



OPOWIEŚĆ JACKA PONIEDZIAŁKA

Wstyd i wybaczenie

Przez to, że tyle się w moim życiu spieprzyło, lepiej dziś siebie rozumiem – mówi aktor i reżyser **JACEK PONIEDZIAŁEK**. Właśnie wydał „(Nie)Dziennik”, opowieść o dorastaniu w biedzie, uzależnieniu od alkoholu, odwyku i samotności

ROZMAWIA RENATA KIM

NEWSWEEK: Nie bałeś się?**JACEK PONIEDZIAŁEK:** Czego?

Tej książki, w której tak bardzo się obnażasz.

– Nie. Najpierw w ogóle nie wiedziałem, że powstanie książka. Robiliśmy w Nowym Jorku próby do projektu Białoszewski/Ginsberg VR i Krzysiek Garbaczewski poprosił mnie, żebym pisał dziennik, chciał użyć krótkich fragmentów w spektaklu. Potem przeczytał je Maciek Makselon, redaktor z W.A.B., i powiedział, że mają dobry rytm i ciekawy język, polectał trochę moje ego. Dodał, że to jest „brudne”.

Brudne?

– Podobnie jak nowojorskie fragmenty „Tajnego dziennika” Białoszewskiego, które w całym jego dorobku są bodaj jedynym tak wyraźnym śladem jego homoseksualności i swobody obyczajowej. Kiedy w 1982 roku dostał nagrodę od amerykańskiej Polonii za „Pamiętnik z Powstania Warszawskiego”, po raz pierwszy wyrwał się z polskiego piekła. W Nowym Jorku chodził do kin porno, będących wtedy miejscem gejowskich schadzek, a do pokoju gościnnego u zakonnic przemycił dildo (*śmiech*). I takie były też moje pierwsze zapiski: o przygodach seksualnych, imprezach, narkotykach. Ale nie tylko, bo także o muzeach, wystawach, filmach itd. Czyli mniej więcej o tym, jak wtedy żyłem.

Pisałeś ten dziennik przez ponad rok.

– Nieregularnie, przez 19 miesięcy, czasem bez wielkiego zapału. Trochę o polityce, o tym, co mnie wkurza w Polsce, o euforycznych przeżyciach teatralnych, filmowych, muzycznych i literackich. Dopiero jak wróciłem do tych zapisków po jakimś czasie, uświadomiłem sobie, co tam naprawdę jest.

Co?

– Straszna ilość alkoholowego i narkotykowego chłamu, szaleństwa. Ja wiedziałem, że jest ze mną nie najlepiej i zbyt często sztucznie reguluję sobie emocje, ale dopiero kiedy przeczytałem te wcześniejsze zapiski, zobaczyłem, ile rzeczy zawałęm, zmarnowałem. Ile razy coś mi źle poszło, bo zabrakło skupienia. Grałem takie spektakle, że ze zmęczenia po imprezie ledwo stałem na nogach. Miałem umawiane wywiady i nie przychodziłem, bo byłem nieprzytomny. Zawałęm castingi i zajęcia ze studentami. Kilka razy urwał mi się film. To mnie przeraziło ostatecznie, bo nie pamiętałem powrotu do domu i dopiero po przebudzeniu dochodziłem do wniosku, że ktoś musiał mnie tutaj przyprowadzić.

Strach?

– Dzwoniłem do znajomych, pytałem, co robiłem, a oni mówili, że nie zalegałem pijany gdzieś w kącie, tylko przez wiele godzin bawiłem się, szalałem i byłem jeszcze przy tym, ich zdaniem, rozkoszny! Eloquentny, kompetentny, empatyczny i miły. To mnie przerazi-

ło, bo zawsze bałem się utraty kontroli. Lubię, gdy puszczają hamulce, ale nie lubię, żeby coś kontrolowało moje zachowanie bez mojego udziału. Bałem się, że zrobię sobie krzywdę, więc postanowiłem z tym skończyć. Zdecydowałem się na odwyk.

