

Krystyna

Dziękuję za każdy trzeźwy dzień

Pomysł tych rozmów wziął się z mojego przekonania, że alkoholizm kobiet jest specyficzny, bo kobiety są bardziej związane z rodziną, rodzą dzieci, inaczej przeżywają swoją samotność. Są inne. Myślę więc, że pokazanie naszych różnych przeżyć i doświadczeń być może skłoni do refleksji te, które piją lub zaczynają pić. Może historie naszego życia komuś pomogą. Zacznijmy więc od początku.

Czy pamiętasz swój pierwszy kontakt z alkoholem? Nie początek picia, tylko pierwszy kontakt.

Pamiętam. Pierwszy kontakt z alkoholem miałam w wieku dwóch albo trzech lat, kiedy na przyjęciu rodzinnym zjadłam śliwki czy wiśnie z nalewki. Ja właściwie tego nie pamiętam. Znam to z opowieści rodzinnych, podobno jako mały berbeczka wkroczyłam kompletnie pijana na salony do gości. Pewnie pociągała mnie słodycz tych wiśni.

Myślę, że o alkoholu wtedy nic nie wiedziałaś, bo co może wiedzieć o alkoholu dwu- trzyletnie dziecko. Rozumiem, że ta historia została w legendach rodzinnych. Opowiadano ją pewnie nie raz. A później, w świadomym życiu?

Później kontakty z alkoholem miałam dopiero na studiach. W domu na przyjęciach rodzinnych, na przykład imieninowych, był alkohol. W czasie świąt nie. Istniała też inna legenda opowiadana przez mamę, jak to tata kiedyś wrócił do domu na rauszu. I że ja po tacie jestem alkoholiczką.

Czyli tak naprawdę zaczęłaś pić na studiach?

Na studiach, ale bardzo mało. Pamiętam jakąś fuksówkę, pa-

miętał winiarnie, pamiętam, że upijałam się niewielką ilością alkoholu, ale piłam do końca.

Kiedy przyjrzałam się sobie na terapii, doszłam do wniosku, że kandydatką na alkoholicką byłam od pierwszych kontaktów z alkoholem. Pamiętam jakieś wino na randce w liceum, ale zaczęłam pić na studiach. Czasami zdarzało mi się upić. Bałam się, ale te doświadczenia się powtarzały. A co ty pamiętasz z tych lat?

Mnie wtedy zdarzało się to tak rzadko, że już zdążyłam zapomnieć, jak to było. Miałam potworne kace i byłam chora, nieprzytomna. No i na studiach wśród kobiet picie nie było w modzie. Nie przypominam sobie, żeby o którejkolwiek koleżance mówiło się, że pije. Bardzo modne było za to palenie. O! Byłam dumna z siebie, że nauczyłam się palić, i w domu tłumaczyłam, że muszę palić, bo mogę dostać taką rolę, gdzie będę musiała zagrać z papierosem. Któregoś dnia ojciec mówi do mnie: Chyba już dość dobrze umiesz palić do zagrania tej ewentualnej roli. Ale ja wtedy już nie umiałam przestać.

Sądzę, że nikotyna uzależnia najszybciej. Dziś myślę, że wypaliłam trzy paczki papierosów, a czwartą to już musiałam, mimo ukrywania się przed rodzicami. Oni nie palili. Wróćmy do alkoholu, bo on jest tematem rozmowy. Na studiach piłaś sporadycznie, ale upijałaś się, niemniej studia skończyłaś. A jak było, kiedy zaczęłaś pracę, bo weszłaś w środowisko, które raczej słynie z tego, że pije.

Zaczęłam pracę od bardzo ostrego picia. Byłam młodziutką, wyglądałam jeszcze młodziej. Co wieczór serdecznie mnie zapraszano do klubu dziennikarza. Bardzo mi się to podobało, i myślę, że to trwało ze trzy miesiące, aż do momentu, kiedy się zakochałam. Mój pierwszy mąż lubił pić w pewnych granicach. I bez problemów nagle zaczęłam pić rzadziej. Kiedyś znana osoba powiedziała mi: Wiesz, Krystyna, jak się mówi o alkoholu, to ci oczy błyszczą. Teraz wiem, że to jest najkrótsza charakterystyka alkoholicki. Wtedy mi przez myśl nie przeszło, że jestem materiałem na alkoholicką.

Wyszłaś za mąż i skończyło się ostre picie.

Mój mąż pił mało, towarzysko. Później związałam się z alkoholi-

kiem, ale nie wiedziałam o tym. Wtedy alkoholik to był taki typ spod budki z piwem.

Pozwolisz, że ci przypomnę, iż za naszych młodych lat alkoholizm był plagą i problemem społecznym. Nie mówiono o nim w kategoriach choroby. Ja obracałam się w towarzystwie ludzi pijących, bo środowisko dziennikarskie piło, ale nikt z nas nie uważał się za problem społeczny, a o chorobie alkoholowej mało kto słyszał. Dzisiaj wiem, że mój pierwszy naczelny był alkoholikiem i to on mnie wprowadzał w arkana sztuki picia, a ja byłam bardzo pojętną uczennicą. Wróćmy wobec tego do momentu, kiedy związałaś się z alkoholikiem.

Nigdy nie widziałam go pijanego. On co parę godzin wypijał setkę wódki i tak funkcjonował, rzadko się upijając. Pamiętam, jak kiedyś weszłam do restauracji na obiad i struchlałam, bo zobaczyłam go w ciągu dnia z kieliszkiem wódki. Nie wyobrażałam sobie nawet, że można samemu przed obiadem wypić alkohol.

Wtedy jeszcze sobie nie wyobrażałaś?

