

Zawsze jesteś wolny

Marek od lekarza usłyszał w 2012 r., że zostało mu pół roku życia... (Niedziela nr 37/2017)

16-09-2017

W 2012 roku u dr Marka Gędką, mieszkającego w Lublinie medioznawcy, historyka i dziennikarza zdiagnozowano rzadki agresywny nowotwór. Ze względu na rozległe wieloogniskowe przerzuty w płucach, okolicy szyi i żuchwy nie było żadnego lekarstwa poza

operacyjnym wycinaniem. Od lekarza usłyszał, że zostało mu pół roku życia. Walczy już ponad pięć lat. W ciągu dwóch lat przeszedł kilkanaście operacji ratujących i przedłużających życie, kilkanaście serii naświetlań przekraczających dawkę dopuszczalną oraz chemioterapię ogólną. Dopiero dwa lata temu wprowadzono lek blokujący rozwój nowotworu. Niestety nie jest on refundowany przez państwo polskie, a specyfik kosztuje 30 tys. złotych miesięcznie. Jednocześnie dr Gędek pracował w dalszym ciągu na Katolickim Uniwersytecie Lubelskim im. Jana Pawła II, pisał książki, opracowywał atlasy historyczne, przygotowywał mapy. Oto rozmowa z dr. Markiem Gędkiem.

- Skąd czerpiesz siłę do walki?

- Choroba powoduje gwałtowne osłabienie ciała. Można to częściowo

odbudować różnymi preparatami. Gorzej jest z siłami duchowymi. Gdybym miał szukać ich źródeł w rozumieniu ziemskim, to w pierwszym rzędzie wskazałbym na rodzinę, a następnie na moich studentów. Chory na raka sam sobie nie poradzi. Z jednej strony ważne jest wsparcie otoczenia, ale chyba jeszcze ważniejsza jest świadomość, że możesz im coś dać. Mam żonę, mam dzieci i chciałbym, żeby ona miała męża, a one ojca. Tak więc rodzina mobilizuje mnie do życia, a studenci do pracy.

- Ale zewnętrzne wsparcie chyba nie wystarczy?

- Jeśli ktoś jest wypalony życiowo, nie znajduje sensu życia w codzienności, to ani rodzina ani otoczenie nie będą w stanie go mobilizować. W moim przypadku było tak, że w chwili diagnozy miałem różne plany. Nie zrezygnowałem z nich, wręcz

przeciwnie – choroba spowodowała, że zacząłem do nich podchodzić bardziej precyzyjnie, tak, aby je realizować mimo mojego osłabienia. Realizować je do końca to znaczy *zrealizować*. Jednocześnie musiałem nauczyć się żyć z chorobą i dostosowywać moje projekty do stanu, w którym w danym momencie się znajduję. W chorobie nowotworowej są takie okresy, kiedy boli i kiedy boli mniej. Tak układałem sobie zajęcia, że kiedy bolało bardziej wykonywałem prace, które nie wymagają myślenia abstrakcyjnego, na przykład rysowanie mapy. Upraszczając można powiedzieć, że dużo łatwiej jest narysować linię, czy zaznaczyć miasto punktem, oznaczyć rzekę na niebiesko, a granicę na czarno. Kiedy boli mniej mogę pisać książkę, która wymaga wielopiętrowego myślenia abstrakcyjnego, dużego wysiłku umysłowego. Ale każda praca ma ogromne znaczenie, ponieważ wtedy

mózg zapomina o chorobie. I wtedy jest to dla głowy czas, kiedy jesteś zdrowy. To znaczy, że twoje ciało choruje, ale choroby nie ma w głowie. Bywały takie momenty, że po trzech godzinach rysowania mapy nie byłem w stanie wstać z klękosadu – organizm bowiem zastygał szukając najmniej bolesnej pozycji. Natomiast mózg robił swoje. Praca była rodzajem ucieczki w zdrowie. Moim zdaniem w chorobie takiej jak rak trzeba znaleźć sobie pracę. Otoczenie mówi inaczej: „Jesteś chory więc powinieneś odpoczywać, nie przemęczać się”. Ale jeśli pójdziesz w tym kierunku, to zaczniesz kontemplować chorobę i ona stanie się dla ciebie podstawowym tematem. Oczywiście to musi być praca na miarę możliwości. Nie mógłbym pracować na budowie – nie jestem w stanie podnieść pustaka. Ale na przykład można podcinać róże w ogrodzie. Tak może postępować człowiek, dla

którego praca jest pasją i hobby i zna jej wartość poza chorobą. A więc zawsze praca, ale dostosowana do aktualnego stanu: dla mnie czasem było to pisanie książek, czasem rysowanie map do atlasów, a czasem praca w ogrodzie, gdy na nic innego nie było siły.

