



AKCEPTACJA

w trudnych czasach

“ *Jesteśmy ludźmi, potrzebujemy bliskości innych ludzi. A blisko możemy być tylko z tymi, którzy i które pozwalają i pomagają nam bezpiecznie być sobą.*

Paulina Młynarska

CZĘŚĆ 3



AKCEPTACJA

w trudnych czasach

CZĘŚĆ 3

Warszawa 2021

Agata Jankowska
– absolwentka
Filologii Germańskiej
UW. Redaktorka
i dziennikarka.
Koordynatorka do spraw
mediów, komunikacji
i PR w Stowarzyszeniu
Kongres Kobiet
(2014-19).
Aktywistka na rzecz
równych praw kobiet
i osób LGBT+. Członkini
Stowarzyszenia
Akceptacja.



Dziękuję Osobom, dzięki którym powstała nasza publikacja. Niech AKCEPTACJA będzie z Nami!

Agata Jankowska

Paulina Młynarska
– feministka, dziennikarka,
pisarka, producentka
telewizyjna, autorka
piosenek i wierszy,
podróżniczka, kobieta
biznesu, certyfikowana
nauczycielka jogi.
Matka osoby
nieheteronormatywnej.



Kochać to znaczy akceptować

Paulina Młynarska

Kiedy poproszono mnie o napisanie wstępu do niniejszej publikacji, zgodziłam się bez wahania. Po pierwsze dlatego, że praca na rzecz równości – nie tylko osób LGBTQA+, ale i innych grup wykluczanych i dyskryminowanych – to coś, co uważam za swój obowiązek i absolutną oczywistość. Po drugie, ponieważ sama jestem mamą osoby nieheteronormatywnej, co powinno być już od dawna kompletnie bez znaczenia, ale niestety nie jest.

Dlatego muszą powstawać teksty takie jak ten, który trzymacie Państwo w rękach.

Nie spodziewałam się, że pisanie na ten temat, po raz kolejny przecież (!), okaże się aż tak trudnym emocjonalnie wyzwaniem. Nie mogłam się do tego zabrać. Jakby brakowało mi pomysłu czy też punktu zaczepienia. Co mi przychodziło do głowy, wydawało się banalne i zużyte albo z kolei wydumane i pretensjonalne.

Odkładałam, popadałam w kolejne „akcje prokrastynacyjne” takie jak sprzątanie, układanie w szafach czy pilne zakupy. Aż wreszcie dotarło do mnie, że to nie od tego tekstu uciekam, tylko od własnej złości, niezgody i bezradności. Od smutku i przytłaczającego rozczarowania.

Ponieważ osoby należące do społeczności LGBTQA+, czyli moja własna córka, jej przyjaciele i przyjaciółki, moi przyjaciele i przyjaciółki, ludzie, których dobrze znam, często od małości, kocham, cenię, lubię, za których życiowe sprawy mocno trzymam kciuki, zostali uznani przez ogromną część polskiego społeczeństwa za jego wewnętrznych wrogów.

Ponieważ w XXI wieku, kiedy nawet konserwatywne rządy wielu krajów zachodniego kręgu kulturowego uważają ochronę praw tej społeczności za rzecz naturalną i oczywistą, w mojej ojczyźnie-matczyźnie, osoby nieheteronormatywne są systemowo prześladowane, a ich uczuciowość i seksualność obrażana i raniona na każdym kroku i to bez żadnych hamulców.

Bo odmawia się im prawa do radości życia, spełnienia, posiadania pełnej, chronionej przez państwo rodziny, pełni praw rodzicielskich i dziedziczenia oraz wspólnego rozliczania się z podatków. Przy czym oni sami podatki, owszem, płacą. Na państwo, które siłą ich wypycha do zatęchłej szafy, które elementarne prawa człowieka, w ich wypadku nazywa „nadmiernymi przywilejami”, zaś potrzebę reprezentacji w przestrzeni publicznej – promocją i „obnoszeniem się”. Państwu, które pozwala przemawiać z sejmowej mównicy osobom zrównującym cechę, jaką jest orientacja seksualna, z czymś na kształt jakiejś niepojętej „grzecho-choroby”, którą należy wyplenić z życia społecznego.

Jestem heteroseksualną kobietą, która mogła zostać matką, nikomu się z niczego nie tłumacząc, brać śluby z osobami własnego wyboru i się z nimi rozwodzić, oglądać podobne do siebie postaci w filmach i o swoich hetero emocjach słuchać w popularnych piosenkach, słowem – żyjąc w heteromatrixie, nigdy nie dowiem się, jak się czuje człowiek, którego życie emocjonalne jest piętnowane za to, jakie po prostu jest.

W chwili, w której dotarło do mnie, że żyję w niedostrzegalnym dla siebie przywileju, podczas gdy moje własne dziecko musi nawigować w przestrzeni najeżonej wrogością, narodziła się we mnie rozpacz i niezgoda, z którą naprawdę nie wiadomo co zrobić. Jak to wyrazić? Chce się wyc!

To wewnętrzne, często tłumione wycie, jest czymś tak trudnym do zniesienia, że gdy przychodzi mi się z nim zmierzyć – na przykład pisząc na ten temat, jak teraz – sprawia, że tak trudno znaleźć właściwe słowa. I kręci się człowiek – matka i pisarka – wokół nich i żadne nie wydaje się być dość precyzyjne i adekwatne.

Cierpienie osób dyskryminowanych z powodu orientacji seksualnej jest kompletnie bezsensowne i to my, bliscy – rodzice, przyjaciele, rodzeństwo

– możemy i musimy zrobić wszystko, co w naszej mocy, aby położyć temu kres. Na naszą małą wielką skalę. W życiu codziennym, w słowach, których używamy, w prostych gestach, które wyrażają akceptację i zrozumienie.

Kiedy wreszcie usiadłam do klawiatury komputera, by napisać ten krótki wstęp i pozwoliłam sobie pobyc z tym moim wyciem, z tą niezgodą i smutkiem, ktoś zapukał do drzwi. Wpadła zapłakana sąsiadka, która nie może pogodzić się z tym, że jej córka dorosła i postanowiła wyjechać do pracy do innego kraju. Przez pół godziny słuchałam o jej lęku i niezgodzie na to, by dziecko poszło własną drogą.

Wszystko, co mówiła ta matka, było tak naprawdę tylko o niej. O jej samotności, o jej „innych” planach na życie córki, o scenariuszu, który „dla niej”, a tak naprawdę dla siebie, stworzyła w głowie i z którym nie potrafi się rozstać.

Ja, ja, ja! Rozpaczliwy koncert narcyzmu pod płaszczykiem troski.

Wtedy mnie olśniło.

To właśnie robi ogromna część polskiego społeczeństwa osobom LGBTQA+. Żąda od nich ofiary z własnego szczęścia, żeby nie musiało mierzyć się z własnym lękiem przed tym, że życiowy scenariusz nigdy nie jest z góry przesądzony, a role rozdane. Że kochać to znaczy akceptować.

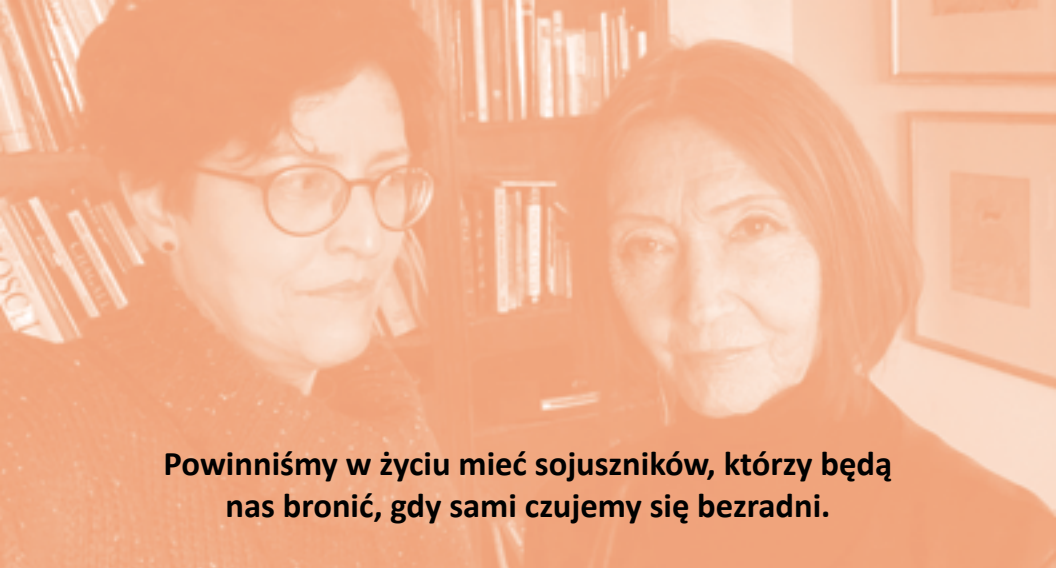
Kiedy moja znajoma już się wyplakała, długo rozmawialiśmy o tym, że to ona ma problem i to ona musi go sama rozwiązać. Coś zrobić z potrzebą kontroli nad życiem drugiej osoby. Musi nauczyć się przestać stawiać siebie i swoje emocje w centrum zdarzeń. Przestać tupać nogami jak dziecko i znaleźć w sobie siłę, by dorośle otworzyć swoje serce i głowę. To jest praca do wykonania. Nikt nie mówi, że będzie łatwo. Czas odrobić tę lekcję i wracać do niej zawsze, gdy zajdzie potrzeba. Po to, by nawet, a może zwłaszcza, w tych trudnych czasach ocalić bliskość.

Jesteśmy ludźmi, potrzebujemy bliskości innych ludzi. A blisko możemy być tylko z tymi, którzy i które pozwalają i pomagają nam bezpiecznie być sobą.

Na koniec jeszcze Edith Buttler: „Każdy chce życia, które się nadaje do życia.”

Proste.

Ewa Woydyło-Osiatyńska – doktor
psychologii, specjalistka terapii uzależnień,
publicystka i autorka książek m.in.:
„Sekrety kobiet”, „Rak duszy. O alkoholizmie”,
„Podnieś głowę”, „W zgodzie ze sobą”,
„Bo jesteś człowiekiem: żyć z depresją,
ale nie w depresji”, „Żal po stracie”.



Powinniśmy w życiu mieć sojuszników, którzy będą nas bronić, gdy sami czujemy się bezradni.

Rozmowa z Ewą Woydyłło-Osiatyńską

Agata Jankowska: Zacznę od pytania o słowo, pojęcie, które jest ci bliskie. Akceptacja – co to dla ciebie znaczy?

Ewa Woydyłło-Osiatyńska: Akceptacja jest jedną z najważniejszych umiejętności, którą każdy dojrzały człowiek musi osiągnąć. Co jednak nie znaczy, że każdy osiąga. Albo – że zawsze jest w stanie ten proces doprowadzić do zakończenia. Bo właśnie zakończenie tego procesu nazywamy akceptacją i na finale jest spokój. I zgoda. „Akceptacja” to znaczy „pogodzenie się”, a to słowo pochodzi od „zgody”, co czasem oznacza „pojednanie”. I wtedy akceptacja równa się przebaczeniu. Czyli w sensie psychologicznym akceptacja jest dokładnie tym samym, te same emocje biorą w tym udział.

Czym innym jest wzburzenie, którym może być mieszanina emocji albo jedna jakaś emocja, ale zwykle to jest zlepek różnych, na które składa się gniew, smutek, żal, czyli wszystko, co powoduje strach, lęk, przerażenie, rozpacz, cierpienie. Zdarza się coś, co wywołuje tę burzę, jest ona nieznośna i trzeba coś z tym zrobić. I czasami, a nawet często, wygeneruje ona „posłańca” i dana osoba zostaje np. we wściekłości, a inna osoba z tej burzy wybiera sobie depresję i w niej zostaje. A jeszcze ktoś inny zamienia tę burzę w agresję, niezgodę. W każdej z tych dotkliwych, ciężkich emocji można się zatrzymać. (Czasem nazywa się je negatywnymi, chociaż każda emocja jest uzasadniona, ma rację bytu, a więc lepiej zamiast „negatywne” powiedzieć „przykre”). I wtedy pomnażamy własne cierpienie i pewnie rozsiewamy je wokół. Czyli na brak akceptacji można odpowiedzieć agresją, smutkiem, rozpaczą, poczuciem wstydu, poczuciem winy, obwinianiem innej osoby, gniewem...

Nawiązując do tematu: oto mam dziecko, które mi się nie podoba. Uważam, że trzeba ukreślić mu łebek i to jest zła emocja. I jeżeli w niej zostanę, to mam piekło. Moje dziecko staje się obiektem mojej niezgody. To piekło może być dosłowne – niektórzy wyrzucają dziecko z domu, biją je, karzą, wydziedziczają. Kara, gniew, złość albo rozpacz, rozdzieranie szat biorą się z braku akceptacji, która, jak powiedziałam, w każdej sytuacji jest równoznaczna z przebaczeniem. Ja nie muszę się przy tym zgadzać z sytuacją, ale – nie mogę obwiniać dziecka. I nie dotyczy to tylko jego orientacji seksualnej, ale też np. niskiego wzrostu, porażenia mózgowego, wady wzroku albo tego, że dziecko słabo się uczy, nie chce zostać lekarzem, tylko malarzem. Milion rzeczy może mi przeszkodzić w tym, żeby zobaczyć w moim dziecku człowieka, który dzięki mnie znalazł się na świecie i ma swoją własną orbitę, z którą ja mogę nie mieć już nic wspólnego. Albo mogę mieć – jeżeli się przyłączę. A więc można zapytać: „Słuchaj synu, czy chcesz być lekarzem, tak jak ja?” Albo mama może zapytać: „Słuchaj, córko, czy chcesz mieć tak samo pięćdziesiąt dzieci jak ja”?... Takie pytania są pięknym zaproszeniem, zezwoleniem na bycie sobą, ale jest inaczej, kiedy nie pytamy, tylko mówimy: „Masz żyć tak, jak ja”, nie zwracając uwagi na wybór tego dziecka, a już tym bardziej na to, co nie jest wyborem, tylko pewną kombinacją chromosomów, genów, talentów czy upodobań.

Jak do tej akceptacji dochodzić?