Nie, absolutnie. Zauważyłam za to później, że alkohol bardzo mi pomaga w pracy. Lepiej funkcjonowałam na próbach, byłam luźniejsza, miałam pomysły. Pamiętam, kiedy pierwszy raz kupiłam sobie sama butelkę alkoholu. W teatrze odbywały się próby *Świętej Joanny* Shawa. Poszłam do sklepu po alkohol i strasznie się wstydziałam. Wydawało mi się, że wszyscy wiedzą: ona tę butelkę kupuje dla siebie. Stałam i myślałam, co wybrać, żeby wypadło kupić to dla siebie. Zobaczyłam porterówkę i pomyślałam, że porter to takie piwo, a więc wypada. Pamiętam do dziś tę porterówkę. Ohydna, słodka jakąś, koszmarną wódkę. Niemniej ją wypijałam, na próbach *Świętej Joanny*. Mało tego, te próby odbywałam z koleżanką. Popijałam porterówkę, a ona się cieszyła, że się rozwijam w tej roli. Widziała, że popijam. Alkohol stał na stole. Wtedy się mówiło: bo ty lubisz — ktoś lubił herbatę, ktoś inny ciastka, a ja alkohol.

I to nie było nic naganego?

Ja bym powiedziała, że to było w niektórych kręgach zaletą. Pamiętam, jak o jednej koleżance inna powiedziała: Ty wiesz, że ona

jest osobą pijącą. Kiedyś się odchudzałam i odmawiałam, jak mnie częstowano. A później, gdy mnie poczęstowano i skwapliwie wypilałam, to usłyszałam: Dzięki Bogu, to ty jesteś normalna!

To niepicie było nienormalne?

No tak. Jeżeli ktoś nie pije, to coś z nim jest nie tak... Może boi się, że się będzie zachowywał inaczej. Nie wiem.

Czyli wtedy, Krysiu, alkohol pomagał ci w pracy. Dawał ci luz.

Dawał mi odwagę na bankietach, w rozmowach z reżyserami, ludźmi, którymi próbowałam manipulować. Ja po prostu kochałam ludzi po wódce, a czasami byli tam reżyserzy, którzy mnie mniej znali. Zachowywałam się wobec nich bardzo serdecznie, a im, też pijanym, bardzo się to podobało.

I załatwiałaś coś w ten sposób?

Na pewno załatwiałam sobie sympatię, a sympatia to już połowa sukcesu. Szło wspaniale. Miałam męża, dom, o który dbałam. Dbałam o pracę i wszystko funkcjonowało. I dość wcześnie zauważyłam, że ludzie piją inaczej, że się nie upijają. Muszę powiedzieć, że jako bardzo młoda aktorka usiłowałam się dowiedzieć, co zrobić, żeby pić mniej. Wtedy koleżanka mnie uczyła, żeby na początku przyjęcia wypijać po pół kieliszka, a od pewnego momentu cały. Bardzo mi się ten sposób spodobał. Spróbowałam na jednym przyjęciu, na drugim, na trzecim, a na czwartym wróciłam do pełnych kieliszków.

Śmieję się, bo ja też w pewnym momencie zauważyłam, że alkohol mi szkodzi bardziej niż innym. Niby piję tak samo, ale płacę za to wyższą cenę. Rozpytywałam również, co robić, żeby się nie upić. Poznałam twoją metodę, potem radzono mi, żeby zjeść na początku coś tłustego, sardynkę albo co. No i próbowałam i sardynki, i pół kieliszka, i nic nie pomagało.

Pomagało na krótko. Pomagało raz, a potem zapominałam, albo...

Miałam kaca i długi okres abstynencji i zapominałam, jak się czułam przedtem, a przy następnej okazji wszystko było jak wcześniej.

Zauważyłam, że piję inaczej, że są ludzie, którzy się nie upijają,

choć piją alkohol. Myślałam, że jest jakaś taka metoda i jeżeli ją poznam, to nie będę miała problemów. Choć nie wiedziałam, że to się nazywa picie kontrolowane, chciałam się nauczyć pić w sposób kontrolowany.

Ja chciałam się nauczyć tak pić, żeby nie obracało się to przeciwko mnie, bo zawsze najbardziej bałam się skutków. A ty się w końcu nauczyłaś?

Próbowałam. Pamiętam nawet, jak ktoś powiedział: Wiesz, jak ty przychodzisz rano do teatru, to powinnaś dostawać setkę wódki, bo ty jesteś wtedy innym człowiekiem. Alkohol uwalniał mnie od lęków. Byłam wychowana bardzo surowo. Pijana kobieta to wstyd, hańba. Ja jednak bardzo się usprawiedliwiałam, że to mi pomaga. Trzymałam się tych wszystkich plusów picia, które niewątpliwie istnieją, bo inaczej ludzie by nie pili.

Rozumiem, że wtedy odczuwałaś poczucie winy wobec tego, co wyniosłaś z domu?

Tak. Właśnie tak.

Zastanawiałam się nad tym i doszłam do wniosku, że mnie alkohol pomagał przekraczać zakazy. Zakazy, w które mnie wyposażono i które uważałam za własne. Nigdy w życiu nie zrobiłabym na trzeźwo pewnych rzeczy, które zrobiłam po pijanemu, a potem był wstyd, poczucie winy, bo znów siebie zawiodłam.

Tak było, i za każdym razem powtarzały się obietnice, że już nigdy więcej. Nigdy więcej. No i te obietnice... szybko wypijałam pierwszy kieliszek, żeby się znieczulić i o nich zapomnieć.

Czy środowisko, w którym się obracałaś, ułatwiało ci, czy utrudniało picie?

Bardzo ułatwiało. Bardziej akceptowali mnie pijaną niż trzeźwą.

Mówiłaś, że na studiach kobiety nie piły, ale już na scenie piły.

Oczywiście jedno piły, drugie nie. Ja widziałam tylko ludzi, którzy pili.

Mówisz, że twój pierwszy mąż pił tylko towarzysko. Jak on się odnosił do twojego picia?

Nie przypominam sobie wymówek czy pretensji o moje zachowanie po alkoholu. Może zapomniałam, bo tak mi jest wygodnie. Ale nie pamiętam nic takiego.

Wymówek nie, ale powiadasz, że wtedy piłaś często?

W momencie, kiedy się z nim związałam, piłam tylko na towarzyskich przyjęciach i z nim, a w teatrze bardzo długo nie piłam.

