

Mykofilia, mykopedagogika i mykoterapia w autobiografii żałobnej Long Litt Woon

Mycophilia, mycopedagogy and mycotherapy in Long Litt Woon's bereavement-related autobiography

Małgorzata Okupnik

Akademia Muzyczna im. I.J. Paderewskiego w Poznaniu

ORCID 0000-0002-4269-3437

Streszczenie: Long Litt Woon jest socjoantropolożką i pisarką, urodzoną w Malezji, ale od 1976 roku mieszkającą w Norwegii. W 2017 roku wydała książkę *Powrót do życia. O żalobie i grzybach*. Napisała ją po śmierci męża, Eiolfa Olsena. Książka ta zalicza się do nurtu narracji żałobnych, których autorzy poszukują ukojenia na łonie natury. W wypadku Long Litt Woon grzyby nie pozostały jedynie symbolem żałoby. Nowo odkryta pasja grzybiarska dała młodej wdowie powód do życia. W jej książce koegzystują dwa wątki: mykologiczny (opis królestwa *Fungi* i środowiska grzybiarzy) oraz żałobny (opis ciężkiej próby dotyczącej sfery fizycznej, mentalnej, emocjonalnej). Perspektywa socjoantropologiczna i mykoterapeutyczna jest unikalna i odróżnia narrację Long Litt Woon od innych autobiografii o żalobie.

Słowa kluczowe: Long Litt Woon, żałoba, grzyby, mykoterapia

Abstract: Long Litt Woon is a socioanthropologist and writer born in Malaysia and living in Norway since 1976. In 2017, she published a book titled *The Way Through The Woods. On Mushrooms and Mourning*. She wrote it after the death of her husband, Eiolf Olsen. The book represents narratives of grief, the authors of which seek consolation in nature. For Long Litt Woon, mushrooms have not only been a symbol of bereavement. The newly-discovered passion gave the young widow a reason to live. In her book, two threads intertwine: the mycological one (description of the *Fungi* kingdom and of the mushroom-picking community) and the one related to mourning (description of a severe trial affecting the physical, mental, and emotional sphere). The socioanthropological and mycotherapeutic perspective is unique, and it distinguishes Long Litt Woon's narrative from other bereavement-related autobiographies.

Key words: Long Litt Woon, mourning, mushrooms, mycotherapy

Long Litt Woon, socjoantropolożka i pisarka, mieszkająca w Norwegii, nie jest osobą anonimową. Angażowała się w sprawy polityczne i społeczne¹, pomagała migrantom. Na swoim koncie miała próby literackie², ale nieklamany sukces odniosła dopiero w 2017 roku, kiedy ukazała się jej książka *Stien tilbake til livet – om sopp og sorg*, napisana po śmierci męża. Przetłumaczono ją na kilkanaście języków, a po polsku wydano pod tytułem *Powrót do życia. O żałobie i grzybach* (2019). W tej unikalnej opowieści koegzystują dwa wątki: osobisty (o żałobie po mężu) i mykologiczny (składający się z analizy socjoantropologicznej środowiska amatorów grzybów oraz opisu dobroczynnego wpływu mykoterapii).

Long Litt Woon urodziła się w 1958 roku, w mieście Taiping, w rodzinie Chińczyków. Chociaż wychowała się w Malezji, to całe dorosłe życie spędziła w Norwegii, do której przyjechała jako osiemnastoletnia dziewczyna w ramach wymiany studenckiej. Poznała wtedy Eiolf Olsena, za którego krótko później wyszła za mąż. Byli zgodnym, uzupełniającym się i szanującym małżeństwem. Łączyły ich również sprawy zawodowe, gdyż prowadzili w Oslo wspólną firmę Olsen & Long. Olsen był architektem³. Przeżyli razem 32 lata. Eiolf Olsen zmarł nagle w 2010 roku, w wieku 55 lat⁴. Jego śmierć była dla Long dotkliwa, ponieważ mąż towarzyszył jej przez całe dorosłe życie. O swojej stracie pisała tak: „Gdy człowiek traci świadka swojego życia, traci także część siebie” (Long 2017, 103). Została „młoda wdową”, musiała na nowo ułożyć sobie życie.

Autonaturografie

Opowieść Long Litt Woon wpisuje się w nurt narracji żałobnych, których autorzy poszukują ukojenia na łonie natury. Przykładami tego typu pisarstwa, nazwanego przez Izabelę Adamczewską-Baranowską (2021, 229-249) *autonaturografią* (konwencją performatywnego pisania o przyrodzie, hybrydyczną narracją naukowo-autoetnograficzno-literacką), są książki m.in. Anny Lowenhaupt Tsing⁵ i Helen Macdonald. W czasie żałoby intensyfikacja zainteresowania naturą i dostrzeżenie (czy odkrycie) jej walorów terapeutycznych zachodzi bardzo często. Widać to wyraźnie na przykład w książce *Kontener* Marka Bieńczyka, w której istotną rolę odgrywają jętki (nazywane też efemerydami). Zdanie: „Matka nie żyła od sześciu miesięcy, kiedy przyleciały efemerydy” pojawia się sześciokrotnie (Bieńczyk

¹ Zob. życiorys Long Litt Woon: <https://sites.google.com/site/longlittwooncv/> (dostęp: 13.11.2022). Litt Woon to imiona.

² Jest członkinią The Norwegian Non-fiction Writers and Translators Association (NFF). Ukończyła kursy storytellingu i terapii narracyjnej.

³ Long uważa, że zaprojektowane przez niego obiekty sprawiają, że pamięć o nim trwa. „Budowle Eiolf’a otaczają mnie i przynoszą pocieszenie za każdym razem, kiedy je odwiedzam” (Long L.W., 2019, *Powrót do życia. O żałobie i grzybach*, Ptaszyńska-Sadowska E. (przeł.), Kraków, s. 148).

⁴ O śmierci męża pisała, że była to śmierć „prawie idealna” (tamże, s. 34). Lekarz powiedział, że Eiolf stracił przytomność, nic nie czuł, gdy umarł. Long nie zgadzała się z jego opinią, że była to najlepsza śmierć, jaką można sobie wymarzyć. Uważała, że człowiek powinien umierać w stanie pełnej świadomości i mieć czas na pożegnanie z bliskimi.

⁵ W książce *The Mushroom at the End of the World*, 2015, pisze o japońskim grzybie matsutake (gąsce sosnowej), który po zrzuconiu bomby atomowej na Hiroszimę był pierwszym żywym organizmem wyrosłym na zgliszczach.

2018, 5, 58, 139, 193, 258, 296). Autor finezyjnie opisuje widmowość i przemijalność jętek, występujących w środowisku wodnym. Okres życia larw może trwać nawet do kilku lat, ale postacie dorosłe żyją bardzo krótko, czasem tylko jeden dzień. Bieńczyk miał niezwykle okazję zobaczyć ten trudny do uchwycenia moment: życie i agonię jętek jednodniówek. Przywodziły mu na myśl jego matkę.

