



Uniwersytet
Wrocławski

INSTYTUT PSYCHOLOGII
WYDZIAŁ NAUK HISTORYCZNYCH
I PEDAGOGICZNYCH

**PRZEGLĄD
BIBLIOTERAPEUTYCZNY**

TOM IV | NUMER 2 | ROK 2014

DEPARTMENT OF PSYCHOLOGY
FACULTY OF HISTORICAL
AND PEDAGOGICAL SCIENCES

**BIBLIOTHERAPY
REVIEW**

VOLUME IV | NUMBER 2 | 2014

Wrocław 2014

ADRES
„Przegląd Biblioterapeutyczny”
Instytut Psychologii
Wydział Nauk Historycznych i Pedagogicznych
Uniwersytet Wrocławski
50-527 Wrocław, ul. Dawida 1
e-mail: w.czernianin@psychologia.uni.wroc.pl
lub: k.chatzipentidis@psychologia.uni.wroc.pl
tel.(0 71) 367-20-01 wew. 134
fax (71) 367-41-10

ADDRESS
Bibliotherapy Review
Department of Psychology
University of Wrocław
ul. Dawida 1
50-527 Wrocław
Poland

Online access: <http://www.bibliotekacyfrowa.pl/publication/63846>

„Przegląd Biblioterapeutyczny jest indeksowany w specjalistycznych bazach danych:
[Google Scholar](#), [Europeana](#), [ViFaOst](#), [Federacja Bibliotek Cyfrowych](#)”

Instytut Psychologii
Wydział Nauk Historycznych i Pedagogicznych
Uniwersytet Wrocławski

*Department of Psychology
Faculty of Historical and Pedagogical Sciences
University of Wrocław*

Przegląd Biblioterapeutyczny

Tom IV, Numer 2, Rok 2014

Bibliotherapy Review

Volume IV, Number 2, 2014

Wrocław 2014

RADA NAUKOWA/ *EDITORIAL BOARD*

PRZEWODNICZĄCA/ *SENIOR ASSOCIATE EDITOR:*

Wita Szulc, em. profesor Uniwersytetu Wrocławskiego,
Prezes Stowarzyszenia Arteterapeutów Polskich „Kajros”, PWSZ im. Witelona w Legnicy

CZŁONKOWIE/ *ASSOCIATE EDITORS:*

Genowefa Surniak, Prezes Polskiego Towarzystwa Biblioterapeutycznego,
Alicja Kuczyńska, Uniwersytet Wrocławski,
Halina Czernianin, Uniwersytet Wrocławski,
Kristine Martinsone, Riga Stradins University (Latvia),
Srikanthluxmy Arulanantham, University of Jaffna (Sri Lanka),
Ilse Wolfram, Deutsche Musiktherapeutische Gesellschaft (Deutschland),
Theodoros Kyrkoudis, Democritus University of Thrace (Greece),
Miroslav Prstacić, University of Zagreb (Croatia)
Adebayo Oyeronke, Covenant University (Nigeria)

REDAKCJA/ *EDITORS*

Wiktor Czernianin – redaktor naczelny/ *editor-in-chief*
Kiriakos Chatzipentidis – sekretarz redakcji/ *assistant to the editor*
„Przegląd Biblioterapeutyczny” (półrocznik) znajduje się na
liście czasopism punktowanych MNiSW (część B, poz. 1764, pkt. 1).

Deklaracja o wersji pierwotnej:

Wersją pierwotną czasopisma „Przegląd Biblioterapeutyczny”/ *Bibliotherapy Review*
jest wersja elektroniczna.

Wydane staraniem Instytutu Psychologii Wydziału Nauk Historycznych
i Pedagogicznych Uniwersytetu Wrocławskiego.

*Published by Department of Psychology Faculty of Historical
and Pedagogical Sciences University of Wrocław.*

Redaktor merytoryczny tomu: Wiktor Czernianin
Redaktor tematyczny: Wita Szulc
Redakcja polonistyczna: Halina Czernianin
Korekta: Kiriakos Chatzipentidis

© **Copyright by Department of Psychology,
University of Wrocław, Poland**

Cover design: Marcin Fajfruk
Typesetting: Agnieszka Kalota, Tomasz Kalota

ISSN 2391-971X

Publishing House eBooki.com.pl
ul. Obornicka 37/2
51-113 Wrocław
tel.: +48 602 606 508
e-mail: biuro@ebooki.com.pl
WWW: <http://www.ebooki.com.pl>

Spis treści

Od Redakcji7

ARTYKUŁY

Wiktor Czernianin, Halina Czernianin

O funkcji terapeutycznej i wychowawczej dzieła literackiego w badaniach biblioterapeutycznych – na przykładzie psychoanalitycznych interpretacji baśni Bruno Bettelheima oraz interpretacji Pisma Świętego z pozycji psychologii głębi Anzelma Grüna 11

Katarzyna Wojtaszak

Śmiech, komizm, śmiechoterapia33

Kiriakos Chatzipentidis

Zastosowanie biblioterapii w leczeniu zaburzeń seksualnych. Doniesienie z wybranych badań47

Wanda Matras-Mastalerz, Marcin Kania

„Słowa zakłète w poezji”. O autoterapeutycznych właściwościach poezji na przykładzie twórczości Katarzyny Dominik.....55

RECENZJE

Wita Szule

Biblioterapia wśród technik arteterapii.
Recenzja książki: *Arteterapia: teoria, praktyka, projekty*, część 1. *Teoria*, pod red. naukową Bartosza Łozy i Aleksandry Chmielnickiej – Plaskoty, Wyd. „Difin” Warszawa 2014 s. 30669

PRACE UCZESTNIKÓW STUDIÓW PODYPŁOWYCH BIBLIOTERAPII W INSTYTUCIE PSYCHOLOGII UNIwersYTETU WROCLAWSKIEGO

Halina Halatyn

Propozycje lektur poruszających określone problemy egzystencjalne (adnotowane zestawienie bibliograficzne w wyborze)73

DZIAŁ MIĘDZYNARODOWY

Srikanthaluxmy Arulanantham, Subramanian Navaneethakrishnan

Introducing Bibliotherapy in Public Libraries of Jaffna District- An Exploratory Study163

SPRAWOZDANIA

Monika Klepczarek

„Biblioteczne spotkania z psychoanalizą” w Czytelni Dolnośląskiej Biblioteki Publicznej we Wrocławiu. Podsumowanie cyklu w 2014 roku.....175

Recenzenci183

Contents

From Editor.....	7
------------------	---

ARTICLES

Wiktor Czernianin, Halina Czernianin

The therapeutic and educational functions of a literary work in bibliotherapy research - the psychoanalytic interpretations of fairy tales by Bruno Bettelheim and interpretation of Scripture from the position of depth psychology by Anselm Grün	11
---	----

Katarzyna Wojtaszak

Laughter, humor, laughter therapy.....	33
--	----

Kiriakos Chatzipentidis

Implementation of a Bibliotherapy in the treatment of sexual dysfunction. Research review	47
---	----

Wanda Matras-Mastalerz, Marcin Kania

Under a spell of poetic words. Self-therapeutic properties of poetry in Katarzyna Dominik's poems	55
---	----

REVIEWS

Wita Szulc

Bibliotherapy between art therapeutic techniques. Book reviews: <i>Arts therapy: theory, practice, projects</i> . Part 1.: <i>Theory</i> , editors Bartosz Łoza, Aleksandra Chmielnicka – Plaskota. „Difin” Warszawa 2014 s. 306.....	69
---	----

WORK OF PARTICIPANTS OF POSTGRADUATE STUDIES OF BIBLIOTHERAPY FROM THE INSTITUTE OF PSYCHOLOGY AT THE UNIVERSITY OF WROCLAW

Halina Halatyn

Suggestions of readings which bring up specific existential issues (selected annotated bibliography list).....	73
--	----

INTERNATIONAL DEPARTMENT

Srikanthaluxmy Arulanantham, Subramanian Navaneethakrishnan

Introducing Bibliotherapy in Public Libraries of Jaffna District- An Exploratory Study	163
--	-----

REPORTS

Monika Klepczarek

„A psychoanalysis meetings in a library” in 2014 in Dolnośląska Biblioteka Publiczna we Wrocławiu. Conclusions.....	175
---	-----

Consulting editors.....	183
-------------------------	-----

Od Redakcji

From Editor

Problematyka funkcji terapeutycznej dzieła literackiego jest dziś na ogół omijana w pracach teoretyków biblioterapii, a nawet przez praktyków, a przecież utwór literacki nie tylko się nią charakteryzuje, ale i dzięki niej uwydatnia swoje ogólne wartości biblioterapeutyczne. Właśnie m.in. poprzez te wartości literatura piękna oddziałuje, spełnia zatem rolę użytkową, czyli funkcję (łaciński wyraz *functio* oznacza czynność lub działanie). Znaczenie funkcji terapeutycznej literatury, jest nie do przecenienia w praktyce biblioterapeutycznej, stąd problematyka ta jest bardzo ważna nie tylko z teoretycznego, ale i praktycznego punktu widzenia. Tym bardziej, gdy się zważy, że o terapeutycznych wartościach i funkcjach literatury pisał już w XIX wieku Piotr Chmielowski. Warto przypomnieć, że główne wskazania wychowawcze i terapeutyczne Chmielowskiego znalazły wybitnych kontynuatorów w XX wieku, przede wszystkim w osobie prof. Jana Trzynadlowskiego. Dlatego też pojęciu tej funkcji oraz jej działaniu należało poświęcić w tym numerze więcej uwagi, co też uczyniono w artykule, pt.: *O funkcji terapeutycznej i wychowawczej dzieła literackiego w badaniach biblioterapeutycznych – na przykładzie psychoanalitycznych interpretacji baśni Bruno Bettelheima oraz interpretacji Pisma Świętego z pozycji psychologii głębi Anzelma Grüna.*

Również następny artykuł, pt.: *Śmiech, komizm, śmiechoterapia*, przedstawia m.in. emocjonalny charakter terapeutycznego oddziaływania całością treściowo-formalną sztuk komediowych z podkreśleniem śmiechu jako wartości biblioterapeutycznej. Wypada od razu dodać, że komedie napisane przez autorkę tekstu – Katarzynę Wojtaszak – były wystawiane na wrocławskich i poznańskich scenach teatralnych. Jak i to, że gelotologia w Polsce jest stosunkowo nową dziedziną (badania na temat śmiechu), a swoją nazwę zawdzięcza greckiemu bóstwu śmiechu – Gelosowi. Na Zachodzie zainteresowania badawcze sięgają XIX wieku i związane są z angielskim przyrodnikiem Karolem Darwinem, który badał zachowania związane ze śmiechem, a także z pracami nad komizmem filozofa francuskiego Henri Bergsona. Współczesne omówione badania dotyczą przede wszystkim terapii śmiechu opartej na założeniu, że spontaniczny śmiech pomaga odreagować stres, konflikty, frustracje.

Kolejny artykuł przedstawia opis badań nad zastosowaniem poznawczo-behawioralnej biblioterapii w leczeniu zaburzeń seksualnych. Problematyka raczej nieobecna w polskiej biblioterapii, dlatego też autor – Kiriakos Chatzipentidis – sięgnął m.in. do prac z baz danych EBSCO, Science Direct, ProQuest. Okazuje się, że biblioterapia jest z powodzeniem stosowana na Zachodzie, zwłaszcza w zaburzeniach pobudzenia seksualnego (HSDD) u kobiet.

Natomiast tematem poezjoterapeutycznego artykułu Wandy Matras i Marcina Kani jest autoterapeutyczna twórczość poetki Katarzyny Dominik – autorki cierpiącej na zespół mielodysplastyczny szpiku kostnego. Zbiór jej wierszy z lat 2007-2014 ukazał się w trzech tomikach.

W „Dziale Międzynarodowym”, za zgodą autorek, zamieszczamy przedruk z czasopisma *Journal of the University Librarians Association of Sri Lanka*, Vol.17, Issue 2, July 2013 – artykułu Arulanantham, S. and Navaneethakrishnan, S., pt.: *Introducing Bibliotherapy in Public Libraries of Jaffna district: an Exploratory Study*, poświęcony biblioterapii ofiar wojny domowej w Sri Lance.

Polecamy także recenzję prof. Wity Szulc znakomitej książki dotyczącej arteterapii oraz obszerną pracę bibliograficzną Haliny Halatyn, zachęcając, jak zwykle, do współpracy z naszym pismem.

Artykuły

Articles

Wiktor Czernianin

Instytut Psychologii

Wydział Nauk Historycznych i Pedagogicznych

Uniwersytet Wrocławski

Halina Czernianin

Instytut Nauk Geologicznych

Wydział Nauki o Ziemi i Kształtowania Środowiska

Uniwersytet Wrocławski

O funkcji terapeutycznej i wychowawczej dzieła literackiego w badaniach biblioterapeutycznych – na przykładzie psychoanalitycznych interpretacji baśni Bruno Bettelheima oraz interpretacji Pisma Świętego z pozycji psychologii głębi Anselma Grüna

The therapeutic and educational functions of a literary work in bibliotherapy research - the psychoanalytic interpretations of fairy tales by Bruno Bettelheim and interpretation of Scripture from the position of depth psychology by Anselm Grün

Abstrakt:

I. Polscy prekursorzy literackich badań biblioterapeutycznych; II. Funkcja terapeutyczna i wychowawcza utworu literackiego; II.1. Określenia cech dzieła literackiego przenoszącego wartości terapeutyczne i wychowawcze; III. Metoda badań funkcji terapeutycznej i funkcji wychowawczej utworu literackiego na przykładzie psychoanalitycznej interpretacji baśni; III.1. Sposób działania funkcji terapeutycznej; III.2. Sposób działania funkcji wychowawczej; IV. Pismo Święte w interpretacji psychologii głębi o. Anselma Grüna; IV.1. Metoda interpretacji; IV.1.1. Funkcja terapeutyczna biblijnych opowieści o uzdrowieniach w interpretacji z pozycji psychologii głębi; IV.1.2. Funkcja wychowawcza biblijnych przypowieści w interpretacji z pozycji psychologii głębi; V. Zakończenie.

Słowa kluczowe:

biblioterapia, funkcja wychowawcza literatury, funkcja terapeutyczna literatury, psychoanalityczna metoda badań, baśni, Pismo Święte, opowieści o uzdrowieniu, przypowieści.

Abstract:

I. Polish forerunners of literary bibliotherapy research; II. Therapeutic and educational function of a literary work; II.1. Characteristics of a therapeutic and educational literary work; III. Research method of therapeutic and educational functions of a literary work – the psychoanalytic interpretations of

fairy tales; III.1. Therapeutic function method; III.2. Educational function method; IV. Interpretation of Scripture in depth psychology by Anselm Grün; IV.1. The method of interpretation; IV.1.1. The therapeutic biblical stories of healings in depth psychology interpretation; IV.1.2. The educational function of the biblical parable in depth psychology interpretation; V. Summary.

Keywords:

bibliotherapy, educational function of literature, the therapeutic function of literature, psychoanalytic research method, a fairy tale, Scripture, stories of healing, parables.

1. Polscy prekursorzy literackich badań biblioterapeutycznych

Zacznijmy od tradycji. Prekursorem biblioterapii w Polsce, chociaż bezwiednym, był wybitny krytyk literacki i historyk literatury okresu Pozytywizmu i Młodej Polski, Piotr Chmielowski (1848-1904). Jest on autorem książki pt.: *Poezja w wychowaniu* (Wilno 1881), którą można uznać za pierwszą polską pracę poświęconą w części biblioterapii wychowawczej, a ściślej poezjoterapii. Można uznać, ponieważ środkiem wychowawczym przez Chmielowskiego zalecanym jest – wskazana w tytule – poezja (Czernianin W., Czernianin H., 2012, s. 101). Natomiast całkiem świadomie, w niespełna sto lat później, odnowił tę tradycję badań literackich inny historyk literatury i wybitny jej teoretyk, Jan Trzynadłowski (1912-1995), w pracy *Biblioterapia jako problem teoretyczny i praktyczny. Zagadnienia wybrane* (Trzynadłowski J., 1982, s. 439).

Obaj autorzy zwrócili uwagę na wychowawczą i terapeutyczną funkcję literatury. Pisał bowiem Chmielowski o poezji, że towarzyszy nam we wszystkich sprawach i we wszystkich dążeniach, „ażeby nam dać artystyczne obrazy naszych zachodów i wszystko, co jest w nas twórczego obudzić, rozruszać i do działania natchnąć. Nie jest bóstwem naszego życia, ale też nie jest prostą, choćby bardzo szlachetną, zabawką – jest ona potrzebą i rozkoszą zarazem. Z takiego znaczenia poezji w życiu społecznym wynika i jej rola wychowawcza” (Chmielowski P., 1881, s.25-26). Utwory literackie dlatego właśnie mogą wpływać wychowawczo na czytelników, że narzucają im określony sposób postępowania i przeżywania świata, rozszerzając jednocześnie ich horyzonty poznawcze. Zatem poezja, jako dzieło literatury pięknej, stwarzając pewien obraz rzeczywistości, jest równocześnie narzędziem przekształcania estetycznej i ideowej świadomości czytelników. (Głowiński M., Okopień-Sławińska A., Sławiński J., 1967, s. 58). Tak pojmowanej funkcji wychowawczej literatury nie należy odłączać od jej funkcji terapeutycznej, co podkreśla J. Trzynadłowski, pisząc że „szczególne znaczenie terapeutyczne ma literatura piękna. Wskazują na to nie tylko przesłanki teoretyczne, wyprowadzone z analiz strukturalnych oraz tzw. badań tematologicznych, lecz również wnioski wypływające z doświadczeń praktycznych” (Trzynadłowski J., 1982, s. 445-446), które przekonują, że utwory literackie mogą wpływać terapeutycznie na czytelników, a to z kolei upewnia w przeświadczeniu, że słowo zdolne jest leczyć duszę i pomóc w leczeniu ciała. Fakt ten powoduje, że posługiwanie się tekstem językowym w zabiegach terapeutycznych to

sprawa nader złożona (Trzynadłowski J., 1990, s. 52-53). Jak bowiem zauważył Lew Wygotski: „dopóki będziemy ograniczać się do procesów przebiegających w świadomości, dopóty nie znajdziemy odpowiedzi na najbardziej podstawowe zagadnienia psychologii sztuki. Ani od poety, ani od czytelnika nie zdołamy się dowiedzieć, na czym polega istota tego przeżycia, które wiąże ich ze sztuką. Łatwo też spostrzeżemy, że istotną cechą sztuki jest to, iż procesy jej powstawania i percepcji są niezrozumiałe, niewytłumaczalne, tajemnicze dla tych, którzy mają z nimi do czynienia (Wygotski L., 1980, s. 124).

2. Funkcja terapeutyczna i wychowawcza dzieła literackiego

Funkcjonowanie terapeutyczne i wychowawcze dzieła literackiego dokonuje się poprzez ściśle określoną kierunkowość działania. *Funkcja terapeutyczna* polega na kierunkowym, tj. leczniczym, oddziaływanie utworu literackiego na różnorodne sfery życia duchowego odbiorców, a więc emocjonalnego, religijnego, świadomościowego, stanu psychicznego, cech osobowościowych. Natomiast *funkcja wychowawcza* obejmuje kierunkowe, tj. formujące młodych, oddziaływanie utworu literackiego na moralność i wrażliwość estetyczną czytelników oraz różnorodne sfery ich życia społecznego, przedstawiając im określony sposób postrzegania wartości etycznych, kulturowych i światopoglądowych. Oczywiście realizują się one, choć w różnym zakresie, w ścisłym powiązaniu z funkcją estetyczną (przeżycie estetyczne) i funkcją poznawczą (postrzeganie rzeczywistości) dzieła literackiego (Rosner K., 1970, s. 5).

U podstaw przeprowadzonych poniżej analiz leży przeświadczenie, że specyficznie rozumiana wartość terapeutyczna dzieła literackiego (Trzynadłowski J., 1990, s. 52-53), jest jego istotną cechą, a więc, że dzieło jej pozbawione nie bywa oceniane jako pełnowartościowy utwór biblioterapeutyczny. Wydaje się bowiem, że jeśli funkcję terapeutyczną uznamy za naczelną lub za jedną z dwu istotnych funkcji utworów biblioterapeutycznych, to funkcje te mogą być przydatne dla wyodrębnienia takich utworów spośród pozostałych dzieł literackich. Teza ta - w rozmaitych wersjach - występuje dość powszechnie we współczesnej krytyce literatury biblioterapeutycznej („Biblioterapeuta”, 1998-). Literatura ta daje się wówczas określić jako swoisty rodzaj materiału terapeutycznego, którego odrębność ugruntowana jest na odmienności swoistego sposobu oddziaływania na odbiorcę (wgląd, katharsis).

Celem artykułu jest więc próba odpowiedzi na dwa pytania: 1) o własności dzieła literackiego przenoszącego wartości terapeutyczne i wychowawcze; 2) metodę badań funkcji terapeutycznej i funkcji wychowawczej dzieła literackiego; albowiem niewątpliwie sposób ich oddziaływania jest w sztuce literackiej odrębny i własny.

2.1. Określenia cech dzieła literackiego przenoszących wartości terapeutyczne i wychowawcze

Zazwyczaj zakłada się, że przyjemność stanowi jeden z celów artystycznych utworu literackiego. Jeśli mielibyśmy określić znamiona dwóch źródeł przyjemności czytania – przyjemność płynącą z treści oraz z formy, pierwsza niewątpliwie przeważałaby drugą. Niemniej jednak formą pozostaje jedną z podstawowych kategorii w refleksji percepcyjnej i odgrywa ogromną rolę w przekazywaniu treści terapeutycznych i wychowawczych przez dzieło literackie. Gwoli ścisłości należałoby powiedzieć, że forma ma tu tylko jeden cel: przekazanie wyrazistej treści w sposób sprawiający przyjemność i zmniejszający niepokojące i napięcia psychiczne. Dlatego jej kilka dających się wyróżnić funkcji o właściwościach terapeutycznych ma ze sobą ściśle i harmonijne powiązania.

Określmy zatem – zainspirowani pracą amerykańskiego badacza literatury, S.O. Lessera – trzy funkcje formy dzieła narracyjnego o terapeutycznych i wychowawczych właściwościach. Po pierwsze, lektura dzieła literackiego ma *sprawiać przyjemność*, gdyż czytamy „dla przyjemności”, ale kierowani jesteśmy impulsem do zaspokojenia różnych potrzeb, dopiero ich zaspokojenie stanowi prawdziwe źródło przyjemności. Po drugie, ma *spowodować uniknięcie lub złagodzenie poczucia winy i niepokoju*, ponieważ ich złagodzenie samo w sobie jest jednym z najważniejszych źródeł przyjemności. Po trzecie forma, ma *ulatwiać percepcję*, czyli kształtować materiał o pożądanym stopniu jasności. Prezentacja materiału uporządkowana według jakiegoś wzoru, wspomaga percepcję oraz wywiera uspokajający wpływ, ponieważ świat uporządkowany jest bardziej zrozumiały i wzbudza mniejsze poczucie zagrożenia niż świat chaotyczny (Lesser S.O., 2001, s. 127-129). Przy czym cechy te zaspokajają jednocześnie także inne potrzeby. Gdy jednak przyjmiemy powyższe określenia formalnych terapeutycznych i wychowawczych cech dzieła literackiego, to kluczowe znaczenie przeżycia estetycznego (doznanie przyjemne i wartościowe) w procesie biblioterapeutycznym staje się oczywiste.

Bettelheim jeden z rozdziałów swojej książki, *Cudowne i pożyteczne. O znaczeniach i wartościach baśni*, poświęcił swoistości baśniowej formy artystycznej. Pisze on: „baśń *sprawiając* dziecku *przyjemność*, dostarcza mu objaśnień dotyczących jego psychiki i wspiera rozwój dziecięcej osobowości”. I dalej: „oczarowania [a więc wstępny etap przeżycia estetycznego], jakiego doznajemy, gdy poddajemy się oddziaływaniu baśni, nie wywołują jej psychologiczne treści (choć one również do tego się przyczyniają), ale jej wartości literackie; wywołuje je baśń jako dzieło sztuki. Baśń nie miałaby takiego psychologicznego wpływu na dziecko, gdyby przede wszystkim i nade wszystko nie była dziełem sztuki” (Bettelheim, 1996, s. 34-35). Po drugie, baśń *powoduje złagodzenie napięć psychicznych* wywołanych egzystencjalnymi problemami dorastania: „opowieści baśniowe ukazują w wyobraźniowej formie, na czym polega proces zdrowego rozwoju człowieka i zachęcają dziecko do tego rozwoju, *przedstawiając go w sposób pociągający*” (Bettelheim, 1996, s. 34). Po trzecie, baśń ma ukształtowany materiał o pożądanym

stopniu jasności, co ułatwia *percepcję*: „baśń jest czymś jedynym i swoistym nie tylko pośród form literackich; jest to jedyny wytwór sztuki tak całkowicie zrozumiały dla dziecka” (Bettelheim, 1996, s. 34-35). „Jest charakterystyczną właściwością baśni, że ukazuje pewien problem egzystencjalny w sposób prosty i zwarty. Pozwala to dziecku problem ten uchwycić, bo pokazany jest w najistotniejszej formie, podczas gdy bardziej złożona fabuła utrudniałaby dziecku jego zrozumienie” (Bettelheim B., 1996, s. 30).

Bettelheim podkreślał tym samym istotne znaczenie formy wewnętrznej stwierdzając, że baśń jako dzieło sztuki ma swój kształt wewnętrzny, jako wyraz sobie właściwej duchowej treści i zasady twórczej, od której zależy forma zewnętrzna: „treść wybranej baśni zazwyczaj nie ma nic wspólnego z zewnętrznym życiem odbiorcy, ale dotyczy jego problemów wewnętrznych, które wydają się niezrozumiałe, a przez to niemożliwe do rozwiązania. Baśń nie odwołuje się wprost do świata rzeczywistego, choć początek miewa całkowicie realistyczny i może być skomponowana z elementów zwykłej codzienności. Nierealistyczny charakter baśni to jej doniosła właściwość, bo wskazuje w jasny sposób, że w baśni nie chodzi o to, aby dostarczać praktycznych pouczeń o świecie zewnętrznym, ale o przedstawianie procesów zachodzących we wnętrzu człowieka” (Bettelheim B., 1996, s. 52).

Sumując: forma dzieła literackiego ma własności terapeutyczne i wychowawcze wtedy, kiedy między formą utworu a odbiorcą zachodzą relacje opierające się na jej trzech zasadniczych funkcjach: funkcji sprawiającej *przyjemność*, funkcji łagodzącej *napięcie psychiczne*, funkcji ułatwiającej *percepcję*.

Kolejnym zagadnieniem jest określenie cech treści dzieła literackiego, które powodują, że jest ono przekazem o oddziaływaniu terapeutycznym i wychowawczym. Najważniejszy wydaje się tu związek problemu terapeutycznego i wychowawczego z odnoszonym do literatury pięknej pojęciem *prawdy*: „podstawowym warunkiem uzdrawiającego moralnie oddziaływania za pomocą słów jest prawda, zgodność brzmienia symbolu słownego z jego znaczeniem. W literaturze chodzi o prawdę psychologiczną postaci, prawdę historyczną i społeczną sytuacji, mniej o prawdopodobieństwo zdarzeń, gdyż w tym zakresie fantazja i wyobraźnia nie stawia granic” (Kozakiewicz W., Brzózka B., 1984, s. 60). Choć kryterium prawdy zostaje tutaj wywiedzione z koncepcji form symbolicznych i szeroko rozumianych terminów („słowo”, „symbol”, „wyobraźnia”), to jednak wielu biblioterapeutów posługuje się tym pojęciem wyłącznie ze względu na jego walory ekspresyjne, nazywając prawdą w dziele literackim to, co w nim istotne i wartościowe z punktu widzenia terapii czytelnicznej.

Zawężenie pojęcia *prawdy* do pojęcia *prawdy psychologicznej*, pozwala określić je jako *najważniejszą własność treści* dzieła literackiego, rozstrzygającą o terapeutycznym i wychowawczym oddziaływaniu. Tak więc treści dzieła literackiego można przyznać

właściwość terapeutyczną i wychowawczą tylko wtedy, kiedy prawda psychologiczna w niej zawarta jest istotnym źródłem jego wartości.

Dobłą egzemplifikację takiego użycia pojęcia prawdy przedstawia Bettelheim: „baśnie mają głębokie znaczenie psychologiczne dla dzieci w każdym wieku, [...]. Charakterystyczną właściwością baśni jest to, że ukazują pewien problem egzystencjalny w sposób prosty i zwarty.” Tym samym: „konfrontują dziecko w uczciwy sposób z podstawowymi kłopotami egzystencjalnymi człowieka. [...]. Jako dzieła sztuki mają wiele aspektów wartych badania, nie tylko psychologiczną treść i psychologiczny wpływ” (Bettelheim, 1996, s. 35, 42, 30, 29).

W sferze *własności tematu* dzieła literackiego, komunikat o jego terapeutycznym i wychowawczym oddziaływaniu dotyczy *tematu obiegowego*, czyli powtarzającego się w szeregu utworów, tzw. ośrodkowego kompleksu motywów (Głowiński M., Kostkiewiczowa T., Okopień-Sławińska A., Sławiński J., 1976, s. 457-458). Obecność tematu obiegowego uprawnia do traktowania danego dzieła literackiego jako specyficznego rodzaju komunikatu przenoszącego treści terapeutyczne i wychowawcze.

Cechy terapeutyczne i/lub wychowawcze tematu dzieła literackiego określa więc sens wszystkich wykorzystanych w danym utworze motywów. Sens ten wyznacza ich rozmieszczenie i rodzaj wiążących je relacji, który uznać można za najważniejszy.

Tematy obiegowe są charakterystyczne zwłaszcza dla baśni.

3. Metoda badań funkcji terapeutycznej i funkcji wychowawczej utworu literackiego na przykładzie psychoanalitycznej interpretacji baśni

W baśniach – prastarych opowieściach o rzeczywistości duchowej człowieka - oddziaływanie kierunkowe funkcji pozostaje w wyraźnym związku z gatunkowym charakterem tych utworów. Chociaż różny może być udział funkcji terapeutycznej (rozwój duchowy człowieka) i funkcji wychowawczej (rozwój dojrzałości osobowej) w poszczególnych baśniach, raczej się nie zdarza, aby jedna funkcja mogła wystąpić bez drugiej, jedna niekiedy dominuje nad drugą. Potwierdza to słynna psychoanalityczna interpretacja baśni przedstawiona w 1975 roku przez amerykańskiego badacza Bruno Bettelheima (1903-1990), w książce, *Cudowne i pożyteczne. O znaczeniach i wartościach baśni*, a także – (poznawczo wtórne do Bettelheima, choć znakomite) - interpretacje baśni w pracach polskich autorów, m.in. Jadwigi Wais, Marii Molickiej czy Ireny Boreckiej. W przytoczonych przez Bettelheima przykładach badań baśni występują, podkreślane przez autora, owe dwie stałe funkcje, co ułatwia ukazanie jego metody badań opartej na psychologii głębi oraz analizę sposobu działania funkcji, a także ich porównanie.

W ocenie psychologii głębi baśnie to często opowieści o procesach indywiduacji, prowadzących do osiągnięcia harmonii różnorodnych, nierzadko ukrytych i konflikto- wych potencjałów duchowych człowieka (Wais J., 2006, s. 10). Bettelheim zastosował

metodę badań baśni inspirowaną teorią psychoanalityczną Freuda, której podstawowym założeniem – tu nie możemy uniknąć uproszczeń - jest podział psychiki na świadomość i nieświadomość. Strukturę psychiczną określił Freud jako współdziałanie między sferą popędów (*id*), sferą kontrolowanych zachowań (*ego*) oraz polem uwewnętrznionych norm i zakazów społecznych (*superego*). Działanie *ego* (świadomości) jest wtedy poprawne, kiedy jednocześnie zadowala wymogi *id* (nieświadomości) i *superego* (rzeczywistości), a więc kiedy potrafi wymogi te pogodzić (Freud Z., 1983, s. 9).

Stosownie do tych ustaleń Bettelheim uważał, że jeśli dziecko ma sobie poradzić z psychologicznymi problemami wzrastania, musi mieć możliwość rozumienia tego, co dzieje się w świadomej sferze jego psychiki, tak aby mogło radzić sobie również z tym co dzieje się w jego nieświadomości. Nieświadomość bowiem, to czynnik, który zarówno u dziecka, jak u dorosłego w potężny sposób wpływa na zachowanie (Bettelheim B., 1996, s. 27). Tu właśnie – jego zdaniem - baśnie okazują swą nieocenioną wartość, bo ofiarowują dziecku takie obszary wyobraźniowe, których samo nie odkryłoby. Wmieszcza ono treści nieświadome w świadome fantazje, co umożliwia mu uporanie się z owymi treściami. Jeszcze ważniejszą rzeczą jest to, że forma i struktura baśni poddaje dziecku obrazy, z których może korzystać, kształtując własne fantazje na jawie, przez co może też nadawać lepszy kierunek swemu życiu (Bettelheim B., 1996, s. 27). Dlatego też – tłumaczy w innym miejscu Bettelheim – baśń pełni *funkcję terapeutyczną*, ponieważ pacjent rozmyślając nad tym, co baśń zdaje się dawać do zrozumienia w odniesieniu do jego wewnętrznych konfliktów w konkretnym momencie życia, odkrywa własne rozwiązanie sytuacji. Czyli poprzez baśnie możemy uzyskać pełniejsze zrozumienie jego wewnętrznej istoty, bowiem pozwalają one wniknąć w nieskończony duchowy świat człowieka. Nadto baśnie proponują twórcze rozwiązania problemów ludzkiego życia. Zatem ich celem wydaje się być doprowadzenie jednostki do jej życiowej pełni (Wais J., 2006, s. 13).

3.1. Sposób działania funkcji terapeutycznej

Sposób działania funkcji terapeutycznej baśni przedstawiony przez Bettelheima jest podobny do przebiegu procesu biblioterapeutycznego. Składowe funkcji (i procesu) w postaci identyfikacji, wglądu i katharsis są mocno zaznaczone i szczegółowo opisywane. Zaczniemy jednak od omówienia opisu grupy terapeutycznej i narzędzia terapeutycznego.

Badaną grupę stanowiły dzieci cierpiące na poważne zaburzenia emocjonalne. Głównym zadaniem Bettelheima było przywrócenie im poczucia, że ich życie ma sens. Poczucie to – jak wyjaśniał – jest konieczne, jeśli chce się być zadowolonym z siebie i z tego, co się robi. Albowiem uczucia pozytywne dają siły potrzebne do rozwijania racjonalności, a nadzieja na przyszłość jest jedynym oparciem wobec nieuchronnych przeciwności losu (Bettelheim B., 1996, s. 22). Najważniejszy jest w tej dziedzinie wpływ rodziców i innych osób opiekujących się dzieckiem, a następnie – dziedzictwo

kultury, jeśli jest ono przekazywane dziecku we właściwy sposób. Młodszemu dziecku przekazują je najlepiej utwory literackie (Bettelheim B., 1996, s. 22).

Za narzędzie terapeutyczne Bettelheim uznał baśń, gdyż tzw. literatura dziecięca, jego zdaniem, ma zbyt płytką treść, tj. nie rozwija umysłu i osobowości dziecka. Uważał, że z tych i wielu innych powodów żadna „literatura dziecięca” (poza nielicznymi wyjątkami) nie może się równać – jeśli chodzi o wzbogacanie wewnętrzne i przynieszone satysfakcje, i to zarówno w przypadku dzieci, jak dorosłych – z wywodzącą się z folkloru baśnią (Bettelheim B., 1996, s. 23-24). Dzieci – normalne i odbiegające od normy, a przy tym mniej lub bardziej inteligentne – czerpią z baśni więcej satysfakcji niż z jakichkolwiek innych opowieści dla dzieci. Bettelheim pisze, że im bardziej starał się przeniknąć, dlaczego baśnie z takim powodzeniem wzbogacają wewnętrzne życie dziecka, tym wyraźniej zdawał sobie sprawę, że w sposób znacznie głębszy niż cokolwiek, co napisano, uwzględniają one stan, w jakim dziecko znajduje się pod względem psychicznym i emocjonalnym. Mówią one o dręczących je konfliktach wewnętrznych tak, że dziecko je nieświadomie rozumie, oraz – nie bagatelizując niezwykle poważnych zmagania wewnętrznych towarzyszących wzrastaniu – podają przykłady zarówno chwilowego, jak trwałego wyjścia z opresji wewnętrznych (Bettelheim B., 1996, s. 25-26).

Baśnie mają zdolność przekazywania zarówno znaczeń jawnych, jak ukrytych i to w taki sposób, że dostępne są w równej mierze dla nieuczonego umysłu dziecka, jak i dla wysoko rozwiniętej umysłowości dorosłego. Przyjęto w nich – zdaniem Bettelheima - psychoanalityczny model osobowości ludzkiej, kierując doniosłe przekazy do świadomej, przedświadomej i nieświadomej sfery psychiki, niezależnie od tego, na jakim poziomie każda z tych sfer w danym momencie funkcjonuje u konkretnego słuchacza. Opowieści baśniowe dotyczą uniwersalnych problemów człowieka, zwłaszcza tych, które zajmują umysł dziecka, przemawiają do jego zaczynającego się kształtować *ego* i pobudzają jego rozwój, łagodząc zarazem przedświadome i nieświadome napięcia. W miarę rozwoju fabuły zostają uwyraźnione i ucieleśnione presje *id*; jednocześnie opowieść ukazuje jak zezwolić na zadośćuczynienie tym spośród nich, które zgodne są z wymaganiami *ego* i *superego* (Bettelheim B., 1996, s. 24-25).

Działanie funkcji terapeutycznej zaczyna się wtedy, kiedy dziecko *identyfikuje się z bohaterem baśniowym*. Dziecko dokonuje tej identyfikacji całkowicie samodzielnie, a utożsamiając się z bohaterem w jego wewnętrznych i zewnętrznych zmaganiach, przeżywa tym samym sens moralny baśni (Bettelheim B., 1996, s. 31). Postacie baśniowe nie są ambiwalentne – nie są zarazem dobre i złe. Postać jest albo dobra, albo zła; nic pośredniego nie istnieje. Biegunowa przeciwstawność postaci baśniowych ułatwia dziecku podjęcie decyzji, kim chce być, od której zależy cały dalszy rozwój jego osobowości (Bettelheim B., 1996, s. 30).

Dziecko uwzględnia w swoich wyborach nie tyle fakt, że postać postępuje dobrze lub źle, ile sympatię bądź antypatię, jaką w nim ona wzbudza. Tym łatwiej identyfikuje

się z postacią dobrą (i odrzuca złą), im jest ona prostsza i bardziej bezpośrednia. A identyfikuje się z nią nie dlatego, że jest dobra, lecz dlatego, że położenie, w jakim się ta postać znajduje, budzi w nim głęboki pozytywny oddźwięk. Dziecko nie zadaje sobie pytania, czy chce być dobre, ale pytanie, do kogo chce się upodobnić. I rozstrzyga je, umieszczając bez zastrzeżeń siebie w bohaterze baśniowym. Jeśli postać ta jest dobra, dziecko również chce być dobre (Bettelheim B., 1996, s. 31-32).

Następnie oddziaływanie funkcji terapeutycznej baśni ma swoją kontynuację na etapie *wglądu*. Głębokie konflikty wewnętrzne wywodzące się z popędów pierwotnych i gwałtownych uczuć są także udziałem dziecka. Miewa ono często, np. rozpaczliwe poczucie, że jest samotne i opuszczone oraz doświadcza śmiertelnego lęku. Na ogół nie umie wyrazić swoich uczuć w słowach albo może je wyrazić tylko pośrednio: poprzez lęk przed ciemnością, przed jakimś zwierzęciem, poprzez niepokój, jaki budzi w nim własne ciało (Bettelheim B., 1996, s. 32). Właśnie baśń traktuje owe egzystencjalne lęki i dylematy całkowicie poważnie i zawiera bezpośrednie odniesienia do nich: do potrzeby, aby być kochanym, i lęku, że się jest uważanym za kogoś pozbawionego wartości; do miłości i życia, i lęku przed śmiercią. Co więcej, baśń ofiarowuje rozwiązania tego rodzaju, że są one dla dziecka dostępne na jego poziomie rozumienia (Bettelheim B., 1996, s. 32).

Podobnie jak dziecko, które np. często czuje się osamotnione, również bohater baśniowy przez pewien czas jest osamotniony. Wspiera go bliski kontakt z tym, co pierwotne – z drzewem, zwierzęciem, całą przyrodą. Podobnie dziecku bliższa jest sfera przyrody, niż świat dorosłych. Los bohatera przekonuje dziecko, że może czuć się – podobnie jak on – odrzucone i opuszczone w świecie, błądząc w nim po omacku, ale że – również jak on otrzyma w życiu potrzebną pomoc. Baśnie dają do zrozumienia, że pomysłowość dostępna jest dla każdego, mimo życiowych przeciwności – lecz jedynie wówczas, gdy nie ucieka się przed życiowymi zmaganiem, bo tylko one pozwalają odkrywać nasze prawdziwe „ja” (Bettelheim B., 1996, s. 50). Współcześnie w jeszcze większej mierze niż dawniej, dziecko potrzebuje dodających odwagi obrazów, w których istota ludzka mimo swego osamotnienia może nawiązać z otaczającym światem więzi pełne dla niej znaczenia i wartości (Bettelheim B., 1996, s. 34).

Katharsis – jako finalna część funkcji terapeutycznej - następuje poprzez dojście dziecka, w podmiotowy i cudowny sposób, do zrozumienia i rozwiązania swoich osobistych problemów, a nie przez to, że dorośli mu racjonalnie je wyjaśnią. Wyjaśnianie dziecku, dlaczego dana baśń jest dla niego zajmująca – niszczy wywołany przez nią urok, który w znacznej mierze wiąże się z tym, że dziecko tylko częściowo wie, dlaczego baśń je tak urzeka. A kiedy baśń traci zdolności oczarowywania, ztraca również moc wspomaganie dziecka w jego zmaganiach z problemem, który w jego odczuciu nadaje danej baśni główne znaczenie. Interpretacje dokonywane przez dorosłych, mimo że mogą być bardzo trafne, pozbawiają dziecko poczucia, że samodzielnie, przez wielo-

krotne wysłuchiwanie baśni i przemyśliwania nad nią, stawiało czoło trudnej sytuacji wewnętrznej.

Motywy baśniowe – pisze Bettelheim – to nie symptomy neurotyczne, coś, co winno się rozpoznać racjonalnie, aby móc się od tego uwolnić. Dziecko przeżywa te motywy jako cudowne, bo czuje, że zrozumiane i docenione są jego najgłębsze nieujawnione uczucia, nadzieje i lęki. Baśnie wzbogacają życie dziecka i wnoszą w nie atmosferę cudowności właśnie dlatego, że dziecko nie bardzo wie, jak to się dzieje, że opowieści te mają dla niego tyle czaru (Bettelheim B., 1996, s. 44).

Odkryta przez Bettelheima relacja terapeutyczna między treścią baśni, jako nośnikiem pewnej prawdy psychologicznej, a rzeczywistością psychiczną odbiorcy, polega na kierunkowym oddziaływaniu na świadomość czytelnika i dowodzi autonomiczności funkcji terapeutycznej. Niemalą część wyjaśniającą sposób działania funkcji terapeutycznej przypisać trzeba odwoływaniu się Bettelheima w swoich interpretacjach do psychologii głębi (przy objaśnianiu czynników nieświadomych).

3.2. Sposób działania funkcji wychowawczej

Omówienie poglądów Bettelheima zaczniemy od jego wspomnień, w których przede wszystkim zastanawiał się nad tym, jaki wkład mogłaby wnieść psychoanaliza w wychowanie dzieci i uznał, że skoro czytanie dzieciom i czytanie przez dzieci należy do podstawowych środków wychowawczych, dobrze byłoby wykorzystać tę sposobność, aby zbadać dlaczego baśnie wywodzące się z folkloru stanowią w wychowaniu dzieci tak cenną pomoc (Bettelheim, 1996, s. 26).

Przyjął, że funkcja wychowawcza baśni kierunkowo najmocniej oddziałuje na moralną i ideową świadomość małych odbiorców, bowiem uznał, że dziecko potrzebuje *wychowania*, które w subtelny sposób, jedynie przez ukazywanie następstw, pokazywałoby wartość zachowań zgodnych z wymogami moralności – nie za pośrednictwem abstrakcyjnych pojęć etycznych, lecz poprzez to, co widzialnie i dotykalnie dobre, i tym samym mające dla dziecka znaczenie. Tego rodzaju znaczenie – jak stwierdził - dziecko odnajduje w *baśni* (Bettelheim, 1996, s. 24). Należy zwrócić uwagę, że kierunkowość oddziaływania wychowawczego (jak i terapeutycznego) pozostaje u Bettelheima w wyraźnym związku z gatunkowym i rodzajowym charakterem baśni, jest jedną z głównych miar funkcjonalnej doniosłości tego typu dzieł literackich, gdyż w stopniu niebywałym przeniknęły one nie tylko do zbiorowej świadomości kulturalnej, ale przede wszystkim mają zdolność ogromnego oddziaływania na świadomość i postawę młodych czytelników, i zostały przez nich uznane za wartościowe.

Mało tego, Bettelheim uznał tę szczególną zdolność oddziaływania baśni za kryterium wartości wychowawczej (i terapeutycznej) utworów literackich dla dzieci i młodzieży. Zżywał się na to, że przeważająca część tzw. literatury dziecięcej stara się albo pouczać, albo łączyć naukę z zabawą. Lecz większość tych książek – jego zdaniem – ma

treść tak płytka, że nie dają one nic istotnego. Największą wadą książek dla dzieci jest to, że okradają dziecko z wartości, jakiej powinno mu dostarczać obcowanie z literaturą, a jaką jest umożliwienie mu wglądu w głębsze znaczenie życia i w sprawy, które są dla dziecka najważniejsze w danej fazie rozwoju (Bettelheim, 1996, s. 23). „Zważywszy te fakty uznałem – pisze w innym miejscu – że poważna część literatury mającej rozwijać umysł i osobowość dziecka jest bardzo niezadowolająca, nie pobudza bowiem i nie wzmacnia tych zasobów, które są mu najbardziej potrzebne przy rozwiązywaniu trudnych problemów wewnętrznych” (Bettelheim, 1996, s. 22). Najważniejsze – w jego opinii – a zarazem najtrudniejsze zadanie w chowaniu dzieci, tak dawniej, jak i dzisiaj, to pomaganie im w znajdowaniu sensu własnego życia. Aby to osiągnąć, dzieci muszą przejść przez wiele doświadczeń związanych z dorastaniem. Każde dziecko w miarę swego rozwoju musi uczyć się, krok po kroku, lepiej rozumieć siebie; pozwala mu to lepiej zrozumieć innych ludzi, a w rezultacie – nawiązywać z nimi więzi pełne znaczenia i wzajemnych satysfakcji (Bettelheim, 1996, s. 22). I oczywiście, im trwalsze piętno wychowawcze zdoła utwór wycisnąć na wyobrażeniach, uczuciach i świadomości młodych odbiorców, tym wyżej należy je cenić, stąd wysoka pozycja baśni w opinii Bettelheima.

Ścisły związek funkcji wychowawczej i terapeutycznej jest u Bettelheima oczywisty. Oddziaływanie baśni w interpretacji Bettelheima idzie zawsze w dwóch kierunkach: z jednej strony baśni oddziałują na młodych czytelników wywierając wpływ na ich postawy społeczne i życiowe, z drugiej wywołuje w ich świadomości ważne zmiany związane z wiekiem dorastania. Jeśli opowieść ma naprawdę przykuć uwagę dziecka – pisał – musi je zabawić i obudzić w nim ciekawość. Jeśli jednak ma wzbogacić jego życie, musi pobudzać wyobraźnię, pomóc dziecku w rozwijaniu inteligencji i porządkowaniu uczuć, musi mieć związek z jego lękami i dążeniami oraz umożliwić mu pełne rozeznanie własnych trudności, a zarazem poddać sposoby rozwiązywania nękających je problemów. Krótko mówiąc, musi odnosić się jednocześnie do wszystkich aspektów dziecięcej osobowości i niczego przy tym nie bagatelizować (Bettelheim, 1996, s. 23).

Zatem sposób działania funkcji wychowawczej w baśni jest podobny do sposobu działania funkcji terapeutycznej (identyfikacja, wgląd, katharsis), który to omówiliśmy w poprzednim fragmencie rozdziału, jednakże polega na stwarzaniu pewnych pozytywnych wzorów postępowania i myślenia. Funkcja wychowawcza jest także charakterystyczną właściwością baśni wywierającą kształtujący i pozytywny wpływ na życiową postawę odbiorców.

4. Pismo Święte w interpretacji psychologii głębi o. Anzelma Grüna

Autor jest współczesnym zakonnikiem, benedyktynek z Niemiec. Kilka jego książek, m.in. poświęconych duchowemu doświadczeniu, ukazało się w Polsce na przestrzeni ostatnich kilkunastu lat. Interpretacja Pisma Świętego o. Anzelma Grüna z pozycji psycho-

logii głębi, odwołuje się przede wszystkim do psychologii analitycznej Carla Gustava Junga (Grün A., 1996, s. 5). Przy czym mówiąc o psychologii głębi trzeba mieć na uwadze, że jest to wspólna nazwa dla trzech teorii, tj. psychoanalizy Z. Freuda, psychologii analitycznej C. G. Junga oraz psychologii indywidualistycznej A. Adlera. Elementem podstawowo wspólnym wszystkich trzech teorii jest uwzględnianie czynników nieświadomych przy objaśnianiu różnorodnych form aktywności człowieka. Zakres, charakter i siła wpływów tych nieświadomych czynników są nieco odmiennie spostrzegane przez twórców wymienionych teorii (Gałdowa A., 1996, s.7). Dla zrozumienia wywodów A. Grüna konieczne jest skrótowne przypomnienie (za Anną Gałdową) fragmentów teorii Junga.

Jest ona zasadniczo teorią rozwoju osobowości, nazwanego przez Junga *indywiduacją*, oznaczającym scalanie się, tworzenie niepodzielnej całości. Tutaj dotyczy to psychiki jednostki; obejmuje postawy i funkcje psychiczne, to, co świadome, i to, co nieświadome (a co może zostać uświadomione), i wyraża się zasadniczo w łączeniu przeciwieństw, w tworzeniu *coincidentia oppositorum*. Wynikiem indywiduacji jest także – na dalszych etapach rozwoju – tworzenie harmonijnych relacji jednostki ze światem (Gałdowa A., 1996, s.14). Indywiduację podzielił Jung na dwie fazy: *w pierwszej*, trwającej od chwili urodzin do tzw. statystycznej połowy życia, kierunek i charakter przemian określił jako od jaźni (niezróżnicowanej i nieświadomej w chwili narodzin) do *ego* (świadomego centrum, świadomej części psychiki). *Druga faza rozwoju*, po przekroczeniu statystycznej połowy życia, określona została jako powrót od ego do jaźni (poszerzenie pola świadomości o treści nieświadome). Większość ludzi boi się wejść na tę drogę, gdyż konfrontacja z nieświadomością wywołuje lęk, pozostają więc na etapie rozwoju, który zamyka pierwszą fazę: są lepiej lub gorzej przystosowani do świata zewnętrznego, potrafią zaspokajać własne potrzeby – czasem bardzo subtelne czy wyrafinowane, i nie zadają pytań, które zmuszałyby do wyjścia poza rzeczywistość „bycia w świecie”. Obie fazy indywiduacji stanowią naturalną możliwość rozwoju daną każdemu człowiekowi (Gałdowa A., 1996, s.15-17).

W chwili narodzin ludzka psychika stanowi niezróżnicowaną całość. Tę całość psychiczną Jung nazywa *jaźnią*. W momencie narodzin jest ona nieświadoma i dopiero w wyniku kontaktu ze światem zaczyna się tworzyć świadoma całość psychiczna. Ta pierwotna nieświadomość, która w życiu jednostki nigdy do końca nie może być uświadomiona, a jedynie rozświetlona poprzez analizę mitów i symboli obecnych w życiu jednostki (stąd nazwa: psychologia analityczna) – to nieświadomość zbiorowa, kolektywna, jak ją Jung nazwał. Zawiera ona całe psychiczne, kulturowe dziedzictwo gatunku. Wraz z pojawieniem się pierwszych indywidualnych świadomych treści powstawać zaczyna obszar nieświadomości indywidualnej, w którym zawarte są (lub którą tworzą) zapomniane lub stłumione treści indywidualnych, jednostkowych doświadczeń. W ten sposób pojawiają się pierwsze przeciwieństwa: świadomość – nieświadomość; nieświadomość kolektywna – nieświadomość indywidualna (Gałdowa A., 1996, s.15).

W miarę coraz bogatszych kontaktów jednostki ze światem przedmiotów i ludzi tworzą się pewne całości treściowe, które Jung nazwał *kompleksami*. Od zwykłych zbiorów treści kompleksy różnią się tym, że posiadają silną komponentę emocjonalną. Najważniejszym kompleksem treści, który powstaje i rozwija się w tej pierwszej fazie rozwoju, jest ego: zespół sądów i przeświadczeń na temat siebie samego. Kompleks ten jest ważny nie tylko z tego powodu, że stanowi podstawę kształtowania się i utrzymywania poczucia tożsamości, lecz także dlatego, że jest on centrum pola świadomości. Wraz z kształtowaniem się ego, kształtuje się jego *cień*, tj. kompleks nieświadomych indywidualnych treści, który posiada odniesienia do obecnego w każdej kulturze i na każdym etapie rozwoju ludzkiego gatunku – problemu dobra i zła. Ta część teorii Junga dotycząca cienia, jest szczególnie ważna dla chrześcijańskiej myśli antropologicznej na temat duchowego rozwoju człowieka (Gałdowa A., 1996, s.17-20).

W koncepcji Junga niezmiernie istotne miejsce zajmuje pojęcie *archetypu* jako typowego, dziedzicznego po przodkach, sposobu zachowania się. Archetypy napęlniają się w życiu konkretnej jednostki określoną treścią, np. wyobrażeniową, odpowiednio do doświadczeń, jakie są jej udziałem. Poprzez archetypy obecne w nieświadomości kolektywnej psychika konkretnego człowieka partycypuje w dziedzictwie kulturowym gatunku. To ich obecność decyduje o tym, że jednostka ze swoją indywidualną psychiką stanowi zarazem ogniwo w historii ludzkiej psychiki, z biegiem dziejów podlegającej przemianom. Ale do samych archetypów nie ma bezpośredniego dotarcia, one same nie mogą zostać uświadomione, choćby tylko dlatego, że są formą, wzorcem. To, co jest lub może być przez podmiot ujęte, to obrazy archetypowe, wyrażające się w określonych symbolach i odsyłające w analizie hermeneutycznej do mniej lub bardziej uniwersalnych mitów czy wątków mitycznych. W drugiej fazie rozwoju pojawić się mogą w marzeniach sennych lub w wyobraźni personifikacje archetypów *animy*, *animusa*: Wielkiej Matki i Starego Mędrca. Teoretycznie może istnieć dowolna ilość archetypów, Jung wymienia jedynie niektóre. Rozumienie obrazów, symboli i mitów, poprzez które dają o sobie znać archetypy, jest, według Junga, kwestią niezmiernie istotną, gdyż wszystkie one, tak jak i same archetypy, mają dwuznaczny charakter. Odnoszą się do bliżej nieznannej rzeczywistości psychicznej, biologicznej, a także duchowej, która ma zarazem jasne i ciemne oblicze. To, które oblicze zostanie ujawnione w życiu konkretnej istoty ludzkiej, zależy od okoliczności i doświadczeń jej niepowtarzalnej egzystencji (Gałdowa A., 1996, s.26-29).

4.1. Metoda interpretacji

Metodę interpretacji o. A. Grün zapożyczył od niemieckiego teologa i psychoanalityka Eugena Drewermanna, głównie z jego dzieła *Tiefenpsychologie und Exegese (Psychologia głębi a egzegeza)* w dwóch tomach (Drewermann E., 1984, 1985). Pod wpływem C. G. Junga, Drewermann twierdził, że każde archetypiczne opowiadanie zawsze jest opisem procesu indywiduacji, samostawiania się człowieka. Słuchając jakiejś opowie-

ści – zdaniem Drewermanna - dajemy się w nią niejako uwikłać, widzimy siebie jakby w nowym świetle, zaczynamy rozumieć i w ten sposób już jesteśmy obecni w prawdzie danej opowieści. Opowieść odkrywa, kim jesteśmy, co dzieje się w naszej duszy, i bez obnażania się przed innymi, możemy się przejrzeć w zwierciadle danego opowiadania. Jest to przeżycie zdumiewające, odkrywczce: "To przecież jestem ja. Ta opowieść jest moją opowieścią. Bez potrzeby świadomego zastanawiania się nad stosunkiem do własnego życia, już oto znajduję się w samym centrum tej opowieści. Wyczytuję w niej moją własną historię, w myślach snuję ją dalej, na nowo interpretuję i na nowo rozumiem samego siebie. Zaczynam rozumieć pewne zależności w moim życiu. Dociera do mnie prawda danej opowieści, a tym samym prawda mojego życia" (Grün A., 1996, s. 58).

Następnie porównuje Drewermann obrazy, którymi posługują się autorzy biblijni, z obrazami pojawiającymi się w naszych marzeniach sennych. I odkrywa ich podobieństwo. Dlatego w swej psychologicznej interpretacji Pisma Świętego postuluje, abyśmy opowieści biblijne interpretowali tak samo jak nasze sny. W tym celu formułuje dwie zasadnicze reguły. Pierwsza polega na tym, aby motywy jakiejś opowieści porównać z motywami innych przekazów. Liczne motywy biblijne nie są czymś wyjątkowym, znajdujemy je w mitycznych i legendarnych przekazach wielu narodów, także w baśniach. Według drugiej reguły wszystkie zewnętrzne przedmioty, osoby i okoliczności interpretować należy na szczeblu podmiotu, czyli nie jako opis zewnętrznego stanu rzeczy, lecz jako opis stanu wewnętrznego (Grün A., 1996, s. 59).

Według C. G. Junga marzenia senne można objaśniać zarówno na szczeblu przedmiotu, jak i podmiotu. Na szczeblu przedmiotu sny mówią jakby uzupełniająco o innych osobach lub sytuacjach to, co przekazuje nam świadomość. Sny ukazują to, co o jakiejś osobie myśli nieświadomość. Na szczeblu podmiotu osoby nigdy nie opisują jedynie stosunków pokrewnych, lecz ukazują pewne aspekty jej duszy. Na przykład dom i świątynia mogą być odbiciem własnego centrum duchowego, tego, co tam się dzieje. Podobne symboliczne znaczenie mają zwierzęta. W baśniach są one często drogowskazami, są wyrazem instynktownej mądrości człowieka. Ptaki, które karmiły ęłiasza przy potoku Kerit, uważać można za reprezentantów świata niebios. Daniel wrzucony do jaskini lwa, to ilustracja nas samych tkwiących w popędach i miotanych agresjami, to my którzy możemy pogodzić ze sobą te siły jedynie w akcie zaufania Bogu. Anioły, istoty duchowe, olbrzymy i gnomy – to wewnętrzne moce ludzkiej psyche. Również przedmioty tarasujące drogę są swoistym wyrazem naszego stanu wewnętrznego. To, co odnosi się do interpretacji snów odnosi się także do interpretacji Pisma Świętego z pozycji psychologii głębi. Najpierw próbujemy objaśniać sen na szczeblu przedmiotu. Dopiero, gdy nie uda się z niego wydobyć żadnego sensu, można go interpretować na szczeblu podmiotu. Zatem postacie biblijne najlepiej najpierw interpretować na szczeblu przedmiotu: jako rozmaite typy ludzkie, w których można odnaleźć samego siebie. Dopiero potem, na szczeblu podmiotu, uznać za części składowe własnej duszy (Grün A., 1996, s. 59-60).

4.1.1. Funkcja terapeutyczna biblijnych opowieści o uzdrowieniach w interpretacji z pozycji psychologii głębi

Opowieść, opowiadanie to elementarna forma uprawiania nie tylko psychologii, ale także terapii. Jego funkcja terapeutyczna realizuje się przede wszystkim w tym, w czym o. Anzelm Grün, zafascynowany poglądami Junga, upatruje autopsychoterapię, zalecając czytającym Biblię, aby zawarte w niej opowieści o uzdrowieniach analizowali zadając sobie, m.in. następujące pytania: jaka choroba jest w nich opisywana i w jaki sposób? Jaka duchowa postawa uzewnętrznia się w tej chorobie? Konieczna jest próba skojarzenia choroby z jej obrazami. Jakie obrazy i skojarzenia przychodzą wtedy na myśl? Jak dalece sam czytający Biblię odnajduje się w chorym? Czy zna ludzi, do których przystaje opis tej choroby? W jaki sposób dokonuje się w danej opowieści uzdrowienie? Jak zachowuje się chora osoba, a co czyni Jezus? Trzeba spróbować owe zewnętrzne poczynania zrozumieć w kategoriach duchowych. Jak mogłoby przebiegać uzdrowienie czytającego? Czy wierzy, że Jezus może uzdrowić również jego? Jakie znaczenie mają akty uzdrowieńcze opowiedziane w danej historii dla procesu uzdrowienia czytelnika? Gdzie ono się zaczyna? (Grün A., 1996, s. 70).

Każdą opowieść o uzdrowieniu można interpretować z pozycji psychologii głębi na płaszczyźnie przedmiotu i podmiotu. Przedmiotowo oznacza postrzeganie postaci i wydarzeń dosłowne, tradycyjne. Ale można też – pisze o. Grün – opowieści rozpatrywać na płaszczyźnie podmiotowej, wtedy: „muszę nawiązać dialog z tym co we mnie chore. Ta chora cząstka we mnie będzie lamentować i podkreślać swą nędzę. Ale moje <ja> nie może temu ulec. Wymaga to wewnętrznego dystansu wobec wszystkiego, co we mnie chore, [...]. A Jezus jako archetyp będzie wówczas jakby moim uzdrowicielem wewnętrznym, owym odpowiednikiem Mistrza we mnie, który doskonale wie, co dla mnie jest dobre, odpowiednikiem owego lekarza we mnie, który w spotkaniu z Lekarzem Jezusem Chrystusem w medytacji i w Uczcie Eucharystycznej stale nabiera nowych sił” (Grün A., 1996, s. 78).