- Twoi studenci na KUL przyznali ci tytuł AUTORYTET ROKU. Jak to uzasadnili?

- Napisali tak: *Akademicki Mistrz, żywa kopalnia wiedzy i gagów. Do tej pory nie wiemy, czego było więcej.* Uczyłem ich marketingu, który uchodzi za grę sztuczek, czyli gagów. Chcąc ich zachęcić do krytycznego myślenia tłumaczyłem im, że czasem to na tym polega i pokazywałem w jaki sposób stosuje się takie sztuczki. Ale tak naprawdę w tym obszarze wszystko da się policzyć, zaplanować i doprowadzić do otrzymania pożądanych wyników. Przyznaję, że

dla mnie najistotniejsze są dalsze słowa tego uzasadnienia: *Formalnie doktor, a w praktyce profesor, dla którego reklama, marketing, PR i dziesiątki innych dziedzin to bułka z masłem. Mówią, że historia jest nauczycielką życia, zatem najwyraźniej znalazła sobie partnera, bo przez pięć lat każdego dnia przekonywaliśmy się, że on również jest nauczycielem życia.* Przychodzili do mnie z różnymi swoimi problemami, także osobistymi. Były to nieraz bardzo trudne rozmowy, związane z poważnymi problemami życiowymi. Nieraz to odchorowywałem, ale z drugiej strony jakimś wielkim wyróżnieniem było to, że traktują mnie prawie jak swojego. Obdarzają mnie wielkim zaufaniem. Mam nadzieję, że sprostałem ich wymaganiom.

- Z pewnością przekonujące było dla nich Twoje doświadczenie jako profesjonalisty, a zarazem

człowieka zmagającego się z ciężką chorobą. Ale spotykasz się też z innymi ludźmi – chorymi, którzy doznają podobnych cierpień...

- Tych kontaktów jest dość dużo.

Czasem nawiązują je ludzie, którzy przeczytają w internecie, że jest taki ktoś, kto miał żyć pół roku, a już żyje pięć lat. Czasem kontakt jest przekazywany przez lekarzy.

Rozmawiałem z chorymi w różnych stanach. Kiedyś zadzwoniła do mnie pewna pani z podobnym schorzeniem. Mój rak bardzo stygmatyzuje. Lubi się bowiem umiejscawiać na twarzy, nosie, uchu, szyi. Jest widoczny i widoczna jest też jego brzydota. Często nikt nie chce kontaktować się z takim człowiekiem, a on staje się samotny. Ta pani tak właśnie się czuła. Staralem się ją pocieszyć. Na koniec powiedziała mi, że rodzina się od niej odsunęła, nikt do niej nawet nie dzwoni. Powiedziałem jej, że do mnie

może zawsze zadzwonić. A ona się rozpląkała. „Od nikogo jeszcze czegoś takiego nie usłyszałam” – powiedziała. Była to dla mnie bardzo ciężka rozmowa, ponieważ ona podjęła decyzję, że nie będzie się leczyć. Sam proces leczenia i poddawania się jemu jest wyzwaniem i jest wymagający. Na przykład trzeba przestrzegać czasu brania leków, unikać określonych pokarmów itd. Moja rozmówczyni powiedziała mi, że nie chce bólu, cierpienia, chce tylko umrzeć. „Niech mnie pan nie przekonuje” - dodała. Miałem okropne poczucie bezradności. Udało się też paru osobom pomóc. Był pewien starszy pan, który nie bardzo chciał się leczyć. Stwierdził, że to bez sensu, że to już wyrok. On w czterostopniowej skali miał 1,5-2 stopnia złośliwości, ja miałem 3,5. Jak mu to powiedziałem i potem racjonalnie wytłumaczyłem, co to oznacza zmienił zdanie i

powiedział, że spróbuje. Było więcej takich sytuacji.