Do grona autorów wykorzystujących w opisie własnej żałoby odwołania do świata przyrody dołączyła Mira Marcinów, autorka rozpraw naukowych z zakresu filozofii i psychologii⁶. Jej debiut powieściowy, *Bezmatek*, to książka o nienormatywnej żałobie młodej kobiety, która w wieku 32 lat straciła matkę. Opowiada o ich trudnej, momentami toksycznej relacji w sposób szokujący, bezkompromisowy i krytyczny. Tytuł książki może się wydać neologizmem, ale na początku książki Marcinów podaje następujące wyjaśnienie: „Bezmatek – rodzina pszczoła pozbawiona matki pszczołej” (Marcinów 2020, 5). Na tę nazwę natrafiła na forum pszczelarskim⁷. Dowiedziała się, że „Bezmateczność można zakładać tylko na podstawie zachowania pszczół i odgłosów z ula. Pszczoły wtedy głośno wyją i wysoko podnoszą odwłoki” (Marcinów 2020, 192). Pszczoła matka jest gwarantką spójności oraz trwałości rodziny, dlatego śmierć królowej wprowadza dezorganizację, skutkującą śmiercią kolejnych kilkuset owadów, niezdolnych do życia bez przewodniczki. Ten stan, obserwowany w świecie przyrody, Marcinów próbuje rozpoznać w świecie ludzi. Na swoim przykładzie opisuje, co dzieje się z dorosłym dzieckiem po wejściu w okres „bezmateczności”.

Wśród tekstów o żałobie kryterium naturograficzne najlepiej jednak spełnia *J jak jastrząb* (2016) Helen Mcdonald – pasjonatki ornitologii⁸, wykładowczyni Uniwersytetu Cambridge, autorki książek o ptakach. W 2007 roku zmarł Alisdair Macdonald, jej ojciec. W tym czasie podjęła decyzję o oswojeniu i wyszkoleniu jastrzębicy, choć nigdy wcześniej nie pracowała z tymi ptakami. Pasja ornitologiczna i rozległa wiedza przyrodnicza nie wykluczyły pragnienia teriantropii – stania się „jak jastrząb”. Układanie ptaka drapieżnego jest procesem składającym się z kilku etapów: obserwowania (ukracania), unoszenia (spacerowania z ptakiem na rękę), oblatywania (lekcji uwabiania), puszczania na wolne pęta, polowania. Te etapy, od wieków obecne w praktyce sokolniczej, w jakiś sposób przystają do faz żałoby przeżywanej po stracie kogoś bliskiego. W przypadku Macdonald próba teriantropii nie przyniosła spodziewanych efektów. Autorka doszła do wniosku, że smutek i żal po śmierci bliskich trzeba dzielić z innymi ludźmi, a nie przenosić na zwierzęta. Będąc (niemymi) towarzyszami człowieka, mogą być one jednak pomocne podczas przeżywania żałoby i wychodzenia z niej⁹.

⁶ M.in. Marcinów M., 2017, *Historia polskiego szaleństwa*, t. 1: *Słońce wśród czarnego nieba. Studium melancholii*, Gdańsk 2017; Dobroczyński B., Marcinów M., 2018, *Niezabliźniona rana Narcyza. Dyptyk o nieświadomości i początkach polskiej psychoanalizy*, Kraków.

⁷ Zob. Gekeler W., 2014, *Pszczoły. Poradnik hodowcy*, Róžański B. (przeł.), Warszawa, s. 22.

⁸ Pracowała w ośrodku dla ptaków drapieżnych w Anglii, w krainie, gdzie na wolności żyły jastrzębie, potem w Abu-Zabi. Wydała cztery książki ornitologiczne: *Shaler's Fish* (2001), *Falcon* (2006), *His for Hawk* (2014), przetłumaczoną na język polski jako *J jak jastrząb* (2016), *Vesper Flights* (2020).

⁹ Więcej na ten temat: Okupnik 2021a, 221-237.

Mykologia i mykofilia

Książka *Powrót do życia* Long Litt Woon traktuje o grzybach, jest swego rodzaju traktatem z zakresu mykopedagogiki i mykoterapii. Połączenie grzybów i żałoby tylko na pierwszy rzut oka może wydać się dziwne. Grzyby mają wiele wspólnego ze śmiercią, tak w warstwie symbolicznej¹⁰, jak i faktycznej – są bowiem destruentami, odpowiedzialnymi za rozkład martwego ciała. Wciąż kryją wiele tajemnic. Mykolodzy nie mają złudzeń:

Na razie znamy około 150 tysięcy gatunków, ale uważamy, że to zaledwie około 10% całego zróżnicowania. (...) możemy się spodziewać, że na Ziemi jest 1,5 miliona gatunków grzybów (Wrzosek, Głowacka 2020, 176-177).

Grzyby są obecne wszędzie: na ziemi, pod wodą, w powietrzu, mimo to wiedza o nich nadal jest niewielka¹¹. W ostatnim czasie jednak nastąpił „zwrot mykologiczny” i grzyby budzą większe zainteresowanie, co przekłada się na liczbę publikacji o nich¹². Warto w tym kontekście zauważyć, iż Pål Karlsen w książce *Biografia prawdziwka* wspomina o istotnej zmianie dokonującej się również w taksonomiach przyrodniczych:

Przez wiele setek lat grzyby uznawano za element świata roślin. Z czasem jednak mykologia rozwinęła się jako odrębna dziedzina nauki, a systemy klasyfikacyjne stały się o wiele bardziej złożone. Stopniowo stawało się jasne, że grzyby różnią się od roślin na wiele sposobów i ostatecznie „więzy rodzinne” zostały zerwane. Pod koniec lat sześćdziesiątych ubiegłego wieku wyróżniono wreszcie grzyby jako osobne królestwo, w jednym rzędzie z królestwem roślin i zwierząt. Królestwo grzybów stało się faktem (Karlsen 2018, 116).

Long dzieli się wiedzą, że królestwo grzybów jest bliższe królestwu zwierząt niż roślin, choć potocznie uważa się inaczej. Owa bliskość ma wpływ m.in. na skuteczność leków wytwarzanych z grzybów, np. penicyliny czy preparatów stosowanych w terapii onkologicznej. Królestwo *Fungi*¹³ jest tajemnicze, nieodkryte, niewidzialne. Long Litt Woon tłumaczy:

¹⁰ Grzyby mają bogatą symbolikę. Zob. Oesterreicher-Mollwo M. (red.), 1992, *Leksykon symboli*, Prokopiuk J. (przeł.), Warszawa 1992, s. 48; Kempński A., 1993, *Słownik mitologii ludów indoeuropejskich*, Poznań, s. 161; Teodorowicz F., 1928, *Dziwy świata grzybowego*, Warszawa; Marczyk M., 2003, *Grzyby w kulturze ludowej*, Wrocław.

¹¹ W potocznym myśleniu grzyby utożsamia się z owocnikami znajduwanymi w lesie (dużymi i widocznymi). Najczęściej spotykany jest podział grzybów ze względu na: widoczną postać plechy (wielkoowocnikowe i mikroskopijne), miejsce występowania (naziemne, nadrzewne, podziemne, naporostowe, wodne), znaczenie kulinarne (jadalne, niejadalne, trujące, silnie trujące). Zob. Long 2019, 115.

