

# dla nas



**nr 17**

wrzesień 2009

Czasopismo Środowisk Działających na Rzecz Osób Chorujących Psychiczenie

## Wspomnienie o profesor Marii Orwid

### Psychiatria na Ukrainie

Wywiad z dr.  
Yurijem Zakalem

### Ciężar czy skarb?

XVII Światowy  
Dzień Chorego

### Cierpienie i nadzieja

IV Forum Beneficjentów  
i Rodzin w Wadowicach

Miłość wirtualna,  
samotność realna



Prof. Maria Orwid – pionier psychiatrii  
dzieci i młodzieży



# Słowem wstępu

## Drodzy Czytelnicy!

W chwili, gdy piszę te słowa za oknami zimno i pada deszcz, nie przeszkadza to jednak buchającej zielenią naturze, a wręcz przeciwnie - ziemia spragniona deszczu wreszcie oddycha. Tak mi się to skojarzyło z uczuciami, które panują w redakcji po odejściu ze swoich stanowisk naszych wspaniałych kolegów Małgorzaty Misiewicz i Krzysztofa Banacha. Przecież nasze czasopismo to jakby ich ukochane „dziecko”, Oni w ogromnej mierze je tworzyli. Dzięki Małgorzacie, która jest wybitną polską poetką, nasze czasopismo ma postawioną wysoko poprzeczkę i to nie tylko literacką, ale i merytoryczną; dzięki Krzysztofowi, który opiekował się bardziej od strony edytorskiej i czuwał nad finansami, w ogóle mogło być wydrukowane... Nic dziwnego, że rozstanie było bardzo bolesne, „osierocona” gromadka redaktorów widziała wszystko w czarnych barwach, „płakała w duszy”. W tym trudnym momencie przyszły jednak nowe osoby, które zdeterminowane były, aby wydawanie „DLA NAS” dalej prowadzić. Była to Katarzyna Byra i moja skromna osoba. W tym momencie należałoby się przedstawić: nazywam się Jolanta Janik, mam zainteresowania humanistyczne, a moim marzeniem, zgodnie z którym wiele lat temu studiowałam filologię polską, była od zawsze praca dziennikarska. Udało mi się wydać tomik poetycki „Zwierzenia wierszem”, które precyzyjnie ilustrowała moja najlepsza przyjaciółka Dorota Dużyk-Wypich. W najnowszym numerze „DLA NAS” da się Państwu poznać nie tylko jako utalentowana plastycznie i literacko, ale i mądra kobieta, mająca własne przemyślenia na tematy życiowe i ciągle poszukująca sensu istnienia osób (nie tylko chorujących psychicznie).

Idąc tym tropem dotknęłam jednego z najważniejszych tematów nowego numeru czasopisma, którym jest wielkie (dla małopolskiego województwa szczególnie) wydarzenie, jakim była organizacja IV Forum Beneficjentów i Rodzin w papieskim mieście, w Wadowicach. Dorota opisuje je w sposób niekonwencjonalny i emocjonalny, wysnuwa z niego własne wnioski, wieloaspektowo ujmując rolę choroby psychicznej i zdrowienia z niej. Ten numer naszego czasopisma dedykowany jest zmarłej niedawno profesor Marii Orwid, która - sama będąc „dzieckiem Holocaustu” i zmagając się całe życie z tą traumą - doskonale rozumiała cierpiące psychicznie dzieci i młodzież i, jako pierwsza w Polsce, zorganizowała Klinikę Psychiatrii Dzieci i Młodzieży w Krakowie. Postać

i życie bardzo interesujące, wręcz gotowy scenariusz na świetny film. Nie sposób wymienić tu wszystkie artykuły, chciałabym rekomendować szczególnie poezję (czasami przekorną) oraz dwa eseje poetyckie: jeden fascynujący na temat twórczości Tadeusza Nowaka zatytułowany „Psalmy i Półbaśń”, który czyta się jak właśnie „Półbaśń”, a drugi opowiadanie M.Z. „Stołp”, napisany oryginalną, charakterystyczną dla tego autora piękną, metaforyczną polszczyzną.

Znajdziemy także relację z obchodzonego w Bazyli-ce Miłosierdzia Bożego w krakowskich Łągiewnikach XVII Światowego Dnia Chorego oraz porady prawne Marcina Szuby na temat, ile można dorobić będąc rencistą, a także artykuł nadesłany na konkurs „Tak daleko, tak blisko”, bardzo ciekawy. Jest też tekst doktora Andrzeja Cechnickiego, który przekonuje, dlaczego warto przeczytać książkę „Niepotrzebna jak róża” autorstwa Arnhild Lauveng.

Szczególnie polecam lekturę tekstu Jarka Klebana, jest co prawda kontrowersyjny, ale dotyka bezprubderii bardzo ważnego aspektu życia człowieka - sfery seksualnej.

Uważam zresztą, że wszystkie zamieszczone utwory są godne lektury i refleksji.

Chciałabym zachęcić Państwa do nadsyłania nam prac, zarówno literackich jak i plastycznych. Może u Państwa dzieje się coś ważnego, o czym warto napisać, czym można się pochwalić, rozpropagujmy to. A może właśnie nic się nie dzieje, może wspólnie zastanowimy się, co robić w takiej sytuacji? Jednocześnie mam zaszczyt poinformować Państwa, że zamierzamy wydać książkę, piękną edytorsko, ale przede wszystkim pisaną „przez nas - dla nas oraz - dla szerokiego środowiska”, w której osoby po kryzysie psychicznym podzieliłyby się własną wiedzą, własnym doświadczeniem choroby i zdrowienia. Najlepszych 20 tekstów zostanie nagrodzonych opublikowaniem ich. Termin nadsyłania prac to grudzień 2009 r. Prace proszę przysyłać na adres redakcji. A więc zachęcamy do pisania!

Przeostał padać deszcz – może to omen?

Serdecznie pozdrawiam

Jolanta Janik

## w tym numerze:

Dziesięć tez o schizofrenii.....	1
Cierpienie i Nadzieja. VI Forum Beneficjentów i Rodzin.....	2
Stoż - wieża graniczna .....	5
Wspomnienie o profesor Marii Orwid.....	6
„Psalmy” i „Półbaśnie” – pomostem między światami i wrotami do duszy .....	8
Ciężar czy skarb? XVII Światowy Dzień Chorego.....	9
Poezja .....	10
Bobby „X” .....	12
Strona Prawa .....	15
Nikifor rozkłada swoją paletę .....	16
Psychiatria na Ukrainie. Wywiad z dr. Yuriem Zakalem .....	17
Miłość wirtualna, samotność realna.....	18
Początek Ojca Niebieskiego.....	20

## w następnym numerze m.in.:

VIII Dzień Solidarności  
z Osobami Chorującymi  
Psychicznie  
Poezja

Projekt zrealizowano przy wsparciu finansowym  
ze środków PFRON będących  
w dyspozycji Województwa Małopolskiego



Stowarzyszenie  
„Otwórzcie Drzwi”



Państwowy Fundusz  
Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych



Urząd Marszałkowski  
Województwa Małopolskiego



Małopolska Filia Sekcji Naukowej  
Psychiatrii Rodzicielskiej i Rehabilitacji  
Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego



Stowarzyszenie na Rzecz Rozwoju Psychiatrii  
i Opieki Rodzicielskiej



# Dziesięć tez o schizofrenii

Tezy te stanowią próbę sformułowania wspólnego stanowiska uczestników Programu „Schizofrenia - Otwórzcie Drzwi”, zatrudnionych w wielu instytucjach uniwersyteckich i pozarządowych oraz w pomocy społecznej z całej Polski. Ostatecznie przyjęte zostało w trakcie jednego z Sympozjów „Schizofrenia. Różne konteksty, różne terapie”. Jest próba znalezienia wspólnego języka dla rozumienia choroby i leczenia. Wspólny język, który - wychodząc z dobrze uzasadnionych twierdzeń współczesnej psychiatrii - stanowi przez ostatnie lata realizacji programu podstawę publicznej dyskusji nad postawami społecznymi wobec schizofrenii, a zwłaszcza wobec osób, które na tę chorobę cierpią. Tezy będą też pomocne w przygotowaniu Narodowego Programu Leczenia Schizofrenii. Programu konstruowanego we współpracy z organizacjami pacjentów i ich rodzin, uwzględniającego ich głos, ich potrzeby i szukającego na nie adekwatnej odpowiedzi. Dzisiaj, drukując kolejne tezy w czasopiśmie „Dla Nas”, liczymy, że przez Państwa wypowiedzi, listy i uzupełnienia wypracujemy ich ostateczny kształt.

**Andrzej Cechnicki**

Ogólnopolski Koordynator Programu  
„Schizofrenia – Otwórzcie Drzwi”

## 10 tez o schizofrenii:

- Schizofrenia jest chorobą.
- Schizofrenia jest chorobą o wielu wymiarach.
- Schizofrenia jest nie tylko chorobą.
- Schizofrenia nie jest chorobą dziedziczną.
- Schizofrenia nie jest chorobą nieuleczalną.
- Jest schizofrenia, są osoby chorujące na schizofrenię - nie ma „schizofreników”.
- Chorujący na schizofrenię nie przestaje być człowiekiem, osobą, obywatelem - jak każdy z nas.
- Chorujący na schizofrenię nie zagrażają innym bardziej niż osoby zdrowe.
- Chorujący na schizofrenię oczekują szacunku, zrozumienia i pomocy.
- Schizofrenia rzuca światło na pytania egzystencjalne wspólne chorym i zdrowym.



# CIERPIENIE I NADZIEJA

## IV Forum Beneficjentów i Rodzin w Wadowicach „Praca i Przedsiębiorczość Społeczna w Kontekście Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego”

**27** marca 2009. Dzień pełen słońca, zwiastujący wiosnę. Jedziemy do Wadowic na Forum Beneficjentów – beneficjenci, ci, którzy doświadczyli dobra i konkretnej pomocy psychiatrii i benefacti – ci, którzy są czyniącymi dobro, terapeuci, członkinie Stowarzyszenia Rodzin i inni ludzie dobrej woli. Chyba to sam Jan Paweł II wyprosił nam słońce z Domu Ojca, żeby nadzieja zajaśniała wraz z nim, nadzieja na zbudowanie coraz to lepszej i kompleksowej formy pomocy i wsparcia dla ludzi chorujących psychicznie, dla nas.

Z Krakowa wyruszyliśmy spod Pensjonatu „U Pana Cogito”, istniejącego od 2003 roku „zakładu aktywności zawodowej”, gdzie na 30 pracowników przypada 21 osób niepełnosprawnych. To miejsce, które pokazuje, że współpraca czyni cuda i marzenia można zrealizować... mimo wszystko. W mikrobusie usiadłam obok Huberta Kaszyńskiego, który jest dobrym duchem Stowarzyszenia „Otwórzcie Drzwi”, a oprócz tego wykłada na socjologii, przewodniczy Małopolskiej Filii Sekcji Naukowej Psychiatrii Środowiskowej i Rehabilitacji PTP. Na konferencji pełnił funkcję prowadzącego Forum. Przez lata pracował w WTZ-ach na Miodowej i pomagał wielu ludziom w powrocie do normalnego życia. Nie zapomina o swoich podopiecznych, potrafi czasem żartem rozładować napięcia, a także wskazać obolałemu człowiekowi, że nie można się poddawać zwątpieniu i warto żyć, bo można jeszcze coś z siebie wykrześć. Hubert snuł refleksje nad resocjalizacją, a ja dzięki rozmowie mogłam oderwać się od prześladowających mnie depresyjnych myśli. Z tych rozważań wysnuł budujące stwierdzenie, że w trudnym, po ludzku poplątanym życiorysie należy znaleźć dobro, które można rozwijać. Umacniać człowieka w oparciu o dobre strony, zasypane śmieciami złych wyborów, lęków i zranień. Zresocjalizować, czyli ponownie wprowadzić do społeczeństwa, rodziny. W przypadku ludzi chorujących psychicznie to rehabilitacja, czyli odzyskanie umiejętności albo nabycie nowych prowadzące do powrotu do

rzeczywistości i zwalczanie tendencji ucieczkowych. Wzbudzanie nadziei. Droga przez cierpienie, które rodzi czyn.

Spotkania beneficjentów to owoc współpracy chorujących psychicznie z tymi, którzy są twórcami dobra. Spotkanie silniejszych ze słabszymi, które nie upokarza, tylko buduje. Pokazuje, jak wielu ludzi i instytucji może ze sobą współpracować, tworząc lepszy świat. Miłosierdzie, które prowadzi do wzrostu

przez działalność i otwarte serca wielu znakomitych karmelitów.

Ojciec Grzegorz, w zastępstwie przeora, wspomniał o „wyobraźni miłosierdzia”, do której wzywał nasz Papież, który pochylał się nad słabymi i chorymi. Doktor Andrzej Cechnicki rzucił hasło „Kościół jest z nami”. Kościół jednoczy, prowadzi do tworzenia wspólnoty, buduje więzi, inspiruje dobro, budzi sumienie, przygarnia odrzuconych i zagubionych. Może być

**Każdy ma inne koleje losu. Wspólne jest przeżywanie, nadwrażliwość. Trzeba też zauważyć, że można z tym żyć, wiele osiągnąć i przewycięzać swoje ograniczenia.**

wzajemnego. Ileż satysfakcji mają terapeuci, kiedy ich pacjenci podejmują pracę z sukcesem. Kiedy nie zniechęcają się porażkami... Jan Paweł II na pewno z góry wspiera jednych i drugich. Nie przez przypadek to IV już forum odbyło się w Wadowicach, przy klasztorze Karmelitów Bosych założonym przez zakonników z Czernej pod przewodnictwem świętego Rafała Kalinowskiego w 1892 roku. Klasztor mieści się na wzgórzu. Ceglane, surowe, ale ciepłe budynki. Atmosfera skupienia i gościnności – to Karmelitańskie Centrum Rekolekcyjno-Pielgrzymkowe „Na Górcie” imienia Jana Pawła Wielkiego. Miejsce, które inspiruje. W broszurce „Wadowicki Karmel” bogato ilustrowanej barwnymi fotografiami znajdujemy słowa Jana Pawła II i pamiątki po nim, jak szkaplerz, który przyjął będąc kilkunastoletnim chłopcem, umieszczony obok ołtarza Matki Bożej Szkaplerznej w sanktuarium Świętego Józefa, które otrzymało papieski pierścień 16 października 2003 roku, w dniu 25-lecia Pontyfikatu. Papież ofiarował go „wdzięczny przybranemu Ojcu Jezusa za opiekę...” Pierścień został nałożony na obraz świętego Józefa w ołtarzu głównym. Duchowość karmelitańska promieniowała na Wadowice

wzorem do tworzenia wspólnot, opartych na wzajemnym zrozumieniu. „Wyobraźnia miłosierdzia” działa i w psychiatrii, sprawia, że nam, chorującym psychicznie, otwiera się droga powrotu do dobrego życia. Wiele jest jeszcze do zrobienia, powstające firmy społeczne są kroplą w morzu potrzeb, tych miejsc pracy jest niewiele, a chorujących mnóstwo. Dlatego trzeba inspiracji, zachęcania do współpracy wielu środowisk.

