

Pismo.

MAGAZYN OPINII

PAŹDZIERNIK 2024 | NR 10 (82)

REPORTAŻ

Skąd moda
na ustawienia
hellingerowskie

ROZMOWA

Jedenaste
przykazanie
Hani Rani

ESSEJ

Jak opodatkować
najbogatszych?

Z PISMEM U...

Twórcy
Smoka
Diplodoka

CENA: 19,99 zł (w tym 8% VAT)

ISSN 2544-5022 INDEKS 422258



9 772544 502401

Pismo.

MAGAZYN OPINII

PAŹDZIERNIK 2024 | NR 10 (82)



[Kup książkę](#)



TEN TIMES MAKING IT BETTER

impact'25

14-15 MAJA / POZNAŃ

[Kup książkę](#)

Pismo.

MAGAZYN OPINII

PAŹDZIERNIK 2024

PROZA

Kraj Że albo drobny mak | 6
MIŁOSZ WALIGÓRSKI

Miodożerka | 88
MACIEJ WNUK

POEZJA

amen | 3
OPAL ĆWIKŁA

nysa to ksywa | 24
MARTYNA PANKIEWICZ

Ludzkie zoo | 57
URSZULA SIKORA

OBRAZ

W KADRZE **Kacper** | 4
AMADEUSZ ŚWIERK

FOTOREPORTAŻ **Galamsey** | 36
MARIUSZ ŚMIEJEK

W RAMACH PISMA **Kompozycja monumentalna** | 78
ZOFIA PŁOSKA-CZARTORYSKA O MAGDALENIE ABAKANOWICZ

KOMIKS **Terrier terapeuta** | 68
HENRYK

ŻARTY RYSUNKOWE
FILIP ZAWADA

OKŁADKA **Więzy rodzinne**
KAROLINA BALCER

FELIETON

2 | ROZMOWY Z K. **Jak pozbyć się lęku**
KAROLINA LEWESTAM odpowiada na pytanie czytelniczki

96 | **À propos traumy**
ZUZANNA KOWALCZYK

APTECZKA

95 | **Co w niej trzyma...**
PUMA BLUE, pyta MATEUSZ ROESLER

REPORTAŻ

12 | **Jak Polacy dają się ustawić**
OKTAWIA KROMER testuje na sobie coraz popularniejsze ustawienia hellingerowskie

46 | **Dama z Kości Słoniowej i inne preherstorie**
PAULINA MAŚLONA sprawdza, co nowego opowiadają zmarli o naszej przeszłości

ROZMOWA

30 | **Niczego nie przeoczyć**
MATEUSZ ROESLER rozmawia z Hanią Rani o tym, jak tworzy się artystka

ESEJ

58 | **Podatkowe uniki najbogatszych**
KAMIL FEJFER o tym, jak miliarderzy unikają podatków, a rządy im w tym pomagają

Z PISMEM U...

76 | **Tadeusza Baranowskiego**
PAWEŁ KICMAN o malarzu, który został twórcą kultowych komiksów

Pismo.

Pismo. Magazyn Opinii
www.magazynpismo.pl

Wydawca: Fundacja Pismo
ul. Wojciecha Górskiego 1/66,
00-033 Warszawa
KRS: 0000689263, NIP: 1182150957

Prezes Zarządu: Piotr Nesterowicz
Członkinie Zarządu:
Magdalena Kicińska, Kalina Wysznińska

Adres redakcji: Pismo. Magazyn Opinii, ul. Wojciecha Górskiego 1/66, 00-033 Warszawa,
Redaktorka Naczelna: Magdalena Kicińska, Redaktorki prowadzące: Katarzyna Kazimierowska (sekretarstwo redakcji),
Zuzanna Kowalczyk, Weryfikacja faktów: Marcin Czajkowski, Felieton: Karolina Lewestam,
Redakcja: Joanna Dolecka, Urszula Kifer, Sylwia Niemczyk, Zofia Sawicka, Ilona Turowska, Korekta: Ewa Bargiel,
Monika Marczyk, Dorota Śrutowska, Wydanie cyfrowe i audio: Barbara Sowa, Ewa Pluta, Iga Gromska, Karolina Wasiczek,
Projekt makiety: Jacek Utko, Redaktorka Artystyczna: Karolina Mazurkiewicz, Skład: Marta Juchnowicz-Bierbasz,
Szef marketingu i sprzedaży: Paweł Cybulski, Marketing: Mateusz Roesler, E-commerce: Anna Ostrowska,
Subskrypcje: Marcin Lipiec, Fundraising: Inez Jaworska

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

Kup książkę



KAROLINA LEWESTAM (ur. 1979), dziennikarka i redaktorka. Obroniła doktorat z filozofii na Uniwersytecie Bostońskim. Wielokrotnie nominowana do nagrody Grand Press. Członkini redakcji „Pisma”.

Droga Karolino!

Na pięknej tajskiej wyspie, na którą przyjechałam z rodziną, po dwóch tygodniach pobytu w tym kraju, zaczęłam zwalniać. Nie wyszliśmy nigdzie wieczorem. Młodszy syn szybko zasnął, starszy poszedł z mężem na spacer, eksplorować nową okolicę.

A ja położyłam się na łóżku, totalnie przytłoczona. W wieku czterdziestu lat dobiegłam do miejsca, które dawno temu wyznaczyłam sobie za cel. Mam zdrową, kochającą się rodzinę. Niczego nam nie brakuje. Razem pokonujemy codzienne wyzwania i razem celebруем małe i większe sukcesy. A ja wciąż czuję, jakby przeszłość siedziała mi na ramieniu. Czy znów nie zaznam odrzucenia, głodu, samotności? Znalazłam w sobie siłę i determinację, aby zająć bardzo daleko. Dopisało mi szczęście i spotkałam kochanego mężczyznę. Czy lęk, że przeszłość się powtórzy, będzie psuł już każdą chwilę? Jak przekonać moją głowę, że jesteśmy bezpieczni, a zamartwianie się jest kompletnie bez sensu? Jak zacząć cieszyć się tym, co tu i teraz, nie bacząc na to, co było i będzie?

Ściskam

Patrycja

Jak pozbyć się lęku

Droga Patrycjo!

Trafiłaś pod właściwy adres! Bo tak, ja wiem, jak „przekonać głowę, że jest się bezpiecznym i wygnać z niej lęki dotyczące odrzucenia, głodu, samotności”. Słuchaj więc, Patrycjo, głosu doświadczonej w tym względzie i znającej co najmniej dziesięć sposobów specjalistki. To znaczy mnie. Przygotuj się, otwórz oczy i uszy na idącą ku Tobie mądrość mą. Czujesz już zwiastujące jej nadejście delikatne fale? Widzisz tę bladą lunę, która jest tak naprawdę światłem bijącym od mej mądrości? Słyszysz jej rączę i dziarskie „tup tup”?

No to tak.

Sposób pierwszy: zasnąć i spać jak najdłużej.

Sposób drugi: upić się, ale tak do nieprzytomności.

Sposób trzeci: wziąć kawałek filetu z pangii, chodzić z nim po mieszkaniu, położyć w jakimś rzadko odwiedzanym kącie i zupełnie o nim zapomnieć; po kilku dniach dom wypełni się zapachem gnijącej ryby i zamiast bać się odrzucenia, głodu i samotności, człowiek chodzi i węszy, zastanawiając się, co też może tak nieładnie śmierdzieć.

Sposób czwarty: intensywne sudoku.

Sposób piąty: sprawić sobie psa słusznej wielkości, ale powstrzymać się przed przyuczeniem go do poprawnego chodzenia na smyczy. Na spacer wybrać się w rejon opanowany przez nerwową populację kocią. Gwarantuję, że kiedy będziesz ryc twarzą w żwirze, ciągnięta przez ujadającego czworonoga, na krótki, lecz znaczący moment zarzucisz zamartwianie się.

Sposób szósty: medytacja. A może to była akredytacja? Najlepiej: powszechna anihilacja.

Sposób siódmy: słuchanie na okrągło i bez przerwy piosenki „Jesteśmy jagódki, czarne jagódki; mieszkamy w lesie zielooonyim”. Z doświadczeń z czasów wczesnego dzieciństwa moich potomków wiem, że mózg zostaje w ten sposób wprowadzony w stan zmętnienia, który charakteryzuje się tym, że zaczyna mu być kompletnie wszystko jedno. A nawet, gdy z głośnika grzmia po raz trzysta szesnasty te cholerne jagódki (Twe dziecię klaszcze wesoło w łapki i wciąż domaga się powtórek), głód, odrzucenie i samotność zaczynają wyglądać na zasadniczo całkiem atrakcyjną opcję.

Sposób ósmy: zjeść szybko dużo świeżego czosnku. Może i to promuje odrzucenie, ale za to wprawia w martyrologiczny nastrój, w którym różnorakie cierpienie jawi się jako droga do zbawienia tudzież doskonałości.

Sposób dziewiąty: samobiczowanie, włosienica i tarzanie się w pyłę; względnie odpowiednik współczesny tychże, czyli brydż sportowy.

Sposób dziesiąty: w ramach sprytnego ruchu wyprzedzającego należy samemu się zawczasu przeogłodzić, a potem wyrzucić bliskich z domu, zanim nas opuszczą, i oznajmić im przez okno, że nie chce się nam ich znać; wyrwać ze ściany kabel telefoniczny, wrzucić komórkę do toalety i zmiażdżyć router, a potem zgolić brwi, żeby wstyd powstrzymał nas przed próbą wyjścia na ulicę, i zaryglować się od środka. Kto wie, może się okaże, że ta cała samotność; to, czego baliśmy się najbardziej, wcale nie jest... wcale nie... ech, Patrycjo, ten sposób muszę jeszcze podszlifować.

A tak naprawdę, tak między nami, to chyba żaden z tych sposobów, może oprócz totalnej anihilacji, nie jest skuteczny. Na pewno żaden nie działa dłużej niż pół dnia. Patrycjo, nie oszukujmy się. Nasze czarne lęki nigdy nie odejdą na dobre, zawsze będą z nami; one siedzą przy nas, gdy śpimy, milczące cienie; one głaszczą nas po dłoniach, po twarzach, jak tylko się zbudzimy, wytrzeźwiejemy, opanujemy psa; one są z nami jak wiernie kruki, nasi cisi towarzysze; kiedy otwierasz walizkę na pięknej tajskiej wyspie, pierwsze wypełniają z niej właśnie one i owijają się wokół twoich przegubów, szepcząc bezgłośnie: „Bój się, bój się, bój się”. I nic z nimi nie zrobimy, możemy tylko je tulić do siebie, jak przezroczyste koty, a one z wdzięczności pozwolą nam znów na chwilę zasnąć.