Zależy, czego dotyczy, czy coś budzi we mnie tę burzę – zaskoczenie, szok, gniew, złość: „Nie jesteś taka, jak ja chcę!” Może to dotyczyć tego, że osoba ta ma w sobie coś takiego, co ja przekreślałam. Dodajmy, że akceptacja bądź brak akceptacji może dotyczyć także sąsiadów, uchodźców, wszystkiego. I dlatego to nie jest taka prosta sprawa jak przy równaniu matematycznym, które wystarczy sobie wbić do głowy, aby zawsze mieć prawidłową odpowiedź. Zwłaszcza gdy chodzi o nasze uczucia i emocje, to najczęściej nie kierujemy się jakąś wskazówką, co jest lepsze, tylko reagujemy spontanicznie. Choć jest naukowo dowiedzione, że nasze emocje zależą nie od zdarzeń czy faktów – np. że moja córka jest lesbijką albo mój syn jest gejem – tylko moja zgoda lub niezgoda zależą od tego, co ja myślę o tym fakcie, co wiem o tym, jakie mam na ten temat subiektywne przekonania. Gej, który jest moim synem, we mnie może powodować rozpacz albo furję, ale np. w matce X czy Y – ciepło, czułość, szacunek, nawet radość. Czyli jak to jest? Orientacja seksualna dziecka zwykle wywoła protest rodziców nierozumiejących tego zjawiska, albo lepiej powiedzieć: uważających nieheteronormatywność za skazę moralną, grzech lub „chorobę”, wadę rozwojową albo zawinione przez kogoś „zepsucie”. W skrócie można powiedzieć o takich rodzicach (i w ogóle, o takich ludziach) – że są nieoświeceni, gdyż nie znają lub nie przyjmują współczesnej naukowej wiedzy o seksualności człowieka (a także innych istot zamieszkujących świat). „Nieoświecony” to ktoś, kto nie wie. Nasze przekonania opierają się na tym, co wiemy. Ludzie, którym zawsze mówiono, że gej to jest grzesznik,

nie zaakceptują heteronienormatywnego dziecka. Tymczasem ta inność jest jedynie odchyleniem od przeciętności, czyli od tego, jaka jest biologiczna większość. Można więc powiedzieć, że gej czy lesbijka oraz szereg innych seksualnie odmiennie funkcjonujących osób to ludzie o nieprzeciętnych i nietypowych cechach biologicznych. Moglibyśmy tak mówić? Pewnie, że tak.

To brzmiałoby pozytywnie.

O to właśnie chodzi. Żeby tych ludzi nie ranić, nie wykluczać i nie obwiniać za coś, za co nie są odpowiedzialni. Bo jak powiem, że ktoś jest odchyleniem od normy, to wtedy niesprawiedliwie i krzywdząco spycham tę osobę do niższego poziomu.

A jak odróżniasz akceptację od tolerancji?

Wolę słowo „akceptacja”. Jestem wyedukowana w samodzielnym, może nawet przekornym myśleniu i natychmiast rozważam: „O, tolerancja jest dobra, ale czy ja chciałabym być tolerowana?” Np. w mojej szkole – czy chciałabym być tolerowana? Jestem lingwistką, czytam, mówię w czterech językach, w pięciu nawet, jak się uprę. Interesuję się językiem, słowa są dla mnie bardzo ważne, to jest mój świat. Ja w nim się poruszam. I pracuję w tej dziedzinie – dużo mówię, piszę, czytam, czyli, jakby nie popatrzeć, literki i znaczenia słów są w moim umyśle na pierwszym miejscu. Słowo „tolerancja” odbieram jako zimne, a słowo „akceptacja” jako ciepłe. I może dlatego że jestem kobietą, wolę to, co ciepłe. Tak, kobiety lubią to, co jest ciepłe – gesty, słowa, uśmiech... Gdy spotkają się dwie dziewczyny, które dawno się nie widziały, to lubią się przytulić, pocałować w policzki, objąć. Małe dziewczynki idą blisko siebie, dają rączkę dorosłemu, a mali chłopcy – nie tak często. Chłopczyk, jak daje rączkę i się przytula, to pewnie by tak dalej robił, ale szybko się go zniechęca. Otóż ja lubię ciepłe relacje, a akceptacja właśnie taką ciepłą relację zapewnia. Tolerancja też zapewnia relację zgodną, ale chłodną. A poza tym sama sobie powiedz albo zapytaj kobietę, która ma 1,88 m wzrostu, co jest nietypowe: – Czy pani by chciała być tolerowana?

Dla mnie tolerancja jest równoznaczna ze znoszeniem czegoś.

Tak, jak otworzysz słownik wyrazów bliskoznacznych, to „tolerować” znaczy „znosić”, „ścierpieć”, „wytrzymać”. Czyli to nie jest wcale pozytywna postawa. „Niestety, nie mam wyjścia, fuj, ale ok...” – Czyli to jest pejoratywne pojęcie w gruncie rzeczy.

Pytam, bo zauważyłam, że niektóre osoby traktują te pojęcia równoznacznie.

Pierwsza pojawiła się chyba tolerancja. Wtedy, kiedy ludziom jeszcze się nie śniło nawet w San Francisco czy w Londynie, że społeczność LGBTQ+ stanie się częścią mainstreamu. W ciemnym średniowieczu, kościelnym, zwłaszcza w krajach

katolickich albo islamskich, gdzie zawsze jakiś kapłan decydował za innych, słowo „tolerancja” było blaskiem rozświetlającym mrok. Świetnie, że zaczęłaś o tym mówić – świadczy to, że weszłaś na poziom awangardy. Bo dziś to jest awangarda. Tolerancja to był dziwoląg, coś, co nadaje ton, tempo, kierunek... Po przemyśleniu sensu słowa „tolerancja” dochodzimy do pytania, czy chcemy by nasze dziecko tolerowano? No nie, wolimy, by je lubiano. Ale lubienie to już jest wejście w zażyłość, a obcy go nie znają... Ale – czy jest małego wzrostu, czy kuleje na lewą nóżkę, czy jeździ na wózku inwalidzkim, czy trzyma się z chłopakiem za rękę, czy czyta fantasy, czy poezję, to naprawdę wszystko jedno!

Dzisiaj coraz więcej ludzi weryfikuje treści. Nie powtarzają tego, co ktoś im wbił lub usiłował wbić do głowy, tylko mają uszy i oczy otwarte, wchodzi do Internetu, sięgają po książki, chodzą do kina... Mamy dostęp nie tylko do naszego kręgu plemiennego. Nasza rozmowa nie odbyłaby się, gdybyśmy mieszkały w małej wiosce i nigdy nie słyszały i nie widziały, jak żyją inni. Może i miałybyś naturalną własną potrzebę, by podnieść ptaszka ze złamanym skrzydłem albo przytulić kulawego pieska albo chłopczyka, który chce się bawić lalkami, i powiedziałaabyś: „Dajcie mu spokój, on nic złego nie robi”, ale nie musimy już tylko opierać się na własnym wnętrzu, swoich odczuciach. Czytamy, słuchamy, dociekamy i dowiadujemy się, odkrywamy, że osoby LGBT+ to są tacy sami ludzie. Tacy sami, jak ci, którzy noszą okulary i ci, którzy nie noszą, jak ci, którzy mają 145 cm wzrostu i ci, co mają 191 cm, ci, którzy są szybkobiegaczami i ci, którzy chodzą powoli i są zgarbieni, bo mają skoliozę i chore kolana. I to przyszło do nas wcale nie tak dawno, zresztą, niestety, nie do wszystkich. Ale już 15 lat temu znalazło naukowe potwierdzenie – pewien dziennikarz i pewna profesorka wymyślili na to nazwę: neuro różnorodność. Mam książkę o tym, już po polsku, pt. „Neuroplemiona”. Amerykański badacz, Steve Silberman, napisał o tym, żeby nie traktować dzieci i osób autystycznych jako patologii. Bo wszyscy jesteście w tym spektrum, co autor pokazuje i udowadnia. Teraz podobnych książek stale przybywa, a nawet powstała w Polsce fundacja o nazwie a/typowi.

Słowa „tolerancja” i „akceptacja” co innego znaczą. Dobrze, że wyczuły to osoby (wcale nie filozofowie czy socjologowie), które wybrały dla swojej organizacji nazwę Akceptacja. Skupia ona rodziców — głównie matki — nieheteronormatywnych dzieci.

A jak tę akceptację w sobie pielęgnować? Czy jak się już zaakceptowało kogoś, coś, to nie trzeba jeszcze nad tym pracować?

Akceptacja to jest stosunek do czegoś. Np. akceptuję nasz klimat, który przez kilka miesięcy jest dość niekorzystny z punktu widzenia moich upodobań, bo lubię chodzić lekko ubrana, a, niestety, gdybym tak robiła, to bym marzła i się zaziębiała. Więc – uwaga – akceptacja dotyczy tego, czego nie możemy zmienić. Uczymy się tego od małego. Zaczyna się od drobiazgów, które nas frustrują, ale powoli zaczynamy rozumieć, że nie wszystko jest i zawsze będzie tak, jak chcemy. Oczywiście dojrzałość nie wynika automatycznie z osiągnięcia dorosłości. Bardzo wielu z nas wcale nie ma ambicji, aby jak najwięcej wiedzieć i rozumieć. To są ci, którzy nie przyjmują do wiadomości naukowych odkryć ani postępu cywilizacyjnego. Boją się nowych poglądów, nie wierzą w naukę, nie chcą żadnych zmian, a najbardziej zmian we własnych przekonaniach.

Dedykuję im mój ulubiony mem z Facebooka: „Jeżeli nie lubisz gejów, to nie wychodź za niego, gdy ci się któryś oświadczy.”

Może jednak być tak: Moja córka jest lesbijką i boję się o nią, bo słyszałam, że są to osoby nieszczęśliwe. Gdy dowiaduję się, że moja córka zamieszkała z przyjaciółką i razem śpią, to jako matka mogę mieć trochę obaw i smutku, ale to jeszcze nie jest brak akceptacji. Po urodzeniu córki mogłam marzyć o wnukach, dlaczego nie? Więc potem jestem smutną mamą. I nic więcej, nie gniewam się na to dziecko ani się go nie wyrzekam. Mogę zazdrościć koleżance, której urodziła się już trzecia wnuczka! Gdy wybiera się z wnukami nad morze, mogę jej zazdrościć. Weźmy inny przykład: mam znajomych, których syn z synową postanowili nie mieć dzieci. I ci znajomi zazdroszą z kolei mnie, bo mam bardzo kochane wnuki.

Więc wszystko jedno z jakiego powodu – rodzic ma prawo nie być zadowolony, ale niezadowolenie i brak akceptacji to dwie różne rzeczy. Mogę nie być zadowolona z listopadowego klimatu w Warszawie, ale to nie znaczy, że go nie akceptuję.

Brak akceptacji jest krzywdzący, bo zwykle prowadzi do jakiejś formy zwalczania, potępienia, dyskryminacji. Jest to niegodne wobec kogoś, kto nie jest odpowiedzialny za swój los. Mogę np. być niezadowolona, że moja córka nie skończyła studiów. Ale czy to znaczy, że ja jej nie akceptuję? Nie. Bo brak akceptacji to jest wroga postawa. Czyli chcesz, żeby tego nie było. Zapytaj małe dziecko, czterolatka: – Jasiu, a jak byś chciał, żeby czegoś nie było, to jak myślisz, co można zrobić? – Trzeba to kopnąć, wyrzucić, zabić! – Jak chcesz, żeby czegoś nie było, to nawet jak nie powiesz, to czujesz wobec tego czegoś agresję. Niezgoda zawsze dąży do ukarania, potępienia, odrzucenia, unicestwienia. Ktoś nie zgadzał się na działalność prezydenta Gdańska, Pawła Adamowicza i go zabił. To się dzieje, gdy ktoś się nie zgadza. Więc w tym sensie brak akceptacji czy nawet brak tolerancji to jest mniej lub bardziej uświadamiana chęć unicestwienia. Bo jeżeli nie chcę unicestwić, to się muszę pogodzić. Czyli – zaakceptować.

A jak sobie radzić w procesie dochodzenia do akceptacji? Jak wzmacniać siebie w tej drodze?

Nie być samej – to pierwsza rzecz. Rozmawiać z ludźmi, najlepiej myślącymi, dojrzałymi i dobrymi dla innych. Unikać środowisk, które mądrzą się, powołując się na niemądre argumenty przeciwne zaakceptowaniu. Ktoś chce leczyć homoseksualistów? Dlaczego? On ci powie: Bo pan Bóg uważa, że żyją w grzechu. Ale my nie wiemy, co uważa pan Bóg! To informacja z trzeciej ręki. Jeżeli pan Bóg naprawdę jest, to nie może uważać, że ma nie być czegoś, co jest. Po prostu. A jeżeli coś, co jest, jest złe, to jak poznajemy to zło? Widzimy, że ktoś przez to nasze rozpoznanie doznaje szkody. Owszem, pedofilia jest złem, bo dziecko samo się nie obroni. Ale seks jedнопłciowy między dorosłymi? Przepraszam bardzo, kto ma prawo się w to mieszać?! Jeżeli chodzi o osobę z zespołem Downa, to można tej osoby bronić, ale jeżeli to jest osoba świadoma swoich czynów, to najlepiej zapytać, czy tego chce.

— Czy to jest dla ciebie dobre? – Tak, dla mnie to jest dobre, bardzo się cieszę, że ktoś mnie kocha. I już. Koniec tematu.

Czyli należy pomagać sobie, wzmacniać się, będąc wśród innych osób z podobnymi doświadczeniami?

Tak, to jest odwieczny i wypróbowany sposób. Dlatego ludzie żyli w plemionach. Samotny człowiek zginie z powodu trudów, głodu, wichury, trzęsienia ziemi, ale plemię, które jest zespolone wspólnym celem przetrwania – ocaleje.

