

## POSTAW NA SIEBIE

„Żeby niemożliwe stało się możliwe“. Kobietom z kręgu Berckana spełnia się to zaklęcie. Spotykają się 13 każdego miesiąca w kamienicy na starym mieście, przy uroczej uliczce Koziej. Data 13 jest nieprzypadkowa. Rok księżycowy składa się z 13 miesięcy, księżyc 13 razy jest w pełni, kobiety 13 razy w roku mają menstruację.

„Matką” kręgu kobiet jest Alicja Bednarska, dziś trener rozwoju osobistego, kiedyś sfrustrowana bankrutka. Afrykanistka z wykształcenia, kilka lat zajmowała się pracą naukową. W 1979 roku razem z mężem założyli pracownię krawiecką. Po 20 latach zakład zbankrutował, zostały po nim długi. Na kryzys zawodowy, nałożył się kryzys małżeński. Była bliska rozwodu i załamania psychicznego.

- Przyszedł taki moment, że musiałam coś ze sobą zrobić, bo nie wiedziałam dalek światła. Nie mogłam poradzić sobie z własnym życiem – mówi Alicja.

Wtedy zaczęła nad sobą pracować, uczestniczyć w różnych warsztatach – świadomego oddechu, ustawień systemowych Berta Hellingera, warsztatów metodą Jose Silvy, metodą Huny. Alicja nabrała siły, małżeństwo przetrwało, rozwiązały się problemy finansowe, z ucznia stała się mistrzem. Nigdy wcześniej nie sądziła, że może prowadzić warsztaty. Na przerwach zauważyła jednak, że to ona mówi, a inni słuchają. Odkryła w sobie przewodnika. Zdobyła narzędzia. Teraz sama uczy jak świadomie i lepiej żyć.

W każdy pierwszy i ostatni czwartek miesiąca na Kozią przychodzą nie tylko kobiety, ale też coraz więcej mężczyzn. Natomiast już od 5 lat 13-tego jest babiniec. Kiedy szukała nazwy dla kręgu kobiet, sięgnęła po woreczek z runami. Wyciągnęła runę Berckana mówiącą o kobiecości, macierzyństwie. Jej symbol to kwitnąca brzoza, ulubione drzewo Alicji.

Ewa, Ola, JuDu, Agata, na Kozią przyszły będąc na życiowym zakręcie. Inne wiedzione intuicją, może ciekawością. Wszystkie natomiast wiedziały, że potrzebują zmian, że czegoś im brakuje, nie zawsze będąc świadomymi czego.

- Trafiliśmy tutaj w szczególnym momencie swojego życia, bo właśnie wtedy szukamy - przekonuje Ewa.

Ewa, matka, żona zamknęła się w klatce z czterech ścian domu, obowiązków wobec rodziny i chorego dziecka. Nie wytrzymała, stwierdziła, że w końcu musi zrobić coś dla siebie. Zaczęła wychodzić z domu, na aerobik, taniec, w końcu na Kozią.

- Ciągnie mnie tu potrzeba poznania siebie. Być może rozwój jest możliwy w samotności, ale ja wierzę w siłę grupy, bo jej doświadczyłam. To jest tak jak z koncertem, czy modlitwą w kościele, moc zbiorowości jest przemożna – mówi Ewa. Do Alicji przychodzą kobiety, które mówią, że nic nie potrafią, nic nie umieją. Tutaj uczą się zmieniać optykę na umiem, potrafię, mogę, zmieniać swój wewnętrzny obraz, uczą się samoakceptacji. Alicja twierdzi, że nie trzeba mieć oczekiwań, trzeba odpuścić i wtedy dzieje się samo, lepiej niż sobie wymarzymy. Powtarza, że watro być w życiu uważnym, świadomym każdej chwili.

- Jest taka zabawa, biega się w wokół kołka i pada, kiedy zakręci się w głowie. Ja tak właśnie biegałam, nie wiadomo po co i za czym. W pewnym momencie musiałam upaść – mówi JuDu.

Dorota na Kozią przysła z przytłaczający poczuciem winy, że w wieku 32 lat nie ma dzieci i własnego mieszkania, chociaż była szczęśliwa bez tego. Ma pracę którą uwielbia, męża, którego kocha. Leczyła się z poczucia winy wobec niespełnionych oczekiwań innych.

Biorą z tego miejsca pełnymi garściami, ale też uczą się dawać. Sukces jednej kobiety inspiruje do sukcesu inne.

- Nie lubiłam kobiet, sama siebie chyba też nie lubiłam. Nie miałam przyjaciółek, związki z facetami szybko się rozpadały. Chciałam spotkać się z jakimiś mądrymi kobietami. Potrzebowałam wymiany myśli. Kiedy mama zachorowała na raka, a mąż postanowił ode mnie odejść zaczęłam szukać. Praca nad sobą dała mi to, że dziś czuje się inna, lepsza, podobam się sobie – wspomina Agata.

Związek Agaty przetrwał. Po 28 latach niewidzenia odnalazła ojca.

Wiele kobiet, wiele osobowości, spraw z którymi przychodzą na Kozią i wiele metod. W kręgu można poznać różne sposoby pracy nad sobą, wybrać najlepszą dla siebie, medytację, świadomy oddech, wizualizację. Podczas każdego ze spotkań mają inny temat nad którym pracują, a ich dobór zależy od potrzeb uczestniczek. Na przykład podczas warsztatów o marzeniach „Co karmi moją duszę” zastanawiały się co lubią robić, dlaczego tego nie robią. Patrycja w wieku 26 lat pracę zmieniła 14 razy. Pojechała na warsztaty do Teremisek. Zrozumiała, że dotychczas zajmowała się tym, czego tak naprawdę nie lubiła. Marzy, żeby zostać krytykiem literackim. Ostatnio zafascynowała ją kamera. Chce zdawać do łódzkiej szkoły filmowej.

W grudniu będzie spotkanie wigilijne. Powiedzą co przyniosły i co by chciały. Znowu usiądą w kobiecym kręgu, będą się przedstawiać Alicja córka Stanisławy, wnuczka Stanisławy i Zofii, prawnuczka Franciszki, Franciszki i Zofii; Ola córka Anny, wnuczka

Bronisławy i Marii, prawnuczka Wiktorii; Dorota córka Bożeny, wnuczka Krystyny i Bogumiły, prawnuczka Kazimiery, Kazimiery, praprawnuczka Sabiny i Apolonii. W ten sposób docierają do swoich przodków, odkrywają korzenie.

- Myślę, że jestem tu od zawsze. Czuje się tak zintegrowana z tym miejscem jakbym była jedną z cegiełek. Nie wiem jak mogłam żyć bez tego miejsca. Odebrałam tu fascynującą podróż do siebie. Odkryłam jaka moc jest w byciu kobietą i wśród kobiet. Uwielbiam to. Wiele nowych drzwi się we mnie otworzyło, wiele nowych odkryć się dokonało – mówi JuDu.

Monika Stelmach