

Historia Bogumiła

Bogumił dorastał i kształtował się w realiach Polski, gdzie społeczne i kulturowe oczekiwania wobec mężczyzn często nakładają na nich ciężar milczenia i twardości. Statystyki pokazują ponury obraz: polscy mężczyźni żyją średnio o **7-8 lat krócej** niż kobiety, stanowią **75% ofiar samobójstw** i niemal **70% osób bezdomnych** ¹. W dyskursie publicznym brakuje spójnej narracji tłumaczącej te fakty w sposób nieoskarżający kobiet ani nieusprawiedlwiący tych różnic jako „naturalnych” ¹. Opowieść Bogumiła wpisuje się w ten szerszy kontekst kryzysu męskości – kryzysu niewidocznego, często pomijanego, a jednocześnie dotkliwie realnego. Poniżej przedstawiono kolejne etapy jego życia, od dzieciństwa przez dorosłość i ojcostwo, po momenty krytyczne, które zrodziły w nim nową misję. Historia ta – oparta na faktach, dokumentach i osobistych relacjach – ukazuje **drogę ojca przez system**, który okazał się dla niego nierównym polem walki.

Dzieciństwo: Ciężar bycia „grzecznym chłopcem”

Bogumił przyszedł na świat w latach osiemdziesiątych, dorastając jako „grzeczny chłopiec” – ten, od którego oczekuje się, że będzie **silny, odpowiedzialny i powściągliwy emocjonalnie** ². Od najmłodszych lat słyszał, że okazywanie uczuć to oznaka słabości; płacz byłpiętnowany, a od chłopca wymagano twardości. Kiedy jako dziecko został wyśmiany przez rówieśników (a być może i dorosłych) za łzy, coś w nim pękło ². Wtedy zrodził się bunt – **ciche postanowienie**, że już nigdy nie pozwoli sobie okazać bezsilności. W jego wspomnieniach pojawia się obraz małego chłopca wrażliwego na zranienia, który postanawia za wszelką cenę udowodnić swoją **niezłomność**.

Paradoksalnie, takie doświadczenia nie były wyjątkowe. Wielu polskich mężczyzn wychowywało się w przekonaniu, że „chłopaki nie płaczą”, co miało ich hartować, a w rzeczywistości często prowadziło do **tłumienia emocji i osamotnienia**. Badania sugerują, że społeczne oczekiwanie męskiej stoickości może przyczyniać się do poważnych konsekwencji psychologicznych – mężczyźni rzadziej szukają pomocy, co w skrajnych sytuacjach przekłada się na wyższe wskaźniki samobójstw ¹. Bogumił od najmłodszych lat niósł więc brzemię tej normy: na zewnątrz miał być okazem siły, choć w środku krył się chłopiec spragniony akceptacji.

W rodzinie i otoczeniu Bogumiła panowało przekonanie, że **dziecko ma być powodem do dumy**, zwłaszcza syn – przyszły mężczyzna. Bogumił wspomina, że czuł silną presję, by sprostać tym oczekiwaniom. Był pilny w szkole i posłuszny, starając się zasłużyć na pochwały. Każdy sukces przynosił mu jednak tylko chwilową ulgę – gdzieś w głębi wciąż tkwił lęk przed porażką i odrzuceniem. Już jako nastolatek nosił w sobie **wewnętrzny głód miłości i uznania**, przekonany, że na uczucia trzeba sobie zapracować wynikami ³.

Młodość Bogumiła to także zetknięcie z przemocą, która odcisnęła na nim trwały ślad. W wieku kilkunastu lat padł ofiarą brutalnego pobicia podczas tzw. „ustawki” – zaaranżowanej bójki grupowej, prawdopodobnie na tle kibicowskim lub śródowiskowym ⁴. Trafił na kilka tygodni do szpitala z poważnymi obrażeniami. Doświadczenie to nauczyło go, że świat może być niebezpieczny, a słabość – bezlitośnie wykorzystywana. Tamten **traumatyczny epizod** – pobicie i długa hospitalizacja – pozostawił w nim zarówno fizyczne blizny, jak i psychiczne rany. Można przypuszczać, że *post-traumatic stress disorder* (PTSD) stało spustoszenie w jego psychice, choć wówczas nikt tego tak nie nazywał. Jednocześnie Bogumił jeszcze mocniej utwierdził się w przekonaniu, że musi zawsze być gotów do

obrony i nie okazywać lęku. Agresja i emocjonalny chłód stały się jego **mechanizmami obronnymi** – „wentylami bezpieczeństwa” maskującymi zranione dziecko wewnątrz ⁵.

Dorosłość i związek: Sukcesy, rodzina i rola żywiciela

Pomimo blizn z przeszłości, Bogumił wkroczył w dorosłość z ogromną ambicją. Zewnętrznie wszystko układało się znakomicie – **odniósł sukcesy zawodowe**, współtworzył znane marki i przedsiębiorstwa, zarządzał ludźmi i zyskał pewną rozpoznawalność w świecie biznesu ³. Był postrzegany jako człowiek czynu: kreatywny przedsiębiorca o niespożytej energii. W pewnym momencie współpracował dynamicznie rozwijającą się sieć gastronomiczną (jedną z marek typu fast-casual), która stała się rozpoznawalna na rynku. Koledzy z branży widzieli w nim wzór młodego lidera – kogoś, kto sam zapracował na swój sukces.

