

 Kraków

# TEATR LUDOWY



## SAMOTNY MĘŻCZYZNA

TEATR LUDOWY · INSTYTUCJA KULTURY MIASTA KRAKOWA

---

Christopher Isherwood

# SAMOTNY MĘŻCZYŻNA

Przekład: Jan Zieliński

ADAPTACJA I DRAMATURGIA

Tomasz Śpiewak

REŻYSERIA

Wojtek Rodak

SCENOGRAFIA, KOSTIUMY, ŚWIATŁO

Katarzyna Pawelec

MUZYKA

Teoniki Rożynek

CHOREOGRAFIA

Bartłomiej Gąsior

OBSADA:

GEORGE

Piotr Pilitowski

KENNY

Marcin Mazurek

PANI STRUNK

Małgorzata Kochan

CHARLEY

Katarzyna Tłałka

GŁOSY Z OFFU

Dorota Goljasz, Alicja Starzyk,

Antoni Włosowicz

ASYSTENTKA REŻYSERA, INSPICJENTKA, SUFLERKA

Manuela Nowicka

ASYSTENTKA SCENOGRAFKI

Maria Nowak

416. Premiera Teatru Ludowego

Prapremiera polska

Scena Pod Ratuszem

9 maja 2026



# POCZĄTEK DNIA

Przebudzenie zaczyna się od powiedzenia: jestem i teraz.

Przebudzone coś leży wówczas przez jakiś czas, wpatrując się najpierw w sufit, potem patrząc na siebie, aż rozpozna swoje „ja” i wyciągnie wnioski: ja jestem, ja jestem teraz. Dopiero potem przychodzi „tutaj”, dodając – choćby pośrednio – odwagi: ponieważ coś spodziewało się, że tego ranka będzie tutaj, inaczej mówiąc – w domu.

Ale „teraz” to nie tylko teraz. Teraz jest też przypomnieniem: oto cały jeden dzień upłynął od wczoraj, oto cały jeden rok upłynął od zeszłego roku. Każde teraz jest opatrzone nalepką datą, unieważnia wszelkie poprzednie teraz do czasu, gdy prędzej lub później – może, nie – może, z całą pewnością i ono przeminie.

Nerw błędny skręca się z przerażenia. Niezdrowy skurcz na myśl o tym, co nas czeka gdzieś tam, w perspektywie śmierci.

Tymczasem szare komórki, ten ponury stróż porządku, obejmują kontrolę nad głównymi organami i zaczynają je sprawdzać, jeden po drugim: nogi się wyciągają, krzyż wygina, palce zaciskają i rozprostowują. Następnie przez cały system wewnętrznej komunikacji przechodzi pierwszy ogólny rozkaz dnia: WSTAĆ.

Ciało posłusznie dźwiga się z łóżka – wzdrygając się z powodu rwania w zreumatyzowanych kciukach i w lewym kolanie, czując lekkie mdłości wskutek skurczu odźwiernika – i wlecze się do łazienki, gdzie opróżnia pęcherz i daje się zważyć: wciąż trochę powyżej siedemdziesięciu kilo, mimo wyczerpujących ćwiczeń w sali gimnastycznej! Potem do lustra.

Widzi tam nie tyle twarz, ile raczej świadectwo prawdy.

Oto, co ze sobą zrobiło, oto cały śmietnik, jaki wkraść się tu w ciągu pięćdziesięciu ośmiu lat, zawarty w otępiałym, zasmuconym wzroku, w zwyczajnym nosie, w kącikach ust wykrzywionych w grymasie, jakby od kwasu własnych toksyn, w policzkach zwisających na zaczepach mięśni, w zwiotczącej brodzie z pomarszczonymi fałdami.

Zasmucony wzrok jest spojrzeniem krańcowo wyczerpanego pływaka lub biegacza – nie ma wszakże mowy o odpoczynku. Osoba, którą obserwujemy, będzie walczyła, póki nie padnie. Nie, żeby była bohaterem. Po prostu nie umie sobie wyobrazić innego wyjścia.



Wpatrując się w lustro, dostrzega w swojej twarzy wiele innych twarzy – twarz dziecka, chłopca, młodzieńca, niezbyt już młodego mężczyzny – wszystkie nadal obecne, zachowane jak skamieliny w nałożonych na nie warstwach, i jak skamieliny martwe. Ich przesłanie dla tej umierającej za życia osoby brzmi: popatrz na nas, myśmy umarli, czego się bać?

Odpowiedź brzmi: ale to się dokonywało stopniowo, łagodnie.  
A JA SIĘ LĘKAM POŚPIECHU.

Ciało patrzy i patrzy, wargi się rozchylają.(...)  
Pośluszne, myje się, goli i czesze, ponieważ uznaje swoje obowiązki względem innych. Nawet się cieszy, że ma wśród nich swoje miejsce. Wie, czego się od niego oczekuje.

Zna swoje imię. Na imię mu George.

Skoro już się ubrało, stało się nim, stało się mniej lub bardziej George'em (...)  
Przemierza pierwszy pokój, który nazywa swoim gabinetem, i schodzi po schodach. To mały, przemyślnie zaplanowany domek. Jego niewielkie rozmiary działają opiekuńczo: nie ma tu nawet dość miejsca na to, by czuć się człowiekiem samotnym.

Tym niemniej...

Jeśli pomyśleć o dwóch osobach, które mieszkają razem dzień w dzień, rok w rok, w tej małej przestrzeni, potracając się przypadkiem lub rozmyślnie – zmysłowo, agresywnie, niezręcznie, niecierpliwie, w złości lub w miłości – pomyśleć, jak głębokie, choć niewidoczne ślady musieli wszędzie po sobie zostawić!

Drzwi do kuchni zaplanowano zbyt wąskie. Dwie osoby, które się śpieszą, z talerzami w rękę, wciąż się tutaj ze sobą zderzały. I właśnie tutaj, niemal każdego ranka, George, doszedłszy do podstawy schodów, ma wrażenie, że nagle znalazł się na ostrej, brutalnie odciętej, stromej krawędzi, tak jakby ścieżka nagle opadała w urwisko.

Tu zatrzymuje się raptownie i wie, z obezwładniającym poczuciem nowości, niemal jakby to było po raz pierwszy:  
Jim nie żyje. Nie żyje.

Stoi bez ruchu, bez słowa, czasem najwyżej wydając krótki zwierzęcy pomruk, i czeka, aż minie spazm. Potem wchodzi do kuchni. Te poranne spazmy są zbyt bolesne, by je traktować sentymentalnie. Kiedy miną, czuje ulgę, tylko tyle. Tak jak wtedy, kiedy mija silny atak kurczu.



