

BEATA PAWLETKO

## Eleny Makarovej droga do arteterapii

### Elena Makarova's way to art therapy

**Abstract.** The aim of the article is to review Elena Makarova's art therapy practices, which, apart from commemorating the Holocaust, are the main hallmark of her creative activity. Interestingly, it was only after discovering the history of the Terezin Ghetto that Makarova became convinced that the path she followed in the USSR, her methods of work and pedagogical observations, which were implemented after a two-year stay at the Turist hospital, they have much in common with how the Austrian artist Friedl Dicker-Brandeis worked with children in Theresienstadt, as well as with the beliefs of Friedl's student, Edith Kramer, who became one of the forerunners of art therapy alongside Margaret Naumburg. Having decided to move from the USSR to Israel, Makarova uses art therapy not only in working with people with disabilities, but also victims of modern armed conflicts, including war refugees from Ukraine.

**Keywords:** Makarova, art therapy, Friedl Dicker-Brandeis, Edith Kramer

Beata Pawletko, University of Silesia, Katowice – Poland, [beata.pawletko@us.edu.pl](mailto:beata.pawletko@us.edu.pl), <https://orcid.org/0000-0002-1430-1547>

W przypadku arteterapii, podobnie jak w przypadku logoterapii Viktora Frankla, syndromu stresu pourazowego (PTSD) czy choroby głodowej refleksja naukowa idzie w parze, a częściej nawet w ślad za obserwacjami praktycznymi, psychosomatycznymi. Dwie wojny światowe, Hołodomor, blokada Leningradu, łagry i lagry to poligony doświadczalne, gdy mowa o przemianach ciała i psychiki wynikających z konfrontacji z różnymi doświadczeniami liminalnymi. Nic dziwnego zatem, że podejmowane działania terapeutyczne często noszą charakter eksperymentalny, intuicyjny, z wykorzystaniem narzędzi zdobytych jeszcze przed wojną w toku studiów m.in. nad psychoanalizą, a dopiero potem podlegają opisowi naukowemu.

Bohaterkę niniejszego tekstu, Elenę Makarovą – pisarkę, pedagożkę, kuratorkę międzynarodowych wystaw – do arteterapii przywiódły dwie ścieżki. Pierwsza ma związek z życiem spędzonym w ZSRR, który z perspektywy czasu i doświadczenia jawi się jej jako jedno wielkie więzienie – można przemieszczać się w jego

granicach, ale szalenie trudno się z niego wydostać (Makarova 2007: 9). Makarovej uda się to po raz pierwszy w 1968 roku, po raz drugi zaś dopiero dwadzieścia lat później. Na mapie jej destynacji dwukrotnie pojawi się Czechosłowacja, co łączy się z drugą ścieżką. Nazwijmy ją, pozostając w sowieckiej terminologii, zagranicznymi wpływami, inspiracjami „zza kurtyny”. Już w tym miejscu warto podkreślić, że niniejsze opracowanie jest próbą przybliżenia działań Makarovej jako arteterapeutki, choć wspominając początki swojej działalności, Makarova tak o sobie nie mówi i nie myśli:

Я была педагогом рисунка и лепки. Я не была искусствователем, такого слова не было в России. Просто человек, к которому люди приходят рисовать, и им становится лучше. Меня находят дети, с которыми я занималась, когда им было 4 года, и они меня находят сегодня. Они помнят, как они лепили слона или еще что-то. То есть, какая-то терапия в этом была (Kalinina, źródło elektroniczne).

Opisując jej niełatwą drogę do arteterapii, nie skupiam się zatem na ogólnym rozwoju tej dyscypliny w ZSRR i Rosji, nie poddaję też namysłowi recepcji arteterapii na obszarze sowieckim i postsowieckim. To wymaga osobnego, kompleksowego ujęcia. Co ciekawe, użyta przez Makarovą metafora więzienia sprawdza się zarówno w odniesieniu do jej dzieciństwa, jak i metod pracy w dorosłym już życiu. Wykryta skolioza skutkuje umieszczeniem w ośrodku Turist (szpital i sanatorium w jednym, oddalony od Moskwy o 60 kilometrów), noszeniem gorsetu korekcyjnego wywołującego ból podczas poruszania się, ale i leżenia, oswajaniem się z ograniczoną ruchomością i tęsknotą za rodzicami. Swoje wrażenia z pobytu tam Lena opisała w utworze *Через каждые шесть дней воскресенье (По шести днях зновъ niedziela, 1978)*. Ten prozatorski debiut, który w odczuciu Leny najlepiej oddawał tytuł *Турист (Turysta)* („«Турист» – так называлось это место, [...] и мы действительно были туристами: никто не оставался здесь постоянно – одни уезжали домой, другие – в дом инвалидов, трети...”, Makarova 2014: 15), powstał w maju 1968 roku. Tytuł *Через каждые шесть дней воскресенье* zaproponował z kolei ojciec Leny, poeta Grigorij Korin, nawiązując tym samym do następującego fragmentu książki córki:

Через каждые шесть дней наступало воскресенье. Начиналось воскресенье замечательно, не в семь часов, а в восемь, и мы не занимались гимнастикой, и нам давали не обыкновенные завтраки, а самое главное – приезжали родители. После завтрака мы шли к воротам, катались на них, выбегали за территорию, где было все другое – и воздух, и трава, которую мы здорово выгапывали (Makarova 2014: 15).