Patrycjo, myślę o Tobie, na Twojej pięknej wyspie; nie znam żadnych sposobów na lęki, ale chcę, tak bardzo chcę, żeby dały Ci wytchnienie.

Kup książkę

Czasem o trudnych rzeczach dobrze jest napisać do kogoś, kto jest daleko. Napisz do mnie. rozmowyzk@magazynpismo.pl

POEZJA

amen

OPAL ĆWIKŁA

—
zablokowałaś brwi, żeby wyglądać bezczelniej
zaraz zrobimy z ciebie kobietę-święte-miejsce
będziesz miała na twarzy kaplicę

będziesz miała na twarzy zajęcze ziele
stałaś się rybą-płótnem
w środku masz superkomputer
jesteś hasłem, na które się budzę

Wiersz z tomu *UFOPORNO* nominowanego w kategorii Debiut do Wrocławskiej Nagrody Poetyckiej Silesius 2024.

OPAL
ĆWIKŁA

mistrzyni Lublina w slامية poetyckim 2022, autorka performansu *UFOPORNO* (2023), propagatorka dragu poetyckiego, działaczka na rzecz lubelskiej poezji w fundacji Heuresis i Bibliotece Azyl, artystka multidyscyplinarna, kłir, ikona stylu, miłośniczka czipsów.

[Kup książkę](#)



[Kup książkę](#)



W KADRZE z cyklu *Jedni z nas*

Kacper

zdjęcie i tekst AMADEUSZ ŚWIERK

Pochodzi z Zakaczawia, wykluczonej społecznie i ekonomicznie legnickiej Dzielnicy Cudów, jak nazywają ją mieszkańcy.

Od małego jest wielkim fanem Michaela Jacksona, nosi, wzorem zmarłego piosenkarza, długie włosy. To mama przekazała mu fascynację muzyką króla popu, oglądając razem z nim teledyski muzyka. Kacper szybko podchwycił taneczne ruchy Jacksona – dziś wykonuje je mistrzowsko. Ale chłopak dopiero szuka możliwości rozwoju swojego potencjału. W dzielnicy, w której młodzież wybiera zupełnie inny, dresiarzski styl kultury i ubioru, Kacper nie zawsze spotyka się z przychylną reakcją.

Mimo to chłopak pozostaje nonkonformistą: zdecydował się rzucić szkołę, żeby rozwijać swoją pasję. Chciałby pracować jako tancerz, jednak brak pieniędzy i perspektyw mu nie pomagają. Stara się też dorabiać w różnych miejscach, ale przyznaje, że depresja utrudnia mu codzienne funkcjonowanie. Na szczęście nie odziera go z marzeń o innym życiu.

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

Kraj Że albo drobny mak

tekst MIŁOSZ WALIGÓRSKI

*Tam, skąd Brda złodziejka nocą daje dyla z księżycem na grzbiecie –
Co to za kraj i w jakim powiecie? Wiecie? Powiecie?
piosenka podwórkowa*

—
Że ja – prowincjusz, który Montmartre myli z Montparnasse’em – wejdę do tego świata, czułem od dawna, przecież całe życie chodzę mankietami. Że ich poznam, dało się przewidzieć, w końcu zawsze są po sąsiedzku. Że mnie zelektryzują, rozumiało się samo przez się, wyładowania atmosferyczne wstrząsają nimi co noc z piątku na jesień. Że stanę na ich ziemi, było kwestią czasu, wszak istnieją i wczoraj, i jutro, i dziś. A jednak – to, czego doświadczyłem w kraju Że, przeszło moje najśmielsze oczekiwania. Ale od początku.

Uosabiają wszystkie cechy niespodzianki. Wzięli mnie z zaskoczenia, mimo wszystko nie byłem gotów. Oszołomiony brnąłem w bór dziwactw z coraz szerzej rozdziawioną japą, aż w końcu zdałem sobie sprawę, że szuram szczęką po ziemi. Po drodze pogubiłem kupę rzeczy: portfel, paszport, głowę i kij trekkingowy. Co tam rzeczy, czniać rzeczy! Mój zachwyt puchł z kroku na krok, a szedłem powoli, ze zdumienia zapierając stopy o ziemię – ziemię ludu Że.

Kraj nie jest większy od powiatu bydgoskiego. Miasto-państwko położone w połowie drogi w dal, w strefie równoległych czasów zamieszkanych. Chociaż boryka się z przeludnieniem, na ulicach nigdy nie widać tłumów. Jako się rzekło, część obywateli mieszka „przed chwilą”, część „za chwilę”, a „teraz” osiedlają się tylko nieliczni.

Ale i tak wpadają na siebie bez ładu i składu.

Po pierwsze dlatego, że obowiązuje ruch obustronny, bardzo chaotyczny szczególnie w dni pochmurne, lecz także przy oślepiającym świetle, które wygumkowuje gwiazdy z nieba i gniazda z drzew. Trzeba bowiem wiedzieć, że ludzie Że orientują się względem położenia Słońca: im lepiej je widać, tym mniej kraks, stłuczek i zderzeń. Po drugie, wypadki są ich przeznaczeniem niejako z natury, otóż oni chodzą tyłem. Dla zmyłki doczepiają sobie nieraz brzuchy z poduszek i pakułowe brody na potylicy, lecz zasadniczo tak się właśnie pozycjonują – rufą wobec świata.

W porze nieczynnych piekarni przemieszczają się głównie pieszo. W marszu pokracznie uginają nogi. Mijając się, na znak szacunku zadzierają głowę. Podczas rozmów dłonie podstępnie splatają na krzyżu i kręcą palcami młynki. Gdy im coś upadnie i chcą to podnieść, stają tak, aby zguba leżała dwa kroki za nimi, odchylają tułów w tył, wyrzucają za siebie ramiona, wymacują rzecz i biorą ją do ręki. Zdecydowanie wolą oddalać się, niż przybliżyć. Oddalanie wychodzi im najzgrabniej, ich stopy wskazują wszak niezmiennie kierunek: tam.

Za najlepszy środek transportu uznają bochen. Siadają okrakiem na chlebie, oczywiście grzbietem do kierunku jazdy,

i ciągnąc za sobą woń świeżego pieczywa, pokonują sprzeczne odległości.

Czy chorują? Rzadko. Jeśli już, to na zapalenie płuców.

Życie intymne? Oznaką czułości jest u nich odwrócenie się do siebie łopatkami. W przyboju dzikiej namiętności pocierają się nimi i kręgami kręgosłupa, aż chrząstki chrzęszczą. Ten dźwięk słyszałem tu i ówdzie zza zamkniętych okiennic.

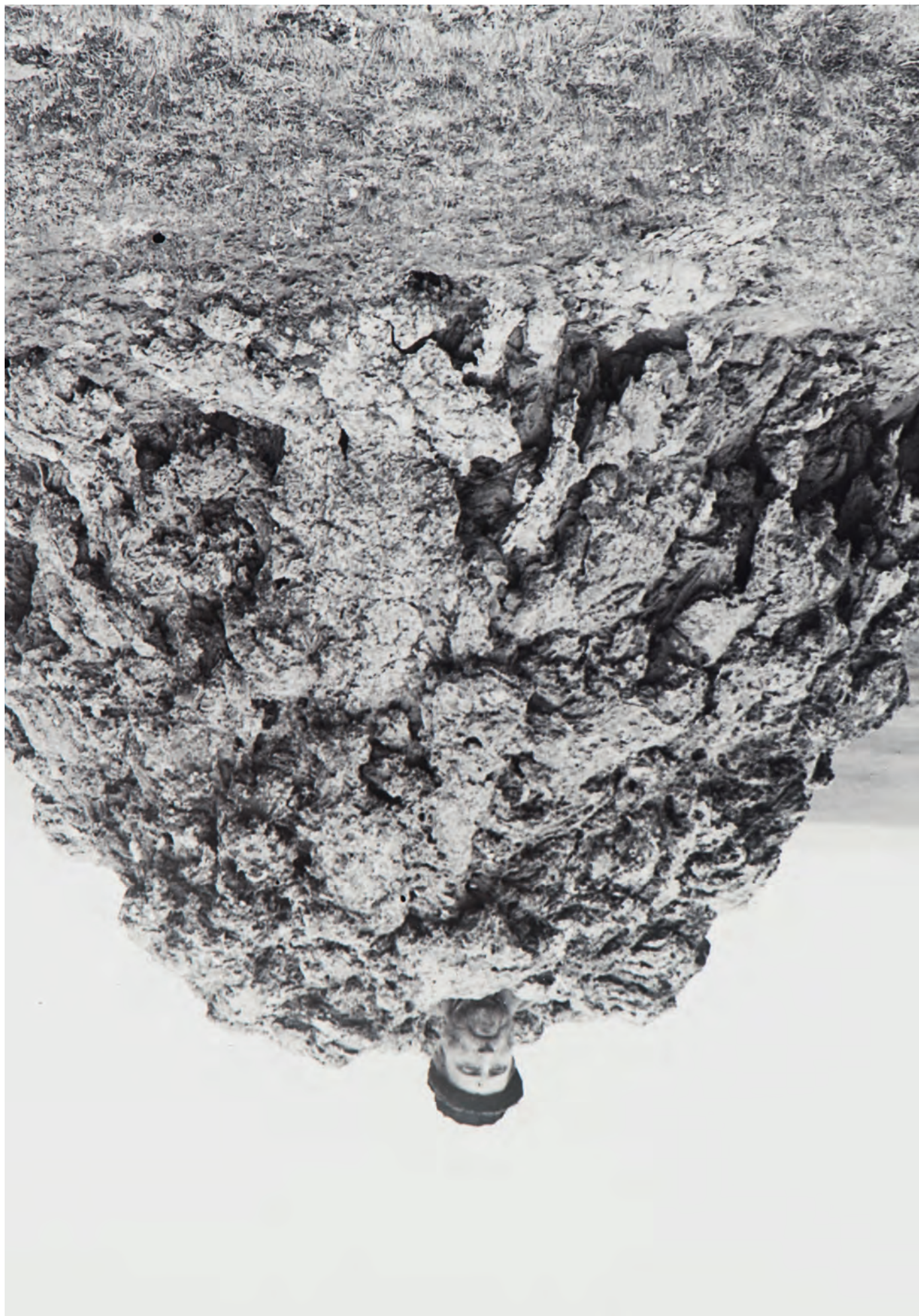
Chrzęsty rozkoszy – niesmaczne!