Ale mówiłaś, że na próbach piłaś?

To było później, wiele lat później. W ciągu pierwszych dwudziestu lat pracy nie piłam na próbach. Były wyjątki: po przedstawieniu, z okazji czyichś imienin. Nie podczas pracy.

Mówiłaś, że w pierwszych trzech miesiącach pracy piłaś ostro?

Tak, ale po pracy, wieczorem, w nocy.

A jak się czułaś nazajutrz rano? Mogłaś pracować?

Mogłam, choć okropnie się czułam. Organizm był młody i jakoś dawał sobie radę.

W twojej ocenie ten okres picia towarzyskiego wydłużył się do około dwudziestu lat?

Bardzo ważna była dla mnie praca, a jej nie mogłam wykonywać, pijąc. To jedno wiedziałam o sobie, że nie umiem przestać. Wiedziałam, że jak zacznę pić na przedstawieniu, to go nie zagram, nie skończę. Nie mówiąc o tym, że alkohol bardzo się rzuca na wymowę. Po prostu paraliżuje język.

W którym momencie picie zaczęło być dla ciebie problemem? Jak doszłaś do tego, co jest dzisiaj? Musiałaś przejść przez swoje piekło, dojść do swojego dna...

Zaczęło się stosunkowo późno jak na życie człowieka. Pamiętam, zmieniła się dyrekcja i przyszły osoby, które piły w garderobie. Pamiętam koleżankę, która postawiła butelkę i ja struchlałam, bo wiedziałam, że nie można, nie wolno, nie wypada. A ona powiedziała: Ja po jednym drinku lepiej gram. My wszyscy pijący powoływaliśmy się wtedy na Oliviera, który w jakiejś sztuce przed dużym monologiem wypijał koniak. To nas usprawiedliwiało. Skoro może wielki Olivier... No i wtedy alkohol był już w pracy. Od razu skrzyknęli-

śmy się. Znalazło się parę osób, bratnie dusze. Z kobiet dołączyło trzy czwarte zespołu. Te, co nie piły, były nieliczne, przeważnie przyjeżdżały samochodami i nie mogły. Zabierały swoją dolę do butelczki, żeby wypić w domu.

To nie było takich, które w ogóle nie piły?

Były też takie, które nie piły, bo nie lubiły. Myślę, że tłumaczyliśmy to tak: alkohol rozładowuje emocje, a po przedstawieniu wszystkie emocje są mocno rozedrgane, zwłaszcza po premierze albo po trudnych sztukach. Wiem, że kiedy już przestałam pić, po premierze nie bardzo umiałam wrócić do domu, nie wiedziałam, co mam ze sobą robić. Wtedy zostawałam na bankiecie na godzinę, kiedy wszyscy byli jeszcze jako tako trzeźwi, i umawiałam się z koleżanką, o której wiedziałam, że na pewno nie będzie piła, i że wyjdziemy razem. Chyba potrzebowałam bodaj przez godzinę być w aurze bankietu. W ten sposób jakoś rozładowywałam swoje emocje.

Wspominasz ten okres jako dość trudny. Ile miałaś do niego podejść?

Kiedyś czytałam czy słyszałam taki wywiad z Olbrychskim: „Jak pan sobie radził, grając takie role i pijąc?” A on odpowiedział: „Przecież ja nie piłem, jak grałem. Piłem, jak nie grałem”. To nie jest zakłamanie. Dokładnie tak właśnie było. Nie wiem, jak jest w filmie, mogę mówić, jak jest w teatrze. Jest jakaś sztuka, w której nie gram, są zawieszony próby i nagle robi się parę wolnych dni... A te nasze wolne poniedziałki! Po niedzielnym przedstawieniu można zacząć pić... To nie rozpoczęło się w momencie, kiedy pierwszy raz kupiłam sobie butelkę, bo wtedy alkoholu sama nie piłam. Wtedy traktowałam jeszcze alkohol jak sportowcy środek dopingowy — po kieliszku lepiej się gra, lepiej idzie mi próba. W pewnym momencie jednak zorientowałam się, że coś się ze mną dzieje, bo na drugi dzień po wypiciu odczuwam przymus napicia się. To było stosunkowo późno, ale coś takiego nastąpiło. I wyglądało to tak: jeśli miałam wolny dzień, to najwcześniej, jak się dało, brałam psa na spacer i kupowałam alkohol. Przynosiłam go do domu, albo spacerując z psem gdzieś w parku, piłam jakieś piwo. Kiedy miałam ranne przedstawienie albo próbę, to musiałam się przemęczyć te cztery

godziny. Dobrze było mieć wolny wieczór. Gdyby porównać wysiłek, jaki wkładałam w to, żeby przetrzymać dzień do wieczora, z radością picia, to całe to wyliczenie wyszłoby fatalnie dla alkoholu. Ale wtedy tego nie widziałam.

A czy jeszcze wtedy czułaś radość picia? Czy po prostu była to taka konieczność, żeby uzyskać luz, to ciepło rozchodzące się po ciele?

Radość picia czułam do końca, do momentu pójścia na oddział odwykowy.

Opowiedz o tym.

Poszłam na oddział odwykowy z dwóch powodów. W pewnym momencie zaczął mi pomagać psychiatra i pomagał mi dość sprytnie, bo odkrył depresję. Teraz fachowcy mówią, że może miałam nerwicę, ale nie depresję. Wtedy to się nazywało depresja, a wiadomo, że w stanach depresyjnych chory sięga po alkohol. Bardzo mi się spodobało, że nie jestem alkoholiczką, tylko choruję na depresję i z jej powodu czasami piję. No i pan doktor zastosował najprostszą metodę. To była prywatna kuracja. Umawiał się ze mną co dwa tygodnie i obserwował.

Mówisz, że pomógł ci psychiatra. A do tego psychiatry poszłaś sama, czy namówili cię koledzy? A może mąż cię wypchnął czy ktoś z rodziny?