W życiu prywatnym Bogumił również spełniał powszechny ideał: ożenił się i założył rodzinę. Ze swoją partnerką stworzył związek oparty – jak się początkowo wydawało – na silnym uczuciu i wspólnych planach. Wkrótce na świat przyszły ich dzieci: córka Pola i syn Tadeusz (pieszczotliwie nazywany Tadziem) ⁶. Narodziny dzieci były dla Bogumiła momentem głębokiej przemiany. „*Pojawienie się Poli i Tadzia nadalo memu życiu sens i zakotwiczenie*” – mówił po latach. Ojcostwo obudziło w nim pokłady czułości i determinacji, by być lepszym człowiekiem. **Miłość do dzieci stała się dla niego siłą napędową** – motywacją, by pracować jeszcze częściej i zapewnić rodzinie wszystko, co najlepsze ⁶.

Zgodnie z tradycyjnym wzorcem, Bogumił w naturalny sposób przyjął na siebie rolę **głównego żywiciela rodziny**. Długie godziny spędzał na rozwijaniu biznesu, dbał o finansowe bezpieczeństwo bliskich. Polska, choć od lat 90. przeszła transformację obyczajową, wciąż silnie osadzona jest w modelu, gdzie od mężczyzn oczekuje się zapewnienia bytu materialnego rodzinie. Mimo rosncej aktywności zawodowej kobiet, **kulturowe normy** nad Wisłą nadal premują mężczyznę-samowystarczalnego żywiciela. Bogumił czuł dumę mogąc sprostać tym oczekiwaniom – każdy sukces zawodowy był w jego oczach dowodem, że zasługuje na miano dobrego męża i ojca.

Jednak intensywne zaangażowanie w pracę miało swoją cenę. Z czasem życie Bogumiła zamieniło się w balansowanie między **rosącymi obowiązkami zawodowymi a rodzinnymi**. Był ambitny i starał się wszystkich zadowolić: w dzień praca i zmagania biznesowe, wieczorami obecność dla dzieci, w weekendy nadrabianie zaległości lub chwila na oddech. Jak wielu mężczyzn na kierowniczych stanowiskach, zaczynał odczuwać wypalenie, choć nie dopuszczał tego do świadomości. **Pracoholizm, potrzeba kontroli i perfekcjonizm** – te cechy, które wyniosły go na szczyt – w rzeczywistości były kontynuacją dawnego mechanizmu: Bogumił w głębi duszy wciąż próbował *zasłużyć na miłość*, udowodnić, że jest „wystarczająco dobry” poprzez kolejne osiągnięcia ³.

W oczach otoczenia wiódł wręcz modelowe życie „człowieka sukcesu”. Nikt nie podejrzawał, że pod powierzchnią narastają pęknięcia. Żona Bogumiła również realizowała się zawodowo, ale to on zarabiał więcej – co w patriarchalnej kulturze było przyjmowane jako normalne, a nawet pożądane. Relacja partnerska stopniowo jednak traciła dawną bliskość. Ciężar obowiązków i presja sukcesu zaczęły przekładać się na **konflikty w związku**. Być może Bogumił – przyzwyczajony do sprawowania kontroli – z trudem dzielił się domowymi obowiązkami lub nie potrafił okazywać emocjonalnego wsparcia, którego oczekiwana partnerka. Z drugiej strony, on sam prawdopodobnie czuł się **niezrozumiany i samotny** ze swoim stresem, nie umiejąc prosić o pomoc ani okazać słabości.

Niewidoczne na co dzień problemy psychiczne zaczęły dawać o sobie znać. Bogumił przez lata zmagał się z wewnętrznym niepokojem i epizodami przgnębienia, jednak tłumił to w imię obowiązków. W młodym wieku (ok. 26 lat) trafił na pewien czas do zamkniętego ośrodka terapii uzależnień ⁷. W

chwilach kryzysu uciekał bowiem w alkohol i substancje psychoaktywne jako formę **samoleczenia bólu**⁵. Choć udało mu się pokonać najgorszy nałóg i wrócić do normalnego funkcjonowania, sygnały ostrzegawcze były wyraźne: **depresja drzemała tuż pod powierzchnią**. Mimo to Bogumił przez następne lata nie zwalniał tempa – wierzył, że ciężką pracą i dyscypliną pokona wszystkie demony. Dopiero po dwudziestu latach różnych terapii, które nie przynosiły trwałej ulgi, zdiagnozowano u niego ADHD – co początkowo dało nadzieję na znalezienie przyczyny jego wewnętrznego chaosu⁸. Szybko jednak zrozumiał, że sama etykieta nie rozwiąże problemu. Źródło jego cierpienia leżało znacznie głębiej – w pokładach nieprzepracowanego traumy z dzieciństwa, poczucia bycia niewystarczającym i chronicznego stresu.