À propos, jak jedzą?

Podczas posiłku stosują zasadę *savoir-vivre’u* na opak. Najchętniej zajmują miejsca na *ponteuse’ach*, to znaczy krzesłach odwrotnych, przeznaczonych do asystowania przy grach. Przysuwają stół do pleców, na których spoczywa serwetka zaczepiona o metkę na karku, a potem... olaboga, jak długo nadziany łup wędruje z widelcem do ust! Po drodze walą się i powstają z gruzów mocarstwa. Nieraz zresztą, zanim dotrze do celu, ląduje na podłodze.

Pewnie stąd tyle tam śmieci. Niechluj!

I to zarośnięci. Twarze mają we włosach. Nie sposób czytać z ruchu ich warg, na darmo przewracają oczami, strzygą uszami czy marszczą brwi zirytowani, że przybysz nie rozumie. Twierdzą, że twarz u nich jest wszędzie i każda coś mówi, jest apelem o uwagę, którego tylko ja nie słyszę, bo... stoję do nich tyłem. Jeśli twarz jest wszędzie,



[Kup książkę](#)

myślę sobie, to równie dobrze pępki mogą gadać, dusze mieszkają w powiekach, a palce cieszyć się autonomią, bębnić każdy w swoim rytmie.

U Lévinasa czytałem, że „twarzą nazywamy sposób, w jaki ukazuje się Inny”.

Dobre sobie!

Wiedzę o człowieku Że czerpałem również z tego, co wyburczał swoim matowym głosem, dobiegającym jakby spoza ciała. Muszę przyznać, że nie przysparza mu to wiarygodności. Nie wiadomo, czy taki ktoś mówi naprawdę od siebie, czy puszcza wypowiedź, powiedzmy, z kasety. Nie bez powodu w przedsionku rzymskiej bazyliki Matki Bożej wiszą Usta Prawdy (*Bocca della Verità*), a nie Potylica Prawdy (*Occipite della Verità*).

Prawda?

Języka używają fleksyjnego. Odmianie podlegają nawet partykuły i spójniki, spod tego prawa wyjęte są tylko wyrazy święte, a takich słyszałem niewiele: *rozkoszt, hołubopak, mszar*. Co jeszcze czczą? Morze, dym, bebech, prozę horyzontalną i lirykę bezpośrednią. Widziałem kapłanów dyrygujących falami, odprawiających czary nad kominem, stojących na drabinach z głową w chmurach. Ich poeci dumnie noszą kręgosłupy jak maszty, na których powiewa chorągiew, a na tej chorągwi – hm! hymn wyszyty złotymi nićmi. Pierwsza zwrotka, cytuję w całości, brzmi: „Jesteśmy pingwinami i chodzimy tak!”.

Marzyciele.

Z czego żyją? Grają w totolotka. Tak go urządzili, że nie da się przegrać. Za każdym kuponem stoi dobry wujek z kolektury, mają plecy. Ktoś powie: to nieuczciwe. Owszem, dlatego regularnie składają czynny żal w formie elektronicznej. I spowiadają się u duchownych wszelkich wyznań. Dominuje katokapitalizm. Na czym polega? Podam przykład. Już na rogatkach przywitał mnie billboard z wizerunkiem księdza, który wskazuje palcem prosto na obserwatora, tak zachęcając go do wstąpienia w szeregi wyznawców:

apki złóż

i dobrze się trzymaj, bo nasza oferta wgniatą w klęcznik

teraz jeszcze większe

odpusty dedykowane XXL

oryginalne tylko od kościół katolicki

—
promocja trwa do wyczerpania zapasów cnoty

Wierzejami wkroczyłem do miasta. Taki mam sposób bycia. Najpierw cierpliwie porządkuję przestrzeń, krok po kroku wertuję marginesy wiorst, dukt rozkładam na czynniki boczne, a potem centralnie wkraczam w sam środek spraw, najlepiej bramą główną.

Zza rogu dobiegała pieśń o pingwinach. Gdy zobaczyłem, kto śpiewa, straciłem zainteresowanie tekstem. Ci ludzie nie dość, że ubrania nosili inaczej niż powinni, a emocje wyrażali grymasem czupryny, to jeszcze poruszali się z teatralną koślawością, jakby się cofali, jednocześnie zmierzając przed siebie. Już po chwili obcowania z nimi rozwiła się we mnie ta mglista wiedza, gdzie jest przód, a gdzie tył świata. Gdzie lewo, gdzie prawo. („Człowiek współczesny / spada we wszystkich kierunkach”). Zatręknęłem za kijem.

„Kiju, kochany kiju, czemuś mnie opuścił?!”

Kij od człowieka się nigdy nie odwróci. Człowiek zawsze zaprze się kijem o dno.

Krótko mówiąc, doznałem szoku. Przekonywali, że się przyzwyczaję. Że ziewnę. Że zobojętnięję. Że nie ma co się tak gapić. Ale jak się nie gapić, jeśli wsio na wspak?!

—
OPOWIEM, co było w sklepie.

Wiedziony omylnym instynktem zaszedłem do tandeciarni z szyldem „Ministerstwo skarbow. Znajdka Zguba i ojciec”. Przed wejściem leżały miski dla pupili. Obok przywiązane smyczami do falistego pręta parkowały pies, kot, krzesło i stół. „Parking dla czworonogów” – informowała tabliczka.

Właściciel, tłusty jak kierda pan Omacek, leżał na szezlongu. Na głowie miał czapkę z daszkiem, a ściślej rzecz biorąc, nie z daszkiem, lecz ze szponem.

— Prezent od córki – wyjaśnił, dźwigając ciężkie, lejące się cielsko. Sprzedawał szwarc, warzywa, gliniane uśmiechy i obrazy z cyklu *Rozstrzelania* Wróblewskiego. Towary piętrzyły się wysoko aż pod strop. Na jednej z półek, lawirując wśród słoiczek przypraw, stepowały nakręcane nosy z gumy. Piętro niżej aure sukcesu roztaczała Barbie, brokat lśnił ze wszystkich porów

jej plastikowej skóry. Pośrodku szklanym wiekiem pyszniła się trumna, której naroża zostały oflankowane kolumnienkami, zwieńczonymi minikopiami bydgoskiej Łuczniczki. Korzenny aromat mieszał się z zapachem *potpourri*, to jest suszonych płatków usypanych na porcelanowej tacce.

— Oprowdzę cię.

Mówił życzliwie i spokojnie, jakby od zawsze zażywał trankwilizatory.

— To jest akwamanila z XII wieku, unikat, bo lew patrzy... gdzie? Za siebie. O, a tu – wysunął szufladę – tu trzymam stare sztuce, zardzewiałe, niechciane przez nikogo, obrażone na świat. Zobacz, jakkolwiek je ułożysz, same odwracają się tyłem. Widzisz?

Rzeczywiście.

Miał nienaturalnie długie ramię, jedno, bo drugie...

Zaraz opowiem.

Czapka noszona na ukos sprawiała, że nie wiedziałem dokładnie, gdzie pan Omacek ma plecy, a gdzie pierś. Stawał do mnie bokiem, to znaczy uchem ocenionym szponem. Wolałem się na nim nie skupiać, prezentował się dość upiornie. Rozejrzałem się. Ze ścian padał półcień płócien, okna były zasłonięte, zegar przerzucony przez ramię fotela tykał, mimo że wyglądał na flak. Na regale ścisnęły się słowniki *a tergo*.

Bardzo dziwne miejsce.

W kącie leżały kolorowe kapelusze z kartonu, treski, skalpy, peruki, pięknie ufrizowane tupety, halsztuki, harbajtle i harcapy, jakże pomocne przy ratowaniu się z bagna – wszystkie ułożone w paradoksalny kopczyk, który kazał mi się przez chwilę zastanowić, kim jest człowiek bez włosów i czym są włosy bez człowieka.

— A to co? – zapytałem, widząc górę naczyń przypominających sosjerki.

— Urynały rytualne! Zrzuca się taki, wypełniony gorącą zupą, przed stół pary młodej. Czyje nogi poparzy, ten lub ta już nigdy nie zazna miłości francuskiej ani radości w tańcu.

— Skąd ten zwyczaj?

— Coś podobnego zdarzyło się raz kucharce niosącej wazę. Pochlapała młodożeńców tak, że całe wesele przesiedzieli ze stopami w misce zimnej wody.

Żeby nie było mu przykro, postanowiłem coś kupić. W grę wchodziła jednak tylko

drobnica, symbol, detal. Wziąłem „sosjerkę”, ślimaka pod śliniakiem i blond tupecik. Przy wystawianiu rachunku okazało się, że pan Omacek zna jedynie cyfry rzymskie: I, V, X i C. Tylko te. Do nich nagiął ceny, zaokrąglając. Wydłużoną ręką zapisywał je sobie na plecach, to jest na zawieszzonej u szyi tabliczce łupkowej. Sumę pokazywał palcem lub dwoma, przy sto używał też kciuka, przy pięciu i dziesięciu palca środkowego, tego od *fuck you*. Najważniejszy jednak był palec wskazujący. On wystarczał, żeby wyrazić ulubioną liczbę – jeden.

Obok zakupów położyłem na ladzie jeszcze cztery marchwie. Skasował za pięć. Za trzy też wziąłby piątkę, bo bliżej. Za dwie pytałby złocisza, tyle samo, co za jedną marchew. Taka u niego rządziła arytmetyka.

Ale to nic. Jeśli dwa plus dwa równa się pięć, to wcale nie jest tak źle, wciąż jesteśmy w domu. Gorzej, jeśli dwa plus dwa równa się, powiedzmy, tapczan.