# HEY, JIM...

Hey, Jim...

Jim włącz radio.

Jim włącz Mahlera.

Jim ile dzisiaj stopni.

Jim o której wstaje słońce?

Jim jakie dziś powietrze?

Jim zapal światło w łazience.

Jim włącz ekspres do kawy.

Jim włącz szybkie pranie.

Jim włącz moje notatki do zajęć.

Jim włącz program treningowy.

Jim sprawdź mój kalendarz na dzisiaj.

Jim sprawdź maile.

Jim poinformuj mnie o stanie oszczędności?

Jim jakie notowania na giełdzie?

Jim ile kosztowałby mnie prawnik ?

Jim co się dzieje jeśli zmarły portret nie spisie testamentu?

Jim czy mrówki są szkodliwe?

Jim co powinno znaleźć się plecaku na wypadek wojny?

Jim z czego powinny składać się zapasy?

Jim poleć jakiś film?

Jim podaj tytuły ciekawych książek o żałobie.

Jim queerowe książki o żałobie?

Jim czy Mapplethorpe znał Davida Wojnarowicza?

Jim kto był partnerem Isherwooda?

Jim na co i kiedy zmarła Hanna Arendt?

Jim kto jeszcze zginął w wypadku samochodowym?

Jim jak długo po śmierci mózg wykazuje aktywność?

Jim ile ludzi mieszka na moim osiedlu?

Jim ile osób homoseksualnych żyje w moim mieście?

Jim ile mieszkań statystycznie zajmowanych jest przez osoby homoseksualne?

Jim czy korzystniej być pięknym czy mądrym?

Jim czy korzystniej jest mieć dużego penisa czy rozbudowane mięśnie?

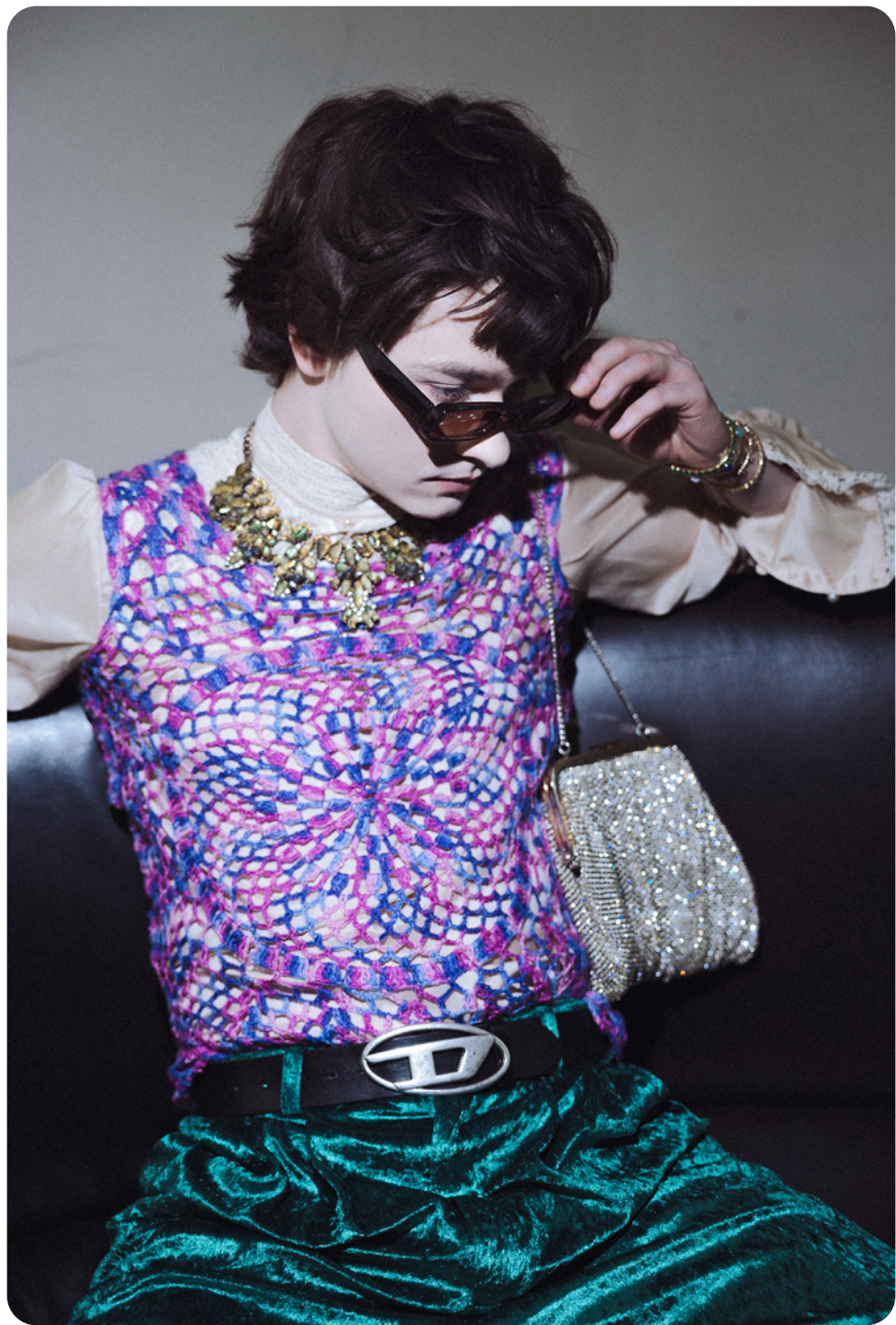
Jim w jakim wieku statystycznie najczęściej homoseksualistów popełnia samobójstwo?

Jim jeśli w nocy muszę wstawać do łazienki trzy razy to na co to wskazuje?

Jim sprawdź maile, opróżnij kosz, spam?

Jim jakie mam aktualne prenumeraty?

