

— GAZETA  
TEATRALNA  
TEATR ŻERŃMSKIEGO W KIELCACH

DRZWI PERCEPCJI

inspirowane esejem  
Aldousa Huxleya

reżyseria, scenariusz:  
Mateusz Atman i Agnieszka Jakimiak



NR 108

luty 2025

DYREKTOR MICHAŁ KOTAŃSKI



# DRZWI PERCEPCJI

## inspirowane esejem Aldousa Huxleya

### REŻYSERIA, SCENARIUSZ |

Mateusz Atman  
i Agnieszka Jakimiak

### SCENOGRAFIA | Mateusz Atman

### KOSTIUMY, WSPÓŁPRACA

### SCENOGRAFICZNA |

Nina Sakowska

### CHOREOGRAFIA |

Oskar Malinowski

### WIDEO, PROJEKCJE |

Martyna Chojnacka

### MUZYKA | Łukasz Jędrzejczak

### REŻYSERIA ŚWIATEŁ |

Mateusz Atman  
i Agnieszka Jakimiak

### WSPÓŁPRACA DRAMATURGICZNA (REZYDENCJA DRAMATURGICZNA

### ŻEROMSKIEGO) |

Weronika Zajkowska

### ASYSTENTKA REŻYSERÓW |

Dagna Dywicka

### TRENERKA AKROBATYKI NA SZARFACH |

Ewelina Pokrzywka

### NAUKA ŚPIEWU |

Magdalena Sitkowska

### ARANŻACJA UTWORU |

Piotr Sitkowski

### INSPICJENTKA-SUFLERKA |

Kamila Długosz

### OBSADA:

Anna Antoniewicz,  
Mateusz Bernacik,  
Dagna Dywicka,  
Ewelina Gronowska,  
Andrzej Plata  
oraz Gabriela Macierzyńska/  
Hanna Stolarczyk

Twórcynie i twórcy spektaklu  
dziękują psychoterapeucie  
Sławomirowi Przygockiemu  
za gotowość udzielenia wsparcia  
na każdym etapie powstawania  
przedstawienia.

### PATRONAT:

**POLSKA SIEĆ  
POLITYKI  
NARKOTYKOWEJ**



SPÓŁECZNA  
INICJATYWA  
NARKOPOLITYKI

# DRZWI PERCEPCJI

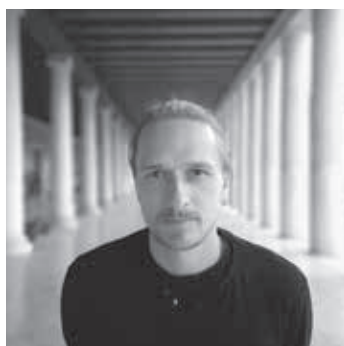
Teatr psychodeliczny jest psychologiczny, bo jego terapeutyczny potencjał oferuje świeże spojrzenie i głęboki wgląd w nas samych.

Teatr psychodeliczny jest metafizyczny, bo (jak pisał Huxley): „chęć przekroczenia świadomej siebie jaźni leży u podstaw wszelkiego doświadczenia mistycznego i wszelkiej kontemplacji estetycznej”.

Teatr psychodeliczny jest polityczny, bo magiczne grzyby i psychodeliczne rośliny budzą wiele kontrowersji i są politycznym tabu, które można nie tylko poruszyć, ale i znieść.

Teatr psychodeliczny jest postdramatyczny i magiczny, bo trip w niczym nie przypomina klasycznej podróży bohatera, chociaż klasycznie składa się z trzech części.

Mateusz Atman i Agnieszka Jakimiak



Fot. archiwum artysty

## MATEUSZ ATMAN

Artysta multidyscyplinarny: reżyser, scenarzysta i scenograf oraz wykładowca akademicki. Od 2015 roku współtworzył ponad 30 wydarzeń teatralnych, performatywnych, choreograficznych, koncertowych i filmowych. Poruszające ważne tematy, uznane i oryginalne spektakle to m.in. ekologiczna „Martwa natura”, naturystyczna „Miła robótka”, postkolonialne „Chamstwo”, międzygatunkowy „Dobry piesek”, czy queerowa „Susan Sontag”. Wybrane prace prezentowane były na międzynarodowych festiwalach w Polsce, Chorwacji, Bułgarii i Niemczech.

Atman współpracował z takimi reżyserami jak: Oliver Frljić, Anna Smolar, Wiktor Rubin, Weronika Szczawińska, Jakub Skrzywanek, Romuald Krężel, Agata Maszkiewicz i Zuzanna Grajewicz. Stale współpracuje z Agnieszką Jakimiak.



Fot. Wojciech Sobolewski

## AGNIESZKA JAKIMIAK

(1987) Reżyserka teatralna, eseistka i dramatisarcka, doktora filozofii, absolwentka MISH na Uniwersytecie Warszawskim, Wydziału Reżyserii PWST w Krakowie i Wydziału Dramatu, Teatru i Tańca w Royal Holloway, University of London. Reżyserka spektakli w Teatrze Powszechnym w Warszawie: „Strach zżerać duszę” (2017) na podstawie scenariusza Rainera Wernera Fassbindera i „Martwa natura” (2020) na podstawie scenariusza napisanego z Mateuszem Atmanem. Reżyserka „nosexnosolo” na podstawie własnego tekstu, odnoszącego się do nadużyć i molestowania popełnionych przez belgijskiego twórcę Jana Fabre’a. Od 2015 roku tworzy w duecie z Mateuszem Atmanem – razem zrealizowali spektakle w Teatrach Współczesnych we Wrocławiu („Chamstwo”, „Kongres futurologiczny”) i Szczecinie „Dobry piesek (dla dorosłych)”, w Teatrze im. A. Fredry w Gnieźnie w koprodukcji z Festiwalami Łódź Czterech Kultur „Miłą robótkę” – spektakl o emancypacyjnym aspekcie polskiej pornografii z lat 90-tych, w Teatrze Nowym w Łodzi „Mój pierwszy rave” i „Galę 68. Wolność to luksus”. Ich spektakle były prezentowane na festiwalach teatralnych w Warszawie (Warszawskie Spotkania Teatralne), Lublinie (Konfrontacje Teatral-