O to właśnie pytałem. Przyznanie się do przygód narkotyczno-alkoholowych to jedno, ale ty opowiadasz także o pobycie w ośrodku odwykowym.

Jacek Poniedziałek upadł.

– To już słyszałem. Że Poniedziałek się stoczył (*śmiech*).

Nie bałeś się, że to się do ciebie przyklei?

– Nasz prezydent kilkanaście lat temu w czasie oficjalnej wizyty na grobach ofiar stalinizmu ledwo stał na nogach. Później okazało się, że bolał go goleń i miał chorobę filipińską (*śmiech*). W Polsce pije się na masową skalę. Epopeje alkoholowe są jednym z najczęstszych tematów rozmów, wszyscy zaśmiewają się po pachy. A gdy ktoś postanowi z tym skończyć, mówi się, że się stoczył! Nie uważasz, że coś tu jest nie tak?

Nikt nie chce przyznać, że ma problem.

– Dużo ludzi mówi, że ma problem. Ale nawet jak szedłem na odwyk, to wielu znajomych mówiło mi: „Chyba przesadzasz”. Jeden z nich powiedział, że teraz w naszym środowisku mamy modę nie na picie i ćpanie, tylko na trzeźwość. Chciał

mnie może sprowokować do przemyslenia, czy naprawdę tego potrzebuję. Tak, jestem pewien, że tego potrzebowałem. A kiedy już zacząłem tę naprawdę gruntowną terapię, zrozumiałem, że to o niej powinienem napisać. Dać świadectwo tego doświadczenia, bo ono jest graniczne, szczególne i niepowtarzalne. Jestem przekonany, że czeka mnie jeszcze wiele pracy, ale już dziś mogę powiedzieć, że się uratowałem. Rodzę się na nowo. To jak, stoczyłem się, nie radzę sobie i jestem słaby? Czy wręcz przeciwnie: jestem silny i można mnie nazwać zwycięzcą?

Jesteś w stanie odtworzyć moment, gdy twoje picie stało się niebezpieczne? Kiedy rozmawialiśmy 11 lat temu do książki, nic nie wskazywało, że masz problem.

– Wspominałem, że lubię się bawić i lubię używki.

Białe wino i papierosy.

– Przy uzależnieniach żyją w tobie jakby dwie osoby. Jedna, która zdaje sobie sprawę z powagi problemu, i druga, która to wypiera. To jest bardzo silny mechanizm. Mój brat umarł na marskość wątroby w wieku 60 lat. Jeszcze kilka tygodni przed tym, jak trafił na oddział paliatywny, bo nie było już dla niego ratunku, uparcie twierdził, że nie jest alkohikiem. Tak silnie działa wyparcie.

Pijesz, żeby zaszaleć, oderwać się od codzienności. A przede wszystkim uwolnić się od tej myślowej udręki, że nie jesteś doskonały, że niewystarczająco dobrze robisz to, co robisz, że nie możesz osiągnąć takiego poziomu w zawodzie jak twoi koledzy i tak dalej. I po kilkudniowych imprezach następują momenty czystości, uprawiania sportu, dbania o siebie, jedzenia zdrowych rzeczy, snu. Mija tydzień bez alkoholu, a ty myślisz, że już jesteś czystutki. I święcie w to wierzysz. I szybko znowu sobie pozwalasz na szaleństwo.

Nawet przed premierą w teatrze?

– Zwłaszcza przed premierą i przez jakiś czas po niej. Bo przed premierą pije się, żeby zatłuc lęk, a po udanej premierze pije się w ramach euforii. Niestety mieszkam w trudnym miejscu, bo w mojej kamienicy jest czynna do rana knajpa i zaglądałem tam, wracając do domu po spektaklach.

Poniedziałkowie mają picie w genach? Twój ojciec też lubił wypić.