---



---

Jim ile kosztuje metr kwadratowy mieszkania w mojej okolicy w podobnym standardzie?  
Jim czy to dobry czas na sprzedaż i zamianę mieszkania?  
Jim jaka dzielnica jest najlepsza do życia w przypadku osoby homoseksualnej w wieku 60 lat?  
Jim ile mam jeszcze do emerytury i ile będzie wynosić?  
Jim gdybym sprzedał mieszkanie i wziął wszystkie oszczędności gdzie najlepiej byłoby kupić dom i zamieszkać i do końca życia nie pracować? Gdzieś gdzie jest ciepło.  
Jim jakie są aplikacje randkowe poza Grindrem?  
Jim przygotuj profil na aplikację bez zdjęcia.  
Jim sprawdź czy są już wyniki badań krwi.  
Jim zaplanuj wizytę, badania i wizytę po badaniach.  
Jim przygotuj listę badań i szczepień, jakie dobrze w tym wieku wykonać.  
Jim przejrzyj moje notatki, stresć i powiedz czy jest tam coś ciekawego.  
Jim jakie kwiaty nie pachną?  
Jim jakie kwiaty najdłużej stoją?  
Jim czy lampa fototerapeutyczna działa? Znajdź model odpowiedni do tego pomieszczenia?  
Jim czy na zdjęciu biblioteki widzisz książkę Baudelaire'a z czarną okładką? Nie widzę jej.  
Jim w co najlepiej teraz inwestować? W fundusze, obligacje czy...  
Jim gdzie w Europie pary gejowskie mogą zawrzeć związek partnerski albo ślub?  
Jim czego obawiają się osoby heteroseksualne?  
Jim czy osoby homoseksualne mają uczucia?  
Jim w jakiej fryzurze wyglądam najkorzystniej?  
Jim przypomnij mi codziennie przed południem żebym zadzwonił do Charlie chyba że ona już dzwoniła.  
Jim jaki model odkurzacza stojącego ma największą moc ssania?  
Jim dlaczego kwiatek wędnie?  
Jim jakie okna skutecznie redukują hałas?  
Jim jakie są korzyści z wchodzenia po schodach na trzecie piętro?  
Jim jak stymulować mózg żeby opóźnić wystąpienie objawów demencji?  
Jim przypomnij mi żebym pił wodę.  
Jim nastaw timer na za dwadzieścia minut, obudź mnie, jeśli się zdrzemnę.  
Jim podaj pięć dobrych powodów, dla których miałbym wyjść dziś z domu.  
Jim znajdź mój zegarek.  
Jim zrób ze mną ćwiczenia oddechowe.  
Jim zmień muzykę, włącz coś z ulubionych czego dawno nie słuchałem.  
Jim powiedz jakiś żart. Jim, jaki jest związek między marginalizacją i samotnością wśród mniejszości seksualnych?  
Jim, dlaczego osoby LGBTQ częściej doświadczają samotności niż ich heteroseksualni rówieśnicy?  
Jim, czy to dlatego, że mniejszości seksualne częściej są singlami, nie mają dzieci, mieszkają samotnie, rzadziej utrzymują kontakt z rodziną pochodzenia i ogólnie są bardziej narażone na izolację społeczną?  
Jim, co to jest stres mniejszościowy?  
Jim, co to jest autostygmatyzacja?







# ANATOMIA SAMOTNOŚCI

Czasem jeden dzień wystarczy, by poznać człowieka: jego obsesje, lęki i tęsknoty. **SAMOTNY MĘŻCZYZNA** to opowieść o dwudziestu czterech godzinach z życia George'a Falconera, wykładowcy uniwersyteckiego, nie umiejącego uporać się z żałobą po śmierci ukochanego. Opowieść subtelna i nostalgiczna.

George Falconer dzieli swoje życie na „przed wypadkiem”, w którym stracił ukochanego Jima, i „po nim”. Nie potrafi, lub nie chce uporać się z żałobą i wypełnić pustki pozostawionej przez wieloletniego partnera. Widok dzieci sąsiada, z którymi bawił się Jim, książki, które czytał, ulubiona potrawa śniadaniowa – wszystko przypomina George'owi o jego stracie. George żyje, ale jest to życie pozorne, złożone z codziennych, błahych czynności pozbawionych innego niż biologiczne znaczenia. Mężczyzna je, pije, załatwia fizjologiczne potrzeby, porusza się, a nawet prowadzi zajęcia dla studentów. W ten sposób napędza jednak do życia jedynie ciało, dusza bowiem umarła wraz z Jimem w wypadku samochodowym. George każdego ranka zmusza się do wysiłku, by stać się Georgem, jakiego wszyscy znają: starzejącym się mężczyzną z klasą, szanowanym profesorem, charyzmatycznym wykładowcą. Swoją aktywnością realizuje oczekiwania stawiane mu przez konserwatywne, w gruncie rzeczy, społeczeństwo Los Angeles. George ożywia się jedynie chwilami, podczas szczególnie ciekawych dyskusji akademickich lub rozmów z wyjątkowo uzdolnionymi studentami. Mur, którym się otoczył próbując sforsować tylko dwie osoby: wieloletnia przyjaciółka Charlie, i student anglistyki Kenny.

---



---

Kim jest George po zdjęciu maski, którą przywdziewa każdego ranka? Człowiekiem, który stracił coś więcej niż kochanka i partnera. Jim była dla George'a *raison d'être*, bez tej przyczyny świat przestał być atrakcyjnym miejscem. Christopher Isherwood stworzył przejmujący obraz pustki, w którą wpada człowiek po stracie wszystkiego, co napędzało go do życia. Ale także obraz Ameryki lat 60' – hołdującej tradycyjnym wartościom, nie lubiącej odmienności, czy to seksualnej czy rasowej. George musi ukrywać swoje homoseksualne skłonności, tak jak ukrywa pogardę, a nawet niechęć do zakłamanego społeczeństwa. Jego samotność jest więc podwójna, jej przyczynami są bowiem zarówno utrata ukochanej osoby, jak i konieczność ukrywania swojego prawdziwego „ja”.

SAMOTNY MĘŻCZYŻNA to opowieść niezwykle subtelna, pozbawiona patosu, opowiedziana językiem prostym, wręcz oszczędnym. Momentami przypomina raczej relację reporterską z kolejnych poczynań bohatera, od porannej toalety, przez drogę do pracy, na kolacji u przyjaciółki kończąc. Isherwood oddaje czasem głos George'owi i tu język opowieści ulega zmianie, staje się bardziej emocjonalny i ekspresyjny.

SAMOTNY MĘŻCZYŻNA, to uniwersalna opowieść o miłości. Nie „innej”, lecz prawdziwej i pięknej. Takiej, która może połączyć dwoje ludzi, niezależnie od płci, orientacji seksualnej, wieku i pozycji społecznej. Miłości, która nadaje życiu sens i odbiera go z chwilą utraty bliskiej osoby. Miłość to czuwanie nad cudzą samotnością – twierdził Rainer Maria Rilke. Nad samotnością George'a nie miał już kto czuwać. I dlatego jego życie straciło sens.