ne), Toruniu (Międzynarodowy Festiwal Kontakt), Łodzi, Zabrzu, Białymstoku, Sofii w Bułgarii, Weimarze w Niemczech.

Wraz z Goranem Injaciem i Joanną Wichowską pracowała jako dramaturżka z Oliverem Frlijciem przy spektaklu „Nie-boska komedia. Szczątki”, „Nie-boska komedia. Wyznanie” oraz „Klątwa”. Pracowała również z Weroniką Szczawińską, Anją Suśą, Bartkiem Frąckowiakiem. Publikowała na łamach „Dwutygodnika”, „Didaskaliów”, „Dialogu” i „Contemporary Theatre Review”. Autorka tekstów poświęconych alternatywnym modelom pracy w teatrze, które uniemożliwiłyby reprodukcję przemocowych praktyk.



Fot. archiwum artystki

## NINA WERONIKA SAKOWSKA

Kostiumografka, projektantka, współzałożycielka studio Skrawki. Z wykształcenia pianistka i historyczka muzyki. Pracowała przy realizacji filmów, seriali, programów telewizyjnych, teledysków, sztuk teatralnych i tanecznych. Jest autorką trzech kolekcji stworzonych w duchu filozofii zero waste: „trash”, „TRASH 2.0”, „Stare śmieci” (stypendium Ministra Kultury i Nauki).

Tworzy z materiałów wtórnych, przywraca do życia to, co stare i zapomniane. Inspiruje się sztuką uliczną, kolorystyką miejskich śmietników i załamaniem cząsteczek.

Odnajduje spokój w chaosie.

Jest autorką kostiumów do takich spektakli, jak: „Chamstwo” (Wrocławski Teatr Współczesny im. E. Wiercińskiego), „Dobry piesek” (Teatr Współczesny w Szczecinie), „Casting” (Teatr Collegium Nobilium w Warszawie), „Mój pierwszy rave” (Teatr Nowy w Łodzi) czy „Dirty Talk” (Wrocławski Teatr Pantomimy).



Fot. Agata Rucińska

## OSKAR MALINOWSKI

Aktor, tancerz, performer, choreograf. Absolwent krakowskiej PWST na Wydziale Teatru Tańca w Bytomiu. Stypendysta Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego za osiągnięcia artystyczne. Współpracuje z najważniejszymi scenami teatralnymi w Polsce. Ze spektaklem „Cezary idzie na wojnę” w reżyserii Cezarego Tomaszewskiego występował na festiwalach w Nowym Jorku, Monachium, Santiago de Chile, Edynburgu, Brukseli i Salzburgu. Przedstawienie otrzymało nagrodę dla zespołu na Międzynarodowym Festiwalu Teatralnym Boska Komedia w Krakowie i jest zaliczane do najważniejszych wydarzeń teatralnych ostatnich lat. Zrealizował autorskie spektakle „coś/ktoś” oraz „Para nr 1”. Oba te projekty wyróżnia autokreacja i komizm. Najnowszy spektakl „Gods of Love”, który powstał we współpracy z Marią Magdaleną Kozłowską i Magdą Kupryjanowicz w ramach programu Polskiej Sieci Sztuk Performatywnych 2024, miał swoją premierę w Poznaniu, Gdańsku i Warszawie.

Współpracował m.in. z Martą Ziółek („Panie władzo, to są tylko tańce”, Teatr Studio im. S.I. Witkiewicza w Warszawie), Agnieszką Jakimiak („Mój pierwszy rave”, Teatr Nowy w Łodzi), Ewelina Marciniak („Historia przemocy”, Teatr im. A. Fredry w Gnieźnie), Wojciechem Grudzińskim („Rodos”, Komuna/Warszawa), Zdenką Pszczołowską („Woyzeck”, Teatr Nowy w Poznaniu), Darią Kubisiak („Niemęski”, Narodowy Stary Teatr im. H. Modrzejewskiej w Krakowie), Cezarym Tomaszewskim („Cud mniemany czyli Krakowiacy i Górale”, Teatr im. J. Słowackiego w Krakowie), Anią Nowak („Języki przyszłości/Future Tongues”, Nowy Teatr w Warszawie).