Lektura mikropowieści autorstwa szesnastoletniej Leny nieodmiennie wywołuje skojarzenie z innym utworem dotyczącym sytuacji ludzi z niepełnosprawnościami w ZSRR, a mianowicie *Белое на черном (Białe na czarnym, 2002)*

Rubena Gallego, który dzięki zdobytej Nagrodzie Bookera nagłośnił temat tabu, czyli wrogość i nieumiejętność wykorzystania potencjału ludzi z niepełnosprawnościami w codziennym życiu. Fakt, że Gallego tułaczkę po domach dziecka zamienia bezpośrednio na pobyt w domu starców, najlepiej świadczy o nieudolności systemu i braku systemowych rozwiązań, gdy mowa o socjalizacji osób z niepełnosprawnościami i ich integracji ze społeczeństwem. To zresztą głębszy problem, tj. brak przestrzeni do dyskusji o osobach nienormatywnych i ich potrzebach, nieudzielanie im głosu, marginalizowanie, izolowanie ich i to zarówno w ZSRR, jak i we współczesnej Rosji. Nic dziwnego, że już po publikacji powieści autobiograficznej *Białe na czarnym* Gallego często w wywiadach podkreślał, że gdyby nie zdecydował się napisać o trudnościach i ograniczeniach wynikających z niepełnosprawności: znieczulicy i walki o przetrwanie, to prędzej czy później napisałby o nich ktoś, kto nie był w tej samej sytuacji i, co z tego wynika, nie orientuje się w wyzwaniach, z którymi przychodzi się konfrontować na co dzień ludziom niepełnosprawnym. Tym bardziej warto odnotować, że choć utwór Makarovej o tych problemach traktuje z punktu widzenia osoby zdrowej, przebywającej w otoczeniu osób z niepełnosprawnościami, to i tak wypada go uznać za ważny głos wsparcia we wciąż aktualnej dyskusji, powstały, co istotne, w czasie, do którego powraca tak naprawdę w autobiografii Ruben Gallego. Porównując te dwa debiuty, nie sposób ponadto przeoczyć jeszcze jednej, nieoczywistej paraleli, tj. pojawiającej się w tle sytuacji w Czechosłowacji. O wyprawie Leny wraz z ojcem do Pragi w 1968 roku wspominałam już wcześniej. Ciekawe, że i w przypadku historii rodzinnej Rubena praska wiosna i jej konsekwencje odgrywają ważną rolę. Za rozdzieleniem Aurory – córki Ignacio Gallego, sekretarza generalnego hiszpańskiej partii komunistycznej – z synem i informacją o jego rzekomej śmierci stoi ówczesna hiszpańska partia, która wraz z innymi europejskimi ruchami komunistycznymi zdecydowanie potępiła interwencję zbrojną wojsk Układu Warszawskiego, uznając ją za niczym nieuzasadnioną agresję i zagrożenie dla pokoju i rozwoju socjalizmu w świecie (Gajda 134).

Powracając do wątków poruszanych w debiutanckim utworze Makarovej, warto podkreślić, że jego główną bohaterką jest dwunastoletnia dziewczynka Lena – *alter ego* autorki, która wprowadza odbiorcę w przedziwny świat podzielony na osoby chodzące i leżące. Obcując z tymi, którzy chodzić nie mogą, nie potrafią, dziewczynka przekonuje się, że ci, którzy mają słabe ciała, są silni duchem i na odwrót – ci, którzy powinni dominować nad słabymi cieleśnie, często upadają na duchu, przez co wydają się słabsi. Wyjątkiem od reguły pozostaje Swieta, dziewczyna z czwartego oddziału, na którym przebywają m.in. chorzy na polio. W powieści obserwujemy rodzącą się przyjaźń. Dużo starsza Swieta lubi grać w szachy i ogrywać bezceremonialnie kolejnych przeciwników, biorąc symboliczny odwet za własne, nietolerowane przede wszystkim przez samą siebie

ograniczenia, czytać i pisać wiersze. Nie akceptując siebie i swojej choroby, buntuje się przeciwko bezdusznemu traktowaniu chorych przez personel medyczny, a jednocześnie spędza sporo czasu na rozmowach z jedną z pielęgniarek, Natalią. Swieta jest gruboskórna i jednocześnie wysoce wrażliwa, sceptyczna, nieufna, wręcz wrogo nastawiona do świata i ludzi, bez planów i nadziei. Nieprzypadkowo w powieści pojawiają się dwie tragiczne postaci związane z literaturą. Z jednej strony to poetka Marina Cwietajewa (Lena przynosi starszej koleżance tomik jej poezji), z drugiej bohaterka dramatu Williama Szekspira – Ofelia. Jej monolog – w interpretacji Swiety zaprawiony szaleństwem – wybrzmiewa pewnego dnia, stanowiąc „akt oskarżenia”, manifest osób odrzuconych i niezrozumianych. W ostatni wieczór przed samobójstwem – którego możemy się jedynie domyślać, pracownicy ośrodka konsekwentnie bowiem ucinają wszelkie dyskusje i dywagacje, informując lakonicznie, że Swieta musiała nagle wyjechać i dlatego nie zdążyła się z nikim pożegnać – dziewczyna czyta swoje wiersze, co Lena odbiera jako przejaw zaufania i akceptacji, nie podejrzewając, że jest to przy okazji pożegnanie. Podobnie jak mikropowieść, wiersze są pesymistyczne, wręcz tragiczne w wymowie. Notabene, był to jeden z argumentów wydawców, do których trafił rękopis powieści Leny, po którym zapadł wyrok, czyli odmowa publikacji – za dużo tu pesymizmu i beznadziei jak na wiek autorki (to dlatego po raz pierwszy utwór opublikowany zostanie dopiero dziesięć lat później, w 1978 roku). Przeciwwagą w wydaniu z 2014 roku są listy pisane do rodziców. Czytając je, odnosimy wrażenie, że nadawczyni to pełna beztroskiej radości dziewczynka. To jednak pozory. Intencją niezbyt szczęśliwego, tęskniącego za rodzicami dziecka było przekonać rodziców, że wszystko jest w jak najlepszym porządku. Lena często chwali się w listach do rodziców ocenami (w ośrodku jest szkoła). Stara się dobrze uczyć, nie martwić dorosłych zajętych innymi sprawami. Tak się bowiem składa, że choroba córki nakłada się na poważne problemy zdrowotne mamy Inny Lisnianskiej, która w związku z tym nie odwiedza jej tak często ani nie pisze listów.