Przenieśmy tę archaiczną koncepcję przetrwania na nasze obecne sprawy życiowe: chcąc coś osiągnąć, nie mając jednak wystarczających umiejętności, znajdź kogoś, kto wie i potrafi, a najlepiej, żeby to była jakaś społeczność. Jeżeli ktoś lepiej rozumie problem inności, to niech zorganizuje grupę, w której nikt nie będzie osamotniony. Ja dziś podczas panelu miałam dyskusję o dorosłych dzieciach alkoholików, i jedna z uczestniczek, autorka książki na ten temat, powiedziała, że celem tej książki było odsamotnienie. Pięknie to nazwała. Bohaterowie książki nie spotkali się ze sobą, ale teraz książka idzie w świat, ktoś ją bierze do ręki i przez identyfikację z tymi osobami staje się uczestnikiem procesu uwalniania od wstydu, niezawinionych traum i krzywd dzieciństwa. Przestaje czuć się samotnie, bo pozna podobne losy innych osób. W dzisiejszej konferencji online wzięło udział 400 uczestników i uczestniczek z całej Polski. I gdybyśmy się jakimś cudem spotkali w realu, to byłoby fajnie, bo byśmy znali się lepiej niż np. ja z sąsiadami, z którymi kilka lat mieszkam w jednym domu. Staliśmy się sobie bliscy dzięki temu, że te osoby i ja weszliśmy w półtoragodzinną rozmowę, w której słuchaliśmy się nawzajem i dzieliliśmy się swoimi wspomnieniami i refleksjami. Podobnie byłoby, gdyby ktoś zorganizował taki panel na temat akceptacji dziecka z odchyleniem od uśrednionej heteronormy. Ludzie usłyszeliby o rozpoznanych przez badaczy specyficznych odmianach układu hormonalnego i neurofizjologicznego występujących w części populacji. Wiedzą i odkryciami naukowymi warto się interesować, ale w tym celu trzeba studiować, czytać i słuchać o spektrum płci człowieka i nie tylko, także – innych organizmów. Nauka w tej chwili pędzi jak rakieta kosmiczna i trudno za nią nadążyć, ale przynajmniej trzeba posłuchać i poczytać fachowców. Dzisiaj 400 osób wzięło udział w spotkaniu, zapoczątkowując proces otwierania kłapek w sprawie wpływu alkoholizmu rodziców na rozwój dzieci.

Czyli należy znaleźć „swoje” osoby i wymieniać się informacjami. I emocjami?

Oczywiście, tak jak wegetarianie dobrze się czują, kiedy mogą wymieniać między sobą informacje na temat suplementów diety. Gdy mamy informacje, emocje podążają za naszymi myślami. Nie odwrotnie. Ja mówię: – Najpierw się zastanów. A ktoś mówi: – Ale u mnie od razu wybucha emocja! – Nie, nie od razu. Ćwiczyłam to z pacjentami. – Każdy sobie wyobraża, że reaguje spontanicznie. I nie zdąży pomyśleć. – Ale chwileczkę, gdybyś nie pomyślała, to byś tak nie zareagowała. Oto przykład. Stoisz na przystanku. Przyjeżdża autobus, kilka osób wsiada, a tobie przed nosem drzwi się zamykają i autobus rusza. Więc ty, jak to Polak/Polka, na pewno rzucisz grubym słowem, może kopniesz w kosz na śmieci, może nawet go przewrócisz. Albo zapalisz papierosa (choć na przystankach nie wolno!) i będziesz dalej się wściekać. No i uważasz, że zareagowałaś spontanicznie. A ja ci powiem, że – niespontanicznie. Powtórzmy całą sytuację z autobusem, który odjeżdża ci sprzed nosa. I teraz na przystanku zostajesz nie ty, tylko,

powiedzmy, ja. Więc ja sobie pomyślę: „O cholercia, to się spóźnię do pracy! No trudno, nie po raz pierwszy i nie ostatni. Właściwie to dobrze, dziś akurat ładna pogoda... Znowu bym jechała w tym tłoku. By mi chuchali tym covidem... A tak, to przynajmniej się przejdę. – Więc idę i sobie pogwizduję, czując się jak na szkolnych wagarach, fajnie. Aż tu nagle spotykam koleżankę. No i tak sobie miło idziemy i gadamy, gadamy, a ona mówi: – Słuchaj, mam wolny bilet do teatru wtedy i wtedy, pójdiesz ze mną? – O matko, marzyłam o tym! – I myślę: – Jak to dobrze, że ten autobus uciekł. Ależ ja jestem szczęściara! Więc widzisz – zamiast pomyśleć: „A to cham! Mamy za mało autobusów! Kurczę, samochodu się nie dorobiłam, itd. itp.” Z tej złości mogłabym mieć cały dzień popsuty. Więc jednak od tego, co myślimy o danej sytuacji zależą nasze emocje, a od emocji zachowanie. W każdej sytuacji zapytaj siebie: – Hej, co o tym myślisz? I jeżeli zaczniesz sama sobie pomagać myśleć nie katastroficznie i nie negatywnie, tylko w miarę racjonalnie, spokojnie, możliwie pozytywnie, to oszczędzisz sobie wiele nerwów i furii. Myślenie, zastanowienie, zdrowe proporcje w ocenie – to jest broń, w którą trzeba wyposażyc wszystkich, najlepiej od dziecka, by świadomie potrafili panować nad agresją i wybuchami gniewu, a także nad rozpaczą i depresją. Jak mama mówi: – Jasiu, gasisz światło, bo już jest późno, a jutro rano idziesz do szkoły! A on: – Nie lubię ciebie, nie chcę ciebie, idź sobie! – To mama powinna powiedzieć: – No hej, powiedz prawdę, jak tak słyszysz, co ja mówię, to co sobie myślisz? – Że nie lubię ciebie. – To jest to, co czujesz, ale co sobie myślisz? – Że mi szkoda spać! – A dlaczego? – Bo jeszcze sobie robię układankę i czytam. – I miło ci czytać? – No tak. – To dlatego. Ale czy możesz też pomyśleć: „Ale jak teraz nie zasnę, to jutro rano będę mieć problem ze wstaniem.” Albo wiesz co, chodź się umówimy, że zamiast krzyczeć, że mnie nie lubisz, to od razu powiesz: – Mama, chodź porozmawiamy! Ja ci powiem, co ja myślę, a ty mi powiedz, co ty myślisz. – Tak trzeba wychowywać dziecko. Tylko trzeba mieć na to czas. No i oczywiście samej również umieć panować nad odruchami i niekontrolowanymi zachowaniami. Jak chcesz coś załatwić szybko, to możesz tylko wrzaskami i agresją, ale – można inaczej. Ja mam takie dziecko. A ono już ma swoje dziecko. I kiedyś to nasze małe dziecko korzysta z tego, że ja siedzę i gadamy z jego mamą, która w końcu mówi: – Ty już idź się kąpać, bo jutro szkoła. – On jednak widzi, że mama zajmuje się swoimi sprawami, więc zamiast się kąpać, synek dalej się bawi. No to mama mu przypomina, ale gdy to nie skutkuje, to za trzecim razem już podnosi głos. Synek, owszem, już idzie do łazienki, ale jeszcze wygląda zza framugi i woła: Mama, idź zbadaj sobie tarczę. – Ona się oczywiście zaczyna śmiać i mówi: – Ja ci tu dam! – A on na to: – Mama, miłego wieczoru, już idę spać. Nawet się wykąpałem. – Więc widzisz, że i ten synek i ta mama chyba dobrze się rozumieją i nie grożą im awantury domowe.

Mówiliśmy o rodzicach, matkach, małych dzieciach. Ale jak wspierać dorosłe dzieci?

Bardzo prosto. Rozmawiać. Można zacząć od pytania: – Powiedz, czego się boisz, w czym mogę ci pomóc? – Wspieranie to nie kontrolowanie, sprawdzanie, manipulowanie, przeciąganie na swoją stronę, intrygowanie, szantażowanie. Wspieram, to znaczy: jestem z tobą. I ty mi powiedz, co JA mogę DLA CIEBIE zrobić. Nie każdy rodzic się tego nauczył, tak jak nie nauczył się wielu innych rzeczy. Bo rodzicielstwa się nie uczy, a już tym bardziej – rodzicielstwa trudnych lub nietypowych dzieci. Napisałam kiedyś książkę pt. „My rodzice dorosłych dzieci”, do tej pory stale jest w dodrukach. Napisałam ją dla osób rozczarowanych, niezadowolonych ze swoich dzieci. I to nie tylko z powodu odmiennej orientacji biologicznej, ale czasami dzieci nie chcą spełniać oczekiwań rodziców i wybierają drogę nie do zaakceptowania dla rodziny. Jest wiele powodów złości na własne dzieci lub ich odrzucenia. Kiedyś w USA zrobiono badania na wielotysięcznej grupie rodziców 60+. Na pytanie, czy gdybyś żył/a jeszcze raz, chciałbyś/chciałabyś mieć dzieci? Ponad połowa odpowiedziała: never. U nas takiego pytania nikt nie zada. Mamy czwarte przykazanie, a żadne dziecko nie powie też: – Boże, jak ja nie lubię swoich rodziców. Chociaż i u nas można usłyszeć: „Moi rodzice mają staroświeckie poglądy, zabobonne przekonania, nie rozumieją mnie, nie wspierają, cały czas mają do mnie pretensje. Ich ambicje godzą we mnie, bo to nie są moje ambicje. Ciągle słyszę, że ja coś źle robię i jestem nie taki, jak oni by chcieli...” Albo że nie takiego męża sobie wybrałam, nie taką żonę, że nie mam dzieci albo że mam nie takie jak oni by chcieli... Ciekawe byłoby zbadanie u nas stopnia rozczarowania rodziców swoimi dorosłymi dziećmi. W moim psychologicznym gabinecie spotykam wiele takich osób, ale oczywiście to za mało na reprezentatywną statystykę. Rodzice, rodzina i dzieci to u nas raczej nie temat podlegający szczerzej ocenie.

Czy u nas się w ogóle analizuje te rodzinne relacje?

Ludzie coraz częściej chodzą na terapie. „Moja mama się tak wtrąca, że ja już nie mogę...” – Zaczynają. I potem się okazuje, że istnieje możliwość zbliżenia na nowo, gdy starsi rodzice i dorosłe dzieci, już mające swoje rodziny, zachowują więź. To jest niebywale wartościowe. Zawsze lepiej jest mieć kogoś bliskiego, kto cię kocha, lubi i ci towarzyszy.

Czy można nad tym pracować z jedną osobą? Z matką albo z córką?

Oczywiście. Rodzina, niezależnie od tego, czy to są dwie osoby, czy cztery, czy jedenaście – jest systemem. Można go narysować jako mobil znany w sztuce lub jako zabawkę, wieszaną dziecku nad łóżeczkiem czy w wózku, która składa się ze sznureczków i patyczków z przyklejonymi elementami,

czasem błyszczącymi, czasem kolorowymi. Poruszenie jednego elementu powoduje zmianę całego układu. W tym sensie mobil jest doskonałym modelem systemu relacji w rodzinie, małżeństwie, domu. Każdy trójkącik czy kwadracik przyczepiony na ruchomych patyczkach i niteczkach to jeden członek rodziny. Posługiwałam się takim mobilem, pracując z pacjentami, pokazując, że z jedną osobą można coś przepracować i wpłynie to na inne osoby. Mobil jest przykładem równowagi dynamicznej — i w takiej równowadze utrzymują się też relacje między bliskimi osobami. Gdy jedna zmieni swoje zachowanie, inne zareagują i też zaczną inaczej postępować. Na tym to polega, tak działa system. Przekładając to na obraz rodziny — jedno dziecko się wyprowadza i wtedy zmienia się cała dynamika. Ten, co trzymał sztamę z siostrą, jak ta wyszła za mąż i się wyprowadziła, to z kim ma trzymać? Skumpluje się z tatą albo z młodszym bratem, którego do tej pory nie cierpiał. Czyli nastąpi przemiana systemu po to, by znowu była równowaga. Albo córka ma problemy w rodzinie (kłóci się z matką, ojcem, brat wykrada jej kieszonkowe ze skarbonki, wszyscy zabierają jej kotleta i źle ją traktują...). Osoba ta idzie na terapię i tam uświadamia sobie, że może stawiać granice, walczyć o swoje, nauczyć się asertywności, przeprowadzać rozmowy, mieć wpływ. Ale jak to osiągać? Płacząc w kącie, domagając się tego wpływu? Nie działa. To może prośbą? Też nie działa. To może niech zaprasza do domu koleżankę. Jak będzie świadek z zewnątrz, to lepiej oceni, jak domownicy zareagują. Oczywiście, że zareagują. A tylko ta jedna osoba poszła na terapię. Wyobraź sobie, że zaczęłaś z przyjaciółką przychodzić do domu, uczycie się razem, siadacie do stołu... Ona jest miłą osobą, więc i mama, i tata nie mają nic przeciwko niej. Mówią: — Ta Asia jest taka miła. — I kiedy tata mówi: — No co się tak garbisz?! — Ty sama nie masz odwagi się przeciwstawić, ale Asia może powiedzieć: — Ojej, jak pan krzyczy na Agatę, przecież jej jest przykro... — Ale ja nie krzyczę! — Oj, proszę pana, chce pan, żebym pana nagrała? — Oj, smarkulo, przestań! A za chwilę: — No, Agatka, jedz trochę szybciej. — A Asia mówi wtedy: — O, teraz to ładnie pan powiedział. — I nawet tata, który nic złego nie robi, ale jest gburem bez ogłady, dzięki Asi może się stać trochę bardziej uprzejmy. I gdy Asia raz nie przyszła, to tata również grzecznie odnosi się do córki. Dlaczego? Bo coś do niego dotarło. To taki przykład, prawdziwy przykład, jak można pomóc ludziom, którzy są sami, wciśnięci w jakąś niesympatyczną rolę. Zamiast edukować rodziców (nie posłuchają), wystarczy taki „czynnik zewnętrzny”. Kiedyś odwiedzam znajomą, a jej mąż mnie wita i zaraz zwraca się do żony: „Ty popatrz, jak Ewa wygląda! A ty?” Był po prostu chamem i choć mówił to niby żartobliwie, to ta moja biedna koleżanka bardzo cierpiała. Przy następnej takiej odwywce odpowiedziałam mu: „Fuj! Jak możesz coś takiego mówić!” Próbował obrócić to w żart, ale na to nie pozwoliłam i zapewniłam go: „Nie, mówię poważnie. Cuchnie od ciebie, jak coś takiego mówisz.” Od tamtej pory już nigdy przy mnie nic takiego się nie powtórzyło. A podobno także i nie przy mnie.