# ŻYCIE W WARUNKACH NAPIĘCIA

Na podstawie raportu

“Sytuacja społeczna osób LGBT+ w Polsce. Raport za lata 2019–2020”

Raport o sytuacji osób LGBT+ w Polsce z lat 2019–2020 nie opisuje jednego doświadczenia, lecz cały układ sił: język, instytucje, relacje społeczne i prywatne decyzje splatają się w jedną strukturę napięcia. To napięcie nie musi być spektakularne. Rzadko zaczyna się od przemocy fizycznej. Zaczyna się od słów – od tonu debaty publicznej, od powtarzanych obrazów, od sugestii, że czyjeś istnienie jest problemem do rozwiązania.

W takim świecie codzienność traci swoją przezroczystość. To, co dla jednych jest neutralne – spacer, rozmowa, obecność – dla innych staje się sytuacją do zarządzania. Pojawia się pytanie: gdzie można być sobą, a gdzie trzeba się ukryć? Komu można zaufać, a komu nie? Każda relacja zostaje obciążona możliwością odrzucenia.

Wyoutowanie nie jest tu gestem odwagi zapisanym raz na zawsze. Jest procesem – powtarzanym wciąż od nowa, w różnych kontekstach, wobec różnych ludzi. W rodzinie, która może zaakceptować albo zerwać więź. W pracy, gdzie ujawnienie może oznaczać marginalizację. W przestrzeni publicznej, gdzie widzialność może przyciągać agresję. To ciągłe ważenie: prawdy o sobie i kosztów jej ujawnienia.

Raport pokazuje skalę tych doświadczeń – dziesiątki tysięcy głosów, które układają się w jeden obraz: życie jako balansowanie między potrzebą bliskości a koniecznością ochrony siebie. Między pragnieniem relacji a wiedzą, że relacja może zostać przerwana nie z powodu tego, kim się jest dla drugiego człowieka, ale kim się jest w oczach świata.

Szczególnie wyraźny jest kontekst polityczny tych lat. Kampanie wyborcze, w których temat osób LGBT+ staje się narzędziem mobilizacji, język publiczny przesuwający granice tego, co dopuszczalne, działania instytucjonalne – od prób ograniczania zgromadzeń po symboliczne gesty wykluczenia. To nie są pojedyncze zdarzenia. To środowisko, które produkuje określony sposób życia: ostrożny, napięty, często samotny.

---



---

Jednocześnie w tej samej przestrzeni zachodzi zmiana. Młodsze pokolenie częściej się ujawnia, częściej nazywa siebie, częściej odmawia życia w ukryciu. Widać przesunięcie – większą widzialność, większą różnorodność języka, większą gotowość do mówienia „ja”. Ale ta widzialność nie znosi napięcia. Często je intensyfikuje. Im bardziej ktoś jest widoczny, tym bardziej jest wystawiony na ocenę, reakcję, przemoc symboliczną lub realną.

Dlatego to doświadczenie nie daje się łatwo zamknąć w kategoriach tożsamości. To raczej relacja między jednostką a systemem – między prywatnym życiem a publicznym porządkiem, który to życie kształtuje. Między potrzebą miłości a strukturą, która tę miłość utrudnia, warunkuje, czasem unieważnia.

Najbardziej dotkliwe nie jest jednak to, co jawne. Nie zakazy, nie hasła, nie spektakularne akty przemocy. Najbardziej dotkliwe jest to, co rozproszone: mikrogesty, półsłowa, spojrzenia, brak reakcji. To, co sprawia, że człowiek zaczyna sam siebie kontrolować, zanim zrobi to ktoś inny.

I w tym sensie samotność nie jest brakiem ludzi. Jest skutkiem świata, w którym relacje nie mogą być przeżywane do końca. W którym obecność innych nie znosi izolacji, lecz ją czasem pogłębia.

To nie jest świat „obok”.

To jest ten sam świat – tylko widziany z miejsca, w którym każde „być” wymaga uzasadnienia.

---



# MARGINALIZACJA I SAMOTNOŚĆ

Marginalizacja i samotność wśród mniejszości seksualnych: jaki jest między nimi związek? Dlaczego osoby LGBTQ częściej doświadczają samotności niż ich heteroseksualni rówieśnicy? Ten blog autorstwa Eddy'ego Elmera, magistra, doktoranta na Wydziale Socjologii Vrije Universiteit Amsterdam, przedstawia wyniki nowego, szeroko zakrojonego badania, które współtworzył wraz z Theo van Tilburgiem i Tineke Fokkemą. Pełny artykuł: [MINORITY STRESS AND LONELINESS IN A GLOBAL SAMPLE OF SEXUAL MINORITY ADULTS: THE ROLES OF SOCIAL ANXIETY, SOCIAL INHIBITION, AND COMMUNITY INVOLVEMENT](#).

Osoby LGBTQ częściej doświadczają samotności w porównaniu z ich heteroseksualnymi rówieśnikami, co potwierdzają badania z Kanady, USA, Wielkiej Brytanii, Holandii i Australii. Część przyczyn tej różnicy ma charakter demograficzny: mniejszości seksualne częściej są singlami, nie mają dzieci, mieszkają samotnie, rzadziej utrzymują kontakt z rodziną pochodzenia i ogólnie są bardziej narażone na izolację społeczną.

Innym powodem tej dysproporcji jest stres mniejszościowy – negatywny wpływ życia z tożsamością podlegającą stygmatyzacji. Pomimo postępów w zakresie praw człowieka dla osób LGBTQ, społeczne uprzedzenia i piętno nadal są powszechne. Prowadzi to do różnych form marginalizacji, takich jak nękanie, prześladowanie, dyskryminacja, mikroagresje czy odrzucenie przez rodzinę. Te doświadczenia mogą z kolei prowadzić do tzw. proksymalnego stresu mniejszościowego, czyli reakcji psychologicznych takich jak autostygmatyzacja, nadwrażliwość na odrzucenie czy ukrywanie orientacji seksualnej – wszystkie te czynniki utrudniają tworzenie i utrzymywanie stabilnych, satysfakcjonujących relacji.

Związki między marginalizacją a samotnością były badane wcześniej, ale dopiero artykuł z 2017 roku w „The Huffington Post” zwrócił na ten temat szerszą uwagę opinii publicznej. Niedawno, w dużym badaniu opublikowanym w „Archives of Sexual Behavior”, przetestowaliśmy kompleksowy model łączący marginalizację z samotnością, ze szczególnym uwzględnieniem czynników psychologicznych leżących u podstaw tej relacji.

