz zwrócenie się ku temu, co duchowe i związane z życiem na Ziemi. To powrót do natury, ale też skupienie się na czymś większym od nas samych. Już nie jesteśmy matkami zamkniętymi w czterech ścianach, teraz możemy wyjść z kokonu i tworzyć dla świata – zauważa Długołęcka.

Taki przekaz jest spójny z tym, jak menopauzę od wieków traktowały rdzenne kultury. Anna Samsel zaznacza, że proces ten postrzegany był tradycyjnie jako naturalny etap życia, często przepełniony znaczeniem duchowym i społecznym. Wśród społeczności rdzennych Amerykanów menopauza była traktowana jako etap, w którym zyskuje się szacunek, dojrzałość i mądrość, często towarzyszyły temu rytuały i ceremonie. Kobiety dopiero wtedy mogły stać się częścią starszyzny. Podobnie Maoryski w Nowej Zelandii podchodziły do menopauzy w sposób całościowy i kulturowy, a nie wyłącznie jak do procesu biologicznego. Ich postrzeganie menopauzy zakorzenione było w pojęciu *mana wāhine*, które oznaczało siłę, przywództwo i poszerzone role społeczne. W mitologii słowiańskiej mówi się o trzech boginiach: Dziewannie, Mokosz i Marzannie. Każda odpowiadała za inny okres: Dziewanna za młodość, Mokosz za dojrzewanie, a Marzanna za ostatni etap życia. – Marzanna przedstawiana była na czarno jako starucha. Była straszna, ale też mądra, miała tajemną wiedzę – tłumaczy Samsel. W książce *Słowiańskie boginie ziół* Joanna Laprus tak pisze o Marzannie: „I chociaż kryje w sobie mrok, przynosi przemianę i dar w postaci odrodzenia".

Może właśnie do tego powinniśmy wrócić: do opowieści, w których menopauza była symbolem wiedzy. Jeśli zachodnia kultura przez stulecia odbierała kobietom znaczenie, dziś mogą je odzyskać – redefiniując menopauzę jako etap siły, nie upadku. Bo menopauza nie jest końcem. Jest transformacją. Jaką? To pytanie czwarte, ostatnie. O odpowiedzi każda kobieta powinna zdecydować sama.

Czy wiesz, że dzięki prenumeracie z dostępem online możesz dawać innym bezpłatny dostęp do tekstów z „Pisma"? Dziel się treściami jeszcze prościej. Udostępniaj je jednym kliknięciem. Dowiedz się więcej na **magazynpismo.pl/podzielsie**

eprasa.pl e303ecb072

Tylko zwierząt żal

tekst DARIUSZ KOŹLENKO

W STOŁECZNYM SCHRONISKU na Paluchu od lat toczy się spór między dyrekcją a wolontariuszami i wolontariuszkami. Choć obie strony deklarują, że zależy im na dobru zwierząt, na konflikcie tracą przebywające w placówce psy i koty.

Do schroniska trafia na początku stycznia 2025 roku. Jest w złym stanie. Z ropiejącą przetoką i chorym okiem, którego nie da się uratować. Leczenie jest długie i żmudne, ale mniej więcej w połowie kwietnia okazuje się, że najgorsze Atłas ma już za sobą. Przed nim kolejny krok, adopcja, więc wolontariusze zaczynają robić zdjęcia i montować filmy, które mają przekonać ludzi. Atłasowi adopcja nie jest jednak pisana.

„Ten film został nagrany 13 kwietnia, w niedzielę. Dzień później, w poniedziałek (...) zostałeś poddany eutanazji, z powodu «zaawansowanego procesu nowotworowego w jamie brzusznej, złego rokowania, zaawansowanych zmian w wątrobie, układzie czerwonokrwinkowym i widocznej żółtaczki». (...) O Twojej śmierci dowiedzieliśmy się dwa dni po niej. (...) A nasze serca znów rozpadły się na miliony kawałków" – przeczytałem na facebookowym koncie „Koty z Palucha" założonym przez grupę wolontariuszy ze schroniska. W komentarzach pod postem wolontariusze zastanawiają się, dlaczego zmiany, zdiagnozowane jako zaawansowane, odkryto dopiero trzy dni przed decyzją o uśpieniu zwierzęcia. Wątpliwości budził też fakt, że chociaż u Atłasa został rozpoznany nowotwór, to kot nie zachowywał się, jakby cierpiał, a „decyzja o uśpieniu została podjęta nagle, bez dodatkowych, pogłębionych badań i konsultacji zewnętrznej ze specjalistami onkologami". I bez powiadomienia o jego stanie wolontariuszy, którzy „wielokrotnie wyciągali ciężko chore koty ze schroniska, by zapewnić im domowe warunki na ostatnie chwile (lub długie, wygodne życie, gdyby schroniskowa diagnoza okazała się błędna)".

Sytuacja ta nie była precedensem. Konflikt między wolontariuszami Schroniska na Paluchu a dyrekcją nabrzmiewał od wielu miesięcy, a historia Atłasa jedynie utwierdza tych pierwszych w przekonaniu, że miejsce to nie funkcjonuje poprawnie. I że nie popełnili błędu, gdy w październiku 2024 roku po raz pierwszy wyszli na ulicę w żółtych T-shirtach z napisem „Stop niszczeniu standardów na Paluchu", „Jesteśmy głosem zwierząt" oraz długą listą zarzutów wobec Agnieszki Pinkiewicz, dyrektorki warszawskiego schroniska. I żądaniem, by ustąpiła ze stanowiska, choć w gruncie rzeczy nie na zmianach personalnych im zależy. Jak deklarują, chodzi wyłącznie o zapewnienie najlepszej opieki zwierzętom, które doświadczyły już dostatecznie wiele złego. Dlaczego to jest tak trudne?

SCHRONISKO NA PALUCHU imienia Jana Lityńskiego stoi na dwóch nogach: jedna to prawie 90 pracowników, w tym opiekunowie zwierząt, druga – blisko 800 wolontariuszy. Ci pierwsi dbają o podstawowe potrzeby psów i kotów – karmią je, podają leki, sprzątają boksy, w razie potrzeby odwiedzają weterynarza – i to oni spędzają z nimi najwięcej czasu. Praca ciężka, czasami niewdzięczna i bywa, że niebezpieczna, bo zestresowane zwierzęta potrafią być – jak mówią w schronisku – „trudne w obsłudze". Wolontariusze tak ciężko pracować nie muszą. Jak sami podkreślają, mają ten przywilej, że mogą poświęcać swój czas na obdarzanie czułością, co jest dla zwierząt równie ważne, jak codzienna opieka. Do nich należy kąpanie psów (w maju 2025

eprasa.pl e303ecb072

rysunki ARTUR BLUSIEWICZ

eprasa.pl e303ecb072

DARIUSZ KOŹLENKO, dziennikarz. Studiował filozofię na Katolickim Uniwersytecie Lubelskim. Pracował m.in. w „Ozonie", „Newsweeku", „Dzienniku Gazecie Prawnej", publikował też w „Polityce" oraz dodatku do „Rzeczpospolitej" „Plus Minus". Autor książki *Sami swoi. Za kulisami komedii wszech czasów* i współautor książki *Leo zawodowiec. Jak Beenhakker odmienił Polaków*.

roku w schronisku było ich blisko 480), czesanie i wyprowadzanie na spacery.

Wydawać by się więc mogło, że skoro obie grupy łączy wspólny cel, powinny do niego dążyć zgodnie. Tak się jednak często nie dzieje. Bo chociaż pracownikom nie można odmówić wrażliwości i zaangażowania, to relacja służbowa robi swoje. Choćby dlatego, że ważnym składnikiem ich wynagrodzenia jest premia uznaniowa, która zależy od oceny dyrektora (lub dyrektorki). Z tego właśnie powodu, jak twierdzą wolontariusze, z którymi rozmawiałem, w sytuacjach konfliktowych pracownicy wolą się nie wychylać, a i przypadki sprzeciwu wobec decyzji dyrekcji są rzadkością. Wolontariusze nie pobierają za swoją pracę wynagrodzenia, nie starają się o premię, awans, nie muszą zabiegać o uznanie przełożonych. Robią to, czego potrzebują zwierzęta. Jeśli trzeba, walczą o nie.

Marta Krzynówek, wolontariuszka z kilkunastoletnim stażem, nie wspomina dobrze Wandy Dejnarowicz, pełniącej funkcję dyrektorki w latach 2003–2015. Mówi, że to był zły czas dla zwierząt. Przez schronisko przewinęło się w ciągu roku około 2,5 tysiąca psów. – Wolontariuszy było mało, więc rzadko opuszczały klatki. Na spacery wychodziły raz na dwa, trzy tygodnie – wspomina Krzynówek.

Schronisko na Paluchu jest jednostką miejską, a więc finansowaną z budżetu Warszawy. O tym, kto nim kieruje, decyduje prezydent stolicy. I choć nie wiadomo, jaki wpływ na jego decyzję miały protesty wolontariuszy, w lutym 2015 roku dyrektorka Dejnarowicz złożyła rezygnację. – Henryk Strzelczyk, który ją zastąpił, nie obrażał się, gdy angażowaliśmy się w działania promocyjne, i nie ignorował nas, gdy w grę wchodziło zdrowie zwierząt – wspomina Krzynówek. Konfliktów starał się nie eskalować, co nie znaczy, że ich nie było. W 2021 roku wolontariusze protestowali, zaniepokojeni zmianami w procedurze adopcji, które pozwalały mu pominąć ich w tym procesie. Nie zgadzali się też na restrykcyjną weryfikację czasu pracy, której skutkiem było wypowiadanie im umów.

Kiedy w listopadzie 2023 roku Strzelczyk odszedł na emeryturę, zastąpiła go Agnieszka Pinkiewicz. Monika Jaworska, kocia wolontariuszka z kilkunastoletnim doświadczeniem, twierdzi, że dyrektorka – wbrew temu, co oficjalnie mówi – wolontariuszy nie ceni. A wiązali z nią spore nadzieje. Wcześniej pracowała w Fundacji Zwierzokracja, opiekowała się porzuconymi kotami i już wtedy współpracowała z wolontariuszami ze Schroniska na Paluchu, którzy zasygnalizowali jej, że może się starać o stanowisko dyrektora. Wydawało się więc, że szybko znajdą wspólny język. Tym większe było ich zdziwienie, gdy – według wolontariuszy, z którymi rozmawiałem – nie chciała ich słuchać, nie próbowała zrozumieć, jak pracują, i w rezultacie już po kilku miesiącach relacje między ludźmi popsuły się, a animozje wzięły górę nad dobrem zwierząt.

W idealnym świecie schroniska byłyby puste albo przebywałoby w nich tak mało psów i kotów, że opiekunowie sami by sobie z nimi poradzili. Ale skala bezdomności zwierząt jest ogromna i bez wolontariuszy tak duże schroniska jak Paluch nie są w stanie poprawnie funkcjonować.

NA PALUCHU jedni wolontariusze przychodzą raz, inni po trzy, cztery razy w tygodniu. Mają swoje prawa i obowiązki, różne w zależności od stażu i doświadczenia. Początkujący – tłumaczy Krzynówek – przez pierwszy miesiąc mogą zabierać psy na spacer, ale do boksów wolno im wchodzić tylko w towarzystwie bardziej doświadczonego wolontariusza. Po miesięcznym stażu usamodzielnią się, do boksów już wejdą bez asysty, ale będą zobowiązani do przepracowania w schronisku minimum trzech godzin w miesiącu. Jeśli wytrwają, po sześciu miesiącach będą mogli zdać egzamin z Rozporządzenia o ochronie danych osobowych, procedur adopcyjnych, umiejętności pracy z psami i oprócz sprawowania opieki nad zwierzętami zajmować się również procesem adopcji. Ten przywilej wiąże się z obowiązkiem pracy w wymiarze 12 godzin miesięcznie. Z reguły jednak ci najbardziej aktywni poświęcają zwierzętom znacznie więcej czasu. – Patrząc na to, jak traktuje nas dyrektorka, mam wrażenie, że akurat ona nie zdaje sobie sprawy z tego, jak wiele – mówi Oliwia (imię zmienione), wolontariuszka z dwuletnim stażem.

Pobyt w schronisku nie jest celem samym w sobie. Chodzi o danie zwierzętom drugiej szansy, znalezienie im nowego domu. Oliwia tłumaczy, że pies do adopcji musi być przygotowany, by funkcjonować poza schroniskiem. A im dłużej w nim przebywa, tym jest to trudniejsze. Dlatego trzeba mu zagwarantować stały kontakt z człowiekiem i zapewnić tyle normalności, ile tylko w tych warunkach możliwe.

Jeszcze trudniej bywa z adopcją psów z żółtych boksów. Przebywają w nich zwierzęta zaniedbane, zdziczałe, które nie znają człowieka, nie wiedzą, co to smycz, bywają agresywne. Zdarza się, że spędzają w schronisku po kilka lat. Żeby trafiły do adopcji, trzeba je dzień po dniu socjalizować, być z nimi, cierpliwie zabierać na spacery, przyzwyczajać do obecności człowieka, a potem jeszcze znaleźć kogoś, kto będzie potrafił sobie z nimi poradzić. To długa i trudna droga. Opiekunowie sami jej nie przejdą, bo nie mają dość czasu. Marta Krzynówek przekonuje, że w idealnym świecie schroniska byłyby puste albo przebywałoby w nich tak mało psów, że opiekunowie sami by sobie z nimi poradzili. Ale skala bezdomności zwierząt jest ogromna i bez wolontariuszy tak duże schroniska jak Paluch nie są w stanie poprawnie funkcjonować.

Z opublikowanych w 2024 roku wyników największego w historii badania dotyczącego bezdomności zwierząt domowych na świecie – *The State of Pet Homelessness* – wynika, że w Polsce żyło ponad 7 milionów psów i 5,2 miliona kotów (dane zbierano w pierwszej połowie 2023 roku). Bezdomnych było 950 tysięcy z nich [o problemie pisał Marcin Przymencki, „Pismo" 10/2023 – przyp. red.]. Z kolei Najwyższa Izba Kontroli (NIK), która w listopadzie 2024 roku opublikowała raport *Zapobieganie bezdomności zwierząt domowych*, skontrolowała 14 gmin i tyle samo schronisk z terenu siedmiu województw, a w pokontrolnym

eprasa.pl e303ecb072

wystąpieniu przytoczyła dane Głównego Lekarza Weterynarii, z których wynika, że w 2023 roku w 230 schroniskach przebywało ponad 117 tysięcy zwierząt (w tym około 82 tysiące psów i 35 tysięcy kotów). W omówieniu raportu na stronie NIK-u czytamy, że „Żadna skontrolowana przez NIK gmina nie zaplanowała i nie zorganizowała opieki nad zwierzętami bezdomnymi w sposób prawidłowy i rzetelny". Kontrola wykazała, że „większość samorządów (12) nie kontrolowała lub kontrolowała nierzetelnie działalność schronisk", co mogło przyczynić się do tego, że w 11 z 14 sprawdzanych „nie zapewniono przebywającym tam zwierzętom właściwych warunków, a infrastruktura nie spełniała wymogów prawa".

Aleksandra Śniecikowska z Fundacji na rzecz Ochrony Praw Zwierząt Mondo Cane za przyczynę tego stanu rzeczy uważa fakt, że dla gmin, które są odpowiedzialne za wyłapywanie bezdomnych zwierząt i opiekę nad nimi, jest to problem drugorzędny, któremu nie poświęcają zbyt wiele uwagi. Przy takim nastawieniu trudno się dziwić, że bez względu na to, czy schronisko jest prowadzone przez miasto, gminę, fundację, czy osoby prywatne, w większości z nich nie dzieje się dobrze. Choć w tym ostanim przypadku gorzej, bo trudniej je kontrolować i nie liczą się w nich ani pies, ani kot. Ważny jest pieniądz. Najczarniejszym tego przykładem są prywatne placówki w Wojtyszkach i Radysach, gdzie zdziczałe, pozbawione kontaktu z człowiekiem psy zjadały się nawzajem. Ostatnio symbolem zaniedbania zwierząt stały się schroniska w Kuflewie i Sobolewie, to pierwsze zresztą działające nielegalnie.

Kiedy sześć lat temu Katarzyna Śliwa-Łobacz – również z Fundacji Mondo Cane – uczestniczyła w interwencji w schronisku w Radysach, tłumaczyła dziennikarzowi OKO.press, że strategia tego typu miejsc jest prosta: „przyjąć psa, zainkasować za niego zapłatę, po czym możliwie szybko go zutylizować, by zrobić miejsce dla kolejnych". O skali cierpienia w tej placówce świadczy fakt, że w ciągu pierwszych pięciu miesięcy 2020 roku oddano stąd do utylizacji cztery tony martwych zwierząt. W 2018 roku według dokumentów umarło tam 20 procent zwierząt, podczas gdy w schroniskach samorządowych śmiertelność utrzymuje się na poziomie 5–6 procent. To właśnie takie miejsca, jak to w Radysach, obrońcy zwierząt nazywają mordowniami.

Śniecikowska podkreśla, że działacze z Mondo Cane doprowadzili już do zamknięcia 11 prywatnych schronisk. Można powiedzieć, że znają problem od podszewki. I za znamienne uważają, że przepisy regulujące funkcjonowanie schronisk znajdują się w ustawie o utrzymaniu czystości i porządku w gminach, zwanej „śmieciową". Jak mówi Śniecikowska, nazwa „śmieciowa" pasuje tu jak ulał. Brakuje jednolitego sposobu finansowania schronisk. Za każdego przyjętego do placówki psa gmina płaci ryczałt albo określoną stawkę dzienną zwaną „psiodniówką". Ryczałt określa kwotę, przekazywaną najczęściej raz do roku, i liczbę zwierząt, które w ramach tej opłaty może przyjąć schronisko. Jeśli w okresie objętym umową gmina odda do niego więcej zwierząt, musi dopłacić. Jeśli mniej – schronisko pieniędzy nie zwraca. Taki system inspiruje część właścicieli do niewłaściwego postępowania ze zwierzętami. W przypadku gdy gmina zbliża się do przekroczenia limitu, zwierząt z jej terenu nie opłaca się kierować do adopcji, bo zmniejszy to szansę na dodatkowy zarobek. W ten sposób zwierzęta stają się maszynką do zarabiania pieniędzy i są pozbawiane perspektyw na opuszczenie schroniska.

W przypadku gmin, które limitów nie przekraczają, jest odwrotnie. Zwierzęta z ich terenu jedynie generują koszty, w związku z czym nie są potrzebne i z miejsca wskazuje się je do adopcji lub eutanazji. A że pierwsza z tych opcji to proces wymagający czasu i wysiłku, bywa, że częściej do eutanazji. Przy „psiodniówce" działa ten sam mechanizm. Gmina płaci za każdy dzień spędzony przez zwierzę w schronisku, więc z biznesowego punktu widzenia właścicielowi obiektu nie opłaca się zabiegać o adopcję podopiecznego, bo w ten sposób traci źródło dochodu. Przy czym nie oznacza to, że takie zwierzę zostaje otoczone szczególną opieką. Nikt nie przejmie się, jeśli umrze. A jeśli było zaczipowane – co jest obowiązkiem, choć nie zawsze przestrzeganym – czip wędruje do innego, jeszcze żyjącego psa. W ten sposób zwierzę, którego nie ma, wciąż przynosi zyski. Działacze z Mondo Cane niejednokrotnie natrafiali podczas kontroli na psy, które miały po parę identyfikatorów. W praktyce oznaczało to, że pies był jeden, a gmina płaciła za kilka.

Śniecikowskiej nie dziwią ustalenia NIK-u, że w większości skontrolowanych schronisk zwierzętom nie zapewniono odpowiednich warunków. Wprawdzie przepisy wymagają, by właściciel uzyskał pozwolenie

Pismo.

1,5%

Buduj razem z nami kulturę dialogu i krytycznego myślenia.
Przekaż 1,5% podatku na Fundację Pismo.

KRS 0000689263

eprasa.pl e303ecb072

od gospodarza terenu, czyli wójta, burmistrza bądź prezydenta, ale to nie jest trudne, bo nie ma specjalnych wymogów. Najważniejsze, by placówka była oddalona co najmniej 150 metrów od budynków mieszkalnych, zakładów przetwarzających produkty pochodzenia zwierzęcego, produkujących paszę dla zwierząt, zajmujących się utylizacją zwierzęcych odpadów, rzeźni, ogrodów zoologicznych czy ośrodków rehabilitacji zwierząt. W samym schronisku, poza boksami, właściciel musi wyodrębnić na przykład miejsca na kwarantannę, izolatkę, pomieszczenia do przeprowadzania zabiegów leczniczych, oddzielne składziki na karmę i leki.

Śniecikowska mówi, że to nic trudnego. Tym bardziej że najczęściej Powiatowy Inspektorat Weterynarii (PIW) nie sprawdza warunków panujących w placówce przed jej uruchomieniem, tylko wtedy, gdy już ona działa. A ponieważ powstaje, bo jest potrzebna, to nawet gdy nie spełnia wymogów, nadal prowadzi działalność, ponieważ nikomu na zamykaniu schronisk nie zależy. Dlatego na przykład Zenon J. mógł otworzyć aż siedem placówek, wszystkie bez stosownych pozwoleń. W jednej z nich, przeznaczonej dla 400 psów, upchnął 1200 zwierząt. Kiedy lekarz weterynarii z PIW-u zapowiadał kontrolę, J. zabierał zwierzęta do innych swoich schronisk, a gdy było po wszystkim, zwoził je z powrotem.

Wszystko wyglądałoby inaczej, gdyby gminy po odwiezieniu psa albo kota nie zapominały o nich. Śniecikowska przy okazji licznych interwencji w schroniskach rozmawiała z władzami samorządowymi i niemal zawsze okazywało się, że wprawdzie wiedzą, ile gmina oddała zwierząt, ale nie zdają sobie sprawy z tego, co się z nimi dzieje: czy umarły, zostały adoptowane, a może uciekły albo przewieziono je do innych schronisk. Nikogo to nie interesuje, najważniejsze, że zniknęły z ulic. Dlatego bywa tak, że samorząd płaci 60 tysięcy złotych rocznie, chociaż odstawił tylko jednego psa, i nikt nie ma nawet pojęcia, czy nadal przebywa on w schronisku.

– Taka sytuacja miała miejsce w jednej z gmin, które utworzyły Związek Międzygminny „Schronisko dla Zwierząt" w Skałowie – mówi Anna Baranowska-Graczyk, radna ze Swarzędza, gminy, która również do niego należy. Każdy z 11 samorządów – tłumaczy – płaci placówce ryczałt, którego wysokość zależy od liczby mieszkańców. W przypadku Swarzędza, który ma ich 52 tysiące, to kwota 678 tysięcy złotych (zaplanowana w budżecie na 2026 rok). W lutym 2024 roku Baranowska-Graczyk do wszystkich gmin wysłała pismo z kilkoma pytaniami. Odpowiedzi były niemal identyczne. O ile każda

bez problemu poinformowała, ile zwierząt oddała do schroniska w latach 2021 i 2022, a także ile za to zapłaciła, o tyle żadna nie znała numerów czipów oddanych zwierząt, nie miała pojęcia, ile środków pozyskało schronisko za ich adopcje i zwroty właścicielskie zwierząt oraz nie przeprowadziła na miejscu kontroli polegającej na odczytaniu czipów zwierząt pochodzących z gminy i porównaniu ich z dokumentacją schroniska. – Słowem, nikt o poważnym skontrolowaniu nawet nie pomyślał – podsumowuje radna. Za to raz w roku – dodaje – zapraszano do schroniska przedstawicieli gmin, pokazywano im wysprzątane boksy, częstowano kawą i w miłej atmosferze żegnano do następnego roku. Wszyscy byli zadowoleni.

Nie wiadomo tylko, czy zwierzęta też.

—

ROK 2025 był dla Schroniska na Paluchu wyjątkowy, bo dysponowało rekordowym budżetem. Anna Kośnik, naczelniczka Wydziału Spraw Zwierząt w Urzędzie Miasta Stołecznego Warszawy tłumaczy, że budżet schroniska rośnie każdego roku, co jest podyktowane między innymi oczekiwaniami strony społecznej, która domagała się zwiększenia środków na poszerzoną opiekę weterynaryjną, w tym na specjalistyczne leczenie. Naczelniczka podkreśla, że to wyjście naprzeciw potrzebom zwierząt i wsłuchiwanie się w głos zarówno pracowników, jak i wolontariuszy.

Diana Bożek, wolontariuszka z 11-letnim stażem, przekonuje, że nie wystarczy dołożyć trochę grosza, by było dobrze. Czasami okazuje się, że pieniądze to nie wszystko. Trzeba jeszcze rozsądnie nimi gospodarować. A z tym, jej zdaniem, na Paluchu nie jest najlepiej. Bo jeśli pieniędzy jest więcej niż kiedykolwiek, to dlaczego brakuje zabezpieczeń przeciw kleszczom, żwirku dla kotów czy leków, które należy podawać zwierzętom codziennie?

Kiedy uwagi zgłaszane do dyrektorki mailowo i telefonicznie nie przyniosły skutku, swoimi wątpliwościami Bożek podzieliła się na Facebooku. Przy okazji zasugerowała, że osoby zarządzające schroniskiem powinny ponieść odpowiedzialność dyscyplinarną za zaniedbania, czym naraziła się na krytykę z ich strony, że jej wpisy godzą w dobre imię schroniska oraz pomawiają i znieważają dyrektorkę. Jej oskarżenia kierownik sekcji wolontariatu i promocji uznał za rażące złamanie zapisów Umowy o świadczeniu wolontariatu, zapisów Regulaminu Wolontariatu oraz złożył skargę do komisji regulaminowej.

To początek drogi. Na jej końcu może czekać decyzja o skreśleniu z listy wolontariuszy. Bożek, która przed komisją stanęła dwukrotnie (obie skargi zostały uznane za bezzasadne), mówi, że to aberracja, by o schronisku nie można było powiedzieć niczego złego. Tym bardziej że to instytucja finansowana z publicznych pieniędzy, a wolontariuszom chodzi jedynie o poprawę sytuacji w placówce. Problem w tym, że – zdaniem Bożek – dyrektorka odbiera to bardzo osobiście, więc każdy krytyk staje się automatycznie jej wrogiem.

Spytana o te zarzuty Agnieszka Pinkiewicz odpowiada mi, że uwagi konstruktywne są mile widziane, bo pomagają podnosić standardy pracy w schronisku. Ale na rozpowszechnianie bezpodstawnych zarzutów i budowanie za pomocą mediów

eprasa.pl e303ecb072

społecznościowych atmosfery konfliktu wokół placówki zgody nie ma. I wyjaśnia, że preparaty do pielęgnacji zwierząt i inne artykuły są zamawiane i dostępne na bieżąco. W kwietniu 2025 roku sytuacja skomplikowała się, bo ze względu na odwołanie złożone przez odrzuconego oferenta wydłużyło się postępowanie w sprawie zamówienia publicznego na dostawę żwirku. Do czasu wyłonienia dostawcy schronisko zapewniło jednak inny rodzaj żwirku, więc według dyrektorki informacje o jego braku były nieprawdziwe.

Konflikt między wolontariuszami a dyrekcją schroniska przeniósł się na ich relację z pracownikami, bo – jak mówią ci pierwsi – dyrektorka nastawia ich przeciwko sobie. To dlatego wolontariusze przez pół roku musieli walczyć o dostęp do kociego szpitala, do którego lekarze nie chcieli ich wpuszczać. I choć go w końcu wywalczyli, nadal nie mieli stałego wglądu do informacji medycznych, co utrudniało im działania adopcyjne. Nie wiedzieli, jakie leki kot przyjmuje, jak się czuje i czy w ogóle może trafić do nowego domu. Te istotne informacje mogli zdobywać tylko raz w tygodniu, podczas dyżuru weterynarza. Według wolontariuszy lekarze nie chcieli, by patrzyli im na ręce.

Dyrektorka Pinkiewicz weterynarzy rozumie, bo uważa, że od oceny ich pracy jest samorząd oraz sądy lekarsko-weterynaryjne, a nie forum publiczne. Tym bardziej że strona społeczna nie ma do tego ani uprawnień, ani kompetencji. Mimo to zgodziła się na zmiany i dziś wolontariusze mogą dowiadywać się o zdrowie podopiecznych codziennie. Pod warunkiem, że lekarz znajdzie na to czas.

—

MAGDA KRUK, która do Schroniska na Paluchu przyszła po dziewięciu latach pracy w znacznie mniejszej placówce, miała nadzieję, że wiele się tu nauczy. I nie zawiodła się. Była opiekunką psów z żółtych boksów, a opieka nad zwierzętami, które od człowieka nie zaznały niczego dobrego, nie jest łatwa – trzeba wiedzieć, jak sobie z nimi radzić. Od tego w schronisku jest behawiorysta, który najlepiej wie, jak zachować się w sytuacjach trudnych. Kruk przyznaje, że współpraca z nim była dla niej niezwykle cennym doświadczeniem.

Kiedy jednak po dziewięciu miesiącach pracy skończyła się jej umowa, nowej z nią nie podpisano. Mimo że, jak deklaruje, była chwalona i regularnie dostawała premię. Przyznaje, że raz popełniła błąd, gdy pies wydostał się z boksu, bo nie zamknęła zasuwy podczas sprzątania. Ale na Paluchu takie rzeczy zdarzają się zarówno pracownikom, jak i wolontariuszom. Poza tym, za miesiąc, w którym to się wydarzyło, dostała premię. Na pisemne pytanie o powody rozwiązania z nią umowy dostała odpowiedź, że ta była zawarta na czas określony, więc rozwiązanie jej następuje automatycznie, bez konieczności podawania uzasadnienia. Nie wie więc, dlaczego dyrektorka jej nie przedłużyła. Może się tylko domyślać, że poszło o listy przeciwko wolontariuszom.

Pierwszy, przygotowany przez koordynatorkę odpowiedzialną za pracę wolontariatu, podpisała. Wiedziała, że kończy się jej umowa, i czuła, że jeśli tego nie zrobi, to będzie koniec współpracy ze schroniskiem. Przyznaje, że bardzo źle się czuła z tym, co zrobiła. W liście pracownicy schroniska zwrócili się do władz miasta odpowiedzialnych za nadzór nad Paluchem o usunięcie w trybie natychmiastowym 11 wolontariuszek: „Są to osoby nagminnie łamiące Regulamin Wolontariatu, zwłaszcza w punktach określonych jako rażące naruszenia: prześladowanie, pomawianie oraz znieważanie pracowników Schroniska, wolontariuszy lub gości Schroniska, rozpowszechnianie informacji nieprawdziwych lub godzących w misję Schroniska, które szkodzą zwierzętom, procesowi adopcji, wolontariuszom i pracownikom albo Schronisku, a przez to budują nieprawdziwy i krzywdzący obraz Schroniska oraz wpływają na dezorganizację naszej pracy, poczucie lęku i udręczenia”.

Magda Kruk szanowała wolontariuszy za to, co robili dla zwierząt, dobrze jej się z nimi współpracowało. Nie uważała, że są roszczeniowi, nadgorliwi, że się czepiają, za dużo wymagają. Robili swoje. Mimo to list podpisała. Było jej głupio, więc w końcu im o tym powiedziała. Jak mówi, przyjęli to ze zrozumieniem. Zdawali sobie sprawę, że gdyby tego nie zrobiła, wkrótce by jej tu

Program Kreatywna Europa

europejskie wsparcie dla sektora kultury i kreatywnego

Zdobądź grant na swój projekt!

Wejdź na www.kreatywna-europa.eu i dowiedz się więcej!

Współfinansowane przez Unię Europejską

eprasa.pl e303ecb072

nie było. Według Kruk podpisy złożyli także opiekunowie z umową na czas nieokreślony, bo bali się, że od tego mogła zależeć ich premia. I może wszystko rozeszłoby się po kościach, gdyby koordynatorka nie przygotowała kolejnego listu. Tym razem Kruk nawet go nie przeczytała. Od razu odmówiła. Dziś pracuje w innej branży, zwierzętom pomaga w wolnych chwilach, a to, że wśród zarzutów wobec dyrekcji znalazło się antagonizowanie pracujących w schronisku grup, zupełnie jej nie dziwi.

—

W KWIETNIU 2025 ROKU na Paluchu było około 150 kotów. W grudniu już ponad 180. Monika Jaworska przewiduje, że sytuacja będzie się pogarszać. Powodem jest – jak mówi – drastyczny spadek liczby adopcji.

W kolejnym liście, tym razem otwartym, skierowanym do mediów i opinii publicznej, pracownicy schroniska piszą, że w 2024 roku współczynnik adopcji kotów wyniósł 68 procent, a rok wcześniej aż 84 procent. Jednak w latach jeszcze wcześniejszych też nie przekraczał 70 procent, co ich zdaniem sugeruje nie tyle drastyczny spadek w roku 2024, ile raczej nietypowy wzrost adopcji w roku 2023.

Wolontariusze upierają się jednak, że to również skutek polityki schroniska, na przykład wobec starych i ciężko chorych kotów. Przez długi czas obowiązywała zasada, by nie trafiały do adopcji. Po akcji protestacyjnej możliwość ich adopcji wróciła, ale wciąż nie są traktowane priorytetowo i nikt nie stara się, by opuściły schronisko jak najszybciej. Pozostaje im siedzenie w klatce, a że struktura emocjonalna kotów jest niezwykle wrażliwa, po kilku miesiącach w zamknięciu mają dość. A – jak mówi Monika Jaworska – kot, który nie chce żyć, umiera.

Lekarze ze schroniska twierdzą, że to kolejne półprawdy. We wspomnianym liście otwartym przypominają, że dla nich pierwszym i nadrzędnym obowiązkiem jest ograniczenie cierpienia zwierzęcia i przywrócenie mu zdrowia, ale czasami jedyną możliwością pozostaje humanitarna pomoc w odejściu. Decyzje te zawsze są trudne i podejmowane po wielu konsultacjach, ale często budzą silne emocje i rzadko spotykają się ze zrozumieniem strony społecznej. Dlatego ich procedury szczegółowo opisują postępowanie ze zwierzętami terminalnie chorymi, głównie na choroby nowotworowe. Mają one zapobiec adopcji zwierząt w stanie ciężkim, nierokującym poprawy. Chodzi o to, by oszczędzić im dodatkowego stresu związanego ze zmianą środowiska i uciążliwej terapii, której są często poddawane, by ostatecznie trafić do jakiejś lecznicy, gdzie zostają poddane eutanazji.

Wolontariusze upierają się, że lepiej, gdy kot odchodzi w domu niż w schronisku. Uważają, że zwierzę w nienajlepszym stanie zdrowotnym trzeba jak najszybciej pokazać światu, by ktoś się po nie zgłosił.

Z pięciu wolontariuszek tak zwanego drugiego stopnia pracę zawiesiły cztery. Tym samym w całym schronisku zostaje jedna doświadczona wolontariuszka, która ma uprawnienia do przeprowadzania procesów adopcyjnych.

W tym kontekście Jaworska przypomina, jak ważny był fakt, że poprzedni dyrektor – mimo konfliktów – ufał wolontariuszom. Wierzył, że na oficjalnym profilu schroniska nie zrobią nic, co zaszkodziłoby placówce. Wrzucali więc zdjęcia i posty na bieżąco. – Teraz strony obsługują wyłącznie pracownicy działu promocji, którzy często nie widzieli przeznaczonych do adopcji kotów i nic o nich nie wiedzą. Nie ma aktualnych zdjęć, zdarzają się pomyłki, a na poprawki i aktualizacje czeka się tygodniami – podkreśla Jaworska.

Dyrektorka Pinkiewicz przyznaje, że zespół do spraw promocji nie ma możliwości poznania wszystkich zwierząt przebywających w schronisku. Po pierwsze dlatego, że jest ich za dużo, po drugie – uniemożliwia to ich ciągła rotacja. Każdy opis publikowany w mediach społecznościowych powstaje więc na podstawie informacji uzyskanych od opiekunów, którzy zajmują się zwierzętami na co dzień, a dane dotyczące stanu zdrowia pochodzą bezpośrednio od lekarzy weterynarii. „Jeśli chodzi o aktualizację opisów – dokładamy wszelkich starań, aby były one wprowadzane możliwie jak najszybciej. Należy jednak pamiętać, że pracujemy zgodnie z obowiązującymi przepisami Kodeksu pracy, co oznacza, że przysługują nam przerwy" – mailowo odpowiada na zarzut dyrektorka.

—

OLIWIA ZGADZA SIĘ z tezą, że czasami podejście wolontariuszy jest zero-jedynkowe, ale trudno im się dziwić. Poświęcają zwierzętom swój czas, nie oczekując w zamian ani złotówki. Spacery z psami to nie wszystko – kiedy trzeba, jeżdżą z nimi do lekarzy specjalistów, organizują zbiórki pieniędzy, by mieć fundusze na to, na co nie ma ich w budżecie. Na przykład na hotel dla zwierząt, które wracają z nieudanej adopcji, by w oczekiwaniu na kolejną szansę nie trafiały ponownie do schroniska. Albo załatwiają zwierzakom domy tymczasowe. Dlatego – jak mówią – bolą ich rzucane od niechcenia sugestie Pinkiewicz, że niedługo ich nie będzie. Że jej celem jest schronisko bez wolontariuszy, a wszystkie obowiązki mają w bliżej niesprecyzowanej przyszłości wykonywać dobrze opłacani pracownicy. Dyrektorka zarzuty dementuje.

Diana Bożek za bardzo w te pomysły nie wierzy. Nie dlatego, że Pinkiewicz oficjalnie temu zaprzecza, ale przede wszystkim z tego powodu, że pracownicy tylko w teorii mogą robić w schronisku wszystko. Sama jest w grupie, która opiekuje się zwykle około 20 psami. Wolontariusze przyjęli, że pies powinien być codziennie przynajmniej na półgodzinnym spacerze, ale ich celem jest godzina. Do wyprowadzenia każdego z nich na godzinny spacer potrzeba dzień w dzień trzech opiekunów, którzy poświęcą na to minimum osiem godzin.

Bożek proponuje, by wyobrazić sobie, że przy tych 650 psach w schronisku nagle znikają wolontariusze. Żeby ich zastąpić, dyrekcja musiałaby zatrudnić około 60 opiekunów, czyli kilkakrotnie zwiększyć ich dzisiejszy stan. I to tylko po to, by zapewnić psom spacery, a gdzie obsługa mediów społecznościowych czy pomoc przy pierwszym kontakcie z osobami, które przymierzają się do adopcji? Trudno nie zauważyć, że dzięki

eprasa.pl e303ecb072

pracy wolontariuszy miasto oszczędza kilka milionów złotych rocznie.

Anna Kośnik, naczelniczka Wydziału Spraw Zwierząt w Urzędzie Miasta Stołecznego Warszawy, zapewnia, że to docenia, i uspokaja, że planów rezygnacji z pomocy wolontariuszy nie ma. Podkreśla, że ani dyrektorka schroniska, ani żadna inna decyzyjna osoba w urzędzie nie zamierzała likwidować wolontariatu. Że bardzo szanują tę pracę, czas i poświęcenie. I że zapewnienie należytej opieki schroniskowym zwierzętom było, jest i będzie jednym z priorytetowych zadań miasta, a sam wolontariat jest częścią schroniska oraz stanowi ważną i niezbędną pomoc w realizacji jego zadań statutowych. Pinkiewicz z kolei podkreśla, że opiekunowie mają czas na spacery z psami i ich socjalizację, szczególnie tę, która przygotowuje psy do adopcji. Nie ulega jednak wątpliwości, że im więcej spacerów i poświęconego czasu, tym lepsze efekty. Dlatego schronisko szanuje pracę wolontariuszy, docenia ich zaangażowanie, umiejętności i pomysły, a zarzut dotyczący sugestii o całkowitej rezygnacji z wolontariatu jest niezrozumiały.

Wolontariusze twierdzą, że we wrześniu ubiegłego roku dyrektorka na spotkaniu z pracownikami głośno się zastanawiała się nad zamknięciem kociego wolontariatu. Pinkiewicz w odpowiedzi na pytanie o to odpisała: „Schronisko rozważa wprowadzenie zmian w organizacji wolontariatu z uwagi na liczne skargi ze strony pracowników dotyczące współpracy z konkretnymi wolontariuszami, którzy nie tylko utrudniają pracę opiekunów, publikują w mediach społecznościowych nieprawdziwe informacje, ale niejednokrotnie narażają zdrowie pracowników Schroniska i dobrostan zwierząt”.

—

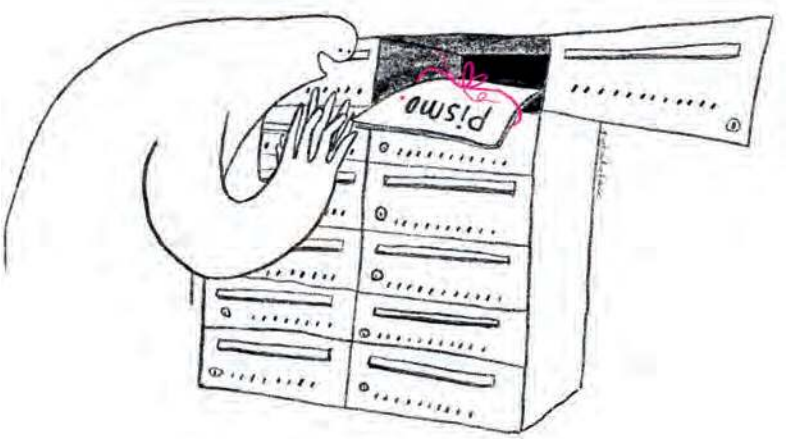
„W ZWIĄZKU z działaniami Dyrektor Schroniska na Paluchu Pani Agnieszki Pinkiewicz i Biura Ochrony Środowiska, które odbieramy jako bezpośrednio wymierzone w grupę kocich wolontariuszy, a ostatecznie w same koty, my, kocie wolontariuszki, nie jesteśmy w tym momencie w stanie działać na rzecz Schroniska na Paluchu tak, jak robiłyśmy to dotychczas. Czujemy, że doszłyśmy do ściany, jeśli chodzi o możliwość naszej pracy na rzecz zwierząt. Zarówno organizacyjnie, jak i zwyczajnie po ludzku, psychicznie” – tak zaczyna się pismo, które cztery doświadczone kocie wolontariuszki przesłały 1 lipca 2025 roku do warszawskiego magistratu oraz do pracowników Schroniska na Paluchu i jego dyrektorki.