Długotrwały pobyt w ośrodku podzielonym na oddziały – dla chodzących (tak jak ona), leżących i niepełnosprawnych małych dzieci – skutkuje poszukiwaniem zajęcia nadającego sens i angażującego myśli. Po lekcjach Lena zazwyczaj udaje się na oddział czwarty, przeznaczony dla dzieci niepełnosprawnych i chorych na polio, by opowiedzieć o tym, co widać po drugiej stronie okna i bawić się w teatr. „Aktorami” w trakcie przedstawień są palce i dłonie. Oprócz spektakli Lena wypełnia czas swój i innych chorych dzieci lepieniem. Rozdaje plastelinę tym, którzy są w stanie pracować samodzielnie, inni lepią z pomocą jej rąk, a dla jeszcze innych, którzy nie są w stanie utrzymać plasteliny w swoich dłoniach, sama wykonuje różne figurki. W ten sposób powstają makiety lasu, pola, miasta z takimi elementami, jak chmury, słońce, kwiaty i drzewa, postaci ludzkie i zwierzęce. Nic

dziwnego, że jedna z koleżanek zadaje pytanie: „A co będzie, kiedy cię stąd wypiszą i opuścisz szpital?”. Instynktowną reakcją Leny jest zniszczenie własnego gorsetu i przedłużenie pobytu w ośrodku o dodatkowe półtora roku, co, jak pisze we wstępie do wydania z 2014 roku, w kontekście dalszych wydarzeń może być rozpatrywane jako początkowy przejaw strategii „самоустранения” (Makarova 2014: 10), tj. samozatracenia, totalnego pogrążenia się, zaangażowania bez reszty w jakieś działanie, wielokrotnie później przez nią stosowanej zarówno w aktywności memorialnej, jak i w praktyce arteterapeutycznej, o czym będzie jeszcze mowa.

Po wyjściu ze szpitala Lena koncentruje się na nauce. Studiuje rzeźbę w Państwowym Instytucie Sztuk Plastycznych im. Surikowa w Moskwie, co nie dziwi wobec faktu, że w wieku czternastu lat dane jej było dzięki staraniom ojca rozwijać swój talent pod opieką Ernsta Nieizwiastnego. W 1974 roku odbiera ponadto dyplom absolwentki Instytutu Literatury im. M. Gorkiego – jak przystało na dziecko wywodzące się z rodziny o korzeniach literackich. Notabene, debiut Leny stanie się przedmiotem dyskusji między rodzicami, którzy poróżnią się w kwestii wykorzystywanej przez nią inwersji – zdaniem matki, to maniera, z którą należy walczyć, według ojca zaś to wyróżnik, unikalna cecha, warto ją w sobie pielęgnować. Nie raz jeszcze przy różnych okazjach Makarova podkreślać będzie, jak ważna w jej życiu okaże się intuicja, głos wewnętrzny w połączeniu ze zdobywanym samodzielnie doświadczeniem, poszukiwaniem na własną rękę wiadomości praktycznych, których próżno szukać w podręcznikach. Jej wypowiedzi na ten temat wskazują przede wszystkim na to, jakie cechy i umiejętności łączy w sobie arteterapeuta – kiedyś wszak nie sposób było zapisać się na studia o takim profilu. Kolejne dziedziny, o których myślała, marzyła młoda Lena – medycyna, pedagogika, literatura i sztuka, znajdujące się w centrum jej zainteresowania m.in. jako pokłosie długich miesięcy spędzonych w ośrodku Turist – pojawiają się na jej drodze bardziej w wymiarze praktycznym. W teorii nie wszystkie było jej dane z różnych względów (często przypadkowych, błahych, jak choćby nieszczęśliwy zestaw pytań na egzaminach wstępnych) zgłębić, o czym z rozbijającą szczerością wspomina w książce *Движение образует форму*: „Многолетние исследования по истории, съемка документальных фильмов, изучение языков, кураторство выставок, преподавание – этому меня не учили ни в одном вузе. И учителей я нашла себе сама” (Makarova 2012: 88).