Zilustrujmy to przykładową interpretacją o. Gruna opowieści o uzdrowieniu przy sadzawce, wziętą z Ewangelii św. Jana (J 5, 1-9). Tekst opowieści: „Nadeszło kolejne żydowskie święto i Jezus udał się do Jerozolimy. Obok Owczej Bramy znajdowała się w mieście sadzawka otoczona pięcioma krużgankami, zwana po hebrajsku Betesda. Leżało tam wielu chorych – niewidomych, kalekich i sparaliżowanych. A anioł Pana zstępował od czasu do czasu do sadzawki i poruszał wodę.. Był tam również pewien człowiek, który chorował od trzydziestu ośmiu lat. Zobaczywszy go, Jezus od razu poznał, że choruje od bardzo długiego czasu. I zapytał go: - Czy chcesz wyzdrowieć? – Panie, nie mam nikogo, kto by mi pomógł wejść do sadzawki, gdy anioł poruszy wodę. Zanim dojdę, ktoś inny mnie wyprzedza i doznaje uzdrowienia. – Wstań, weź swoje łoże i chodź! – rzekł Jezus. I człowiek ten natychmiast wyzdrowiał. Wziął swoje łoże i zaczął chodzić.”

Płaszczyzna przedmiotowa opowieści

O. Grün opisuje ją w następujący sposób: „Przy Bramie Owczej w Jerozolimie znajduje się sadzawka Betesda, co znaczy <Dom Miłosierdzia>. Woda w tej sadzawce w pewnych odstępach czasu burzy się jak w źródle. [...] Wokół, w krążgankach, leżeli liczni chorzy, niewidomi, chromi i sparaliżowani, czekając na owo poruszenie się wody, któremu przypisywano uzdrowieńczą moc. Wśród nich był człowiek chory od 38. lat. Jaka to była choroba, tekst nie mówi. Tradycja przyjmuje, że był sparaliżowany (Grün A., 1996, s. 72-73).

Płaszczyzna podmiotowa opowieści

Ponieważ św. Jan nie precyzuje, co to za choroba – zauważa o. Grün - wobec tego możemy starać się odnaleźć w tym chorym; obojętne, czy jesteśmy niewidomi, czy sparaliżowani, czy chromi. „A może zamknęliśmy oczy na rzeczywistość i w ten sposób sami wykluczaliśmy się z życia? Może ulegliśmy paraliżowi? Bo sparaliżować może nas strach lub tłumienie potrzeb i pragnień. Jakże często czujemy się sparaliżowani, zablokowani, jakby zaklinowani w sobie. Ulegamy zahamowaniom. Strach przed tym, by nie zawieść, by nie popełnić błędu, hamuje nas przed otwarciem się na innych, przed uaktywnieniem się. [...]. Wtedy człowiek już się na nic nie zdobywa. Staje się bierny, wycofuje się” (Grün A., 1996, s. 73).

Proces terapeutyczny przedstawiony w opowieści

Jezus uzdrawia chorego w pięciu etapach (Grün A., 1996, s. 74-77):

1. Pierwszy etap to dostrzeżenie. Jezus ujrzał leżącego człowieka. Zobaczyć i być dostrzeżonym, to pierwszy warunek powrotu człowieka do zdrowia.
2. Drugi etap to poznanie. Jezus poznaje natychmiast, że ten człowiek jest chory już od dawna, że jest wyczerpany i kaleki, że w głębi duszy już zrezygnował. Poznawać to także rozumieć. Jezus rozumie, jaka to choroba, widzi jej przyczynę, nie patrzy na symptomy, lecz patrzy w serce.
3. Trzeci etap to pytanie Jezusa: „Czy chcesz stać się zdrowym?” Jeśli tak, to sam musisz tego chcieć. Jezus tym pytaniem odwołuje się do woli chorego człowieka, zachęca go do wglądu w siebie. Wola wyzdrowienia to własna decyzja chorego. Nie może tej decyzji zrzucić na lekarza. Musi sam chcieć wyzdrowieć, sam opowiedzieć się za życiem. Swoim pytaniem apeluje Jezus do „ja” chorego człowieka, zanim uzdrowi jego ciało. Chce, by chory najpierw odnalazł siebie samego.
4. Czwarty etap to przysłuchiwanie się. Jezus wysłuchuje chorego. Pozwala mu się wypowiedzieć. To, co chory mówi, brzmi zrazu jak usprawiedliwienie: „Panie, nie mam człowieka, aby mnie wprowadził do sadzawki, gdy nastąpi poruszenie wody”. Wielu ludzi choruje dzisiaj, bo nie mają żadnego człowieka, któ-

ry wzbudzały w nich wolę życia. Uważają się za ludzi bezwartościowych, wyschniętych, wyczerpanych, bo nikt ich nie kocha, nikt ich nie przyciąga do życia miłością. Człowiek może żyć w zdrowiu tylko wtedy, gdy doświadcza miłości i miłością obdarza. Bez kontaktów z innymi ludźmi jego źródło życia wysycha. Ale woda jest również często obrazem nieświadomości. Chory nie ma żadnego człowieka, który skontaktowałby go z jego nieświadomością. Tak więc jest odcięty od źródła, które w nim wrze. Dostępu do nieświadomości nie osiągamy sami; potrzebne nam jest spotkanie z człowiekiem, który nas kocha, abyśmy odważyli się wejść we własną głębię, z której tryska woda (oznaczająca życie), w której kipią nasze wewnętrzne źródła (witalne).

5. Piąty etap to uzdrowienie. Jezus wysłuchawszy chorego nie odpowiada mu, nie wnika w jego argumenty i nie dyskutuje z nim, lecz nakazuje: „Wstań, weź swoje łoże i chodź!”. Tak więc nie ma sensu dalej rozczulać się nad sobą. Teraz trzeba po prostu wstać, powstać przeciw rezygnacji, powstać przeciw lękowi, przeciw wszystkiemu, co przeszkadza żyć. Jednakże „wyzdrowieć” nie oznacza, że po prostu mamy strząsnąć z siebie wszelkie skrępowania i zahamowania, lecz że inaczej zacznijemy je traktować. Mamy je jak „łoże” wziąć pod pachę i nieść ze sobą. Wtedy niepewność nie będzie już nas krępować, lecz pójdziemy z nią przez życie, a ona nie przeszkodzi nam żyć. Człowiek z opowieści to zrozumiał. „Natychemiast wyzdrowiał ów człowiek, wziął swoje łoże i chodził”. Uleczyło go słowo Jezusa. Spotkanie z Jezusem wzmocniło jego wolę życia. Jezus nie zaprowadził go do sadzawki, lecz skontaktował go z sobą samym, ze źródłem w nim samym, które ma dość siły, aby utrzymać go przy życiu. Rozważając tę opowieść o uzdrowieniu, człowiek może utożsamiać się z chorym z opowieści, i w medytacji lub we Mszy św. powierzyć się Jezusowi po to, by zostać uzdrowionym (Grün A., 1996, s. 74-77).

Funkcja terapeutyczna opowieści

Opowieść tę można również rozpatrywać jako utwór literacki o działaniu terapeutycznym (Kondracka M., 2013, s. 28). Funkcja terapeutyczna przejawia się tu tak, jak w procesie biblioterapeutycznym, tj. poprzez identyfikację z chorym (obraz choroby), wgląd we własne „ja” pod wpływem lektury (kontakt z nieświadomością), oraz katharsis (wola wyzdrowienia), czyli oczyszczające z niepewności zawierzenie słowom Jezusa. Ich działanie psychologiczne, jak się wydaje, zasadzałyby się na autopsychoterapii, czyli „świadomym i celowym zastosowaniu określonych środków psychicznych wobec samego siebie w celu wywołania we własnej osobowości określonych pozytywnych zmian” (Siek S., 1985, s. 8).

Opowieści o uzdrowieniach mają w świadomości czytelniczkiej charakter przede wszystkim relacyjny. Znamienna jest dla nich fabuła, zwykle jednowątkowa, respektu-

jąca chronologiczny układ zdarzeń, o dość luźnej i prostej budowie. Ich działanie autopsychoterapeutyczne możliwe jest m.in. dlatego, że mówią na ogół o tych samych problemach, które przeżywane są współcześnie, np. choroby i samotność człowieka, jego stosunek do siebie samego, do innych, walka z losem i samym sobą, wzmacnianie swoich sił psychicznych, pogodzenie ze światem i ludźmi, lepsze poznanie samego siebie.

4.1.2. Funkcja wychowawcza biblijnych przypowieści w interpretacji z pozycji psychologii głębi

Przypowieść to gatunek literatury moralistycznej, stąd jej funkcja wychowawcza oddziaływuje głównie na moralną świadomość odbiorcy. Pomimo, że niejednokrotnie zawiera rozwiniętą fabułę, to jednak przedstawione w niej postaci i zdarzenia nie są ważne ze względu na swe cechy jednostkowe, lecz jako przykłady ludzkich postaw wobec życia i losu. Według o. Grüna, przypowieść w interpretacji z pozycji psychologii głębi, chce dać wyraz uczuciom słuchacza w taki sposób, aby ten, do kogo ona jest adresowana, mógł się utożsamić z postaciami występującymi w przypowieści. Traktując one „nasze uczucia i namiętności poważnie, nie <straszą> moralnością. Po prostu opisują to, co jest w naszych sercach. A może być wszystko. Przypowieści odwołują się do naszych pragnień i potrzeb, naszych popędów i naszego widzenia spraw, ale zarazem w sposób niedostrzegalny kierują nasze popędy na nowy, pozaziemski cel, tj. ku Bogu” (Grün A., 1996, s. 87-89). Świat przedstawiony w przypowieści stanowi zbiór sytuacyjnych wykładników jakiejś ogólnej prawdy moralnej, religijnej czy filozoficznej. Stąd właściwa interpretacja przypowieści wymaga przejścia od jej znaczenia literalnego do ukrytego znaczenia alegorycznego lub symbolicznego (Głowiński M., 1976, s. 354). Zdaniem o. Grüna „liczne przypowieści w ogóle nie mówią o Bogu. Po prostu opisują doświadczenia codziennego życia. Dość często przedstawiają niemoralne sposoby zachowania się ludzi, nie po to, aby je usprawiedliwiać, lecz zwyczajnie, jako istniejące fakty” (Grün A., 1996, s. 88).

Zilustrujmy to przykładową interpretacją o. Grüna przypowieści o bezbożnym sędzi i wdowie, wziętą z Ewangelii św. Łukasza (Łk 18, 1-8). Tekst przypowieści: „Opowiadał im też przypowieść o tym, że zawsze powinni się modlić i nie ustawać: <<W pewnym mieście żył sędzia, który Boga się nie bał i nie liczył się z ludźmi. W tym samym mieście żyła wdowa, która przychodziła do niego z prośbą: <Obroń mnie przed moim przeciwnikiem!> Przez pewien czas nie chciał; lecz potem rzekł do siebie: <Chociaż Boga się nie boję, ani z ludźmi się nie liczę, to jednak, ponieważ naprzykrza mi się ta wdowa, wezmę ją w obronę, żeby nie nachodziła mnie bez końca i nie zadreczęła mnie>>.

I Pan dodał: <Słuchajcie, co mówi ten niesprawiedliwy sędzia. A Bóg, czyż nie weźmie w obronę swoich wybranych, którzy dniem i nocą wołają do Niego, i czy będzie

zwlekał w ich sprawie? Powiadam wam, że prędko weźmie ich w obronę. Czy jednak Syn Człowieczy znajdzie wiarę na ziemi, gdy przyjdzie?>”.

Płaszczyzna przedmiotowa przypowieści

Zdaniem o. Grüna przypowieści tej nie można sprowadzić tylko do tezy, że zawsze i nieustannie mamy się modlić, gdyż wtedy jej przesłanie nie byłoby nam potrzebne. Chodzi też o to, abyśmy wczuli się w psychikę wdowy żyjącej w mieście i napastowanej przez wroga. Jest sama, nie chce jej pomóc nawet sędzia, którego powołano do obrony jej praw. Jest zdana na jego łaskę i niełaskę. Nie ma męża, który by ją obronił (Grün A., 1996, s. 94). Jednak ona nie rezygnuje, wciąż przychodzi do sędziego i prosi o obronę. Jest więc kobietą dzielną, nie poddaje się, walczy. I sędzia w końcu decyduje się stanąć w jej obronie (Grün A., 1996, s. 95-96).

Płaszczyzna podmiotowa przypowieści

Przypowieść ta daje się również zinterpretować na płaszczyźnie podmiotowej. Wówczas, jak pisze o. Grün, wdowa i sędzia będą dwiema stronami nas samych. Wdowa to nasza dusza, której symbolem zawsze jest kobieta. Chce żyć, ale łatwo ją urazić i brak jej zewnętrznych znamion mocy. Sędzia to wewnętrzna instancja, która kieruje się wyłącznie rozumem i nie przywiązuje wagi do uczuć (Grün A., 1996, s. 96-97). Ale wdowa jest silniejsza. *Anima*, jako synonim życia, jest silniejsza od osądających i deprecjonujących myśli. A Jezus chce nas przekonać do tego, byśmy owej wdowie w nas, naszej duszy, nadali dużo większą rangę. Pokazuje nam, że nasz wewnętrzny racjonalny sędzia, początkowo pewny siebie, w końcu musi dać za wygraną. Z kolei miasto, w interpretacji na szczeblu podmiotu, jest obrazem naszego życia, jego domem, w którym toczą się nasze wewnętrzne walki (Grün A., 1996, s. 97).

Funkcja wychowawcza przypowieści

Funkcja wychowawcza tej przypowieści oddziałuje głównie na moralną świadomość odbiorcy i przejawia się w niej podobnie, jak w procesie biblioterapeutycznym, tj. poprzez identyfikację z wdową: Jezus opowiada przypowieść tak, że wczuwamy się w sytuację kobiety, która wywalcza swoje prawa, choć początkowo była w położeniu bez wyjścia. Poprzez wgląd we własne „ja”, pod wpływem opowiadania (oddziaływanie na świadomość), rośnie odwaga również w czytającym. Czyli opłaca się walczyć (Grün A., 1996, s. 95). To katharsis (wola życia), czyli oczyszczające z niepewności zawierzenie słowom Jezusa. Poprzez obraz wdowy Jezus chce nam unaocznić, iż pomimo naszych lęków i naszej niemocy, powinniśmy ufać, nie rezygnować. Musimy tylko, jak owa wdowa, walczyć o swoje prawo do życia (Grün A., 1996, s. 95-96).

W jednym z przypisów biblijnych czytamy: „celem każdej przypowieści jest przedstawienie jakiejś prawdy abstrakcyjnej za pomocą konkretnych obrazów zaczerpniętych

z codziennego życia. Prawie wszystkie dotyczą wprost lub pośrednio królestwa Bożego” (Pismo Święte, 2003, s. 1159, przyp. Mt, 13,3). A więc wpływają kształtując przede wszystkim na wrażliwość religijną odbiorców, na ich świadomość i wiarę.

Przeprowadzona powyżej interpretacja funkcji terapeutycznej i wychowawczej utworów literackich z pozycji psychoanalizy i psychologii głębi ukazuje, z jednej strony, bogactwo ich oddziaływania, z drugiej natomiast, różnorodne możliwości ich badania biblioterapeutycznego. Zaprezentowane tu dwa punkty widzenia z jakich oddziaływanie to można obserwować i analizować, tj. według koncepcji Freuda (przeanalizowanie baśni przez Bettelheima) i koncepcji Junga (analiza fragmentów Pisma Świętego dokonana przez Grüna), dowodzi wielu możliwości interpretacyjnych i zastosowania tego, co nazywa się często interpretacją psychoanalityczną. Zadania, przed jakimi w tej sytuacji znalazły się badania biblioterapeutyczne, wymagają zatem od biblioterapii przede wszystkim odnowy jej samoświadomości jako nauki i szerokiego spojrzenia na dorobek humanistyki oraz ocenę swego miejsca i swoich możliwości.

5. Zakończenie

Rozważania przeprowadzone w artykule są jedynie propozycją opisu funkcji terapeutycznej i wychowawczej literatury pięknej, właściwie szkicem fragmentarycznym i z tego powodu niewyczerpującym zagadnienie. Z rozważań tych wynikają jednak następujące spostrzeżenia dotyczące funkcji terapeutycznej i funkcji wychowawczej dzieła literackiego w badaniach biblioterapeutycznych:

1. Obie funkcje tworzą stały punkt odniesienia dzieła literackiego do komunikacyjnej sytuacji biblioterapeutycznej, w której dzieło jest odbierane jako narzędzie terapeutyczne.
2. Ich kierunkowy sposób oddziaływania polega na swoistym, szczególnie im właściwym przekazywaniu wartości terapeutyczno-wychowawczych zawartych w formie (przyjemna percepcja) i treści (prawda psychologiczna) dzieła literackiego, które stanowią najważniejsze kryterium kwalifikujące dzieło jako materiał biblioterapeutyczny.
3. Powyższe funkcje odpowiadają terapeutycznym możliwościom dzieła literackiego, specyficznym relacjom biblioterapeutycznym i kategoriom potrzeb uczestników biblioterapii.
4. Badania biblioterapeutyczne sposobu oddziaływania funkcji terapeutycznej i wychowawczej na odbiorców przeprowadzane są zwykle według trzyetapowej syntetycznej metody Caroline Shrodes (identyfikacja, wgląd, katharsis).

6. Literatura:

- Bettelheim B., (1996), *Cudowne i pożyteczne. O znaczeniach i wartościach baśni*, Przełożyła, wprowadzeniem, objaśnieniami i postowiem opatrzyła D. Danek, Wyd. W. A. B., Warszawa.
- „Biblioterapeuta”, (1998-) „Biblioterapeuta”. Kwartalnik Polskiego Towarzystwa Biblioterapeutycznego”, Wrocław.
- Chmielowski P., (1881), *Poezya w wychowaniu*, Wyd. E. Orzeszkowej i S-ki, Wilno.
- Czernianin W., Czernianin H., (2012), *Literatura i terapia*, Seria Monografie „Przeglądu Biblioterapeutycznego”, pod. red. W. Szulc i W. Czernianina, Monografia nr 1, Wyd. Smak Słowa, Wrocław–Sopot.
- Drewermann E., (1984, 1985), *Tiefenpsychologie und Exegese*, tom I i II, Olten.
- Freud Z., (1983), Z. Freud, A. Adler, C. G. Jung, E. Fromm, K. Horney, *Psychoanaliza i neopsychoanaliza*, wybór tekstów R. Saciuk, Wyd. Uniw. Wrocławskiego, Wrocław.
- Galdowa A., (1996), *Psychologia głębi w wersji C. G. Junga*, w: o. Anzelm Grün OSB, *Pismo święte w interpretacji psychologii głębi*, przekł., B. Białecki, Wyd. WAM. Księży Jezuitów, Kraków, 1996.
- Głowiński M., (1976), M. Głowiński, T. Kostkiewiczowa, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, *Słownik terminów literackich*, pod red. J. Sławińskiego, Wyd. Ossolineum, Wrocław.
- Głowiński M., Okopień-Sławińska A., Sławiński J., (1967), *Zarys teorii literatury*, Wyd. PZWS, Warszawa.
- Grün A., (1996), o. Anzelm Grün OSB, *Pismo święte w interpretacji psychologii głębi*, przekł., B. Białecki, Wyd. WAM. Księży Jezuitów, Kraków.
- Głowiński M., Kostkiewiczowa T., Okopień-Sławińska A., Sławiński J., (1976), *Słownik terminów literackich*, pod red. J. Sławińskiego, Wyd. Ossolineum, Wrocław.
- Kondracka M., (2013), *Pismo Święte jako utwór terapeutyczny?*, „Przegląd Biblioterapeutyczny”, Rocznik III, Wrocław, s. 16-50.
- Kozakiewicz W., Brzózka B., (1984), *Biblioteka szpitalna dla pacjentów. Poradnik*, Wyd. SBP, Warszawa.
- Lesser S.O., (2001), *Funkcje formy*, w: *Psychoanaliza i literatura*, wyb., red. i oprac. P. Dybel, M. Głowiński, Wyd. słowo/obraz terytoria, Gdańsk.
- Pismo Święte, (2003), *Pismo Święte Starego i Nowego Testamentu*, w przekładzie z języków oryginalnych, oprac. Zespół Biblistów Polskich z inicjatywy Benedyktynów Tynieckich, Wyd. Pallotinum, Poznań.
- Rosner K., (1970), *O funkcji poznawczej dzieła literackiego*, Wyd. Ossolineum, Wrocław.
- Siek S., (1985), *Autopsychoterapia*, Wyd. ATK, Warszawa.

- Trzynadlowski J., (1982), *Biblioterapia jako problem teoretyczny i praktyczny. Zagadnienia wybrane*, w: *Sztuka słowa i obrazu. Studia teoretycznoliterackie*, Wyd. Ossolineum, Wrocław.
- Trzynadlowski J., (1990), *Biblioterapia – złudzenia i nadzieje*, „Arteterapia II. Zeszyt Naukowy nr 52”, Wyd. Akademia Muzyczna im. Karola Lipińskiego we Wrocławiu, Wrocław.
- Wais J., (2006), *Ścieżki baśni. Symboliczna wędrówka do wnętrza duszy*, ENETEIA, Wyd. Psychologii i Kultury, Warszawa.
- Wygotski L., (1980), *Psychologia sztuki*, Przekład M. Zagórska, oprac. przekładu T. Szyma, oprac. naukowe tekstu, wstęp oraz komentarze S. Balbus, Wyd. WL, Kraków.

Śmiech, komizm, śmiechoterapia

Laughter, humor, laughter therapy

Abstrakt:

Tematem artykułu jest śmiechoterapia i metody jej wykorzystania w celu poprawy samopoczucia i zdrowia. Pierwsza część wyjaśnia fenomen śmiechu oraz jego historię, od starożytności poczynając na czasach współczesnych kończąc. Kolejne akapity skupiają się na korzyściach płynących ze śmiechu oraz zastosowaniu śmiechoterapii w pracy z dorosłymi i dziećmi. Ostatnia część dotyczy komizmu i komedii, jako najprostszych i najłatwiej dostępnych sposobów wykorzystania śmiechoterapii w codziennym życiu.

Słowa kluczowe:

śmiech, śmiechoterapia, komizm, dobre samopoczucie, komedia,

Abstract:

The subject of the article is laughter therapy and opportunities of using humor to promote health and wellness. The first part refers to the phenomenon of laughter and its history, from antiquity to the modern times. The following sections describe the benefits of laughter and methods of using laughter therapy in working with adults and children. The last part focuses on humor and comedy as the simplest ways to use laughter in everyday life.

Keywords:

laughter, laughter therapy, humor, wellbeing, comedy.

„Tego, kto nie umie się śmiać nie można brać poważnie”¹ napisał Thomas Bernhard w swoim *Przegranym*, wpisując się tym samym w bardzo szeroki nurt mówienia, pisania i filozofowania o roli śmiechu i komizmu w życiu człowieka. Fakt, że temat śmiechu obecny jest w myśli humanistycznej od samego początku i każdy z wielkich twórców kultury (Molier, Kant, Schopenhauer, Nietzsche) wypowiadał się na ten temat świadczy o jego roli. Waga śmiechu jest niestety niedoceniana, tak samo jak mało znana jest terapia śmiechem, która jeśli pojawia się np. w dzisiejszych mediach, traktowana jest jako coś niepoważnego i dziwaczego. Tymczasem właśnie teraz, w świecie potwornego pędu, ambicji i powagi, śmiech-ten codzienny, zwykły i ten terapeutyczny powinien być doceniony. Niniejszy artykuł jest próbą połączenia naukowej refleksji dotyczącej śmiechoterapii oraz własnych przemyśleń o śmiechu i komizmie w życiu, które wynikają

¹ T. Bernhard, *Przeegrany*. Warszawa. 2002. s. 92

z faktu pisania przeze mnie komedii wystawianych w Teatrze MplusM w Poznaniu (Po sezonie, Białe róże. Winda) oraz Wrocławskim Teatrze Komedia (Czysta komercja).

1. Czym jest śmiech?

„Śmiech jest naturalną i pierwotną reakcją na coś dobrego i przyjemnego. Cokolwiek wzbudza w nas radość, wzbudza też śmiech lub ekspresję pokrewną śmiechowi i uśmiechowi” pisał w 1913 amerykański psycholog Bois Sidis. Jest poza tym reakcją trudną do aktywnego kontrolowania. Właśnie ta trudność stała się podstawowym warunkiem rozróżnienia śmiechu od uśmiechu dokonanego przez Federika Buytendijka oraz Helmutha Pessnera². O ile uśmiech łatwo jest kontrolować i przekazywać nim różne komunikaty (uśmiech uprzejmy, politowania, zalotny, złośliwy, smutny) o tyle śmiech jest reakcją bardziej szczerą i niezwykle trudną do kontrolowania, gdyż śmiech wymuszony będzie zazwyczaj nienaturalny. Podobnie rzecz ma się z uśmiechem, który powstaje przez działanie różnych mięśni. Piotr Szarota wyjaśnia, w jaki sposób tłumaczył to rozróżnienie francuski anatom Guillaume-Benjamin Duchenne de Boulogne:

uśmiech prawdziwy, będący wyrazem radości powstaje przez równoczesne pobudzenie wielkiego mięśnia jarzmowego (*zygomaticus major*), zwanego przez Duchenne’a mięśniem radości, oraz mięśni okrężnych powiek (*orbicularis oculi*), które nazwał on mięśniami życzliwości.³

Prawdziwy, naturalny uśmiech powstaje przy jednoczesnym skurczu obu mięśni. Francuski anatom pisze:

Ten pierwszy podlega woli, a drugi może zostać uruchomiony jedynie przez słodkie emocje ludzkiej duszy.⁴

Prawdziwość tezy z XVII wieku potwierdzają współczesne badania psychologiczne, pozwalające rozróżnić naturalne i sztuczne uśmiechy dzięki obserwacji ust i oczu badanych. W sukurs tej tezie idą także występujące w języku polskim środki poetyckie, a zwłaszcza dość często używane „śmiejące się oczy”, będące odzwierciedleniem niezależnej od woli, niekontrolowanej radości. Karol Darwin uważał, że szczerzy uśmiech i śmiech jest reakcją wrodzoną. Badania noworodków (przypominające uśmiech odruchy mimiczne obserwowane w czasie 2 do 12 godzin po porodzie), reakcje śmiechu i uśmiechu u niemowląt oraz badania dzieci z upośledzeniem mózgu, które nie są w sta-

² Por. P. Szarota, Psychologia uśmiechu. Gdańsk 2006, s. 18.

³ Ibid. s. 25,26.

⁴ Ibid. s. 26.

nie nauczyć się prostych czynności, a potrafią śmiać się, uśmiechać i płakać, potwierdzają tę tezę.⁵

Nad mechanizmami śmiechu głowili się przez wieki najtężsi myśliciele. Nawiązując do mechanizmu opisanego wcześniej przez Arystotelesa (tłumaczącego śmiech pobudzeniem przepony lub ogrzaniem procesami wewnętrznymi⁶), Immanuel Kant pisał, że przez dowcipy i łaskotki zostaje wprawiona w ruch przepona, a jej drgania sprawiają przyjemność. W przypadku rozładowującej napięcie pointy, która zaprzecza rozumowi, również zostaje podrażniona przepona:

w oczekiwaniu zostaje ściągnięta, wprawiona w chybotliwy ruch, spowodowany przez nieoczekiwane zdarzenie. Dotyka płuc i wprawia je również w ruch, który- poprzez wciąganie i wydychanie powietrza powoduje wybuch radości czy śmiechu. To nie myśl towarzysząc śmiechowi czyni nas radosnymi, a wewnętrzny ruch spowodowany śmiechem: to ruch lepszy niż rąbanie drewna czy jazda konna.⁷

2. Historia śmiechu i śmiechoterapii

Siłę śmiechu poznali już starożytni Grecy wiedząc, że tragedia musi mieć swą komiczną siostrę. Śmiech, określany greckim słowem *gelo*, od którego wzięła swoją nazwę geloterapia, oznacza też opromieniać, oświeślać. Rzeczywiście śmiech, tak jak jej grecki bożek Gelos potrafią opromienić życie. Choć Platon w swoim *Państwie* chciał wygnania pisarzy i komików, czyli wszystkich, którzy mogliby prowokować do śmiechu, jednocześnie w antycznej Grecji rozwijała się tradycja śmiejących się filozofów, choćby Demokryta i Diogenesa, która kontynuowana przez myślicieli epok późniejszych pozwoliła „bezpośrednio doświadczyć zmysłowości śmiechu”⁸. Średniowieczne święta głupców łączone były z festynami kuglarzy, zabawy i co za tym idzie- śmiechu. Wywodzący się z tego karnawał, czyli czas na odwyrtkę, świat odwróconej hierarchii, pozwalał odetchnąć i z powagi wejść w świat zabawy i nieobciążonego niczym śmiechu. Średniowieczny i renesansowy śmiech jarmarcznego teatru, z którego potem ewoluowały farsy, był nieskrępowanym śmiechem z tego, co nie wchodziło w obszar sztuki wysokiej. Był to śmiech ludyczny, prosty i naturalny, bez intelektualnych aspiracji, choć właśnie dzięki ludowym tradycjom objazdowych teatrzyków do kultury wysokiej przeszło sporo postaci i motywów, choćby doktor Faust. W czasie karnawału, podczas ludowych zabaw wolno było śmiać się ze wszystkiego, jednak ludzie z wyższych warstw społecznych uważali na swój śmiech. Wiek XVIII „ucywilił śmiech”⁹, choć tradycja doceniająca mądrą rolę śmie-

⁵ Ibid. s. 37-39

⁶ M. Geier, *Z czego śmieją się mądrzy ludzie. Mała filozofia humoru*. Kraków 2007, s. 47.

⁷ Ibid. s. 123. Cyt. za I. Kant, *Vorlesungen zur Anthropologie*, s. 145.

⁸ Ibid. s. 9.

⁹ Ibid. s. 102.

chu istniała choćby w teoriach Wielanda, który już podczas studenckiej lektury *Don Kichota* „znalazł tam więcej praktycznej znajomości ludzkiej natury u życiowo mądrej filozofii niż w akademickiej filozofii szkolnej”¹⁰. Oświecenie stworzyło „oświecony humor”¹¹ i wprowadziło go na salony, do dysput naukowych i rozpraw filozoficznych. Dowcip zyskał szacunek, bo połączono go z intelektem, umiejętnością analizowania sytuacji i wyciągania interesujących point¹². Jak zauważa Geier śmiech oświeceniowy „zredukowany do głośności „salonowej”, stał się bardziej prywatny niż publiczny, bardziej świadomy niż przeżywany cieleśnie.”¹³ Osiemnastowieczne komedie (np. Pierre’a de Marivaux) miały inne powody do śmiechu niż uliczne przedstawienia, pokazywały świat arystokratyczny, dworski, więc i śmiech był bardziej subtelny. Śmiech arystokracji musiał zmieścić się w płątaniu konwenansów, podczas gdy śmiech ludowy, często prząsny i swojski, był wolny, nieskrępowany i przez to znacznie głośniejszy.

Współczesny śmiech zmienia się na naszych oczach i uszach- tematy do tej pory otoczone strefą sacrum stają się powodem żartów, zwiększa się ilość profesji i sposobów związanych z wywoływaniem śmiechu, bo w społeczeństwie rośnie potrzeba śmiechu. Śmiech nie jest już łączony z głupotą i wyszydzaniem (takiemu myśleniu sprzyjały zakorzenione w polszczyźnie frazeologizmy: śmiać się jak głupi do sera, śmiać się komuś prosto w nos, śmiać się w kułak, coś jest śmiechu warte, śmiech na sali, śmiech pusty), ale stanowi zaletę współczesnego człowieka. Poczucie humoru jest przecież często wskazywaną cechą przy doborze znajomych i partnerów. Śmiech został zrehabilitowany, a jego rola w naszej codzienności, tak domowej jak i społecznej i politycznej wzrasta, rośnie też naukowa wartość śmiechu, o którym wypowiadają się specjaliści kolejnych dziedzin. Śmiech rośnie w siłę.

3. Korzyści ze śmiechu

Stara mądrość głosi, że śmiech to zdrowie. Siła śmiechu i jego dobroczynny wpływ na organizm znane były od starożytności. Likurg żyjący na przełomie VII i VIII w.p.n.e. nakazywał ustawiać w jadalniach figurki bożka śmiechu, którego obecność miała wpływać na dobrą atmosferę przy jedzeniu, lepsze trawienie, a co za tym idzie zdrowie jedzących. Arystoteles traktował śmiech jako korzystną aktywność fizyczną, a starożytni Hindusi mieli medytować nad śmiechem boga Wisznu. Żyjący na przełomie XIII i XIV wieku nadworny medyk królów francuskich Heri de Mondeville twierdził, że radość i śmiech są niezbędne do powrotu do zdrowia. Proponował też gościom swoich pacjentów by uprzyjemniali im czas wizyt przez opowiadanie dowcipów i muzykowanie. Popularność na dworach królewskich i magnackich błaznów i komików wynikała

¹⁰ Ibid.

¹¹ Ibid. s.101.

¹² Ibid.

¹³ Ibid. s. 102.

również z potrzeby śmiechu oraz wiary w to, że obśmiane i wyszydzone zło traci na wartości (tak było choćby z parodiującymi wyraz twarzy maskami noszonymi podczas europejskich epidemii). Angielski humanista, uważany za autora pierwszego podręcznika psychiatrii, Robert Burton pisał na przełomie XVI i XVII wieku o tym, że śmiech oczyszcza krew, przedłuża życie i przewietrza ducha. Natomiast amerykański lekarz James Joseph Walsh zasłynął w pierwszej połowie XX wieku stwierdzeniem: „Ludzie, którzy się śmieją, żyją dłużej niż ci, którzy się nie śmieją. Zdrowie jednostki jest proporcjonalne do ilości jej śmiechu”.¹⁴ O tym, jak wiele korzyści może płynąć z włączenia do psychoterapii elementów śmiechu i humoru przekonani byli m.in. Erik H. Erikson czy Alfred Adler.

Korzyści zdrowotne płynące ze śmiechu są trudne do pominięcia- jedna minuta śmiechu pozwala osiągnąć efekt równy 45 minutom relaksacji, a 10 minut- dwóm godzinom odprężenia¹⁵. Śmiech wpływa korzystnie na układ oddechowy, gdyż podczas powodowanych śmiechem wdechów i wydechów płuca są lepiej natleniane i następuje szybsza wymiana powietrza, ponieważ śmiejąc się wciągamy dwa razy więcej powietrza niż przy zwykłym oddechu. Dzięki zwiększonej wymianie tlenowej wspomagana jest praca serca (rytm uderzeń serca stabilizuje się), redukuje się zbierający się w tętnicach tłuszcz (co przeciwdziała powstaniu miażdżycy). Śmiech wspiera też pracę wątroby, śledziony i trzustki (zwiększona produkcja insuliny). Zbawienne dla układu trawiennego są też enzymy, które ułatwiają wchłanianie składników pokarmowych. Śmiech wzmacnia układ odpornościowy, ponieważ zapobiega mnożeniu komórek nowotworowych oraz zwiększa liczbę przeciwciał, dzięki czemu organizm lepiej broni się przed wirusami i bakteriami. Obniża też ciśnienie tętnicze, poziom stresu i przyspiesza regenerację komórek organizmu, co za tym idzie poprawia samopoczucie i jakość snu. Wytwarzające się podczas śmiechu endorfiny pomagają zmniejszyć lęki i stany depresyjne, łagodzą ból oraz wzmacniają pozytywne nastawienie do świata. Dodatkowo śmiech jest także fantastyczną gimnastyką, gdyż podczas śmiechu pracuje około 200 mięśni nie tylko twarzy (np. mięśnie jarzmowe), ale także całego ciała-np. nóg i brzucha (stwierdzenie, że brzuch boli od śmiechu wynika właśnie z działania mięśni).¹⁶

Śmiech ze względu na rodzaj „śmianej” samogłoski może wpływać na różne części ciała. Paule Desgagnes rozróżnia następujące rodzaje śmiechu i jego działania:

Typ A Ha!ha!ha!ha
Pracuje gardło i płuca

¹⁴ P. P. Grzybowski. *Doktor klaun! Terapia śmiechem, wolontariat, edukacja międzykulturowa*. Kraków 2012, s.41-44.

¹⁵ P. Desgagnes, *Śmiech to zdrowie. Terapia śmiechem*. Warszawa 2008, s.46.

¹⁶ Por. Ibid. s. 24, 25 i P. P. Grzybowski, *Doktor klaun! Terapia śmiechem, wolontariat, edukacja międzykulturowa*. Kraków 2012, s.36.

Typ E He! he! he! he!

Działa na tarczycę.

Typ I Hi hihhi

Wprawia w drgania wszystkie części ciała.

Typ O Ho ho ho ho

Pobudza przeponę, klatkę piersiową i masuje wewnątrz brzucha.

Typ. U Huhuhuhu

Uaktywnia drgania karku i strun głosowych¹⁷

Śmiech, wspomagający ducha i ciało nie jest oczywiście złotym lekiem na każdą chorobę, jednak jako terapia wspomagająca farmakologię oraz działający korzystnie na psychikę pacjentów wykorzystywany jest np. w leczeniu nowotworów, walce z bólem, leczeniu schizofrenii i choroby Alzheimera oraz chorób serca¹⁸.

Pozytywne aspekty stosowania śmiechoterapii wymienia Waleed A. Salameh:

- aspekt emocjonalny- rozładowanie zahamowań, reaktywowanie wypartych uczuć, ułatwianie spontanicznych emocji podczas spotkań terapeutycznych;
- aspekt kognitywny- pobudzenie kreatywności, wspieranie procesu podejmowania decyzji, wspomaganie wyzwiania się ze sztywnych wzorców, zachowań i perspektyw widzenia świata na rzecz większej otwartości i elastyczności;
- aspekt komunikatywny- rozluźnienie atmosfery spotkań, pobudzenie aktywności uczestników, redukcja przekonania pacjenta o wyższości terapeuty oraz wprowadzenie przyjemnej atmosfery pracy¹⁹

Jedną z form działania śmiechem jest tzw. joga śmiechu *Hasya Yoga*, która narodziła się w Indiach w latach pięćdziesiątych XX wieku. Pomysłodawcy, lekarz Madan Kataria oraz jego żona Madhuri, zaczęli organizować w parkach Bombaju spotkania, mające na celu rozśmieszenie ludzi. Na spotkaniach klubu śmiechu opowiadano zabawne historie i dowcipy, później Kataria wymyślił, by wprowadzić do zajęć elementy jogi. Do dziś uczestnicy spotkań klubów i jogi śmiechu wykonują ćwiczenia oddechowe, rozciągające i zabawy mające sprowokować ich do śmiechu. Celem spotkań jest przede wszystkim obniżenie poziomu stresu. Joga śmiechu nie jest traktowana jak lekarstwo, choć może być pomocna w sytuacjach stresowych. Założeniem Katarii jest, że liczy się „śmiech z nas i w nas samych”, czyli sama wola śmiania się, bez względu na sposób wywołania śmiechu²⁰. Pierwszym Polakiem, który ukończył kurs jogi śmiechu prowadzony w insty-

¹⁷ P. Desgagnes, *Op. cit.*, s.32.

¹⁸ Por. P.P. Grzybowski, *Op.cit.* s. 24

¹⁹ Por. P.P. Grzybowski, *Op.cit.* s. 50, 51.

²⁰ *Ibid.* s. 53, 54.

tucie Katarii w Indiach jest Piotr Bielski. Od 2012 roku prowadzi w Polsce kluby śmiechu, czyli otwarte i bezpłatne sesje jogi śmiechu, jak sam szacuje takich klubów jest w Polsce około dziesięciu, podczas gdy w 70 krajach świata działa ich już około sześciu tysięcy. Spotkanie z Kataria, które nastąpiło po osobistej tragedii Bielskiego, jaką była śmierć jego ojca, sprawiło, że inaczej spojrział na życie i postanowił zmienić Polskę w kraj uśmiechnięty i radosny. O jodze śmiech u mówi, że „jest techniką profilaktyki zdrowia, rodzajem gimnastyki, która może, choć nie musi, transformować życia.”²¹

Inną formą przybrały Międzynarodowe Kluby Śmiechu, powstałe w Quebecu z inspiracji Charlesa Brousseau. Uczestnicy rozpoczynają spotkanie od powtarzania samogłosek, które przechodzą w śmiech. Po rozluźnieniu uczestnicy klubu śmieją się z cze-gokolwiek i urządzają łaskotki. Dobrej atmosferze na spotkaniach służą kary pieniężne nakładane na uczestników za złe myśli i słowa ujawnianie podczas spotkań. Członków klubu obowiązują regulaminy, które choć mają też wypływać śmiech, zalecają zachowanie higieny psychicznej i rozwijają poczucie humoru i częstotliwość śmiechu. Oto niektóre zalecenia:

- przynajmniej raz dziennie porządnie się pośmiej;
- jak najczęściej śmieję się z własnych przygód, przywar, dziwactw, kapryśków i słabości;
- rozwijaj kontakty międzyludzkie i bierz aktywny udział w życiu publicznym;
- jak najczęściej spotykaj się i rozmawiaj z osobami, które mają duże poczucie humoru, a unikaj ponurych u wiecznie niezadowolonych;
- miej świadomość, że im bardziej spontanicznie podchodzisz do rzeczywistości, tym twój śmiech jest przyjemniejszy dla siebie i innych;
- znajdź sobie krewnego lub przyjaciela, który będzie ci pomagał w rozwijaniu poczucia humoru, zwłaszcza podczas swoich emocjonalnych dołków;
- regularnie i jak najczęściej oglądaj zabawne filmy, czytaj zabawne książki, oglądaj zabawne programy, słuchaj ulubionej muzyki²².

Pozytywy płynące ze śmiechu zostały włączone w działania terapeutyczne. Śmiechoterapia jest stosunkowo młodym sposobem wspomagania innych rodzajów terapii, ale sposobem niezbyt skomplikowanym, tanim (sesję można przeprowadzić właściwie w każdym miejscu²³) i co, najważniejsze-skutecznym.

4. Sesja śmiechoterapii

Śmiech, który ma pomóc w leczeniu i mieć wartość terapeutyczną musi być w odpowiedni sposób prowadzony przez terapeuta. Z doświadczenia sesji śmiechoterapii

²¹ Por. A. Rodowicz, *Joga do radości*. W: *Polityka* nr 33 (2971) 12.08-19.08.2014, s.104.

²² P.P. Grzybowski, *Op.cit.* s. 55-57.

²³ Podczas Malta Festiwal w 2014 roku sesje śmiechoterapii odbywały się na Placu Wolności, jednym z większych i gwarniejszych placów Poznania.

przeprowadzanych przez mnie w bibliotece dla dzieci wiem, że ważny jest także zbliżony wiek uczestników, ponieważ poczucie humoru zmienia się z wiekiem i to, co śmieszy młodzież, dla młodszych dzieci wcale nie musi być zabawne. Sesja śmiechoterapii podzielona jest na trzy części. Pierwsza część, jeszcze bez śmiechu, przez ćwiczenia rozciągające i rozluźniające wykonywane osobno i w grupach ma pomóc w zrelaksowaniu się oraz integracji osób biorących udział w sesji. Równie istotne są przeprowadzone wtedy ćwiczenia oddechowe i artykulacyjne, dzięki którym grupa skupia się na oddechu oraz rozluźnia aparat mowy.

Właściwa część terapeutyczna ma na celu pokonanie nieśmiałości oraz lepsze samopoczucie w sytuacji ekspozycji społecznej, dowartościowanie, pozbycie się stresu, a także pobudzenie kreatywności. Pomocne w tej części mają być wg Przemysława Pawła Grzybowskiego następujące ćwiczenia:

- ✓ Świadome patrzenie - (zadanie wykonywane w parach lub trójkach) uczestnicy będąc w niecodziennym położeniu (siedzą na stole, leżą na podłodze) starają się nawiązać kontakt z pozostałymi, opowiadają o różnych wydarzeniach, starając się rozbawiać innych.
- ✓ Lustro (zadanie wykonywane w parach) powtarzanie w parach tych samych ruchów.
- ✓ Miny i grymasy (zadanie wykonywane w grupie) robienie do siebie śmiesznych min.
- ✓ Powitania (zadanie wykonywane w grupie, w rozproszeniu) chodzi o to by przywitać się z jak największą liczbą osób, nawet parokrotnie np. z wykorzystaniem jedynie spojrzeń, gestów, grając określone role np. urzędnika, pijaka
- ✓ Stopnie śmiechu (zadanie wykonywane w grupie, w kręgu) przechodzenie od uśmiechu, przez chichot i śmiech do rechotu.
- ✓ Wielki wybuch i cisza (zadanie wykonywane w grupie) stopniowe przechodzenie do niekontrolowanego śmiechu (który może też przekształcić się w płacz), przerwanie na komendę śmiechu i koncentracja na oddychaniu.
- ✓ Niesamowity śmiech (zadanie wykonywane w grupie, w kręgu) śmianie się w różny sposób np. śmiechem szaleńca, dostojnika, lwa itp.
- ✓ Kłótnia śmiechem (zadania wykonywane w grupie, w rozproszeniu) śmiech i przekomarzania z innymi uczestnikami terapii.
- ✓ Kurzy śmiech (zadanie wykonywane w grupie, w rozproszeniu) śmianie się z dodaniem charakterystycznych cech kury-chodzenia, gdakania.
- ✓ Wyśmiewania (zadanie dla dwóch grup stojących naprzeciwko siebie) śmianie się z wyznaczonych przez terapeutę, neutralnych, elementów osób z przeciwnej grupy np. koloru guzików, sznurowanych butów.

- ✓ Bitwa na balony, poduszki (zadanie wykonywane w grupie, w rozproszeniu). W przypadku tego ćwiczenia oraz kłótni i wyśmiewania wskazane jest obniżenie napięcia przez wzajemne przeprosiny i wymianę uścisków.
- ✓ Mantra (zadanie wykonywane w grupie, w kręgu) powtarzanie pozytywnych twierdzeń np. Jestem osobą pogodną, Śmieję się codziennie, oraz powtarzanie tych zdań w odniesieniu do innych członków grupy np. Ona potrafi rozbawić każdego, Ona ma zawsze świetny nastrój.
- ✓ Pozytywne wzmocnienie (zadanie wykonywane w grupie, w kręgu) wykrzykiwanie pozytywnych komunikatów np. Jesteśmy radośni, Jesteśmy wspaniali.

Poszczególne zadania poprzez zmianę perspektywy, łapanie dystansu do siebie i świata pomagają przełamać nieśmiałość, niechęć do wstąpień publicznych, pozwalają zapoznać się ze swoimi emocjami i sposobami ich wyrażania oraz zaakceptować je. Następne rozładowują napięcie i wzmacniają kreatywność oraz budują pozytywną samoocenę.

Etap końcowy również ma na celu dowartościowanie uczestników przez wzajemne okłaski oraz pobudzenie chęci zabawy i wykorzystanie jej w np. tańcu. Jako wyciszenie po intensywnych i być może zaskakujących dla uczestników emocjach proponowana jest wizualizacja. Chodzi o to, by obudzić w sobie wewnętrznego klauna przez odcięcie się od krępujących nakazów i wzmocnienie spontanicznych zachowań. W tym celu uczestnicy wyobrażają sobie ludzi np. wychowawców, polityków, którzy nakazują i zakazują i zastanawiają się w jakich sytuacjach człowiek daje się wtłoczyć w konwenanse, choć nie jest to konieczne. Następnie chodzi o uświadomienie sobie, że narzucanie reguł nie jest działaniem przeciwko człowiekowi. Trzeba tylko przyjąć je ze spokojem i odnaleźć jasne strony. Ostatnim elementem ćwiczenia jest obudzenie w sobie klauna, który będzie umiał odnaleźć optymistyczne elementy w otaczającym go świecie i dzielić się radością z innymi.²⁴

Jak widać sesja śmiechoterapii jest pracą nad emocjami, wzbogaconą indywidualną refleksją nad sobą i światem. Uczy przede wszystkim dystansu oraz rzadkiej, a pożądanej przecież umiejętności odnajdywania pozytywnych aspektów różnych sytuacji.

5. Cele osiągnięte dzięki śmiechoterapii

Podstawowym zadaniem śmiechoterapii jest poprawa jakości życia, ale może być wykorzystywana też do innych celów. Stosowana w szpitalach, domach opieki, na warsztatach terapii zajęciowej lub domach dziecka wspomaga działania medyczne oraz opiekuńczo-wychowawcze. Przez ćwiczenia śmiechoterapii pacjenci i wychowankowie mogą nie tylko lepiej się zintegrować, ale także polepszyć swoje samopoczucie (niezwykle zasłużeni są tu doktorzy klauni, pracujący z pacjentami szpitali dziecięcych, dzięki którym chorym łatwiej przejść przez długotrwałe i trudny proces leczenia). Psychoterapii

²⁴ Por. P.P. Grzybowski, *Op.cit.* s. 339-346.

peutyczny aspekt śmiechoterapii wykorzystywany jest w pracy z osobami chorymi fizycznie i mającymi problemy w relacjach społecznych. Dzięki zajęciom osoby te mogą uzyskać wsparcie, dowartościować się, motywować do dalszej pracy nad sobą oraz otworzyć się na kontakty z innymi ludźmi i przetrenować nowe sytuacje oraz swoje zachowania. Ze względu na to, że śmiech jest świetnym paliwem dla organizmu, zwiększającym kreatywność i dobre samopoczucie sesje śmiechoterapii lub jogi śmiechu wykorzystuje się przy medytacji relaksacji. Takie spotkania mają też walor towarzyski i rozrywkowy, bo wspólne śmianie się zacieśnia więzi i buduje nowe kontakty. Korzyści płynące ze śmiechu odkrył także świat biznesu, wykorzystujący śmiechoterapię podczas szkoleń z pracownikami. Z jednej strony takie spotkania mają pomóc odreagować stres, z drugiej wzmocnić integrację zespołu, a co za tym idzie identyfikację zatrudnionych ze swoją firmą i w konsekwencji wzmocnić wydajność pracowników.²⁵ Udowodniono, że poczucie dobrostanu bardzo pozytywnie wpływa na wszelkie wymagane u pracownika cechy-twórczość, jasność myślenia, poprawę umiejętności negocjacji, motywację oraz lepsze rozwiązywanie problemów i większą odpowiedzialność w reakcjach interpersonalnych.²⁶

6. Zamiast na terapię: do teatru

Ponieważ kluby śmiechu, sesje śmiechoterapii lub jogi śmiechu są w Polsce rzadko spotykane, najlepszym i ogólnodostępnym sposobem na dostarczenie sobie śmiechu jest czytanie zabawnych książek, oglądanie filmów i przedstawień. Szczególnie znacznie mają komediowe spektakle teatralne, które ze względu na obecność publiczności oraz grania na żywo mają największą siłę śmiechowego rażenia. Wielką tajemnicą teatru jest, że wszystkie przedstawienia różnią się od siebie, każdy występ na żywo ma wpisany w swą istotę element spontaniczności zarówno na scenie jak i na widowni, a fakt, że widownia z przedstawienia na przedstawienie zmienia się, może być w tym przypadku niezwykle istotny. Kazimierz Żygulski wyjaśnia kataraktyczną funkcję komizmu i tłumaczy dlaczego pragniemy zbiorowego śmiechu:

(...) istota polega na tym, iż powstanie wspólnoty śmiechu usuwa nagromadzone napięcia, tarcia, niezadowolenia, nieuchronnie powstające w życiu społecznym na każdym jego organizacyjnym szczeblu i we wszystkich formach. Walka o byt, praca, wysiłek, natężenie sił fizycznych i psychicznych, poczucie zagrożenia, koncentracja uwagi, monotonia – powodują znużenie, napięcie, rodzą frustrację, wywołują tendencje agresywne. Komizm działa wówczas oczyszczająco, będąc zaś zabawą łączy ten efekt z satysfakcją, psychicznym odprężeniem- choćby nawet najkrótszym.²⁷

²⁵ Por. Ibid. s. 26-27.

²⁶ Por. A. Isen, *Rola neuropsychologii w zrozumieniu korzystnego wpływu afektu pozytywnego na zachowania społeczne i procesy poznawcze*. [W:] *Psychologia pozytywna*. Red. J. Czaplinski. Warszawa 2004, s. 284

²⁷ K. Żygulski, *Wspólnota śmiechu*. Warszawa 1985, s. 23

Żygulski pisze o wspólnocie śmiechu, a idąc do teatru na komedię chcąc nie chcąc włączamy się do wspólnoty ludzi, z którymi przez określony czas możemy się razem śmiać. Główną tezę socjologa jest, że śmiech integruje. „Ten, kto się z nami śmieje, należy do naszej wspólnoty”²⁸ pisze Żygulski, a że człowiek jest istotą społeczną, poczucie wspólnotowości jest mu bliskie.

Jest to wspólnota połączona szczególną więzią społeczną, nieraz - jak się przekonamy - o charakterze trwałym, a nawet sformalizowanym. Jest to zarazem wspólnota kulturowa, podobna do tej, jaką wytwarza język.²⁹

Żygulski zauważa, że śmiech integruje język, ale także dzięki językowi, bo bez więzi językowej integracja nie może w pełni zaistnieć, jest to zrozumiałe biorąc pod uwagę jak wiele typów humoru i komizmu istnieje tylko dzięki językowi.

Wspólnotowość widowni teatralnej pozwala na zarażanie śmiechem i obserwowanie reakcji publiczności. Jednocześnie pozwala też z bezimiennej i nieznanej widowni wyłuskać tych, którzy są do nas podobni, bo śmieją się w podobnych momentach, ale także zobaczyć, kto się od nas różni. Śmiech w podobnych momentach, świadczy o podobnym postrzeganiu komizmu, będącego konsekwencją pokrewnej inteligencji i wrażliwości. Obserwując co śmieszy innych, czy bliższy jest im humor abstrakcyjny, zgrane komediowe gagi czy dowcip językowy możemy lepiej poznać śmiejącą się osobę. Śmiech pozwala więc tak na identyfikację jak i wykluczenie, Żygulski rozszerza tę myśl:

Śmiech pozwala identyfikować i selekcjonować. Ten, kto się z nami śmieje, należy do naszej wspólnoty, kto śmieje się z innymi, jest kulturalnie w pewnym sensie obcy, choćby siedział obok nas w jednej sali i jako współobywatel mówił tym samym językiem.³⁰

Sprawdzenie z czego śmieją się np. towarzysze komediowego spektaklu staje się swoistym testem-czy śmieszą nas te same fragmenty i możemy stworzyć wspólnotę, czy ktoś powinien zostać z niej wykluczony, gdyż brak wspólnej płaszczyzny poczucia humoru nie wróży dobrze dalszej znajomości. Na szczęście dobry humor jest zaraźliwy i często nawet osoby, które nie mają pozytywnego nastawienia idąc na przedstawienie dają się porwać reakcji całej widowni. Emocje i entuzjazm publiczności przekłada się na aktorów, którym zawsze lepiej się gra przy akceptacji i energii płynącej spoza sceny. Wystawiając komedię lub farsę nie trzeba czekać na recenzje krytyków, reakcja publiczności jest natychmiastowa- albo widownia wchodzi w świat zaproponowany przez twórców i śmieje się, albo zalega martwa cisza. Ciszy nie da się wtedy wytłumaczyć głębokim przeżywaniem emocji w izolacji lub poważną refleksją, bo choć spektakle zabawne mają czasem drugie dno i mogą skłaniać do chwili zadumy, ich pierwszorzędną cechą

²⁸ Ibid. s. 21.

²⁹ Ibid. s. 19

³⁰ Ibid. s. 21.

ma być dostarczenie rozrywki tu i teraz. Śmiech, jako prosta reakcja na coś zabawnego, wesołego jest natychmiastowy, stąd od razu wiadomo czy dane przedstawienie jest udane czy nie. Publiczność nie jest jednak grupą jednorodną, tak samo jak różne są nawet pozytywne reakcje widzów-niektórzy zaśmiewają się długo i głośno, inni chichoczą cicho, by nie stracić kolejnych scen przedstawienia, jeszcze innych najbardziej bawią własne komentarze rzucane, często głośno, podczas trwania spektaklu. Do tego dochodzą różne preferencje dotyczące typu humoru, dlatego twórcy spektaklu właściwie nigdy nie mają pewności, czy dane przedstawienie spotka się z pozytywną reakcją. Bo a nuż większość przybyłych tego dnia widzów będzie zmęczona, albo wrażliwa na zachodzącą zmianę pogody, może ktoś nie lubi humoru abstrakcyjnego, a innych nie śmieszą zgrane, choć rzekomo zawsze śmieszne, gagi. Wspólnota śmiechu jest chwilowa, złożona i fascynująca dla każdego, kto do niej należy lub z nią pracuje.

Do jednej z najważniejszych gatunkowych cech farsy należy kompozycja oparta na „mechanizmie śnieżnej kuli”, lawinowo toczących się wypadków, gdzie każda scena przynosi nowe niespodzianki i perypetie, a bohaterowie wydają się być zaskoczeni dziejącymi się zjawiskami nie mniej niż widzowie, a nawet więcej, bo widz zdaje sobie sprawę z tego, że wszystko w farsie może się zdarzyć. Farsa wymaga gry lekkiej pozbawionej psychologizmu, bo postaci farsowych po prostu nie sposób zrozumieć. Są takie, jakimi stworzył je autor i tak należy je zagrać, bez pogłębionej analizy, zagładania w nieopisaną przeszłość. W komedii miejsca na rozbiór psychologiczny postaci jest więcej, przestają być takie schematyczne i sztamkowe, jak bohaterowie farsy. Gra komediowa pozwala postaci cieniować, farsowa zaś tworzy ostre, momentami karykaturalne role. Wynikają z tego różne sposoby odbioru przez publiczność i różne rodzaje śmiechu, dzięki którym łatwiej scharakteryzować odbiorców.

Pisząc i wystawiając tekst komediowy lub farsowy przewiduje się najzabawniejsze momenty, jednak zdarza się, że w tym zaplanowanym momencie nikt się nie zaśmieje, za to salwa śmiechu wybuchnie w momencie niespodziewanym. Bywa też odwrotnie -z utęsknieniem czekałam na publiczność, która gromko zaśmieje się z fragmentu, który mimo wielu prób i spektakli nieskończenie bawił nas, aktorów-zdarzyło się to dopiero na piątym spektaklu. Oczywiście są momenty i tematy przewidywalne i zazwyczaj śmieszne np. żarty z alkoholu, związków damsko-męskich. Często wykorzystuje się typowe postaci i zagrania jak postać pojawiającego się nachalnie „przeszkadzacza”, który opóźnia akcję i zmienia emocje, równie często wykorzystywane jest powtarzanie czynności, gestu lub słów, które po kilkakrotnym powtórzeniu zaczynają śmieszyć samoistnie- powtarzalność jest bowiem jedną z najistotniejszych cech komizmu.

Warto tu wskazać na rozróżnienie między śmiesznością a komizmem. Śmieszność jest naszym codziennym udziałem, komizm-kategorią estetyczną, odnoszącą się do sztuki. Znawca komizmu, Jerzy Ziomek, rozgranicza pojęcie śmiechu i komizmu i zarazem wyjaśnia dlaczego możemy, ale nie musimy się śmiać widząc potykającego się człowieka:

Śmieszność i komizm w tym rozumieniu liczą się z innymi przeciwwskazaniami etycznymi. Śmieszność jest regulowana przez przeciwwskazania mało systemowe, natomiast silnie spontaniczne: ważne staje się nie tylko to, czy upadek pociągnął za sobą krzywdę ofiary, ale i kim była ofiara dla nas – krewnym, przyjacielem, obcym, wrogiem? Komizm natomiast odnosząc się nie do konkretnej jednostki, lecz do jednostki jako reprezentacji uruchamia przeciwwskazania będące częścią sztuki jako światopoglądu. Reguły przeciwwskazań są pochodnymi reguł gatunkowych: odbiorca wie, że wolno i trzeba się śmiać, ponieważ został przedtem poinformowany, że zdarzenie jest częścią przebiegu farsowego. Identyczna scena nie wzbudza radości w widzu poinformowanym, że zdarzenie jest częścią przebiegu sensacyjnego. Jeszcze inaczej ujęcie zostanie odebrane w kontekście gatunku psychologiczno-obyczajowego.³¹

Upadek profesora zmierzającego ku katedrze może, choć nie musi a przede wszystkim nie powinien, wzbudzać śmiechu w studentach, gdy rzecz dzieje się naprawdę w sali wykładowej. Za to w komedii, gdy egzaltowany i pompatyczny wykładowca upadnie, jest to typowy zabieg mający na celu wywołanie śmiechu u odbiorcy. Zabieg typowy i zamierzony, bo wykorzystujący teorię odstępstwa od normy i degradacji, leżącą bardzo często u podstaw zachowań komicznych postaci literackich, bo jak wyjaśnia Heri Bergson autor *Eseju o Komizmie*: „Komedia zaczyna się tam, gdzie wzruszać nas przestają ludzie”³². Natomiast śmiech zwykłych studentów w rzeczywistej chwili upadku profesora wyjaśniany jest przez Bergsona koncepcją, który tłumaczy „śmiech jako trumf życia nad wszelkim zmechanizowaniem”³³. Śmiech w niezamierzony, niekontrolowany sposób, opierając się sztucznym regułom, zasadom tego co wypada a co nie, stanowi naturalny sposób reakcji i rozładowanie emocji. Bergson uznaje zarówno śmieszność i komizm jako obszary dostępne tylko człowiekowi³⁴, czym nawiązuje już do przekonania Arystotelesa, twierdzącego że umiejętność śmiania się jest czysto ludzką cechą³⁵. Jednak Bergson nie ogranicza się do mechanizmu śmiania się, ale także do sposobów wykorzystania go w sposób świadomy, choćby przez zdolność oswojenia świata przez śmianie się z niego:

Ponieważ komizm poniża, ten kto stosuje technikę komizmu przeciwko komuś lub czemuś, wywyższa się, ujawnia przewagę, przede wszystkim intelektualną.³⁶

Komizm staje się więc metodą obłaskawienia tego, z czym inaczej nie można wygrać, coraz częściej stosowaną przez twórców, którzy zaczynają pisać komiczne teksty na tematy do tej pory nieeksploatowane w kulturze-o starości, niepełnosprawności. Często tematy te podejmują osoby, które same doświadczyły pewnych sytuacji, przepraco-

³¹ J. Ziomek, *Rzeczy komiczne*. Poznań. 2000, s. 34-36.

³² H. Bergson, *Śmiech. Esej o komizmie*. Przeł. S. Cichowicz. Kraków 1977, s. 168-169.

³³ J. Ziomek, *Op.cit.* s. 27.

³⁴ *Ibid.* s. 27

³⁵ M. Geier, *Op.cit.* s. 48.

³⁶ K. Żygulski, *Op. cit.* s.29.

wały je i chcą się swoim doświadczeniem podzielić np. w *Klimakterium* Elżbiety Jodłowskiej.