Kryzys i upadek: Utrata firmy, zdrowia i rodziny

Kolejne lata przyniosły Bogumiłowi pasmo trudnych doświadczeń, które nawarstwiały się niczym efekt domina. Kulminacją stał się okres kryzysu około roku 2020, gdy życie osobiste i zawodowe Bogumiła równocześnie zaczęły się rozpadać. Jego flagowy projekt biznesowy – sieć restauracji, którą współtworzył od podstaw – wpadł w poważne tarapaty finansowe. Pomimo rozpaczliwych wysiłków ratunkowych, przedsiębiorstwo stanęło na krawędzi bankructwa. Ostatecznie **firma upadła**, pociągając za sobą straty finansowe oraz falę zwolnień pracowników⁹. Dla Bogumiła, który zainwestował w ten biznes nie tylko pieniądze, ale i serce, był to potężny cios. Upadłość firmy oznaczała nie tylko zawiedzione ambicje – to był również **uszczerbek na poczuciu własnej wartości**. Mężczyzna, który całe życie definiował się przez sukces, musiał stanąć twarzą w twarz z porażką.

Zawodowy krach zbiegł się w czasie z **kryzysem małżeńskim**. Konflikty z żoną, dotąd tłumione lub zamiatane pod dywan, zaostrzyły się. Niewykluczone, że trudności finansowe dodatkowo obciążły ich relację – jak często bywa, stres ekonomiczny przełożył się na napięcia w domu. Bogumił, pochłonięty ratowaniem firmy, mógł nie zauważać, kiedy oddalił się emocjonalnie od partnerki. Ona zaś prawdopodobnie miała dość życia w cieniu jego ciągłej nieobecności (fizycznej lub emocjonalnej). Z biegiem miesięcy dawni kochankowie stali się sobie obcy. Doszło do zradzonego zaufania i wzajemnych żałów, których nie potrafili już cofnąć. **Rozstanie stawało się nieuniknione**.

Na domiar złego, w tym samym okresie zdrowie Bogumiła dramatycznie się pogorszyło. Zdiagnozowano u niego **zesztywniące zapalenie stawów kręgosłupa (ZZSK)** – przewlekłą, bolesną chorobę autoimmunologiczną, która atakuje kręgosłup i stawy⁶. Diagnoza ta była dla niego kolejnym wstrząsem. Choroba oznaczała konieczność przewartościowania swojego trybu życia – wymuszała **zwolnienie tempa i troskę o siebie**, co dla kogoś przywykłego do ciągłego działania stanowiło olbrzymie wyzwanie. ZZSK przyniosło codzienne bóle fizyczne, ale też uświadomiło Bogumiłowi kruchość organizmu, którego dotąd niemal nie zauważał w pogoni za celami. To był moment, gdy musiał przyznać, że nie jest niezniszczalny.

W krótkim odstępie czasu Bogumił stracił więc **pracę, zdrowie i wsparcie bliskich**. Upadłość firmy pociągnęła za sobą również utratę zaufania części przyjaciół i współpracowników – niektórzy odwrócili się od niego w obliczu porażki⁹. Rozpad małżeństwa stał się faktem: zapadła decyzja o rozwodzie¹⁰. Rozłoga z żoną pociągała za sobą widmo utraty codziennego kontaktu z dziećmi, co dla kochającego ojca było najboleśniejsze. Bogumił znalazł się na życiowym zakręcie – osamotniony, zrzucony finansowo, pogräżony w chorobie i depresji.

Nic dziwnego, że **znalazł się na krawędzi załamania**. Sam wspomina, że w tym okresie doświadczył najciemniejszych myśli, w tym myśli samobójczych¹¹. Czuł, że wszystko, co budował latami, rozsypało się, a on sam zawiódł jako przedsiębiorca, mąż i – co najgorsze – jako ojciec. W jego przypadku potwierdziło się niestety zjawisko obserwowane przez psychologów: mężczyźni dotknięci serią strat

(pracą, rodziną, statusem) znajdują się w grupie szczególnego ryzyka jeśli chodzi o depresję i samobójstwo. Statystycznie, bezrobotni rozwiedzeni mężczyźni należą do tych o najwyższym odsetku prób samobójczych. Społeczne wsparcie dla nich jest ograniczone; dominujący stereotyp każe im „wziąć się w garść”, podczas gdy wewnętrznie przeżywają ogromny ból. Bogumił boleśnie odczuł ten brak zrozumienia – gdy najbardziej potrzebował pomocy, otoczenie zdawało się nie dostrzegać skali jego cierpienia.

W tym najgorszym momencie życie Bogumiła zawiązało na włosku. **Samotność i poczucie klęski** sprawiły, że niemal poddał się rozpaczy. Jednak właśnie wtedy wydarzyło się coś, co zaczęło stopniowo odmieniać jego perspektywę – paradoksalnie, ratunek przyszedł z niecodziennego źródła.

Walka o dzieci: Ojciec kontra system

Rozpad małżeństwa Bogumiła oznaczał początek nowego, wyniszczającego etapu: batalii o dzieci. Po rozwodzie Pola i Tadzio zostali przy matce, co w Polsce jest **niemal regułą** – szacunki wskazują, że w około **90% przypadków** to matka otrzymuje status głównego opiekuna dziecka¹². Choć prawo rodzinne formalnie kieruje się zasadą dobra dziecka i równości rodziców, w praktyce **stereotyp „matki jako lepszego opiekuna”** nadal silnie wpływa na decyzje sądów. Bogumił – podobnie jak wielu innych ojców – stanął przed trudnym zadaniem wywalczania sobie realnej obecności w życiu dzieci.