Szczególnie istotna z punktu widzenia praktyki arteterapeutycznej będzie podjęta w 1977 roku praca w szkole artystycznej w Chimkach pod Moskwą (często nazywanej kuźnią talentów). To właśnie tu Lenie udaje się po studiach kontynuować pracę z dziećmi i współtworzyć ciekawą inicjatywę przeznaczoną dla podopiecznych w wieku od trzech do siedmiu lat. Chodzi o studium wychowania estetycznego w ramach szkoły muzycznej. Inicjatorem jest pierwszy dyrektor szkoły

Boris Budnicki. Zatrudnionych zostaje pięciu pedagogów odpowiedzialnych za zajęcia z rytmiki, logiki, języka obcego, malarstwa i rzeźby. Podopieczni (w sumie 250 dzieci) zostają podzieleni na 15 grup. Za pośrednictwem męża koleżanki od logiki udaje się wykonać duże, kolorowe, plastikowe kostki, kule, piramidy, dzięki którym dzieci mogą sensorycznie zapoznawać się z różnymi formami geometrycznymi. Kreatywność nauczycieli często wynika z braku odpowiednich pomocy dydaktycznych; niezawodnym, zawsze obecnym, namacalnym materiałem są jedynie plastelina i papier, które – dzięki nieograniczonej wyobraźni dzieci i pedagogów – wykraczają poza świat materialny. Po zajęciach wychowawcy wymieniają się obserwacjami na temat każdego z uczniów. Dzięki temu eksperymentowi, podkreśla Makarova, udaje się wyeliminować u wielu dzieci tiki nerwowe, zmniejszyć jękanie, u nadpobudliwych poprawić koncentrację, a u nieśmiałych budować pewność siebie. Nic dziwnego, że chętnych na zajęcia systematycznie przybywa. Jak wspomina Makarova: „The studio was very popular; parents brought their children to us from all parts of Moscow” (Makarova 2022: 87), a to zwraca uwagę urzędników ministerialnych i władz miejskich, co w konsekwencji doprowadza do zwolnienia dyrektora i kadry pedagogicznej oraz zamknięcia studium. Kolejna inicjatywa podjęta z tą samą kreatywną koleżanką również zostaje przez urzędników ukrócona. To jednak nie zraża Makarovej przyzwyczajonej do walki z bezdusznym systemem na różnych frontach. Wsparciem służą również pojawiający się w następnych latach uczestnicy warsztatów, którzy pod wpływem zajęć z Leną sami wybierają ścieżkę pedagogiczną czy arteterapeutyczną.

Punkt zwrotny stanowi zapoznanie się z katalogiem rysunków dzieci, które znalazły się w obozie przejściowym w Terezynie oraz lektura artykułu naukowego o dziecięcym rysunku wygłoszonego tam w lipcu 1943 roku. Theresienstadt – często określane jako „potiomkinowska wieś” (Surin, źródło elektroniczne) w łańcuchu nazistowskich obozów koncentracyjnych – stanowi dzięki więźniom enklawę, ale i melancholijnie rzecz ujmując, namiastkę bujnego życia kulturalnego i naukowego toczącego się w Europie międzywojennej. Na marginesie warto dodać, że podobny status w systemie łagrów przynależą z kolei obozowi na Wyspach Sołowieckich, co dobrze zostało udokumentowane chociażby we *Wspomnieniach* (*Мысли о жизни. Воспоминания*, 2014) jednego z bardziej znanych więźniów Sołówek, Dmitrija Lichaczowa. Autorką tekstu i pomysłodawczynią lekcji rysunku w Terezynie jest Friedl Dicker-Brandeis (1898–1944) – malarka, dizajnerka, absolwentka i pedagożka szkoły Bauhaus założonej w 1919 roku w Weimarze i jedna z prekursorów arteterapii. W ten sposób dla Makarovej kończy się właściwie etap poszukiwania w ZSRR osób podobnie myślących o roli sztuki w procesie terapii. Bratnią duszę, przewodniczkę udaje się odszukać nie w otaczającej rzeczywistości, tylko w przeszłości. Kolejnym etapem jest znalezienie innych prac poświęconych terapii poprzez sztukę. I tu kolejne olśnienie. Pierwsza w katalogu

w Lenince jest książka Edith Kramer *Art as therapy with children* z 1971 roku. Po jej wypożyczeniu okazuje się, że jest ona dedykowana Friedl. Intuicja przeradza się w przekonanie. Jeszcze w pracach powstałych w ZSRR Makarova włącza imię austriackiej artystki do obiegu. A to dopiero początek.

W styczniu 1988 roku, po dwudziestu latach przerwy, udaje się wreszcie opuścić granice ZSRR, odwiedzić ponownie Pragę, skierować kroki do Muzeum Żydowskiego, by bezpośrednio zaznajomić się z pracami dzieci z Terezina, zaś w październiku 1988 roku, dzień po trzydziestych siódmym urodzinach, Makarova spotyka się z uczennicą Friedl, Edith Kramer, w Nowym Jorku, w jej pracowni. Ta wizyta stanowić będzie początek regularnej współpracy i propagowania twórczości Friedl na całym świecie. Już podczas pierwszej rozmowy potwierdzi się, że również według Kramer akcent w arteterapii naturalnie pada na pierwszy człon, czyli art, a jednocześnie praktyka arteterapeutyczna w przypadku arteterapeuty to dobrowolne, świadome usuwanie się w cień, poskramianie w sobie narcystycznego artysty (Dziadzia 99). Arteterapeuta, zdaniem Kramer, to artysta z zacięciem pedagogicznym i społecznym, trzecia ręka i trzecie oko tworzącego pod jego opieką. Przekonanie to wypływa z własnej praktyki, ale i z postawy Friedl Dicker-Brandeis. Zarówno przed wojną, jak i w Terezynie nikt nie wiedział, czym się ona zajmuje. Artystka nie pokazywała uczniom swoich prac, by nie stały się one źródłem manierycznej, mimetycznej inspiracji, nie chciała narzucać czy choćby sugerować podopiecznym własnego stylu. Chętnie za to opowiadała o Bauhasie, wykorzystywała wskazówki do pracy pochodzące z kursów i warsztatów prowadzonych i opisanych przez Johanessa Ittena. W Terezynie, ale i wcześniej, w pracy z uchodźcami z nazistowskich Niemiec i Austrii w Pradze, w których asystowała jej Kramer, była przede wszystkim pedagożką, artystką bywała, choć nikt o tym nie wiedział. Jedyne wystawa prac Friedl za jej życia odbyła się w sierpniu 1940 roku w Londynie. Niestety artystka nie mogła być na niej obecna. Mieszkała wtedy w czeskim Hronowie (1939–1942) i nie wolno jej było opuszczać tego miejsca. Zresztą wystawa londyńska poświęcona była nie tylko jej twórczości. Na taką „spersonalizowaną” przyjdzie poczekać aż do 1971 roku, a na kolejną dodatkowe siedemnaście lat. Zasłużony rozgłos przychodzi – podobnie jak w przypadku wielu artystów – ze znacznym opóźnieniem, już po śmierci.