Śmiechoterapia realizowana na zorganizowanych zajęciach i sesjach lub indywidualnie pozwala oderwać się od rzeczywistość, zająć myśli czymś lekkim i przyjemnym, złapać dystans do własnych spraw i problemów oraz spojrzeć na świat refleksyjnie, ale z przymrużeniem oka. Śmiech nie obniża bowiem wartości problemu, nie usuwa go magiczną mocą, ale pozwala podejść od niego z innym nastawieniem, wzmocnić chęci i sposoby działania, zainicjować nową walkę z wadami i kłopotami, bo jak twierdzi Bergson „śmiejemy się z wad mimo znanego nam ich ogromu”³⁷. Uświadomienie sobie gabarytu problemu oraz osiągnięcie stanu, który pozwoli uwierzyć w możliwość pokonania przeciwności jest jednym z najważniejszych efektów terapii śmiechem, którą każdy z nas może sobie aplikować.

7. Bibliografia:

- H. Bergson, *Śmiech. Esej o komizmie*. Przeł. S. Cichowicz. Kraków 1977.
- T. Bernhard, *Przeegrany*. Warszawa 2002.
- P. Desgagnes, *Śmiech to zdrowie. Terapia śmiechem*. Warszawa 2008.
- M. Geier, *Z czego śmieją się mądrzy ludzie. Mała filozofia humoru*. Kraków 2007.
- P. P. Grzybowski, *Doktor klaun! Terapia śmiechem, wolontariat, edukacja międzykulturowa*. Kraków 2012.
- A. Isen, *Rola neuropsychologii w zrozumieniu korzystnego wpływu afektu pozytywnego na zachowania społeczne i procesy poznawcze*. [W:] *Psychologia pozytywna*. Red. J. Czapliński. Warszawa 2004.
- A. Rodowicz, *Joga do radości*. W: *Polityka* nr 33 (2971), 12.08-19.08.2014.
- P. Szarota, *Psychologia uśmiechu*. Gdańsk 2006.
- J. Ziomek, *Rzeczy komiczne*. Poznań 2000.
- K. Żygulski, *Wspólnota śmiechu*. Warszawa 1985.

³⁷ H. Bergson, *Śmiech. Esej o komizmie*. Przeł. S. Cichowicz. Kraków 1977, s. 172.

Kiriakos Chatzipentidis

Instytut Psychologii

Wydział Nauk Historycznych i Pedagogicznych

Uniwersytet Wrocławski

Zastosowanie biblioterapii w leczeniu zaburzeń seksualnych. Doniesienie z wybranych badań

Implementation of a Bibliotherapy in the treatment of sexual dysfunction. Research review

Abstrakt:

Artykuł przedstawia opis badań nad zastosowaniem poznawczo-behawioralnej biblioterapii w leczeniu zaburzeń seksualnych. Analiza artykułów z baz danych EBSCO, Science Direct, ProQuest wskazuje, że biblioterapia jest z powodzeniem stosowana w leczeniu zaburzeń seksualnych, zwłaszcza w zaburzeniach pobudzenia seksualnego (HSDD) jako skuteczna, ogólnodostępna i tania terapia uzupełniająca szczególnie w leczeniu kobiet.

Słowa kluczowe:

biblioterapia, seskuologia, zaburzenia seksualne, biblioterapia poznawczo-behawioralna, terapia seksualna.

Abstract:

The article is a review of research into uses of a cognitive-behavioral bibliotherapy in the treatment of sexual dysfunctions. Analysis of articles from the EBSCO databases, Science Direct, ProQuest indicates that bibliotherapy is successfully used in the treatment of sexual dysfunction, especially in Hypoactive sexual desire disorder (HSDD) as an effective, widely available and cost-effective adjunctive therapy in the treatment of women in particular.

Key words:

bibliotherapy, sexology, sexual dysfunction, cognitive-behavioral bibliotherapy, Sexual Therapy.

Problematyka seksuologiczna jest obecna w piśmiennictwie na temat biblioterapii co najmniej od lat 60. ub. wieku. Wynika to zarówno z przeglądu bazy Medline, jak i tekstów polskich bibliotekarzy szpitalnych – pionierów polskiej biblioterapii, np. w katalogu działowym opracowanym przez M.D. Gostyńską dla biblioteki szpitalnej w dziale książek popularno – naukowych (Gostyńska, 1967), gdzie wyodrębnione zostały cztery hasła „Chcę być zdrowy”, „Konflikt”, „Sens życia” i „Seks”. Przegląd bazy Medline wykonany w Bibliotece Głównej AM w Poznaniu w roku 1990 zawiera kilka pozycji na temat problemów natury seksualnej, m.in. publikacja Bauer R., Stein J., *Sex counseling on campus: short-term treatment techniques* (Bauer & Stein, 1973), znajdujących się

w obszarze biblioterapii klinicznej (Szulc, 1991). Umiejscowienie biblioterapii na pograniczu nauk humanistycznych, społecznych oraz medycznych, umożliwia szerokie zastosowanie metod biblioterapeutycznych, najczęściej, jako dopełnienie terapii tradycyjnych (Hubin et al., 2011).

Przeprowadzone w ostatnich latach badania wskazują na skuteczność narzędzi biblioterapeutycznych w zmianie zaburzonego zachowania; tak rozumiana biblioterapia poznawczo-behawioralna jest stosowana m.in. w terapii zaburzeń seksualnych (Yeater et al., 2004). Grupa belgijskich psychologów klinicznych na łamach czasopisma „Sexologies” (Hubin et al., 2011) opublikowała ważny artykuł przeglądowy, omawiający miejsce biblioterapii w leczeniu zaburzeń seksualnych, zawierający opis badań psychologicznych, w których posługiwano się narzędziami biblioterapeutycznymi. Dane, które autorzy zebrali w specjalistycznych bazach z zakresu psychologii (PsycInfo), edukacji (ERIC) i medycyny (Medline) wykazują istotną liczbę prac z zakresu seksuologii dotyczących biblioterapii, a stanowiących od 3.1% do 6.6% publikacji ogółem z zakresu badań nad seksualnością człowieka. A. Hubin, P. De Sutter oraz C. Reynaert, autorzy artykułu *Biblioterapia: Efektywne narzędzie terapeutyczne w kobiecych zaburzeniach seksualnych?* (Hubin et al., 2011) traktują biblioterapię, jako ukierunkowane czytanie (*guided reading*) dla celów terapeutycznych i wymieniają jego następujące cechy:

- potrzeba przeczytania pisemnego materiału przez pacjenta;
- zastosowanie się do zawartości;
- ocena postępu.

1. Celowość stosowania narzędzi biblioterapeutycznych w seksuologii

W terapii zaburzeń seksualnych od dawna stosuje się literaturę erotyczną. Znaczna liczba klinicystów (Hubin et al., 2011) włącza do terapii ćwiczenia alternatywne, zaprojektowane do stymulowania erotycznej wyobraźni, szczególnie poprzez zalecanie pacjentkom czytania literatury erotycznej. Rozwinięta wyobraźnia erotyczna może skutkować wzrostem pobudzenia seksualnego. Polecanie takiej literatury daje podwójny efekt:

- 1) terapeutyczny – poprzez zdobycie i wzbogacenie repertuaru seksualnych fantazji,
- 2) antycypacyjny – czytanie tekstów erotycznych może pozwolić pacjentom z zaburzeniami pobudzenia seksualnego (HSDD) na osiągnięcie odpowiedniego stanu umysłu, skutkującego wzrostem pożądania, poprzez pozytywną antycypację seksualnej relacji.

2. Biblioterapia a poradniki

Na wstępie należy zaznaczyć, że statystycznie (Catania et al.) aż 88% pacjentów uczestniczących w tradycyjnej terapii seksualnej, stosowało najpierw biblioterapeutyczną samopomoc w postaci poradników, a 85% psychologów klinicznych i psychoterapeu-

tów przyznało, że poleca poradniki (Balzer, 2012). Psychologowie oceniają, że aż 93% ich pacjentów uzyskało szeroko pojętą pomoc dzięki poradnikom, a 69% poprzez czytanie autobiografii oraz, że samopomocowe źródła mają szkodliwe działanie tylko od 1% do 3% przypadków. Jednak ok. 95% książek biblioterapeutycznych na rynku wydawniczym jest publikowanych bez jakiegokolwiek realnego dowodu na skuteczność. Dlatego też najważniejsze jest, aby czytanie było ukierunkowane, a konkretna literatura samopomocowa polecana przez terapeutów (Hubin et al., 2011). Rekomendowanie poradników, które nie były empirycznie sprawdzone może skrzywdzić pacjenta (Balzer, 2012). Należy nadmienić, że głównym celem poradników nie jest wyleczenie problemów psychologicznych, ale wzmocnienie wewnętrznych sił czytelnika.

Gdy czytanie dla siebie nie pomaga, oznacza to konieczność zastosowania bardziej kompleksowej terapii. Biblioterapia rozumiana jest wtedy, jako czytanie książek pod nadzorem terapeuty i stanowi narzędzie uzupełniające w tradycyjnej terapii. Sondaż wśród 158. psychoterapeutów pokazał, że 51% (szczególnie ci z dłuższym stażem zawodowym) rekomendowało biblioterapię pacjentom (Hubin et al., 2011).

3. Biblioterapia zaburzeń seksualnych

Poniżej zostaną krótko omówione wyniki wybranych badań nad zastosowaniem biblioterapii w terapiach zaburzeń seksualnych.

Biblioterapeutycznym narzędziem, specjalnie zaprojektowanym w celu leczenia przedwczesnej ejakulacji jest m.in. książka, pt.: *Confidential file 101 – dr Carter*, opowiadająca fikcyjną historię mężczyzny cierpiącego na omawianą przypadłość. Po zapoznaniu się z tym specjalnie zaprojektowanym tekstem, aż 75% pacjentów utrzymywało, że ich problemy po przeprowadzonej biblioterapii całkowicie zniknęły (Hubin et al., 2011).

Zastosowanie biblioterapii przyniosło również interesujące wyniki w leczeniu zaburzeń pobudzenia seksualnego (HSDD). W badaniu przeprowadzonym przez Jacques'a Van Lankvelda, profesora psychologii klinicznej z Open Universiteit w Holandii, uczestniczyło 199 par, w których przynajmniej jedna osoba była dotknięta HSDD. Uczestnicy zostali poddani 10-tygodniowej poznawczo-behawioralnej biblioterapii z minimalnym kontaktem z terapeutą. Pary otrzymały poradnik biblioterapeutyczny, uzyskały ustne wyjaśnienie jak z niego korzystać i zostały zachęczone do telefonowania z pytaniami, w godzinach otwarcia poradni, gdy będą potrzebować wsparcia terapeuty (van Lankveld, 1993). W efekcie zaobserwowano mniej narzekań na częstotliwość relacji seksualnych i ich ogólną poprawę. Z kolei w badaniach porównawczych nad anorgazmiami (Libman et al., 1984) nie wykazano wielkich różnic pomiędzy trzema rodzajami terapii: tradycyjną terapią par, terapią grupową a biblioterapią. W każdym z przypadków odnotowano za to ogólny wzrost satysfakcji seksualnej u leczonych kobiet. Terapia przeprowadzona we Francji za pomocą książki *Becoming orgasmic [Stając się zdolną do*

przeżywania orgazmu] wśród kobiet dotkniętych anorgazmią skutkowałą znacznym wzrostem seksualnej ekscytacji i poszerzeniem seksualnego repertuaru, jednak nie stwierdzono zmiany w częstotliwości orgazmów. W kolejnym badaniu 117 kobiet cierpiących na waginizm, czytało i słuchało ustnych instrukcji dotyczących relaksacji i ćwiczenia seksualnych fantazji. Po dwunastu miesiącach leczenia 15% kobiet stosujących biblioterapię z minimalnym kontaktem z terapeutą, było zdolnych do osiągnięcia penetracji, a u tych, które łączyły terapię grupową i biblioterapię - 21% (Hubin et al., 2011). Autorski poradnik biblioterapeutyczny został użyty również w amerykańskich badaniach mających na celu zmniejszenie zachowań ryzykownych studentek amerykańskich college'ów podczas randek. Rezultaty w porównaniu z grupą kontrolną wykazały prewencyjną funkcję biblioterapii - poddani jej uczestnicy zaczęli przejawiać obniżoną chęć uczestnictwa w zachowaniach ryzykownych podczas randek (Yeater et al., 2004).

Badania przeprowadzone przez amerykańską psycholog dr Alexandrę M. Balzer z Uniwersytetu Missouri, a opisane w jej pracy doktorskiej (Balzer, 2012), skupiły się na wpływie tekstów biblioterapeutycznych w leczeniu kobiet z zaburzeniami pobudzenia seksualnego. Uczestnicy, którzy w ramach biblioterapii czytali książkę autorstwa Kathryn Hall¹, pt.: *Reclaiming Your Sexual Self: How You Can Bring Desire Back into Your Life* [Odzyskując swoje seksualne Ja, czyli o tym jak wprowadzić pożądanie z powrotem do swojego życia], (Hall, 2004), osiągnęli statystycznie lepsze rezultaty w wzbudzaniu seksualnego pożądania w porównaniu do grupy kontrolnej. Natomiast uczestnicy z kolejnej grupy, którzy czytali książkę Laurie B. Mintz - *A Tired Woman's Guide to Passionate Sex* [Przewodnik zmęczonej kobiety po pasjonującym seksie]² (Mintz, 2009), osiągnęli statystycznie jeszcze lepsze rezultaty we wzbudzaniu seksualnego pożądania w porównaniu do grupy kontrolnej. Badanie potwierdziło, że lektura *A Tired Woman's Guide to Passionate Sex* gwarantowała lepsze rezultaty, okazując się bardzo dobrym, sprawdzonym empirycznie narzędziem biblioterapeutycznym. Co ciekawe uczestnicy grupy kontrolnej również otrzymali książkę Mintz, ale nie byli poinformowani, że podlegają badaniu, i że w ten sposób zostaje im udzielana interwencja. Inne grupy uzyskiwały mailowe przypomnienia, że podlegają badaniu, wyjaśnienia, na czym ono polega oraz, że wymaga się od nich, aby przeczytali przesłaną im książkę. Samo wysłanie książki grupie kontrolnej nie pomogło, ważna była świadomość podlegania terapii i mobilizowanie do czytania lektury. Różnice pomiędzy grupami potwierdzają, że biblioterapia ma szanse, gdy nosi zna-

¹ Poradnik został napisany przez dr psychologii klinicznej Kathryn S. K. Hall, certyfikowaną terapeutkę seksualną, prowadzącą prywatną praktykę w Princeton w stanie New Jersey (USA) w zakresie terapii seksualnej, terapii poznawczo-behawioralnej i terapii par. *Reclaiming Your Sexual Self* (...) został uznany przez Society for Sex Therapy and Research [Stowarzyszenie dla Terapii Seksualnej i Badań] za najlepszy poradnik seksualny 2004 r. <http://www.drkathrynhall.com/>

² *A Tired Woman's Guide to Passionate Sex* został napisany przez profesor psychologii klinicznej na Uniwersytecie Floryda Laurie B. Mintz, doświadczoną seksuolog i psychoterapeutę, eksperta w terapii kobiet i par. Poradnik ten to m.in. opis ćwiczeń, stadium przypadku, zarówno samej autorki, jak i pacjentek, którym pomogła za pomocą autorskiego, pięciostopniowego planu, zaprojektowanego dla kobiet z obniżonym libido. <http://www.psychologytoday.com/experts/laurie-b-mintz-phd>

miona czytania ukierunkowanego (*guided reading*). W pracy została również wyrażona nadzieja, że następne badania zbadają strategie minimalnej interwencji, włączając biblioterapię w leczenie niskiego pobudzenia seksualnego u kobiet. Takie badania mogłyby odkryć równie skuteczne narzędzie typu *A Tired Woman's Guide to Passionate Sex*. Najważniejszym wnioskiem wysuniętym przez Alexandrę M. Balzer w podsumowaniu badań jest stwierdzenie, że podejście biblioterapeutyczne zrewolucjonizowałoby leczenie i postrzeganie niskiego pobudzenia seksualnego (Balzer, 2012).

Mechanizmy powstawania profesjonalnego poradnika biblioterapeutycznego pokazuje dr psychologii Tamara Penix Sbraga³, w dysertacji naukowej pt. *Sexual Self-Control: Development and Preliminary Evaluation of a Cognitive-Behavioral Bibliotherapy Intervention* [*Seksualna samokontrola: Opracowanie i wstępna ocena poznawczo-behawioralnej interwencji biblioterapeutycznej*]. W pracy tej został zawarty program prewencyjny powrotu do nałogu, przeznaczony dla osób z problemem seksualnej samokontroli. Stworzenie poradnika poprzedził zmuśniony proces przeglądu literatury przedmiotu. Najbardziej skuteczne techniki i strategie zapobiegania powrotowi do nałogu zostały zaadaptowane i zmodyfikowane pod względem leczenia dewiacji seksualnych. Następnie, pod kątem stylu i formatu wydawniczego, zbadano poradniki biblioterapeutyczne o potwierdzonej skuteczności, które uzyskały akceptację czytelników i osiągnęły sukces komercyjny. Uznani i odnoszący sukcesy autorzy i redaktorzy prac biblioterapeutycznych również zostali poproszeni o opinie i rady dotyczące stylu i sposobu prezentacji treści biblioterapeutycznych. Ostatecznie program leczenia przybrał formę poradnika, który przesłano do konsultacji zespołowi psychologów i autorów tekstów psychologicznych. Dopiero gdy poradnik został uznany za jasny, klarowny i przede wszystkim wierny zamierzeniom pracy, został wydrukowany i użyty jako główny bodziec w badaniu.

Badaniem zamierzano objąć 75. mężczyzn z USA, ochotników w wieku 23-67 lat. Każdy z nich borykał się z problemem seksualnej samokontroli, od uzależnienia od pornografii po ekshibicjonizm (z wyłączeniem gwałcicieli i pedofilów, którzy nie zostali poddani badaniu). Uczestnicy musieli wykazać umiejętność czytania w języku angielskim przynajmniej na poziomie ósmej klasy oraz wyrazić gotowość do przeczytania poradnika i zastosowania się do jego zawartości. Zestaw kwestionariuszy oceniających skuteczność programu terapeutycznego, został przesłany badanym pocztą, po upływie miesiąca od otrzymania poradnika. Stosowanie materiałów biblioterapeutycznych w ciągu jednego miesiąca zostało uznane za optymalny okres w wielu wcześniejszych zakończonych sukcesem badaniach (Sbraga, 2002 za: Gould, Clum, & Shapiro, 1993; Jamison & Scogin, 1995; Ogles, Craig, & Lambert, 1991). Ostatecznie 58. mężczyźni udzieliło

³ Dr Tamara Penix Sbraga wykłada psychologię kliniczną na Central Michigan University. Specjalizuje się w badaniach i leczeniu problemów z samokontrolą zachowań seksualnych. Jest członkiem Stowarzyszenia Rozwoju Terapii Behawioralnej, Stowarzyszenia Analizy Zachowań, Towarzystwa Naukowego Psychologii Klinicznej i Stowarzyszenia Terapii Przystępców Seksualnych. <https://www.newharbinger.com/author/tamara-penix-sbraga>

odpowiedzi, pisemnie bądź telefonicznie, na pytania zawarte w kwestionariuszach. Uczestnicy, którzy odmówili uczestnictwa w badaniu – preferowali kontakt osobisty z terapeutą, bądź obawiali się, że ktoś, kto nie wie, że są chorzy, mógłby znaleźć poradnik. Analiza kwestionariuszy wykazała, że w wyniku ukierunkowanego, samopomocowego podejścia w postaci biblioterapii, badani nabyli większą wiedzę o strategiach prewencyjnych powrotu do nałogu oraz zaczęli wykazywać mniejszą częstotliwość i wagę strat spowodowanych brakiem seksualnej samokontroli. Badanie przeprowadzone przez T.P. Sbraga uświadamia, że zaawansowana biblioterapeutyczna prewencja powrotu do nałogu może przybrać postać efektywnej, niedrogiej, nieinwazyjnej i ogólnodostępnej interwencji dla osób dotkniętych problemem seksualnej samokontroli.

Metaanaliza (Hubin et al., 2011) opisanych powyżej badań wskazuje, że rezultaty uzyskane przez pacjentów, którzy używali materiałów biblioterapeutycznych w terapii są znacznie lepsze od tych, którzy czytali wybrane przez siebie książki nie uczestnicząc w terapii i od grup kontrolnych niepodlegających leczeniu. Jednocześnie należy zaznaczyć, że mankamentem powyższych badań, była najczęściej mała próba, bądź brak danych z badań długofalowych. Omówione prace przypominają, że podstawy biblioterapii nie opierają się tylko na badaniach naukowych. Istnieje wiele przeszkód w ocenie efektywności narzędzi biblioterapeutycznych. Biblioterapia może, ale nie musi okazać się skuteczna we wspomaganie rozwoju osobistego, rozwiązywaniu problemów i im zapobieganiu. Żaden cytowany autor nie twierdzi również, że biblioterapia jest bardziej efektywna niż tradycyjna terapia seksualna, ale co najważniejsze większość widzi poprawę wśród pacjentów (Hubin et al., 2011).

4. Profil osoby najbardziej podatnej na biblioterapię zaburzeń seksualnych

Biblioterapia jak każda terapia seksualna wymaga zaangażowania i aktywnego uczestnictwa, stąd też pożądana jest zdolność do samozarządzania (*self-management*). Jednocześnie im mniejsza frekwencja wizyt u terapeuty, tym mniejsze wsparcie i zachęta dla szukających pomocy. Wymagana jest wytrwałość w czytaniu rekomendowanych książek i stosowanie w praktyce zaleceń. Co więcej, w każdej terapii zaburzeń seksualnych chodzi o to, żeby ludzie po zakończeniu terapii tradycyjnej czy biblioterapii wciąż stosowali się do jej wytycznych. Jeśli biblioterapia pozbawiona jest kontaktu z terapeutą, albo kontakt jest rozciągnięty w czasie (*spaced-out contact*), jest ona wtedy mniej spersonalizowana niż tradycyjna. Czytelnicy muszą stosować materiały biblioterapeutyczne w odpowiedni dla siebie sposób, biorąc pod uwagę sytuację, kontekst i rodzaj relacji, w której się znajdują. Niezbędna jest świadomość zależności pomiędzy autoanalizą poznawczą, emocjonalną i zachowania (Hubin et al., 2011).

Wielką wagę przykłada się do umiejętności czytania. Tradycyjna biblioterapia przeznaczona jest dla ludzi, którzy mają wyrobiony zmysł i smak czytelniczy. Wielu

kobiet i mężczyzn jednak nie cieszy czytanie, albo przynajmniej nie odpowiada im lektura literatury erotycznej (Hubin et al., 2011). Prawdopodobnie (musi to być jeszcze zbadane) najlepsze rezultaty dzięki biblioterapii zaburzeń seksualnych osiągają ludzie, którzy są bardziej skrupulatni, sumienni, dokładni, zorganizowani od tych, którzy są niecierpliwi i niewydukowani. Co ciekawe, najlepiej wykształceni nie są również najbardziej podatni na leczenie biblioterapeutyczne. Obecnie wydaje się, że to kobiety będą wykazywać najbardziej pozytywne nastawienie w kierunku samopomocy biblioterapeutycznej. Są one też lepiej wydukowane od mężczyzn. Mężczyźni wykazują większą wrażliwość wobec obrazów erotycznych, a kobiety lepiej odbierają symbolizm, klimat, atmosferę – elementy, które najpełniej łączy w sobie literatura (Hubin et al., 2011). Jakość relacji w związku pełni również bardzo ważną rolę w powodzeniu leczenia dysfunkcji seksualnych za pomocą działań biblioterapeutycznych.

5. Zalety biblioterapii w leczeniu zaburzeń seksualnych

Biblioterapia zwiększa dostępność leczenia seksuologicznego. Leczenie może ograniczyć, bądź czasami wykluczyć kontakt z terapeutą. Jest to ważne dla pacjentów, którzy wolą uniknąć ujawniania i opisywania intymnych szczegółów pożycia. Niektórzy pacjenci nie kierują się obawą przed kontaktem z terapeutą, ale po prostu nie mają czasu regularnie spotykać się ze specjalistą. Zaletą biblioterapii jest to, że książki są szeroko dostępne i mogą być czytane zawsze i wszędzie przez czytelników szukających rozwiązania swoich problemów. Kolejny praktyczny czynnik to cena: książka jest tańsza od terapii. Biblioterapia jest mniej inwazyjna, mniej restrykcyjna i mniej kosztowna, a przede wszystkim dostępna i możliwa również w zaciszu domowym (Hubin et al., 2011).

6. Zakończenie

Biblioterapia zaburzeń seksualnych uświadamia wielość podejść terapeutycznych. Do tej pory jednak niewiele narzędzi biblioterapeutycznych zostało potwierdzonych empirycznie w terapii seksualnej, dlatego też powinny być prowadzone dalsze badania w tym zakresie. (Hubin et al., 2011). Nie ulega wątpliwości, że biblioterapia nie jest tym samym, co tradycyjna terapia, jednak oferuje ona ciekawą i efektywną alternatywę, a jako narzędzie dopełnia tradycyjne metody terapii zaburzeń seksualnych.

7. Bibliografia:

- Balzer, A. M. (2012). Efficacy of bibliotherapy as a treatment for low sexual desire in women. (Unpublished doctoral dissertation). University of Missouri, Columbia, s. 87-89.
- Bauer, R., Stein, J. (1973). Sex counseling on campus: short-term treatment techniques. *Am. J. Orthopsychiatry*, nr 5, s. 845 – 853.
- Catania, J. A., Pollack, L., McDermott, L. J., Qualls, S. H., Cole, L. (1990). Help-seeking behaviours of people with sexual problems. *Arch Sex Behav Vol. 19*, s. 235-250.
- Hall, K. (2004). *Reclaiming Your Sexual Self: How You Can Bring Desire Back into Your Life*. Hoboken, NJ: Wiley.
- Hubin, A., De Sutter, P., Reynaert, C. (2011). Bibliotherapy: An effective therapeutic tool for female sexual dysfunction? *Sexologies Vol. 20*, s. 88-93.
- Libman, E., Fichten, C.S., Brender, W., Burstein, R., Cohen, J., Binik, G. (1984). A comparison of three therapeutic formats in the treatment of secondary orgasmic dysfunction. *J Sex Marital Ther Vol. 10(3)*, s. 147-159.
- Mintz, L. (2009). *A tired woman's guide to passionate sex*. Avon, MA: Adam's Media.
- Sbraga, T. P. (2002). Sexual Self-Control: Development and Preliminary Evaluation of a Cognitive-Behavioral Bibliotherapy Intervention. (Unpublished doctoral dissertation). University of Nevada, Reno.
- Szulc, W. (1991). Biblioterapia. Stan badań. *Biul. Gł. Bibl. Lek.*, nr 345, s. 14 - 32.
- Gostyńska, M. D. (1967). Terapia czytelnicza jako jedna z metod psychoterapii leczniczej. *Zdrowie Psychiczne*, nr 1, s. 33 - 41.
- Van Lankveld, J. J. D. M., Everaerd, W., Grotjohann, Y. (2001). Cognitive-behavioral bibliotherapy for sexual dysfunctions in heterosexual couples: a randomized waiting-list controlled clinical trial in the Netherlands. *J Sex Res Vol. 38(1)*, s. 51-67.
- Yeater, E. A., Naugle, A. E., O'Donohue, W., Bradley A. R. (2004). Sexual Assault Prevention With College-Aged Women: A Bibliotherapy Approach. *Violence and Victims, Vol. 19, Nr. 5, October*, s. 594.

Wanda Matras-Mastalerz

Uniwersytet Pedagogiczny im. Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie

Marcin Kania

Uniwersytet Pedagogiczny im. Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie

„Słowa zaklęte w poezji”. O autoterapeutycznych właściwościach poezji na przykładzie twórczości Katarzyny Dominik

Under a spell of poetic words. Self-therapeutic properties of poetry in Katarzyna Dominik's poems

Abstrakt:

Tematem artykułu jest autoterapeutyczna twórczość poetki Katarzyny Dominik – autorki cierpiącej na zespół mielodysplastyczny szpiku kostnego. Publikowane przez nią wiersze, zawarte w trzech książkach, stanowią interesujący przykład zależności pomiędzy doświadczeniem jednostkowym autora a uprawianą przezeń twórczością. W poezji Katarzyny Dominik odzwierciedlają się przemyślenia związane z własną chorobą, relacjami interpersonalnymi, widać w niej także potrzebę dania świadectwa o własnym cierpieniu i sposobach na jego przezwycięzenie. Analizę twórczości poetki poprzedza omówienie wybranych zagadnień, związanych z poezjoterapią, jako metodą terapii i autoterapii.

Słowa kluczowe:

Katarzyna Dominik, autoterapia, catharsis w poezji, metody terapii, terapeutyczna siła poezji

Abstract:

The article presents self-therapeutic poetry written by Katarzyna Dominik -the author suffering from bone marrow myelodysplasia. Her poems, published in three books, are an interesting example of a connection between the author's individual experience and her poetry. The poems written by Katarzyna Dominik show her reflections on the disease and the relations with other people; they exhibit her deep need to bear testimony to the experienced suffering and the ways to overcome it. The analysis of the author's poetic works is preceded by a presentation of the selected issues connected with therapy through poetry as one of the methods of therapy and self-therapy.

Keywords:

Katarzyna Dominik, selftherapy, catharsis in poetry, methods of therapy, therapeutic power of poetry

W życiu nie chodzi o to, by czekać, aż burza minie, lecz by nauczyć się tańczyć w deszczu

Richard Paul Evans

Jedną z najpiękniejszych prób uchwycenia ulotności chwili jest poezja. Posiada ona nieocenione walory terapeutyczne, spowodowane szczególnie bliskim kontaktem, jaki powstaje pomiędzy wierszem a jego twórcą i czytelnikiem. Ale nie chodzi tutaj o to, aby

poprzez swoje utwory być kimś dla kogoś, ale raczej sobą dla siebie... Niemniej, publikując wiersze, zapraszamy czytelników do intymnego świata naszych najgłębszych emocji. Być może jest to najkrótsza droga do odkrywania i czytania ludzkiej wrażliwości, subtelności, czasami spontaniczności. Owa charakterystyczna dla poezji emocjonalność oraz jej symbolika czynią z wielu utworów poetyckich dzieła ponadczasowe. Martin Heidegger, filozof medytujący nad wierszami Friedricha Hölderlina i Georga Trakla¹, twierdził, że poezja jest „stanowieniem Bycia”, czyli odsyłaniem do tego, „co warunkuje każdy byt, lecz samo bytem nie jest”. Myśliciel ten nazywał poetów „pasterzami Bycia”².

Uniwersalizm poezji związany jest również z możliwością różnorodnej interpretacji utworu; pozwala odczytywać dany tekst indywidualnie, w zależności od różnic kulturowych, poziomu intelektualnego, wieku, wcześniejszych doświadczeń. Szczerość poetyckich wyznań odkrywa twórcę przed innymi, jest to również swoisty dialog z samym sobą... Jak trafnie zauważył Rabindranath Tagore — hinduski filozof, poeta i lekarz, pierwszy pochodzący z Azji laureat Nagrody Nobla w dziedzinie literatury (za rok 1913 r.): „Prawda odziana w fakty jest sztywna i skępowana, w szacie poezji porusza się lekko i swobodnie”³. Cechą charakterystyczną poezji jest również rytm. Człowiek żyje rytmem własnego ciała a jednocześnie wpasowuje się w rytmy zewnętrzne — dobowe, miesięczne, roczne. Rytm uspakaja, kołysze, daje poczucie stabilizacji, jego powtarzalność buduje wiarę, że wiele wydarzeń da się przewidzieć... A to co przewidywalne staje się oswojone i wtedy można skupić się na przyjemności doznawania bez obawy, że zostaniemy zaskoczeni czymś nowym⁴.

1. Kredyt 86 400 sekund życia

Każdy z nas, budząc się rano, otrzymuje w darze kredyt 86 400 sekund życia do wykorzystania w ciągu doby. Czy i jak ten czas spożytkujemy, zależy już tylko od nas... Nikt nie wie, co będzie działo się jutro, lecz mamy dane dziś. Dziś — ze wszystkimi jego urokami i troskami, cierpieniem oraz radością. Owo „teraz” jest najwłaściwszym momentem do działania i dokonywania wyborów, by żyć zgodnie z tym, co nadaje naszemu życiu sens. W jednym z polskich miast ktoś napisał na murze: „Dzień dobry, wszyscy umrzemy”, ktoś inny sfotografował ten napis i zamieścił zdjęcie na portalu społecznościowym. Dało to początek licznym komentarzom internautów, nierzadko oburzonych, że ktoś wpisem tego typu wpłynął negatywnie na ich uczucia. I chociaż na pierwszy rzut oka te nabazgrane czarnym sprayem słowa mogą wydawać się przygnębiające, to po głębszym zastanowieniu się możemy odkryć, że niosą one także pozytywne przesłanie.

¹ Zob. np. M. Heidegger, *W drodze do języka*, Warszawa 2004, zwł. s. 10–73.

² A. Burzyńska, M. P. Markowski, *Teorie literatury XX wieku. Podręcznik*, Kraków 2006, s. 181, 182.

³ R. Tagore, *Poezje*, tł. J. Kasprówicz, Toruń 1999, s. 34.

⁴ Por. W. Szulc, *Poezjoterapia. Słowa między muzyką a obrazem* [w:] Tejże, *Arteterapia. Narodziny Idei, ewolucja teorii, rozwój praktyki*, Warszawa 2011, s. 153.

Owo dzień dobry, pomimo świadomości, że może być ostatnim w życiu powitaniem dnia (a może właśnie dlatego), brzmi tak przekonywująco... Uświadomienie sobie perspektywy śmierci może nas przygnębiać lub wprost przeciwnie — popychać do działania, by jak najlepiej wykorzystać czas, który został nam dany. Uzmysłowanie sobie kruchości życia powoduje, że zaczynamy mądrzej gospodarować każdym dniem, umniejszając wartość celów zewnętrznych (pieniędzy, wyglądu zewnętrznego, prestiżu) na rzecz osobistego rozwoju i tworzenia autentycznych więzi z innymi. Paradoksalnie, bliżej śmierci oznacza często bliżej życia... Wiele osób odkłada życie na później, pozostawiając w sferze planów marzenia, dążenia i wartości. Niektórzy ludzie, choć dotknięci cierpieniem i niepewnością, potrafią realizować swoje cele, koncentrować się na tym co dla nich ważne.

Już w starożytnej Grecji szczególnym zainteresowaniem cieszyło się sokratejskie wezwanie „Poznaj samego siebie”. Próby autentycznego, nie zwodniczego wyrażania swoich uczuć poprzez własny język, były od czasów antycznych nieodłącznym elementem *poiesis*, czyli „tworzenia” za pomocą słów nas samych oraz naszego intymnego świata... Owo *tworzenie znaczeń w poiesis* nie jest procesem zamkniętym, daje możliwość własnych interpretacji, zachęca do dyskursu, który staje się ponadczasowy. Z celowym oddziaływaniem dzieła literackiego na samopoczucie odbiorcy wiąże się pojęcie *katharsis*, jedna z najbardziej podstawowych i swoistych kategorii estetyki w zastosowaniu do recepcji literatury. Owo mocne przeżycie może wpływać dobroczynnie na czytelnika, powodując doskonalenie, wręcz uszlachetnianie jego uczuć i właściwie jest istotą terapii przy pomocy tekstu⁵. Jako pierwszy określenia *katharsis* użył Arystoteles w swojej słynnej definicji tragedii (*Poetyka*, rozdział VI), w której autor przedstawiając działanie i wpływ sztuk tragicznych na widza, wskazał na wzbudzanie intensywnych odczuć litości i trwogi, aby w finale mógł on doznać uczucia „oczyszczenia”, ulgi i osiągnął swój wewnętrzny spokój. Także inny starożytny myśliciel Platon wypowiadając się o słuchaczach poezji w *Gorgiaszu*, porównał wpływ słowa (*logos*) na duszę z działaniem lekarstw oczyszczających ciało⁶.

Poetyckie skojarzenia i przenośnie są w nas naturalnie zakorzenione, jednak tylko nieliczni potrafią przelać je na papier i mają odwagę pokazać je innym. Twórca bowiem jest „artystą słowa”, który przekształca je w narzędzie „sprawniejsze i piękniejsze niż jest ono w zwykłej komunikacji językowej”⁷. Kontakt z poezją ma również walor edukacyjny, poszerza naszą wyobraźnię i zasób słownictwa, a także — jak pisał Paul Ricoeur — pozwala lepiej zrozumieć samego siebie. Przyglądając się sobie odkrywamy nowe rzeczy, świat wykreowany w poezji pozwala nam przekroczyć nasze ograniczenia.

⁵ E. Tomasiak, *Biblioterapia jako jedna z metod pedagogiki specjalnej*, [w:] *Wybrane zagadnienia z pedagogiki specjalnej*, red. E. Tomasiak, Warszawa, s. 33.

⁶ T. Sinko, *Trzy poetyki klasyczne: Arystoteles, Horacy, Pseudo-Longinos*, Wrocław 2006, s. XX.

⁷ A. Kulawik, *Poetyka. Wstęp do teorii dzieła literackiego*, Kraków 1997, s. 25.

Poezjoterapia, jak każda inna terapia, może być czynna (pisanie wierszy) i bierna (czytanie i słuchanie utworów stworzonych przez innych). Pisanie i czytanie poezji wymaga uważności i świadomości tego, czego doświadcza się w danym momencie. Metaforyczne znaczenia nadają uniwersalności poezji, a jednocześnie powodują, że dostrzegamy w niej potencjał terapeutyczny. Wyjątkowość każdej autoekspresji, w mowie lub piśmie, jest warunkiem odkrywczej podróży w głąb siebie... Czasami życie wydobywa za znanych nam słów znaczenia, których się wcześniej nie spodziewaliśmy. Metafora, tworząc pomost pomiędzy czuciem i wiedzą, może np. wyłonić się ze sfery tabu udostępniając tajemnicę w toku twórczej interakcji. Jej siła polega na tym, że nie będąc konstrukcją zamkniętą, może być dowolnie interpretowana. Gra (często pozornie swobodnych) poetyckich skojarzeń rodzi spontaniczne akty ekspresji. Terapia poprzez pisanie polega często na nieustannej potrzebie metaforyzacji myśli, wspomnień, wartości, wyobrażeń. W starożytnym Rzymie popularna stała się sentencja: *Poetis omnia licet dicere* („Poetom wolno mówić wszystko”).

Wartość terapeutyczna wierszy nie zawsze ma pełny związek z ich wartością literacką, bo i nie o takie walory tutaj chodzi. Dr Sherry Reiter, licencjonowana poezjoterapeutka w zakresie słowa mówionego i kreatywnego pisanie, w książce *Writing Away the Demons: Stories of Creative Coping Through Transformative Writing (Przeciw demonom. Pisanie jako forma autoterapii)* pokazuje korzyści jakie płyną z pisanie dla zdrowia i dobrostanu psychicznego. Wyjaśnia także, że odpowiedzią na stres związany np. z poważną chorobą może być bunt, ucieczka lub inercja⁸. Ale jest jeszcze czwarta możliwość: twórcze zmaganie się z kryzysem poprzez pisanie. Rytuał pisanie może dawać moc, przynosić uspokojenie, wzmacniać pewność, że coś po nas pozostanie.

Odpowiednie nastawienie psychiczne może wspomagać terapię najcięższych chorób, pomóc przekroczyć granicę i wrócić — wyleczyć nieuleczalne. Sprawcza *siła słów* jest ogromna, chociaż nie zawsze zdajemy sobie z niej sprawę. Słowa mogą ranić i wspierać, zasmucać lub dodawać otuchy, jątrzyć lub działać niczym balsam... Dlatego tak ważne jest, by używać ich świadomie, mimo tych wszystkich sytuacji, w których „brakuje nam słów”... Bo co można powiedzieć, gdy ktoś bliski zaczyna poważnie chorować? Gdy jesteśmy jego matką, ojcem, siostrą czy bratem, a może córką lub synem, najbliższym przyjacielem... I jak rozmawiać, gdy sami zachorujemy — przecież nie chcemy obarczać najbliższych swoimi problemami, więc może lepiej (bezpieczniej) milczeć? Myślimy, że lepiej powiedzieć najbliższemu o tym, co nas dręczy nieco później. Czekamy na bardziej sprzyjającą chwilę, gdy już nieco „oswoimy” strach i będziemy potrafili o tym rozmawiać... Niektórym łatwiej jest wtedy mówić o kimś innym, przekazywać swoje myśli i emocje poprzez wykreowane historie, opowieści o życiu bohaterów, których losy dziwnie przypominają doświadczenia ich własne lub bliskich osób.

⁸ S. Reiter, *Writing Away the Demons: Stories of Creative Coping Through Transformative Writing*, St. Cloud 2009, s. 12.

Gdy dotyka nas choroba, to mimo doświadczenia życiowego, zdolności przewidywania, czy stabilizacji życiowej, możemy stracić chęć do działania. Gdy zachorujemy, zdarza się, że nie radzimy sobie z lękami i nie potrafimy pomóc sobie ani innym. Warto wtedy poszukać pomocy w literaturze, a zwłaszcza w jej najsubtelniejszej formie — poezji. W książce Beaty Krupskiej „Szedł przez świat *Szklany Człowiek*, dobry i mądry, ale przy tym niezwykle wrażliwy i delikatny. Snuł plany na przyszłość i wierzył, że świat jest piękny [...]. Lecz nagle rzucone w niego Złe Słowo sprawiło, że rozpadł się na tysiące drobnych kawałków szkła... Nigdy nie mówcie nikomu nic złego, nie wiecie przecież *Kto z Nas* jest szklanym człowiekiem...”⁹. Dlaczego jedno złe słowo potrafiło spowodować, że bohater „rozsypał się” niczym krucha tafla stłuczonego lustra? Czy zabrakło czegoś, co ochroniłoby go przed tym uderzeniem lub przynajmniej zamortyzowało jego skutki? A może zupełnie nie spodziewał się takiej sytuacji, nie był do niej *przygotowany* — o ile w ogóle można się do takich zdarzeń przygotować. Bo przecież tak naprawdę, *Każdy z Nas* jest Szklanym Człowiekiem i nigdy nie wiadomo, co może spowodować, że rozpadniemy się na tysiące drobnych kawałków... Traumatyczne przeżycia często rozbijają nasz system wartości i niejednokrotnie odbierają poczucie sensu życia. Paradoksalnie mogą jednak spowodować, że zaczynamy walczyć i próbujemy złożyć rozsypane części w nową całość...

Czy słowa mogą leczyć? Termin *logoterapia* wprowadził i spopularyzował Viktor Frankl — profesor neurologii i psychiatrii, więzień hitlerowskich obozów koncentracyjnych, autor takich dzieł jak: *Człowiek w poszukiwaniu sensu* i *Wola sensu*, napisanych w nurcie psychologii humanistycznej. *Katharsis* oznacza więc uwolnienie od czegoś, np. od afektów, usunięcie, „wyrzucenie” z duszy¹⁰. Istotę psychologicznego charakteru stosowanych w poezjoterapii metod i technik podkreśla metoda katarctyczna, opierająca się na nieskrępowanych wypowiedziach odbiorcy. Owa wypowiedź, zainspirowana usłyszaną historią czy przeczytanym utworem literackim, praktycznie przesądza o powodzeniu terapii. Przy czym tekst, „słowo”, działają tutaj jak katalizator, „pokazując” problem (etap identyfikacji), po czym następuje etap wglądu w siebie, w swoje emocje, lęki i pragnienia.

„Jesteś tym co pamiętasz i co czujesz” — napisała we wstępie do swojej książki psychoterapeutka Ewa Woydyłło przekonując, że w życiu towarzyszy nam dobra i zła pamięć i że tę złą można zamienić w dobrą poprzez świadomą, wewnętrzną transformację prowadzącą do uświadomienia sobie, nazwania, uzewnętrznienia i pozbycia się niechcianych emocji¹¹. Każdy, kto próbował opowiadać o swojej walce z chorobą, przekonał się, że nie jest łatwo o niej mówić. Częściej, w takich granicznych sytuacjach zamykamy się w sobie, cierpimy w pojedynkę, tym bardziej więc należy docenić te Osoby, które odważyły się podzielić się swoimi odczuciami, walką, wzlotami i bólem upad-

⁹ B. Krupska, *Szklany Człowiek*, [w:] *Bajki*, Warszawa 1989, s. 61-63.

¹⁰ A. Szczeklik, *Katharsis*, Kraków 2003, s. 79 i nast.

¹¹ E. Woydyłło, *Dobra pamięć, zła pamięć*, Warszawa, 2014, s. 8-9.

ków. Dzięki temu czytelnik ma okazję dotknąć swoistych „cudów zwycięstwa” nad melancholią, beczasem, bezradnością...

2. „Słowa zakłęte w poezji”

„Katarzyna Dominik to [osoba, która] nie tylko realizuje swoje pasje i marzenia, ale także stara się pomóc innym. To «dziewczyna z sąsiedztwa», która każdego dnia walczy o urzeczywistnienie swoich marzeń z tą samą zaciętością, z którą pokonywała kolejne przeszkody na swojej drodze. Błyszczą w cichym tle, bez poklasku i fleszy...¹²”. Tak o młodej autorce z Dobczyc pisał Ryszard Rodzik (1948–2012), wielki przyjaciel ludzi pióra, prowadzący przez lata w krakowskim Radiu Alfa audycję „Każdy rodzi się poetą”¹³. Można zatem powiedzieć, że urodzona 15 stycznia 1982 r. Katarzyna Dominik przyszła na świat z niezwykłym zapalem twórczym, którego — mimo dramatycznych przeciwności losu — nie pozostawiła pod korcem. By lepiej zrozumieć te słowa wystarczy zapoznać się z jej bibliografią. W roku 2007 autorka wydała książkę *Rys historyczny Polskiego Towarzystwa Turystyczno-Krajoznawczego w Dobczycach*¹⁴, przygotowaną na kanwie własnej pracy magisterskiej¹⁵. Dwa lata później wydawnictwo Drukpol ogłosiło jej kolejną publikację — *Z dziejów Dobczyc i okolic*¹⁶. Niecały rok później ukazała się książka *Dobczyce raz jeszcze, ale całkiem inaczej...*¹⁷, zawierająca komentarz historyczny do dziejów miasta, a także liczne fotografie pochodzące z Archiwum Oddziału PTTK w Dobczycach oraz od osób prywatnych¹⁸. Rok 2011 przyniósł obszerną publikację — *Dzieje parafii p.w. Matki Bożej Wspomożenia Wiernych w Dobczycach*¹⁹, napisaną wspólnie z jej wieloletnim proboszczem ks. Michałem Mikołajczykiem²⁰. W tym samym roku Katarzyna Dominik wspólnie z badaczem dziejów regionu Leszkiem Kawalcem opracowała składankę pocztówkową pt. *Dobczyce... – te mniej znane*²¹, będącą interesu-

¹² R. Rodzik, wypowiedź o autorce [w:] K. Dominik, *Słowa zakłęte w poezji (zbiór wierszy z lat 2007–2014)*, Dobczyce 2014, s. 7.

¹³ Por. B. Faron, *Wspomnienie o Ryszardzie Rodziku*, „Konspekt” 2012, wyd. specjalne nr 2, s. 72–74.

¹⁴ K. Dominik, *Rys historyczny Polskiego Towarzystwa Turystyczno-Krajoznawczego w Dobczycach*, Wyd. Urząd Gminy i Miasta Dobczyce, Dobczyce 2007, 80 s.

¹⁵ K. Dominik, „Polskie Towarzystwo Turystyczno-Krajoznawcze — Oddział w Dobczycach (1952–2005). Zarys monograficzny”, Kraków 2006, praca napisana pod opieką prof. dr hab. Jacka Chrobaczyńskiego w Instytucie Historii UP, sygn. Arch.2186/9 UP Kraków, Archiwum UP.

¹⁶ K. Dominik, *Z dziejów Dobczyc i okolic*, Wyd. DRUKPOL, Kraków–Dobczyce 2009, 48 s.

¹⁷ K. Dominik, *Dobczyce raz jeszcze, ale całkiem inaczej...*, Wyd. PROMO, Dobczyce 2010, 104 s.

¹⁸ Publikacja ta była pokłosiem wystawy zdjęć pt. „Śladami historii Dobczyc” zorganizowanej w ramach obchodów jubileuszu 700-lecia Królewskiego Miasta Dobczyce. Espozycję przygotowali historycy K. Dominik i P. Figlewicz oraz miłośnik dziejów ziemi dobczyckiej L. Kawalec na zlecenie Urzędu Gminy i Miasta w Dobczycach. Wystawa została otwarta na Małym Rynku w Dobczycach 1 V 2010 r. Zob., tamże, s. 31.

¹⁹ Mikołajczyk M., Dominik K., *Dzieje parafii p.w. Matki Bożej Wspomożenia Wiernych w Dobczycach*, Wyd. PROMO, Dobczyce 2011, 200 s.

²⁰ W parafii pw. Matki Bożej Wspomożenia Wiernych w Dobczycach ks. Michał Mikołajczyk był proboszczem przez 27 lat. Zob. M. Fortuna-Sudor, *Wiele zależy od kapłanów*, „Tygodnik Katolicki Niedziela” 2013, nr 25, s. 7; <http://www.niedziela.pl/artukul/106589/nd/Wiele-zalezy-od-kaplanow> (dostęp. 7 XI 2014 r.).

²¹ K. Dominik, L. Kawalec, *Dobczyce... — te mniej znane*, Wyd. PROMO, Dobczyce 2011. Publikacja zawiera dawne fotografie Dobczyc oraz wiersze Dobczyczan żyjących w XX w.

jącym materiałem promocyjnym miasta. Ponadto cały czas publikuje artykuły w prasie – ogólnopolskiej, regionalnej, naukowej oraz studenckiej²². Można zatem powiedzieć, że dla bohaterki niniejszego artykułu lata 2005–2011 były niezwykle pracowite. Katarzyna Dominik to jednak osoba pełna energii i pasji tworzenia, intensywnie przeżywająca każdą chwilę, świadoma, że „życie dało jej ich tak mało”²³. Toteż po zakończeniu prac naukowych, związanych z dziejami ukochanego rodzinnego miejsca, autorka postanowiła zaprezentować czytelnikom swoją twórczość poetycką. Inspirująca w tym względzie okazała się znajomość z red. Rodzikiem. To dzięki niemu właśnie pisane wcześniej „do szuflady” utwory poetyckie miały możliwość ukazania się drukiem²⁴. W roku 2012 do rąk czytelników trafił tomik wierszy *Dobczyckiej poezji czar — wiersze zebrane*, a następnie dalsze zbiory autorskie: *Kropla krwi — życia bezcenny dar* oraz najnowszy — *Słowa zaklęte w poezji*²⁵, będący wyborem wierszy z lat 2007–2014. To przekierowanie zainteresowań z działalności naukowej w stronę twórczości artystycznej ma swoje głębokie uzasadnienie. Dla autorki zmagającej się od 2000 roku z aplazją szpiku kostnego, a od 2007 zespołem mielodysplastycznym szpiku²⁶, twórczość poetycka posiada ogromne znaczenie autoterapeutyczne. Autorka mówi o sobie:

Kartka papieru stała się moim powiernikiem, przyjacielem a zarazem „terapeutą”; lekarzem w zarówno tych trudnych, jak i radosnych chwilach mojego życia. Albowiem właśnie w takich momentach, kiedy to najbardziej uaktywniają się emocje, myśli kłębią się w mojej głowie i zaczynam pisać. To właśnie wówczas powstaje moja poezja. Kiedy z kolei czytam to, co napisałam, wielokrotnie znajduję klucz do drzwi, które były dla mnie dotychczas zamknięte, niedostępne, a dzięki tworzeniu stają przede mną otworem. Poza tym pisanie pozwala mi uwolnić się od tego co mnie ogranicza, od choroby. Gdy piszę, staję się wolną, zdrową osobą, a tego mi właśnie najbardziej potrzeba²⁷.

Debiutancka książka poetycka Katarzyna Dominik rozpoczyna się wierszem *Testament mój*, w którym czytamy: „Po mojej śmierci... // oddać innym, co się przyda //

²² Spis artykułów opublikowanych przez K. Dominik obejmuje obecnie ponad 100 pozycji. Od roku 2009 pojawiają się one m.in. w „Gazecie Myślenickiej”, „Głosie Myślenickim”, „Głosie Podhalańskim”, „Naszej Gazecie”, „InfoStudencie” i „Informatorze Przyszłego Studenta”. Z ważniejszych artykułów K. Dominik należy wymienić te wydrukowane w piśmie Uniwersytetu Pedagogicznego „Konspekt”: *Rola i znaczenie Planu Marshalla*, nr 30, *Drogi Śląska do Polski*, wyd. spec 1, s. 33–36. Autorka publikowała także w pismach studenckich UP: „Studens Scribit”, „Argument”, „Meritum”.

²³ Z prywatnej rozmowy M. Kani z K. Dominik, przeprowadzonej w dniu 7 XI 2014 r.

²⁴ K. Dominik, *Moje wspomnienie o Ryszardzie Rodziku*, [w:] P. Kiszka, *Rodzik i przyjaciele*, Kraków 2014, s. 10–11.

²⁵ K. Dominik, *Dobczyckiej poezji czar — wiersze zebrane*, Wyd. PROMO, Dobczyce 2012, 104 s., *Kropla krwi — życia bezcenny dar*, Wyd. Promo, Dobczyce 2013, 152 s., *Słowa zaklęte w poezji...*, dz. cyt., 110 s.

²⁶ Katarzyna Dominik umie otwarcie opowiadać o swoich problemach zdrowotnych. „Zostałam zdiagnozowana w 2000 roku, kiedy to dopiero zaczynałam żyć, kiedy zaczynałam wstępować w dorosłe życie, poznać nowych ludzi, kiedy uczyłam się korzystać z uroków tego świata. I nagle kazano mi to wszystko zostawić bez jakichkolwiek wyjaśnień, „tu i teraz”, tak po prostu, z dnia na dzień. Niemniej patrząc wstecz nie żałuję, że musiałam pożegnać swoje wcześniejsze życie, bowiem tak naprawdę nic mnie nie ominęło, a może nawet otrzymałam więcej od losu niżbym chciała?! Przez pryzmat tych 15 lat stałam się osobą, jaką teraz jestem – zatem mam za co dziękować”. List K. Dominik do M. Kani z dnia 30 IX 2014 r.

²⁷ Tamże (podkr. W. M., M. K.).

resztę spalić i rozsypać”²⁷. Ten niewielki, zaledwie trzywersowy utwór, nosi datę 24 kwietnia 2007 r. Jest to dla wtajemniczonego czytelnika ważna informacja — w tym dniu autorka została poddana długo oczekiwanej operacji przeszczepu szpiku kostnego, przeprowadzonej przez prof. Jerzego Wojnara w Samodzielnym Publicznym Szpitalu Klinicznym im. Andrzeja Mielęckiego Śląskiego Uniwersytetu Medycznego w Katowicach. Spisana przez Katarzynę Dominik poetycka ostatnia wola nosi znamiona głębokiego pogodzenia się z losem. Spalenie ciała po śmierci i rozsypywanie prochów przywołują skojarzenia z tradycją pochówku znaną ludzkości od czasów starożytnych. Ale proch, w który człowiek rozpada się, jest też nazwaną w Księdze Rodzaju („bo prochem jesteś i w proch się obrócisz”) naturalną, darowaną przez Boga materią, z której człowiek powstał w Akcie Stworzenia (Rdz 2, 7). Rozsypywanie się ciała w proch stanowi zatem ważny element naturalnego porządku ludzkiej egzystencji.

Nikt „nie pisze i nie mówi w samotności. Pisze się nie tylko dla kogoś, pisze się również z kimś”²⁸. Tym kimś jest Ines z Niemiec, dawczyni szpiku. 24 kwietnia 2007 r. dla niej właśnie powstał wiersz pt. *Kropla krwi*:

Kiedy myślałam, że to już koniec
pojawiałaś się Ty — kochana Ines.
Kiedy żegnałam się z tym światem,
życie ofiarowałaś mi Ty — droga Ines.
Kiedy szukałam ukojenia w cierpieniu i bólu
pocieszyłaś mnie Ty — moja siostró Ines.

Teraz ja dziękuję Ci za tę
życiodajną KROPLĘ KRWI!²⁹

Dar szpiku kostnego tworzy wspólnotę, ponieważ „aby dawać siebie” potrzebny jest ktoś, kto dar ten otrzyma, odbierze i zrozumie (dar wymaga darczyńcy i obdarowanego; stąd wynika jego interpersonalny charakter³⁰). Słowo wspólnota ma w tym wypadku dodatkowe znaczenie. Wspólnota to wg *Słownika Języka Polskiego* PWN: „odznaczanie się wspólnymi cechami, wspólne posiadanie i przeżywanie czegoś”, ale też „coś, co łączy i zespała”. Tym właśnie elementem jest dar, wynikający z „wielkiej potrzeby egzystencjalnej” człowieka³¹. To, jak również samo pojęcie bezinteresownego daru, odsyła całą sytuację do sensu związanego z Absolutem³². Darować życie może tylko Bóg, działając bezpośrednio (cud uznany przez Kościół Katolicki) lub przez drugiego człowieka. W tym

²⁸ J. Tischner, *Ksiądz na manowcach*, Kraków 2007, s. 35.

²⁹ *Kropla krwi*, [w:], *Dobczyckiej poezji czar...*, dz. cyt., s. 14.

³⁰ K. Mrówka, *Filozoficzny sens przebaczenia*, Tarnów 2008, s. 26, 28.

³¹ P. Ide, *Czy możliwe jest przebaczenie*, Kraków 2000, s. 39.

³² K. Mrówka, dz. cyt., s. 27.

wypadku — przez osobę, która dobrowolnie (kolejny wyznacznik daru) oddaje swój szpik do przeszczepu oraz przez lekarzy, którzy ten przeszczep wykonują. O darze otrzymanym od Ines Katarzyna Dominik pisze w sposób metaforyczny. Kropla krwi, czyli preparat zawierający komórki macierzyste hematopoezy (krwiotworzenia), nabiera znaczenia symbolicznego, jest gestem uświęconym, ponieważ ratuje życie, które samo w sobie jest święte. Toteż w innym wierszu pojawia się radosne stwierdzenie: Koniec nie jest końcem..., / Jest początkiem czegoś nowego [...] / Czegoś, co się nazywa życie [...] ³³

Ciało ludzkie jest piękne, lecz ułomne. Duch — nieśmiertelny. „W Biblii człowieka określa się jako «ciało ożywione», albo jako «duszę żyjącą». Organy fizyczne symbolizują i ucieleśniają wymiar psyche ³⁴ ale nie są w stanie jej ograniczyć. Ciało, dane bezpośrednio, podlega aktom woli ³⁵. Ciało można ograniczyć, ducha i serca ograniczyć się nie da. Świadoma tego Katarzyna Dominik wyznaje:

Głos serca bywa silniejszy niż rozsądek,
dlatego ja swoje serce zostawiłam w górach
Tam nikt go nie znajdzie, nikt nie skrzywdzi.
Tam jest bezpieczne...,
na wieki wieków ³⁶

Jak pisała Carson McCullers — „serce to samotny myśliwy”. Za tą samotnością kryje się radość tajemnicy, pozorne bezpieczeństwo oraz dramat związany z akceptacją własnego losu i niezgodą na świat. Problematykę tę widać także w twórczości K. Dominik, która pisze:

Ten świat nie należy już do mnie
i ja nie pasuję już do tego świata.
Wszystko wciąż się zmienia i chwieje [...] ³⁷

W płynnej i niestabilnej rzeczywistości jedyną pewną wartością pozostają miłość (choć w tym wypadku podmiot liryczny wyraża liczne zastrzeżenia) przyjaźń, wiara w Boga oraz szczerze wypowiedziane słowo.

Warto zaznaczyć, że twórczość Katarzyny Dominik posiada nie tylko wartości autoterapeutyczne. Jest także skierowana do czytelników i na czytelników, ma bowiem oddziaływać na ich intelekt i emocje. Na pytanie „Jaką prawdę chcesz powiedzieć czytelnikom?” autorka odpowiada:

³³ *Początek końca*, [w:] *Słowa zakłete...*, dz. cyt., s. 37.

³⁴ O. Clément, *Ciało śmiertelne i chwalebne*, tłum. M. Żurowska, Warszawa 1999, s. 8.

³⁵ F. Chirpaz, *Ciało*, tłum. J. Migasiński, Warszawa 1998

³⁶ *Zew serca*, [w:] *Słowa zakłete...*, dz. cyt., s. 87.

³⁷ *Ten świat*, [w:] tamże, s. 18.

Aby nigdy się nie poddawali, bowiem każdy problem ma dwa rozwiązania; wystarczy je tylko odnaleźć. Aby cały czas dążyli do spełniania swoich marzeń, gdyż marzenia mają to do siebie, że się spełniają — wystarczy tylko poczekać. Gdybym nie marzyła i nie dążyła do wyznaczonych celów, zapewne by mnie już na tym świecie nie było i nikt nie miałby okazji zapoznać się z moją twórczością. A jednak jestem i nigdzie się nie wybieram, no chyba, że w podróż dookoła świata³⁸.

Twórczość Katarzyny Dominik nosi wyraźne piętno zmagania się z chorobą, losem, własnymi rozterkami. Jest pewnego rodzaju dialogiem, jaki autorka/podmiot liryczny toczy z samą sobą, któremu towarzyszą niewyszukane rymy i łatwo wpadające w ucho zestawienia słów. To jeszcze bardziej podkreśla walor terapeutyczny tej twórczości, nastawionej na głębokie przeżywanie i wyrażanie własnych emocji za pośrednictwem prostych środków artystycznych. Autorka nie stosuje literackich „chwytów”³⁹, nie komplikuje kodu ani komunikatu. Po prostu: „kocha pisać, poezję tworzyć, wiersze mnożyć”⁴⁰. Kontekstem tej twórczości jest „ja” autorki, wyraźnie zaznaczające się we wszystkich niemal wierszach. Autorka „czuje”, „myśli”, „obserwuje”, „przeżywa”, „cierpi” i „cieszy się” słowami i poprzez słowa. Słowa, które „zaklinają” jej życie — w wiersze.