Działalność firm społecznych ilustruje książeczka „Rozmowy o przedsiębiorczości społecznej”, rozprowadzana w teczce konferencyjnej. Konferencja i broszura stanowią część projektu pod optymistycznym tytułem „Damy sobie radę”, nad którym pracuje Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Wadowicach. Projekt ten jest współfinansowany przez Unię Europejską „w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego”, jak podaje informacja na programie Forum. To cały pozorowanie skomplikowany system działania, który jest dowodem na to, jak wielu ludzi współpracuje ze sobą, żeby stworzyć sensowną pomoc dla tych, którzy wypadają z nurtu życia i często zamykają się w domu, we własnym





Na fotografii od lewej: dr Andrzej Cechnicki i dr Niels Poerksen.

cierpieniu. Wyżej wspomniana publikacja jest światłem nadziei, przeprowadzone rozmowy są konkretne i ludzkie, mówią też o trudnościach, przez które przechodzą świeżo upieczeni pracownicy, np. nieporozumienia w pracy, przejmowanie się zleconą funkcją, lęk – czy sobie poradzę? Okazuje się, że można przez te trudności przejść zwycięsko, pracownicy pomagają sobie wzajemnie, wspierani przez zespół terapeutyczny. Uczą się współpracy, odpowiedzialności, a także radości z dobrze wykonanego zadania. Czują się potrzebni, pracą często wspierają rodzinę albo wreszcie zarabiają na własne utrzymanie. Dzielą się nabytymi umiejętnościami. Poszerzają swój świat. Życie nabiera sensu i kolorów. Ich droga jest podzielona na etapy. Kryzys, szpital, wychodzenie z choroby – najpierw kontakt z terapeutą, potem Warsztaty Terapii Zajęciowej albo Środowiskowy Dom Samopomocy, gdzie może dojrzewać decyzja o podjęciu pracy, szkolenia i praca. Oczywiście praca powinna być dobrana do człowieka i do jego możliwości. Praca „chroniona” bierze pod uwagę kruchość człowieka nadwrażliwego, ale też uczy, że można dać z siebie więcej, można przekroczyć niektóre ograniczenia. Wszystko w granicach rozsądku, trzeba wygospodarować czas na odpoczynek, odzyskanie sił, życie rodzinne i przyjaźnie, które warto pielęgnować. Te ludzkie, prawdziwe rozmowy przeprowadzili Kamila Mentel i Piotr Chmiel, który pracuje z powodzeniem w Ośrodku Informacji dla Osób Niepełnosprawnych w Wadowicach. Na Forum wystąpił jako beneficjent, który

po przejściu trudnej drogi pomaga teraz innym i cieszy się z wartościowej pracy. Drugą beneficjentką była Jolanta Janik, która parę lat temu przekroczyła barierę lęku przed ujawnieniem swojej choroby, aby świadczyć o pełni człowieczeństwa i trudach, przez jakie musi przejść

nadwrażliwy człowiek, żeby żyć godnie i odzyskać wiarę we własne siły. To droga pracy i nadziei na spełnienie marzeń. Jola jest zatrudniona przez Stowarzyszenie na Rzecz Rozwoju Psychiatrii i Opieki Środowiskowej, pisze i działa w Stowarzyszeniu „Otwórzcie Drzwi”, które uczy różne grupy ludzi opowiadając o tym, czym jest choroba duszy i pokazując, że można z niej wyjść i żyć aktywnie. I pomagać innym. Jola pomogła i mnie, przyjaźnimy się od lat. Dzięki niej nieśmiało i powolutku włączam się w działalność Stowarzyszenia, wychodzę z ukrycia domowego. I widzę zmiany w psychiatrii.

Pierwsze Forum odbyło się w 2004 roku. Od tego czasu dąży się do stworzenia systemu, który pomaga chorującym psychicznie zacząć i utrzy-

mać pracę. Pracodawcy na wolnym rynku niestety jeszcze boją się osób chorujących, nie znając prawdy o nich. Dlatego konieczna jest edukacja, przełamanie stereotypów. Jakże bogate jest życie każdego z nas. Każdy ma inne koleje losu. Wspólne jest przeżywanie, nadwrażliwość. Trzeba też zauważyć, że można z tym żyć, wiele osiągnąć i przezwyciężyć swoje ograniczenia. Niektóre prawdy poznane podczas terapii docierają do nas czasem po latach. Tak było w moim przypadku. Dawniej złościło i niepokoiło mnie, że psychiatrzy zawsze mają czas... chciałam być od razu zdrowa, nie wytrzymałam cierpienia psychozy i depresji. Teraz rozumiłam, że trzeba nadać sens swojemu cierpieniu tak, aby nas kształtowało i prowadziło do rozwoju. Choć jeszcze poddaję się rozpacz, bo tak reagowałam od lat, pragnę wyjść z cienia. Depresja może wskazywać drogę walki ze swoimi słabościami. Trzeba wyrwać się z apatii i zniechęcenia. Dlatego próbuję napisać ten tekst, jak obiecałam koleżankom i kolegom na zebraniu redakcji „Dla Nas”...

Psychiatria jest kulą, na której się wspieramy. Możemy żyć normalnie

## Psychiatria jest kulą, na której się wspieramy. Możemy żyć normalnie, mając taką podporę. Nie należy się jej wstydzic, trzeba do niej podejść tak, aby otwierała drogi, a nie zamykała.

mając taką podporę. Nie należy się jej wstydzic, trzeba do niej podejść tak, aby otwierała drogi, a nie zamykała. Na Forum przyjechali psychiatrzy z innych krajów - Niels Poerksen i Regina Zadler-Schmidt z Niemiec, Jurij Zakal ze Lwowa, tak bliskiego sercom Polaków, wywołującego burzę uczuć i wspomnień u starszych pokoleń. Byli też ludzie działający w rozmaitych stowarzyszeniach rodzin z Kielc, Krakowa, Radomia, Wadowic, oraz w stowarzyszeniach dbających o rozwój psychiatrii z Lublina, Rzeszowa, Wadowic, terapeuci prowadzący programy „Trener Pracy” z Krakowa i Wadowic, psychiatrzy z Andrychowa, Krakowa... Nie sposób wymienić wszystkich uczestników i ich funkcji, zajęłoby to całą stronę. Doktor Andrzej Cechnicki stwierdził, że

wszyscy razem tworzą „klub przyjaciół prowadzony jedną myślą”.

**N**a pierwszym Forum w Krakowie w 2004 roku podano do wiadomości „10 tez o schizofrenii”, które miały prowadzić do zburzenia stereotypów o ludziach chorujących jako o jednostkach zagrażających innym. Słowo „wariat” jest nadal synonimem człowieka niepczytelnego, nie wszyscy wiedzą, że „varius” w języku łacińskim oznacza „inny”, a inny nie musi być niebezpieczny, kiedy próbuje się go

że trzeba budować potencjał drzemający w ludziach słabszych, który może być korzyścią dla tych silniejszych. Niemcy przeszli też trudną drogę, jak zauważył Niels Poerksen, bo długo trwało stworzenie pozytywnego spojrzenia na pracę pacjentów wbrew szyderczemu napisowi nad bramą obozu w Oświęcimiu „Praca czyni wolnym”. Wiele kiedyś zostało zniszczone, ale czas leczy rany. Uczymy się wybaczać, odzyskiwać wiarę i nadzieję, budować dobrą, odpowiedzialną miłość, nawet na zgliszczach.

dąży się do tego, żeby pobyt w szpitalu był jak najkrótszy. A szpital powinien współpracować z różnymi instytucjami, żeby pacjentów nie odsyłać w pustkę z przepisnymi lekami. Wiadomo, same leki nie zaktywizują człowieka, mogą najwyżej nieco uśmierzyć ból istnienia, a leki psychotropowe mają niestety jeszcze wiele działań ubocznych, z którymi czasem trudno żyć... W szpitalu powinien być więc pracownik socjalny dobrze poinformowany o możliwościach szkolenia i zatrudnienia. Ktoś, kto wskaże dalszą drogę, bo jakże często nie ma dokąd wracać.

## „Najmniejsze czynione przez nas dobro jest większe od największego zła”

poznać i zrozumieć. Także i my, „inni”, możemy próbować zrozumieć otaczających nas „innych”, zwanych normalnymi, a zaczynając rozumieć pozbywamy się powoli wzajemnych uprzedzeń i lęków, które nas hamują i ograniczają. Opierając się na tych przyjaznych dziesięciu tezach, swoistym dekalogu budującym przymierze między dwoma grupami „innych” (bo i ci normalni to dla nas inni...), starano się przez te lata wypracować program wspierany przez rząd, żeby osoby chorujące podejmowały pracę, która przywróci ich społeczeństwu. Włączono się w programy jak „Kapitał ludzki”, który choć używa słowa źle się kojarzącego krajom doświadczonym przez system komunistyczny (bo to i Marks i groza dyktatury), jednak prowadzi do dobrych działań, uświadamiając,

**W** „10 tezach” jest takie zdanie: „nieradko łatwiej unieść ciężar choroby niż wyzwolonych jej przebiegiem doświadczeń”. To prawda, czasem człowiek tak narozrabia, że pozostają zgliszczami i rumowiskami... ciemności i zgrzytanie zębów... Wtedy potrzebna jest pomocna dłoń i zrozumienie. Po moich szaleństwach, kiedy wróciłam poobijana i pełna bólu, mój mąż powiedział, że nie potrafi mnie nienawidzić. To były bolesne, ale ważne słowa. A słowo musi przejść długą drogę, zanim stanie się ciałem... Drogę trudną, poprzez doświadczenie pustyni, która ogalała ze złudzeń. A wielkie szpitale psychiatryczne zaczynają się zmieniać. Jeszcze straszą, jak Kulparków we Lwowie i trochę nasz Kobierzyn w Krakowie, są tam oddziały do przemienienia... Teraz

**T**rzeba przebrnąć przez ograniczające ustawy i ustawy o zmianie ustaw, przedrzeć się przez gąszcz przepisów, które niestety mogą ograniczać dobro. Jest to możliwe, o czym świadczą rozwijające się firmy społeczne, jak grupa „Cogito” – pensjonat i restauracja, catering, wypożyczalnia rowerów, „Gospoda Jaskółeczka” w Radomiu, firma Ekon w Warszawie, opisane w „Rozmowach o przedsiębiorczości społecznej”. Należy iść dalej. W dobrym kierunku. „Najmniejsze czynione przez nas dobro jest większe od największego zła...” Niech te słowa Jana Pawła II zacytowane przez Ojca Grzegorza, zastępującego przeora Klasztoru Karmelitów w Wadowicach dodadzą skrzydeł ludziom tworzącym nowe rozwiązania w skomplikowanej dziedzinie psychiatrii.

*Dorota Dużyk-Wypich  
Kraków*



Tym, którzy więcej czują  
i inaczej rozumieją  
i dlatego bardziej cierpią...

ANTONI KĘPIŃSKI

**Przekaz swój 1% podatku dla  
Stowarzyszenia na Rzecz Rozwoju  
Psychiatrii i Opieki Środowiskowej  
KRS 0000 146448**

**Pomagamy osobom chorującym psychicznie  
„żyć, pracować i leczyć się  
w lokalnej wspólnocie”.**

**Symbolem naszego działania są  
„Hotele u Pana Cogito” w Krakowie.**

**Fundusze zbieramy na  
Centrum Środowiskowe  
im. Antoniego Kępińskiego**



# Stołp – wieża graniczna

Mój stołp, moja chata z kraja. W pewnym oddaleniu od gwaru i rozgardiaszu, od jarmarków, targów, jaskrawego blichtru miasteczka, nawet za sennymi przedmieściami z coraz to zanikającym zabieganiem i krzątaniem w ogrodach, sadach, poletkach. Tam jestem odludkiem, dziwakiem, choć bywało inaczej, nim te i podobne im epitety wyгнаły mnie, odeгнаły.

Dalej tylko manowce, rozstaje, wilcze drogi, które budzą we mnie lęk, bo tak łatwo w nich się pogubić. Ale i wypaczone, swojskie drogi, do przyjaznych sadyb roztomyłych, bliskich duszom odludków dróg przez przestrzenie dzikie, straszące, a więc wypraw rzadkich, koniecznych.

Straszne te bezkresy, zagadkowe, a dla eleganckich siedlisk enigmatyczne. Bo ja tak pomiędzy eleganckim blichtrzem a prostotą, ubożuchną, ale krzepką, bywa zawadiacką, dzielną, w ogromie otaczającej przestrzeni, gdy wici wezwą, zadanie moje: nieść pomoc, by bronić przed zaborczym, obcym, cudzym, bo splugawi, zniszczy.

To, w czym wyrosłem, co do końca jeszcze serdeczne, bo serce rwie się ku więcej, to nadzieja; która nie matką głupich, lecz wsparta wiarą i miłością ku światu, temu wiecznemu światu, bo stołp ostanie jak pamięć nie jednego życia, nie jednej miłości; gdy ja i inni opuścimy ten westybul i nadzieja pomoże nam na przejście w wierze ku

miłości, którą hołubimy. Co napawa nadzieją powrotu do lat sielskich bez wiary w konieczność służby, koniecznością wiary w tę konieczność, to miłość powrotu, spoczynku, otuchy, by nie zaskoczyli, rozwekli po manowcach, pograżyli w zapomnieniu, by przetrwało, choć dziwakiem w pamięci.

Bo strasznie błąkać się po manowcach, bezdrożach, samotnie, bez duszy bratniej, dlatego stołp ten pomieszkaniem mego ciała i duszy, kątem na ziemi własnym strzeżonym. I pamięć o nim, że jest, że daje schronienie, pocieszenie i ostoję.

By ta pamięć budowała dalej, tak jak ja zbudowany z pamięci innych, żywych i odeszłych, faktycznych i mitycznych; herosów, których czyny w legendzie i tych zwykłych, których uczynki częścią tych czynów; z ich osądu, czasem tylko migotliwego spostrzeżenia, bo nie czas na osąd, czasem z zapomnienia, które tak ulotne, że rozplynęły się w pamięci. Z tej tajemnicy, że choć zamglone wraca; zatarte to z kawałeczków, szczątków, drobin buduje nadzieję na trwanie, że w to trwanie wierzę, miłuję, a ono dodaje mi sił w chwilach nieszczęsnych, choć dobre i złe, ale buduje doświadczenie, doświadcza.