¹² Poczytna jest m.in. książka Hofrichtera – Hofrichter R., 2017, *Tajemnicze życie grzybów*, Nowacki B., Kilis M. (przeł.), Warszawa 2017.

¹³ Królestwo *Fungi* nazywane jest fungą (na wzór flory i fauny). Nazwa *fungus* pochodzi z greckiego *sphongos*, oznaczającego gąbkę czy coś gąbczastego. Por. Wrzosek M., Głowacka K., 2020, *W czym grzyby są lepsze od ciebie?*, Łódź, s. 141.

Grzyb spotykany w lesie to tylko mały element całego organizmu, na który w większości składa się dynamiczna, żywa sieć długich i cienkich komórek, tak zwane mycelium, czyli grzybnia, rozwijająca się pod podłożem lub w drzewach bądź innych roślinach. To, co widzimy na powierzchni, to owocnik. Możemy go porównać z jabłkiem w zestawieniu z całą jabłonią, tyle że w wypadku grzybów «drzewo» znajduje się pod ziemią (Long 2019, 16).

Grzybnia może mieć gigantyczne rozmiary. Jako przykład podawana jest często opieńka ciemna (miodowa) we wschodniej części stanu Oregon w Stanach Zjednoczonych, gdzie mycelium pojedynczego osobnika zajmowało obszar ponad 10 kilometrów kwadratowych¹⁴. Na powierzchni można zobaczyć jedynie owocniki grzybów (i to przez krótki czas). Większa część cyklu życiowego przebiega pod ziemią, w ukryciu. Ryzosfera, pokrywająca prawie całą ziemię, jest mocno rozbudowana. Tworzy ją sieć połączonych ze sobą strzępek. Grzybnia współżyje, współdziała i komunikuje się z innymi organizmami, np. roślinami, drzewami. Powstają złożone i głębokie sieci zależności. Ze względu na swoją rozległość, integralność, imponującą kooperację ten sieciowy świat podziemnej komunikacji został określony mianem Wood Wide Web (Macfarlane 2016). Peter Wohlleben tłumaczył to obrazowo:

Powstaje sieć, przez którą można (...) wymieniać składniki pokarmowe, a nawet informacje, na przykład o nadciągających atakach owadów. Grzyby stanowią zatem dla lasu coś w rodzaju internetu (Wohlleben 2016, 60).

Biolog Bernd Heinrich w książce *Wieczne życie* przytoczył opinię mykologa Paula Stametsa, według którego grzyby „zbawiają świat” (Heinrich 2016, 124)¹⁵. Pełnią one ważną rolę w ekosystemie. Ich zadanie polega na rozkładaniu martwej materii organicznej, co przyczynia się do powstania jej nowych form (Domańska 2017, 195-202). To, co martwe nie musi być zatem nieużyteczne, może bowiem podtrzymać ziemskie istnienie, dać życie innym organizmom. Biohumanistyczne podejście do martwego ciała, jego szczątków nie jest popularne, podobnie jak *nekros*, rozumiany jako „rodzaj grzybni substratowej, podłożowej, pożywkowej” (Domańska 2017, 73).

Ludzie mają ambiwalentny stosunek do grzybów. Long na tej podstawie dzieli społeczeństwo norweskie na trzy grupy: mykofobów, czyli zagorzałych przeciwników grzybów; ostrożnych, poszerzających swoją wiedzę mykofilów oraz mykologów (znawców grzybów, swoistą kastę wtajemniczonych), do których sama się zalicza. Grzyby wielu osobom kojarzą się ze śmiercią i z chorobą¹⁶. Long pisze, że w niższych warstwach społecznych Norwegii

¹⁴ Pisze o tym Long L.W., 2019, *Powrót do życia. O żałobie i grzybach*, Ptaszyńska-Sadowska E. (przeł.), Kraków, s. 16-17. Por. Smolińska M., 2019, *Wprowadzenie. Ryzosfera: grzyby i bakterie w sieci sztuki i kultury*, w: Smolińska M. (red.), *Ryzosfera: grzyby i bakterie w sieci sztuki i kultury*, Poznań, s. 11.

¹⁵ Por. Wrzosek M., Głowacka K., 2020, *W czym grzyby są lepsze od ciebie?*, Łódź, s. 226.

¹⁶ Np. kandydoza. Udowodniono, że mieszkanie w zagrzybionych starych domach niekorzystnie wpływa na organizm człowieka, może prowadzić do chorób, a nawet zgonu.

są one „synonimem śmierci czyhającej w leśnej ściółce” (Long 2019, 112)¹⁷. W kulturze ludowej i chrześcijańskiej grzyby kojarzyły się nie tylko ze śmiercią, ale także piekłem, szatanem, grzechem, co zostało utrwalone w licznych dziełach sztuki¹⁸. Z kolei fascynacja mykofilów ma związek z różnymi właściwościami grzybów: począwszy od smakowych, przez lecznicze¹⁹, afrodyzjakalne²⁰, skończywszy na pobudzających i halucynogennych. Warto też wspomnieć o Freudowskim objaśnianiu marzeń sennych:

Myśli senne (...) muszą przecież pozostać całkiem ogólnie bez końca, w podobnym do siatki zawikłaniu, wybiegając na wsze strony w świat naszych myśli. Z tego miejsca osnowy, gdzie myśli splecione są silniej, wyrasta potem życzenie senne niczym grzyb ze swojej grzybni (Freud 1996, 443).

Matthew von Unwerth tłumaczył ten Freudowski koncept tak:

Sen, tak jak grzyb, (...) jest rozwinięciem jego korzeni w przeszłości, we wrzawie nieświadomych uczuć, które wspierały go i wciskały w świadomość. I tak jak podziemne wąsy grzybów, gęste warstwy znaczeniowe snu zostały połączone i zakopane w glebie podświadomości osoby śniącej (Shulman 2019, 158).

Wątek ten rozwija Lisa M. Shulman w książce *Mózg w żałobie* (o neurologicznych aspektach żałoby). Udowadnia, że sny o zmarłych w pierwszych miesiącach po śmierci bliskiej osoby są czymś często spotykanym (doświadczała tego również autorka *Powrotu do życia*).

Mykopedagogika

Long Litt Woon dostrzegła potencjał terapeutyczny grzybów. W książce kilka razy przywołuje nazwisko Johna Cage'a (1912-1992), amerykańskiego kompozytora muzyki współczesnej, przekraczającego dotychczasowe granice²¹, „filozofa muzycznego przypadku”²²,

¹⁷ W Norwegii zaczęto jadać grzyby w XIX wieku. Warstwy wyższe, wykształcone je doceniają. W innych krajach jest odwrotnie. Zob. Long L.W., 2019, *Powrót do życia. O żałobie i grzybach*, Ptaszyńska-Sadowska E. (przeł.), Kraków, s. 114.