3. Bibliografia (wybór)

- Burzyńska A., M. P. Markowski, *Teorie literatury XX wieku. Podręcznik*, Kraków 2006.
- Chirpaz F., *Ciało*, tłum. J. Migasiński, Warszawa 1998.
- Clément O., *Ciało śmiertelne i chwalebne*, tłum. M. Żurowska, Warszawa 1999.
- Czernianin W., Czernianin H., *Poezjoterapia jako jedna z metod biblioterapii*. „Przegląd Biblioterapeutyczny” 2011, R. 1, s. 30-79.
- Dominik K., *Słowa zakłęte w poezji (zbiór wierszy z lat 2007–2014)*, Dobczyce 2014.
- Heidegger M., *W drodze do języka*, Warszawa 2004.
- Ide P., *Czy możliwe jest przebaczenie*, Kraków 2000.
- Kiszka P., *Rodziki i przyjaciele*, Kraków 2014.
- Krasoń K., *Poezjoterapia*, [w:] *Literatura dla dzieci i młodzieży (po roku 1980)*, pod red. K. Heskiej-Kwaśniewicz, t. II, Katowice 2009, s. 271–276.
- Krupska B., *Szklany Człowiek*, [w:] *Bajki*, Warszawa 1989.
- Mrówka K., *Filozoficzny sens przebaczenia*, Tarnów 2008.
- Reiter S., *Writing Away the Demons: Stories of Creative Coping Through Transformative Writing*, St. Cloud 2009, s. 12.
- Sinko T., *Trzy poetyki klasyczne: Arystoteles, Horacy, Pseudo-Longinos*, Wrocław 2006.
- Szczeklik A., *Katharsis*, Kraków 2003.

³⁸ List K. Dominik do M. Kania z dnia 30 IX 2014 r. (podkr. W. M., M. K.).

³⁹ Por. W. B. Szklowski, *Sztuka jako chwyt*, tłum. R. Łużny, [w:] *Teoria badań literackich za granicą. Antologia*, red. S. Skwarczyńska, Kraków 1986, t. 2, cz. 3., s. 10 i nast.

⁴⁰ Miłość do pisania, [w:] *Słowa zakłęte...*, dz. cyt., s. 27.

Szulc W., *Arteterapia. Narodziny Idei, ewolucja teorii, rozwój praktyki*, Warszawa 2011.

Tagore R., *Poezje*, tł. J. Kasproicz, Toruń 1999.

Tischner J., *Książka na manowcach*, Kraków 2007.

Tomasik E., *Biblioterapia jako jedna z metod pedagogiki specjalnej*, [w:] *Wybrane zagadnienia z pedagogiki specjalnej*, red. E. Tomasik, Warszawa.

Woydyło E., *Dobra pamięć, zła pamięć*, Warszawa 2014.

Zapis rozmowy M. Kani z K. Dominik, przeprowadzonej w dniu 7 XI 2014 r.

Recenzje

Reviews

Wita Szulc

Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa
im. Witelona w Legnicy

Biblioterapia wśród technik arteterapii.

Recenzja książki: *Arteterapia: teoria, praktyka, projekty, część 1. Teoria*, pod red. naukową Bartosza Łozy i Aleksandry Chmielnickiej – Plaskoty, Wyd. „Difin” Warszawa 2014 s. 306

Bibliotherapy between art therapeutic techniques.

Book reviews: Arts therapy: theory, practice, projects. Part 1.: Theory, editors Bartosz Łoza, Aleksandra Chmielnicka – Plaskota. „Difin” Warszawa 2014 s. 306

Na mapie arteterapeutycznej Polski, znaczonej konferencjami naukowymi i wydawnictwami wyróżnia się ostatnio ośrodek warszawski publikujący książki będące efektem współpracy kilku podmiotów, polskich i zagranicznych (Australia), wśród których wiodącą rolę pełnią Instytut Edukacji Artystycznej Akademii Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej w Warszawie i Klinika Psychiatrii Oddziału Fizjoterapii II Wydziału Lekarskiego Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego Bazą kliniczną tych instytucji współpracujących ze sobą na niwie arteterapii jest szpital psychiatryczny zlokalizowany w Tworkach pod Warszawą. Fakt ten potraktować można jako powrót do korzeni polskiego leczenia psychiatrycznego, uznającego terapię z udziałem sztuki za pełno prawną metodę leczenia. Prym w tym nurcie psychiatrii humanistycznej, zwłaszcza w obszarze biblioterapii, wiodły bowiem w latach 70. XX w. właśnie Tworki. To tutaj doc. dr hab. med. Teresa Stańczak stosowała i opisywała różne formy i metody terapii czytelnicznej i poezjo terapii przybliżając zarazem na łamach czasopisma „Szpitalnictwo Polskie” wiedzę, niedostępną wówczas z innych źródeł, o poezjo terapii amerykańskiej i jej prekursorach (J. Leedy, J. Longo, A. Lerner).

W 1. tomie rekomendowanej *Arteterapii* znajdziemy artykuł poświęcony – jak głosi tytuł rozdziału – literaturze (s. 223 – 230). Wprawdzie część historyczno – teoretyczna tekstu nie zawiera wiadomości nieznanymi wcześniej czytelnikom „Przeglądu Biblioterapeutycznego”, ale za to fragment zatytułowany *Blogowisko* mówi o najnowszej, internetowej formie aktywnej biblioterapii, którą, mimo wątpliwości co do jej *stricto* terapeutycznego charakteru, współcześni biblioterapeuci także powinni poznać. Rozdział *Film*

i multimedia (s. 232 – 243) też nawiązuje do biblioterapii, bo filmy bazują przecież na literackich scenariuszach, a metodyka pracy z pacjentem z wykorzystaniem filmu pod wieloma względami przypomina metody i techniki biblioterapeutyczne. Autor rozdziału, prof., dr hab. med. Bartosz Łoza, nie tylko charakteryzuje multimedia i omawia istotę ich terapeutycznych oddziaływań, ale też odpowiada na pytanie, kiedy multimedia pomagają a kiedy szkodzą. Tom zamyka dodatek informujący, kto jest kim w polskiej arteterapii (s. 289- 304) oraz załączniki edukacyjne zawierające pytania kontrolne do studentów i zadania ćwiczeniowe.

Arteterapia, cz. 2. Praktyka, pod red. naukową B. Łozy i A. Chmielnickiej – Plaskoty, Wyd. „Difin” Warszawa, 2014, s. 302

W 2. tomie *Arteterapii*”, w rozdziale 1. zatytułowanym *Refleksje o arteterapii* znajdziemy tekst pt. *Biblioterapia* (s. 45 – 48) zachęcający do refleksji nad biblioterapią prowadzoną przez nauczycieli w warunkach szkolnych, a dokładniej nad różnicą między dydaktyką a terapią i zasadnością nazywania biblioterapią zajęć lekcyjnych z dziećmi, poświęconych omawianiu różnych lektur, według metodyki stosowanej na zajęciach dydaktycznych. Tom zamyka rozdział 14. Zatytułowany *Inna praca z tekstem*, a w nim podrozdział poświęcony *Książce unikatowej jako obiekcie artystycznym*. Prekursorem tworzenia książek artystycznych jest w Polsce prof. Eugeniusz Józefowski, nie wymieniony jednak w bibliografii, być może dlatego, że tekst poświęcony jest wyłącznie kształceniu kreatywności, bez odniesień do arteterapii.

Obie części są niezwykle atrakcyjne zarówno pod względem treści, jak i formy. Mówią o różnych formach terapii przez sztukę, głównie wizualną, ale nie tylko. Zawarte w nich teksty są krótkie, zwarte, można by powiedzieć – dynamiczne. Teksty napisane przez autorów z instytucji medycznych, a takich jest większość, opracowane są według obowiązującego w pracach klinicznych schematu: cel, metody, opis badanej grupy, przebieg terapii, przewidywane rezultaty działania, studium przypadku, wnioski. Dzięki temu wiarygodność opisów nie budzi wątpliwości i jest przekonująca także dla innych specjalistów, spoza kręgu arteterapii. Kilkadziesiąt fotografii kolorowych i czarnobiałych stanowi dokumentację tej wartościowej, interesującej i potrzebnej książki.

**Prace uczestników Studiów
Podyplomowych Biblioterapii
w Instytucie Psychologii
Uniwersytetu Wrocławskiego**

*Work of participants of
Postgraduate Studies of
Bibliotherapy from
the Institute of Psychology
at the University of Wrocław*

Halina Halatyn

bibliotekarz w I Liceum Ogólnokształcącym
im. B. Prusa w Żarach

Propozycje lektur poruszających określone problemy egzystencjalne (adnotowane zestawienie bibliograficzne w wyborze)

Suggestions of readings which bring up specific existential issues (selected annotated bibliography list)

Abstrakt:

Inspiracją do zajęcia się opracowaniem zestawienia pozycji książkowych, mogących być przydatnymi w pracy z dorosłymi osobami, mającymi określone problemy egzystencjalne, była potrzeba wzbogacenia własnego warsztatu pracy nauczyciela bibliotekarza.

Polecanie odpowiedniej literatury wymaga orientacji w dorobku piśmienniczym, a także znajomości jej treści. Bieżące śledzenie nowości jest możliwe jedynie w ograniczonym zakresie. Wykaz literatury przydatnej w pracy bibliotekarza-biblioterapeuty z czytelnikami dorosłymi może ułatwić codzienną działalność. W pracy wykorzystałam prowadzoną przez siebie od kilku lat kartotekę książek dla czytelników potrzebujących terapii, książki przeczytane przeze mnie, także te przeczytane przez moją rodzinę i znajomych. Źródłem opisów i recenzji książek były m.in. również recenzje zamieszczone przez czytelników w serwisach internetowych.

Niniejsza praca jest subiektywnym i bardzo ograniczonym wyborem literatury faktu i beletrystyki, związanych z problemami egzystencjalnymi, także bibliografią adnotowaną, która może pomóc w znalezieniu książek poruszających określone problemy życiowe. Istnienie tego zestawienia nie zwalnia biblioterapeuty z obowiązku poznania lektury i oceny jej przydatności dla konkretnego czytelnika.

Uwzględniłam w nim przede wszystkim teksty, w których ważne są: konflikt etyczny, walka dobra ze złem, pokonywanie trudności, rozważanie wartości. Istotne dla terapii są także pozytywne przykłady bohaterów książek, z którymi czytelnik może się identyfikować. Ponadto, poruszając problemy podobne do trudności czytelnika, książka umożliwi ich przemyślenie, a jednocześnie pozwala spojrzeć z dystansu, ułatwiając dostrzeżenie czynników pozytywnych.

Mam nadzieję, że praca ta stanowić będzie uzupełnienie warsztatu pracy bibliotekarzy pracujących z dorosłymi czytelnikami. Ponieważ niniejsze zestawienie jest tylko wyborem literatury, ewentualni jego użytkownicy będą mogli na jego bazie opracowywać na potrzeby swojej pracy własny wykaz.

Słowa kluczowe:

biblioterapia dorosłych ; biblioterapia beletrystyka ; biblioterapia bibliografia adnotowana

Abstract:

The inspiration for development of the statement of bookkeeping that might be useful in working with adults, who have certain existential problems, was the need to enrich their own workshop of employment as a teacher librarian.

Recommending relevant literature requires orientation in literary output, as well as familiarity of its content. Current news tracking is only possible to a limited extent. List of references in the work of li-

brarian with adult readers can facilitate daily operations. At work I carry on a book directory of my innovation for a period of few years that is made for readers in need of therapy. The book directory contains publications read by me, including those read by my family and friends. The source of descriptions and reviews of the book were also among others, reviews posted by readers on the internet websites.

This work is subjective and very limited in choice of fiction and nonfiction, related to existential problems, including annotated bibliography, which can find books touching on certain life problems. The existence of this statement does not relieve the librarian from the responsibility of familiarizing themselves with these publications, reading and assessing its sustainability for a particular reader.

First of all, I took into account the texts that highlight the importance of: the ethical conflicts, the struggle between good and evil, overcoming difficulties, and the matter in consideration of values. A huge importance in the process of therapy is demonstrating examples of positive characters in the books, to which the reader can connect to and identify themselves within. In addition, touching on the problems similar to the difficulty of the reader, a book allows them to think, and at the same time allows you to look from a distance, making it easier for noticing the positive factors.

I hope that this work will complement workshop for librarians who work with adult readers. Since the below statement is only a selection of literature, any potential users will be able to develop their own statement by choosing a selection of literature on the same basis.

Keywords:

Bibliotherapy for adults; bibliotherapy fiction; annotated bibliography bibliotherapy

Przedmowa

Jestem nauczycielem bibliotekarzem, pracującym z młodzieżą szkoły ponadgimnazjalnej. Przerwa między lekcjami trwa przeciętnie 10 minut, a w tym czasie przychodzi do biblioteki średnio 20 osób, mających różne potrzeby, nie zawsze związane z wypożyczeniem lektury. Brakuje mi często możliwości szybkiego odszukania książki, poruszającej określone problemy. Zaczęłam spisywać sobie taką literaturę w formie kartoteki.

Kiedy rozpoczęłam Podyplomowe Studia Biblioterapii uznałam, że wykaz literatury przydatnej w pracy bibliotekarza-biblioterapeuty z czytelnikami dorosłymi, może ułatwić naszą codzienną działalność. Okazało się, że jest możliwość zebrania i uporządkowania takiego wykazu w ramach pracy dyplomowej. W literaturze polskiej funkcjonują już podobne opracowania dla poszczególnych kategorii czytelników¹. Również w książce Ireny Boreckiej i Lidii Ippoldt², chociaż nie jest typowym zestawieniem bibliograficznym, znajdziemy przykłady utworów literackich, pomagających w różnych problemach życiowych.

Oprócz przywołanej wyżej kartoteki, którą prowadziłam już od kilku lat i książek przeczytanych osobiście przeze mnie, także tych przeczytanych przez moją rodzinę i znajomych, źródłem opisów i recenzji książek były: opracowanie p. Genowefy Sur-

¹ Czerwińska Małgorzata: Niepełnosprawność i osoba niepełnosprawna w polskojęzycznej literaturze pięknej i naukowej. Bibliograficzny warsztat biblioterapeuty. Warszawa: Zakład Nagrań i Wydawnictw Związku Niewidomych, 2002. Ewa Tomasik: Zagadnienia pedagogiki specjalnej w literaturze. Przewodnik bibliograficzny. Warszawa: WSPS, 1999. ISBN 83-87079-30-8

² Borecka Irena, Ippoldt Lidia: Co czytać, aby łatwiej radzić sobie w życiu, czyli wprowadzenie do biblioterapii. Wrocław: SKiBA, [b.r.]. ISBN 83-856-89-92-3

niak³ oraz recenzje zamieszczane przez czytelników: 5w4, agatatera, Agis, analaw, ani-ma, Ariel, bazył3, bombero, Bożena, dagunia1, dominika, edym, eliss, envi, ettariel, gosinka, iamone, igaga, izabellag, izkabellla, Joanka_Be, kaczątka, kasandra_85, kocio, LeoniMa, Maadź, Mar_tyna, misiak297, mr.rosewater, nesnea, Pennywise, tricia i vilena w internecie, w serwisie BiblioNETka.pl⁴. Wszystkim wymienionym wyżej – za zgodę na wykorzystanie ich pracy i doświadczeń czytelnicznych – serdecznie dziękuję.

Szczególnie dziękuję Pani Profesor Wicie Szulc, która ukierunkowała moją pracę i nie szczędziła mi swoich cennych sugestii.

Halina Halatyn

1. Wstęp

Inspiracją do zajęcia się opracowaniem zestawienia pozycji książkowych, mogących być przydatnymi w pracy z dorosłymi osobami, mającymi określone problemy egzystencjalne, była potrzeba wzbogacenia własnego warsztatu pracy nauczyciela bibliotekarza. Dodatkowym impulsem stała się propozycja tematu pracy dyplomowej na seminarium Pani Profesor Wity Szulc.

Każda osoba chora lub niepełnosprawna potrzebuje wsparcia i zrozumienia. Może skorzystać z pomocy wykwalifikowanych specjalistów (lekarzy, psychologów, psycho-terapeutów), ale może też pomóc sama sobie. Jedną z form takiej „samopomocy” jest biblioterapia, która pozwala czytelnikowi dostrzec, że istnieje więcej niż jedno rozwiązanie jego problemu, zachęca do realistycznego spojrzenia na swoją sytuację, pomaga dostrzec wartość zawartą w ludzkim doświadczeniu, zrozumieć motywy postępowania ludzi uwikłanych w szczególne sytuacje, pokazuje, co jest niezbędne dla rozwiązania problemu.⁵

Polecenie odpowiedniej literatury wymaga orientacji w dorobku piśmienniczym, a także znajomości jej treści. Adresatami niniejszego opracowania mogą być nauczyciele bibliotekarze i bibliotekarze, pracujący z osobami dorosłymi. Pomoże im to lepiej wykonywać swoją pracę ku satysfakcji własnej, a przede wszystkim ku dobru czytelników.

Książka, oprócz funkcji poznawczych, kształcących, wychowawczych – pełni również, nie mniej ważną, funkcję terapeutyczną. Współcześnie wyróżnia się biblioterapię kliniczną i wychowawczo-humanistyczną (rozwojową)⁶. Łączy je wspólny cel – dokonywanie zmian w postawach, wzbudzanie autorefleksji, inicjowanie kreatywności, zmniejszanie izolacji społecznej i psychicznej, kształtowanie samooceny i samoakceptacji, dynamizowanie do pracy nad sobą. Przy czym biblioterapia rozwojowa (która będzie nas

³ Surniak Genowefa: Książki przydatne w biblioterapii [maszynopis]

⁴ <http://www.biblionetka.pl/>

⁵ Szulc Wita: Arteterapia. Narodziny idei, ewolucja teorii, rozwój praktyki. Warszawa: Difin S.A., 2011. ISBN 978-83-7641-411-9, s. 137

⁶ Czerwińska M.: op. cit., s. 10

głównie interesowała), odwołuje się głównie do podstaw pedagogiki, teorii wychowania, sposobów kompensacji i wyrównywania zaburzeń. Istotna jest również wiedza z zakresu bibliotekoznawstwa, literaturoznawstwa, dydaktyki ogólnej i metodyki czytelnictwa, a szczególnie preferencji czytelniczych, stylów odbioru i funkcji literatury.

Opisy książek uszeregowano według schematu, wyróżniającego stresowe sytuacje, które mogą być spowodowane przez:

1. ciężką lub chroniczną chorobę,
2. zakłócone stosunki rodzinne,
3. zgon bliskiej osoby,
4. miłość, zawód miłosny,
5. nieporozumienia w relacjach społecznych,⁷
6. inne.

Niniejsza praca jest po trosze przewodnikiem bibliograficznym po literaturze faktu i beletryście, związanych z problemami egzystencjalnymi, po trosze bibliografią adnotowaną, która może pomóc w znalezieniu książek, poruszających określone problemy życiowe. Nie jest to oczywiście pełen zbiór pozycji na ten temat, a jedynie subiektywny i bardzo ograniczony wybór. Istnienie tego zestawienia nie zwalnia biblioterapeuty z obowiązku poznania lektury i oceny jej przydatności dla konkretnego czytelnika.

Kryteriami doboru książek do niniejszego zestawienia były: tematyka danej pozycji, związana z co najmniej jednym z istotnych problemów życiowych, pozytywne przesłanie książki, jej dostępność w języku polskim (dla literatur obcych – przekłady), czas powstania – po II wojnie światowej.

Uwzględniono w nim przede wszystkim teksty, w których ważne są: konflikt etyczny, walka dobra ze złem, pokonywanie trudności, rozważanie wartości. Istotne są także pozytywne przykłady bohaterów książek, z którymi czytelnik może się identyfikować. Ponadto, poruszając problemy podobne do trudności czytelnika, książka umożliwia ich przemyślenie, a jednocześnie pozwala spojrzeć z dystansu, ułatwiając dostrzeżenie czynników pozytywnych.

Prezentowane w zestawieniu książki podzielono na dwie części, w obrębie których zastosowano układ alfabetyczny. Część I zawiera literaturę faktu (książki autobiograficzne, biograficzne, reportaże, poradniki). Część II – to beletrystyka. Uzupełnienie zestawienia stanowią skróty (autorów, tytułów książek i rzeczowy), ułatwiające korzystanie z pracy.

Opisy książek sporządzono zgodnie z normą „PN-ISO 690: 2002 Dokumentacja. Przypisy bibliograficzne. Zawartość, forma i struktura” i uzupełniono adnotacjami, krótkimi streszczeniami lub recenzjami, w których zawarto najistotniejsze z punktu widzenia zestawienia informacje o treści książek. Dodatkowo pod opisami zamieszczono hasła rzeczowe.

⁷ Szulc W.: op. cit., s. 136

Można sądzić, że praca ta stanowić będzie uzupełnienie warsztatu pracy bibliotekarzy pracujących z dorosłymi czytelnikami. Ponieważ niniejsze zestawienie jest tylko wyborem literatury, ewentualni jego użytkownicy będą mogli na jego bazie gromadzić opisy dalszych książek, opracowując na potrzeby swojej pracy własny wykaz.

2. Literatura faktu.

Balter Marie, Katz Richard: Dziecko niczyje. Warszawa: bis, 2001. ISBN 83-88461-47-8

Jest to autobiograficzna opowieść o życiu Marie Balter. Opowiada ona o dwudziestu latach spędzonych w szpitalu psychiatrycznym oraz o powrocie do rzeczywistości.

Marie jako pięcioletnia dziewczynka zostaje zabrana od swojej matki alkoholiczki i zaadoptowana przez rodzinę Bartellich. Zmieniają jej imię (początkowo nazywała się Pat). Życie w tej rodzinie jest dla Marie bardzo trudne. Ojciec nie pozwala jej okazywać uczuć, matka przestrzega przed chłopakami i w ogóle rówieśnikami. Następnie trafia do domu Świętej Teresy, gdzie czuje się bardzo dobrze. Potem pierwszy pobyt w szpitalu psychiatrycznym, a później wraca tam jeszcze parokrotnie. W szpitalach Marie czuje się dobrze i cieszy się, że ktokolwiek się o nią troszczy. Przez bardzo długi czas nie potrafi sobie poradzić w normalnym świecie. Wreszcie jednak udaje jej się wyjść z choroby psychicznej i pójść nową ścieżką życiową. Kończy studia i rozpoczyna pracę zawodową na rzecz ludzi psychicznie chorych.

To naprawdę wspaniała książka. Pokazuje, że zawsze jest jakieś wyjście, nawet z beznadziejnej sytuacji, trzeba mieć tylko wystarczająco dużo siły w sobie. Książka ta pokazuje, w jaki sposób środowisko domowe, rodzinne może sprawić, że zupełnie normalne dziecko zapada na chorobę psychiczną. Jak izolowanie dziecka od rówieśników i nadmierne chronienie może sprawić, że dziecko ucieka w swój własny wewnętrzny świat, z którego potem jest bardzo trudno wrócić do rzeczywistości.

Adopcja; Choroba psychiczna; Pozytywne przesłanie; Terapia

Brumel Walery, Łapszyn Aleksander: Pozostać sobą. Warszawa: Iskry, 1983. ISBN 83-207-0532-0

Wybitny sportowiec, skoczek wzwyż, po wypadku motocyklowym i skomplikowanym złamaniu nogi pozbawiony zostaje możliwości uprawiania sportu. Jego lekarz – wynalazca aparatu do rehabilitacji kończyn, nie jest uznawany przez władze i zawistnych kolegów. Obaj walczą i po wielu latach osiągają sukces. Jest to opowieść o człowieku, który zwyciężył siebie, by pozostać sobą.

Nieszczęśliwy wypadek; Rehabilitacja; Pozytywne przesłanie

Christiane F.: My, dzieci z Dworca ZOO. Wyd. 5. Warszawa: Iskry, 1998. ISBN 83-207-0801-X

Książka „My, dzieci z dworca ZOO” daje prawdziwe spojrzenie na sprawę narkomanii i mimo, że napisana została blisko trzydzieści lat temu, to wciąż jest zatrważąco aktualna. To utwór, który musi wstrząsnąć czytelnikiem. Cały problem narkomanii pokazany jest tu od podszewki. Nie jesteśmy już biernymi widzami – stajemy w samym centrum wydarzeń, obserwujemy, jak bohaterka dokonuje przerażających i nielogicznych dla nas wyborów, widzimy rozpaczliwą, bezskuteczną walkę z nałogiem.

Brutalność książki wyrywa nas z ogarniającej społeczność znieczulicy, szokująco i bezpardonowo przedstawia nam ten „inny” świat, świat upodlenia, który znajduje się tuż obok nas...

„My, dzieci z dworca ZOO”, to relacja piętnastoletniej dziewczyny, spisana pod koniec lat siedemdziesiątych przez dwóch niemieckich dziennikarzy. Pozycja adresowana przede wszystkim do młodzieży, zwięzła, ciekawa językowo, nie sprawia problemu nawet ludziom niechętnie sięgającym po lekturę. Całą sytuację widzimy zarówno z perspektywy matki, jak i dziecka. Ten sposób budowy utworu daje nam doskonale spojrzenie na relacje: rodzina – narkoman – otoczenie.

Książka o losach Christiane jest lekturą, którą powinno się przeczytać. Łatwo tu dopatrzeć się odniesień do naszego dzisiejszego życia – blokowisko, brak nadziei na przyszłość. Bezlitośnie uświadamiająca władzę narkotyku, odzierającą nas z wszelkich złudzeń. Dla młodych ludzi - lektura obowiązkowa.

Narkomania

Dąbrowski Michał: Dłoń. Warszawa: Nasza Księgarnia, 2011. ISBN 978-83-10-11890-5

Autor urodził się bez prawej dłoni. Opowiada czytelnikowi jak wygląda życie człowieka naznaczonego „innością”. Dłoń, której nie ma, włada jego życiem. Jest najważniejsza. Dominuje i nie pozwala o sobie zapomnieć. „Niepełnosprawność nie jest najgorsza. Straszna jest samotność, która z niej wynika. Nie zmieni tu nic miłość drugiego człowieka ani rodzina.”

To bardzo dobrze napisana powieść. Bez patosu, bez nadmiernych emocji. I pewnie, dlatego jest tak przejmująca i zmusza czytelnika do refleksji.

Niepełnosprawność fizyczna

Didion Joan: Rok magicznego myślenia. Warszawa: Prószyński i S-ka, cop. 2007. ISBN 978-83-7469-518-3

Książka jest zapisem myśli i działań autorki w okresie po nagłej śmierci męża i w trakcie ciężkiej choroby córki. Własne reakcje i myśli były dla niej sporym zaskoczeniem. Sięga więc do literatury z zakresu psychologii i na jej podstawie dokonuje

analizy siebie samej. Próbuje zrozumieć to, co się stało i nadać temu zdarzeniu sens. Próba kończy się konstatacją, że istnieją wydarzenia, wobec których tego rodzaju wysiłki nie mają sensu. Ta książka jest swoistą autoterapią. Może pomóc innym w zrozumieniu swoich reakcji w okresie żałoby. Może przynieść ulgę w cierpieniu a nawet doprowadzić do katharsis.

„Wiem, czemu staramy się utrzymać zmarłych przy życiu: staramy się ich utrzymać przy życiu, żeby ich zatrzymać przy sobie. Wiem też, że jeśli mamy żyć sami, nadchodzi chwila, kiedy musimy uwolnić umarłych, pozwolić im odejść, pozostać zmarłymi. Pozwolić im się stać fotografią na stole.(...) Ta wiedza w najmniejszym stopniu nie ułatwia wypuszczenia go z objęć”.

Śmierć bliskiej osoby

Durczok Kamil: Wygrać życie. Z Kamilem Durczokiem rozmawia Piotr Mucharski. Kraków: Znak, 2005. ISBN 978-83-240-0514-7

Rozmowa dziennikarza z dziennikarzem, który w tym momencie jest tylko pacjentem, to rzetelna informacja o chorobie, jej objawach, przebiegu, procesie leczenia - przedstawiona nie tylko przez doświadczającego choroby człowieka, ale uzupełniona też o wypowiedzi specjalistów. Obala mity, podkreśla znaczenie czujności, która powinna cechować wszystkich lekarzy, ale także każdego z nas, gdyż wcześniej wykryty rak jest w wielu przypadkach uleczalny! Mówi też o roli nadziei i wiary w wyleczenie, bez których najbardziej heroiczne wysiłki lekarzy są często bezowocne.

Jest to przede wszystkim spojrzenie na problem z drugiej strony, ze strony pacjenta, ze strony tego, który w tym wszystkim jest najważniejszy – człowieka, który potrzebuje pomocy. Pokazuje, jak można (a może jak należy) rozmawiać z chorym, jak informować go o diagnozie, o planowanym leczeniu...

Świetna książka, którą każdy powinien przeczytać. Bo nikt z nas nie może mieć pewności, że kiedyś nie będzie musiał stanąć twarzą w twarz z rakiem.

Choroba nowotworowa; Pozytywne przesłanie

Fox Marta: Coraz mniej milczenia. O dramatach dzieciństwa bez tabu. Wrocław: Siedmioróg, 2004. ISBN83-7254-528-6

„Coraz mniej milczenia” to cztery historie opowiedziane w sposób bardzo przystępny. Każdy z rozdziałów, oprócz czwartego, podzielony jest na dwie części, z których pierwsza jest opowiadaniem, a druga wywiadem z osobą będącą pierwowzorem jednego z jego bohaterów. I tak, wszystkie trzy rozdziały opowiadają o kobietach, teraz już dojrzałych, które w dzieciństwie były wykorzystywane seksualnie. Czwarta, ostatnia historia, jest historią mężczyzny, z którym jednak autorce nie udało się spotkać – stąd nieco odmienna kompozycja niż w przypadku pozostałych. Mamy tu korespondencję mailową, jaką wymieniali z sobą pisarka i późniejszy bohater książki, e-maile zaś ułożone

zostały w porządku chronologicznym. I może dobrze, że nie ma wywiadu, że nie ma żadnych komentarzy, te byłyby bowiem właściwie zbędne.

Właściwie w każdej z tych historii szokują nas te same dwie postawy. Postawa mężczyzny, który wykorzystuje swoją córkę, siostrzenicę, bratanicę i postawa kobiety – przeważnie matki – która udaje, że tego wykorzystywania nie widzi, a czasami wręcz staje w obronie mężczyzny. I właściwie nie wiadomo, która z tych osób jest tą gorszą.

Molestowanie seksualne dzieci; Rodzina patologiczna; Przemoc psychiczna

Fragoso Margaux: Zabawa w miłość. Prawdziwa historia uwiedzonego dziecka. Warszawa: Prószyński Media, 2011. ISBN 978-83-7648-650-5

Margaux Fragoso zdobyła się na odwagę dopiero jako dorosła kobieta, kiedy jej oprawca odszedł z tego świata, a ona sama została matką. Zanim jednak przystąpiła do spisywania swoich wspomnień, zrobiła doktorat z twórczego pisania, dzięki czemu jej książka nie jest po prostu wstrząsającym pamiętnikiem z dzieciństwa i wczesnej młodości, ale całkiem niezłym kawałkiem literatury.

Niezwykłość tej pozycji leży jednak nie w kształtnych zdaniach, ale w uderzającej szczerości, z jaką pisarka zwierza się czytelnikowi ze spraw, które przez długie lata kryła przed rodzicami, przyjaciółmi, dociekliwymi urzędnikami opieki społecznej, sąsiadami, a nawet pierwszymi kochankami. Owa skrytość nie miała jednak wiele wspólnego ze wstydem czy strachem, ale... z miłością.

Wychowana przez otepiałą od antydepresantów matkę i zmęczonego i rozczarowanego rzeczywistością ojca – któremu lepiej wychodziło szukanie zapomnienia w alkoholu i romansach, niż wychowywanie dziecka – siedmioletnia dziewczynka stała się doskonałym celem dla pedofila. Nienauczona, jak odróżniać dobro od zła, przyjaźń od wykorzystywania, a prawdziwe uczucie od chorej obsesji, Margaux uległa złudzeniu, że oto wreszcie na jej drodze stanął człowiek, dla którego jest najważniejsza, który kocha ją bezwarunkowo, pragnie dla niej wszystkiego co najlepsze i do tego jest w niej szczerze zakochany.

Autorka daje czytelnikowi unikatową możliwość zobaczenia pedofila okiem dziecka. Z dystansem, na chłodno kreśli obraz mężczyzny, który wcale nie jest zły do szpiku kości, nie odpycha swoją nachalnością, nie jest agresywny, a wręcz przeciwnie – łagodny, miły, pomocny, niezwykle cierpliwy, słowem, wymarzony kompan do zabawy. Za tym ugrzecznionym wizerunkiem kryje się jednak przebiegły manipulator, który pozwala sobie na więcej niż normalny wujek czy przyjaciel rodziny, który wykorzysta każdą okazję, aby zaspokoić swoją chorą żądzę i posunie się do wszystkiego, aby omotać bezbronną istotę.

Fragoso przywołując bolesne wspomnienia miejsc i sytuacji, które zbyt szybko odebrały jej dzieciństwo i bezpowrotnie skrzywiły psychikę, jest tak dalece zdystansowana, jakby Margaux z książki była kimś zupełnie innym niż Margaux – pisarka. Z każ-

dej strony bije porażająca autentyczność, która przykuwa uwagę czytelnika i nie pozwala mu zapomnieć. „Zabawa w miłość” nie jest jednak usprawiedliwieniem dla pedofilii, to raczej dogłębne studium krzywd, jakie chory psychicznie mężczyzna może wyrządzić małemu człowiekowi.

Molestowanie seksualne dzieci; Rodzina patologiczna

Gajdzińska Monika: Jestem kobietą. Prawdziwe historie o związkach, nadziejach, marzeniach, odwadze i przyjaźni. Gdańsk: Dobra Literatura, 2010. ISBN 978-83-930559-0-6

Znajdziemy tu opowieści pięciu kobiet. Są to prawdziwe historie ich życia. Opowiadają o tym, jak zmagaly się z chorobą, z niepełnosprawnością, śmiercią bliskiej osoby, opowiadają też o swoich radościach, sukcesach i marzeniach. A łączy je Kobięcy Krąg – grupa wsparcia, którą stworzyły. „Kobiety zawsze spotykały się i dzieliły ze sobą doświadczeniem. Ta potrzeba jest częścią naszej natury. W wielu z nas do dzisiaj pozostała tęsknota za bliskością płynącą z godzin spędzanych wspólnie przy darciu pierza, opiece nad dziećmi, codziennych obowiązkach i pracy.” Warto sięgnąć po tę książkę. Monika Gajdzińska, która spisała zamieszczone opowieści ma nadzieję, „że kobiety, które przeczytają tę książkę, odnajdą w niej choćby cząstkę siebie na jakimś zakręcie własnej drogi”.

Choroba nowotworowa; Śmierć bliskiej osoby; Gościec przewlekłe postępujący

Grogan John: Najdłuższa podróż do domu. Wspomnienia. Kraków: Znak, 2009. ISBN 978-83-240-1141-4

Książka Grogana to proza na wskroś autobiograficzna, bije od niej szczerosc i łatwość nawiązywania więzi z czytelnikiem. „Najdłuższa podróż do domu” to około czterdzieści lat wspomnień narratora.

Podróż do okresu młodości to typowy rys powieści inicjacyjnej. I tutaj pojawia się właśnie to, co pierwsze, a przez to najbardziej cenne: pierwszy papieros, dławiący, lecz z posmakiem dorosłości, pierwszy pocałunek, niewprawy i niepokrywający się z wyobrażeniem o nim, pierwsza ucieczka z niedzielnej mszy świętej itp. Wszechogarniająca euforia i obietnica przygody. Jeśli dodać do tego z jednej strony dorastanie czwórki rodzeństwa wśród figur świętych i wizerunków Maryi w ultrakatolickim domu Groganów, wyjazdy do sanktuariów zamiast na wakacje, z drugiej zaś wydarzenia lat sześćdziesiątych i siedemdziesiątych, pełne szaleństw i barw, ale też niepokojów... otrzymujemy niezwykły obraz dziecięcego świata, w którym dorosły już John dostrzega momenty istotne, kształtujące jego charakter.

Tylko pierwsza część książki dotyczy okresu dzieciństwa i dojrzewania, poznawania granic świata i rzeczywistości, wychodzenia poza znany krąg rodzinnego ciepła, ale i rygoru. Kolejne dwie części, chronologicznie późniejsze, bo przecież dotyczą już do-

rosłego bohatera, okazują się tytułową podróżą do domu – wielkim powrotem, świadomym i poniekąd zamierzonym. Podróż wywołuje telefon ojca – dzwoni on, by poinformować o swojej ciężkiej chorobie... nie informacja jest trudna do przyjęcia, lecz ton głosu, bezradny, lękliwy. Daje to impuls do analizy więzi rodzinnych.

„Najdłuższa podróż do domu”, mimo ogromnej rozpiętości opisywanych emocji, to bardzo harmonijna opowieść. Z jednej strony na szalę zostały rzucone sentymentalne obrazy dziecinnej nieporadności, kiedy każda radość jest wszechogarniająca, a każdy blamaż - na całe życie, co wywołuje często szeroki uśmiech na twarzy czytelnika. Na drugiej szali zaś znajdują się emocje trudne – wywołane przez odchodzenie bliskich, konieczność akceptacji faktów nieuniknionych, przemijanie. Powieść bawi i wzrusza. Gwarantuje przyjemność czytania, mimo że porusza tematy trudne, bardzo osobiste, ważne. To także rozliczenie ze światem konserwatywnych poglądów rodziców, miotanie się pomiędzy chęcią wyrwania się ze świata przytłaczających reguł dyktowanych przez skrajny katolicyzm a koniecznością akceptacji poglądów rodziców i uszanowania ich.

Dojrzewanie; Starość; Śmierć bliskiej osoby

Homes Amy M.: Córka kochanki. Warszawa: Świat Książki, 2010. ISBN 978-83-247-0948-9

Autorka książki „Córka kochanki” poruszyła w niej niezwykle trudny temat, jakim jest adopcja. Poznajemy historię kobiety, która w wieku 30 lat poznała swoich biologicznych rodziców i opisuje szereg kłębiących się w jej głowie uczuć. Książka składa się z dwóch części. W pierwszej opisany jest zarys historii głównych bohaterów oraz relacje między A.M. Homes, a jej biologicznymi rodzicami. Brakuje tu opisu relacji z rodzicami adopcyjnymi, o których mówi tylko niewielka wzmianka, a przecież to oni ukształtowali bohaterkę. Druga część opisuje żmudne poszukiwania swojej tożsamości i rodziny. Autorka włożyła mnóstwo pracy, aby odszukać i poznać swoich przodków.

Adopcja; Poszukiwanie tożsamości

Huff Philip: Dni trawy. Gdańsk: Dobra Literatura, 2010. ISBN: 978-83-930559-8-2

„Dni trawy” to autobiograficzna powieść, która w przejmujący sposób pokazuje, jak samotność i niezrozumienie przez otaczający świat mogą doprowadzić do tragedii.

To opowieść o osiemnastoletnim chłopcu imieniem Ben, który po wyjściu z nałogu narkotykowego i psychoz wspomina lata swojego dzieciństwa i burzliwej młodości. Ben żyje w poczuciu wyobcowania i oderwania od rzeczywistości. Kontakt z rodzicami ma znikomy, a przepaść jaka ich dzieli, wydaje się nie do pokonania, zwłaszcza że przeżywają oni kłopoty małżeńskie, które również silnym piętnem odcisną się na młodym chłopcu. Jedynym azylem i ucieczką jest posiadłość dziadka zwana Weldrą, w której Ben czuje się sobą i która jest jego prawdziwym domem. Ale i z tą cząstką wolności przyjdzie mu się rozstać. A to dopiero początek długiej drogi, jaką będzie musiał pokonać.

Niestety, los nie jest łaskawy dla Bena i wszystko, co posiadał i kochał zostaje mu brutalnie odebrane. Jedynym jego przyjacielem zostaje Tom. Bohater, rozdarty wewnętrznie, poświęca wszystko dla swoich namiętności, którymi są narkotyki i miłość do muzyki Beatlesów...

Tym, co w tej książce zaskakuje, jest niezwykła szczerść, z jaką bohater dzieli się z czytelnikiem nawet najbardziej intymnymi szczegółami ze swojego życia. Najważniejsze jest jednak to, że autorowi udało się wyeliminować całkowicie poczucie zawstydzenia czy też skrępowania i dzięki temu stworzyć silną więź bohatera z czytelnikiem, dla którego Ben staje się kimś bardzo bliskim. Wspólnie z bohaterem będziemy przeżywać wzloty i upadki, czuć ból rozstania z ukochanymi i radość wywołaną przez dźwięki muzyki...

Jest to książka, która mówi o szukaniu akceptacji, miłości i zrozumienia w zawiłym i skomplikowanym świecie, a także o trudnych wyborach i decyzjach, które mogą zaważyć na całym naszym życiu.

Narkomania; Wyobcowanie; Nieakceptowanie przez otoczenie; Zawód miłosny

Isaacson Rupert: Opowieść ojca. Przez mongolskie stopy w poszukiwaniu cudu. Warszawa: Nasza Księgarnia, 2010. ISBN978-83-10-11809-7

Jest to prawdziwa historia o sile miłości. Gdy u kilkuletniego Rowana wykryto autyzm, jego ojciec Rupert – dziennikarz i autor książek podróżniczych – postanowił, że nie podda się bez walki. Długo próbował różnych form terapii, jednak bez skutku. Pewnego dnia przypadkiem odkrył, że jego syn nawiązuje wyjątkową więź ze zwierzętami. Wtedy postanowił zrealizować szalony plan – zabrać dziecko do krainy szamanów, nieskażonej przyrody i stad dzikich koni – Mongolii. A po powrocie opisał tę niezwykłą podróż.

Autyzm; Pozytywne przesłanie

Jurczenko-Topolska Iwona: Bociany przylatują zimą. Warszawa: Historia i Życie, 2005. ISBN 83-919068-6-8

Opowieść Iwony Jurczenko-Topolskiej, interesujące połączenie powieści i literatury faktu, to smakowite danie na chmurne dni i ten wieczór, gdy w człowieku upada wiara w ludzką dobroć.

Fabułę, o ile fabułą można nazwać opowieść zaczerpniętą z własnego życia, stanowi wierny zapis scalania się rodziny, gdy nagle dwoje zamożnych, życiowo już spełnionych ludzi postanawia adoptować trójkę dzieci z domu dziecka.

To, co uwodzi w „Bocianach”, to łamiąca konwenanse i tabu wiwisekcja rodziny: bajką jest szczęśliwe zakończenie, gdy troje poobijanych przez los dzieciaków znajduje dom i bajką jest, gdy dwoje ludzi odkrywa w sobie, że tak, że naprawdę stali się rodzicami całkiem już sporych synów i córki. Ale droga, która ich do tego końca wiedzie, bajką już nie jest, tak że gdy docieramy do finału, ma się ochotę właściwie na jedno:

chwycić za telefon i zadzwonić do tych, o których jakoś zapomnieliśmy, powiedzieć coś dobrego komuś, kto tego potrzebuje, wyjść z własnej skorupy, słowem, zrobić coś, co zwykle robiliśmy, gdy pamiętaliśmy, że ludzie i my sami jesteśmy dobrzy, a o czym zapomnieliśmy aż do chwili, gdy naraz cudzy dobry gest zapiera nam dech w piersiach.

Na przykład wtedy, gdy czytając „Bociany przylatują zimą” trafiamy na fragment o niezwykle, zupełnie nowym słowie „mama”.

Adopcja; Pozytywne przesłanie

Kaziów Michał: Gdy moim oczom. Warszawa: Czytelnik, 1985. ISBN 83-07-01074-8

Michał Kaziów opisuje swoje życie. Na skutek wybuchu miny w powojennym Wrocławiu stracił wzrok i obie ręce. Dzięki niesamowitemu samozaparciu i pomocy dobrych ludzi (przede wszystkim aktorki Teatru Lubuskiego – Haliny Lubicz), nauczył się (jako pierwszy na świecie) czytać brajla wargami. Ukończył polonistykę na Uniwersytecie Poznańskim, obronił też pracę doktorską. Napisał kilkanaście powieści, zbiorów opowiadań i opracowań naukowych. Autentyzm przeżyć zawarty w książce pozwala doprowadzić czytelnika do przekonania że, jak powiedziała Halina Lubicz, „nie widzieć to jeszcze nie jest największe nieszczęście”.

Utrata wzroku; Niepełnosprawność fizyczna

Knighon Ryan: Zapiski niewidomego taty. Warszawa: Nasza Księgarnia, 2011. ISBN 978-83-10-11946-9

W wieku osiemnastu lat u Ryana Knightona zdiagnozowano retinopatię, tj. chorobę niszczącą wzrok. Z upływem lat wzrok systematycznie mu się pogarszał aż stracił go zupełnie. Książka jest autobiografią opowiadającą o tym jak to jest być niewidomym ojcem. Autor wzruszająco i jednocześnie z humorem opowiada o swoim życiu, o tym jak trudna była decyzja o założeniu rodziny a później o podjęciu trudu ojcostwa. To bardzo interesująca opowieść, warto po nią sięgnąć.

Utrata wzroku

Kofta Krystyna: Lewa, wspomnienie prawej. Z dziennika. Warszawa: W.A.B., 2003. ISBN 83-89291-45-2

Krystyna Kofta napisała dziennik. I opublikowała ów dziennik, wbrew temu, że dzienników żyjących autorów nie zwykło się drukować. Ale ten dziennik Kofty jest inny: „Lewa, wspomnienie prawej”, pamiętnik z okaleczenia. Bardzo Ważna Książka.

Sytuacja, której ujawnienia obawiałby się chyba każdy z nas, została tu przedstawiona szczerze i odważnie. Gdyby rzecz dotyczyła literackiej fikcji, byłoby łatwiej. Przyznać się do choroby - to nie jest proste. O raku mówimy bezosobowo, podając procentowe obliczenia zachorowań, skale roczne, śmiertelność. Tutaj wyznanie osoby pu-

blicznej w pewien sposób personifikuje chorobę. Ból milionów kobiet przemawia przez tę jedną - i wystarczy tyle, aby czytelniczki z lękiem dotknęły własnych piersi, myśląc o tym, co może czaić się za każdym byle zgrubieniem, dotąd przecież ignorowanym. Więc książkę Krystyny Kofty trzeba rozpatrywać dwojako: jako dziennik – pewną formę prozatorską oraz jako apel. Rak piersi jest medialny, twierdzi Kofta, ale za tą medialnością, za marszami, różowymi wstążeczkami nie kryje się wciąż prawie nic. Medialność wszak nie dociera do wszystkich kobiet. Większość z nich trafia do szpitala za późno. Czasem i mastektomia nie jest dość radykalnym krokiem, aby uratować życie. Częściej, niestety, wygrywa rak. Tragedii spowodowanej chorobą nie da się racjonalnie wytłumaczyć ani zrozumieć. Cierpienie można tylko przyjąć i znosić je. I jeszcze dzielić, jeśli znajdują się ludzie, którzy zechcą przyjąć taki balast.

Więc ten rak to nie był wyrok, nie tym razem. Została lewa pierś, na pamiątkę po prawej. Puste miejsce w biustonoszu wypełnia proteza. Nikt nie zauważy. Życie toczy się dalej. Co zatem udowodniła Kofta, publikując swój dziennik, zastanawiam się, oglądając w telewizji, jak dyskutuje z Andrzejem Kwiatkowskim w programie „Co pani na to?”. Wspomnienie raka w jej głowie musiało się wygładzić, tak jak wygładziła się blizna po operacji. Wspomnienie tej prawej niech budzi świadomość czytelniczek. Krystyna Kofta, zamiast wspomnień, ma teraz plany na przyszłość.

Choroba nowotworowa; Pozytywne przesłanie

Kubin Alfred: Po tamtej stronie. Kraków: Znak, 2008. ISBN 978-83-240-0910-7

Książka jest dziełem człowieka chorego na ciężką postać schizofrenii i jest swoistym zapisem tej choroby, tak samo tragicznej i mrocznej, jak efektownej i fascynującej. To nie jest zwykła historyjka, która dzieje się w zmyślonym świecie, tylko zapis rzeczywistych wizji dręczących Kubina w czasie ostrego epizodu chorobowego. Została napisana w ciągu trzech dni nieustającej pracy i oddana do druku bez jednej choćby poprawki.

To nie jest zmyślona historyjka powstała w chorym umyśle, ale dramatyczny „reportaż” przerażających przeżyć autora... Świadomość tego nadaje zupełnie inny smak powieści. Wszystkim, którzy na nią trafią, polecam niejako „do kompletu” przejrzeć rysunków Kubina, podobnie jak książka strasznych, a jednocześnie pięknych.

Schizofrenia

Kwaśniewski Tomasz: Dziennik ciężarowca. Warszawa: W.A.B., 2007. ISBN 978-83-7414-298-4

O czym jest książka? Wiadomo: o następstwach i skutkach uprawiania seksu. Seksu z miłości szczerzej, wzajemnej i pewnej, i odpowiedzialnej – dodajmy, bo inaczej nie powstałby dziennik ciężarowca, tylko uciekiniera, tylko tchórza. Albo samotnej matki.

Aga i Tomek zachodzą w ciążę. Razem. Bo Tomek to nie tchórz i nie ma zamiaru uciekać. Zostaje przy Agnieszce, którą wkrótce poślubia (i bynajmniej nie tylko z powodu ciąży - data ślubu ustalona została wcześniej). Od nowa uczą się siebie. Aga wsłuchuje się w swoje ciało, uczy rezygnacji z tego, co było dla niej ważne, Tomek dojrzewa: dotąd nieodpowiedzialny hazardzista, próbuje stawić czoło nowemu zadaniu, jakim jest wspieranie ciężarnej żony. Oboje uczą się też nowej roli - najważniejszej, priorytetowej, jak się ma okazać - roli rodziców. Ich związek dojrzewa, przeżywają wzloty i upadki, które Aga odreagowuje na basenie, a Tomek - na blogu (bo to blog i felietony w „Wysokich Obcasach” pojawiły się najpierw. Dopiero potem zapiski przyszłego taty wydano w formie ponad 300-stronicowej książki). Oczywiście, jak w każdym przyzwoitym czytadle, wszystko kończy się happy endem, w tym przypadku - blisko czterokilogramową Tosią.

W tej książce nie ma akcji jako takiej, więc zdradzając zakończenie – nie zdradzam niczego. Tutaj dzieje się tylko ciąża, tu rośnie brzuch, przychodzą i przechodzą mdłości, są wspólne spacerki, wybieranie imion dla chłopca i dziewczynki, kłótnie, huśtawki na strojach raz u przyszłej mamy, raz u taty, a raz u obojga. Życie, życie. Wszystko to, przez co przechodzi każda kobieta w ciąży. Tylko, niestety, nie każda może przechodzić ciążę w towarzystwie takiego superfaceta jak Tomek, niestety, bardzo szkoda. I chyba tego bałam się najbardziej rozpoczynając lekturę: że oto będę przyszłej matce zazdrościć faceta, z którym poczęła nowe życie, że będę czuła się jeszcze bardziej samotna niż jestem, zraniona, że wrócą dawne żale, poczucie niesprawiedliwości: ale nie. Nic z tych rzeczy. Nie ma w „Dzienniku” podziału na lepszych i gorszych. Nie ma słowa o samotnych matkach, ale nie ma też poczucia wyższości z powodu wspólnego donaszania ciąży. Książka jest - musi być, mam nadzieję, że jest - jak najbardziej autentyczna.

I jeszcze dużo się śmiałam. Bo i język, i bohaterowie „Dziennika”: presympatyczni, zabawni, fajni. Bardzo przyjemne czytadło. Na pięć. Na dobry początek roku. I na cały okres ciąży, żeńskiej i męskiej, dzień po dniu.

Dojrzewanie; Odpowiedzialność; Pozytywne przesłanie

LauvengArnhild: Byłam po drugiej stronie lustra. Wygrana walka ze schizofrenią. Sopot: Smak Słowa, 2008. ISBN 978-83-925897-2-3

„Byłam po drugiej stronie lustra. Wygrana walka ze schizofrenią” to historia młodej, wrażliwej, zdolnej i pracowitej dziewczyny. To historia o tym, jak zaczęła się jej choroba.

Wielokrotne pobyty w szpitalu, często na oddziałach zamkniętych, halucynacje, samookaleczenia, próby samobójcze. Ale też rodzina, która nigdy nie przestaje w Arnhild wierzyć.

W opowieści Arnhild zawarta jest prawda osoby, która „tam była”. I bardzo ważny przekaz: my, chorzy mamy takie same potrzeby jak wy, normalni. Pozwólcie nam je wyrazić w społecznie akceptowalny sposób.

To właśnie fragmenty o komunikowaniu się chorych z normalnymi są najbardziej przejmujące. Arnhild wspomina, jak często przypinano jej etykietkę „chora psychicznie” i przestawano słuchać. Opisuje, jakim problemem w leczeniu był fakt, że diagnoza odebrała jej prawo do wyrażania siebie i że wszystkie stany i uczucia („gorsze dni”, lenistwo, samotność) były tłumaczone przez pryzmat choroby.

Ta książka jest ważna dlatego, że tak mało wiemy o schizofrenii. Arnhild pokazuje, jak mało rozumiemy tych po drugiej stronie lustra, jak bardzo nie umiemy się z nimi komunikować. I w jak niewielkim stopniu umiemy w nich dostrzec coś poza ich chorobą.

Schizofrenia; Pozytywne przesłanie

Lipiński Andrzej: Kalinka. Słupsk: Dobra Literatura, 2011. ISBN 978-83-930559-2-0

Ta książka robi wrażenie, nie można jej czytać bez emocji. Autor bardzo sugestywnie i bardzo osobiście opowiada o życiu i śmierci swojej córeczki. Była z nim sześć lat. Nieuleczalnie chora, bez kontaktu z najbliższymi. Ojciec bezustannie próbował zrozumieć swoją córeczkę, uczył się interpretować jej spojrzenie. Wyczytać to, czego nie mogła i nie umiała powiedzieć. Niepogodzeni z diagnozą lekarzy rodzice Kalinki bezustannie szukali dla niej ratunku. Byli u energoterapeutów, uzdrowicieli i indyjskiego guru. Pomimo ograniczeń, które narzucała tak ciężka choroba starali się żyć aktywnie. Jeździli po Europie, zwiedzali i szukali. Szukali pomocy a także odpowiedzi na pytanie: dlaczego?

Ta prawdziwa historia może stanowić wsparcie dla tych, którzy przeżywają własną stratę bliskiej osoby.

Nieuleczalna choroba; Śmierć dziecka

Ludwicki Marcin: Na koniec świata. Kraków: AA, 2009. ISBN 978-83-928045-0-5

Książka przedstawia historię sześciolatniego Antosia, historię, która zdarzyła się naprawdę. Wszystko zaczyna się, gdy chłopczyk miał wycięty wyrostek robaczkowy. Bóle brzucha, wizyty w szpitalach i w końcu diagnoza - rak. Historia, która mimo bólu, cierpienia, obaw, jest pełna nadziei. I uczy z pokorą przyjmować cierpienie. Pokazuje siłę, wielką dojrzałość i wiarę Antosia oraz determinację jego rodziców. A to wszystko to nie fikcja, to tylko zapis prawdziwych wydarzeń...

Choroba nowotworowa

McLaughlin Emma, Kraus Nicola: Niania w Nowym Jorku. Kraków: Znak, 2003. ISBN 83-240-0278-2

To książka napisana przez dwie kobiety, które na jej potrzeby czerpały z własnych doświadczeń. Zanim zaczęły ją pisać, były właśnie nianiami. Książka przedstawia obraz życia nowojorskiej society, a właściwie „kuchnię” tego życia, jakże różną od sielskich

obrazków z łamów kroniki towarzyskiej. Po części ostra, po części ironiczna, ale tak naprawdę strasznie gorzka relacja z dość krótkiego okresu, podczas którego główna bohaterka pracowała jako niania w tzw. „bogатыm domu”, skupia się na jednej osobie - dziecku. Dziecku traktowanym jak zabawka, jak kolejna rzecz, którą trzeba i wypada mieć. Tak jak szpilki Prady czy sukienkę Versace. Dziecku, któremu zamiast uczuć kupuje się drogie zabawki, a do pilnowania najmuje się nianię - zastępczą matkę, również traktowaną jak rzecz.

Nowego znaczenia nabiera zwrot „mieć dziecko”. Przeraża zanik uczuć bohaterów - i to nie tylko tych rodzicielskich.

Zanik więzi rodzinnych; Samotność

Mela Jasiak: Poza horyzonty. Warszawa: G+J RBA, 2010. ISBN 978-83-7596-096-9

Wszyscy znają dramatyczną historię Jasia Meli. Trzynastolatek porażony prądem traci nogę i przedramię. Niepełnosprawność dla wielu oznacza zamknięcie się w mieszkaniu, odcięcie od innych. Dla niektórych natomiast powoduje diametralną zmianę postawy życiowej. Jasiak znalazł się w tej drugiej grupie. W ciągu ośmiu lat od wypadku zdobył biegun północny i południowy, wspinał się na Kilimandżaro i Elbrus, przebiegł Maraton Nowojorski. Skończył szkołę, zaczął studia i prowadzi Fundację Poza Horyzonty. Polecam tę książkę wszystkim, szczególnie zmęczonym, znużonym życiem. Znajdziemy tu wiele dramatycznych historii ludzkich, wiele różnych postaw, ale to, co „przebija” z każdej strony to optymizm. Książka jest tak pełna optymizmu, że można ją dawkować jak pigułki.

Niepełnosprawność fizyczna; Pozytywne przesłanie

Meszuge (pseud.): Alkoholik. Autobiograficzna opowieść o życiu, picciu, uzależnieniu i wyzwoleniu. Kraków: WAM, 2011. ISBN 978-83-75058-24-6

Autor napisał o alkoholizmie jako o miłości tragicznej, zdradzonej i przeklętej. „Alkoholik” to autobiografia.

Meszuge pokazał w „Alkoholiku” cały proces budowania uzależnienia, wszystkie istotne etapy i wydarzenia z tym związane, a dotyczące kolejno: małego chłopca, nastolatka, młodego i dorosłego mężczyzny.

„Alkoholik” zmienia wiele naszych przekonań i wyobrażeń. Jest w „Alkoholiku” coś jeszcze: pomimo koszmaru opisywanej sytuacji i zdarzeń oraz oczywistego tragizmu tej historii, jest w tej książce jakieś ciepło, wewnętrzny spokój, pogoda ducha. I wreszcie... humor. Meszuge potrafi kpić z samego siebie, a w paru momentach (dmuchane łóżko i kot, odkrycie, że jest normalny) – rozbawić.

Jednak najważniejszą wartością książki wydaje się jej przydatność w procesie wychowania. Dowiadujemy się, na jakie symptomy zwracać uwagę, czemu zapobiegać, jak

przeciwdziałać. To jest niesamowite, że alkoholik, pijak, napisał książkę... w pewnym sensie także edukacyjną i dydaktyczną, po którą powinni sięgnąć rodzice i wszelkiego typu wychowawcy i opiekunowie – jeśli faktycznie na dzieciach im zależy.

Alkoholizm

Miller Alice: Dramat udanego dziecka. Warszawa: Jacek Santorski & CO, cop. 1995. ISBN 83-85386-61-0

Maltretowane, zaniedbane dziecko kojarzy się zazwyczaj z sińcami, niedożywieniem, brudną koszulką i łzami na niedomytej buzi. Nie o nim pisze Alice Miller w swojej książce. Skupia się raczej na okrucieństwie rodziców, którego istnienia społeczeństwo nadal nie chce uznać. Nie przejawia się ono jedynie poprzez bicie (choć około 85% populacji świata zaznało bicia w dzieciństwie). Wyraża się również poprzez brak uwagi i komunikacji, przez ignorowanie dziecięcych potrzeb i psychicznych cierpień, poprzez pozbawione sensu i perwersyjne kary, wykorzystywanie bezinteresownej miłości dziecka, poprzez szantaż emocjonalny, zburzenie wiary w jego własne zdolności. Ta lista nie ma końca. I najgorsze jest to, że dziecko musi nauczyć się uważać to wszystko za zachowania normalne, gdyż nic innego nie zna. Bezwarunkowo rodziców kocha, a jako dorosły człowiek przywiązany jest do wyobrażenia, że i on był naprawdę kochany, cokolwiek by mu zrobili.

Nie potrafimy zmienić naszej przeszłości, ani też wymazać ran dzieciństwa, twierdzi Alice Miller. To prawda. Przeżycia te siedzą tak głęboko, że niektórzy z nas nigdy nie będą w stanie pojąć w pełni rozmiarów swojej samotności i opuszczenia, na które byli skazani jako dzieci. Trauma dzieciństwa są najczęściej wypierane, toteż mit beztróskkich i sielskich lat dzieciennych ma się świetnie. Rodzice, którzy w ogóle rodzicami stać się nie powinni, strach, wstyd, poczucie winy, brak poczucia bezpieczeństwa – do czegoś takiego przyznać się wręcz nie wypada. Zwłaszcza jeśli chodzi o rodzinę nie patologiczną, ale taką normalną, z domem i ogródkiem, z mamą, tatą i ładnymi dziećmi, którym na pozór nic nie brakuje.

Przemoc psychiczna

Miller Alice: Zniewolone dzieciństwo. Ukryte źródła tyranii. Poznań: Harbor Point Media Rodzina, 2010. ISBN 978-83-8559-483-3

Dziecko wychowywane w atmosferze terroru fizycznego i psychicznego zostaje bardziej okaleczone i należy mu się większe współczucie niż więźniowi obozu koncentracyjnego. Tak twierdzi Alice Miller. Dlaczego? Bo jeniec wie, że cierpi, wie, że wyrządza mu się zło i ma prawo nienawidzić swoich oprawców. Dziecko ma natomiast wierzyć, że zło, które je spotyka, dzieje się dla jego dobra, po to, by „wyrósł na ludzi”, a okazywanie buntu i złości jest zakazane. Za wychowanie należy się przecież wdzięcz-

ność. Dzieci obowiązują miłość do swoich oprawców, którymi są rodzice, nauczyciele bądź inni opiekunowie.

Alice Miller skupiła się na analizowaniu wpływu traumatycznych przeżyć dzieciństwa na dalsze życie człowieka. Z jej badań jasno wynika, że przemoc rodzi przemoc i tak długo, jak długo będziemy bić swoje dzieci, będziemy również zabijali i nienawidzili siebie nawzajem. Musimy zatem przerwać łańcuch agresji ciągnący się przez pokolenia, aby wychować bardziej empatyczne i życzliwe społeczeństwo. Dopóki - jako społeczeństwo i poszczególne jednostki - nie zrozumiemy zła, jakie nam wyrządzono w dzieciństwie, nie przeżyjemy tamtego zaległego gniewu i żalu, a w konsekwencji przebaczenia, nie będziemy mogli wychować życzliwie nastawionych do świata i stroniących od przemocy jednostek.