I piękno w tych doświadczeniach, całe trwanie, w jednej częstotce cała wieczność.

Wichury i wietrzna pogoda usiłuje rozwiać, zadać kłam. Czasem zmiata to na targ, to na rozstaje, ale proroczo wymiata niepokoje i rozterki, każe trwać i tu, i tam.

Tak mój stołp, niby na granicy, ale znoszony uparcie ku niebu, którego nigdy nie osiągnie, bo za mała moja siła i moc, a wichury potężniejsze; jest sygnałem, strażnicą. Krzątam się po wieży, umacniam, z osobna, dziwak, odmieniec, kuriozum. Choć wznieść się nad ziemię i wiem, że nie starczy sił, ale trzeba.

Zamiar fałszywy, bo to fundamenty nie wytrzymają, to ściany zbyt kruche, potrzebne mi z dnia na dzień, by móc ostrzec, że targowisko zagorzało, że wici rozbłysły, by siedlisko i sadyby się z oczu nie straciły. By swą powinność spełniać wśród czasem zabieganej, czasem zwolnionej pracy.

Szarej, codziennej, powtarzanej do znudzenia, jednak nie nudnej, wplątanej w tok roboty innych, widocznej, a więc dającej innym nadzieję. Wiara i miłość, która zespala, choć codzienna, szara, znojna. Choć trzeba będzie ją zostawić, odpuścić, jednak potrzeba duszy niosącej w sobie przekonanie wieczności jej jednej z serca wydarłej potrzeby, a nie mary, utudy, sławy i rozgłosu. A tak jak ja przejąłem ją po poprzednikach, tak komuś przekażę, bo miłość ma spełnienie dla balbin-kowo gęsiej postawy wulgarne, dla wiecznych dowcipnisiów rubaszne, w codziennej, niedostępnej im flirciar-skiej kokieterii i żarliwości dojrzałe i twardo, ziemskie spełnienie wiary, nadziei i właśnie miłości.

Sługą jestem tylko mej wybranej sympatii do osoby i dla mej pracy. Pracy, bo w gromadzie odpowiadam za swą jakość i godność dozoru. Pracę godnie w swej poprawności łącząc moje staranie o stołp, który w każdej chwili może zniszczyć pożoga targowiska, jak i nieoczekiwany zajazd z bezkresnych bezdroży.

M.Z.  
Kraków



rys. Dorota Dużyk-Wypich

# Wspomnienie o profesor Marii Orwid



fol. archiwum

**K**ilka słów opowieści o życiu profesor Marii Orwid na podstawie autobiografii „Przeżyć... I co dalej?“, rozmawiają Katarzyna Zimmerer i Krzysztof Szwejca.

Nie miałam zaszczytu poznać Pani Profesor Marii Orwid osobiście, choć spotkałam Ją na XIX Sympozjum Polsko-Niemieckiego Towarzystwa Psychiatrycznego w Berlinie w 2008 r., a temat Sympozjum brzmiał „Zestarzeć się i umrzeć u siebie - w Polsce i w Niemczech”. Pani Profesor Orwid była Osobą, której nie można było nie zauważyć, wręcz przeciwnie - przyciągała uwagę wszystkich, szczególnie gdy dowcipnie i z nutką ironii komentowała półgłosem po polsku wystąpienia kolejnych VIP-ów. Było to na pół roku przed Jej śmiercią. Zastanawiam się dziś, czy Jej zachowanie było podyktowane tematem Sympozjum? Może przeczuwała swoje odejście? W każdym bądź razie po lekturze Jej autobiografii, którą opracowali dr Krzysztof Szwejca i znana dziennikarka i dokumentalistka Katarzyna Zimmerer, stwierdziłam, że była to cała Profesor Orwid, z Jej charakterystycznym podejściem do życia i śmierci, z Jej dystansem do własnych przeżyć. Jak sama stwierdza, rozmowy te stanowiły „podróż do źródła” i wielką przygodę intelektualną i psychiatryczną. „Była to próba poszukiwania tak zwanej prawdy, kim byłam, kim jestem, jako człowiek, kobieta, psychiatra, wreszcie dziecko Holocaustu.” Na pewno była Człowiekiem wyjątkowym, powiedziałabym prawdziwie wielkim Człowiekiem, który pozostawił po sobie niezatarty „ślad” w sercach wszystkich, którzy znali Ją osobiście i tych, którzy, tak jak ja, poznali Jej fascynujące życie i bogactwo wnętrza podczas lektury wspomnianej autobiografii.

Właściwie nie dziwię się, że została psychiatrą i że stworzyła pierwszą w Polsce Klinikę Psychiatrii Dzieci i Młodzieży w Krakowie. Rozumiała dobrze dzieci i młodzież po traumatycznych przeżyciach - była przecież, jak siebie nazywała, „dzieckiem Holocaustu”, przeżyła wielką tragedię osobistą i narodową Żydów - z Jej bliskich przeżyła tylko Mama. Do końca życia Pani Profesor miała poczucie „winy za to, że ocalała” i wstydziła się, że tak bardzo chciała przeżyć ten koszmar nazistowski. Znała cenę życia i dlatego rzucała się w wir życia „podarowanego”, aby je jak najlepiej wykorzystać dla innych i dla siebie - „spłacić dług” wobec tych, którzy zginęli.

Profesor Orwid miała poczucie dumy narodowej jako Żydówka, należąca do narodu „wybranego”, „elitarnego” o kilku tysiącletniej tradycji religijnej i narodowej, w której praktycznie nie było analfabetów, bo chłopcy żydowscy, po ukończeniu szóstego roku życia, uczyli się pisać i czytać oraz dyskutować, tłumaczyć „Świętą Księgę” - Biblię.

Z Biblii wyrosła też tradycja chrześcijańska i kultura polska. Obie te tradycje, żydowską i polską, znała doskonale, więc trudno Jej było siebie określić Żydówką bez przymiotnika „polską”, tym bardziej że nie praktykowała żadnych obrzędów religijnych ani żydowskich, ani chrześcijańskich. Trudno więc było Jej określić własną tożsamość, deklarowała ateizm, cała będąc przesiąknięta ideami głęboko pojętego humanizmu, wartościami ogólnoludzkimi, takimi jak: prawo każdego człowieka do życia, prawo do godności osoby ludzkiej jako





po prostu Człowieka, prawo do wolności osobistej, tolerancja wobec ludzi innej rasy, narodowości, przekonań religijnych. Dla Pani Profesor prawo do wolności człowieka było najważniejsze. Dlatego rozumiała pacjentów psychiatrycznych, broniła ich praw do wolności, szacunku i godności osobistej. W stworzonej przez nią Klinice Psychiatrii Dzieci i Młodzieży praktycznie nie było „zamkniętych drzwi”. Wprowadziła też społeczność koedukacyjną, gdyż uważała to za naturalnie bardziej korzystne dla zranionej, rozchwianej jeszcze psychiki adolescenta. Uczyła pacjentów odpowiedzialności nie tylko za siebie, ale i za innych ludzi. Dzisiejsze zdobycze psychiatrii i opieki środowiskowej mają korzenie między innymi w pracy profesor Orwid. Przykładowo: wprowadzenie psychoterapii indywidualnej, grupowej i rodzinnej, psychoedukacji, opieki ambulatoryjnej nad chorującym dzieckiem w domu, utworzenie przy Klinice liceum, aby młodzież mogła w „przyjaznych” i „bezpiecznych” warunkach zdobyć wykształcenie dające możliwości znalezienia pracy i zdrowia.

Pani Profesor Orwid brała też udział w pionierskich badaniach przeżyć ludzi długotrwale przebywających w warunkach obozów koncentracyjnych i badania dzieci „ocalałych z Holocaustu” oraz drugiego pokolenia „ocalałych”. Co wydaje mi się z tych badań najważniejszą tezę? Odpowiedź na pytanie: „co tak naprawdę pomagało przeżyć w warunkach obozowych?” Wiara? Nie. Wspomnienie o rodzinie? Było raczej obciążeniem. Jak wynikało z badań psychiatrycznych, decydujące było, oprócz szczęśliwego przypadku, spotkanie drugiego człowieka: jego dobre, przyjazne słowo, podany łyk wody czy kęs chleba, zachęta, aby walczyć o przetrwanie. Żadna na świecie przyjaźń nie łączyła ludzi tak mocno jak przyjaźń zawarta w obozie koncentracyjnym. Oświęcimscy więźniowie najlepiej rozumieli się w swoim gronie, byli nieufni nawet wobec rodziny. Niechętnie też przyjęto odkrycie, że wobec możliwości zaistnienia KL Auschwitz, tego „anus mundi”, świat „stracił niewinność” i że nic potem nie będzie takie jak przedtem. Przypomina mi to stwierdzenie przeżycia w psychozie, po której nic nie jest takie samo – swój świat trzeba zbudować na nowo. Także „zdrowienie” z psychozy podobne



fot. archiwum

jest do doświadczeń „oświęcimiaków”. Najpierw trzeba pogodzić się z prawdą o człowieku, o istocie człowieczeństwa, aby przeżyć, trzeba poznać prawdę i ukryć ją przed sobą samym w podświadomości, zapomnieć.

Pani Profesor Orwid pisze, że nie pamięta pierwszych wojennych dziesięciu lat, że zna je jedynie z opowieści przyjaciół. Ja też nie pamiętam wielu przeżyć psychotycznych, gdyż pamięć o nich na co dzień uniemożliwiłaby mi w miarę normalne życie. Zarówno dla Pani Profesor Orwid, jak i dla mnie osobiście, najważniejsza okazała się porcja miłości okazana nam w dzieciństwie i związana z tym świadomość (podświadomość?), że jestem osobą wartościową, godną miłości i życia. Ten „fundament” psychiczny umożliwił nam obu przetrwanie traumy i dalsze życie. Lektura autobiografii Pani Profesor zmieniła mój światopogląd dotyczący podejścia do kwestii żydowskiej w Polsce. Pochodzę z rodziny, która - i ze strony Mamy, i ze strony Taty - szanowała bardzo Żydów, choć nie mamy żadnych korzeni żydowskich, więc nie bardzo wierzyłam w szowinizm i antysemitizm polski. Oburzało mnie stwierdzenie, że katolicy to antysemita. Nadal twierdzę jednak, że prawdziwy katolik szanuje każdego człowieka. Co zapamiętam ze wspomnianej lektury to wniosek, że trzeba szanować „innego”, czy to będzie Semita, czy Aryjczyk, czy Słowianin, czy osoba chorująca psychicznie. I jeszcze stwierdzenie, że można żyć pełnią życia nawet po doznanej traumie i odnaleźć siebie w środowisku rodzinnym, sąsiedzkim, zawodowym, parafialnym. Można po psychozie (traumie) żyć godnie i sensownie pozostawiając po swoim życiu Kochające i wdzięczne serca nie tylko swoich bliskich, ale i pokoleń przyszłych Czytelników.

Podsumowując zachęcam do lektury. Nie jest ona łatwa, ale warto dowiedzieć się, po co trzeba przeżyć.

#### PS 1

Pani Profesor Maria Orwid była wychowanką charyzmatycznego prof. Antoniego Kępińskiego. Miała wielu przyjaciół, m.in. niezującego już niestety prof. Adama Szymusika i obecnego Kierownika Katedry Psychiatrii prof. Jacka Bombę. Wychowała pokolenie psychiatrów i psychologów dziecięcych i młodzieżowych, m.in. dr. Krzysztofa Szwałcę i dr. Ryszarda Izdebskiego.

#### PS 2

Jeżeli, drogi Czytelniku, odniosłeś wrażenie wagi i ciężaru doświadczeń zawartych w autobiografii Pani Profesor Marii Orwid, to dobrze. Jednak nie jest to cała prawda, książka ta napisana jest ze swadą i skrzy się od czarujących, dowcipnych anegdot z autopsji. Pani Profesor opowiada także o największej, dożgonnej miłości swojego życia - uczuciu do malarza, plastyka, scenografa, fotografa, a w młodości także turysty, narciarza, żeglarza i pletwonurka - Mariana Szulca, który nauczył ją wrażliwości na prawdziwą sztukę, a sztukę uważał za „sacrum” i „Absolut” oraz o wielkich przyjaźniach, m.in. ze Stanisławem Lemem i Piotrem Skrzyneckim z „Piwnicy pod Baranami”. Opisuje codzienne życie, zainteresowania kulturalne, zwłaszcza filmem, a także modą. Ta autobiografia jest cennym zapisem tego, o czym rodacy, a zwłaszcza inteligenci, „nocne prowadzili rozmowy”. Naprawdę warto przeczytać!

Jolanta Janik  
Stowarzyszenie „Otwórzcie Drzwi”  
Kraków

# „Psalmy” i „Półbaśnie” – pomostem między światami i wrotami do duszy, czyli co mnie zachwyca w twórczości Tadeusza Nowaka

W moim świecie czytelniczym jest autor, który mnie urzekł i oczarował. Podwójnie, gdyż zamierzam napisać o dwóch pozycjach w jego bogatym dorobku pisarskim. Autor – to Tadeusz Nowak, natomiast dwa jego dzieła, które poruszyły mnie szczególnie to „Psalmy” i „Półbaśnie”.

Psalmy Nowaka szepczą nam, że „w małych miasteczkach żyją święci, którzy „chodzą w kozuchach, ale boso i na łabędzich dłoniach niosą jeszcze gorące bochny chleba, a na wrzecionach płótno nieba.” Gdy słucham tych psalmów w aranżacji muzycznej nieodżałowanego Marka Grechuty, chciałabym się podzielić chlebem i człowiekiem. Zaczepnąć wiatru we włosy i popłynąć w sad. A w „Psalmie dzieciennym” z „królestwa zboża” wychyla się „anioł nagi jak rówieśnik”. Psalmy te mają charakter niekoniecznie religijny, choć są natchnione i uduchowione, bowiem motyw „rówieśnicy, która mnie ciągała na inne siano, bo jej ciało inne” – wprost ocieka zmysłowością. Wszędzie dzieją się czary, dzięki którym jesteśmy. A „wody są czyste, Gaśnie w nich planeta. I gasną pod nią poczęte zwierzęta.” Te bardzo pierwotne, pełne i piękne słowa mogłyby wypełnić stronicę „Księgi Rodzaju na piasku spisanej”.

W Psalmach mamy wrażenie, że ryby, ptaki, trawa, kamienie, kapliczki mają swoją odrębną rzeczywistość, w której każde z nich jest niezależnym bytem i pisze historię stworzenia na liściach przydrożnego łopianu. Żyją też symbole, takie jak: krzyż, soczewica, miecz, Lewiatan czy ziarno. Nowak hojnie rozsypał poetycką modlitwę, szyjąc całemu światu odzienie z ufności i wiary. Wtedy nawet chore, bolące nogi mogą we śnie chodzić na grandę do Ogrodów Boga czy na czereśnie (*Psalm o chorych nogach*).