Poinformowały w nim, że większość kocich wolontariuszek z pełnymi uprawnieniami, w tym do współprowadzenia procesów adopcji, zdecydowała się zawiesić swój wolontariat na okres trzech miesięcy. W obszernym liście zwracają uwagę na fatalną atmosferę, jaką wprowadziła w schronisku dyrektorka, i na brak zrozumienia ze strony urzędników z warszawskiego ratusza, którzy popierają wszystkie jej decyzje, również te, które ich zdaniem w ewidentny sposób szkodzą zwierzętom. Taka postawa utwierdziła ich w przekonaniu, że to nie dobro zwierząt jest w schronisku najważniejsze. „Nie zgadzamy się na takie podejście. Mamy dość «łatania dziur» w pracy Schroniska i szarpania się o uzyskanie każdej informacji niezbędnej do efektywnego wykonywania przez nas obowiązków wolontariusza” – piszą.

Skarżą się na odebranie im narzędzi umożliwiających skuteczną opiekę nad

Pismo. MAGAZYN OPINII

Zamów prenumeratę z darmową dostawą.



Zeskanuj kod QR lub wejdź na magazynpismo.pl/prenumerata i zamów roczną prenumeratę „Pisma”. Dostęp online otrzymasz w prezencie.

eprasa.pl e303ecb072

kotami i szukanie im domów oraz na bezpodstawne usunięcie z wolontariatu ich koleżanki. I na postawę Pinkiewicz, która od objęcia stanowiska podważa celowość ich pracy i coraz wyraźniej komunikuje, że jej zdaniem ich obecność w schronisku nie jest potrzebna. Oraz na powtarzające się sytuacje, w których „koci wolontariat jest otwarcie lekceważony i traktowany w sposób nieprofesjonalny oraz po prostu upokarzający (wycieczki osobiste podczas oficjalnych spotkań, niepojawianie się na umówionych spotkaniach, ignorowanie zapytań lub wychodzenie ze spotkań bez podania przyczyny)".

Lista zarzutów jest długa, a na założonym przez wolontariuszy schroniska facebookowym koncie „SOS Paluch" można przeczytać, że przez trzy miesiące z pięciu wolontariuszek tak zwanego drugiego stopnia pracę zawiesiły cztery. Tym samym w całym schronisku zostaje jedna doświadczona koleżanka, która ma uprawnienia do przeprowadzania procesów adopcyjnych. W dodatku dyżurująca głównie w tygodniu, a nie w weekendy, kiedy do schroniska przyjeżdża najwięcej osób zainteresowanych adopcją.

—

ANNA KOŚNIK przyznaje, że urzędnicy wiedzą o napięciach i trudnościach w Schronisku na Paluchu. Między innymi dlatego cztery lata temu, jeszcze za czasów dyrektora Strzelczyka, prezydent Warszawy powołał Radę Dialogu Społecznego do spraw Schroniska dla Bezdomnych Zwierząt w Warszawie (RDS, złożonej z przedstawicieli miejskich urzędów, schroniska, wolontariuszy i Branżowej Komisji Dialogu Społecznego ds. Ochrony Zwierząt). Naczelniczka tłumaczy, że do jej zadań należy „wyrażanie opinii i rekomendowanie rozwiązań w zakresie między innymi dobrostanu zwierząt, realizacji zadań wynikających z Programu opieki nad zwierzętami bezdomnymi oraz zapobiegania bezdomności zwierząt na terenie (...) Warszawy, organizacji wolontariatu czy bieżących zadań realizowanych przez schronisko".

Dyrektorka Pinkiewicz także podkreśla rolę RDS, która służy „optymalizacji współpracy z wolontariuszami i wypracowaniu najlepszych rozwiązań dla dobra zwierząt". Tyle że zdaniem Marty Krzynówek te słowa nie sprawdzają się w praktyce. Wolontariusze uważają, że dyrektorka bawi się z nimi w kotka i myszkę, działa nieprzejrzyście, traktuje schronisko jak prywatny folwark. I chociaż Paluch ma olbrzymi potencjał do realnego pomagania zwierzętom dzięki wielu zaangażowanym w tę ideę ludziom, przez obecne przepychanki nie jest tak, jak powinno być. Po dwóch latach nowych rządów pozostała im więc ostatnia możliwość. Krzynówek tłumaczy, że petycja, w której domagają się odwołania dyrektorki schroniska, jest wyrazem bezsilności. Rozmowy toczące się na ten temat nic nie dają. – Jedni mówią, drudzy obiecują i na tym koniec – podsumowuje wolontariuszka.

W związku ze skargami na działalność schroniska postanowiła mu się przyjrzeć Najwyższa Izba Kontroli. Inspektorzy weszli do placówki pod koniec stycznia.

W liście otwartym pracownicy schroniska zarzucili im, że są roszczeniowi i że żaden dyrektor im się nie podoba, a oni przyznają, że być może jest w tym trochę prawdy, bo w końcu są od tego, by dbać o zwierzęta i patrzeć na ręce tym, którzy za ich dobrostan są odpowiedzialni. W petycji, pod którą zebrali 2400 podpisów, wyliczają nieprawidłowości – wszystkie sprawy, które ich zdaniem się pogorszyły, od kiedy Pinkiewicz została dyrektorką. Trzynaście punktów, w każdym zarzut. Między innymi o zły sposób zarządzania schroniskiem przejawiający się między innymi spadkiem adopcji, marginalizowanie roli wolontariuszy, antagonizowanie pracowników i wolontariuszy, cenzurę wypowiedzi, brak transparentności w działaniach schroniska.

10 czerwca 2025 roku petycja trafiła do biura prezydenta Warszawy. Pięć miesięcy później ratusz odpisał, że przeanalizowano wszystkie zarzuty. Uznano, że żądanie odwołania ze stanowiska dyrektorki jest nieuzasadnione, pozbawione podstaw faktycznych i prawnych oraz nie uwzględnia rzeczywistego obrazu funkcjonowania jednostki. Krótko mówiąc – Pinkiewicz zostaje na stanowisku.

Dyrektorki z pewnością ta decyzja nie dziwi, bo uważa, że konflikt jest eskalowany przez niewielką grupę tych samych wolontariuszy, a prawdziwych przyczyn ich działań trudno dociec. A że wolontariusze zapowiadają z kolei, że nic nie powstrzyma ich przed mówieniem w imieniu zwierząt i walką o ich dobro, w Schronisku na Paluchu nie zanosi się na spokój. Tym bardziej że w związku ze skargami na działalność schroniska postanowiła mu się przyjrzeć Najwyższa Izba Kontroli. Inspektorzy weszli do placówki pod koniec stycznia.

Więcej na temat relacji zwierząt i ludzi przeczytasz lub wysłuchasz na **magazynpismo.pl/zwierzeta**

eprasa.pl e303ecb072

POEZJA

Buty amazonki

NORA IUGA

—

Człowiek który sznurował buty amazonki
nie wiedział jak daleko jest
Eufrat;
nie wiedział ile glonów
było potrzebnych na tarczę
i z jakiego nasiona wyrosła
wojna!
Wbite w lichtarze
– jak pięknie –
jego palce mogłyby drapać
tę zgęstniałą ciemność
jak skórę drzewa oliwnego;
ale on sznurował buty amazonki
a kobieta dosiadała
jego mózg
aż dowiedziała się jak płaczą centaury
kiedy chcą śpiewać.

przełożył Enormi Stationis

instytut kultury miejskiej

europejski poeta wolności

Partnerem poezji jest **Instytut Kultury Miejskiej** w Gdańsku, organizator festiwalu i nagrody Europejski Poeta Wolności oraz wydawca towarzyszącej im serii poetyckiej. Nagrodę Europejski Poeta Wolności ufundowało Miasto Gdańsk.

NORA IUGA

(właśc. Eleonora Almosnino), rumuńska pisarka, poetka i tłumaczka z języka niemieckiego. Mimo entuzjastycznie przyjętego debiutu z 1968 roku jej twórczość w latach 1971–1978 była objęta w Rumunii cenzurą, a książki zostały wycofane z bibliotek i księgarń. Laureatka wielu rumuńskich nagród literackich. Na język polski przetłumaczono dotychczas tylko jedną jej powieść – *Damę z młodzieńcem* (tłum. Kazimierz Jurczak). Wiersz pochodzi z tomu *Niewola kręgu*, który znalazł się w finale tegorocznej edycji konkursu Europejski Poeta Wolności.

eprasa.pl e303ecb072

FOTOREPORTAŻ

Maleńka

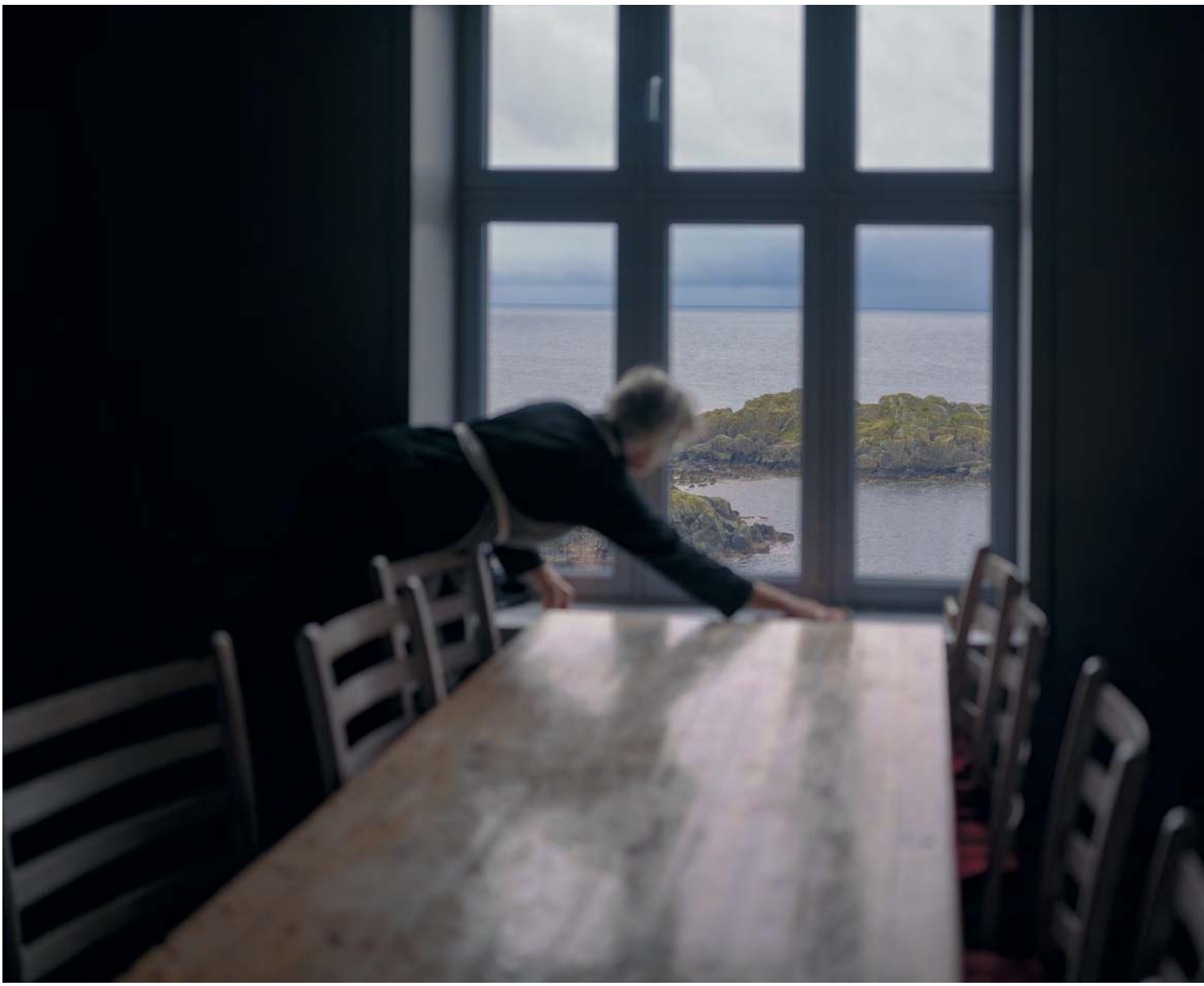
zdjęcia i tekst MICHAŁ SIAREK

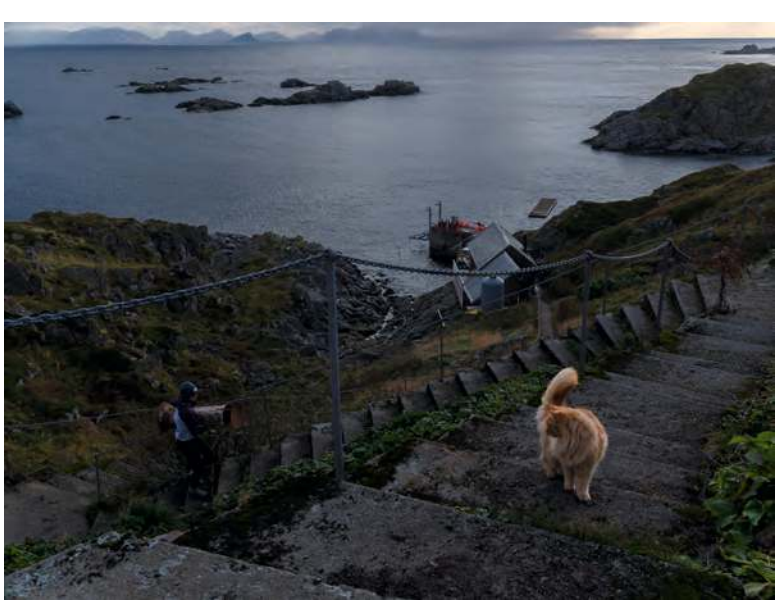
NA NAJBARDZIEJ WYSUNIĘTYM przyczółku archipelagu Vesterålen znajduje się jedyna w Norwegii stale zamieszkana latarnia morska.

O poranku po sztormie widać wyraźnie szkiery, przed którymi ostrzega latarnia Litløy. W tle wyspy Gaukværøya i Langøya

eprasa.pl e303ecb072

eprasa.pl e303ecb072





Widok z okna jadalni domu latarników nadal hipnotyzuje Ellen Marie i wszystkich gości, którzy usiądą przy tym stole

Kot Lawrence czeka w połowie schodów łączących dom z nabrzeżem i szopą na łódź. Na przestrzeni lat szopę zamieniono w kwaterę dla wolontariuszy, a wzdłuż schodów stopniowo powstały tarasy warzywne, do irygacji których skierowano wodę spływającą z góry

eprasa.pl e303ecb072

MICHAŁ SIAREK, fotograf dokumentalny, absolwent PWSFTviT. Laureat Wildlife Photographer of the Year (Muzeum Historii Naturalnej), Earth Photo (Królewskie Towarzystwo Geograficzne). Autor książki Alexander (2018). Publikował m.in. dla „New York Timesa", GEO i BBC Wildlife.

Ellen Marie Hansteensen wskazuje na wystającą pośrodku oceanu skałę, która od 20 lat jest jej domem i mieści jedyną stale zamieszkaną latarnię morską w Norwegii.

– Niektórzy goście są zaskoczeni, że wyspa nie jest jednak taka niewielka: bo przecież nazywa się Litløya – mała wyspa, Maleńka. Jest po prostu mniejsza od sąsiedniej wyspy, wokół są mniejsze i jeszcze mniejsze szkiery, na których też stoją latarnie morskie. Z tego punktu widzenia jest więc całkiem spora. Żeby ją całą obejść, potrzeba dwóch godzin. Przy tym jest całkiem zielona – mówi.

Ludzie wciąż żyją tutaj ze względu na bliskość łowisk wokół zewnętrznych wysp archipelagu. Najwcześniejsze świadectwa osadnictwa datuje się na 4000 rok p.n.e. Pierwszy pisany ślad to dokument sądowy z XVI wieku nakładający karę na jednego z mieszkańców. W drugiej połowie XIX wieku na Litløyi mieszkało 75 osób i działała tu szkoła. Latarnię ukończono w 1912 roku, żeby ostrzegała przed szkierami statki płynące na północ.

– To bardzo niebezpieczne wody. W wiosce unikano wstawiania okien skierowanych na morze, bo ono daje i odbiera. Ludzie nie mieli tutaj sentymentu do oceanu. Nie wypływaliby na niego, gdyby nie konieczność. Jako osoba współczesna patrzę na to inaczej, postrzegam ocean jako coś majestatycznego. Ale oni mieli z nim zupełnie inną relację. To historia żałoby dziedziczonej przez pokolenia.

W MOIM POPRZEDNIM życiu byłam dziennikarką – opowiada Ellen Marie. – Pracowałam też na Bliskim Wschodzie jako obserwator dla ONZ. Do czasu, kiedy mój młodszy brat tragicznie zginął. Przez kolejny rok ledwo mogłam dowlec się do pracy. Około 2001 roku zdecydowałam, że spróbuję znaleźć jakieś tanie mieszkanie w Oslo, żeby je wyremontować. Cokolwiek, żeby się oderwać, żeby poczuć się lepiej. Sięgnęłam po największą gazetę „Aftenposten". Nie znalazłam niczego na moją kieszeń, ale zauważyłam malutkie ogłoszenie: „Oddam dom w Bø, archipelag Vesterålen". Wybrałam numer i zapytałam, czy dom jest daleko od oceanu. Mężczyzna po drugiej stronie słuchawki odpowiedział, że kilka metrów. Zdjęcia domu przysłali mi pocztą.

– Pamiętam ze studiów zbiór nowel Marguerite Yourcenar. Jedna z nich opowiada o marynarzu żyjącym w XVII-wiecznej Holandii, który trafia na niewielką wyspę, żeby pilnować domu swojej dobrodziejki. Kiedy zdaje sobie sprawę, że umiera, ostatkiem sił wędruje w głąb wyspy i tam zasypia, skulony wśród zwierząt. Poczułam, że tak właśnie chciałabym umrzeć, a raczej, że tak właśnie chciałabym żyć. Wynajęłam mieszkanie, zatrudniłam się jako lektorka norweskiego dla obcokrajowców i zamieszkałam w Bø. Na noworocznej imprezie usłyszałam, że jakaś latarnia na jakiejś wyspie ma być zamknięta. Z miasteczka jej nie widać, ale stary rybak zabrał mnie tam przy dobrej pogodzie – wspomina.

– Nie spałaś chyba dobrze tej nocy, co? – Chichocze partner Ellen Marie, Frode Hansteensen.

– Tygodniami unosiłam się 10 centymetrów ponad materacem. Straciłam dla niej głowę.

NA KAMIENNYM POMOŚCIE czekają wolontariusze i kot. Kiedy podnośnik wyciąga naszą motorówkę z wody, podajemy w górę drewno, paliwo i zakupy. Pod wieczór ma przyjść sztorm. Co się rusza, musi być przywiązane, a reszta wniesiona.

Do domu prowadzi 220 kamiennych schodów. Wzdłuż nich zaaranżowano tarasy warzywne i szklarnię, w której Ellen Marie i Frode posadzili śliwy. W zeszłym roku wydały dwa pierwsze owoce, a oni zjedli je od razu.

Dom, zbudowany z myślą o dwóch rodzinach latarników, był podzielony na pół według standardowego planu. Wszystkie domy norweskich latarników są podobne. Standaryzacja była nie tylko praktyczna, ale też oswajała przestrzeń. Z domu do latarni prowadzą dwie drogi, po 80 schodów każda, dostępne w zależności od tego, z której strony wiało. Stary mechanizm zegarowy wymagał nakręcania co 75 minut, 24 godziny na dobę, siedem dni w tygodniu. To był niekończący się cykl czyszczenia

eprasa.pl e303ecb072

sadzy, polerowania mosiądzu, zdzierania rdzy i synchronizowania zegarków.

– Etat latarnika był jedną z pierwszych państwowych posad zapewniających stałą pensję i względne poczucie bezpieczeństwa, dostępną bez specjalistycznego wykształcenia. A przy tym poważaną – latarnik i jego żona cieszyli się szacunkiem. Latarnicy, zwłaszcza na wyspach, byli świadomi, że żyjąc w izolacji, muszą dbać o to, żeby prowadzić cywilizowane życie. To dla mnie interesująca tradycja, którą chcielibyśmy podtrzymać – podkreśla Ellen Marie.

Odbudowa kraju po drugiej wojnie światowej wymusiła zmiany. W latach 50. państwo zobowiązało się zelektryfikować cały kraj, co w przypadku wyspiarskich społeczności wzdłuż wybrzeża byłoby nad wyraz kosztowne. Specjalny fundusz zachęcał do przeprowadzki na stały ląd lub chociaż większą wyspę. Oprócz prądu czekały tam woda w kranie, łazienka, pewna praca, szkoła dla dzieci i bezpieczne ramiona opiekuńczego państwa. Zabudowania latarni są wyjęte spod tego prawa i tylko dlatego wciąż można spotkać ludzi żyjących według starej tradycji.

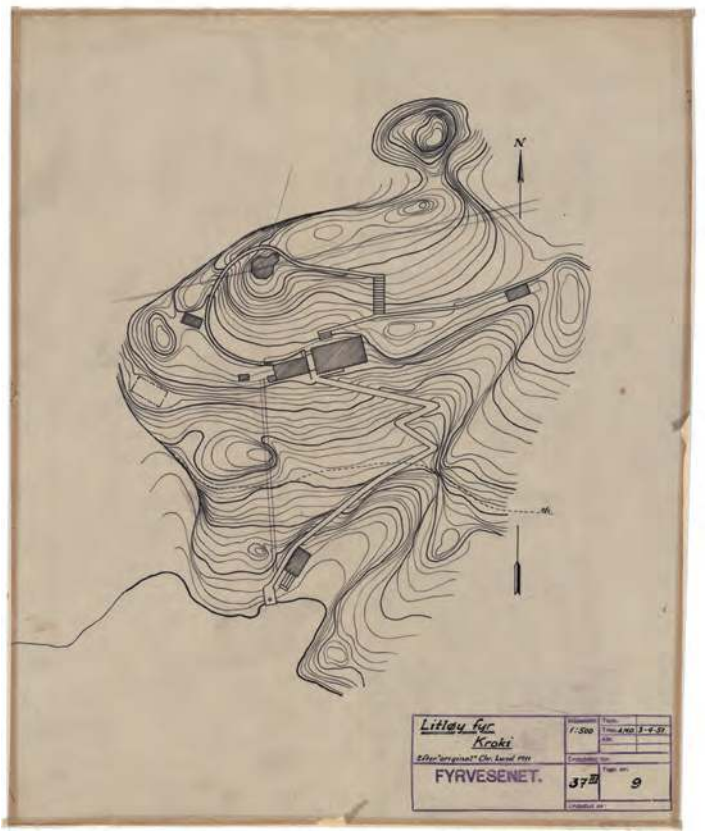
—

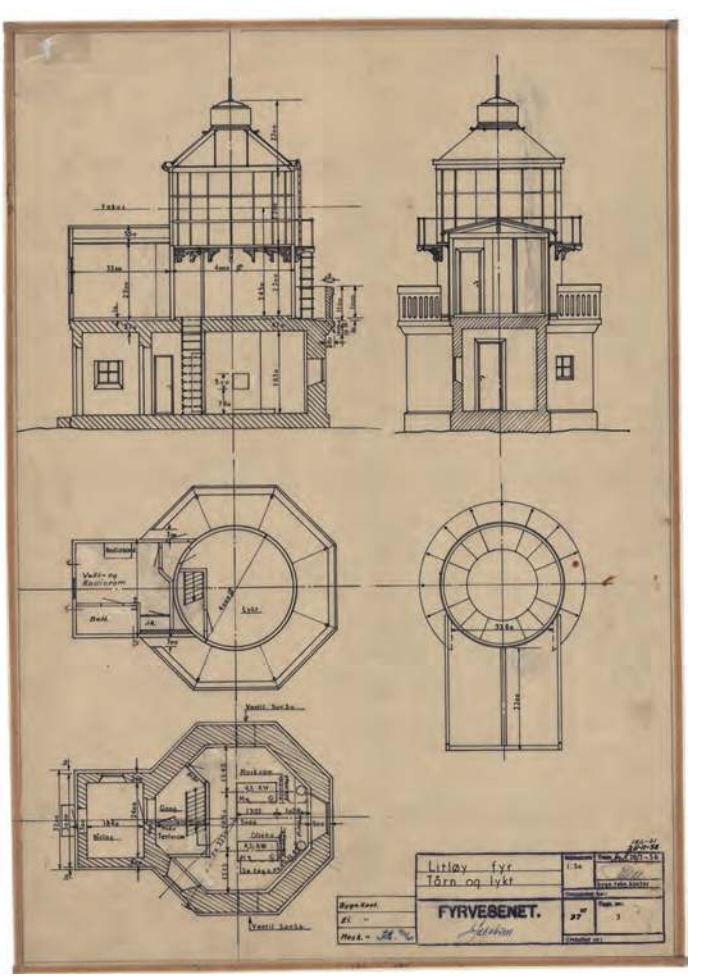
ELLEN MARIE KRZĄTA SIĘ, przygotowując świąteczną owsiankę. W staromodnej kuchni posypuje ją cukrem i cynamonem, na koniec wkłada w środek odrobinę masła. Wszyscy latarnicy, których znam, z konieczności świetnie gotują. Deszcz wali w szyby segmentowego okna, kiedy siadamy z owsianką w jadalni. Zapalamy świece i w naszej małej społeczności robi się uroczyście, chociaż w zasadzie nic się nie dzieje. Po prostu dziś jesteśmy razem odcięci od świata.

– Nigdzie nie przeczytałam, że ta latarnia będzie na sprzedaż. To ja wykonałam pierwszy krok i skontaktowałam się z administracją tego samego lata. Oni woleli ją wynająć, ja naciskałam na kupno. Ponieważ nie miałam nic innego, to był twardy wymóg, żeby móc wziąć kredyt hipoteczny na remont. W 2005 roku w publicznym przetargu zgłosiłam rozbudowany już pomysł rozwoju, który ostatecznie wygrał – opowiada.

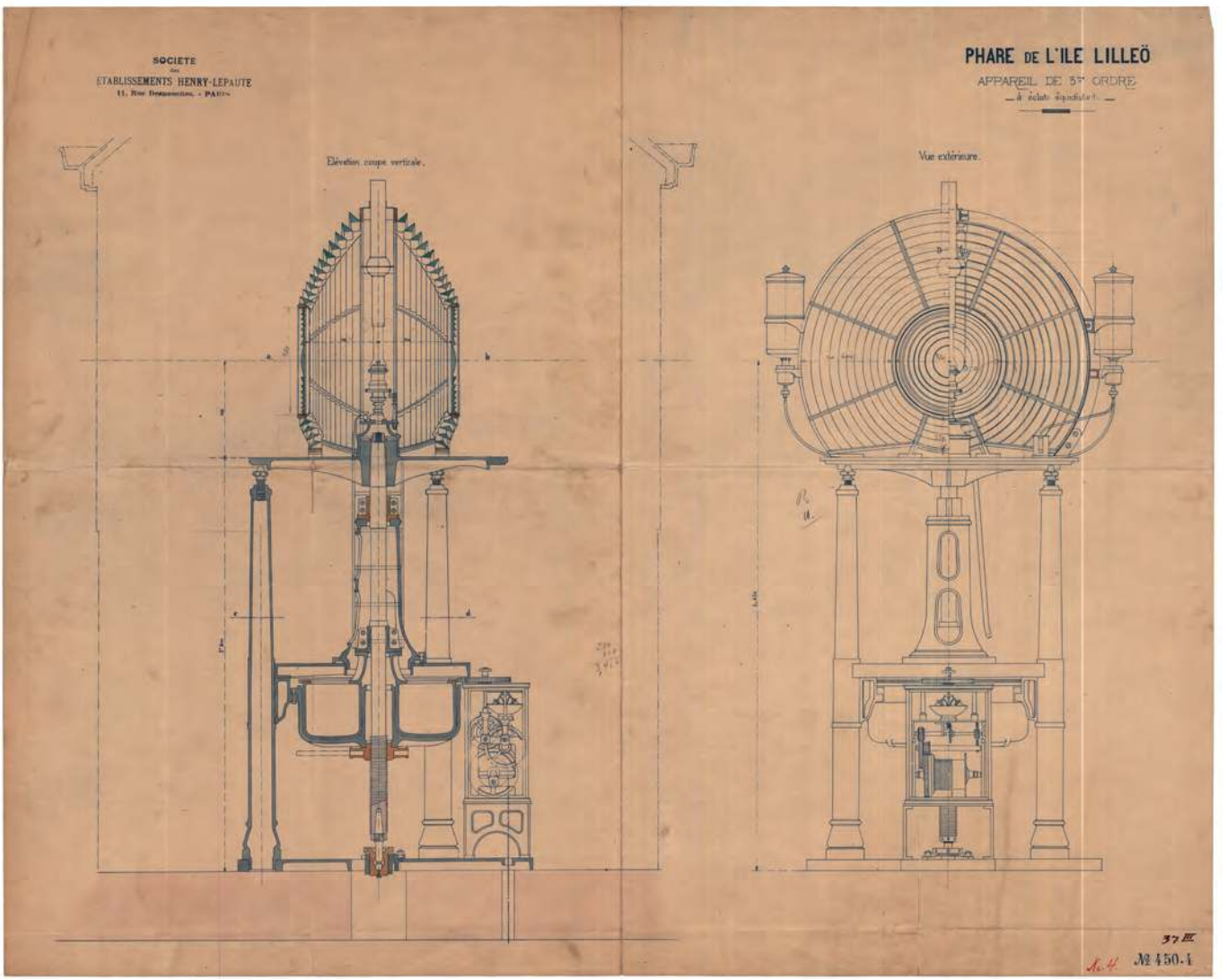
Jedym z warunków wykupienia latarni jest zapewnienie publicznego dostępu do jej dziedzictwa, a licytacje wygrywają najtrafniejsze pomysły, nie kapitał. Misją Ellen Marie była ochrona „cichego miejsca, w którym można usłyszeć ryk natury". Litløy jest zaprzeczeniem masowej turystyki, która dusi północną Norwegię. Luksus tutaj to czas, przestrzeń i światło, w komforcie starego domu. Pomiędzy górskim schronem, morską karczmą i butikowym hotelem, to natura jest tutaj matriarchą.

– Wprowadziłam się 1 maja 2006 roku. Kupiłam metalowe łóżko, wełniany materac i zapakowałam na łódź. Przez pierwsze miesiące byłam tu sama, mając tylko niezbędne rzeczy. Nigdy wcześniej nie prowadziłam łodzi.





eprasa.pl e303ecb072



Plan sytuacyjny i topografia wyspy z latarnią i keją.
Rzut techniczny wieży latarni.
Schemat aparatu świetlnego na Litløy.
Materiały archiwalne Kystverket

Soczewka zdemontowana z latarni Litløy i przeniesiona do muzeum linii pocztowej Hurtigruten, której założyciel był inicjatorem budowania latarni na północy Norwegii

eprasa.pl e303ecb072

Frode i Ellen Marie Hansteensen w dawnej wieży latarni zaadaptowanej na mały apartament

eprasa.pl e303ecb072

eprasa.pl e303ecb072

Później dowiedziałam się, że ludzie na lądzie zastanawiali się, czy w ogóle przeżyję. „Kim ona do cholery jest? Przejmie całą wyspę. Nie dość, że jest z południa, to kobieta" – mówili. Nie przejmowałam się niczym. Moje życie wreszcie znajdowało się dokładnie tam, gdzie chciałam. W tych pierwszych latach byłam tak zahipnotyzowana widokiem z tego okna, że przyniosłam dwa stare krzesła, żeby móc tu siedzieć bezustannie. Nie mogłam oderwać wzroku – wspomina.

Światła przygasają na chwilę, a potem pulsują, kiedy włącza się agregat. Jako wolontariusze co rano powinniśmy sprawdzić poziom paliwa, wymienić kanistry, ocenić straty po burzy. Idąc w górę, każdy bierze po worku drewna. Rozpalamy w piecach korą brzozową i resztkami papieru skrupulatnie zbieranymi w całym domu, żeby wygonić wilgoć po nocy.

– Kochanie, chyba straciliśmy w nocy jakieś dachówki? – pyta Frodego Ellen Marie.

– Widziałem, dwie, może trzy – odpowiada mężczyzna. – Chyba powoli się uspokaja. Wiało zdecydowanie mocniej niż prognozowano... To nie tak, że życie na lądzie płynie wolniej czy bardziej przewidywalnie, po prostu tutaj stale coś wymaga naszej czujności. Życie tu to nieustająca przygoda.

– Musimy być samowystarczalni, a to oznacza zarządzanie wodą i energią. Naszym głównym źródłem wody jest deszczówka, latem możemy nie mieć większych opadów miesiącami. Prosimy gości, żeby nie brali zbyt długich pryszniców. Staramy się wszystko recyklingować, kompostować i oszczędzać zasoby.

Każdy może przypłynąć na wyspę – jeśli ma czym – i zapukać, ale Ellen Marie nie chce, żeby ktoś tu wpadał jak po ogień. Dlatego za pobyt na wyspie można zapłacić nie tylko pieniędzmi, ale także swoim czasem.

– Zawsze kochałam być blisko ludzi. Do tego momentu przyjęliśmy co najmniej 400 wolontariuszy. Najmłodsi mają po 19 lat i było jasne, że to dla nich pierwsze doświadczenia poza strefą komfortu. Czułam, że będę trochę im matkować – przyznaje. – Na początku byłam bardzo otwarta, teraz staram się być konkretna. Utrzymanie tego przyczółka w ryzach to wysiłek grupowy.

—

FRODE DOŁĄCZYŁ DO Ellen Marie w 2020 roku.

– Moja siostra zapytała, czy wiem, że mam pierwszą kuzynkę, która mieszka na wyspie należącej do Vesterålen. Nie miałem pojęcia, dorastałem w rodzinie zastępczej – opowiada Frode.

– Kiedy zadzwonił, powiedziałam: „Więc to ty jesteś tą osobą, której nigdy nie poznałam, ale wiedziałam, że istnieje!". Rozmawialiśmy od czasu do czasu. Gdy zadzwonił trzeci raz, zapytałam go: „Frode, co ty w zasadzie robisz w życiu?". Odpowiedział, że jest cieślą. I dodał, że uwielbia łodzie. Powiedziałam mu, że w takim razie może chciałby kiedyś wpaść. Potem nie odzywał się przez długie miesiące – mówi Ellen Marie.

– Latem 2020 roku mieliśmy tu kryzys. Renowacja wieży stanęła pod znakiem zapytania, dach domu przeciekał, rozpętał się dramat i właśnie przyjechali moi przyjaciele. Pytali: „Ellen Marie, znasz tyle osób i ŻADNEGO cieśli?". I wtedy mnie olśniło. Znam! Jednego. Ale wydaje mi się, że lubi piwko... „Ellen Marie, cieśla, który lubi piwo, to dobry cieśla... – powiedzieli. – Dzwoń natychmiast".

– Zdecydowałem, że przyjadę. Spakowałem trochę rzeczy do auta i nie oglądałem się za siebie. Podróż trwała cztery dni. Dotarłem do Bø 5 września 2020 roku. Jak to wszystko wyglądało? Strasznie! Dużo roboty, ale to nic nowego dla mnie. To nie był problem. Czas tu, na wyspie, z Ellen Marie, bardzo mnie wyciszył, odciął od mojego poprzedniego życia. Myślę, że to był 8 marca 2021 roku, siedzieliśmy na górze z lampką wina: pierwszą, drugą, kolejną. Wtedy Ellen Marie spojrzała na mnie i zapytała: „Frode, czy ty się we mnie zakochałeś?". Odpowiedziałem: „Nie, nie, nie, wydaje ci się". Ale po minucie dotarło do mnie, że muszę to powiedzieć: „Tak, jestem zakochany". I tak to się powoli zaczęło – wspomina Frode.

– Oboje przynależymy do tej wyspy, ale nawet jeśli w najgorszym razie byśmy ją stracili, to mamy siebie – mówi Ellen Marie. – Myślę, że chciałabym być częścią tego aż do śmierci albo do czasu, kiedy nie będziemy w stanie tu przypłynąć sami. Mam 63 lata i czuję, że zaczynam na nowo. Myślę, że Frode chciałby pływać tutaj łodzią do końca swoich dni.

– I pokazywać ludziom orły – dopowiada Frode. – Myślę, że już mnie rozpoznają. Orły są ciekawskie. Strachliwe, ale ciekawskie. I kiedy widzisz ich oczy, szczególnie u bielików, jest w tych oczach coś.

—

ELLEN MARIE PŁACZE w przedsionku kościoła w Bø i nikt nie może jej pocieszyć. Frode umiera nagle, po krótkiej walce z chorobą, jesienią 2025 roku.

– Myślę o historii Marguerite Yourcenar... Tej o mężczyźnie, który przybył ciężko chory na wyspę, by zaopiekować się domem, i tam odszedł. Frode musiał być chory już wtedy, kiedy przypłynął pięć lat temu... I jestem wdzięczna za wszystko, za spędzony razem czas, ale...

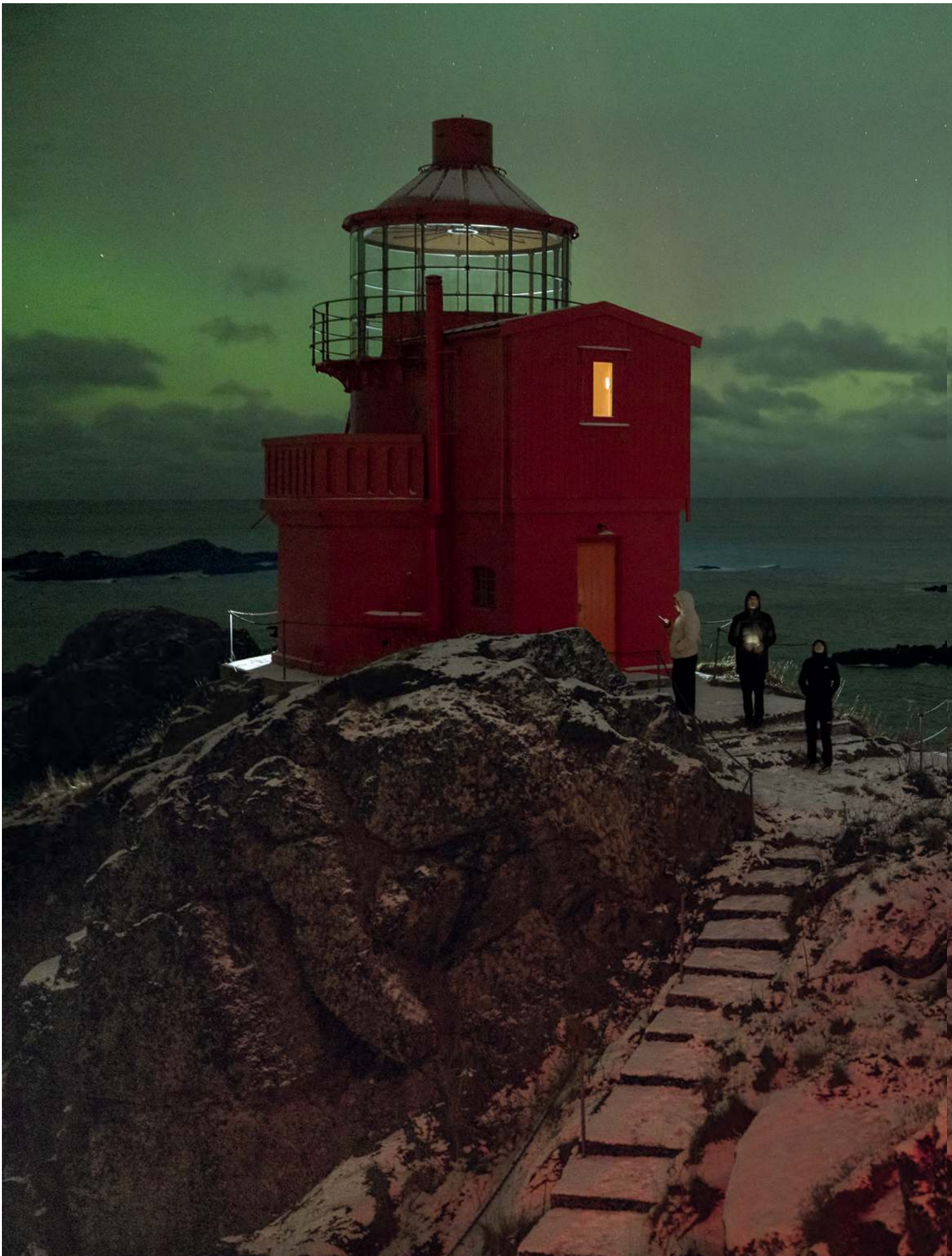
Na pogrzebie zaśpiewaliśmy zgodnie z jego ostatnim życzeniem *The Parting Glass* i wznieśliśmy za niego kielichy, a jego prochy zostały rozsypane na morzu wokół wyspy. Chcemy wierzyć, że to nie koniec. Wybieramy przekonanie, że Frode wróci na Litløyę jako jeden z orłów, które tak podziwiał, i tak jak on obracamy głowy za każdym przelatującym ptakiem.

eprasa.pl e303ecb072

Mimmi i Lawrence zbierają zioła i warzywa do wspólnej kolacji obok szklarni, w której rosną posadzone przez Ellen Marie i Frode śliwy

Amadeusz, Ellen Marie i Basile przewożą zapas drewna na wyspę

eprasa.pl e303ecb072



eprasa.pl e303ecb072

Wolontariusze oglądają zorzę polarną wokół dawnej latarni Litløy. Błysk białego światła pochodzi z nowej, automatycznej latarni umieszczonej nieco poniżej oryginalnej wieży

eprasa.pl e303ecb072

Możesz wyjść poza wstyd

z SABINĄ SADECKĄ *rozmawia* KATARZYNA KAZIMIEROWSKA

KIEDYŚ MI SIĘ WYDAWAŁO, że w terapii chodzi o spokój. Że po to ludzie przychodzą, aby mieć ten święty spokój. Ale najpiękniejsze procesy terapeutyczne, przy których asystowałam, w ogóle nie prowadziły do spokoju, tylko do życia – mówi Sabina Sadecka, terapeutka traumy.

Pojęcie traumy stało się w ostatnich latach słowem wytrychem na określenie trudnego zdarzenia czy sytuacji, w której się znaleźliśmy. Nie wiadomo, co traumą jest, a co nią nie jest: zwolnienie z pracy, zerwanie z chłopakiem czy wykład, na którym dowiadujemy się trudnych treści – prof. Jacek Hołówka mówi Karolinie Lewestam [„Pismo" nr 1/2024 – przyp. red.] o tym, że dziś studenci nie chcą być eksponowani na to, co trudne. Czy każde wydarzenie może okazać się doświadczeniem traumatycznym?

Zacznę od tego, że większość pytań o psychologię, o to, kim jest człowiek, czemu cierpi, domaga się długich opowieści, dlatego i ja nie odpowiem krótko na to pytanie. Także dlatego, że często dopiero poprzez opowiedzenie historii w całym jej kontekście można ją zrozumieć. Potrzebujemy poznać to konkretne zdarzenie czy zdarzenia, jakie się komuś przytrafiły, dopytać o życie tej osoby sprzed traumy – co dla niej było ważne, gdzie lokowała uwagę, energię. Wreszcie porównać to z jej życiem dziś i zobaczyć, czy rzeczywiście zaszła znacząca zmiana.