¹⁸ Zob. Rush J.A., 2011, *The Mushroom in Christian Art. The Identity of Jesus in the Development of Christianity*, Berkeley; Wrzosek M., Głowacka K., 2020, *W czym grzyby są lepsze od ciebie?*, Łódź, s. 135-154.

¹⁹ Do grzybów o znaczeniu medycznym zalicza się m.in.: *Reishi* (lakownicę lśniącą), *Shiitake*, uszaka gęstowłosego (grzyba *Mun*). Zob. Grzywnowicz K. (red.), 2014, *Grzyby prozdrowotne. Przyrodolecznictwo z tradycją odkryte na nowo*, Warszawa.

²⁰ Za takie uchodzą m.in. pierścieniaki, smardze, trufle, w polskiej tradycji ludowej – bedłka kulkowa.

²¹ Zob. Kutnik J., 2012, *John Cage. Przypadek paradoksalny*, Lublin.

²² Luty 2001.

teoretyka muzyki, wreszcie pisarza²³. Jego fascynacja grzybami była powszechnie znana. Cage uchodził za wybitnego eksperta w dziedzinie mykologii, założył New York Mycological Society, prowadził wykłady o grzybach w nowojorskiej School for Social Research. Uważa się go za twórcę mykopedagogiki²⁴. W eseju *Music Lover's Field Companion* (z 1954 r.) napisał: „Doszedłem do wniosku, że wiele można się nauczyć o muzyce, poświęcając się grzybowi” (Cage 1961, 274). Dał temu wyraz artystyczny w awangardowym utworze *4'33''* (na dowolny instrument), skomponowanym wyłącznie z samych pauz, zwanych tacetami, oznaczającymi, że żadne instrumenty ani głosy nie biorą udziału w wykonaniu dzieła²⁵. Jest on pozbawiony wszelkich dźwięków intencjonalnych, opisuje się go jako cztery i pół minuty ciszy. Utwór po raz pierwszy został wykonany w 1952 roku. Młody pianista, David Tudor, wyszedł na scenę, uklonił się publiczności, rozłożył partyturę, usiadł przy fortepianie, wyjął stoper, odmierzając czas trwania każdej z trzech części kompozycji. Dla publiczności zaskakujące i szokujące było to, że przez 4 minuty i 33 sekundy nie wydobył z fortepianu żadnego dźwięku. Słyszał tylko pochrząkiwania, skrzypienie krzesel, odgłosy przeglądanych bądź upadających programów²⁶. Cage dokonał rewolucyjnego odkrycia dla świata muzyki: zwrócił uwagę na rolę ciszy, milczenia i dźwięków w tle. Inspiracją dla niego była obserwacja grzybów. Rozrastające się strzępki pozostawiają bowiem muzyczne ślady. Kompozycja *4'33''* w pewien sposób je imitowała.

O odgłosach rozrastającej się grzybni pod ziemią pisała też Olga Tokarczuk, która uczyniła grzyby pełnoprawnym i atrakcyjnym tematem literackim. Zdolność słyszenia *mycelium* miała Ruta, bohaterka *Prawieku*. Dla Tokarczuk grzybnia jest fenomenem przyrodniczym. W powieści *Prawiek* pisała:

Grzybnia nie jest ani rośliną, ani zwierzęciem. Nie potrafi czerpać siły ze słońca, bo jej natura obca jest słońcu. Nie ciągnie jej do ciepłego i żywego, bo jej natura nie jest ani ciepła, ani żywa. Grzybnia żyje dzięki temu, że wysysa resztki soków z tego, co umiera, co się rozkłada i wsiąka w ziemię. Grzybnia jest życiem śmierci, życiem rozkładu, życiem tego, co umarło (Tokarczuk 2020, 188).

²³ Zob. Cage J., 1963, *A Year from Monday: New Lectures and Writings by John Cage*, Wesleyan Middletown; Cage J., 1961, *Silence: Lectures and Writings*, Middletown; Cage J., Retallack J., 1996, *Musicage: Cage Muses on Words, Art, Music*, Middletown; Cage J., 1981, *For the Birds. In Conversation with Daniel Charles*, Boston. Na uwagę zasługuje najnowsza publikacja w dwóch tomach: Cage J., 2020, *A Mycological Foray — Variations on Mushrooms*, t. 1: Cage J., *A Mycological Foray*, t. 2: Cage J., Long L., Smith A.H., *Mushroom Book*, Los Angeles (zawierająca pełną transkrypcję performansu Cage'a z 1983 r. *Mushrooms et Variations*).

²⁴ Dworkin C., 2004, *Mycopedagogy*, „College English”, t. 66, nr 6, <https://doubleoperative.files.wordpress.com/2009/12/dworkin-craig-mycopedagogy.pdf> (dostęp: 14.11.2022), s. 605-606.

²⁵ Jest to pierwsza kompozycja w historii, której tytuł podaje jedynie czas trwania. Zob. Szwałgier K., 2014, *Ile trwa 4'33'' Johna Cage'a*, „Teoria Muzyki”, nr 5, s. 109-113.

²⁶ Najlepiej znane jest wykonanie Williama Marxa w McCallum Theatre. Zob. <https://www.youtube.com/watch?v=JTEFKFiXSx4> (dostęp: 13.11.2022).

W powieści *Dom dzienny, dom nocny* Tokarczuk pisała o przedziwnym stanie, który nazwała „grzybością” (na wzór ludzkości). Bohaterka powieści starała się wyobrazić sobie własne życie jako grzyba, mającego zdolność oddziaływania na ludzi, ale też posiadającego władzę nad czasem. Oddawała się fantazjom: „Rosłabym na tym, co umarło. Przenikałabym tę martwość do czystej ziemi – tam moje grzybowe palce by się zatrzymywały” (Tokarczuk 2005, 68-69). Tokarczuk pisała o „mądrości” ekosystemu, w którym żaden element nie jest zbędny, nawet martwe ciało. To, co umiera, daje życie innym i przechodzi w inną jego formę, ulegając „metamorfozie nekrotycznej” (Domańska 2017, 46). Rozkład, co widać na przykładzie grzybów, może stać się zjawiskiem pozytywnym, to znaczy życiodajnym, odnowicielskim, ożywczym. Tokarczuk podkreśliła, że grzyby rosną na tym, co obumarło, żywią się tym, co nieżywe. **Człowiek po śmierci bliskiej osoby zdaje się przypominać bardziej grzyba niż człowieka: musi wzrosnąć na tym, co umarło.**

Mykoterapia

W przypadku Long Litt Woon grzyby umożliwiły jej powrót do życia po nagłej śmierci męża. W jej pierwotnym zamiśle książka miała odkrywać tajemnice grzybów i przybliżać społeczność grzybiarzy. Ostatecznie autorka zdecydowała się włączyć do niej również wątek żałobny. Wyjaśniła to tak:

książka zamknęła w sobie odkrycie świata grzybów i wędrówkę przez pustynię bólu i rozpacz. Opowiadanie o tym połączeniu było najciekawsze. Dlatego *Powrót do życia* mówi o dwóch równoległych podróżach: zewnętrznej – po królestwie grzybów, i wewnętrznej – po krajobrazie smutku (Long 2019, 7).