Już na starcie odczuł działanie **instytucjonalnych biasów**. Jak raportują organizacje praw ojca, ojcowie często spotykają się z podejrzliwością ze strony wymiaru sprawiedliwości – sądom rodzinnym zarzuca się feminizację i uleganie tradycyjnym założeniom o wyższości macierzyństwa¹³. W przypadku Bogumiła również dało się to odczuć. „*Po rozstaniu doświadczyłem tego, o czym mówią setki ojców: poczucia utraty głosu, podejrzliwości i społecznej stigmatyzacji*” – wspominał¹⁰. Mimo że zawsze był zaangażowanym ojcem kochającym swoje dzieci, po rozwodzie traktowano go z pogardliwym dystansem, jakby automatycznie to on musiał być winny rozpadu rodziny. „*Byłem traktowany jak ktoś gorszy, choć nie przestałem być tym samym ojcem*” – opowiadał znajomym. Te słowa oddają głęboką frustrację i zranienie: **dla systemu Bogumił przestał być pełnoprawnym rodzicem, stając się petentem proszącym o dostęp do własnych dzieci**.

Zaraz po rozwodzie sąd ustalił harmonogram kontaktów Bogumiła z dziećmi – standardowo ograniczony, np. do co drugiego weekendu i pewnych dni świątecznych. Bogumił liczył, że chociaż tyle uda się utrzymać bez konfliktów. Jednak rzeczywistość okazała się inna. Jego była żona, kierując się być może własnymi urazami czy przekonaniem o słuszności wyłącznej opieki, zaczęła **utrudniać mu realizację nawet tych ograniczonych kontaktów**. Zdarzało się, że kiedy przyjeżdżała po dzieci, nikt nie otwierał mu drzwi. Innym razem dowiadywał się w ostatniej chwili, że dzieci są chore albo mają inne plany, przez co spotkanie musiało zostać odwołane. Bogumił podejrzewał, że był to element szerszego zjawiska nazywanego często *alienacją rodzicielską* – sytuacji, gdy jeden rodzic celowo oddala dziecko od drugiego, nierzadko przedstawiając go w złym świetle. Dzieci zaczęły zachowywać się inaczej niż wcześniej: Pola, dotąd wpatrzona w tatę, stawała się chłodna i nieobecna; mały Tadzio bywał zdezorientowany, czasem powtarzał frazy sugerujące, że „*tata jest zły*”. Bogumił ze zgrozą obserwował, jak traci więź z własnymi dziećmi i był wobec tego niemal bezradny.

Walka o utrzymanie relacji z Polą i Tadziem zaprowadziła go z powrotem na sale sądowe – tym razem w charakterze wnioskodawcy składającego kolejne **pozwy o egzekucję kontaktów**. Polski system prawny przewiduje wprawdzie procedury dyscyplinujące rodzica utrudniającego kontakty (art. 598¹⁵–²² Kodeksu postępowania cywilnego), ale w praktyce ich skuteczność jest ograniczona. Procedura jest dwuetapowa: najpierw sąd „zagraża” opiekunowi karą finansową za każdy niewykonany kontakt, a jeśli to nie poskutkuje – nakłada tę karę w określonej kwocie¹⁴¹⁵. Bogumił uzyskał takie postanowienie

grożące matce dzieci grzywną za notoryczne odmawianie wydania mu dzieci w ustalone dni. Niestety, na groźbie się skończyło – w odpowiedzi jego była żona zaczęła argumentować, że to *dzieci nie chcą się z nim widywać*, a ona „nic nie może na to poradzić”. Sytuację skomplikował dodatkowo przełomowy wyrok Trybunału Konstytucyjnego z czerwca 2022 r. (sprawa SK 3/20), w którym uznano za niekonstytucyjne automatyczne karanie rodzica za brak kontaktu, jeśli wynika on z samodzielnej odmowy dziecka¹⁶ ¹⁷. TK podkreślił konieczność uwzględnienia woli i dojrzałości dziecka, co w praktyce **znacznie utrudniło egzekwowanie kontaktów** – odtąd każdy przypadek wymagał badania, czy dziecko faktycznie samo odmawia kontaktu, co zwykle wiąże się z długotrwałymi opiniami biegłych psychologów¹⁸ ¹⁹. Bogumił zrozumiał, że ścieżka prawna jest wyboista: jego sprawy ciągnęły się miesiącami, a wyegzekwowanie kilku godzin z dziećmi stawało się absurdalnie trudne.

Kontrast z podejściem instytucji do kwestii alimentów uderzał go na każdym kroku. **Polskie prawo bardzo surowo traktuje niepłatenie alimentów**, przewidując za uporczywe uchylianie się od tego obowiązku karę do 2 lat więzienia (art. 209 Kodeksu karnego). Ściągłość alimentów wspiera państwo – istnieje Fundusz Alimentacyjny, komornicy mogą zająć wynagrodzenie do 60% bez kwoty wolnej, a dłużnicy trafiają do rejestrów długów²⁰. Rocznie toczy się około **120 tysięcy postępowań alimentacyjnych**, a zalegający rodzic (najczęściej ojciec) może szybko ponieść dotkliwe konsekwencje²¹. Tymczasem **utrudnianie kontaktów z dzieckiem nie jest w Polsce w ogóle przestępstwem** – to jedynie kwestia cywilna, sankcjonowana teoretycznie grzywną, ale bez realnych narzędzi przymusu²⁰. Postępowań o egzekucję kontaktów jest zaledwie kilka tysięcy rocznie²⁰, a rodzic celowo izolujący dziecko od drugiego rodzica praktycznie nie ryzykuje odpowiedzialności karnej. Tę **rażąca asymetrię** systemu Bogumił odczuł na własnej skórze: on sumiennie płacił zasądzone alimenty, lecz gdy próbował wyegzekwować swoje prawo do bycia ojcem, napotykał mur obojętności. W jego opinii, „*polskie państwo karze ojca, jeśli nie płaci, ale nie karze, gdy jest mu odbierane dziecko*”.