Kiedy wydawał mi resztę, na jego dłoni zauważyłem plamy wątrobiane. Sam pewnie ich nigdy nie liczył. Gdyby miał je zrachoować, długo mruczałby pod nosem i wreszcie, krzyżując palec mały z serdecznym, pokazałby wąskie iks.

Ile to?

Osiem, dziewięć, dziesięć, jedenaście albo dwanaście.

– Jeszcze bilety – przypomniało mi się.

– Bilety? To u czarownicy.

– Jakiej czarownicy?

– Strasznej. Do śniadania wypija jezioro, po śniadaniu cygaro zapala sobie od krateru. Lepiej do niej nie chodzić, dlatego idź. Poznasz ją po opętaniu. Włosami. Rozpływają się na wszystkie strony, płyną nie wiadomo dokąd. Nosi przydomek Gwiazda z Warkoczem. Kometa, miota się, z miotłą lata.

– Lata?

– Tak. Na miotle, siatce na motyle, a w weekendy na ruze.

– Odkurzacza?

– Elektroluksu.

– Mój ulubiony! Idę!

– Byłe po niepoznakach. Gdzie porazi cię piołun, skręć w lewo albo zapytaj pokrzywy. Jeśli będzie zajęta nagrzewaniem parzydełek, przerwij jej; powołaj się na mnie. Możesz też zapytać róże, nie mają wiele do roboty, pachną z nudów. Siedzibę wróżki rozpoznasz po

napisie: „Podniebne procedury artystyczno-asenizacyjne, czarnoksiężniczka Marta”.

„Śni czy dowcipkuje?” – pomyślałem.

Dysponował jedną dłonią, drugą dawno temu odkręcił razem z ramieniem i gdzieś zapodział, może na zapleczu. Zamiast niej, jak kapitan Hook hak, nosił klatkę z małym ptaszkiem. Skowronek, słowik albo łozówka... nie mogłem dostrzec w półmroku. Ten ptaszek co rusz cmokał piosenkę na melodiię *Jesteśmy pingwinami i chodzimy tak!*.

Teraz też.

Przy takim akompaniamencie pan Omacek zawołał za mną z progu „krzyż na drogę!”.

Marszobiegiem ruszyłem przed siebie. Idąc wzdłuż baraków, słyszałem odgłosy zjadłej lektury, dobiegały z uchylonych okien. Parterowe domy, stare i dobrze zachowane,



trzeszczały w szwach. Wszakże lud Źe uwielbiał książki! Najczęściej kładziono je sobie pod głowę i... zasypiano. Srogie chrapanie niosło się po ulicze, która doprowadziła mnie do budynku poczty.

Wstąpiłem po znaczki. „Skoro już tu jestem – pomyślałem – wyślę pocztówki”.

W okienku obsługiwało mnie niemowlę, mały elegancik o nienagannych manierach, w śpioszkach nieposzlakowanej czystości.

– Przedszkola – pouczył mnie – roją się tu od dorosłych, przede wszystkim fanfaronów pokroju barona Münchhausena, znanych z opowieści o kulach armatnich i zupach wyssanych z gwoźdźcia. Jeden, proszę sobie wyobrazić, prawą ręką szarpnął się za bark i sam się sprowadził na złą drogę. – Za mną tworzył się ogonek niecierpliwych interesantów, pokasywano wymownie i coraz

nachalniej, dlatego ukloniłem się niemowlęciu i opuściłem urząd.

Przystanąłem na ryneczku głównym, gdzie wielki rozkraczył się kozak z oseledcem, wróblem i śladem po wróble na łbie. Pomnik z brązu? Żywy pomnik! Liryk bezpośredni, donżuan o wyslizganym kroku, którego obmacanie skutkuje tym samym co natarcie narządu maścią z nasięźrzału i dziewięćsiu, czym wedle wierzeń usprawnia się hydraulikę, aczkolwiek tylko pod warunkiem, że magiczne działanie – w obu przypadkach: głaskania i smarowania – zostanie poparte stosowną formułą, brzmiącą: „ars longa ku chwale pytonga”.

„Zjełczałe powiedzonko. I mało śmieszne” – powiedziałyby.

Kto?

— CZARODZIEJKA. Znajdka Zguba.

W jej obejściu zwierzęta gospodarskie reprezentowała kuropatwa, a raczej sam jej kupper, którym się wypięła. Wszystko było tam pokawałkowane, z kałużami włącznie. Trudno to oddać słowami. Z jakichś względów właścicielka poprzegradzała wodę płotkami. Nie zdążyłem się zastanowić po co, bo oto stała przed chałupą i krzyczała:

– Zrządem dobrych gniazd trafiłeś w te progi, ptaszku! Witaj!

Górnołotność nie pasowała do ziemistej podomki, w której się ukazała, i papci pie-sków. Na głowie miała kosz warkoczy. Dzięki nieludsko gładkiej cerze przypominała raczej lalkę niż kobietę. Podeszła bliżej, zmierzyla mnie badawczo i zdecydowanie mniej serdecznie zapytała:

– Nie wstyd ci tu przyłazić z taką skandaliczną przyszłością?!

Zadrżałem. O rany, wiedziała, co będzie! Ja wołałem nie wiedzieć.

Rozplotła warkocze, kosz przysł.

Ujawniła twarz.

– Proszę do środka.

Poruszała się równie nieźbornie jak inni Źe. Prawicą prowadziła się za lewicę.

– Części się wspierają – oznajmiła. – Nie może oko powiedzieć ręce: nie potrzebuję ciebie. Albo głowa nogom: nie potrzebuję was. Biblia się kłania i nie traci głowy.

Sama sobie zaklaskała, bijąc czterema palcami w wyniosłość kciuka.

– Z kim pani tu mieszka?

– Ze sztucznym kulasem – odparła, wskazując stół oparty na trzech balasach i jednej protezie z plastiku. – To po mężu.

Błat lśnił jak tafla. Zdałem sobie sprawę, że w kuchni nie ma niczego do jedzenia.

– Co pani je?

– Narzucam obrus i masuję tak długo, aż się nakryje, byle nie nogami, ha-ha, bo jeśli nogami, to post.

Chwila ciszy.

– Ech, mój mały. Ja jestem w rozsypce, nie widzisz? W proszku. Urna wstrząśnięta i zmieszana. Mogę wziąć się w garść, zebrać się do kupy, ale nic tym nie wskóram, segmenty się nie zrosną. Gardło będzie sobie gardłować, żołądek się żołądkować, dłoń da dłoni po palcach, a główka pogłównkuje, czym są oczy bez uszu... To wszystko za mało! Aby stworzyć jedność, innego kleju trzeba... Eksplokowałam, rozleciałam się na odłamki i już ich nie scalę. Miguelowi Pellicerowi, Ajzonowi, Janowi z Damaszk... im został darowany zrost. Mnie cuda się nie mają.

Chciałem zaoponować. Człowiek cały, z duszą, jest i w nodze, i w brzuch, i w płuca.

Tak pisał Koziołek.

Ktoś zapukał.

– Nie otwieraj, to ojciec. Przywiózł żarcie z pizzerii, chociaż nie prosiłam.

Na parapecie leżało wyszczerbione jabłko.

– Skosztuj. – Podała mi je, widząc, że zezuję.

Co z tego, że drewniane, kutner, ten meszek, był żywy, pieścił podniebienie. Raj w gębie, a w brzuchu drzazgi. Plułem nimi. Po przełknięciu ostatnich pestek przestałem kochać, jak nożem uciął. Rozkochała mnie w sobie, rozkręciła na części i... skręciła z powrotem.

Wtedy śmiech, jej śmiech.

Najpierw płynął cicho, niebiesko, potem coraz głośniejszy, wreszcie wpadł w czarny rehot, od trzewi szedł przez przełyk i bił ustami, zajmując dom i całe podwórze. Modulowany dźwięk o różnym natężeniu pulsował mi w skroniach. Spomiędzy jej warg płynął strumień dźwięków, ku mojemu przerażeniu. Słumiłem strach i spróbowałem ją zakneblować. Nie dało się. Jej szczeka zastygła jak lawa. Mocowałem się, tracąc już siły, aż coś zaskrzypiało...

Po wywalonym języku wyszła bosa śmierć w sukni z wycięciem na plecach.

– To ja i mój śmiech z samego środka życia – powiedziała wreszcie.

Zrobiła pauzę, a po pauzie mówiła dalej:

– Włosy rosły, póki nie poczułam, że nie jestem już sobą. Nie warkocz, przeważał jeden włos. Zmieniłam się, chociaż nikt nie zauważył, z zewnątrz zmiana była niewidoczna. We mnie i wokół mnie wszystko się zdwoiło, potroiło, przepoczwarzyło, poczwartowało, zdziesiątkowało. Na plasterki, na czerepy, na skorupy, na destrukty! Ojciec dał mi masę gojącą, nie pomogło. Matka zaleciła latanie: „Żeby się zdrtutować, drutem trzeba obwiązać miotłę i fru!”. Wzleciałam do gniazd. Tam pośród jaj alk, wydrzyków i batalionów odnalazłam swoje ja. Później do miotły doszły rura i łapka na motyle. Wcześniej nie wiedziałam, gdzie się kończę, a gdzie zaczynam, teraz nauczyłam się, że mogę istnieć i w sobie, i poza sobą, oprócz. Znam paradoksy statku Tezeusza i stosu: dodajemy lub odejmujemy ziarnko po ziarnku i pytamy, kiedy statek przestaje być statkiem, stos stosem. Czy to nie terror tożsamości?! Ktoś, komu doklei się wąs, pozostaje kimś. Ktoś, komu amputuje się kończynę, też. A jeśli amputować wszystkie kończyny, górną i dolną część tułowia, z głowy

odkręcić uszy, oczy, usta, nos? Niby nie zostaje nic, a jednak ciągle jest człowiek. Mimo nadmiarów i ubytków. Dzięki brakom. Ma je w DNA. Nie upadł nawet wtedy, kiedy stracił skrzydła. Chyba Kartezjusz ustalił, że dusza mieści się w szyszynce. Kartezjańska – być może. Moja mieści się w miotle, łapce i rurze. Twoja pewnie w kiju, który zgubiłeś przed bramą. Czeka cię ciekawa przyszłość, jeśli po niego wrócisz. No, zbieraj się, mały, pora na ciebie. Zobacz, noga, to znaczy proteza, już daje ci znaki. Tamtędy, proszę.