– Był ciężkim alkohikiem. Ale ja pewnie nie miałbym problemu, gdybym dostał od rodziców silne wsparcie, gdybym czuł ich miłość, czułość, uwagę. Nie było o tym mowy, bo ojciec umarł, kiedy byłem dzieckiem, a mama musiała zapewnić rodzinie byt, a nie zajmować się emocjami. Nie mam o to pretensji, taka była sytuacja. A po drugie, ja byłem głęboko zaangażowany w sukces najpierw TR-u, a potem Nowego Teatru Krzyszka Warlikowskiego. Byłem współsprawcą tego projektu i tak się przejmowałem tą rolą, że odczuwałem wielkie napięcie. Totalnie zależało mi na naszym wspólnym sukcesie. I po drodze zgubiłem siebie.

„Przed premierą pije się, żeby zatłuc lęk, a po udanej premierze pije się w ramach euforii

A dlaczego na odwyk wybrałeś ośrodek pod Krakowem? Przecież nie lubisz rodzinnego miasta.

– Ja lubię Kraków, tylko nie chciałem tam mieszkać (*śmiech*). Wybrałem ośrodek w podkrakowskim Zabierzowie, bo polecił mi go kolega, którego w książce nazwałem „znajomym pijakiem”. Był tam rok wcześniej i widziałem, że po powrocie bardzo dobrze sobie radzi i nie pije. A pił pięć razy więcej i częściej ode mnie. Uznałem, że to musi być dobry ośrodek, zresztą był tańszy niż te w Warszawie. Zadzwo niłem, mieli wolne miejsce, więc tam pojechałem. Był grudzień 2019 roku, tuż po krakowskim festiwalu Boska Komedia.

Jacek Poniedziałek, znany aktor, w ośrodku dla uzależnionych.

– To była szkoła życia. To miejsce nie jest luksusowe ani szczególnie malownicze, za to uczy pokory, która jest podstawowym warunkiem udanej terapii.

Prowadzi je dwóch niepijących alkohików, którzy znają się doskonale na tych sprawach. Poza tym, że jestem w tej chwili trzeźwy, wiele się tam nauczyłem o sobie.

Na przykład czego?

– Że moim wielkim problemem jest, czy może być, brak pokory. Paradoksalne, bo mam też wiele kompleksów i niewiary w siebie. Pycha to lęk plus zranione ego. Jeśli zostałeś kiedyś zraniony i boisz się, że nie jesteś doskonały, to najczęstszą reakcją jest nadymanie się. Zawsze myślałem, że mam dużo pokory i jestem skromny. A oni uzmysłowili mi, że jest odwrotnie. Wydawało mi się, że jestem petardą energii, że prę do przodu i nie ma opcji, żebym sobie nie poradził. Inni ludzie też tak mnie postrzegali.

Te fragmenty twojej książki są najbardziej bolesne.

– Nie pisałem jej, żeby szokować, chciałem się podzielić doświadczeniem. Zrozumiałem, że książka będzie miała sens, kiedy opowiem nie tylko o zabawach i przyjemnościach, ale też o tym, jakie są ich koszty. I teraz obcy ludzie piszą do mnie o swoich problemach i lękach, mówią, że im pomogłem. Że nazwałem coś, czego oni nie mieli odwagi nazwać po imieniu, i że unikali konfrontacji z prawdą. Czy spadną na mnie gromy? Z pewnością, na plotkarskich portalach i na prawicy. Ale mnie to nie interesuje, nie czytam tego syfu. Już od lat towarzyszy mi to zdanie Kantora, że to, co jest prowincjonalne, jest uniwersalne. To, co jest osobiste, najbardziej łączy nas z drugim człowiekiem. Kiedy czytam lub oglądam coś, w czym odnajduję siebie, to nie czuję się w tym sam. I myślę, że dla naszego społeczeństwa, które jest zamknięte, pełne hipokryzji i wstydu, takie wyraziste świadectwa są bardzo istotne.