Pisze też Nowak w swoich psalmach o ludziach innych, obłąkanych. „Chcę być pomyłony, pomyleni mają inne ptaki, inne ryby, pomyleni nie dają się głaskać; pomyleni niosą chleb ze wzgórz”. I może,

co najbardziej istotne i co oddziela plewy od ziarna – „Pomyleni wiedzą, gdzie jest Bóg.” Że wiedzą, nie ma wątpliwości, podobnie jest też na kartach Psalmów, które stanowią bezpieczną przestrzeń chroniącą przed pomieszaniem. Wyłania się z nich dobry Bóg - Chrystus wędrujący z krzyżem wśród traw, niosący chleb od chaty do chaty i gładzący nieboskłon.

Nadeszła pora, aby zanurzyć się w „Półbaśniach”. Ich narratorem jest dziadek Jakubek – staruszek o przenikliwym spojrzeniu w przeszłość, ale także niepozobawiony wglądu w przyszłość i teraźniejszość, rozprawiający o zwyczajnych chłopskich rzeczach, jak chleb, kapelusze, klótnie czy choroby.

Z jego opowieści dowiadujemy się, że z człowieka można było wyjąć duszę. Aby to uczynić, należało zakrzywionym drucikiem pochwyć mimowolne westchnienie śpiącego. Gdy już się w nie wbiło ów srebrny haczyk, można było ostrożnie wydstać duszę. Potem trzeba było ją rozwiesić na osice, żeby się zeschła, a później utłuc w moździerz. Pozyskany pył dodawało się zwierzętom do paszy. Wówczas zaczynały się dziać dziwne rzeczy, albowiem bracia mniejsi okazali się mądrzejsi od swojego gospodarza. I stąd też podobno wytłumaczenie istnienia ludzi bez tzw. pomyślunku. Ani chybi, ktoś wywłócił z nich cichaczem duszę.

Ciekawym obrazem poetyckim i tworem literackiej wyobraźni jest „Rzecz o Jakubku samym”, nawiązująca do tematu duszy.

Dziadek Jakubek powiada: „Pytacie, czy stworzenia bezrozumne: kot, pies, koza, koń mogą mieć duszę. A zapytajcież plebana, biskupa, świątka przydrożnego wpatrzonego drewnianymi źrenicami w świat wasz kniecy, w żywot utajony w trawach się dziejący. Dla mnie nawet śliwka karłowata, wisienka płacząca żywicą (...) ma duszę, jako my ją mamy.”

Znałam osobiście dwie siostry mniejsze, które bez wątpienia miały wyższą świadomość. Były to psica Miśka i kotka Iskierka. Kiedy obserwowałam te śpiące zwierzęta, wiedziałam, że w swoich snach buszują po rajskich łąkach. A dziadek Jakubek? Był specjalistą od dusz. Wiedział, że to swoiste nadprzyrodzenie sprawia, że drzewa rosną, kwitną i owocują. Ludzie ze wsi przyprowadzali do niego swoich synów koniakradów, drobnych złodziejasków i nożowników, aby poszukał w nich duszy. Tej, która strzeże ładu w człowieku, w jego uczuciach, myślach i czynkach. Dziadka Jakubka odwiedzali też młodzi małżonkowie, którzy mieli problemy z powołaniem na świat potomstwa. Złożył mu wizytę także pewien zbój nad zboże, zaklinając go na wszystkie świętości i kornie błagając, aby zapalił lampę naftową i podjął ślad jego duszy, jeśli takowa jeszcze w ogóle się w nim kołacza.

Pewnego razu do dziadka Jakubka przyszedł pies. Skowyczał i załósnił się skarżył. Dziadek Jakubek już wiedział, że biedne zwierzę musiało postradać swą duszę. Długo i czule do niego przemawiał, potem wyjął jego psią duszę i podał mu do przełknięcia zawiniętą w chleb. Co bardzo znamienne, jak powiada sam Jakubek, „ludzie, zwierzęta i drzewa przychodziły do mnie częściej niż na plebanię”.

Więc jest możliwe, że prosty staruszek ratuje kondycję ludzką przed upadkiem skuteczniej niż przygotowany do tego w szczególny sposób – zdawać by się mogło – ksiądz. Oczywiście, opowiadanie jest fikcyjne, ale pokazuje, że nie jest konieczna znajomość ustępów Pisma Świętego, aby odnaleźć duszę w swym bliźnim. Potrzeba tylko ogromnych pokładów miłości, rzeki cierpliwego czasu i gotowej do poświęceń obecności.

Katarzyna M.  
Środowiskowy Dom Samopomocy  
Kraków



# Ciężar czy skarb?

## XVII Światowy Dzień Chorego

**1 lutego 2009 r. Kraków - Sanktuarium Miłosierdzia Bożego Łagiewniki.** Czekam na przystanku tramwajowym na moją najlepszą przyjaciółkę Dorotę. Czekam dość długo, jest przenikliwie zimno, trochę pada mżawka. Stoję i obserwuję, co się wokół mnie dzieje. Przyjeżdżają kolejne tramwaje, wysiadają z nich mniej lub bardziej sprawnie różni ludzie, niektórym poruszanie się sprawia dużą trudność. Z kolei inni wyskakują z nadmierną ekspresją mimiczną i ruchową, opiekunowie mają dość trudne zadanie, aby ich jakoś zebrać do swojego stadka. Widzę też wreszcie znajome twarze: to koleżanki i koledzy z naszego ośrodka przy ulicy Miodowej 9, z Oddziału Dziennego i Warsztatu Terapii Zajęciowej, witamy się uśmiechem, Danuta - rzecznik prasowy naszego Stowarzyszenia Osób Chorujących Psychicznie „Otwórzcie Drzwi” z radością macha do mnie ręką: „Jola, ty też do Sanktuarium?” „Też!” - odpowiadam, ich radość udziela się mnie także.

Godzina 10.30, z dziewiętnastki wysiada Dorota; jestem tak szczęśliwa, że przyjechała, że momentalnie zapominam o zimnej pogodzie. Najważniejsze jest to, że idziemy razem do Sanktuarium Jezusa Miłosiernego. Ze względu na moją niewydolność sercową idziemy długo i powoli - niczym Izraelici, którzy 40 lat wędrowali do Ziemi Obiecanej i których też prowadził Obłok Boży - Ich Przewodnik. Dochodząc do Bazyliki podziwiamy rozmach i symbolikę, którymi się charakteryzuje ta budowla. Mnie kojarzy się z Łodzią Piotrową, na dziobie której stoi figura Ojca Świętego Jana Pawła Wielkiego jako sternika.

To właśnie Jan Paweł II, tak dotknięty w swoim ziemskim życiu rozmaitym cierpieniem, tak fizycznym, jak i duchowym, ustanowił w Święto Matki Bożej z Lourdes czyli Matki Bożej pod wezwaniem Uzdrawienia Chorych, Światowym Dniem Chorego. W tym roku obchodzony jest już w Kościele Powszechnym siedemnasty raz.

Wchodzimy do środka, jest mnóstwo ludzi, na samym przedzie chorzy na wózkach inwalidzkich, którzy dzięki

staraniom rodzin i wolontariuszy zostali przywiezieni do Świątyni. Nie ma wolnego miejsca, aby usiąść. Dorota martwi się, czy wytrzymam całą uroczystość stojąc. Trochę trzymam się ławki, ale dzielnie stoimy.

Wnętrze ma znaczenie głęboko symboliczne - Krzew Mojżeszowy, jakby poruszany tchnieniem Bożym, w środku mieści Najświętsze ze Świętych - tabernakulum, w którym mieszka Pan Jezus w Najświętszym Sakramencie. Tabernakulum ma kształt złotej kuli ziemskiej, na której wygrawerowane są kontynenty. Nad krzewem znajduje się obraz Jezusa Miłosiernego, ponadnaturalnej wielkości z napisem: „Jezu, ufam Tobie”. Pan Jezus ma bardzo przenikliwe spojrzenie niebieskich, jak na Syna Bożego przystało, oczu. Trudno od nich oderwać wzrok.

Z lewej strony ołtarza znajduje się Zikona Matki Bożej Miłosierdzia (Ostrobramskiej). Cudowne, wysmukłe dłonie przytulają bijący pod sercem skarb - maleńkiego nienarodzonego Boga-Człowieka.

Godzina 11.00, rozpoczyna się Eucharystia, którą wraz z kapłanami z różnych stron Polski koncelebruje biskup Jan Zając, kustosz Łagiewnickiego Sanktuarium. W homilii przywołuje temat tegorocznego roku liturgicznego: „Otoczmy troską życie”. Mocno akcentuje prawo każdego człowieka do życia: od poczęcia do naturalnej śmierci. Pochyla się nad tymi, których życie jest trudniejsze z powodu choroby i wymaga szczególnej troski ze strony otoczenia. We współczesnym postindustrialnym świecie istnieje kult młodego, pięknego i zdrowego ciała, nawet nie człowieka, tylko ciała. Ludzie chorzy, niepełnosprawni i starsi wiekiem są spychani na margines życia, niepotrzebni, niedoceniani, stanowią tylko ciężar. A przecież tacy ludzie są skarbem Kościoła, jak pisze św. Paweł „dopełniają w swoim ciele udręk Ukrzyżowanego Chrystusa”. Cierpienie przyjęte z wiarą nadaje życiu sens, także to niezawinione w niczym, stanowi wezwanie czy powołanie do pomocy, do Caritas, czyli Miłości ze strony bliskich ludzi, a także pracow-

ników służby zdrowia i wolontariuszy, którzy odczuwają powołanie do służenia innym cierpiącym ludziom.

Po wygłoszeniu homilii nastąpiła szczególnie uroczysta chwila - przyjęcie Sakramentu Namaszczenia Chorych. Kapłani wyciągnęli nad chorymi, czyli także nade mną ręce wzywając Ducha Świętego, a następnie każdy chory, który potrzebuje umocnienia w cierpieniu czy w walce o zdrowie, indywidualnie był błogosławiony i namaszczony olejem świętym na czole i na dłoniach. Był to dla mnie szczególnie podniosły moment. Podobne uczucie lekkości na duszy i ufności w Opatrzność Bożą oraz niczym niezmqconej radości wewnętrznej przeżyłam potem, przyjmując Pana Jezusa do serca w Komunii Świętej.

Po końcowym błogosławieństwie, gdy ludzie wychodzili z Bazyliki, można było otrzymać „List Metropolity Krakowskiego Księdza Stanisława Kardynała Dziwisza na XVII Światowy Dzień Chorego” i pamiątkowy obrazek z bardzo ważnym przesłaniem Jana Pawła II, pochodzącym z listu „Salvifici Doloris” skierowanym do chorych. Pragnę choć kilka zdań przytoczyć: „I prosimy Was wszystkich, którzy cierpicie, abyście nas wspierali.

Właśnie Was, którzy jesteście słabi, prosimy, abyście stawali się źródłem mocy dla Kościoła i dla ludzkości.

Wstraszliwym zmaganiu się pomiędzy siłami dobra i zła, którego widownią jest nasz współczesny świat - niech Wasze cierpienie w jedności z Krzyżem Chrystusa przeważy!”

Warto było wybrać się do Sanktuarium Łagiewnickiego, to był wyjazd bardzo pokrzepiający nasze dusze, a Dorota w ten sposób uczciła swoje niedawne imieniny. „Dorothea” - „dar od Boga”.

Jolanta Janik  
Stowarzyszenie „Otwórzcie Drzwi”  
Kraków



# Poezja

## Pomyślunek

człowiek to takie zwierzę  
które myśli i nawet  
z namysłem, w dobrej wierze  
wymyślił także alfabet

Marek Zmarz

\* \* \*

ty w pozłocistej szacie gotycka figuro,  
chodziło mi o ciebie  
jak i o zapach kadzidła  
chodziło mi o was  
bardziej niż o ludzi  
przepychających się do swojej prośby  
przy takim przyznam  
głuchym i bezmyślnym szmerze -  
- niech się stanie wola Twoja  
a jednak nie ma większej rzeczy  
niż mała prośba  
o wiersz i chleb dla dzieci  
a także i o to  
aby nie pogrążyły się w bezmiarach Zen  
albo w pomyślonej doczesności  
albo w diablích ramionach wręcz  
czy tam w jeszcze gorszych bezmiarach  
(co dopiero z jawa)  
widzę to ostro choć w tłumie  
i pochylam coraz niżej  
nawet nie jak ten człowiek  
który leży rozpostarty na posadzce.  
pochylam się ku twojej ziemi,  
a stamtąd śmieszysz mnie tylko  
złocista figuro  
stamtąd zapach kadzidła  
wydaje się zbyt słodki  
nawet jak na zwykły sen.

napisane w 1970 r.  
Małgorzata Misiewicz

## Dom

Nigdy nie odegnam domu,  
ponieważ nikt nie burzy  
podwalin.  
Choćby zeszyły huczące lawiny,  
choćby padły przypory czasu  
nigdy nie zgubię domu,  
do którego zawsze powrócę  
jak Odys.

Nie zostanę ani zbiegiem  
na bezdrożach, ani wygnańcem  
jak Romeo, ponieważ  
mój dom nie jest z kart.

Rafał Azyłowski

## Pieniądze kluczem do wolności

„Pieniądz Cię wyzwoli  
On da Ci szansę i siłę”  
Tak krzyczą transparenty,  
Billboardy i plakaty

„Pieniądz to podstawa  
On celem ludzkiego bytu”  
Mówią mi różni ludzie  
Ci młodszy i ci starsi

REF.  
PIENIĄDZE KLUCZEM DO WOLNOŚCI  
PIENIĄDZE KLUCZEM DO WOLNOŚCI  
A JEŚLI NAWET TAK  
TO W KTÓRĄ STRONĘ PRZEKRĘCAJĄ  
ZAMEK

Dziś wystarczy mieć pieniądz  
Aby zawojować świat  
Człowiek może być głupi jak but  
Liczy się tylko modny samochód

Oskar Jabłoński



## Wir

Czymże wiruje dusza zatrwożona?  
Jakie wiru imiona?  
Wir ten co wciąga,  
wir co unosi, wir, który wznosi.

Wir mętnej wody co dławi i dusi  
w mule, szlamie upadków przemijanie,  
odbiera życia oddechów urody.

Pychy tornado ku niebom wynosi  
ułudą mami codzienne losy,  
zostawia ziemię, dumy moc woła,

więc nas ku dołom, każąc ku ziemi  
posyła w błota szlachetna wzniosłość,  
by jej nie splamiła podła wyniosłość.

Unosi tak zwykły wir codzienności  
między upadkiem, codziennym wzlotem,  
pośród gwaru zwyczajnych rozterek.