ig @oskarmalinowski\_

fb Oskar Malinowski



Fot. Jarosław Majewski

## ŁUKASZ JĘDRZEJCZAK

Urodzony w 1985 roku w Bydgoszczy, artysta dźwiękowy, kompozytor muzyki do spektakli teatralnych, performer, producent, instrumentalista, wokalista, autor tekstów piosenek, okładek płyt muzycznych i plakatów koncertowych. W ramach szeroko pojętej sceny eksperymentalnej i alternatywnej współtworzył lub współtworzył zespoły: Sora! (2005–2009), Tin Pan Alley (2007–2011), T'ien Lai (od 2012), Alameda 5 (od 2013), JAVVA (od 2018), The Mózg Injectors (od 2016), Duży Jack (od 2015) i Time Is The Ruler (od 2024). Jako członek wyżej wymienionych formacji zagrał setki koncertów w kraju, a także koncerty w Austrii, Czechach, Danii, Estonii, Islandii, Kanadzie, Litwie, Niemczech, Rumunii, Słowacji, Szwecji i Ukrainie (m.in. w ramach prestiżowych festiwali i przeglądów: Luminato w Toronto, Loftas w Wilnie, CTM w Berlinie, Sharpe w Bratysławie, Art Meetings Festival w Dnipro, Colours of Ostrava w Ostrawie, Wine Nat White Heat w Nantes, Positive Futures w Innsbrucku, Open'er Festival w Gdyni, OFF Festival w Katowicach, Festiwal Malta w Poznaniu). Jest także współtwórcą nagrań terenowych w Marakeszu (Maroko) w ramach interdyscyplinarnego projektu „Sawt/Sur” (2017). Wraz z Jakubem Ziółkiem współtworzy wydawnictwo płytowe Brutality Garden popularyzujące eksperymentalną muzykę klubową.





Fot. archiwum artystki

## MARTYNA CHOJNACKA

Artystka nowych mediów, która łączy świat technologii ze sztuką dźwięku i obrazu. Ukończyła studia z zakresu creative codingu na Uniwersytecie SWPS w Warszawie, gdzie zdobyła zaawansowane umiejętności w pracy z narzędziami takimi, jak Arduino, Raspberry Pi oraz oprogramowaniem do projektowania 3D. Dzięki temu swobodnie realizuje projekty w obszarze physical computingu, obejmujące robotykę, druk 3D i wycinanie laserowe.

Posiada rozległe doświadczenie w tworzeniu generatywnej sztuki cyfrowej, biegła w pracy z programami takimi, jak TouchDesigner, Max MSP, Blender czy Processing. Dzięki szerokiej znajomości narzędzi do wizualizacji i mappingu, tworzy immersyjne instalacje oraz unikalne wizualizacje. Związana z alternatywną sceną muzyczną, działa jako wizualizatorka dźwięku, tworząc przestrzenie audiowizualne za pomocą kodu, animacji i nowych technologii. Jej prace, obejmujące generatywne wizualizacje na żywo, animacje, instalacje interaktywne i kinetyczne rzeźby, były prezentowane na licznych wystawach i festiwalach w Polsce oraz Europie.

Obecnie ściśle współpracuje z włoskim teatrem tańca jako creative coder, tworząc rozległe oprogramowanie i reaktywne wizualizacje do spektaklu, który opiera się w dużej mierze na sztucznej inteligencji. Jej doświadczenie w pracy z kodem, physical computingiem i pasją do sztuk wizualnych sprawiają, że odgrywa istotną rolę w tworzeniu technologicznego zaplecza wielu projektów artystycznych.

Dąży do tworzenia obiektów namacalnych, takich, które można obejść dookoła i dotknąć, stawia na tworzenie angażujących doświadczeń, w kontrze do niedostępnych i nietykalnych form sztuki. Od wielu lat fascynuje ją także niezwykły organizm, jakim jest śluzowiec (*slime*

*mould*), a jego zachowania i struktury często inspirują jej prace, w których eksploruje i reinterpretuje te naturalne zjawiska.



Fot. archiwum artystki

## WERA ZAJKOWSKA

Studentka IV roku dramaturgii na Wydziale Reżyserii i Dramaturgii AST w Krakowie, absolwentka Wydziału Artes Liberales na Uniwersytecie Warszawskim, eksstudentka aktorstwa na Wydziale Teatru Lalek Akademii Teatralnej w Warszawie. Asystentka Anny Smolar przy spektaklu „Joga” w Narodowym Starym Teatrze im. H. Modrzejewskiej w Krakowie, asystentka Michała Zadary przy spektaklu dyplomowym studentów AST „Oresteia”. Dramaturżka oraz współautorka scenariusza przy spektaklach Michała Zadary „Cisza” (Muzeum Powstania Warszawskiego) oraz „400m2 nadziei” (w ramach festiwalu Łódź Wielu Kultur). Dramaturżka Emmy Hütt przy spektaklu „Justine&Juliette” w Teatrze im. J. Słowackiego w Krakowie. Realizowała czytanie performatywne swojego tekstu w związku z programem „Młodzi w Nowym” w Teatrze Nowym w Łodzi, w ramach festiwalu „Gra z Kantorem” organizowanego przez Cricotekę, w cyklu czytań performatywnych Tekstów Kobiecej Dramaturgii Niemieckiej. Brała udział w Maratonie Miniatur Dramatycznych w Teatrze im. J. Słowackiego w Krakowie oraz w Przeglądzie Współczesnej Dramaturgii Teatru Barakah. Realizowała performance „SISTERCOR” we współpracy z Emmą Hütt w Volksbühne w Berlinie.

Czynnie zaangażowana w działania Pracowni Dramaturgicznej. Interesuje się teatrem formy oraz poszukiwaniem nowych języków teatralnych.







# O PSYCHODELIKACH

Maciej Lorenc

---

„Nasza zwykła świadomość na jawie, nasza – że tak powiem – świadomość rozumowa, jest tylko pewnym szczególnym typem świadomości, poza którym, oddzielone odeń tylko cienką błoną, leżą formy potencjalne świadomości zgoła odmiennych. Możemy przejść przez życie nie podejrzewając nawet ich istnienia, dość jednak zastosować właściwy środek podniecający, aby po jednym dotknięciu zjawiły się one w całej pełni. (...) Żaden opis całości kształtu wszechświata nie może być zupełny, jeśli pomija te inne formy świadomości” – napisał ponad sto lat temu William James, jeden z pionierów amerykańskiej psychologii i nurtu filozoficznego nazwanego pragmatyzmem.