- Człowiek chory na tak ciężką chorobę traci wolność, wydaje się, że już nic nie może zrobić, że nie ma wyboru....

- Wolność to istnienie możliwości wyboru. A wybierać trzeba zawsze. Chorym wydaje się, że to lekarz podejmie za nich decyzję i to jest błąd. Lekarz może przedstawić możliwości i warianty leczenia, może powiedzieć, że należy zastosować takie lub inne lekarstwo, ale decyzję podejmuje sam chory. Wygodnie jest zwać decyzję na lekarza, lecz nie należy tego robić. Oznacza to podejmowanie tzw. nie-decyzji. To my stanowimy o tym, co mamy robić. W moim przypadku wiele razy musiałem podejmować decyzję. Mogę wziąć silne środki przeciwbólowe, ale wtedy nie będę w stanie poprowadzić wykładu lub

przeegzaminować studentów w czasie sesji. Więc muszę zadecydować co zrobić, żeby wykonać moją pracę. Wiem, że przy niedużym bólu mogę coś zrobić, przy wielkim nic i z czasem, jeśli się chce walczyć to ta sprawność podejmowania decyzji się doskonali. Natomiast ucieczka w nie-decyzje jest drogą donikąd. Ostatnio czytałem badania, w których udowodniono, że podejmowanie decyzji ma wpływ na nasze ciało, na jego walkę z chorobą. Jeśli mózg zaangażowany jest w proces decyzyjny, to zarazem wysyła sygnały do naszego ciała i mobilizuje je do walki. Także proces psychiczny ma wpływ na proces somatyczny. Decyzje w mózgu są skorelowane z fizycznymi czynnościami organizmu. Natomiast, gdy przestajemy podejmować codzienne decyzje, to najogólniej mówiąc jednocześnie mózg nakazuje zaniechanie produkcji ciał broniących przed

chorobą. A zatem lekarstwem nie jest nieróbstwo, lecz zajęcie się czymś.

- Człowiek cierpiący potrafi być też trudny dla swojego otoczenia – czy to zauważasz?

- Jest zawsze trudny. Mojej żonie i dzieciom należą się nie tylko wielka miłość i wdzięczność, ale wręcz pomnik za cierpliwość i wyrozumiałość. Bo nawet jeśli się nie chce być uciążliwym to i tak w praktyce bywa odwrotnie. Na przykład w sprawie jedzenia. Ja muszę jeść, ale z powodu chemioterapii często jest mi niedobrze i nie chcę. Wiem, że powinienem, ale czasem bywam opryskliwy, gdy żona naciska żebym jadł. Bywa, że nawet jak się starasz, to czasem się to wymknie spod kontroli. Wtedy mam poczucie klęski, że nie udało mi się tego powiedzieć inaczej. Dzieje się tak, ponieważ cierpienie zaciemnia

widzenie. Możesz jednym słowem zamknąć temat, ale robisz to raniąc. Kiedy to do ciebie dociera, to sam cierpisz ponieważ nie potrafiłeś okazać delikatności. To samo jest zresztą z przyjaciółmi i znajomymi. I jeszcze jedno. Wiem, że brzmi to absurdalnie, ale za wszelką cenę trzeba dążyć do tego, aby być człowiekiem radosnym, jakkolwiek ciężkim i niemożliwym zadaniem się to wydaje.

-Jaką rolę w chorobie odgrywa wiara?

- Każdy w coś wierzy. Jedni, że Bóg istnieje, inni, że nie istnieje. Nigdy tego nie definiowałem, ale abstrahując od całej teologii wydaje mi się, że wiara pomaga, ponieważ zwłaszcza w chrześcijaństwie pokazuje człowieka absolutnie umęczonego. Jak porównasz cierpienie twoje z cierpieniem Chrystusa to zaczynasz trochę

rozumieć, czym to jest. Rozumiesz swoje miejsce w szeregu. Nawet niewierzący zaczyna inaczej myśleć, gdy widzi Jego cierpienie. Poznałem takiego człowieka w szpitalu. Był ateistą, miał przeszłość komunistyczną. Gdy mu powiedziałem o cierpiącym Jezusie, to zobaczył pewną wspólnotę swojego losu i Jego losu. Nie chciał nauczyć się żadnych modlitw poza Zdrowaś Mario, ale tę odmawiał. Nie rozumiał chyba tego, że modli się do Boga, ale modlił się do Jezusa cierpiącego. Przez przypadek, z powodu choroby, modlił się i przez przypadek z powodu choroby „stawał się” Chrystusem cierpiącym. Jednak choroba, choćby najcięższa nie może stać się Bogiem. Nie powinna zająć Jego miejsca.