W natłoku myśli szuka ukojenia  
wśród krzątania, szyderstwa, kpiny  
obcych, nieprzychylnych - łaknie schronienia.

Że dusza wzlotu chce, cóż temu winna  
to ducha rozterka: strach, lęki, trwoga;  
wszak dusza pragnie miłości Boga.

Marek Zmarz

## Po prostu nie wypada

(Dedykuję Dorotce Dużyk- Wypich)

Nie mam dzisiaj weny do pisania  
Żadna gołębica nie szepce mi do ucha  
Żaden Pegaz nie przelatuje za oknem  
Żaden Apollo nie próbuje mnie uwieść  
Pustka  
Ale czy można napisać wiersz o pustce w sobie  
Może spróbować ją zapełnić  
Przestać myśleć o sobie  
Ponieważ istnieje Ktoś, Kto cierpi bardziej  
I nie wypada się nie uśmiechnąć do Niego  
Naprawdę nie wypada

11.08.08  
Jolanta Janik

## Wierszyk terapeutyczny

(dla pani Eli)

Nie musi być Pani najlepsza  
Gustować w wielkich wieszczach  
Być pierwsza w rzucie dyskiem  
Czy zjeść rozumy wszystkie  
Mieć metakomentarze  
Na każdy bieg wydarzeń  
Trenować kwiat lotosu  
i na wszystko mieć sposób  
Bo Pani jest w sam raz  
By leczyć serca uraz

Katarzyna Rak

# Poezja



## Praca nadesłana na konkurs „Tak daleko i tak blisko”

# Bobby „X”

Wszystko się zaczęło od Oddziału Zamkniętego. „Ich marzenia” stały się naszymi marzeniami. Młodzi i gniewni wkraczaliśmy w dorosłość. Żaden z naszej paczki nie wierzył, że młodość przemienie, chcieliśmy bawić się, żyć wiecznie i beztrosko. Ksywa Bobby „X” przysłała do mnie raz na zawsze. Chciałem być tak jak oni, muzycy z Oddziału Zamkniętego, pójść w ich ślady i być na topie. To nie były tylko marzenia, zacząłem działać. Przyłączyłem się do zespołu rockowego. Zaczęliśmy grać i nawet było parę niezłych koncertów. Tego się nie da opisać! Na scenie czułem się jak w swoim żywiole. Wiedziałem i wierzyłem, że mogę zrobić wszystko! Nie przewidziałem jednego, że jest to kruche i krótkotrwałe...

Bobby „X” poszedł do wojska. Jego dziewczyna płakała. Właściwie chciałem zawsze być żołnierzem, jak Wojtek strażakiem. Wszystko zapowiadało się, że moja służba dla kraju przebiegnie szybko i bez tzw. zakłóceń, ale fala okazała się większa od mojego strachu. Nie wiem dlaczego tak się dzieje, że w wojsku nie ma miejsca dla wrażliwych jednostek. Każdy musi być twardy i odważajmniej innym to, czego sam doświadczył. Życie „kota” nie należy do najłatwiejszych, wierzcie mi. Wszystko można przetrzymać, jeśli ktoś czeka, kocha i tęskni. Może was zaskoczę, ale dziewczyna Bobbiego nie miała czasu na te uczucia. Wykreśliła mnie z pamięci i spisała na straty, jak mówił mi kolega Robert. Czy to mnie dotknęło?...

W wojsku przeżywa się to mocniej. Z dnia na dzień było coraz gorzej, myślałem tylko o Niej. Trudno było mi uleczyć moją zranioną męską dumę. To działo się tak dawno... Odnoszę wrażenie, że opowiadam Wam swój życiorys, a przecież się nie znamy. Jest to tym bardziej dziwne, że nie należę, wierzcie mi, do ludzi zbyt wylewnych. Jakie znaczenie miały dla mnie te doświadczenia z wojska, tego nie wiem. Wiem jedno, załamanie nerwowe zaczęło się tam, w pododdziale kompanii ochrony.

Nagle wszystko pękło jak mydlana bańka. Od tego fajnego życia

zaczęła mnie dzielić przepaść nie do pokonania. Coraz bardziej pograżałem się w nicłość. To była męczarnia!

Zachorowałem!!! Obudziłem się w „Irlandii” - tak nazywano oddział dla nerwowo chorych. Oddział Zamknięty - znowu wszystko się od tego zaczęło. Leżałem w zamkniętych oczach. Sceny z życia powtarzały się w mojej głowie namiętnie. Widziałem obce twarze, wykrzywione, z wielkim grymasem. Kim byli Ci ludzie i czego ode mnie chcieli, nie dowiedziałem się nigdy. Otworzyłem z przerażenia oczy. Widok kroplówki i uśmiech pielęgniarki na chwilę mnie uspokoił. Czy będę kiedyś sobą? Czy Bobby „X” jeszcze Wam zaśpiewa?! Kto mu pomoże? Dlaczego akurat on został skrzywdzony przez los? Pytałem siebie i kogoś tam jeszcze. Dym z papierosa dostał się do moich oczu, podrażniając spojówkę. Małe łza, bardzo niewielka, niewidoczna spłynęła po moim policzku. Wszystko od tego dymu. Chyba rzucę palenie...

Rozpoczął się nowy rozdział w moim życiu. Jakbym zaczynał wszystko od początku. Nie pamiętałem, gdzie mieszkam, jak wyglądała moja mama, skąd się tam wziętam, ogólna amnezja i czarna dziura. Dopiero widok brata, którego ledwo co poznałem i zapach świeżych domowych rogalików całkowicie mnie rozkleił. Chciałem wrócić do domu. Nawet myślałem o tym, aby zwać ze szpitala. Tylko co ja zrobię w tym innym świecie?...

Nie chciałem, żeby mnie ktokolwiek zobaczył w tym stanie. Takiego Bobby'ego jeszcze nikt nie znał, a i on sam nie umiał odnaleźć w nim znajomych cech charakteru. Cóż było począć, słowa piosenki pt. „Jeszcze nie odchodzę” zespołu „Strajk” krzyczały w mojej głowie bez przerwy:

*Jeszcze nie odchodzę,  
mam rozum i uczucia,  
z tego jestem zbudowany,  
nie jestem wcale silny  
ale ja tu zostanę!  
Jeszcze nie odchodzę!*

! nie odszedłem. Postanowiłem walczyć z moimi lękami, z całą swoją paranoją... Dzisiejszy Bobby powrócił z cienia na scenę. Pozbierał się w chorobie, aktywnie działa, maluje, gra w teatrze, prowadzi bibliotekę w Ośrodku Dziennego Wsparcia, a co najważniejsze śpiewa w zespole. Czasami odwiedza Amelię. Kim jest Amelia? Zapewne chcecie wiedzieć. O tym opowiem Wam już za chwilę, a tymczasem zamykam ten rozdział.

Prezent od  
św. Mikołaja.  
(fragment z przygód  
Bobby'ego „X”)

Kto z nas nie wierzy w św. Mikołaja? Coś w tym dniu jest dziwnego, że chociaż lat nam przybywa, to liczymy na prezenty. Bobby też przygotował się do tego bajkowego dnia. Przygotował dla Matki i brata małe niespodzianki i postanowił wstać z łóżka. Zapragnął zobaczyć „swoje” miasto nocą w zimowej scenarii. Zawsze to robił z Matką, kiedy był jeszcze małym chłopcem. Uwielbiał tę porę roku. Nie było to łatwe, bo chociaż już od paru tygodni przebywał w domu po leczeniu szpitalnym, to wciąż miał ogromne opory i lęki przed wyjściem z domu i pokazaniem się światu. Szpital dawał mu bezpieczeństwo, lecz Bobby nie chciał do niego wracać.

Trochę się zagubił i nie bardzo wiedział komu o tym powiedzieć, komu zaufać i jak przyznać się do ogólnej niemocy. Wstał z łóżka, wszedł do łazienki i spojrzął w lustro. Zobaczył mężczyznę w młodym wieku, ze sporym zarostem, całkiem przystojnego. Jedynie podkrążone oczy zdradzały багаż przeżyć nabytych w ostatnim czasie. Bobby zamyślony wciąż stał przed lustrem paląc papierosa. Bardzo bacznie przyglądał się sobie. Przez moment stał nieruchomo.

- Nie mogę się nikomu pokazać! - wyszeptał cicho.



- Nie chcę znaleźć się wśród obcych ludzi! - powtórzył. Przed jego oczami pojawił się obraz Bobby'ego w zatłoczonym autobusie, gdzie przerażenie wzięło górę i z wielką siłą wytoczył się z autobusu, łapiąc ostatkiem sił powietrze. Kąciki ust zadrżały Bobby'emu, a na jego ciele pojawiła się gęsia skórka.

- Koncert! - nieczytelny obraz mignął mu przed oczami. Uczucie lęku towarzyszące Bobby'emu podczas tej imprezy przywołane teraz w pamięci spowodowało, że nasz bohater zrezygnował z planowanej wycieczki po mieście. Już nic nie jest takie jak dawniej i nigdy nie będzie. Przecież tak naprawdę nie ma św. Mikołaja!!! Chyba nareszcie w to uwierzył i dotarło do niego, że dalsze życie nie ma sensu: Boże zatrzymaj świat, ja wysiadam!!! - dudniło mu w głowie. Bobby dumał z papierosem w rękę. Puste mieszkanie dawało mu szansę na taki relaks!

**D**zyń, dzyń, dzyń! Dzwoniący natrętnie domofon wytrącił go z letargu.

- Któż to do cholery! - zapytał sam siebie. Postanowił nie otwierać. To na pewno sąsiadka przyszła pożyczyć szklankę cukru, albo ktoś z akwizycji, bo przecież św. Mikołaj nie istnieje. Dzyń, dzyń, dzyń! - dzwonek znowu zakłócił błogą ciszę. Bobby nie wytrzymał. Może to Matka zapomniała kluczy, albo brat wrócił wcześniej z pracy. Zwłókł się z łóżka i niechętnie podniósł słuchawkę.

- Cześć! - zawołał jakiś głos z tamtej strony.

- Kto mówi? - zapytał Bobby.

- Stary otwórz, to ja Sebastian! Wpuść mnie do diabła, bo zamarnę pod drzwiami. Bobby nie spodziewał się gości i nie miał na nich ochoty. Sebastian zawsze zjawiał się w jego życiu nieoczekiwanie. Był jego jedynym i najlepszym przyjacielem. Chwila zawahania i przez otwarte drzwi wejściowe przedarła się smuga światła, oslepiając Bobby'ego.

- No nareszcie, stary! Myślałem, że znowu mnie nie wpuścisz - wymamrotał przemarnięty kolega. A ty co tak siedzisz w ciemnościach? - zapytał nie dając mu dojść do głosu. Widząc w jakim stanie psychicznym jest jego kumpel, powiedział stanowczo - Marzy mi się dobra kawa w naszym pubie. Ubieraj się szybko i idziemy, ja stawiam.



rys. Dorota Dziżek-Wypich

**O**kazało się, że Sebastian umiał czarować nie tylko dziewczyny, bo po chwili rozmowy nawet Bobby uległ jego namowom. Nie minęło pół godziny, a obydwaj mężczyźni wędrowali po skutym lodem chodniku, prosto do centrum miasta. Bobby był pełen niepokojem. Sam nie wiedział, jak to się stało, że jest poza swoim azylem.

**D**otarli do pubu, panował tam półmrok, co mu bardzo odpowiadało. Popijając kawę Bobby dostrzegł dziewczynę, która bacznie im się przyglądała. Zaczęli o niej rozmawiać. Sebastian namówił go, aby się do niej przysiąść i tak zrobili. Rozmawiali o muzyce, filmach, aż wreszcie zostali sami, bo Sebastian musiał wracać do domu. Bobby jeszcze długo rozmawiał z Martą (bo tak miała ona na imię). A tym czasem odprowadził ją na przy-

stanek autobusowy, bo mieszkała w innej miejscowości. Jaki był zadowolony, że umówiła się z nim na sobotę. Bobby nie mógł się doczekać spotkania z Martą. Myślał o niej bardzo intensywnie, ale troszeczkę bał się tego spotkania. Niech się dzieje, co chce, pomyślał głośno.

**W**kawiarni było mało ludzi, z czego się ucieszył. Czekał na tę jedyną, a bał się, że nie przyjdzie. Spóźniła się jakieś piętnaście minut. Już chciał wyjść i wrócić do domu. Nagle się pojawiła, wszystko stało się piękniejsze. Siedzieli przy kominku i pili gorącą czekoladę i mało rozmawiali. Wiesz Bobby, że z tobą fajnie się milczy. On zauroczył się Martą tak potężnie, że nie spodziewał się, jak bardzo ją pokocha i to na całe życie. Bał się jej powiedzieć o swojej chorobie, nie chciał wracać do tych momentów, nawet rodzinie nie chciał się

przyznać, jak bardzo cierpiał. Pewnego dnia się odważył i wyznał jej wszystko o swojej chorobie. Powiedziała mu, że go rozumie i bardzo mu współczuje.

Spotykali się niemal codziennie i poznawali się coraz to bliżej. Mijały tygodnie i miesiące, przeżywali razem cudowne chwile. Widać było, że kochali się, i to bardzo. Pewnego letniego dnia Bobby dowiedział się, że zostanie ojcem. Myślał jak to będzie - ja i Marta i ich maleńkie dziecko. Bał się, że sobie nie poradzi. To nie jest takie proste, nie jestem zdrowy. Już te lęki nie znikną, a natręctwa nie ustaną. Zastanawiał się, czy to ma sens. Pomyślał tak: każdy pragnie mieć dom i rodzinę. Była to na razie ich słodka tajemnica. Bobby bardzo się cieszył, był taki szczęśliwy z tego powodu, że nawet nie zauważył, jak Marta się od niego odsuwa. Ona miała swój cichy plan... To marzenie Bobby'ego o domu, rodzinie stawało się być bardzo realne. Okazało się, że urodzi im się właśnie córeczka.

Po narodzinach Amelii wszystko się zmieniło. Marta oddalała się od niego. Bobby zajmował się maleństwem, gdy ona chodziła do studium. Opiekował się córeczką bardzo dobrze. Często wychodzili na spacer. Bał się jednak, że straci swoją Martę, a przecież kiedyś tak bardzo go kochała. Była teraz całkiem inna, jakby obca. Bobby wmawiał sobie, że to przejściowe, że to minie i przejdzie. Coraz częściej dochodziło do spięć, ale on wychodził z domu na taras, nie chciał się z nią kłócić. Ją to jeszcze bardziej wkurzało, iż nie może się pokłócić i pokrzywić. On coraz częściej dzwonił do swojej mamy i żalił się, że Marta się zmieniła i jest coraz gorzej.