Interesowały go jednak nie tylko odmienne stany świadomości wywołane przez środki psychoaktywne, ale szeroko rozumiane doświadczenia duchowe, których wartość postrzegał przez pryzmat ich wpływu na dobrostan człowieka i jego otoczenia społecznego, a nie ich konkretnej treści i tworzonych wokół nich doktryn religijnych. Nie wdawał się w spekulacje na temat tego, na ile realne są nadprzyrodzone wymiary, które niekiedy ukazują się ludziom w ich trakcie. Od zarania dziejów ludzie korzystają z wielu nefarmakologicznych sposobów na wywołanie tego rodzaju przeżyć, takich jak medytacja, głodówka, deprywacja sensoryczna, deprywacja snu, rytualne bębnienie czy tańczenie, ale również tych farmakologicznych.

## Potencjał terapeutyczny

Podejście Jamesa wpłynęło na wielu naukowców badających psychodeliki. W latach 50. i 60. ubiegłego wieku prowadzono w świecie zachodnim szeroko zakrojone eksperymenty nad ich terapeutycznym potencjałem, ale w wyniku rosnącej skali ich rekreacyjnego użycia przez kontrkulturę hippisowską, przerwano je na kilka dekad. Wraz z początkiem XXI wieku powrócono jednak do eksperymentów sprawdzających ich użyteczność w leczeniu wielu zaburzeń, między innymi depresji, uzależnień czy traum. Przebadano je również w kontekście zmniejszania kryzysu egzystencjalnego u osób z terminalnymi chorobami, z których większość doświadczyła szybkiego i długotrwałego spadku nasilenia przygnębienia i niepokoju, a także ogólnego wzrostu zadowolenia z życia.

**...psychodeliki używane do celów leczniczych nie wymagają regularnego przyjmowania, a ich pozytywny wpływ może po jednym podaniu utrzymać się przez wiele tygodni, miesięcy albo nawet lat.**

**Największy wpływ na sposób myślenia o substancjach psychodelicznych na Zachodzie wywarł pisarz Aldous Huxley, który w 1953 roku przyjął meskalinę, po czym podzielił się swoimi doświadczeniami z szerokimi rzeszami czytelników i czytelniczek...**

Standardowe leki antydepresyjne, takie jak SSRI, pozwalają stłumić uciążliwe objawy, ale niekoniecznie sprzyjają rozwiązaniu problemów, które stanowią ich przyczynę. W odróżnieniu od nich psychodeliki używane do celów leczniczych nie wymagają regularnego przyjmowania, a ich pozytywny wpływ może po jednym podaniu utrzymywać się przez wiele tygodni, miesięcy albo nawet lat. Naukowcy zauważyli, że wywoływane przez nie doświadczenia mogą być użyteczne w procesie psychotherapeutycznym, pomagając pacjentom w zmianie perspektywy i dotarciu do głębokich źródeł ich złego samopoczucia, a następnie we wprowadzeniu konstruktywnych zmian w ich życiu. Przed sesją pacjent jest odpowiednio przygotowywany, w jej trakcie otrzymuje intensywne wsparcie terapeutyczne, a po jej zakończeniu przechodzi proces integracji, czyli pogłębiania i utrwalania wyniesionych z niej korzyści.

## Eksplorowanie świadomości

Największy wpływ na sposób myślenia o substancjach psychodelicznych na Zachodzie wywarł pisarz Aldous Huxley, który w 1953 roku przyjął meskalinę, po czym podzielił się swoimi doświadczeniami z szerokimi rzeszami czytelników i czytelniczek w słynnej książce *Drzwi percepcji*: „Zostać wyrwanym z kolein normalnej percepcji, uzyskać na kilka bezczasowych godzin widzenie zewnętrznego i wewnętrznego świata, nie takie, jakim dysponuje zwierzę opętane przetrwaniem lub człowiek opętany słowami i pojęciami; ujrzeć

je takimi, jakimi postrzega je, w całej bezpośredniości i nieuwarunkowaniu, Wolny Umysł – to doświadczenie o nieocenionej wartości dla każdego, szczególnie dla intelektualisty”.

Psychodeliki były dla niego narzędziem do eksplorowania świadomości, ale również zgłębiania sfery duchowej. Był jednak zdania, że tego rodzaju substancje mogą niebezpiecznie mocno oddziaływać na psychikę, w związku z czym dostęp do nich powinien być zarezerwowany dla intelektualnych elit, które mogłyby następnie w za pośrednictwem reszcie społeczeństwa korzyści wynikające z uzyskanych wglądów. Oprócz tego spekulował, że mózg pełni dla świadomości funkcję „zaworu redukującego”, który w normalnych warunkach kontroluje i ogranicza ilość napływających informacji, żeby chronić człowieka przed poczuciem przytłoczenia, a pod wpływem psychodelików ulega rozregulowaniu, przez co nasze postrzeganie rzeczywistości ulega rozszerzeniu i wzbogaceniu.