Wsunęła mi jeszcze do kieszeni rulon biletów na różne wydarzenia.

Wątpia mi zaburzały „dum-dum”. Chciałem zrymować „dubito ergo sum”, gdy tym rulonem wystającym ze spodni zaczępił o wazę. Rozbiłem ją w drobny mak.

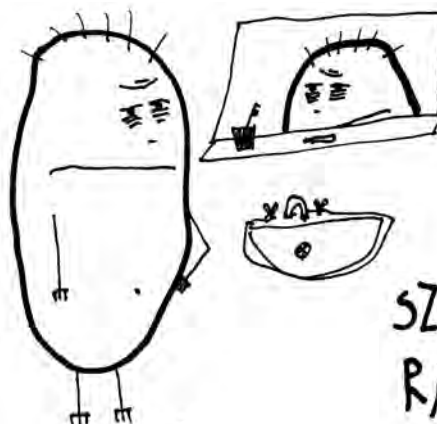
Klejona była pracochłonną techniką kintsugi.

Żal jej.

Prozę w „Piśmie”
wspiera Miasto Gdynia,
sponsor Nagrody
Literackiej GDYNIA

NAGRODA
LITERACKA
GDYNIA

ŻYCIE TO SZTUKA
SNUCIA DOMYSŁÓW



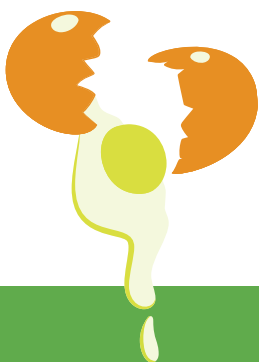
SZCZEGÓLNIE
RANO.

Kup książkę

**FOOD
DESERVES
RESPECT**



Jedzenie zasługuje na szacunek, tak jak każdy człowiek, któremu, niezależnie czy w Polsce, czy w innym miejscu na świecie, nie może brakować jedzenia.



Niestety, jak pokazują badania, jedzenie marnowaliśmy i nadal marnujemy. Jak więc sprawić, aby hasło "Food deserves respect" przekonało do zmiany postaw i wzorców?



KONKURS

termin: 15.10.2024

Więcej na <https://respectforfood.com>

WASTE NOT, SNAP A LOT!

Ruszył konkurs „WASTE NOT, SNAP A LOT”, którego tematem jest przeciwdziałanie marnowaniu żywności. Uchwycić na zdjęciu w kreatywny sposób działania, które przeciwdziałają marnowaniu żywności. Do wygrania wiele ciekawych nagród.



Organizator:



Partnerzy:



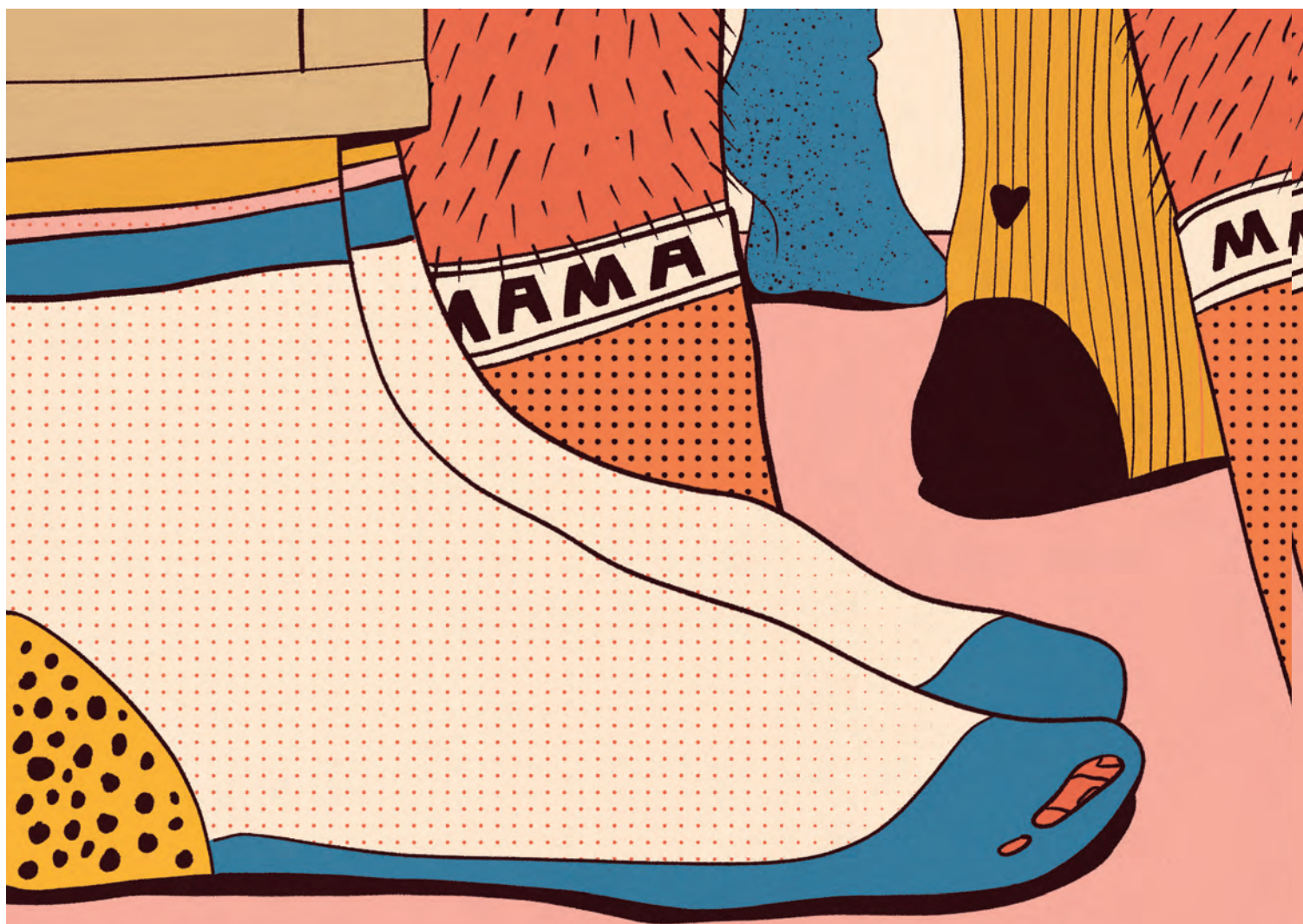
ASSOCIAZIONE
CULTURALE
USAMBORGIA
HERITAGE OF RURAL FOOD



Kup książkę



Dofinansowane przez
Unię Europejską



REPORTAŻ

Jak Polacy dają się ustawić. „Psychoterapia” według Berta Hellingera

tekst OKTAWIA KROMER

USTAWIENIA HELLINGEROWSKIE mają odkrywać nieznane fakty z naszej historii rodzinnej i dzięki temu leczyć nasze traumy. Tymczasem odsłaniają raczej coś innego: jak łatwo jednym pomylić terapię z szarlatanstwem, a drugim – na tym zarabiać.

[Kup książkę](#)



[Kup książkę](#)

rysunki PAWEŁ SMARDZEWSKI

—
 Porośnięty bluszczem szeregowiec na willowym osiedlu w Krakowie, połowa maja. W pokoju z wykładziną jedyne meble to ustawione wzdłuż ścian krzeselka. Na nich siedzi czternaście osób. Dziesięć kobiet, czterech mężczyzn. Milczą, czekają. Przed wejściem na salę, zgodnie z zaleceniem, które dostali w mailu, zdjęli buty (później dowiedziałam się od innych uczestników, że to dlatego, by nie pobrudzić wykładziny). Większość została w skarpetkach, niektórzy mają na sobie kapcie. Klapki basenowe, papucie z różowym puszkciem... Młodej kobiecie w kącie sali szklą się oczy. Po pół godziny oczekiwania zjawia się prowadzący. Wita się, siada na tle balkonu wychodzącego na zarośnięty ogród. Dzień jest słoneczny, więc gdy patrzę na niego, oślepia mnie blask.

Za chwilę wezmę udział w ustawieniach hellingerowskich, zwanych też rodzinnymi lub systemowymi. To kontrowersyjna metoda „porządkowania splątanych i zerwanych więzów rodzinnych” (Wikipedia), opracowana przez Berta Hellingera (1925–2019), najpierw niemieckiego misjonarza – zanim zrzucił habit, spędził szesnaście lat na misji u Zulusów – a od lat 70. psychoterapeuty. Według biografii zamieszczonej na oficjalnej stronie poświęconej Hellingerowi i jego metodzie w ciągu swojego niemal stuletniego życia napisał ponad sto książek przetłumaczonych na kilkadziesiąt języków. Poza tym podróżował po świecie z wykładami, szkoleniami i warsztatami. Nieraz odwiedzał też Polskę.

Celowo nie piszę, że ustawienia to metoda psychoterapii, choć taki termin często jest podawany przez jej praktyków. Ich działanie nigdy nie zostało udowodnione naukowo. Bazują one na teorii tak zwanego pola wiedzącego, według której „obcy człowiek postawiony symbolicznie na miejscu kogoś z rodziny pacjenta ma takie same odczucia jak osoba, którą reprezentuje, chociaż prawie nic o niej nie wie” (Wikipedia). Na ustawienie można wybrać się z zamiarem zostania osobą „ustawianą” albo bycia jedynie „reprezentantem”. Reprezentować – czyli wcielać się w rolę – można na przykład matkę, ojca, pradziadka albo nawet samą osobę ustawianą, ale też bardziej abstrakcyjne pojęcia, jak ból czy miłość. To właśnie za pomocą reprezentantów przedstawia się istotne sceny

z historii rodzinnej. Wnioski wyciągnięte na podstawie tego, jak zachowują się lub co poczuć reprezentanci, mają pomóc ustawianej osobie odnaleźć właściwe miejsce w jej systemie rodzinnym – a to z kolei ma rozwiązać jej problemy życiowe. Proces ustawienia zaczyna się od wyjścia „ustawianej” osoby na środek albo wyznaczenia wśród innych uczestników reprezentanta tej osoby. Następnie dochodzą kolejni reprezentanci, którzy odgrywają – w dużej mierze improvizując – swoje role.