SABINA SADECKA, terapeutka traumy, nauczycielka akademicka i edukatorka. Twórczyni podcastu *Ładnie o traumie*, cenionych kursów psychoedukacyjnych i portalu opsychologii.pl. Autorka ponad 100 artykułów o psychologii i psychoterapii. Stosuje metodę Somatic Experiencing, integrując ją z podejściami behawioralnym i systemowym. *Powrót do ciała. Jak odzyskać siebie po doświadczeniu traumy* to jej debiut książkowy.

W książce *Powrót do ciała. Jak odzyskać siebie po doświadczeniu traumy* sięgasz po definicje ekspertów. Amerykański psychoterapeuta Resmaa Menakem uznał, że „Traumą może być wszystko, co dzieje się zbyt często, zbyt szybko, zbyt wcześnie, zbyt długo". A psycholożka kliniczna Janina Fisher mówi, że traumatyczne jest to, co przekracza nasze możliwości nadania temu zrozumiałego sensu. Spróbujmy rozpocząć od definicyjnego podziału traumy na prostą i złożoną, jaki proponujesz w książce.

Ta pierwsza to trauma szokowa, ma związek z nagłym trudnym wydarzeniem, z szokiem, jakiego doznajemy w wyniku czegoś bolesnego i niespodziewanego. Mam na myśli na przykład nagłą śmierć kogoś bliskiego, wypadek samochodowy, utratę przytomności w wyniku gwałtownego wydarzenia. Ktoś został napadnięty albo poszedł do lekarza i usłyszał dramatyczną diagnozę, która wywróciła jego życie do góry nogami. W słowie „szokowa" zaszyta jest esencja tej traumy – bo to jest szok dla naszego systemu, naszej psychiki i ciała. I prawdziwą zagadką dla psychologii w tym kontekście jest to, że wiele osób, mimo przeżycia takiego ogromnego wstrząsu, nie doświadcza jego długoterminowych konsekwencji. Natomiast zwykle na terapię trafiają osoby, które w efekcie szoku doświadczyły takiej reorganizacji wewnętrznej, że nie mogą wrócić do życia sprzed traumy. Więc w tym sensie mówimy o traumie bardziej poprzez reakcję na wydarzenie niż poprzez definicję samego zdarzenia. Ale by o niej w ogóle mówić, musi być długoterminowa i trudna do cofnięcia. Na przykład kiedyś spokojnie prowadziłam samochód, a teraz już nie

eprasa.pl e303ecb072

rysunek NADIA LINEK

eprasa.pl e303ecb072

KATARZYNA KAZIMIEROWSKA, dziennikarka. Zastępczyni redaktorki naczelnej „Pisma". Redaktorka prowadząca wydań specjalnych. Autorka cyklu *Strategie przetrwania*, a także książek *Życie. Strategie przetrwania* oraz *Wielkie zmęczenie. Osobista historia cukrzycy typu 1.*

mogę tego zrobić. Mam ataki paniki i nie potrafię przejechać nawet kawałka, choć wiem, że jest bezpiecznie.

A trauma złożona?
O niej mówimy wtedy, gdy na przykład ktoś przeżył przemocowy związek albo dorastał w domu, w którym doświadczył zaniedbania i nękania. O tej traumie pewnie będziemy dłużej rozmawiać, bo – no właśnie – jest złożona. Ale chciałam dodać, że to nie jest proste, żeby zamknąć definicję raz na zawsze. I nie zawsze ma to znaczenie.

Co masz na myśli?
Jasne, trzeba dla porządku nazwać, co jest traumą, co straumatyzowaniem i co to jest zespół stresu pourazowego [Post-Traumatic Stress Disorder, PTSD – przyp. red.]. Ale gdy ktoś przychodzi do mnie na terapię, to go ta definicja nie obchodzi, bo on po prostu chce przestać cierpieć. Chce, żeby jego życie było pełniejsze, żeby był w nim bardziej obecny i mógł je budować tak, jak pragnie. Często podczas terapii ktoś sam uznaje, czy dane wydarzenie albo relacja były dla niego traumatyczne, czy nie. I możemy się zastanawiać, co sprawiło, że akurat tę rzecz za taką uznał, ale uważam, że każdy ma prawo powiedzieć: „to był dla mnie wstrząs". Choćby ktoś z zewnątrz uznał, że niezdanie matury nie może być traumą, dla tej konkretnej osoby to był wstrząs, który zmienił całe jej życie. Dlatego ja nie zamierzam linijką mierzyć, czy to już trauma, czy nie.

Pozostając przy definicjach, chciałabym uzupełnić podział na traumę prostą i złożoną o jeden element. W książce zwracasz uwagę na coś, co często bagatelizujemy, ale co także może skończyć się dla nas straumatyzowaniem. To przewlekły mikrostres.
Dobrze, że o to pytasz, bo sam termin „mikrostres" brzmi trochę deprecjonująco, choć niesłusznie, bo stały, chroniczny stres potrafi nas zniszczyć. My, ludzie, mamy wysoką odporność, elastyczność na różne stresory, czyli sytuacje czy zdarzenia, które mogą wywołać w nas stres, lęk, niepokój. Jesteśmy w stanie wytrwać w napięciu przez tygodnie, miesiące, niektórzy lata, pod warunkiem że nasza mobilizacja wobec stresu przyjmie postać wznoszącej się i opadającej fali – po momentach napięcia nasz system wie, że już nie musi się mobilizować, może odpocząć. Ale gdy ta fala nie opada niemal nigdy, a nasze siły się wyczerpują, to organizm ma poczucie pozostawania w ciągłym zagrożeniu, napięciu, bez schronienia. W takiej sytuacji po dłuższym okresie konsekwencje mogą być podobne jak przy PTSD.

Wyobrażam sobie osoby, które codziennie żyją w ogromnym napięciu, lekarki na SOR-ze, strażacy podczas sezonowej fali pożarów...
A ja myślę o opiekunach osób z niepełnosprawnościami. Przecież nikt nie powie, że opiekowanie się kimś z niepełnosprawnością ruchową czy intelektualną jest traumatyczne. Ale szczególnie w warunkach, gdy nie ma systemu wsparcia opiekuna dziecka czy osoby dorosłej z niepełnosprawnością, to obciążenie emocjonalne, fizyczne, ogromna odpowiedzialność i pozostawanie w nieustającej gotowości jest właśnie tym chronicznym mikrostresem, którego opiekunowie – bez szansy na wytchnienie – doświadczają. Ich układ nerwowy nigdy nie odpoczywa. I to jest również bardzo osamotniające. Nie trzeba daleko szukać, sami wystawiamy się na mikrostres. Przeciętny człowiek ma mniej okazji do spokojnego metabolizowania rzeczywistości niż ktoś, kto żył kilkadziesiąt lat temu – chodzi mi o naszą ciągłą mobilizację związaną z patrzeniem w ekrany, czytaniem non stop wiadomości, oglądaniem filmików na Instagramie. Nawet bardzo małe stresory będą na nas wpływały w sposób dezorganizujący, a my nie mamy sposobu, by pokazać naszemu ciału, że mimo tych wszechobecnych bodźców jest bezpieczne.

Jesteś uznaną terapeutką traumy, ale nie zawsze zajmowałaś się tym tematem. W pewnym momencie twoja praca nieoczekiwanie pokryła się z życiem, bo sama doświadczyłaś czegoś, co możemy nazwać traumą medyczną. To także moment zawodowego zwrotu w twojej pracy. Opowiesz o tym?
Dokładnie 10 lat temu zachorowałam. Dosłownie z minuty na minutę straciłam możliwość płynnego chodzenia, gestykulowania, a nawet – momentami – mówienia. I to – jak się okazało – był dopiero wierzchołek góry lodowej moich objawów. Do dziś – z medycznego punktu widzenia – do końca nie wiadomo, co to dokładnie było, mimo diagnozowania przez tuziny najlepszych specjalistów z całej Polski. Gdy patrzyłam wtedy na siebie jak na terapeutkę – bo mimo że chorowałam, dość szybko wróciłam do pracy jak do kotwicy, która mnie utrzymywała na powierzchni – dotarło do mnie, że psychoterapia, którą uprawiam, nie jest wystarczająca wobec egzystencjalnych kataklizmów, jakie mogą stać się udziałem człowieka. Że to jest w pewnym sensie dostarczanie ludziom pewnego sposobu na ustrukturyzowanie 50 minut, ale to zupełnie nie dotyka najgłębszych i zarazem najbardziej rozpaczliwych pytań, jakie zadajemy sobie w sytuacjach skrajnych.

Co masz na myśli?
Na przykład, że nie można w takim momencie życia nic zaplanować, myśleć o przyszłości. Człowiek jest w lęku o swoje zdrowie i życie, ma wrażenie, że umiera. Myślę, że dopóki ktoś nie spotka się bezpośrednio z tym zagrożeniem, to w ogóle niewiele wie o życiu. Dlatego

eprasa.pl e303ecb072

dla mnie to był moment szybkiego przekwalifikowania się w zawodowym podejściu do terapii – zaczęłam szukać terapeutycznych nurtów, modeli i technik będących w stanie dostarczyć odpowiedzi tym, którzy tak bardzo jak ja utknęli w problemach ze swoim zdrowiem, że ich ciała i psychika odmawiają posłuszeństwa, i nie wiadomo, co z tym zrobić. W ten sposób trafiłam na psychoterapeutów, nauczycieli terapii i superwizorów – a szukałam ich na całym świecie – którzy bazują na neurobiologii interpersonalnej.

To znaczy?

Neurobiologia interpersonalna to interdyscyplinarny obszar nauki łączący między innymi wiedzę o funkcjonowaniu układu nerwowego z teorią przywiązania, psychologią rozwojową oraz psychologią zdrowia. Jej celem jest przekucie odkryć naukowców w pragmatyczne wskazówki dla psychoterapii i psychologii, pozwalające nam żyć w sposób pełniejszy, bardziej elastyczny i spójny z naszymi celami egzystencjalnymi. Pamiętam, że gdy posłuchałam pierwszych wykładów z tej dziedziny, miałam poczucie, że wreszcie ktoś mówi o tym, co przeżywam zarówno ja, jak i moi klienci. Zaczęłam znajdować odpowiedzi na pytania o to, jak trudne doświadczenie wpływa na to, co dzieje się w ciele, w naszych relacjach, ale też w obszarze duchowym. Dotarło do mnie wtedy, że psychoterapia może naprawdę zmieniać życie na poziomach od bardzo powierzchownego – poznawczego, do najgłębszego – duchowego.

W tym trudnym okresie, gdy próbowałam zapanować nad swoim zdrowiem, jednocześnie szukając dla siebie – ale też dla swoich klientów – pomocy, okazało się, że to wszystko, czego się uczę, ma jeden wspólny mianownik: traumę. Nie dlatego, że jest ona w każdym procesie psychoterapii, ale patrząc przez pryzmat mojej nabytej wiedzy o niej, zaczynałam naprawdę rozumieć, o co chodzi w zmianie terapeutycznej. I na tym nie koniec.

Czego jeszcze się dowiedziałaś?

Zrozumiałam, że psychoterapia musi odnosić się nie tylko do umysłu, ale też do ciała, do naszych systemów przywiązania, czyli relacji, i do duchowości. I że będzie nieuczciwe prowadzić ją w taki sposób, w jaki robiłam to do tej pory. Więc udałam się w bardzo długą – trwającą do dziś, a może i nieprzerwaną dla mnie już na zawsze – podróż po odpowiedzi na temat tego, czym jest trauma, czym są czynniki chroniące nas przed traumatyzowaniem i jak możemy odwrócić konsekwencje straumatyzowania.

Piszesz: „O tym, co się stanie dla nas traumatyczne, decydować będzie to, co wspierało nas lub osłabiało bezpośrednio przed traumatycznym wydarzeniem, w jego trakcie lub po nim. To kontekst zaistnienia traumy będzie determinował proporcje między rezyliencją a straumatyzowaniem". Dodam, że rezyliencja to nasza odporność na trudy, jakie napotykamy w życiu, ale też umiejętność reagowania na nie. Zatem od czego konkretnie zależy nasza reakcja na traumę?

Na przykład od tego, czy jesteśmy w niej sami, czy są z nami inni ludzie. Samo doświadczenie, widoczne choćby w traumie kolektywnej – czyli wojna, kataklizm – nie zawsze musi być traumatyzujące, bo zazwyczaj towarzyszą nam wtedy inni ludzie. To izolacja jest czynnikiem obciążającym podczas zdarzenia traumatycznego, a pozostawanie w łączności z innymi – czynnikiem chroniącym.

Mówisz o tym, że ważna jest obecność innych ludzi. Ale nawet wtedy doświadczenie traumy może sprawić, że będziemy czuć się ogromnie samotni.

Rozumiem doskonale tę „samotność w tłumie", bo to jest też moje własne doświadczenie. Oczywiście w trudnym momencie byli przy mnie rodzina i przyjaciele, którzy bardzo mnie wspierali, ale towarzyszyło mi dojmujące uczucie, że jestem w tym stanie osamotniona, bo nikt, kto nie przechodzi tego, co ja, mnie nie rozumie. Dziś myślę, że to doświadczenie było dla mnie niezwykle ważne osobiście i zawodowo. Istotne jest dla mnie, by terapia, którą prowadzę, nie pogłębiała osamotnienia, lecz dawała głębokie poczucie łączności. Bo to ono jest najważniejszym czynnikiem zdrowienia.

Chcę, by terapia, którą prowadzę, nie pogłębiała osamotnienia, lecz dawała głębokie poczucie łączności. Bo to ono jest najważniejszym czynnikiem zdrowienia.

Jak rozmawiasz o traumie?

Bardzo pilnuję języka, ale też tempa rozmowy. Zostawiam czas na to, by to, co dzieje się na terapii, mogło być powoli doświadczane, metabolizowane, wintegrowywane. Nie interpretuję tego, co się dzieje z drugą osobą, raczej obserwuję i dopytuję. Zwracam baczną uwagę na ciało, emocje, metafory, przekonania, z którymi dana osoba przychodzi. Szukam wraz z nią zasobów, bo to one pozwalają stworzyć szerszą opowieść o sobie i o swoim życiu. Sama też staram się być w terapii takim zasobem. Chcę, by moja obecność koregulowała, a nie rozregulowywała klienta.

To znaczy?

Koregulacja to proces, w którym uspokajamy się, stabilizujemy w obecności drugiej – wyregulowanej na poziomie emocji i fizjologii – osoby. Jeśli terapeuta nie pracuje ze swoim ciałem, ze swoim układem nerwowym i – mówiąc wprost – ze swoimi traumami, nie będzie dobrym koregulatorem. Może prowadzić technicznie dobrą terapię, ale relacyjnie i fizjologicznie będzie ona jałowa.

Powiedziałaś, że to, jak zareagujemy na traumę, zależy od naszego otoczenia – czyli innych osób wokół nas. Ale

eprasa.pl e303ecb072

w książce wspominasz, że „każda opowieść o traumie – mimo jej dewastującego wpływu na naszą psychikę – jest również historią o przetrwaniu i odporności”.
Jeśli teraz czytamy te słowa, to niezależnie od tego, co trudnego przydarzyło nam się w życiu – przetrwaliśmy. Niestety nie zawsze to, co wie głowa, pokrywa się z tym, czego doświadcza ciało. Czasami zachowujemy się tak, jakby zagrożenie – nawet odległe o dziesiątki lat – nadal trwało. Potrzebujemy wtedy w terapii stworzyć możliwość doświadczenia, dosłownego poczucia tego, że przetrwaliśmy. Dlatego tak często w moim gabinecie można usłyszeć pytania: „Jak udało ci się przetrwać?”, „Po czym możesz poznać, że przetrwałeś?”, „Jak twoje ciało reaguje na fakt, że udało ci się ujść z tego zagrożenia cało?”, „Co mógłbyś zrobić, by celebrować to, że jesteś żywy?”. To w neurobiologii interpersonalnej nazywa się doświadczeniem psychofizjologicznego triumfu. Zdrowienie wiedzie właśnie poprzez takie momenty.
W życiu zdarzają się też oczywiście sytuacje, w których człowiek nie może wyraźnie postawić kropki po zdarzeniu traumatycznym. To na przykład diagnoza przewlekłej choroby, żałoba, utrata pewnego statusu. To są też zdarzenia, kiedy ludzie poddają się niby rutynowemu zabiegowi i już nigdy nie dochodzą do siebie. Jednocześnie muszą się nauczyć w tym nowym stanie żyć. I na takie momenty terapeuci nie są gotowi. Bo jak prowadzić terapię w przypadku osób, u których nie będzie lepiej, na przykład w obszarze zdrowia? To jest wyzwanie. Próba jedynie intelektualnego ułożenia się z takim zadaniem jest skazana na porażkę. Potrzeba czegoś więcej: zajęcia się nie tylko umysłem, ale też ciałem, relacjami i sferą duchową.

Wrócę zaraz do tego, jak się ułożyć z takim doświadczeniem, chciałabym jednak jeszcze porozmawiać o rezyliencji, bo nie chodzi przecież jedynie o traumy medyczne.
Rezyliencja jest bardzo ważna, ale ona nie załatwia wszystkiego. Chodzi mi tu o to, żeby ludzie nie myśleli, że wszystko się da skontrolować, ogarnąć i jeśli ktoś sobie nie poradził ze swoją traumą, chronicznym stresem czy jakąś trudnością, to znaczy, że się za mało przygotował, był za mało rezylientny. Bo będą sytuacje, w których nie mamy możliwości, żeby nas to nie naruszyło. Czasem mamy do siebie żal, że przecież posiadamy zasoby, byliśmy na terapii, na warsztatach zarządzania stresem, a tu się rozsypujemy. Obarczamy wtedy siebie winą. Ale nie o to chodzi, że nagle wszyscy mają kształcić się w rezyliencji jako antidotum na straumatyzowanie. Czasami życie nas zdezorganizuje, dotknie, niezależnie od tego, ile mamy zasobów, umiejętności.

To co nam może pomóc?
Teraz powiem trudną rzecz – bo ma największe znaczenie, a nie mamy na nią wpływu. Najważniejszy jest nasz styl przywiązania, czyli to, co nam dały rodziny. Czy doświadczyliśmy w nich poczucia schronienia, czy mogliśmy ćwiczyć nasz układ nerwowy w poczuciu zdrowej zależności i w poczuciu bezpieczeństwa w obliczu drugiego człowieka. Możemy jako osoby dorosłe pójść na przykład na terapię, by zmienić choć trochę swój styl przywiązania, ale najważniejsza praca w tym obszarze już dawno się dokonała.

Małe dziecko nie powie: „Potrzebuję przytulenia”, pomyśli, że skoro dorosły go nie przytula, to pewnie coś z nim jest nie tak.

Druga kwestia brzmi tak: nasza odporność na ciosy od życia jest mocno osadzona w sposobie nazywania rzeczywistości i umiejętności mówienia o niej. I jeśli czyta to rodzic małego dziecka, to ważne, żeby pamiętał: kluczowe jest stwarzanie warunków do tego, aby nasze dzieci potrafiły nazywać swoje stany wewnętrzne, marzenia, fantazje, ale również – aby uczyły się myśleć o emocjach innych i współodczuwać z nimi. Nie chodzi tylko o to, by zastanawiać się, co my czujemy, ale też wchodzić w umysł drugiej osoby: co ona może mieć na myśli, co odczuwa. Im więcej z nami w dzieciństwie rozmawiano, im więcej czytaliśmy i mówiliśmy o swoich uczuciach i myślach z dorosłymi – rodzicami, nauczycielem, trenerem, wujkiem, ciocią czy kuzynem – tym więcej rzeczy nas budowało.
I na koniec – duże znaczenie ma nasza dotychczasowa historia, to, jak sobie poradziliśmy z trudnymi sprawami w przeszłości. Dlatego dodam, że nadmierne chronienie dzieci przed życiem jest osłabianiem ich rezyliencji. Trzeba je wystawiać na stresory, na trudności, na przykład samodzielne wracanie do domu ze szkoły, wzięcie udziału w konkursie recytatorskim, ale należy być wtedy przy nich, żeby miały poczucie, że nie są w tym same. Bo to ważna nauka: zrozumieć, że skoro poradziliśmy sobie z czymś trudnym wcześniej, to pewnie i teraz sobie poradzimy. Chodzi o to, żeby dziecko – ucząc się z własnego doświadczenia – zapamiętało, że trudne nie ma ostatniego słowa. To zresztą lekcja dla młodzieży, dla młodych dorosłych, dla nas wszystkich.

Piszesz o tym, że trauma jest przerwaniem, czy też rozbiciem naszej integralności, tego, kim my jesteśmy czy za kogo siebie uważamy – zwłaszcza w przypadku tej złożonej, relacyjnej. Opowiedz o niej.
Wyzwanie z traumą złożoną polega na tym, że może być niewidoczna. Nawet jej konsekwencje mogą być niewidoczne dla kogoś, kto z nią żyje codziennie, czasem dziesiątki lat. Szczególnie dotyczy to tej, która wydarza się we wczesnych latach, kiedy nasz ośrodek zapamiętywania świadomego – hipokamp – nie był wystarczająco wykształcony i dojrzały, żeby te wspomnienia powstały, co sprawia, że nie pamiętamy trudnych sytuacji, które mogły nas spotkać na przykład ze strony opiekunów, ze strony pracowników żłobków czy może w wyniku długiego pobytu w szpitalu we wczesnych miesiącach

eprasa.pl e303ecb072

życia. Jasne, te zdarzenia zostały zapamiętane w naszym systemie na poziomie mięśniowym, percepcyjnym, ale nasza świadomość nie ma do nich dostępu. Pozostają po nich irracjonalne zachowania, lęki – przed wejściem do windy albo gdy nagle jakiś zapach sprawia, że koniecznie musimy wyjść z pomieszczenia.

Ale oprócz tego mamy też całą pulę trudnych doświadczeń relacyjnych, które pamiętamy.

Tak, na przykład bycie wychowanym przez opiekunów z uzależnieniem; bycie wyeksponowanym na przemoc fizyczną, seksualną, emocjonalną, ekonomiczną; trwanie w przemocowym związku. Taka relacja nie musi ciągnąć się latami, żeby nas wewnętrznie zdezorganizowała, wystarczy świadomość, że nie mogę zrobić ruchu, że jestem w potrzasku – to już na nas dramatycznie wpłynie.

Trauma szokowa zostawia nas z lękiem. Trauma relacyjna mówi nam nie tyle o lęku, ile o wstydzie. I to jest coś, co sprawia, że my bardzo często wychodzimy – z takich związków, rodzin, relacji, firm, w których nas źle traktowano – z bałaganem w tożsamości. Z pytaniami: „Kim jestem?", „Na co zasługuję?". Nie chcę pozycjonować doświadczeń wewnętrznych, ale gdybym miała wybierać między lękiem a wstydem jako chroniczną emocją, którą mam całe życie czuć, wybrałabym lęk.

Och.

Bo lęk jest związany z bezpieczeństwem zewnętrznym, tymczasem wstyd wiąże się z poczuciem zagrożenia z mojego wnętrza. I nie mogę od tego uciec. Ktoś myśli: „To ja jestem problemem. Jestem tym obrzydliwym, zasługującym na najgorsze, tym, który nie może się odsłonić". Zostajemy sami z tym naszym sekretem i w zawstydzeniu. Bo trauma, zwłaszcza seksualna, powoduje go ogrom, mimo że to nie my powinniśmy się wstydzić.

A tu jeszcze często otoczenie nie wie, jak na nasze różne irracjonalne zachowania zareagować. I zostawia nas w poczuciu osamotnienia i niezrozumienia.

Przypomniało mi się, że jeszcze na wczesnym etapie mojej pracy psychoterapeutki specjalizowałam się w pomaganiu kobietom, które doświadczały niepłodności (wtedy chyba nawet nie używało się powszechnie słowa „trauma", bo spopularyzowało się ono stosunkowo niedawno, choć sama terapia traumy na świecie funkcjonuje od lat 80.). Podczas pracy z nimi uderzało mnie, jak wiele ich historii było o wczesnej traumie seksualnej. Zanim sama nauczyłam się, czym trauma jest, co robi organizmowi, psychice, wydawało mi się to niemożliwe, że u moich klientek chorują te same kobiece narządy, którym przydarzyło się coś strasznego, gdy te kobiety były dziewczynkami czy nastolatkami. Dziś już wiem, że istnieje znacząca korelacja między traumą seksualną w dzieciństwie i młodości, a późniejszym doświadczeniem niepłodności.

Lęk można przekuć w cechy charakteru, w preferencje: „Ja do wody nie wchodzę, brudna, pełno bakterii, dna nie widać". O wstydzie nie umiemy mówić.

Lęk nas uruchamia, mobilizuje. Chce nas skłonić do tego, żebyśmy byli czujni, może bardziej sprawczy. Gdy czuję lęk, to oznacza, że jestem w kontakcie ze sobą, jestem w życiu. Z kolei chroniczny wstyd unieruchamia, odłącza, zabiera nam dostęp do tej żywotności rozumianej jako reakcja na świat, na innych ludzi. Chroniczne zawstydzenie jest czymś strasznym, może nam nawet blokować dostęp do pomocy psychologicznej, bo wstydzimy się po nią sięgnąć.

Piszesz, że wstyd jest też silnie związany z naszym ciałem i wpływa na jego odbiór. Zwłaszcza w reakcji na traumy złożone, przemocowe.

Zawstydzenie bardzo mocno wpływa na naszą relację z ciałem. Po pierwsze to silny szok dla organizmu. Samo doświadczenie staje się biochemiczną mieszanką wybuchową, może wpłynąć na naszą somatykę, odporność i na to, jak postrzegamy siebie. Wówczas naszą reakcją jest próba nazwania tego, znalezienia winnego, łatwej odpowiedzi, żeby się jakoś ratować w tym szoku. I bardzo często tym, co atakujemy w chronicznym zawstydzeniu, bywa nasze ciało, jego wygląd, niekontrolowalność. Wkurza nas, że to ciało się zaczerwienia, że się trzęsie, może wymiotuje w najmniej odpowiednich momentach, jest senne albo bardzo pobudzone, czasem pobudzone seksualnie, choć tego nie chcemy.

Ale przecież to nie nasze działania doprowadzają do tego szoku, tylko cudze.

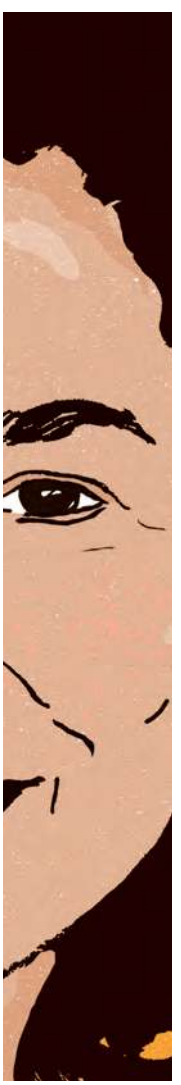
Tak, chroniczne zawstydzenie nie bierze się stąd, że się posiusiałam raz w przedszkolu. Żeby stało się ono rdzeniem naszej tożsamości, musimy być przez długi czas wyeksponowani na przemoc – fizyczną, psychiczną, seksualną, na zaniedbanie. Deficyty w zaspokojeniu naszych, często elementarnych potrzeb – o które nie był w stanie zadbać opiekun – jak jedzenie, przytulenie, poczucie bezpieczeństwa, potem z nami zostają, a my musimy sobie z tym poradzić. Małe dziecko nie powie: „Potrzebuję przytulenia", tylko pomyśli, że skoro dorosły go nie przytula, to pewnie coś z nim jest nie tak (to niemal jedyne dostępne mu wyjaśnienie). Pomyśli: „To ja muszę być powodem, dla którego jestem głodna pożywienia albo głodna dotyku. Wszystko, co mi się przydarza, wynika ze mnie" – psychoanalitycy nazywają to dziecięcym narcyzmem – i dopiero od pewnego momentu mamy możliwość zobaczenia, że inni ludzie mają swoje myśli i swoje powody.

eprasa.pl e303ecb072

Dziecko staje się dorosłe...
Czasem mam wrażenie, że nawet 20-latkowie nie mają tej wiedzy. Atrybutem tego poczucia, że „coś ze mną nie tak" jest najczęściej to, co najbardziej pierwotne, biologiczne, czyli moje ciało. Zaczynamy go nie znosić, brzydzi nas to, że rośniemy, jak wyglądamy, że się fizycznie zmieniamy. Chcemy je kontrolować, karać, zmieniać je w inwazyjny sposób. Chroniczny wstyd, który każe nam się pokawałkować, oddziela ciało od nas – to nie my, to ktoś obcy. I to idzie dalej w stronę podziału na wersję autentyczną, która musi pozostać w ukryciu, bo się jej wstydzę, i tę wersję mnie, którą pokazuję światu. W ukryciu możemy się objadać, głodzić, nieustannie pobudzać. Jako dorośli możemy zaniedbywać ciało – zdrowe jedzenie, ruch, odpoczynek – a stawiać tylko na intelekt, pracę i naukę, bo na to mamy wpływ, a na ciało nie.

Ono w pewnym momencie nas zdradziło albo sprawiło, że coś nam się przydarzyło strasznego. A jednocześnie nasza komunikacja z nim, z sygnałami z niego płynącymi to niezbędny element na drodze do ozdrowienia. Jak to pogodzić?
To, co teraz powiedziałaś, że z jednej strony jesteśmy rozczarowani czy nawet wściekli na ciało, a z drugiej, że potem ono może stać się naszym sprzymierzeńcem, pokazuje etapowość terapii. Bo nie możemy mieć wszystkiego naraz. Terapia różni się od doradztwa psychologicznego czy interwencji kryzysowej tym, że trwa. To, że cierpimy, najczęściej wiąże się z tym, że nasza psychika nauczyła się różne rzeczy traktować w określony sposób, więc potrzebujemy pracować w terapii z pamięcią, która wszystkim zawiaduje. A żeby terapia wpłynęła na to, co zapamiętane, potrzebuje trwać, potrzebuje regularnych spotkań, etapów. Często pierwszym z nich jest rozpoznanie, co kryje się pod naszą maską. Bo my chętnie opowiadamy, analizujemy, ale przecież nasze objawy nie są tylko w głowie i to pokazuje ciało – gdy nie śpi, gdy się nagle trzęsie, omdlewa, wskazuje nam, że coś się z nami dzieje. Dlatego na początku potrzebujemy zbudować alfabet emocji i objawów z ciała, dowiedzieć się, co ono nam mówi.

Co się dzieje, gdy już ten alfabet powstanie?
Potem często przychodzi moment, w którym potrzebujemy przeżyć żałobę, bo uświadamiamy sobie, że nasze życie nie stanie się takie, jakie było przed traumą, że nie ma powrotu do niewinności czy beztroski. To też czas na zrozumienie, że może już zawsze nasze ciało będzie reagować w pewnych momentach, będzie miało swoje delikatności albo że już zawsze będziemy bardzo emocjonalnie przyjmować pewne bodźce, zdarzenia czy myśli. Na przykład, jeżeli ktoś stracił nagle albo w bardzo trudnych okolicznościach kogoś bliskiego w grudniu, to jest bardzo prawdopodobne, że co roku w grudniu ciało będzie miało obniżoną odporność, a ten ktoś stanie się bardziej nerwowy czy rozbity. Przecież będzie wciąż o tym wydarzeniu pamiętać. Po etapie rozpoznania traumy, a potem po żałobie, czyli konfrontacji z tym, co trudne, co przeżyliśmy, przychodzi moment, w którym naprawdę możemy docenić nasze ciało, także to, że ono reaguje, by nas wspierać, gdy się poci, napina, słabnie. Przychodzi wtedy akceptacja.



Kiedyś w rozmowie o rezyliencji powiedziałaś, że jesteśmy w emocjonalnym przedszkolu, bo nie tylko nie potrafimy nazywać naszych emocji, ale nie umiemy ich też zrozumieć u drugiej osoby. Jak tę pracę wykonać?
Pamiętaj, że wykonują ją dwie osoby. Nie chcę gloryfikować terapii, bo ona nie jest odpowiedzią na wszystko, co się wydarza w naszym życiu, ale tej roboty nie zrobi się samemu. Jako ludzie jesteśmy zaprogramowani, żeby zdrowieć z innymi, mamy mózgi stworzone do budowania relacji. W przypadku traumy w esencji samego zdarzenia zaszyta jest nasza samotność (nawet jeżeli mamy wokół siebie tłum ludzi), a w terapii potrzebna jest ta druga osoba do pomocy i do nazywania. Trud w rozpoznaniu emocji, o którym wspomniałaś, nie jest tylko intelektualny. Problem leży w tym, że one nas zalewają, a to odcina korę nową, czyli tę nazywającą część mózgu. W dodatku możemy czuć jednocześnie smutek, ulgę, lęk, ekscytację i jeszcze do tego wstręt, a to często przytłacza. Nie wiemy wtedy, co się dzieje, wstydzimy się czuć to, co czujemy.
Terapia ma pomóc zrozumieć, że możesz się wstydzić i to cię nie musi blokować. Możesz iść dalej niż wstyd. Na przykład czuć wściekłość na terapeutę, wstydzić się tego i powiedzieć mu to. W ten sposób – w takiej interakcji – się uczysz.

Wyobrażam sobie, że zanim ktoś zdecyduje się przyjść po pomoc, to przez jakiś czas próbuje sam sobie radzić, wymyśla własne strategie przetrwania.
Ludzie dokonują wielu prób samoleczenia, żeby się uporać z traumą. Ktoś idzie na warsztaty uwalniania energii, ktoś do księdza albo na zajęcia bębniarskie. Ale też często to samoleczenie odbywa się za pomocą mniej adaptacyjnych strategii, jak kompulsywne zakupy, alkohol, przygodny seks – wszystko, co paradoksalnie pozwala nam odzyskać sprawczość w naszym chaotycznym życiu. A gdy trafiamy do terapeuty, to dlatego, że te próby albo nie zdały egzaminu, albo pociągnęły za sobą ogromne koszty. W terapii ACT (terapia akceptacji i zaangażowania), której się kiedyś uczyłam, takie zachowanie nazywa się kreatywnym poczuciem beznadziei. Chodzi o to, że gdy trafiamy do terapeuty, to często w poczuciu, że nie wiemy, co robić, utknęliśmy. Ale równocześnie jest w tym

eprasa.pl e303ecb072

nowe otwarcie, bo wykonaliśmy ruch, przyszliśmy po pomoc – dlatego „kreatywne". Mówię o tym w kontekście powrotu do wspomnień, bo nierzadko, gdy ludzie trafiają na terapię, to – przynajmniej ja mam takie doświadczenie – są zdecydowani, że niech już boli, ale pod fachową opieką, bo „moje działania też powodowały cierpienie, ale oddalały mnie od tego, jak chcę żyć".
Dla mnie ten moment kreatywnego poczucia beznadziei jest jednym z piękniejszych w życiu. Sama go doświadczyłam, wydawało mi się, że wszystko będzie lepsze od tego, co się działo w chorobie. Jako terapeutka widzę, że na terapii ludzie nie boją się dotykać trudnych wspomnień. Raczej myślę, że obawiają się wrócić do życia, jakie mieli w wyniku ich unikania. I to jest taki lęk, że chce się realnie pracować nad swoją traumą.

Co wtedy?
Wtedy często spowalniam moich klientów w dotykaniu tego trudnego. Robię tak, gdy ktoś chce w 15 minut opowiedzieć całą historię, na przykład swojej przemocowej relacji. A to za szybko. Rozumiem, że gdy ktoś już do mnie trafia, jest bardzo zmotywowany, by przyśpieszyć swoje zdrowienie, ale terapia to nie sprint, bo jak ktoś pobiegnie do swojego najtrudniejszego wspomnienia, jest bardzo możliwe, że nic się nie zmieni, tylko wyrzuci to z siebie. Idea terapii opiera się jednak na dostarczaniu doświadczeń korektywnych. Moja rola polega na nakłonieniu klienta, by opowiedział o swoim doświadczeniu powoli i w taki sposób, żeby ani jego, ani mnie nie poharatało, bo będę wtedy bezużyteczna.

To w jaki sposób o tym mówić, gdy już jesteśmy gotowi?
Bez nurkowania w szambie. Ani nie unikamy tych wspomnień, ani się nimi ponownie nie traumatyzujemy. Klient ma odnaleźć własny dystans i tempo – bez ulegania impulsom. Bo impuls skłania nas zarówno do ucieczki przed wspomnieniami, jak i do nadmiernego rozregulowywania pod ich wpływem. Układ nerwowy po traumie często nie zna drogi środka, więc moją rolą jest ją wskazać.

Setki filmów i książek są o tym, że nie tylko chcemy uciec od traum czy stosujemy różne strategie unikania trudnych wspomnień, lecz także wykorzystujemy traumatyczne doświadczenia, żeby się niekiedy rozregulowywać. Wracam co jakiś czas do trudnych momentów z domu i przeżywam je jeszcze raz. I nie mogę przestać.
Trauma szokowa czy trauma złożona, ta relacyjna – obie są o utracie poczucia bezpieczeństwa, a osoba, która doświadczyła czegoś trudnego, zrobi wszystko, żeby nie czuć zagrożenia. Jednocześnie często bycie w tym stanie jest tym, co zna, więc tego będzie szukała, to jest dla niej synonimem poczucia bezpieczeństwa. Czasami ta potrzeba prowadzi niestety do bardzo niebezpiecznych zachowań. Część będzie skakała na bungee, część pojedzie na warsztaty w środku lasu, gdzie wraz z grupą będą się nawzajem częstować swoimi najgorszymi życiowymi wspomnieniami. Niektórzy relaksują się tylko wtedy, kiedy są maksymalnie dojechani zadaniami, bo wtedy mają sprawczość i kontrolę. Dlatego dobra terapia traumy potrzebuje naprawdę mocnych granic, żeby klient nie nurkował i nie uciekał.

Czasem łatwiej nurkować w te niebezpieczne rejony, zamiast podjąć decyzję o tym, że trzeba się z tym życiem zmierzyć. Nie zajmę się dziećmi, bo wróciły wspomnienia z dzieciństwa. Nie mogę chodzić do pracy, bo czuję się straumatyzowany wydarzeniem, które tam miało miejsce.
Ale ty tu poruszyłaś temat chronicznej dysocjacji, czyli odcięcia od czegokolwiek, co mogłabym czuć, widzieć lub doświadczać. I mogę na przykład dysocjować od bycia dorosłą, czyli od presji (bo dorosłość to wiele presji). A w przypadku traumy złożonej – gdy na przykład próbowaliśmy przetrwać pułapkę, jaką jest dzieciństwo spędzone w domu, w którym nie wiem, czy będę miała co jeść, w co się ubrać, czy ojciec nie przyjdzie pijany, czy nie zrobi musztry o czwartej nad ranem – jedyną szansą na przetrwanie jest nadanie tej sytuacji jakiegoś sensu. I często jedyne wytłumaczenie, jakie dziecko jest w stanie znaleźć, to przekonanie, że coś z nim nie tak, ale drugim sposobem obronnym jest umiejętność dysocjowania. Oznacza, że dziecko nie czuje, może nawet nie słyszy, tego, co się dzieje, odcina się. Idzie po takiej nocy do szkoły, jest wszystko okej, trochę może z głową w chmurach. Ale dzięki temu rozkojarzeniu może przetrwać tę domową pułapkę.
Natascha Kampusch [uprowadzona w 1998 roku, w wieku 10 lat, przez 36-letniego Wolfganga Přiklopila, uciekła z jego domu w 2006 roku – przyp. K.K.], którą opisuję w książce, przetrwała między innymi dzięki zdolności do dysocjowania od poczucia zagrożenia, bo przecież więziła ją skrajnie niebezpieczna osoba. Miała też inne strategie – wyobrażała sobie siebie wolną, w świecie poza więzieniem, co też ją ratowało.

Może tak się stać, że praca terapeutyczna nie przyniesie wyczekiwanej zmiany – przyznałaś to w książce i w naszej rozmowie. Happy endu, uzdrowienia nie będzie. Wyobrażam sobie, że to przerażający moment dla obu stron, kiedy to do nich dociera.
Bo to jest iluzja naszych czasów. Wydaje nam się, że wszystko da się naprawić, ulepszyć, jakby metafory technologiczne dało się przełożyć na ludzkie życie. A nie zawsze się da. Każdy z nas napotka taki moment, po którym nic nie będzie takie samo. Ta iluzja weszła też do psychoterapii, a terapia ma być wsparciem dla klienta,

Trauma szokowa czy trauma złożona są o utracie poczucia bezpieczeństwa, a osoba, która doświadczyła czegoś trudnego, zrobi wszystko, żeby nie czuć zagrożenia.

eprasa.pl e303ecb072

ma być doświadczeniem korektywnym, ale korekty dotyczą w dużej mierze zachowań naszego świata wewnętrznego, a nie tylko zmian w świecie zewnętrznym. Nie oznacza to, że ktoś po terapii nagle stanie się tak samo dynamiczny, tak samo świeży mentalnie i niepokiereszowany emocjonalnie, jaki był przed traumą. I to jest prawdziwa praca – zrozumieć, że jeśli wydarzyła się nam w życiu trauma, strata, to coś się bezpowrotnie zmieniło. Do tego często potrzebujemy drugiego człowieka, resztę jesteśmy w stanie zrobić sami.

Co na przykład?

Co kto potrzebuje. Można medytować, biegać, przeczytać książkę o stracie, sięgać po sztukę. Śpiewać, uprawiać ogród i to też będzie terapeutyczne. Piękno terapii w jej wymiarze egzystencjalnym polega na tym, że siedzę z z tym drugim człowiekiem i oboje wiemy, że coś straciliśmy. Ale w tej stracie też jest esencja życia.

Czytam książkę amerykańskiej pisarki Joan Didion pod tytułem *Rok magicznego myślenia*, w której pisze o śmierci najważniejszych osób w swoim życiu. W pewnym momencie stwierdza, że pisze ją, bo każdemu z nas to się przydarzy, nawet jeżeli nie dopuszczamy do świadomości, że kiedyś umrze ktoś nam bliski w takich okolicznościach, że nie będziemy w stanie się po tym pozbierać. I to jest wielkie pytanie, czy potrafisz być arcysmutny i nadal być obecny w swoim życiu, nie dysocjować od niego. I myślę, że Joan Didion to się udało. Była obecna w swoim życiu mimo kataklizmów.

Gdy kiedyś rozmawiałyśmy, powiedziałaś, że w terapii traumy ważne jest zadawanie pytania o przyszłość, co ta osoba chciałaby zrobić, kim by chciała być, jak chciałaby, żeby wyglądało jej życie, co chciałaby odzyskać. A teraz mówisz, że wyczekiwana przyszłość może nie nadejść.