Współczesne badania neuroobrazowe wydają się potwierdzać tę intuicję. Dziś wiemy, że psychodeliki zmniejszają aktywność części mózgu nazywanej wzgórzem, która dokonuje wstępnej oceny i filtruje informacje sensoryczne przekazywane do kory mózgowej, przez co przyczynia się do wytworzenia zintegrowanego doświadczenia percepcyjnego. Tymczasowo dezaktywują również „sieć stanu spoczynkowego”, która

wyduje się odgrywać decydującą rolę w powstawaniu subiektywnego poczucia „ja”, czyli bycia jednostką o określonej przeszłości i wyobrażającą sobie różne scenariusze przyszłości, regulując i odgórnie kontrolując liczne procesy mózgowe.

### **Wpływ na kulturę**

Huxley rozmyślał o potencjalnym wpływie środków psychoaktywnych nie

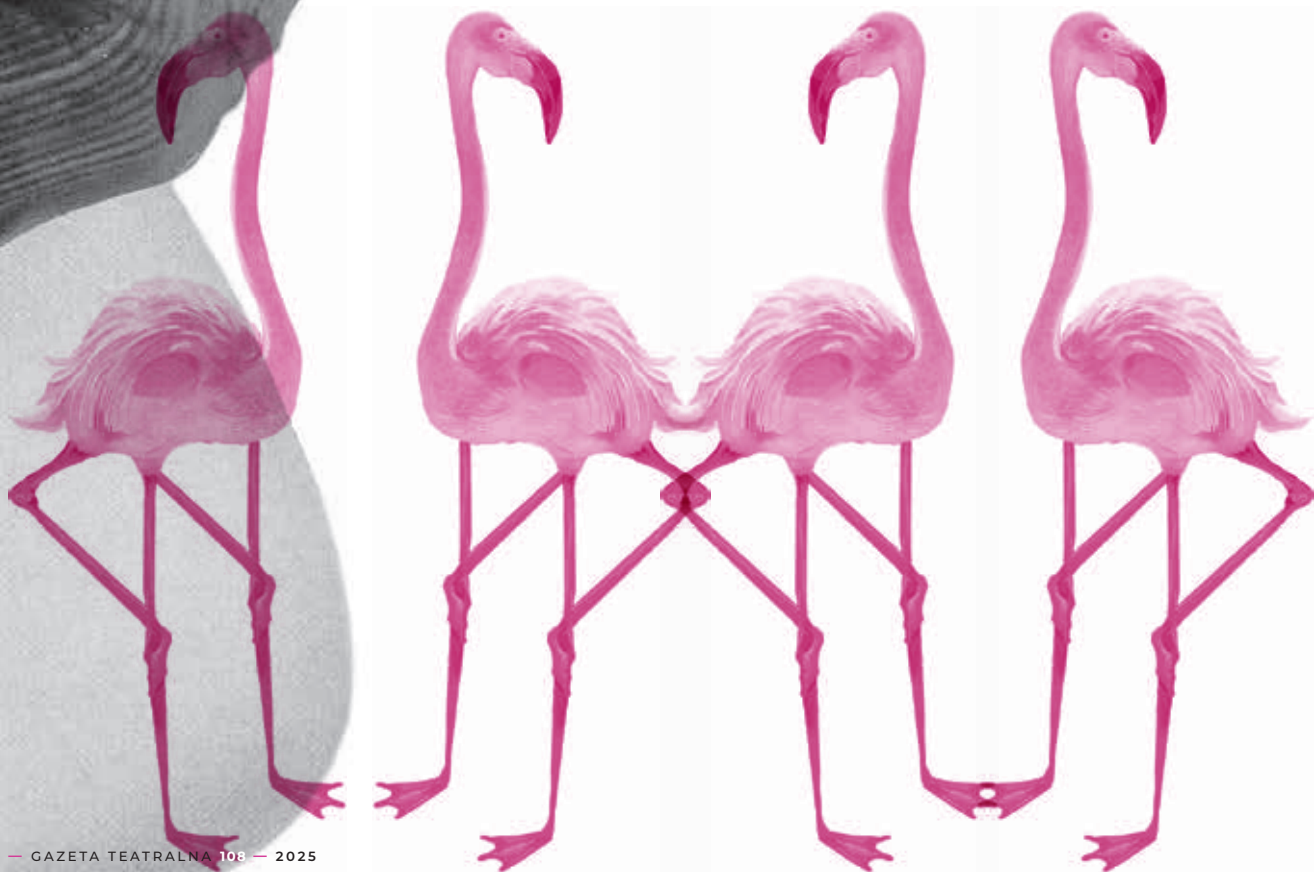
**Psychodeliki  
były dla Huxleya  
narzędziem  
do eksplorowania  
świadomości,  
ale również zgłębiania  
sfery duchowej.**

→



Huxley tak mocno wierzył  
w transformacyjny  
i rozwojowy potencjał  
psychodelików,  
że w 1963 roku poprosił żonę,  
żeby podała mu na łożu  
śmierci dwie dawki LSD...

→ tylko na indywidualną świadomość, ale również na kulturę. W książce *Nowy wspaniały świat* opisał substancję o nazwie „soma”, którą wszyscy obywatele przyjmują regularnie, żeby stłumić nieprzyjemne emocje i skutecznie dopasować się do funkcjonowania w dystopijnym technokratycznym społeczeństwie. W swojej ostatniej powieści *Wyspa* przedstawił natomiast środek o nazwie „moksza”, którego w utopijnej wspólnocie używa się do transcendencji, autoeksploracji i przygotowywaniach na konfrontację z własną śmiertelnością. Kurację z użyciem standardowych leków psychiatrycznych można porównać do przyjmowania somy, a terapię wspomaganą psychodelikami – do zażywania mokszy. Huxley tak mocno wierzył w transformacyjny i rozwojowy potencjał psycho-





delików, że w 1963 roku poprosił żonę, żeby podała mu na łożu śmierci dwie dawki LSD, a następnie odszedł z tego świata pod wpływem tej substancji.