W kulminacyjnym momencie ustawień fizyczne położenie tych osób względem siebie ma odzwierciedlać pożądane relacje między nimi. Istotne jest też „oddanie pokłonu” wyższemu w hierarchii (co w praktyce może się sprowadzać do pokłonienia się osobie podczas ustawień reprezentującej na przykład ojca, który dopuszczał się przemocy seksualnej wobec ustawianej osoby). Hellinger i jego naśladowcy precyzyjnie opisują systemy skomplikowanych zależności, jakie mają tu zachodzić, i metody uzyskania „porządku”, do którego zmierzają ustawienia.

Ustawianie zwykle trwa jakieś 40–60 minut i kończy się, gdy prowadzący uzna, że przywrócono „właściwy porządek w hierarchii systemu” lub poczyniono wszystkie możliwe na ten moment kroki w tym kierunku.

—
 PIERWSZY RAZ usłyszałam o tej metodzie latem 2023 roku, od dwóch znajomych aktorów teatralnych. Rozmawialiśmy o naszych relacjach romantycznych, o życiu i problemach, jakie przynosi. Hasło „ustawienia Hellingera” padło z ust jednej z nich jako potencjalne remedium na romantyczne bóle. Mówiła o „alternatywnej terapii”, „pracy z energią” i „odkrywaniu traum dziedzicznych po przodkach”. Koleżanki, z których jedna dowiedziała się o ustawieniach z mediów społecznościowych Marianny Gierszewskiej, aktorki i influencerki [na Instagramie obserwuje ją prawie 300 tysięcy osób, a o jej działalności pisaliśmy w tekście *Pułapki psychowashingu*, „Pismo” nr 9/2023 – przyp. red.], a druga sama wzięła w nich parę razy udział kilkanaście lat temu, zdawały sobie sprawę z tego, że ta metoda nie jest uznana przez środowisko naukowe, ale

przekonywały też, że nauka ciągle się rozwija i nawet jeśli dziś coś nie mieści się w jej ramach, to za kilka lat już może się to zmienić. Postanowiłam zbadać sprawę, podchodząc do niej, mimo – przynajmniej z góry – niedowiarstwa, bez uprzedzeń. Zgłosiłam temat w jednej z redakcji, ale mi odmówiono, argumentując, że znany jest przypadek osoby, która twierdzi, że ustawienia jej pomogły, i że może nie ma co tego dotyczyć, bo to grząski grunt. W drugiej kolejności zgłosiłam pomysł „Pisma”, tym razem z sukcesem, niezależnie od tego, że i w tej redakcji taki przypadek był znany.

Badania rozpoczęłam w Bibliotece Narodowej, gdzie natrafiłam między innymi na prawie siedemsetstronicowy tom *Ustawienia systemowe Berta Hellingera. Przełom w psychoterapii i wiedzy o człowieku* z 2018 roku, autorstwa Damiana Janusa. Na okładce przeczytałam, że autor jest psychologiem ze specjalizacją z psychologii klinicznej i psychoonkologii, a także filozofem i religioznawcą. Później ustaliłam, że na jego publikację powołuje się wielu zwolenników ustawień hellingerowskich, między innymi wspomniana Marianna Gierszewska, która sama prowadzi warsztaty z elementami ustawień i wydała książkę, w której niejednokrotnie je przywołuje, czy też Dominika Flaczyk, autorka artykułu o „zarządzaniu systemowym” w książce *Marketing w praktyce* pod redakcją Jana Mikołajczyka, wydanej przez Uniwersytet Ekonomiczny w Poznaniu. Flaczyk przekonuje, że ustawienia hellingerowskie to świetna metoda pracy z biznesem, zapewnia, że stosowano ją już między innymi w IBM, McDonald’s, Microsoftzie.

To właśnie Damian Janus w czasie telefonicznego wywiadu zaproponował, bym przyjechała na prowadzone przez niego ustawienia w Krakowie – obiecał, że wszystko zrozumie, gdy tylko tego doświadczę. Gdy pojawił się w tamtej słonecznej sali, przedstawiłam się uczestnikom i powiedziałam, że jestem dziennikarką, a później w trakcie wydarzenia robiłam notatki na telefonie. Tylko jedna z ustawianych osób poprosiła, żebym w trakcie jej ustawienia nie robiła notatek – oczywiście spełniłam jej prośbę.

Kiedy Janus zapytał, kto przyszedł z zamiarem zostania osobą ustawianą, zgłosili się prawie wszyscy. Chwilę wcześniej

zarówno ci, którzy chcieli być ustawiani, jak i ci mniej liczni, którzy mieli zamiar pozostać tego dnia reprezentantami, ustawili się w kolejce do asystentki Janusa. Ci pierwsi uiścili gotówką 500 złotych, ci drudzy 200 złotych (ja zostałam zaproszona do udziału w spotkaniu za darmo). Janus zaznaczył, że nie spodziewał się aż takiej frekwencji i że ci, którzy nie zdążą zostać ustawieni, będą mieli zwróconą nadpłatę. Mamy przed sobą osiem godzin, warsztaty przedłużą się o godzinę ponad ten limit.

Na obu stronach internetowych Janusa (jedna z nich jest typową wizytówką, druga zawiera ofertę szkoleń dla osób, które też chciałyby prowadzić ustawienia) czytam, że psychoterapeutą jest już kilkanaście lat i że szkolił się w zakresie terapii gestalt, hipnozy i pracy z ciałem. Według znajdujących się tam informacji jest związany z Krakowskim Kołem Psychoanalizy Nowej Szkoły Lacanowskiej, gdzie bierze udział w seminariach oraz odbywa własną psychoanalizę. Na żadnej ze stron nie ma jednak informacji o certyfikatach, które posiada. Pacjentom proponuje obecnie dwie drogi: „psychoterapię długoterminową” i „psychoterapię ultrakrótkoterminową”. Ta pierwsza, „zorientowana psychoanalitycznie”, trwa co najmniej rok (obejmuje nawet trzy spotkania tygodniowo) i jest przeznaczona dla osób z nerwicami, zaburzeniami psychotycznymi i zaburzeniami odżywiania. Druga ogranicza się do jednej lub kilku sesji, które mają wystarczyć do „osiągnięcia przełomowych zmian” między innymi w dziedzinie relacji rodzinnych i kryzysów życiowych.

– Po co chodzić długo, skoro można krótko? – pytam Janusa przez telefon, zanim jeszcze spotkamy się na żywo.

– Dobre pytanie! – śmieje się. – Staram się wszystkich brać na krótką terapię, ale niektórzy upierają się, że wolą przychodzić do mnie długo. Widocznie im to potrzebne.

Na jego stronie czytam też, że ustawienia są „prawdopodobnie najefektywniejszą metodą terapii”, bo „powodują zarazem zmiany w umyśle klienta, jak i w samym systemie, który go dotyczy”. Przykłady? „Ktoś na przykład dwa tygodnie po ustawieniu dostaje wiadomość od brata, którego jeszcze nigdy nie widział; czyjeś dziecko przestaje mieć problemy w nauce; pojawia się kilkadziesiąt

lat nieobecny ojciec”. Janus zapewnia, że relacji o takich wydarzeniach jest bardzo wiele, a zachodzą dlatego, że „osoby w systemie łączy nieświadoma więź”.

Na portalu znanylekaz.pl (przez który też można umówić wizytę) Janusowi wystawiono pięćdziesiąt opinii, same pięciogwiazdkowe. Najczęściej użytkownicy wyznają, że ustawieniami wyleczył ich z „ogromnych fobii”, „paraliżującego lęku”, „poczucia winy”. Komentują też, że spotkania są „ekscytujące”, a Janusa charakteryzuje „wrażliwość połączona ze zdroworozsądkową logiką”. Osoba podpisująca się jako „B.” zapewnia, że ustawienie pomogło jej poradzić sobie z problemem molestowania seksualnego w dzieciństwie przez najbliższych członków rodziny.

JAKO PIERWSZA zdecydowała się tamtego dnia na ustawienie ciemnowłosa kobieta po czterdziestce, nazwijmy ją Martą. Jest fryzjerką, ma własną firmę, ale nie przepada za tą pracą, bo trzeba w niej spełniać oczekiwania klientek, a te trudno zadowolić. Janus uśmiecha się lekko. Jako terapeuta dobrze to rozumie. Choć jak mówi, on ma łatwiej, bo za niego robotę w dużej mierze wykonuje „pole”. Uczestnicy potakują ze zrozumieniem – dobrze wiedzą, o jakie pole chodzi.

„Pole wiedzące” ma też inne określenia: „morficzne”, „morfogenetyczne”, „energetyczne”, „energoinformacyjne”. Według zwolenników metody Hellingera takie pole „wszystko pamięta”, „mówi”, „podpowiada”. To ono ma sprawiać, że gdy na środek wychodzą osoby, które Janus typuje do reprezentowania ważnych w życiu Marty osób i spraw, po chwili na „wczucie się” zaczyna ją wyrażać to, co kryją w sobie – podobno – te reprezentowane przez nich osoby i sprawy.

Janus przekonywał mnie przez telefon, że pole działa także na niedowiarków:

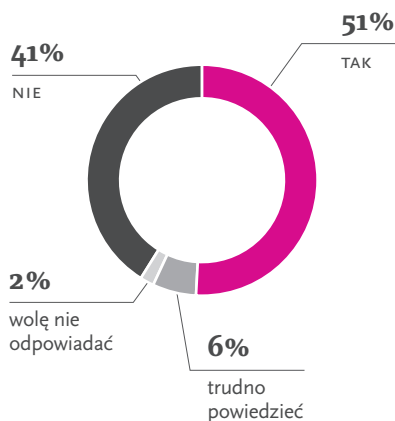
– To jest najdziwniejsze, ale właśnie nie takiego nie trzeba robić. Żadnych dymów, kadzideł. Po prostu teraz ty jesteś tym ojcem, tą matką. Oczywiście, możesz, jak chcesz, na siłę pokazać, że to nie działa, nie poddać się temu, co poczujesz. Chodzi o to, by podążać za ruchem. Na przykład masz ochotę usiąść, więc siadasz. Tu nie ma niezwykłości. O wiele większa nadzwyczajność jest na zwyczajnej terapii, gdzie nie wiadomo, co terapeuta myśli, o co mu chodzi. Sam nie do końca to wie. Kiedy pani pójdzie na swoje ustawienie, szybko zacznie pani rozumieć, co pani doskwierało. Te procesy zaczną się dziać. W psychoanalizie musiałaby pani na to czekać latami. Sam miałem swoją przez dwanaście lat – wyjaśniał.