Pewnie dziś zakończyłabym tę rozmowę jeszcze inaczej, bo w temacie traumy, który stał się moją ścieżką zarówno życiową, jak i zawodową, cały czas wyłania się coś nowego. Rzeczywiście przez pierwsze lata pracy z nią myślałam, że to, co ja mam dostarczać w terapii, to musi być jakaś zmiana i nadal uważam, że sprawczość jest ważnym elementem zdrowia psychicznego. Ale od kilku lat sądzę, że ona bardziej niż zewnętrznego, ma dotyczyć świata wewnętrznego, bo tam dokonuje się prawdziwy rozwój i tam jest zdrowienie. Jeśli ktoś nie zna siebie, to choćby codziennie wstawał i się dobodźcowywał oraz motywował, żeby góry przenosić, utkwi w tym samym punkcie. Może jego życie będzie się zmieniało na zewnątrz, ale wewnątrz cały czas będzie powielał pewne wzorce i koniec końców lądował w tym samym, jak ci milionerzy, którzy ciągle bankrutują, i ci aktorzy, którzy mają kolejne młode żony. W pewnym momencie piszę o tym, że stabilność nie oznacza spokoju, choć kiedyś mi się wydawało, że w terapii chodzi o spokój – po to ludzie przychodzą, żeby mieć ten święty spokój. Teraz wiem, że to często dysocjowanie albo odrętwianie się. A najpiękniejsze procesy terapeutyczne, przy których asystowałam, w ogóle nie prowadziły do spokoju, tylko do życia. Dziś więcej niż o zmianie mówię o uznaniu tego, co jest.

To jest wielkie pytanie, czy potrafisz być arcysmutny i nadal być obecny w swoim życiu, nie dysocjować od niego.

Powiedziałaś, że w przypadku dramatycznych, na przykład zdrowotnych, tąpnięć w naszym życiu próba intelektualnego ułożenia się z takim wyzwaniem jest skazana na porażkę i potrzeba czegoś więcej w terapii – miałaś na myśli to uznanie?

Trafiłam na warsztaty z niemiecką terapeutką Imke Hansen, która pracuje na froncie w Ukrainie. Jeździ tam i uczy terapii, wspiera żołnierzy. Podczas spotkania z nią w Polsce wszyscy pytali, jak ona to robi – przecież to musi być ogromnie trudne – i czekali na jakieś niezwykłe techniki, dzięki którym radzi sobie z umysłem i ciałem przy linii frontu, na wojnie. A ona powiedziała: „Ja po prostu cały czas się na nowo orientuję, cały czas na nowo sprawdzam, co się dzieje wewnątrz mnie i na zewnątrz. I nawet jak jest to coś trudnego, to to uznaję. I wierzcie mi, że większość tej energii, którą tracimy, idzie na wojowanie z doświadczeniem wewnętrznym. A ja z nim już nie wojuję". Nie chodzi o to, że sobie mówi, że się nie boi, choć wokół spadają bomby. Tylko to przyjmuje.

Z tej perspektywy myślę, że w pracy z klientem nie chodzi o to, żeby czyścić tej osobie życie. Mam wrażenie, że ono jest pełniejsze, gdy jest w nim trochę bałaganu.

Więcej na ten temat posłuchasz w audycji *Plac na Rozdrożu* w aplikacji **Radia 357**.

eprasa.pl e303ecb072

4 × OSCARS
NOMINACJE, W TYM
NAJLEPSZY FILM
NAJLEPSZY AKTOR
2026

FESTIVAL DE CANNES
NAJLEPSZA REŻYSERIA
NAJLEPSZY AKTOR
2025

ZŁOTE GLOBY
NAJLEPSZY FILM ZAGRANICZNY
NAJLEPSZY AKTOR
2026

WAGNER MOURA
W FILMIE

TAJNY AGENT

O AGENTE SECRETO

REŻYSERIA
KLEBER MENDONÇA FILHO

W KINACH

GF GUTEK FILM

Odruchy

tekst PATRYCJA K. ROMAN

GDYBY ZAPYTAĆ JĄ o przełomowy moment w życiu, bez wahania wskazałaby ten z 2023 roku. To właśnie wtedy pojawił się Mirek. Wszystko, co wydarzyło się później, sprawiło, że nazywa ten czas najszczęśliwszym w życiu. Podobny punkt w życiorysie ma Wiera. Jej rzeczywistość zmieniła się jesienią 2021 roku, kiedy w drzwiach stanął Czarek.

Ma 82 lata i kwiecisty fartuch założony na niebieską sukienkę. W szufladzie kolekcję chust na głowę. Przeważają te w kwiaty i w intensywnych kolorach. W domu jest piec kaflowy, duża brązowa szafa i mały stół z dwoma krzesłami. Są też wersalki – jedna naprzeciwko niewielkiego telewizora, druga, taka do spania, przykryta wzorzystą kapą.

Dzień Wiery zaczyna się zazwyczaj o szóstej. Najpierw jest toaleta, a następnie modlitwa. Po wybraniu odpowiedniej sukienki i chusty można siadać do posiłku. Na śniadanie jest kanapka. Taka z wędliną, sałatą, rzodkiewką, pomidorem i masłem. Później pielenie ogródka. Ostatnio cały zarósł zielskiem. Są w nim sałata, ziemniaki, marchewka, por, pietruszka, szczypiorek. Wszystko rośnie w sąsiedztwie granicznego muru. Wygląda to tak: jest drewniany dom, ogród, płot, a tuż za płotem on. Mur w niektórych miejscach przysłaniają rozłożyste gałęzie drzew. Jesienią i zimą nie ma zielonej kurtyny. Stalowe pręty zwieńczone żyletkowym drutem kolczastym – tak zwaną koncertiną – wręcz krzyczą: „Tu jest granica!".

Po pierwszej turze pielenia pora na odpoczynek. Wiera siada wtedy na przyklejonej do ściany domu ławeczce. – Lubię tak usiąść i porozmyślać. A jak jest zimno, to pójdę do domu. Piję kawę, herbatę, rozwiązuję krzyżówki. Oglądam też telewizję. Mam kilka ulubionych seriali. Wszystkie tureckie. – Śmieje się, a z nią śmieją się też jej lekko skośne oczy. Seriale są trzy. O godzinie 14:00 jest *Wichrowe wzgórze*, o 16:05 – *Dziedzictwo*, a o 17:20 – *Miłość i nadzieja*. Tematy: różne. – Trochę miłości, przemocy, wszystkiego. Jak to tureckie – mówi Wiera.

Po południu jest znowu chwila na pielenie ogródka. Gdy tylko wybije godzina 14:00, Wiera żegna ogródek i wraca do domu. Znów bierze herbatę, kawę, szykuje się do seansu. W tym wszystkim musi być jeszcze miejsce na obiad. Królują zupy. – Moja ulubiona to barszcz biały. Ale taki wiejski, nie żurek. Wywar to podstawa! Robi się to tak: najpierw wywar (jak mam mięso, to mięsny, a jak nie, to warzywny), później dodaję pokrojone w słupki ziemniaki. Jest też jajeczko i kiełbasa. Zakwaszam to kwaskiem lub octem. Na koniec zabielam śmietanką – recytuje Wiera, wodząc wzrokiem po garnkach ustawionych na płycie kaflowego pieca i się zamyśla. – Ja takich nowoczesnych dań to nie umiem gotować. Ten przepis znam jeszcze z młodych lat. Ale wtedy dodawało się zakwas, taki jak do chleba.

Wiera mieszka w podlaskiej wsi Bobrówka. Od wielu lat jest sama. Wiktor zmarł 22 lata temu na zawał. – Był dobrym mężem. Ale jak to na wsi, kto tam dobroć pamięta. Miał swoje słabości, jak każdy człowiek, ale można było żyć – mówi Wiera i poprawia krótkie siwe włosy pod chustką. – Mam dwóch synów, Jana i Mirka. Obaj mieszkają w Białymstoku. Odwiedzają mnie raz, dwa razy w miesiącu. A tak to siedzę sama. Czasem pójdę do sąsiadów, ale nie zostało ich już zbyt wielu.

Nie ma zwierząt gospodarskich ani domowych. Miała koty, ale wszystkie poszły do wojska. Gdy jeszcze nie było muru,

eprasa.pl e303ecb072

rysunki PAWEŁ PONICHTERA

eprasa.pl e303ecb072

PATRYCJA K. ROMAN, absolwentka Polskiej Szkoły Reportażu oraz Uniwersytetu SWPS.
Działa w obszarze kultury, migracji i ochrony praw człowieka w kontekście nowych technologii.
Współzałożycielka Stowarzyszenia Egala. Publikowała m.in. w „Dużym Formacie" i „Kontakcie".

żołnierze stali tu przez wiele miesięcy dwójkami. Koty skuszone obietnicą wojskowej mielonki nie chciały wracać do domu. Ale Wiera nie ma im tego za złe. Zresztą i tak nie mogłaby się już nimi zajmować – ostatnie miesiące spędziła w szpitalu, a wcześniej z powodu choroby musiała opuścić Bobrówkę na ponad rok.

– Ogólnie to czuję się już jak prawdziwa staruszka. Chrypa mnie morduje, bo struna głosowa była podrażniona. A przecież tak lubię śpiewać. Byłam w cerkiewnym chórze przez kilkadziesiąt lat. – Wzdycha Wiera. – Chciało mi się już wracać do domu. W mieście to nuda, nie ma co robić. Myślałam tylko o tym, żeby zobaczyć swoje drzewa, dziury, połamane płoty.

Chociaż lubi swoje kąty, miała marzenie, żeby przynajmniej raz popłynąć statkiem i polecieć samolotem. Była ciekawa, jak to jest wznieść się w powietrze lub przemierzać bezkresne wody. Ale się nie udało. Do dziś nie zna tego uczucia. Jednak tego Wiera też nie ma za złe, bo ziściły się jej inne pragnienia: – Myślę, że mimo wszystko spełniło się to, czego chciałam. Chciałam mieć dzieci, i żeby skończyły szkoły, poszły do miasta. Później mieszkania, praca. To były moje marzenia centralne.

—

MARIA MA 84 LATA. Mieszka w dużym domu na skraju przygranicznej podlaskiej wsi. Większość czasu spędza tylko na parterze. Reszta pokoi, tych na piętrze, stoi pusta. Są w nich meble, ale przestronne pomieszczenia wypełnia życie tylko wtedy, gdy przyjeżdża rodzina. Ma kilkoro dzieci i wnucząt. W domu nie ma pieca kaflowego, jest za to centralne. Każdego ranka, gdy tylko wstanie, podkłada do niewielkiego kotła. Jest też duża kuchnia z kuchenką, pod którą stoi piekarnik. Maria lubi piec ciasta, gotować. Jej popisowe danie to pierogi.

Gdy już zabiera się za gotowanie, robi dużo więcej porcji. Część pójdzie do zamrażarki – nigdy przecież nie wiadomo, kiedy pojawią się rodzina albo goście, których mogłaby poczęstować jedzeniem. Robi też popisowe kruche ciastka. Mówi, że mogą leżeć nawet miesiąc: – Przepis jest prosty. Kilogram mąki, margaryna, trzy żółtka, szklanka cukru, amoniak i trochę śmietany. Nie ma żadnych polepszaczy. Niegdyś piekłam też pyszny chleb i bułki z mąki żytniej. Częstowałam tym swoich sąsiadów. Uwielbiali moje wypieki!

Poza gotowaniem są też seriale. Te ulubione to *Klan* oraz *Na dobre i na złe*. Kiedyś pracowała w sklepie, później w szpitalu. Gdy pojawiły się dzieci, skupiła się na ich wychowaniu i pracy w gospodarstwie. Od zawsze lubiła kontakt z ludźmi, pomagać im i czuć się potrzebna. Nie mogła przejść obojętnie wobec cudzego cierpienia. – Kiedyś we wsi był taki człowiek, który mieszkał w walącym się domu. Dopiero dwa lata temu dostał emeryturę. Wcześniej nie miał nic. Pomagałam mu. Dawałam jedzenie. Jak coś zostało po świętach, to też wychodziłam z domu z reklamówką. On już stał koło płotu. Całował mnie za to po rękach – wspomina Maria ze wzruszeniem.

Przyszedł Czarek i mówi: „Ja bym chciał, żeby pani została moją babcią. Ja nie mam babci...", a ja na to: „Co za problem!". I taki wnuczek się zrobił.

Rodzina co prawda dość często ją odwiedza, ale na co dzień musi sobie radzić sama. Czasem czuje się bezsilna, ale nie chce się narzucać. Każdy ma przecież swoje życie. Marzenia ma podobne jak Wiera. Oprócz takich centralnych, związanych ze szczęściem rodziny, śni jej się samochód. – Marzyć zawsze można. Moja koleżanka sobie kupiła i ja też nabrałam chęci, chociaż nie mam prawa jazdy. Gdybym miała, to kupiłabym auto, wsiadłabym i pojechała gdzieś daleko, przed siebie. Mam co prawda rower, ale samochód też dobrze mieć. Może kiedyś? A może jestem już za stara. Sama nie wiem...

—

WIERA KRZĄTA SIĘ po niewielkiej kuchni. Nastawia czajnik z wodą, wyjmuje paczkę herbaty. Najbardziej lubi czarną. Mówi, że zielona i czerwona jej szkodzą. Ma też ulubiony kubek. – To ten w kratkę. Wnuczek mi go przyniósł na zakończenie służby, razem z całą reklamówką wszystkiego. Mam też chyba jeszcze gdzieś pocztówki od mojego wnusia. – Rozgląda się po pokoju, ale nie może ich znaleźć. Podchodzi do szafki i wyjmuje kolejny kubek. – Ten w kropki dostałam od żołnierzy. Często przychodzili do mnie na kawę. Smażyłam im naleśniki i podawałam przez płot. Chętnie je brali. Nawet pytali przez radio kolegów: „Chcecie naleśnika?". I już się wszyscy schodzili. Taka rotacja była piękna.

Wszystko zaczęło się wtedy, gdy w podlaskich lasach pojawili się migranci i migrantki. Zaraz potem – wojsko, policja, straż graniczna. Najpierw zrobiło się głośno o łące w podlaskim Usnarzu Górnym, gdzie przez wiele dni przebywała kilkudziesięcioosobowa grupa osób, głównie z Afganistanu. Polskie służby nie chciały ich w kraju, a białoruscy pogranicznicy nie pozwalali im wrócić. Wkrótce takich sytuacji było więcej. W mediach i w rozmowach coraz częściej padało określenie „kryzys humanitarny". – To był 2021 rok, druga połowa. Wiem, że pierwsi żołnierze pojawili się u mnie w domu, jak trzeba było zmienić czas na zimowy. Jeden z nich przestawił mi zegar. Przyszedł do mnie któregoś razu i pyta: „A pani przesunęła zegar?". Zobaczył, że nie, wskoczył na łóżko, cyk, cyk – i poszedł.

W tamtym czasie nie było jeszcze muru. Polskę od Białorusi rozdzielał pas ziemi i drut. Żołnierze przyjeżdżali na dwa, trzy albo i sześć tygodni i była zmiana. Pilnowali granicy oddaleni od siebie o kilkadziesiąt metrów. – Stali pod gołym niebem, na zimnie. Syn akurat u mnie był, podszedł do nich i mówi: „Panowie, jeżeli chcielibyście coś gorącego, herbaty czy kawy, to mama wam zrobi". Byli blisko. Tu, przed moim płotem. – Wiera wskazuje punkt za kuchennym oknem, gdzie widać fragment granicznego muru. – Sama też ich zapraszałam. Wyjchodziłam przed płot i krzyczałam „Panowie! Zapraszam na kawę!". No i przychodzili. Rąbali drewno, trzepali chodniki. Długo to trwało. To był taki milutki czas dla mnie. Bo tu jest tak mało ludzi, a nagle pojawiła się młodzież. – Śmieje się Wiera.

Wśród młodzieży, która pojawiła się w jej życiu, był też Czarek (imię zmienione), wnuczek od kubka. – Zaczął do mnie przychodzić na kawę i tak się zapoznaliśmy.

eprasa.pl e303ecb072

Żołnierze zaglądali na zmianę. Wieczorem też. No i któregoś razu przyszedł Czarek i mówi: „Ja bym chciał, żeby pani została moją babcią. Ja nie mam babci...", a ja na to: „Co za problem!". I taki wnuczek się zrobił. Przynosił mi różne prezenty. Pojedzie do sklepu, to nakupuje, czego tylko dusza zapragnie. No a potem... Ten mój wnuczek to był tu do świąt. Może do Sylwestra nawet. Pamiętam jeszcze, że na Boże Narodzenie był. A potem już odjechał.

W życiu Wiery, oprócz wojska, pojawili się też uchodźcy. Byli na łące, chowali się w krzakach. Przemykali pod jej oknami ścigani przez służby. – Siedzieli, koczowali naprzeciwko ci uchodźcy. I dzieci, i mężczyźni, i kobiety. Różnie. Nawet z dzieckiem na ręku. Nieraz widziałam przez okno, jak ktoś przechodził, ale zaraz go łapali. Jak zapytałam żołnierzy, co z nimi robią, to usłyszałam, że po tym, jak już ich władują do tego pojazdu, to wożą przez dwie godziny, otwierają drzwi i mówią po niemiecku, że to już Niemcy i że mogą iść dalej. Nie wiem, czy to prawda, tak mi wtedy mówili. – Zamyśla się Wiera. – Pamiętam też, jak jeden taki uciekał, a tuż za nim był wojskowy samochód. Złapali go. Pałą, pałą i w kajdanki. Ale o tym biciu to już mi syn opowiadał.

Chociaż widziała wielu uchodźców, niechętnie opowiada o tej części przygranicznego życia. Woli o żołnierzach, o Czarku, który odwiedzał ją jeszcze w kolejnych miesiącach, w 2022 roku. Pokazywał Wierze zdjęcia rodziny, opowiadał o planach, budowie domu. Później dzwonił, pytał, czy czegoś potrzeba. Wysyłał paczki i kartki. – Jak do mnie dzwonił ten mój żołnierz, to tak jak wnuczek. Pytał, jak się babcia czuje, co słychać, co na granicy, czy poznałam nowych wnuków. Raz nawet pomyliłam go przez telefon z moim prawdziwym wnuczkiem, taki miał głos podobny. – Śmieje się, ale po chwili poważnieje. – Teraz już nie mam z nim kontaktu. Jak trafiłam na rok do szpitala, to pewnie nie mógł się do mnie dodzwonić. Szkoda, bo w tamtych czasach było tak przyjemnie.

Na przełomie 2021 i 2022 roku tych, którzy chcieli być wnuczkami Wiery, było więcej. – Miałam też wnuczka Kubusia [imię zmienione – przyp.red.] z terytorialsów. Robiliśmy sobie z innymi żołnierzami zdjęcia na tle kaflowego pieca. Wszyscy mnie obejmowali. A Czarek, gdy był w pobliżu, mówił kolegom: „Tu mieszka moja babcia", a oni na to: „Stuknij się!". A potem i tak do mnie zachodzili. Na widok Czarka wołałam z daleka: „Czyżby to mój wnuczek?", a on do kolegów: „A nie mówiłem?" – opowiada ze śmiechem Wiera i bierze łyk herbaty z kubka od wnuczka. – Przez ten czas wielu ich tu przychodziło, a później przysyłali mi kartki. Wieszałam je jedna za drugą przy kalendarzu. Chwaliłam się tymi pocztówkami, ale nie mogę ich znaleźć. Może rodzina je wyrzuciła podczas sprzątania?

Pomimo bliskości granicy, codziennych pościgów i żołnierzy za płotem Wiera nie czuła strachu. – Kiedy te cztery lata temu przyjeżdżali tu reporterzy, pytali mnie, czy się nie boję – tyle żołnierzy, tyle samochodów. Odpowiadałam im: „A czego ja mam się bać? Oni pilnują mnie jak prezydenta!". Gdy później moja rodzina i znajomi zobaczyli to w telewizji, mówili na mnie „prezydentowa". – Śmieje się. – Żołnierze pilnowali mnie dzień i noc i jakoś się nie bałam.

Wiera nie ma zbyt wielu sąsiadów, do których mogłaby zajść, przysiąść na ławce, porozmawiać o życiu. Mieszka w regionie Polski o najniższej gęstości zaludnienia – według danych Głównego Urzędu Statystycznego na jeden kilometr kwadratowy przypada tu 56 osób (przy średniej krajowej 120). W wielu okolicznych wsiach zostało po kilka osób. Młodzi dawno wyjechali – za pracą, szkołą, lepszym życiem. Starsi, chociaż mają rodziny, muszą na co dzień radzić sobie sami. A ma być jeszcze gorzej, ponieważ w ciągu najbliższych 35 lat przygraniczne gminy mogą stracić ponad połowę mieszkańców.

– Czy brakuje mi żołnierzy? – pyta Wiera. – Mogliby wpaść, porozmawiać, byłoby przyjemniej. Synowie przyjeżdżają czasem co tydzień, a czasem raz na dwa tygodnie. A gdyby tak żołnierze zajrzeli, zrobiłoby się raźniej. Kiedy byli tutaj, nie było mowy o samotności. Żyłam razem z nimi. Ich sprawy stawały się moimi. Były ważne.

—

CHOCIAŻ MARIA ma już swoje lata, lubi wsiąść na rower, pojechać przed siebie, cieszyć się bliskością natury. Zna w swojej okolicy każdy kąt. Czasem potrzebuje pobyć sama, ale przyznaje, że lubi ludzi, mimo że w jej stronach też jest ich coraz mniej. Gdy granica przypomniała o sobie, życie Marii – jak Wiery – się zmieniło. Co prawda z okna nie było widać drutów, ale za to wszędzie był las. To właśnie tam chowali się migranci i migrantki. W okolicy stali często policja, żołnierze, straż graniczna. Pilnowali, urządzali pościgi, jeździli ciężkim sprzętem przez wieś. Na niebie

Pismo.

Wybór zagraniczny

Co w prasie zagranicznej zaciekawiło MARCINA CZAJKOWSKIEGO, redaktora i *fact-checkera* „Pisma"?

Zeskanuj QR kod lub wejdź na magazynpismo.pl/wybor-zagraniczny i zapisz się do newslettera.

eprasa.pl e303ecb072

pojawiły się helikoptery, które było słychać dzień i noc.

Chociaż Maria czuła się wtedy coraz bardziej nieswojo, nie zrezygnowała z jeżdżenia rowerem i spacerów. Nie wiedziała, kiedy to wszystko się skończy, więc musiała nauczyć się żyć w nowych okolicznościach. Któregoś razu natrafiła na młodego chłopaka. Był szczupły, wysoki, o ciemniejszej karnacji. Chował się w lesie. – Pamiętam wszystko. Jechałam przed siebie i nagle usłyszałam, że ktoś jęczy. Odstawiłam rower i zobaczyłam człowieka. Był bardzo młody, jak mój wnuczek. Zaczął mi coś pokazywać, ale nic nie rozumiałam. Powiedziałam, że mu pomogę – wspomina Maria.

Młody mężczyzna nie znał języka polskiego. Kulił się z bólu, pokazywał na brzuch, na ręce, na nogi. Miał na sobie brudne i zniszczone ubrania. – Całe jego ciało było sine, tak bardzo był pobity. Potem okazało się, że to Polska mu to zrobiła. Siedział w lesie ponad tydzień, od kilku dni nic nie jadł, pił wodę z kałuży. Strasznie od niego śmierdziało. Nie potrafiłam wymówić i zapamiętać jego imienia, więc nazwałam go Mirek [imię zmienione – przyp. red.]. – opowiada Maria.

Chociaż bardzo się bała, nie mogła go zostawić. Widziała, że nie był już w stanie dalej iść. Pisał jej przez translator w telefonie, że polskie służby kilkukrotnie odwoziły go na graniczny pas i siłą zmuszały do przejścia. Białoruś nie pozostawała dłużna, więc Mirek znów trafiał do Polski. – Wiem, że ludzie szukają lepszego życia. Niektórzy mówią, że oni są źli, ale jak tak można. Przecież każdy chce być szczęśliwy. Ma jakąś matkę, ojca. A może jeszcze tak wyjdzie, że i my będziemy uchodźcami? Różnie może być. Ja też nie rozumiem, po co oni ich biją. Jakby ich złapali i sprawdzili, co to za osoba, to jeszcze. Ale żeby tak zbity człowiek był? – dziwi się Maria.

Pomagała Mirkowi przez jakiś czas. Dawała mu jedzenie, wodę, leki. Czekała, aż poczuje się trochę lepiej. Wtedy jeszcze nie bała się konsekwencji. Sąsiedzka nagonka pojawiła się później. Jeden z mieszkających w pobliżu mężczyzn, gdy tylko dowiedział się, że pomagała, groził, że spali jej dom. Były też wyzwiska, docinki, że „ugania się za muzułmanami", i straszenie, że migranci wyrządzą jej krzywdę. – Gdyby mnie ktoś wtedy złapał czy chciał ukarać, to i tak bym pomogła potrzebującej osobie. Podzieliłabym się tym, co mam. Jak mogłabym nie pomóc? Serce by mnie bolało. Czułabym, że mam nieczyste sumienie. Każdego trzeba traktować normalnie. Dwaj moi synowie są w Stanach i też chcą, żeby inni traktowali ich dobrze. Do każdego człowieka trzeba z szacunkiem.

Gdy Mirek trochę wydobrzał, zdecydował, że musi ruszać dalej, na Zachód, do siostry. Tam chciał znaleźć pracę, zacząć nowe życie. Chociaż ich znajomość nie trwała długo, nawiązała się więź. – On zaczął pisać, że ja mu uratowałam życie, że jestem jego drugą matką. Na odchodne mi jeszcze napisał, że dziękuje. Pokłonił się, a ja stałam i płakałam. Pogłaskałam go po głowie i on poszedł. To było niesamowite, bo ja czułam, jakby to było moje dziecko. Mam rodzinę, ale cieszyłam się, że mogłam komuś pomóc i być potrzebna.

Wiem, że ludzie szukają lepszego życia. Niektórzy mówią, że oni są źli, ale jak tak można. Przecież każdy chce być szczęśliwy. Ma jakąś matkę, ojca. A może jeszcze tak wyjdzie, że i my będziemy uchodźcami?

Mirek kontaktował się z Marią przez kolejnych kilka miesięcy. Później, przez dwa lata, odzywała się też jego matka. – On do mnie napisał, jak już był bezpieczny, że wszystko w porządku. Że ma pracę, rozwozi jedzenie, układa sobie życie, że spotkał się z siostrą. Jego matka dziękowała mi, przesyłała zdjęcia mojego Mirka, dawała znać, co u niego. Jak poszedł, bardzo to przeżywałam. Chciałam, żeby mu się udało. Modliłam się za niego.

Poza Mirkiem byli inni uchodźcy, chociaż już nie „synowie", to też im pomagała – dawała wodę, jedzenie, ubrania, leki. – Któregoś razu znów spotkałam w lesie ludzi: dwóch chłopaków i dziewczynę. Poprosiłam, żeby na mnie poczekali. Pobiegłam do domu, wzięłam, co miałam: wodę, chleb, konserwy rybne, jakieś ubrania, i to wszystko zaniosłam. Dużo pomagałam i jestem z tego dumna. Ostatnie lata były najszczęśliwsze w moim życiu – wzrusza się Maria.

W tamtym czasie w jej otoczeniu pojawili się też aktywiści i aktywistki, którzy działali na granicy od wielu miesięcy. Wreszcie mogła z kimś porozmawiać o Mirku i pozostałych. – Młodzi teraz są tacy wspaniali i dobrzy. Poznałam tylu cudownych ludzi. Przyjeżdżali tu, pytali, co u mnie, jak zdrowie. Traktowali na równi ze sobą. Czułam się wtedy ważna.

Kontakt z matką Mirka urwał się na początku 2025 roku. Wtedy też Maria skasowała jej numer. Wyrzuciła wszystkie zdjęcia. Zaczęła się obawiać, że za pomaganie mogą ją spotkać konsekwencje – szykany, może coś poważniejszego. Wiedziała o procesie sądowym pięciu osób, które usłyszały zarzuty karne za pomoc na granicy rodzinie z Iraku i mężczyźnie z Egiptu (8 września ubiegłego roku w sądzie pierwszej instancji zapadł wyrok uniewinniający). Bała się też, że ucierpi jej rodzina. Przecież mogą zwolnić córkę z pracy. – Mimo wszystko szkoda, że to się urwało. Nadal mam zapas konserw, tak w razie czego – mówi Maria.

—

ZA PŁOTEM Wiery rozciąga się gęsty las. Są też krzaki i wysoka trawa. Latem jest tak gęsto, że ciężko dostrzec, co kryje się za drewnianymi sztachetami. Wiera się tam nie zapuszcza. Wie, że to teren bagienny i łatwo się zgubić, gdzieś utknąć.

Któregoś letniego dnia usłyszała dziwny dźwięk, który dobiegał zza domu. Początkowo myślała, że to dzięcioł stuka w orzech w jej ogrodzie. Gdy wyszła na podwórko, zobaczyła człowieka. – Przyszedł do mnie pod sam płot. Mężczyzna nie był czarny, tylko taki czerwony. Miał ze sobą plastikową butelkę. Poszłam do studni, nabrałam wody i mu podałam. Dużo pił. Potem powiedział „fenk ju" i zniknął – wspomina Wiera. – Jak on już poszedł, to pomyślałam, że dam mu coś do jedzenia. Miałam w domu kiełbasę, taką suchą. Wzięłam kawałeczek, parę kromek chleba, wsadziłam do reklamówki i powiesiłam na płocie.

Wiera nie musiała długo czekać, aż ktoś zabierze jedzenie. Sytuacja powtarzała się jeszcze wiele razy. Mężczyzna

eprasa.pl e303ecb072

przychodził do niej przez dwa tygodnie. – Siedział w krzakach. Prosił mnie o jedzenie. Długo mu dawałam, ale później już zaczęłam się denerwować. Słyszałam rozmowy w tych krzakach, to widocznie było ich więcej. Widziałam przez okno, jak pokazywał zza płotu głowę. Zaczęłam się bać – mówi Wiera.

Wystraszona, nie wiedziała, co robić. Poprosiła o interwencję syna. – Krzyknął do żołnierzy, że tu, za płotem, chodzi uchodźca, ale odpowiedzieli, że oni wszystkich połapali: „Nam nikogo nie brakuje". Syn też dawał mu wodę, ale jakoś się przestraszyłam. Pomyślałam, że może ściągnie całą ferajnę. I co ja będę wtedy robić?

Wiera pomogła mężczyźnie zza płotu, chociaż nie jest za tym, żeby ludzie przekraczali granicę. Mówi, że powinni zostać w swoich krajach, a nie pchać się do Polski. Jak stwierdza: – Uważam, że oni nielegalnie to robią. Ja jestem starej daty człowiek i co nielegalne, to źle. Nie umiem inaczej. Mi się wydaje, że nasi żołnierze są poszkodowani. Szkoda mi ich było bardzo, że stoją na mrozie, deszczu i wietrze. Tacy zbiedniali.

—

PRZEŁOM 2021 i 2022 roku był czasem wielu niewiadomych. Jedni dawali wodę, jedzenie, ubrania. Drudzy żądali, by natychmiast się uchodźców pozbyć. Byli też tacy, którzy nie chcieli mieć z tym nic wspólnego. Wszyscy musieli jakoś odnaleźć się w nowej rzeczywistości. Zaczęły się wymowne spojrzenia – kto jest po której stronie, komu można powiedzieć, zaufać, kogo poprosić o pomoc. Nikt nie mógł być pewny swego losu. Nawet ci, których wcześniej łączyła przyjaźń – poróżnieni przez odmienne poglądy – przestali się do siebie odzywać. Czasem, na święta, przy jednym stole siedział ten, który niósł w nocy jedzenie i wodę, i ten, który przez ostatnie miesiące nie zdejmował munduru. Zdarzała się wymiana poglądów. Częściej trwała cisza.

Przygraniczna rzeczywistość zaczęła się znowu zmieniać w połowie 2022 roku. Wkrótce miały pojawić się żelazne pręty, by zapewnić bezpieczeństwo i częściowo zastąpić stojące tu od wielu miesięcy służby. Mur, sfinansowany z budżetu państwa, wart 1,6 miliarda złotych, wykonany z ponad 50 tysięcy ton stali, miał odgrodzić tę część Polski od Białorusi i zatrzymać uchodźców. Tak się jednak nie stało. W 2026 roku w podlaskich lasach – mimo wzmacnianego wciąż muru – nadal są migranci i migrantki. Organizacje pozarządowe otrzymały dotąd niemal 25,8 tysiąca próśb o pomoc i udzieliły wsparcia humanitarnego ponad 13 tysiącom osób. Według danych organizacji Grupa Granica, od początku kryzysu humanitarnego co najmniej 102 osoby zmarły, a ponad 200 uznawanych jest za zaginione.

Jedna z bohaterek tekstu nie chce ujawniać swojego prawdziwego imienia. Jeszcze rok temu zrobiłaby to bez wahania. Teraz, jak mówi, ma za dużo do stracenia. Zgodziła się na opowiedzenie swojej historii pod warunkiem, że wszystkie dane, które mogą ją zidentyfikować, zostaną zmienione. W takiej sytuacji jest wielu mieszkańców i mieszkanek przygranicznych miejscowości – dzielą się swoimi przeżyciami, ale nie chcą, by ktokolwiek poznał ich tożsamość. Pomaganie stało się dla wielu czymś niewłaściwym, czymś, co trzeba napiętnować. Dlatego osoby, które się angażowały i robią to nadal, są coraz bardziej nieufne – często nie rozmawiają o tym nawet z własną rodziną.

Wtedy, w 2021 roku, bohaterki z Podlasia nie zastanawiały się jednak nad polityką. Nie było dla nich ważne, co mówią rządzący, jak sprawę komentuje świat. Liczył się człowiek. Obie stwierdziły zgodnie, że wygrał odruch.

Więcej reportaży przeczytasz lub wysłuchasz na **magazynpismo.pl/reportaz**

eprasa.pl e303ecb072

KOMIKS

Moja mama ma demencję

tekst i rysunki BEATA SOSNOWSKA

eprasa.pl e303ecb072

BEATA SOSNOWSKA, artystka interdyscyplinarna, swoją twórczość audiowizualną prezentowała m.in. na: WRO'05, CSW Łaźnia, Stocznia Gdańska, Malta Festiwal Poznań. W malarstwie podejmuje tematy feministyczne i queerowe. Rysowniczka komiksów społecznie zaangażowanych takich jak: *Bez różnicy płci. Historia praw wyborczych kobiet*, antologia *Własnym głosem. Herstorie aborcyjne*". Współpracuje m.in. z „Gazetą Wyborczą", „Przekrojem", „Repliką", „Non/fiction", Fundacją Ha!art.

eprasa.pl e303ecb072

Esencja kształtu

tekst KRZYSZTOF KŁOSIN

CZŁOWIEK ROZPOZNAJE KSZTAŁT obiektu niezależnie od jego wielkości czy kąta patrzenia. Duży i mały prostokąt to nadal prostokąt – to tak oczywiste, że aż zastanawiające. Bo czy potrafilibyśmy wytłumaczyć kosmitom, którzy nie mają zdolności widzenia, ale na przykład potrafią liczyć, czym jest kształt?

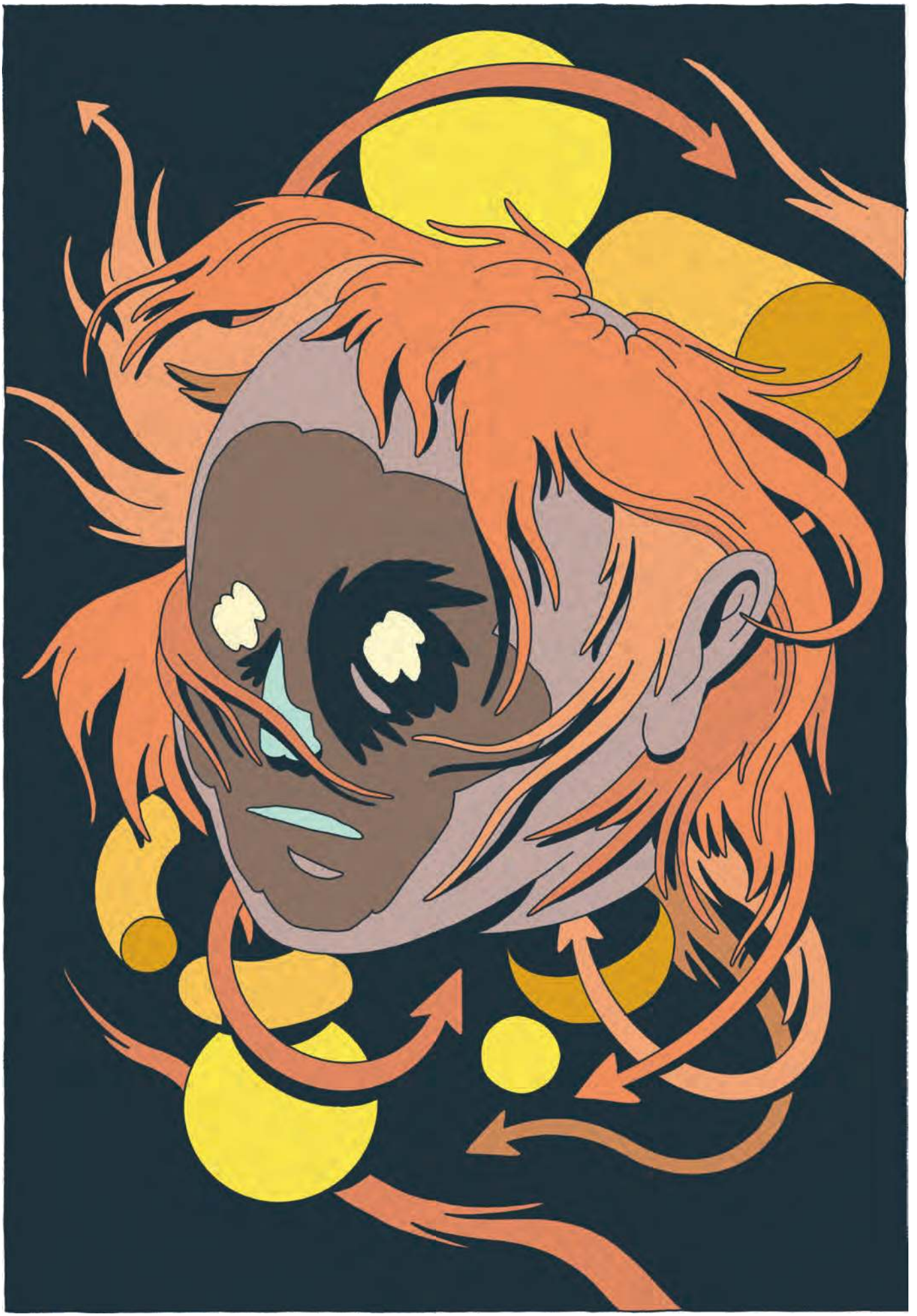
Koło to istota wszystkiego" – mówi Wielki Nauczyciel do Adama Bernaua w znakomitym czechosłowackim serialu dla młodzieży z lat 80. pod tytułem *Goście*, wrzucając do wody kamienie i zauważając, że każdy z nich daje kolistą falę bez względu na swój kształt. Serial z przymrużeniem oka opowiada o wyprawie naukowców z XXV wieku do 1984 roku. Odnajdują tam młodego Adama, który w przyszłości zostanie genialnym matematykiem, a jego teorie uratują świat przed zbliżającą się katastrofą. Trudno powiedzieć, co Wielki Nauczyciel – który był w gruncie rzeczy bezrobotnym, niestroniącym od alkoholu ekscentrykiem – miał na myśli, wygłaszając taką sentencję. Zdradza ona jednak ludzką fascynację tym idealnym kształtem.

Gdzie się nie obrócimy, wszędzie otaczają nas geometryczne byty zdecydowanie mniej idealne – liście z poszarpanymi brzegami, nierówne kamienie leżące na drodze, pajęcze sieci rozpięte między krzywymi gałęziami. Ta kakofonia kształtów zdaje się wymykać wszelkim sensownym klasyfikacjom – może dlatego tęsknimy czasem do niedoścignionej perfekcji koła, elipsy czy idealnie prostej linii. W całym tym rozgardiaszu ukryty jest jednak sens, którego dostrzeżenie zajęło ludziom wieki. Z pozoru niepodobne do siebie kształty łączą pewne cechy, które pozwalają poukładać je w rodziny. I mimo że przyjęte kryteria podziału zdają się hołdować ludzkiemu estetycznemu widzimisię, mają one konsekwencje o kosmicznym znaczeniu. Ustalonego podziału trzymają się nie tylko jego twórcy, ale poddają mu się tak niesforne byty jak włosy na głowie, a nawet huragany!

A SKORO JUŻ mowa o huraganach, to wiadomo, że w centrum każdego z nich znajduje się oko – miejsce, w którym panuje względna cisza, a czasem nawet świeci słońce. Gdyby jednak przyjrzeć się układowi wiatrów na powierzchni całego globu, można by zaobserwować coś jeszcze ciekawszego. Okazuje się, że bez względu na to, czy w danym momencie gdzieś na Ziemi szaleje cyklon, czy też można odczuć najwyżej lekką bryzę, zawsze musi znaleźć się miejsce, w którym panuje zupełny spokój. W typowym układzie wiatrów to nie jedno, ale co najmniej dwa bezwietrzne miejsca. Dwa! To więc coś dziwniejszego niż oko huraganu – para oczu. I choć w dzisiejszych czasach jesteśmy skłonni szukać dla każdego zjawiska wytłumaczenia, które wypływa z praw fizyki, w przypadku tej pary fizyka umywa ręce. A może raczej, gdyby ją przycisnąć, powiedziałaby, że musiało się tak stać, bo w tej sprawie miała związane ręce. Przez kogo?

Warto spojrzeć w te oczy, ale nie dosłownie – przez teleskop czy obiektyw kamery – lecz głębiej, tak jak patrzymy w oczy kogoś, komu chcemy zajrzeć w duszę.

eprasa.pl e303ecb072



rysunek RAFA JANKO

eprasa.pl e303ecb072

KRZYSZTOF KŁOSIN, profesor matematyki na Uniwersytecie Miejskim Nowego Jorku. Jest także autorem esejów, opowiadań i wierszy.

Wówczas dostrzeżemy może, że to nie oczy, ale ślepia. Kryje się bowiem za nimi byt bardziej elementarny niż sama fizyka, nie mówiąc już o meteorologii. Coś prawdopodobnie starszego niż wszechświat, coś, czego prawidła są tak głęboko wpisane w tkankę rzeczywistości, że nie sposób wyobrazić sobie świata, w którym przestałyby obowiązywać. Nawet prawa przyrody muszą ustąpić przed tą mroczną siłą, która przeraża czasem dzieci w szkole, choć tam jest niczym więcej jak śladem kredy na tablicy.