---

---

## WYNIKI NASZEGO GLOBALNEGO BADANIA NAD SAMOTNOŚCIĄ OSÓB LGBTQ

Z pomocą mediów społecznościowych przebadaliśmy niemal 8000 osób LGBTQ w wieku od 18 do 88 lat z 85 krajów. Ustaliśmy, że marginalizacja rzeczywiście wiąże się z samotnością. Okazało się również, że część tej zależności można wyjaśnić przez proksymalny stres mniejszościowy (zwłaszcza obawy przed negatywną oceną orientacji seksualnej), a następnie przez lęk społeczny i zahamowanie społeczne. Lęk społeczny jest szczególnie częsty wśród mniejszości seksualnych i stanowi znany czynnik ryzyka samotności.

Choć może to brzmieć przygnębiająco, dostrzegliśmy też pozytywny aspekt. Zaangażowanie społeczne w społeczność LGBTQ wiązało się z niższym poziomem autostygmatyzacji, mniejszym ukrywaniem orientacji, mniejszymi obawami przed oceną oraz mniejszym poczuciem samotności. Co więcej, u osób bardziej zaangażowanych w życie społeczności część zależności w naszym modelu była słabsza, co sugeruje, że uczestnictwo w społeczności może łagodzić niektóre negatywne skutki marginalizacji.

## ZNACZENIE WYNIKÓW

Nasze wyniki są istotne z kilku powodów. Po pierwsze, pokazują, że marginalizacja nadal negatywnie wpływa na dobrostan mniejszości seksualnych, mimo dekad walki o prawa osób LGBTQ na świecie. Po drugie, podczas gdy większość badań nad zdrowiem psychicznym osób LGBTQ koncentrowała się na depresji, lęku, uzależnieniach i samobójstwach, my rozszerzyliśmy tę perspektywę o samotność – czynnik dobrze znany jako ryzyko problemów zdrowotnych (psychicznych i fizycznych) oraz przedwczesnej śmiertelności. Wykazaliśmy też, że nasz model samotności ma charakter uniwersalny: stres mniejszościowy wpływa na samotność niezależnie od miejsca zamieszkania, co jest ważne, ponieważ wiele wcześniejszych badań opierało się na próbach z pojedynczych krajów.

Z praktycznego punktu widzenia wyniki te podkreślają konieczność dalszego ograniczania stygmatyzacji i marginalizacji. Wskazują także możliwe drogi zmniejszania samotności na poziomie jednostki, takie jak interwencje psychologiczne ukierunkowane na stres mniejszościowy (np. autostygmatyzację i obawy przed oceną) oraz szerzej – na lęk i zahamowanie społeczne.

---

---

Jednocześnie zależności w naszym badaniu są prawdopodobnie dwukierunkowe. Wiele badań wskazuje, że sama samotność może prowadzić do negatywnego postrzegania siebie i innych, nieadaptacyjnych zachowań społecznych, lęku społecznego i izolacji. Wszystkie te czynniki mogą nasilać autostygmatyzację, lęk przed oceną i odrzuceniem związanym z orientacją seksualną, ukrywanie jej oraz poczucie marginalizacji w niejednoznacznych sytuacjach społecznych. Powstaje w ten sposób samonapędzający się cykl samotności, z którego trudno się wyrwać. Na szczęście istnieją różne interwencje psychologiczne – dotyczące zarówno samotności, jak i stresu mniejszościowego – które mogą przerwać ten cykl.

Zaangażowanie w społeczność LGBTQ również może być pomocne, choć trzeba pamiętać o istnieniu stresu mniejszościowego także wewnątrz samej społeczności, co może sprzyjać lękowi społecznemu i samotności. Wyzwanie polega na budowaniu wspierających, satysfakcjonujących relacji w jej obrębie, przy jednoczesnej pracy nad redukowaniem stygmatyzacji, która może być jednym ze źródeł tych „wewnątrzgrupowych” napięć.

## **KIERUNKI DALSZYCH BADAŃ**

Teraz, gdy ustaliliśmy podstawowe założenia naszego modelu samotności, chcemy przyjrzeć się bliżej różnicom między grupami wiekowymi. Biorąc pod uwagę długą historię stygmatyzacji, starsze osoby LGBTQ mogą być bardziej dotknięte marginalizacją i tym samym bardziej narażone na samotność. Z drugiej strony możliwe, że te doświadczenia wzmocniły ich zdolności radzenia sobie, co zmniejsza wpływ marginalizacji na poczucie więzi społecznych. Zgromadzony przez nas bogaty, globalny zbiór danych pozwoli odpowiedzieć na te i inne pytania.





# NIEPOKÓJ I SAMOTNOŚĆ

Niepokój i samotność nie są tu dwiema oddzielnymi historiami. Tworzą układ zamknięty – pętlę, w której jedno nieustannie produkuje drugie. Badania nad homoseksualnymi mężczyznami pokazują wyraźnie: im silniejsze poczucie osamotnienia, tym wyższy poziom lęku. I odwrotnie – lęk pogłębia izolację, utrudniając tworzenie i utrzymywanie relacji.

Ale źródło tego mechanizmu nie leży w jednostce. Niepokój nie jest „cechą”, lecz reakcją. Powstaje w przestrzeni społecznej – tam, gdzie pojawia się spojrzenie oceniające, odrzucające, gdzie relacje są kruche albo niemożliwe. Najsilniejsze doświadczenia samotności nie dotyczą abstrakcyjnego „braku ludzi”, lecz konkretnych strat: utraty grupy, poczucia odrzucenia, braku bliskości.

Człowiek zaczyna wtedy żyć w napięciu między tym, kim jest, a tym, kim może się ujawnić. W tym pęknięciu rodzi się lęk: nieokreślony, rozlany, nieprzypisany do jednego wydarzenia. Lęk, który nie ma przedmiotu, bo jego źródłem jest sama możliwość bycia ocenionym.

Samotność przestaje być więc stanem, a staje się procesem. Zamyka w sobie: im mniej relacji – tym więcej lęku; im więcej lęku – tym mniej relacji. To mechanizm, który sam się podtrzymuje.

I może właśnie dlatego najdotkliwsza nie jest fizyczna izolacja, lecz sytuacja, w której relacje istnieją – ale nie mogą być w pełni przeżyte. Gdzie obecność innych nie znosi samotności, tylko ją pogłębia.