Żył w coraz większym stresie, mało spał, mało jadł. Nie czuł głodu, bardzo schudł, ale najgorsze chwile miały dopiero nadejść. Bobby bał się odrzucenia, samotności, nie wyobrażał sobie życia bez Marty i ukochanej córeczki. Żyli jakby osobno, on przeczuwał, że Marta go już nie potrzebuje, już go nie kocha. Zapatrzona była w Amelię i w siebie.

Pewnego ranka wstał wcześniej, wypił gorącą kawę i wyszedł na zakupy. Rozmyślał o całej sytuacji i nie wiedział, co począć... Był bezradny jak człowiek za burtą bez koła ratunkowego, bez szans. Wiedział, że ten stan musi się zmienić, tak dłużej być nie może. Bobby słuchał muzyki, a szczególnie jednej piosenki:

*Nie chcesz nie rozumiesz  
Tego co mówię ty nie przyjmujesz  
Stoisz z boku, ja w amoku  
Jestem jedną myślą,  
ta myśl jest słowem  
Jedynym napędem  
myśl jest powodem  
Tego, że jestem, że żyję  
Wyrzucam paranoję,  
którą umysł kryje  
Nie mam dla Ciebie  
nic poza sobą  
Nie mam dwóch twarzy  
nie jestem tobą  
Dzisiaj mnie kochasz  
jutro nienawidzisz...  
Dzisiaj mnie pragniesz  
jutro się wstydzisz...*

(cytat z piosenki  
pt. „Dzisiaj mnie kochasz  
jutro nienawidzisz”  
zespołu „Sweet Noise”)

Marta oraz jej matka miały do Bobby'ego ciągle pretensje. Nie wiedział, co ma począć, aby Marta stała się taka jak na początku. W końcu odkrył jej mały cichy plan. Przypadkiem zobaczył jej zapiski, nie chciał może ich czytać, ale był ciekaw i stało się. Poptłynęły tylko łzy po policzku, a prawda stawała się okrutna. Teraz już wiedział, że Marta tak naprawdę chciała być sama z Amelią. Już go nie kochała, nie chciała z nim dłużej mieszkać. Nie potrzebowała go w ogóle. Marta spakowała jego rzeczy, on cóż musiał się wyprowadzić. Wrócił do domu, załamany oszukany i bezradny. Bobby wciąż słuchał tej samej piosenki:

*Wszystko przemija...  
Jak długi, nudny, mroczny sen...  
Wszystko przemija...  
Jak młodość i trema*

*Wszystko przemija...  
Jak najgorętsza miłość  
Jak świat którego nie było...  
Nierealne ogniska,  
Nierealne ogniska...*

(cytat z piosenki pt. „Nierealne ogniska”  
zespołu „Farben Lebre”)

Jedno było pewne – Bobby'emu świat się zawalił. Po co żyć? Już nie ma po co. Jak się wyleczyć z tej miłości? Nie wiem, jak zapomnieć o niej? Nie wiem... Minęły trzy lata – bardzo długie lata i trudne dni. Bobby tęskni, marzy, że znów przytuli Martę. Obudzi się obok niej, żeby znów poczuć się kochanym. Marzy ciągle, żeby powiedzieć Amelii, jak mocno ją kocha. Myśli sobie, że może ona wróci, wciąż na nią czeka. Jest samotny, inaczej patrzy na ludzi i na świat. Dlaczego tak jest, że osoba chora cierpi w samotności? Często w nocy śni o swojej miłości, spotyka swą Martę i ją traci. Co dalej ze sobą począć, by nie błąkać się po świecie w samotności i ogromnym żalu.

Czy Bobby może jeszcze pokochać kogoś? Czy ktoś go pokocha? Jak odmienić swój los? Z radia dobiega znajoma muzyka zespołu „Oddział Zamknięty”:

*Była przy mnie, nie myślałem  
o kłopotach wcale  
To były najpiękniejsze chwile  
Nie zapomnę o niej nigdy  
Gorący piasek parzy, oprócz nas  
na plaży pusto  
Zwariowana kąpiel w morzu do  
utruty sił,  
Moi przyjaciele mówią bracie co  
Ci jest  
Obudź się i z nami chodź  
skończyła się już noc...*

Andrzej Bobola  
Dzienny Ośrodek Wsparcia  
Gorlice

W celu bliźszego poznania naszej działalności podajemy Państwu adresy stron www oraz adresy e-mailowe:

**Stowarzyszenie na Rzecz Rozwoju Psychiatrii i Opieki Środowiskowej**

[www.stowarzyszenie-rozwoju.eu](http://www.stowarzyszenie-rozwoju.eu)

[mzcechni@cyf-kr.edu.pl](mailto:mzcechni@cyf-kr.edu.pl)

[bielania@su.krakow.pl](mailto:bielania@su.krakow.pl)

**Stowarzyszenie „Otwórzcie Drzwi”**

[www.otworzcie drzwi.org](http://www.otworzcie drzwi.org)

[stotworzcie drzwi@wp.pl](mailto:stotworzcie drzwi@wp.pl)





# STRONA PRAWA

**W** moim kolejnym artykule na łamach „Dla Nas” chciałbym się zająć kwestią możliwości „dorobienia” sobie do renty. Kwestią tą w zeszłym roku zajmował się nasz parlament, który uchwalił ustawę, zmieniającą zasadniczo m.in. dotychczasowe zasady na jakich można było dorobić sobie do renty. Ustawa przewidywała zniesienie ograniczeń w tym zakresie, tzn. progów dochodowych powodujących konieczność zmniejszenia i zawieszenia świadczenia. Renciści mieli mieć nieograniczone prawo dorobienia sobie do renty. Ustawę zawetował jednak Prezydent, z innego jednakże powodu, gdyż ustawa ta zmieniała także zasadniczo sposób liczenia świadczeń, co prowadziło do ich zmniejszenia.

**N**a razie obowiązują dalej stare zasady, więc może warto je przybliżyć tym, którzy ich jeszcze nie znają, pozostałym zaś przypomnieć. Obowiązujące prawo zezwala rencistom na dorobienie sobie do otrzymywanego świadczenia. Ustanawia jednak tzw. progi dochodowe, przekroczenie których skutkuje bądź zmniejszeniem świadczenia bądź nawet jego zawieszeniem.

## Obowiązujące prawo zezwala rencistom na dorobienie sobie do otrzymywanego świadczenia

**C**o kwartał ogłaszana jest wysokość przychodów, będących kwotami progowymi powodującymi odpowiednio zmniejszenie lub wstrzymanie wypłaty emerytur lub rent. Jest ona ściśle powiązana z przeciętnym miesięcznym wynagrodzeniem podawanym przez GUS.

**P**ierwszy z progów - próg zmniejszenia świadczenia równy jest 70% przeciętnego wynagrodzenia. W kwartale obejmującym okres od 1 grudnia 2008 r. do 28 lutego 2009 r. wynosił on 2078 zł. Drugi z progów - próg zawieszalności świadczenia równy jest 130% przeciętnego wynagrodzenia i w omawianym okresie wynosił on 3859,20zł.

**N**asze świadczenie będzie wypłacane przez ZUS w całości, jeżeli nie przekroczyliśmy pierwszego z progów. Liczy się kwota przychodu, a więc kwota brutto.

**J**eżeli nasz przychód przekroczy próg zmniejszalności, a nie przekroczy progu zawieszalności świadczenia, musimy liczyć się z tym, że nasza renta zostanie zmniejszona o taką kwotę, o jaką nasz dodatkowy zarobek przekracza pierwszy próg, tj. próg zmniejszalności. Osobom, które przekroczą próg zawieszalności świadczenia, tj. osiągną przychód wyższy niż 3859,20zł., ZUS zawiesi wypłatę renty.

**P**odejmując więc dodatkową pracę warto znać aktualną wysokość progów, aby uniknąć sytuacji, w której przekroczylibyśmy próg zawieszalności, co doprowadziłoby do zawieszenia renty.

**P**owyższe zasady nie dotyczą jednak tych osób, które ukończyły: 60 lat – kobiety oraz 65 lat – mężczyźni. Mogą oni dorobić bez żadnych ograniczeń. Do grupy tej należą też inwalidzi wojenni i wojskowi oraz osoby, które pobierają po nich rentę rodzinną. Także twórcy i artyści, otrzymujący honoraria, mogą dorabiać bez żadnych ograniczeń i to niezależnie od wieku.

**Z**mniejszenie lub zawieszenie świadczenia nastąpi wówczas, gdy przychód zostanie osiągnięty z umowy o pracę, umowy zlecenia, umowy agencyjnej, pracy chatupniczej a także z tytułu prowadzenia działalności gospodarczej lub umowy o dzieło zawartej z pracodawcą, z którym mamy zawartą umowę o pracę.

**Z**asadą jest, że ZUS zmniejsza rentę o kwotę przekroczenia progu zmniejszalności, lecz nie wyższą niż kwota maksymalnego zmniejszenia. W ostatnim kwartale wynosiła ona 440,24 zł dla renty z tytułu całkowitej niezdolności do pracy i odpowiednio 330,20 zł dla renty z tytułu częściowej niezdolności do pracy.

**W** przypadku zbiegu prawa do emerytury oraz prawa do renty z tytułu wypadku przy pracy, można otrzymywać według swego wyboru jedno świadczenie w całości oraz połowę drugiego świadczenia. W razie podjęcia pracy, jedno ze świadczeń, znów według wyboru zostanie zawieszane, zaś do drugiego stosować się będą zasady ogólne. Zostanie więc ono zmniejszone lub zawieszane w razie przekroczenia odpowiednich progów.

**W** razie gdy podejmujemy dodatkowe zatrudnienie, musimy zawiadomić o tym ZUS na odpowiednim formularzu - druku ZUS Rw-73. Podajemy datę od której zaczęliśmy pracować oraz wysokość wynagrodzenia brutto. Po zakończeniu każdego roku ZUS prześle nam do wypełnienia druk - zaświadczenie o uzyskanym w danym roku przychodzie. Należy go wypełnić u pracodawcy i przesać do ZUS do końca lutego. Na tej podstawie ZUS rozliczy nas z uzyskanego przychodu i w razie gdy przekroczyliśmy jednak wysokość dopuszczalnego w danym roku kalendarzowym przychodu, będziemy musieli zwrócić pobrane świadczenie - rentę jako nienależne.

Marcin Szuba  
Stowarzyszenie „Otwórcie Drzwi”  
Kraków



Praca nadesłana na konkurs „Słowo może ranić, słowo może leczyć”

# Nikifor rozkłada swoją paletę

## Rzecz o stygmatyzacji

**S**tygmatyzacja, moim zdaniem, pojawia się w miejsce procesu myślowego. I najczęściej jest produktem mało lub wcale empatycznych umysłów. Przekazy medialne każą bać się, izolować i piętnować osoby chore psychicznie; nierzadko stawia się też znak równości między chorobą psychiczną a upośledzeniem umysłowym. Żenujące to i smutne, ale osoby ferujące takie opinie nie mają za grosz wrażliwości i są upośledzone - emocjonalnie.

**W**ożach wielu ludzi wciąż skrzy się pogarda i politowanie, których

**Nierzadko stawia się też znak równości między chorobą psychiczną a upośledzeniem umysłowym.**

niezczędzono nawet genialnemu Nikiforowi. Bo przecież łatwiej uznać kogoś za przygłupa, niż pochylić się nad jego niespotykaną maestrią. Nikifor nie był nienormalny ani upośledzony umysłowo; był porywającym ekscentrykiem. Niestety lepiej się dzieje potulnym

**Wierzę, że język jest sposobem komunikacji, nie zaś alienacji.**

rzemieślnikom kopiującym z upodobaniem jelenie na rykowisku. Bezpieczniej jest adorować tandetę niż autonomiczne wizje wybitnych artystów.

**W**spółcześni „piętnujący” nie mają pojęcia o tolerancji. Ta nietolerancja, objawiająca się przyklepaniem etykietek, przybiera czasem zatrważające rozmiary metkowania produktów w supermarkecie.

**C**zęsto na skutek choroby psychicznej „wypada się z obiegu” - a jeśli jeszcze zmienia się nasze zachowanie, sposób reagowania staje się odmienny od dotychczasowego - jesteśmy, co tu dużo mówić, skazani na banicję i zasilamy szeregi outsiderów.

**N**ajbardziej destrukcyjne są słowa, opinie w formie wyroków, pewników, ogólników lub, pożałuj Boże, prawd powszechnych, np.: „Głupi, ale swój rozum ma”, jak też częstowanie niewybrednymi epitetami typu: „wariat”, „psychol”; że o wulgaryzmach nie wspomnę.

**P**ojęcia nie mają ci domorośli eksperci, czerpiący swą mądrość z telenoweli - czym jest schizofrenia. Od poprawnej pisowni ortograficznej tego słowa poczynawszy, a na możliwych symptomach skończywszy. O, przepraszam, wielu obywateli potrafi jednym tchem wyrecy-

tować wszelkie, zazwyczaj nierealne, zagrożenia ze strony tzw. schizofrenika. określenie „schizofrenik” ma równie negatywny wydźwięk jak „syfityk” czy „cukrzyk”. Nie można choroby czynić kryterium wyróżniającym pojedynczego człowieka z danej zbiorowości.

**N**a szczęście są ludzie, którzy posiadają zdolność empatii, którzy nie gardzą drugim człowiekiem. Tacy ludzie, dzięki którym droga wiedzie do celu i, co ważniejsze - dzięki nim droga

staje się celem. Czasami nie muszą nic mówić, ich akceptacja jest wyrażona metafizycznie i pozawerbalnie.

**I**stnieje cała gama gestów, spojrzeń, a w relacjach intymnych - cała gama intymnych i czułych zachowań, które pomagają w ugruntowaniu, pozwalają na bezkresny lot bądź łagodne dryfowanie, gwarantując zarazem bezpieczny powrót na ziemię. Mogą uleczyć słowa opowieści z tysiąca i jednej nocy, kropla liryczna, a nawet zachwyty nad rzadkim okazem ślimaczka czy przepisy na szarlotkę.

**B**ardzo ważne jest, aby rozmawiać - oswajamy wtedy lęki i zbliżamy ku jasnym, świetlistym obszarom. Niezbędna jest też miłość - w wielu znaczeniach i wymiarach tego słowa.

**K**iedy człowiek zanurzony w bezdennej depresji usłyszy pozytywną opinię na swój temat, wydostaje się ponad poziom morza obojętności.

**W**rażliwość nie jest na topie. Jednak nie tylko ludzie chorzy są wrażliwi, jest wielu ludzi spoza „branży” odznaczających się wyjątkową subtelnością, taktem, dyskrecją, poczuciem humoru, tolerancją i inteligencją. Trzeba się nieco wydostać ze swoich smutków. Może się to stać za sprawą słów, które dadzą początek rozmowie. Słowa zasłyszane, przeczytane albo wyśnione; takie, które sprawią, że będziemy w zмовie z naszym światem...