Poszłam sama do lekarza, bo nie umiałam przestać pić. Nie wiedziałam, do kogo się z tym udać. Pomyślałam sobie: pójdę do psychiatry, ale przyjmował neurolog. Poinformował mnie, że też się zna na chorobie alkoholowej. Opowiedziałam mu o sobie, o wszystkim, co się ze mną dzieje. On na to spokojnie, że to żaden problem, że mi da lek, po którym nie będę piła. To był lek uspokajający. Ja już wtedy wiedziałam, że to bzdura, niemniej wykupiłam lek w aptece. W ulotce było, że nie wolno pić alkoholu, jak się to zażywa. I nie piłam tak długo, jak długo brałam. Byłam spokojna niezwykle, ale dzięki Bogu za jedno, że mi się te środki uspokajające nie spodobały. I myślę, że wiem dlaczego, bo jestem człowiekiem ruchliwym, swoje emocje rozładowuję i łagodzę ruchem, a po tych środkach uspokajających byłam okropnie byle jaka. No i nie weszłam

w to, chociaż panowie lekarze bardzo chętnie te uzależniające środki serwowali. Co się stało, że poszłam na terapię? Zdarzyło się coś takiego: Byłam już na emeryturze, zaczęłam pić na wybrzeżu, przyjechałam tutaj i nie mogłam przestać. W końcu przestałam, ale strasznie się męczyłam jeden dzień, drugi, trzeci, czwarty.

To jak i dlaczego przestałaś?

Bardzo się modliłam i obiecałam Matce Bożej, że jak dzisiaj mi pomoże przestać pić, to nigdy w życiu się nie napiję. Oczywiście, nie wiedziałam, że takich obietnic się nie składa... I pomogła mi. Pomogła mi, bo byłam wtedy w domu, był alkohol i towarzyszyła mi przyjaciółka, a ja powiedziałam: Wyrzuć te butelki. Wyrzuć! Wyrzuciła, choć bez przekonania, bo to ona mi donosiła alkohol. Ona wiedziała o chorobie alkoholowej tyle, że jak alkoholik chce pić, to trzeba mu pozwolić, żeby pił aż do dna. Coś tam wiedziała, alkohol mi dostarczała. I bardzo się zdziwiła, że nagle proszę, by go wyrzuciła. A ja byłam tak słaba, że nie zdołałabym tego zrobić.

Strasznie mieszmamy chronologię. Powiedziałaś: już byłam na emeryturze, a co się działo przedtem? Masz męża, który pije, a opowiadałaś o mężu, który pił tylko towarzysko. Czy to jest cały czas ten sam mąż?

To jest drugi mąż. Fachowcy postawili mu diagnozę — alkoholizm. Ta choroba ma różne oblicza i on pił inaczej niż ja. Jest pewny siebie i przekonujący i bardzo łatwo mógł mi wytłumaczyć, że jeśli ktoś z nas ma problem, to właśnie ja.

Istotnie, zawsze lepiej, jak problem ma żona. Wiem to po sobie.

W związku z tym, jak wiele kobiet, zaczęłam pić po cichu, po kryjomu. Musiałam bardzo dobrze chować alkohol, bo jak źle schowałam, to on konfiskował i wypijał, mówiąc: Tobie nie wolno, mnie wolno. Okrutne, ale tak było. A teraz myślę, chwala mu za to... Kiedy zaczęłam pić coraz częściej i trwało to po parę dni, wtedy także pojawiały się bardzo długie przerwy w moim piciu. Tak śmiesznie wyszło, że im więcej piłam i im bardziej byłam chora, tym dłużej potem nie piłam. To jest normalny objaw, próby udowodnienia sobie i innym, że kontroluję się picie.

Mogę przerwać, nie jestem alkoholiczką, skoro mogę nie pić dwa, trzy tygodnie, nawet pół roku. Ja w ostatnim etapie nie piłam aż siedem miesięcy.

Jaka ze mnie alkoholiczka, prawda? No, i wytrzymałam cztery miesiące. To były długie okresy.

A twój mąż pił w tym czasie w domu?

On pił, a ja chodziłam dumna i blada. Uczestniczyłam we wszystkich bankietach w teatrze, przynosiłam koleżankom alkohol, bo to mi dawało poczucie mocy: zobaczcie, jaka jestem. Natomiast jak już sięgałam po kieliszek, to bardzo chciałam sobie wyrównać tamtą przerwę. Przy tym miałam tak straszne poczucie winy, że musiałam wypić tyle, aby przestać myśleć. Zaczął się także okres odtruwania. Poszłam na odtrucie sama. Powiedziałam, że bardzo źle się czuję, bo piłam parę dni. Odtruwali mnie w klinice, bo takie były układy. Środowiska teatralne i lekarskie bardzo się lubiły. Pan ordynator uważał, że artyści to zupełnie inni ludzie. Tak tłumaczył mojemu bratu, kiedy dowiedział się, że jestem w szpitalu. Opowiadał mu, że artyści to wrażliwcy i czasami im się zdarzają problemy z alkoholem. Najlepszym dowodem jest to, że w rozmowie ze mną ani razu nie padła nazwa choroby. To się nazywało depresja.

Pewnie, co najwyżej, problem z alkoholem?

Nawet nie. W pewnym momencie zaczęło mi to ciążyć, bo zdawałam sobie sprawę z tego, że nasz przyjaciel ordynator o tym wie. Kiedyś przetrzymał mnie trzy miesiące w szpitalu. Dostawałam przepustkę, szłam do pracy, uczyłam się angielskiego, grałam przedstawienia, musiałam tylko o dziesiątej wracać do szpitala. Rano wizyta lekarska, tak zwany obchód i znowu na próbę do teatru. Trwało to trzy miesiące i myślę, że chciał zobaczyć, czy ja w tym czasie wypiję. Oczywiście, że nie wypiałam, bo jak mogłam ordynatorowi zrobić taki numer? Wiadomo, że jak alkoholik się zaprze, to wytrzyma. No i on się uspokoił, wszyscy się uspokoiili.