Long Litt Woon żałobę nazwała podróżą²⁷. Napotykała podczas niej różne trudności: „Straciłam orientację. Byłam na obcym terenie, przypadkowy wędrowiec w nieznanym kraju. Niewiele widać, a ja nie mam ani mapy, ani kompasu. Gdzie jest góra, a gdzie dół?” (Long 2019, 10). Zdaniem Long, „Żałoba miele powoli. Pożera czas, którego potrzebuje” (Long 2019, 11), jej przebieg jest nieprzewidywalny, burzliwy i absorbujący. Czuliła, że wraz ze śmiercią męża jej życie się zatrzymało. Zdobyła się na wyznanie:

Dobrowolnie udałam się na wewnętrzną emigrację. Smutek nabrzmiał i wypełnił moje życie. Zapadałam się w trzęsawisko rozpacz: budziłam się rano, ale nie miałam ochoty wstać. Widziałam świat tylko przez jeden wizjer: bólu i straty. (...) Żałoba to burzliwe, nieprzewidywalne wody, na których nie ma żadnej boi ratunkowej. Zostałam powalona siłą żywiołu, który mną ciskał i targał (Long 2019, 46-47).

²⁷ Zob. Doka K., 2017, *Żałoba jest podróżą. Jak zmagać się ze stratą*, Chojnacki M. (przeł.), Kielce.

Ta „emigracja” miała podwójny wymiar. Oznaczała dobrowolne wycofanie się z życia towarzyskiego i społecznego w czasie żałoby. Miała też związek z jej statusem. Long Litt Woon była imigrantką, która wyszła za mąż za Norwega i na stałe zamieszkała w jego kraju. Dlatego zastanawiała się, czy jako wdowa ma prawo nadal mieszkać w Norwegii.

Przeżywanie żałoby porównała do tradycyjnych badań antropologicznych, podczas których naukowcy, by lepiej zrozumieć badaną kulturę i społeczność, zamieszkują w miejscu obserwacji. Dla Long istotny był sam proces badawczy, w czasie którego zdarza się, że nowe środowisko cechuje chaos, a robocze założenia okazują się często błędne i wymagają korekty. Żałobę nazwała „badaniami terenowymi na sercu” (Long 2019, 52), trudnym i wymagającym ćwiczeniem, mającym na celu zaprowadzenie ładu w świecie wewnętrznym. Dotkliwa stała się dla niej utrata tożsamości: „Kim jestem, kiedy mój mąż nie istnieje?” (Long 2019, 52). Czuła, że z żałobą nie poradzi sobie samodzielnie, dlatego szukała pomocy. Wsparcie otrzymała w dwóch miejscach. Pierwsze wydawało się nietypowe, ponieważ chodziło o Stołeczne Stowarzyszenie na rzecz Grzybów i Roślin Użytecznych w Oslo. Drugim było Franciszkańskie Koło Pomocy²⁸, które od lat prowadziło cykliczne spotkania dla osób w żałobie. Long czuła się tam swobodnie. Napisała: „Zaletą pracy w grupie było to, że mogłam być sobą. Nie musiałam nikogo udawać. Poza tym miałam okazję spojrzeć na swoją żałobę niejako w lustrze” (Long 2019, 98). Widziała, jaką pracę już wykonała, i jaka droga jest jeszcze przed nią. Odkryła, że członkowie grupy cierpią na podobne dolegliwości psychosomatyczne. Tłumaczyła to w następujący sposób:

Utrata bliskiej osoby to twarda i lodowato zimna betonowa ściana. Kiedy człowiek zostanie o nią ciśnięty, boli go całe ciało. (...) w okresie żałoby system odpornościowy słabnie. Wszyscy cierpieliśmy na to samo: w naszych umysłach zagnieździły się małpki, które skakały dokoła i rozsiewały chaotyczne myśli (tzw. *monkey mind*) (Long 2019, 98-99).

Long przekonywała, że żałoba nie jest procesem linearnym. Przeciwnie: to proces złożony i indywidualny, o którego przebiegu decyduje wiele zmiennych. Mówiła też o „krętej drodze” (Long 2019, 99). Bardzo często pokonuje się ją w samotności, ponieważ nawet najlepsi przyjaciele zawodzą, nie są empatyczni, nie potrafią rozmawiać i zrozumieć potrzeb osoby w żałobie. Ta zaś najbardziej potrzebuje akceptacji swojej straty. Long pisała: „Chciałam tylko być widziana w miejscu, w jakim się znajdowałam. A już z całą pewnością mi przeszkadzało, jeżeli musiałam ukrywać, jak się czuję” (Long 2019, 100-101). Zauważyła, że dawni przyjaciele jej unikali. Tłumaczyła sobie, że najprawdopodobniej nie

²⁸ Long nie znajdowała pociechy w religii, ponieważ była osobą niewierzącą. Przekonała ją jednak forma terapii grupowej u franciszkanów w Oslo. W Święto Zmarłych zorganizowano uroczystość, podczas której uczestnicy zapalali świeczkę za tego, kogo stracili. Long napisała: „W nas też rozpalilo się wewnętrzne światło” (Long L.W., 2019, *Powrót do życia. O żałobie i grzybach*, Ptaszyńska-Sadowska E. (przeł.), Kraków, s. 102). W jej ocenie ta ceremonia była skromna w porównaniu z obrzędami praktykowanymi w Malezji, gdzie pamięć zmarłego czci się każdego siódmego dnia przez pierwszych siedem tygodni po jego odejściu. Potem rytuał powtarza się w setny dzień i w rocznicę śmierci. Long uczciła pamięć męża w rocznicę śmierci.

wiedzieli, jak się zachować, co powiedzieć, bali się śmierci i towarzyszenia człowiekowi w żałobie.

Kiedy nie podejmowali wątku, jeśli wspomniałam Eiolfa, odbierałam to jako i zdradę, i tchórzostwo w obliczu mojego cierpienia. Na dodatek zaprzeczali w ten sposób wspólnocie, jaką tworzyliśmy. Zostaliśmy wygumkowani w ciszy (Long 2019, 101).