Gdy mowa o „polu”, część moich rozmówców, którzy brali kiedykolwiek udział w ustawieniach, odwołuje się do fizyki kwantowej. Wliczają: nielokalność, splątanie, teorię Einsteina, funkcję falową Schrödingera. Nic z tego nie rozumiem, kontaktuję się więc z doktorem habilitowanym Janem Chwedeńczukiem, profesorem Uniwersytetu Warszawskiego z Instytutu Fizyki Teoretycznej, specjalizującym się w splątaniu kwantowym, kwantowej teorii pomiaru i nieklasycznych stanach materii. Profesor wyjaśnia mi, że choć pojęcie pola jest w fizyce bardzo istotne, to nie chodzi w żadnym razie o „pole morficzne”. Podobnie splątanie i nielokalność – choć są zjawiskami z fizyki kwantowej i dotyczą „silnej korelacji, która łączy obiekty w sposób, który daje efekty sprzeczne z naszą intuicją” – to „bardzo wątpliwe jest, by mogły wpływać na procesy psychologiczne”.

– Pytanie, co z czym miałyby się tu płatać? Mózgi? Dusze? To muszą wyjaśnić osoby

ZDROWIE PSYCHICZNE W POLSCE

Czy w ciągu ostatnich dwunastu miesięcy miał(a) Pan(i) jakiegokolwiek problemy emocjonalne lub psychospołeczne (takie jak poczucie depresji lub niepokoju)?



Źródło danych: Eurobarometr, Komisja Europejska, 2023 rok.

postulujące taki związek – mówi profesor. Dodaje też, że zjawiska kwantowe są „niezwykle kruche”, zazwyczaj przygotowuje się je w bardzo dobrze izolowanych warunkach laboratoryjnych i obserwuje tylko w prostych układach, a mózg jest „za duży i zbyt ciepły, by te efekty mogły przetrwać i mieć jakiegokolwiek znaczenie”. Mam te słowa w pamięci podczas pierwszego ustawienia, tak samo jak telefoniczne, wcześniejsze zapewnienia Janusa, że w jego rozumieniu odwołania do fizyki kwantowej to raczej metafora. Mamy do czynienia z fenomenem, którego trzeba doświadczyć, by go zrozumieć.

– To zjawiska niezależne od fizyki. Fizyka po prostu pokazuje, że świat jest bardziej skomplikowany, niż nam się wydaje – mówił mi przez telefon.

Siedząc na krzeselku, czekam więc, co się wydarzy. „Pole” głosem Janusa wywołuje najpierw młodą kobietę w szarawarach. Ma reprezentować ciało Marty, bo ta chce się dowiedzieć, co ciało jej mówi przez różne dolegliwości, na przykład chorobę Hashimoto. Szarawary jednak nie mówi, a jęczy, wzdycha i pomrukuje, wijąc się przy tym po podłodze. Marta kiwa głową ze smutkiem. Właśnie tak się czuje. Kolejne osoby wcielają się w następne role: jedna z nich reprezentuje siostrę bliźniaczkę Marty, która miała umrzeć podczas porodu, o czym nie powiadomiono matki (Marta nie dziwi się tej wizji, ja zresztą też nie; o tym, że w „polu” objawiają się nieraz zaginięci bliźniacy, słyszałam już wcześniej). Inna wciela się w dziadka alkoholika – kiedy wszedł on w „pole”, „ciało Marty” poczuło „przyływ siły”. W końcu do ustawienia dołącza też Janus, w roli bólu głowy świeżo objawionej bliźniaczki. Z potwornym grymasem jęczy, krzyczy, miota się po sali – podobnie jak robiła to Szarawary, ale dużo intensywniej. Zaskakująco długo to też trwa. Janus wyraźnie czeka, aż w interakcję z nim wejdą inne osoby – rozgląda się, pyta uczestników, czy nie czują, że powinni dołączyć do pola – ale niezbyt się do tego kwapia. W końcu w pewnym momencie Janus zarządza, że na ten moment ustawienie należy zakończyć.

Podczas ustawienia Marty czuję przede wszystkim zażenowanie. Będzie mi ono zresztą towarzyszyło przez cały dzień, zwłaszcza gdy do akcji wkraczał Janus ze

swoim repertuarem ekstremalnych reakcji. Chwilową ulgę przyniosą sytuacje, gdy będzie wychodził ze swoich ról, by na przykład zaprosić do udziału w ustawieniu kolejnego uczestnika. Czasem będę zapraszana i ja, jednak do ról mało wymagających. Raz będę na przykład reprezentantką dziecka, które ma ukucnąć przed rodzicami – instruuję mnie o tym jednak nie „pole”, a Janus. Naprawdę chcę je poczuć, ale to się nie udaje. Nie mogę się pozbyć wrażenia, że biorę udział w improwizowanym spektaklu, w którym większość uczestników niezbyt się w tę improwizację angażuje. Poza Janusem wyróżniają się jeszcze dwie kobiety. Pierwsza to Szarawary, drugą w myślach nazywam Energiczną Brunetką, obie w wieku trzydziestu, czterdziestu lat. Na przerwie usłyszę potem od tej drugiej, że jest już tak zaawansowana w temacie, że zaczyna prowadzić własne grupy, a Janus jest jej superwizorem.

ŚRODOWISKO ustawiaaczy w Polsce jest zróżnicowane. Z jednej strony mamy firmy pozycjonujące się w nurcie typowo ezoterycznym, jak warszawski CUD Grochów

– CUD to akronim od słów: ciało, umysł, dusza – gdzie ustawienia Hellingera występują obok „regresji hipnotycznej” czy „harmonizowania czakr językiem światła”, z drugiej – psychologów i psychoterapeutów wzbudzających zaufanie prestiżowymi uczelniami, które ukończyli, towarzystwami psychoterapeutycznymi, do których należą, czy hasłami takimi jak „superwizja”. Do tego drugiego nurtu poza Janusem należy między innymi znany wśród zwolenników ustawień Marek Wilkiski, jak deklaruje na swojej stronie internetowej, psychoterapeuta z ponad dwudziestoletnim stażem zawodowym. Bardzo chciałam z nim porozmawiać, zwłaszcza że jego superwizorem – tu znów poległam na informacjach z jego internetowej wizytówki – przez dziesięć lat był (lub jest) Wojciech Eichelberger, autorytet wśród psychoterapeutów. Niestety, odmówił rozmowy, gdy dowiedział się, że nie dostanie do autoryzacji całego reportażu, a jedynie swoje wypowiedzi. Z tego samego powodu odmówiła mi także Marianna Gierszewska. Z kolei sam Wojciech Eichelberger nie odmówił rozmowy, ale okazało się, że nie ma na nią czasu.

„Ustawiaacze”, którzy zgodzili się ze mną rozmawiać oprócz Damiana Janusa, to Patrycja Chacia, absolwentka psychologii na Uniwersytecie Gdańskim (dziesięcioletni staż w ustawieniach) i Sylwia Koleszka, absolwentka między innymi socjologii i psychologii w biznesie. Informacje o wykształceniu obie panie podają w swoich mediach społecznościowych. Koleszkę, jako osobę zajmującą się ustawieniami dla biznesu i swoją była kursantkę, polecił mi Janus. Chacie znalazłam na Facebooku. Nie umie powiedzieć, ilu klientów przyjęła do tej pory, ale na pewno było ich wielu, bo w ciągu tygodnia, jak mówi, prowadzi średnio około dziesięciu ustawień. Część z nich to osoby, które do niej wracają, także wielokrotnie.

– Są teorie, że powinno się mieć jedno ustawienie na rok. Moim zdaniem nie ma reguły. Są tacy, którym raz czy dwa wystarcza, inni pracują długo – tłumaczy. – Trzeba pamiętać, że ustawienie nie jest dla każdego, ale dla osób, które są odważne, mają chęć zajrzeć w siebie i naprawdę nad sobą popracować. Bo ustawienie to nie magiczna różdżka.

DOBRA OPIEKA PSYCHIATRYCZNA, CZYLI JAKA?

Które z cech wskazał(a)by Pan(i) jako priorytetowe (maksymalnie trzy)?



Źródło danych: Eurobarometr, Komisja Europejska, 2023 rok.

Chacia ustawia zwykle indywidualnie, jeden na jeden (wówczas sama jest reprezentantką problemów klienta), a dwa razy w miesiącu prowadzi warsztaty w grupach po pięć, siedem osób. Spotkanie indywidualne trwa półtorej godziny, grupowe od trzech do pięciu godzin. Koszt: 250 złotych od osoby. W porównaniu z konkurencją to niedużo (można znaleźć ustawienia za ponad 600 złotych od osoby). Ponieważ rozmawiam z nią świeżo po obejrzeniu serialu *Inna ja*, gdzie jedna z bohaterek po ustawieniu hellingerowskim zdrowieje z nowotworu (choć w drugim sezonie okazuje się, że jej radość była przedwczesna), pytam Chacę, czy pracuje też z chorymi na raka. Odpowiada, że „wśród osób chorych” te z nowotworami zdarzają się najczęściej. Przychodzą w trakcie leczenia albo po nim.

– I rak znika dzięki ustawieniom? – pytam i słyszę odpowiedź:

– Nie, no, nie znika. Ale pod wpływem ustawień z tymi kobietami dzieje się coś fajnego. Ustawienie pozwala spojrzeć na nowotwór inaczej niż jak na wroga. Dzięki temu choroba ma łagodniejszy przebieg albo krótsze leczenie, nie ma przerzutów – wylicza Chacia. Sama pierwszy raz dała się ustawić w 2005 roku, kiedy miała trzydzieści trzy lata. Był to dla niej element „autorskiej terapii grupowej dla DDA” [dorosłych dzieci alkoholików – przyp. red.]. Dwa lata później zapisała się na wieczorową psychologię na Uniwersytecie Gdańskim. Tam trafiła na zajęcia na temat ustawień. – To był chyba główny impuls, który spowodował, że postanowiłam się tym zająć zawodowo – mówi.