Ludzie byli kiedyś niezmiernie wymyślni w wymyślaniu wychowawczych tortur dla swojego potomstwa. Świadczą o tym zamieszczone w „Zniewolonym dzieciństwie” wypisy z poradników wychowawczych nurtu znanego dziś jako „czarna pedagogika”. W trakcie ich czytania włos się jeży na głowie i oczywistym się staje, że takie metody wychowawcze mogły przyczynić się do „hodowli” takich zbrodniarzy jak Adolf Hitler. Bowiem w tej pozycji zanalizowane jest jego dzieciństwo i konsekwencje, jakie miało ono dla całego świata. Oprócz Hitlera polem badawczym autorki staje się życie Christiany F. („My, dzieci z dworca ZOO”) i Jürgena Bartscha (dzieciobójca). Abyśmy nie popadli w dobry humor sądząc, że okrucieństwo pedagogiczne jest cechą charakterystyczną dla minionych wieków, książka zakończona jest wypisem tortur z jak najbardziej współczesnej dokumentacji szwajcarskich telefonów zaufania. Pomysłowość wychowawców jest doprawdy zdumiewająca.

Tezy postawione w tej książce mogą wydawać się trochę uproszczone, trochę naciągane. Nie można przecież całego zła na świecie tłumaczyć przy pomocy jednej teorii. A jednak nie sposób tej pozycji nie znać. Cieszymy się, że mieliśmy Korczaka i jego „Jak kochać dziecko”.

Przemoc fizyczna; Przemoc psychiczna

Murray Liz: Przełamać noc. Bielsko-Biała: Wydawnictwo Rodzinne, 2011. ISBN 978-83-931505-4-0

Liz urodziła się w rodzinie dysfunkcyjnej, gdzie największą wartość stanowiły narkotyki. Będąc małą dziewczynką tłumaczyła sobie zachowanie rodziców, rozumiała, że nie mogą inaczej postępować, próbowała postawić się w ich sytuacji i mimo wielu rozczarowań kochała ich, a jedyne czego potrzebowała to odrobina uczucia. Szkoła uświadomiła jej, że inne dzieci nie chodzą codziennie głodne, mają czyste ubrania i troskliwych rodziców. Zaczęła coraz więcej czasu spędzać ze znajomymi, a dom stał się dla niej noclegownią. Zawszone włosy, brudne ubrania przyczyniły się do opuszczania zajęć w szkole. Brak wsparcia ze strony najbliższych, rozpad rodziny i choroba mamy, zmusi-

ły Liz do opuszczenia domu. Uczucie głodu, poczucie wstydu za siebie i rodzinę, alienacja i brak zrozumienia to uczucia które najczęściej towarzyszyły Liz w okresie dorastania. Czytając tę książkę dostajemy prawdziwy, lecz nie brutalny obraz bezdomności. Dziewczyna wybrała życie na ulicy zamiast dorastania w ośrodku.

Historia nie jest łzawa, a autorka nie użala się nad swoim losem. Liz Murray pisze o swoim życiu z dystansem, za który ją podziwiam. Autorka za cel postawiła sobie motywowanie innych do zmiany swojego życia.

Rodzina dysfunkcyjna; Narkomania; Bezdomność

Oates Joyce Carol: Opowieść wdowy. Poznań: Rebis, 2011. ISBN 978-83-7510-686-2

Literacki pamiętnik wdowieństwa J.C. Oates, która opisała historię choroby i śmierci męża, krytyka literackiego Raya Smitha. To autobiograficzny zapis wewnętrznych zmagañ autorki, próbującej zrozumieć na czym polega życie po śmierci ukochanego męża, który ją wspierał przez niemal pół wieku. Opowiada o sprzecznych, ale zawsze przytłaczających, obezwładniających emocjach targających człowiekiem, któremu zawalił się świat.

Oates tak naprawdę jest równocześnie dwiema osobami: cierpiącą, zszokowaną, zdruzgotaną do głębi Joyce Smith, otumanioną środkami nasennymi i przeciwdepresyjnymi i wnikliwą, dociekliwą Joyce Carol Oates, bacznie obserwującą swoje drugie ja, pochylającą się nad nim z całym arsenałem narzędzi analitycznych. Joyce-pisarka zdaje sobie sprawę, że nazwanie uczuć i emocji Joyce-wdowy, opisanie, jak to jest „być tą, którą nikt inny nie chciałby być”, to jedna z możliwych strategii, pozwalających przetrwać. Nie jedyna, bo przecież zawsze były i będą wdowy pozbawione zdolności analitycznego myślenia, za to na przykład głęboko religijne albo zdominowane przez instynkt macierzyński, nakazujący im trwać dla dobra nieletnich dzieci. Nie dla niej samej, lecz dla innych osób, którym po stracie ukochanego człowieka „życie popruło się jak stara skarpetka”. I dlatego, wbrew sugestiom znajomych – Joyce-pisarka bierze na warsztat cierpienie Joyce-wdowy, a pod jej doskonałym piórem dokonuje się równocześnie przejmująca wiwisekcja żałoby i buduje się pomnik niepowszedniego uczucia.

Miłość; Śmierć bliskiej osoby; Żałoba

Okoniewska Magdalena: Mój świat jest kobietą. Dziennik lesbijki. Warszawa: Jacek Santorski & Co, cop. 2004. ISBN 83-88875-77-9

Pierwsza tego typu powieść w Polsce. Fakt ukazania się książki opowiadającej o życiu kobiety kochającej kobiety ma ogromne znaczenie dla postrzegania homoseksualistów w naszym kraju.

Narratorka jest dość zwyczajna: ma czterdzieści lat, ale czuje się o wiele młodziej. Opuściła grono Świadków Jehowy (kolejny ważny wątek), rozwiodła się z mężem, wy-

chowuje dorastającą córkę, szuka pracy i kogoś bliskiego. Opowiada o świecie homoseksualistów. Podaje dużo szczegółów, komentuje filmy i literaturę, opisuje knajpki, w których bywa, zachowania znajomych, reakcje innych na jej odmiennosc. Zastanawiam się, jaka ta książka byłaby dla kogoś, kto w tym środowisku przebywa od lat – mniemęczyły na przykład wyjaśnienia, jak działa gadu-gadu, a przecież to był drobiazg w porównaniu z łopatologicznym wyjaśnianiem słowo po słowie całego jej świata. Jest to przecież z założenia osobisty pamiętnik, jego autorka wie, co to jest *coming out*, *branża* czy portal *kobiety-kobietom*... Oczywiście czytelnik na ogół nie ma o tym żadnego pojęcia, ale sposób prowadzenia zapisków wydaje się przez to sztuczny. Z drugiej strony, realizm i autentyczność są tu jednak dużą zaletą. Wiadomo, że pani Okoniewska pisze o swoim życiu (podziwiam odwagę), łącząc wprawdzie prawdę z fikcją - jak sama zastrzega - ale więcej w tym chyba prawdy niż fikcji...

Gdyby okroić książkę z opisów świata „branżowego”, pozostanie trochę przemyśleń o Świadcach Jehowy, rodzinie i polityce, a także opisy poszukiwania pracy i rozwijania się autorki jako dziennikarki (piszącej dla „NIE”). Ciepło. Oszczędnie. Prosto. Takie zapiski życia codziennego, bez głębszych myśli, bez ciekawych spostrzeżeń do wynotowania.

Podsumowując: ważna książka, którą warto przeczytać.

Homoseksualizm

Oxnam Robert: 11 x ja. Moje życie z osobowością mnogą. Kraków: Znak, 2008. ISBN 978-83-240-0961-9

Pozornie doskonale życie Boba nie różni się od innych historii podobnie ambitnych, zaangażowanych w budowanie swojej kariery i kształtowanie życia osobistego ludzi. Jest doradcą prezydenta Stanów Zjednoczonych, ekspertem do spraw Azji. Tym bardziej dziwi pojawiające się znikąd wypalenie i głęboka depresja. Połączone z zachowaniami autodestrukcyjnymi dziwne zaniki pamięci, napady agresji i rozkład dotychczasowego życia prowadzą Boba do psychiatry, a ten podczas jednej z sesji terapeutycznych odkrywa trudną prawdę, z którą Oxnam będzie musiał się zmierzyć.

Ta książka, łącząca w sobie komedię i dramat, fascynujące opisy życia „na szczycie” i bolesnych upadków na samo jego dno, jest historią niesamowicie trudnej walki człowieka o świadomość tego, co się z nim dzieje, o odpowiedź na pytanie „kim tak naprawdę jestem?” Oxnam przechodzi zmuszoną, bolesną niejednokrotnie terapię, podczas której odkrywa kolejne ukrywające się w Zamku osoby, z których każda manifestuje swą odrębność tak bardzo, jak to tylko możliwe.

Wciągająca podróż, od której trudno się oderwać, pokazuje, że osobowość mnoga nie jest fanaberią, grą w dziedziczenie, że różne osoby, chociaż żyją w jednym ciele, są odrębnymi istotami, pomiędzy którymi nierzadko dochodzi do śpięć, kłótni, ale również zabawnych sytuacji. Pokazuje, jak ważne podczas trudnych starć chorego z samym sobą

jest zrozumienie i miłość ze strony otoczenia. Wreszcie, chociaż zostawia czytelnika z obrazem pogodzonego z „samymi sobą” człowieka, zadaje pytanie o granice. Każdy z nas nieustannie odgrywa przeróżne role, dostosowując się do oczekiwań społecznych, wymagań stawianych nam przez rodzinę, przyjaciół, otoczenie. Gdzie jest granica pomiędzy wcielaniem się w różne postacie a faktycznym rozłamem pomiędzy nimi?

Osobowość mnoga

Pawlikowska Beata: W dżungli miłości. Michałów; Grabina: Latarnik, 2008. ISBN 978-83-60000-25-0

Porady, które Beata Pawlikowska umieściła w swojej książce wydają się czasami banalne i oczywiste, a jednak noszą na sobie piętno autentycznego przeżycia.

Piękna jest anegdota o Indianach, którzy nigdy się nie denerwują. Zamiast złości lub płaczu w obliczu niebezpieczeństwa, bólu czy niepomyślności losu, reagują śmiechem. To godna podziwu postawa, bo cóż mądrzejszego można zrobić, gdy świat wali się na głowę, jak nie spróbować uratować choć poczucie humoru i dystans do siebie?

Druga ważna lekcja, którą daje autorka jest na temat alkoholizmu. To jeden z głównych wątków książki. Jak rozpoznać alkoholików w swoim otoczeniu? Jak ustrzec się przed tą chorobą? Jak nie dać się uwikłać w związek z alkoholikiem? Te i inne pytania zostały w książce bardzo poważnie potraktowane i szczegółowo omówione. Temat jakże ważny, choć się trochę nadmiernie w książce rozrósł.

I trzecia rzecz. Cała książka jest oparta na pomyśle podziału ludzi na dwie kategorie: leniwców i wojowników. Pawlikowska świetnie dostrzegła, że tylko część społeczeństwa żyje tak, jak chciałaby żyć, robi to, co chciałaby robić. Pozostali tylko marzą, ale nigdy nie realizują swoich marzeń. Autorka próbuje kilkoma prostymi radami pokazać, jak można się stać prawdziwym wojownikiem. Książka ma siedem części, o miłości są dwie, jedna o alkoholu, pozostałe o rozwoju wewnętrznym:

Warto to przemyśleć – czy jesteśmy leniwcami czy wojownikami? Jak chcemy, żeby wyglądało nasze życie? Co robimy, żeby spełnić własne marzenia? Beata Pawlikowska jest świetnym przykładem na to, że chcieć to móc. Dziennikarka, podróżniczka, pisarka, fotograf, tłumaczka. Warto znaleźć chwilę, by poznać, co ma do powiedzenia o życiu i spełnianiu marzeń.

Alkoholizm; Poszukiwanie sensu życia; Pozytywne przesłanie

Pawlikowska Beata: W dżungli niepewności - Listy do M. Michałów; Grabina: Latarnik, 2009. ISBN 978-83-60000-34-2

[*Beata Pawlikowska*]: Pierwszego maila od Moniki dostałam w jesienny wieczór trzy lata temu. Pisała o swoich problemach z jedzeniem i poszukiwaniu miejsca w życiu. Była głęboko przekonana, że jeśli schudnie, to wreszcie będzie szczęśliwa. A ja wiedziałam, że się myli.

Wrażenie zagubienia i chaosu nie wynika z bałaganu w otaczającym nas świecie, tylko z rozgardiaszu panującego we własnej duszy. Tam kryje się paraliżujący strach, oczekiwanie katastrofy, brak poczucia bezpieczeństwa i własnej wartości. Stąd biorą się takie choroby, jak anoreksja i bulimia, uzależnienie od alkoholu, narkotyków, internetu czy zakupów.

Ta książka to zapis mailowej rozmowy, którą zaczęłyśmy wtedy prowadzić. To jest prawdziwa historia o tym, że warto szukać swojego szczęścia, ale i o tym, że nie znajduje się ono w innych ludziach, ani w odchudzaniu, ani w pokonaniu żadnej przeszkody, którą człowiek przed sobą podświadomie stawia. Jest to prawdziwa opowieść o pozbywaniu się wewnętrznych barier i odkrywaniu swojego prawdziwego „ja”, czego Wam i bohaterce tej książki, Monice, życzę z całego serca.

Anoreksja; Bulimia; Alkoholizm; Poszukiwanie tożsamości

Pinkosz Katarzyna, Żelechowski Łukasz: O dwóch takich... Teraz Andy. Warszawa: Demart, 2011. ISBN: 978-83-7427-685-6

29 stycznia 2011 r. Aconcaguę, najwyższy szczyt obu Ameryk, zaliczaną do Korony Ziemi – zdobyli: Łukasz Żelechowski (informatyk, dziennikarz radiowy, zwany przez kolegów Jurandem, gdyż nie widzi od urodzenia) oraz Piotr Pogon, który od ponad 20 lat zмага się z chorobą nowotworową i ma usunięte płuco (nazywany Panem Zadyszka, bo idąc w górach, świszczy). Na Aconcaguę wszedł z nimi Arek Mytko (podróżnik i eksplorator Patagonii). Bogdan, szef wyprawy, ratownik GOPR, musiał zrezygnować z ataku na szczyt z powodu choroby wysokościowej. Jednak gdyby nie on i argentyńscy ratownicy górscy, trójka podróżników może na zawsze pozostałaby w Andach...

Dzień po dniu wyprawę opisuje w swoim „Dzienniku” Łukasz. Prezentuje w nim nie tylko drogę na szczyt, ale też świat, w którym obrazy są zastąpione dźwiękiem, zapachem i dotykiem.

Wyprawa na Aconcaguę odbiła się szerokim echem w mediach: było wiele audycji radiowych i artykułów prasowych na ten temat. Jednak wkrótce po powrocie życie uczestników zaczęło wracać na normalne tory. Książka opisuje nie tylko zmagania z Wielką Górą, ale też problemy z nizin: z pracą zawodową, z przełamywaniem barier. Jest to też opowieść o przyjaźni i zaufaniu oraz o tym, że warto czasem zatrzymać się, by dostrzec obok drugiego człowieka. I na pewno warto marzyć i dążyć do realizacji swoich pragnień.

Choroba nowotworowa; Niewidomy; Zaufanie; Przyjaźń; Pozytywne przesłanie

Raduńska Sonia: Białe zeszyty. Wyd. 2 popr. Warszawa: W.A.B., 2005. ISBN 83-7414-104-2

To rodzaj bardzo osobistego dziennika prowadzonego przez dojrzałą kobietę, która pisząc, stara się zrozumieć siebie. Jest to dla niej forma autoterapii, dzięki której zaczyna

się otwierać i odkrywać swoje wnętrze. Początkowo czuje się skrępowana przez swoje uzależnienia, przyzwyczajenia, obowiązki. Pragnie się wyzwolić z „teatru” codzienności pełnego zakłamania i konwenansów. Po śmierci męża, która staje się dla niej końcem niezbyt udanego małżeństwa, zaczyna budować skomplikowaną relację z nowym mężczyzną. Związek ten, który okazuje się raczej przyjaźnią niż miłością, staje się dla niej jedną z form wzbogacania siebie. Kobieta stopniowo zaczyna dostrzegać, co jest dla niej ważne, dążyć do samorealizacji, jednak wtedy okazuje się, że uczucie, jakie łączy ją z Pawłem, stało się dla niej pułapką. Żyje rozdarta między pragnieniem miłości a obawą zatracenia swojej indywidualności i tego, co daje jej przyjaźń...

Niezwykła w tej książce jest szczerłość wypowiedzi. Autorka pisze bez skrępowania o swoich radościach, smutkach, lękach. Śledzimy dwa lata z życia Soni, niemalże dzień po dniu. Widzimy jej wewnętrzne przemiany, wzloty i upadki, zaczynamy ją rozumieć i czuć tak, jak ona.

Tym, co na równi z autentyzmem urzekło mnie w dziennikach Soni, jest forma, w jakiej autorka mówi o swoich emocjach, doświadczeniach, a nawet szarej codzienności. Książkę, choć napisaną prozą, czyta się jak utwór liryczny. Raduńska buduje malarzkie, impresjonistyczne obrazy nie tylko pisząc o miejscach, ale także zwierając się ze swych uczuć. Nie ma słów, którymi można by opisać nastrój tego utworu tak, by nie spłyć jego piękna.

W swoim dzienniku Sonia Raduńska mówi nie tylko o tym, jak trudne, a zarazem ważne są relacje z innymi ludźmi, ale także o potrzebie samotności i poczucia odrębności. Udowadnia również, że, pomimo trudności, można cieszyć się życiem, dostrzegać piękno świata w różnych jego przejawach, a jej słowa są tak prawdziwe i przekonujące, że bez trudu przychodzi nam w nie uwierzyć.

W „Białych zeszytach”, tak jak w życiu, radość przeplata się z cierpieniem, bezsilność z euforią, nastrój depresji z afirmacją świata. Może właśnie dlatego książka pozostawia po sobie uczucie katharsis.

Śmierć bliskiej osoby; Pozytywne przesłanie

Rosicka-Jaczyńska Katarzyna: Olówek. Łódź: Poligraf, 2011. ISBN 978-83-62752-47-8

Kiedy po wielu zawirowaniach rodzinnych i finansowych, założona przez Rosicką-Jaczyńską firma odnosiła spektakularne sukcesy, ona sama zachorowała. Początkowo były to bagatelizowane objawy, które przypisywała zmęczeniu, lecz z czasem utrudniały jej normalne funkcjonowanie. Po trzech latach usłyszała diagnozę...choruje na sła (stwardnienie zanikowe boczne). Jest to choroba neuronu ruchowego, w każdym przypadku śmiertelna, jej leczenie oparte jest na fizykoterapii, medycyna jedynie opóźnia jej rozwój i hamuje objawy.

Niesamowite jest to, że w momencie kiedy większość z nas po usłyszeniu diagnozy załamałoby się i zamknęło w sobie, ta kobieta podjęła walkę i wciąż to robi. Jej życie nie było idealne, nie koloryzowała swojej sytuacji rodzinnej, lecz szczerze opowiedziała o tym co ją spotkało. Gnała przez nie z zamkniętymi oczami, nie zastanawiała się nad dniem jutrzejszym, było dla niej tylko tu i teraz. Jak sama wspominała może to dobrze, że Bóg chciał, aby się zatrzymała. Jej modlitwy, rozmowy z Bogiem były chwilami przepełnione goryczą, w innym momencie pokorą. Nie pytała Boga dlaczego to właśnie ona zachorowała, ponieważ jak sama stwierdziła, nie umiałaby wskazać osoby, która miałaby ją zastąpić.

Mam nadzieję, że po przeczytaniu tej książki, niejedna osoba zastanowi się nad swoim zachowaniem względem osób chorych. To, że ciało Pani Katarzyny odmówiło posłuszeństwa, nie oznacza, że jej mózg przestał funkcjonować. Ona słyszy, więc mówmy do niej, nie obok niej. To co dla osoby zdrowej może wydawać się fanaberią dla osoby chorej jest nie niezwykle istotne, dla przykładu złe ułożenie ręki czy nogi może skończyć się potwornym bólem. Pani Kasia spotkała na swojej drodze zarówno potwora, która zjada jej ciało, jak i aniołów, którzy podtrzymują jej wiarę w ludzi i Boga.

„Nagle uświadomiłam sobie, że sami, nazywając sła bestią, dodajemy jej mocy. O nie – pomyślałam – nie dam Ci tej satysfakcji, dla mnie jesteś niedojdą, oferumą, która się mnie czepia. Nie lubię cię, nie chcę cię. Won ode mnie, won!”

Nieuleczalna choroba

Tochman Wojciech: Wściekły pies. Kraków: Znak, 2007. ISBN 978-83-240-0887-2

Poruszający zbiór reportaży, który się czyta z zapartym tchem oraz ze skrzywioną twarzą. Bo mówi o słabościach, o brutalnej rzeczywistości, która wcale taka kolorowa nie jest. O chorym na Zespół Tourette’a, o maturzystach, którzy jechali na Jasną Górę, a po drodze jeden z autobusów zaczął się palić stając się tzw. mojżeszowym krzakiem. Albo o księdzu homoseksualiście chorym na AIDS. Bo każdy jest tak samo człowiekiem. Uczeń, rodzic, nauczyciel, ksiądz...

Tytuły reportaży: Mojżeszowy krzak, Atmosfera miłości, Więzień, Zażalenie, Człowiek, który powstał z torów, Młodzi lubią szybko, Leży we mnie martwy anioł, Wściekły pies, Amen

Zespół Tourette’a; Homoseksualizm; Nieszczęśliwy wypadek

Vanier Jean: Depresja - dlaczego? Katowice: Kos, 2001. ISBN 83-86757-04-3

Ta niezwykła książeczka jest nie tyle poradnikiem, co raczej czymś podobnym do serdecznego uścisku pomocnej dłoni przyjaciela. Jean Vanier, filozof, człowiek żyjący pogłębianą wiarą na co dzień, oferuje w tym krótkim tekście słowa zrozumienia, przyjaźni i otuchy. Mówi o tym, że korzenie depresji tkwią w ciemności ukrytej w sercu każdego człowieka, która powstaje pod wpływem smutnych doświadczeń i przeżyć

dzieciństwa. Każdy z nas doświadcza odrzucenia i zranienia, a intensywność tych przeżyć zależy często od osobistej wrażliwości i niezaspokojonych potrzeb uczuciowych. Powstałe w dzieciństwie smutki zagnieżdżają się bardzo głęboko w sercu i w psychice, aby wcześniej czy później wyjść na powierzchnię w postaci depresji.

Vanier wskazuje, jak ważnym krokiem na drodze do pokonania depresji jest uświadomienie sobie, że każdy z nas doświadcza w swoim wnętrzu zarówno ciemności, jak i światła, zaufania i strachu, miłości i nienawiści. Kiedy pozwolimy, aby światło dotarło do najciemniejszych zakątków naszej psychiki, kiedy pozwolimy zaufaniu i miłości pokonać strach i nienawiść, znajdziemy siłę do życia i do zaakceptowania ran przeszłości.

Pomocą w pokonaniu depresji może być przyjaciel, ktoś bliski, lekarz, terapeuta - ktoś, komu możemy zaufać i przed kim możemy się otworzyć. Proces pokonywania smutków i ciemności wymaga również czasu i cierpliwości. Vanier odwołując się do zjawisk natury mówi o tym, że jak po zimie przychodzi wiosna, tak depresja jest w jakimś sensie czymś bardzo naturalnym i nieodłącznym od życia, że przeżycie tego typu jest często niezbędne dla personalnego rozwoju duchowego i należy jako takie je zaakceptować i dać sobie dużo czasu na przejście od depresji do wolności. Wolności, bowiem Vanier porównuje stan depresji do uwięzienia. Po wyjściu z tego więzienia depresji doświadczymy stanu nieznanego do tej pory duchowej wolności, wraz z którą będziemy umieli nareszcie zaakceptować siebie z całym bagażem przeżyć i wad.

Depresja

Wach Małgorzata: Każdy ma swoje Kilimandżaro. Kraków: Znak, 2008. ISBN 978-83-240-1061-5

Wypełniona po brzegi emocjami, barwna opowieść o pasji, bohaterstwie, odwadze, bólu i cierpieniu. I choć ten opis może zabrzmieć dla niektórych jak reklama amerykańskiego filmu - po przeczytaniu książki przyznajemy, że jest prawdziwy.

Pokazuje osvajanie się z kalectwem, tragizmem losu, pytaniem: „dlaczego ja?” i odwagę spełniania marzeń. Gdy doświadcza się niepełnosprawności, tak dotkliwie, jak bohaterowie tej książki, można się poddać, ale można też walczyć. Oni nie tylko walczą, oni wygrywają i sięgają po więcej, aż w końcu, wspinają się na Kilimandżaro. Książka napisana jest w sposób mistrzowski - bez patosu i sztuczności, prawdziwie i poruszająco, a zarazem z lekkością i humorem.

Trudno wywołać prawdziwe wzruszenie. Autorce tej książki i jej bohaterom udaje się to. Ich opowieść chwyta za gardło - być może dlatego, że nie ma w niej cienia pozy i fałszu, a jest życie. Pokora - słowo niemodne - ale samo przychodzi na myśl, bo właśnie pokory uczą nas bohaterowie opowieści.

Czy każdy z czytających po jej lekturze odkryje swoje Kilimandżaro? Na pewno choć przez moment spróbuje - i taka jest siła tej książki - od której nie sposób się ode-

rwać... Dobrze, że powstała taka książka i dobrze, że jest Fundacja Anny Dymnej (pomyśłodawczyni wyprawy), która daje szansę na takie zwycięstwa.

Niepełnosprawność; Niewidomy; Spełnianie marzeń; Pozytywne przesłanie

Załuski Krzysztof Maria: Wypędzeni do raj. Gdańsk: Maszoperia Literacka, 2010. ISBN 978-83-62129-21-8

Oczami bohatera oglądamy świat, który dla wielu Polaków żyjących w Polsce w latach osiemdziesiątych i dziewięćdziesiątych wydawał się być rajem. Ten świat to małe miasteczko w Niemczech, a właściwie obóz przejściowy dla przesiedleńców czyli Aussiedlerów. W pogoni za obiecany i wyczekiwany rajem dostawali się w emigracyjne piekło, które zresztą sami współtworzyli. Wyłaniający się z kart książki obraz polskiej emigracji ekonomiczno-politycznej tych lat jest bezlitosny i przerażający. Jednak ciężki los przesiedleńców współczucia nie wzbudza, a oni sami wręcz przeciwnie, zażenowanie i niechęć.

Na szczęście wśród tych wszystkich cynicznych, brudnych i złych postaci znajduje się jeden, który ratuje twarz polskiej emigracji. Oczytany, inteligentny i wykształcony. Bohater, który ogląda i opisuje to polskie piekło emigracji, i który nie godzi się na taką rzeczywistość. Buntuje się, poszukuje lepszego życia i stabilizacji. Jest też bardzo wnikliwym obserwatorem. Wokół siebie widzi nie tylko Aussiedlerów i smutną rzeczywistość obozową, ale dostrzega też piękno kawałka ziemi, na której przebywa, a są to okolice Jeziora Bodeńskiego u podnóża Alp.

Opuszczając Polskę w 1987 roku, nie przypuszczał nawet, że droga do zrozumienia, czym jest miłość, przyjaźń i pospolite ludzkie szczęście, wiedzie przez liczne upokorzenia i koszmar bezdomności. Daleka od martyrologicznego tonu książka Załuskiego jest rodzajem autoterapii, zapisem zmagania młodego inteligenta z doświadczeniem emigracji.

Emigracja

3. Beletrystyka.

Almond David: Powrót z bezkresu. Warszawa: Prószyński i S-ka, 2000. ISBN 83-7255-769-1

Za miasteczkiem Stoneygate jest miejsce zwane pustkowiem, gdzie niegdyś znajdowała się kopalnia. Tam Kit spotyka odludka Johna Askew, który wymyślił niebezpieczną grę. Kit chce wziąć w niej udział...

Niezwykła, wzruszająca opowieść o przeżyciach trzynastoletnich bohaterów, o wyborze między dobrem i złem, o życiu i śmierci, o pamięci i miłości, którą można znaleźć w każdym człowieku.

Rzadko spotyka się książki, które w tak poruszający sposób opowiadają o rzeczach ostatecznych i odwiecznych wartościach, nie popadając ani w nachalny dydaktyzm, ani w łatwy sentymentalizm.

Walka dobra i zła; Śmierć; Miłość

Anderson Joan Wester: Anielskie drogi. Prawdziwe historie o gościach z niebios. Wyd. 2 popr. Gdańsk: Exter, 2002. ISBN 83-86029-58-7

Ta przejmująca i piękna książka dostarcza przekonujących dowodów na obecność pośród nas niebiańskich istot. Autorka, zainspirowana wydarzeniami z życia syna, któremu w mroźną noc Wigilii Bożego Narodzenia, na śnieżnym pustkowiu pomógł nieznamy, odholowując jego zepsuty samochód i ratując mu tym samym życie, a nie pozostawiając przy tym na śniegu śladów opon, podjęła trud zebrania podobnych relacji z życia innych osób i zgromadziła je w tej książce. Aniołowie walczą ze złem, przynoszą wiadomości, ostrzegają przed niebezpieczeństwem, pocieszają w cierpieniu. Być może te historie pozwolą nam przypomnieć sobie doświadczenia z własnego życia, gdy anioł kroczył przy naszym boku.

Aniołowie; Zjawiska paranormalne

Applegate Katherine: Dwie dziewczyny i chłopak. Warszawa: Ex Libris – Galeria Książki Polskiej, cop. 2002. ISBN 83-88455-90-7

Bohaterki książki, dwie 16-latki, przeżywają swoją pierwszą miłość, kochając się w tym samym chłopcu. Jedna z nich jest śmiertelnie chora. Guz mózgu nie daje jej szans na przeżycie. Dziewczyna wie, że zostało jej zaledwie kilka miesięcy życia.

Główną postacią książki jest młoda dziewczyna, która bardzo przeżywa chorobę przyjaciółki. Podejmuje ważne decyzje stawiając przyjaźń na pierwszym miejscu.

Nieuleczalna choroba; Śmierć

Applegate Katherine: Dzielać się Samem. Katowice: Videograf II, 1996. ISBN 83-86831-06-5

Sam Cody to chłopak, któremu nie można się oprzeć - ma wspaniałą sylwetkę i zamysłone oczy. Alison Chapman oczywiście jest nim zauroczona. Tak więc kiedy Sam zaprasza ją na walentynkowe tańce - jest w siódmym niebie. Dowiaduje się jednak, że jej najlepsza przyjaciółka Iza podkochuje się w tym samym chłopcu. Okazuje się, że w dodatku jest ciężko chora. Alison chce za wszelką cenę, żeby ostatnie dni jej przyjaciółki były szczęśliwe - nawet gdyby ona i Sam musieli ukrywać swoją miłość. Ale czy uda się zachować tajemnicę?

Przewlekła choroba; Miłość

Asher Jay: Trzynaście powodów. Poznań: Rebis, 2009. ISBN 978-83-7510-190-4

Nastolatka popełnia samobójstwo. Przed śmiercią nagrywa kilkanaście kaset, w których wyjaśnia, że istnieje trzynaście powodów, dla których zdecydowała się odebrać sobie życie. Dwa tygodnie po jej śmierci paczka z taśmami trafia do kolegi z klasy. 13 kaset to trzynaście osób, które według Hannah przyczyniły się do jej śmierci. Dla każdej z tych osób jest to duże zaskoczenie. Poznają ból i osamotnienie koleżanki a także prawdę o sobie i otaczających ich ludziach.

Książka zmusza do zastanowienia się nad swoim postępowaniem, skłania do refleksji. Czytelnik zdaje sobie sprawę z tego, że czasem jego reakcja może mieć daleko idące skutki. Znajdziemy tu wiele problemów nastolatków wartych przedyskutowania.

Samobójstwo; Samotność

Badami Anita Rau: Prawdziwy bohater. Warszawa: Dialog, 2004. ISBN 83-88938-59-2

„Prawdziwy bohater” to słodko-gorzka opowieść o zwykłej rodzinie z południa Indii, która zostaje poddana okrutnej próbie. Jest to tragiczna śmierć córki i jej męża. Wiele lat wcześniej ojciec odtrącił Maję za zerwanie zaręczyn z nobliwym pretendencem do jej ręki i ślub z Kanadyjczykiem. Więzi zostały bezpowrotnie zerwane. Tymczasem już nie można zadzwonić, wysłać listu, wybrać się z wizytą. Dla wszystkich członków rodziny śmierć Mai jest brutalnym sprawdzianem systemu wartości. Obserwujemy, jak radzą sobie z tragedią oraz dławiącym poczuciem winy, jak dotkliwie są samotni pomimo tłoku panującego w Dużym Domu.

W szczególnie dramatycznej sytuacji znajduje się kilkuletnia córka Mai i Alana, Nandana, wychowana w Kanadzie, która nie tylko musi poradzić sobie ze śmiercią rodziców, ale również przystosować się do nowego kraju i całkowicie odmiennej kultury.

Powieść Anity Rau Badami to galeria niezapomnianych postaci. Autorka jest mistrzynią w kreśleniu portretów psychologicznych. Nawet bohaterowie niezbyt sympatyczni budzą uśmiech (na przykład Ammajja), nawet ci epizodyczni zapadają w pamięć (choćby egzaltowana plotkarka, panna Ćintamani czy sprośny Batonikowy Dziadek). Postacie nie są czarno-białe, wymykają się łatwym ocenom. Autorka nie feruje wyroków moralnych, jest uważnym obserwatorem, patrzącym na swoich bohaterów z sympatią, poczuciem humoru i zrozumieniem.

Śmierć bliskiej osoby; Pozytywne przesłanie

Bahdaj Adam: Gdzie twój dom, Telemachu. Wrocław: Siedmioróg, 1993. ISBN 83-85193-68-5

Nastoletni Maciej Łańko dostaje zaproszenie przez od stryja, który jest świeżo po ślubie z pewną majątną wdową. Osierocony Maciek, od dzieciństwa wychowujący się w ubogim, wiejskim sierocińcu, jest wdzięczny stryjowi za przyjęcie go do luksusowej

willi w niewielkim miasteczku. Okazuje się jednak, że nie tylko dobre serce stryjka sprowadza Maćka do domu nowożeńców. Głównym powodem jest krnąbrny syn stryjenki, niejaki Krzysiek, który wpadł w towarzystwo małomiasteczkowych mętów. Skromny, odpowiedzialny Maciek ma stać się kołem ratunkowym dla rozpieszczonego do granic możliwości jedynaka. Sprawa jest niesłychanie zawiła, ponieważ Krzysiek jest cwaniakiem zdolnym do największych podłości, byleby dopiec rodzinie i intruzowi, z którym teraz musi dzielić pokój. Za jego sprawą Maciek staje się wrogiem numer jeden dla szajki miejscowych łobuzów, nie mając jednocześnie w nikim oparcia - stryjenka jest święcie przekonana o niewinności syneczka, a stryj popija piwo w salonie, powtarzając, że wszystko z czasem się ułoży.

Sam Maciek Łańko to chłopak o prawym charakterze, głęboko zakorzenionym poczuciu honoru i dużej samodzielności. Nie ma pretensji do losu o swoją pozycję i miejsce, w którym przyszło mu żyć. Do tego, co przeżywa podchodzi z lekką ironią, czasami nawet z rezygnacją.

Jest jeszcze jedna ciekawa postać: pan Jojo, stary znajomy Maćka. Jest to wieczny traper, któremu niebo dachem, a ojczyzną cały świat. Jak sam o sobie mówi, jest „poszukiwaczem piątej strony świata”. Obaj - Jojo i Maciek - są sobie bliscy i do siebie przywiązani. Jednak, jako że Jojo to wolny ptak, często zmieniający adres i zatrudnienie, nie mówiąc już o braku stałych dochodów, nie może adoptować Maćka.

„Gdzie twój dom, Telemachu?” to opowieść o chłopcu bez domu, rozdartym pomiędzy wiejskim sierocińcem i brakiem perspektyw, domem stryja, gdzie czekają go stare porachunki oraz pragnieniem towarzyszenia jedynemu przyjacielowi - wędrowcowi.

Rodzina dysfunkcyjna; Przyjaźń; Sieroctwo

Berwińska Krystyna: Karula. Warszawa: Nasza Księgarnia, 1983. ISBN 83-10-08365-3

Autorka opisuje historię Ulki, której rodzice piją, zaniedbują dom i znęcają się nad nią. Dziewczynkę chce adoptować dziadek głównego bohatera, ale do czasu załatwienia adopcji dziewczynka musi pozostać w domu dziecka.

Adopcja; Dom dziecka; Rodzina dysfunkcyjna

Boguszewska Helena: Całe życie Sabiny. Warszawa: Czytelnik, 1972

Tytułowa bohaterka dowiaduje się, że jest nieuleczalnie chora. Swoje ostatnie dni spędza unieruchomiona w łóżku, doglądana przez troskliwą rodzinę. Ten czas Sabina poświęca na rozmyślania - analizuje swoje życie, wraca do dawno minionych czasów, przywołuje niemal zapomniane osoby, które znaczyły dla niej tak wiele, analizuje swoje wybory... Wszystko, aby zrozumieć samą siebie.

Wspomnienia Sabiny nie układają się chronologicznie, a raczej „tematycznie”. Bohaterka przechodzi przez swoje życie myśląc, zgodnie z tytułami kolejnych części,

o sukniach, o mieszkaniach, o służących, o książkach, o zabawach i zajęciach, o porankach. Przypomina sobie mężczyzn, których obdarzyła uczuciem (z których Jan – nieodpowiedzialny małżonek – miał największy wpływ na całe jej późniejsze życie), emocjonalnie nieobecnych rodziców, oddaną służbę, wymykającego się spod jej opieki syna. Patrzy na swoje odbicia, widzi samą siebie jako dziewczynkę, przyjaciółkę, córkę, kochankę, żonę, matkę czy pracownicę – i w tym spojrzeniu przeważa litość, pobłażliwość. Przecież umierająca Sabina już wie, jakie miała złudzenia, ile z jej marzeń się nie ziściło. Te dwie płaszczyzny - przeszłość (w której bohaterka po prostu żyje) i terażniejszość (w której bohaterka umierając ocenia swoje życie) przenikają się, a ich zestawienie po prostu poraża.

Nieuleczalna choroba; Rozrachunek z życiem

Borek Elżbieta: Uciekinierka. Kraków: Skrzat, 2009. ISBN 978-83-7437-403-3

Dlaczego 18-letnia dziewczyna nagle znika? Ma szczęśliwą rodzinę, wsparcie ze strony rodziców, przyjaciółkę na którą może liczyć i chłopaka, z którym się pokłóciła. Czy to ostatnie jest przyczyną jej ucieczki, czy też stało się coś bardzo złego? Prawie do końca powieści możemy się tylko domyślać, o co chodzi. A chodzi o słowa, które w złości wykrzyczała sąsiadka: „znajda” i „bachor”. I to spowodowało lawinę. Masza jedzie do Warszawy szukać swojej biologicznej matki.

To nie pierwsza książka poruszająca problem adopcji i konieczności poinformowania o tym dziecka. Książka ważna, bo obok głównego tematu porusza ważny problem – przyjaźni.

Adopcja; Przyjaźń

Bratny Roman: Lot ku ziemi. Warszawa: Państwowy Instytut Wydawniczy, 1976

Roman Bratny w utworze „Lot ku ziemi” porusza ponadczasowe i wciąż aktualne zagadnienia. Opowiada o samotności: i tej z wyboru, i tej w tłumie, o pracy, nauce i wynalazkach, o zazdrości, o winie i karze, o motywie kainowym, o miłości i zdradzie. Mówi o nienawiści w końcu, a także o konieczności wiary, jeśli nie w Boga, to w cokolwiek, by ludzie zachowali moralność.

Pisarza absorbują rezultaty chwil.Tych znaczących, niekoniecznie licznych momentów w życiu człowieka, kiedy to podejmuje on najistotniejsze wyzwania wobec losu bądź uchyla się przed ich podjęciem. To one, te pojedyncze chwile, te znaczące momenty rozstrzygają, bo już na zawsze określają kierunek jego drogi. A gdy przychodzi ostatnia już chwila i człowiek opuszcza ten świat, to właśnie poprzez te momenty musi widzieć całe swoje życie...

Marek Zych – wyraziście nakreślona piórem pisarza główna postać utworu – „grał zawsze przeciw losowi”. A to: „zawsze” odnosi się także do terażniejszości powieściowej, tej z epoki socjalizmu. Autor stara się odpowiedzieć na pytania: jak dalece ta gra

wpłynęła na dzieje Marka, na jego wybory, na jego klęski, a może zwycięstwa i na ten moment, w którym przed oczyma staje całe życie.

Narratorem, a właściwie piszącym książkę w powieści o Marku jest ktoś, kto go wcześniej nienawdził, ktoś, kto teraz pragnie go „zwrócić ludziom” i pokazać jego „judymowską” osobowość. Z dystansu, poza światem, zza więziennych krat (dlaczego?) dokonuje swoistej analizy psychologicznej postawy Marka otoczonego fałszywym nimbem dolarów, złota i funtów, jak również analizy postawy brata Marka: etyka-moralisty który wypada w tej konfrontacji psychologicznej paskudnie...

Może ten brat to biblijny Kain, a może zwyczajny człowiek z ludzkimi przywarami i żądzami? Roman Bratny w tej kwestii kategorycznie się nie wypowiada, jednakże umieszcza zdanie, które przywodzi czytelnika do zadumy: „...brat jest w życiu człowieka dosłownie i w przenośni najbliższym sąsiadem, a nie ma wszak nienawiści mocniejszych, bardziej zajadłych niż sąsiedzkie. Stąd wątek Kaina, jako że grzechem jest natura i kultura się przed nią broni”.

Samotność; Zazdrość; Nienawiść

Calman Claire: Podręcznik dla niedzielnego ojca. Poznań: Zysk i S-ka., 2005. ISBN 83-7298-725-4

Poznajemy życie Scottów, zwyczajnej rodziny z angielskiej klasy „niższej średniej”, jakich i u nas niemało. On – majster w warsztacie szklarskim, ona – recepcjonistka w przychodni, oboje koło czterdziestki; dzieci ani małe, ani dorosłe (co z reguły oznacza: wymagające najwięcej uwagi); stan materialny równie daleki od biedy, jak od luksusu. Scott zarabia na życie. Gail pracuje w symbolicznym wymiarze, pozostając pełnotatową panią domu. Trzynastoletni Nat przeżywa okres buntu, którego rodzice nie traktują zbyt poważnie, zakładając, że przecież kiedyś z tego wyrośnie, a niespełna dziesięcioletnia Rosie zabawia wszystkich trajkotaniem na dowolny temat i nieudolnymi próbami udawania doroślejszej, niż jest...

I nagle ... W środku nocy Gail zatrzaskuje Scottowi drzwi przed nosem, zostawiając go bez kluczy i najwyraźniej nie mając zamiaru ponownie wpuścić go do domu. Oszołomiony małżonek spędza noc w warsztacie, doprowadzona do pasji żona trawi swoją wściekłość w samotności, zaskoczone dzieci na razie niczego nie rozumieją. Co takiego się stało? Czy naprawdę jeden nieodpowiedzialny wyskok może zniszczyć kilkunastoletni związek? Przecież Scott żałuje swojego głupiego postępu i przysięga, że kocha żonę. Przecież Gail nie poczułaby się aż tak zraniona jego zdradą – prymitywnym fizycznym aktem bez żadnego uczuciowego podtekstu – gdyby jej na nim nie zależało. Przecież mają dzieci, dla których każdy dzień bez ojca będzie nowym, bolesnym doświadczeniem...

Stopniowo dowiadujemy się o sprawach minionych, które doprowadziły do takiego, a nie innego biegu wydarzeń. Wszyscy muszą dać sobie radę z bagażem wspomnień. I oto niepostrzeżenie farsa zamienia się w dramat. Dopiero wtedy orientujemy się, że

zuchowaty ton i mało wykwintny humor Scotta, to tylko przykrywka, mająca maskować niepewność i poczucie winy, że jego skok w bok był tym ostatnim akcentem. Bo cierpią wszyscy i nie wiadomo, kto bardziej. Czy Scott, gdy dochodzi do przekonania, że nie ma już powrotu do rodzinnego spokoju? Czy Gail, kiedy zdaje sobie sprawę, że to nie z powodu samej zdrady zatrzasknęła drzwi tamtej nocy? A może Nat, któremu w ciągu kilku czy kilkunastu dni odebrano poczucie stabilności, zniweczono wpływ ojcowskiego autorytetu, zburzono wiarę w uczciwość i odpowiedzialność dorosłych?...

I tak oto domniemana płytką satyra okazała się głęboką, mądrą książką, zmuszającą do refleksji nad zasadami budowania i odbudowywania relacji w rodzinie.

Zdrada; Konflikty małżeńskie

Chączyńska Zofia: Statki, które mijają się nocą. Łódź: HamalBooks, cop. 1994. ISBN 83-86289-22-8

Bohaterów mamy dwoje. Dziewiętnastoletni Paweł jest studentem psychologii i musi opisać „trudny przypadek”. Gdy poznaje Erykę, czuje, że znalazł to, czego szukał. Złośliwa szesnastolatka niechodząca do szkoły, całymi dniami wylegująca się w łóżku, niedbająca o wygląd to przecież wymarzony obiekt obserwacji dla przyszłego psychologa! Paweł cieszy się, że oryginalnymi notatkami zaimponuje kolegom i profesorom, a że przy tym uważa się za dobrego człowieka, proponuje Eryce zabawę w statki, czyli próbę przyjaźni. Tylko co będzie z tą przyjaźnią, gdy ktoś wykrzyczy Eryce w twarz, że była materiałem do obserwacji?

Szesnastoletnia Eryka nie jest, jak sądzą niektórzy, rozbrykaną nastolatką, która mogłaby się zmienić, gdyby tylko zechciała. Ona już nie umie być inna. Uraży się narwarstwiły i w domu, przy mamie, która „kochą cały świat”, a tylko do własnej córki zbliżyć się nie chce bądź nie potrafi - raczej nie ma szans na uzdrowienie duszy.

Czytelnik zaczyna może nie tyle lubić Erykę, bo polubienie jej to naprawdę wielka sztuka, ile rozumieć ją, współczuć jej. Chączyńska delikatnie namawia nas, byśmy postarali się zaakceptować także osoby nieatrakcyjne, nieprzystosowane, uświadamia, że te osoby, choć nie chcą do tego się przyznać, bardzo cierpią, bo nie ma nic dobrego w byciu samotnym statkiem.

Przez całą książkę przewija się motyw statków błakających się we mgle. Trąbią do siebie, lecz o bliższym porozumieniu mowy nie ma. Tak samo trudno jest porozumieć się ludziom, a już takim ludziom jak Eryka – potrójnie trudno.

Dojrzewanie; Konflikt pokoleń; Pozytywne przesłanie

Chutnik Sylwia: Kieszonkowy atlas kobiet. Wyd. 3. Kraków: Korporacja Ha!art, 2009. ISBN 978-83-61407-56-0

Cztery niebanalne historie.

Czarna Mańka jest młodą dziewczyną. Jej rzeczywistość to bazar, a przyszłość – stoisko z garnkami. Dlatego ucieka w świat fantazji. Marzy o wielkiej i pięknej miłości, choć czasem zastanawia się, czy nie jest ona właściwa wyłącznie brazylijskim serialom. Nikt jej nie rozumie. Chłopak, który udawał przez chwilę jej męża, odchodzi do innej. Mańka zaczyna pić i obdzierać dłonie o mur. Żeby coś czuć. Potem „wychowuje” wyimaginowane dziecko. Wariatka.

Pani Maria jest starą, samotną kobietą. Całe życie, aż do ostatnich dni, bołą ją wydarzenia II wojny światowej. Chce umrzeć w tej samej piwnicy, w której zginęli jej ziomkowie. Chce umrzeć na siłę. Ma dość swojej marnej egzystencji. Żywy trup.

Paniopan Marian jest mężczyzną mającym instynkty kobiece – nazwanym Homo Niewiadomo. Wykluczony w mgnieniu oka. Ciota.

Marysia Kozak ma dopiero jedenaście lat. „W ludziach czasem drzemie takie lichy, że prędzej czy później pomyślą o jakiejś rozpiardolce” - pisze autorka. Marysia pomyślała prędzej.

Debiut literacki Chutnik to pozycja interesująca i prowokacyjna. Pod warstwą humoru i gorzkiej ironii skrywa smutną prawdę o wielu polskich kobietach. Wykluczonych, pochodzących z marginesu społecznego, nieszczęśliwych. Autorka porusza temat kobiecego zniewolenia i bezsilności.

Chutnik jest świetną obserwatorką życia społecznego. Język, jakim pisze kolejne opowiadania, stylizowany jest w taki sposób, że nie można się nie uśmiechnąć, bo to przecież takie zabawne, proste, cwane i prześmiewcze, z drugiej zaś skłania czytelnika do zastanowienia się, na ile narracja jest przerysowana, a na ile prawdziwa. To boli, ale moim zdaniem książka faktycznie jest o polskich kobietach, które spotykamy na ulicach, w autobusach, w telewizji, którymi wreszcie same jesteśmy.

Samotność; Homoseksualizm

Ciwoniuk Barbara: Ten gruby. Kraków: Znak, 2011. ISBN 978-83-240-1529-0

Jest to druga część książki pt. „Własny pokój”. Bohaterem jest Jacek, który po wyjątkowo upokarzającym pobiciu przez kolegów w szkole podejmuje walkę ze swoją nadwagą. Jego upór i konsekwencja doprowadzają do tego, że rodzice zgadzają się na chłopca do małego miasteczka i zamieszkanie u swojej ciotki, która jest dyrektorką miejscowego gimnazjum. Tutaj też mieszka Adrianna, nastolatka, która na skutek wypadku porusza się na wózku inwalidzkim. Od dwóch lat nie wychodzi z domu, nie potrafiąc zaakceptować swojej niepełnosprawności. Świat ogląda zza firanki lub na ekranie komputera. Oboje należą do osób wykluczonych społecznie. Determinacja Jacka, mądrość ciotki i pomoc nauczycieli doprowadzają do tego, że chłopiec zaczyna coraz lepiej radzić sobie z własnymi problemami. Pomaga też Adriannie, która od momentu, kiedy zaczęła prowadzić blog nieco inaczej postrzega siebie i innych.

Wyobcowanie; Niepełnosprawność fizyczna; Nadwaga

Ciwoniuk Barbara: Własny pokój. Kraków: Znak, 2011. ISBN 978-83-240-1530-6

To bardzo dobra książka poruszająca problemy trudne, często przemilczane lub pokazane zbyt jednostronnie. Mamy tu przyjaźń dwóch chłopców. Jeden z tzw. dobrego, (choć rozbitego) domu, drugi pochodzi z rodziny patologicznej. Rodziny, w której piją i biją. Chłopiec nie ma nawet własnego kata, o którym marzy. Sytuacja, w której Alfi się znalazł wydaje się być „bez wyjścia”. Jak pomóc chłopcu, który utrzymuje się ze sprzedaży puszek po piwie i drobnych kradzieży, a w wyniku tragicznych okoliczności, z młodszą siostrą ucieka z pogotowia opiekuńczego? (Chłopiec panicznie boi się domu dziecka). Okazuje się, że desperacja przyjaciela i mądrość wychowawcy klasy doprowadzają do „szczęśliwego zakończenia”. Może zbyt szczęśliwego, ale przecież jednym z istotnych celów powieści jest wsparcie psychiczne czytelnika. Książka godna polecenia zarówno dla gimnazjalistów jak i licealistów.

Niedostosowanie społeczne; Rozpad rodziny; Mobbing w szkole

Colfer Eoin: Lista życzeń. Warszawa: W.A.B., 2004. ISBN 83-7414-005-4

Główna bohaterka – Meg Finn – ma kłopoty. Zostaje zmuszona do udziału w napadzie, którego skutki są tragiczne, a niebo i piekło walczą o duszę dziewczynki. Jest ona przypadkiem szczególnym – ilość jej złych uczynków idealnie się równoważy z ilością dobrych, przez co nie ma jednoznacznej decyzji, gdzie ma się podziąć jej dusza. Dlatego dostaje jeszcze jedną szansę – może zejść na ziemię, żeby nazbierać trochę uczynków, które przechyłą szalę na stronę nieba... albo piekła. Jest to taka ciepła i przyjazna książka o dziewczynce, która jest przedmiotem walki dobra ze złem.

Walka dobra i zła; Pozytywne przesłanie

Cunningham Michael: Godziny. Poznań: Rebis, 2011. ISBN 978-83-7510-825-5

Powieść mówi o życiu i twórczości Virginii Woolf, angielskiej pisarki, żyjącej na przełomie XIX i XX wieku. Jako że jej życie było kontrowersyjne, biografia pisarki okazała się idealnym materiałem na książkę z kobietą w roli głównej. Powieść Cunninghama opiera się przede wszystkim na koncepcie i to daje jej największy urok. Mamy bowiem do czynienia z trzema, a może nawet czterema planami. Pierwszy to dzień z życia Virginii Woolf, zmagania ze strachem przed nawrotem choroby psychicznej oraz praca nad „Panią Dalloway”. Drugi – dzień z życia Clarrysy, zwanej Panią Dalloway, lesbijki w średnim wieku, kochanej przez umierającego na AIDS poetę we współczesnym Nowym Jorku. Trzeci – dzień z życia Laury Brown, przykładowej żony i matki, w międzywojennych Stanach Zjednoczonych, która pod wpływem „Pani Dalloway” zaczyna rozmyślać nad swoim życiem. Te trzy kobiety łączy przede wszystkim powieść Virginii Woolf, ale też homoseksualne skłonności każdej z nich.

„Godziny” to studium psychologiczne kobiety, wynikające z fascynacji życiem Virginii Woolf i motywami jej samobójstwa. Jednak tylko pozornie odgrywa ona tutaj

główną rolę, bowiem jest to książka o wszystkich kobietach. O tym, że cierpią, robiąc tort dla niekochanego męża. O tym, że potrafią znaleźć w sobie siły, aby towarzyszyć czyjejś śmierci i robić to z godnością. O tym, że są w stanie mieć tajemnice, żeby choć czasami poczuć szczęście. O tym, że w każdej godzinie swego życia wkładają do kieszeni płaszcz kamienie znalezione nad rzeką.

Homoseksualizm; Samobójstwo

Curtis Vanessa: Królowa porządków i Sedes Zagłady. Warszawa: Nasza Księgarnia, 2009. ISBN 978-83-10-11655-0

Pod – z pozoru – śmiesznym tytułem kryją się prawdziwe kłopoty, kryją się mocno zagmatwane życiorysy i to nie ludzi dorosłych po przejściach, tylko nastolatków, którzy tak poważne problemy powinni znać tylko z lektur, ewentualnie filmów, bądź z podsłuchanych rozmów rodziców. A tymczasem prawdziwe, brutalne życie dotyka dzieci, młodych ludzi, którymi świat powinien się opiekować i oszczędzać im tak poważnych cierpień.

Zelah Green, główna bohaterka, ma, jak sama mówi, „drobny problem”. Panicznie boi się zarazków, brudu. Codziennie wykonuje serię męczących rytuałów, z których jednak zrezygnować nie potrafi, bo to wywołuje kolejne napady paniki i hysterii, bo ich niewykonanie może pociągnąć za sobą bliżej nieokreślone nieszczęście. Na tyle straszne, że dziewczynka czasem u kresu sił po raz setny myje ręce, skacze na górnym stopniu schodów, szoruje twarz, dezynfekuje swoje otoczenie. Przy tym zachowuje się tak, jakby od tego zależało czyjeś życie. Ów „drobny problem” zaczyna przerastać jej opiekunów, skutkiem czego decydują się oni na wysłanie dziewczynki do szpitala na leczenie. Szczęśliwym zbiegiem okoliczności Zelah zamiast do szpitala, trafia do domu o wdzięcznej, choć niezbyt adekwatnej nazwie – „Zacisze”, w którym spotyka dzieci równie pokiereszowane przez los, jak ona sama.

Domem i dziećmi opiekuje się dwójka lekarzy o dość niekonwencjonalnym sposobie leczenia. Oprócz Zelah w „Zaciszu” poznamy szczupłą Alice, małąmówną Alice, wieczną (pozornie tylko) optymistkę Lib, nerwową, opryskliwą Caro i Solą, chłopca o miłej aparycji, który z pewnych powodów nie mówi. Każda z tych młodych istot to materiał na osobną pracę habilitacyjną z zakresu psychologii lub psychiatrii. Nikt z nas nie chciałby przeżywać ich cierpienia, a jednak wielu z nas boryka się z podobnymi problemami i nie wie, jak ma sobie poradzić z kłopotami, z wiekiem dojrzewania, nieraz z prawdziwymi tragediami. Ta książka za nas niczego nie rozwiąże. Ale może da nam nadzieję, że można się z życiem swoim uporać na tyle, iż będziemy w stanie panować nad naszymi „drobnymi” problemami.

Fobie

Dehnel Jacek: Lala. Wyd. 2. Warszawa: W.A.B., 2007. ISBN 978-83-7414-306-6

Dzisiejszy pośpiech, zmuszający nas do stałego myślenia o jutrze, sprawia, że coraz mniej uwagi poświęcamy naszemu „wczoraj” - a cóż dopiero temu, co było wcześniej? Bo co na przykład wiemy o życiu naszych dziadków i pradiadków?

Okazuje się jednak, że i dziś trafiają się ludzie doceniający wagę tego bezcennego zjawiska, jakim jest świadomość więzi międzypokoleniowej. Oto dwudziestoletni student, zamiast popełniać „nowatorskie eksperymenty językowe”, szokować wyuzdaną erotyką i turpistycznymi obrazkami, postmodernistycznie wywracać rzeczywistość na lewą stronę – bierze na warsztat... losy swojej osiemdziesięcioletniej wówczas babki.

Helena Bieniecka, primo voto Rogozińska, secundo voto Karpińska, toczy na oczach wnuka ostatnią rundę batalii ze starością o posłuszeństwo słabnącego ciała i gasnącej świadomości – i bezapelacyjnie ją przegrywa. Ale nim stanie się garstką fizjologicznych odruchów zamkniętych w kruchej powłoce, zdąży opowiedzieć Jackowi całe swoje długie i barwne życie, pełne nieoczekiwanych zwrotów, zdarzeń zabawnych, tragicznych, romantycznych albo zupełnie zwyczajnych. A w jej gawędach pobrzmiwać będą echa opowieści jej matki i babki, zakorzeniających tradycję żeńskiej linii rodziny w czasach, których nikt już dziś nie może pamiętać...

Młody prozaik z niezwykłą maestrią spleta te porwane, poplątane wątki, ceruje luki własnymi dygresjami o tym, jak „historia przesączała się przez przedmioty”, o tym, „skąd się brały te matki, co synów żegnały w jakimś styczniu czy grudniu”, czy o tym, że jego „pierwsze wspomnienia, podobnie jak pierwsze wspomnienia ludzkości, pochodzą właśnie z ogrodu”, tworząc urzekający – choć absolutnie nie sielankowy - krajobraz swojego „przedwczoraj”, w pewnej mierze tożsamy z „przedwczoraj” znacznej części Polaków.

Ale nie tylko o tradycjach i wspomnieniach mowa w tej pół-powieści, pół-biografii. Także o kole, jakie zatacza ludzki umysł i ludzka fizyczność – od próżni do próżni, od bezradności do bezradności. I o tym, jak ogromnej miłości i poświęcenia wymaga bycie na co dzień z osobą, która powoli zsuwa się w dół po nieubłaganym okręgu egzystencji, sama nie zdając sobie sprawy, jak blisko punktu wyjścia się znalazła... To temat, którego przedstawienie wymaga ogromnej wrażliwości i wyczucia, zdolności ucieczki przed popadaniem w patos czy czułościowość, a z drugiej strony – przed przytłoczeniem czytelnika nadmiarem realistycznych szczegółów.

Starość; Wiąż międzypokoleniowa; Pozytywne przesłanie

Dunin Kinga: Tabu. Warszawa: W.A.B., 1998. ISBN 83-87021-42-3

W „Tabu” nic nie jest czarno-białe, każdy ma prawo do wad i błędów.

Mamy dwie rodziny.

U Szumskich, odczytanych i integrujących się przy grze w scrabble, nie brakuje pyśkówek, ostrych utarczek światopoglądowych. Często zarzuca się rodzicom błędy wychowawcze, małżonkom błędy małżeńskie, dzieciom błędy wieku dorastania - a jednak

wszystko z należytyym szacunkiem i miłością. Tata – Jacek jest wielkim indywidualistą-filozofem. To nie do końca ścisły wegetarianin, nałogowo uprawiający jogging i bardzo kochający swoją żonę (co nie przeszkadza mu oglądać się z pożądaniem za pewną atrakcyjną biegaczką). Mama – Mirka z kolei jest kobietą spełnioną, czynną zawodowo. To ona jest główną żywicielką rodziny, odznacza się rozsądkiem i wyczuciem. Ich mały synek Józinek to rozkoszne dziecko. Poranionego wróbla, którego przynosi, nie da się już uratować, ale jest to okazja dla tego wrażliwego, pełnego uroku dziecka, do zapoznania się ze śmiercią. Jest jeszcze dorastająca Marta. Krytykuje swoich rodziców i ich styl życia, choć przecież bardzo ich kocha. Jest raczej typem samotnika, a jak kocha, to już całym sercem, a kocha... tak, ta miłość w społeczeństwie nie ma racji bytu. Dla rodziny Szumskich będzie to czas zweryfikowania swoich liberalnych poglądów, pytania czy są w ogóle jakiekolwiek granice, gdzie się zaczynają, gdzie kończy się tolerancja.

Drugą rodziną jest rodzina Webberów - Anna, siostra Mirki jest zagorzałą katoliczką. Anna nie jest jakimś „moherowym beretem”, rzucającym klątwy na wszystkich inaczej myślących. To osoba o jasno sprecyzowanych poglądach, czytająca pisemka religijne, ale nieepatująca tym innych. Jej mąż Karol jest już bardziej dogmatyczny, nie uznaje antykoncepcji i jest zwolennikiem twardej ręki w wychowaniu. To chyba jedyna postać, której zwyczajnie nie sposób polubić - choć i on ma swoje racje. W tej katolickiej atmosferze wyrastają dzieci - Julia, która porzuci swoje dziecko i wyjedzie za granicę, przyszedł fizyk Marek i kilkoro innych.