Prowadząc przez lata (najpierw w ramach etatu, później już jako freelancerka) zajęcia grupowe i lekcje indywidualne, Makarova gromadzi cenny materiał źródłowy do kolejnych publikacji poświęconych arteterapii. Zebrana wiedza praktyczna zaczyna domagać się sumarycznego ujęcia i refleksji naukowej, co znajdzie odzwierciedlenie w książkach: *Освободите слона (Uwolnijcie słonia*, pierwsze wydanie: 1985, w 2011 pojawiło się trzecie wydanie), *В начале было детство (Na początku było dzieciństwo*, 1990), *Преодолеть страх, или искусствоведение (Przezwyciężyć strach, czyli arteterapia*, 1996), *Движение обра-*

zyet formy (*Ruch kształtuje formę*, 2012), *Как вылепить отфыркивание* (*Jak ulepić prychnięcie*, 2007).

Z czasem wśród metod pracy coraz częściej pojawiają się te pochodzące z Bauhausu. To zresztą proces równoległy – zgłębianie materiałów dotyczących szkoły weimarskiej, Friedl, jej uczniów, ale i nauczycieli w archiwum oraz przyswajanie nowych metod arteterapeutycznych. Dewiza „я тут – не главная”, o której mowa w wywiadzie z Aleksiejem Surinem (Surin 2022), otwiera ją nie tylko na dalszą pracę z dziećmi, ale i z dorosłymi, którzy dzięki arteterapii ponownie odnajdują w sobie energię i radość dziecka. Makarova stawia na indywidualne i intuicyjne podejście. Jeśli uczniowie mają coś kopiować, to tylko najlepsze wzorce. Ważne bowiem, by rozwijać ich unikalny talent, inspirować, a nie narzucać sztamowe rozwiązania. Stąd decyzja, by zajęciom arteterapeutycznym jako źródło inspiracji towarzyszyła nie literatura, gotowe scenariusze i opowieści, ale muzyka i intuicyjne podążanie za jej rytmem.

W kolejnych latach, już po przeprowadzce wraz z rodziną do Izraela, Makarova prowadzi warsztaty i seminaria w różnych krajach, a wraz z rozwojem internetu do oferty włącza i te online. Niektóre trwają jeden dzień, inne kilka dni, a jeszcze inne pomyślane są jako kilkutygodniowy bądź kilkumiesięczny cykl. Uczestnikami są nie tylko dzieci, osoby z niepełnosprawnościami, ale także rodzice, wychowawcy, pedagodzy oraz coraz częściej ofiary wojen i konfliktów zbrojnych. Na zajęciach Makarova próbuje z nimi cofnąć się do lat dziecięcych, poszukać beztroski, naiwności, radości, niezależności, wolności wyrazu i poczucia bezpieczeństwa. W Izraelu pracuje m.in. z dziećmi, które przybyły wraz z rodzicami z Etiopii, ale i z repatriantami z Rosji (mowa o Wielkiej Aliji przełomu lat 80. i 90. XX wieku).

Początkowo zajęcia odbywają się z udziałem tłumaczy i są cenną lekcją nie tylko dla uczestników, ale i nauczycielki, która w liście do matki przyznaje, że dzięki pracom lepiej poznaje mentalność i świat uczestników warsztatów (Lisnânskaâ et al 2017). Kilka lat po przeprowadzce do Izraela Makarova zaczyna prowadzić zajęcia po hebrajsku. Przyznaje, że na początku jest to bardzo trudne, wymaga długich przygotowań, bo np. dzieci w wieku szkolnym chcą się uczyć, a nie tylko bawić, trzeba zatem wykazać się kreatywnością. Z czasem jednak udaje się opracować sprawdzone metody i dzięki temu odczuwać przyjemność w trakcie warsztatów i po nich. Hebrajski przydaje się zresztą nie tylko na zajęciach, ale również w archiwum i podczas rozmów ze świadkami Holokaustu. Zajęcia arteterapeutyczne prowadzone są w muzeum Izraela, w programie jest miejsce na przeróżne eksperymenty i eksploracje:

Этим пространством служил музей Израиля с его культурными и историческими артефактами, позволяющими ставить перед детьми самые разные задачи: например, „расшифровать” тексты, выбитые на месопотамском рельефе. Такие вещи их очень сильно двигали.

