

# Z n a j d ź   s e n s

Jerzy Stuhr

Mateusz Kusznierewicz

Jarosław Kuźniar

Mateusz Grzesiak

Jerzy Jagucki

Zbigniew Cwiąkański

Rafał Brzoska

Marek Rosiński

Stanisław Sottysiński

Wojciech Eichelberger

Krzysztof Janiś

Agnieszka Kręglińska

Kazimierz Kłodawski



Książka powstała w ramach V ogólnopolskiej  
akcji charytatywnej Fundacji Między Niebem a Ziemią pt.: ZNAJDŹ SENS.  
Dochód z jej sprzedaży przeznaczony zostanie na pomoc dzieciom nieuleczalnie chorym i ich rodzinom.

Projekt, korekta i przygotowanie do druku – studio trzypunkty  
[www.trzypunkty.pl](http://www.trzypunkty.pl)

Copyright © Fundacja Między Niebem a Ziemią, Wrocław 2015

ISBN 978-83-936070-4-4

# Z n a j d ź s e n s

Sylwia Zarzycka

Zdjęcia: Bartek Sadowski



## Z n a j d ź   s e n s

V AKCJA CHARYTATYWNA FUNDACJI MIĘDZY NIEBEM A ZIEMIĄ

Akcja charytatywna „Znajdź sens” organizowana jest przez Fundację Między Niebem a Ziemią.

Dochód ze sprzedaży tej książki zostanie przekazany podopiecznym Fundacji – dzieciom nieuleczalnie chorym i ich rodzinom.

Można im także pomóc, wpłacając darowiznę na konto Fundacji:

75 1240 6768 1111 0010 5700 3181

lub przekazując 1% podatku – KRS 0000385861

[www.miedzyniebemaziemia.pl](http://www.miedzyniebemaziemia.pl)



fot. Borys Skrzyński

## ZNAJDŹ SENS...

Prawie każdy człowiek – prędzej czy później – zaczyna głębiej zastanawiać się nad sensem swojego istnienia. Do niektórych to pytanie dociera w chwili, gdy spotyka ich choroba bądź nieszczęście, gdy otrą się o śmierć. Niektórzy nie potrzebują do tego rewolucji w życiu i starają się żyć świadomie, a inni tego pytania nigdy sobie nie postawią.

Ja jestem tym pierwszym przypadkiem. Cztery lata temu przechodziłam przez nowotwór złośliwy. Na początku był szok, niedowierzanie. Do tego momentu wszystko szło w moim życiu w miarę gładko. Właściwie nic mi wcześniej nie dolegało, a tu nagle choroba i to takiego kalibru. Wtedy słowo „rak” kojarzyło mi się ze śmiercią. Nic o nim nie wiedziałam.

Przeszłam standardowe leczenie – chemioterapię, radioterapię. Straciłam wszystkie włosy, lewitowałam po każdym cyklu chemii i... za wszelką cenę chciałam wrócić do swojego życia sprzed choroby. Nie mogłam się doczekać momentu, gdy skończę chemię, odrosną mi włosy i będę znowu mogła żyć pełnią życia. Tak mi się wtedy wydawało... Że żyłam pełnią życia. Myślałam jednak, że tak naprawdę nie żyłam...

Od czasu choroby zaczął się okres zmian w moim życiu. We mnie. Odbywało się to bardzo powoli. To nie była rewolucja. Ciężko jest zmienić własne nawyki, przekonania i przyzwyczajenia, utarte przez 35 lat życia. Na początku każda komórka mojego ciała broniła się przed tym. Wiele osób mówiło mi, że po-

winnam zmienić tryb życia, ponieważ choroba jest sygnałem, że coś w nim robiłam nie tak. Zanim to do mnie dotarło, upłynęło wiele czasu... Później słyszałam, że i odżywianie warto byłoby zmienić, bo ono też ma wpływ na nasze zdrowie. To również było ciężkie, bo nigdy nie przywiązywałam wagi do tego, co jem. Jedzenie było ostatnią rzeczą na liście moich priorytetów. A właściwie chyba go w ogóle na tej liście nie było. Całkiem niedawno usłyszałam o uważności, medytacji, spokoju wewnętrznym, równowadze życiowej, rozwoju osobistym. Te wszystkie rzeczy po prostu same stawały na mojej drodze. Spotykałam bardzo ciekawe osoby z różnymi doświadczeniami, historiami. Może dla wielu nie będzie zrozumiałe to, co teraz napiszę, ale dziś uważam, że choroba była jedną z najlepszych rzeczy, które mi się w życiu przytrafiły.