A ty z uczuciem dobrze spełnionego obowiązku...

Sięgnęłam po alkohol i wynagrodziłam sobie tamten czas. Kiedy zobaczyłam swoje zachowanie, pomyślałam: raz mi pomogli, drugi

raz mi pomogli, ale będę się wstydziła pójść trzeci raz po to samo. I może przyjsć taki moment, że nie poproszę nikogo o pomoc. Wtedy zaczął się taki okres straszny, kiedy wyobrażałam sobie siebie jako biedną, starą pijaczkę żebrzącą o jedno piwo. Przypominały mi się opowieści o prostytutkach sprzedających się za butelkę piwa i w czarnych scenariuszach tak widziałam moją przyszłość. Wymyśliłam sobie wówczas, że przejdę na emeryturę, będę nadal pracowała w teatrze, ale nie będę grała w sztukach, w których grają ci, co piją. Wszystko mi pasowało idealnie. Tylko nie pomyślałam o jednym, że będę miała dużo więcej wolnego czasu i nie będzie ludzi, którym mogłabym się zwierzać, bo zajęci pracą i domowymi obowiązkami nie będą mieli dla mnie specjalnie dużo czasu. I coraz częściej sięgałam po alkohol.

Piłaś sama w domu?

Tak, sama w domu.

Twój mąż nie kontrolował cię wtedy, czy też przychodził na bani i specjalnie mu nie zależało? A może szukałaś pretekstów, żeby pić razem, proponując wino czy kieliszek wódki do obiadu?

Myślę, że już zaczął się ten etap, kiedy ja nie lubiłam, jak mąż był po alkoholu, bo on się upijał w taki widowiskowy sposób. Na przykład zaprosił gościa i zasnął na podłodze. Robił rzeczy, których ja się wstydziłam. Nie piłam przy gościach albo piłam symbolicznie. Teraz sobie myślę, że i on obserwował różne moje poczynania, ale połowy nie pamięta. I tak dla siebie nawzajem byliśmy usprawiedliwieniem: ja piję, bo on pije, i na odwrót.

Nie mieliście komfortu wspólnego picia?

Nie.

A ja miałam. Niepotrzebne były jakieś szczególne powody. Do obiadu często butelka wina, drink przed obiadem. W zwykły dzień. Albo wieczorem, po pracy, przed telewizorem w fotelach były drinki... Ja miałam ten komfort.

Więc u mnie było inaczej, z tym że picie samotne było najgorsze, ponieważ najmniej kontrolowane. Przy gościach jednak się starałam. Pamiętam jakieś przyjęcie imieninowe, kiedy wypiałam chyba

z pół litra wódki i do końca byłam trzeźwa, bo odpowiedzialność była wielka — trzymała mnie i mobilizowała. Natomiast jak byłam sama, to piłam już bez kontroli.

Przyjęcia u nas były reżyserowane: zimne przystawki, ciepłe dania, desery, do wszystkiego odpowiednie alkohole. I pamiętam w ostatnich latach, że przy ciepłym pomagała mi przyjaciółka, a desery nie zawsze były podane, bo gospodarze tracili kontrolę.

Ja miałam taką sytuację — dzisiaj dziękuję za to Bogu — że mój mąż był bardzo agresywny po alkoholu, obrażał gości. Dlatego ludzie, którzy na początku bardzo się do nas garnęli, nie lubili spotykać się z nami. Przypominam sobie, że dwa razy zostałam oszukana. Zaproszono mnie na „damskie” imieniny, a potem się okazało, że inni przyszli parami. Kiedy zapytałam dlaczego, usłyszałam, że nie chcieli, żeby był mój mąż.

Wiesz, że każdy się upija inaczej.

Rzeczywiście, każdy się upija inaczej, a mój mąż właśnie tak. Doszliśmy do momentu, kiedy pomyślałam sobie, że pewnie teraz już nikt mi nie pomoże. I to był szczęśliwy moment, szczęśliwe odkrycie. Oczywiście nie przestałam z tego powodu pić. Przestałam po kolejnym upiciu, kiedy trafiłam na detoks.

Mieszkałaś tu od urodzenia? A jak się w ogóle znalazłaś w tym mieście?

Przyjechałam na parę wolnych dni i zaczęłam pić, a to był etap, kiedy nie umiałam przerwać.

Mieszkałaś wówczas z mamą?

Mama się nie orientowała. W pewnym momencie zauważyła, że się dziwnie zachowuję, i powiedziała swojej lekarce, że ja chyba mam Alzheimera. Nie znała choroby alkoholowej. Chyba rzeczywiście musiałam się dziwnie zachowywać. No i trafiłam na detoks, a wtedy nie było oszczędności w służbie zdrowia. Było paru terapeutów i dwóch lekarzy, i wiem, że ich wszystkich męczyłam, co pięć minut. Oni bardzo chętnie rozmawiali, bo chętnych do rozmowy raczej nie mieli. To był damski oddział. Panie tam przychodziły, żeby się odtruć i znowu pić, a ja chciałam właśnie przestać, jeżeli by mi pomo-

gli. To było w 1997 roku. Pamiętam, byłam na tym oddziale i wiedziałam, że jeżeli teraz nie pójdę na terapię, to chyba nigdy. Wyjaśniali mi, jakie są rodzaje terapii. Myślałam, że jeżeli teraz, kiedy jestem taka zdeterminowana, taka nieszczęśliwa i tak się potwornie źle czuję, nie pójdę, to za miesiąc, dwa poczuję się już dobrze, a za trzy miesiące znowu tu przyjdę na odtrucie. I z początku bardzo się wstydziłam, bo tam, gdzie pracowałam, byłam osobą publiczną. A jak się dowiedziałam, że są jakieś przepisy, że sto mityngów trzeba zaliczyć, żeby dostać się na terapię, to po raz pierwszy wyrzuciłam pychę z serca i dokładnie cztery czy pięć dni po pobycie na tym detoksie już miałam załatwiony oddział odwykowy. Udało mi się. Przyjechałam do mojego miasta, poszłam do pierwszej znajomej lekarki psychiatry. Powiedziałam, że koniecznie chcę iść na oddział odwykowy. Kazała mi zadzwonić nazajutrz i kiedy zatelefonowałam, usłyszałam: Ma pani szczęście. W piątek zaczyna się nowy turnus. Oczywiście na początku terapii staczałam bezsensowne boje. Udowadniałam, że wszyscy aktorzy piją, że to jest normalne, że czego oni ode mnie chcą. Jak terapeuta tłumaczył, że zna jednego aktora, który nie pije, to ja mu odpowiadałam: No właśnie — JED-NEGO. Ale się zaczęło....