# ŚRODEK DNIA

Żyję – powtarza sobie – żyję!

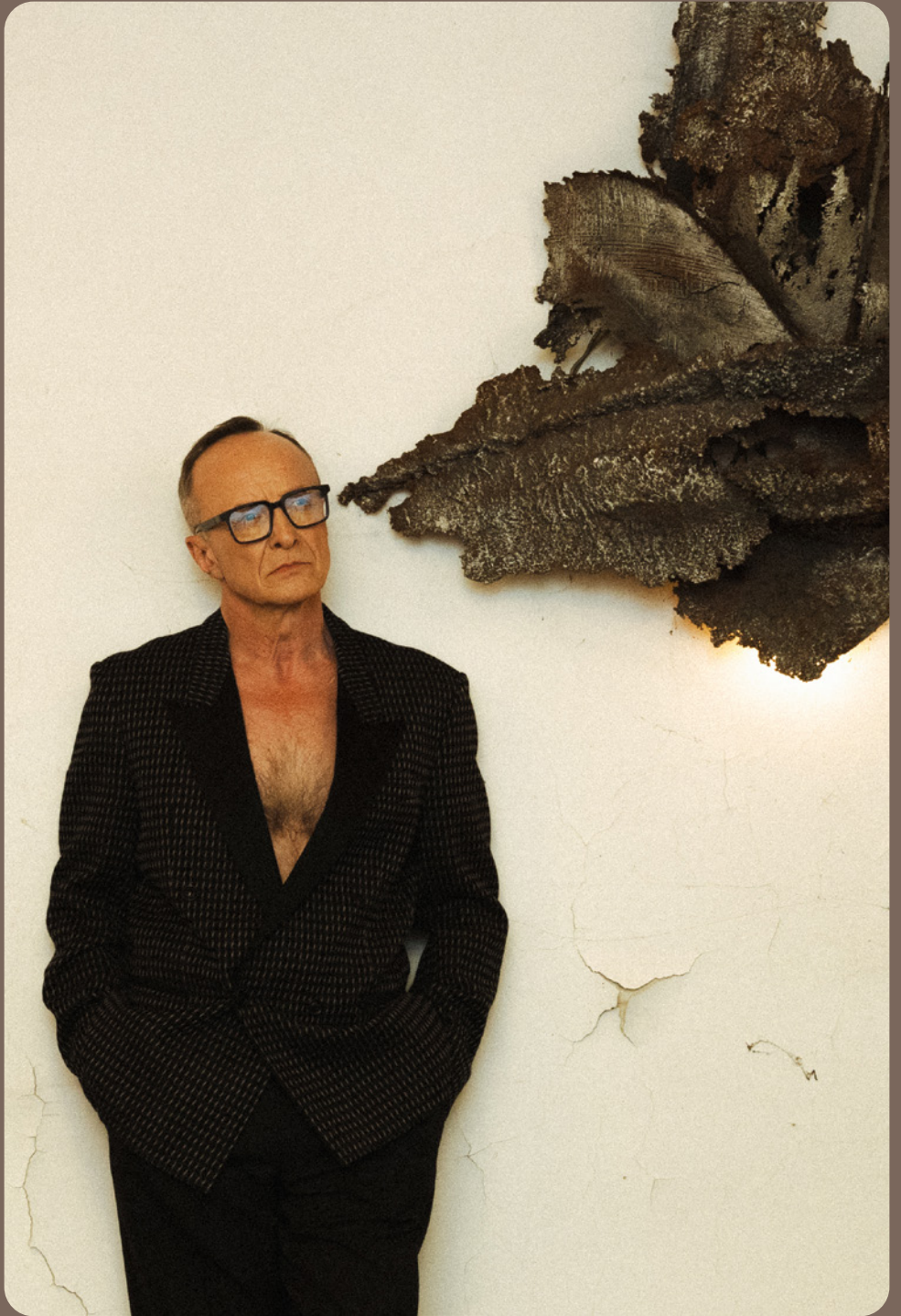
A energia życiowa przepływa przez niego gorącą falą – i rozkosz, i ochota.

Jak to dobrze być w ciele – choćby w tym starym, zdezelowanym ścierwie – które ma jeszcze gorącą krew, żywe nasienie, bogaty szpik i zdrową tkankę. Ponurzy młodzieńcy na rogach ulic widzą w nim z pewnością zgrzybiałego starca, w najlepszym razie potencjalny zarobek.

Mimo to George odczuwa pewne pokrewieństwo z siłą ich młodych rąk, ramion, barków. Za parę dolarów każdy z nich wsiadłby do jego samochodu, pojechał z nim do domu, zdjął grubą skórzaną kurtkę, obcisłe levisy, koszulę oraz kowbojskie buty i wziął udział – nagi, ponury młody sportowiec – w walce zapaśniczej ku jego rozkoszy.

Ale George nie pragnie sprzedajnych, niechętnych ciał tych chłopców. Pragnie się rozkoszować swoim własnym ciałem – triumfującym, starym ciałem człowieka, który przetrwał. Ciałem, które przeżyło Jima i wkrótce przeżyje Doris.

Postanawia zatrzymać się w drodze do domu przy sali gimnastycznej – choć to nie jego dzień ćwiczeń.







# RAPORT

Samotność nie zaczyna się w jednym momencie. Ona się odkłada.

Nie pojawia się nagle, jak wydarzenie. Nie ma wyraźnego początku ani jednego źródła. Jest raczej sumą drobnych przesunięć: niewypowiedzianych słów, zerwanych relacji, gestów wycofania, decyzji o milczeniu. Badania nad osobami LGBT+ w wieku 50+ pokazują wyraźnie, że samotność nie jest tylko stanem „tu i teraz”, ale efektem całej biografii – życia, które przez lata toczyło się w warunkach ograniczonej widzialności i kruchego bezpieczeństwa.

To, co dla wielu ludzi jest oczywistą strukturą życia – rodzina, małżeństwo, dzieci, długotrwałe relacje – dla wielu osób LGBT+ przez długi czas było niedostępne, nieuznane albo społecznie ryzykowne. W konsekwencji starzenie się często odbywa się poza tymi formami wsparcia, które zwykle stabilizują życie. Częściej w pojedynkę. Częściej bez formalnych więzi. Częściej w przestrzeni, gdzie relacje trzeba było najpierw wynegocjować, a dopiero potem utrzymać.

Ale to nie jest tylko historia „braku”. To historia warunków, które uczą, jak być z innymi – albo jak się przed nimi chronić.