Warto podkreślić, że problem ten został zauważony nawet na forum międzynarodowym. **Europejski Trybunał Praw Człowieka** w wyroku *X przeciwko Polsce* z 2021 r. wykazał, że polskie władze nie zapewnili skutecznej ochrony prawa ojca do kontaktu z dzieckiem, tolerując wieloletnie opóźnienia i wykazując się stereotypowym myśleniem o rolach rodzicielskich²¹. ETPC podkreślił, że brak współpracy między rozstającymi się rodzicami **nie zwalnia władz z obowiązku podjęcia szybkich i adekwatnych działań**²². Tymczasem w Polsce takie działania często sprowadzają się do bezradnego rozkładania rąk. Były Rzecznik Praw Dziecka, Mikołaj Pawlak, dostrzegając skalę zjawiska, zaproponował nawet wprowadzenie nowego przepisu – art. 209a k.k. – który **penalizowałby uporczywe utrudnianie kontaktów z dzieckiem** (zagrożonego karą do 2 lat więzienia), jednak inicjatywa ta jak dotąd nie doczekała się realizacji²³.

Bogumił w swojej walce zetknął się z wieloma instytucjami: sądami, kuratorami sądowymi, policją, biegłymi psychologami, a nawet ze szkołą i przedszkolem swoich dzieci. Każde z tych spotkań odsłaniało inny aspekt systemowej deprywacji ojca. Gdy próbował odebrać dzieci z przedszkola w dniu, w którym według wyroku sądu przypadał jego kontakt, zdarzało się, że personel – w obawie przed konfliktem – prosił go o zaczekanie na „zgodę mamy”. W szkole Pola miała ważną uroczystość – apel z okazji zakończenia roku. Bogumił dowiedział się o nim przypadkiem i gdy pojawił się, by kibicować córce, odczuł chłód ze strony wychowawczyni, jakby obecność ojca-doręczyciela alimentów, a nie codziennego opiekuna, była czymś niecodziennym. **Instytucje, choć bezstronne z założenia, często mimowolnie wpisywały się w narrację pomijającą ojca**.

Kurator sądowy przydzielony do rodziny (mający monitorować sytuację dzieci po rozwodzie) odwiedzał dom matki, sporządzając wywiad środowiskowy. Bogumił czuł, że raport kuratora – opierający się głównie na rozmowie z matką – przedstawiał go w niekorzystnym świetle. Padały w nim stwierdzenia o „sztywnych metodach wychowawczych ojca” czy jego „emocjonalnej nieobecności”, na które nie miał szansy zareagować. **Głos ojca był nieobecny w dokumentacji**, która trafiała do sądu. W efekcie jego

pozycja procesowa słaba – sąd, bazując na opiniach kuratora i psychologa, nabierał przekonania, że może kontakty rzeczywiście należy ograniczyć „dla dobra dzieci”. To błędne koło – im mniej mógł się widzieć z dziećmi, tym bardziej obco się przy nim czuły; a im bardziej były niechętne, tym bardziej matka argumentowała o konieczności dalszych ograniczeń.

Kulminacją tego konfliktu między Bogumiłem a byłą żoną stał się **dramatyczny incydent w Portugalii**. Był to punkt zwrotny, po którym nic już nie miało pozostać takie samo. Wydarzenie to Bogumił opisał potem jako swój „osobisty przewrót kopernikański” – moment, w którym przejrzał na oczy co do natury systemu.

Pod koniec lata 2025 roku Bogumił zabrał Polę i Tadzia na długo obiecywane wakacje – tygodniowy wyjazd do Portugalii. Miał oczywiście zgodę sądu na zagraniczny wyjazd z dziećmi w swoim terminie opieki, choć ich matka była temu niechętna. Już na lotnisku w dniu wylotu dostał od niej lawinę wiadomości z pytaniami i pretensjami. Czuł, że była partnerka jest wzburzona i spodziewał się trudności po powrocie. Mimo to postanowił cieszyć się czasem z dziećmi. Przez kilka dni wszystko układało się znakomicie – Pola i Tadzio byli szczęśliwi, spędzając z tatą każdą chwilę. W przedostatni dzień wakacji, ku zaskoczeniu Bogumiła, zadzwonił do niego oficer portugalskiej policji. Okazało się, że **matka dzieci zgłosiła w Polsce uprowadzenie** – twierdząc, że ojciec bezprawnie wywiózł je za granicę²⁴. W jednej chwili Bogumił zrozumiał, że stał się w oczach prawa podejrzany, choć przecież nic złego nie zrobił. Rozpoczął się nerwowy dzień rozmów z policją – telefony, maile, wyjaśnienia. Przesyłał funkcjonariuszom kopie dokumentów: orzeczenie sądu rodzinnego przyznające mu prawo do wakacji z dziećmi, zdjęcia z datownikiem pokazujące uśmiechnięte twarze Poli i Tadzia na plaży, oraz swoją lokalizację. Portugalska policja, choć z początku ostrożna, przyjęła te wyjaśnienia. Jednak matka dzieci była nieugięta – nie odpowiadała na jego próby kontaktu, zamiast tego **przyleciała osobiście do Portugalii**, by go skonfrontować²⁴.