Czuła, że oboje zostali zepchnięci na margines: zarówno jej zmarły mąż, jak i ona – wdowa. Long do życia potrzebowała wspólnoty. Znalazła ją w gronie nowo poznanych osób – amatorów zbierania grzybów. Po śmierci męża jesienią zgłosiła się do Muzeum Historii Naturalnej przy Uniwersytecie w Oslo, gdzie Stołeczne Stowarzyszenie na rzecz Grzybów i Roślin Użytecznych organizowało kurs dla początkujących grzybiarzy. Z zainteresowaniem przyglądała się uczestnikom kursu. Pociągała ją różnorodność osób, ich pochodzenie, miejsce zamieszkania, wykształcenie, wykonywane zawody itd. Doszła do wniosku, że „bezklasowość” stowarzyszenia jest charakterystyczna także dla żałobników, gdyż doświadczenie utraty nie zna granic i podziałów społecznych, dotyka (prędzej czy później) każdego. Dopiero po pewnym czasie zweryfikowała ten pogląd, gdyż na kursie zauważyła niewidzialny podział hierarchiczny, uzależniony od wiedzy i doświadczenia, związany z prestiżem społecznym i autorytetem²⁹. Nie omieszkała podzielić się wrażeniem, że stowarzyszenie przypominało sektę „kultywującą wiedzę o grzybach” (Long 2019, 78), mimo że oficjalnym jego celem było rejestrowanie grzybów i „administrowanie norweską przyrodą” (Long 2019, 80). Pisała również o pozytywnych efektach mykoterapii:

Z każdym kolejnym poznanym grzybem, z każdym nowym miejscem, do którego docierałam, i wraz z każdym nowym pozyskanym przyjacielem następowała stopniowa integracja ze środowiskiem. Chociaż nie zdawałam sobie z tego sprawy, były to małe kroczki zbliżające mnie do końca ciemnego tunelu żałoby (Long 2019, 74).

Spacery po lesie w poszukiwaniu grzybów stały się wyzwajające. Spotkania z grzybiarzami nadały jej życiu cel i kierunek, zaowocowały nowymi znajomościami oraz przyjaźniami.

Co łączy grzyby i żałobę?

Warto się zastanowić, co łączy grzyby i żałobę. Po lekturze książki Long Litt Woon nasuwają się trzy wnioski o (nieoczywistych) podobieństwach. Pierwszy z nich dotyczy aspektu **niewidzialności**. Cykl życia grzybów przez długi czas przebiega w ukryciu. Człowiek go nie widzi. Long uzmysławia laikom, że „w sprzyjających warunkach grzyby wielkoowocnikowe

²⁹ Niektóre grzyby nazwano na cześć ich odkrywców (tamże, s. 79).

prąd od grzybni w górę i przebijają się przez ziemię z siłą zdolną unosić kamienie i rozsadzać asfalt” (Long 2019, 17). Podobnie jest z żałobą, którą ukrywa się (maskuje) przed światem. Jej paroksyzmy, fale, wiry mają potężną destrukcyjną siłę (pisała o tym Joan Didon w *Roku magicznego myślenia*, 2007).

O żałobie napisano już wiele, analizowano ją z różnych perspektyw. Nie dość mocno wypowiedziana została jednak kwestia nierówności społecznych, przyzwolenia (lub jego braku) na „obnoszenie się” z nią. „Luksus żałoby”³⁰ jest zarezerwowany dla wybranych. Nie ma społecznego przyzwolenia na mówienie o utracie bliskiego, żalu i osieroceniu. Istnieje za to obowiązek bycia silnym, niesentymentalnym, spokojnym w obliczu własnej tragedii i rozpadu świata³¹. Long Litt Woon wypowiedziała się na ten temat krytycznie:

Żyjemy w społeczeństwie, które widzi w śmierci raczej porażkę medyczną, a nie część życia. W społeczeństwie, w którym śmierć nie zajmuje wiele miejsca w przestrzeni publicznej, smutek i żałoba stają się rzeczą prywatną, uważaną za swego rodzaju luksus, na który nas nie stać. (...) Byłam stanowczo zdecydowana, by pozwolić sobie na luksus żałoby i smutku (Long 2019, 194).

Drugie podobieństwo ma związek z **obrzędem przejścia**. Long Litt Woon uczyniła użytek ze swojego wykształcenia socjoantropologicznego i z tej perspektywy analizowała środowisko grzybiarzy. Odniosła się do koncepcji obrzędów przejścia Arnolda van Gennepa (z 1909 roku), zgodnie z którą w życiu konkretnego człowieka celebrowane są przełomowe zdarzenia, gdy następuje przejście z jednego etapu do następnego. Obrzęd składa się z trzech faz: wyłączenia (z dotychczasowej grupy), liminalnej (stanu zawieszenia po utracie poprzedniej roli społecznej, przed nabyciem nowej), włączenia (z nadaniem nowego statusu i integracją społeczną) (van Gennep 2006).

Long pisała o obrzędzie przejścia w dwóch aspektach. Pierwszy dotyczył zmiany statusu cywilnego po śmierci męża: „W ewidencji ludności nie byłam teraz ani zamężna, ani niezamężna, tylko należałam do osobnej kategorii: wdowa/wdowiec” (Long 2019, 97). Drugi wiązał się z inicjacją w towarzystwie mykologicznym: *rite de passage* stanowił tam egzamin na grzyboznawcę (test polegał na umiejętności rozpoznania 150 gatunków grzybów) i uzyskanie kwalifikacji do klasyfikowania grzybów. Po jego zdaniu Long została włączona do zamkniętego kręgu wtajemniczonych (Long 2019, 94-95)³². „Wyższą orbitą mikologicznego wtajemniczenia” stała się organizacja kolacji (z grzybami w roli głównej) dla członków stowarzyszenia (Long 2019, 84). Long jako *rite de passage* zakwalifikowała pierwsze samodzielne znalezienie jakiegoś wartościowego grzyba, np. smardza stożkowego (Long 2019, 157). Przywołała też Johna Cage’a, który

³⁰ Por. Bieńczyk M., 2018, *Kontener*, Warszawa, s. 242.

³¹ Iwasiów Inga, 2013, *Umarł mi. Notatnik żałoby*, Wołowiec, s. 15-16. Por. Okupnik 2021, 71-77 (o żałobie osób znanych).

³² W środowisku mykologicznym panują określone zwyczaje, np. dotyczące hierarchii czy nieprzekazywania niewtajemniczonym miejsc grzybnych. Zob. Long L.W., 2019, *Powrót do życia. O żałobie i grzybach*, Ptaszyńska-Sadowska E. (przeł.), Kraków, s. 92.

(...) porównuje emocje towarzyszące znalezieniu dobrze ukrytego grzyba z odczuciami płynącymi ze słuchania pięknych, delikatnych dźwięków, na przykład cichej symfonii, często zgłuszanych wrzawą dnia codziennego. Świeże spojrzenie może otworzyć nowe możliwości – oraz nowe doznania tam, gdzie się ich najmniej spodziewamy (Long 2019, 144).

Rytuały przejścia następowały niezależnie od siebie i skutkowały zmianami w otoczeniu Long. Po śmierci męża opuścili ją ci przyjaciele, na których najbardziej liczyła, oczekując ich wsparcia. Drugoplanowi weszli natomiast w rolę troskliwych opiekunów. Dla starego kręgu znajomych Long była wdową przez duże „W”, natomiast dla nowo poznanych osób ze środowiska grzybiarskiego, do którego po rytuale przejścia została dopuszczona, wdową przez małe „w” (nikt z nich nie znał jej męża).

Trzecie podobieństwo odnosi się do **kulinariów**. Long Litt Woon szczerze wyznała:

Zaczęłam interesować się grzybami głównie dlatego, że lubiłam je jeść. Zawsze uważałam, że grzyby mają dobry i niepodobny do niczego innego smak, zdziwiłam się jednak, kiedy odkryłam, że często różni się on w zależności od gatunku (Long 2019, 247).