Или можно было дать задание найти в огромном музее „Человека с трубкой”, хотя я прекрасно знала, что этой картины Сезанна в музее нет. Зато были фотографии барбизонцев, на которых мужчины курили трубки, и дети в своих поисках оббегали весь музей и по пути обнаруживали множество интересного (Surin 2022).

Oprócz dzieci w zajęciach uczestniczą dorośli i ludzie starsi. Są tam różne grupy i rodzaje aktywności, co zapobiega pojawieniu się rutyny. W praktyce oznacza to wielorakie wyzwania, ale i ogromny wysiłek, szczególnie emocjonalny.

Ciekawe doświadczenie to również wizyta w Rosji lat 90. i prowadzenie na zaproszenie Centrum Sacharowa seminarium w Moskwie, a później warsztatów w miejscowości Wałdaj, niemalże 400 kilometrów na północny wschód od Moskwy. Powrót do ojczyzny, do przeszłości nie należy do najłatwiejszych. Powodem są m.in. trudne warunki – chłód, insekty. Makarova dostaje jakiegoś uczulenia, jest zmuszona zmienić rytm swojego poukładanego na nowo życia. Rzeczywistość postsowiecka „лихих девяностых” z biedą, bylejąkością i niewygodami przenosi Lenę w przeszłość – do lat spędzonych w ośrodku Turist. Odżywają wspomnienia, niekoniecznie te dobre. W trudnych chwilach podczas pobytu na północy Rosji czyta wspomnienia z łagru *Ile wart jest człowiek* (Сколько стоит человек) Jefrosinii Kiersnowskiej, które od 1990 roku ukazywały się cyklicznie w tzw. tołstych żurnalach, by następnie zostać opublikowane jako oddzielne opracowanie zarówno w Rosji, jak i za granicą. Wzmianka o tym zasługuje na dodatkowe wyróżnienie. Po pierwsze, warto zwrócić uwagę na terapeutyczne działanie tych wspomnień na Makarovą, niezadowoloną z tego, gdzie się znalazła. Przenosiny z ciepłego Izraela na rosyjską Północ wiele ją kosztują. Po drugie zaś, lektura wspomnień Kiersnowskiej potwierdza, że Makarova na bieżąco zapoznaje się z ukazującymi się w Rosji lat 90. utworami zakazanych wcześniej autorów i śledzi wszystko to, co dotyczy wspomnień spisanych nie tylko w łagrach, ale i w łagrach. Przypadek Kiersnowskiej jest tu zresztą wyjątkowy nie tylko ze względu na wspomnienia byłych łagierników. Jej świadectwo można właściwie uznać za przykład auto(arte)terapii – przekazowi werbalnemu towarzyszą jednak rysunki, czyli narracje wizualne, które jako ważna część wspomnień Kiersnowskiej, pomagają autorce wyrazić to, co pamięta i co trudno ubrać w słowa. Język wizualny pomaga skuteczniej przełamać milczenie (Podlednov et al). Podczas warsztatów Makarova wymienia się doświadczeniami z innymi terapeutami pracującymi z chorymi na raka, a także dziećmi z zespołem Downa oraz ofiarami pierwszej wojny czecheńskiej.

Jak już wcześniej zostało zasygnalizowane, autorkę *Kopistów* kojarzymy głównie z Czechami. Czechy są dla niej ze względu na Friedl Dicker-Brandeis i obóz w Terezynie naturalnym punktem odniesienia i miejscem, które często odwiedza. Zna język czeski, jest zanurzona w historii, szczególnie XX-wiecznej, pozostającej w orbicie wpływów faszyzmu i komunizmu. Zupełnie inaczej spr-

wa wygląda w przypadku Polski. Tu nie odbyła się żadna wystawa poświęcona tylko i wyłącznie twórczości Friedl czy jej podopiecznym z Terezina. Dopiero w 2023 roku w Galerii Zachęta prace austriackiej artystki zostaną zaprezentowane w ramach wystawy *Drugiej wiosny nie będzie... Dzieci i sztuka w XX i XXI wieku*. Wraz z dokonaniem Janusza Korczaka, Marii Montessori i innych pionierów nowoczesnej pedagogiki i arteterapii wpisane one będą w kontekst historyczny ekspozycji zogniskowanej wokół wspierania „kreatywności dzieci poprzez interdyscyplinarność, naukę różnych umiejętności i doświadczanie rzeczywistości poprzez różne zmysły” (*Drugiej wiosny nie będzie...*, źródło elektroniczne). Rok 2023 będzie jednak przełomowy przede wszystkim ze względu na premierę książki *Kopiści* (Makarova 2023), do której materiały autorka zbiera jesienią 2021 roku, odwiedzając takie miasta, jak Łódź, Białystok, Warszawa, Kazimierz Dolny, Konstantynów Łódzki, Elbląg i in. Ukoronowaniem tytanicznej pracy dokumentacyjnej nad tym dziełem, które można wpisać w ramy gatunkowe *faction*, zawierającym przebogate i unikatowe zaplecze ilustracyjne, będzie obecność autorki na obchodach upamiętniających 80. rocznicę zagłady getta białostockiego. Ich ważną częścią będzie nie tylko premiera książki *Kopiści*, ale również towarzysząca obchodom ekspozycja prac *Kopiści*, prezentująca przedwojenne, oryginalne dzieła kopistów oraz przerażająca w swej wymowie wystawa *Tylko to, co widziałem... Celnikier o Zagładzie* poświęcona Izaakowi Celnikierowi, jedynemu ocalałemu z pracowni Oskara Steffena w getcie białostockim.