Używanie tego typu psychodelików wiąże się jednak z realnymi zagrożeniami. Mogą one bowiem wywoływać przytłaczające, intensywne i wymagające przeżycia, które określa się mianem „bad tripów”. W przypadku pewnego odsetka osób wpływają one negatywnie na długofalowy dobrostan i wiążą się z potrzebą pomocy ze strony ekspertów w dziedzinie zdrowia psychicznego. Ponadto, psychodeliki mogą aktywować i nasilać objawy zaburzeń psychiatrycznych takich jak schizofrenia czy choroba afektywna dwubiegunowa u osób, które mają do nich predyspozycje, a także – w rzadkich przypadkach – pozostawiać u ludzi przewlekłe zaburzenia percepcyjne, które utrzymują się przez długi czas po przyjęciu substancji, uniemożliwiają normalne funkcjonowanie i wymagają hospitalizacji.

## Psychodeliki w Polsce

Badania nad terapeutycznym wpływem psychodelików od niedawna są prowadzone również w Polsce, między innymi przez Instytut Farmakologii PAN, Gdański Uniwersytet Medyczny czy Warszawski Uniwersytet Medyczny, za sprawą finansowania z Narodowego Centrum Nauki i Agencji Badań Medycznych. Warto jednak pamiętać, że substancje te nadal pozostają w „Wykazie środków odurzających i substancji psychotropowych” w Grupie I-P, w której znajdują się związki cechujące się brakiem zastosowań medycznych i wysokim potencjałem nadużywania.

**Używanie tego typu psychodelików wiąże się jednak z realnymi zagrożeniami. Mogą one bowiem wywoływać przytłaczające, intensywne i wymagające przeżycia, które określa się mianem „bad tripów”.**



Wyniki badań nad psychodelikami wydają się pokazywać, że taka klasyfikacja jest nieadekwatna. Pomimo swojego intensywnego oddziaływania na świadomość, substancje te nie są toksyczne dla ciała i nie powodują klasycznych objawów uzależnienia, czyli głodu nałogowego i kompulsywnej chęci regularnego przyjmowania, a wręcz wywierają znikomy wpływ na jakiegokolwiek procesy fizjologiczne. Ich potencjał terapeutyczny wydaje się natomiast bardzo obiecujący i daje nadzieję na zrewolucjonizowanie naszego sposobu myślenia o zdrowiu psychicznym i przyniesienie ulgi wielu pacjentom, którzy nie reagują na dostępne obecnie formy leczenia. Choć żadne substancje same w sobie nie rozwiążą naszych indywidualnych i społecznych problemów, psychodeliki mogą nas popchnąć ku próbie zajęcia się nimi w sposób sprzyjający minimalizacji cierpienia i poprawie jednostkowego dobrostanu, a także rozwoju kultury, w której żyjemy. ●

**...substancje te nie są toksyczne dla ciała i nie powodują klasycznych objawów uzależnienia, czyli głodu nałogowego i kompulsywnej chęci regularnego przyjmowania...**

---

Maciej Lorenc (1985) socjolog, autor książek „Czy psychodeliki uratują świat?” (2019) i „Grzybobranie. Kulturowa historia psylocybiny”, tłumacz wielu książek poświęconych środkom psychoaktywnym, współzałożyciel Polskiego Towarzystwa Psychodelicznego. Publikował m.in. na łamach „Polityki”, „Znaku”, „Tygodnika Powszechnego” i „Krytyki Politycznej”.

# DYLEMATY I WSKAZÓWKI Z DZIEDZINY UZALEŻNIEŃ

Sławomir Przygocki

W odróżnieniu od substancji psychodelicznych (psylocybiny, meskaliny, LSD czy DMT) substancje psychoaktywne takie, jak alkohol, amfetamina, kokaina czy mefedron wykazują silny potencjał uzależnieniowy.

**1.** Warto rozmawiać. Jeśli w naszym otoczeniu obserwujemy niepokojące sygnały świadczące o czymś uzależnieniu, uczciwie jest zareagować. Na skuteczność interwencji przekłada się bliskość w relacji, adekwatna ocena sytuacji oraz klarowność intencji, z jaką rozpoczynamy rozmowę. Jeśli doświadczamy bezsilności i bezradności w relacji z osobą uzależnioną, warto udać się na konsultację do specjalisty.

**2.** Tendencja do uzależnień jest w każdym z nas. Warto zastanowić się, czy poprzez zachowanie lub korzystanie z substancji regulują własne uczucia lub uciekam od uciążliwych myśli.

**3.** Podstawowym założeniem profilaktyki zdrowotnej z zakresu zdrowia psychicznego jest wymiar atrakcyjności życia. Inwestowanie czasu w relacje z ludźmi, kulturę, sport i pasje skutecznie przeciwdziałają wchodzeniu w uzależnienie.

**4.** Jeśli w związku lub rodzinie doświadczamy uzależnienia, najczęściej psychoterapii potrzebuje nie tylko osoba uzależniona, ale również partner lub pozostali członkowie rodziny.

**5.** Faktem jest, że uzależnienie leczy się trudno. Niska skuteczność i jakość leczenia może zatrzymać proces. Trafiamy na takich ludzi i rozwiązania, na jakie jesteśmy gotowi. Sprawdzanie i poszukiwanie kolejnych rozwiązań z każdym krokiem zbliża do zdrowia.