Ten przykład pokazuje, czego potrzeba matce syna, który jest gejem. Jej potrzeba takiej koleżanki, która zareaguje, kiedy ktoś będzie atakował tego syna – własny mąż jakaś ciotka czy sąsiedzi. Potrzebny jest sojusznik, bo tak to się nazywa. Powinniśmy w życiu mieć sojuszników, którzy będą nas bronić, gdy sami czujemy się bezradni lub skrzywdzeni. Głupi i źli ludzie też się zmieniają, kiedy muszą, jak im się to opłaca. A kiedy się nie zmieniają? Gdy czują przyzwolenie na ich okrucieństwo lub agresję, gdy są bezkarni. Po prostu. A zatem, gdy masz jakąkolwiek trudność w życiu, to poszukaj kogoś, kto cię zrozumie i potrafi wziąć cię w obronę. Najlepszymi sojusznikami są osoby mające podobny problem. To się zaczęło w pradawnych czasach, neandertalskich, podejrzewam. Ale potem ludzkość się rozprasała, rozprasała i nie było już tego rodzaju, plemienia... Rozproszyliśmy się jak wolne elektrony.

Ale mamy swoje „bańki”.

Amerykanie jako pierwsi we współczesnych czasach odkryli, że jak się ma problem, który sprawia wiele kłopotu, to lepiej o nim powiedzieć niż nie powiedzieć. To w USA prawie 90 lat temu alkoholicy zaczęli mówić „Jestem alkoholiczkiem” i spotykać się w gronie osób z tym samym problemem. Tak powstało AA, które jest w tej chwili w 150 krajach na świecie. Tej metody uwalniania się od nałogu nie wymyślił ani psychiatra, ani psycholog, ani lekarz, ani moralista. Wymyślili i wypróbowali tę metodę sami alkoholicy. W Ameryce ruch wzajemnej pomocy obejmuje mnóstwo ludzkich problemów — od ciężkiej żałoby, przez różne chroniczne choroby, rozmaite uzależnienia. Ludzie spotykają się z osobami mającymi ten sam problem i wzajemnie się wspierają, pomagają, uczą od siebie i dzielą się — jak sami to określają — „doświadczeniem, siłą i nadzieją”. Będąc razem, znajdują sposób na swój problem. Jest też inny sposób. Jest ekspert, który ma wiedzę, umie wszystko załatwić i ludzie do niego idą. Ale z niektórymi problemami, zwłaszcza wstydliwymi, gdy wiadomo, że nie można nic zmienić, pomoc wzajemna daje więcej praktycznych rozwiązań. W życiu z czymś, czego nie można zmienić, najbardziej pomocna jest akceptacja innych osób. A najłatwiej zaakceptuje ktoś, kto już poradził sobie z danym problemem. Tak pomagają sobie nie tylko alkoholicy w AA, ale także narkomani, hazardziści, „amazonki” czyli kobiety po mastektomii, ofiary różnych nieuleczalnych chorób, a także osoby po odbyciu kary więzienia lub osoby z różnymi rodzajami niepełnosprawności. Więc, jak widać, tak jest w każdej dziedzinie. Również należą do takich osób wszystkie mniejszości, w tym także osoby nieheteronormatywne. Ich wzajemna akceptacja jest zwornikiem, łączącym członków tej konkretnej, bardzo w Polsce narażonej grupy ludzi młodych, którzy mają inną od przeciętnej orientację. Wspólnota obejmuje przede wszystkim ich najbliższych. I to wcale nie jest fanaberia, że rodzice założyli sobie ten sojusz.

Miałam pacjentkę, która znalazła się na odwyku, bo jej syn z innym chłopakiem wyjechał do Anglii. A wszyscy w tym miasteczku dopytywali się: – Kiedy wreszcie ten pani Daruś się ożeni? A wnuki to już są? – Ta kobieta coraz bardziej ogniskowała w sobie wstyd i wielkie poczucie winy. I zaczęła pić. A jak już zaczęła, to poszło. I w końcu ktoś przywiózł ją na odwyk. Gdy po tygodniu pobytu powiedziała o tym swoim synu na spotkaniu grupy, łzy jej leciały jak groch. Chciała się wypisać, ale wszyscy z grupy ją przytulili. Dwóch facetów – jeden kelner, a drugi oficer – powiedzieli, że też są gejami, i poradzili: – Jedź do niego! – Syn z partnerem założyli restaurację i ona – po odwyku – przeprowadziła się do nich. Podsumowując – inni ludzie mogą być piekłem, jak powiedział Jean Paul Sartre, ale i niebem też mogą być. Oni albo dają nam szczęście albo nas zabijają. Trzeba to pamiętać – lekarstwem na to, że człowiek jest samotny, czuje się odrzucony i czegoś się boi i nie rozumie, są inni. Ktoś da ci książkę do przeczytania albo artykuł, ktoś weźmie cię na odczyt, pokaże film... I nagle wszystko może się zmienić. To działa.

Wspomnijmy jeszcze o filozofii wsparcia osób chorych na alkoholizm. Daj mi siłę, bym zaakceptowała to, czego zmienić nie mogę, daj odwagę, bym zmieniła to, co zmienić mogę i daj mądrość, bym potrafiła odróżnić jedno od drugiego.

To „Modlitwa o pogodę ducha”. Jej autorstwo jest przypisywane Markowi Aureliuszowi albo amerykańskiemu filozofowi Reinholdowi Niebuhrowi, ale rozpropagowali ją Anonimowi Alkoholicy. Ja uważam ten króciutki tekst za fenomenalną dewizę filozofii życiowej. Początek Modlitwy brzmi: „Boże, użyż mi pogody ducha, żebym godziła się z tym, czego nie mogę zmienić.” Czyli – daj mi akceptację – pogodzenie, jeżeli czegoś nie mogę zmienić. Najczęściej dotyczy to drugiego człowieka, a czasem – własnych ułomności, losu, różnych rzeczy. Daj mi pogodę ducha, czyli – nie muszę być szczęśliwa, mogę nawet mieć żal do losu, że np. nie doczekam się wnuków, ale przecież nikt mi nie obiecał, że będę miała wszystko, czego zechcę, a więc spokojnie. Potem jest o odwadze – „abym zmieniła to, co mogę”. Tak, mogę usiąść z własnym dzieckiem i powiedzieć: – Kasiu, ale dlaczego wy życie z Małgosią? Czy to dlatego, że nie lubisz chłopców, czy dlatego, że się ich boisz, czy któryś ci zrobił przykrość? I Kasia powie: – Wiesz mamo, dlatego, że ja bardzo potrzebuję tej bliskości, którą odkryłyśmy razem z Małgosią. I tak, to jest to, co się nazywa miłość. Innej sobie nie wyobrażam. A mama może zapytać: – Ale czy ty próbowałaś być z chłopcem? – Nie próbowałam. Chłopcy próbowali i mnie to zawsze odrzucało. Nie podoba mi się, jak pachną, nie podoba mi się ich fizjologia... A czasami jest taki etap, który się nazywa tranzycja, czyli – osoba jest w drodze, nie wie, jak to będzie. I trzeba to uszanować, bo rzeczywiście człowiek odkrywa. A jak się zakochujesz w chłopaku, to od razu jesteś pewna, że tak powinno być i tak zawsze będzie?

A jak np. te ekscytacje z chłopakiem kończą się bardzo szybko, seks nie jest atrakcyjny, jest jałowy, nudny... Ten chłopak nawet chce dobrze, umie wbić gwóźdź i przynosi pieniądze i nawet macie fajne dziecko, ale on jako mężczyzna już kompletnie nie działa na ciebie. A gdy jesteś na basenie i weszłaś do sauny, i siedząca obok znajoma albo nieznajoma mówi: – Wiesz co, zostaw ten ręcznik, przecież jesteście tutaj same. I cię dotknie, a przez ciebie przejdzie prąd. I poczujesz to, czego już od 15 lat nie czułaś ze swoim facetem. I w ogóle już nie żyjecie razem. A tu, nagle, prąd cię przeszył! Pytasz: – Często tu przychodzisz? – Właściwie w każdy czwartek. I zbliża się następny czwartek, a ty nie możesz się doczekać. No i co w tym złego? Nic. Tak bywa. Jest LGBTQ+ – prawie w każdym człowieku jest ileś procent każdej z tych liter...

A ostatni człon modlitwy?

Chodzi w nim mądrość, która przypomina, żeby zaprzestać usiłowania zmieniania czegoś, czego zmienić się nie da. Chodzi o inteligentną ocenę danej sytuacji, o uświadomienie sobie, że jeżeli czegoś próbowałaś ileś razy i nie osiągnęłaś zamierzonego celu, to daj sobie spokój. Nie marnuj energii na coś, co jest nie do osiągnięcia. Podsumował to Einstein – uczony, mędrzec – któremu przypisuje się powiedzenie, że jeżeli kilkakrotna próba przyniosła rezultat zero, to dziwne by było, aby za następnym razem można było oczekiwać innego wyniku niż takie samo zero. Z tej zasady korzystają też osoby współzależnione, żony i partnerki alkoholików. Tylko to u nich czasami trwa dość długo ... Przez 15 lat ona wylewała mu alkohol, a on dalej pił, więc niech już wreszcie przestanie to robić, bo to nie działa. Albo robi mu awantury, a on dalej pije, może nawet jeszcze więcej. A więc po co te awantury? Zrób coś, czego jeszcze nie próbowałaś. Chodzi o mądrość, żeby odróżnić, czy jeszcze mogę coś zrobić, czy już doszłam do kresu. Dziecko się nie uczy, siadasz obok i razem odrabiacie lekcje, a ono dalej przynosi dwóje. To może weź korepetytora. A może poślij dziecko do szkoły specjalnej. Po prostu. Gdy zastanowimy się nad słowami „Modlitwy o pogodę ducha”, to naprawdę trudno znaleźć większą mądrość pomagającą w każdej trudnej sytuacji życiowej.

Akceptacja to spokój. Gdy jesteś spokojna, to twój mózg ma dostęp do wszystkich władz i zasobów, jakie posiadasz. Gdy natomiast zaciśniesz pięści albo postanowisz zrobić sobie coś złego, to na ten zawzięty upór pójdzie cała twoja energia i na nic więcej już jej nie starczy. W akceptacji chodzi po prostu o pogodę ducha. A tę można mieć nawet na pogrzebie. I o spokój. Jeżeli mam dziecko, które mi się nie podoba, to nie mogę go odurodzić. No nie. Mogę się go wyrzec, odrzucić, oddać obcym, ale jeżeli tego nie zrobię, to je mam. A nawet jak to zrobię, to i tak je mam, bo jestem matką tego dziecka, niezależnie od tego, kto je wychowuje.

Dopóki żyję, to nią będę. Dlatego trzeba umieć się pogodzić. Zaakceptować.
To najważniejsza umiejętność, jaką musimy osiąść w życiu.
Po to, by żyć odpowiedzialnie i nikomu, ani sobie, nie wyrządzać krzywdy.

Julia Maciocha

– prezeska Parady Równości,
aktywistka na rzecz
praw osób LGBTQIA,
feministka, naukowczyni.



Otwierajmy się, edukujmy i po prostu róbmy lepszy świat!

Julia Maciocha

Agata Jankowska: Od sześciu lat działasz w Wolontariacie Równości. Powiedz, jakie osoby angażują się w działania – młodzież czy także starsi?

Julia Maciocha: Parada jest specyficznym wydarzeniem, więc zdecydowanie przychodzi do nas więcej młodych osób, także dlatego że nie mamy wymagań wstępnych. Nie musisz być psycholożką, prawnikiem, mieć wykształcenia, musisz mieć trochę wolnego czasu, zapał i chęci. Mamy też takie osoby, które przychodzą i chyba niespecjalnie chcą robić Paradę tylko szukają bezpiecznej przestrzeni, styczności z tą społecznością, kontaktu rówieśniczego innego niż imprezy i tego typu wydarzenia. Ostatnio dołącza do nas trochę więcej osób eksperckich, by wspierać to nasze wydarzenie, które rośnie i zaczyna wymagać bardziej specjalistycznego podejścia a nie takiego, że zbierze się dziesięć osób i stwierdzi, że zrobią marsz. Zdecydowanie jest jednak u nas młoda ekipa, inaczej niż w organizacjach, które tworzą pomoc prawną lub psychologiczną.

A czy ostatnimi czasy, w tej specyficznej, niełatwej sytuacji w naszym kraju, garnie się do was więcej osób czy mniej? Więcej osób chce działać, czy – odczuwa strach? Zauważacie zmiany?

W trakcie pandemii nie robiliśmy nowego naboru do wolontariatu, więc teraz ten nabór, który robimy, jest trochę większy – osoby, które to planowały, nie mogły do nas dołączyć wcześniej. Ale wydaje mi się, że Warszawa to miasto, w którym tych osób jest wiele i jest to dość bezpieczne działanie, więc jest to raczej stała liczba osób.

Jeżeli natomiast popatrzymy na całą Polskę, to, oczywiście, możemy zaobserwować dużo większe zaangażowanie, szczególnie ze strony młodych osób, ale nie tylko. Dużo osób sojusznicznych bądź starszych osób LGBT+ dochodzi do takiego momentu w swoim życiu, kiedy mówi: – Ok, już wystarczy! – Liczba Marszów Równości rośnie w niesamowitym tempie, w 2017 r. mieliśmy ich tylko siedem, w 2019 – 32, zobaczymy, co dla nas szykuje tęczyowy sezon 2022, ale mogę już zdradzić, że pobijemy rekord.

Czyli pojawia się też więcej starszych – rodziców, siostr, braci, przyjaciół osób LGBT+ – którzy mówią: – Mam dość, idę, robię coś!

Tak, pojawiają się przede wszystkim rodzice i szukają grup rodzicielskich. To jest coś niesamowitego, że w ostatnich latach właściwie na każdym Marszu Równości była grupa rodziców, bliskich – siostr, braci, co też pokazuje tym młodym osobom, które, niestety, w Polsce często przychodzą z domu czy środowiska mało wspierającego, że może być inaczej, lepiej albo – że tego wsparcia niekoniecznie muszą szukać wśród osób, które są z nimi związane krwią, a wręcz przeciwnie, że ta rodzina często jest rodziną z wyboru. Ale musimy pamiętać, że tylko 25 proc. matek i 12 proc. ojców akceptuje swoje dzieci LGBT+, więc dla tych młodych osób, które przychodzą na Marsze, boją się wyoutować w domu albo wyoutują się i doświadczają przemocy, ta obecność innych rodziców w przestrzeni w wyniku kampanii, które robią organizacje, także wy, to jest coś, co daje nadzieję. To jest coś, co mówi: – Ok, mnie się może nie udało, ale to nie znaczy, że kiedyś nie będzie lepiej.