Odkrywanie smaków następowało w okresie żałoby. Long, gotując dla nowych znajomych z towarzystwa mykologicznego, nie tyle odtwarzała wspólnotę, ile ją tworzyła – jedzenie stawało się bowiem pretekstem do spotkania. Wiodącym smakiem i aromatem były zawsze grzyby w różnych postaciach, również nieoczywistych, np. deserów czy lodów (lody morelowe z kandyzowanymi kawałkami kurek, sernik z jadalnym mleczajem). W rozdziale *Od przystawki do deseru* zostały umieszczone przepisy na różne potrawy z wykorzystaniem grzybów. Jedną z nich jest „dogsup”³³ (w odróżnieniu od „catsup”), wymyślony przez Johna Cage’a, który – jak wspomniała autorka – „lubił nie tylko zbierać grzyby, ale także wykorzystywać je w kuchni” (Long 2019, 263).

Agnieszka Janiak, autorka książki *Współczesna schola mortis*, zwróciła uwagę na „karkarktyczne właściwości gotowania” (Janiak 2021, 150) i „świadomy udział zmysłów w doświadczeniu i oswojaniu straty” (Janiak 2021, 285). Long Litt Woon pisała w podobnym duchu:

Grzyby, które uczyłam się rozpoznawać, oznaczały dla mnie drobne chwile relaksu – dawały mi pokarm i odpoczynek, i tym samym prowadziły do następnego stanowiska w tej wewnętrznej podróży samopoznania. Radość z wypadów na grzyby dostarczała mi motywacji do doskonalenia się w tej dziedzinie. A to otwierało przede mną nowe perspektywy również po to, by nadać życiu nowy sens. W miarę jak zyskiwałam rozeznanie w pozornie nieogarnionym królestwie grzybów, wprowadzałam

³³ „Dogsup” z grzybów i brandy został porównany do „grzybowego sosu sojowego” (tamże, s. 205).

też więcej porządku w emocjach, które opętańczo kłębiły się we mnie. Najpierw jednak musiałam znaleźć grzyby (Long 2019, 52-53).

Long Litt Woon wspomniała o kompromisach żywieniowych, jakie wypracowała w życiu małżeńskim, polegających na usunięciu z jadłospisu składników i potraw nie lubianych przez nią lub jej męża. Po jego śmierci dokonała zaskakującego odkrycia: „(...) teraz już nie muszę się liczyć z jego upodobaniami kulinarnymi. To, że mogę jeść rzeczy, które najbardziej lubię, było rodzajem wolności, z której zdałam sobie sprawę dopiero po długim czasie” (Long 2019, 245-246). W studiach etnograficznych opisywane są zwyczaje jedzeniowe towarzyszące rytuałom przejścia³⁴. Ważna rola przypada stypie. Autorka *Powrotu do życia*, zgodnie ze zwyczajami panującymi w Malezji, urządziła przyjęcie w pierwszą rocznicę śmierci męża.

Podsumowanie

Long Litt Woon stosowała się do nauk profesora antropologii Frederika Bartha, który uważał, że podczas badania terenowego antropolog musi wyjść poza sferę komfortu, tzn. nie ograniczać się do rozmów z pierwszymi spotkanymi osobami, ale starać się nawiązać kontakt z kolejnymi nieznanymi, poszerzać bazę danych. Tę metodologię zastosowała „w pracach terenowych” osoby pogrążonej w żałobie. Również w tym przypadku szukanie nowych dróg miało pozytywny wymiar: „Ciągłe poszerzanie sfery komfortu okazało się niegłupią strategią w sytuacji poszukiwania nowego sensu” (Long 2019, 286). Ocaleniem dla niej okazały się grzyby, gdyż miały dobroczynny wpływ na jej życie.

Poszukując ich w lesie, odkrywała piękno przyrody norweskiej. Zauważyła także, że wyprawa z kimś nowym w nieznaną miejscę nadała temu doświadczeniu szczególną wartość (jakość). Dzięki grzybom wyostrzyły się również jej zmysły (osłabione w czasie żałoby), odzyskała smak (i apetyt na życie). Dlatego wyraziła przekonanie, że „grzyby są pokarmem dla ciała i duszy” (Long 2019, 85). Wyprawy na grzyby zapewniły poczucie przepływu (*flow*³⁵): „Stając się jednością z naturą, próbuję znaleźć sposób, by przeżyć i żyć. Doznać przepływu, to inaczej znaleźć sens, a gdy znajdujemy sens, ujarzmiamy i przetwarzamy w coś konstruktywnego naszą wewnętrzną nawałnicę” (Long 2019, 287-288), a same grzyby w pewnym sensie stały się znakiem obecności kogoś zmarłego. Tak interpretowała to, że w pierwszą rocznicę śmierci męża wypatrzyła w ogrodzie trzy smardze stożkowate. Przepeliło ją wtedy uczucie wdzięczności³⁶. W wypadku Long Litt Woon grzyby nie są zatem jedynie symbolem żałoby. One dały młodej wdowie powód do życia.

³⁴ Por. tamże, s. 279.

³⁵ Stan *flow* jest znany w sporcie, pojawia się, gdy zachodzi równowaga między wyzwaniem (zadaniem) a umiejętnościami potrzebnymi do ich wykonania, jest harmonia między ciałem a zadaniem. Zob. Long L.W., 2019, *Powrót do życia. O żałobie i grzybach*, Ptaszyńska-Sadowska E. (przeł.), Kraków, s. 29.

³⁶ Por. Okupnik M., 2018, *W niewoli ciała. Doświadczenie utraty zdrowia i jego reprezentacje*, Kraków, s. 93-108.

Bibliografia:

- Adamczewska-Baranowska Izabela, 2021, *Autonaturografie. Biopoetyki immersyjnego piśmiennictwa przyrodniczego (Zajązkowska, Brach-Czaina, Tsing, Macdonald)*, „Er(r)go. Teoria–Literatura–Kultura” nr 4, <https://journals.us.edu.pl/index.php/ERRGO/article/view/10277/10059> (dostęp: 13.11.2022).
- Bieńczyk Marek, 2018, *Kontener*, Warszawa.
- Cage John, 2020, *A Mycological Foray — Variations on Mushrooms*, t. 1: Cage J., *A Mycological Foray*, t. 2: Cage J., Long L., Smith A.H., *Mushroom Book*, Los Angeles.
- Cage John, 1963, *A Year from Monday: New Lectures and Writings by John Cage*, Wesleyan Middletown.
- Cage John, 1981, *For the Birds. In Conversation with Daniel Charles*, Boston.
- Cage John, 1961, *Music Lover's Field Companion* (1954), w: Cage J., *Silence: Lectures and Writings*, Middletown, s. 274-276.
- Cage John, 1961a, *Silence: Lectures and Writings*, Middletown.
- Cage John, Retallack Joan, 1996, *Musicage: Cage Muses on Words, Art, Music*, Middletown.
- Didion Joan, 2007, *Rok magicznego myślenia*, Pasierska H. (przeł.), Warszawa.
- Dobroczyński Bartłomiej, Marcinów Mira, 2018, *Niezabliźniona rana Narcyza. Dyptyk o nieświadomości i początkach polskiej psychoanalizy*, Kraków.
- Doka Kenneth, 2017, *Żałoba jest podróżą. Jak zmagać się ze stratą*, Chojnacki M. (przeł.), Kielce.
- Domańska Ewa, 2017, *Nekros. Wprowadzenie do ontologii martwego ciała*, Warszawa.
- Dworkin Craig, 2004, *Mycopedagogy*, „College English”, t. 66, nr 6, <https://doubleoperative.files.wordpress.com/2009/12/dworkin-craig-mycopedagogy.pdf> (dostęp: 14.11.2022).
- Freud Sigmund, 1996, *Objaśnianie marzeń sennych*, Reszke R. (przeł.), Warszawa.
- Gekeler Werner, 2014, *Pszczoły. Poradnik hodowcy*, Różański B. (przeł.), Warszawa.
- Gennep Arnold van, 2006, *Obrzędy przejścia*, Biały B. (przeł.), Warszawa.
- Grzywnowicz Krzysztof (red.), 2014, *Grzyby prozdrowotne. Przyrodolecznictwo z tradycją odkryte na nowo*, Warszawa.
- Heinrich Bernd, 2016, *Wieczne życie. O zwierzęcej formie śmierci*, Szczubiałka M. (przeł.), Wołowiec.
- Hofrichter Robert, 2017, *Tajemnicze życie grzybów*, Nowacki B., Kilis M. (przeł.), Warszawa.
- Iwasiów Inga, 2013, *Umarł mi. Notatnik żałoby*, Wołowiec.
- Janiak Agnieszka, 2021, *Współczesna schola mortis. Perspektywa kulturowa, komunikacyjna i pedagogiczna*, Warszawa.
- Karlsen Pål, 2018, *Biografia prawdziwka. Superbohater wśród grzybów*, Rost M. (przeł.), Kraków.
- Kempiński Andrzej, 1993, *Słownik mitologii ludów indoeuropejskich*, Poznań.
- Kutnik Jerzy, 2012, *John Cage. Przypadek paradoksalny*, Lublin.
- Long Litt Woon, 2017, *Stien tilbake til livet. Om sopp og sorg*, Oslo.
- Long Litt Woon, 2019, *Powrót do życia. O żałobie i grzybach*, Ptaszyńska-Sadowska E. (przeł.), Kraków.

- Lowenhaupt Tsing Anna, 2015, *The Mushroom at the End of the World: On the Possibility of Life in Capitalist Ruins*, Princeton.
- Luty Jerzy, 2001, *John Cage. Filozofia muzycznego przypadku*, Wrocław.
- Macdonald Helen, 2006, *Falcon*, London.
- Macdonald Helen, 2014, *H is for Hawk*, London.
- Macdonald Helen, 2016, *J jak jastrząb*, Jankowska H. (przeł.), Wołowiec.
- Macdonald Helen, 2001, *Shaler's Fish*, St Leonards on Sea.
- Macdonald Helen, 2020, *Vesper Flights*, London.
- Macfarlane Robert, 2016, *The Secrets of the Wood Wide Web*, „The New Yorker” 7.08., <https://www.newyorker.com/tech/annals-of-technology/the-secrets-of-the-wood-wide-web> (dostęp: 30.10.2022).
- Marcinów Mira, 2020, *Bezmatek*, Wołowiec.
- Marcinów Mira, 2017, *Historia polskiego szaleństwa*, t. 1: *Słońce wśród czarnego nieba. Studium melancholii*, Gdańsk.
- Marczyk Mirosław, 2003, *Grzyby w kulturze ludowej*, Wrocław.
- Okupnik Małgorzata, 2021, „*Mój ból jest lepszy niż twój*”. *O żałobie osób znanych*, w: Doda-Wyszyńska A., Okupnik M. (red.), *Kultury wpływów. Ludzie wpływu*, Poznań, s. 71-93.
- Okupnik Małgorzata, 2021a, *O (od)stawianiu się człowiekiem w żałobie*. „*J jak jastrząb*” *Helen Macdonald jako współczesna próba terianotropii*, w: Baum E., Cofta S., Grzegorzczak A., *Fenomen tego, co ludzkie*, Poznań, s. 221-237.
- Okupnik Małgorzata, 2018, *W niewoli ciała. Doświadczenie utraty zdrowia i jego reprezentacje*, Kraków.
- Oesterreicher-Mollwo Marianne (red.), 1992, *Leksykon symboli*, Prokopiuk J. (przeł.), Warszawa.
- Rush John A., 2011, *The Mushroom in Christian Art. The Identity of Jesus in the Development of Christianity*, Berkeley.
- Shulman Lisa, 2019, *Mózg w żałobie*, Skowrońska E. (przeł.), Poznań.
- Smolińska Marta, 2019, *Wprowadzenie. Ryzosfera: grzyby i bakterie w sieci sztuki i kultury*, w: Smolińska M. (red.), *Ryzosfera: grzyby i bakterie w sieci sztuki i kultury*, Poznań, s. 9-13.
- Szwajgier Krzysztof, 2014, *Ile trwa 4'33" Johna Cage'a*, „Teoria Muzyki”, nr 5, s. 109-118.
- Teodorowicz Feliks, 1928, *Dziwy świata grzybowego*, Warszawa.
- Tokarczuk Olga, 2005, *Dom dzienny, dom nocny*, Kraków.
- Tokarczuk Olga, 2020, *Prawiek i inne czasy*, Kraków.
- Unwerth Matthew von, 2005, *Freud's Requiem: Mourning, Memory, and the Invisible History of a Summer Walk*, New York.
- Wohlleben Peter, 2016, *Sekretne życie drzew*, Kochanowska E. (przeł.), Kraków.
- Wrzosek Marta, Głowacka Karolina, 2020, *W czym grzyby są lepsze od ciebie?*, Łódź.

O Autorce:

Małgorzata Okupnik – doktor habilitowana w dyscyplinie kulturoznawstwo, wykładowczyni w Akademii Muzycznej im. Ignacego Jana Paderewskiego w Poznaniu, kulturoznawczyni i literaturoznawczyni. Autorka licznych artykułów naukowych na temat autobiografizmu, badań biograficznych, pamięci, doświadczenia choroby, utraty i żałoby, związków literatury i muzyki. Ostatnio wydała monografię *W niewoli ciała. Doświadczenie utraty zdrowia i jego reprezentacje* (2018). Współredaktorka (z Małgorzatą Grzywacz) tomów *Kobiety i/a doświadczenie wojny. 1914-1945 i później* (2015) oraz *Dzieci i doświadczenie wojny. Wiek XX i XXI* (2020), a także (z Agnieszką Dodą-Wyszyńską) *Kultury wpływów. Ludzie wpływu* (2021).