To matematyka!

—

W JAKI SPOSÓB królowa nauk tłumaczy istnienie bezwietrznych miejsc na Ziemi? To prawda, że jest językiem współczesnej nauki – na przykład nie sposób wyobrazić sobie fizyki bez równań. To dzięki metodom matematycznym jesteśmy przecież w stanie przewidzieć dokładny tor ruchu planet, obliczyć temperaturę Słońca czy prędkość kuli karabinowej. Matematyka gra w fizyce istotną rolę, ale to dopiero ta druga decyduje, co materii wolno, a czego nie.

Czy można trochę zmienić prawa fizyki i sprawić, że wiatr będzie wiał wszędzie i przez cały czas? Niezupełnie. Istotną cechą wielkości opisujących zjawiska takie jak siła wiatru jest ich ciągłość. Oznacza to, że nie ma ostrej granicy pomiędzy obszarem, gdzie wiatr wieje z prędkością na przykład dziesięć kilometrów na godzinę, a tym, gdzie nie wieje wcale. Przejście może być duże, ale nie może być skokowe, czyli gdzieś pomiędzy tymi obszarami musi znajdować się strefa (choćby bardzo mała), gdzie wiatr wieje z prędkością dziewięć, potem osiem kilometrów na godzinę i tak dalej. I nawet gdyby prawa fizyki uległy zmianie, ale zachowana została ta cecha ciągłości układu wiatrów, to para bezwietrznych oczu na powierzchni Ziemi i tak musiałyby powstać. Za ich obecność odpowiada bowiem nie fizyka, ale właśnie matematyka, a ściślej gwarantujące ją matematyczne twierdzenie, które gwiżdże sobie na zatoki niżowe i kliny wyżowe. Jego podbudowę stanowi logiczny dowód (nieoparty na żadnych fizycznych prawach), który zaręcza, że dopóki z przyczyny wynika skutek, dopóty układ wiatrów na Ziemi będzie posiadał oczy.

Sformułowane przez Henriego Poincarégo w 1885 roku matematyczne twierdzenie, które ma moc uciszania nawałnic, mówi, że nie można uczesać włosów na głowie tak, by żaden nie odstawał. Co jednak wspólnego mają włosy z huraganami? Prawdę powiedziawszy, Poincaré miał na myśli kulę (o włosach nie pisnął ani słowa). I dzięki temu właśnie jego twierdzenie stosuje się nie tylko do głowy (ściętej, auć!), ale także do Ziemi, bo oba te obiekty to w przybliżeniu kule. A gdyby ludzkie włosy były zakończone grotami, to w każdym punkcie głowy znajdowałaby się cebulka, z której wystawałaby strzałka wskazująca jakiś kierunek.

Idąc dalej, jeśli w wyobraźni głowę zastąpimy Ziemią, a strzałek użyjemy do oznaczenia kierunków i siły wiatru (im dłuższa strzałka, tym silniejszy wiatr), to otrzymamy mapę ruchów powietrza na naszej planecie. Geometrycznie będzie to jednak ten sam obrazek – kula, która w każdym punkcie ma przyczepioną strzałkę.

Zakładając, że wiatry nie wieją pionowo, wszystkie te strzałki są styczne do powierzchni kuli (na głowie oznacza to, że włosy są uczesane). Udowodnione w 1885 roku przez Poincarégo twierdzenie mówi, że skoro długość tych strzałek zmienia się w sposób nieskokowy, to na kuli znajduje się punkt, w którym ta długość wynosi zero. W przypadku układu wiatrów musi więc istnieć miejsce, w którym wiatr nie wieje wcale. Teoretycznie może on tam wiać w kierunku pionowym, jednak w praktyce ta składowa ruchu powietrza jest dość słaba. Tak czy owak, w takim miejscu przy powierzchni Ziemi panuje względny spokój. Na głowie oznacza to, że albo w którymś punkcie pojawia się łysina (długość włosa równa zero), albo – w przypadku włosów o równej długości – nie są one uczesane. Istnieje więc miejsce, w którym włosy wskazują kierunek pionowy (odstają) lub ich układ traci cechę ciągłości (powstaje przedziałek lub gniazdko).

Skoro twierdzenie Poincarégo dotyczy kuli, to czy gdyby nasza planeta miała inny kształt, punkt bezwietrzny mógłby nie występować? To już zależy od tego, jaki byłby to kształt. Ani nasza planeta, ani (ścięta) głowa, nie są idealnymi kulami, są nimi tylko w przybliżeniu. Określenie to sugeruje brak precyzji, w takim razie czy na planecie w kształcie marchwi lub gruszki albo – jeśli ktoś nie przepada za warzywami i owocami – w kształcie kluski śląskiej powstałyby bezwietrzne oczy? Okazuje się, że tak, bo są one krewnymi kuli. Nie to, co obwarzanek. Dopiero na planecie o takim kształcie wiatr mógłby sobie hulać do woli.

—

CZYM JEDNAK jest kształt? Rozróżnianie kształtów to jedna z podstawowych umiejętności człowieka. Ileż czasu spędzają małe dzieci, usiłując wcisnąć trójkąt w prostokątny otwór w plastikowym sorterze? Przy tym człowiek rozpoznaje kształt obiektu niezależnie od jego wielkości czy kąta patrzenia. Duży i mały prostokąt to nadal prostokąt – to tak oczywiste, że aż zastanawiające. Bo czy potrafilibyśmy wytłumaczyć kosmitom, którzy nie mają zdolności widzenia, ale na przykład potrafią liczyć, czym jest kształt?

Z punktu widzenia matematyki jest to pojęcie dość nieuchwytne. Kształtu – w przeciwieństwie do objętości, kąta nachylenia czy odległości – nie da się zmierzyć. Nie

eprasa.pl e303ecb072

można mu w żaden oczywisty sposób przypisać wartości liczbowej, co dla królowej nauk czyni go kłopotliwym zagadnieniem. Ta nieuchwytna właściwość ma jednak całkiem namacalne konsekwencje, jak chociażby istnienie lub brak punktów bezwietrznych. Fakt, że pewne ważne, matematyczne konsekwencje, jak twierdzenie Poincarégo, stosują się do geometrycznych obiektów nie tylko tak wyidealizowanych jak kula, ale też do tak prozaicznych jak marchew, stawia dziedzinę wychowaną na bryłach platońskich przed (z pozoru) karkołomnym zadaniem.

Matematyczne pojęcie powinno nie tylko zdołać oddzielić cechę kształtu od wielkości, ale także precyzyjnie zdefiniować, które kształty są sobie pokrewne (jak głowa i Ziemia, a także jabłko, gruszka i marchew, ale nie amerykański pączek z dziurką) – wyłowić z nich samo sedno kształtu. Coś, o czym w przedziwny sposób zdają się wiedzieć wiatry. Cóż to takiego? Zwierzęta na Ziemi mogą przyjmować bardzo różnorodne formy, ale coś odróżnia je wszystkie od roślin. Z punktu widzenia kosmity drzewo i żyrafa zdają się być bardziej podobne niż żyrafa i rozwielitka. A jednak te dwie ostatnie łączy istotne pokrewieństwo – są zwierzętami, natomiast drzewo to już zupełnie inny rodzaj organizmu żywego. Podobnie sprawa ma się z kształtem – nie wolno nam dać zwieść się pozorom. Jego właściwa natura może być ukryta głęboko pod płaszczykiem wyglądu. Żeby do niej dotrzeć, musimy być w stanie odróżnić fundament kształtu od jego dekoracji.

Jak każde trudne zadanie i to warto zacząć od kawy. Wybierzmy się więc do kawiarni i zamówmy filiżankę gorącej małej czarnej, a do niej pączek z dziurką i trójkątny kawałek sernika. Kiedy otrzymamy zamówienie, będziemy mieli przed sobą trzy bardzo odmienne smakołyki, jednak dwa z nich wyraźnie różnią się od tego trzeciego. Pączek i sernik to bowiem wyroby cukiernicze, a kawa (w filiżance) to napój (plus niejadalna porcelana). Jeśli jednak skupimy się tylko na kształtach, wówczas widzimy trzy różne obiekty i wcale nie jest jasne, które z nich mogą być sobie pokrewne. A jednak, gdyby były miniaturowymi planetami, tylko na dwóch z nich mógłby powstać układ wiatrów bez flauty – na pączku z dziurką i filiżance kawy. Na kawałku sernika musiałyby pojawić się bezwietrzne oczy!

Okazuje się, że aby wydobyć z kształtów ich esencję (i sklasyfikować), nie wystarczy się im przypatrywać. Trzeba zdobyć się na brutalność i spróbować zabrać im to, co sprawia, że przynależą do pewnej rodziny. Chodzi o operację, która wśród kształtów budzi zrozumiały popłoch – trzeba poddać je przekształceniom. Dla przykładu, jeśli weźmiemy do ręki kulę plasteliny, możemy nieznacznie zmienić jej kształt, tworząc z niej coś w rodzaju jaja. Z kolei z niego możemy ulepić węża, a następnie łącząc jego końce, utworzyć obwarzanek (à la amerykański pączek z dziurką). Czy kształt końcowy to nadal w przybliżeniu kula? Hmm, na każdym obiekcie spokrewnionym z kulą muszą istnieć punkty bezwietrzne, a na pączku z dziurką nie mają one miejsca. Skoro więc kształt odpowiada za to zjawisko, to w procesie tworzenia z kuli obwarzanka przeszliśmy z jednej rodziny do innej. W którym jednak momencie nastąpił przeskok?

Tego rodzaju pytania to chleb powszedni topologii – względnie młodej, bo około stuletniej dziedziny matematyki – której twórcom udało się zrozumieć i matematycznie zdefiniować właściwości, jakie czynią pewne kształty podobne innym. Jeśli kluczem do pokrewieństwa są przekształcenia, to należało określić, które z nich nie wyrzucają delikwenta z danej rodziny kształtów. To kwestia o fundamentalnym znaczeniu, skoro konsekwencje przynależności do pewnego rodu zmuszają do określonego zachowania nawet żywioły o niszczycielskiej sile. Tym dziwniejszy może wydać się fakt, że za kluczowe kryterium przy doborze dopuszczalnych przekształceń matematycy wybrali nie co innego jak ludzkie poczucie estetyki.

Może to ludzkie poczucie estetyki jest pochodną praw matematyki, wpisanych głęboko w tkankę wszechświata, którego jesteśmy dziećmi?

—

DLACZEGO MATEMATYKA – dziedzina o empatii wykresu krzywej Gaussa – miałaby się przejmować tym, co ludzie uważają za estetycznie pociągające? Czy kiedykolwiek na lekcji matematyki dostaliśmy piątkę za wyznanie, że podoba nam się koło, a romb mniej, bo jest jakiś krzywy i kanciasty? Matematyka i ludzkie poczucie piękna to dwa różne bieguny. Jeden z argumentów podważający to, że sztuczna inteligencja – gdy już będzie w stanie dowodzić twierdzeń – zakończy pracę matematyków, jest następujący: możliwych do sformułowania i udowodnienia hipotez są miliardy miliardów (a pewnie więcej), ale sęk w tym, że trzeba wiedzieć, które z nich są interesujące. A to już na wskroś ludzkie kryterium. Matematyka jest w pewnym sensie gałęzią kultury. To, że badamy konkretne struktury, a nie inne, że pozwalamy na konkretne przekształcenia, a nie inne, wynika z ludzkiej wrażliwości.

Na przykład rozciąganie i wyginanie uważamy za procesy łagodniejsze niż rwanie lub dziurawienie. Znajduje to odzwierciedlenie w tym, jakie przekształcenia matematyka uważa za dopuszczalne, chciałoby się powiedzieć – za bardziej humanitarne. Nawet ich nazwy zdradzają estetyczną genezę. Operacje „ciągłe" nie powodują rozerwania, operacje „gładkie" to takie, w wyniku których nie tworzą się rogi. Prowadzi to jednak do niezwykle intrygującego pytania: skoro pokrewieństwo kształtów jest zdefiniowane poprzez pojęcia wyrosłe z kultury, to dlaczego wnioski wynikające z tej klasyfikacji stosują się do huraganów? Czyżby natura nie była aż tak nieczuła

eprasa.pl e303ecb072

na ludzkie poczucie piękna, jak by się mogło wydawać? A może jest odwrotnie? Może to ludzkie poczucie estetyki jest pochodną praw matematyki, wpisanych głęboko w tkankę wszechświata, którego, jak wiatr, jesteśmy dziećmi?

—

TOPOLOGIA DEFINIUJE dwa kształty jako pokrewne, jeśli dają się w siebie nawzajem przeobrazić bez rozrywania i dziurawienia. Odwracając proces, w którym ulepiliśmy obwarzanka z plastelinowej kuli, należałoby ten kształt w pewnym miejscu rozerwać. W takim razie w momencie, w którym łączymy dwa końce węża (proces, którego odwrócenie wymaga rozerwania), opuszczamy rodzinę kształtów spokrewnionych z kulą i wchodzimy do nowej. Do tej nowej rodziny oprócz obwarzanka należy także… filiżanka. Ugniatając go bowiem, możemy uformować w nim wgłębienie i w efekcie zrobić filiżankę, tworząc z dziurki, która była centralnym punktem obwarzanka, uszko. Gdyby obwarzanek miał włosy, można by je bez trudu uczesać, na przykład zaczesując je dookoła niego. To właśnie na tej nowej rodzinie wiatry mogą hulać bez przeszkód i ograniczeń prędkości w kierunkach wyznaczonych przez uczesane włosy.

Wiemy już, że pączek z dziurką, filiżanka i obwarzanek to rodzeństwo, a kula, gruszka, marchew i kawałek sernika to jedynie koledzy (z podwórka lub kawiarni) tych pierwszych. Każda dodatkowa dziurka wyrzuca dany obiekt z istniejącej rodziny kształtów. Na przykład precel, który ma trzy otwory, to jeszcze inna rodzina niż filiżanka czy sernik.

—

LICZBA DZIUR to jednak nie jedyna cecha decydująca o przynależności rodowej kształtów. Wytnijmy z kartki długi prostokąt i pomalujmy go w kolory flagi Holandii: czerwony pasek u góry, potem biały, a na dole niebieski (ważne, żeby były poziomo, czyli malujemy je wzdłuż prostokąta – gdyby było pionowo, wyszłaby nam flaga Francji). Sklejając dwa końce tego prostokąta, można utworzyć trójkolorową bransoletę – walec. Jeśli jednak jeden koniec odwrócimy o 180 stopni i dopiero wtedy skleimy go z drugim (czyli połączymy niebieski pasek z czerwonym i na odwrót), powstanie obiekt, który w matematyce nazywa się wstęgą Möbiusa. To jeszcze inna rodzina kształtów, w której wiatry wieją w iście dziwaczny sposób.

Jeśli istnieją zasiedlone planety w kształcie wstęgi Möbiusa, to ich mieszkańcy na pewno nie mogą zgodzić się ze sobą, gdzie jest góra, a gdzie dół. No cóż, tu na Ziemi też poniekąd mamy ten problem – kiedy Australijczyk pokazuje palcem w górę, to w Polsce ten kierunek oznacza dół. Wśród mieszkańców tego samego miasta jednak panuje co do tego zgoda. Tymczasem na wstędze Möbiusa nawet osoby przebywające w tym samym mieszkaniu mogłyby się o to posprzeczać.

Matematyka, maskująca się jako nieszkodliwy ślad kredy na tablicy, to żelazna pięść, która trzyma wszechświat w swym niewidzialnym uścisku.

Tak jak na obwarzanku bezwietrzne miejsca mogą na niej nie powstać. Wiatr może wiać bez przerwy wzdłuż namalowanych pasków, obiegając ją dookoła. Jeśli jednak ustawimy na jego drodze łódź z żaglem (powiedzmy, że niebieski pasek to woda) i pozwolimy, by wiatr pchał ją dookoła wstęgi tak, żeby cały czas trzymała pion, to po pewnym czasie wróci ona do miejsca startu, ale po drugiej stronie wstęgi (powiedzielibyśmy, że pod ziemią). Na dodatek łódź będzie odwrócona do góry dnem! Płynące w niej osoby zarzekać się będą jednak na boga w niebie (które, jak wiadomo, jest u góry, ale nikt nie może się zgodzić, w którym to kierunku), że ich łódź na żadnym etapie podróży nie utraciła pionu. Wierzchołek żagla nadal bowiem będzie wskazywać górę, tylko z jakiegoś niezrozumiałego powodu ktoś w międzyczasie przebudował port, bo wszystko jest w nim do góry nogami.

Powierzchnię, na której występują tego typu problemy, nazywa się nieorientowalną. Ma ona wiele dziwnych właściwości. Na przykład, jeśli zwykłą trójkolorową bransoletę rozetniemy wzdłuż białego paska, otrzymamy dwie (węższe) bransoletki. Jeśli natomiast zrobimy to ze wstęgą Möbiusa (także tnąc ją wzdłuż białego paska), pozostanie ona w jednym kawałku. Warto spróbować! Będziemy trzymać w ręku dwukrotnie dłuższą wstęgę, która – co ciekawe – nie będzie już wstęgą Möbiusa. Nic w tym dziwnego, bo rozcinanie jest operacją, która może nas wyrzucić – i w tym przypadku wyrzuca – do innej

eprasa.pl e303ecb072

POEZJA

Zagubiona mapa gwiazd

LAIMA KREIVYTĖ

Instytut Kultury Miejskiej

europejski poeta wolności

Partnerem poezji jest **Instytut Kultury Miejskiej** w Gdańsku, organizator festiwalu i nagrody Europejski Poeta Wolności oraz wydawca towarzyszącej im serii poetyckiej. Nagrodę Europejski Poeta Wolności ufundowało Miasto Gdańsk.

—

Kto honorować będzie miasto bez imienia
Czesław Miłosz

Kto zapisze głos lektorki z trolejbusu,
kosmiczną karmę dzielnicy, której już nie ma?
Przystanek Pioruna i Górę Pioruna,
śnieżne zabójcze zbocza nad strumieniem Suderwy,

przedszkole z rakietą wśród sosen,
altany z dachami krytymi łupkiem,
wiaderka, foremki, zabawki na kłódkę,
beton pustego basenu, żelazne huśtawki,

ceglane jedenastopiętrowce przy przystanku Perkuna,
remizę i ściany ogniochronne, jarzące się jak żar – –
Całe szkoły przechodziły przez kosmiczny przesmyk
do sklepu Tęcza na końcu Parku Bajek.

Kto zapisze głos lektorki z trolejbusu,
kosmiczną karmę dzielnicy, której już nie ma?
Kto narysuje Karolinki tak,
by płyty ich dawnych ulic otwierały się jak książka?

przełożyła Dominika Jagiełka

LAIMA KREIVYTĖ

litewska kuratorka, artystka, poetka i pisarka. Jest autorką tomów poezji *Sapfo skai(s)tykla* (2013) i *Artumo aritmetika* (2019), a także redaktorką oraz autorką katalogów i książek o sztuce. Organizuje wystawy i performanse feministyczne oraz queerowe. Laureatka m.in. Nagrody Ministra Kultury za twórczość publicystyczną (2007) oraz Nagrody Kultury i Sztuki rządu Litwy (2018). Wiersz pochodzi z tomu *Stany nieważkości*, który znalazł się w finale tegorocznej edycji konkursu Europejski Poeta Wolności.

eprasa.pl e303ecb072

rodziny kształtów. Nie będzie też już zwykłą bransoletą, tylko czymś zupełnie nowym.

—

CZYM WIĘC jest kształt? Matematyka nie odpowiada wprost na to pytanie. Pozwala tylko posegregować kształty w rodziny w oparciu o kryteria, które na pierwszy rzut oka wydają się podejrzanie ludzkie. A jednak kształty należące do tego samego rodu mają pewne obiektywne cechy wspólne. Występowanie punktów bezwietrznych to jeden przykład. Innym jest minimalna liczba kolorów, których potrzeba do sporządzenia politycznej mapy planety o danym kształcie. Na Ziemi, obojętnie jak skomplikowałaby się sytuacja terytorialna, wystarczą cztery różne kolory, by stworzyć mapę, na której żadne dwa kraje mające wspólną granicę nie są oznaczone tym samym kolorem. Sytuacja przedstawia się identycznie na każdej planecie o kształcie pokrewnym kuli. Natomiast na obwarzanku i wszystkich jego krewniakach potrzeba już siedmiu kolorów, a na preclu z trzema dziurami – dziewięciu.

Fuzja jądrowa – ciągle jedno z najbardziej obiecujących źródeł prawie nieograniczonej energii – wymaga temperatur, których nie jest w stanie znieść żaden materiał. Plazma, w której zachodzi reakcja łączenia jąder wodoru w jądra helu, jest więc zawieszona w komorze próżniowej i utrzymywana tam przez silne pole magnetyczne. Gdyby reaktor, w którym przebiega ten proces, miał kształt kuli, wówczas natężenie pola magnetycznego (które można sobie wyobrazić jako strzałki styczne do jej powierzchni) musiałoby w którymś miejscu spadać do zera. Przez to tworzyłyby się oczy, podobne do miejsc bezwietrznych na powierzchni Ziemi. Mogłoby to spowodować wyciek plazmy i tym samym zakończenie całej reakcji. Istniejące reaktory używane do fuzji jądrowej mają więc najczęściej kształt obwarzanka, na którym twierdzenie Poincarégo nie obowiązuje.

—

NIEWYTRĄCAJĄCA SIĘ w probówkach, niewidoczna pod mikroskopem, niewykrywalna detektorem – obecność matematyki w świecie jest nieuchwytna. Czasem dostrzec ją można w parze bezwietrznych oczu na Ziemi. Innym razem sprawia, że na piekielnie szybko obracającej się piłce, uderzonej przez Igę Świątek, znajdą się dwa punkty, które stoją w miejscu. (To oczywiście dwa bieguny osi obrotu i ta dwójka ma wiele wspólnego z tym, że bezwietrznych oczu na Ziemi także musi być para, choć nie muszą one znajdować się na przeciwległych krańcach naszej planety). Narzucone przez matematykę ograniczenia nie bolą, nie uwierają, nie ciążą jak grawitacja ani nie rażą jak prąd. Dają poczucie, jakby nie istniały, a jednak tu są. Wszędzie dookoła. Bez słowa skargi podporządkowują im się prawa fizyczne, a nieokiełznane żywioły cichną jak grzeczne dzieci w szkole, gdy pojawia się nauczyciel.

Matematyka, maskująca się jako nieszkodliwy ślad kredy na tablicy, to żelazna pięść, która trzyma wszechświat w swym niewidzialnym uścisku.

Tym ograniczeniom podlega nawet sztuka. Oczywiście trudno w to uwierzyć, bo przecież czym innym są huragany, a czym innym jest ludzka kreatywność – która nie zna przecież granic. Weźmy jednak rzeźbę (ale taką bez dziur). W uproszczeniu jest to bryła, która składa się z pewnej liczby ścian, krawędzi i wierzchołków. A teraz puśćmy wodze wyobraźni i wyciosajmy pegaza lub meduzę, albo surrealistyczne monstrum – jak kto woli. Następnie przeprowadźmy rachunek: dodajmy do siebie liczbę ścian i liczbę wierzchołków, a od wyniku odejmijmy liczbę krawędzi. Trudne? Tak, jeśli rzeźba jest wymyślna. Zacznijmy więc od czegoś prostszego. Sześcian: sześć ścian, osiem wierzchołków i 12 krawędzi – czyli sześć plus osiem minus 12 to dwa. A teraz piramida: cztery ściany, cztery wierzchołki i sześć krawędzi – czyli cztery plus cztery minus sześć to znów dwa. Bo nawet jeśli bryła miałaby milion ścian, ten rachunek zawsze da identyczny wynik – dwa.

Obojętnie, jak bardzo będziemy szarpać niewidzialne więzy, jak mocno wierzgać będzie nasze twórcze ego, z tych okowów nie ma ucieczki. Sześcian, pegaz czy monstrum – zawsze da wynik dwa. I to nie przypadek. Wszystkie te bryły są bowiem krewniakami kuli i na każdej z nich układ wiatrów dałby co najmniej parę bezwietrznych oczu. Czyli znowu dwa. Choć więc więzy matematyki nie krępują nam rąk ani wyobraźni, to cokolwiek wyrzeźbimy, zawsze w wyniku liczenia wyjdzie nam dwa. (Podobny rachunek dla krewniaków obwarzanka za każdym razem daje zero).

Matematyka, maskująca się jako nieszkodliwy ślad kredy na tablicy, to w rzeczywistości żelazna pięść, która trzyma wszechświat w swym niewidzialnym uścisku. Walka z nią to jak pogoń za horyzontem, jak łapanie huraganu w słoik, jak próba wciśnięcia trójkąta w prostokątny otwór. Może słusznie matematyki boją się dzieci w szkole. Może wszyscy powinniśmy się jej bać!

Więcej na ten temat przeczytasz lub wysłuchasz na **magazynpismo.pl/nauka**

Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego

Dofinansowano ze środków **Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego** pochodzących z Funduszu Promocji Kultury.

eprasa.pl e303ecb072

„Starzy jesteśmy wtedy,
gdy znamy nazwiska dawnych aktorów
i wzruszamy się na ich widok w filmach.

MAŁA EMPIRIA

Wojciech Pokora.
Młody Łomnicki.
Bińczycki.
(Ale jak on miał na imię?)”*

*Fragment scenariusza

**MONODRAM EWELINY ŻAK
NA PODSTAWIE ESEJU
KATARZYNY SOBCZUK**

REŻ. ANNA ILCZUK

**PREMIERA:
6 MARCA 2026**

STUDIO teatrgaleria

instytucja kultury miasta stołecznego Warszawy

eprasa.pl e303ecb072

zdjęcie PAWEŁ BOBROWSKI / DESA UNICUM

Wenus antropocenu pierwsza

KATARZYNA GÓRNA

Rzeźba, 2023

Własność artystki

eprasa.pl e303ecb072

ZOFIA PŁOSKA-CZARTORYSKA, historyczka sztuki, kuratorka. Autorka audycji *Sztuka mniej obca* o sztuce zagranicznej w Programie 2 Polskiego Radia oraz audioserialu *Wszystko już było*, wyróżnionego w konkursie Podcast Roku 2025. Kuratorka takich wystaw jak *Po co wojny są na świecie. Sztuka współczesnych outsiderów* (MSN) i *Nie jestem już psem* (Muzeum Śląskie w Katowicach).

Paul Hurault, markiz de Vibraye, urodzony jako Guillaume-Paul Louis Maximilien, był rzadkim przypadkiem człowieka, który zrewidował światopogląd na skutek empirycznej obserwacji. Ten mieszkający w jednym z zamków nad Loarą polityk wolny czas spędzał, prowadząc amatorskie wykopaliska archeologiczne. Już w 1858 roku we francuskiej Akademii Nauk oraz Towarzystwie Geologicznym na podstawie własnych badań terenowych lansował tezę, że historia ludzkości zaczęła się znacznie wcześniej, niż ówcześnie wierzono. Było to trudne do przyjęcia dla osoby głęboko religijnej, jaką był, ale znalezione przez niego twarde dowody w postaci obiektów wykonanych przez człowieka – a przedstawiających dawno wymarłe gatunki zwierząt (jak mamut) – sprawiły, że odrzucił kreacjonizm i stanął po stronie nauki. Kluczowym momentem jego dyletanckiej kariery okazała się Wystawa Światowa w Paryżu w 1867 roku, na której postanowił przekonać opinię publiczną do swojej tezy, prezentując wiele znalezisk, w tym rzeźbę *Wenus bezwstydna*, którą odkrył w grocie we francuskim regionie Dordogne trzy lata wcześniej.

Była to pierwsza w historii figuratywna rzeźba paleolityczna, którą naukowcy uznali za autentyczną. Skąd jej kuriozalny tytuł? Trudno powiedzieć, czy był chwytem marketingowym, który miał przyciągnąć uwagę publiczności Wystawy, czy po prostu tym, co nazwalibyśmy dziś „żartem wuja". Otóż *Wenus wstydliwa* to jeden z klasycznych motywów w sztuce, który przedstawia nagą postać kobiecą zasłaniającą łono, a czasem także piersi, w geście „skromności". Do najsłynniejszych przedstawień motywu należą grecka rzeźba *Afrodyta z Knidos* Praksytelesa czy renesansowy obraz *Narodziny Wenus* Sandra Botticellego, które uosabiają klasyczny ideał kobiecego piękna. W ironicznym tytule markiz skontrastował go z prymitywną formą prehistorycznej figury z wyeksponowaną waginą. Bezsensowna, ahistoryczna nazwa niestety nie chciała się już odkleić. Mianem „figurek Wenus" zaczęto też określać wszystkie znalezione po niej paleolityczne figury kobiece, w tym tę najsłynniejszą – *Wenus z Willendorfu*, odkrytą w 1908 roku w Austrii. I to ona, oprócz malowideł z jaskini w Lascaux, stała się symbolem początków działalności artystycznej człowieka.

Także ona zainspirowała Katarzynę Górną do stworzenia współczesnej reinterpretacji obu tych tradycji przedstawiania kobiecego ciała w rzeźbie. Artystka, wychodząc od obserwacji, że z tym ikonicznym przedstawieniem kobiety pierwotnej dobrze rymuje się kształt jej własnego, dojrzałego ciała, wykonała jego odlew z gipsu. W tej kompozycji, podobnie jak w oryginale, postać nie ma twarzy ani stóp, a dłonie ułożone na klatce piersiowej spoczywają nad obfitymi piersiami. Zmiana skali – *Wenus z Willendorfu* ma wysokość zaledwie 11,1 centymetrów – sprawia jednak, że zaczynamy postrzegać ją w relacji do rzeźby klasycznej, w której przedstawiano postaci naturalnych rozmiarów. To w obrębie tej tradycji Wenus – bogini miłości i piękna, przedstawiana jako kobieta młoda, szczupła, o kształtnych, jędrnych piersiach i harmonijnej posturze – spopularyzowała standardy urody nie tylko swojej epoki, ale też kolejnych stuleci. Kiedy więc we współczesnej ikonosferze pojawiają się inne wizerunki, wzbudzają protest przeciwko „epatowaniu nieapetycznym ciałem" – jak pisano w latach 90. o dziełach sztuki krytycznej, czyli nurtu, z którego wywodzi się Górna. Jej *Wenus* domaga się jednak uwagi dla ciała kobiety w średnim wieku, która wraz z końcem młodości (rozumianej jako czas największej seksualnej atrakcyjności i prokreacji) staje się w społeczeństwie niewidzialna.

Antypatriarchalna postawa Górnej nie sprowadza się jednak tylko do tak zwanej kwestii kobiecej. W *Wenus* artystka nawiązuje do interpretacji tych badaczy, według których figury kobiet (do dziś nie znaleziono z tej epoki żadnej figury męskiej) wspierają hipotezę istnienia wówczas matriarchalnego społeczeństwa i kultu bogini matki. Kolejną hipotezą jest używanie tych figur jako amuletów-symboli płodności, również w kontekście cykli natury. Zastąpienie przez Górną głowy jej rzeźby kolonią grzybów wskazuje więc na łączność człowieka z naturą, którą jako ludzie utraciliśmy w epoce antropocenu, który znalazł się w tytule rzeźby. Praca artystki odnosi się więc nie tylko do sposobu postrzegania kobiet, ale szerzej także do tego, jak traktujemy naszą planetę i siebie nawzajem. Choć pewnie nigdy nie dowiemy się, dlaczego społeczność łowców-zbieraczy tworzyła wizerunki kobiet z obfitymi biustami, brzuchami i pośladkami, jedno jest pewne – w tamtym czasie to właśnie taka kobieta wydawała się im najbardziej interesująca.

MUZEUM SZTUKI NOWOCZESNEJ W WARSZAWIE

Pracę Katarzyny Górnej oraz blisko 200 innych artystek można zobaczyć w Muzeum Sztuki Nowoczesnej na wystawie *Kwestia kobieca 1550–2025* do 3 maja 2026 roku.

Więcej na **magazynpismo.pl/w-ramach-pisma**

eprasa.pl e303ecb072

Jak żyją bogaci Rosjanie

tekst ALICE LUGEN

ROSYJSKIE FORTUNY BAZUJĄ na surowcach: ropie, gazie, stali, miedzi i złocie. Ich właściciele, dzięki bliskim relacjom z władzą i sprytowi, otrzymali zgodę na eksploatację niemal całej tablicy Mendelejewa ukrytej w rosyjskiej ziemi.

Niedaleko Moskwy, w bliskim sąsiedztwie lotniska Wnukowo, znajduje się niewielka miejscowość Dowil. Tu mieszkają lub sezonowo wypoczywają rosyjscy oligarchowie.

Nazwa nieprzypadkowo przywodzi na myśl francuskie Deauville. Miasteczko w Normandii było inspiracją. Zachwyciło architektów do tego stopnia, że postanowili „przenieść" luksusowy nadmorski kurort pod rosyjską stolicę.

Z braku innych możliwości morze zastąpiło jezioro Paulus, ale architekturę odtworzono wiernie. W podmoskiewskiej wiosce zbudowano wille w stylu secesyjnym lub art déco i rezydencje przypominające hotele z *belle époque*, otoczone ogrodami w stylu francuskim. Są tu brukowane place, wieżyczki, werandy, bogate zdobienia, strome dachy, fontanny, balustrady, ozdobne pomosty prowadzące do jeziora. Przy ulicach stoją stylizowane latarnie i kwietniki, wzorowane na Rue Gontaut-Biron w Deauville, przy której w 1913 roku Coco Chanel otworzyła swój pierwszy butik.

Dowil ma powierzchnię około sześćdziesięciu pięciu hektarów. Kilkanaście zajmuje jezioro. Elitarna wioska rozbudowuje się i rozszerza, co skutkuje regularnym wystawianiem na sprzedaż nowych obiektów. Najtańsze są małe mieszkania w stylizowanych kamienicach. W przeliczeniu najmniejsze kosztują około trzech i pół miliona złotych. Rezydencje z własnym lasem mogą kosztować grubo ponad sto milionów złotych. Serwis oferujący nieruchomości na sprzedaż informuje: „Atmosfera modnego, francuskiego kurortu połączona z pięknem przyrody okolic Moskwy to idealne środowisko do harmonijnego życia. Najwyższy komfort mieszkańcom posiołka zapewnia rozwinięta infrastruktura, w tym: restauracje, kompleks sportowy i spa, place zabaw dla dzieci oraz wiele innych atrakcji".

Wśród wystawionych na sprzedaż nieruchomości można znaleźć pięciopiętrowe rezydencje, wille z sześćdziesięcioma pokojami oraz wille o powierzchni ponad dwóch tysięcy metrów kwadratowych. Standardem są windy w domach, podgrzewane baseny, sauny przy każdej łazience oraz pokoje do trzymania cennych przedmiotów. Ostatnie mogą zaskakiwać. W Dowil nie używa się sejfów, lecz pokoi. Znajdują się na poziomie gruntu, są wykonane z wykorzystaniem ognioodpornej stali i mają skomplikowane mechanizmy otwierania, z wieloetapową weryfikacją. Część mieszkańców kolekcjonuje przedmioty o dużych gabarytach, na przykład obrazy, rzeźby, białą broń, antyki, zabytkowe armaty lub stojące zegary, których nie sposób schować do małego sejfu.

Niektóre rezydencje w Dowil są wynajmowane na specjalne okazje. Najbardziej znana to Willa Rotunda przy jeziorze. Znajduje się w niej dwupoziomowa ekskluzywna restauracja, mogąca pomieścić do czterystu gości, panoramiczny taras i wielka sala balowa. Tu odbywają się wesela najbogatszych Rosjan, rozmaite bankiety, jubileusze oraz wystawne przyjęcia dla elit. W Willi Rotunda ustala się hierarchię społeczną, ubija interesy, zawiera sojusze, za karę wyklucza z towarzystwa. Tu rodzą się opowieści przekazywane pocztą pantoflową, ploteczki, romanse, największe skandale w kraju.

eprasa.pl e303ecb072

zdjęcie NARODOWE ARCHIWUM CYFROWE, domena publiczna

eprasa.pl e303ecb072

ALICE LUGEN, dziennikarka śledcza zajmująca się problemami współczesnej Rosji, historią Związku Radzieckiego i zimnej wojny. Jako *ghostwriterka* napisała 26 książek, głównie wspomnień i biografii. Autorka książek: *Tragedia na Przełęczy Diatłowa* (2020) i *ZATO. Miasta zamknięte w Związku Radzieckim i Rosji* (2025). Pisze pod pseudonimem.

Wiele osób chciało obejrzeć Dowil, ale jest to absolutnie niemożliwe. Posiołek został ogrodzony. Do środka mogą dostać się wyłącznie posiadający zezwolenie, czyli mieszkańcy oraz ich goście. Pozostali z pewnością nie zostaną wpuszczeni. W pobliżu Dowil zakazano używania dronów. Teren non stop obchodzą ochroniarze. Liczba patroli zwiększa się po zmroku. Co kilka metrów znajduje się obrotowa kamera termowizyjna, na płotach zamontowano czujniki ruchu.

Tuż za ogrodzeniem elitarnej wioski zaczyna się typowe obrzeże wielkiego, rosyjskiego miasta, z wolna zmieniające się w głubinkę. Obdrapane chałupiny, zabiedzone działki zasypane rupieciami. Psy na łańcuchach, kurniki i grządki z marchewką. Próżno szukać podobieństw z Dowil.

—

O FANABERIACH multimilionerów krąży wiele opowieści. Specjalizują się w nietypowych zamówieniach budowlanych i dekoracyjnych, stając się idealną ilustracją porzekadła „Kto bogatemu zabroni?". Jeden z nich pragnął zamontować w toalecie spłuczkę, z której leci nie woda, lecz szampan, drugi zamarzył o akwarium z rekinem. To wciąż nic w porównaniu z zachcianką miłośnika sztuki. Na salonach szeptano, że kazał robotnikom wywiesić w salonie oryginalny obraz Leonarda da Vinci *Leda z łabędziem*. A jako że dzieło zaginęło wieki temu, zażądał, aby je odnaleźli.

Rosja to kraj ogromnych kontrastów i nierówności społecznych. Według obliczeń Boston Consulting Group pięćset najbogatszych osób z elity finansowej może pochwalić się majątkiem o wartości sześciuset czterdziestu miliardów dolarów. To więcej niż suma majątków 99,8 procent najbiedniejszych.

Dochody i standard życia oligarchów są kompletnie oderwane od rzeczywistości, w jakiej funkcjonują ich rodacy. Co piąte gospodarstwo domowe w Rosji nie ma dostępu do kanalizacji, przy czym prawie trzynaście procent obywateli nie posiada toalety w swoim domu lub mieszkaniu. Prawie czterdzieści procent nie zgromadziło żadnych oszczędności, ponieważ zazwyczaj nie wystarcza im pieniędzy na podstawowe wydatki.

W 2018 roku Rosyjski Instytut Badania Opinii Publicznej IOM zapytał Rosjan o ich stosunek do oligarchów. Pozornie może się wydawać, że ludzie borykający się z ubóstwem gremialnie nienawidzą bogaczy i z pewnością o tym powiedzą. Tymczasem blisko czterdzieści procent respondentów zadeklarowało neutralny stosunek do sprawy rozgrzewającej kraj do czerwoności. Z czego wynika tak dalece idąca powściągliwość? Wyjaśnienie tkwi w kolejnym pytaniu. Odpowiadający zdają sobie sprawę, że pojawienie się w Rosji oligarchii jest skutkiem bliskich związków z władzą. Tym samym osoby ją popierające nie mogą krytykować bogaczy, których Putin otoczył przyjaznym ramieniem.

Z nielicznymi wyjątkami rosyjscy oligarchowie byli zwykłymi zjadaczami chleba, wyróżniającymi się nie tyle talentem ekonomicznym, ile społecznym. W odpowiednim czasie, czyli w trakcie prywatyzacji państwowego majątku, potrafili porozumiewać się w sprawach wspólnych interesów, zawiązywać intratne sojusze, zyskiwać przyjaciół, wykorzystywać znajomości do finalizacji umów. Pod rządami Jelcyna o zostaniu multimilionerem decydowało to, kto kogo lubi, kto do kogo jeździ na daczę, kto z kim żartuje i pije wódkę.

Oligarchowie wyłonili się z grupy rezolutnych kolegów, gdy po rozpadzie ZSRR rosyjski rząd postanowił o prywatyzacji. Aby proces przebiegł sprawiedliwie, wprowadzono następujący mechanizm: każdy obywatel miał otrzymać czek (zwany również voucherem) o wartości dziesięciu tysięcy rubli, odpowiadającej jego udziałowi w państwowym przedsiębiorstwie. Nietrudno zauważyć, że pomnożenie tej kwoty przez liczbę obywateli (sto czterdzieści osiem i pół miliona ludzi) dawało wartość całego państwowego majątku. Gdyby ktokolwiek posiadał stosowną sumę pieniędzy, mógł przyjechać do Moskwy i „kupić sobie Rosję" w postaci voucherów.

Tu należy odnotować, że podczas wyceny doszło do skrajnego zaniżenia wartości majątku. Szacunków dokonywano na oko, bez udziału niezależnych rzeczoznawców i w warunkach szalejącej inflacji. Następowały ogromne przekłamania, na przykład wówczas, gdy wyceniając przedsiębiorstwa wydobywcze, nie uwzględniono wartości złóż, a wyłącznie budynki. Gdy czeki trafiły do obywateli, zaczęły dziać się istne cuda. Popularne stało się powiedzenie „dwie Wołgi za czek" sugerujące, że jeden voucher pozwala obywatelowi kupić dwa samochody marki Wołga. Jednak szybko okazało się, że jest wart tyle, co worek kartofli.

Michaił Chodorkowski, były szef Jukosu, szczerze opowiadał o dzikiej prywatyzacji, w trakcie której sam się dorobił. W 2004 roku napisał artykuł zatytułowany *Kryzys liberalizmu w Rosji*. Poruszył w nim temat czeków prywatyzacyjnych. Stwierdził: „Okłamano 90% społeczeństwa, hojnie obiecując, że za czek będzie można kupić dwie Wołgi. Owszem, przedsiębiorczy gracz finansowy, mający dostęp do niejawnych informacji i potrafiący wyciągać z nich wnioski, mógł wymienić czek prywatyzacyjny nawet na dziesięć Wołg. Ale obiecano wszystkim".

Ludzie, którzy większość życia spędzili w Związku Radzieckim, znali wyłącznie gospodarkę centralnie planowaną. Nie rozumieli zasad wolnego rynku oraz podstawowych praw ekonomicznych, jak choćby związku między popytem a podażą. Trzeba wyraźnie podkreślić, że nie było w tym ich winy. Niewiedza wynikała z radzieckiego sytemu kształcenia, wzmocnionego życiem w izolacji za żelazną kurtyną.