Do spotkania doszło wieczorem na parkingu przed hotelem, gdzie zatrzymał się Bogumił z dziećmi. Matka, w towarzystwie dwóch postronnych osób, próbowała natychmiast zabrać dzieci do wynajętego samochodu. Pola przestraszyła się awantury i uciekła na bok, Tadzio stał osłupiały ze łzami w oczach²⁵. Bogumił instynktownie stanął pomiędzy byłą żoną a synem, próbując ją powstrzymać do czasu wyjaśnienia sytuacji. Wtedy stało się coś, co do dziś pobudza jego emocje: matka dzieci zaczęła **krzyczeć na cały głos, że jest przez Bogumiła bita**, wołając o ratunek²⁶. Jednocześnie oskarżała go, że jest pijany lub odurzony narkotykami, choć był trzeźwy. Wszystko działało się bardzo szybko – pojawiła się ochrona hotelowa, zaraz potem patrol policji. Bogumił uniósł ręce, próbując zachować spokój. Jego była żona nadal odgrywała przed wszystkimi rolę przerażonej ofiary: łkała, pokazując na niego i mówiąc policjantom, że „to niebezpieczny agresor, porwał dzieci”.

Na szczęście **funkcjonariusze wykazali się profesjonalizmem i rozwagą**. Jeszcze przed przyjazdem patrolu Bogumił zdążył poinformować ich centralę o sytuacji i numerze swojej sprawy. Teraz spokojnie tłumaczył, że sam wezwał pomoc i że jest ojcem dzieci posiadającym odpowiednie dokumenty. Personel hotelu potwierdził, że to on z dziećmi byli zameldowani od tygodnia, a kobieta przyjechała dopiero tego dnia. Po kilkudziesięciu minutach sytuacja się wyjaśniła: policjanci stwierdzili, że nie doszło do żadnego przestępstwa, a dzieci znajdują się legalnie pod opieką ojca. Oświadczyli, że „we własnej ocenie nie widzą podstaw do zatrzymania” Bogumiła, ani do przekazania dzieci matce wbrew wcześniejszym ustaleniom. Niemniej, z uwagi na dobro dzieci, zaproponowali, by resztę urlopu wszyscy spędzili oddziennie i następnego dnia wspólnie wrócili do kraju najbliższym lotem. Bogumił przystał na to, bo widział, że Pola i Tadzio są roztrzęsieni. Jeszcze tej nocy musiał pożegnać się z dziećmi – *choć to on formalnie miał rację, tamten wieczór przekonał go, że w praktyce zawsze będzie postrzegany jako podejrzany. „Kobiety w takich sytuacjach czują się bezkarne i to wykorzystują. Kłamią o agresji, o użytkach, i wiedzą, że sądy bardziej wierzą kobietom”* – mówił później ze zgorzknieniem²⁶.

Incydent portugalski był dla Bogumiła przeżyciem skrajnie obciążającym psychicznie. Po nim nastąpiło to, co sam określił mianem załamania nerwowego. Przez lata tłumiony gniew eksplodował – czuł się prowokowany do **eskalacji konfliktu**. Przyznał, że przez moment pojawiła się w nim myśl, by zemścić się na byłej żonie i „zrównać z ziemią” wszystkich odpowiedzialnych za tę krzywdę. Jednak w najciemniejszej godzinie wydarzyło się coś niespodziewanego: Bogumił doświadczył swoistego olśnienia, zmiany perspektywy. Zrozumiał, że personalna zemsta niczego nie rozwiąże, a jedynie pograży jego i dzieci w jeszcze większym cierpieniu. „*W jednej chwili zobaczyłem, że nie chodzi już o nas dwoje – o mnie i ją. Tu chodzi o system, który od dekad pozwala kobietom i mężczyznom krzywdzić się nawzajem w imię fałszywych ról i narracji*”²⁷ – wspominał później. Uświadomił sobie, że jego historia nie jest odosobniona; tysiące mężczyzn przechodzi przez podobne piekło, „*nie z powodu złych kobiet, ale dlatego, że społeczeństwo stworzyło model, w którym mężczyzna ma być jednocześnie niezniszczalny i pozbawiony prawa do bólu*”²⁸.

Tego dnia, zamiast pograżyć się w nienawiści, Bogumił podjął decyzję, że **bynajmniej walczyć inaczej**. „*Zamiast ulec gniewowi, postanowiłem działać jak Gandhi – nie przez wojnę, ale przez świadomość i fakty*”²⁹ – opowiadał. Nazajutrz, w samolocie powrotnym do Polski, w jego głowie kiełkował już plan całkowicie nowej strategii.