Tytuł powieści jest nieco przekorny. Bo właśnie okazuje się, że na jej kartach nie ma tematów tabu! Niczego nie zamiata się pod dywan, wszystko w swoim czasie zostanie przedyskutowane, odbędzie się ostra wymiana poglądów, nikt nie będzie udawał, że sprawy nie ma. Kinga Dunin porusza mnóstwo autentycznych problemów, dręczących współczesne społeczeństwo (nie tylko nastolatków), stawia pytania i nie daje gotowych rozwiązań. Mistrzowsko poradziła sobie z tematem śmierci - ale o tym będziecie musieli już przeczytać sami.

Tolerancja; Niepowodzenia wychowawcze

Enerlich Katarzyna: Kiedyś przy błękitnym księżycu. Warszawa: Wydawnictwo MG, 2011. ISBN 978-83-61297-99-4

„Dzieci alkoholików płacą wysoką cenę za swoją przeszłość” – to myśl przewodnia bohaterki tej książki. Barbara, córka alkoholika całe życie zmagają się ze swoją przeszłością. Nie miała dzieciństwa. Matka zostawiła męża i dziecko i wyjechała do Włoch, kiedy dziewczynka miała 5 lat. Została sama z ojcem alkoholikiem. „Dziecko alkoholika wciąż zmagają się z prawem do własnego szczęścia. Wydaje mu się, że nie ma do niego dostępu. Tylko ci z dobrych rodzin otrzymują nagrody. Dziecko alkoholika dostaje kary za picie. Zbiera od życia niezasłużone ciężki. Bezlitosne przysłowie o jabłku padającym niedaleko od jabłoni stawia te dzieci w jednym szeregu z ich rodzicami. Czegóż można

się po takim spodziewać? (...) „To dziecko alkoholika, wiesz...”. Stygmat chaosu w domu i duszy. Na zawsze.

Swoje przeżycia odnajdą w książce ci, którzy mają za sobą podobną przeszłość jest ich w Polsce wielu. Innym powieść pomoże zrozumieć osoby naznaczone piętnem alkoholizmu.

Alkoholizm; Rozpad rodziny

Evans Nicholas: Przepaść. Warszawa: Albatros/Andrzej Kuryłowicz, 2006. ISBN 83-7359-430-2

Ta książka to opowieść o pozornie kochającej się rodzinie, studium rozpadu małżeństwa i międzyludzkich więzi. Dwaj narciarze szusujący w dzikim zakątku Gór Skalistych odnajdują przypadkiem zwłoki młodej kobiety uwięzione w lodzie. To poszukiwana od kilku lat Abigail Cooper, dziewczyna z dobrego domu, podejrzana o morderstwo i liczne akty ekoterroru, związana z radykalną grupą obrońców środowiska. Rodzice dziewczyny są wstrząśnięci. Rozeszli się przed kilku laty i ta osobista tragedia budzi w nich wyrzuty sumienia. Czy wybory, jakich dokonali przed laty, przyczyniły się do śmierci córki?

Rozpad rodziny

Ewans Martina: Uczta o północy. Toruń: C&T, 1998. ISBN 83-87498-03-3

Jest to książka dla nastolatków poruszająca problem anoreksji. Dwie koleżanki razem wkraczają w świat fantazji, gdzie jedynym celem jest spalenie jak największej ilości kalorii. Zakończy się to tragicznie: obie wpadają w anoreksję. Colette popełnia samobójstwo. W końcu Grace przestaje katować się niejedzeniem i przelamuje opór przed kaloriami.

Anoreksja; Samobójstwo

FlygtTorbjörn: Underdog. Gdańsk: Słowo / Obraz Terytoria, cop. 2006. ISBN 83-7453-606-3

„Underdog” to powieść o dojrzewaniu w jednym ze szwedzkich miast, w jednej z wielu dzielnic. Życie nastolatka wypełnione nieobecnością ojca i obecnością matki – na ostatnich stronach padają znamienne słowa: „Brakujący ojcowie – dlaczego nikt nigdy nie powie czegoś miłego o obecnych matkach?”. O tym też jest ta powieść – o kochającej się, mimo ciężkiej codzienności, złych momentów i kłótni, rodzinie. O rodzeństwie, o troskach samotnej matki, o kryzysach ekonomicznych i życiu w czasie przemian społecznych. Są tu wszystkie obrazki dzieciństwa: te dobre, te piękne, te smutne i te okrutne. Bo dzieciństwo nie jest, jak by chcieli może wierzyć dorośli, czasem niewinności.

Prowadzona w czasie teraźniejszym narracja przykuwa uwagę od pierwszych stron. Pojawiająca się czasem postać dorosłego „ja” Johana, bohatera powieści, uzupełnia ob-

raz lat 70. i 80. o perspektywę odległą od lat dzieciństwa. Historię Johana, ukazywaną w kolejnych, zmieniających się jak w kalejdoskopie obrazkach, śledzimy aż do jego wejścia w dorosłość (nie jest to żaden szczególny moment, to proces). Nie ma więc żadnej pointy, nie ma wniosków; jeśli oczekiwaliśmy objawienia – tu go nie będzie. W zamian będzie tęsknota za czasem minionym, za beztróskim kopaniem piłki, stawaniem na bramce, zachwytem odkrywającą właśnie muzyką. W zamian – ulga, że trudny czas szkoły jest za nami, że nie musimy grać w tym teatrze.

Obraz dzieciństwa, dorastania, nie jest wyidealizowany. Przeciwnie. Pojawiają się bardzo trudne – jak pedofilia czy niechciana ciąża – tematy. Jednak przede wszystkim rzuca się w oczy zagubienie i wewnętrzne rozdarcie głównego bohatera, zawieszono między definicjami, próbującego określić swoją przynależność i tożsamość, wciskającego się na siłę w role, które nie są jego rolami – ale wszystkiego trzeba spróbować... Nawet jeśli konsekwencje okażą się bolesne.

Dojrzewanie; Miłość; Rodzina niepełna

Fox Marta: Magda.doc. Wyd. 4. Wrocław: Siedmioróg, 2011. ISBN 978-83-7568-528-2

Magda pisze pamiętnik. Ale nie w zeszycie, tylko na komputerze zwanym Dżorzem w pliku o nazwie Magda.doc. Dowiadujemy się z niego o jej pierwszej miłości, specyficznych relacjach z matką i o zmarłym ojcu. Magda uwielbia książki i jest dobra z angielskiego. W szkole nosi pseudonim „mniszka”. I jak taka cicha i spokojna dziewczyna mogła zająć się ciążą? Jak przeżyje to brutalne wejście w dorosłość? „Magda.doc” to pełna dramatyzmu, ale i epizodów humorystycznych oraz wewnętrznego ciepła, mądra powieść o dojrzewaniu.

Osiemnastoletnia Magda dowiaduje się, że jest w ciąży. Jak doszło do tego, że zdolna i pracowita dziewczyna wpadła w tak poważne tarapaty? Jak przeżyje to brutalne wejście w dorosłość?

Powieść o dojrzewaniu pełna dramatyzmu, jednocześnie humorystycznych epizodów i ciepła.

Dojrzewanie; Nieplanowana ciąża; Pozytywne przesłanie

Frey Jana: W ślepych zaułku wolności. Dzieci ulicy. Wrocław: Zakład Narodowy im. Ossolińskich, cop. 2001. ISBN 83-04-04597-4

Główną bohaterką a zarazem narratorką opowieści jest nastoletnia Sofia. Jako czternastolatka uciekła z pozbawionego rodzinnego ciepła domu i przez dwa lata żyła na ulicy. Jej dni upływały na ciągłej walce z głodem, zimnem, samotnością i rozpaczą.

Książka adresowana jest zarówno do młodzieży, jak i rodziców, a także wszystkich, którzy mogą zapobiec opisanym sytuacjom i pomóc uciekinierom wtedy, kiedy najbar-

dziej tego potrzebują – zanim znajdą się na ulicy narażeni na przemoc, pozbawieni złudzeń, u kresu wytrzymałości.

Niedostosowanie społeczne

GaarderJostein: Dziewczyna z pomarańczami. Warszawa: Jacek Santorski & Co, cop. 2004. ISBN 83-88875-72-8

„Pytam jeszcze raz: co byś wybrał, gdybyś miał taką szansę? Zdecydowałbyś się żyć na Ziemi przez krótką chwilę, aby po kilkudziesięciu krótkich latach zostać wyrwanym z tego świata i nigdy już tu nie powrócić? Czy też byś z tego zrezygnował? Masz tylko tę alternatywę. Takie bowiem są reguły. Jeśli wybierzesz życie, wybierzesz także śmierć”.

To pytanie jest zasadniczym motywem tej powieści. Jej fabuła jest prosta: piętnastoletni chłopiec dostaje, znaleziony przez swoją babkę, list od nieżyjącego od jedenastu lat ojca. To opowieść o miłości do kobiety i o miłości do życia.

Nie jest to książka dla ludzi, którzy boją się płakać, boją się pytać, a jeszcze bardziej – odpowiedzi. Nie jest to również proza wesoła, ale i nie pozostawia po sobie tej ohydnej kropli żalu, że coś się nie skończyło, że czegoś tu brakuje. Pozostaje po niej tylko pragnienie postrzegania świata w taki sposób, w jaki postrzega go bohater – autor listu.

„Boję się (...). Boję się wyrzucenia z tego świata. Boję się takich wieczorów jak ten kiedy nie będzie mi już wolno żyć” – napisał Gaarder, wkładając tę wypowiedź w treść listu i zadaje nam pytanie, co byśmy wybrali – życie, a potem ów strach, czy może niestnienie.

Autor zwraca się do nas w formie listu, przez co wciąga nas w akcję powieści jeszcze bardziej. Czytelnik jest albo odbiorcą, bądź autorem listu. Powieść ta bowiem pozwala na siebie spojrzeć z dwóch stron – chłopca, który czyta list lub ojca, który napisał go, kiedy jego syn był mały.

„Myślę o tym, że tę dłoń, którą trzymam teraz, będę trzymał do ostatniej chwili, może leżąc w szpitalnym łóżku, może przez wiele godzin bez przerwy, aż do momentu, gdy wreszcie zdejmę cumę i odpłynę. Uzgodniliśmy, że tak właśnie się to stanie, ona już mi to obiecała. Przyjemnie o tym myśleć. A jednocześnie bezgranicznie smutno. Kiedy opuszczę ten wszechświat, puszczę ciepłą, żywą rękę, rękę Dziewczyny z Pomarańczami. Wyobraź sobie, Georg, wyobraź sobie, że również na tym drugim brzegu byłaby jakaś dłoń, której można by się złapać! Ale ja nie wierzę w istnienie jakiejś drugiej strony. Jestem tego niemal całkiem pewien. Wszystko, co istnieje, trwa dopóty, dopóki wszystko się nie skończy. Ale ostatnią rzeczą, której człowiek się trzyma, bywa czyjaś dłoń”.

Przyjaźń; Miłość; Oswojenie ze śmiercią; Pozytywne przesłanie

Genova Lisa: Motyl. Słupsk: Papierowy Księżyc, 2011. ISBN 978-83-61386-06-3

„Motyl” to jedna z najpiękniejszych i najbardziej poruszających książek ostatnich lat. Niezapomniana opowieść o kobiecie sukcesu, która w wyniku okropnej choroby stopniowo traci swoje myśli i wspomnienia, i tym samym odkrywa, że każdy nowy dzień przynosi jej inne spojrzenie na miłość i życie.

Alice Howland jest dumna z życia, na które tak ciężko zapracowała. Ma pięćdziesiąt lat, jest wykładowcą psychologii na Harvardzie, światowej sławy ekspertem w dziedzinie lingwistyki oraz żoną odnoszącego sukcesy męża i matką trójki dzieci. Kiedy coraz częściej zdarza jej się tracić pamięć i orientację, decyduje się na wizytę u lekarza. Tragiczna diagnoza choroby Alzheimera całkowicie zmienia jej życie.

Kiedy nieuleczalna demencja pozbawia ją tożsamości, dotychczas niezwykle niezależna Alice walczy, by nauczyć się żyć każdą chwilą. Musi przewartościować swoje relacje z mężem, uznanym naukowcem oraz oczekiwania w stosunku do dzieci, a także postrzeganie siebie samej w otaczającym ją świecie.

Motyl, powieść jednocześnie piękna i przerażająca, to poruszający i niezwykle żywy obraz życia z chorobą Alzheimera, który pozostaje w pamięci jeszcze na długo po zamknięciu książki.

Choroba Alzheimera

Gilmour David: Klub filmowy. Słupsk: Dobra Literatura, 2011. ISBN 978-83-930559-9-9

Co można zrobić z nastolatkiem, który nie chce już chodzić do szkoły?

„Klub filmowy” to nie tyle historia zbuntowanego i zagubionego nastolatka, ile opowieść o odwadze podejmowania decyzji i ponoszenia ich konsekwencji.

David, ojciec nastoletniego syna, ma oryginalny pomysł. Proponuje mu niekonwencjonalne rozwiązanie: może zrezygnować z nauki – nie będzie musiał iść do pracy ani płacić czynszu – ale ma oglądać trzy wybrane przez ojca filmy tygodniowo. David poświęca Jessemu cały swój czas. Zawierza również własne życie. Czy Jesse zdaje sobie z tego sprawę? Czy jest świadomy, że w sytuacji, w jakiej się znalazł, staje się odpowiedzialny nie tylko za siebie, ale i za ojca? Wydaje się, że tak.

Tydzień po tygodniu ojciec i syn oglądają najlepsze (i przy okazji najgorsze) filmy wszech czasów – od Prawdziwego romansu, przez Chungking Express, Noc po ciężkim dniu, Dziecko Rosemary, po Słodkie życie i Showgirls. Filmy dostarczają im tematów do rozmów – o dziewczynach, muzyce, złamanym sercach, pracy, narkotykach, miłości, przyjaźni – i otwierają drzwi do wewnętrznego świata nastolatka w czasie, w którym rodzice zwykle są z niego wykluczani. Gdy klub filmowy dobiegł swego słodko-gorzkiego (ale nieuniknionego) końca, chłopak podjął decyzję, która zaskoczyła nawet jego ojca...

Autor opowiada swoją nadzwyczajną historię w sposób inteligentny, dowcipny i rozbijając szczerzy. Klub filmowy to historia o tym, że odwaga i zaufanie zostają nagrodzone, a uczucie i czas poświęcony drugiej osobie mogą zmienić jej życie.

Niedostosowanie społeczne; Pozytywne przesłanie

Glover Sandra: Nie mów nikomu. Toruń: C&T, 2005. ISBN 83-7470-015-7

Karen chodzi do jednej klasy z Zoe i jej przyjaciółką Tracy. Zoe w pewnym momencie ogłasza obydwoj dziewczynom, że jest w ciąży, po czym stwierdza, że to żart. Któregoś dnia niedaleko domu Zoe znaleziono noworodka w kartonie podrzuconego na schody szpitala. Karen zaczyna podejrzewać, że żart jej koleżanki z klasy, chyba jednak nim nie był. Ta jednak idzie w zaparte. Co z tego wyjdzie? Co stanie się z dzieckiem?

Nieplanowana ciąża

Gorczyca Bogdan: Mój kumpel tata. Gdańsk: Maszoperia Literacka, 2010. ISBN 978-83-621-2906-5

„Mój kumpel tata” to debiutancka powieść Bogdana Gorczycy, mądra opowieść o dorastaniu do odpowiedzialności, o przyjaźni, o rodzącej się więzi między dobiegającym pięćdziesiątki bezrobotnym artystą a kilkuletnim chłopcem. Nie znajdziemy tu wielkich słów o miłości czy rodzicielstwie, a jednak czujemy, że ocieramy się o rzeczy ważne. Dorosły, ale chyba nie do końca dojrzały mężczyzna dostaje od losu szansę. Spotyka małego, ale już życiowo doświadczonego chłopca. Przyjdzie im razem spędzić trochę czasu, poznać się, dotrzeć, a może nawet polubić. Dojrzewanie, dorastanie, stawianie się to główny temat tej pełnej ciepła i humoru powieści.

Temat to jednak nie jedyny. Za sprawą głównego bohatera i jego specyficznego, prześmiewczego postrzegania rzeczywistości mamy tu bardzo ciekawy współczesny obrazek. Paweł, człowiek wolnego zawodu, aktor bez stałego zatrudnienia, to bystry obserwator. To wykształcony i sympatyczny luzak, który, ceniąc sobie święty spokój, nie przestaje interesować się światem. Analizuje i doskonale puentuje wszelkie bzdurne wymysły naszego biurokratycznego systemu. Dostaje się bezdusznej urzędniczej machinie, nudnemu Kościołowi, systemowi sądownictwa, oświaty i nowej maturze, której częścią jest czytanie ze zrozumieniem. „Nie ma czytania ze zrozumieniem, jedzenia z przelykaniem i siedzenia ze zgięciem nóg. Albo się je, czyta lub siedzi, albo nie. Albo się umie czytać, albo się jest analfabetą”. Nasz artysta dostrzega też inne bolączki współczesności, jak zaśmiecone lasy, likwidowane podwórka, choroby cywilizacyjne czy „szambo układów, stosuneków i koneksji”. O tym wszystkim mówi gdzieś poza głównym nurtem opowieści, niejako przy okazji dziającej się historii, ale stanowi to bardzo ważną jej część. Bo dzięki dowcipnym, często ironicznym komentarzom powieść ta nie jest wyciskaczem łez czy tylko jeszcze jedną psychologiczną analizą - staje się bardzo ciekawym obrazem współczesnego świata.

Jedną z jego przyjemności jest recenzowanie starych książek. „Nowe książki mają recenzje, omówienia, promocje, autorzy dają wywiady, coś się dzieje. Stare książki - z wyjątkiem lektur - leżą i czekają, aż ktoś je znajdzie. Warto by napisać o tych, które po przeczytaniu staną na półce, by kiedyś sięgnąć po nie powtórnie, a potem jeszcze raz i jeszcze...”.

Dojrzewanie; Przyjaźń; Pozytywne przesłanie

Grabski Maciej: Ksiądz Rafał. Kraków: Znak, 2011. 978-83-240-1783-6

Gródek to wieś pachnąca rozgrzanyymi przez słońce ziołami. Miejsce małych radości i niewielkich smutków, spokojne i harmonijne, gdzie czas odmierzają msze w kościele i wieczorne dysputy w barze. Ludzie żyją z dnia na dzień, a ksiądz może więcej niż wójt. Ten trwający od lat porządek burzy śmierć starego proboszcza. Do Gródka musi przyjść ktoś nowy!

Po pewnym czasie na miejsce proboszcza Stanisława zostaje przysłany znacznie od niego młodszy ksiądz Rafał. Zjawia się na stacji kolejowej z dużą dozą optymizmu zprawionego obawą i tylko z jedną walizką. Wierni nieufnie podchodzą do nowego proboszcza, myślą, że jest za młody, zbyt niedoświadczony, a na dodatek „miastowy”, a co taki wie?

Gdy na plebanii pojawia się ksiądz Rafał, cała wieś huczy od plotek. Młody i przystojny proboszcz to w Gródku prawdziwa sensacja! Zdania parafian są podzielone, a na biurku biskupa łąduje coraz więcej donosów. Jednak mieszkańcy z zaskoczeniem zauważają, że od przybycia księdza Rafała coś się zmienia. Godzą się wrogowie, ludzie uznawani za przegranych odzyskują sens życia. Gdy dodać do tego nabożeństwo w intencji Elvisa Presleya – wniosek jest jasny. Nastają nowe czasy, które nie każdemu mogą się podobać.

Książka przywraca wiarę w człowieka, w bezinteresowną pomoc, dobro. Jest może trochę idealistyczna, może trochę nierealna. Ale przecież dookoła brakuje nam tych ideałów właśnie, tego podziału na to, co dobre i złe, a nie we wszystkich odcieniach szarości, tej dobroci ludzkiej, tej wiary w przemianę człowieka. A „Ksiądz Rafał” to taka mądra, optymistyczna, pozytywna opowieść!

Sporo w tej powieści mądrych ludzi, doświadczonych przez życie, gotowych do pomocy. Ale nie ma raj, więc tych dobrych równoważę spora liczba zawistnych, złych, głupich.

Oby więcej było tak optymistycznych książek. Takich, że gdy je czytasz, to aż się chce żyć i wierzyć w to, że świat i ludzie są jednak dobrzy. Że każdy ma szansę na to, by się zmienić i że warto się zmieniać.

Wyobcowanie; Pozytywne przesłanie

Grahame Kenneth: O czym szumią wierzby. Wyd. 6. Warszawa: Nasza Księgarnia, 1990. ISBN 83-10-08246-0

Można właściwie określić „O czym szumią wierzby” mianem klasyki dziecięcej (również) dla dorosłych. To jedna z tych książek, którą śmiało może stać obok „Kubusia Puchatka” A. A. Milne’a czy cyklu o Muminkach Tove Jansson. Powieść Grahame’a po prostu się nie starzeje i – podobnie jak powieści wyżej wymienionych autorów – pod płaszczykiem przygód zantropomorfizowanych zwierzęcych bohaterów przekazuje uniwersalne wartości, czytelne może nawet bardziej dla dorosłych niż dziecięcych odbiorców.

Książka opowiada o przygodach czwórki bohaterów: oddanego, wiernego w przyjaźni Kreta, Wodnego Szczura – poety, narcystycznego Ropucha, przejawiającego upodobanie do szybkich samochodów, a wreszcie rozsądnego Borsuka, stanowiącego dla wszystkich najwyższy autorytet. Epizodycznie pojawiają się również inni zwierzęcy bohaterowie, niosący ze sobą z góry określone cechy – Wydra, myszy, króliki, jeże, łasice, tchórze. Grahame konstruuje niezwykle plastyczny i ciepły świat.

Jednak rzeczywistość w „O czym szumią wierzby” tylko pozornie jest ciepła i pogodna. Zwierzęta przeżywają rozterki natury egzystencjalnej tak bliskie nam, ludziom. Szczur jest rozdarty między chęcią odmiany w ustabilizowanym życiu a przywiązaniem do bezpiecznej codziennej rutyny. Kret waha się pomiędzy podporządkowaniem się zwyczajowym normom a ich łamaniem, między pozostaniem w granicach własnego świata a poznaniem czegoś zupełnie nowego, między życiową nieporadnością a potrzebą dokonywania wzniosłych czynów. Napuszony Ropuch dąży do realizacji swoich celów na przekór wszystkim przeciwnościom, pomimo braku akceptacji ze strony oddanych przyjaciół. Nad wszystkim króluje Borsuk – postać tajemnicza, nieprzystępna, lecz pomocna w potrzebie, ktoś na kształt Boga tej powieściowej krainy.

Kret, Szczur czy Ropuch przeżywają swoje problemy, zostają postawieni w obliczu niejasnych sytuacji, ale dobro zawsze zwycięża. W dużej mierze dzieje się tak dzięki przyjaźni – bohaterowie zawsze mogą na siebie liczyć.

Myślę, że „O czym szumią wierzby” to jedna z tych wyjątkowych książek przepelnionych ciepłem, humorem i mądrością, do których chce się wracać. Każda ponowna lektura odsłoni nowe znaczenia. Jednak nawet jeśli w tych opowiadaniach znajdzie się odbicie naszych własnych, całkiem „dorosłych” problemów, lęków czy niespełnień, nie sposób nie dać się im uwieść „po dziecięcemu”. Inaczej mówiąc, podczas czytania znów ma się te kilka lat i z ciekawością odkrywa rzeczywistość.

Przyjaźń; Pozytywne przesłanie

Greeley Andrew M.: Irlandzkie złoto. Warszawa: Książnica, 2006. ISBN 83-7132-967-9

„Irlandzkie złoto” to nietypowa komedia romantyczna, połączona z rozwiązywaniem historycznych zagadek.

Opowieść zaczyna się pod koniec lat 80., gdy Dermot Coyne, Amerykanin irlandzkiego pochodzenia, postanawia odwiedzić kraj przodków, którzy jego dziadkowie opuścili w panice w czasie irlandzkiej wojny domowej, aby nigdy więcej tam nie powrócić.

Dermot z nudów próbuje dowiedzieć się, dlaczego tak się stało, szybko jednak nudzić się przestaje, gdyż rozgrzebując stare sprawy ściąga na siebie uwagę irlandzkiej służby bezpieczeństwa, brytyjskiego wywiadu, a do tego jeszcze bliżej nieokreślonego tajnego stowarzyszenia.

Stawka okazuje się wysoka, ponieważ z losami jego dziadków związane jest rozwiązanie zagadki śmierci Michaela Collinsa (irlandzkiego przywódcy zmarłego w nader podejrzanych okolicznościach w 1922), a także historia „irlandzkiego złota” - tajnego funduszu irlandzkich powstańców, zaginionego mniej więcej w tamtym czasie.

Historia miłosna, mimo że opowiedziana w lekkim tonie, zawiera akcenty niespodziewanie poważne. Jest też sama zagadka historyczna, a przy okazji spora porcja historii Irlandii, która zaskakująco kojarzy się z historią Polski. Kraj był przez wiele lat kolonizowany przez silniejszego sąsiada (na szczęście tylko jednego). Zdania o irlandzkiej anarchii, która sprawia, że Irlandczycy są niezdolni do samodzielnych rządów i potrzebują pomocy silniejszego sąsiada, mocno przypominały mi argumenty zaborców, do dziś zresztą powracające.

Wisienką na torcie jest śmierć Michaela Collinsa - oczywiście w „wypadku”. Podobnych „wypadków” w polskiej historii również nieco się znajdzie.

Poszukiwanie tożsamości; Pozytywne przesłanie

Groom Winston: Forrest Gump. Warszawa: Prima, 1997. ISBN 83-7152-085-9

Zabawna, intrygująca i pouczająca. Tak w trzech słowach można opisać tę książkę. To współczesna powieść obyczajowa, zawierająca także treści moralno-dydaktyczne.

Autor przedstawia koleje życia tytułowego Forresta Gumpa - Amerykanina o niskim poziomie inteligencji, ale nadzwyczaj dobrym i wielkim sercu. Razem z Forrestem przeżywamy wiele wspaniałych i prześmiesznych historii, takich jak na przykład lot w kosmos na jednym statku z wojującą feministką i gorylem, pobyt na wyspie ludożerców, udział w międzynarodowym turnieju ping-ponga czy spotkanie z prezydentem Chin. Każda z przygód zawiera w sobie jakiś morał. Każdazmusza do głębszej refleksji, zastanowienia się nad sobą i światem.

„Forrest Gump” to opowieść o nas i o naszych powszednich marzeniach. Czytając o Gumpie, czytamy o nas, o naszych troskach i radościach, powodzeniach i niepowodzeniach, chwilach szczęścia i nieszczęścia. Możemy poznać nasze wady, słabości, możemy spojrzeć na siebie bardziej obiektywnie. „Forrest Gump” zawiera elementy przypowieści. Uczy nas przede wszystkim tolerancji. Tolerancji dla osób zupełnie innych od nas, nie tylko „głupszych”, ale też myślących, postępujących „pod prąd”. Po przeczytaniu tej książki nikt nie będzie mówił już do nikogo „ty idioto”, „kretynie”, „debilu”. A to

dlatego, że utwór Grooma pozwala nam ujrzeć świat z innej perspektywy – perspektywy takiego właśnie „idioty”, jakim był Forrest Gump. Po lekturze tej powieści sami przekonamy się, że, jak mawiał sam Forrest, „życie idioty to nie bułka z masłem”.

Powieść Winstona Grooma odznacza się oryginalną i zwartą kompozycją, a także ciekawą, zaskakującą i intrygującą fabułą. Jest pisana prostym, potocznym, momentami nawet wulgarnym językiem, co wspaniale oddaje klimat i atmosferę utworu.

Tolerancja; Pozytywne przesłanie

Grzegorzyc Jan: Niebo dla akrobaty. Opowiadania. Kraków: Znak, 2006. ISBN 83-240-0658-3

Najważniejsze w książce są motywy cierpienia, śmierci i ludzkich postaw w obliczu spraw ostatecznych. Grzegorzyc skupia uwagę na duchowej i emocjonalnej stronie umierania i obcowania z umierającymi, wskazując na częstą potrzebę wspomagania się szeroko pojętymi wartościami chrześcijańskimi.

Narratorzy jego opowiadań – głównie pracownicy hospicjum lub bliscy przebywających tam pacjentów – mówią o sytuacjach bez wyjścia. Bo czy nie jest taką odchodzenie człowieka, który przez całe życie nie tylko nie zrobił nic dobrego, ale jeszcze zdążył porządnie ukrzywdzić swoich najbliższych? Albo przekonanie się, że wypowiedziane przed ołtarzem słowa „że cię nie opuszczę w dobrej i złej doli” nie dotyczyły akurat TAKIEJ złej doli, że nieuleczalne kalectwo lub ciężka choroba dziecka unieważniły nagle wszystkie deklaracje i przysięgi?

A jednak ten brak wyjścia jest brakiem wyjścia tylko częściowo; to prawda, śmierci nie da się ominąć, oszukać ani położyć na łopatki, ale czy to znaczy, że w konfrontacji z nią zawsze jesteśmy stroną przegraną? Łatwiej można znieść myśl o śmierci, jeśli nie pozostawia się za sobą cudzej krzywdy – jakoś łatwiej żyć po odejściu kogoś, komu zdążyło się pomóc albo wybaczyć... Nie trzeba być katolikiem, nie trzeba być nawet chrześcijaninem, by tak czuć – trzeba tylko znaleźć w sobie tę szczególną cząstkę człowieczeństwa, odpowiedzialną za to, że nie kierujemy się wyłącznie instynktami; nie mają tu nic do rzeczy ksiądz i siostry zakonne, pojawiający się na planie opowiadań Grzegorzycy, i kto nie chce, może w ogóle nie zauważać ich profesji. Bo niebo jest dla każdego, kto opanuje akrobatyczną sztukę poruszania się po drabinie życia w taki sposób, by nie omijać szczybli naznaczonych możliwością przysłużenia się innemu człowiekowi „myślą, mową i uczynkiem”.

Nie wszyscy pewnie zaakceptują pełne nadziei zakończenia poszczególnych opowiadań, bo w życiu nie wszystko wygląda tak gładko. Ale przecież literatura jest nie tylko po to, by ukazywać życie takim, jakie jest, ale także – jakim by być MOGŁO...

Nieuleczalna choroba; Śmierć; Pozytywne przesłanie

Haan Linda de, Nijland Stern: Król i król. Warszawa: Adpublik, 2010. ISBN 978-83-926199-2-5

Historia to prosta i stara jak bajkowe światy lub amerykańskie komedie romantyczne. Trzeba znaleźć księżcu żonę. Królowa matka, dla której perspektywa emerytury jest coraz bliższa i coraz bardziej kusząca, obdzwania zaprzyjaźnione królestwa w poszukiwaniu odpowiedniej kandydatki na synową. Cóż z tego, skoro księżę pozostaje obojętny na wdzięki wszystkich panien? A jednak historia kończy się happy endem, który przypisuje o apopleksję co bardziej konserwatywną część społeczeństwa. Ślub się odbywa – a na ślubnym kobiercu staje księżę z... bratem jednej z księżniczek. Żyją długo i szczęśliwie. A cała ta historia wzbogacona jest twardą oprawą i ciekawymi ilustracjami bądź to kolażowymi, bądź przywodzącymi na myśl prymitywistów czy dzieła Miró.

Czy pojawienie się takiej bajki wśród lektur dla najmłodszych jest zasadne? Uważam, że tak. Wiele osób na pewno się oburzy – bo bajki mają kończyć się zawsze ślubem księcia i księżniczki. A przecież na ślubie tego księcia lał się ten sam miód i to samo wino. To samo „i żyli długo i szczęśliwie” wieńczy bajkę. A – uwierzcie – dzieci na swojej drodze poznawania świata wykazują zdumiewającą tolerancję. Tak samo oczywisty jest chłopczyk bawiący się lalkami, jak i chłopczyk, który nie umie sobie samodzielnie poradzic z doбором kolorów. Dlaczego więc chłopczyk królewskiego rodu, który poślubia innego chłopczyka królewskiego rodu, miałby się w obrębie tej tolerancji nie znaleźć?

Homoseksualizm; Tolerancja

Haigh Jennifer: Diagnoza. Opowieść o życiu rodziny naznaczonej chorobą. Warszawa: Świat Książki, 2010. ISBN 978-83-247-1533-6

Bohaterką jest trzydziestoletnia Gwen chorująca na Zespół Turnera. Jest to choroba genetyczna, w której uszkodzony jeden z chromosomów X powoduje zahamowanie rozwoju fizycznego na etapie dziecka. Rozwój psychiczny przebiega normalnie. Tak, więc u Gwen w ciele dziecka tkwi dojrzała kobieta. Przez całe życie chroniona przez rodzinę pragnie samodzielności. Po skończonych studiach zaczyna pracę w muzeum spędzając całe dnie w jego podziemiach. Dopiero wyprawa na egzotyczną wyspę wyzwala w niej odwagę. Podejmuje walkę o swoje szczęście. Jednak, nadopiekuńcza matka decyduje za nią uważając, że wie lepiej, co jest dla Gwen lepsze. I tu tkwi najważniejsze przesłanie książki. Każdy ma prawo do własnych wyborów, nawet, jeśli te wybory czasem przynoszą ból i rozczarowanie. I nie ma znaczenia czy dotyczy to osoby sprawnej czy niepełnosprawnej. Bo potrzeby psychiczne wszyscy mamy takie same.

Zespół Turnera; Nadopiekuńczość

HassenmüllerHeidi: Czarne, czerwone, śmierć. Wrocław: Zakład Narodowy im. Ossolińskich, cop. 2006. ISBN 83-04-04765-9

Nastoletni Udo jest obiektem szykanowania i wyzwisk dla dwóch prześladowców ze swojej szkoły. Udo zostaje wprowadzony do gangu neonazistów. Nowi przyjaciele pomagają mu się mścić na wrogach, ale również utwierdzają w przekonaniu o wyższości rasy aryjskiej nad innymi rasami. Udo nie jest pewny swoich nowych poglądów. Jego rozterkę potwierdzają dziwne napady na osoby innych ras.

Jaką drogę wybierze Udo? Czy dzięki dokonanim wyborom znajdzie sobie nowych prześladowców, czy przyjaciół?

Każdą osobę trzeba postrzegać jako jednostkę jedyną i niepowtarzalną, i żadne stereotypy nie dadzą rady tego zmienić. Jeżeli uznać wiarygodność stereotypów, to jakim cudem w gruboskórnych i rasistowskich Niemczech znalazł się delikatny, nękanym przez innych Udo? Skoro mniejszości narodowe uchodzą za pokrzywdzonych uchodźców wdzięcznych za udzielenie wsparcia, to skąd się wzięło dwóch prześladowców nastoletniego Uda pochodzenia tureckiego i żydowskiego? Wszystko sprowadza się do ogólnej prawdy, że ludzie dzielą się na dobrych i złych, a nie na lepszych i gorszych.

Neonazizm; Rasizm

HassenmüllerHeidi: Pewnej wrześnieowej niedzieli. Wrocław: Zakład Narodowy im. Ossolińskich, cop. 2008. ISBN 978-83-04-04974-1

Kiedy Thomas dowiaduje się, że jego mama oczekuje dziecka, wcale nie jest zachwycony. Gdyby to chociaż był brat! Ale na świat przychodzi Angela – dziewczynka, która nieoczekiwanie podbija serce chłopca. Przepięknej wrześnieowej niedzieli nikt nie spodziewa się dramatu. Angela umiera. Thomas nie może tego pojąć.

W tej niezwyklej książce autorka z dużym taktem i wyczuciem opisuje, jak Thomasowi w końcu udaje się uporać z własnym bólem, w czym najbardziej pomaga mu pełen miłości dziadek.

Utrata statusu jedynaka, Śmierć bliskiej osoby, Żałoba

Hassenmüller Heidi: W sidłach anoreksji. Wrocław: Zakład Narodowy im. Ossolińskich, 2003. ISBN 83-04-04638-5

14-letnia Maja chce za wszelką cenę utrzymać kontrolę nad własnym ciałem. W ocenie matki zawsze była doskonała i taka chciałaby pozostać. Tymczasem okres dojrzewania powoduje, że zmienia się jej ciało. Chce temu przeciwdziałać...I wpada w pułapkę anoreksji. Matka nic nie zauważa, a kiedy w końcu dowiaduje się o chorobie córki nie docenia powagi problemu. Uważa, że Maja po prostu musi zacząć jeść.

Autorka uświadamia nam, że nie jest to takie proste, że anoreksja to ciężka choroba, a uwolnienie się od niej wymaga wielu miesięcy, a nawet lat wspólnej walki – nie

tylko pacjenta, ale całej rodziny. W chorobie tej najważniejsze jest zrozumienie i wsparcie najbliższych.

Anoreksja

Hickey Christine Dwyer: Pleciuga. Warszawa: Muza, 2006. ISBN 83-7419-626-9

„Pleciuga” to książka bardzo skromna objętościowo, napisana oszczędnie, ale bardzo poruszająca. Co tutaj znajdujemy? Dziesięć lat z życia irlandzkiej dziewczynki, przełom lat sześćdziesiątych i siedemdziesiątych, wielodzietną rodzinę – wszystko się zgadza, tak jest z wierzchu. Rodzina nie wydaje się uboga, ojciec zarabia dość dobrze – są liczni krewni i znajomi, rodzinne uroczystości, duży dom. Pleciuga ma cztery lata i jeszcze nie jest Pleciugą, tylko Caroline.

Tak jest na początku. Co prawda nawet wtedy nie jest sielankowo – najstarsza siostra Pleciugi, Deirdre, jest opóźniona w rozwoju, ojciec zabiera naszą bohaterkę do pubu, gdzie dostaje „mały kufelek” i na wyścigi, gdzie łatwo się zgubić. Ale wszystko to wydaje się raczej zabawne niż złe, trochę w konwencji komediowej - ojciec zabierający ze sobą wszędzie „swojego kumpla”, rezolutną córeczkę i związane z tym perypetie.

Potem przestaje być wesoło. Autorka pokazuje powolny rozkład rodziny, widziany oczami dziecka. Narracja nie jest jednolita, częściowo trzecio-, częściowo pierwszo- albo drugoosobowa – jakby ktoś mówił do Pleciugi. Powstaje mozaika, okrawki życia powiązane razem i ukazujące obraz coraz ciemniejszy, coraz bardziej mętny. Jest alkohol, coraz częstsze wyjścia do pubu, „małpki” po whisky. Coraz liczniejsze kłótnie, coraz dłuższe ciche dni. Niezrównoważona matka, która momentami zdaje się nienawidzić własnych dzieci, by za chwilę z szaloną czułością tulić je i nastawiać przeciwko ojcu.

Pleciuga długo zdaje się nie widzieć tego, co się wokół niej dzieje. Długo nie wierzy, odrzuca zrozumienie. Kiedy zostaje wysłana do szkoły z internatem - choć naprawdę nie ma takiej potrzeby - odczuwa ulgę, ale nie rozumie jej źródła. Tu, gdzie większość uczennic czuje się źle, tęskni - ona zaczyna zwyczajne, dobre życie. Wydaje się, że uda jej się przezwyciężyć nieszczęście wiszące nad rodziną, że z dala od niej będzie inaczej - normalnie.

Alkoholizm; Rozpad rodziny; Rodzina dysfunkcyjna

Hildebrand Elin: Piasek w butach. Warszawa: Świat Książki, 2008. ISBN 978-83-247-0736-2

Trzy bohaterki, w tym jedna chora na raka płuc, zmagająca się z chemioterapią z jej wszystkimi, nieprzyjemnymi skutkami. Druga bohaterka przeżywa zdradę męża a trzecia reelekcję z uczelni, na której prowadziła bardzo ciekawe zajęcia i była dobrze zapowiadającym się pracownikiem naukowym. Niestety złamała regulamin wdając się w romans ze swoim studentem. A więc wszystkie bohaterki znajdują się w trudnym bądź bardzo trudnym położeniu. Kiedy sytuacja Vicki (tej z nowotworem) staje się drama-

tyczna wszyscy stają w obliczu śmierci. To zmienia ich życie, przewartościowuje. Jest to sprawnie napisana powieść „ku pokrzepieniu serc”.

Choroba nowotworowa; Rozpad rodziny; Pozytywne przesłanie

Hrabal Bohumil: Skarby świata całego. Warszawa: Państwowy Instytut Wydawniczy, 1985. ISBN 83-06-01181-3

Czy życie w domu starców może być ciekawe? Dni podobne jeden do drugiego – spacerunki po otaczającym stary pałacyk parku, szydelkujące staruszki i grający w karty starszanki. Przedobiadowe koleżki do stołówki, bezowocne oczekiwanie na wizytę krewnych, wszechobecna melodia „skarbów świata całego” płynąca z radiowęzła. Powoli snute opowieści dotyczące osób, miejsc, które już nie istnieją. Świadomość, że znana i bliska nam rzeczywistość także powoli przechodzi do historii, że niedługo będzie żyła jedynie w pamięci nielicznych „znawców i świadków dawnych, złotych czasów”.

Jak może się to równać z dawnym życiem żony kierownika browaru? Z życiem kobiety mającej, szanowanej, pełnej energii, gwiazdy lokalnego teatru? A jednak jak zwykle u Hrabala w każdych okolicznościach bohater może odnaleźć siebie, sens swojego istnienia.

Książka przepełniona jest niezwykłą atmosferą – połączeniem śmiechu i smutku, pogody i nostalgii. Dom spokojnej starości istnieje jakby poza rzeczywistością, jakby czas się tu zatrzymał. Starość może być pogodna, trzeba ją jednak zaakceptować jak kolejny fascynujący etap naszego życia. Trzeba nauczyć się dostrzegać te wszystkie drobiazgi, które czynią każdą chwilę niezwykłą i niepowtarzalną. Zrozumieć, że nie okoliczności, ale my sami dodajemy swojemu życiu barw.

Starość; Poszukiwanie sensu życia; Pozytywne przesłanie

Isherwood Christopher: Samotny mężczyzna. Warszawa: Świat Książki, 2010. ISBN 978-83-247-2045-3

„Samotny mężczyzna” to historia człowieka nie tyle samotnego, co osamotnionego po śmierci partnera. I to nie tyle zmysłowa historia o miłości, co piękna historia o (nie) radzeniu sobie z odejściem bliskiej osoby.

George zdecydowanie nie jest samotnym mężczyzną. Zewsząd otaczają go ludzie. A jednak brakuje tej najważniejszej osoby – Jima, z którym George budził się każdego ranka, Jima, z którym George miał kiedyś poprowadzić jeden z ustronnych, sympatycznych barów, Jima, z którym wychowywał egzotyczne zwierzęta i z którym przy śniadaniu prowadził rozmowy egzystencjalne.

To nie jest historia o miłości, choć sceny z życia Jima i George’a przewijają się we wspomnieniach, w niezrealizowanych marzeniach, w opisie niegdysiejszej rutynowej codzienności. To właściwie opis dnia, w którym George ostatecznie godzi się w jakiś sposób ze śmiercią partnera, postanawia wyjść z żałobnej skorupy. Zresztą pomaga mu

w tym świat, a zwłaszcza uroczy młody student. To właśnie z żywiołowym Kennym George skonfrontuje swoją starość, przy nim zrzuci maskę zawsze poprawnego, nudnego wykładowcy. Wspólna spontaniczna kąpiel w oceanie jest nie tylko zestawieniem Erosa z Tanatosem i biologicznej młodości ze zszarzałą starością, ale również piękną homoseksualną sceną erotyczną (przypomnę tylko, że woda nierozzerwalnie wiąże się z homoseksualizmem – na przykład u Manna czy Iwaszkiewicza).

Obraz godzenia się ze stratą, a wreszcie obraz najzwyczajniejszego w swej cudowności życia jest przejmująco piękny, niezwykle wielobarwny, nasycony skrajnie różnymi emocjami, z których każda znajdzie swoje imię. W tej drobiazgowej analizie Isherwoodowi udało się dokonać literackiej wiwisekcji zupełnie przeciętnego człowieka, co w konsekwencji skłania i czytelnika do badania własnego wnętrza czy magii własnych dni. Historia George'a – zawalenie stabilnego życia, przekreślenie marzeń przez jedną śmierć – mogła się przytrafić każdemu. I właśnie przez to takie utwory jak „Samotny mężczyzna” poza tym, że niezwykle wartościowe, są przede wszystkim potrzebne – choćby dla poznania samego siebie oraz docenienia własnych nieb i piekieł codzienności.

Śmierć bliskiej osoby; Samotność; Miłość; Homoseksualizm

Janko Anna: Dziewczyna z zapalkami. Warszawa: Nowy Świat, 2001. ISBN 978-83-7386-237-1

„Dziewczyna z zapalkami” to na poły poetycka, na poły przeraźliwie realistyczna opowieść. Studenckie małżeństwo, zawarte odrobinę z miłości, ale znacznie bardziej z chęci wyrwania się z domu (narratorka tak rozpoczyna swoje zwierzenia „Wysłałam za mąż jak na wolność!”), okazuje się czymś zupełnie innym, niż miało być. Sama namiętność, zresztą wyraźnie nierówno podzielona między dwoje młodych, nie wystarcza, aby zbudować coś trwałego. A cóż trwalszego niż pełna rodzina? Więc „(...) dziecko. Dziecko. Muszę mieć dziecko.”

I znowu pudło. On nie dojrzał do rodzicielstwa - denerwuje go wrzeszczące niemowlę, nieład w mieszkaniu, wiecznie zmęczona żona; ona kocha dzieci, i to, i następane, bo instynkt macierzyński bierze górę nad wszystkimi negatywnymi stronami posiadania potomstwa, ale równocześnie doznaje coraz mocniejszego poczucia przytłoczenia monotonią i codziennością. Teściowie akceptują wnuki, ale nie synową; to, że je urodziła, nie zatrze przekonania, że jest nie dość dobra dla uwielbianego potomka. Małżonek nie zamierza dorosnąć; nie dla niego obowiązki domowe, nie dla niego wychowanie, on zarabia na życie i wymaga: „Zrób coś, żeby ta gówniara nie ryczała! (...) Dlaczego pranie nie nastawione? Po co tak kwoczysz wkoło tego gówniarza, weź się do czegoś!”. Takie wrzaski potrafią zabić nawet większe uczucie niż to, które łączy Hańcię i Pawia, i nie pomagają własne mieszkanie.

Kto z nas nie widział, jak proza życia zabija marzenia o wzajemnej miłości i poszanowaniu, jak bezlitośnie rozdmuchuje marzenia, jak wysysa z człowieka wszystko, z czego można by się cieszyć?

Narratorka dość wcześnie zdaje sobie sprawę, że jej małżonek jest tylko „Pierwszym z Brzegu” i chyba to właśnie przesądza o charakterze jej decydującego kroku, niebędącego krokiem ostatecznym, a wręcz przeciwnie, pierwszym w kierunku rzeczywistej wolności... Można się dziwić, dlaczego tak późno, można ją potępiać, że bez końca rozdrapuje rany, zamiast raz a dobrze uciec od tego swojego sobowtóra - męczennicy starającej się zadowolić męża i teściów. Ale to jest właśnie piekielnie życiowe, znacznie prawdziwsze, niż gdyby się odbywało szybko i bezrefleksyjnie...

Niedojrzałość; Rozpad rodziny

Jurgielewiczowa Irena: Inna? Wyd. 3. Warszawa: Nasza Księgarnia, 1987. ISBN 83-10-07535-9

Danka, wychowanka domu dziecka, zostaje zaproszona na święta do domu nieznanym ludzi. Kompleksy sieroctwa dotkliwie utrudniają jej porozumienie z otoczeniem, prowadząc do dramatycznych sytuacji. Na szczęście solidarność zaprzyjaźnionych ze sobą dziewcząt i chłopców pozwala Dance na odnalezienie swojego miejsca w życiu.

Sieroctwo; Kompleksy

Jurgielewiczowa Irena: Ten obcy. Wyd. 10. Warszawa: Nasza Księgarnia, 1984. ISBN 83-10-07473-5

Wielowątkowa fabuła powieści przedstawia: historię Zenka – półsieroty, który uciekł z domu rodzinnego od ojca alkoholika, dzieje przyjaźni oraz narastanie uczucia między dziećmi. Opisuje świat młodości z wielu perspektyw. Nie pozwala na jednostronne oceny, oddaje te sprzeczne uczucia, które krążą w człowieku. Te złe, które czasem biorą górę i których potem człowiek się wstydzi (bądź nie, bywa i tak). I te dobre, które jednak wygrywają. Psychologia postaci świetnie rozbudowana.

Alkoholizm, Dojrzewanie; Przyjaźń; Pozytywne przesłanie

Keegan Nicola: Pływanie. Warszawa: W.A.B., 2011. ISBN 978-83-7414-748-4

Jest to opowieść o pływaczce, która przeżyła wiele trudnych chwil w życiu rodzinnym – starsza siostra zmarła z powodu choroby nowotworowej, ojciec zginął w katastrofie lotniczej, a młodsza siostra została narkomanką. Pływanie stało się dla bohaterki swoistą terapią. Jest niezwykle utalentowana, odnosi sukcesy, zdobywa olimpijskie medale. Jej karierę niespodziewanie kończy poważna kontuzja barku. Opowiadając o swoim życiu Philomena nie epatuje pesymizmem czy zgorzknieniem. W powieści cierpienie przeplata humorem pokazując jak można o własnych siłach podnieść się z traumy i pokonać ból.

Śmierć bliskiej osoby; Żaloba; Nieprawność fizyczna

KollochBrigitte, ZöllerElisabeth: Dziennik bulimiczki. Wrocław, Zakład Narodowy im. Ossolińskich, 2006. ISBN 83-04-04815-9

Bohaterka ma bulimię. Właściwie chciała tylko schudnąć parę kilogramów, potem jednak straciła kontrolę nad własnym życiem. Wpadła w błędne koło okresów głodu i ataków obżarstwa. Nie chce dopuścić do siebie myśli, że jest chora. Dopiero, gdy zostaje przyłapana w supermarkecie na kradzieży jedzenia, pozwala sobie pomóc. Jednak powrót do zdrowia to długa i trudna droga.

Bulimia

Kotowska Katarzyna: Jeź. Wyd. 2. Poznań: Media Rodzina, 2010. ISBN 978-83-7278-416-2

Na kilkunastu stronach Katarzyna Kotowska napisała piękną historię o adopcji.

Mężczyzna i Kobieta bardzo chcieli mieć dziecko. Niestety, urodziło się ono innym rodzicom. Postanowili więc je odnaleźć. Szukali pomocy u Pani Która Wie. Poddawszy ich wielu próbom, Pani pomogłam im odnaleźć Chłopca o niebieskich oczach, który był ich synkiem. Początkowo Mężczyzna i Kobieta myśleli, że to pomyłka, ponieważ Chłopiec miał na całym ciele kolce, jak jeź... Jednak dzięki miłości Rodziców i Babcji kolce Chłopca-Jeża powoli zaczęły odpadać...

Katarzyna Kotowska w przepiękny, metaforyczny sposób opisuje proces osvajania się z nową sytuacją, jaką jest adopcja dziecka. Kolce ranią, ale cierpliwość i miłość do dziecka, z dnia na dzień coraz większa, pozwalają wszystko przetrwać.

Mijają kolejne pory roku... Mijają lata... Jak potoczą się losy Piotrusia, który kiedyś był Jeżem?

Całości dopełniają wspaniałe ilustracje autorki, wykonane bardzo oryginalną techniką, idealnie dopasowane do treści. Surowe i oszczędne, a jednocześnie urokliwe i pełne treści.

Niezwykłe poruszająca książka nie tylko dla tych, którzy z adopcją zetknęli się „osobiście”. To wspaniała lekcja cierpliwości, tolerancji, wyrozumiałości, nadziei i miłości. Lekcja pokory. Dla dzieci i dorosłych.

Adopcja

Koziarski Daniel: Mój prywatny Sąd Ostateczny. Lublin: Grasshopper, 2009. ISBN 978-83-61725-12-1

Myślą przewodnią książki jest cytat z Alberta Camusa: „Nie oczekujcie na Sąd Ostateczny. On odbywa się co dzień”. Trzy zawarte w tej książce historie zdecydowanie to udowadniają.

Pierwsza z nich – „Sprawy niedokończone” – to historia pani adwokat, specjalistki od spraw rozwodowych. Poznajemy ją w momencie, kiedy dowiaduje się, że ma raka i nic z tą chorobą już właściwie nie da się zrobić. Możemy obserwować, jak chłodno i anali-

tycznie podchodzi do swojej sytuacji, jak próbuje najpierw nie pozwolić emocjom zaważać jej decyzjami. Stara się zakończyć wszystkie swoje sprawy zawodowe i prywatne, rozliczyć się z przeszłością „załatwić” przyszłość. Czy tak się da? Sprawy materialne to jedno, ale jak można pominąć uczucia, emocje, wspomnienia? Jak można zapomnieć o swojej własnej przeszłości, stłumić nadzieję i myśleć tylko racjonalnie? Czy można?

Druga historia – „Życiowa szansa” – to opowieść o studencie, geju, którego największym marzeniem jest zostać aktorem. Statystuje w filmach i serialach, próbuje się przebić do małych ról drugoplanowych, wykorzystuje każdą szansę. A jednocześnie studiuje prawo – by zadowolić ojca, bogatego biznesmena, którego jest jednym dzieckiem. Ojciec nie przyjmuje do wiadomości marzeń syna, ma on się zająć „czymś poważnym” i kontynuować dzieło ojca. Oprócz wątku marzeń własnych i oczekiwań rodzicielskich, mamy też wątek odkrywania swojej tożsamości seksualnej, poszukiwania miłości, nadziei na przyszłość.

W „Dziesięć lat później” poznajemy taksówkarza, który od dziesięciu lat oplakuje samobójczą śmierć swojej córki. Poświęcił żalobie całe swoje życie, jednocześnie snując obłądny plan zemsty. Plan ten obejmuje wiele osób, dzięki którym życie Kasi potoczyło się tak, a nie inaczej. Ale czy gdyby nie spotkała którejś z tych osób, to wszystko skończyłoby się inaczej? Czy byłoby lepiej? Czy zemsta jest rozwiązaniem? Dla kogo?

Wszystkie trzy historie łączą się częściowo ze sobą i wzajemnie przenikają. Pomysł jest ciekawy, wykonanie całkiem niezłe. Środkowa opowieść wypada najslabiej w porównaniu z pozostałymi, ale generalnie całość jest pociągnięta zgrabnie i pomysłowo. Do tego dochodzi szczypta humoru, którą okraszone są opowieści. Zdecydowanie podobał mi się koncept tej powieści, skłania on w trakcie czytania do wielu pytań, na które musimy odpowiedzieć sobie sami, nikt tego za nas nie zrobi. Literatura moralnego niepokoju...?

Choroba nowotworowa; Homoseksualizm; Żaloba

Krzywicka Irena: Wichura i trzciny. Wyd. 5. Poznań: Wydawnictwo Poznańskie, 1975

Jeszcze 50 lat temu wirus polio był głównym zabójcą dzieci. Syn narratorki zachorował bardzo poważnie, nawet nie był w stanie samodzielnie oddychać. I tylko matka wierzyła, że zdoła postawić syna na nogi.

Tematyką tej książki jest przeogromna miłość matki do syna. Matka nie lamentuje, nie załamuje rąk, lecz działa. Żeby być blisko Grzegorza, zatrudnia się w szpitalu jako salowa, bo w tamtych czasach dostęp do pacjentów nie był tak łatwy, jak dzisiaj. Potem, wbrew radom „życzliwych”, nie oddaje sparaliżowanego chłopca do zakładu, lecz przywozi do mieszkania dzielonego z niemiłą sąsiadką i całymi dniami rehabilituje, pielęgnuje, pociesza. A nocami, choć jest nieludzko zmęczona, nie potrafi zasnąć. Nasłuchuje – bo co będzie, jeśli syn przestanie oddychać? On przecież nie może odejść!...

Mimo że pisanie „Wichury” musiało być dla Krzywickiej bardzo bolesne (pisała przecież o cierpieniu własnego dziecka), nie popadła w niepotrzebny patos ani ckliwość. Skupiła się na zdaniu relacji z codziennej walki o odzyskanie sprawności. Mało tego, pokazała, jak na tragedię patrzają inni ludzie. W tym celu wprowadziła postać sąsiadki, osoby wścibskiej, tak obłudnej, że aż komicznej. Przy tym ta sąsiadka sportretowana jest doskonale! Można się z niej pośmiać... dopóki nie wczujemy się w los jej bratanicy, wtedy już nie będzie nam do śmiechu.

Nie ma wielu postaci w tej książce. Ot, jeszcze ofiarny doktor, jeszcze dwoje młodych ludzi. Nie ma też nudnych fragmentów, które chciałoby się pominąć.

W czasach, gdy media donoszą o wciąż nowych przypadkach maltretowania dzieci przez rodziców, dobrze poczytać książkę, która pokazuje prawdziwie matczyną miłość i napełnia wiarą w heroizm człowieka.

Nieuleczalna choroba; Miłość rodzicielska; Rehabilitacja; Pozytywne przesłanie

Kuipers Alice: Najgorsza rzecz jaką zrobiła. Warszawa: Nasza Księgarnia, 2011. ISBN 078-83-10-11951-3

17-letnia Sophie ze starszą siostrą Emily znalazła się w londyńskim metrze w czasie zamachu terrorystycznego. Emily ginie a Sophie czuje się winna jej śmierci (spóźniły się na wcześniejszy pociąg, ponieważ rozwiązała jej się sznurówka). Poczucie winy jest tak dominujące, że dziewczyna nie jest w stanie normalnie funkcjonować. Od miesięcy chodzi do terapeuty, ale to niestety wcale nie pomaga. Nie potrafi też porozumieć się z matką, która również ciężko znosi ból po stracie córki.

Jest to dobrze napisana powieść o żałobie, poczuciu winy i nadziei, że nawet w tak trudnej sytuacji można znaleźć światełko nadziei.

Śmierć bliskiej osoby; Żaloba; Poczucie winy

LembckeMarjaleena: Cień motyla. Warszawa: Hubert, 2001. ISBN 83-7227-938-1

„Cień motyla” to niewiele słów, z których autorka potrafiła stworzyć książkę poruszającą, pomimo braku drastyczności, bardziej smutną niż straszną. To kilkadziesiąt scen z życia młodej Katji i jej przyjaciela, Michaela. Trochę wspomnień z dzieciństwa, kilkanaście obrazów, sny, listy, w końcu terapia. To cicha opowieść o wyobcowaniu, niewyjaśnionym poczuciu smutku, z którym przychodzi się na świat i nawet nie można sobie wyobrazić, skąd inni czerpią radość. O niewiedzy, konieczności podejmowania trudnych decyzji, niepokoju, jaki wywołuje przyszłość. Tylko pozornie brakuje w tej książce emocji, tylko pozornie jest ona prostą i trochę bezbarwną historią. Jednak nie znajdziemy w niej bezpośredniego, dosłownego przekazu, a tylko garść scen, z których sami już musimy wysnuć ich znaczenie, wytłumaczenie tego, co dzieje się z Katją.

Choć to krótka historia opisana w zwyczajny sposób, pozostawia po sobie wiele trudnych do opisania uczuć. Wydaje się jakby rozmową z kimś, kogo znamy dość słabo,

i kto w paru zdaniach mówi nam od czasu do czasu coś o sobie, zbytnio nie zagłębiając się w szczegóły. Mówi prostymi słowami, wspomina o zwyczajnych okolicznościach, pozostawiając wiele spraw niewyjaśnionych. A jednak jego historia nie pozostawi nas obojętnymi, skłoni do rozmyślań, chwilami wywoła zachwyt jakimś obrazem lub smutek po stracie czegoś ważnego. Zamyślenie nad zwyczajnym życiem, które, choć wcale nie wydaje się najgorsze, czasem wywołuje tylko ból.

Anoreksja; Wyobcowanie

Lessing Doris: Piąte dziecko. Warszawa: Państwowy Instytut Wydawniczy, 2007. ISBN 978-83-06-03122-5

„Piąte dziecko” Doris Lessing to niesamowita historia o tym, jak traci się złudzenia. I o tym, jak łatwo wszystko może się rozsypać w drobny mak. Książka tylko z pozoru przypomina powieść grozy. Jest czymś więcej

Bohaterowie powieści, Harriet i David Lovattowie, są idealną parą. W szalonych latach 60. postanawiają żyć na uboczu świata. Kupują ogromny dom pod Londynem i chcą mieć ogromną rodzinę. „Co najmniej sześcioro dzieci” – mówią. I wbrew rozsądkowi i możliwościom finansowym, realizują swój plan bardzo szybko. Kolejne dzieci wypełniają dom, a na święta i wakacje pojawia się coraz więcej krewnych. Wszyscy garną się do wiktoriańskiego domu, który wydaje się z innych czasów i z innego świata.

Aż do pierwszej próby, na którą los wystawia idealnych małżonków. Sielankowe, przesłodzone szczęście rodziny zostaje zburzone przez przyjsie na świat Bena – odmieńca, tytułowego piątego dziecka. Świat powieści zaczyna wypełniać przejmująca atmosfera koszmaru.

Pokazanie rozpadu utopijnego projektu Lovattów staje się dla wybitnej brytyjskiej pisarki pretekstem do refleksji nad naturą relacji matki i dziecka. Przymusem bycia, bez względu na przeciwności, szczęśliwą matką z cielecym uśmiechem wpatrzoną w swoje potomstwo. Bohaterka mówi w powieści: „Urodziłam czworo zdrowych i normalnych dzieci, i nikt tego nie docenił. Kiedy pojawiło się to inne, wszyscy uznali mnie za zbrodniarkę”. Autorka pokazuje, że na pozór cywilizowane społeczeństwo nie radzi sobie z innością, choć stara się zachowywać pozory poprawności – siostra Harriet ma córeczkę z zespołem Downa, ale tę wszyscy akceptują, bo dziewczynka jest miła, wylewna i uczuciowa. Bena, agresywnego odludka, nikt nie lubi. I ta nienawiść przerzuca się na jego matkę, bo to ona urodziła odmieńca. Bohaterka wielokrotnie przytacza opowieści o prymitywnych plemionach, które piętnowały matki „innych” dzieci.

Definicja „inności” to drugi ważny wątek powieści Lessing. Brytyjka w niezwykle przejmujący sposób zastanawia się nad granicami normalności. Zadaje sobie pytanie, czy rzeczywiście większość ma zawsze rację. Bo większość (nauczyciele, lekarze, psycholodzy) widzą w Benie zwykłe dziecko, jedynie fizycznie rozwinięte nad swój wiek i nieco zamknięte. To Harriet, a za nią reszta rodziny, sądzi, że w piątym dziecku jest coś

nienormalnego. Bohaterowie mówią o sobie, że są staroświeccy – początkowo wydaje się to ich zaletą. Ale ich staroświeckość ma też inne, brutalne oblicze. Jak w zamierzonych czasach rodzina bez skrupułów, bez skierowania lekarskiego oddaje odmienca do zakładu dla psychicznie chorych, by tam powoli umarł.