Z punktu widzenia niniejszego opracowania znaczącym wydarzeniem będzie natomiast wizyta w marcu 2022 roku w Warszawie i prowadzenie warsztatów arteterapeutycznych na Pradze z uchodźcami z Ukrainy. Wypracowane i latami udoskonalane metody i narzędzia pracy, które przydają się we współczesnych praktykach arteterapeutycznych Makarovej, znalazły zastosowanie i tu. W wywiadzie udzielonym Surinowi wspomina, że podczas pracy w Polsce wykorzystywała te same metody, które stosowała w muzeum Izraela w latach 1990–1997 na zajęciach z uchodźcami z Etiopii i repatriantami z Rosji (Surin 2022). Oprócz warsztatów, pracy indywidualnej i grupowej ważną częścią spotkania jest wizyta w muzeum (w Warszawie było to Muzeum Narodowe) oraz udział uczestników w teatrze, w przedstawieniach. Wszystko po to, by zmniejszyć stres, przekierować uwagę, rozszerzyć perspektywę – w konsekwencji obok rysunków przedstawiających sceny wojenne pojawiają się i te na inne tematy, wynikające z prób przekraczania traumatycznych wspomnień i obrazów dzięki aktom twórczym. Jako egzemplifikację na zajęcia do Warszawy Makarova zabiera rysunki dzieci z obozu w Terezinie. Warto podkreślić, że wraz z rozwojem internetu i wybuchem pandemii koronawirusa Lena prowadzi coraz więcej warsztatów online, ale w przypadku uchodźców wojennych z Ukrainy nie wyobrażała sobie takiej formuły zajęć. Tu istotna jest bowiem uważność, koncentracja, szeroki ogląd sytu-

acji, komunikaty wysyłane przez uczestników pozawerbalnie, obecność tu i teraz najbardziej intensywna jak to możliwe.

W pracy Makarovej ważne jest nie tylko wsparcie okazane ludziom w potrzebie – migrantom, ofiarom konfliktów zbrojnych i ludziom chorym, ale i przygotowanie gruntu pod samodzielne działanie przedstawicieli lokalnych społeczności, wskazanie ścieżek i możliwości kontynuacji zajęć już po warsztatach, wyznaczenie kierunku, np. stworzenie przestrzeni do swobodnego wyrażania emocji poprzez malarstwo, rysunek, rzeźbę, ale i teatr. Tak się bowiem składa, że Makarova odwiedziła Polskę na zaproszenie reżyserki Leny Holsiy, Ukrainki z Kijowa, żony Vladimira Gromova, Rosjanina. Holsiy jest znana z reżyserii spektaklu *Borderline (2022–2023)* granego w Teatrze Rampa. Jak czytamy na stronie teatru, *Borderline* to opowieść o kobiecie stojącej na granicy, „w sytuacji stabilnej niestabilności”, próbującej „odnaleźć się w męskim świecie męskiej wojny i polityki. Bycie na granicy to – w przypadku osób wyrwanych przez wojnę z własnego życia – pragnienie bliskiej relacji z nowym światem, a jednocześnie paniczny lęk przed zakorzenieniem, pochłonięciem przez nową sytuację, bo to oznaczałoby zerwanie starych więzi” (*Borderline (2022–2023)*, źródło elektroniczne). Spektakl grany w języku polskim i ukraińskim według scenariusza Marcina Bartnikowskiego zebrał pozytywne recenzje. Wpisuje się on zresztą w bardziej ogólną tendencję – pomoc artystom z Ukrainy w odnalezieniu się w swoim zawodzie w nowej przestrzeni (Kowalski, źródło elektroniczne).

W ostatnich miesiącach Makarova prowadzi warsztaty zarówno online, jak i stacjonarnie. W 2025 roku odwiedziła m.in. Serbię oraz Kanadę. Relacje z tych wizyt można śledzić w mediach społecznościowych. Po wizycie w Serbii na profilu facebookowym Makarovej 3 kwietnia 2025 roku pojawił się post ze znaczącym wyznaniem: „Оказывается, я не могу жить без очных семинаров, без этой атмосферы безусловного созидания, без вашей творческой поддержки, без вдохновения «на местах» событий” (Makarova, źródło elektroniczne). Ważną integracyjną częścią zajęć jest wspólne rysowanie na rozłożonej rolce papieru pakowego. Każdy z uczestników wykorzystuje leżący przed nim skrawek papieru, a po zakończeniu zadania autorzy podnoszą do góry i prezentują wspólne dzieło, które stanowi niezwykley kolaż. Sporo ćwiczeń to połączenie rysowania z ruchami całego ciała, często w rytm muzyki lub dźwięków wydawanych przez różne instrumenty, np. garnki. Z poddawania ciała rytmowi wychodzą spiralne i inne płynne formy graficzne przenoszone na papier. Innym popularnym ćwiczeniem jest budowanie, z wykorzystaniem plasteliny, makiety tematycznej zainspirowanej jakimś utworem literackim. W Kanadzie była to bajka autorstwa męża Leny, Siergieja Makarova, pochodząca z cyklu *Аптека Макарова (Аптека Макарова)*.