**6.** W leczeniu uzależnień w przewadze stosujemy podejście poznawczo-behawioralne. Zdarza się, że u pacjentów występuje potrzeba

pogłębienia procesu, żeby uzyskać bardziej wartościowe rezultaty, czyli pełniejsze życie.

**7.** Podejście do człowieka z uzależnieniem oparte na kontroli często przynosi odwrotny skutek, może wręcz prowadzić do pogłębienia uzależnienia.

**8.** Utrzymywanie trzeźwości wiąże się ze wskaźnikami: jakości bycia w relacji z ludźmi, poczuciem rozwoju w życiu, uczciwością wobec samego siebie i innych oraz systemem wartości, zgodnie z którym żyjemy.

**9.** Tworzenie tabu, demonizowanie, marginalizowanie i tym podobne procesy społeczne zachodzące w stosunku do substancji psychoaktywnych utrzymują tendencję do pogłębienia problemów społecznych.

**10.** Korzystanie z substancji psychoaktywnych, w tym z alkoholu, może prowadzić do psychoz. Wystąpienie takich stanów ma prawo ustąpić. Warto w takich sytuacjach odbyć rozmowę ze specjalistą. Doświadczenia psychodeliczne również mogą wywołać różne zmiany w sposobie myślenia i odczuwania świata. Tu także warto szukać rozmowy, żeby zintegrować to doświadczenie.

**11.** Można założyć, że część osób szuka w substancjach swoistego procesu samoleczenia, „ukrytych drzwi”, czy doświadczenia transcendentnego. Warto przypomnieć, że przebywanie na łonie przyrody, kontemplacja sztuki, medytacja i modlitwa również dają możliwość przeżycia czegoś więcej. ●

Autor jest magistrem pedagogiki, certyfikowanym specjalistą z dziedziny psychoterapii uzależnień, trenerem procesu grupowego, w trakcie kształcenia na psychoterapeutę analityka w nurcie jungowskim.





— po premierze

# MITOLOGIA. NIE CHCE MI SIĘ NIC NIE ROBIĆ

duetu Daria Kubisiak/Weronika Krówka

na podstawie „Mitologii” Jana Parandowskiego

reżyseria, scenariusz: Daria Kubisiak

muzyka, teksty piosenek: Weronika Krówka

dramaturgia: Piotr Froń

choreografia: Katarzyna Gorczyca

scenografia: Iga Słupska

kostiumy: Hanka Podraza

reżyseria świateł: Klaudyna Schubert

animacje 3D: Kuba Kalisz

wideo: Michał Stelmaszczyk

konsultacje muzyczne: Jarosław Płonka

konsultacje merytoryczne:  
grupa ekspertek i ekspertów  
w wieku 9-17 lat

obsada:

Dagna Dywicka, Ewelina Gronowska,  
Klaudia Janas, Joanna Kasperek,  
Weronika Krówka, Jacek Mąka,  
Łukasz Pruchniewicz, Beata Pszeniczna,  
Zuzanna Wierzińska, Dawid Żłobiński  
oraz Janusz Głogowski (w nagraniach  
audio i wideo)

inspicjentka-suflerka: Klaudia Sobura

PRAPREMIERA: grudzień 2024



fot. Karpati&Zarewicz

„...Dialogi młodych postaci brzmią autentycznie może też dlatego, że od początku w budowaniu przedstawienia uczestniczyli nastolatki z kieleckich szkół jako grupa ekspercka. [...] Czy młodzież kupi ten spektakl? Czy rodzice go rozumieją? Moim zdaniem tak, w każdym razie chciałbym, by tak było, bo jest mądry i dowcipny jednocześnie i wizualnie atrakcyjny”.

Ryszard Koziej, Radio Kielce

„...Dla realizacji swojego oryginalnego i ciekawego pomysłu, polegającego na skonfrontowaniu mitycznych bogów i herosów z problemami współczesnej młodzieży, Kubisiak i Krówka zastosowały bardzo pojemną i dość wygodną dla twórców formę, jaką jest przedstawienie szkolne realizowane przez samych uczniów. [...] Bardzo celowo i pomysłowo twórcy wykorzystują nowe techniczne możliwości sceny Teatru Żeromskiego w Kielcach, tworząc Olimp i Hades, a także chmurkołot i kolumnołot. Podziw budzą też „podniebne” ewolucje Dawida Żłobińskiego – Ikara oraz dramatyczny „zwis” z łoża zaprezentowany przez Joannę Kasperek (Demeter)...”.