**W**ierzę, że język jest sposobem komunikacji, nie zaś alienacji.

Katarzyna M.  
Śródowniskowy Dom Samopomocy  
Kraków



# Psychiatria na Ukrainie

## Wywiad z dr. Yurijem Zakalem



fol. Gerard Banach

***Panie Doktorze proszę powiedzieć kilka słów o swojej pracy, o sobie, o funkcjach, które Pan pełni...***

Jestem głównym konsultantem – psychiatrą w Regionie Lwowskim, pracuję jednocześnie w Szpitalu Psychiatrycznym we Lwowie tzw. Kulparkivce jako zastępca dyrektora do spraw leczenia i jednocześnie jestem wiceprezydentem Ukraińskiego Towarzystwa Psychiatrycznego do spraw eurointegracji i międzynarodowej współpracy w dziedzinie psychiatrii.

***Co jest najważniejszym problemem psychiatrii na Ukrainie?***

Problemy psychiatrii są duże. Na Ukrainie jest zdiagnozowanych około 1200 tys. osób chorujących psychiatrycznie, istnieje 90 szpitali psychiatrycznych. Prawie nie istnieją ośrodki psychiatrii i opieki środowiskowej, pacjent zazwyczaj wędruje między szpitalem psychiatrycznym – molochem, a swoim miejscem zamieszkania. W szpitalu nie ma miejsca na prywatność, choć są placówki, w których są wdrażane nowoczesne metody leczenia zarówno jeśli chodzi o farmakologię jak i psychoterapię oraz psychoedukację, nie jest to jednak zjawisko powszechne. Możliwości terapii ograniczają w dużej mierze niedoinwestowanie szpitali psychiatrycznych, które są finansowane z budżetów regionów w sposób niewystarczający i nieadekwatny do potrzeb. Wielu pacjentów nie ma dokąd wrócić. Jedną z przyczyn jest fakt, że lekarstwa psychotropowe nie są refundowane pacjentowi, stąd rodziny nie jest stać na ich wykupienie i pacjent musi wrócić do szpitala z powrotem. Często pacjent nie ma gdzie wrócić, choroba przechodzi w stan chroniczny i pacjent otrzymuje rentę, z której jednak nie jest w stanie utrzymać się, więc do końca życia przebywa w ośrodku nazywa-

nym internatem, skąd już nikt nie wraca do społeczeństwa. Do końca życia jest nieprzydatnym człowiekiem, choć gdyby były placówki psychiatrii środowiskowej, to ten sam pacjent mógłby gdzieś pracować, mieć zajęcie, które podbudowałoby jego wartość i godność osobistą oraz przyniosło korzyść jego rodzinie i całemu społeczeństwu.

Najważniejsza w tej chwili jest potrzeba utworzenia placówek psychiatrii środowiskowej, a co za tym idzie uchwalenie przez parlament ukraiński Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego, który zresztą jest wzorowany na podobnym polskim dokumencie. Polska jest bliska Ukrainie kulturowo i mentalnie, mamy wiele wspólnych cech narodowych. Jestem osobiście wdzięczny za pomoc i współpracę międzynarodową między krajami Unii Europejskiej a Ukrainą, która oby zaowocowała konkretnymi zmianami w psychiatrii ukraińskiej, a co za tym idzie zmianie postrzegania osoby chorującej psychicznie jako pełnowartościowego członka społeczeństwa.

***Czy na Ukrainie istnieją stowarzyszenia pacjentów i rodzin, jaka jest ich rola?***

Owszem, istnieją takie stowarzyszenia, ale nie mają takiego znaczenia jak w Polsce. Mogę powiedzieć, że praktycznie nie istnieje współpraca profesjonalistów i stowarzyszeń pacjentów oraz rodzin. Liczymy na współpracę stowarzyszeń polskich i ukraińskich, chcielibyśmy zapoznać się z waszą działalnością...

***Zapraszamy więc do Polski stowarzyszenia pacjentów z Regionu Lwowskiego i dziękujemy za rozmowę.***

rozmawiała  
Jolanta Janik

Stowarzyszenie „Otwórzcie Drzwi”  
Kraków

**D**oktora Yurija Zakala miałam zaszczyt poznać w Krakowie w sali konferencyjnej Cogito II w przeddzień Forum Beneficjentów i Rodzin, na które został zaproszony do Wadowic. Spotkali się wtedy w Cogito goście zagraniczni z Niemiec i Ukrainy z przedstawicielami Małopolskiej Filii Sekcji Naukowej Psychiatrii i Rehabilitacji Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego, Stowarzyszenia Rodzin i naszego Stowarzyszenia „Otwórzcie Drzwi”, aby się wzajemnie poznać i podyskutować o sytuacji psychiatrii środowiskowej w poszczególnych krajach ze swojego punktu widzenia. Dyskusja była ciekawa i twórcza. Na koniec dr Andrzej Cechnicki i dr Yurij Zakal uściskiem dłoni przypieczętowali porozumienie o współpracy pomiędzy Polską a Ukrainą w dziedzinie psychiatrii środowiskowej. Mimo dużego zmęczenia podróżą doktor Zakal zgodził się na wywiad dla naszego czasopisma. Trzeba przyznać, że dobrze mówi po polsku i szczerze przedstawił problemy, z którymi boryka się na co dzień w swojej pracy na Ukrainie.



# Miłość wirtualna, samotność realna

Gdy słyszymy o zagrożeniach ze strony pornografii, to mówi się o nich najczęściej w kontekście gorszego wpływu porno na dzieci i młodzież. Demaskuje się zgorzenie, które rozszerza w poniżaniu osób i w przedstawianiu nierządu z cudzołóstwem jako normy. W istocie: obupłciowy poligamizm miałby być według pornografii jedynym sposobem na życie, czy w ogóle sensem życia. Pomijam kwestię prezentacji przemocy/sadyzmu i innych dewiacji w porno, których destrukcyjne oddziaływanie jest oczywiste.

Rzadziej zaznacza się paraliżujący wpływ pornografii na człowieka (także dorosłego), w zakresie przenoszenia go w wymaginowany świat. Obraz bowiem jest tylko obrazem, nie jest rzeczywistością; człowiek omotany

## Seksualność zamieniona w zabawkę, to jak odseparowanie istotnej części ja i traktowanie jej, jak traktuje się np. kulę do gry w bilard.

erotycznymi wizjami jest coraz dalej od życia i od działania - treści swego życia. Mamy tu absurd jak w magii: chcieć zrealizować siebie i swoje pragnienia (w tym popędy) osiągnąć pełnię czynu, zarzucając kreatywność i aktywność. Być czynnym pozostając beczynnym.

Choć wymaginowany świat „porno” jest tylko odbiciem prawdziwego, to jednak może działać na mózg widza jak rzeczywistość, fiksując go szczególnie na ten rodzaj doznań seksualnych. Jednocześnie warto zauważyć, iż oglądanie heteroseksualnych aktów wiąże się przecież z tym, że widz może się warunkować (homo)seksualnie na osobę tej samej, co on, płci. Pornografia uczy fetyszyzmu, tj. niezdrowej fascynacji poszczególnymi częściami ciała człowieka, przy nieposzanowaniu jego integralności i ważności osobowej. Upredmiotawia człowieka - aktorów

i publiczność tych widowisk manipulując ich ciałami i odruchami. Fikcyjność i siła obrazów w swym ekstremum sprawia, że to, co rzeczywiste może stawać się nam bardziej odległe i obce niż - wymaginowane. Tak dzieje się w przesadnym zbliżeniu fikcji i rzeczywistości, w marzycielstwie. Splątanie treści fantastycznych i podświadomych (popędowych) z rzeczywistością osiąga zenit w psychozie. Świat realny zostaje wtedy podporządkowany treściom subiektywnym: dotąd nieuświadomionym i urojonym. Tak czy inaczej, na każdym etapie i poziomie zainteresowania widza pornografią, ta paraliżuje jego działanie i rozluźnia kontakt ze światem, szczególnie z ludźmi.

Dalekie zaprzędanie się obrazom (*Stary Testament: bożkom*) podobiznom rzeczy, wyidealizowanemu seksowi - niszczy realnie. W filmie „Matrix” bohaterowie poruszają się po sztucznym świecie, wygenerowanym przez superkomputer, a cieleśnie pozostają w letargu. Mogą jednak, wskutek wypadków w groźnym, wirtualno-umysłowym świecie, okaleczyć się i utracić swoje fizyczne życie. Pomyłką w świetle tej analogii wydają się zatem wypowiedzi rozmaitych nibyautorytetów głoszących, że pornografia może przygotowywać do współżycia, że informuje i edukuje. Raczej oddala od właściwej praktyki życia płciowego i od poznania, rozumianego biblijnie jako miłość cielesna. Częściej wyalieuje i wychowa młodego człowieka na egocentryka.

Także zadziwia fakt, iż pomija się zwykłą, psychologiczną szkodliwość pornografii - to iż nerwicuje,

dezintegrując psychoseksualnie. Obok tego, że odrealnia i osamotnia widza, pornografia w oczywisty sposób jest również nerwicogenna. W języku etyki: uderza w cnotę umiarkowania i wstrzemięźliwości. Próg irytacji i agresji maleje; spokój i cierpliwość, łagodność i harmonia szybko rozwiewają się wraz z pogodą usposobienia. Konflikty z najbliższymi i znajomymi mnożą się. Pornografia dostarczając bardzo silnych dla młodych bodźców, nie pozwala im ich zarazem zintegrować. Obrazy i sceny mogą długo jeszcze niepokoić w wyobraźni. Razem sprawia to, że u młodego człowieka kielkują również problemy z koncentracją uwagi w szkole i przy innych zajęciach.

Inną przemilczaną i przekłamywaną przez wspomniane „autorytety” psychoseksuologiczną prawdą jest fakt, że pornografia rozbudzając seksualnie kogoś nieuświadomionego bądź o nie dość silnej woli, popycha go do onanizmu. Onanizm, samogwałt, autoerotyzm jest apogeum egocentryzmu i samotności. Jest ucieczką w świat własnego ja, aż po zagubienie ja; seksualnym autowarunkowaniem się po auto- i homoerotyczny narcyzm i niezdolność do współżycia. Zamyka i wyiębia. Moim zdaniem autoerotyzm jest dużo bardziej szkodliwy niż seks partnerski, np. przedmałżeński, bądź nawet w luźnym związku mężczyzny i kobiety, jeśli żywią dla siebie uczucia; przynajmniej garść uczuć.

Prof. Antoni Kępiński akcentuje wynikanie z autoerotyzmu u człowieka nerwicowej postawy „nad” wobec otoczenia. Jako forma samowystarczalności emocjonalno-płciowej samogwałt dawać może iluzję bycia nad innymi, niezależności od bliskich, znajomych i społeczeństwa. Utrwalone „nad”, później, podczas właściwego aktu seksualnego, może wnosić weń zaburzenia, jako że rodzi chęć kierowania aktywnością, która zasadniczo nie podlega woli (Antoni Kępiński, *Z psychopatologii życia seksualnego*, Kraków 2003, s. 75-76.) A. Kępiński sugestywnie pisał:





Siła zmuszająca do wyjścia w świat otaczający dla zaspokojenia instynktu zachowania gatunku, odgradzona od tegoż świata granicami własnego ciała, ulega łatwo rozszczepieniu i jednokierunkowy wektor „do” zmienia się w oscylację wektorów o znakach przeciwnych – miłości i nienawiści. Autoerotyzm łączy się nierozdzielnie z autoagresją (...) Obciążenie zwierciadła społecznego zwiększa potencjał negatywnych uczuć do samego siebie, stanowiących jądro kompleksu onanistycznego (...) Ponieważ wektory uczuciowe mają zawsze podwójne ostrza, ambiwalencja nie jest skierowana tylko do własnej osoby (autoambivalencja), ale też do otaczającego świata, zwłaszcza że świat ten jest jednocześnie sędzią oceniającym surowo życie erotyczne jednostki (...) Autoerotyzm to zwycięstwo abstrakcji nad konkretem, postawy „nad” nad postawą „do – od”. (Antoni Kępiński,

Z psychopatologii życia seksualnego, Kraków 2003, s. 70 i 75).

Prof. Zbigniew Lew Starowicz również przestrzega przed onanizmem, mając na względzie wyzwalenie się w człowieku erotyczno-uczuciowej autonomii i zagrożenie częściową impotencją (o podłożu nerwicowym) u mężczyzn, np. w postaci przedwczesnego wytrysku. Postawa „nad” jest kluczową także w seksie pornograficznym. Właśnie tu bowiem rządzi uprzedmiotowienie partnera i części ciała ludzkiego. W samogwałcie, oprócz wspomnianego rozszczepienia wektora „do”, zachodzi w osobie również poznawczo-intelektualne rozszczepienie na podmiot-przedmiot. Mimo tych oczywistych i dawno stwierdzonych niebezpieczeństw autoerotyzmu i pornografii, nadal mamy naukowców, psychologów i lekarzy, którzy publicznie wychwalają ich domniemane funkcje.

Podsumowując, jeśli spojrzeć całościowo na problem, nie dziwi, że materię tych zjawisk i czynów określa się, w języku Katechizmu Kościoła Katolickiego, mianem poważnej (Katechizm Kościoła Katolickiego, Poznań 1994, s. 530-531). Pornografia i masturbacja wnoszą, według Katechizmu, zagrożenie dla rozwoju osobowości człowieka. Wyobcowują go społecznie, psują zdolność do nawiązywania głębszych czy w ogóle poprawnych relacji z ludźmi; osamotniają. To po pierwsze. Po drugie integralność osoby doznaje ujemny przez fakt zabawy własną seksualnością, jak zabawką, daną nam od natury bez zobowiązań i - dla samej przyjemności (kulturowy hedonizm). Analogiczne urzeczowienie zachodzi, gdy pornografia i samogwałt stają się substytutem sportu, metodą rozładowania energii, zamiast właściwego i koniecznego dla organizmu wysiłku w młodości. Uprzedmiotowienie własnej płciowości czyni ją czymś obok; nie częścią nas samych. Seksualność zamieniona w zabawkę to jak odseparowanie istotnej części ja i traktowanie jej, jak traktuje się np. kulę do gry w bilard.

Powtórzę, co zaznaczyłem na początku – niewyczerpująco mówi się o niebezpieczeństwach obu zjawisk, tj. pornografii i samogwałtu. Brakuje informacji opisującej i wyjaśniającej; racjonalnie i uświadamiająco odwołującej się do faktów i badań naukowych. Za to, niejednokrotnie - do uczuć, zwłaszcza strachu, gdy stawia się problem ciasno i moralizująco, oceniając i grożąc. Tak funkcjonuje moralny terror, a nie oświata i wychowanie.