Na marginesie opowieści o praktykach arteterapeutycznych Makarovej warto w podsumowaniu zasygnalizować, że w ślad za prężnym rozwojem arteterapii

w USA (potwierdzonym założeniem w 1969 roku stowarzyszenia AATA, tj. American Art Therapy Association, zrzeszającego wykwalifikowanych arteterapeutów, ale i adeptów terapii poprzez sztukę, a także powstaniem w 1983 roku czasopiśma „Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association”) w ostatnich dwóch dekadach arteterapia zyskuje coraz większą popularność nie tylko w Polsce, ale również w innych krajach postkomunistycznych. Świadczy o tym zarówno wzrastająca systematycznie liczba opracowań naukowych i przekładów, organizowanych konferencji i sympozjów, jak i otwieranych kierunków studiów. I to zdecydowanie dobry prognostyk na przyszłość, gdyż sytuacja społeczno-polityczna w Europie wciąż pozostaje niestabilna. Pomocy i wsparcia arteterapeutów potrzebują jednak nie tylko ofiary konfliktów zbrojnych, uchodźcy czy też osoby z różnymi zaburzeniami i dysfunkcjami. Prężny rozwój arteterapii wynika również z rosnących potrzeb dynamicznie zmieniającego się świata, który musi mierzyć się z kryzysami politycznymi i ekonomicznymi, ale i z innymi wyzwaniami, takimi jak depresja i zaburzenia odżywiania, szczególnie wśród młodzieży, czy poszukiwanie na nowo sensu i smaku egzystencji wśród osób starszych, samotnych i odizolowanych. Nic dziwnego, że zapotrzebowanie na arteterapeutów obejmuje szkoły i przedszkola, placówki opiekuńczo-wychowawcze, kulturalno-oświatowe, przychodnie terapeutyczne, ośrodki resocjalizacyjne, ale również hospicja, szpitale, ośrodki sanatoryjne czy domy pogodnej starości. Rozbudzanie drzemającego potencjału i talentu artystycznego ludzi w różnym wieku przekłada się nie tylko na poprawienie jakości ich życia i zdrowia, ale i na ich sprawne funkcjonowanie w społeczeństwie, co powinno być priorytetem w każdym państwie, niezależnie od panującego w nim ustroju.

## References

- Borderline* (2022–2023). *Scena polsko-ukraińska*. Web. 21.10.2025. <https://teatr-rampa.pl/spektakl/borderline/>.
- Drugiej wiosny nie będzie... Dzieci i sztuka w XX i XXI wieku*. Web. 10.10.2025. <https://zacheta.art.pl/pl/wystawy/drugiej-wiosny-nie-bedzie-dzieci-i-sztuka-w-xx-i-xxi-wieku>.
- Dziadzia, Bogusław. „Narcyzm i sprawstwo w kulturze artystycznej”. *Humaniora. Czasopismo internetowe*, 4, 2022, s. 95–105.
- Gajda, Robert. „Europejskie partie komunistyczne wobec przemian w Czechosłowacji w 1968 roku”. *Annales Academiae Pedagogicae Cracoviensis*, 57, 2008, s. 123–137.
- Gal’ego, Ruben. *Beloe na čěrnóm*. Sankt-Peterburg, Limbus Press, 2002.
- Kowalski, Wiesław. *Wojna na wszystkich odciska swoje piętno*. 26.09.2022. Web. 13.11.2025. <https://teatrdlawszystkich.pl/wojna-na-wszystkich-odciska-swoje-pietno/>.
- Kramer, Edith. *Art as therapy with children*. New York, Schoken Books, 1971.
- Lisnânskaâ, Inna, Elena Makarova. *Imâ razluki. Perepiska*. Moskwa, Novoe literaturnoe obozrenie, 2017.

- Makarova, Elena. „Art therapy after Friedl Dicker-Brandeis”. *Friedl Dicker-Brandeis. Bauhaus Student. Avantgarde Painter. Art Teacher*. Eds. Hemma Schmutz, Brigitte Reutner-Doneus. Munich, Hirmer Verlag, 2022, s. 87–94.
- Makarova, Elena. *Co-творение мұра*. Web. 2.09.2025. <https://www.facebook.com/share/p/183tA-AGViB/?mibextid=wwXIfr>.
- Makarova, Elena. *Čerez každye šest' dnej voskresen'e*. Moskva, Doroga v mir, 2014.
- Makarova, Elena. *Dviženie obrazuet formu*. Moskva, Samokat, 2012.
- Makarova, Elena. *Kak vylepit' ofyrkivanie*. Moskva, Novoe literaturnoe obozrenie, 2007.
- Makarova, Elena. *Kopišci*. Przeł. Beata Pawletko. Białystok, Galeria im. Slendzińskich, 2023.
- Malchiodi, Cathy. *Handbook of art therapy*. New York City, The Guilford Press, 2012.
- McNiff, Shaun. *Trust the process: An artist's guide to letting go*. Boulder, Shambala Publications, 1998.
- Podlednov, Denis, Elena Kazanceva. „Hudožestvennoe tvorčestvo kak metod proživaniâ travmiruûših sobytij”. *Dialog so vremenem*, 85, 2023, s. 292–302.
- Rubin, Judith Aron, Zachary van den Berg, eds. *Approaches to art therapy: Theory and technique*. London, Routledge, 2018.
- Surin, Aleksej. „Kul'tura – edinstvennoe, čto s nami ostanetsâ”. Interv'û s pisatelem i art-terapevtom Elenoj Makarovoj. *Iudaica Russica*, 1 (8), 2022, s. 1–14.
- Surin, Aleksej. *Smert' na karandaš*. 13.10.2021. Web. 2.11.2025. <https://jewish.ru/ru/people/society/197631/>.