- Czy dla ciebie choroba jest próbą wiary czy wiara jest pomocą w chorobie?

Jako człowiek wierzący mam się do kogo odwołać, ale staram się tego nie nadużywać. Zdrowa wiara nie może być ucieczką przed wolnością, ucieczką przed chorobą, ucieczką przed czymkolwiek. Wiara jest też pomocą w tym, by zminimalizować nieuchronne pytanie: „Dlaczego ja?” W tym pytaniu zawiera się pretensja do Pana Boga, a za tą pretensją idzie bunt wobec Niego i wobec świata. Z tej pretensji rodzi się przekonanie, że Bóg mnie zostawił, gdy tak naprawdę to my sami odchodzimy od Niego. Efekt buntu jest jeden: człowiek zrzuca wszystko ze stołu, zniszczy sam stół i w rezultacie zostaje bez niczego. To jest rodzaj bolszewizmu religijnego. Wtedy widzi, że już nie ma nic i boleśnie odczuwa swoją samotność. Tajemnicą jest akceptacja. Jeśli pogodzisz się ze swoją chorobą czy nawet „zaprzyjaźnisz się”, to wiesz, że musisz zastosować określone środki. To nie tylko lekarstwa, ale też praca,

służba i modlitwa. Unikasz wtedy pustoszenia swojego wnętrza. Jeśli zaakceptujesz chorobę to nie tracisz świata wartości, możesz jeszcze go budować, pomagać innym. Inaczej zostajesz z pustką i w pustce. Ale istnieje też inna strona wiary związana z zaufaniem. Św. Josemaria Escriva powiedział kiedyś, że to co nas martwi, nasze problemy, nasze choroby mieszczą się w uśmiechu ukazanym z miłości Boga. W chorobie nasze komunie i rozmowy z Bogiem są najczęściej oziębłe. Rozpraszamy się każdą drobnostką, bólem, strachem, a nie powinniśmy. To wygląda tak jakby nasza miłość do Boga słabła, jakby wiara powoli gasła. Powinniśmy jednak pamiętać, że jeśli potrafimy żyć w obecności Boga wiele niewykonalnych i „nieuleczalnych” spraw da się wykonać i wyleczyć. Nie zawsze mam siłę modlić się sam z siebie. W mojej chorobie ogromne znaczenie ma wsparcie innych, którzy

mobilizują do działania i modlitwy. Wielką rolę odgrywa kierownictwo duchowe, stymuluje by podchodzić do szczegółów życia jak podczas braku choroby – ze swoistą nadprzyrodzonością. Kapłani zapewniają mi nie tylko wsparcie i mobilizację w walce wewnętrznej, która czasem słabnie, ale przede wszystkim systematyczność w sakramentach.

- Jesteś wiernym Opus Dei. Czy modlisz się o zdrowie do Założyciela lub kogoś z Opus Dei, który ma otwarty proces beatyfikacyjny?

- Modlitwa nie powinna być ucieczką przed światem i przed jego problemami. Powinna pomagać w zrozumieniu i rozwiązywaniu problemów tego świata. Wielu chorych modli się o cud. Ja o cud starałem się nie modlić. Owszem modliłem się o właściwe

podejmowanie decyzji tak, aby
poprawić stan zdrowia i
zminimalizować chorobę.
Rozumiem, że muszę do końca
swoich dni z nią żyć, jak z
przyjacielem. Wiem też, że moi
znajomi i przyjaciele modlą się o cud.
Czy ja się modłę? Owszem modłę się
do świętych z Opus Dei np. Josemarii
Escrivy, Alvaro del Portillo czy
służebnicy bożej Montse Grases.

Rozmawiał Paweł Zuchniewicz

pdf | dokument generowany
automatycznie z [https://
dev.opusdei.org/pl-pl/article/zawsze-
jestes-wolny/](https://dev.opusdei.org/pl-pl/article/zawsze-jestes-wolny/) (12-08-2025)