Zapoczątkowała okres zmian i wchodzenia w całości inne sfery życiowe. Dlatego gdy w tym roku zastanawiałam się nad akcją charytatywną w Fundacji Między Niebem a Ziemią, przyszedł mi do głowy projekt „Znajdź sens” – warsztaty i spotkania, na których poruszone zostały kwestie związane z rozwojem, spełnieniem, szczęściem, pasją i zdrowiem. Chciałam podzielić się tym, co sama przez ostatnich kilka lat odkrywałam.

Myslę, że wielu z nas żyje dziś tak, jakby nie żyło. Nieświadomie, nieuważnie, szybko. Zatracamy gdzieś powoli to, co naprawdę ważne. Stajemy się mniej uważni i empatyczni, a przez to coraz bardziej powierzchowni.

Mam nadzieję, że warsztaty, spotkania i wykłady, które się odbyły, a także rozmowy zamieszczone w tej książce pozwolą Państwu spojrzeć na życie z innej perspektywy. Może zapoczątkują jakieś zmiany? Może pozwolą zapobiec chorobie?

Dziękuję bardzo wszystkim osobom, które prowadziły warsztaty charytatywne w ramach akcji „Znajdź sens”, a także uczestnikom tych spotkań oraz wszystkim moim rozmówcom.

Dochód ze sprzedaży tej książki przeznaczony zostanie na pomoc podopiecznym Fundacji – nieuleczalnie chorym dzieciom i ich rodzinom. W ostatnim rozdziale przeczytają Państwo trzy poruszające rozmowy z naszymi fantastycznymi fundacyjnymi mamami, które od lat opiekują się swoimi ciężko chorymi dziećmi. Łączy je wszystkie to, że mają przy sobie wspaniałych mężów (70% rodzin w naszej Fundacji to samotne mamy), że kochają bezgranicznie swoje chore pociechy i każda z nich przeżyła już śmierć jednego dziecka. Właśnie ten rozdział postanowiłam zatytułować tym, co zdecydowana większość osób w badaniu o sensie życia, którego wyniki zamieszczam na kolejnej stronie, wymieniła na pierwszych miejscach: Miłość, Rodzina, Dzieci.

**Sylwia Zarzycka**

Prezes Zarządu

Fundacji Między Niebem a Ziemią

Wyniki badania „Co jest sensem życia”?  
(od największej liczby odpowiedzi do najmniejszej)

Miłość

Dzieci

Harmonia, Równowaga

Rodzina

Rozwój, Nauka

Szczęście

Wiara, Bóg

Być Tu i Teraz

Życ w zgodzie ze sobą

Poszukiwanie

Spełnienie

Dobro, Być dobrym

Pasja

Poznawanie świata

Radość

Być potrzebnym

Pomagać innym

Przyjaciele, Ludzie

Wolność

Staranie

Wierność

Robić wszystko porządnie

Marzenia

Samoświadomość

Znajdź sens



Pasja  
**str. 11–34**

Jerzy Stuhr | str. 12  
Mateusz Kuzniewicz | str. 22  
Jarosław Kuźniar | str. 30



Równowaga  
**str. 35–49**

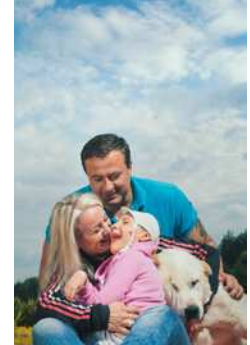
Mateusz Grzesiak | str. 36  
Jerzy Jagucki | str. 44



Spełnienie  
**str. 51–64**

Zbigniew Ćwiąkałski | str. 52  
Rafał Brzoska | str. 58





**Szczęście**  
**str. 65–80**

Marek Rosiński | str. 66  
Stanisław Sottysiński | str. 72

**Tu i Teraz**  
**str. 81–96**

Wojciech Eichelberger | str. 82  
Krzysztof Janiń | str. 90

**Zdrowie**  
**str. 97–111**

Agnieszka Kręglicka | str. 98  
Kazimierz Kłodawski | str. 104

**Miłość | Rodzina | Dzieci**  
**str. 113–130**

Katarzyna Pokorska | str. 114  
Jolanta Siemieniec | str. 120  
Agnieszka Czerwoný | str. 126



P A S J A

”

Pasja to nie tylko szczęście. Wiem, jakie moja pasja spowodowała koszty. Co straciłem przez tę pasję. Poświęciłem przecież życie rodzinne. Nie wiem, jakie było dzieciństwo moich dzieci. Dzisiaj odnajduję je w szczątkach, w zabawie z moją wnuczką, ale widzę swoją nieporadność. Nie nauczony jestem tego.







## MAM POCZUCIE DĄŻENIA DO SZCZĘŚCIA

Rozmowa z Jerzym Stuhrem – wybitnym aktorem, wykładowcą, reżyserem