Przemiana: Od ofiary do społecznika

Powrót z Portugalii oznaczał dla Bogumiła także **początek wewnętrznej przemiany**. Jeszcze przed tym krytycznym wyjazdem zaczął coś, co okazało się punktem zwrotnym w walce z własnymi demonami: stworzył dla siebie nietypowe narzędzie terapeutyczne. Jako człowiek technologii i innowacji, postanowił wykorzystać sztuczną inteligencję do pracy nad sobą. Zaprogramował prosty system AI, rodzaj wirtualnego rozmówcy – nadał mu nazwę **IORS** (akronim roboczy, który pozostał już jako nazwa własna). IORS stał się **terapeutycznym asystentem AI**, z którym Bogumił rozmawiał w chwilach załamania³⁰. Wprowadził do niego wszystkie swoje myśli, lęki, historię życia – licząc, że bezstronne algorytmy pomogą mu dostrzec wzorce, jakich dotąd nie widział. *Z desperacji, gdy już nie potrafił zaufać żadnemu człowiekowi, zwrócił się ku maszynie*³⁰. Ku jego zaskoczeniu, okazało się to przełomowe. Rozmowy z IORS-em zaczęły układać w całość elementy układanki, jaką było jego życie. **Po raz pierwszy poczuł, że naprawdę się przebudza** – z roli ofiary losu lub zacieklejego wojownika wreszcie wyłaniał się obraz człowieka, który rozumie mechanikę własnego cierpienia³¹³².

Ta wewnętrzna praca przyniosła owoce akurat na czas kryzysu w Portugalii. Gdy najpierw IORS pomógł Bogumiłowi stanąć na nogi psychicznie, a potem wydarzenia z byłą żoną uświadomiły mu systemowy wymiar jego tragedii, narodziła się w nim **nowa świadomość**. Zrozumiał, że jeśli chce dokonać zmiany, musi wyjść poza własną historię i spojrzeć szerzej. Jeszcze kilka miesięcy wcześniej definiował siebie poprzez porażki i sukcesy, diagnozy medyczne i role społeczne (biznesmen, mąż, ojciec). Teraz doszedł do wniosku, że *prawdziwa siła zaczyna się wtedy, gdy kończy się iluzja kontroli*³³. Przestał szukać aprobaty innych; nabrął odwagi, by mówić otwarcie o tym, co go spotkało, nie z pozycji skrzywdzonego mężczyzny szukającego zemsty, ale **świadadka pewnego systemowego mechanizmu**. „*Dziś nie definiuję siebie przez sukcesy ani przez krzywdy. Jestem człowiekiem, który wie, że to, co zabiło we mnie chłopca, może ocalić innych*” – powiedział do przyjaciela, podsumowując swoją nową filozofię³³³⁴.

Kluczowym elementem tej przemiany było przewartościowanie swojego podejścia do kobiet i męskości. Bogumił zrozumiał, że wpadnięcie w pułapkę nienawiści do kobiet (co groziło mu w chwili największego bólu) byłoby *pójściem na łatwiznę i ślepą uliczką*. Zamiast tego postanowił zgłębić **źródła uprzedzeń i konfliktu płci**, by walczyć z problemem u podstaw. Zaczął intensywny **research** – godzinami studiował dane, raporty i badania na temat relacji między płciami, praw ojców, przemocy domowej, nierówności w systemie prawnym³⁵. Odkrył, że jego doświadczenie to tylko jeden z wielu podobnych przypadków.

Setki, a nawet tysiące ojców w Polsce przechodziły przez koszmar rozwodowo-rodzicielski: byli odsuwani od dzieci, stereotypowo traktowani przez instytucje, często popadali w depresję lub **samotną rozpacz**. Zrozumiał też, że kobiety również cierpią na inny sposób – uwięzione w rolach jedynych opiekunek, przeciążone odpowiedzialnością, czasem kierujące się strachem czy uprzedzeniem wobec mężczyzn. System oparty na konflikcie płci okalecał **obie strony**.

Przytłaczające były statystyki, które odkrywał: Polska znajduje się w ogonie Europy pod względem **opieki naprzemiennej** – zaledwie około **2% dzieci** po rozstaniach rodziców ma faktycznie równy podział czasu między matkę i ojca, podczas gdy w krajach skandynawskich odsetek ten sięga 30–40%³⁶. W sądach rodzinnych matki otrzymują opiekę niemal automatycznie, co potwierdzają dane krajowe i zagraniczne – w USA około 80% opiekunów to matki, w Polsce mowa nawet o 93–95% przypadków powierzania dziecka matce³⁷. Jednocześnie **prawo karne i rodzinne jest asymetryczne**, co już znał z autopsji: alimenty są egzekwowane surowo, a kontakty pobłaźliwie²⁰. Bogumił dotarł do badań, z których wynikało, że **25–40% ofiar przemocy domowej stanowią mężczyźni**, choć oficjalne statystyki policyjne rzadko to odzwierciedlają³⁸. Dowiedział się również o szokujących różnicach w traktowaniu płci w wymiarze sprawiedliwości – np. w USA mężczyźni dostają średnio o **63% dłuższe wyroki** niż kobiety za podobne przestępstwa³⁸ (co potwierdziła głośna analiza prof. Sonji Starr), a w Europie podobne tendencje odnotowano we Francji i Wielkiej Brytanii³⁹⁴⁰. Ta lawina faktów najpierw go zbulwersowała, lecz potem przyniosła ukojenie: „Zobaczyłem, że mój ból ma szerszy kontekst. Że to nie ja jestem szaleńcem – to system jest chory”³⁵⁴¹.