A jak się znalazłaś na tym detoksie? Sama pojechałaś? Kto cię zawiózł?

Zawieźli mnie brat z bratową.

To oni wiedzieli, że jest coś takiego jak detoks dla kobiet?

Oni jedyni wiedzieli. Zadzwonili do lekarza, który ich uświadomił, że nie ma się co o mnie martwić z powodu pobytu w klinice, bo niby ze mną nie jest tak źle. A ponieważ nie widywali mnie codziennie, to choć wiedzieli, że piję, nie zdawali sobie sprawy, jakie to groźne... No więc zobaczyli.

Krótko mówiąc, przestałaś pić latem dziewięćdziesiątego siódmego roku.

Wcześniej, dzięki psychiatrze nie piłam prawie cztery lata, ale to była abstynencja. On mnie utrzymywał w abstynencji. I to było bardzo cenne, wbrew pozorom. Organizm odpoczął, ale nie nauczy-

łam się nowych zachowań. Umiałam być w pewnych sytuacjach trzeźwa tam, gdzie przedtem musiałam być pijana, jak choćby te premiery. W jakimś sensie mi pomógł. Nie skreślałam tego okresu. Organizm nieco się odtruł.

Naprawdę twoja trzeźwość liczy się właściwie od dziewięćdziesiątego siódmego roku. Ja podobnie jak ty trzeźwieć zaczęłam po terapii na oddziale leczenia uzależnień w dziewięćdziesiątym siódmym roku. Modliłam się o pomoc w wyjściu z tej matni... Pomoc nadeszła. Mówią, że trzeba sięgnąć dna, żeby się odbić. Co było twoim dnem?

Dnem był okres, w którym przeszłam na emeryturę. Nic mnie nie ograniczało. I nagle było tak, jakbym sama sobie dała przyzwolenie. Broniłam się, bo musiałam się jakoś przed sobą usprawiedliwić, że widocznie nie ma wyjścia, że ja się muszę zapisać na śmierć, tak mi jest sądzone.

Tak myślałaś. A ja bardzo długo nie dopuszczałam myśli, że jestem alkoholiczką, nawet kiedy już wszystkie znaki na niebie i na ziemi na to wskazywały. Nie wiem, jak to się stało, że w pewnym momencie krzyknęłam: Chcę się leczyć. Nie wiem... Ciebie przesła-dowała wizja zapitych, starych bab. A ty przecież tego nie chciałaś?

Nie chciałam. To była ostatnia rzecz, której bym chciała, ale wiedziałam: to może być moja przyszłość. Nie przypuszczałam, że tę chorobę można zatrzymać, że jest na to sposób. Nawet czułam, muszę ci powiedzieć, że coś jest ze mną nie tak... Nie umiałam nazwać tego, że nie potrafię sobie radzić z uczuciami. Wiedziałam za to, że istnieją ludzie, którzy racjonalnie żyją, są spokojniejsi, nie przejmują się takimi drobiazgami jak ja. No i myślałam sobie, że skoro nie mogę mieć żadnej psychoterapii, a nie miałam na to praktycznie warunków, to czeka mnie marny koniec. Dopiero później dowiedziałam się o prywatnych gabinetach. Poszłam więc do przychodni zdrowia psychicznego i zapytałam, czy można przejść terapię gdzieś w grupie. Tam zajęła się mną bardzo mądra lekarka. Skierowała mnie na badania. Urzędowały też jakieś stażystki, które powiedziały: Co się pani przejmuje, wszyscy mają problemy. Później, jak byłam na terapii, ustaliliśmy, że w tym mieście nie ma oddziału odwy-

kowego. I stażystki miały prawo nie wiedzieć. Były jakieś prywatne terapie u psychiatrów, ale nie wedle modelu Minnesota. Psychiatrzy tłumaczyli, że życie jest piękne bez alkoholu, i dawali tabletki do łykania.

A grupy anonimowych alkoholików też chyba dopiero raczkowały?

W tym także miałam pecha. Była jedna grupa, o której wiedziałam. Spotkania prowadził nasz były elektryk, wyrzucony z teatru za picie. Pamiętałam go wyłącznie w pijackich sytuacjach. Kiedyś zasnął na fotelu na scenie, kurtyna poszła w górę, a on pijany spał. Dalej mi się kojarzył z tamtym pijanym facetem i nie wierzyłam, że może być innym człowiekiem. Dlatego o AA myślałam bardzo źle. W mieście mówili, że w AA spotykają się tacy, którzy razem piją. Ludzie tak mówili, to po co do nich miałam iść?

W dziewięćdziesiątym siódmym roku uczyniłaś ten odważny krok, który cię przywiódł do dnia dzisiejszego. Przeszłaś sześciotygodniową terapię na oddziale zamkniętym.

Tak, i jeślibym miała kogokolwiek na coś namawiać, tobym namawiała tylko na oddział zamknięty. Ponieważ ogromnie ważna jest koncentracja. Nierozpraszczenie się na życie rodzinne, na wszystkie inne problemy. Nie otrzymałabym nigdzie tyle, ile dali mi tam w ciągu tych sześciu tygodni.

Zgadzasz się z tobą, ja też byłam na sześciotygodniowej terapii na oddziale zamkniętym i mam takie uczucie, że po raz pierwszy w moim długim życiu miałam czas wyłącznie dla siebie. Czasami myślałam, co ja tu robię, stara baba, a z drugiej strony: Boże, jak to fajnie, jeszcze coś jest przede mną. Chociaż głównie były tam młodsze kobiety. A co z mityngami?