Wstyd towarzyszy ci, odkąd pamiętasz.

– Zawsze się wstydziłem biedy, a raczej jej estetyki: domu z przeciekającym dachem, naszego pokoju z kuchnią, bez łazienki. Potem jako dorastający chłopiec wstydziłem się swojego homoseksualizmu. Sądziłem, że to jest największy wstyd, życiowa tragedia i ułomność. I że trzeba zrobić wszystko, żeby to ukryć, jakoś ten błąd naprawić. Miałem nawet



dziewczynę przez pół roku, żeby udowodnić światu, że może i jestem delikatny, ale jednak heteroseksualny. Te dwa wstydy długo mnie determinowały, nawet kiedy byłem już dorosłym, samodzielnym człowiekiem i wiedziałem, że orientacji się nie wybiera. Ziarno niepokoju i wstydu zasiane, kiedy się kształtowałem, utrudniało mi pracę i kontakty z ludźmi.

Wstydziliście się też swojej mamy.

– Tak. W czasie nastoletniego buntu wstydziliście się jej zaniedbania, bardzo dziś tego żałuję. Ale wybaczyłem to sobie w ośrodku, wybaczyłem też mamie jej nieumyślne i „niezawinione” winy. To, co mi zrobiła, nie robiąc mi nic złego, tylko dlatego, że nie była w stanie dać mi tego, co mieli moi koledzy. Mama kochała mnie, ale nie umiała tego okazywać, nawet na starość, bo miała ciężkie życie. Nie potrafiłem z nią rozmawiać, zawsze mnie irytowała. I dopiero w tym ośrodku coś się we mnie przełamało, coś mi się przypomniało, zacząłem płakać. Mówiłem: „to mama, mama”. I wtedy Wacek Tobiasz, wspomniały terapeuta, powiedział, żeby spróbował napisać do mamy list, w którym jej wszystko wybaczę. Płakałem tak przez dwa dni, a potem pojechałem do Krakowa, do kościoła franciszkanów.

Po co?

– Ja przez wiele młodszych lat szukałem Boga. Żeby dał mi siłę. Nie odnalazłem go, ale potrafię w kościele odnaleźć ciszę. Gdy nie ma tam tłumów i mszy. Poszedłem wtedy do franciszkanów i tam było siedem kobiet, które w ciszy rozmawiały sobie z Bogiem. Siedziałem tam parę godzin. Kiedy wyszedłem, zapomniałem czapki, więc wróciłem po chwilę, a ona leżała na ławce, obok starszej pani. Ta pani spojrzała na mnie, przesunęła czapkę w moją stronę i zobaczyłem w jej oczach taką dobroć, spokój i miłość... Nie wiem, to trudno opowiedzieć, ale bardzo mnie to wzruszyło. Usiadłem w barze, wypilem kilka piw zero procent i zacząłem pisać litanie do mamy, która zmarła trzy lata wcześniej. Wybaczyłem jej te wszystkie niezamierzane winy, to, co ja uznawałem za winę, kiedy dorastałem. Wybaczyłem też sobie, że wstydziliście się choćby tego, że

nie miała zębów i była obiektem drwin kolegów z podstawówki.

A jak to się stało, że szukałeś ukojenia w świątyni? Przecież zawsze miałeś krytyczny stosunek do Kościoła.

– Ale czym innym jest Kościół instytucjonalny, a czym innym wiara. Ja nigdy nie patrzyłem z ironią czy szyderstwem na ludzi, którzy wierzą. Zazdrościłem im, że potrafią znaleźć coś, co jest dla mnie tylko złudą, ale im pozwala łatwiej przejść przez życie.

Jak bardzo zmieniło się twoje życie po odwyku?