A czy, jak się spotykacie, działacie, przygotowujecie Marsze, to rozmawiacie w gronie młodych osób o rodzinnych doświadczeniach? Bo jeżeli te osoby przychodzą po wzmocnienie, to też, jak mówiłaś, chcą o swoich coming outach i doświadczeniach z tym związanych otwarcie, szczerze porozmawiać.

Tak, natomiast ja już spotykam się raczej z tymi pozytywnymi historiami. To są takie historie, że ktoś przyszedł, był z nami rok w Paradzie i mówi: – Ok, to jest ten moment! Wracam na Podlasie i mówię swoim rodzicom.

Więc raczej doświadczam takich dobrych iskerek: „Przemyślałam to, dojrzałam/-em, to jest ten moment, kiedy jestem gotowa/-y wyoutować się przed rodziną.” Mamy trochę takich osób, które nie są w naszej ekipie, tylko do nas piszą: „Hej, chcę się wyoutować przed przyjaciółką, przed rodzicem – jak powinnam to zrobić?” Do mnie też sporo młodych osób tak pisze, nawet na Instagramie. Miałam np. kiedyś taką rozmowę z dziewczyną, która chciała się wyoutować przed przyjaciółką, wierzącą muzułmanką. Najważniejsze dla mnie, oczywiście, było to, żeby ta osoba była bezpieczna – przyjaźń dawała jej jakąś stabilizację, ale jeżeli musiała coś ukrywać przed tą przyjaciółką, to znaczy, że to jednak było dla niej trudne... Rozmawialiśmy więc bardzo długo, a potem ona zniknęła. Odezwała się po miesiącu i powiedziała, że w końcu to zrobiła i przyjaciółka powiedziała, że ją akceptuje.

Natomiast dużo osób w ogóle nie chce mówić o swojej rodzinie i doświadczeniach, jeżeli są one negatywne. Dużo młodych osób LGBT+ zrywa kontakt ze swoimi rodzicami i miną lata i pewnie też będzie potrzebna jakaś terapia, by do tych relacji wrócić.

Moje absolutnie ulubione historie dotyczą rodziców naszych osób wolontariackich, którzy przychodzą na Paradę po raz pierwszy. Oni są różni, jest część takich rodziców, którzy bardzo chcą nas poznać i mówią, że jest super, są podekscytowani, że w końcu są na swojej pierwszej Paradzie. I są też tacy, którzy trzymają duży dystans, przychodzą najpierw poobserwować, jeszcze nie idą w Marszu. Myślę, że dla wielu osób to jest przełomowy moment. Zobaczenie tej mojej ekipy, tych moich przyjaciół, przyjaciółek, które i którzy widzą rodziców po raz pierwszy w tęczowym pochodzie! – Super. Oczywiście, najpierw są zestresowani przez cały ranek, ale jest to też takie ogromne wzruszenie, że w końcu nadszedł ten moment, kiedy rodzic próbuje trochę wejść w to ich życie, zetknąć się z nimi.

Starasz się sama pomagać zwracającym się do ciebie osobom, czy odsyłasz je do kogoś dalej?

Zależy, jaki jest problem. Jeżeli mamy sytuację kryzysową, to ja, mimo że jestem przeszkolona, nie chcąc już pracować w tzw. kryzysówce, wchodzę w kontakt z osobą, po czym staram się skłonić ją do dalszego kontaktu – z Lambdą Warszawa przede wszystkim. Lambda ma teraz telefon zabezpieczony na cały kraj, powstała też bardzo duża sieć wsparcia psychologicznego w wielu miejscowościach. Największy problem jest dalej, gdy pojawia się ktoś z małej miejscowości. Tam, jeżeli nie jest wyoutowany przed rodzicami, to tym bardziej nie pojedzie do najbliższego miasta, żeby pójść na terapię, ale widzę też, że dużo osób działa przez Internet, gromadzi się w grupach na Facebooku czy na Discordach (przyp. red.: aplikacje do komunikacji), więc też może doświadczyć pomocy ze strony społeczności.

Jeżeli więc jest to sytuacja kryzysowa, to staram się te osoby odsyłać dalej. A jeżeli to jest potrzeba pogadania, a ja mam na to przestrzeń i czas, to jak najbardziej w to wchodzę.

Jesteś przeszkolona, ale masz też własne doświadczenia. Czy one ci pomogły i na nich bazujesz? Czy one były pozytywne, czy trudne?

Staram się nie bazować na własnych doświadczeniach, bo były one bardzo specyficzne. Pochodzę z patchworkowej rodziny, wszystkie moje siostry, a mam ich sporo, są ode mnie dużo starsze i ta różnica wieku była ważna, ale też to, że szybko się usamodzielniłam, nie byłam zależna od rodziców w taki sposób, w jaki wiele osób jest zależnych. Bo teraz, jak rozmawiam z młodymi ludźmi, to takim głównym strachem czy obawą jest to, że po prostu zostaną wyrzuceni z domu albo odcięci od finansowania, a dopiero zaczynają studia i nie chcą ich rzucać i iść do pracy. Chcą realizować swoje pasje, marzenia, więc dużo takich obaw dotyczy właśnie zabezpieczenia materialnego. I dlatego też ten hostel, który otworzyła Lambda, jest taki ważny. Zaczął działać dwa miesiące temu i już ma pełne obłożenie. Bezdomność młodych osób LGBT+ często jest poza statystykami...

Te obawy, które ma wiele osób o stratę domu, zabezpieczenia, to nie były moje obawy, a więc ja nie mogę używać swojego doświadczenia.

Rozumiem, że otworzyłaś się przed rodziną, jak już byłaś samodzielna?

Nie, wyoutowałam się wcześniej, ale wiedziałam, że jest ta jedna rzecz, która się nigdy nie wydarzy. Mogą się wydarzyć różne rzeczy w kontekście rodziny, ale od dziecka byłam pewna, że nikt mnie nie wyrzuci z domu, nie zatrzyma w drodze na studia, do edukacji.

Czyli mogłaś się czuć bezpiecznie.

A to jest ta podstawowa potrzeba. Bo to, czy cię będzie lubił wujek albo czy babcia będzie ci serwowała kąśliwe komentarze przy stole w niedzielę, oczywiście, że to też jest przemoc i trudne doświadczenie, ale to jest coś, z czym wiele osób jest w stanie sobie poradzić i to jest też coś, czego wiele osób może uniknąć. Może po prostu nie iść na ten obiad, natomiast podstawą podstaw jest to, żeby miały gdzie mieszkać i co jeść. Studia w Polsce są darmowe – nie płacisz za szkołę, ale musisz zmierzyć się z dużymi kosztami. Często trzeba się przeprowadzić do większego miasta, gdzie ceny są wyższe, ale też kupić materiały do zajęć, finansować wyjazdy w ramach zajęć terenowych, w zależności od tego, co kto studiuje, nabyć książki... To są koszty. Nawet Karta Miejska w Warszawie, która kosztuje ponad 50 zł, to nie jest mały wydatek dla 19-letniej osoby, która musiałaby nagle na to wszystko

zarobić. Ja nie miałam tego podstawowego strachu, który ma wiele osób w Polsce. To jest de facto duży problem, bo nie wiadomo, co dalej? To jest osoba pełnoletnia, więc powinna sama sobie radzić, jeżeli przychodzi taka sytuacja. Teoretycznie, dopóki się uczy, może pozwać rodziców o alimenty, ale to jest sprawa, która trwa, i trzeba mieć wiedzę prawną albo korzystać z pomocy prawnej – wiedzieć, że można to zrobić. To wszystko jest zagmatwane.

Czyli ty miałaś akceptację?

Tak, to ogromny przywilej. Mam fantastyczne siostry, które wspierały mnie na każdym etapie mojego dorastania. Mama – też, ale to siostra była pierwszą osobą, przed którą się wyoutowałam. Zresztą to do sióstr dzwonię, jeśli muszę coś powiedzieć. Jedna jest starsza o dziesięć lat, druga o dziewięć – to jest duża różnica wieku. Siostry przeskoliły mamę, bo to one były najpierw tymi krnąbrnymi nastolatkami, a później zawsze wiedziały, że staną po mojej stronie. To jest coś – o czym mówiłam – czego większość dzieciaków w Polsce nie ma. Takiej siatki bezpieczeństwa, na którą, wiesz, że możesz spaść. I myślę, że to jest jedna z najważniejszych rzeczy w moim życiu, ale też coś, co mnie ukształtowało jako aktywistkę. Bo żeby wejść w aktywizm, trzeba mieć dozę pewności siebie, dozę wiary w to, że możesz zmienić świat choćby w skali mikro, ale też to wsparcie na zapleczu. Nie jesteśmy samotną łódką na morzu, żyjemy w społeczeństwie i potrzebujemy bliskich osób, więc to, że siostry zawsze stały po mojej stronie, to było bardzo ważne.

To super. I fajnie, że to mówisz, bo o rodzeństwie nie wspomina się często. Przeważnie mówi się tylko o rodzicach.

Bo myślę, że to jest chwytliwe, można się odwołać do pierwotnych uczuć. Matczyzna miłość, instynkty macierzyńskie – na tym dużo ludzi chce budować, a ja myślę (zresztą Lambda zrobiła taką mikrokampanię w Radomiu skierowaną właśnie do rodzeństwa – sióstr i braci), że często rodzeństwo daje większe wsparcie, często też bardziej rozumie niż rodzice. Jest to bardziej do nas zbliżona grupa wiekowa i tam też jest miłość, ona nie musi być instynktowna... Zależy to jednak od tego, jak w ogóle rodzice wychowują dzieci, a nas mama tak wychowywała, że siostry są najważniejsze i mamy stać po swojej stronie. Możemy być przeciwko niej, ale – zawsze po swojej stronie. Często natomiast w przemocowych czy dysfunkcyjnych rodzinach dzieciaki stawiają się przeciwko sobie. Relacje są budowane bardziej na antagonizmie niż na współpracy. Wiele zależy więc, niestety, od wychowania, czyli – wracamy do rodziców.

Mówimy sporo o mamie, a ojciec?

Mój ojciec nie żyje, nie znałam go, nie brał udziału w wychowaniu mnie.

A – z twojego doświadczenia i twoich obserwacji – jak być naprawdę kimś bliskim dla osób LGBT+?

To bardzo dobre pytanie. Do nas jako do Parady zwraca się bardzo dużo różnych osób. Te osoby sojusznice piszą i pytają, co mogą robić, żeby nas wesprzeć. Konkretnie. Piszą też firmy: „W jaki sposób możemy was wesprzeć?” „Co powiedzieć naszym pracownikom?” „Co mają robić albo – czego robić nie powinni?” A to nie jest takie proste. Sojusznictwo nie polega na tym, że dostaniesz 10 punktów i jak je odhaczysz, to sprawa załatwiona. I też myślenie o tym sojusznictwie jak o zadaniu do zrobienia, niestety, skazuje nas wszystkich od razu na porażkę. Z jednej strony ta osoba LGBT+ czuje się jak zadanie, więc nie czuje wsparcia, ale z drugiej ty frustrujesz się, jeśli nie jesteś w stanie za każdym razem odhaczyć wszystkich dziesięciu punktów. Tak się nie da.

Dużo osób sojusznicznych mówi: – Ojej, boję się, bo jak będę mówić do tej osoby transpłciowej i użyję złych zaimków, to ją zranię.” No, tak. To może się wydarzyć i pewnie się wydarzy. Będziesz się mylić, bo nie jesteśmy nieomylni, ale to, co możesz zrobić, to właśnie nie skupiać się na błędzie, żeby za każdym razem, jak użyjesz złego zaimka, kajać się i przerywać rozmowę, tylko – pójść dalej i starać się więcej tego nie zrobić. Bo skupianie się na tym, żeby się nie pomylić, najczęściej skutkuje powstawaniem bardzo sztucznej atmosfery, która bardziej utrudnia niż pomaga.

Więc ja np. bardzo lubię takie pytania: – Jak się czujesz? Co u ciebie? – Żeby zostawić dużo pola do tego, by ta osoba mogła się podzielić swoim realnym doświadczeniem. Bo bardzo często – spotykam się z tym także podczas udzielania wywiadów – ktoś mi mówi: – No, ciężko jest być osobą LGBT+ w Polsce... – I ja nie mogę tej osobie przeprowadzającej wywiad powiedzieć: – Nie, no słuchaj, jest super! – Bo nie jest super, ale też takie naznaczanie mojego istnienia i życia jako traumy nie jest ok, bo tak wcale nie jest. Moje życie jest różnorodne, takie jak osób heteronormatywnych – czasem jest super, a czasem jest bardzo źle. I oczywiście, że mogłoby być lepiej, gdyby nasz rząd nie prowadził kampanii oczerniających i polityki dyskryminacyjnej wobec mniejszości, ale to nie znaczy, że w moim życiu nie ma radości, że nie dzieją się też pozytywne rzeczy. Więc – jeszcze raz – bardzo lubię otwarte pytania: – Co u ciebie? Jak się czujesz? – I przede wszystkim pytanie: – Jak mogę ci pomóc? – Bo założenie, że osoby LGBT+ są jedną masą i mają takie same potrzeby, jest błędne. Każda i każdy z nas potrzebuje czegoś innego. Są osoby, które chcą, by po coming outie zachować to w tajemnicy, bo nie są gotowe, żeby ten coming out kontynuować, a więc jeżeli ktoś outuje się przed tobą, to warto zapytać, czy ktoś jeszcze wie? Czy chcesz, żebym ci pomógł, pomogła outować się dalej, czy – żeby to zostało między nami, żeby to była tajemnica? Chodzi o otwartość na to, że nasze doświadczenia mogą

być różne. Gdy ja się wyoutowałam, to już mi było wszystko jedno, kto jeszcze się dowie. Dla mnie to nie było już żadną tajemnicą. Ale są osoby, które są w innej sytuacji niż byłam ja, mają inne obawy i przywileje i robią to trochę wolniej lub tylko przed konkretnymi osobami.