Kiedy Harriet łamie niepisana umowę, że nikt nie będzie o niego więcej pytał i decyduje się żyć dla Bena, musi odrzucić resztę swojej rodziny, która nie akceptuje jej decyzji. Tym samym musi zrezygnować z życia w świecie, w który wierzyła. Trudno o bardziej dramatyczny dylemat – wybierać między swoimi dziećmi, decydować, które bardziej się kocha.

Wielki format pisarstwa Lessing widać zwłaszcza w ostatnich scenach książki, kiedy Harriet widzi w telewizji swojego już dorosłego syna stojącego w tłumie podczas demonstracji. I nadal nie potrafi odpowiedzieć, kim on jest i czy naprawdę jest „inny”.

Tolerancja; Szczęście; Poczucie winy; Rozpad rodziny

Lothamer Henryk: Do zobaczenia mamó. Wyd. 2. Warszawa: Krajowa Agencja Wydawnicza, 1980

Jeden z bohaterów książki, mieszkaniec domu dziecka, pisze listy do stworzonej w wyobraźni matki, której nadaje rysy przypadkowo spotkanej w parku kobiety. Mocno wierzy w to, że kiedyś znowu się odnajdą.

Powieść wnikliwie ukazuje psychikę osieroconego dziecka, jego tęsknotę za matką, potrzebę kompensacji uczuciowych niedosytów, a zarazem daje barwny obraz środowiska dziecięcego.

Dom dziecka; Sieroctwo

Madison Susan: Kolor nadziei. Warszawa: Świat Książki, 2001. ISBN 83-7311-151-4

Książka opowiada o rodzinie, którą dotyka tragedia. W wypadku ginie 17-letnia córka. Bardzo trudno jest pogodzić się ze śmiercią dziecka. Do tego 14-letni syn zaczyna chorować. Lekarze stwierdzają ostrą postać białaczki limfatycznej. Walka z chorobą mobilizuje i znowu scala całą rodzinę. Niestety, nie jest to wygrana walka.

Największym atutem tej książki jest pokazanie czytelnikowi różnych postaw wobec śmierci najbliższych. Ból będzie zawsze, ale odsuwając się od bliskich, zamykając w sobie na pewno będzie trudniej.

Choroba nowotworowa; Śmierć dziecka

Melville Herman: Oszust. Kraków: Wydawnictwo Literackie, 1990. ISBN 83-08-02163-8

Akcja dzieje się w prima aprilis na parowcu „Fidele”, płynącym po Missisipi. Składa się na nią szereg scen, dziejących się pomiędzy przypadkowymi osobami, z których

jedna gra prawie zawsze rolę naciągacza i oszusta. Sporadycznie pojawiają się typowo melvillowskie, na poły eseistyczne, narratorskie rozprawki na jakiś temat; w „Oszuście” dotyczą one najczęściej procesu pisania i tworzenia. Spoiwem dla powieści nie jest akcja ani bohaterowie, ale wątek oszusta. Najważniejsza jest wiara w drugiego człowieka.

„Oszust” pokazuje nam cwaniaków, hochsztaplerów i łotrów, oszukujących ludzi na rozmaite sposoby. Naiwność ofiar i jaskrawość oszustw, nie pozostawiają pozornie miejsca na jakąkolwiek dyskusję, ale dyskusji takich w książce nie brak. Oszust, którego wątpliwa etycznie działalność jest wyłożona jak na tacy, szuka jakichś, nierzadko filozoficznych dla niej usprawiedliwień. Jest to konfrontacja wspomnianej wiary (w powieści częściej nazywanej ufnością bądź zaufaniem) z prawdą. Prawda wyzwala – jak rzecz ludowe porzekadło, ale jeszcze częściej rodzi sceptycyzm, pesymizm i izolację. Narrator opowiada się, rzecz jasna, po stronie prawdy. Nie sposób nie uznać za ważniejszą wartości etycznie wyższej. Ale trzeba wiedzieć, że nie musi ona dawać szczęścia. Ma to wszystko związek z problemem wolnej woli i przeznaczenia.

„Oszust” nie jest powieścią łatwą. Jest to utwór w dużej mierze filozoficzny. Podstawowy problem powieści trafnie wyklada w jednym z końcowych rozdziałów balwierz: „obawiam się, niestety, że, wy filantropi wiecie lepiej, co to jest dobroć, niż czym są ludzie”. Mowa więc o ideale etycznym i prawdzie o człowieku. Ideał okazuje się zabawką w rękach kłamcy, bądź wdzięczną iluzją dla poszkodowanego. Ostatecznie nie prowadzi do niczego dobrego. Temat skądinąd jest niezwykle nośny aż do dzisiaj, a może nawet, szczególnie dzisiaj, w czasach, gdy ochoczo dekonstruuje się wszelkie ideały, obnażając ich wady.

Walka dobra i zła; Oszustwo; Kłamstwo

Milovanoff Jean-Pierre: Melancholia niewiniątek. Warszawa: Nor sur Blanc, 2003. ISBN 83-7392-006-4

Tak jak w większości swych książek, autor daje pierwszoplanową rolę człowiekowi zranionemu przez los, okaleczonemu, ułomnemu, choremu. Wiktoryn nie może chodzić, jeździ na inwalidzkim fotelu. Bohater-narrator określa sam siebie mianem „artysty wspomnień”, można jednak nazwać go czarodziejem. Jego mocą są słowa, zaklęcia, które przywołują przed oczy czytelnika paradę duchów przeszłości. Dla człowieka przykutego do wózka ta podróż w czasie to jedyna wyprawa, na jaką może sobie pozwolić. Powieść jest intymna. Bohaterowie są jak my sami: przeciętni, a zarazem wyjątkowi.

Jego babka traci wzrok w wieku dwudziestu lat; roztacza jednak wokół siebie światło przez sam blask urody, dobroci i łagodności. W latach dwudziestych, jej córka, zakochana w pewnym fotografie, poznaje tajniki ciemni fotograficznej. Jest zafascynowana cudem, jakim jest wyłanianie się twarzy na zdjęciu, retuszem, który wygładza niedoskonałości. Autor bardzo lubi tego rodzaju sztuczki. Fotograf mówi do ukochanej:

„Nie chodzi o to by zatrzymać życie, trzeba raczej ożywić fotografię”. Jego słowa można uznać za przewodni motyw powieści Wiktoryna.

Narrator bawi się chronologią i perspektywą, łąta dziury w pamięci za pomocą własnej wyobraźni, a czasem nawet... przedstawia dwie wersje wydarzeń i mówi: wybierzcie sobie!

Nie brakuje tu melancholii, refleksji nad tym, co utracone i żalu za tym, co nie miało miejsca. Jest to jednak melancholia pogodna, nieuchronnie związana z ulotnością życia, melancholia człowieka, który z dumą pokazuje nam swoje pamiętki z podróży w czasie.

A niewiniątka – kim są? Czy to dobra i łagodna Baptistyna, zagubiony Paulin, żywiółowa Rozalia, czy może beztroski, zakochany w przyrodzie Leoncjusz? Każde z nich próbuje na swój sposób oswoić los i naiwnie oddaje się pragnieniu szczęścia. A może niewiniątka to my wszyscy – pisarz, narrator, czytelnik...? Przykuci do swych słabości i niesieni marzeniami?

Niepełnosprawność fizyczna; Pozytywne przesłanie

Minkowski Aleksander: Podróż na wyspę Borneo. Wrocław: Siedmioróg, 1996. ISBN 83-7162-065-9

Książka niezwykła, niecodzienna, urzekająca, chociaż opowiada właśnie o sprawach najzwyklejszych. Historia dojrzewania do prawdziwej przyjaźni, opowiedziana słowami Piotra.

Trudno pisać o treści, bo autor zawarł tu mnóstwo wątków, które znakomicie się dopełniają. Jest wspomniana już przyjaźń, wystawiona na próbę, pierwsza miłość, problemy w szkole, bogaci koledzy i ciulanie na dzinsy. Oryginalne. Jest subtelnie ukazana rodzina i wzajemne poświęcenie dzieci i matki. Są marzenia i plany na przyszłość, jest poszukiwanie wzorców i ideałów.

Książka w prosty, dostępny i wzruszający sposób opowiada o tym, co w życiu liczy się naprawdę.

Przyjaźń; Dojrzewanie

Mróz-Gajewska Beata: Prawdziwie udane wakacje. Warszawa: Hubert, 2001. ISBN 83-7227-934-9

Babcia opiekuje się czworgiem rodzeństwa. Najmłodszy chłopiec jest dzieckiem autystycznym i jemu musi poświęcić najwięcej czasu i cierpliwości. Postanawia oddać go do ośrodka adopcyjnego. Rodzeństwo buntuje się przeciw tej decyzji. Uciekają z domu zabierając brata. Czy okażą się dojrzały i odpowiedzialni?

Autyzm; Adopcja; Odpowiedzialność

Musierowicz Małgorzata: Dziecko piątku. Poznań: Akapit Press, 2007. ISBN 978-83-60773-10-9

Aurelia znajduje się w domu macochy. Niechciana i ledwo tolerowana szuka akceptacji u oschłego ojca. Dopiero pobyt u babci wygładza jej troski i pozwala z pewnym optymizmem budować dobre stosunki z ojcem, a także z kolegą, tak jak ona opuszczonym przez matkę.

Książka przesiąknięta jest wiarą w dobro i samospelnienie się. Dom w założeniu pisarki odgrywa rolę stabilizującą w życiu bohaterów, jest bezpiecznym schronieniem, azylem dla osób w każdym wieku

Samotność

Musierowicz Małgorzata: Opium w rosole. Kraków: Signum, 1992. ISBN 83-7006-328-4

Kilkuletnia dziewczynka szukająca przyjaźni wśród dorosłych... Właściwie temat prosty, a finał przewidywalny. Ale nie to jest tutaj ważne. Te poszukiwania - w większości zabawne - powodują mieszane uczucia czytającego. Dlaczego mała Aurelia jest sama? Dlaczego potrzebuje kontaktu głównie z dorosłymi? Bo brakuje jej miłości. Tej najważniejszej dla kilkulatka. Oczywiście dostaje ją z czasem, ale w trakcie poszukiwań swoją bezpretensjonalnością uczy innych, jak okazywać uczucie. To swoisty podręcznik podstaw.

Jest też coś innego, co przyciąga do tej powieści. Atmosfera wspólnego, rodzinnego picia herbaty w rodzinie Borejków. Rodzinie, w której na dobre zadomowiła się mała Aurelia. Nikt się nie spieszy, każdy ma czas dla najbliższych, z każdym możesz porozmawiać na wiele tematów, bo erudycja i czytanie jest w tej rodzinie czymś oczywistym.

Jeśli poszukujecie ciepła w literaturze, sięgnijcie po tę powieść.

Rodzina dysfunkcyjna; Poszukiwanie bliskości; Potrzeba akceptacji

Nowacka Ewa: Małe kochanie, wielka miłość. Wrocław: Siedmioróg, 1997. ISBN 83-7162-298-8

Magda ma 18 lat i maturę za pasem. Jest młodą mamą nie przygotowaną do macierzyństwa. Opuszcza ją chłopak. Jej mama bierze na siebie obowiązek wychowania małej Oleńki. Wobec niedojrzałości i braku odpowiedzialności Magdy, babcia Oleńki staje się dla niej matką

Niedojrzałość; Nieplanowana ciąża

Nurowska Maria: Reszta świata. Warszawa: Ludowa Spółdzielnia Wydawnicza, 1981. ISBN 83-205-3313-9

Bohaterką jest dorastająca dziewczyna z poważną wadą serca...

Anka jest zbyt dumna i wrażliwa, by informować innych o swoich słabościach i ograniczeniach, prosić o pomoc. Litość bliźnich upokarza ją, zawstydzają. Czuje się po-

nizona, gdy ktoś pozna jej tajemnicę. Wybrała więc drugie wyjście: udaje nieprzystępną, ukrywa chorobę, unika sytuacji, w których mogłaby się zmęczyć, zadyszeć, zasłabnąć. Tyle że długo tak funkcjonować się nie da. Książki i płyty, którymi hojnie obdarowują ją rodzice, nie zastąpią kontaktów z rówieśnikami. W dodatku Anka poznała chłopca, który chce z nią być... Teraz już nie sposób przesiadywać w domu. Trzeba chodzić na spotkania, uważać na zazdrosne koleżanki i, co najtrudniejsze, trzeba mu powiedzieć: słuchaj, jestem mocno chora...

Postać Ani jest wiarygodna w swoich smutkach i rozterkach. Rodzice również są dobrze przedstawieni: nadopiekuńczy, roztkliwiający się nad jedynaczką i... nierozumiejący jej problemów. Tak przecież często bywa w życiu. Natomiast nie jestem przekonana do postaci chłopca Anki. Inteligentny, przystojny, po prostu idealny - czy naprawdę istnieją tacy chłopcy? Uważam, że jest to wartościowa lektura, dająca dużo do myślenia, pomagająca zarówno osobie chorej rozeznąć się w swoich uczuciach, jak i zdrowym zrozumieć, dlaczego niektórzy chorzy źle reagują na próby pomocy, dlaczego się izolują, tworzą mur między sobą a resztą świata

Dojrzewanie; Przewlekła choroba; Pozytywne przesłanie

Ōe Kenzaburō: Sprawa osobista. Warszawa: Państwowy Instytut Wydawniczy, 1974

„Sprawa osobista” Kenzaburō Ōe jest oparta na osobistych przeżyciach pisarza, którego syn Hikari urodził się z poważną wadą neurologiczną. Niespełna 200-stronnicowa powieść to historia 27-letniego mężczyzny imieniem Ptak, oczekującego narodzin swojego pierwszego dziecka. Bohater, nieprzygotowany na powiększenie się rodziny, kurczowo trzymający się wspomnień „utraconej młodości”, jest przekonany o swojej „nieprzystawalności” do nowych ról społecznych, jakie przyjął na siebie z chwilą zawarcia małżeństwa. Wobec odpowiedzialności, jaką ma ponieść za los chorego dziecka, Ptak zmuszony jest do porzucenia marzeń o wyśniewionej podróży do Afryki i dokonania remanentu dotychczasowego życia. Narodziny dziecka stają się momentem zwrotnym, który kumuluje dotychczasowe wątki jego życia i powoduje rozpad wizji przyszłości, jaką dotąd misternie konstruował. Szukając w sobie przyczyn ułomności dziecka, Ptak popada w rozpacz i dopiero z pomocą dawnej znajomej podejmuje wysiłek odnalezienia się w nowej sytuacji...

Książka jest zapisem mozołu konstruowania życiowej przestrzeni wobec samotności doznawanej we współczesnym świecie. Bohaterowie Ōe są nadwrażliwymi idealistami, którzy pragną zrozumienia i miłości, sami rozdrapując własne wnętrza i krok po kroku ucząc się okazywania prawdziwych uczuć. Główny bohater – nieprzystosowany, znużony powierzchownością, z jaką przebiegają jego relacje z ludźmi, buduje nową tożsamość - bycia ojcem.

Narracja jest prowadzona w trzeciej osobie, ale wyraźnie odczuwalny jest szczególnie rodzaj emocjonalnego zaangażowania narratora-autora. Głos Ptaka przebija się przez maskę narracji, pozostawiając wrażenie, że mamy do czynienia z nieprzerwanym monologiem wewnętrznym.

Książkę czyta się jednym tchem, chociaż nie jest to lektura lekka i przyjemna. Przy całej konsekwencji prowadzenia czytelnika przez ciemne korytarze psychiki bohaterów, zakończenie wydaje mi się skonstruowane powierzchownie, jakby w uldze, że wreszcie dobrnęliśmy do końca. Ale to chyba jedyny moment, kiedy ma się ochotę oderwać od lektury. Swoją drogą, sprytny sposób na zakończenie.

Nieuleczalna choroba; Samotność; Poszukiwanie sensu życia

O’Farrell John: Może zawierać orzeszki. Katowice: Sonia Draga, 2006. ISBN 83-89779-47-1

Dokąd może sięgać rodzicielska miłość i opieka nad dziećmi? Można wyróżnić trzy typy rodziców. Pierwsza grupa to ci hołdujący zasadzie, że dziecko z gniazda wyrzucić trzeba jak najwcześniej się da, czyli zwyczajne puszczenie samopas. Drugi gatunek to rodzice normalni – rozpieszczający tyle, ile trzeba, pozwalający dziecku na tyle samodzielności, ile można. Trzecia grupa to dopiero coś. Rodzice kochający histerycznie.

„Może zawierać orzeszki” jest tak przekoloryzowane, karykaturalne i przy tym zabawne, że można przeczytać tę książkę jednym tchem. Główna bohaterka, Alice, jest matką. I to najważniejsze, co trzeba o niej wiedzieć, bo to zajęcie zajmuje całe jej życie. Ale jest rodzicem przewrażliwionym. Dzieci kąpią się w baseniku w kasku na głowie, do najlepszych szkół zapisywane są jeszcze przed narodzeniem, a chwilą wyciszenia dla czuwającej nad nimi matki jest strzelanie folią bąbelkową przed snem.

Dużym walorem tej opowieści jest specyficzny język i poczucie humoru autora, opisującego „wyścig szczurów” wśród – o zgrozo – rodziców, dla których dziecko jest głównym przedmiotem do licytowania się ze znajomymi. Wciągają szczególnie początkowe strony książki, gdzie kontakt ze światem jest dla bohaterów wybraniem się na mrozącą krew w żyłach wyprawę do serca dżungli. Czy można być normalnym, żyjąc w środowisku, gdzie osiągnięcia dzieci w dziedzinach takich jak „jazda konna”, „balet” czy „ogólna prezencja” wpisywane są do tabeli i punktowane w skali od 1 do 100? Czy matkę, która powoduje wypadek samochodowy szmacianą kukłą z twarzą Tony’ego Blaira, by uświadomić kierowcom potrzebę wolniejszego jeżdżenia, można uznać za opiekunczą?

Według wielu rodziców dzieci trzeba motywować, dokształcać, poddawać testom, a nawet przekupywać w imię lepszego życia. Warto przeczytać książkę O’Farrella niezależnie od tego, czy mamy już własne dzieci, czy dopiero będziemy je mieć. Bo lepiej coś zrozumieć dzięki sugestywnej ironii autora książki niż uczyć się na własnych błędach, prawda?

Nadopiekuńczość; Pozytywne przesłanie

Olsson Linda: Niech wieje dobry wiatr. Warszawa: G+J Polska, 2008. ISBN 978-83-61229-40-0

Punktem wyjścia „Niech wieje dobry wiatr” jest spotkanie dwóch kobiet. Veronika postanawia zamieszkać w szwedzkiej wiosce na odludziu, aby dojść do siebie po traumatycznych przeżyciach. Chce także w ciszy i spokoju pracować nad kolejną powieścią. Przypadkowo nawiązuje kontakt z mieszkającą obok Astrid, samotną, ekscentryczną staruszką, nazywaną przez lokalną społeczność „wiedźmą”.

Wydawałoby się, że z tej znajomości nie wyniknie nic ciekawego. Na pierwszy rzut oka między kobietami jest przepaść. Różny wiek, wykształcenie, zainteresowania. Jednakże są też podobieństwa, które sprawią, że powstanie między nimi silna więź. Astrid i Veronikę cechuje wielka wrażliwość, obydwie doświadczyły goryczy utraty, obydwie kryją w sobie psychiczne blizny. Rozmawiając ze sobą, wspólnie spędzając czas, oczyszczają się z tłumionych przez całe lata lęków i złych wspomnień. To bardzo znacząca, bezinteresowna przyjaźń, która zmieni je na zawsze. „Najkrótsze muśnięcie miłości może nas wzmocnić na całe życie”.

Linda Olsson jest uważnym kronikarzem ludzkich uczuć, o których mówi z taktem i delikatnością. Nawet temat tak trudny jak przemoc seksualna wobec dziecka zostaje podjęty z ogromnym wyczuciem, za pomocą oszczędnych, przejmujących środków wyrazu. Jednocześnie na przykładzie losów Astrid autorka pokazuje, że konsekwencje determinują losy ofiary w sposób tragiczny.

Pisarka ukazuje bohaterów bez osądzania, nie potępiając ich uczynków. Wytwarza dziwną więź między Astrid i Veroniką a czytelnikiem, opartą na zrozumieniu i empatii. Nie jestem w stanie uznać Astrid za zbrodniarkę, choć rozumując racjonalnie, tak właśnie można odebrać jej postać.

Znaczącą rolę odgrywa w książce przyroda. Odmalowana niezwykle subtelnie, w konwencji poetycko-baśniowej, solidarnie współgra z przeżyciami bohaterów.

Duże znaczenie autorka przypisuje także muzyce. Motywem przewodnim jest utwór Brahmsa, część druga trzeciej sonaty d-moll na skrzypce i fortepian. Piękno muzyki zostaje oddane w sposób bardzo sugestywny, a chwytająca za serce melodia współgra idealnie z nastrojem opowieści.

Przyjaźń; Molestowanie seksualne dzieci

Onichimowska Anna: Demony na smyczy. Warszawa: Świat Książki, 2010. ISBN 978-83-247-8

Jest to kontynuacja powieści *Hera moja miłość* i *Lot Komety*. Niełatwo pozbierać się po przeżyciach, które mają za sobą bohaterowie książki. Każde z nich próbuje ułożyć sobie życie, każde z nich musi zmierzyć się ze swoimi demonami. Czy im się to uda? Czy jest to w ogóle możliwe? Ważne, że próbują i że nie izolują się. Rodzina próbuje utrzymywać już nie poprawne, ale przyjazne kontakty.

Autorka bardzo wyraźnie pokazuje czytelnikowi, że narkotyki to nie zabawa, że nie wystarczy przestać brać. Nawiązując do drugiej części cyklu opisuje jak trudno też jest zerwać z sektą.

Książka przynosi również nowe ostrzeżenie: uwaga na znajomości zawierane przez Internet. Tu mamy bardzo poważne zagrożenie, poznany przez Internet mężczyzna okazuje się pośrednikiem mafii „przerzucającej” dziewczyny do Niemiec.

Narkomania; Sekty; Uzależnienia

Onichimowska Anna: Hera moja miłość. Warszawa: Świat Książki, 2003. ISBN 83-7311-729-6

Przejmująca opowieść skierowana do młodzieży i rodziców. Pokazuje jak ważne w rodzinie jest bycie ze sobą, a nie obok siebie, jak łatwo przeoczyć niepokojące sygnały i dopuścić do tragedii. Wbrew panującej wśród młodzieży opinii, autorka udowadnia, że palenie „trawki” może być bardzo niebezpieczne. A przejście do heroiny bardzo szybkie.

Narkomania

Onichimowska Anna: Krzysztofa Pączka droga do sławy. Łódź: Literatura, 1997. ISBN 83-87080-31-4

Autorka książki podejmuje problem, czy mówić dzieciom i otoczeniu o adopcji? Kiedy bohater dowiaduje się od „życzliwych” osób, że jest dzieckiem adoptowanym, ucieka z domu. Po pewnym czasie powraca, uzmysławiając sobie, że matką jest nie ta, która urodziła, lecz ta, która wychowała.

Adopcja

Osiatyński Wiktor: Rehab. Warszawa: Iskry, 2003. ISBN 978-83-207-1738-9

„Rehab” to z całą pewnością książka osobista, ale nie pamiętnik. Bohater (W. – którego uznać można za alter ego autora), przebywa w amerykańskim ośrodku leczenia alkoholizmu, leczącym w oparciu o program Anonimowych Alkoholików, gdzieś w latach 80-tych zeszłego wieku.

W. jest celowo jeszcze bardziej anonimowy niż wszyscy inni pacjenci Farmy. Nie chodzi tu wcale o jakiś wstyd czy ukrywanie się. Intencją tej książki jest raczej pokazanie procesu, jaki odbywa się w trakcie powrotu alkoholika do zdrowia, w taki sposób, aby każdy mógł postawić się na jego miejscu. Rolą W. jest tylko danie świadectwa czemuś, czego dalej musi już doświadczyć każdy sam w swojej duszy.

W oczywisty sposób odnosi się to do innych alkoholików, być może jeszcze nieświadomych tego faktu (alkoholizm jest chorobą zakłamania w tym samym, o ile nie większym, stopniu, co chorobą ciała) lub obawiających się zmiany swojego życia, ale to tylko połowa prawdy.

W jednym z etapów trzeźwienia W. stwierdza, że cieszy się ze swojego alkoholizmu, ponieważ „dzięki temu może znaleźć klucz do innych problemów życiowych”. Takich paradoksów jest w książce całkiem sporo. Okazuje się na przykład, że im bardziej człowiek wykształcony, tym trudniej będzie mu zdrowieć. Że nie jest się winnym choroby, ale jest się odpowiedzialnym za wszystko, co z niej wynika. Że można nie pić, ale wcale nie być trzeźwym. Że nie ma kogoś takiego jak „były alkoholik”, a mimo to można żyć lepiej niż kiedykolwiek wcześniej... Sam program AA jest tylko zbiorem reguł, które wielu ludziom pomogły w życiu. To także istotny element filozofii ruchu: ważne jest tylko to, że one działają, a dlaczego - to już mniejsza.

Ale wracając do tej dziwnej wdzięczności W. za bycie alkoholikiem i kwestii jego świadectwa: w tym zdaniu najlepiej widać, dlaczego osobista książka o chorobie alkoholowej nie jest bynajmniej przeznaczona wyłącznie dla ludzi nią dotkniętych oraz osób z ich otoczenia. Odstawienie butelki to oczywiście krok niezbędny na drodze do zdrowia, ale tylko pierwszy. Wszystko, co dzieje się później, może dotyczyć każdego, komu życie posypało się i kto próbuje je na nowo odbudować.

„Odejmij od człowieka alkoholika, a będziesz miał rozczarowanego idealistę” – zanotował bohater książki na jednym z wykładów. Odejmij z książki samego W., a możesz spotkać siebie.

Alkoholizm; Terapia; Pozytywne przesłanie

Ostrowicka Beata: Zła dziewczyna. Warszawa: Nasza Księgarnia, 2009. ISBN 978-83-10-11574-4

Bohaterka przeciwstawia się rodzicom, aby realizować własne marzenia o szkole, studiach. Chce wyrwać się spod wpływu władzy rodzicielskiej. Boi się dopuścić kogośkolwiek bliżej do siebie, rani otoczenie, jej życie uczuciowe jest skomplikowane.

Wchodzenie w samodzielne, dorosłe życie nie obywa się bez błędów, bólu i rozczarowań.

Dojrzewanie; Poszukiwanie sensu życia

Ostrowska Ewa: Gra ze śmiercią w tle. Kraków: Księgarnia Wydawnictwo Skrzat Stanisław Porębski, 2007. ISBN 978-83-7437-199-5

Emma, gdy ją poznajemy, ma 18 lat. Przebywa w domu, gdzie ojciec nie ma nic do powiedzenia, a dla matki najważniejszy jest Bóg, modlitwy i postępowanie zgodnie z naukami Kościoła metodystów. Edukację skończyła w wieku lat 16. Szkoła, według matki, sieje tylko zgorszenie; Emma nie ogląda telewizji, nie słucha radia, nie wie, co to basen, zabawa, koncert czy teatr. Nie ma koleżanek, z nikim nie ma kontaktu. Ma być pobożną i uczciwą dziewczyną; całymi dniami siedzi więc w domu, w swoim pokoju, haftuje. Odkryła swoje intymne części ciała i przyjemności z tym związane. Boi się ich,

bo wszystko, co związane jest z ciałem, to - według nauk matki - grzech. Marzy. Czy jej marzenia się spełnią?

Nadine miała 15 lat, kiedy marzenia o księciu z bajki zaczęła wprowadzać w czyn. Przypadkiem pojechała do Londynu i została prostytutką. Czy spotka swojego księcia, czy ktoś ją zauważy?

Robert, bogaty, wykształcony, zbliża się do trzydziestki i ma problemy z kobietami. Czy trafi na taką, która go zrozumie, która nie będzie się z niego śmiała?

Ruby ma teraz ponad siedemdziesiąt lat i jej zdrowie szwankuje. Jest bogata, bardzo bogata. Jej życie, które wspomina, nie było łatwe. Teraz, kiedy czuje, że zbliża się jej koniec, postanawia zrobić niespodziankę swoim bliskim. Jak podzieli majątek, czy wszyscy będą zadowoleni?

To tylko kilka osób, wokół których toczy się akcja książki, w sposób bezwzględny obnażająca ich charaktery. Początkowo ważny jest seks, potem dochodzą pieniądze, dla których można zrobić wszystko, a przez cały czas większość osób myśli tylko o zaspokojeniu swoich własnych potrzeb.

Są dzieci, każde kochane inaczej, które przeżywają dramaty, jest dziecko wymagające szczególnej opieki. Przede wszystkim są jednak umysły, którymi targają szalone myśli, doprowadzające niejednokrotnie do tragedii.

Moralność? Jakże inna dla każdej z osób.

Ważnym bohaterem tej książki jest samotność wśród bliskich. To ona powoduje, że każdy, będąc sam ze swoimi problemami, tworzy swój własny świat, w nim cierpi, a potem już nawet nie wie, że cierpi, bo psychika odmawia mu posłuszeństwa.

Książka mocna. To krzyk. Zobaczcie. Wokół was są takie same istoty, bliskie, potrzebujące ciepła, zrozumienia, obecności drugiej osoby.

Egoizm; Samotność; Wyobcowanie; Fanatyzm religijny

Pagaczewski Stanisław: Misja profesora Gąbki. Kraków: Wydawnictwo Literackie, 2008. ISBN 978-83-0804-215-1

Gdy dorosły czyta bajkę...to ją czyta całkiem inaczej.

W Krakostanie plaga. Krainę nawiedzają wielkie stada Mypingów - niedużych, inteligentnych stworzeń odznaczających się wielką żarłocznością i niepowstrzymanym apetytem. Zjadają zboża, owoce, drób, jaja, a w szczególności korę drzew, ogałając je do szczytu. Niestety, nawet profesor Baltazar Gąbka, najuczestniejszy spośród uczonych grodu Kraka, nie wie, co na to poradzić. Jedyne wyjście wydaje się udanie się do Krainy Mypingów, skąd stworzenia te przybywają wielkimi gromadami, aby sprawdzić, dlaczego się tak dzieje i czy można temu zaradzić. Wraz z profesorem w podróż udaje się doborowa kompania: arcy mistrz patelni Bartłomiej Bartolini, nadworny lekarz doktor Koyot, były zbój Marcin Lebioda, a przede wszystkim Smok Wawelski.

Udając się w kierunku nieznanych krain, docierają do wspaniałego państwa, Nasturcji, gdzie ludzie żyją spokojnie i szczęśliwie, a dzieci z radością chodzą do szkół. Jednak w tym samym czasie Największy Deszczowiec i jego najwierniejszy szpieg Mżawka uciekają spod nadzoru w grodzie Kraka, gdzie trzymano ich od czasu pamiętnej wyprawy do Krainy Deszczowców i już poczynają snuć nieczne plany zemsty i odzyskania tronu...

Literacko jest to rzecz bardzo dobra. Autor unika prawienia morałów, a fabuła nie jest infantylna. Gąbka nie jest po prostu roztrzepanym doktorkiem, prawiącym, że „e jest emce kwadrat”, ale naukowcem, co widać choćby w niegłupich rozważaniach, czy My-pingi są rozumne.

Bajki współczesne albo do cna się „ubaśniowiły” i ugładziły (jak bajki Disneya i im podobne), albo zapożyczyły chwytły i pomysły od dorosłych powieści kryminalnych, sensacyjnych i fantastycznych, stając się powieściami przygodowymi z nieletnimi bohaterami - jak choćby „Harry Potter” i ekranizacje „Narnii”.

W tych pierwszych zbój Lebioda, zagroziwszy swą nabijaną ostrymi krzemieniami maczugą naszym wędrowcom i przepraszając ich później gorąco za pomyłkę, nie mógłby bać się, że zawędruje na stryczek, jak nakazywało prawo, bo w mydlanej bajce o wieszaniu nie może być mowy - dzieci trzeba chronić przed treściami, jakie mogą zobaczyć w wiadomościach telewizyjnych. W tych drugich bohaterem byłby chłopiec podróżujący z Czarnoksiężnikiem Gąbką i groźnym Smokiem, który przeżywałby różne ekscytujące przygody i po pokonaniu przeciwników spotkałby jakąś fajną dziewczynę. .. A tu gdzieś tak jakby pośrodku nasz Pagaczewski, który baja całkiem po swojemu.

Przyjaźń; Pozytywne przesłanie

Piątek Tomasz: Heroina. Wołowiec: Czarne, 2002. ISBN 83-87391-52-2

Jest to studium uzależnienia. Całe życie głównego bohatera kręci się wokół narkotyków.

Opisuje jak zdobywa „towa”, jak się czuje po jego zażyciu i później, gdy trzeźwieje. Psychika bohatera zmienia się w miarę, jak coraz bardziej się uzależnia. Ukazane jest środowisko narkomanów i dilerów. Spokój okazał się fikcją, zakłamaniem, niemożliwym do osiągnięcia doznaniem. Spokojna i beztraska może być bowiem tylko śmierć, do której zażywanie heroiny niewątpliwie prowadzi.

Autor opisuje krainę łagodności, szczęścia po to, aby w drugiej części książki zniszczyć ją i zdemaskować.

Narkomania

Picoult Jodi: Bez mojej zgody. Warszawa: Prószyński i S-ka, 2005. ISBN 83-7337-909-6

Żeby napisać dobrą powieść, trzeba wpaść na dobry pomysł. JodiPicoult to się udało. „Bez mojej zgody” to przejmująca opowieść o dziewczynce, która urodziła się,

żeby przedłużyć życie swojej starszej, śmiertelnie chorej siostrze. Życie Anny jest pasmem poświęceń, początkowo niewielkich i w miarę bezbolesnych, w miarę upływu czasu coraz trudniejszych do udźwignięcia. Od pobrania od niemowlęcia krwi pępowinowej aż po postawione wprost żądanie oddania Kate nerki do przeszczepu, mamy do czynienia z coraz bardziej dotkliwym naruszeniem nietykalności i godności dziecka, które mając trzynaście lat postanawia wreszcie zaważyć o prawo decydowania o własnym losie.

Ta historia ma kilkoro bohaterów. Matka, Sara, mistrzyni emocjonalnego szantażu, przerażona wizją utraty starszej córki i starająca się za wszelką cenę odsunąć w czasie moment jej śmierci. Ojciec, Brian, który nie umie wybrać pomiędzy miłością do żony a tym, co podpowiada mu głos rozsądku i sumienia, i w rezultacie ucieka w ryzykowną pracę. „Niewidzialny” syn Jesse, systematycznie rujnujący swoje życie w nadziei zwrócenia na siebie czyjejs uwagi. I sama Anna, zaskakująco dojrzała trzynastolatka, rozdarta między pragnieniem ratowania (a choćby tylko przedłużania) życia siostry a desperacką potrzebą obrony własnych granic, w imię „miłości” coraz głębiej naruszanych i deptanych.

To mogła być opowieść o dramacie człowieka, który w walce o swoją godność musi stanąć przed wyborem: życie własne czy najbliższej osoby. Może historia rozpadu rodziny, która z upływem czasu ulega coraz głębszej dezintegracji i cały ciężar istnienia składa na barkach swojego najsłabszego członka. Może przerażające studium miłości i egoizmu, który nie cofnie się przed niczym - bo czy matka Anny i Kate istotnie pragnie życia i szczęścia swoich dzieci, czy też ucieka od konieczności zmierzenia się ze swoim własnym strachem? Może refleksja nad kierunkiem rozwoju współczesnej medycyny i pytanie, jak daleko można przesuwac granice. Może... i dałoby się tak wyliczać długo, bo temat, z którym mierzy się Picoult, jest ważki, głęboki, kontrowersyjny i nikogo nie pozostawia obojętnym.

Przewlekła choroba; Rodzina dysfunkcyjna; Szantaż emocjonalny; Przemoc psychiczna

Pontiggia Giuseppe: Urodzeni dwa razy. Warszawa: Muza, 2002. ISBN 83-7319-155-0

Współczesny włoski pisarz porusza problem niepełnosprawnych i ich miejsca w życiu. Każe nam zastanowić się nad miejscem osób niepełnosprawnych w dzisiejszym, dążącym do doskonałości świecie, który nie potrafi zaakceptować kalectwa.

Książka jest opowieścią ojca, którego syn ma porażenie mózgowe. Opowiada o kłopotach, stosunku otoczenia, postawach lekarzy, jego reakcjach i wątpliwościach. Opisuje różne wydarzenia z życia rodziny, szkoły, w czasie wakacji itp.

Porażenie mózgowe

Rice Luanne: Gwiazdy prowadzą do domu. Warszawa: Świat Książki, 2001. ISBN 83-7227-856-3

Samotna matka wychowuje niepełnosprawną córkę. Ojciec dziewczynki nie chciał dziecka i po jej narodzinach opuścił rodzinę. Matka udowadnia, że dziecko niepełnosprawne fizycznie jest przede wszystkim dzieckiem i ma takie same potrzeby i pragnienia jak inne dzieci.

Niepełnosprawność fizyczna; Rozpad rodziny

Ryrych Katarzyna: Wyspa mojej siostry. Warszawa: Stentor, 2011. ISBN 978-83-61245-67-4

Jest to opowieść, która pozwala czytelnikowi spojrzeć na świat oczami osoby z zespołem Downa. „Miałam siostrę, która żyła na bezludnej wyspie i mówiła obcym dla innych językiem, i próbowałam powiedzieć światu, że przecież nie ma w tym nic dziwnego, że są takie wyspy i że wystarczy tylko na nie popłynąć...” Marysia przekonuje nas, że każdy jest osobną wyspą i choć czasem bardzo się różnimy od siebie to każdy z nas ma prawo do godnego życia, szacunku i miłości.

Ta mądra książka w prosty i jasny sposób przybliżyła problem trudny nie tylko dla młodzieży, dla której jest przeznaczona. Po przeczytaniu czytelnik nie odłoży jej obojętnie na półkę.

Zespół Downa

Salinger Jerome David: Buszujący w zbożu. Wyd. 5. Warszawa: Iskry, 1995. ISBN 83-207-1536-9

Ta książka pomaga. Niekoniecznie tylko szesnastolatkom. Jest dla wszystkich, którzy obserwują życie i świat i czują się zagubieni. Mają marzenia, ale jeszcze niesprecyzowane. Są w czymś dobrzy, ale nie mają odwagi za tym podążyć. Mają bliskich, ale ci bliscy ich nie rozumieją. Mają wreszcie najukochańszą osobę i pragną z nią siedzieć w ciemnym pokoju i rozmawiać. Zatrzymać tę chwilę na zawsze. Żeby przed nimi majaczyła droga, ale żebyśmy nigdy nie musieli w nią wyruszyć. W istocie bowiem Holden waha się między tym, co kocha, a czego chcą od niego świat i inni ludzie. To historia chłopca, który mógł się łatwo w życiu zgubić i popaść w najgorsze tarapaty, ale jego osobista, dziecięca jeszcze chyba, mądrość i bystre obserwowanie ludzi ocaliły go ostatecznie. Gdzieś podświadomie musiał czuć, że i dla niego jest miejsce w tym świecie. Chociażby tylko miejsce obserwatora. To przecież bardzo dobra rola dla pisarza, którym się zapewne stał. Jego buszowanie w zbożu to jakieś miejsce w wyobraźni, gdzie rozpaczliwie próbuje się ocalić życie innych dzieci i swoje własne marzenia. Gdzie się chce przekroczyć barierę wieku dojrzewania, ale nie ma się jeszcze odwagi wkroczyć w świat dorosłych.

To naprawdę komiczna, ale też bardzo refleksyjna historia chłopca, który sam musiał sobie poradzić ze światem. To nie był ani bunt, ani alienacja. To było zwyczajne

zdumienie, zagubienie, nierzadko zakłopotanie. To odwieczne pytanie: „Co z tym fan-tem zrobić?”

Wyobcowanie; Poszukiwanie tożsamości

Schmitt Éric-Emmanuel: Opowieści o Niewidzialnym. Kraków: Znak, 2005. ISBN 83-240-0605-2

Ta książka nie nadaje się do pospiesznego czytania, jej strony trzeba obracać powo-
li i z namysłem.

Opowiadania łączą postaci dziecięce. Głównymi bohaterami są: mały Oskar zma-
gający się z nadchodzącą śmiercią, zaradny Momo próbujący obrać najwłaściwszą dro-
gę życia i wreszcie uroczy Joseph, któremu przyszło zmierzyć się ze sprawami, jakich
nie jest w stanie ogarnąć ze względu na młody wiek. Jednak to by było za proste!

„Oskar i pani Róża” – to chyba najpopularniejsza opowieść Schmitta. Schmitt na
kartach tej epistolarnej opowieści przedstawia historię umierającego chłopczyka – uro-
czego Oskara. Malec z dziecięcą ufnością, a także naiwnością pisze listy do „Szanowne-
go Pana Boga”. To nie tylko relacja z powolnego odchodzenia – każdy list staje się
źródłem pytań i próby znalezienia odpowiedzi. Powstaje zapis zmierzania się z życiem,
z jego radościami i smutkami... A w końcu śmiercią.

„Pan Ibrahim i kwiaty Koranu” – to opowieść utrzymana w zupełnie innym tonie,
a jednak równie wyjątkowa. To już nie ars moriendi, ale nauka sztuki życia w zgodzie ze
sobą samym. Mojżesz – żyjący czy właściwie pędzący marny żywot – u boku zmarkot-
niałego ojca i w cieniu tajemniczego brata-ideału, próbuje znaleźć w byle jakiej codzien-
ności sens. Z pomocą przychodzi mu podstarzały sklepikarz – przy nim Momo w końcu
odkryje, że jesteśmy panami swojego życia i to, co z nim zrobimy, zależy tylko i wyłącz-
nie od nas.

„Dziecko Noego” – to chyba najlepsze opowiadanie z całego zbioru. Holocaust.
Z jednej strony – co jeszcze można napisać o tej tragedii? Z drugiej – świadomość, że
trzeba o niej pisać, aby się nigdy nie powtórzyła. Po raz trzeci Schmitt pokazuje perfekcyj-
ną znajomość psychiki dziecka – tym razem żyjącego w piekle drugiej wojny światowej.
Nie są to jednak dzieje szczęśliwego ocalenia. Autor idzie o krok dalej, stawiając odważne
pytania, być może, niektórych z nich na łamach literackich nikt jeszcze nie zadał. Czy
pogodzenie różnych wyznań jest możliwe? Czy ma sens walka o pokój? Gdzie leży grani-
ca zemsty? Czy gestapowski potwór może się przemienić w zbawiciela?

Te opowiadania, choć tak różne, mają naprawdę wiele wspólnego. Każą się zasta-
nawiać nad życiem, miłością, tolerancją, innością, otwartością, nie pozwalają o sobie
zapomnieć po zatrzaśnięciu okładki.

Oswojenie ze śmiercią; Poszukiwanie sensu życia; Tolerancja

Simenon Georges: Kot. Warszawa: Państwowy Instytut Wydawniczy, 1976

Georges Simenon słynie jako autor kryminałów, a przecież jego najlepsze książki to nie kryminały, tylko powieści obyczajowo-psychologiczne.

„Kot” jest historią małżonków, którzy mieszkają w jednym domu, ale od pięciu lat nie odzywają się do siebie. Pełni złości, wypracowali niezwykle sposób porozumiewania się i dokuczania sobie: po ich salonie i kuchni fruwały zwinięte w kulki karteczki. Trzeba przyznać, że emeryci dobrze celują – papierek bezbłędnie pada na kolana współmałżonka. Na karteczce widnieje najczęściej słowo „kot”.

Tak skomplikowana sytuacja między domownikami stwarza wiele humorystycznych sytuacji, lecz to bardzo swoisty humor, idący w parze ze smutkiem i goryczą. Można śmiać się z latających karteczek i z oddzielnych kredensów, jednak już po chwili uświadamiamy sobie, że tak naprawdę śmiejemy się z czyjegoś osamotnienia, czyjejś tragedii.

Simenon wspaniale odmalował przywary Emila i Małgorzaty: mściwość, zdziecinienie, upór, nietolerancję, a jednocześnie ukazał te postacie z prawdziwą sympatią. Pomimo swoich wad, małżonkowie wzbudzają coraz większe współczucie. Chciałoby się potrząsnąć nimi i powiedzieć: opamiętajcie się!

Książka Simenona pokazuje również miłość do zwierząt. Jak bardzo Emil kochał swojego kota! I jak mocno Małgorzata kochała papugę! Chwilami można odnieść wrażenie, że „Kot” to jedna z najbardziej przejmujących książek o sile miłości do zwierząt, mimo że...

I muszę urwać w tym miejscu, by nie zdradzić za wiele z treści tej mądrej, dosyć oryginalnej i trochę przewrotnej powieści.

Konflikty małżeńskie; Starość; Pozytywne przesłanie

Sittenfeld Curtis: Szkoła uczuć. Poznań : Rebis, 2008. ISBN 978-83-7301-931-7

Wszystkie elementy fabuły „Szkoły uczuć” podporządkowane są głębokiemu wniknięciu w psychikę nastolatka. Znajdziemy tu doskonałą analizę nadwrażliwości cechującej młodych, wnikliwą i bezkompromisową, obnażającą najgłębiej skrywane myśli i uczucia. Ciekawy jest fakt, że autorka uczyniła główną bohaterką i narratorką dziewczynę pozornie bezbarwną i nijaką. Lee jest do bólu przeciętna, nie wyróżnia się ani w nauce, ani w sporcie, pochodzi z niebogatej rodziny, właściwie nie ma żadnych pozaszkolnych zainteresowań. Z początku wydaje się, że przy tak nudnej postaci nie da się skonstruować ciekawej powieści – a jednak! Lee z pewnością nie jest najpopularniejszą osobą w szkole, ale jest wnikliwą obserwatorką, ma ostry, analityczny umysł i ubiera swoje spostrzeżenia w formę precyzyjną i inteligentną.

Rzadko zdarza się powieść o nastolatkach tak dobrze oddająca problemy, przez jakie przechodzą w wieku dojrzewania. Pokazuje uczucia niedopasowania, odstawania od świata, potrzebę akceptacji przez rówieśników, odkrywanie przepaści między nimi a rodzicami, głód doświadczeń i jednoczesny strach przed nimi, nienawiść skierowaną

do samego siebie, i wiele innych. W powieści Sittenfeld wszystko to zostało dokładnie pokazane. Przejrzysty styl autorki i wartko poprowadzona akcja sprawiają, że „Szkola uczyć” nie jest nużąca nawet dla czytelnika dorosłego, który męki dojrzewania ma już dawno za sobą.

Wbrew zapewnieniom wydawcy, iż jest to „niezwykle zabawna powieść o dorastaniu”, rzeczywistość zabawnych momentów jest w książce o wiele mniej niż tych smutnych. Przez wiele z nich trudno przebrnąć ze względu na ładunek emocjonalny. Jednak powieść oddaje wszystkie barwy życia - jest tu też wiele chwil radosnych, wnoszących pogodę. Jest przede wszystkim realizm, nawet jeśli odbiegający w wielu miejscach od rzeczywistości polskiej, to jednak zdecydowanie odcinający się od stereotypowych obrazów życia mieszkańców Ameryki.

Dojrzewanie; Konflikt pokoleń

Snellman Anja: Dziewczynki ze świata maskotek. Warszawa: Świat Książki, 2011. ISBN 978-83-247-1929-7

Anja Snellman to skandynawska pisarka, która zajmuje się diagnozą problemów społecznych. Autorka opowiedziała szokująca historię dwóch nastoletnich dziewczyn, które trafiły do świata dziecięcej pornografii. Dziewczynki ze świata maskotek są opowieścią właśnie o maskotkach, które powinny wywoływać uśmiech, być mięciutkie i pachnące, ot takie przytulanki. Z tym, że zamiast z pluszowymi misiami, maskotki utożsamiane są z lolitkami, które rozbudzają zmysły podstarzałych mężczyzn. Głównymi bohaterkami książki są dwie czternastoletnie dziewczyny, które dotychczas wiodły normalne życie. Z dnia na dzień trafiły do świata maskotek, gdzie oferowały swoje ciała za pieniądze. Dowiadujemy się, jak wygląda seks-biznes i co tak naprawdę kryje się za szyldem sklepu zoologicznego.

Pornografia; Prostyucja młodocianych

Sołżenicyn Aleksander: Oddział chorych na raka. Wyd. 3. Poznań: Rebis, 2010. ISBN 978-83-7510-428-8

Jest to książka o chorobie, o szpitalu, o śmierci. Jej akcja toczy się w szpitalu, wśród chorych i lekarzy, jest diagnoza, cierpienie, leczenie, niejednokrotnie śmierć. Są realia lat pięćdziesiątych w Związku Radzieckim. Niektórzy uważają, że to wręcz alegoria totalitarnego państwa. Cała ta warstwa jest jak najbardziej prawdziwa, realistyczna, zresztą oparta na osobistych przeżyciach autora, którego po rozpoznaniu u niego raka żołądka, leczono naświetleniami w szpitalu w Taszkencie, a także poddano operacji usunięcia guza. Następnie, pomimo przerzutów i diagnozy lekarzy-zesłańców postawionej w grudniu 1953 r., według której Sołżenicynowi pozostały trzy miesiące życia, przerzuty nagle ustąpiły, a pacjent wyzdrowiał.

Oprócz warstwy realistycznej, która służy za tło, odczytać możemy jeszcze coś innego. Książkę tę czyta się mając wrażenie, że odnosi się ona do naszego „tu i teraz”. Wygląda na to, że zawarta w niej filozofia życia jest obecna we współczesnych publikacjach, artykułach, wywiadach.

Jest w niej coś z poradnika, jak żyć - lub też jak NIE żyć. Mówi i o tym, jak dopiero będąc blisko śmierci, jesteśmy w stanie lepiej zobaczyć życie.

Zaraz na początku powieści pada pytanie o to, co jest w życiu najważniejsze. Pytanie to zadaje pacjent, Oleg Kostogłotow, pozostający pod wrażeniem lektury opowiadań Lwa Tołstoja. Nie wiemy dokładnie, co czyta Kostogłotow, ale narzuca się pasująca do sytuacji szpitalnej nowela Tołstoja „Śmierć Iwana Ilicza”, w której główny bohater w obliczu śmierci zaczyna analizować swoje życie i dochodzi do wniosku, że źle je przeżył, i nie dość, że całe zmarnował żyjąc w kłamstwie i iluzji, to nawet tuż przed śmiercią bierze udział w farsie i nie ma odwagi przerwać błędnego koła.

Kostogłotow jest zaprzeczeniem tołstojowskiego bohatera, jest szczery i prawdziwy w tym, co mówi i robi, ponadto jest w nim umiejętność cieszenia się z każdej chwili i każdego przejawu życia. Cierpienie własne i innych, w obozie pracy i na wiecznej zsyłce, nauczyło go, że odzyskanym życiem należy cieszyć się w każdej sekundzie.

Choroba nowotworowa; Pozytywne przesłanie

Stark Ulf: Jak tata pokazał mi wszechświat. Poznań: Zakamarki, 2008. ISBN 978-83-60963-25-8

Tata doskonały. Znamy takich ojców z niektórych książek i filmów. W tej opowieści tata jest autorytetem, który pragnie wtajemniczyć syna w zagadki otaczającego go wszechświata. Ale z drugiej strony pojawiają się wątpliwości. Piękna kosmosu nie da się poznać w ciągu jednego wieczoru. Już na początku opowieści zostają zderzone ze sobą dwa spojrzenia na świat i dwie postawy wobec wspólnego przedsięwzięcia: spontaniczny zachwyty dziecka, jego nieokiełznana, wymykająca się ramom rozumu i regułkom naukowym ciekawość świata oraz pragmatyzm taty, który zaplanował wycieczkę i stara się ściśle tego planu trzymać. Postawił sobie za cel pokazać dziecku wszechświat i dąży do niego z konsekwencją dorosłych.

Kiedy mały bohater książki Ulfa Starka pyta tatę, jak zimno jest we wszechświecie, słyszy precyzyjną odpowiedź: „263 stopnie mrozu”. Nie cytuję jej jedynie dlatego, by udowodnić, że tata Ulfa to typowy dorosły. To byłoby uproszczenie i spłylenie przesłania tej opowieści. Obaj mężczyźni: mały i duży są bardzo ze sobą związani, widać, że łączy ich przyjaźń i więź emocjonalna. Wędrują na łąkę za miastem, trzymając się za ręce.

Tata niemal cały czas zadziera głowę do góry i wpatruje się w niebo. A syn rozgląda się wokół. Dostrzega tyle ciekawych rzeczy, których tata nie zauważa, gdyż wydają się mu banalne i zwyczajne, niegodne zainteresowania. Doskonale oddają te rozbieżności znakomite ilustracje Ewy Eriksson: tata patrzy przed siebie albo w górę, na gwiazdy,

pociąga go magia rzeczy odległych, mistycznych, zagubionych w makrokosmosie, chłopiec z kolei rozgląda się wokół, fascynuje go dosłownie wszystko, również to, co znajduje się blisko, tuż pod nogami, najdrobniejszy element mikrokosmosu. Przyziemność też jest godna zbadania. Mały odkrywca zachwyca się źdźbłem trawy kołysanym na wietrze, pełznącym ślimakiem przyczepionym do kamienia, zaintrygowany przygląda się, jak rośnie osiet na łące.

Przyziemność i wzniosłość. Tata z uniesieniem opowiada chłopcu o gwiazdach, sypie nazwami jak z rękawa, a chłopiec chłonie piękno rzeczy małych, ale niezwykłych. Kiedy tata się orientuje, że Ulf patrzy pod nogi, zwraca mu uwagę: „Masz patrzeć w górę!”. Ale chłopcu wydaje się, że wszystkie gwiazdy zlewają się ze sobą. Żeby nie wydać się głupim, przytakuje tacie w jego zachwytach i uniesieniach. Ale tata zostaje szybko sprowadzony na ziemię. Wzniosłość zostaje zderzona z przyziemnością. Sacrum z profanum. Tata nie patrzył pod nogi i za karę wdepnął w... kupę. Dostało mu się za bujanie w obłokach. A po powrocie do domu chłopiec, zapytany przez mamę, jak było na wyprawie, odpowiada: „I pięknie, i śmiesznie”. Dzieci wiedzą i rozumieją więcej, niż nam, dorosłym, się wydaje...

Konflikt pokoleń; Pozytywne przesłanie

Szwaja Monika: Zapiski stanu poważnego: Powieść dla kobiet oraz płci pozostałych. Warszawa: Prószyński i S-ka, cop. 2004. ISBN 83-7337-759-X

Zabawne są dialogi wewnętrzne głównej bohaterki, która stara się podejmować właściwe decyzje, mimo swojej emocjonalnej natury. A te decyzje muszą być poważne, bo w jej życiu pojawi się dziecko, a tu ani partnera na widoku, ani skłonności do stabilizacji, bo jako kobieta twórcza, temperamentna i ambitna zaprzedała swoją duszę telewizji. Niejedna na jej miejscu siadłaby i się załamała, ale Wiki jakoś nie zwala to z nóg. Stara się, oczywiście, uporządkować przyszłość, ale wychodzi z założenia, że nic na siłę. Nie ma faceta, to trudno.

I wtedy oczywiście zjawia się On. Pracowity, ambitny, łagodny, uczciwy, opiekuńczy, nieco naiwny i szczerzy. Każdemu by zaimponował. Z tym, że to nie on zaczął adorować kobietę w ciąży, tylko Wikę nagle wzięło i nie wiadomo, czy ten romans ma szansę w rzeczywistości. Między innymi przez jej pracę, choć nie tylko...

Specjalnego przesłania w tej książce nie ma, jest tylko krzepiąca historia o uczuciach i przeciwstawianiu się wszelkiemu draństwu. Po lekturze zostaje jedynie dobry nastrój i chęć niepoddawania się przeciwnościom.

Rodzina niepełna; Miłość; Pozytywne przesłanie

Terakowska Dorota: Córka czarownic. Wyd. 2. Wrocław: Siedmioróg, 1997. ISBN 83-7162-017-9

Adresowana do nastolatków powieść, przesycona tajemniczością i magią, wykorzystuje motyw rzeczywistej i symbolicznej wędrówki osieroconej i wychowywanej przez czarownice przyszłej władczyni kraju. Wędrówka do tronu i do samej siebie zarazem jest pełna niebezpieczeństw, od których przyszła królowa musi wyzwolić kraj. Dziewczyna poznaje kraj i ich mieszkańców, doświadcza strachu, upokorzenia, chorób i śmierci, zaznaje miłości i współczucia. Zwycięstwo jest okupione ciężką pracą i cierpieniem.

Sieroctwo; Dojrzewanie

Terakowska Dorota: Ono. Kraków: Wydawnictwo Literackie, 2003. ISBN 83-08-03355-5

Książka „Ono” opowiada historię dziewczyny w niechcianej ciąży. Ewa zostaje zgwałcona i spodziewa się dziecka. Dostaje od matki pieniądze na zabieg, ale ucieka z gabinetu w ostatniej chwili. Decyduje się nie zabijać, choć zaakceptuje to nowe życie dopiero przed samym porodem. Dziewięć miesięcy oczekiwania zmienia Ewę. Proces dojrzewania bohaterki do spotkania ze swoim dzieckiem jest doświadczeniem niezwykle: początkowa niechęć przeradza się w ciekawość nowego człowieka, a ta docelowo w miłość. Perspektywa macierzyństwa otwiera Ewie oczy na świat. Zwykłe życie, dotąd toczące się jakby obok dziewczyny, stopniowo wciąga ją. Dostrzega obraz własnej rodziny. Zaczyna rozumieć dramat złości i żalu, w którym główne role grają jej rodzice. Bylejakość tego życia dotyka ją i boli. Ono – bezimienne, bezpostaciowe, bezpłciowe: w tym zaledwie fragmencie istnienia ludzkiego skupia się cała nadzieja Ewy.

Weryfikacja wszystkich decyzji należy do samego czytelnika, bowiem narrator powieści nie wartościuje swoich bohaterów. Dzięki reporterskiej i dość ostrożnej relacji tekst zyskuje rys refleksyjności, ale na pewno brak tu odautorskiej oceny. Ta książka nie ma pretensji: opowiada o rzeczach, jakimi są naprawdę.

Dorota Terakowska napisała o niechcianym człowieku, unikając pułapki, jaką byłaby w tym temacie stronniczość. Stworzyła wielowarstwowe studium ludzi, zaplątanych we własne losy, zamkniętych w klatkach zawiedzionych ambicji. Ludzi zdzieczalonych przez wzajemne niezrozumienie. Ale uzupełniła ten smutny świat w nadzieję, która się zwie: Ono. Bo może to nowe istnienie jest właśnie szansą.

Nieplanowana ciąża; Dojrzewanie

Terakowska Dorota: Poczwarzka. Kraków: Wydawnictwo Literackie, 2005. ISBN 83-08-03094-7

Dobrze, że ta książka powstała. Źle, że kończy się tak, jak się kończy.

To książka ucząca tolerancji, zachęcająca do zadawania sobie pytania „A co ja bym zrobił?” Jako rodzic upośledzonego dziecka, członek rodziny, sąsiad, przechodzień, świadek zbiegowiska w supermarkecie? „Poczwarzka” ma wiele zalet. Przede wszystkim, jest bardzo sprawnie napisana. Mimo ciężkiego tematu czyta się bardzo dobrze. Świetnie pokazane są postacie rodziców Myszki i ich odmienne reakcje na upośledzenie córki.

Ewa, po początkowym szoku, akceptuje córeczkę niemal bezwarunkowo. Bywa zmęczona, zła, otępiła, ale nie obwinia Myszki, nie odrzuca jej. Z całej siły stara się chronić swoje dziecko. Łączy ją z dziewczynką silna, biologiczna więź. Bezrefleksyjny instynkt matki, która godzi się z losem, cierpliwie wypełnia swoje codzienne obowiązki i stara się nie myśleć o przyszłości.

Adam na początku zachowuje się jak potwór – nie akceptuje córeczki, czuje do niej wstręt, zostaje z rodziną tylko dla zachowania pozorów („bo co ludzie powiedzą?”). Całymi latami nie może pogodzić się z sytuacją, podgląda Myszkę z ukrycia. Chce ją zrozumieć. Język miłości jest mu obcy, ale posługując się chłodną logiką i bezduszną inteligencją odkrywa cząstkę wewnętrznego świata Myszki, o której nie wie nawet Ewa.

Adam ma wiele słusznych przemyśleń, ale nie potrafi się przełamać i zaakceptować, ani tym bardziej pokochać Myszki, dopóki nie upora się z głęboko pogrzebanym w pamięci wspomnieniem dzieciństwa. Sceny odkrywania prawdy przez Adama zahaczają o tani melodramat, ale to nie one zniechęciły mnie do „Poczwarzki”. Oburzył mnie sam finał.

Myszka umiera i odchodzi do Raju. W dodatku okazuje się, że to specjalny raj dla upośledzonych dzieci. Myszka dowiaduje się, że nigdy nie spotka swojej zdrowej siostrzyczki, więc widocznie i po śmierci będziemy podzieleni...

I jeszcze epilog - Adam i Ewa, oduczzeni egoizmu, nauczeni bezwarunkowej miłości są gotowi na przyjęcie normalnego dziecka. Mają córeczkę, są szczęśliwą rodziną. A „Myszka jest teraz w Ogrodzie, w którym zawsze jest poranek”. Jasne! Świetnie! Odeślijmy upośledzone dzieci do rajskiego Ogrodu, przecież życie z nimi na ziemi jest nie zniesienia. Weźmy od nich wszystko, co najlepsze i odeślijmy w szczęśliwe zaświaty.

Zespół Downa; Tolerancja; Miłość rodzicielska

Trolope Joanna: Cudze dzieci. Warszawa : Prószyński i S-ka, 2000. ISBN 83-7255-706-3

8-letni Rufus musi pogodzić się z dramatyczną zmianą w swoim życiu: jego rodzice rozwodzą się. Matka wychodzi za ojca trójki nastolatków, których niechęć do nowej macochy podsycy ich neurotyczna matka.

Rozpad rodziny

Updike John: Farma. Wyd. 2. Warszawa: Państwowy Instytut Wydawniczy, 1993. ISBN 83-06-02309-9

Małżeństwo trzydziestokilkulatków na kilka dni przyjeżdża na farmę. Dla Joeya, który zostawił żonę i dzieci, i dla Peggy, która kiedyś się rozwiodła – to drugie małżeństwo. Na farmie mieszka matka Joeya, a wizyta jest okazją do poznania się obu pań. Peggy towarzyszy jedenastoletni syn z pierwszego małżeństwa. Narratorem powieści jest Joey, który snuje wspomnienia o farmie, dzieciństwie, byłym małżeństwie, matce, zmarłym ojcu i swoim życiu na farmie przed przeprowadzką do miasta. Zmagania z przeszłością – Joeya, matki, a czasem i Peggy – stają się przestrzenią, w której nie wprost padają pytania o słuszność dokonanych wyborów.