– Na początku, używając slangu, było spoko. Ale potem nastąpiła pandemia i gwałtowne zerwanie codziennego rytmu prób, spektakli, zdjęć. Wpadłem w pustkę, którą udało się zapełnić remontem mieszkania i sportem. A potem pojawiły się propozycje filmowe. Pandemia jest dla mnie łaskawa, zagrałem więcej filmowych ról niż przez kilka ostatnich lat. Ale wczesną jesienią, po skończeniu zdjęć, ogarnęła mnie frustracja, że te wszystkie pandemiczne role trochę położyłem. Że to niby wszystko fajne, reżyserzy zadowoleni, ale ja sam nie czułem satysfakcji. I wtedy dopadła mnie depresja, taka gwałtowna. Stwierdziłem, że sam sobie nie poradzę, muszę poprosić o pomoc. Biorę antydepresant i czuję się teraz zupełnie inaczej. Śpię lepiej, lepiej wykorzystuję dzień, nie czuję bezsensu wstawania rano i wykonywania codziennych czynności. Odnajduję dużo radości w prostych zajęciach. Także w sporcie, bo otworzyli znowu baseny i wyżywam się tam, a uwielbiam pływać. Cieszę się, że jestem sprawny i czuję się ciągle młody. Ale najlepsza jest równowaga psychiczna. Jestem singlem, ale nie cierpię na samotność. Nie mam poczucia, że mi czegoś brakuje. I mało tego, lubię siebie i swoje towarzystwo, a to jest w moim życiu coś nowego.

Pierwszy raz?

– Pierwszy raz w dłuższej perspektywie. Nie jestem sobą zirytowany, nie obwiniam się, że znowu jest coś nie tak, wybaczam sobie drobne słabości. Nie mówię, że jest idealnie, ale jest po prostu dobrze. Mam dużo pracy, bo dostałem kolejne propozycje. Nawet castingi mi teraz lepiej idą, wcześniej spalałem się na nich z powodu nadmiernego chęćstwa. I na pewno częściej mam poczucie, że to, co mam, to jest bardzo dużo. I że nie mam powodu narzekać.

A tęsknisz czasem za dawnym życiem? Za huczną zabawą, dzikim seksem? Za kurwidołkiem, jak nazywasz aplikacje randkowe?

– Tęskniłbym, ale nie za cenę takiej destrukcji. Ja nie sączyłem białego wina, które tak bardzo lubię, tylko duszkiem wypijałem pierwsze dwa, trzy kieliszki, żeby się błyskawicznie znieczulić. Potem odchorowywałem te szaleństwa przez ładnych parę dni. A teraz w ogóle nie myślę o picciu.

Czy starość, jak mi kiedyś mówiłeś, wciąż cię przeraża?

– Nie. Przestałem się histerycznie bać starzenia, widzę w nim wiele zalet. Przez to, że tyle się w moim życiu spieprzyło, lepiej dziś siebie rozumiem. To doświadczenie życiowe jest bezcenne, jest wielką siłą, wskazówką. Patrzę czasem na młodszych aktorów i widzę, że mają ten niepokój, potrzebę, żeby robić karierę, najchętniej błyskawicznie. I mam ochotę im powiedzieć, że wystarczy usiąść i wsłuchać się w siebie. Tam jest odpowiedź na wszystko. Ale jak jesteś młodym człowiekiem, to lecisz i na nic się nie oglądasz. Dopiero z wiekiem zaczynasz rozumieć, co ma wartość. Ja teraz znajduję radość w codziennych drobnostkach...

W ludziach też?

– Tak. Choćby dzwoniąc do kogoś, żeby mu powiedzieć coś dobrego. Jak pewnej pani z obsługi klienta w firmie cateringowej, do której zadzwoniłem, żeby powiedzieć jej, że pysznie gotują. Boże, jaka ona była szczęśliwa! Nawet nie wiesz, jak mnie jej reakcja uskrzydliła. I to mi wystarczy! Właśnie takie rzeczy mnie dziś cieszą. To mało? **N**