Zachęcam więc, żeby patrzeć na to sojusznictwo w otwarty sposób, jak na proces, który dzieje się ciągle i który nie ma żadnych określonych celów strategicznych. Zachęcam, by czasem w tym sojusznictwie się mylić, by mieć w sobie zgodę, że czasami się po prostu nie uda, bo lepiej, żeby podjęta próba nam się nie udała, niż żebyśmy nie próbowali/-ły.

I to, co zawsze można zrobić, i do czego absolutnie zachęcam, szczególnie osoby, które posiadają przywilej, jakiego osoby LGBT+ nie mają, to jest po prostu przeciwstawianie się mowie nienawiści i dyskryminacji. Na przykład powiedzenie koleżdze w pracy: – Hej, ten dowcip o pedałach nie jest śmieszny! – To jest trudna rzecz, bo czasami wprowadza nieprzyjemną atmosferę, a dużo osób – szczególnie w Polsce, gdzie zdrowie psychiczne jest spychane gdzieś na ostatni poziom – nie radzi sobie dobrze z taką sytuacją. Boi się ostracyzmu, tego, że np. zostanie wykluczony, wykluczona z grupy pracowniczej, nie będzie zapraszany, zapraszana na spotkania... Natomiast z mojego doświadczenia i historii, które słyszę, jak znajdzie się osoba, która pierwsza powie, że nie podoba jej się usłyszany żart, to później kolejne osoby powtórzą to za nią. Więc to ty możesz być osobą, która rozpocznie tę rewolucję na małą skalę, bo osób sojusznicznych jest więcej niż nam się wydaje, tylko one czasami też się boją. Bo, tak, w obecnej sytuacji nawet bycie osobą sojuszniczą jest trochę przerażające...

Niestety. A jak wzmacniać siebie?

To, co powiem, będzie kontrowersyjne – odciąć toksyczne osoby. Nie utrzymuję kontaktu z częścią moich „bliskich”. To była trudna decyzja, bo jestem związana z tymi ludźmi, znam ich całe albo prawie całe swoje życie. Ale – jestem wyoutowana już ze 12 lat i jeżeli ktoś przez 12 lat nie był w stanie się ogarnąć, to czas sobie podziękować. Naprawdę – rodzina z krwi, to nie jest jedyna rodzina, prawdziwa bliskość nie jest wyznaczana genetyką i często te osoby sojuszniczne wokół ciebie – dalsza ciocia, babcia, sąsiadka, którą znasz całe życie... – to mogą być osoby lepsze dla ciebie. Zachęcam do tego, żeby zrywać te kontakty, które są dla nas toksyczne. One kiedyś mogą wrócić, ale chodzi mi o to, by się od nich uwolnić, wrócić do siebie, poznać siebie, swoje potrzeby i jeżeli okaże się, że rzeczywiście chcemy pracować nad tymi relacjami, budować je, naprawiać, to zawsze możemy zacząć od nowa. Ponadto szukać swojej rodziny z wyboru. Przychodzenie na wydarzenia LGBT-owe, rozmawianie z innymi osobami LGBT+, korzystanie z terapii, darmowych lub płatnych form wsparcia... – w zależności od tego, jaki mamy przywilej, na co nas stać.

Ale, moim zdaniem, ważny jest kontakt z tą społecznością, bo, jak się okazuje z rozmów, często te nasze doświadczenia są bardzo podobne, a nawet jak nie są podobne, bo mamy różne sytuacje rodzinne, to obawy, które mamy, są takie same, one są czasami identyczne. I posłuchanie o tym, że ktoś też tak miał i poradził sobie tak, albo sobie nie poradził, daje możliwość zastanowienia się, jak my sobie chcemy poradzić z tą sytuacją. Gdy rozmawialiśmy o naszych obawach na temat organizowania Parady w covidzie, okazało się, że dla wielu osób LGBT+ Parada była ważniejsza niż zdrowie. Były osoby, które pisały do nas, że proszą, żebyśmy zrobili Paradę, bo oni i one – mimo zagrożenia chorobą – chcą się spotkać. Wyjść z domu, poczuć wspólnotę, bo jest im trudno po dwóch latach siedzenia w domach, często w zamknięciu z rodzinami, które nie są wspierające. Bardzo mnie dotknęły te wiadomości, nawet przeraziły, ale później, jak porozmawialiśmy w naszej grupie, to my też to czuliśmy. Nawet te osoby, które mają super sytuację życiową, dużo przywilejów, też miały poczucie, że brakuje im naszej wspólnoty. Tej iskierki, którą daje Parada, tej nadziei.

Więc ja zawsze zachęcam, szczególnie osoby, które mówią: „Po co te Parady?!“ itd., żeby przyjąć, zobaczyć, poczuć to, co się dzieje, jacy jesteśmy w naszej wspólnotce. Nie mówię, że trzeba przyjeżdżać do Warszawy – teraz już w każdym województwie jest LGBT-owa organizacja pozarządowa albo grupa, mamy Marsze, pokazy filmowe, spotkania, kluby dyskusyjne... – można mieć styczność ze społecznością, która jest po prostu wspierająca. I daję siłę, żeby w kolejny i kolejny dzień wstawać i walczyć, być aktywnym. Bo – to ważne – właściwie każda wyoutowana i niewyoutowana osoba LGBT-owa rozwija w Polsce aktywizm. On jest czasem na mniejszą skalę, ale każda mała rzecz, którą robimy – przyklejenie wlepki, wyoutowanie się przed swoją nauczycielką czy przed swoją babcią – to wszystko jest aktywizm. To wszystko zmienia to nasze społeczeństwo, porusza nas do przodu.

Czyli, chcąc się wzmacniać w tych mniejszych lub większych działaniach, należy szukać „swoich”? I dzielić się energią.

Tak, ale też „podrzucać edukację”. To jest to, co fajnie się sprawdziło u mojej mamy. Podrzuciłam jej książkę, którą wydała Akceptacja „Rodzice, wyjdźcie z szafy!” – rozmowy z rodzicami osób LGBT+ – i myślę, że to też dużo mojej mamie dało, po prostu poczytanie o tych doświadczeniach. Teraz dużo osób, jak się outuje, to poleca rodzicom kontakt z innymi rodzicami, więc ta sieć się buduje, powiększa. Bo ci nasi rodzice, co ciekawe, też mają podobne obawy. Pogadanie z innymi, które/-rzy są w takiej samej sytuacji otwiera ich, uspokaja i wzmacnia.

Sz szczególnie młode osoby, które się outują, odczuwają bardzo dużo emocji, strachu i obaw, które czasem przysłaniają realną sytuację. Więc

czasem zostawienie broszury, karteczki czy linku do strony internetowej i powiedzenie: – Tutaj możesz sobie coś poczytać. Porozmawiamy za dwa, trzy dni – i powrót do tej rozmowy od zera czasami jest najlepszym wyjściem z sytuacji. Bo to umożliwia rodzicowi wzięcie trzech głębokich oddechów, zanim powie coś, czego będzie żałować do końca życia, np.: – Spakuj się i wyńś! – To umożliwia też tej młodej osobie wzięcie trzech oddechów i zastanowienie się, czy „to, co widzę, to naprawdę jest to, co widzę, czy to, co mi się wydaje, co sobie wyimaginowałam, wyimaginowałem.” Bo najczęściej to trwa miesiące, zanim osoba się wyoutuje, przez miesiące miała więc w głowie różne scenariusze i historie i potem czasem ciężko jest jej wyjść z tych własnych negatywnych scenariuszy... A najgorsza sytuacja jest taka, że ta osoba wymyśla sobie w głowie scenariusz i odbywa tę wyimaginowaną dyskusję z rodzicami, stresuje się, czuje skurcze w klatce piersiowej, płacze, bo jej organizm nie wie, że to nie jest rzeczywistość. Nasze ciało nie wie, że to się wydarza tylko w naszej głowie, czuje emocje – łzy, które spływają po policzkach. Rodzice często mogą zareagować nawet w miarę pozytywnie, a ta osoba czuje, że wcale nie jest jej dobrze, bo już 40 razy odbyła w sobie inną rozmowę niż ta, która się wydarzyła właśnie na kanapie. Fajnie więc czasem powiedzieć to, co mamy do powiedzenia i zostawić odpowiedni materiał edukacyjny. Te broszury przygotowywane dla osób i ich rodziców dlatego są tak ważne – by osoba, rodzic najpierw poczytał i może tam znajdzie odpowiedzi na swoje pytania i wcale już nie będzie musiał drażyć tej dyskusji z dzieckiem. Może skontaktuje się z kimś, porozmawia o swoich obawach, być może, jeżeli to jest dwójka rodziców, to najpierw powiedzą między sobą wszystko, co mają do powiedzenia i przygotują słowa, które będą lżejsze dla tej młodej osoby.

Więc zachęcam też – i to może być trochę kontrowersyjne – żeby dać rodzicom kredyt zaufania. Znam statystyki, wiem, że większość rodzin nie jest akceptująca, ale czasami te akceptujące osoby są odpychane, bo jesteśmy tak głęboko w negatywnych emocjach, czasami w depresji, potwornym strachu, że nie widzimy tej wyciągniętej do nas ręki. Nie widzimy nici porozumienia, wsparcia, bo odbyliśmy, odbyliśmy tę rozmowę już 40 razy w głowie i nie mamy już siły słuchać innej jej wersji.

Trochę już powiedziałaś o tym, ale – jak siać to ziarno akceptacji? Otwierać się na osoby, przekazywać materiały edukacyjne...

Myślę, że dużo osób boi się konfrontacji. Ktoś mówi, że ma w pracy kogoś, kto jest homofobiczny, ale nie wie, jak zareagować na jego wypowiedzi, bo się wdawać w dyskusję. Ale przecież ty nie musisz wdawać się w dyskusję. Czasami, jak ktoś mówi coś homofobicznego, to wystarczy, że powiesz, że to nie jest prawda. Nie musisz się tłumaczyć, prezentować naukowego wyводу na 30 stron czy 30 minut. To jest bardzo ważna rzecz! Mamy w Polsce dostęp do wiedzy, do Internetu (oczywiście, że są regiony wykluczone) i większość

ludzi ma smartfony, w których może w Google wpisać: „LGBT co to znaczy?”. I to nie po naszej stronie leży wieczne edukowanie wszystkich dookoła.

Ja też to sobie uświadomiłam całkiem niedawno, że nawet jako aktywistka nie zawsze mam obowiązek edukować ludzi. Jeżeli ktoś naprawdę jest zainteresowany, to znajdzie informacje. Nie po mojej stronie leży ciągłe udowadnianie, że jestem pełnoprawną obywatelką i należą mi się równe prawa. Jeżeli ktoś nie chce tego przyjąć, to świadczy o tym, że tak naprawdę nie chce się doedukować i nie chce prowadzić ze mną dyskusji na poziomie, tylko dalej rozprzestrzeniać homofobiczne treści. A ja nie muszę na to tracić czasu.

Natomiast jeżeli taka sytuacja wydarzy się w większej grupie i ktoś coś powie, np. że osoby LGBT+ chcą przebierać chłopców w sukienki, a ty zaprzeczysz, to, nawet jeśli tej osoby i tak nie zmienisz, bo ona tego nie chce, to wpływasz na osoby wokół ciebie. One mogą pomyśleć: „O, ciekawe, dlaczego Kaśka powiedziała, że to jest nieprawda...” i wrócą do domu i wpiszą sobie w Google pytanie i znajdą rzetelne informacje. Rozmowy nie zawsze muszą więc być konfrontacyjne. Edukacja nie musi być konfrontacyjna i wyczerpująca. Nie zawsze musimy wszystko udowadniać. Ja np. gdy idę do warszawskiej stacji Metro Centrum przez pobliską tzw. Patelnię i stoją tam przeciwnicy aborcji i mówią, że mój się rozwija w drugim tygodniu życia płodowego, to przechodząc mówię, że to nie jest prawda. Nie kontynuuję tej rozmowy, nie noszę przy sobie książek medycznych, żeby ich uświadamiać, przecież oni nie są zainteresowani wiedzą. Moim zdaniem, samo to jest ważne, by nie dać tej drugiej osobie poczucia, że jest bezkarna, może rozprzestrzeniać takie treści bez sprzeciwu, ale też – by osoby wokół mogły usłyszeć i pomyśleć: „Ktoś powiedział, że to jest nieprawda, więc może tak jest rzeczywiście?” Trzeba wzbudzać chęć zainteresowania się sprawą.

I myślę, że jak zdejmujemy z siebie te oczekiwania sojusznicze, że będziemy stać na Patelni i coś komuś tłumaczyć, albo że zawsze będziemy mieć broszury gotowe w plecaku – bo przecież tak nie będzie zawsze – to sojusznictwo wyda nam się łatwiejsze. Czasami to będzie tylko kilka słów: – Nie zgadzam się. – Albo: – To jest nieprawda. – Albo: – Nie mów przy mnie takich rzeczy. Nie uważam, że to jest śmieszne. Twoje żarty są homofobiczne. – To są małe – wielkie rzeczy. Ale – i to też jest warte wspomnienia – są momenty, kiedy nie mamy ani przestrzeni ani czasu na bycie sojusznikami, i to też jest ok. Są miejsca, w których my też nie jesteśmy uprzywilejowani. Jeżeli nasz szef opowiada homofobiczne żarty i my mu się sprzeciwimy, a on może spowodować, że stracimy pracę, to tego nie zrobimy. Bo najważniejsze jest nasze bezpieczeństwo. To jest to, co powtarzam przed coming outami młodym osobom: – Jeżeli wiesz, że po coming outie możesz stracić dom, wsparcie finansowe od rodziców, zaczekaj. Lepiej zaczekać ten rok

czy dwa w ciepłym domu, w którym masz jedzenie, ubrania i kieszonkowe, niż wylądować na ulicy.

Tylko myślenie o swoim bezpieczeństwie może zrobić z nas aktywistów. To jest tak, jak w samolocie – najpierw zakładamy maskę sobie, a potem dziecku, innym. Jeżeli nie zadamy o siebie, własne bezpieczeństwo, to szybko się wypalimy. Nie będziemy mieć siły na aktywizm, edukację. Jestem więc za tym, by nie nakładać na ludzi specjalnych ograniczeń.

Czy masz jeszcze jakieś przesłanie?