W kraju rosło bezrobocie, szalała horrendalna inflacja. Plakat „Kalendarz rynkowy" z 1992 roku przedstawia parę butów i zmianę ich ceny w kolejnych miesiącach: Kwiecień – 149 rubli. Maj – 287 rubli. Czerwiec – 314 rubli. Lipiec – 650 rubli. Obywatele pomyśleli, że muszą natychmiast spieniężyć czeki, bo stracą na wartości. Jako że na wartości traciły również pieniądze, godzili się na wymianę barterową: za proszek do prania, wędlinę, ręczniki czy alkohol.

Na wsiach popularna stała się wymiana czeku na worek ziemniaków do sadzenia. Gospodarze mieli poczucie, że ubili korzystny interes. Mówili: „Na co nam ten papierek? Obiadu się z niego nie ugotuje. Tylko się plącze po szufladzie. A kartofle posadzimy, zbierzemy i będzie jedzenie na całą zimę".

Powstały punkty skupu czeków oraz tak zwane fundusze czekowe, zbierające czeki

eprasa.pl e303ecb072

z rynku za obietnicę bliżej nieokreślonych benefitów w przyszłości. Po latach podliczono, że przeciętny Rosjanin oddał swój czek za równowartość kilograma kiełbasy.

Kiedy tysiące czeków trafiły w ręce nielicznych, okazało się, że mają znacznie wyższą wartość. Wszak były udziałami w państwowych przedsiębiorstwach. Przyszli oligarchowie za niedorzeczny ułamek wartości nabywali państwowe rafinerie, zakłady produkcyjne, kopalnie, huty, banki, przedsiębiorstwa komunikacyjne, gazociągi. Uzyskali pieniądze pozwalające sfinansować wymianę kolejnych milionów czeków za bezcen. W rezultacie najważniejsze rosyjskie przemysłowe dobra przejęła garstka ludzi dająca się policzyć na palcach dwóch rąk.

Zachodni ekonomiści nie wierzyli, że to się dzieje naprawdę, gdyż wiadomości finansowe z Rosji brzmiały jak bajki o smokach. W 1996 roku Boris Bieriezowski udzielił wywiadu brytyjskiemu „Financial Timesowi". Potwierdził, że siedmiu rosyjskich mężczyzn, do których i on się zaliczał, posiadło połowę państwowego majątku. Trochę przesadził, ponieważ prawdopodobnie było ich dziewięciu, niemniej nie robi to wielkiej różnicy.

Rosyjski serwis relacjonował: „W ich rękach była ropa, metale kolorowe, wówczas uważane za niezbyt cenne. Ropa i metale kolorowe sprzedawały się tanio, dlatego władze nie zwracały uwagi na ludzi, którzy je nabywali. W krótkim czasie oligarchowie stworzyli potężne holdingi medialne, kontrolujące gazety, czasopisma i telewizje". W kraju odnotowywano nie tylko coraz większe rozwarstwienie społeczne, ale i poważne nieprawidłowości. Na łamach czasopisma socjologicznego pisano: „Oligarchowie się bogacili, ludzie biednieli. Ogromne możliwości finansowe oznaczały również kontrolę nad polityką. Bankierzy mogli «kupić» potrzebnego urzędnika lub zapłacić za miejsce dla swojego człowieka".

—

TU RODZI SIĘ PYTANIE: gdzie były służby specjalne i dlaczego nie biły na alarm? Przyczynę stanowiła luka w systemie. KGB zlikwidowano w 1991 roku. FSB powstała w 1995 roku. Na czteroletnią dziurę pomiędzy przypadły lata ekstremalnego chaosu. W tym przedziale zmieścił się 1992 rok, w którym wypuszczono na rynek czeki prywatyzacyjne.

Oczywiście, w Rosji działał wówczas wywiad wojskowy, ale do jego zadań nigdy nie należało pilnowanie rządowych voucherów i ekonomicznych poczynań cywilów. Miał znacznie poważniejsze kłopoty na głowie. Na przykład ten, że część radzieckiego arsenału jądrowego pozostała na terytorium Ukrainy, a z magazynów miast zamkniętych znikały tony broni. Pojawiła się nawet pogłoska o zgubieniu głowicy jądrowej.

O Jelcynie zaczęto mówić, że jest jak Robin Hood, tylko odwrotnie – zabiera biednym, aby dać bogatym, do których sam należy. Obywatele poczuli się okradzeni. Czasami na wiecach krzyczeli: „Złodzieje! Oddajcie mi moje dwie Wołgi!".

Choć trudno to sobie wyobrazić, w tamtym okresie nie istniała w Rosji ani jedna służba o sensownych kompetencjach, która mogłaby pilotować prywatyzację. Na dobitkę w interesie chwilowo bezrobotnych funkcjonariuszy byłego KGB zdecydowanie bardziej leżało zarabianie na nieładzie niż jego zwalczanie.

Tymczasem zwykli Rosjanie zdali sobie sprawę, że prywatyzacja nie przebiega tak jak powinna. O Jelcynie zaczęto mówić, że jest jak Robin Hood, tylko odwrotnie – zabiera biednym, aby dać bogatym, do których sam należy. Obywatele poczuli się okradzeni. Przypomnieli sobie początkowe obietnice dotyczące samochodów. Czasami na wiecach krzyczeli w stronę polityków: „Złodzieje! Oddajcie mi moje dwie Wołgi!". Niektórym podczas wymiany czeków obiecywano zyski z planowanego przejęcia przedsiębiorstw, jednak nie zawierano pisemnych umów, a pośrednicy zniknęli już dawno temu.

Rusłan Grinberg, kierownik naukowy Instytutu Ekonomii Rosyjskiej Akademii Nauk, relacjonował, że typowy Rosjanin „uwierzył w wolny rynek jak w komunizm, a teraz odczuł niechęć do liberalnych reform. (...) Ludziom mówiono, żeby wytrzymali do jesieni, a potem będą żyć jak w Luksemburgu, podczas gdy całe bogactwo trafiło do oligarchów".

W wynikach badań społecznych do dziś pobrzmiewają echa prywatyzacji z lat dziewięćdziesiątych. Z zasady Rosjanie bardzo źle oceniają tamten czas. Bezpośrednią winą za nieprawidłowości obarczają Jelcyna i mają niezwykle niskie zaufanie do wolnego rynku. Chcieliby, aby najważniejsze gałęzie gospodarki, takie jak wydobycie ropy czy energetyka, należały do państwa. Skoncentrowanie ich w rękach prywatnych uważają za przyczynę potwornych nierówności społecznych i biedy w wielu regionach.

Kiedy Putin doszedł do władzy, najcenniejsze dobra w Rosji były własnością kolegów Jelcyna. Na początku nowy prezydent pozwolił oligarchom zachować majątki pod warunkiem, że nie będą mieszać się do polityki. A następnie rozprawił się z najbardziej niezależnymi i nieprzestrzegającymi umowy. Bierezowski i Gusiński musieli opuścić Rosję; ich majątek trafił do skarbu państwa. Lubianego przez społeczeństwo Chodorkowskiego, który krytykował korupcję w kraju, aresztowano pod absurdalnym zarzutem. Jukos został przejęty przez Rosnieft. Równolegle przy nowym prezydencie wyrosła inna grupa oligarchów. Jej część stanowili jego koledzy z Petersburga. Po raz kolejny w Rosji o zostaniu miliarderem zdecydowało to, kto kogo lubi, kto kogo zna i kto do kogo jeździ na daczę.

Byłoby dalece idącą przesadą stwierdzenie, że wszyscy oligarchowie z serca kochają prezydenta. Miłują przede wszystkim aktualny stan rzeczy. Putin wprowadził niepisaną zasadę: koledzy byłego prezydenta nie zostaną kolegami nowego, bo nowy bardziej lubi swoich kolegów. Trzeba się nad nią pochylić, gdyż to szalenie istotne prawo. Genialny w swej prostocie jeden z zasadniczych filarów długoletnich rządów. Sprawia, że myśli bogatych biegną następującym torem: „Nie podoba ci się prezydent? Czyżby? Zastanów się dwa razy, czy chcesz nowego".

Czasami zdarzają się buntownicze wyjątki. Przykładem może być Oleg Tińkow. Zanim trafił na listę najbogatszych ludzi świata, kupował na Syberii piły łańcuchowe

eprasa.pl e303ecb072

Drużba za równowartość dwudziestu dolarów i sprzedawał je na warszawskim Bazarze Różyckiego za równowartość dwustu dolarów. W 2022 roku jako jeden z nielicznych ostro skrytykował inwazję na Ukrainę oraz samego Putina za rozpętanie wojny. Został uznany za zagranicznego agenta. Stracił część majątku, zrzekł się stanowiska przewodniczącego rady Tinkoff Bank oraz rosyjskiego obywatelstwa i wyjechał z kraju. Utrzymywał kontakt z niektórymi kolegami z rosyjskiej elity finansowej, między innymi z Siergiejem Galickim.

W wywiadzie zatytułowanym *Wyobraźcie sobie, że w miejscu Rosji jest morze* powiedział:

– Szokuje mnie, jakimi wszyscy są tchórzami. I każdy znalazł sobie powody. Galicki ma jakiś klub piłkarski. (...) Urządził sobie Park Krasnodarski. Sam mi to wyznał. A ja odpowiedziałem: Siergiej, wsadź sobie w dupę ten swój klub piłkarski i ten Park Krasnodarski! My, Rosjanie, nasi ludzie, zabijają setki cywilów. Dzieci giną, do cholery! Bombardują. Jesteś dupkiem? (...) Straciłem do niego szacunek.

—

OLIGARCHOWIE znakomicie orientują się w sytuacji międzynarodowej, ponieważ prowadzą skomplikowane biznesy wymagające złożonych partnerstw, współpracy z innymi krajami, najczęściej z wieloma jednocześnie. Nie leży w ich interesie sytuacja, w której Rosja przez wywoływanie wojen staje się pariasem na arenie międzynarodowej. Sankcje powodują nieskończenie wiele kłopotów: w produkcji, dystrybucji, dostawach, umowach, szukaniu zamienników, kosztownych testach owych zamienników i wzmożonej obsłudze prawnej. Ponadto większość oligarchów została objęta sankcjami, straciła nieruchomości, jachty, pieniądze.

Niektórzy apelowali o pokój, nie tylko z powodów biznesowych. Wydawali się szczerze poruszeni ukraińskim dramatem. Władimir Lisin (majątek szacowany na dwadzieścia sześć i pół miliarda dolarów) napisał list otwarty do współpracowników. Padły w nim słowa: „Pragnę wyrazić moje głębokie współczucie wszystkim ofiarom konfliktu zbrojnego w Ukrainie, rodzinom i bliskim osób, które zginęły. Ofiary z życia ludzkiego zawsze są ogromną tragedią, dla której nie można znaleźć usprawiedliwienia". Do pokoju nawoływali również Michaił Fridman i Oleg Deripaska. Cała trójka została objęta sankcjami. Biznesy oligarchów częstokroć są uwikłane w rozmaite interesy Kremla. Czasami przyczyniają się do finansowania wojny, nawet jeśli właściciel przedsiębiorstwa prywatnie ubolewa nad inwazją.

Żaden ranking najbogatszych ludzi świata nie może się obejść bez Rosjan. Według magazynu „Forbes" najbogatszym z nich jest Wagit Alekperow, były prezes Łukoilu, posiadający majątek w wysokości ponad dwadzieścia osiem miliardów

dolarów. Prywatnie interesuje go numizmatyka; zgromadził imponującą kolekcję cennych monet, w tym antycznych. Tuż za nim plasują się Aleksiej Mordaszow z rodziną, główny udziałowiec Severstalu, oraz Leonid Michelson z rodziną, założyciel przedsiębiorstwa Novatek produkującego gaz ziemny. Suma majątku tej trójki przekracza osiemdziesiąt pięć miliardów dolarów. Na świecie istnieje sporo krajów, które bardzo chciałyby mieć budżet roczny w takiej wysokości.

Wiele zachodnich majątków to owoce pracowitości, wyspecjalizowanej wiedzy, rodzinnego dorobku dziedziczonego z pokolenia na pokolenie. Lista najbogatszych ludzi świata sporządzona przez „Forbesa" wyraźnie pokazuje, że rosyjskie fortuny bazują na surowcach: ropie, gazie, stali, miedzi, złocie. Oligarchowie nie są autorami wynalazków, które zrewolucjonizowały świat, nie opracowali innowacyjnych technologii, nie wyprodukowali towarów ułatwiających ludziom życie. Dzięki bliskim kontaktom z władzą i talentom społecznym otrzymali zgodę na wyciąganie z rosyjskiej ziemi przeróżnych kawałków tablicy Mendelejewa.

Zamożni, choć nie na tyle, aby należeć do grupy oligarchów, Rosjanie borykają się z dziwacznymi kłopotami. Obyczaj nakazuje, aby bogaty wybudował sobie willę w Soczi z widokiem na morze, którego nie przesłania żaden inny budynek. Nietrudno zgadnąć, że najlepsze parcele są już zajęte. Nikt nie chce się budować w drugim rzędzie. Kłócą się o pierwszy. W cenionych miejscach za plażą nie ma gdzie szpilki wcisnąć. Na dodatek widok może ulec pogorszeniu, jeśli u sąsiada wyrośnie zbyt wysoki żywopłot. To rodzi kolejne konflikty.

Ponadto wypadałoby mieć biuro w Moskwa City. Tyle że nie każdemu jest ono potrzebne. W takim wypadku zaleca się kupić apartament. Ceny za metr kwadratowy wahają się od czterystu tysięcy do miliona rubli. Standardowy dwupokojowy apartament kosztuje pięćdziesiąt milionów rubli.

—

W MOSKWA CITY KWITNIE wynajem apartamentów na doby. Szczególnym zainteresowaniem cieszą się piętra od siedemdziesiątego w górę. Klienci nie zawsze są turystami lub biznesmenami. W wielu przypadkach to Rosjanie pragnący zrobić sobie zdjęcia do mediów społecznościowych przy wielkich oknach z imponującym widokiem.

– Moskwa City wygląda luksusowo, ale nikomu nie życzę mieszkania na niektórych piętrach wieżowców – opowiada Wiktor z rosyjskiej emigracyjnej opozycji. – W budynkach są kasyna, kluby, sale koncertowe, sale sportowe oraz agencje towarzyskie hałasujące na zmianę przez całą dobę. Może się okazać, że kupiliście apartament za kilkadziesiąt milionów, a nad wami jest nocny klub taneczny, w dzień wynajmowany na lekcje stepowania. Nikt tego nie wytrzyma. Parkowanie to piekło, na windę czeka się bardzo długo. Zjechanie do lobby zajmuje średnio kwadrans. Jednak najbardziej uciążliwe są przepustki. Musicie zjechać do lobby, żeby wasi goście lub kurier je dostali i mogli wejść do budynku. Jeśli znajomy wpadnie na kawę, ale zapomni dowodu

eprasa.pl e303ecb072

osobistego, nie otrzyma przepustki, nawet jeśli zjedziecie do lobby. Będziecie musieli porozmawiać z nim na dole lub wrócić do mieszkania po kurtkę i rzeczy, żeby wyjść na miasto. Ten drugi scenariusz oznacza dla znajomego pół godziny czekania.

Moskiewskie luksusowe apartamentowce zamieszkuje czasami towarzystwo tak dystyngowane, że może się poczuć zniesmaczone najzwyklejszymi sprawami życia codziennego. Jego przedstawiciele bardzo wiele rzeczy uznają za plebejskie, odrażające lub godne politowania. Na przykład wynoszenie śmieci. Lubią nagrywać rolki do mediów społecznościowych i pokazywać światu swoje życie. Długie, jasne hole pełne kwiatów oraz wyłożone marmurem lobby idealnie nadają się do tego celu. Niestety, w kadry wchodzą sąsiedzi z workami i psują cały efekt. Pojawiają się kłótnie, skargi, donosy.

Wynoszenie śmieci przeszkadza również biznesmenom, którzy zapraszają kontrahentów na rozmowy do swoich apartamentów. Chcą ubijać interesy w ekskluzywnych warunkach. Skarżą się, że nie są w stanie. Jak mają zrobić dobre wrażenie, gdy po drodze klienci mijają w korytarzu sąsiada w klapkach, rozchełstanej koszulce i z workiem śmieci? Mieszkańcy argumentują: „Nie po to kupiliśmy mieszkanie za bajońskie sumy, żeby wszyscy się nas czepiali. Nie będziemy zakładać garnituru po to, żeby wyjść do śmietnika!”. Biznesmeni grożą przeniesieniem się w inne miejsce.

Afera tak się rozbuchała, że w niektórych moskiewskich apartamentowcach wydano oficjalny zakaz chodzenia po budynku z workiem śmieci. Aby nie było widać worka, odpady należy umieścić w eleganckiej walizce na kółkach. Trzeba ją otworzyć tuż przy śmietniku, w wyznaczonej strefie. Dzięki temu w holu i lobby wynoszący odpady przypomina osobę udającą się w podróż i nie wzbudza powszechnego zgorszenia klasy wyższej. Można również wezwać portiera, który za stosowną opłatą bezzwłocznie przybędzie z elegancką drogą walizką i dyskretnie załatwi sprawę.

Fragment pochodzi z książki Alice Lugen *Imperium gniewu. Paradoksy putinowskiej Rosji*, która w kwietniu ukaże się nakładem Wydawnictwa Czarne.

kalendarz 2026
ZACHĘTY

ZACHĘTA

AGNIESZKA MASTALERZ 16.01–29.03

Miejsce Projektów Zachęty

KRYSTYNA WOJTYNA-DROUET 20.02–4.04

KAROLINA WIKTOR 20.02–3.05

BARBARA KASTEN 13.03–7.06

Zachęta — Narodowa Galeria Sztuki
Plac Małachowskiego 3
00-916 Warszawa

Miejsce Projektów Zachęty
ul. Gałczyńskiego 3
00-362 Warszawa

zacheta.art.pl

instytucja finansowana przez Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego

eprasa.pl e303ecb072

O pieniądzach w muzeum

tekst ZOFIA PŁOSKA-CZARTORYSKA

PODCZAS GDY FINANSOWE elity próbują poprawiać swój wizerunek poprzez wspieranie muzeów, artyści organizują protesty i bojkoty, przypominając, że zadaniem sztuki jest tłumaczyć rzeczywistość, a nie ją zakłamywać.

O świcie 6 lipca 1892 roku na brzegu rzeki Monongahela stanęły naprzeciw siebie uzbrojone oddziały. Po jednej stronie: robotnicy z fabryki stali w Homestead w stanie Pensylwania, po drugiej: grupa najemników z agencji detektywistycznej Pinkertona, sprowadzona przez dyrektora fabryki do stłumienia strajku. Wydarzenie przeszło do historii jako masakra w Homestead i było jednym z najkrwawszych starć w historii ruchu robotniczego w Stanach Zjednoczonych.

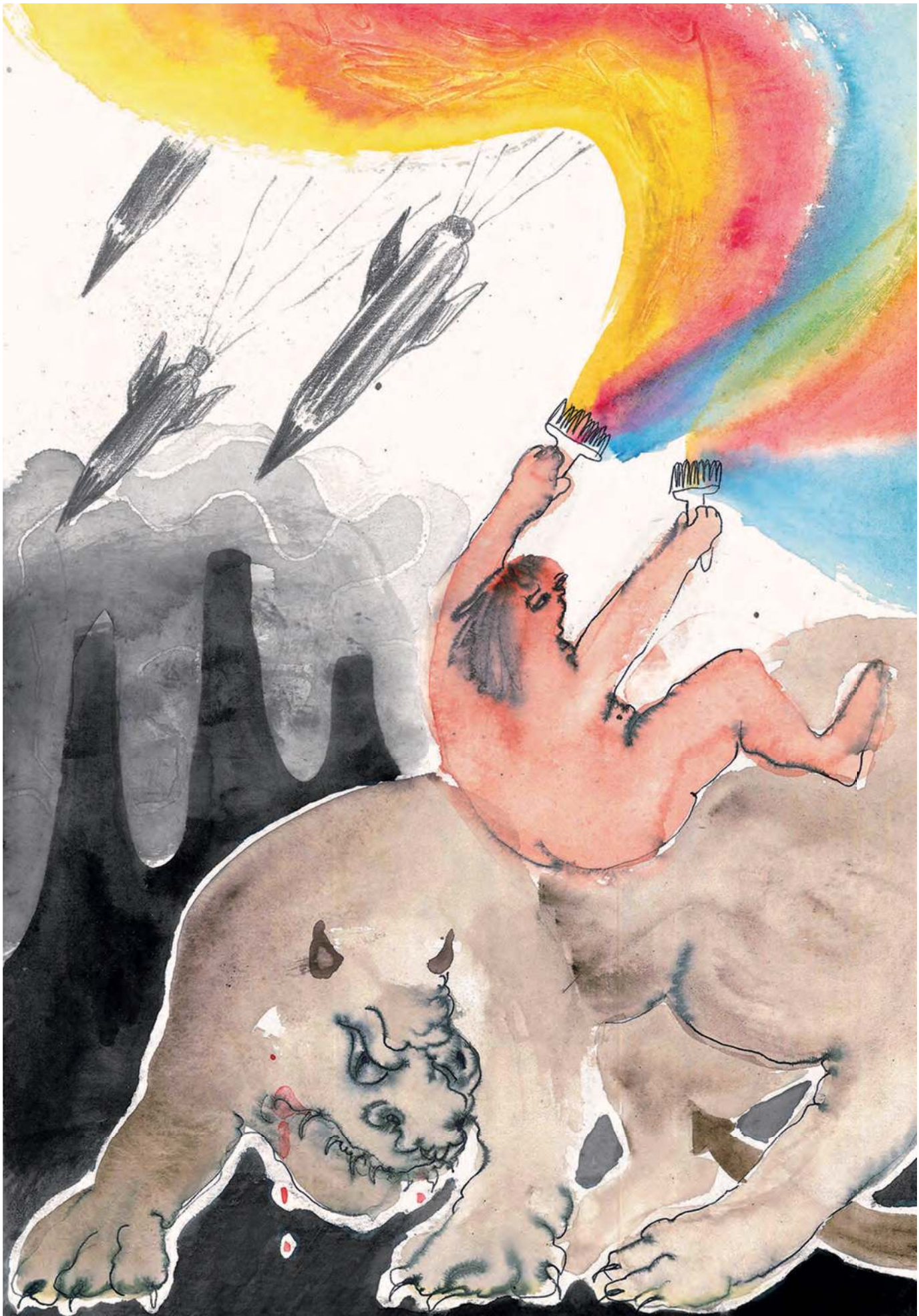
Wcześniej przez kilka miesięcy związki zawodowe bezskutecznie próbowały osiągnąć porozumienie z władzami fabryki, które mimo rekordowych zysków planowały obniżenie pensji 325 pracowników albo zwolnienia. Kiedy pod koniec czerwca pracownicy nie zostali wpuszczeni do fabryki – a tym samym odcięci od źródła zarobku – w mieście wybuchł bunt, który mieli opanować wynajęci przez fabrykantów łamistrajki ochraniani przez uzbrojonych najemników. Podczas potyczek zginęło kilkanaście osób, a ponad setka została rannych. Do ostatecznego zaprowadzenia porządku wezwano armię stanową. Dyrektora fabryki prasa nazwała „najbardziej znienawidzonym człowiekiem Ameryki". Właściciel fabryki zniknął w Szkocji, żeby uniknąć bezpośredniego zaangażowania i szwanku na wizerunku, choć w zachowanej korespondencji popierał strategię swojego dyrektora. Dyrektorem był Henry Clay Frick. Właścicielem – Andrew Carnegie.

Ich nazwiska – Frick i Carnegie – to dla współczesnych miło brzmiące słowa. Pierwsze jest nazwą jednego z najbardziej uwielbianych muzeów świata. W jego świeżo odrestaurowanych, pięknych nowojorskich wnętrzach z epoki tak zwanego pozłacanego wieku prezentowana jest kolekcja najznakomitszych dzieł europejskiego malarstwa pędzla Vermeera, Rembrandta czy Turnera. Drugie słowo składa się na nazwę Carnegie Hall, w którym występ jest w świecie muzyki synonimem osiągnięcia szczytu sławy i doskonałości. Na koncertach otwarcia tej sali dyrygował sam Piotr Czajkowski, to tu debiutował Leonard Bernstein i zagrali, podczas swojej pierwszej trasy koncertowej po Stanach, Beatlesi. Carnegie to także znakomite muzeum sztuki w Pittsburgu, położone tylko 13 kilometrów od dzisiejszej dzielnicy Homestead, w której znajdowała się kiedyś fabryka stali.

Fabryki nie ma, nadbrzeże zgentryfikowano, a o krwawych strajkach i nieludzkich warunkach panujących w stalowniach Carnegiego kierowanych przez Fricka, dzięki którym obaj zdobyli fortunę, pamiętają głównie historycy. „Marka osobista" tych dwóch osób jednak żyje, a ich nazwiska wymawiamy z podziwem, łącząc je z kulturą najwyższych lotów.

Być może Carnegie i Frick, którzy byli wielbicielami epoki renesansu, znali historię stłumienia buntu

eprasa.pl e303ecb072



rysunek AGNIESZKA SZAREK

eprasa.pl e303ecb072

ZOFIA PŁOSKA-CZARTORYSKA, historyczka sztuki, kuratorka. Autorka audycji *Sztuka mniej obca* o sztuce zagranicznej w Programie 2 Polskiego Radia oraz audioserialu *Wszystko już było*, wyróżnionego w konkursie Podcast Roku 2025. Kuratorka wielu wystaw, m.in., *Po co wojny są na świecie. Sztuka współczesnych outsiderów* (MSN) i *Nie jestem już psem* (Muzeum Śląskie w Katowicach).

mieszkańców włoskiej Volterry przez Wawrzyńca Medyceusza. Jako władca Florencji chciał bowiem zagarnąć dla siebie zyski z odkrytej tam kopalni ałunu. Nie to jednak sprawiło, że został zapamiętany, ale mecenat, jaki roztoczył nad Leonardem da Vinci czy Michałem Aniołem. Ta praktyka, która na stałe wpisała się w historię kapitalizmu, w XXI wieku nosi miano *artwashingu*.

Termin ten po raz pierwszy pojawił się w literaturze w 2015 roku za sprawą książki *Artwash. Big Oil and the Arts* (*Sztuka wybielania. Koncerny naftowe i sztuka*) autorstwa Mel Evans. Opisuje ona kulisy sponsorowania muzeów brytyjskich przez światowe koncerny paliwowe, a także protesty, które regularnie odbywały się w muzeach od 2010 roku. Narodziny tego ruchu niesłusznie łączono więc w wielu artykułach prasowych, między innymi w „Guardianie" czy „Financial Timesie", z organizacją Boyle Heights Alliance Against Artwashing and Displacement (Sojusz Boyle Heights przeciwko artwashingowi i wysiedleniom), która powstała w 2016 roku, aby powstrzymać gentryfikację ubogiej dzielnicy Boyle Heights w Los Angeles poprzez otwieranie tam kolejnych galerii sztuki. Niemniej jednak to właśnie w połowie ubiegłej dekady *artwashing* wszedł na stałe do słownika. Początkowo przede wszystkim w kontekście toksycznej filantropii takich firm, jak BP czy Shell oraz wykorzystywania przez deweloperów sztuki i artystów. Następnie terminu tego zaczęto używać do określenia szerokiego spektrum działań, które – jak pisze Evans – polegają na robieniu jednej rzeczy po to, aby odwrócić uwagę od innej.

Termin ten nawiązuje oczywiście do *greenwashingu*, zlepku angielskich słów *green* (zielony) i *whitewashing* (wybielanie), czyli celowym wprowadzaniu opinii publicznej w błąd co do ekologicznego charakteru działań. Celem jest kształtowanie wizerunku firmy jako odpowiedzialnej i godnej zaufania. W przypadku *artwashingu* korzyści wizerunkowe ma zapewnić patronat nad instytucjami sztuki. Co ciekawe, Evans najstarsze użycie tego zwrotu wytropiła nie na transparentach aktywistów, ale w tekście badaczki Tiny Mermiri z 2009 roku, który opublikowała organizacja Art & Business lobbująca na rzecz korporacyjnego sponsoringu. Mermiri przestrzegała firmy, że jeśli jedynym celem ich filantropii jest „wypranie" własnej reputacji, niekoniecznie musi to zakończyć się sukcesem. Bo chociaż przez cały XX wiek udawało się to doskonale, po globalnym kryzysie finansowym z 2008 roku nastąpił wyraźny przełom.

Druga dekada XXI wieku stała się czasem protestów przeciw współpracy muzeów z patronami, których działalność była związana z niszczeniem planety, wywoływaniem kryzysów zdrowotnych, pogłębianiem nierówności ekonomicznych, dyskryminacją mniejszości czy łamaniem praw człowieka. Artyści i aktywiści zaczęli zaglądać pod „powierzchnię" – sprawdzać, skąd pochodzą fortuny członków muzealnych rad powierniczych i jakie są ich biznesowe powiązania, rozszyfrowywać tożsamość tajemniczych fundacji, a nawet przyglądać się, w jakie firmy muzea inwestują swoje środki.

W tym miejscu trzeba jasno powiedzieć, czym różni się toksyczna filantropia – jak zamiennie nazywany jest *artwashing* – od szerszego zjawiska prywatnego mecenatu, który jest zjawiskiem pozytywnym i pożądanym we współczesnej kulturze, naznaczonej po 2008 roku przez ostre cięcia środków publicznych. Odpowiedzialny biznes wspierający działania kulturalne jest zdrowym elementem ekosystemu sztuki. W krajach, w których władza nie sprzyja sztuce współczesnej, prywatne pieniądze mogą okazać się wręcz niezbędne do podtrzymania działań ambitnej sceny artystycznej. Tak dzieje się w wielu miejscach na świecie. Przykładem niech będzie Turcja, gdzie czołową progresywną instytucją w Stambule jest SALT, którą w znacznym stopniu utrzymuje bank Garanti BBVA, czy Bangladesz, gdzie scenę artystyczną animuje pozytywnie oceniana Samdani Art Foundation, a nawet Stany Zjednoczone, gdzie wiele prywatnych fundacji wspiera programy z zakresu DEI (*diversity, equity and inclusion*, czyli różnorodność, równość i inkluzywność), których finansowanie zlikwidował Donald Trump.

Jednak właśnie to, że mecenat słusznie cieszy się powszechnym szacunkiem społecznym i wpływa pozytywnie na wizerunek mecenasa, sprawia, że często jest atrakcyjny dla tych, którzy w związku z charakterem swojej działalności biznesowej mogą mieć na pieńku z opinią publiczną. „To jedna z żelaznych zasad fundraisingu: w pierwszej kolejności zwracasz się do firm z problemem wizerunkowym" – powiedział z rozbrajającą szczerością w 2019 roku brytyjski wpływowy historyk sztuki, profesor Christopher Frayling, o którym będzie w tym tekście jeszcze mowa.

Jak rozpoznać zatem, czy dane działanie nosi znamiona *artwashingu*? Z pomocą przychodzi tu inne pojęcie, którym posługują się badacze i aktywiści tropiący toksyczne związki biznesu z kulturą. *Social licence to operate* (społeczna licencja na działalność) to nieformalne akceptacja i zaufanie, jakimi cieszy się przedsiębiorstwo lub projekt w oczach społeczności lokalnej i szerszego otoczenia. Oznacza to, że działalność firmy jest postrzegana jako odpowiedzialna i zgodna z interesem społecznym, co ułatwia jej prowadzenie biznesu i zmniejsza ryzyko konfliktów czy protestów. Bo choć Margaret Thatcher wierzyła, że „społeczeństwo nie istnieje", w rzeczywistości firmy nie mogą sobie pozwolić na całkowite ignorowanie opinii publicznej i muszą uważać na złą prasę – są bowiem zbyt zależne od władzy państwowej, która musi liczyć się ze swoim elektoratem, a także od wyborów konsumentów.

eprasa.pl e303ecb072

O *artwashingu* mówimy więc wyłącznie wtedy, gdy mamy do czynienia z przedsiębiorstwem lub człowiekiem, którego „społeczna licencja" jest z powodu jego działań zagrożona. Podmioty, które jako element strategii PR-owej stosują *artwashing*, chcą dzięki niemu odwrócić uwagę od sedna swojego działania (szkodliwego) i skierować ją na działalność poboczną (pozytywną). Świadomości tego, że sponsoring kultury może legitymizować podmioty działające wbrew interesowi społecznemu, dowodzą choćby obowiązujące od 2005 roku wytyczne Światowej Organizacji Zdrowia (WHO), w których wezwano do nieprzyjmowania patronatu marek tytoniowych. Co prawda nie przeszkadza to tym firmom inwestować w kulturę, jednak robią to w bardziej zawoalowany sposób.

Dla przykładu w 2024 roku ustalono, że British Museum przyjęło łącznie 2420 obiektów sztuki japońskiej od spółki, którą na stronie internetowej tej instytucji wymieniono pod tajemniczym akronimem JTI. Postronni zapewne nie od razu połączą go z producentem papierosów Camel czy Winston – firmą Japan Tobacco International. Strategia *artwashingu* nie zawsze opiera się więc na maksymalnej widoczności patronatu. Jak pisze Mel Evans: „Pranie wizerunku staje się możliwe w momencie, w którym firmy przybierają przemyślaną, wyrafinowaną, kulturalną personę stworzoną z myślą o szczególnych odbiorcach – liderach opinii zajmujących wpływowe pozycje w mediach i polityce" (przeł. Z.P.-C.). Ważniejsze od rozgłosu okazują się często polityczne korzyści – znajomości i znalezienie się we wpływowych kręgach, do których wstęp lobbystom czy oligarchom z odległych satrapii dają wielomilionowe darowizny.

Większość najgłośniejszych protestów, prowadzonych przez artystów i aktywistów po 2010 roku, odbyła się w muzeach w Stanach Zjednoczonych i Wielkiej Brytanii. Anglosaski system zarządzania muzeami jest odmienny od tych, które funkcjonują w Polsce i wielu europejskich krajach, na przykład we Francji, gdzie dyrektorzy odpowiadają przed władzą państwową czy lokalną, a muzealne rady mają jedynie funkcje doradcze. W Stanach instytucje kultury zawsze były w dużej mierze uzależnione od prywatnej filantropii – na przykład w 2019 roku aż 29,2 procent przychodów amerykańskich muzeów pochodziło od zamożnych darczyńców, jak pisze Rachel Spence w wydanej w 2024 roku książce *Battle for the Museum* (*Bitwa o muzeum*).

W tym systemie nagrodą za bycie hojnym mecenasem jest prestiżowy status powiernika (ang. *trustee*), czyli *de facto* członka zarządu wspieranej organizacji, który realnie wpływa na jej funkcjonowanie – chociażby przez wybór jej dyrektora, zatwierdzanie planów rocznych czy (co bardzo istotne) decydowanie o jej finansach. Według amerykańskiej dziennikarki Julii Halperin w Stanach Zjednoczonych minimum, które pozwala utrzymać się na stanowisku powiernika, stanowi sześciocyfrowa roczna donacja na rzecz muzeum. Korzyści, jakie muzea amerykańskie czerpią z darowizn, są przez nie inwestowane. Na przykład Metropolitan Museum of Art w Nowym Jorku w 2023 roku w ramach darowizn dysponowało aktywami o wartości 4,22 miliarda dolarów. W Wielkiej Brytanii zaangażowanie państwa w muzea dramatycznie spadło w czasach Margaret Thatcher, a tę sytuację przypieczętował w 1992 roku rząd Johna Majora – najważniejsze brytyjskie muzea narodowe przekształcając w *non-departmental public bodies* (pozaresortowe instytucje publiczne), którym państwo gwarantowało część finansowania.

To nie tylko uzależniło muzea od sponsoringu korporacyjnego i wpłat bogatych filantropów, ale też wpłynęło na zmianę sposobu zarządzania samą instytucją na bardziej korporacyjny. Nowy model przejawiał się chociażby cięciem kosztów (na przykład poprzez *outsourcing* i tymczasowe kontrakty), a zarazem ekspansywnym podejściem – nowymi skrzydłami i siedzibami projektowanymi przez „starchitektów" (architektów o statusie gwiazdy, jak sławny włoski architekt Renzo Piano, który zaprojektował nowy budynek nowojorskiego Whitney Museum of American Art) czy wielkimi wystawami obliczonymi na popularność. Jak zauważa Rachel Spence, zapewne miało to związek z tym, że w muzealnych radach pojawili się powiernicy reprezentujący drapieżny, neoliberalny biznes.

W Polsce struktura organizacyjna chroni instytucje publiczne przed bezpośrednim wpływem filantropów na proces decyzyjny – zarówno w kwestiach zarządzania, jak i programowych – i dlatego sektor muzealny jest zdecydowanie mniej wpływowym elementem polityczno-gospodarczej układanki. Prywatnej filantropii jest też u nas zdecydowanie mniej (i tej zdrowej, i tej toksycznej), więc trudno byłoby znaleźć przykład, który swoją drastycznością i skalą dorównywałby tym, o których będę pisać dalej. To, co działo się na Zachodzie w ostatnich latach, może być jednak ważną lekcją dla tych z nas, którzy widzą potrzebę działań na rzecz rozwoju mecenatu w Polsce. Sama się do nich zaliczam. Od ponad 15 lat pracuję bowiem w kulturze, także w sektorze publicznym, i wiem, że bez prywatnego sponsoringu nie wydarzyłoby się wiele ważnych dla polskiej kultury działań.

Ta potrzeba będzie tylko rosnąć, biorąc pod uwagę cięcia w sektorze kultury w całej Europie, które wiążą się między innymi ze zwiększonymi wydatkami na obronność, widmem recesji gospodarczej czy wreszcie konserwatywnym klimatem politycznym. Palące potrzeby naszego środowiska nie mogą jednak sprawić, że przymkniemy oko na pułapki toksycznej filantropii. Mając ich świadomość, mamy szansę zbudować zdrowy

29,2 procent

• tyle przychodów amerykańskich muzeów pochodziło od zamożnych darczyńców w 2019 roku

eprasa.pl e303ecb072

ekosystem współpracy kultury z biznesem, w którym artyści nie ryzykują, że wbrew swojej woli staną się pionkiem w czyjejś grze.

—

DOBRZE PAMIĘTAM moje pierwsze zderzenie z etyczną oceną korporacyjnego patronatu. Pod koniec studiów wyjechałam na staż do znanej komercyjnej galerii w Nowym Jorku, reprezentującej plejadę znakomitych, często zaangażowanych społecznie artystów. Był początek 2012 roku i miasto wciąż żyło atmosferą jesiennych protestów Occupy Wall Street. Do moich zadań należało monitorowanie mediów, więc codziennie rano dostawałam do skrzynki wybór artykułów na temat artystów galerii. Pamiętam dysonans poznawczy, który wywołała we mnie zjadliwa krytyka współpracy malarki Julie Mehretu, jednej z moich ulubionych artystek, z bankiem inwestycyjnym Goldman Sachs. Choć od ukończenia jej pracy minęły wówczas już dwa lata, echa kontrowersji nie cichły.

W widocznym z ulicy miejscu w lobby siedziby banku Mehretu wykonała w 2009 roku monumentalny mural, który bez wątpienia jest znakomitym przykładem sztuki abstrakcyjnej. Jego łączny koszt wyniósł 5 milionów dolarów. Działo się to w czasie, gdy wielu Amerykanów wciąż odczuwało dotkliwe skutki kryzysu finansowego po 2008 roku – wywołanego spekulacjami na rynku kredytów hipotecznych – w którym Goldman Sachs odegrał kluczową, niechlubną rolę. Bank uratowano z państwowych środków, a odpowiedzialni za nieetyczne praktyki menedżerowie nie ponieśli konsekwencji. Tymczasem w wyniku kryzysu swoje domy straciło kilka milionów Amerykanów, a skutki recesji dotknęły najmocniej ubogą część społeczeństwa (wykazano nawet, że czarnym obywatelom banki częściej udzielały ryzykownych kredytów).

Nie pamiętam, kto był autorem artykułu, dobrze pamiętam natomiast, że wytykał artystce wspieranie wizerunku finansjery i korzystanie ze środków zarobionych na ludzkiej krzywdzie. Punktował też wybór do tego lukratywnego i prestiżowego zlecenia artystki, która wciąż w świecie sztuki może być postrzegana jako przedstawicielka mniejszości – czarna, otwarcie queerowa kobieta, o etiopsko-żydowskich korzeniach. Trochę wcześniej, w 2010 roku, Julie Mehretu tak broniła swojej decyzji na łamach „New Yorkera": „[Zrobiłabym to jeszcze raz] bez wahania. Nie postrzegam tej instytucji jako czegoś złego, lecz jako część większego systemu, w którym wszyscy uczestniczymy. (...) Ważniejsze jest dla mnie rozwijanie dziedziny malarstwa. Można tylko mieć nadzieję, że z czasem będzie to odbierane jako coś, co jest w porządku" (przeł. Z.P.-C.). Tak myślało wówczas wiele osób. Po 2010 roku okazało się, że świat nie był już jednak taki sam. Kluczową rolę w tej zmianie odegrali artyści.

Z funkcji prezesa rady powierniczej nowojorskiej MoM-y zrezygnował Leon Black, finansista blisko powiązany z Jeffreyem Epsteinem.

Mel Evans swoją książkę *Artwash. Big Oil and the Arts* rozpoczyna od opisania performance'u, który wykonała razem z akademiczką Anną Feigenbaum i który stał się jednym z pierwszych szeroko nagłośnionych przez światowe media protestów grupy Liberate Tate, sprzeciwiającej się sponsorowaniu czterech galerii Tate przez koncern paliwowy BP. Akcja odbyła się 28 czerwca 2010 roku w czasie dorocznej gali dla VIP-ów, celebrującej 20-lecie współpracy galerii z brytyjskim gigantem. Gospodarzami byli Nicholas Serota, dyrektor Tate, i John Browne, były prezes BP, który pełnił funkcję przewodniczącego rady powierniczej galerii. W tym samym czasie w Zatoce Meksykańskiej trwał niekontrolowany i katastrofalny w skutkach wyciek ropy po awarii platformy wiertniczej należącej do BP.

Elegancko ubranym aktywistkom udało się wejść na przyjęcie, gdzie następnie na środku marmurowej posadzki rozlały schowany pod sukniami czarny, gęsty płyn. „Jest go niewiele w porównaniu z powierzchnią galerii" – uspokajały zszokowanych gości, parafrazując haniebną wypowiedź prezesa BP Tony'ego Haywarda, który bagatelizował powagę katastrofy ekologicznej w Zatoce. Także na schodach do galerii inne osoby rozlewały ropopodobną ciecz, a obok stał tłum aktywistów z transparentami wzywającymi do zakończenia toksycznej filantropii. Rano performance znalazł się w nagłówkach gazet na całym świecie. Kolejne protesty organizowane w ramach ruchu Liberate Tate, a także listy protestacyjne wpływowych ludzi kultury i nauki ostatecznie doprowadziły do zwycięstwa. W 2017 roku BP wycofało się ze sponsoringu Tate.