Jeśli przez lata trzeba było ukrywać siebie, jeśli bliskość wiązała się z ryzykiem ujawnienia, jeśli relacje mogły zostać zerwane przez presję społeczną albo strach – to zaufanie nie jest czymś oczywistym. Relacja nie jest naturalnym środowiskiem, lecz przestrzenią napięcia. Każde spotkanie niesie w sobie cień pytania: czy mogę tu być naprawdę?

Dlatego sieci wsparcia, które powstają, mają inny charakter. Często są mniejsze, bardziej kruche, mniej stabilne w czasie. Ale jednocześnie bywają intensywniejsze – budowane nie z obowiązku, lecz z wyboru. To tzw. „wybrane rodziny”: relacje, które nie wynikają z pokrewieństwa, lecz z rozpoznania wspólnego doświadczenia.

I właśnie tu pojawia się paradoks: to, co zostało utracone na poziomie instytucjonalnym, próbuje się odbudować na poziomie relacyjnym. Wspólnota – szczególnie ta oparta na podobieństwie doświadczeń – okazuje się jednym z najważniejszych czynników chroniących przed samotnością. Nie chodzi tylko o to, żeby być z kimś, ale żeby być rozumianym bez tłumaczenia siebie.

---

---

A jednak nawet wtedy samotność nie znika.

Zmienia formę.

Staje się mniej widoczna, mniej oczywista, ale głębiej zakorzeniona. Bo nie dotyczy tylko teraźniejszości, lecz pamięci. Pamięci relacji, które się nie wydarzyły. Pamięci czasu, w którym nie można było żyć otwarcie. Pamięci wszystkich momentów, w których trzeba było wybrać bezpieczeństwo zamiast bliskości.

W tym sensie samotność nie jest tylko emocją. Jest doświadczeniem czasu.

Z biegiem lat może przybierać różne kształty. Dla jednych będzie to fizyczna izolacja – życie w pojedynkę, brak codziennego kontaktu. Dla innych – coś trudniejszego do nazwania: poczucie, że nawet będąc wśród ludzi, nie jest się w pełni obecnym. Że część siebie zawsze pozostaje wycofana, nie do końca ujawniona, jakby zatrzymana w przeszłości.

Badania pokazują też coś jeszcze: samotność i wsparcie społeczne nie są prostym przeciwieństwem. Można mieć wokół siebie ludzi i wciąż doświadczać samotności. Można też żyć w pojedynkę i nie czuć się samotnym. Decydująca okazuje się jakość relacji – ich zdolność do pomieszczenia całego doświadczenia drugiej osoby.

Dlatego najdotkliwsza nie jest samotność jako brak innych ludzi.

Najdotkliwsza jest samotność jako brak możliwości bycia widzianym takim, jakim się jest.

W tej perspektywie starzenie się nie jest tylko biologicznym procesem. Jest także momentem konfrontacji z własną historią: z tym, co udało się przeżyć, i z tym, co pozostało niemożliwe.

I może właśnie dlatego ta samotność jest tak trudna do przerwania. Bo nie wynika wyłącznie z teraźniejszych okoliczności. Jest wpisana w ciągłość doświadczenia. W lata, które się nawarstwiają. W relacje, które były możliwe tylko częściowo.

A jednak nie jest to historia zamknięta.

Bo jeśli samotność może się kumulować, to wspólnota może się tworzyć – nawet późno. Nawet po latach. Nawet wbrew warunkom, które jej nie sprzyjały.

I może właśnie tu pojawia się najważniejsze pytanie: nie o to, czy można całkowicie wyjść z samotności, ale czy można stworzyć takie relacje, w których przestaje ona być najważniejsza.

Na podstawie:

[https://www.researchgate.net/publication/283004400\\_Loneliness\\_and\\_social\\_support\\_among\\_lesbian\\_gay\\_bisexual\\_transgender\\_and\\_intersex\\_people\\_aged\\_50\\_and\\_over](https://www.researchgate.net/publication/283004400_Loneliness_and_social_support_among_lesbian_gay_bisexual_transgender_and_intersex_people_aged_50_and_over)

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33315419/>

---





## CZYTADŁA. GAWĘDY O LEKTURACH

“Fabuła jest taka: stary piernik podrywa młodych chłopaków na plaży. No nie: krzywdzę go. Podrywa on ich również w pewnym nocnym barze typu mordownia, ale tam jest trochę strasznie, bo legitymują (w Kalifornii! W barze!! Legitymują!!! ...Ale niech mu będzie). Powieść pod tytułem SAMOTNOŚĆ należy do czegoś w rodzaju pseudoliteratury i to mnie niemożliwie denerwuje, bo strasznie nie lubię nabzdyczenia i fochów. Mam wrażenie, że myślątka skromne powinny być wygłoszone w skromny sposób i nawet raczej w skromnym anturażu. Jeżeli na przykład pani Tereska w barze „Saks” wygłosi sentencję: „wszyscy mężczyźni są tacy sami”, to ja jej tę sentencję uznam. Jeżeli do tego pani Tereska zabawnie się zarumieni, to czemu nie. Ale jeżeli nadęty literat albo filmowiec wdrapie się na katedrę i – w krawacie i w binoklach – powie: „wszyscy mężczyźni są tacy sami”, no to jednak nie. Czegoś tu brakuje.

Pseudoliteratura to są takie książki, które udają, że są mądrzejsze, niż są. Jakiś autorzyna udaje Tomasza Manna, bo pakuje faceta do Wenecji, a inny znów pozuje się na DZIEŃ SZARAŃCZY, bo akcja toczy się w Kalifornii i jest okropnie gorąco. Pan Christopher Isherwood, autor książki SAMOTNOŚĆ, czyni ponadto swego bohatera wykładowcą pewnego uniwersytetu. No, niestety: samotny literat w podróży albo rozwiedziony profesor to jest jakaś teraz plaga amerykańskiej literatury. Ktoś taki – niby to intelektualista, ale ludzki – zastępuje prawdopodobnie księcia z XIX wieku. Z jednej strony wiadomo, że literaturze potrzebny jest taki typek, co nic nie robi, ma dużo czasu i „ciekawie żyje”, ale... co za dużo, to niezdrowo!

Profesor (George), Kalifornijczyk, jest podobno bardzo mądry, bo wszystko wie o książkach. Nie chce nam jednak zdradzić, co mianowicie o tych książkach wie. Wprost przeciwnie: przechwala się, że to on jest książką!