Jak zrozumiałam, że jestem lesbijką, tzn. jeszcze wtedy tego nie zrozumiałam... – jak się po raz pierwszy zakochałam w dziewczynie, to nie miałam bladego pojęcia, że lesbijki istnieją, nikt mi o tym nie powiedział. Dorastałam w małym mieście, gdzie nie było wokół mnie osób LGBT+ i nikt mi nie powiedział, że takie osoby istnieją... A w tym roku w tym moim małym mieście, w Koszalinie, przeszedł już drugi Marsz Równości, który organizują ekstra osoby, również sojusznice, powstała też grupa dla rodziców. Świat się zmienia i osób, które nas wspierają, jest więcej niż nam się wydaje. Otwierajmy się, edukujmy i po prostu czynmy świat lepszym. Bo – moim zdaniem – na przestrzeni tych kilkunastu lat mojego życia i tak Polska już zrobiła obrót może nie o 180, ale przynajmniej o te 60 stopni. Więc jeszcze 120 i jesteście w domu, nie? Trzymajcie się, nadchodzi lepsze jutro!



Homoseksualność syna jest dla mnie darem od Boga

rozmowa prezeski Stowarzyszenia
Akceptacja, Anety Dekowskiej,
z Agnieszka Krzyszyką

Agnieszka Krzyszycha – żona, matka, księgowa,
przedsiębiorczyni i aktualnie coachini kryzysowa
pracująca z matkami przeżywającymi trudności
w relacjach ze swoimi dziećmi.

Aneta Dekowska: Agnieszko, poznałyśmy się niedawno. Opowiedz, jak do nas trafiłaś.

Agnieszka Krzyszycha: Byłam na jednym z tzw. zakrętów, miałam dylematy, nie wiedziałam, jak sobie poradzić i zaczęłam szukać informacji. Sytuacja była taka: wydawało mi się, że tak życiowo mamy już wszystko rodzinie poukładane, ale okazało się, że prozaiczna sytuacja, wesele starszego syna, spowodowała pewien kryzys. Nie wiedzieliśmy z mężem, jak pomóc naszemu młodszemu synowi, który jest gejem – jak się zachować wobec niego, czy go do czegoś namawiać, zmuszać... Czuliśmy z mężem, że raczej nie powinno się, ale nie wiedzieliśmy, co robić, i zaczęłam szukać pomocy.

Zacząłaś poszukiwania w Internecie?

Tak, już nie pamiętam, jakie hasła wrzucałam, ale pamiętam, że myślałam, że muszę się dowiedzieć czegoś więcej o ludziach LGBT+. Trafiłam na stronę internetową organizacji Miłość nie wyklucza i zaczęłam czytać. Czegoś innego szukałam, ale znalazłam to, co mnie pochłonęło. Bardzo mnie zainteresował słownik, który był tam umieszczony, czego nie należy mówić, jakich słów nie używać i to uruchomiło moje myślenie w kontekście naszej sytuacji. I jak poczytałam, to znalazłam odnośnik, że rodzicom polecany jest kontakt ze Stowarzyszeniem Akceptacja, i tak trafiłam do was. Wcześniej nie wiedziałam, że rodzice mają wsparcie, gdzie się kontaktują, zbierają. I potem najpierw poczytałam wasze broszury, a potem odważyłam się do was napisać. Bo gdy wcześniej rozmawiałam z kimkolwiek, to nie czułam, że dostaję przekonujące mnie odpowiedzi. My z mężem jesteśmy w takiej samej sytuacji mentalnej, syn – w swojej, a jak rozmawiałam z przyjaciółmi, to słyszałam: – No, kochamy was! – Ale mi nie o to chodziło. Chodziło mi o „twarde informacje”, takie, jakie uzyskałam od was, że nie rób tego, bo potem on będzie to przeżywał przez wiele lat, będzie do tego wracał, tak rób... – Te konkrety bardzo mi pomogły. Były mi potrzebne, żeby potwierdzić mi to, co czułam intuicyjnie.

Dziś, przed naszą rozmową, wspominałam, jak to było, gdy ja szukałam informacji. To był 2007 r. i jedyne, na co trafiłam w kontekście mojej córki, to było forum, gdzie dziewczyny, lesbijki, rozmawiały o różnych życiowych sprawach – też na temat rodziców – i to było potwornie smutne. Bo przedstawiały trudne życiowe sytuacje, kiedy ci rodzice zachowali się nieprzyzwoicie, to chyba najlepsze słowo... To było dla mnie tak straszne, że postanowiłam już więcej nie zaglądać do internetu.

Nie było wtedy w Polsce żadnej organizacji, która by zrzeszała rodziców, natomiast ja próbowałam sobie coś znaleźć i nie miałam takiej możliwości. Dobrze, że teraz jedne organizacje dają wzmianki o działaniach innych.

Ja szukałam informacji na nośnikach Centrum Praw Kobiet, ale jako rodzic osoby LGBT+ nie znalazłam tam przestrzeni. Nie miałam problemu z coming outem, ale w ogóle nie miałam tam z kim porozmawiać. Więc a propos współpracy z organizacjami, które są przyjazne osobom LGBT+, to myślę, że informowanie organizacji o działaniach innych to jest dobry pomysł.

Tak, bo rodzic, który dowiaduje się, że dziecko jest LGBT+, nie wie, gdzie i czego ma szukać. Ale ty świetnie sobie poradziłaś.

Ale to było mocno spóźnione! Początek tej historii to był 2016 r., styczeń, o ile dobrze pamiętam. To był moment coming outu naszego młodszego syna. Oczywiście, pewnie jak wielu rodziców, podejrzewałam, że może być gejem, bo zachowywał się „bardzo stereotypowo”, jeżeli można tak powiedzieć. W przerysowany sposób. Później powiedział mi, że robił to specjalnie, żeby zwrócić naszą uwagę. To nie nastąpiło, choć podejrzewałam...

Natomiast któregoś dnia, w styczniu, przyszedłam do domu – to był dla nas rodzinie bardzo ciężki czas, bo akurat mój ojciec był u nas – bardzo chory, w stanie terminalnym. Starszy syn wyjechał do innego miasta na pierwszy rok studiów, my rozkręciliśmy firmę, ja pracowałam w spółce giełdowej i przejmowałam trzy inne, a więc to był straszny czas... I ja przychodzę wieczorem z pracy, wchodzę jak zawsze do pokoju syna, żeby się przywitać, i zastaję taką scenę: on siedzi na podłodze w ramionach męża, swojego ojca, i szlocha. Myślałam, że coś się stało z dziadkiem, zapytałam, co jest? – Mamo, bo ja ci muszę coś powiedzieć. – Usłyszałam. Nie spodziewałam się tego w tej chwili: – Mamo, bo mi się podobają chłopcy. – Tak powiedział. Miał wtedy 15 lat, był w trzeciej klasie gimnazjum. Szlochał, płakał. Okazało się później, że wcześniej już powiedział bratu, który poprosił, żeby na razie nam nie mówił, bo byliśmy naprawdę w bardzo trudnej życiowej sytuacji. Ale ten młodszy już nie wytrzymał. Sytuacja z dziadkiem, wyjazd brata, przygotowania do egzaminów gimnazjalnych, to było dla niego za dużo...

Ja na początku w ogóle nie analizowałam tego, co usłyszałam, bo to był dla mnie szok, ale potem, po czasie, zrozumiałam i tak się ucieszyłam, że on, nie zwracając uwagi na to, że jesteśmy w takiej sytuacji życiowej, po prostu powiedział nam o sobie. Bo już nie mógł sam tego unieść. A dla mnie to był największy dowód miłości, zaufania!

Z pewnością.

Tuliliśmy syna, pytaliśmy, co możemy zrobić? Dla mnie i męża to był szok, ale trzymaliśmy się, natomiast wieczorem, gdy poszłam do swojej sypialni, to się rozłożyłam. To był jeden wielki szloch, płacz... Potem przez wiele lat zastanawiałam się, czemu tak zareagowałam – zresztą mąż podobnie, mniej płakał, ale płakał – nie wiem, dlaczego...

Z lęku, strachu?

To jest tak, jak ktoś ci umiera. Niby wiesz, że umrze, jak mój ojciec – był bardzo chory i wiedziałam, że umrze – ale i tak nie wiesz, co będzie. Czułam, czuliśmy strach, lęk o przyszłość. Nie chodziło o to, że nie akceptuję dziecka – to był strach o niego, że teraz zaczną się jego kłopoty. On już je miał, teraz one stały się moimi. Jestem głęboko wierzącą osobą i czułam paraliżujący strach, że moje dziecko będzie potępione. Jeśli syn ma być szczęśliwy na tej ziemi i mieć ukochaną osobę, partnera, to znaczy, że będzie potępiony – takie miałam wdrukowane równanie. Jako matka mam takie myślenie, że niech tylko ktoś podejdzie, to ja moje dziecko obronię, ale w tamtym świecie?! No jak? To był wielki ból, który czułam.

Ja tego nie miałam, tylko bałam się o to, co będzie.

Ja zawsze wiedziałam, że będę walczyć i obronię moje dziecko, choćby nie wiem co. Ale tamto mnie rozwaliło. No i co? Jako wierząca osoba – ja jestem stworzona z tej wiary – zaczęłam się bardzo modlić.

Pomagało?

Mnie zawsze pomaga. Ale to był proces. Trwał kilka lat. Nie wiedziałam na początku o co, jak się modlić, ale zaczęłam szukać informacji, czytać, rozmawiać... Trafiłam do księdza, który mi powiedział: – Módl się tak, żebyś nie układała scenariuszy. Tylko się módl. – I papież Franciszek... Wyczytałam jego słowa, „kim ja jestem, żebym osądzał?” I: „kochamy wszystkich”, „jesteśmy otwarci”, „wszyscy jesteście stworzeni” – ja i moje dziecko też.

Czy to pozwoliło ci przestać myśleć o potępieniu?

Tak. Ja w ogóle teraz po latach uważam, że homoseksualność mojego syna jest dla mnie – przepraszam, bo zaraz się wzruszę – darem od Boga, najlepszym, co mnie spotkało w życiu. Dlatego że wszystko przewartościowałam. Inaczej spjrzałam na świat, na swoją wiarę, na pana Boga, na ludzi, na wszystko. Wyzwoliłam się z tej tzw. kościółkowej religijności. Wszystko zmieniłam w swoim życiu.

Czy to, czego się dowiedziałaś, było dla ciebie jarzmem?

Wtedy tego tak nie odczuwałam. Jarzmo kojarzy mi się z czymś, co do czegoś zmusza... Trochę tak? Nie wiem, czy tak bym to nazwała. Wyzwoliłam się z okowów, które mnie ograniczały. Wcześniej tkwiłam w powinnościach: „Powinnam być taka, powinnam iść do kościoła, muszę kochać innych...” Ale ciągle zastanawiałam się, jak ja mam ich kochać? Co to znaczy? Jak mam ich kochać, kiedy mnie wkurzają? Nikt mi nigdy nie powiedział w kościele: „Ty zjrzyj w siebie. Pokochaj siebie, poznaj siebie. Jak to zrobisz, nie będziesz się wysilała i będziesz kochała innych.” No niby słyszałam, że pan Bóg jest w każdym, ale potem to wszystko sprowadzało się do tego: „Byłaś u spowiedzi? Powiedziałaś, że kłamałaś, obgadywałaś, coś tam?” Takie wałkowanie... I teraz to się skończyło. Stałam się wolna od tego, stałam się i jestem wolnym człowiekiem.

A jakie są twoje relacje z synem?

Uważam, że zawsze mieliśmy dobre relacje, natomiast przez ostatnie lata one ewaluowały, bo on dorasta, a ja też się zmieniam. Z księgowej stałam się coachem, to była moja duża życiowa zmiana pod wpływem tego wszystkiego, co się działo – to był zlepek ciężkich wydarzeń w krótkim czasie (w 2015 i 2016 r.) i trzeba było coś z tym zrobić. Bo to już była, jak to się mówi, trochę ściana. Zaczęłam więc po kolei w poszukiwaniach odcinać to, co mi się wydawało, że najbardziej mi przeszkadza. Trafiłam na coaching kryzysowy i zrozumiałam, że muszę się zmienić. Poodkrywałam wiele rzeczy dla siebie, no i też – mam nadzieję – stałam się inną osobą dla swojego dziecka. Jestem na pewno dużo bardziej tolerancyjna w życiu codziennym, bo tak ogólnie to zawsze byłam, choć... używałam sformułowań np. „Chodzi jak żyd po pustym sklepie”. Nie zapomnę, jak któryś z synów zwrócił mi na to uwagę! – Całe życie tak mówiłam, to jest taki żart! – Jaki żart?! – Padło pytanie. – Przecież nie robię nikomu krzywdy! Nikt tego nie słyszy! – Jak nie słyszy?! – No, dobra, no... – To mnie wyculiło na wiele rzeczy. Ale trzeba dorosnąć, dojrzeć, by zwracać uwagę na to, co się mówi. To było jedno z moich odkryć. Ale – wracając do pytania – z synem mamy poprawne relacje. Ostatnio widujemy się dość rzadko, bo on mieszka oddzielnie, żyje swoim życiem. Teraz jest w ciężkim czasie przed sesją na studiach, to mu gotuję, ojciec mu wozi to jedzenie, on dzwoni i dziękuje. Lubię to. Układ był taki, że nic mu nie wiskam, powiedziałam: – Jak będziesz w potrzebie, to daj znać. – I on zadzwonił i powiedział, że nadszedł ten czas, jest w potrzebie i „jakby ci to nie przeszkadzało, to bardzo by mi pomogło.” – Mówisz, masz – ja na to. – Nie będę się bardzo wysilać, ale zawsze coś ci podrzucimy. – Dobra. – I tyle. Takie mamy relacje. Jak się coś dzieje, czuje emocje, coś przeżywa, dzwoni. A ja się nauczyłam słuchać.

To była niesamowita chwila, kiedy pojechaliśmy do was, do Wrocławia, i poszliśmy razem z tobą na Marsz Równości. I po tym Marszu, jak twój syn ci dziękował, że byłaś z nim! Ja długo miałam łzy w oczach na wspomnienie tego, jak on dziękował, całował cię, ścisnął. To była nieprawdopodobna sytuacja.

To nie był przełom. On taki jest, wrażliwy. My tak ze sobą rozmawiamy.