Ruchy analogiczne do Liberate Tate – Art Not Oil, Culture Unstained czy Fossil Free Culture NL w Holandii – również osiągały sukcesy, skłaniając takie instytucje, jak Royal Shakespeare Company czy Van Gogh Museum w Amsterdamie do porzucenia toksycznych sponsorów. Wiele innych jednak – na czele z British Museum czy Science Museum w Londynie – do dziś korzysta z tej formy wsparcia.

Ta ostatnia instytucja stała się sceną licznych protestów, w tym nocnych okupacji przez aktywistów, z powodu wystawy *Our Future Planet* (*Nasza przyszła planeta*) z 2021 roku, finansowanej przez Shell, oraz otwartej w 2024 roku stałej ekspozycji *Energy Revolution: The Adani Green Energy Gallery* (*Rewolucja energetyczna: galeria Zielonej Energii Adani*), której sponsorem jest indyjski koncern Adani. Co prawda na stronie muzeum znajdziemy logo Adani Renewables, spółki zajmującej się zieloną energią, jednak gros przychodu grupy, do której ta spółka należy, pochodzi z wydobycia węgla. Firma znana jest w Indiach również z nielegalnego przejmowania ziemi, wycinania lasów, łamania praw człowieka, fatalnych warunków pracy i afer korupcyjnych. Władze londyńskiego Science Museum niezmiennie bronią wartościowej

eprasa.pl e303ecb072

„debaty" z przemysłem, który ma realny wpływ na klimat, tymczasem jasne jest, że koncerny używają wystaw jako zasłony dymnej, by kontynuować *business as usual*.

—

„ROBIĄ SOBIE PRACĘ artystyczną z naszych wspomnień" – powiedział w 2013 roku „Guardianowi" John Colfer, jeden z rezydentów eksmitowanych z komunalnego osiedla Heygate w południowym Londynie, przeznaczonego do rozbiórki. Samorząd postanowił sprzedać działkę deweloperowi, który w tym miejscu zaplanował eleganckie osiedle z mieszkaniami w cenach niedostępnych dla dotychczasowych lokatorów. Radni dzielnicy z organizacją non profit Artangel postanowili natomiast uatrakcyjnić okres między rozbiórką a rozpoczęciem budowy projektem z gatunku sztuki publicznej. (Według spekulacji lokalnych aktywistów, miał być finansowany przez developera). Zaproszono do niego artystę Mike'a Nelsona, który dwa lata wcześniej reprezentował Wielką Brytanię na Biennale w Wenecji. Nelson postanowił wykorzystać fragmenty jednego z rozbieranych bloków i wybudować z nich... piramidę. „Imponująca instalacja rzeźbiarska", zachwalali koncepcję kuratorzy Artangel. Odmienne zdanie mieli mieszkańcy, dla których osiedle od 1974 roku było domem. Pod wpływem protestów społecznych od projektu Nelsona odstąpiono.

„Sztuka jest wykorzystywana do tuszowania wywłaszczenia, wysiedlenia i, ostatecznie, czystek społecznych" – pisze doktor Stephen Pritchard z Northumbria University w pracy *Artwashing: The Art of Regeneration, Social Capital and Anti-Gentrification Activism* (*Artwashing. Sztuka regeneracji, kapitał społeczny i aktywizm przeciw gentryfikacji*) z 2017 roku. Historia osiedla Heygate jest jego zdaniem doskonałym przykładem *artwashingu*, którego prywatni inwestorzy i współpracujące z nimi samorządy używają do odwracania uwagi od społecznych kosztów gentryfikacji, zwanych przez nich „rewitalizacją". Festiwale, projekty artystyczne, murale czy „działania z udziałem społeczności" mają przysłonić kontrowersyjne zmiany w tkance miejskiej. Pritchard wskazuje także długotrwałe procesy, w które wciągani są artyści i instytucje. Władze lub sami deweloperzy mogą oferować im tanie pracownie, przestrzenie na galerie czy sale prób, dzięki którym gorsze lokalizacje stają się modne i atrakcyjne. Przykładem mogą być działania brytyjskiego magnata rynku nieruchomości, Rogera De Haana, który swoją „odnowę" nadmorskiego miasta Folkestone na południu Anglii rozpoczął od zorganizowania tam triennale sztuki i udostępnienia przestrzeni ponad 100 organizacjom kulturalnym. Luksusowy kompleks mieszkalny w porcie, który na zawsze zmienił urbanistyczną i społeczną tkankę miasteczka, zbudowano dopiero później.

Warto wspomnieć, że tropienie powiązań między rynkiem nieruchomości a establishmentem sztuki sięga początków ważnego nurtu sztuki współczesnej, zwanego krytyką instytucjonalną, który narodził się w latach 60. i dał podwaliny pod działania artystów i aktywistów w dekadzie buntu. Machinacje nowojorskich spekulantów nieruchomościami stały się tematem pracy niemieckiego artysty Hansa Haackego *Shapolsky et al. Manhattan Real Estate Holdings, A Real Time Social System as of May 1, 1971* (*Shapolsky i in. Manhattan Real Estate Holdings, system społeczny w czasie rzeczywistym od 1 maja 1971 roku*). To właśnie z jej powodu odwołano zaplanowaną na 1971 rok indywidualną wystawę artysty w Muzeum Guggenheima. Władze muzeum uczyły się na błędach kolegów z nowojorskiego Museum of Modern Art (MoMA).

Rok wcześniej Haacke wziął bowiem udział w słynnej wystawie *Information* (*Informacja*), na której pokazał projekt *MoMA Poll* (*Głosowanie w MoMA*). Widzowie zostali zaproszeni do udziału w badaniu opinii przez wrzucenie głosu do jednej z dwóch urn. Aż do dnia montażu artysta nie ujawnił pytania, które zamierzał zadać, a brzmiało ono: „Czy fakt, że gubernator Rockefeller nie potępił polityki prezydenta Nixona wobec Indochin, byłby dla Pana/Pani powodem, aby nie głosować na niego w listopadzie?". Był to czas, kiedy Nelson Rockefeller walczył o reelekcję, a tak się złożyło, że przewodniczącym rady powierniczej muzeum był wtedy jego brat, David (zresztą sam gubernator też wcześniej piastował tę funkcję). Szef rady zażądał natychmiastowego usunięcia pracy Hansa Haackego, na co nie zgodził się kurator. Zwiedzający wystawę zagłosowali w większości na tak, a dyrektor muzeum John Hightower, który odmówił zdjęcia wystawy Haackego, między innymi z tego powodu stracił stanowisko. W swoich pamiętnikach David Rockefeller jako powód jego odwołania wymienił także dopuszczenie na terenie MoM-y do protestu zorganizowanego przez kolektyw Art Workers Coalition i niewezwanie przeciwko niemu policji.

—

W CZASACH Hansa Haackego – pioniera krytyki instytucjonalnej – wydawało się niewyobrażalne, by artysta mógł doprowadzić do ustąpienia z rady muzeum potężnych sponsorów. Powiernicy przez lata działali nieniepokojeni przez nikogo. W dekadzie buntu miało się to zmienić raz na zawsze. Niespełna miesiąc od powstania ruchu Occupy Wall Street, który niósł sztandar z napisem: *We are the 99%*, artyści powołali siostrzany ruch Occupy Museums (OM). Jego celem było wykazanie i nagłośnienie zaangażowania przedstawicieli jednego procenta najbogatszych ludzi świata w patronat muzeów i zarządzanie nimi. To wtedy na dużą skalę zaczęło się wertowanie list członków rad powierniczych, w których

eprasa.pl e303ecb072

– jak się okazuje – zasiadają często przedstawiciele kontrowersyjnych branż albo ich żony i mężowie.

Jak pisał w manifeście jeden z założycieli OM, artysta Noah Fischer, przez dekady „głosy sprzeciwu były tłumione przez pełną lęku atmosferę przetrwania [w świecie kultury] i ciszę, która otacza wielkie pieniądze". Occupy Museums zorganizowało protesty między innymi w nowojorskich MoM-ie i New Museum, często nagłaśniające to, że patroni-kolekcjonerzy i przedstawiciele rynku sztuki forsują program muzealny, który zapewnia im wyższy zwrot inwestycji w sztukę. Sam ruch był krótkotrwały i nie przyniósł realnej zmiany w polityce muzeów. Kilkoro członków OM zasiliło jednak późniejszą organizację Decolonize This Place (DTP), której działania były już znacznie bardziej brzemienne w skutki. Położyła ona mocniejszy nacisk na nierówności rasowe i postkolonialne powiązania globalnego kapitału. Organizowała na przykład spektakularne protesty przeciwko udziałowi muzeów w gentryfikacji Brooklynu, a także przeciw wspieraniu narracji państw odpowiedzialnych za łamanie praw człowieka, chociażby Izraela w Strefie Gazy.

Najgłośniejszy okazał się jej dziesięciotygodniowy protest w Whitney Museum of American Art w 2019 roku, wspierany przez załogę tej instytucji, który doprowadził do ustąpienia z funkcji wiceprezesa zarządu muzeum i hojnego darczyńcy. Był nim Warren Kanders, prezes firmy Safariland produkującej tak zwaną mniej śmiercionośną broń. Flagowym produktem tej firmy jest granat z gazem łzawiącym, którego – jak donosiła wówczas prasa – używano przeciwko migrantom na granicy Stanów Zjednoczonych i Meksyku albo podczas tłumienia protestów po zabójstwach czarnych nastolatków przez policję w Baltimore. Początkowo muzeum nie zamierzało ustąpić, mimo nasilającego się kryzysu wizerunkowego. Gwoździem do trumny okazała się jednak postawa artystów. Jako pierwszy (jeszcze w grudniu 2018 roku) z udziału we flagowej imprezie muzeum, czyli The Whitney Biennial, zrezygnował Michael Rakowitz, amerykański artysta irakijskiego pochodzenia. Już podczas trwania biennale dołączyło do niego siedmioro kolejnych artystów, w tym tak znane postaci jak Nicole Eisenman, a także kolektyw artystyczno-śledczy Forensic Architecture (FA).

Jeszcze wcześniej, w odpowiedzi na zaproszenie do udziału w biennale, artyści z FA przeprowadzili śledztwo na temat globalnego eksportu produktów Safariland (dane na ten temat, w przeciwieństwie do eksportu zwykłej broni, nie są upubliczniane). W jego wyniku ustalili, że Kanders jest ściśle powiązany z firmą Sierra Bullets, która produkuje już całkiem śmiercionośną amunicję, sprzedawaną między innymi izraelskiej armii i użytą przeciw cywilom w czasie protestów w Strefie Gazy w 2018 roku – co Organizacja Narodów Zjednoczonych (ONZ) uznała za działanie noszące znamiona zbrodni wojennej. Po ustąpieniu Kandersa z funkcji artyści zgodzili się pokazać swoje prace, a magazyn „ArtReview" umieścił organizację Decolonize This Place na 19. miejscu corocznej listy 100 najbardziej wpływowych ludzi i instytucji świata sztuki.

Szlak dla tej strategii działania przetarła grupa artystów zaproszonych w 2014 roku do udziału w Biennale w Sydney (między innymi Agnieszka Polska). Zbuntowali się oni przeciwko sponsoringowi imprezy przez firmę Transfield Holdings, powiązaną z inną spółką – odpowiedzialną za prowadzenie ośrodków detencyjnych dla migrantów na wyspie Manus i w Nauru, które szeroko krytykowano za naruszenia praw człowieka. W wyniku działań artystów z funkcji przewodniczącego zarządu biennale ustąpił Luca Belgiorno-Nettis, prezes Transfield Holdings, a organizatorzy imprezy zerwali współpracę z toksycznym sponsorem.

Po głośnej kampanii w Whitney Museum of American Art powiernicy i sponsorzy przestali spać spokojnie. Jeszcze w tym samym roku z funkcji prezeski Serpentine Galleries w Londynie ustąpiła Yana Peel – po nagłośnieniu związków jej męża z izraelską firmą NSO Group, produkującą oprogramowanie szpiegowskie Pegasus, którego rządy autorytarne używają do szpiegowania dziennikarzy i aktywistów (a w Polsce między innymi – polityków opozycji podczas rządów Prawa i Sprawiedliwości). Dwa lata później z funkcji prezesa rady powierniczej nowojorskiej MoM-y zrezygnował Leon Black (ale pozostał członkiem rady), finansista blisko powiązany ze skazanym za przestępstwa seksualne i handel ludźmi

eprasa.pl e303ecb072

Jeffreyem Epsteinem. Na tamtym etapie znane były jedynie przepływy pieniędzy z firmy Blacka do Epsteina. Dokumenty, które amerykański Departament Sprawiedliwości ujawnił w styczniu 2026 roku, zawierały nie tylko drastyczne opisy przemocy seksualnej, o którą kilka kobiet oskarża Blacka, ale też szczegółowe informacje na temat osobistego zarządzania przez Epsteina operacjami finansowymi związanymi z kolekcją sztuki Blacka wartą 2,7 miliarda dolarów (według wyceny z 2016 roku). W momencie ukończenia tego tekstu Leon Black nadal jest członkiem rady powierniczej MoM-y.

Po inwazji wojsk Izraela na Strefę Gazy, która była następstwem ataku Hamasu z 7 października 2023 roku, wiele protestów skupiło się na powiązaniach powierników i mecenasów z rządem Benjamina Netanjahu. Na celowniku znaleźli się między innymi hojni mecenasi brytyjskiej sztuki – Zak i Candida Gertlerowie, małżeństwo oskarżane o wspieranie organizacji osadniczych na Zachodnim Brzegu i kampanii wyborczej Netanjahu. Po strajku okupacyjnym studentów słynnego wydziału sztuki Goldsmiths na University of London, nazwisko Gertlerów zniknęło ze ścian ufundowanej przez nich galerii Goldsmiths Center for Contemporary Art.

Nagłośniono także, że sponsorem wielu londyńskich instytucji jest Len Blavatnik, oskarżany o cenzurę w należących do niego izraelskich mediach. W lutym 2024 roku w atrium nowojorskiej MoM-y odbył się wielki (z udziałem ponad 500 osób) protest „zasiadany" (tak zwany *sit-in*), podczas którego protestujący rozwiesili baner z napisem „Powiernicy MoM-y finansują ludobójstwo, apartheid i kolonializm osadniczy". Jedną z piątki wymienionych powierników była Paula Crown, artystka i filantropka, żona prezesa rady nadzorczej firmy General Dynamics – produkującej bomby MK 84 używane przez izraelską armię w Gazie, a także pojazdy bojowe stosowane na przykład podczas krwawego tłumienia protestów w Kolumbii. Drugim był wspomniany już Leon Black, za wspieranie organizacji związanych z siłami zbrojnymi Izraela.

Powiernicy niejednokrotnie są też sponsorami partii politycznych. W książce *2016: in Museums, Money and Politics* (*Rok 2016 w muzeach: pieniądze i polityka*) Andrea Fraser, artystka i czołowa współczesna przedstawicielka krytyki instytucjonalnej, zestawiła dane, które pokazują afiliacje polityczne członków rad powierniczych amerykańskich muzeów. Na niedawnej retrospektywie Fraser w warszawskiej Zachęcie – Narodowej Galerii Sztuki te powiązania zostały przedstawione w formie estetycznych diagramów. Efekt jest ciekawy. Na przykład co czwarty członek rady nowojorskiej MoM-y – która programowo wspiera mniejszości rasowe i etniczne, prawa osób LGBT+, dekolonizację i walkę ze zmianami klimatu – jest donatorem konserwatywnej Partii Republikańskiej.

Zanim ktokolwiek zdążył zaprotestować, tuż po pełnoskalowej inwazji Rosji na Ukrainę 24 lutego 2022 roku z rad powierniczych instytucji kulturalnych zostali usunięci (to znaczy „dobrowolnie ustąpili" – to elegancki standard w przypadku tej funkcji) wszyscy rosyjscy oligarchowie, w tym objęci sankcjami przyjaciele Władimira Putina: Petr Aven (z rady Royal Academy of Arts w Londynie) i Władimir Potanin (z rady Muzeum Guggenheima). Tempo zmian i gremialne potępienie Rosji w oficjalnych komunikatach ma zapewne zatrzeć niemiłe wrażenie, że wcześniej nikomu nie przeszkadzały ani związki patronów z Kremlem – także po 2014 roku, kiedy rzeczywiście rozpoczęła się wojna rosyjsko-ukraińska – ani pochodzenie ich fortun. Odosobnionym głosem był w 2019 roku list otwarty 56 ekspertów międzynarodowych do spraw korupcji przeciwko przyjmowaniu datków od wspomnianego wyżej Lena Blavatnika, który „ma bliskie powiązania z Kremlem i jego kleptokratyczną siecią", a jego filantropijne działania są długotrwałą strategią „mającą na celu wybielenie jego wizerunku na Zachodzie". Ten urodzony w Ukrainie obywatel amerykański i brytyjski swój majątek zawdzięcza bowiem udziałowi w prywatyzacji państwowego sektora paliwowego i aluminiowego po upadku ZSRR. Blavatnik swoimi względami otacza głównie brytyjskie instytucje – na przykład przeznaczył 50 milionów funtów na budowę otwartego w 2023 roku skrzydła swojego imienia w muzeum Tate Modern w Londynie.

Nan Goldin zaczęła odmawiać udziału w wystawach organizowanych w instytucjach, które były powiązane z Sacklerami.

Autorzy listu zwrócili uwagę na ważną kwestię – ograniczone zainteresowanie, skąd pochodzą pieniądze, które do zachodnich partnerów są transferowane z ojczystych krajów patronów. Dobrym przykładem jest sprawa mającej w 2017 roku 14. edycji wystawy *documenta*, czyli niemieckiej imprezy uważanej za jedno z najbardziej prestiżowych i intelektualnie doniosłych wydarzeń artystycznych na świecie. *Documenta 14*, która odbyła się wtedy w Atenach w Grecji i w niemieckim Kassel, poruszała wątki związane z globalnymi kryzysami, takimi jak migracja, ekonomiczne dysproporcje i kolonialne dziedzictwo. W wystawie wzięło udział wielu artystów z krajów postkolonialnych. Wsparł ją także – kwotą 340 tysięcy euro – nieżyjący już kongijski biznesmen Sindika Dokolo wraz z żoną Isabelą dos Santos, córką byłego prezydenta Angoli. Dokolo był właścicielem największej kolekcji afrykańskiej sztuki współczesnej na świecie i znanym aktywistą na rzecz restytucji obiektów, które zagrabili europejscy kolonizatorzy, wywożąc je do krajów swojego pochodzenia.

W 2020 roku Międzynarodowe Konsorcjum Dziennikarzy Śledczych ujawniło Luanda Leaks – dokumenty, z których wynikało, że majątek małżeństwa pochodzi z przywłaszczenia sobie angolskiego mienia państwowego. Zdefraudowane środki miały sięgać ponad miliard

eprasa.pl e303ecb072

dolarów. Artyści, którzy wzięli udział w *documenta 14*, korzystali więc z pieniędzy ukradzionych obywatelom jednego z najbiedniejszych państw świata. (Według danych Banku Światowego w 2018 roku prawie 10 milionów osób, czyli 31,1 procent obywateli całej Angoli, żyło poniżej międzynarodowej granicy ubóstwa, czyli za 2,15 dolara dziennie). Choć aferę ujawniono trzy lata po zakończeniu *documenta 14*, to – jak zauważyła Elke Buhr, redaktorka naczelna niemieckiego magazynu artystycznego „Monopol" – kontrowersje dotyczące działań biznesowych dos Santos i jej męża były znane i krytykowane w lokalnych mediach znacznie wcześniej.

—

W POWYŻSZYM przykładzie artyści stali się ofiarami *artwashingu* – dostali wynagrodzenie z nieuczciwych źródeł, przez co nieświadomie swoją pracą wsparli działania sprzeczne z ich wartościami. Zdarza się jednak, że artysta może wykorzystać swoje pozycję i talent, by z tym zjawiskiem walczyć. Nie sposób nie wspomnieć tu o najsłynniejszej, zakończonej spektakularnym sukcesem konfrontacji wybitnej amerykańskiej fotografki Nan Goldin (i założonej przez nią grupy P.A.I.N. – Prescription Addiction Intervention Now) z rodziną Sacklerów, właścicielami firmy farmaceutycznej Purdue Pharma. To producent silnie uzależniającego leku OxyContin, który w znaczącym stopniu przyczynił się do kryzysu opioidowego w Stanach Zjednoczonych i Kanadzie [pisał o nim Patrick Radden Keefe, „Pismo" nr 4/2023 – przyp. red.]. W jego wyniku od początku XXI wieku do 2022 roku zmarło w tych dwóch krajach ponad 600 tysięcy osób, a szacuje się, że do 2029 roku może umrzeć nawet 1,2 miliona. Jednocześnie Sacklerowie należą do najpotężniejszych patronów sztuki i nauki naszych czasów, którzy skrzydła i galerie swojego imienia jeszcze do niedawna mieli w takich instytucjach, jak nowojorskie Metropolitan Museum of Art, paryski Luwr, Harvard Art Museums, Tate Britain i Tate Modern w Londynie czy Ashmolean Museum w Oksfordzie. Instytucji tych jest tak dużo, że nazwisko Sackler zdecydowanie bardziej kojarzyło się (powtórzmy, że do niedawna) z kulturą niż biznesem farmaceutycznym.

Nan Goldin na przełomie lat 80. i 90. XX wieku była zaangażowana w walkę o prawa osób chorujących na AIDS, w tym w działalność ruchu ACT UP. Kiedy więc na początku XXI wieku uzależniła się od opioidów, postanowiła wrócić do tamtych form protestu. Performance jej kolektywu w muzeach sponsorowanych przez Sacklerów miały zawsze mocną wizualnie formę – w Metropolitan Museum of Art aktywiści wrzucili opakowania po OxyContinie do fosy wokół egipskiej Świątyni Dendur, a w Muzeum Guggenheima najpierw zrzucili fałszywe recepty opatrzone tekstem *Sacklers Lie People Die* („Sacklerowie kłamią, ludzie umierają"), a następnie zrealizowali akcję typu *die-in*, czyli położyli się jak martwi na posadzce. Zdjęcia i filmy z protestów obiegły cały świat, a w 2022 roku film *Całe to piękno i krew* w reżyserii Laury Poitras, który dokumentował walkę Goldin, zdobył nagrodę główną na Festiwalu Filmowym w Wenecji.

Pod koniec 2025 roku British Museum, pod wpływem opinii publicznej, wycofało się ze współpracy z koncernem tytoniowym JTI.

Nan Goldin zaczęła też odmawiać udziału w wystawach organizowanych w instytucjach, które były powiązane z Sacklerami, co bezpośrednio przyczyniło się do pierwszego sukcesu – rezygnacji przez National Portrait Gallery w Londynie z ich darowizny. Choć kolejne muzea reagowały wolno i niechętnie, tabliczki informujące o mecenacie Sacklerów zaczęły stopniowo znikać. Do Goldin dołączyły inne osobowości świata sztuki, jak niemiecka zaangażowana artystka Hito Steyerl – która w 2019 roku, dzień przed otwarciem swojej wystawy w Serpentine Sackler Gallery w Londynie, powiedziała, że związek instytucji z Sacklerami jest jak „małżeństwo z seryjnym mordercą" i skutecznie wezwała do znalezienia środków prawnych do przeprowadzenia rozwodu. (W przypadku wielu instytucji noszących imię Sacklerów pojawiał się argument, że wycofanie się z umowy łączy się z obowiązkiem jej „wykupienia"). W wyniku tych działań ostatecznie Sacklerowie, odwrotnie niż było w przypadku Henry'ego Claya Fricka, z największych patronów naszych czasów zamienili się w „najbardziej znienawidzoną rodzinę Ameryki".

Tymczasem wspomniany na początku niniejszego tekstu profesor Christopher Frayling – w przeszłości rektor Royal College of Art w Londynie, członek rady nadzorczej Victoria and Albert Museum oraz przewodniczący Arts Council England – w rozmowie z BBC powiedział, że koniec filantropii Sacklerów to „bardzo smutny dzień dla brytyjskiej sztuki". Ponadto wyraził obawę, że rozsiewanie wątpliwości wobec takich mecenasów „doprowadzi do moralnej paniki w świecie sztuki" i „wyrządzi wiele szkód". Stwierdzając zaś (w cytowanym już fragmencie), że w istocie zadaniem muzealnych fundraiserów jest szukanie patronów z problemem wizerunkowym, przyznał, że *artwashing* jest usługą PR-ową, którą instytucje kultury świadczą na rzecz sektora prywatnego. Choć w języku instytucji nazywane są „darami" czy „wsparciem", *de facto* są inwestycją w sztukę, która przynosi zwrot w postaci moralnej legitymizacji.

W taką moralną legitymizację mocno inwestują kraje Zatoki Perskiej, pokazując, że *artwashing* może wpływać na reputację całych państw. W grudniu 2024 roku ogłoszono, że Arabia Saudyjska przeznaczy 50 milionów euro na remont Centre Pompidou w Paryżu. Po chwilowym ochłodzeniu stosunków w następstwie zlecenia zabójstwa Dżamala Chaszukdżiego, dziennikarza „The Washington Post" w 2018 roku, książę Mohammed bin Salman – rzeczywisty władca arabskiego

eprasa.pl e303ecb072

królestwa – najwyraźniej wrócił do łask Zachodu. Wsparcie remontu Pompidou jest częścią szerszego porozumienia o współpracy kulturalnej, badawczej i gospodarczej przy rozwoju regionu turystycznego Al-Ula w północno-zachodniej Arabii Saudyjskiej, które książę zawarł z francuskim rządem. Paryskie muzeum w ramach porozumienia ma zostać partnerem merytorycznym nowego muzeum sztuki współczesnej, które powstaje w Al-Ula.

Oglądając niedawną wystawę Wolfganga Tillmansa, niemieckiego fotografa i aktywisty na rzecz praw człowieka, a zwłaszcza praw społeczności LGBT+, zastanawiałam się, jak też ta współpraca programowa będzie wyglądać. W Arabii Saudyjskiej homoseksualizm jest nielegalny i podlega karom cielesnym, karze pozbawienia wolności oraz karze śmierci. Natomiast kobiety są tam pozbawione fundamentalnych praw, wolność słowa jest brutalnie tłumiona i łamane są prawa pracownicze.

Francja, jakby nie patrzeć kolebka republikańskiej idei muzeum publicznego, już wcześniej uległa urokom petrodolarów. W 2017 roku na wyspie Saadiyat w Abu Zabi otwarto filię… Luwru. Za zgodę na używanie tej nazwy do 2047 roku oraz za konsultacje merytoryczne i wypożyczenia z kolekcji paryskiego muzeum władze Zjednoczonych Emiratów Arabskich zapłaciły w sumie prawie 1,5 mld dolarów. Z kolei nowojorskie Muzeum Guggenheima za nawiązanie współpracy franczyzowej w Abu Zabi (po latach opóźnień ma zostać otwarta w 2026 roku) otrzymało 800 milionów dolarów.

Gulf Labour Artist Coalition, kolejny kluczowy kolektyw artystyczno-aktywistyczny dekady buntu, przeprowadził wiele spektakularnych kampanii, które nagłaśniały dramatyczne, bliskie współczesnemu niewolnictwu warunki pracy emigrantów z południowo-wschodniej Azji, budujących te muzea. Skończyło się na deklaracjach troski ze strony zachodnich muzeów i lokalnych władz oraz zapewnieniach o pozytywnych wynikach audytu międzynarodowej firmy konsultingowej. Niezależny raport z 2022 roku *Vital Signs: The Deaths of Migrants in the Gulf* (*Oznaki życia: śmierć migrantów w Zatoce Perskiej*) dowodzi jednak, że w Zjednoczonych Emiratach Arabskich wciąż ginie rocznie około 10 tysięcy robotników. Zakup społecznej licencji na działanie muzeów jest więc w przypadku satrapii wyjątkowo drogi – stosownie do skali splamienia reputacji.

—

DO NIEDAWNA powszechny był pogląd, że powinniśmy się cieszyć, że kontrowersyjne firmy chcą bilansować koszty (w domyśle: nieuniknione) swojej działalności poprzez wspieranie rozwoju kultury i edukacji. W końcu przecież jak goetheański Mefistofeles, chcąc zła, jednak czynią dobro. Dzięki ich pieniądzom powstają świetne wystawy, projekty edukacyjne i publiczne, wzrasta dostępność kultury w ramach darmowych wydarzeń, prowadzone są badania, a artyści sprzedają prace i mają za co żyć. Taki pogląd pokazuje, że decydenci rozumują w kategoriach realizmu kapitalistycznego – nie wierzą w istnienie alternatywy dla sposobu działania nastawionych na zysk przedsiębiorców (muzeum „nie naprawi wszystkich niesprawiedliwości tego świata" – napisał Adam Weinberg, dyrektor Whitney Museum w odpowiedzi na protesty przeciwko Warrenowi Kandersowi). Zapominają przy tym, że dając toksycznym filantropom społeczną licencję, przykładają rękę do ich nieetycznego sposobu działania i utwierdzają ich w przekonaniu, że nie ma potrzeby niczego w nim zmieniać.

Artwashing znacząco wpływa na postrzeganie środowiska sztuki. Muzea także muszą mieć społeczną licencję na działanie, a dysonans poznawczy, który wywołuje zestawienie progresywnego programu z wiedzą na temat niezgodnych z interesem publicznym działań sponsorów, negatywnie wpływa na odbiór sztuki. W słowach Christophera Fraylinga można więc usłyszeć ostrzeżenie, że lepiej sponsorami za bardzo się nie interesować, bo (rzekomo) tym, co zagraża dobrostanowi muzeów, nie są poczynania filantropów, ale upublicznianie wiedzy na ten temat. Ministra kultury, mediów i sportu w Wielkiej Brytanii, Lisa Nandy, oświadczyła w lutym 2025 roku, że protesty i bojkoty zabijają sztukę, dlatego wezwała aktywistów do porzucenia „nieustępliwego negatywizmu". Krótko mówiąc, receptą na niwelowanie wspomnianego dysonansu ma być niewiedza. Muzea należą jednak do instytucji zaufania publicznego, od których oczekuje się przejrzystości i demokratycznych procedur, a *artwashing* to zaufanie instrumentalnie wykorzystuje. Prowadzi tym samym obdarowanych na rafy, odbierając im wiarygodność i sprawiając, że słowem, z którym zaczyna kojarzyć się kultura, jest „hipokryzja".

Widać jednak jaskółki zmian. W październiku 2025 roku Museum Association – prestiżowa brytyjska organizacja skupiająca 1800 muzeów i 11 tysięcy muzealników – przyjęła nowy kodeks etyczny. Wprost zobowiązuje on członków do stopniowej rezygnacji ze źródeł finansowania, które są związane z przemysłem paliw kopalnych oraz innymi gałęziami gospodarki szkodliwymi dla środowiska i ludzi. W dokumencie padają też słowa o kontrakcie między muzeum a publicznością, który musi opierać się na zaufaniu. Pod koniec 2025 roku nawet wyjątkowo oporne na zmiany British Museum, pod wpływem opinii publicznej i interwencji Departamentu Zdrowia i Opieki Społecznej, wycofało się ze współpracy z koncernem tytoniowym JTI. W porównaniu z poprzednią dekadą mniej jest defensywnego podejścia do aktywistów, a więcej debaty i refleksji nad odpowiedzialnością muzeów nie tylko w kontekście publiczności, ale też artystów, z którymi współpracują.

eprasa.pl e303ecb072

Artyści ponoszą bowiem osobistą cenę za *artwashing*. „Oni po prostu chcą, żebyś perfumował ścieki – mówiła w 1988 roku o artystach, którzy pracują dla korporacji, nieżyjąca już amerykańska pisarka Meridel Le Sueur. – Potrzebują, aby artyści zatuszowali straszliwy odór śmierci. To nie jest dobre dla twórców". Stawiając na piedestale tych artystów, którzy sprzeciwiają się kontrowersyjnym sponsorom przez bojkotowanie biennale, wycofywanie prac z wystaw czy udział w protestach, musimy jednak pamiętać, że wiąże się to z ogromnym ryzykiem zawodowym, zwłaszcza dla osób znajdujących się niżej w artystycznej hierarchii niż gwiazdy takie, jak Nan Goldin czy Hito Steyerl. Większość twórców pracuje w prekarnych warunkach, a ci, którzy dostali zaproszenie do ważnego muzeum czy na biennale, dobrze wiedzą, jak kluczowe znaczenie mają takie wydarzenia dla przetrwania na scenie artystycznej, rozwoju kariery i możliwości pracy nad ciekawymi projektami. Stawianie artystów przed dylematem, czy mają zbojkotować toksyczną filantropię, samo w sobie jest niemoralne. Twórcy powinni mieć prawo do wystawiania swoich prac w instytucjach publicznych bez narażenia na ryzyko, że będą legitymizować nieetycznych patronów.

Ci ostatni bowiem na przestrzeni lat zorientowali się, że pozorne zaangażowanie w dialog jest często lepszą strategią niż prymitywna cenzura. Wspomniałam już o wystawie w Science Museum na temat klimatu sponsorowanej przez Shella. Innym dobrym przykładem może być wystawa *Dimensions – Digital Art since 1859* (*Wymiary – Sztuka cyfrowa od 1859 roku*) w Lipsku, której sponsorem był Palantir Technologies, firma z Doliny Krzemowej dostarczająca oprogramowanie do inwigilowania obywateli. Wiele korporacji posługuje się progresywną narracją – po to tylko, by pozostawała ona w bezpiecznej przestrzeni sztuki i nie zagrażała ich interesom. Jak pisze Rachel Spence, „artyści mogą być tak radykalni, otwarci i rewolucyjni, jak tylko zechcą, pod warunkiem, że ograniczają się do muzeum, galerii lub targów sztuki" (przeł. Z.P.-C.). Z kolei filozofka Sinéad Murphy w książce *The Art Kettle* (*Kocioł sztuki*) pokazuje, jak instytucjonalizacja i komercjalizacja sztuki zaangażowanej oswaja sprzeciw, redukując go do kontrolowanych, łatwych do skonsumowania formatów. Porównuje to do policyjnej taktyki „kotła", którą stosuje się do izolowania protestujących. Działania artystów i aktywistów po 2010 roku przerwały ten kordon sanitarny i dlatego spotkały się z dużym oporem ze strony artystycznego establishmentu, który obawia się, że już sama debata niesie ryzyko „wylania dziecka z kąpielą". Myślę, że jest jednak na odwrót. To brak uczciwej, otwartej debaty sprzyja kształtowaniu się radykalnych postaw, podczas gdy – co zauważa wielu komentatorów – pojęcie *artwashingu* nie jest precyzyjne, więc wymaga rozwagi i zdroworozsądkowego podejścia.

Ilustracja do tekstu powstała na warsztatach „Pisma" dla studentów drugiego i trzeciego roku Pracowni Malarstwa II Wydziału Grafiki Akademii Sztuk Pięknych w Krakowie. Pozostałe prace można zobaczyć na **magazynpismo.pl/galeria**

Artwashing szkodzi wreszcie samej idei prywatnego patronatu nad sztuką i uczciwym filantropom. Istnieje wiele fundacji, firm i osób, które działają w sposób etyczny, a ich zaangażowanie ma ważny, pozytywny wpływ na świat sztuki. Potrzebujemy zdrowej współpracy między kulturą a biznesem, ponieważ jak zauważa Rachel Spence: „tam, gdzie muzea zależą od państwowych pieniędzy, zawsze słychać, że jest ich za mało". Jak wspomniałam na początku, w wielu miejscach na świecie, gdzie władze państwowe nie są zainteresowane współczesną ekspresją artystyczną lub wręcz pozostają do niej wrogo nastawione, prywatni patroni mogą zapewnić sztuce warunki do rozwoju. Siadanie jednak do stołu z osobami pokroju rosyjskich oligarchów czy handlarzy bronią na pewno nie sprzyja wzmacnianiu społecznego szacunku wobec patronów sztuki. Jeśli kultura ma być przestrzenią prowadzenia krytycznej debaty, demokratycznej kontroli nad życiem społecznym i szukania rozwiązań dla lepszej przyszłości świata, osoby, którym na tym zależy, nie powinny akceptować w swoim środowisku tych, których działania zmierzają w odwrotnym kierunku.

—

CHOĆ PO MASAKRZE robotników z fabryki stali w Homestead drogi Andrew Carnegiego i Henry'ego Claya Fricka się rozeszły, jej były właściciel, będąc na łożu śmierci, postanowił pogodzić się z dawnym dyrektorem fabryki, a później zajadłym rywalem w branży stalowej. Kiedy jednak zaprosił Fricka na rozmowę, ten miał powiedzieć jego wysłannikowi: „Powiedz mu, że spotkamy się w piekle".

Pismo.

1,5%

Wesprzyj nas, abyśmy mogli dalej podejmować ważne społecznie tematy, których brakuje w innych mediach.

KRS 0000689263

eprasa.pl e303ecb072

APTECZKA Kulturalny niezbędnik złożony z najważniejszych książek, reprodukcji obrazów, filmów i płyt, ale też wspomnień o miejscach, formujących doświadczeń. Moich rozmówców i rozmówczynie pytam o to, co przynosi im spokój, napędza do działania i ratuje w momentach kryzysu. Z czego składa się kulturalna apteczka brytyjskiego muzyka, lidera zespołu Editors TOMA SMITHA?

Dać sobie powoli gasnąć

TOM SMITH, brytyjski wokalista, multi-instrumentalista i autor tekstów piosenek. Współzałożyciel i frontman zespołu Editors. W 2025 roku ukazał się jego pierwszy solowy album *There Is Nothing In The Dark That Isn't There In The Light*. W ramach europejskiej trasy promującej krążek muzyk wystąpi 23 marca w warszawskim klubie Palladium.

Moja apteczka przypomina wehikuł czasu. Gdy po nią sięgam, wracam pamięcią do najważniejszych muzycznych odkryć sprzed lat. Przy okazji wspominam to, kim wtedy byłem i co czułem. Pierwszym przystankiem w tej podróży do przeszłości jest rok 1994. Miałem wtedy 13 lat i właśnie odkryłem kultowy tygodnik muzyczny „NME". Nużyło mnie to, czego słuchali moi rodzice, byłem złakniony mocniejszych brzmień. Chciałem wiedzieć wszystko o rockowych albumach i ich twórcach, których sylwetki przybliżano na łamach magazynu. Wtedy też po raz pierwszy usłyszałem Oasis. Świat oszalał na punkcie ich debiutanckiego albumu *Definitely Maybe*, a ja razem z nim. To był również moment, w którym zrozumiałem, że chciałbym nauczyć się grać na gitarze i zacząć pisać własne utwory.

Słuchanie Oasis przyprawiało mnie o ekscytację, jednak prawdziwie emocjonalną więź z muzyką zbudowałem dopiero kilka lat później. Pamiętam, gdy mając 16 lat, zamykałem się w swoim pokoju i na zapętleniu słuchałem albumu *Murmur* R.E.M. Nie rozumiałem wtedy jeszcze, dlaczego chcę z nim spędzać tak dużo czasu, ale chyba podświadomie czułem już, że to właśnie tego rodzaju melancholijne brzmienia najbardziej we mnie rezonują. Podobnie było z utworami Radiohead. Pisząc pierwsze teksty, marzyłem o tym, by miały one w sobie tyle głębi, co ich utwór *High and Dry*. Od tamtej pory minęło prawie 30 lat, a ja w dalszym ciągu robię dokładnie to samo: siedzę w domu z gitarą i piszę smutne piosenki.

Wielu muzyków nie potrafi żyć bez adrenaliny, jaką dają występy na żywo. Ja nigdy do nich nie należałem. Gdy zaczynałem tworzyć piosenki, nie myślałem o sobie nawet jak o wokaliście, a tym bardziej frontmanie zespołu rockowego. I choć przez lata koncertowania z Editors zdążyłem oswoić się ze sceną, wciąż mam poczucie, że gdy co wieczór wychodzę śpiewać przed publicznością te same kawałki, sens napisanych słów coraz bardziej się ode mnie oddala, a ja staję się jedynie własną kserokopią. Dlatego utwór ma dla mnie największe znaczenie w chwili swoich narodzin. I to od tych momentów – gdy emocje zamieniają się w wersy – jestem najbardziej uzależniony.

Długo zbierałem się do tego, by nagrać solowy album. Ten pomysł kiełkował w mojej głowie od prawie dekady, ale wcześniej nie miałem odwagi, by podjąć się jego realizacji. Zacząłem pisać utwory bardziej osobiste od tych, które mogłyby się znaleźć na kolejnym krążku Editors lub powstałyby z myślą o współpracy z Andym Burrowsem [brytyjskim muzykiem znanym z grup Razorlight i We Are Scientists, z którym Smith nagrał dotychczas dwa albumy studyjne – przyp. red.], choć to z nim początkowo chciałem nad nimi pracować. Szybko uświadomiłem sobie jednak, że te piosenki wyrosły na innym gruncie – napisał je gość po czterdziestce, obserwujący starzejących się rodziców i wchodzących w dorosłość synów, z nostalgią wspominający minione czasy. Granie z zespołem jest jak sen o wiecznej młodości, podtrzymuje iluzję o byciu Piotrusiem Panem. Na *There Is Nothing In The Dark That Isn't There In The Light* chciałem zmierzyć się z życiem, które zdążyło mnie dogonić. Zaakceptowałem fakt, że zmiany są nieuniknione. Zrobiłem to bez żalu i frustracji. I co najważniejsze – zrobiłem to sam.

Ten proces był dla mnie również próbą zachowania wspomnień. O tym opowiada utwór *Lights of New York City*, z którego jestem szczególnie dumny. Wspominam w nim moją pierwszą wizytę w mieście ponad 20 lat temu i towarzyszący jej entuzjazm. Przyglądam się młodemu chłopakowi, który łapczywie chłonął świat, i żegnam się z nim. Neil Young śpiewał kiedyś, że „Lepiej spłonąć, niż powoli gasnąć" (*It's better to burn out than to fade away*). Wtedy może przyznałbym mu rację. Dziś wolę jednak wierzyć, że: „Życie jest po to, by je przeżyć. Żyj więc, póki trwa" (*Life is for living. Live it till it's gone*).

Rozmawiał i przełożył Mateusz Roesler

MATEUSZ ROESLER, kulturoznawca, dziennikarz, badacz komunikacji. Absolwent Gender Studies IBL PAN. W „Piśmie" odpowiada za koordynację projektów i współprace strategiczne. Autor podcastu *Trzaski i szmery*. Nawiązał długofalowe partnerstwo z żółwiem Herbertem. Instagram: @mm_roesler.

rysunki ANNA GŁĄBICKA

eprasa.pl e303ecb072

Jeśli nie wolno nam śpiewać

tekst ELIZABETH O'CONNOR
przełożyła KAJA GUCIO

W nocy wieloryb utknął na płyciźnie przy wyspie i wynurzył się z wody niczym kot przemykający pod drzwiami. Nikt go nie zauważył: ani ludzie z otoczonej aureolą światła latarni morskiej, ani nocni rybacy wypatrujący witlinków i soli, ani rolnicy przepędzający o świcie bydło ze wzgórza. Owce na urwiskach pozostały niewzruszone. Pod ciemną wodą wielorybie cielsko jarzyło się jasnozieloną poświatą.