Krzysztof Krzak, teatrdlaski.wszystkich.eu

## ZESPÓŁ TEATRU IM. S. ŻEROMSKIEGO W KIELCACH

Dyrektor teatru Michał Kotański | Zastępca dyrektora ds. inwestycji Jarosław Milewicz | Dyrektor artystyczny ds. festiwalu Marcin Zawada |  
**DZIAŁ ARTYSTYCZNY:** Aktorki i aktorzy: Anna Antoniewicz, Mateusz Bernacik, Dagna Dywicka, Janusz Głogowski, Kuba Golla, Wiktoria Grabowska, Ewelina Gronowska, Klaudia Janas, Oskar Jarzombek, Joanna Kasperek, Jacek Mąka, Wojciech Niemczyk, Andrzej Plata, Łukasz Pruchniewicz, Beata Pszeniczna, Zuzanna Wierzińska, Aneta Wirzinkiewicz, Beata Wojciechowska, Dawid Żłobiński | **Dramaturg** Paweł Sablik | **DZIAŁ IMPRESARIATU:** Pełnomocniczka teatru, kierowniczka działu impresariatu, koordynatorka pracy artystycznej Halina Łabędzka | **Sekretarz literacka** Luiza Buras-Sokół | **Rzeczniczka prasowa/PR manager** Paulina Drozdowska | **Specjalistka ds. literackich i edukacji** Anna Wolszczak | **Graficy komputerowi:** Karolina Urbańska, Rafał Urbański | **Inspicjentki-suflerki:** Maria Bielińska-Pacholec, Klaudia Sobura, Kamila Długosz | **Specjalistki organizatorki widowni – kasjerki biletowe:** Bożena Mordal, Jadwiga Nadgrodkiewicz | **Specjalistka organizatorka widowni – kasjerka biletowa, specjalistka ds. social media** Magdalena Dąbrowska | **Kasjerka biletowa** Aleksandra Gospodarczyk | **Specjalistka ds. umów cywilnoprawnych** Karolina Tomasiak | **SAMODZIELNE STANOWISKA:** Asystentka dyrektora, specjalistka ds. kadr Marta Rytel-Kuc | **Inspektor BHP i ppoż.** Rafał Jarosiński | **Informatyk, inspektor ochrony danych** Mariusz Lis | **Producentka teatralna** Marta Mirska | **DZIAŁ FINANSOWO-KSIĘGOWY:** Główna księgowość Lucyna Michalska | **Specjalistka ds. plac** Anna Koziej | **Specjalistki ds. księgowości:** Katarzyna Kwiatkowska, Edyta Zbróg | **DZIAŁ ADMINISTRACYJNO-TECHNICZNY:** Kierownik techniczny Karol Górski | **Kierownika administracyjnego** Jacek Pomarański | **Specjalistka ds. administracyjnych** Krystyna Pękalska | **Specjalistka ds. administracyjnych i zaopatrzenia** Karolina Żarnowiecka | **Pracownik zaopatrzenia – konserwator** Michał Kluskiewicz | **Recepcjonistki:** Sylwia Broda, Małgorzata Chmura, Edyta Kaniowska, Natalia Mazur, Barbara Smolarczyk | **Pracownica kostiumerni, pracznia** Wioletta Partyka | **Panie sprząające:** Ewa Głogowska, Magdalena Grzyb, Renata Kołomańska, Barbara Maj, Sabrina Villani-Matlewska | **SPECJALIŚCI RZEMIOŁ TEATRALNYCH:** Kierownik pracowni technicznych, **stolarz** Krzysztof Juszczyk | **Stolarze:** Grzegorz Kudła, Piotr Sztandera | **Plastyczka – archiwistka** Iwona Jamka | **Plastycy:** Marcelina Smolarczyk, Tomasz Smolarczyk | **Krawcowa damska** Teresa Karyś | **Krawiec męski** Krzysztof Ślusarczyk | **OBŚLUGA SCENY:** Brygadier sceny Lech Sobura | **Montażyci dekoracji:** Dariusz Augustowski, Konrad Głowczyński, Wiesław Jas, Andrzej Siuda, Dawid Sobura | **Kierownik realizatorów, elektryk – realizator oświetlenia** Michał Jas | **Realizatorzy oświetlenia:** Mariusz Ciesielski, Dawid Gąszcz | **Realizatorzy dźwięku:** Kamil Kubicki, Karol Putowski, Karol Tombarkiewicz, Marcin Włodarski | **Charakteryzarka-perukarka** Alicja Pośłowska | **Garderobiane:** Agnieszka Ozimina, Agata Radek | **Fryzjerka** Anna Karcz | **Rekwizytor** Dorota Kozera

NASTĘPNA PREMIERA

# Człowiek jaki jest, każdy widzi

Marzena Matuszak

reżyseria: Katarzyna Minkowska

scenariusz, dramaturgia: Tomasz Walesiak

scenografia: Marta Kodeniec, Milena Trzcińska

kostiumy, obiekty animowane i maski: Marta Kodeniec

choreografia: Krystyna Lama Szydłowska

muzyka: Wojciech Frycz

reżyseria światła: Paulina Góral

autor piosenek: Kamil Małanicz

produkcja muzyczna: Mateusz Hulbój

asystentka reżyserki: Milena Trzcińska

KOPRODUKCJA: **NOWY  
TEATR**

obsada:

Anna Antoniewicz,

Klaudia Janas,

Beata Pszeniczna,

Kuba Golla,

Oskar Jarzombek,

Łukasz Pruchniewicz

**PRAPREMIERA:**  
luty 2025

Teatr im. Stefana Żeromskiego w Kielcach jest jednostką organizacyjną Samorządu Województwa Świętokrzyskiego współprowadzoną przez Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego.



Ministerstwo Kultury  
i Dziedzictwa Narodowego



WOJEWÓDZTWO  
ŚWIĘTOKRZYSKIE

## SPONSORZY I PARTNERZY



UZDROWISKO  
BUSKO-ZDRÓJ S.A.



## PATRONAT MEDIALNY:



tvś telewizja  
świętokrzyska



Redakcja: Luiza Buras-Sokół  
Opracowanie graficzne: Karolina Urbańska  
Na okładce projekt plakatu autorstwa Katarzyny Panfil  
W programie wykorzystano ilustracje z freepik.com  
oraz unsplash.com  
Druk: O. P. APLA

Teatr im. Stefana Żeromskiego  
ul. Sienkiewicza 32, 25-507 Kielce  
tel. kasa 41 344 75 00  
www.teatrzeromskiego.pl



TEATR  
ŻEROMSKIEGO  
W KIELCACH

12002-  
POSDO-  
LUD-  
MIŁOŚCI