Kolejny raz robię wielkie oczy. Czy to znaczy, że Uniwersytet Gdański (UG) uczy ustawień hellingerowskich? Po naszej rozmowie wysłałam pytania do rzecznika UG. W odpowiedzi przysłanej w połowie maja 2024 roku czytam, że w Instytucie Psychologii UG „aktualnie” nie są prowadzone zajęcia, w ramach których omawiane byłyby ustawienia hellingerowskie. „Pozostajemy tym samym spójni ze stanowiskiem polskiego środowiska psychoterapeutów i terapeutów, które nie rekomenduje stosowania tej metody”.

Postanawiam sprawdzić, jak jest na innych uczelniach. Uniwersytet SWPS odcina się od ustawień na swojej stronie internetowej. „Szkodliwa szarlataneria”

– czytam w opublikowanej tam rozmowie z pracującym na SWPS doktorem Bartoszem Zalewskim. Kiedy mailowo zapytałam Wydział Psychologii Uniwersytetu Jagiellońskiego (UJ) o ich stanowisko, dostałam odpowiedź podpisaną przez dyrektora Instytutu Psychologii, profesora Przemysława Bąbła: „Z perspektywy współczesnej wiedzy naukowej koncepcja i metody Berta Hellingera nie są oparte na dowodach naukowych, a zatem nie ma podstaw do wykorzystywania ich w praktyce klinicznej”.



Dziesięć lat temu oficjalnie potępił ustawienia hellingerowskie także krakowski oddział Polskiego Towarzystwa Psychologicznego (PTP), ostrzegając, że nie jest to metoda psychoterapii i że może być potencjalnie szkodliwa (jeśli ustawiacz należy do krakowskiego PTP, można w trakcie sądu koleżeńskiego wyciągnąć wobec niego konsekwencje aż po usunięcie z Towarzystwa). Po kilku miesiącach mailowego upominania się udaje mi się też uzyskać stanowisko Sekcji Naukowej Psychoterapii Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego (SNP PTP). Jak się okazuje, SNP PTP nie rekomenduje ustawień hellingerowskich (bo „stosowanie metod o niepotwierdzonej naukowo skuteczności niesie ze sobą ryzyko”), ale też nie bierze odpowiedzialności, jeśli któryś z członków Towarzystwa stosuje taką metodę (bo nie odpowiada za „wszystkie działania swoich członków, które są niezgodne z dobrymi praktykami psychoterapii”). „W przypadku otrzymania skargi ze strony pacjenta sprawy te są rozpatrywane przez Komisję Etyki. W razie stwierdzenia naruszenia

kodeksu etycznego sprawy są przekazywane do Sądu Koleżeńskiego” – informuje mnie także SNP PTP.

Doktor Bartosz Zalewski z SWPS i profesor Przemysław Bąbel z UJ o zagrożeniach związanych z praktykowaniem ustawień hellingerowskich mówią swoim studentom na zajęciach. Profesor Bąbel zapewnił, że robi to „odkąd prowadzi zajęcia, czyli od dwudziestu trzech lat”. „Jako przedstawiciel środowiska psychologów badaczy mogę powiedzieć, że nigdy nie znałem nikogo z tego grona, kto by propagował ustawienia hellingerowskie. Odkąd pamiętam, środowisko naukowe psychologów było niezwykle krytyczne wobec tej «metody»” – dodał w mailu.

Nie jest to jednak uniwersalna prawda, bo – jak czytam z kolei w mailu od Zuzanny Dziedzic, przedstawicielki Wydziału Psychologii Uniwersytetu Warszawskiego – w latach 2004/2005 i 2005/2006 studenci specjalizacji z psychoterapii realizowali kurs „Wprowadzenie do terapii hellingerowskiej”. W pierwszym roczniku był on obowiązkowy, w drugim fakultatywny. Kursy prowadziła Jolanta Berezowska, lekarka psychiatry, zatrudniona w Akademickim Ośrodku Psychoterapii. Formalną kierowniczką specjalizacji była wówczas profesor Mirosława Huflejt-Lukasik (wtedy pracująca nad swoim doktoratem), ale decyzje o kształcie dydaktyki należały do emerytowanej już dziś profesor Lidii Grzesiuk, ówczesnej kierowniczki Katedry Psychopatologii i Psychoterapii.

Ta ostatnia – jak wspomina w mailu profesor Huflejt-Lukasik – była „bardzo otwarta na nowe zjawiska w psychoterapii i wokół psychoterapii”. I dalej wyjaśnia: „Wydział Psychologii ogólnie miał kiedyś taką politykę otwartości. Na przykład były prowadzone zajęcia z parapsychologii (brałam w nich udział jako studentka). Podejście do oferty dydaktycznej zmieniło się między innymi z rozwojem rynku usług praktycznych, komercyjnego rynku. Coś, co było ciekawostką i pograniczem, i czego uczono na Wydziale z intencją, by pokazać szerszy kontekst, zmieniono wraz z reformami kształcenia na Wydziale Psychologii, dającymi studentom większą możliwość wyboru zajęć i zmieniającym się kontekstem praktyki. A także z większą wiedzą o potencjalnie negatywnych skutkach takich zajęć w ofercie

W jednym z wywiadów mówiłaś, że gdyby nie brawura, nie trafiłabyś do miejsca, w którym jesteś, i że dziś trudniej jest ci się zdobyć na taką odwagę.

Dużo łatwiej być odważnym, gdy nie ma się nic do stracenia. Ta czasem naiwna brawura jest napędzana ciekawością, bo przechodzi ci przez głowę myśl: „A co, jeśli się uda?”. Wszystko jest jednak kwestią skali i indywidualnych decyzji. Dla jednych brawurowe jest stawianie granic, inni potrzebują ekstremów, potężnej dawki adrenaliny. W prywatnym życiu jestem dużo bardziej nieśmiała, wielu rzeczy się wstydzę. Odwagi nabieram, gdy wchodzę na scenę, którą po tylu latach czuję, że już oswoiłam. Tam wyzbywam się zahamowań. Nauczyłam się też, że niektórych stresujących momentów nie da się uniknąć. Wiem, że jeśli chcę dalej powiększać moje muzyczne uniwersum, jest to po prostu konieczne. Eksperymentowanie z brzmieniem, dodanie wokału, kolejnego instrumentu – na przykład automatu perkusyjnego, bez którego obecnie nie wyobrażam sobie koncertów – lub współpraca z innym reżyserem dźwięku też wymagają odwagi. Dlatego ważne jest to, żeby się przez cały czas motywować i podejmować ryzyko.

To co cię motywuje?

Inni twórcy. W ogóle cenię sobie ambitne decyzje. Jeśli muzyk, którego słucham, nagle robi totalną wolte, przyglądam się temu z uwagą. Idealnym przykładem jest André 3000 z hiphopowego duetu OutKast, który w zeszłym roku, po latach przerwy od muzyki, wydał solowy album *New Blue Sun* z eksperymentalnym instrumentalnym brzmieniem. Zawiera zaledwie kilka utworów, z czego prawie każdy trwa ponad dziesięć minut, i na wszystkich André 3000 gra na flecie. Teraz nie zapewnia on stadionów, gra w teatrach i klubach jazzowych. Wielu osobom może się to wydawać dziwne, ale dla mnie to niesamowicie inspirujące, bo jest po prostu kolejnym krokiem naprzód. Nie można oczekiwać od artystów tego, by stali w miejscu.

Pamiętam, jak kiedyś, zapytana o to, kim jest dla ciebie prawdziwy artysta, odpowiedziałaś, że osobą, która pięknie żyje. Czym zatem według ciebie jest piękne życie i kto pięknie żyje?

Jak to kto? Włosi. Ilekroć jestem na Półwyspie Apenińskim, to pierwsza refleksja, jaka mnie nachodzi. Zapewne mają na to wpływ tamtejsza kuchnia, sztuka i architektura, ale też obserwowana z zewnątrz niewymuszona poezja codzienności. Nie wiem, czy sama określiłabym się mianem artystki, bliżej jest mi do mówienia o sobie jako o pianistce czy kompozytorce, może dlatego, że brzmi to bardziej precyzyjnie, jednoznacznie wskazuje na to, czym się zajmuję. Gdy patrzę na osoby ze swojego otoczenia, które nazwałabym artystami, to wyróżnia je

Zamów wydanie specjalne „WOKÓŁ DOBROSTANU” w przedsprzedaży

W numerze publikujemy nowe teksty, wśród nich:

- Agata Romaniuk zastanawia się nad tym, dlaczego bycie z kimś, nawet jeśli niefajne, miałooby być lepsze niż życie w pojedynkę,
- Zuzanna Kowalczyk rozmawia z Darią Abramowicz, psycholożką tenisistki Igi Świątek o tym, jak osiągnąć dobrostan w okolicznościach, które mu nie sprzyjają,
- Ewa Pluta przybliży metodę analizy bioenergetycznej wybitnego amerykańskiego psychoterapeuty Alexandra Lowena,
- Maja Hawranek rozmawia z psychoterapeutami z wieloletnim stażem i kreśli psychologiczny portret Polski i Polaków od momentu, gdy zaczęliśmy zdawać sobie sprawę z tego, jak ważne jest zdrowie psychiczne.



[magazynpismo.pl/
zamow-wydanie-specjalne](http://magazynpismo.pl/zamow-wydanie-specjalne)



dbałość o sprawy codzienne (może to być przemysłowe urządzenie mieszkania, oryginalny styl ubierania się, kreatywność w przyrządzaniu posiłków czy znajomość okolicy, w której się mieszka), odrobina szaleństwa na przekór rutynie i właśnie ta ciekawość, o której tyle już mówiliśmy. Artystą jest dla mnie ten, kto dużo przeżył – a mogą to być też przeżycia wewnętrzne – i potrafi o tym we wspólny sposób opowiadać. Ma tę umiejętność, by nawet najbardziej prozaiczne zdarzenia przedstawić w magiczny sposób, tak jak robił to Bruno Schulz.

A czy ty sama pięknie żyjesz?

Mam taką nadzieję. Staram się niczego nie przeoczyć.

Hania Rani zagości 27 października na jedynym w tym roku koncercie w Warszawie, z projektem przygotowanym specjalnie na otwarcie nowej siedziby Muzeum Sztuki Nowoczesnej.

Kup książkę