Na mityngi zaczęłam chodzić, bo mi kazano.

Czy jak wyszłaś z terapii, to dostałaś takie zalecenie?

Tak: co powinnam dalej robić — znaleźć sponsora, raz w miesiącu spotkania z terapeutą, warsztaty nawrotów. W swoim planie trzeźwienia ujęłam wszystko, co zalecali. Oni mówili, że to niemożliwe, ale okazało się, że było możliwe. Zrobiłam, co zaplanowałam. Uważałam, że im więcej zrobię, tym lepiej, bo nigdy nie wiadomo, co

będzie dla mnie najważniejsze. Mało przeżywałam klasycznych nawrotów czy głodu alkoholowego, niemniej mi się to zdarzało. Zdarzyło mi się po sytuacjach dla mnie bardzo trudnych, i pamiętam, jak powtarzałam z terapii, że głód alkoholowy trwa od paru minut do paru godzin, i minie. Czas upłynie i ten głód się skończy. Było to dla mnie bardzo pomocne w trudnych momentach. Głód mijał, a ja mimo woli realizowałam program dwadzieścia cztery godziny.

Aktorką jest się całe życie, tak jak dziennikarką czy lekarką. Gra się wtedy, kiedy ma się szansę, i rozumiem, że pewne rzeczy, które robisz, mają związek z twoim zawodem. Poznałam cię także jako człowieka, który fotografuje, który ogląda i pokazuje przez obiektyw świat. Świat piękny, kolorowy, pełen uroków, tajemnic, niezwykle subtelnych odcieni, nastrojów. Czy kiedyś wcześniej interesowałaś się fotografią?

Zawsze, całe życie chciałam fotografować. Marzyłam o tym i wydawało mi się, bo pamiętałam aparaty sprzed lat, że trzeba co najmniej skończyć wydział chemii i fizyki, żeby robić zdjęcia. I właściwie gdyby nie przypadek... Przed wyjazdem do sanatorium w ubiegłym roku weszłam do sklepu fotograficznego i powiedziałam: Proszę mi sprzedać taki aparat, żebym nic nie musiała robić, tylko naciskać guziczek, i żeby on robił dobre zdjęcia. Tak kupiłam mojego pierwszego Olimpusa. W sanatorium robiłam zdjęcia. Wyszedł z tego całkiem fajny album. Każdy od czegoś zaczyna, a ja zaczęłam kupować sobie fachowe książki, wyszukiwać ludzi, którzy się znają na fotografii. Zaczęłam dobierać sobie do towarzystwa osoby, które ze mną cierpliwie chodziły po warszawskich parkach. Ukochałam Łazienki jako obiekt do fotografowania. Kończę ostatni, czwarty album pór roku. I najpiękniejszą porę roku właśnie fotografuję. Tak pięknie, jak jest jesienią, nie było nigdy.

Może dlatego, że jesień czujemy w sposób szczególny, przez porównanie z jesienią życia?

Trochę tak jest, ale ta jesień jest taka piękna. Pamiętam, jak czekałam na swoją pierwszą fotograficzną wiosnę. Rzeczywiście wiosna spełniła moje oczekiwania. Lato mnie rozczarowało.

No bo lato jest chyba najmniej zaskakujące...

A jesień, która zaczyna się już pod koniec lata... Taka kolorowa, bajeczna, taka niezwykła. Dzisiaj, jadąc tramwajem, patrzyłam na drzewa. Po przymrozkach są огоłocone z liści i nagle gdzieś dostrzegłam jakąś kępkę liści w dziwnych żółtobrazowych kolorach. Miałam ochotę wysiąść z tramwaju i podejść do tego drzewa. Zapomniałam tylko, że nie mam ze sobą aparatu.

Fotografia, a co jeszcze odkryłaś w tym nowym życiu?

Mogę powiedzieć, że kontynuuję to, co robiłam zawsze. Lubiłam urządzić wnętrze. Musiałam zaczynać od zera, po swojemu, tak jak lubię. I to mi sprawia ogromną przyjemność. I okazało się, że jestem człowiekiem cierpliwym. Dowiedziałam się czegoś o sobie, bo potrafię zmieniać jakiś kawałek, na przykład róg pokoju, aż będzie taki, że mi się ostatecznie spodoba. A moja galeria fotografii — to jest ogromna przyjemność, dobieranie passe-partout, ramek, wymyślanie, przymiarki. Cieszę się z mojego fotografowania i kontaktu z przyrodą, bo właśnie dzięki temu widzę rzeczy, których dotąd nie dostrzegałam. Jakie piękne są domy tu przy placu, gdzie blisko mieszkam. Jakie piękne są fragmenty miasta. Przestałam patrzeć pod nogi, patrzeć do góry.

Mówiłaś, że się modliłaś. Jaka rolę odgrywała wiara w trzeźwieniu, a wcześniej w picciu? Mówiłaś, że prosiłaś Boga o pomoc. Czy On ci w dalszym ciągu pomaga?

Był taki okres, że odrzuciłam wiarę. Na swoje usprawiedliwienie miałam to, że nie wierząc, modliłam się. Kiedy miałam dziewięć lat, obiecałam przyjaciółce, która umarła, że do końca życia będę codziennie mówiła w jej intencji „Wieczne odpoczywanie” i „Zdrowas Mario” — dwa razy dziennie. I robię to, i robiłam to w czasie picia. Kiedy byłam tak pijana, że niczego nie pamiętałam, to po wytrzeźwieniu modliłam się „na zapas”, będąc człowiekiem niewierzącym. Ja sama tego nie rozumiem, ale dziecięca obietnica była tą, której chciałam dotrzymać. A później to Opatrzność już nade mną czuwała, bo zorientowałam się, że jak zostanę z moim pijącym mężem, to wcześniej czy później mogę wrócić do picia. Jeszcze przed terapią, kiedy wydawało mi się, że jednak sama sobie poradzę, pojechałam do przyjaciółki,

która jest zakonnica, i tam musiałam chodzić w niedziele do kościoła, bo nie chodzić to grzech... Ona bardzo mi pomogła, bo miała niezwykle dużo zrozumienia dla mnie i moich problemów...