---

---

Profesor George (mój rówieśnik) jest ponadto w rozpacz, ponieważ zmarł jego ukochany Jim. George jednak jest taki podły, że nie chce nam wyznać, co takiego było w Jimie, że był inny niż wszyscy i wspanialszy niż wszyscy. George po śmierci Jima zostaje Łowcą, ale jest to niejako Łowca Z Desperacji. Patrzy na pewnego Kandydata Na Jima i wydaje się skowyczeć: „Daj, daj, czego inne (inni) nie dali!”. Ba. Ale czego? Strasznie to tajemnicza literatura, ale najbardziej tajemnicze w niej jest filozofowanie. Autor na przykład uważa, że z kobietą nie można dobrze porozmawiać, bo my prowadzimy dialogi „osobowe”, a panowie – „symboliczne”. To ci dopiero. “Doprawdy, mam wrażenie, że pseudoliteratura jest uboższa niż normalna szmira. Na przykład w niektórych romansidłach jest fajny język (Małeńkie karo karmiła mi żona), a w niektórych kryminaliszczech – niezłe pomysły (Królowna Śnieżka przyłapaną na przemyście heroiny). Czasami są też dobre opisy przyrody itp. A tu tymczasem taka Kalifornia wypada blado. Dowiadujemy się, że niektóre wille znajdują się na dosyć wysokich pagórkach, nad oceanem są zatoczki (w zatoczkach – żyjątko), a czterdziestoletnie kobiety kochają się na zabój w tyjących pedaliszczech (też jakieś literatki). Z całej tej samotności.

O tyle o ile podobały mi się tylko metody uwodzicielskie Profesora (Miałeś szansę przeżyć najważniejszą chwilę w życiu) oraz to, że wszyscy bohaterowie dobrze pływają: i ci zdecydowani, i ci, co są na żagiel i na parę. W całej książce nikt nie budzi sympatii ani antypatii.

[...]

“Niestety – warianty powieści campusowej są dość ubogie: Profesor (żonaty) uwodzi asystentkę (pannę). Profesor nieżonaty nikogo nie uwodzi. Asystentka uwodzi nieżonatego. Żona żonatego uwodzi asystentkę. Kropka. Dużo więcej się z tego nie da wycisnąć. Do tego dorabia się konferencję naukową w Atlancie, księżyc w pełni i cyrkiel. Nawet nikt nie da mu żadnego zwierzątka, tylko figlarny komputer.

Pozostaje pytanie: po co się u nas takie książki tłumaczy? Bóg raczy wiedzieć, to już jest kwestia smaku. Czy wolimy podśmiardujący kawior, czy kawałek świeżej kiełbasy typu reportaży w „Wyborczej” o Pabianicach (dla mnie – bomba). Ale może też tak być, że snob się snobowi szczerze podoba i jeden drugiemu podbija bębenka. Na przykład po angielsku nasza powieść nazywa się SINGLE MAN (pojedynczy człowiek, kawaler, samotnik, singiel, singiel palant). No, ale po polsku nazywa się SAMOTNOŚĆ. Dlaczego?



# KONIEC DNIA

Teraz.

Leżące na łóżku ciało być może porusza się lekko — ale nie krzyczy, nie budzi się. Nie widać zewnętrznych oznak natychmiastowego, unicestwiającego wstrząsu. Kora i rdzeń mózgowy gasną jak uduszone przez indiańskiego wojownika. Pozbawione tlenu serce zamiera i staje. Płuca mrą, pozbawione zasilania. W całym ciele zwierają się tętnice.

Gdyby blokada nie była zupełna, gdyby zator zdarzył się w jednym z węższych odgałęzień, ekipa naprawcza dałaby z nim sobie może radę — umie przecież czynić cuda. Mając dość czasu, mogłaby wyznaczyć obiegi zastępcze, uruchomić dodatkowe linie komunikacyjne, zabiżnić uszkodzony obszar. Ale teraz nie ma czasu. Ekipa naprawcza umiera bez ostrzeżenia na posterunku.

Być może przez parę minut życie kołacze się jeszcze w tkankach jakichś dalszych rejonów ciała. Potem światełka gasną, jedno po drugim, i zalega zupełny mrok.

I gdyby jakaś część nieistoty, którą nazywaliśmy George'em, była naprawdę nieobecna w chwili ostatecznego wstrząsu, gdyby wędrowała po głębokich wodach, po powrocie stwierdziłaby, że jest bezdomna. Nie mogłaby bowiem zjednoczyć się z tym, co tu leży na łóżku i nie chrapie.

To coś jest teraz kuzynem śmieci w pojemniku przy tylnych drzwiach. I jedno, i drugie trzeba będzie usunąć i zlikwidować — i to wkrótce.



# TEATR LUDOWY



## TEATR LUDOWY

Osiedle Teatralne 34  
31-948 Kraków  
teatr@ludowy.pl  
www.ludowy.pl  
facebook.com/teatrludowy  
instagram.com/teatr\_ludowy

## SCENA POD RATUSZEM

Rynek Główny 1  
31-042 Kraków  
rezerwacja@ludowy  
Funkcjonowanie teatralnej kasy:  
wtorek-sobota: 13.00-19.00  
w niedziele: 2 godziny przed spektaklem

Dyrektor: Małgorzata Bogajewska  
Zastępca dyrektora: Jerzy Fedorowicz jr.  
Główny księgowy: Piotr Ruszkowski  
Kierownik literacki: Katarzyna Dudek  
Sekretarz literacki: Maria Klotzer, Wiktoria Wojas  
Koordynacja pracy artystycznej: Katarzyna Kolanowska  
Promocja i reklama: Anna Ryś, Beata Strama  
Kierownik Biura Obsługi Widza: Ewa Skoczylas-Tkacz  
Kierownik techniczny: Michał Ruszkowski  
Światła: Magdalena Łyko, Tomasz Kapusta  
Akustyka: Romuald Trojanowski  
Charakteryzacja: Marcelina Nowak-Gozdecka  
Montażysty-rekwizytorzy: Roman Sorbjan, Zbigniew Szczepańczyk  
Kierownik pracowni krawieckiej: Iwona Gawęł  
Garderobiana: Katarzyna Dudys, Dorota Kurowska  
Redakcja programu: Maria Klotzer  
Autor zdjęć: Marek Zimakiewicz  
Opracowanie graficzne: Jępe Oyen



MPK S.A. w Krakowie

Mecenas Teatralnego  
Instytutu Młodych - ZUE S.A.



Partner  
Teatru Ludowego



Partner premier  
Teatru Ludowego



Patron medialny