To, iż w przestrzeni publicznej częściej piętunuje się występki „Jawnogreszniczy”, bierze się prawdopodobnie ze zrozumiałej troski o społeczeństwo jako całości i sumy jednostek. Jednakże o wielkim braku wyobraźni świadczy niedostrzeżenie zagrożeń dla indywidualności i całych społeczeństw, w samotnych zachowaniach pojedynczych osób, przede wszystkim młodych i niezintegrowanych osobowościowo, jak sięganie po pornografię i autoerotyczne rozładowywanie własnej energii płciowej.

Jarosław Kleban

# Począta Ojca Niebieskiego

rys. Dorota Dużyk-Wypich



Boże Najdroższy!

Kiedy depresja zamienia moje życie w szarobury kłąb beznadziei, bezsilności, kiedy bez nie pachnie, a słońce razi, odczuwam przemożną ochotę opuszczenia tego świata. Wybacz, Ojcze, ale wtedy nie widzę nawet Ciebie... Czuję się niezdolna do przyjęcia każdej pomocy, niegodna... Wszystko na „nie”... Myśl o śmierci staje się jedyną nadzieją na przerwanie męczarni... Podjęcie trudu każdego dnia staje się zbyt dużym wysiłkiem. Modlitwy o śmierć szczęśliwą nie zostały wysłuchane... Pomimo wizji piekła samobójców-egoistów próbowałam poradzić sobie sama. Starłam się za każdym razem uporządkować moje ziemskie sprawy przed upragnionym odejściem. Niestety, robiłam to powierzchownie. Wstręt do życia był tak silny, że nie miałam odwagi skonfrontować się z bliźnimi i chciałam uciec od wszelkiej odpowiedzialności. Nawet testamentu nie mogłam napisać, bo moje dobra doczesne były jednym wielkim bałaganem, a duchowe zdominowane przez lęk... Właściwie tak jakby ich nie było... Ojcze, potykam się o słowa... Napisałam ten list

chyba rok temu i wciąż go przerabiam... Czuję wstyd... Wstydzę się niemocy, depresji, chęci ucieczki... myśli, że mam prawo sama zakończyć swoje życie, jeżeli nie przynosi ono owoców... Proszę, strzeż ludzi przed takimi myślami!!! Przecież nawet uschłe drzewo jest potrzebne, umierając użyźnia ziemię próchnem... Pomóż mi umrzeć dla siebie, aby żyć dla innych... Taką formę śmierci chyba zechcesz przyjąć? Nie jest ona prosta do wykonania, ale z Twoją pomocą może się uda... Wybacz mi te ciągłe wątpliwości, wszak usiłuję uporządkować nieuporządkowaną miłość własną. Brak tej miłości prowadził mnie do ucieczki z tego świata. Zadbanie o swój rozwój wydawało mi się niemożliwe do wykonania. Leki psychotropowe, zniechęcone przeze mnie, wreszcie mogły się do czegoś przydać. Nie pomyślałam o pani doktor psychiatrii, która przepisała je w zupełnie innym celu... Dla uspokojenia sumienia zostawiałam kartkę z napisem „Nikt nie jest winien mojej śmierci”, a za chwilę ją wyrzucałam. Po spożyciu w nadmiarze odpowiednich substancji silnie trujących kładłam się do łóżka i czekałam z nadzieją na koniec męczarni. Ty jednak uznawałeś, że nie mogę tak odejść i karateś dalszym pobylem na tym też padole. Męczył się ze mną mój mąż, a potem lekarze na niezbyt przytulnym oddziale toksykologii, gdzie ląduje ludzka nędza, garstka samobójców, ludzie przytruci alkoholem i ci „normalni”, przypadkowo struci przez inne substancje. Piekło na ziemi. Nie potrafiłam być z ludźmi, bo jak może ich kochać ktoś, kto nie kocha siebie? Przecież Jezus nauczał, żeby kochać bliźniego swego jak siebie samego... Teraz odbudowuję siebie, żeby móc kochać innych i liczyć na Twoją pomoc, Ojcze w błękitach. To ciężka praca ... Może jeszcze nie wszystko stracone?

Wiesz, nie chce mi się wierzyć, że odsyłasz samobójców do piekła... Przecież oni już przeszli piekło na ziemi, więc chyba wystarczy już tego dobrego?!? Wznoszę do Ciebie wołanie: „Zrób coś z tym moim poplątanym życiem i z życiem ludzi, którzy poza samobójstwem nie widzą innego rozwiązania!” Pomóż prostować nasze ścieżki i dusze... Naucz nas miłości, abyśmy kiedyś spotkali się w Twoim domu...

Mam duszę wędrownika i nigdzie nie potrafię zatrzymać się na dłużej... Proszę Cię, albo wymień tę parszywą duszę na inną, albo... przyslij mi wreszcie wieloryba! Godzę się na niedogodności podróży pod warunkiem dotarcia do Niniwy. Obiecuję, że tam będę żarliwie pouczając niedoszlých samobójców, żeby wywietrzały im z głowy zabawy w Pana Boga.

Dziękuję Ci, że pozwoliłeś mi napisać do Ciebie i uwierzyć, że JESTES!

Twoja na wieki Jonasz-ka albo Bridget Jonas.



„Człowiek jest wartościowy po prostu dlatego, że istnieje”.

# Arnhild Lauveng

## „Niepotrzebna jak róża”

Kolejna książka Arnhild Lauveng „Niepotrzebna jak róża” już na pierwszej stronie konfrontuje nas z istotą problemu. Pisz „jestem była schizofreniczką” i zaraz potem „jestem zdrowa”. Autorka pracuje jako psycholog kliniczny i choć przez wiele lat przekonywano ją, że nigdy nie będzie zdrowa, „to ci, którzy to mówili, byli w błędzie”. Całe pokolenia psychiatrów, mijającego XX wieku, były pod przemożnym wpływem tradycyjnego ujęcia koncepcji schizofrenii wiążącej diagnozę z niekorzystnym „przebiegiem” i zasadniczo złym „zejściem choroby”. Tradycję tę zawdzięczamy Kraepelinowi, skądinąd wybitnemu klinicyście, według którego schizofrenia wiązała się zawsze ze złym rokowaniem, gdyż rokowanie miało dla Kraepelina większe znaczenie niż niedostrzegane przez niego znikanie objawów. Tak więc wyleczenia, które sam stwierdzał, były wykluczane jako zła diagnoza. Tradycja ta prowadziła do terapeutycznego nihilizmu, dała podstawę do przekonania, że przeżycia chorych są „niemożliwe do zrozumienia”, zaś w myśl tej jednostronnie biologicznej tradycji, która wraca do nas szerokim frontem, niemożność „wczucia się” w ich, jak mniemano, pozbawiony sensu świat przeżyć, odebrało przez całe lata osobom chorującym na schizofrenię szansę na pomoc psychoterapeutyczną. W ten sposób powstał jeden z najbardziej obciążających mitów na temat schizofrenii - mit o jej „nieuleczalności”.

Ciągle jeszcze pozostaje nam w spadku borykać się z tym mitem i jego pochodną, czyli przekonaniem o chronicznie niekorzystnym przebiegu choroby. Czy schizofrenia jest tylko chorobą mózgu, czy jest to ujęcie jednostronne i zawężające? Jej objawy są różnorodne i trudno poddają się obiektywizacji, a subiektywne cierpienie jest bardzo różnie przeżywane przez osoby chorujące. Czy koncepcje orientacji na subiektywne doświadczenie i zdrowienie są wartościowymi perspektywami prowadzącymi do lepszego zrozumienia i pomagania? Czy wreszcie jest możliwe wyzdrowienie? A aspekt praktyczny: jak budować zaufanie, rozwijać relacje, pogłębiać wrażliwość w postrzeganiu i refleksowaniu, budzić motywację? Ile wolności i autonomii, a ile wsparcia i zależności od instytucji leczącej, jak ostrożnie odkrywać związki między chorobą i biografią, jak



starannie odnajdywać i przygotowywać indywidualną drogę powrotu z choroby do życia i jak kształtować środowisko dające czas na przestrzeń i zmiany? Co nasi pacjenci odczytują jako pomocne, a co nie? Gdzie rysują się różnice w odbiorze profesjonalistów i osób przeżywających psychozę? Autorka subtelnie i z wiedzą daleko przekraczającą jednostkowe świat-dectwo próbuje udzielić wyważonych odpowiedzi. Dostaliśmy od niej kolejną, po „Byłam po drugiej stronie lustra”, mądrą i budzącą nadzieję książkę.

Dziękujemy

dr Andrzej Cechnicki  
Koordynator Krajowego Programu  
„Schizofrenia – Otwórzcie Drzwi”

„Dla Nas” Czasopismo Środowisk Działających na Rzecz Osób Chorujących Psychiczenie redaguje Komitet redakcyjny w składzie:

- Jolanta Janik – redaktor naczelna  
Stowarzyszenie „Otwórzcie Drzwi”
- Katarzyna Byra – z-ca redaktor naczelnej  
Stowarzyszenie na Rzecz Rozwoju Psychiatrii i Opieki Środowiskowej
- Dorota Dużyk-Wypich  
Stowarzyszenie „Otwórzcie Drzwi”
- Katarzyna Milcewicz  
Środowiskowy Dom Samopomocy
- Bogusława Skimina – sekretarz redakcji  
Środowiskowy Dom Samopomocy
- Marcin Szuba  
Stowarzyszenie „Otwórzcie Drzwi”
- Marek Zmarz  
Środowiskowy Dom Samopomocy
- Jan Wilkosz, Jacek Nowak  
DTP
- Rafał Perkowski  
Warsztat Terapii Zajęciowej
- Joanna Wydra  
Środowiskowy Dom Samopomocy

Nad pracami redakcji czuwa  
Rada Programowa w składzie:

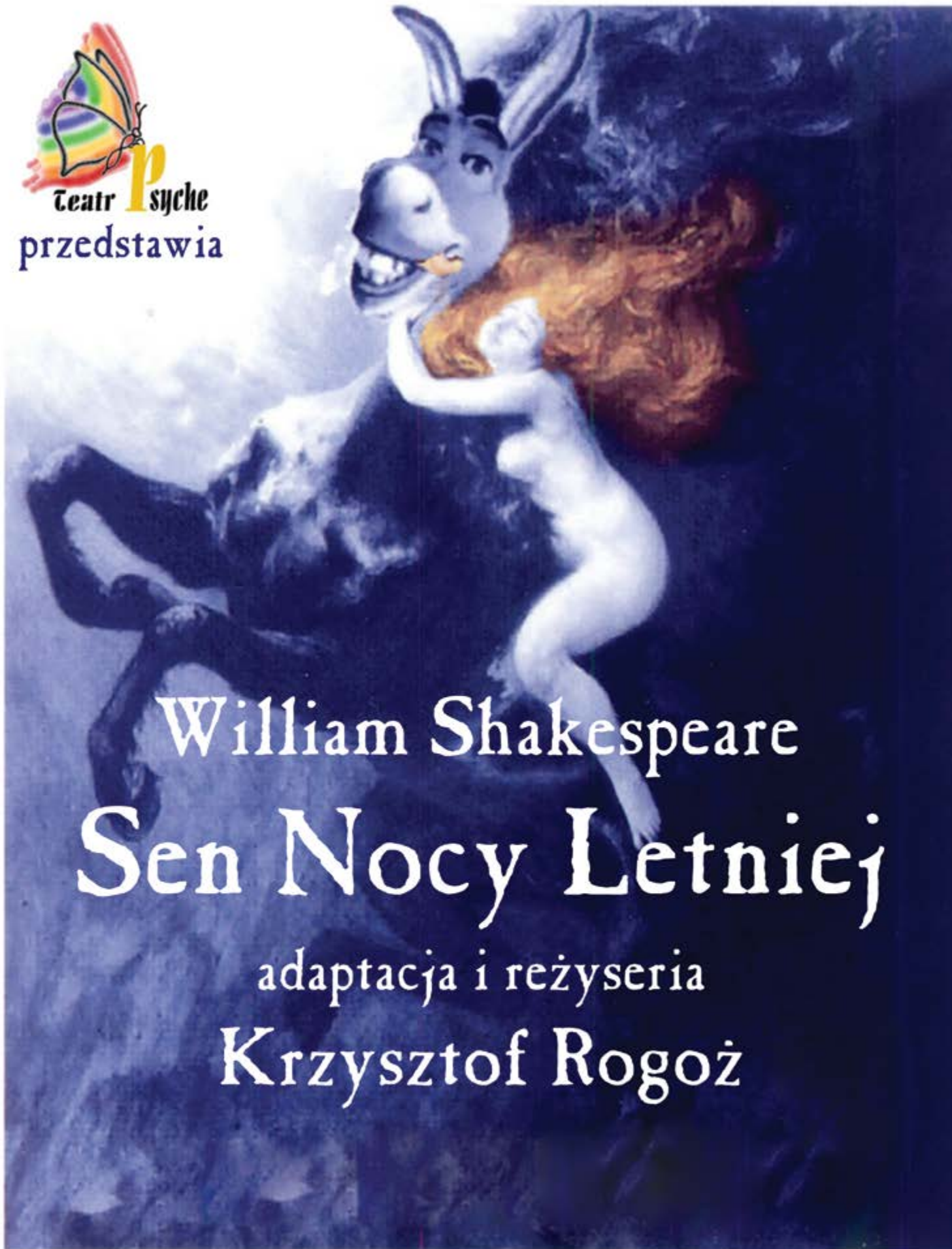
- Prof. Aleksander Araszekiewicz  
Kierownik Katedry i Kliniki Psychiatrii Akademii Medycznej w Bydgoszczy
- Prof. Jacek Wciórka  
Kierownik I Kliniki Psychiatrycznej Instytutu Psychiatrii i Neurologii w Warszawie
- Dr Andrzej Cechnicki  
Krajowy Koordynator Programu „Schizofrenia - Otwórzcie Drzwi”
- Dr Krzysztof Czuma  
Dyrektor Szpitala Centrum Psychiatrii w Katowicach
- Jarosław Naliwajko SJ  
Duszpasterz osób chorujących psychicznie

Redakcja nie zwraca nie zamówionych materiałów, zastrzega sobie prawo redagowania i skrótów nadesłanych tekstów za uprzednią autoryzacją.

nakład 3 000 egz.  
ul. Czarnowiejska 13/8  
31-126 Kraków  
tel. 0-12 633-03-29  
e-mail: czasidlanas@wp.pl



Teatr **Psyche**  
przedstawia



William Shakespeare  
**Sen Nocy Letniej**

adaptacja i reżyseria  
**Krzysztof Rogoż**



**Teatr Groteska ul. Skarbowa 2**