Postawił ci ją na drodze Pan Bóg.

Wiara pomagała mi w ograniczaniu picia. Od momentu, gdy obiecałam, że nie tknę kieliszka, każde złamanie słowa kończyło się spowiedzią. Myślałam wtedy o sobie, że taka jestem święta. W rzeczywistości chciałam się pozbyć poczucia winy. Muszę powiedzieć, że dużo chętniej chodziłam wtedy do spowiedzi niż dzisiaj. Ksiądz wytłumaczył mi, że po prostu przyzwyczajenie żyję.

A czy byłaś kiedyś w Ośrodku Apostolstwa Trzeźwości w Zakroczymiu?

Nie, ale byłam na dniach skupienia w Sulejówku. I przyznam, że bardzo wiele mi to dało. Mam dobrego terapeutę — moją psycholog. Odczuwam natomiast brak przewodnika duchowego.

Ja też odczuwam taką potrzebę, przewodnictwo duchowe pomaga, ułatwia, zwłaszcza ludziom wierzącym

Ależ oczywiście. Ile jeszcze spraw komplikuje mi życie, a ile biore na swoje barki bez sensu. Zapamiętałam z takich warsztatów modlitwę bardzo dla mnie ważną: Boże, pomóż mi nie pomagać ludziom, tam gdzie ta moja pomoc jest niepotrzebna. Czasami myślę, ile ja krzywdy wyrządziłam ludziom. Na przykład stawianiem tym, którzy nie mieli pieniędzy na alkohol.

A czy robiłaś to w okresie trzeźwości?

Nie. W okresie picia.

To o czym ty mówisz? Wtedy stawiałaś, ale pewnie sama piłaś z tymi ostatnimi.

Ja potrafiłam postawić i nie pić.

Kiedy piłaś, wiedziałaś na czym to polega, że kogoś suszy i trzeba mu pomóc. Dzisiaj wiesz, że to był element twojej choroby. Ja też to robiłam. Miałam przyjaciółkę, która mi często powtarzała, jak się u mnie doskonale czuje. Przychodziła, a ja sadzałam ją w fotelu, podawałam drinka i z nią piłam. I ja nie piję już kilka lat,

a ona bez kielicha nie potrafi przeżyć dnia. I co mam z tym zrobić? Wiem, że każde działanie jest bezskuteczne.

Mam doświadczenie ze swoim mężem. Różne rzeczy robiłam i nic nie pomogło. Lekarze byli idiotami, ci na mityngach głupoty gadają, bo nawet poszedł dwa razy.

Słowem, każdy musi iść swoją drogą i na własnej skórze przejść te bolesne doświadczenia. Czy opowiedziałabyś mi o takim najgorszym dniu piekła we wspomnieniach?

Pokłóciłam się wówczas z mężem. Mąż pił, kiedy ja próbowałam na siłę utrzymać abstynencję. Odbywało się to wedle określonego scenariusza: jedno jego picie wytrzymywałam, drugie wytrzymywałam, a przy trzecim uznawałam, że ja też mogę, jakbym szukała pretekstu i przyzwolenia. Kiedyś pił, a ja wściekła wyleciałam z domu. Po drodze kupiłam butelkę wódki i pojechałam na daczę. I to było rzeczywiście dno. Tam piłam non stop kilka dni. W melinie w wiosce zabrakło mi pieniędzy na wódkę i zastawiłam złoty pierścionek. Odkupiłam go później. To był już taki etap. Wszystko jedno z kim, byle był alkohol. Mieliśmy bardzo ładną, elegancką daczę, ale to miało miejsce jesienią i w tej mojej eleganckiej daczce było zimno, nieprzyjemnie. A niedaleko stała taka mała chałupinka, gdzie się paliło w piecyku i piło. Siedziałam w tej melinie. Pamiętam stan takiego rausza, kiedy jeszcze byłam uważana za damę. I myślałam: nie czuję pogardy dla tych ludzi. Byli dla mnie bardzo dobrzy i serdeczni. Wreszcie ocknęłam się przerażona o piątej rano. Wiedziałam, że to może trwać dalszych parę dni. Przeraziłam się i uciekłam stamtąd. Na gapę pojechałam tramwajem do mojej przyjaciółki zakonnicy. Ona mnie przyjęła i była bardzo serdeczna. To było moje dno. Tak to oceniam. Że mnie tam ktoś nie zabił, nie okradł, zawdzięczam tylko Opatrzności Bożej, bo wpakowałam się w sytuację prawie kryminalną.

Jak tego słucham, to myślę, że Pan Bóg cały czas czuwał nad nami w wielu zagrażających sytuacjach w życiu. Wiele razy postanawiałam: nigdy więcej nie będę piła. Trwało to jakiś czas, bo bałam się alkoholu. Miałam świadomość, że zawsze coś niedobrego ze mną się dzieje. Wiedziałam, że jak nie ruszę alkoholu, to wszystko

będzie w porządku. Rzadko udawało mi się kontrolować, choć przez lata było wiele przypadków kontrolowanego picia, które mnie utwierdzały w przekonaniu, że nie jestem alkoholiczką.

Ja też tak myślałam i dlatego tak długo to trwało. No, ale zakończyło się szczęśliwie i to jest najważniejsze. Ostatnio nawet znalazłam pracę w swoim zawodzie. Prowadzę warsztaty teatralne z grupą młodzieży niepełnosprawnej. Przygotowujemy przedstawienie.

Cieszy mnie ta praca i kontakt z młodymi, wrażliwymi, choć doświadczonymi przez los ludźmi. Przecież gdybym piła, nie byłoby to możliwe. Znalazłam na nowo sens życia i to jest wspaniałe. Cieszę się nim i dziękuję Najwyższemu za każdy trzeźwy dzień.