Ty wtedy nam też dziękowałaś.

Bo to było dla mnie bardzo ważne. Ja nie miałam z kim pójść, a ciągle czułam, że należałoby. To było dla mnie bardzo ważne, że mogłam pójść. Już następnym razem nie będę się bała, zresztą to nie był strach, tylko... niepewność? Natomiast syn taki jest. Zobacz nawet jego coming out przed nami – poza bratem my też byliśmy chyba jego przyjaciółmi – dość szybko nam powiedział. To był dla mnie dowód, że jesteśmy sobie bardzo bliscy. I nie miałam takiego etapu, kiedy nie wiedziałabym, czy zaakceptuję swoje dziecko, czy nie.

A jak było w kontekście – ty i twoja rodzina, przyjaciele?

Z przyjaciół dwóm osobom powiedziałam szybko, bo to bardzo bliskie osoby, a zanim powiedziałam kolejnym, to trochę trwało. Też na prośbę syna. Pytałam go i na początku nie chciał nikomu powiedzieć, prosił, żeby nie mówić – wszystko było z nim konsultowane. On też musiał okrzepnąć w tym wszystkim, to naprawdę był rodzinnie trudny czas także dla niego. I on nam pozwalał mówić kolejnym i kolejnym osobom. Dziadkom – babciom i dziadkowi – nie pozwolił powiedzieć do tej pory. Nie chce. Są w mocno podeszłym wieku, on ich bardzo kocha i mówi, że powiedzenie im nie jest mu potrzebne do budowania poczucia własnej tożsamości czy czegokolwiek... A reszta rodziny już wie, niektórym niedawno powiedziałam. Też za waszą radą.

Jakie były reakcje?

Nie spotkałam się z negatywną reakcją. Natomiast bardzo mnie zaskoczyła reakcja młodych ludzi, kuzynostwa syna. – Ciociu, super, że to mówisz, masz odwagę, ale dla mnie to co to za różnica? – To było cudowne. Młodzi ludzie w ogóle nie mają z tym problemu. To nie jest dla nich żadna kwestia, żaden temat.

A byłaś kimś rozczarowana? Jakąś reakcją?

Nikt mnie nie rozczarował, natomiast rozumiałam, że mimo wszystko – to taka prawda, o której niby wszyscy wiemy – zawsze w swoich kłopotach i tak jesteśmy sami. To znaczy, to nie jest kłopot, ale te próby bycia dla mnie miłym były nieadekwatne do tego, co czułam. I dlatego właśnie istotne są grupy wsparcia osób, które to samo przeżywają, mają podobne doświadczenia. – Ty wiesz, że my go tak kochamy! I ciebie tak kochamy! Ale co ty, nie przejmuj się, wszystko będzie dobrze. – A ja tak patrzyłam, słuchałam... O co chodzi? Jest dobrze! Mam się nie przejmować! Ale czym? Jestem poza tym. Ja się mogę bać, czy nie będzie się jeszcze gorzej działo w kraju, ale, dobra, wyjedziemy stąd, i tyle.

Macie takie plany? Masz dosyć tego, co się dzieje?

Tak. Bardzo o tym myślę, żeby za parę lat wyjechać. Biorę pod uwagę zależności, gdzie też będzie wygodnie pod kątem rodzinnym, gdzie będzie dziecko...

Syn też chce wyjechać?

Młodszy jest teraz na drugim roku studiów, na razie mówi, że nie ma takich planów. Wybrał sobie taki kierunek studiów – stomatologię, żeby być wolnym człowiekiem, jego pasją jest nauka języków, uczy się ich i je zna, angielski, to wiadomo, ale uczył się francuskiego, norweskiego i niemieckiego. Odpoczywa, ucząc się języków, tak że przed nim świat stoi otworem. Staramy się wesprzeć go finansowo, żeby mógł wystartować. A też straszy syn bierze pod uwagę, że kiedyś wyjedzie. Ze względu na sytuację.

W ten sposób Polska pozbywa się świetnych ludzi...

Ja wiele razy w życiu się przeprowadzałam. Wydaje mi się, że jestem Polką, ale pewnej formy ostatnio przedstawianego patriotyzmu nie rozumiem, jeśli ktoś by mnie pod tym kątem oceniał, to jestem kosmopolitką. Bo taki „patriotyzm” w ogóle do mnie nie przemawia. Natomiast chciałabym dobrze się tu czuć, ale też być dumna, a ja zaczynam nie być dumna. Jak jeździłam 10 lat temu za granicę, to czułam, że jest ok, a teraz zaczynam się wstydzić tego, skąd jestem.

Że jesteś z Polski?

Tak. Wychodzę z założenia, że trzeba żyć tu i teraz i nie snuję planów, natomiast przygotowuję się na różne możliwości. Nie żyję jak pasikonik,

który to tu skoczy, to tam, tylko bardziej jak taka mróweczka, a jak będzie, to się okaże. To jest jedna z moich przemian, bo wcześniej zawsze wszystko planowałam.

Smutna jest dla nas ta rzeczywistość.

To prawda. Ona jest też bardzo niebezpieczna. Zapytałaś wcześniej o rodzinę – to nie była kwestia coming outu, tylko takich swoich przemian i pytania, gdzie ta akceptacja...

Na pewno pamiętasz kampanię wyborczą prezydenta. W naszej rodzinie, katolickiej, jest dużo, że tak powiem, wyznawców PISu. Mamy m.in. rodzinę na Podkarpaciu, oni nie są takimi zagorzałymi wyznawcami, to znaczy, nie wiem, jak jest, zawsze mieliśmy dobre stosunki, na pewne tematy nie rozmawialiśmy, natomiast to, co mi zrobiło nasze państwo...

Nie widywałam się z ludźmi, bo była pandemia, ale zrodziło się we mnie takie myślenie, że jeśli ktoś głosował na Dudę, to jest wręcz wrogiem mojego dziecka. A tak, jak powiedziałam na początku, wróg mojego dziecka jest moim zaprzysiężonym wrogiem. Więc przestałam dzwonić do tamtejszej rodziny, zaczęłam się bać, że nie wytrzymam, że pierwszy raz od lat zaczęłam rozmawiać na tematy polityczne, a jak oni by się dowiedzieli o homoseksualizmie mojego syna, to na pewno by coś tam wybuchło... To tak we mnie narosło, że pomyślałam, że coś z tym trzeba zrobić. Poszłam na rozmowę do coacha kryzysowego i powiedziałam, że czuję ogromną złość. Przepracowałam to i uświadomiłam sobie, że sama się nakręciłam, bo tamta rodzina nas kocha. To znaczy – oni mi to zrobili, to nasze otoczenie, polityka, mowa nienawiści, jątrzenie jednych na drugich.

Oni doszukują się wroga i ty też znalazłaś wroga.

Tak. A ja nie jestem ich wyznawczynią, więc teraz sobie wyobraź, jak ci, którzy się karmią tym ich słowem na co dzień, muszą do tego podchodzić, jak to musi ich zmieniać! Doznałam tego sama na sobie, ustawiłam się w drugą stronę.

Ale świetnie sobie poradziłaś, poszłaś szukać pomocy.

Bo taką mam naturę. Takie mam możliwości. W takim procesie byłam, taki był zbieg okoliczności. Ale wiele osób może sobie nie poradzić w ten sposób. I może się poddać.

A co byś poradziła osobom, które są w sytuacji podobnej do ciebie w momencie, kiedy to się w tobie działo?

Żeby zastanowić się chwilę – pomyśleć o tym, czy warto przekreślić lata dobrych relacji. By samemu znaleźć prawdę na temat swojego życia, relacji, tego, co się robi. Nie słuchać innych, którzy „lepiej” wiedzą o twoim życiu. Jak się jest wyborcą PISu, to się jest przeciwko LGBT+ – to nie jest równanie. Każdy człowiek jest wielowątkowy, wielowymiarowy i trzeba unikać generalizacji.

A jeśli spotkałabyś się ze swoim kuzynostwem z Podkarpacia przy stole świątecznym i oni powiedzieliby coś homofobicznego o osobach LGBT+, to co byś zrobiła?

Dopóki nie przeczytałam wydanej przez was broszury, to nie wiedziałam, jak się przygotować na taką sytuację. Ale tam znalazłam wskazówki, co robić. Po prostu, zwyczajnie, powiedzieć, że nie życzę sobie takich słów. Tak bym zrobiła. To, co przeczytałam, było dla mnie balsamem. Pokazałam to mężowi i powiedziałam, że to jest recepta. To naprawdę pomaga. Mąż miał pracownika, który homofobicznie wypowiadał się na forum, i po lekturze nabrał odwagi i powiedział mu: – Stop. Nie wolno tak mówić. Nie życzę sobie.

Zadziałało?

Tak. – Nie no, ja tylko tak gadałem... To nie będę tak gadał – padło.

W większości przypadków ludzie sobie w ogóle nie zdają sprawy z tego, co mówią. Ja miałam taką sytuację, że chłopak przy mnie coś takiego powiedział. Chciał przekazać, że ktoś go oszukał i nie powiedział, że to oszust, tylko użył słowa „pedał”. A ja powiedziałam: – To chyba byliście blisko ze sobą? – No, jak to?! – No, wyoutował się przed tobą. – No, jak to? – No, powiedziałaś, że był gejem. – Nie, ja nic takiego nie powiedziałem! – W ogóle nie wiedział, co mówi. Po moich słowach zaczął myśleć... Czasem warto więc porozmawiać, bo ludzie niekiedy nie zdają sobie sprawy z tego, co mówią. Nie zawsze intencjonalnie dobierają słowa.

Gdyby w naszej przestrzeni publicznej bardziej zwracało się uwagę na takie niuanse, gdyby się o tym mówiło, to byśmy się edukowali. Bo często nie ma wyraźnej złej woli. A jeśli się nas nakręca, jednych przeciwko drugim, zabiera wolność, prawa, to dzieje się to, co się dzieje. Jeśli chodzi o edukację, to cieszę się, że moje młodsze dziecko już jest na studiach. Choć obydwaj synowie swoje przeszli, chodzili do szkoły, gdzie religia była paskudna. Ja zupełnie co innego dzieciom przekazywałam, inaczej świadczyłam

religijność swoim życiem. Młodszy syn już później nie chodził na religię, za moim pozwoleniem, z pełną akceptacją.

Jakie to znamienne, że w głęboko katolickim domu syn nie chodzi na religię dlatego, że ta religia go psuje.

Mam dwóch synów, a więc przeżyłam kawałek szkolnego życia. Raz jedyny byłam ze skargą na nauczyciela i to był ksiądz. On tak się zachowywał wobec mojego starszego syna, że powiedziałam, że nie będzie tak traktował człowieka, mojego dziecka. Potem okazało się, że moja reakcja nie była jedyna. I go odwołano.

Ale powiem jeszcze, że jak się modliłam, żeby było dobrze, to nie wiedziałam, że będzie tak dobrze, jak jest teraz. To dla mnie największy cud w moim życiu, że jest dla mnie dobrze, że to jest dobrze dla naszej rodziny. Zaszła w nas taka wielka rodzinna przemiana! I to było zainicjowane przez młodszego syna. Po prostu. Mnie teraz przez głowę nie przechodzi takie słowo jak „inność”, jestem na tym etapie, że to dla mnie nie jest żadna inność, ale jak to powiedzieć inaczej? Człowiek się bał zmiany, odejścia od jakichś swoich standardów życia, tak się tego baliśmy, a jak nas pan Bóg wyprowadził z tego i pokazał, że życie jest inne, to otworzyliśmy się na różnorodność ludzi, świata. Po prostu każdy jest inny. Jesteśmy złożeni z mniejszości, jesteśmy takimi puzzlami.

Nie ściemnam, uważam, że coming out syna to był dar dla mnie, bo nie mogę mówić za rodzinę.

Ja też tak uważam. Dzięki temu, że moja córka jest lesbijką, mam inne życie, poznałam nieprawdopodobnych ludzi. Dzięki niej.



AKCEPTACJA

w trudnych czasach

Jako Stowarzyszenie Akceptacja dziękujemy Ambasadzie Republiki Federalnej Niemiec w Polsce oraz wszystkim osobom, które wypowiedziały się w publikacji i nad nią pracowały. Wzmacniamy się, bądźmy razem – to szczególnie ważne w tych trudnych dla naszych bliskich i dla nas czasach. Solidarność naszą siłą!

Chcesz nas wesprzeć i pomóc nam pomagać? Przekaż nam swój 1% podatku (KRS 000452855). Możesz też wpłacić jednorazową darowiznę lub ustawić stałe zlecenie – każda złotówka jest bezcenna!

**Numer rachunku bankowego Stowarzyszenia Akceptacja:
70 1140 2017 0000 4702 1300 5196**

Stowarzyszenie rodzin i przyjaciół osób homoseksualnych, biseksualnych i transpłciowych AKCEPTACJA

- jesteśmy rodzinami i przyjaciółmi osób LGBT+
- wspieramy budowanie pozytywnych relacji między osobami LGBT+ a ich rodzinami i przyjaciółmi
- inicjujemy i wspieramy działalność na rzecz równouprawnienia osób LGBT+
- podejmujemy działania edukacyjne skierowane do ogółu społeczeństwa
- swoją otwartą postawą chcemy dać przykład innym
- naszą wizją jest otwarte społeczeństwo, w którym osoby LGBT+ i ich rodziny są akceptowane oraz cieszą się pełnią praw obywatelskich

**Potrzebujesz pomocy? Poszukujesz informacji?
Chcesz do nas dołączyć?**

biuro@akceptacja.org
www.akceptacja.org
facebook.com/akceptacja



Publikacja mogła powstać dzięki dotacji uzyskanej z Ministerstwa Spraw Zagranicznych Republiki Federalnej Niemiec za pośrednictwem Ambasady Republiki Federalnej Niemiec w Polsce.

Redakcja: Agata Jankowska

Korekta: Janina Jankowska

Projekt i opracowanie graficzne: Ola Kaczorek

© Stowarzyszenie rodzin i przyjaciół osób homoseksualnych, biseksualnych i transpłciowych AKCEPTACJA

Wszelkie prawa zastrzeżone.
Nieautoryzowane kopiowanie i rozpowszechnianie całości lub fragmentów niniejszej publikacji powoduje naruszenie praw autorskich.

Warszawa 2021

ISBN 978-83-942931-3-0