Morze wyrzuciło go rankiem na plażę i starannie ułożyło na brzuchu. Ponad nim na niebie gromadziły się ptaki. Przypływ naniósł wodę na piach w postaci szerokich, płaskich luster poprzecinanych cienkimi piaszczystymi ścieżkami. Fale opływały ogromne ciało, a potem się odsuwały, niczym błona otaczająca delikatny środek.

Niektórzy rybacy twierdzili, że wieloryb pomylił drogę. Widywano te zwierzęta na morzu, ale rzadko z tak bliska. Kilka starszych osób stwierdziło, że to jakiś znak, choć nikt nie potrafił jednoznacznie określić, czy dobry, czy zły. Pastor Jones przez większość roku czytał angielskie gazety, ale jego zdaniem nie było w nich nic, co mogłoby wyjaśnić pojawienie się tego stworzenia. Na początku miesiąca na morze wypłynęły jednostki marynarki wojennej. Pastor wspomniał coś mgliście o radarach, a jeden z rolników skinął głową i sprecyzował, że chodzi o *łodzie podwodne*.

Ktoś przyniósł z domu wielki aparat fotograficzny, skrzynkę na długich drewnianych nogach. Lampa błyskowa sprawiła, że krajobraz się rozmył.

Urodziłam się na wyspie dwudziestego stycznia 1920 roku. W metryce wpisano datę trzydziestego stycznia 1920 roku, ponieważ mojemu ojcu nie udało się wcześniej dotrzeć do urzędu stanu cywilnego na stałym lądzie. Szalała wówczas wielka zimowa burza i nikt nie opuszczał wyspy. *Mam* opowiadała mi, że kiedy w końcu zdołaliśmy się przeprawić, plażę pokrywały meduzy i wyglądało to niczym srebrna lodowa ścieżka. Matka przeżyła poród, dzięki Bogu, bo w przypadku zagrożenia nie można było liczyć na to, że przybędzie pomoc.

Wyspa była długa na dziewięć kilometrów i szeroka na półtora, z latarnią morską na wschodzie i ciemną jaskinią na zachodzie. Mieszkało tam dwanaście rodzin, pastor i Polak Łukasz, który pracował w latarni. Nasz dom, Różana Zagroda, stał na zboczu wzgórza, gdzie wiatr nieustannie smagał go bezlitosną pięścią. *Tad* twierdził, że wojsko powinno robić czołgi z naszych okien, bo takie były odporne na pogodę. Szkło miejscami popękało, ale wciąż trzymało się ramy. Nocami w sypialni przez pękniętą szybę można było usłyszeć, jak kozy sąsiadów nawołują swoje młode, a czasem nawet zobaczyć płomyk świecy, który wyglądał jak moneta balansująca na szczycie wzgórza.

Tad zawsze zwracał się do mnie psim imieniem. W dniu wieloryba minął mnie na podwórku, wołając psa. Próbowałam uprzątnąć pył z dywanika przy kominku, ale ciągle osiadał mi na ubraniu srebrzystą warstwą. Musiałam odgonić komary od oczu.

– Idę na łodzie, Elis – powiedział *Tad*.

– Manod – poprawiłam. – Nie Elis. Pies wabi się Elis.

– Wiem, wiem przecież.

Machnął na mnie. Ruszył ścieżką w stronę morza. Jego kalosze przy każdym kroku wydawały ssący dźwięk.

– To właśnie powiedziałem – usłyszałam jeszcze jego słowa. – Manod. Tak powiedziałem.

Po drugiej stronie podwórka *Tad* suszył makrele nawleczone na żyłkę. Uwielbiał psa: część suszonych ryb była przeznaczona tylko dla niego. Ojciec prawie nie odzywał się do mnie ani do mojej siostry, ale w nocy słyszałam, jak prowadził długie bełkotliwe konwersacje z Elisem. Na podwórku Elis biegał w kółko, obwąchiwał porosty między kamiennymi płytami, niemal się nie zatrzymywał, niemal na mnie nie patrzył. Odcięłam dla niego rybę, a on niewdzięcznie wbiegł w krzak głogu i wzbił w powietrze tuman zaschniętego błota i liści.

eprasa.pl e303ecb072

rycina RIJKSMUSEUM, domena publiczna

Potarłam plamę na sukience. Należała kiedyś do mojej matki, uszyta była z ciemnej flaneli, wystrzępiona przy rąbku. *Mam* sama szyła ubrania, a potem nauczyła tego mnie. Były praktyczne, z szerokimi kieszeniami i na tyle luźne, że dało się w nich swobodnie poruszać. Chętnie kopiowałam wzory z czasopism, które kobiety zostawiały w kaplicy. Trendy z lądu. To właśnie na ich podstawie uświadomiłam sobie, że większość ludzi na wyspie nosi się z dziesięcioletnim opóźnieniem w stosunku do reszty świata. Czasami morze wyrzucało na brzeg walizki, a ja znajdowałam w nich stare ubrania, które mogłam nosić lub wykorzystać jako materiał. Raz znalazłam suknię balową z małym rozdarciem na biodrze, z jedwabiu koloru czerwonego zawilca. Z jednej strony miała małą kieszonkę, z której wypadła pozłacana puderniczka w kształcie muszelki. Puszek wciąż był pomarańczowy od styczności ze skórą właścicielki.

Niedługo po wyjściu *Tada* pojawił się nasz sąsiad, z ubraniem i włosami ociekającymi wodą. Widziałam, jak wspina się na wzgórze, gdzie jego żona doi kozę. Z miejsca, gdzie stałam, czułam jego zapach, wilgoć jego kożucha i przemoczonej koszuli pod spodem. Leah, jego żona, podbiegła do niego i ujęła jego twarz w dłonie. Niezręcznie się czułam, gdy tak na nich patrzyłam i stałam, przeczesując palcami włosy. Dobiegały mnie urywki tego, co sąsiad mówił żonie: „Myśleliśmy, że to łódź. Uważasz, że to zły znak?". Widziałam, jak ręce Leah sztywnieją, a oddech więźnie jej w gardle.

Nikt na wyspie nie umiał pływać. Mężczyźni się tego nie uczyli, więc kobiety też nie. Morze było niebezpieczne i przypuszczam, że zbyt długo żyliśmy z tym niebezpieczeństwem. Ludzie często mawiali: „Z łodzi do wody. Z deszczu pod rynnę. Z łodzi i niech Bóg ma cię w opiece".

Na wyspie panował kiedyś król, który nosił mosiężną koronę. Po jego śmierci w poprzednim dziesięcioleciu nikt nie chciał jej po nim przejąć. Większość młodych mężczyzn zginęła na wojnie lub próbowała znaleźć pracę na lądzie. Ci, którzy zostali, byli zbyt zajęci na łodziach rybackich. Tak mówią. Matka twierdzi, że kobiet nie pytano o zdanie. (...)

—

W NOCY ŚNIŁ mi się długi stół, przy którym wieloryby ubrane w wizytowe stroje śmiały się nad talerzami. Ja też tam byłam, w sukience z gruszkowozielonego jedwabiu, którą kiedyś widziałam w czasopiśmie, i w kapeluszu z długim białym piórem. Potem one tańczyły, a ja nie potrafiłam określić, jak się poruszają, czy stoją na czubkach ogonów, czy ślizgają się z boku na bok, czułam tylko, że zrywam się z miejsca i kręcę, kręcę się w kółko. Sufit był zrobiony z koronki i aksamitu i powoli na mnie opadał. (...)

—

PRZYPŁYW BYŁ WYSOKI. Kalendarz przypływów *Tada*, ten, który miał nam zostawić, nie zapowiadał, że tak będzie. Kalendarz został przepisany na maszynie na różowym papierze, a *Tad* co sezon dostawał nowy, gdy odwiedzał stały ląd. Mówił, że go nie potrzebuje, że ocenia przypływy i odpływy na oko, tak jak robił jego ojciec. Nie chciałam mu przypominać o przypadkach, kiedy się mylił, kiedy wracał do domu z mokrymi spodniami i butami wypełnionymi piaskiem.

Zeszłam na plażę, by zobaczyć wieloryba na własne oczy. Kiedy spacerowałam w pojedynkę, lubiłam marzyć: czasami o pracy dla bogatej rodziny na stałym lądzie jako szwaczka albo o tym, że zostanę zakonnicą gdzieś w Europie i będę mieszkać w wysokiej białej wieży na rynku miasta. W myślach recytowałam wersety biblijne z angielskim akcentem, a językiem nadawałam w ustach kształt każdemu słowu.

Podążyłam za ludźmi, by znaleźć wieloryba. Zatoczka leżała płasko i widziałam stłoczone ciała. Piasek był wilgotny i zasysał moje buty.

W wodzie, wśród skał porośniętych woskowatymi czarnymi i żółtymi wodorostami,

eprasa.pl e303ecb072

ELIZABETH O'CONNOR, brytyjska pisarka o korzeniach walijskich i irlandzkich. Jej wydana w 2024 roku debiutancka powieść *Jeśli nie wolno nam śpiewać* otrzymała Betty Trask Award. Magazyn „The Observer" uznał O'Connor za jedną z dziesięciu najlepszych pisarek 2024 roku.

czterech mężczyzn prowadziło byka na łódź, by zabrać go na stały ląd. Jeden chodził za zwierzęciem tam i z powrotem, naprowadzając je do przodu. Drugi stał w wodzie, tuż przy łodzi, gotowy chwycić byka za rogi i go przytrzymać. Kolejny czekał na pokładzie ze zwojem liny wokół ramion, by przywiązać buhaja do żelaznego pierścienia w kadłubie. Byk szedł powoli, kiwając łbem na boki. Wierzgnął tylnymi nogami, gdy mężczyzna na plaży zbliżył się do niego. Byk był czarny i miał cienką białą pręgę na nosie, przypominającą jasną szczelinę.

Kiedy ich mijałam, ten na plaży się zatrzymał i odwrócił w moją stronę. Zdjął z głowy kapelusz i wykonał żartobliwy ukłon. Nie zwracałam na niego uwagi, a pozostali mężczyźni się roześmiali. Łódź zakołysała się, a byk przemknął obok nich. Wpadł do wody, a mężczyźni krzyknęli. Ruszyłam szybciej, wsłuchując się w ich krzyki, szum fal i parskanie byka.

Woda była jasnobrązowa, a na widok piany przypomniało mi się, jak *Tad* gotował owcze łby na kuchence i wokół krawędzi rondla zbierało się runo. Patrzyłam, jak fala zbliża się do moich stóp i cofa. Nienawidziłam, gdy woda wlewała mi się do butów.

Gdy zbliżyłam się do tłumu ludzi wokół wieloryba, zobaczyłam tam również ptaki, które zataczały kręgi i raz po raz po coś nurkowały. Jeden przeleciał mi tuż nad ramieniem, niosąc coś w dziobie. Na piachu leżała przewrócona na bok łódź, a z jej kadłuba wychynął kot i zasyczał na mnie.

Przedzierałam się przez grupę ludzi. Każda fala odsłaniała ciało wieloryba, gigantyczne i skulone. Pomyślałam, że opowiem o tym siostrze, gdy wróci ze szkoły, starałam się zachować ten widok w pamięci, ciemny kształt grzbietu i obwódkę pyska, w tym świetle lśniące niczym spiż.

Cofnęłam się, odwróciłam i wydawało mi się, że widzę pośrodku tego wszystkiego swoją matkę. Pochyliła się i czegoś dotknęła. Wokół jej włosów i ramion snuła się mgła. Jej wełniane ubranie wyglądało na mokre. Kiedy później ponownie tam spojrzałam, zobaczyłam kamienie pokryte białymi porostami, których liście przypominały maleńkie dłonie.

Leżałam na łóżku Llewa i przeglądałam książki jego matki. Trzymała je na podłodze w stosie równie wysokim jak jej poduszka, a ja wybrałam jedną z wierzchu. Romansidło z przystojnym brygadierem na okładce. Kartki powieści w pewnym momencie zawilgotniały, a następnie wyschły, układając się w fale. Na brzegach widniały bursztynowe plamy.

Llew leżał obok mnie, wpatrując się w sufit. Dłonie trzymał na piersi, skubał skórki przy paznokciach. Llew był jedyną osobą na wyspie urodzoną w tym samym roku co ja. Pewnej niedzieli, trzy miesiące temu, wręczył mi po kaplicy liścik. Wiadomość brzmiała: „Cześć. Podoba mi się twoja różowa sukienka". Odpisałam: „Jest brzoskwiniowa".

Odwrócił się do mnie, wzrok miał utkwiony w kołdrze pod nami. Wciąż poruszał dłońmi, skubał piórko wystające z pokrytego wzorem w róże materiału.

– Słyszałem, że w fabryce na lądzie szukają pracowników.

– Niezbyt to konkretne.

Podrapał się po nosie i zapytał, dlaczego zawsze muszę taka być. Wyciągnął piórko i przesunął nim po grzbiecie mojej dłoni. Westchnęłam i odłożyłam książkę na stos. Nie zależało mi zbytnio na Llewie. Ale mówienie mu „tak", całowanie go, inne rzeczy, wszystko to sprawiało, że nie czułam się już takim dziwadłem jak przedtem. Wiedziałam, że większość dziewcząt pyta matki, co powinny robić po ukończeniu szkoły, co powinny robić z mężczyznami, ale ja jej nie miałam. Wszystkie moje decyzje przypominały próbę złapania ryby, która nie istniała, dopóki jej nie schwytam.

– Co to za praca? – zapytałam.

– W fabryce śledzi.

– Pojedziesz?

– Nie bez ciebie.

Pocałował mnie w usta i przetoczył się na mnie. Jego prawa ręka była strasznie zaciśnięta na moim boku. Lewą dłoń wsunął mi pod koszulę, aż do piersi, miał zimne palce. Patrzyłam na brygadiera, dopóki nie skończyliśmy.

Potem usiedliśmy przy kominku, nasze cienie migotały na tle ściany. Matka Llewa wybrała się w odwiedziny do siostry na wzgórzu. Niedługo miała wrócić. Musiałam iść, ale żadne z nas się nie ruszyło.

– Wyjdziesz za mnie, Manod, prawda? – zapytał. Pytał mnie o to od tamtej wiosny, za każdym razem, gdy się widzieliśmy, raz natarczywie, a raz mniej. Nie próbowałam już przekonywać go, że tego nie zrobię, i postanowiłam po prostu nie odpowiadać. Zdarzało się, że nawet rozważałam ten pomysł. W dniu prania owinęłam twarz koronkowym obrusem i pozwoliłam, by opadł mi na plecy.

Patrzyłam na ogień odbijający się w szybie szafki na przeciwległej ścianie. Mebel wykonano z ciemnego drewna, drzwiczki były przeszklone. Wewnątrz znajdowały się najróżniejsze naczynia, w większości popękane. Llew czasami otwierał te drzwiczki i pozwalał mi zajrzeć do środka. Niektóre egzemplarze były całe, na przykład maselniczki czy małe kieliszki do jajek. Wyjaśniał, że to kolekcja jego matki i że ona zbierała te naczynia na brzegu, gdzie wyrzuciło je morze. Znalezienie jakiegoś w całości przynosiło szczęście. Zaczęła je kolekcjonować, kiedy jej mąż, ojciec Llewa, zginął na morzu, a jej zostało dużo nowego niespokojnego czasu.

Poczułam gorący oddech Llewa przy uchu.

– Pamiętasz Hywela? – powiedział. – Wyjechał z wyspy i pracuje w fabryce piór wiecznych. Jego matka mówi, że awansował na kierownika działu. Podobno nieźle zarabia. Mógłbym robić to samo.

Sięgałam do szafki i wyjmowałam naczynia jedno po drugim. Były głównie białe, z różnokolorowymi kwiatowymi wzorami. Podobały mi się wzory w kolorze zielonym lub rdzawym. Większość miała jasnoniebieski kolor. Wyobrażałam sobie siebie w kuchni na lądzie, z kompletną zastawą dla gości. Lubiłam obracać je w dłoniach i patrzeć na

eprasa.pl e303ecb072

znak producenta widniejący na spodzie. Pochodziły z różnych zakątków świata. Worcester, Francja, Japonia, Nantucket...

– Nantucket – odezwałam się. – Gdzie to jest?

– Wyobraź sobie takie życie, w którym nie uprawiasz roli ani nie łowisz ryb, a dłonie masz zupełnie gładkie.

Rozłożył ręce, jakby pokazywał mi, jaki ogromny okaz udało mu się złowić. (...)

—

CZASAMI ZAMIAST szyć sukienki, robiłam drobne hafty. Wyszywałam je na chusteczkach do nosa. Tej nocy zrobiłam wieloryba. Brzoskwiniową nicią wyszyłam wokół niego twarze ludzi i dodałam im kapelusiki w odcieniach czerwieni i zieleni. Nie dorobiłam im ciał – ich wykonanie byłoby zbyt skomplikowane. Nad nimi przyszyłam ptaki: szare, czarne i białe. Czerwone i pomarańczowe dzioby. Na samym środku duży wieloryb. Bardzo podobał mi się kolor jego skóry, więc używałam naprzemiennie niebieskiej i szarej nici, dzięki czemu wzór mienił się niczym piórko. Wbiłam igłę i poczułam, jak styka się z moim naparstkiem. Zrobiłam to ponownie, i jeszcze raz, i jeszcze raz, aż w pokoju wokół mnie zapadła ciemność. (...)

—

PO POWROCIE do domu zastaliśmy przy stole matkę Llewa z oczami zaczerwienionymi od płaczu. Ogarnęła mnie nagła panika. Zastanawiałam się, czy nie zostawiłam wgniecenia w jej łóżku, czy pamiętaliśmy, żeby wygładzić pościel. Na blacie stały dwa kubki i talerz ze skórką chleba na środku.

– Llew wyjeżdża – wyjaśnił *Tad*, kiedy tylko przestąpiłyśmy próg.

Matka Llewa rozpłakała się i przycisnęła chusteczkę do ust. Była szczupłą kobietą, a kiedy szlochała, kręgi na plecach sterczały jej pod swetrem jak ciernie. Podeszłam do niej i położyłam dłoń na jej ramieniu. Włosy miała splecione w długi warkocz, który sięgał jej do pasa.

– Przepraszam – powiedziała między szlochami. – Przepraszam. Ty to zrozumiesz.

– Pewnie jesteś z niego dumna – odezwał się *Tad*. – Tak będzie najlepiej. Znajdzie dobrą pracę, dobrą żonę.

– Żonę? – zapytałam. Ku własnemu zaskoczeniu głos miałam spokojny.

Matka Llewa skinęła głową.

– On bardzo chce mieć żonę.

– A z żoną przychodzą dzieci – dodał *Tad*. – I lepiej im będzie na stałym lądzie.

Milczałam. Miał rację.

– To prawda. To prawda. Dziękuję.

Złapała mojego ojca za rękę i ścisnęła ją, aż skóra zrobiła się biała.

Przynieśli wody w wiadrach, namoczyli koce i płaszcze i narzucili je na wieloryba, próbując go ożywić. Mężczyźni obmyślili plan, jak sprowadzić go z powrotem do morza, i późnym popołudniem wyciągnęli go na płyciznę. Wielorybie cielsko unosiło się na powierzchni morza, od czasu do czasu bezwładnie przewracało się na grzbiet. Kilkoro dzieci naśladowało wieloryba, leżąc nieruchomo na plaży. Wpychały się nawzajem do wody, wrzeszczały, a potem wyciągały z powrotem.

Mężczyźni i kobiety zebrali się przed kaplicą. Ktoś przyniósł gazetę i rozłożył ją pod ścianą, żeby inni też mogli ją przeczytać. Coś się działo w innym kraju. Burzliwe noce. Kolejna wojna?, zapytał ktoś. Broń Boże, odpowiedział inny. Od wiosny słychać takie gadki: ceny na lądzie stale idą w górę, inwazja, broń. Po strzępach wiadomości szybko przychodziły inne zmartwienia, jakaś infekcja wśród owiec, pęknięcie w murze, psy wałęsające się po cudzym polu. Miałam jednak wrażenie, że coś nas okrąża, że coś tylko czeka, by zagonić nas na brzeg.

Za grupką ludzi stało stadko krów, które przyglądały się nam i powoli przeżuwały paszę. Otuliłam się wełnianym płaszczem. Wiatr przyniósł od wieloryba woń zgnilizny. Wyciągnęłam rękę, by pogłaskać jedną z krów po pysku, ale one odwróciły się leniwie, jakby w ogóle nikogo tam nie było. (...)

—

MATKA OPOWIADAŁA nam pewną historię. Zostawiała ją na specjalne okazje, kiedy razem z Llinos chodziłyśmy na urwiska. Czasami znajdowałyśmy tam kraby, które z brzegu zawędrowały aż na górę. Zapamiętałam je, ponieważ miały okrągłe sakiewki z jajami przyczepione do spodniej części ciała. Brałam je do ręki i odwracałam, a przez cienką powłokę mogłam dostrzec kształt małych okrągłych istot, gdy pokryta piaskiem i solą skóra tańczyła. Zazwyczaj nie potrafię sobie przypomnieć, jak wyglądała moja matka, ale pamiętam fakturę i kształt kraba i jajek, zupełnie jakbym ciągle trzymała je w dłoniach.

Oto ta historia. Przed nami na wyspie mieszkała pewna kobieta z trzema córkami. Kiedy morze zobaczyło, jak wszystkie razem spacerują po urwiskach, zrobiło się zazdrosne i zesłało na nie ogromną falę. Woda zmiotła dziewczynki i pozostawiła matkę przemoczoną i samotną. Kobieta czekała, aż morze zwróci jej córki, codziennie się do niego modliła. Ale morze oddało dziewczęta pod postacią mew, które podlatywały i płakały matce do ucha.

Wyspa nie miała błękitnego morza, tylko szare. Było na tyle blisko, że podczas przypływu woda spryskiwała dom i niszczyła farbę, sięgała do naszej sypialni, do okna za łóżkiem. Czasami, kiedy się na wpół wybudzałam, na skraju jawy i snu, wydawało mi się, że woda wdarła się pod dom jak powódź. Miałam wrażenie, że trawa za oknem wyrasta wprost z morza jak włosy na gigantycznym ciele. Niekiedy mewa spoglądała na mnie zza szyby i stukała w nią żółtym dziobem.

Fragment pochodzi z książki *Jeśli nie wolno nam śpiewać* Elizabeth O'Connor, która w przekładzie Kai Gucio ukaże się w kwietniu nakładem Wydawnictwa Cyranka.

—

Śledzimy nowości wydawnicze i wybieramy te najciekawsze. Więcej fragmentów książek udostępniamy bezpłatnie na **magazynpismo.pl/czytaj**

eprasa.pl e303ecb072

O wieku cyfrowej dojrzałości

tekst MAGDALENA BIGAJ

MAGDALENA BIGAJ, twórczyni i prezeska Fundacji Instytut Cyfrowego Obywatelstwa. Autorka książki *Wychowanie przy ekranie*. Medioznawczyni, badaczka i działaczka społeczna. Pomysłodawczyni i współautorka Ogólnopolskiego Badania Higieny Cyfrowej. Laureatka Nagrody Korczaka za działania na rzecz praw dziecka w przestrzeni cyfrowej.

Awiesz, że w Australii miałabyś zablokowane konto w mediach społecznościowych – mówię do 14-letniej M., podając jej talerz do wytarcia. Chwilę patrzy na mnie zaskoczona, po czym pyta: – Wszystkim by zablokowali? – Tak, wszystkim do 15. roku życia – odpowiadam i z zaskoczeniem obserwuję, jak jej twarz się rozjaśnia: – Ale super!

Na początek uściślijmy: Australia nie wprowadziła zakazu używania mediów społecznościowych przez dzieci i młodzież do 15. roku życia, lecz zakaz udostępniania tej grupie wiekowej określonych produktów i usług cyfrowych, głównie o charakterze społecznościowym [pisała o tym Agnieszka Burton, „Pismo" nr 2/2026 – przyp. red.]. To ważne rozróżnienie, bo tego typu ograniczenia w dostępie do pewnych produktów i usług z powodzeniem funkcjonują już w polskim prawie. Nie obowiązuje u nas zakaz kupowania alkoholu przez osoby niepełnoletnie, lecz zakaz sprzedaży takim osobom produktów alkoholowych. Nikt nie ma prawa pociągnąć do odpowiedzialności ośmiolatka, który przyjdzie po „małpkę" do sklepu. To sprzedawca zostanie ukarany, jeśli spełni jego życzenie. Podobnie australijskim dzieciom i ich rodzicom nic nie grozi za próby ominięcia nowych przepisów – ze szczelności bariery wiekowej rozliczani będą dostawcy produktów.

Australia pracowała nad tymi rozwiązaniami od wielu lat i są one częścią większej strategii tego kraju związanej z regulowaniem wpływu cyfrowych gigantów na gospodarkę państwową, czego wyrazem jest urząd Komisarza ds. Bezpieczeństwa w Internecie (eSafety Comissioner), działający na podstawie ustawy z 2021 roku. Kiedy więc na początku 2026 roku Roman Giertych wyskoczył jak filip z konopi z obietnicą opracowania w ciągu miesiąca ustawy o zakazie mediów społecznościowych, rozbawiło mnie to. Pomyślałam, że jakiś sprytny lobbysta podsunął mu ten pomysł. Byłby to ruch godny *House of Cards*: ukręcić sprawie łeb poprzez skojarzenie ograniczenia wiekowego w dostępie do mediów społecznościowych z nieudanymi reformami dawnego ministra edukacji.

Temat podjęła obecna ministerka Barbara Nowacka, choć jej resort nie ma kompetencji do nakładania obowiązków na firmy technologiczne. Podczas styczniowych obrad sejmowej Komisji do spraw Dzieci i Młodzieży na temat ograniczeń wiekowych w dostępie do produktów i usług cyfrowych przedstawiciele ministerstw Zdrowia, Edukacji i Cyfryzacji zgodnie opowiedzieli się za koniecznością określenia owego „wieku cyfrowej dojrzałości" i ochrony najmłodszych przed ryzykownymi produktami w sieci.

Oczywiście samo wprowadzenie granicy wiekowej nie wystarczy. Potrzebujemy wypracowania nowych norm, ale prawo jest w tym niezwykle pomocne ze względu na moc kształtowania postaw. Wprowadzenie przepisu często zwraca uwagę na konieczność zadbania o bezpieczeństwo w danym zakresie – tak było na przykład z pasami w samochodzie i fotelikami dla dzieci. Prawdopodobnie nigdy nie wytworzymy też sytuacji, w której wszyscy będą respektować granice wiekowe w sieci. Ale to nie oznacza, że nie należy stanowić nowego prawa. Jeśli ktoś w 2026 roku uważa, że media społecznościowe są właściwym miejscem dla dzieci i młodszych nastolatków, to chyba ostatnie lata scrollował wyłącznie rolki z kotkami.

Jednocześnie VLOP-y prowadzą agresywny lobbing i propagandę. Meta, TikTok i Google (właściciel YouTube'a) nieustannie nas przekonują, że ich produkty są

rysunek ANNA GŁĄBICKA

Fundację Pismo, wydawcę magazynu „Pismo", wspiera **Orange**.

eprasa.pl e303ecb072

A gdyby tak w centrum rozwoju technologii postawić człowieka? Magdalena Bigaj, medioznawczyni i twórczyni Fundacji Instytut Cyfrowego Obywatelstwa, pyta o społeczne koszty postępu technologicznego. Ile za niego płaci *homo sapiens digitalis*? I jak higiena cyfrowa może nam pomóc zachować zdrowie fizyczne, psychiczne i społeczne? Więcej na **magazynpismo.pl/listy-z-cyfrowego-roju**

bezpieczne dla nastolatków. Tymczasem umożliwiają one krzywdzenie dzieci – seksualne, ale także fizyczne, o czym w styczniu alarmowała amerykańska FBI, ostrzegając przed internetową sektą 764 namawiającą dzieci i nastolatków do dokonywania i relacjonowania na żywo samookaleczeń. Ofiary łowi między innymi na Discordzie i w grach, takich jak Minecraft czy Roblox.

Kibicuję Australii, która wzięła na siebie ciężar pioniera. Daleka jednak jestem od rekomendowania przyjętych tam rozwiązań na zasadzie kopiuj–wklej na polskim gruncie. Po pierwsze, przerzucenie obowiązku stworzenia systemu kontrolowania wieku na platformy rodzi wątpliwości co do bezpieczeństwa danych osobowych weryfikujących się użytkowników i transparentności raportowania realizowania wymogu.

W Polsce rozwiązania kwestii weryfikacji wieku upatruje się w autoryzacji tożsamości za pomocą mObywatela Juniora lub Internetowego Konta Pacjenta. Systemy te anonimowo potwierdzałyby danej platformie wyłącznie wiek użytkownika, nie ujawniając pozostałych danych.

Przeciwnicy tego rozwiązania podnoszą argumenty o inwigilacji obywateli. Trudno odmówić im racji. Jeśli zaczniemy autoryzować dostęp do produktów cyfrowych poprzez coś w rodzaju powszechnego cyfrowego spisu ludności, to co by się stało w przypadku nastania rządów autorytarnych, które zaczęłyby wykorzystywać go w inżynierii społecznej? Kiedy przyjdzie nam jednak rezygnować z anonimowości w celu weryfikacji wieku w sieci, pamiętajmy, by frustrację i gniew kierować w odpowiednią stronę: nie dzieci mających konstytucyjne prawo do dorastania w bezpiecznym środowisku, lecz firm technologicznych, które dostarczają produkty wysokiego ryzyka, nie ograniczając skutecznie ich używania. Pod koniec stycznia amerykańska organizacja The Tech Oversight Project na podstawie dokumentów ujawnionych w postępowaniach sądowych wobec VLOP-ów opublikowała raport, w którym dowodzi, że kierownictwa Mety, Google'a, Snapchata i TikToka świadomie podejmowały działania, by zakłócać u nastolatków proces uczenia się, uzależniać ich od swoich produktów oraz przejmować wpływ na organizacje rodziców i nauczycieli, aby kontrolować kierowany do nich przekaz.

Ryzyko niesie też lista produktów i firm objętych obowiązkiem wprowadzenia ograniczeń wiekowych (choć Australijczycy podkreślają, że lista będzie rozszerzana). Dlatego unikam określenia „zakaz mediów społecznościowych", bo koncentruje się ono tylko na najbardziej popularnych markach, podczas gdy uwadze systemu umyka długi ogon aplikacji i serwisów alternatywnych, z których już dzisiaj korzystają miliony i do których będą odpływać kolejni użytkownicy. Odławianie szkodników takich jak Kick, na którym można oglądać na przykład streamowanie molestowania seksualnego, to syzyfowa praca. Jak to inaczej rozwiązać?

W naszej fundacji – Instytucie Cyfrowego Obywatelstwa – postulujemy stworzenie powszechnej klasyfikacji produktów i usług cyfrowych dostępnych na terenie kraju. Każdy producent, który chciałby udostępnić swoją stronę www czy aplikację, musiałby zweryfikować swój produkt pod kątem ryzyka: czy wykorzystuje algorytmizację treści, czy umożliwia kontakt z innymi użytkownikami, czy monetyzuje uwagę, czy zawiera mechanizmy hazardowe. Byłby to odpowiednik składu podawanego na opakowaniach produktów spożywczych, dzięki któremu konsument czy regulator branżowy mógłby podjąć świadomą decyzję.

Zresztą ironia polega na tym, że gdybyśmy egzekwowali prawo, które już istnieje, nie trzeba by było walczyć o kolejne ustawy. „Dlaczego państwo rygorystycznie chroni dziecko do 18. roku życia przed zakupem losu na loterii (hazard), a jednocześnie pozwala mu na niekontrolowany udział w mechanizmach cyfrowych, które wykorzystują te same schematy psychologiczne (zmienne wzmocnienie, niepewna nagroda) co gry hazardowe?" – pyta radczyni prawna i poznańska rzeczniczka praw uczniowskich Agata Dawidowska w ekspertyzie dla Sejmu ze stycznia 2026 roku. Jednocześnie zwraca uwagę, że zgodnie z art. 8 ust. 1 Ogólnego rozporządzenia o ochronie danych (RODO) dopiero osoba w wieku 16 lat może wydać wiążącą zgodę na zbieranie i przetwarzanie jej danych osobowych. I to jest prawdziwa bomba. Zgodnie z obowiązującym w Polsce rozporządzeniem, za którego nieprzestrzeganie Urząd Ochrony Danych Osobowych regularnie wlepia kary, platformy społecznościowe, a właściwie wszystkie strony internetowe powinny mieć wiążącą prawnie zgodę na zbieranie i przetwarzanie danych osobowych swoich użytkowników. Czyli w świetle obowiązującego prawa platformom nie wolno zbierać i przetwarzać danych z kont osób poniżej 16. roku życia. Wyobraźcie sobie teraz, że zaczynamy to prawo egzekwować.

Chociaż w relacjach z Australii widzimy nastolatków mówiących o odcięciu od sieci, we mnie zostaje widok twarzy M., na której na myśl o przymusowym zwolnieniu jej pokolenia z mediów społecznościowych odmalowała się ulga. Kiedy masz 14 lat i pierwszą myślą, z jaką się budzisz, jest czy wśród 237 nieprzeczytanych wiadomości w grupie klasowej nie ma twojego zmodyfikowanego zdjęcia, nie jest to świat dla młodych ludzi. Może czas się zabrać do solidnego remontu.

eprasa.pl e303ecb072

AGATA ROMANIUK, doktorka nauk społecznych, reporterka i bajkopisarka. Absolwentka Polskiej Szkoły Reportażu. Inicjatorka projektu reportersko-badawczego Światła Małego Miasta.

FELIETON // COŚ NA RZECZY

Przebłyski

tekst AGATA ROMANIUK

Drobne historie o wielkich rzeczach. Felietony o ludzkich sprawach widzianych przez pryzmat przedmiotów codziennego użytku.

Więcej na **magazynpismo.pl/cos-na-rzeczy**

Zawsze zerkam przez ramię, czy aby ktoś mi się nie przygląda. Wolę to robić w samotności, niezauważona. Co mają o mnie gadać pod nosem: „ale dziwaczka".

Podchodzę do półki. Przyglądam się, jak błyszczą w swoich drewnianych przegródkach, jak migoczą – srebrne, złote, z miedzianą poświatą. Potem staję jeszcze bliżej, przechylam głowę jak sroka, która lubi błyskotki. Jeszcze raz upewniam się, że nikt nie patrzy, i wkładam dłoń do środka. Zanurzam ją aż po nadgarstek w tym bogactwie. Są zimne, szorstkie, czasem kłują. Jest ich tyle, że nie sposób policzyć. Wystarczy jednak nabrać garść, przesypać je między palcami i jest jakoś lepiej.

Taka magia: bakalie działu metalowego, świecidełka mieszkające w markecie budowlanym. Moja sekretna przyjemność. Moja odtrutka na spiny i stresy. Śrubki, gwoździki, nakrętki, podkładki. Cukierki codzienności, drobiazgi chwilowego ukojenia.

Jest wśród nich też on, mój ulubieniec, prawdziwy król działu metalowego. Blachowkręt we własnej osobie. Wygląda jak guziczek na nóżce, niewinnie. Nic bardziej mylnego. Używając fachowej terminologii, jest samowiertny (cóż to za wspaniałe słowo, znam przecież też takich ludzi). Jego sześciokątny łeb ma nacięcia w kształcie krzyżyka. Twardziel. Gość do zadań specjalnych, nie dla niego byle sklejki czy dykty. Jego królestwem jest metal. W dodatku kosztuje 50 złotych za kilogram, drogo. Trzy razy więcej niż gwoździe stolarskie ocynkowane. Dwa razy tyle, co hak kątowy i śruba zamkowa.

Ach, te nazwy. Druciaki, podkowiaki, krzyżowe, imbusy. Nie znam przeznaczenia wszystkich błyszczących cudów. Nie to jest jednak ważne. Tylko patrzcie, jakie są skromne, jak leżą stłoczone, jak nie roszczą sobie żadnych pretensji, jak nie krzyczą kolorowym opakowaniem. Niczego się nie domagają. Wystarczy je po prostu włożyć do papierowej torebki, zważyć i są gotowe do służby.

Może dzięki którejś z nakładek (jedyne 12,50 za kilogram) coś przestanie cieknąć. Jakiś kran gdzieś w mieszkaniu w bloku z wielkiej płyty przestanie robić: „kap, kap". Ktoś uśmiechnie się z ulgą. Może czyjeś ręce na tym gwoździu z prawej (cena za kilogram 16,90) powieszą na ścianie (tapeta w kwiaty? boazeria?) oprawione zdjęcie kogoś ukochanego. Albo dyplom mistrzowski. Albo awangardowy plakat. Albo makatkę po babci. Może coś gdzieś trzyma się mocniej. Może jakiś płot, jakaś pergola, jakaś ławka. Może coś dawno zepsutego znowu jest dobre. Może dostało drugie życie dzięki śrubom i wkrętom.

Rozchodzą się te błyskotki w świat, nie sposób prześledzić ich ścieżek. Nigdy się nie dowiem, jakie zadania stoją przed nakrętkami, w których mrowisko wsadziłam przed chwilą dłoń. Mogę tylko zamknąć oczy i pod powiekami widzieć przebłyski tych ludzkich spraw, tych żyć, historii. Lubię to robić. Przynosi mi to chwilę ulgi, podobnie jak innym ludziom folia bąbelkowa, przesypywanie piasku, dotyk aksamitu. Każdemu jego własna pocieszka, nie żałujcie sobie. A jeśli o mnie chodzi, poproszę garść nakrętek, ocynkowanych. Albo blachowkrętów, ale to – wiadomo – na specjalną okazję.

rysunek ANNA GŁĄBICKA

eprasa.pl e303ecb072

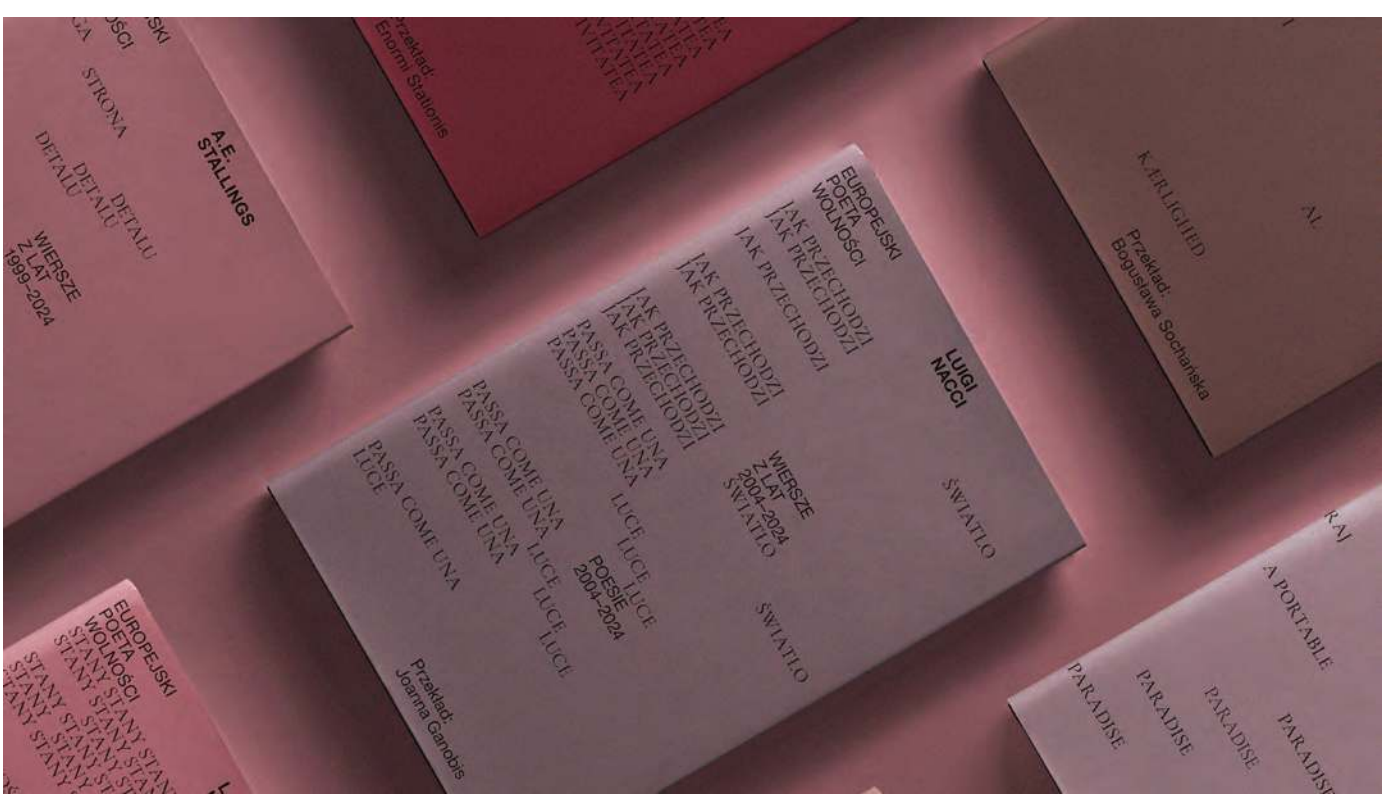
FESTIWAL EUROPEJSKI POETA WOLNOŚCI

16–18. 04. 2026

MIEJSCA STYKU

Poznaj tomy aktualnej edycji i szczegóły festiwalu

autorki programu :
Magdalena Kicińska
i Małgorzata Lebda



www.europejskipoetawolnosci.pl

Tomy Aminy Elmi *Wiersze*, Laimy Kreivytė *Stany nieważkości*, Luigiego Nacciego *Jak przechodzi światło* i Alicii Elsbeth Stallings *Druga strona detalu* uzyskały dofinansowanie Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego

Dofinansowano ze środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego pochodzących z Funduszu Promocji Kultury

Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego

GDAŃSK

Instytut Kultury Miejskiej

europejski poeta wolności

GDAŃSK MIASTO LITERATURY

unesco

Projekt finansowany z dotacji Miasta Gdańska

eprasa.pl e303ecb072

MAGAZYN OPINII
Pismo.

Wspieraj rzetelne dziennikarstwo i przekaż 1,5% swojego podatku na Fundację Pismo.

1,5%

KRS 0000689263

Zeskanuj kod QR, by dowiedzieć się więcej o fundacji
lub wejdź na magazynpismo.pl/o-pismie

eprasa.pl e303ecb072