Matka Joeya jest osobą stanowczą, zaborczą i bardzo trudno jej zaakceptować nową żonę syna. Pomiędzy kobietami pojawia się napięcie, dość subtelnie przeradzające się w konflikt, którego uczestnikami są wszystkie cztery osoby. Psychologiczna gra w rodzinie, częściowo oparta na wspomnieniach, niespełnionych nadziejach i lęku przed samotnością nasuwa pytania o wzajemne relacje, zaangażowanie, dominację, podporządkowanie, bliskość i oddalenie. Czy można kosztem ograniczenia wolności najbliższych dbać tylko o własne dobre i wygodne życie? Czy mitologizowanie swojego życia i swojej ważnej roli w rodzinie jest uczciwe wobec tych, którzy już odeszli i jak to się dzieje, że wyklucza i przekreśla się najbliższych, wybierając własne słabości?

„Farma” to emocje, to przemijanie i upływ czasu, to książka o okrucinach minionych dni, które ciągle żyją we wspomnieniach i wracają, tworząc „dzisiaj”. Czy można się z tym uporać bez szkody dla teraźniejszości i tych, których się kocha?

Konflikt pokoleń

Van Heugten Antoinette: Dotknąć prawdy. Warszawa: Arlekin - Wydawnictwo Harlequin Enterprises, cop. 2011. ISBN 978-83-238-7773-8

Danielle jest matką nastoletniego chłopca z zaburzeniami emocjonalnymi. Chłopak z jednej strony jest geniuszem komputerowym, z drugiej zaś jego stosunki z rówieśnikami są zachwiane. W momencie, kiedy Danielle znajduje w pokoju chłopaka narkotyki, a on sam staje się agresywny postanawia poddać go szczegółowym badaniom w szpitalu psychiatrycznym. Z dnia na dzień jego stan się pogarsza, Danielle nie chce się pogodzić z diagnozą lekarzy, zgodnie z którą chłopak powinien przebywać w zakładzie zamkniętym przez co najmniej rok. Już ma zabrać syna do domu, lecz znajduje go zakrwawionego i zamroczonego obok brutalnie zamordowanego pacjenta. Nie wierzy w to, że jej dziecko mogłoby dopuścić się takiego czynu, lecz to może ona straciła kontakt z rzeczywistością.

Książka jest naładowana emocjami, zarówno tymi pozytywnymi, jak i negatywnymi. Na historię opowiedzianą przez autorkę nie można zareagować obojętnie. W tym thrillerze psychologicznym zaciera się granica między tym co normalne, a niedopuszczalne.

Książkę oceniam bardzo wysoko, ze względu na dużą dawkę emocji. W moim odczuciu sztuką jest stworzyć historię, która na długo zapada w pamięć. Pod sam koniec powieści zanurzyłam się w niewyobrażalnym okrucieństwie, nie chcę myśleć, że takie sytuacje mają naprawdę miejsce. Autorka pokazała więź z bohaterami. Więż, która łączy nie tylko matkę z dzieckiem, ale także czytelnika, kibicującego do samego końca.

Niedostosowanie społeczne; Narkomania; Choroba psychiczna

Vojnović Goran: Czufurzyraus! Gdańsk: Międzymorze, 2010. ISBN 978-83-929848-1-8

Czufur to w Słowenii obraźliwe określenie przesiedleńca z południowych republik byłej Jugosławii. Czefurem jest nastoletni bohater i narrator, Marko Đorđić, młodziutki i nadwrażliwy słoweński blockers, którego irytują w życiu drobiazgi, ale i ogólna sytuacja, w jakiej znalazł się on i jemu podobni.

Rodzice Marka przybyli do Słowenii z Bośni. Osiedlenie się w innym kraju nigdy nie dawało im poczucia, że są u siebie. Marko i jego koledzy codziennie starają się dowieść świata, że są tylko i wyłącznie gośćmi w Lublanie. Bo przecież nie mogą stać się kimś innym niż są. A są ludźmi wyobcowanymi, napiętnowanymi i niezdolnymi do tego, by cokolwiek w swoim życiu zmienić. Dla Marka przez pewien czas liczy się koszykówka, ale wagarowanie, picie, ćpanie, spędzanie czasu na osiedlu i przygody kończone czasem nocą na komisariacie nie pozwalają bohaterowi na rozwinięcie swojego talentu. Bo przecież bycie czefurem to znamie na całe życie.

„Czufurzyraus!” to wnikliwe świadectwo przemian, jakie zaszły po wojnie bałkańskiej nie tylko w odcinającej się od pozostałych republik Słowenii (która przecież – jak mówi jeden z bohaterów – jest już w Europie), ale także w zniszczonej Bośni, do której w końcu ojciec wysłał syna.

Kiedy już w końcu Marko przestanie być nazywany czefurem i wróci do ojczyzny swego ojca, stanie się Janezem. Tym, który przybył z bogatej Słowenii i nie rozumie codziennych problemów życia w Bośni. Marko jednak wydaje się znakomitym obserwatorem zarówno tego, co dzieje się w Słowenii, jak i procesu rozpadu, jakiemu ulega Bośnia. Okaze się, iż „Czufurzyraus!” to książka o wszystkich, których buntują się, ale prowadzi to jedynie do coraz większej izolacji.

Vojnović pokazuje, jak bardzo trudno jest wyjść ze społecznej roli narzuconej przez innych. Jak trudno przełamać stereotypy.

Tolerancja; Nieakceptowanie przez otoczenie

WartskiMaureenCrane: Uciekinierka. Warszawa: Świat Książki, 1998. ISBN 83-7129-732-7

Książka opowiada o pełnej kompleksów nastolatce, której życie zmienia się dramatycznie po ucieczce z domu starszej siostry. Młodzieńczy bunt bierze górę nad rozsąd-

kiem. Ojciec zabrania jej rozmów o siostrze, matka ucieka się do pomocy psychoterapeutów i jasnowidzów. Chce odnaleźć córkę, która nie daje znaków życia. Sunny zaczyna odczuwać coraz większą samotność, brak zainteresowania ze strony rodziców, brak ciepła, brak wsparcia. W dodatku psują się jej stosunki ze szkolnymi przyjaciółkami. Sunny czuje się gorsza od siostry, nie radzi sobie z własnymi problemami, ma kłopoty w nawiązywaniu znajomości. Nie radząc sobie z samą sobą postanawia iść w ślady Carroll. Jednak wiadomość od siostry, której życie okazuje się wcale nie łatwe, odwołuje ją od tej decyzji.

Niedostosowanie społeczne, Samotność

Wharton William: Niezawinione śmierci. Wyd. 2 popr. Poznań: Rebis, 1998. ISBN 83-7120-673-9

Treść książki została oparta na prawdziwych wydarzeniach. Córka Whartona wraz z mężem i dwiema córeczkami stracili życie na skutek karambolu, jaki miał miejsce na autostradzie. A bezpośrednią przyczyną wypadku było wypalanie pozostałości roślin na polach i w związku z tym zadymienie drogi.

„Niezawinione śmierci” niosą przesłanie, o którym powinien pamiętać każdy człowiek: śpieszmy się kochać innych, gdyż ich życie, podobnie jak nasze, może zostać przerwane w każdej chwili.

Śmierć bliskiej osoby; Żaloba

Wharton William: Spóźnieni kochankowie. Wyd. 2. Katowice: Edytor - Akapit, 1994. ISBN 83-86107-23-5

Przypadkowo spotkali się: niewidoma 70-latką z artystą malarzem po przejściach. Bohaterowie każdym niemal gestem starają się podkreślić wyjątkowość swojego uczucia. W pewnym momencie (już po przeżyciu gruntownej wewnętrznej odnowy) wzruszony Jack powie swojej towarzyszce, że będąc ślepą, nauczyła go widzieć. Główna bohaterka, z przyczyn nie do końca od siebie niezależnych, nie miała okazji utracić niewinności. I nie byłoby w tym niczego dziwnego, gdyby nie fakt, że zaczyna odzyskiwać wzrok wraz z pierwszym odbytym stosunkiem.

Czasem warto czekać całe życie, człowiek może być boleśnie samotny, dopóki - nawet najbardziej absurdalnym przypadkiem - nie zderzy się ze swoim przeznaczeniem. Różnica wieku, pochodzenie, stan majątku i inne przyziemne ograniczenia nic nie znaczą. Ale opowieść o Jacku i Mirabelle tylko próbuje w taką historię się przebrać, ale wygląda w tym stroju komicznie i groteskowo. I nawet Paryż, ze swoją wszechobecną atmosferą romantyzmu, nie będzie tu w stanie pomóc. Bo przypadek „Spóźnionych kochanków” nie jest historią subtelną i nie jest historią magiczną. Z subtelności odzierają ją na pewno liczne drobiazgowo opisane „sceny łóżkowe”, bardziej wstrząsające niż wzruszające, niestety. Magię natomiast skutecznie neutralizuje nadmiar wyszukanych

metafor, którymi raczą się bohaterowie przy śniadaniu. Jack i Mirabelle uprzejmie, a jednak zupełnie bez sensu, wyjaśniają czytelnikowi każdy aspekt swojego życia i odczuwania, niemal nie pozostawiając marginesu na domysły i własne rozważania.

Jednym słowem jest to opowieść być może o wielkiej miłości i być może o miłości, która nie zdarza się codziennie. Ale jest zbyt wyszukana i zbyt patetyczna, by wzruszać.

Starość; Samotność; Miłość; Pozytywne przesłanie

Zającówna Janina: Mój wielki dzień, czyli kochankowie mojej mamy. Wyd. 2. Lublin: Krajowa Agencja Wydawnicza, 1987. ISBN 83-03-02104-4

Autorka opisuje zachowania dorosłych, najbardziej dotykające dzieci. Przedstawia Andrzeja, którego ojciec jest pijakiem. Rozwód sprawia, że matka chłopca sama szuka ukojenia w lekach uspokajających i alkoholu. Prowadzi rozwiązły tryb życia, przez co ostatecznie trafia do więzienia, a Andrzej do domu dziecka.

Książka pokazuje problem osamotnienia w domu i sierocińcu, próbę podtrzymania więzi rodzinnych, a także zazdrość wychowanków o rodzinę i znajomych.

Samotność; Alkoholizm; Rodzina dysfunkcyjna

Indeks autorów

- Almond David
Anderson Joan Wester
Applegate Katherine
Asher Jay
- Badami Anita Rau
Bahdaj Adam
Balter Marie
Berwińska Krystyna
Boguszewska Helena
Borek Elżbieta
Bratny Roman
Brumel Walery
- Calman Claire
Chączyńska Zofia
Christiane F
Chutnik Sylwia
Ciwoniuk Barbara
Colfer Eoin
Cunningham Michael
Curtis Vanessa
- Dąbrowski Michał
Dehnel Jacek
Didion Joan
Dunin Kinga
Durczok Kamil
- Enerlich Katarzyna
Evans Nicholas
Ewans Martina
- Flygt Torbjörn
Fox Marta
Fragoso Margaux
Frey Jana
- Gaarder Jostein
Gajdzińska Monika
Genova Lisa
Gilmour David
Glover Sandra
Gorczyca Bogdan
Grabski Maciej
Grahame Kenneth
Greeley Andrew M.
Grogan John
Groom Winston
Grzegorzczak Jan
- Haan Linda de
Haigh Jennifer
Hassenmüller Heidi
Hickey Christine Dwyer
Hildebrand Elin
Homes Amy M.
Hrabal Bohumil
Huff Philip
- Isaacson Rupert
Isherwood Christopher
- Janko Anna
Jurczenko-Topolska Iwona
Jurgielewiczowa Irena
- Katz Richard
Kaziów Michał
Keegan Nicola
Knighton Ryan
Kofta Krystyna
Kolloch Brigitte
Kotowska Katarzyna
Koziarski Daniel
Kraus Nicola

Krzywicka Irena	Ostrowska Ewa
Kubin Alfred	Oxnam Robert
Kuipers Alice	
Kwaśniewski Tomasz	Pagaczewski Stanisław
	Pawlikowska Beata
LauvengArnchild	Piątek Tomasz
LembckeMarjaleena	PicoultJodi
Lessing Doris	Pinkosz Katarzyna
Lipiński Andrzej	Pontiggia Giuseppe
Lothamer Henryk	
Ludwicki Marcin	Raduńska Sonia
	Rice Luanne
Łapszyn Aleksander	Rosicka-Jaczyńska Katarzyna
	Ryrych Katarzyna
Madison Susan	
McLaughlin Emma	Salinger Jerome David
Mela Jasiak	Schmitt Éric-Emmanuel
Melville Herman	Simenon Georges
Meszuge (pseud.)	Sittenfeld Curtis
Miller Alice	SnellmanAnja
Milovanoff Jean-Pierre	Sołżenicyn Aleksander
Minkowski Aleksander	StarkUlf
Mróz–Gajewska Beata	Szwaja Monika
Mucharski Piotr	
Murray Liz	Terakowska Dorota
Musierowicz Małgorzata	Tochman Wojciech
	Trolope Joanna
Nijland Stern	
Nowacka Ewa	Updike John
Nurowska Maria	
	Van HeugtenAntoinette
Oates Joyce Carol	Vanier Jean
ÕeKenzaburō	Vojnović Goran
O'Farrell John	
Okoniewska Magdalena	Wach Małgorzata
Olsson Linda	WartskiMaureenCrane
Onichimowska Anna	Wharton William
Osiatyński Wiktor	
Ostrowicka Beata	

Zającówna Janina

Załoski Krzysztof Maria

Zöller Elisabeth

Żelechowski Łukasz

Indeks Tytułów

11 x ja. Moje życie z osobowością mnogą	Farma Forrest Gump
Alkoholik	
Anielskie drogi	Gdy moim oczom Gdzie twój dom, Telemachu
Bez mojej zgody	Godziny
Białe zeszyty	Gra ze śmiercią w tle
Bociany przylatują zimą	Gwiazdy prowadzą do domu
Buszujący w zbożu	
Byłam po drugiej stronie lustra	Hera moja miłość Heroina
Całe życie Sabiny	
Cień motyla	Inna?
Coraz mniej milczenia	Irlandzkie złoto
Córka czarownicy	
Córka kochanki	Jak tata pokazał mi wszechświat
Cudze dzieci	Jestem kobietą
Czarne, czerwone, śmierć	Jeż
Czefurzyraus!	
Demony na smyczy	Kalinka
Depresja - dlaczego?	Karula
Diagnoza	Każdy ma swoje Kilimandżaro
Dłoń	Kiedyś przy błękitnym księżycu
Dni trawy	Kieszonkowy atlas kobiet
Do zobaczenia mamó	Klub filmowy
Dotknąć prawdy	Kolor nadziei
Dramat udanego dziecka	Kot
Dwie dziewczyny i chłopak	Król i król
Dziecko niczyje	Królowa porządków i Sedes Zagłady
Dziecko piątku	Krzysztofa Pączka droga do sławy
Dzieląc się Samem	Ksiądz Rafał
Dziennik bulimiczki	Lala
Dziennik ciężarowca	Lewa, wspomnienie prawej
Dziewczyna z pomarańczami	Lista życzeń
Dziewczyna z zapalkami	Lot ku ziemi
Dziewczynki ze świata maskotek	

Magda.doc	Poczwarka
Małe kochanie, wielka miłość	Podręcznik dla niedzielnego ojca
Melancholia niewiniątek	Podróż na wyspę Borneo
Misja profesora Gąbki	Powrót z bezkresu
Motyl	Poza horyzonty
Może zawierać orzeszki	Pozostać sobą
Mój kumpel tata	Prawdziwie udane wakacje
Mój prywatny Sąd Ostateczny	Prawdziwy bohater
Mój świat jest kobietą	Przełamać noc
Mój wielki dzień, czyli kochankowie mo- jej mamy	Przepaść
My, dzieci z Dworca ZOO	Rehab
	Reszta świata
Na koniec świata	Rok magicznego myślenia
Najdłuższa podróż do domu	
Najgorsza rzecz jaką zrobiła	Samotny mężczyzna
Niania w Nowym Jorku	Skarby świata całego
Nie mów nikomu	Spóźnieni kochankowie
Niebo dla akrobaty	Sprawa osobista
Niech wieje dobry wiatr	Statki, które mijają się nocą
Niezawinione śmierci	Szkoła uczuć
O czym szumią wierzby	Tabu
O dwóch takich... Teraz Andy	Ten gruby
Oddział chorych na raka	Ten obcy
Ołówek	Trzyście powodów
Ono	
Opium w rosole	Uciekinierka
Opowieści o Niewidzialnym	Uczta o północy
Opowieść ojca	Underdog
Opowieść wdowy	Urodzeni dwa razy
Oszust	
	W dżungli miłości
Pewnej wrześnieowej niedzieli	W dżungli niepewności - Listy do M.
Piasek w butach	W sidłach anoreksji
Piąte dziecko	W ślepych zaułku wolności
Pleciuga	Wichura i trzciny
Pływanie	Własny pokój
Po tamtej stronie	Wściekły pies

Wygrać życie

Wypędzeni do raju

Wyspa mojej siostry

Zabawa w miłość

Zapiski niewidomego taty

Zapiski stanu poważnego

Zła dziewczyna

Zniewolone dzieciństwo

Indeks rzeczowy

1. Ciężka lub chroniczna choroba:

- a. Alkoholizm
- b. Anoreksja
- c. Autyzm
- d. Bulimia
- e. Choroba Alzheimera
- f. Choroba nowotworowa
- g. Choroba psychiczna
- h. Depresja
- i. Fobie
- j. Gościec przewlekłe postępujący
- k. Nadwaga
- l. Narkomania
- m. Niepełnosprawność fizyczna
- n. Nieszczęśliwy wypadek
- o. Nieuleczalna choroba
- p. Niewidomy
- q. Osobowość mnoga
- r. Porażenie mózgowe
- s. Przewlekła choroba
- t. Rehabilitacja
- u. Schizofrenia
- v. Terapia
- w. Utrata wzroku
- x. Zespół Downa
- y. Zespół Tourette'a
- z. Zespół Turnera

2. Stosunki rodzinne:

- a. Adopcja
- b. Konflikt pokoleń
- c. Konflikty małżeńskie
- d. Miłość rodzicielska
- e. Nadopiekuńczość
- f. Nieplanowana ciąża
- g. Niepowodzenia wychowawcze
- h. Przemoc fizyczna

- i. Przemoc psychiczna
- j. Rodzina dysfunkcyjna
- k. Rodzina niepełna
- l. Rodzina patologiczna
- m. Rozpad rodziny
- n. Sieroctwo
- o. Starość
- p. Utrata statusu jedynaka
- q. Więzy międzypokoleniowa
- r. Zanik więzi rodzinnych

3. Zgon bliskiej osoby:

- a. Oswojenie ze śmiercią
- b. Śmierć
- c. Śmierć bliskiej osoby
- d. Śmierć dziecka
- e. Żałoba

4. Zawód miłosny, miłość:

- a. Miłość
- b. Zawód miłosny
- c. Zdrada

5. Nieporozumienia w relacjach społecznych:

- a. Bezdomność
- b. Dojrzewanie
- c. Dom dziecka
- d. Egoizm
- e. Emigracja
- f. Fanatyzm religijny
- g. Homoseksualizm
- h. Kompleksy
- i. Mobing w szkole
- j. Molestowanie seksualne dzieci
- k. Neonazizm
- l. Nieakceptowanie przez otoczenie

- m. Niedojrzałość
- n. Niedostosowanie społeczne
- o. Nienawiść
- p. Odpowiedzialność
- q. Poczucie winy
- r. Pornografia
- s. Poszukiwanie bliskości
- t. Poszukiwanie sensu życia
- u. Poszukiwanie tożsamości
- v. Potrzeba akceptacji
- w. Prostytucja młodocianych
- x. Przyjaźń
- y. Rasizm
- z. Rozrachunek z życiem
- aa. Samobójstwo
- ab. Samotność
- ac. Sekty
- ad. Szantaż emocjonalny
- ae. Szczęście
- af. Tolerancja
- ag. Uzależnienia
- ah. Wyobcowanie
- ai. Zaufanie
- aj. Zazdrość

6. Inne:

- a. Aniołowie
- b. Kłamstwo
- c. Oszustwo
- d. Pozytywne przesłanie
- e. Walka dobra i zła
- f. Zjawiska paranormalne

Dział Międzynarodowy

International Department

Srikanthaluxmy Arulanantham

Librarian

The Library, University of Jaffna, Sri Lanka

Subramanian Navaneethakrishnan

Assistant Librarian

The Library, University of Jaffna, Sri Lanka

Introducing Bibliotherapy in Public Libraries of Jaffna District- An Exploratory Study

Abstract:

This study investigates the role of the public library sector of Jaffna district in Northern Sri Lanka towards providing bibliotherapy as a service to the war- affected people seeking help in solving their problems. Using Survey research method, collected data was analyzed to find out the awareness of the concept, acceptance of bibliotherapy as method of treatment, existence and suitability of bibliotherapy in public libraries and the attitude of the librarians to be a bibliotherapist. The study suggests the possibility of implementing bibliotherapy in public libraries of Jaffna district with the support of health authorities.

Keywords:

Bibliotherapy, Bibliotherapy-Public libraries, Bibliotherapy - Library services, Reading therapy

1. Introduction

Reconstructing a post-war society soon after a longstanding civil war and the corresponding efforts of rehabilitation of its members from the physical and emotional damages demand a high intensity of services in every sphere. In the administrative district of Jaffna in northern Sri Lanka where a considerable portion of the population, badly affected by a long drawn war, is in great need of all forms of treatment including therapy and counselling to mental illness. The total number of the mentally affected is extremely high in proportion compared to those in a normal society. Bringing the affected back to normal way of life is a tremendous task faced by the other members of the society. In a situation in which every member of the society is expected to play a positive role, librarians and library professionals are too expected to define their roles towards the reconstruction of a fractured society. Public libraries and reading rooms with their stock of knowledge and information can also become service points of therapy to affected people by applying the methods of bibliotherapy.

Bibliotherapy refers simply to the use of reading materials for help in solving personal problems or for psychiatric therapy. Bibliotherapy is considered as a service offering solace to affected souls. The basic concept behind bibliotherapy is that reading is

a healing experience. Literary sources can assist with the resolution of complex problems (Sullivan & Strang 2002)

1.1. Jaffna district an overview

The majority of the population living in the areas of the Northern region of Sri Lanka belongs to Tamil speaking minority community. The region comprises of 05 administrative districts, such as Jaffna, Kilinochchi, Mannar, Mullaitivu and Vavuniya. Among them, Jaffna district is the largest by population (622,589), but the smallest by land area (1,023 square km). Jaffna district is divided into 14 sub divisions. For the last two decades until May 2009, the long drawn war had caused severe impediment to the economic and infrastructure development, and the population of the area was subjected to series of heavy material and emotional losses and as a result, severely traumatized.

1.2. Origins of Bibliotherapy

The relationship between bibliotherapy and libraries is as old as ancient civilization itself. Around 300 B.C., an inscription was found on a library in Alexandria which read, „The nourishment of the soul”. (Afolayan, 1992). Shera gives a note that Diorusus of Sicilly, in inscribing the monuments at Thebes, mentions a library over the portal of which was inscribed, “Medicine for the Soul” (Shera 1976). There was a belief in the healing power of books and the value of books as a source for improving the quality of life. (Pardeck 1993). In 1939 bibliotherapy received official library recognition when the Hospital Division of the American Library Association appointed its first bibliotherapy committee.

In addition, as early as the 1800s, Dr. Benjamin Rush recommended the Bible as therapeutic reading. Benjamin Rush and John Minsion Galt II were considered as Pioneers of Bibliotherapy in America and reading was considered as one of the major therapeutic measures in treating mental patients and by the middle of the 19th century every major mental hospital has a patient library. (Weimerskirch 1965).

1.3. Defining Bibliotherapy

Bibliotherapy as a term coined by Samuel Crothers in 1916 is deriving from two Greek words *biblio* meaning „book” and *therapia* meaning „healing” and refers simply to „The use of reading materials for help in solving personal problems or for psychiatric therapy.” Crothers asserts that qualified reading will develop new knowledge and ideas for life, and it soon results in a healing process that can enrich the readers’ personality (Crothers 1916). Reitz defines that the use of books selected on the basis of content in a planned reading program designed to facilitate the recovery of patients suffering from

mental illness or emotional disturbance (Reitz 2006). The first written definition was published in *Dorland's Illustrated Medical Dictionary* in 1941, and defines bibliotherapy as “the employment of books and the reading of them in the treatment of nervous disease”. Webster defines bibliotherapy as “the use of reading materials for help in solving personal problems or for psychiatric therapy; also guidance in the solution of personal problems through directed reading.

In the past, bibliotherapy was only used for patients in mental hospitals and for people that were seriously ill, although today it has widespread use. Many educators and adults have resorted to bibliotherapy to help individuals and groups deal with normal and emotional problems they encounter with (Rubin, 1978).

1.4. Current trends in Bibliotherapy

Community use of bibliotherapy is the trend for the future. Its effectiveness, its economy, its very attractiveness must be demonstrated widely if it is to gain the recognition and acceptance of administrators and of the medical and allied professions.(Hannigan, 1962). Due to the proliferation of settings for bibliotherapy, as well as the growing use of media other than books, new methods of practice and preparation are always being developed. (Rubin, 1979). In USA a national survey of “Bibliotherapy Practices in Counselling” was conducted in 2008 (Pehrsson & McMillen 2010)

2. Need of the study

The post war period gave a breathing space for the people to relieve their distress and mental pain in various ways such as psychotherapeutic and psychiatric interventions. But the limited availability of resources and deteriorating social and security situation in the area make the treatment a difficult task.

Northern regional office of the health services took some initial steps to improve the health condition of Jaffna people. A plan to create a space for the clients to spend their leisure time was in progress. Voluntary organizations are agreed to support this endeavour.

As it was felt this is the opportune time for the library professionals to study the growing trend of the therapeutic role of the library, this study was carried out in Jaffna district with the aim of fulfilling the purpose.

3. Objectives of the Study

The main objective of this research study is to identify and investigate the attitude of public libraries, library professionals and administrators of local government authority of Jaffna district towards providing bibliotherapy as one of their services. Also it tries

to identify the growing trend of the people seeking help in solving their personal problems or for psychiatric therapy in this district. The responsibility for establishing bibliotherapy as an accepted, vital part of treatment of the affected obviously rests squarely with librarians themselves.

4. Significance of the study

We are living in an age when the concepts of treatment, care, and rehabilitation of people are based upon the idea of a team working together with one goal, the cure of the people. The primary function of the librarian on the therapy team, as in other areas of library service, is based upon cognizance of the needs of the community and of the individual reader and upon knowledge of books available to meet those needs. In carrying out the functions of bibliotherapy, the librarian in consultation with the medical staff and as part of the total medical program, stimulates and develops reading interests. The librarian recommends and provides reading materials as well.

The responsibility for establishing bibliotherapy as an accepted, vital part of treatment of the affected obviously rests squarely with librarians themselves. If we really believe what we say we do about the beneficial effects of bibliotherapy, then we must make sure that bibliotherapy service is generally available. Its effectiveness, its economy, its very attractiveness must be demonstrated widely if it is to gain the recognition and acceptance of administrators and of the medical and allied professionals. The librarian needs to know the purposes and objectives of other professional groups such as nurses, social workers, occupational therapists, psychologists, psychiatrists, and others—whose work is integrated into the overall plan of treatment (Hannigan 1962)

4.1. Partnership between Public Libraries and Health Services

Reading has long been understood to provide therapeutic benefits. Recreational reading for pleasure and relaxation provides emotional strength and stability by allowing people to take time out from their day to day lives, while targeted self-directed reading allows people to find a sense of control or well-being by directly addressing issues that they may be facing, either in their day to day lives or in times of crisis. Healthcare providers have been identified as a community sector that is well-positioned to aid public libraries in promoting the benefits of reading – as Healthcare Services provide access to a wider public than simply a pre-existing library customer base. Such a partnership would provide public libraries with the opportunity to reach out to non-library users in their local communities and encourage them to pursue reading as a form of beneficial self-help or therapy, while also providing a continued reminder to current library users of the benefits of reading. With the aid of Healthcare providers, Public Libraries are well positioned to provide both individual reading programs and book discussion groups that

will allow Libraries to make a major contribution not only to Jaffna, but also to improving the nation's health and wellbeing.

5. Literature Review and Methodology

Beatty gives a chronological picture of several historical reviews and bibliographies about bibliotherapy appeared during the first half of 20th century.(Beatty 1962). In 1904, bibliotherapy was first accepted as an aspect of librarianship, when a trained librarian became Administrator of Libraries at Mclean Hospital at Waverly, Massachusetts. The use of books, assumed a leading role as therapy. In the 1920s, Sadie Peterson-Delaney, a librarian of the Veterans' Hospital in Tuskegee, Alabama, had an outstanding bibliotherapy program that used books to treat the psychological and physical needs of African- American war veterans. Her method received worldwide recognition. (Brown 1975) The first article written by a librarian about bibliotherapy was in 1919. The librarian was co-author with a neurologist in the publication of „The therapeutic use of hospital library”.(Bibliotherapy sourcebook 1978)

The October 1962 issue of Library Trends was devoted to bibliotherapy, and included papers written by researchers in the fields of nursing, psychology, psychiatry, and librarianship. In this issue Kinney suggested a bibliotherapy program at Library Schools, one which should be on the graduate level and include courses, experience working in a library, a broad knowledge of literature, and a study of psychology, and elementary psychiatry. Additionally, it should include training in statistics, report writing, and group dynamic.(Kinney,1962)

In 1971, another two distinguished contributions to bibliotherapy literature appeared. „Bibliotherapy Methods and Materials” produced by both the Bibliotherapy Committee and the Committee on the Troubled Child (ALA Committees), and „Reading Guidance and Bibliotherapy in Public, Hospital and Institution Libraries” which was issued by the Library School of the University of Wisconsin. In 1991 Alice smith published the most distinguished study on teaching bibliotherapy in Schools of Library and Information Science.(Smith 1991). She analyzed a random sample of fifteen library school catalogs (1988-1989) searching for courses adaptable for bibliotherapy.

Many studies have been conducted on the positive and negative effects of bibliotherapy. Some researchers disagree on some of these issues and therefore there are mixed results on findings in these areas. Overall the use of bibliotherapy continues to increase, especially in schools, to help people cope with problems or learn how to face situations that may arise in their lives (Schrank et al., 1981).

5.1. Methods and Materials

The current study employed both descriptive and survey research methods. It was identified through the descriptive analysis of the various statistics, more than 44,603 (7% of the total population) people seeking for help in solving personal problems or for psychiatric therapy (Statistical Hand Book of RDHS, 2010). Table 1 indicates that there are 2629 diagnosed Psychiatric patients and 304 affected by gender based violence.

Name of the divisional secretariat	Total Population (2009)	Psychiatric patients	affected by gender based violence	Widows	Orphans	Disables due to war	Disabled Childs	Mentally effected children	Child abuse	No. of people seeking for help
Delft	4,873	9	0	215	53	2	9	2	11	301
Islands South (Velanai)	18,983	12	14	807	353	18	46	6	30	1,286
Karainagar	10,729	9	9	639	260	2	21	2	38	980
Islands North (Kayts)	16,122	13	11	739	214	0	10	0	6	993
Jaffna	55,469	516	38	2087	901	47	130	92	252	4,063
Nallur	66,487	0	26	3659	853	31	38	28	84	4,719
Valikamam South - West (Sandlipay)	61,922	29	32	2275	80	18	78	35	95	2,642
Valikamam West (Chanlanai)	50,886	7	42	2603	813	12	36	22	92	3,627
Valikamam South (Uduvil)	53,824	0	21	2538	72	12	36	9	22	2,710
Valikamam North (Tellippalai)	26,974	1093	11	1128	512	25	205	18	336	3,328
Valikamam East (Kopay)	77,652	242	45	3763	1325	29	146	36	139	5,725
Thenmarachchi (Chavakachcheri)	70,887	78	22	3408	3134	1	61	37	7	6,748
Vadamarachchi South-West (Karaveddy)	48,169	0	18	2656	612	0	77	28	9	3,400
Vadamarachchi North (Point Pedro)	53,517	621	13	2649	162	8	48	13	36	3,550
Vadamarachchi East (Muruthankerney)	6,095	0	2	281	227	2	18	1	0	531
Total	622,589	2629	304	29447	9571	207	959	329	1157	44,603

Table -1. Categories of population seeking for help by divisional secretariat

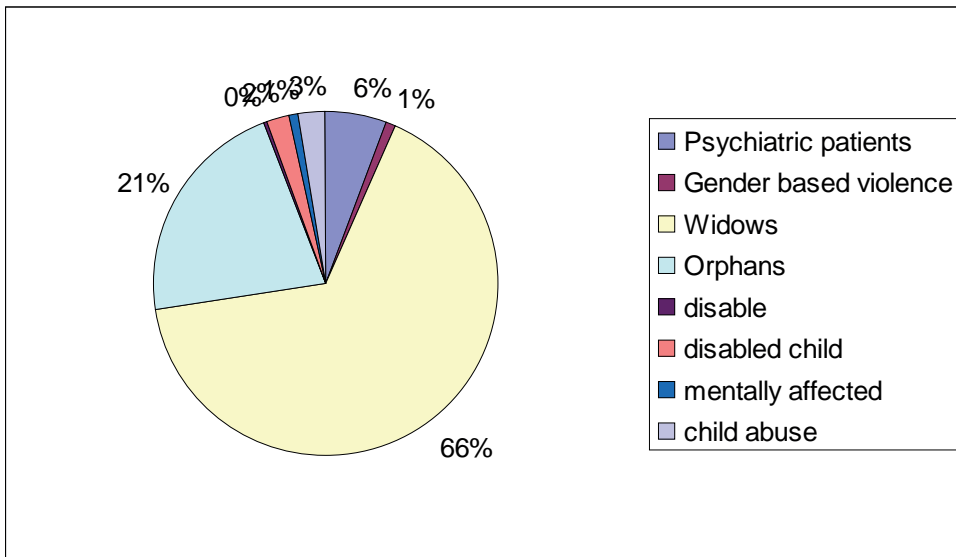


Figure-1: Population seeking for help

5.2. Data collection method

In survey method a questionnaire was designed to elicit information concerning reasons and reflection on this topic from a random sample of administrators and professionals related to Public libraries in Jaffna. (n=53). Table 2 provides the number of public libraries in Jaffna District (Statistical Information 2013).

Name	No
Municipal Council	
Jaffna	6
Urban Councils	
Chavakachcheri	3
Point Pedro	1
Valvetithurai	1
Pradesiya sabas	
Delf	2
Island south	5
Island North	4
Karai Nagar	2
Nallur	3
Valigamam South West	4
Valigamam West	4
Valigamam South	3
Valigamam North	4
Valigamam East	5
Vadamaradchi South west	4
Chavakachceri	6
Point Pedro	3
	60

Table -2. Number of Public Libraries in Jaffna District

Using the statistical technique, the data was analyzed to find out the awareness, acceptance, existence, suitability of bibliotherapy and the Characteristics of the librarian as bibliotherapist.

6. Results and Discussions

Library professionals working in the public libraries and the administrators responsible for the public libraries in Jaffna district were selected in the sample using random sampling technique. Ten of the fifty three participants are administrators of Public libraries while rest are working as librarians..

6.1. Awareness of the concept

First part of the questionnaire mainly focused on assessing the knowledge of the participants on bibliotherapy. It consists of questions relating to the basic knowledge about bibliotherapy, how the awareness of the nature of the diseases and their therapeutic aspects could be achieved by developing a reading habit and how the habit of reading could be used as counselling. Majority (96.2%) responded to this section, most of them (94%) have awareness of the concept of bibliotherapy even though they were not familiar with the term bibliotherapy. All the participants agreed that the awareness about various diseases can be gained through reading and having the opinion that reading can be used to cure certain diseases/illness too. When the participants were asked whether reading could specifically cure mental illness in particular, all responded to this question and 98.1 % responded positively. 96.2% of the participants fully agreed that reading can be a source of mental strength to mentally affected and alternately-abled children and reading could be used as a method of counselling.

Details	Response(%)
Awareness of the concept	94
Awareness about various diseases	91.5
Reading can be used to cure certain diseases	96.2
Reading is a source of mental strength	96.2

Table-3: Awareness of the concept Bibliotherapy

6.2. Transforming library into provider of bibliotherapy

Second part of the questionnaire was designed to find out the opinion of the participants about transforming a library into a provider of bibliotherapy. There were five questions relating to this section

1. Proposing bibliotherapy as sub objective of a library
2. Proposing bibliotherapy as a section of a library
3. Introducing bibliotherapy as a service to the people affected by war
4. Building a collection in the library with the aim of implementing bibliotherapy
5. Developing manpower resources with the aim of providing bibliotherapy

95.8% of the participants responded to this section. Nearly half of the total respondents fully agreed to organize a bibliotherapeutic unit within the library setup while 41% partially agreed for this proposal. Only 1.9% responded negatively. Majority of the respondents (98.1%) were in favour of introducing bibliotherapy as one of the services in their libraries. Majority (90.1%) responded positively to the question relating to building up a collection with the aim of implementing bibliotherapy.

6.3. Suitability of resources

Third part of the questionnaire was designed to find out the opinion of the participants regarding the internal and external environmental factors influencing the introduction of this service. Table 3 lists the factors and the type of response received to this section. Majority (85.22%) were satisfied with the existing resources. Graph -1 indicates the positive response with regard to suitability of resources.

Suitability of resources	Positive response(%)	negative response	no response
A building with good ventilation, lighting and safety	83.02	15.09	1.89
Peaceful and noise free	88.68	9.43	1.89
Cleanliness	90.57	7.55	1.89
Proper seating Facilities	83.02	15.09	1.89
Comfortable space	83.02	16.98	0.00
Other basic Facilities	83.02	16.98	0.00

Table-4: Types of response in suitability of resources

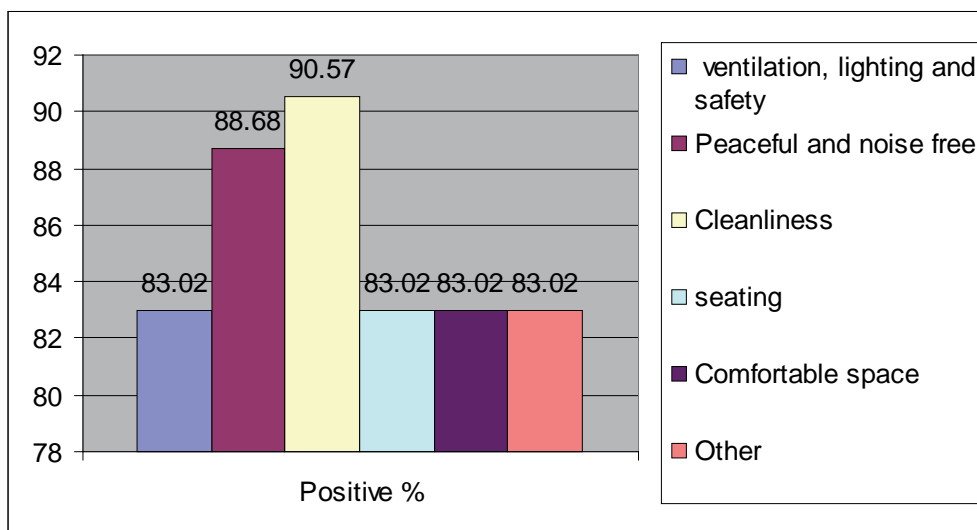


Figure-2: Positive response about suitability of Resources

6.4. Characteristics of a librarian as bibliotherapist

Fourth part of questionnaire focused on the opinion of the library professionals about the required characteristics of a librarian who is in a position to implement bibliotherapy. The questions of this section also addressed the requirements of co-operation & proper understanding, Positive attitude towards change, efficiency in providing informa-

tion, instructions with decency, and communicating with respect to human dignity. 97.7% responded to this section. All the respondents (98.1%) were in the opinion that a librarian must have cooperation and proper understanding to implement this kind of service. Most of the respondents (96.2%) agreed that a librarian must have positive attitude towards change, efficiency in providing information, instructions with decency, communicating with respect to human dignity.

6.5. Existence of service related to „Bibliotherapy”

Final part of the questionnaire was designed to find out whether public libraries were providing services that could either fully or partially be related to bibliotherapy. Majority (83%) replied positively. From the opinion of the respondents it is appropriate to note that the public libraries of Jaffna district is implementing variety of services such as Book exhibitions or book launches on Children’s and Elders’ day or disaster day, provision of special facilities for patients and the disabled, organizing training programmes for communication development providing resource materials for counselling centres, and providing mobile library services for orphanages, etc that could more or less be related to the concept of bibliotherapy.

7. Conclusion and Suggestions

There is no doubt that public libraries will not stay bibliotherapy-free zones; bibliotherapy will become a part of essential services of public and school libraries, simply because of the continuous and wider growth of bibliotherapy applications. It reflects the strong convergence between the goals of bibliotherapy and other library services objectives, such as reader’s guidance and reader’s advisory.

Introducing bibliotherapy in public libraries could affect positively the stereotype of librarians as well, in that they would enter a new area of communicating with the patrons, the area of healing not only helping, which will open a new job market for graduate students. On the other hand, the bibliotherapy field itself needs to be included in school libraries, as this step will widen its acceptance and applications as a Cognitive psychotherapy approach.

The goal of the Developmental bibliotherapy is to promote normal development and self-actualization or to maintain the general mental health level of the society. The study suggests that no better time is there than now to take initiatives to introduce and implement bibliotherapy in libraries. With the support of the Health Department, public libraries are well positioned to provide bibliotherapy programmes that will allow libraries to make a major contribution not only to Jaffna district, but also to the entire nation towards improving the health and wellbeing conditions.

8. References

- Afolayan, Johnson A. (1992). Documentary perspective of bibliotherapy in education. *Reading Horizons*, 33(2), 137
- Beatty, William K. (1962). A historical review of Bibliotherapy. http://www.ideals.illinois.edu/bitstream/handle/2142/6050/librarytrendsv11i2c_opt.pdf?sequence=1
- Bibliotherapy sourcebook (1978). Edited by Rhea Joyce Rubin. Arizona: The Oryx Press, pp. xi, 3.
- Brown, Eleanor Frances(1975). Bibliotherapy and its widening applications. Metuchen: The Scarecrow Press, p. 13.
- Crothers, Samuel (1916) A Literary Clinic. *The Atlantic Monthly*, 118(3), 291–301.
- Pehrsson, Dale-Elizabeth & McMillen Paula S. (2010). A National Survey of Bibliotherapy Preparation and Practices of Professional Counsellors. *Journal of Creativity in Mental Health*, 5(4), 412-425
- Hannigan, Margaret C. (1962). The Librarian in Bibliotherapy: Pharmacist or Bibliotherapist? *Library Trends* 11(192), 184-198
- Jaffna District Statistical Hand Book (2010). Jaffna: Statistics branch of District Secretariat Jaffna.
- Shera, Jesse.H. (1976). Introduction to Library Science: Basic elements of Library science. Littleton: Libraries unlimited, p14
- Kinney, Margaret M.(1962). The bibliotherapy program: Requirements for training. *Library Trends*, 11(2), 127-135.
- Reitz, Joan.M. (2006). Online Dictionary for Library and Information Science. <http://www.abc-clio.com/ODLIS/odlisb.aspx>
- Pardeck, John T. & Pardeck, Jean A. (1993). Bibliotherapy: a clinical approach for helping children. Langhorne, Pennsylvania: Gordon and Breach Science Publishers, p. 2.
- Rubin, Rhea J.(1979) Uses of Bibliotherapy in Response to the 1970s. *Library Trends* 29(2), 239-252
- Schrank, Frederick A. & Engels, Dennis W. (1981). Bibliotherapy as a counseling adjunct: Research findings. *The Personal and Guidance Journal*, 143-147
- Smith, Alice Gullen(1991). Whatever happened to library education for bibliotherapy: A state of the art. *Advances in Library Administration and Organization*, 9, 34.
- Statistical Hand Book of RDHS (2010) Jaffna: Regional director of Health Services.
- Sullivan, A. K. & Strang, H. R. (2002). Bibliotherapy in the classroom: Using literature to promote the development of emotional intelligence. *Childhood Education*, 79(2), 74-80.
- Weimerskirch, Philip J. (1965). Benjamin Rush and John Minsion Galt II: Pioneers of Bibliotherapy in America. *Bulletin of Medical Library Association*, 53(4), 610-526.

Sprawozdania/ Reports

Monika Klepczarek

Czytelnia

Dolnośląska Biblioteka Publiczna

im. Tadeusza Mikulskiego we Wrocławiu

„Biblioteczne spotkania z psychoanalizą” w Czytelni Dolnośląskiej Biblioteki Publicznej we Wrocławiu. Podsumowanie cyklu w 2014 roku.

„A psychoanalysis meetings in a library” in 2014 in Dolnośląska Biblioteka Publiczna we Wrocławiu. Conclusions.

Abstrakt:

Celem niniejszego tekstu jest podsumowanie cyklu czterech odczytów zatytułowanego „Biblioteczne spotkania z psychoanalizą” odbywającego się w Czytelni Dolnośląskiej Biblioteki Publicznej im. Tadeusza Mikulskiego we Wrocławiu. Prelegenci, członkowie Polskiego Towarzystwa Psychoterapii Psychoanalitycznej w 2014 roku poruszali następujące tematy: lęk, narcyzm, depresja oraz marzenia senne. Spotkania otwarte dla wszystkich zainteresowanych cieszyły się bardzo dużą popularnością i pokazały, że jest potrzeba ich organizacji. Cykl będzie kontynuowany w 2015 roku i dotknie zagadnień takich jak: estetyka poznania, seksualność człowieka, ukryte znaczenie relacji międzyludzkich, perwersje i kompleks Edypa.

Słowa kluczowe:

Dolnośląska Biblioteka Publiczna im. Tadeusza Mikulskiego we Wrocławiu, „Biblioteczne spotkania z psychoanalizą”, Polskie Towarzystwo Psychoterapii Psychoanalitycznej, lęk, narcyzm, depresja, marzenia senne, estetyka poznania, seksualność człowieka, relacje międzyludzkie, perwersje, kompleks Edypa

Abstract:

The aim of this text is a summary of a series of lectures connected with psychoanalysis. The cycle called “Psychoanalysis meetings in a library” took place in Dolnośląska Biblioteka Publiczna im. Tadeusza Mikulskiego we Wrocławiu. Our lecturers, members of Polskie Towarzystwo Psychoterapii Psychoanalitycznej talked about fear, narcissism, depression and meaning of dreams. Lectures were open for all interested people and showed that they need it. The cycle will be continued in 2015. We will talk then about esthetics of cognition, sexuality of a man, a secret meaning of human relations, perversions and Oedipus complex.

Keywords:

Dolnośląska Biblioteka Publiczna im. Tadeusza Mikulskiego we Wrocławiu, “Psychoanalysis meetings in a library”, Polskie Towarzystwo Psychoterapii Psychoanalitycznej, fear, narcissism, depression, meaning of dreams, esthetics of cognition, sexuality of a man, human relations, perversions, Oedipus complex

1. Wstęp

W obecnym świecie ludzie żyją coraz szybciej, intensywniej i... mniej uważnie. Zatracają poczucie czasu, wciąż się gdzieś śpieszą, a podczas szybko mijających dni coraz mniejszą uwagę zwracają na swoje potrzeby. To wszystko prowadzi do nieustannych napięć, frustracji i lęku o przyszłość. Nie bez powodu tak wiele osób zmaga się z depresją, wymaganiami współczesnego świata oraz chęcią dorównania swoim współpracownikom i bliskim. W czytelnicy postanowiliśmy wyjść tym problemom naprzeciw i stworzyć przestrzeń do rozmowy o nich. W ten sposób zrodził się pomysł spotkań, których tematyka dotyczyłaby zagadnień psychoanalizy. Zależało nam na aktualnej tematyce i zagadnieniach, o których każdy słyszał. Do współpracy zaprosiliśmy członków nadzwyczajnych **Polskiego Towarzystwa Psychoterapii Psychoanalitycznej (PTPP)**, którzy są psychologami i psychoterapeutami z wieloletnim doświadczeniem zawodowym. W 2014 roku ogłosili cztery odczyty dotyczące lęku, narcyzmu, depresji oraz marzeń sennych. Spotkania były otwarte i przyciągnęły bardzo wielu zainteresowanych. Widownię tworzyło zarówno młode pokolenie uczniów i studentów, osoby dorosłe, jak i seniorzy. Dzięki odczytom bibliotekę odwiedziło wiele nowych osób – naszych potencjalnych użytkowników.



Uczestnicy jednego ze spotkań, fot. Monika Klepczarek

2. Tematyka odczytów

2.1. Lęk i zagrożenia życia wewnętrznego – marzec 2014

Biblioteczne spotkania z psychoanalizą zainaugurowaliśmy w **marcu** 2014 odczytem poświęconym lękowi i związanym z nim zagrożeniom. Wykład zatytułowany

„Przekraczanie lęku. Analiza zagrożeń życia wewnętrznego” wygłosiła **Dorota Komuda-Augustyn**. Opowiedziała ona o lęku, jego przyczynach i sposobach radzenia sobie z tym schorzeniem. Prelegentka omówiła m.in. wewnętrzne źródła lęku i proces, który prowadzi do jego rozwoju oraz scharakteryzowała związane z nim zaburzenia. Zajęła się też sposobami zwalczania lęku i budowaniem poczucia bezpieczeństwa. Dorota Komuda-Augustyn zilustrowała swoją wypowiedź prezentacją multimedialną podsumowującą najważniejsze punkty prelekcji. Po odczycie nawiązała się dyskusja dotycząca nie tylko źródeł i przyczyn lęku, ale też specyfiki pracy psychologa i psychoanalityka.



Prelegentka Dorota Komuda-Augustyn podczas swojego odczytu, fot. Monika Klepczarek

2.2. Narcyzm – maj 2014

Z końcem **maja** odbył się drugi odczyt, którego tematem przewodnim był narcyzm. Opowiadał o nim **Jacek Mądry**, który poprowadził spotkanie w ciekawy i angażujący sposób. Nie był to typowy wykład, lecz dialog z uczestnikami ilustrowany prezentacją multimedialną. Jacek Mądry rozpoczął swą opowieść od przypomnienia mitu o Narcyzie. Wtedy też wyjaśnił się cytat zawarty w tytule spotkania: „**Prędzej zginę niż dam tobie władzę nade mną – psychoanalityczny wkład w rozumienie narcyzmu**”. Słowa te wypowiedział mitologiczny Narcyz do zakochanej w nim nimfy Echo. Odrzu-

cił on jej uczucie i zakochał się sam w sobie po tym, jak ujrzał swe odbicie w tafli wody. Po tym wstępie prelegent przedstawił krótko historię narcyzmu w psychoanalizie, poczynawszy od prac Zygmunta Freuda. Następnie omówił teorie innych badaczy, m.in.: Melanie Klein, Donalda Woods'a Winnicott'a, Jacques'a Lacan'a czy Beli Grunbergera. Każdy z nich miał inne spojrzenie na ten sam problem, wyróżniał inne jego aspekty, różne też były ich sposoby leczenia narcyzmu. Jacek Mądry wchodził w dialog z publicznością, która chętnie dzieliła się swoimi spostrzeżeniami. Na zakończenie spotkania wspominał o filmie „Broken Flowers” w reżyserii Jima Jarmuscha, amerykańskiego twórcy kina niezależnego. Prelegent zwrócił uwagę na filmową postać mężczyzny, który po latach dowiaduje się, że ma syna. Chęć jego odnalezienia sprawia, że „widzi” go w każdym napotkanym młodzieńcu, co także może być odczytywane jako przejaw narcyzmu. Przykład ten pokazuje, że zaburzenie to chętnie jest wykorzystywane w twórczości artystycznej, takiej jak malarstwo i film.

2.3. Natura depresji – październik 2014

Trzeci wykład zaplanowany na **październik** dotyczył depresji uważanej za współczesną chorobę cywilizacyjną, na którą zapada coraz więcej Polaków. Odczyt zatytułowany „**Kiedy przynębnienie i niemoc zaczynają królować w życiu, czyli natura depresji**” wygłosiła **Urszula Mróz**. Prelegentka rozpoczęła od przedstawienia przyczyn i objawów depresji, nawiązywała przy tym do Zygmunta Freuda. Wyjaśniała, że stany depresyjne biorą się najczęściej z poczucia straty, którego człowiek mógł doświadczyć już w bardzo młodym wieku, a czego sobie nie uświadamia. Duży wpływ na pojawienie się tej choroby ma też śmierć kogoś bliskiego, związana z tym żałoba, a także „nieprzepracowana” trauma. Twierdzenia te prelegentka pokazała na przykładzie książki Joanny Bator – laureatki Nagrody Nike z 2013 roku. Pisarka otrzymała statuetkę za powieść „**Ciemno, prawie noc**”. Urszula Mróz dokonała analizy tej niepokojącej, a jednocześnie fascynującej historii. Jak się okazało, wielu jej bohaterów ma objawy depresji, doświadczyło uczucia straty, a na każdym kroku natrafiają na nierozwiązane zagadki i mroczne tajemnice. Uczestnicy tego spotkania byli ciekawi niemal każdego aspektu choroby. Pytali o to, kiedy obniżony nastrój zmienia się w depresję, jak rozpoznać jej objawy, jak leczyć, gdzie zwrócić się o pomoc, ale też jak pomóc samemu sobie i czy w ogóle jest to możliwe. Z kolei osoby mające bezpośrednią styczność z chorymi w swoim otoczeniu chciały wiedzieć, jak mogą im pomóc nie będąc lekarzami. Temat depresji jest bardzo trudny, a osoby nią dotknięte cierpią, dlatego też było to ważne spotkanie dające chorym nadzieję na powrót do zdrowia.



Prelegentka Urszula Mróz podczas swojego odczytu, fot. Monika Klepczarek

2.4. Marzenia senne – listopad 2014

Ostatni odczyt miał miejsce pod koniec **listopada** i przyciągnął do Czytelni rekordową, blisko 80-cioosobową widownię! Naszym gościem była **Olga Jabłońska** z odczytem „**Śnienie samego siebie do istnienia. Psychoanalityczna refleksja o pożytkach z marzeń sennych**”. Prelegentka rozpoczęła wystąpienie od omówienia pojęć takich jak: świadomość, podświadomość i nieświadomość, składających się na topograficzny model umysłu. Przedstawiła też „składniki” marzenia sennego. Są to treść jawna, czyli to, co śnimy i przypominamy sobie po przebudzeniu oraz treść utajona, czyli nasze wyparte pragnienia. Prowadząca nawiązywała kilkakrotnie do Zygmunta Freuda i Thomasa Ogdena. Aby pojęcia, którymi się posługuje były lepiej zrozumiałe, wyświetliła fragment filmu Woody’ego Allena pt. „Inna kobieta”. Jest to obraz z 1988 roku opowiadający o Marion, dojrzałej kobiecie, postrzeganej jako „człowiek sukcesu”. Podsluchana

przypadkowo rozmowa młodej, nieszczęśliwej mężatki z psychoanalitykiem staje się dla bohaterki bodźcem do oceny własnego życia. Marion na nowo zagłębia się w zdarzenia z przeszłości i dostrzega, że sukcesy, autorytet i pozycję osiągnęła kosztem najbliższych. Przedmiotem głębszej analizy ze strony prelegentki była scena, w której bohaterka śni o swojej utraconej młodszej miłości i nieszczęśliwym małżeństwie. Uczestnicy spotkania byli ciekawi przebiegu procesu śnienia, tego, dlaczego wielokrotnie śnimy o tym samym, jaki wpływ na sny wywierają gry komputerowe, a nawet różnic między snami kolorowymi a czarno-białymi. Zagadnienie snu i naszej świadomości jest wciąż nie do końca zbadane, dlatego cieszyło się takim powodzeniem.



Uczestnicy jednego ze spotkań, fot. Monika Klepczarek

3. Plany na 2015 rok

Duże zainteresowanie odczytami uświadomiło nam, że jest potrzeba organizacji spotkań o tematyce psychoanalitycznej. Łącznie przyciągnęły one blisko 250-cioosobową widownię! Uczestnicy pytali, dociekali, spierali się, dyskutowali zarówno z prelegentami, jak i ze sobą nawzajem. Nie zabrakło też indywidualnych rozmów z prowadzącymi. Ten pozytywny odzew sprawił, że inicjatywa będzie kontynuowana w 2015 roku. Dowiemy się wtedy, czym jest estetyka poznania, jak psychoanaliza ujmuje seksualność człowieka, jakie są ukryte mechanizmy relacji międzyludzkich, jak rozumieć i wytłumaczyć perwersje oraz jak na przestrzeni lat postrzegany był kompleks Edypa. Naszymi prelegentami w dalszym ciągu będą członkowie nadzwyczajni Polskiego Towarzystwa Psychoterapii Psychoanalitycznej, którzy w przystępny sposób wyjaśnią zawiloci ludz-

kiej psychiki. Zatem do zobaczenia na „Bibliotecznych Spotkaniach z Psychoanalizą” w Czytelni Dolnośląskiej Biblioteki Publicznej we Wrocławiu.

Więcej informacji o tej inicjatywie można znaleźć na stronie domowej Dolnośląskiej Biblioteki Publicznej we Wrocławiu: <http://www.wbp.wroc.pl/>

Recenzenci

Consulting editors

Recenzenci/ *Consulting editors*:

Prof. dr hab. Zbigniew Andres

Dr Lucyna Biały

Prof. UW. dr hab. Danuta Borecka-Biernat

Prof. UMCS dr hab. Stanisława Byra

Dr Dorota Chmielewska-Łuczak

Dr Halina Czernianin

Dr Małgorzata Czerwińska

Dr Furmanowska Mirosława

Dr hab. Artur Jazdon

Dr Marta Kochan-Wójcik

Prof. APS dr hab. Agnieszka Konieczna

Prof. UW. dr hab. Andrzej Ładyżyński

Dr Wanda Matras-Mastalerz

Dr Joanna Piskorz

Dr Ryszard Poprawa

Dr Małgorzata Prokosz

Prof. UW. dr hab. Alicja Senejko

Prof. APS dr hab. Bernadeta Szczupał

Dr Anita Stefańska, UAM

Prof. PWSZ im. Witelona w Legnicy dr hab. Wita Szulc

Prof. UP w Krakowie, dr hab. Jolanta Zielińska

Dr hab. Edyta Zierkiewicz, UW.

Prof. WSNS Pedagogium w Warszawie, dr hab. Hanna Żuraw

Prof. UWM dr hab. Agnieszka Żyta

Wskazówki dla autorów

Przez artykuł w czasopiśmie rozumiemy opracowanie naukowe, arkusz wydawniczy (tj. ok. 40 000 znaków topograficznych łącznie ze spacją). **Format MS Word, czcionka Times New Roman, rozmiar 12, interlinia 1,5 wiersza.** Teksty prosimy przysyłać w formie elektronicznej na adres e-mail redakcji, ewentualnie na płycie CD-ROM wraz z jednym egzemplarzem wydruku w formacie A 4 na adres redakcji. Do każdego artykułu należy dołączyć streszczenie autorskie w języku polskim o objętości ok. 100 wyrazów (ok. 1000 znaków) oraz przekład tytułu artykułu i streszczenia na język angielski.

Na pierwszej stronie artykułu powinien być umieszczony jedynie tytuł oraz oświadczenie Autora, że tekst przedstawiany redakcji „Przeglądu Biblioterapeutycznego” nie był dotychczas opublikowany, ani zgłoszony do publikacji gdzie indziej, a także adres do korespondencji (e-mail) wraz z imieniem i nazwiskiem autora.

Tekst artykułu powinien być podzielony na podrozdziały zaopatrzone w śródtytuły. Tytuły czasopism, wystaw, konferencji, programów itp. powinny być zapisane w cudzo-słowniu, natomiast tytuły publikacji (książek, artykułów itp.) należy wyróżnić kursywą. Przypisy powinny być umieszczone na dole strony i ponumerowane liczbami arabskim. Przypisy te – w przypadku zastosowania przypisów bibliograficznych – można zastąpić odesłaniem do bibliografii załącznikowej: odesłanie w tekście umieszcza się wtedy w nawiasie okrągłym, a opisy bibliograficzne wykorzystanej literatury przedmiotu należy umieścić na końcu tekstu w bibliografii załącznikowej, najlepiej w układzie alfabetycznym autorów. (Według zaleceń podanych w książce M. Antczak i A. Nowackiej, *Przypisy. Powołania. Bibliografia załącznikowa. Jak tworzyć i stosować. Podręcznik*, Warszawa 2009, Wyd. SBP).

Artykuły są recenzowane zgodnie z zasadami obowiązującymi w czasopismach naukowych. O przyjęciu do publikacji autorzy informowani będą w ciągu 2. miesięcy od otrzymania go przez redakcję. Głównymi kryteriami akceptacji artykułu do druku są: zgodność tematu z profilem czasopisma, wartość poznawcza tekstu, jego struktura organizacyjna i komunikatywność języka naukowego.

ZOSTAŃ BIBLIOTERAPEUTĄ!

Instytut Psychologii Uniwersytetu Wrocławskiego zaprasza na
STUDIA PODYPLOMOWE BIBLIOTERAPII

Studia przeznaczone są dla:

- wychowawców i nauczycieli
- bibliotekarzy i polonistów
- psychologów i pedagogów
- pracowników służb socjalnych, pracowników służby zdrowia oraz osób duchownych

Na studiach zdobędziesz wiedzę i umiejętności z zakresu zastosowania biblioterapii w rozwiązywaniu psychologicznych i pedagogicznych problemów osób chorych, nieprzystosowanych społecznie, potrzebujących wsparcia psychicznego na różnych etapach życia.

Studia pomogą Ci wzbogacić warsztat pracy o nowe, szersze spojrzenie na książkę i pokażą możliwości działań terapeutycznych w oparciu o materiał czytelniczy.

Studia adresowane są przede wszystkim do osób zainteresowanych praktycznym zastosowaniem biblioterapii, niemniej jednak program uwzględnia też przygotowanie do pracy naukowej w dziedzinie biblioterapii, metodologię badań naukowych, zgodnie z zaleceniami organizacji międzynarodowych zajmujących się standardami edukacji w zakresie terapii przez sztukę.

Czas trwania studiów: 2 semestry, 248 h praktyki i teorii

www.psychologia.uni.wroc.pl