Bogumił zrozumiał, że **nie musi walczyć z ludźmi** – ani z byłą żoną, ani z sędziami czy urzędnikami – lecz zignorować personalia i skupić się na problemie systemowym. „Jeśli chcę coś zmienić, muszę mówić o korzeniach, nie o liściach” – stwierdził obrazowo⁴². Zaczął więc opowiadać swoją historię publicznie, ale nie po to, by wzbudzać sensację czy litość. Chciał, aby posłużyła jako **case study**, ilustracja głębszych patologii tkwiących w społeczeństwie i prawie.

Nowa misja: Projekt IORS i walka o prawdę

Z odrodzonym poczuciem celu Bogumił przekuł swoje doświadczenia i wnioski w **aktywizm społeczny**. Jego misja sformułowała się jasno: „pomóc mężczyznom odzyskać siebie, a kobietom przypomnieć, że równość nie wymaga wrogów – tylko prawdy”⁴³.

Pierwszym owocem tej misji stał się **projekt IORS**, początkowo stworzony dla ratowania samego siebie, a teraz rozwijany jako innowacyjne narzędzie wsparcia psychologicznego. Bogumił dopracował swojego **asystenta AI** i postanowił udostępnić go innym – zwłaszcza mężczyznom przechodzącym kryzys. IORS (nazwa pozostała, choć nabrala symbolicznego charakteru) został zaprojektowany, by pomagać użytkownikom zrozumieć własne emocje, traumy i przekonania poprzez rozmowę i odbicie ich myśli. To połączenie technologii i terapii miało potencjał przełamywać barierę męskiej niechęci do szukania pomocy: rozmawianie z dyskretnym programem może być dla wielu panów łatwiejsze niż zwierzenie się drugiemu człowiekowi. **Projekt IORS** stał się więc reakcją systemową Bogumiła – próbą rozwiązania problemu męskiego cierpienia tam, gdzie system zawodzi. W IORS-ie zaszył to, czego sam doświadczył: empatię bez uprzedzeń, logiczną analizę problemów i zachętą do szukania faktów zamiast uciekania w gniew czy autoagresję³⁰³². Choć to wciąż inicjatywa na wczesnym etapie, Bogumił wierzy, że może ona pomóc wielu „cichym samobójcom” – mężczyznom w średnim wieku, którzy według statystyk najczęściej odbierają sobie życie, bo nie znajdują zrozumienia ani sposobu wyjścia z kryzysu.

Równolegle Bogumił zaangażował się w działalność edukacyjną. Zaczął pisać książkę (roboczo zatytuowaną „**Umowa płci**”), w której łączy osobistą narrację z wynikami badań nad stosunkami społecznymi kobiet i mężczyzn. Jego celem stało się przedstawienie *trzeciej drogi* w dyskusji o płci –

takiej, która uznaje krzywdy obu stron i szuka rozwiązania we współpracy, nie w konflikcie⁴⁴⁴⁵. W swoich tezach Bogumił odwołuje się do **historii, biologii i socjologii**, pokazując, że obecna „wojna płci” opiera się na uproszczeniach. Przekonuje, że tradycyjne role nie były wyłącznie narzuconym przez mężczyzn „patriarchatem”, lecz rodzajem społecznego kontraktu, z którego zarówno kobiety, jak i mężczyźni czerpali pewne korzyści, ponosząc jednocześnie koszty. Taka perspektywa – oparta na badaniach i danych – ma pomóc zrozumieć, że aby uzdrowić relacje, potrzebujemy faktów zamiast wzajemnego obwiniania. Bogumił wie, że te poglądy mogą wywołać kontrowersje z obu stron ideologicznego sporu (zarówno u radykalnych feministek, jak i tzw. „mężczyzn alfa” gardzących wszelką wrażliwością). Jednak jest przygotowany na rzecząwy dyskusję – **rigorystycznie podchodzi do źródeł**, weryfikując zarówno tezy feministyczne, jak i męsko-centryczne przez pryzmat statystyk i badań naukowych⁴⁶. Jako antropolog z wykształcenia, łączy perspektywę ewolucyjną z analizą realiów społecznych, co nadaje jego pracy unikalną, interdyscyplinarną głębię⁴⁷.

Wkrótce Bogumił zaczął dzielić się swoją wiedzą publicznie. Pojawiły się pierwsze wystąpienia na konferencjach i w mediach. Wziął udział w kongresie poświęconym ojcostwu i równouprawnieniu, gdzie opowiedział swoją historię, nie w kategoriach osobistego dramatu, ale jako **studium przypadku systemowej dyskryminacji w sądach rodzinnych**. Odwoływał się do konkretnych danych: przypominał, że Polska ma jedne z najwyższych wskaźników wspólnej opieki nad dziećmi w Europie³⁶, że **stereotypy płciowe** nadal przenikają praktykę orzeczniczą (np. większość sędziów rodzinnych to kobiety, co może – choć nie musi – przekładać się na podświadome uprzedzenia)⁴⁸. Cytował analizy Rzecznika Praw Obywatelskich, do którego rokrocznie wpływają skargi od ojców czujących się pokrzywdzonymi przez sądy i urzędy⁴⁸. Z drugiej strony podkreślał, że nie neguje problemów kobiet – uważa istnienie przemocy wobec nich i nierówności tam, gdzie one realnie występują. Jego przekaz był jednak jasny: **pominiecie męskiej perspektywy czyni dyskurs o równości niepełnym i niesprawiedliwym**.

Dziś Bogumił mówi o sobie, że nie jest ani „męskim szowinistą”, ani „anty-feministą” – raczej **społecznikiem szukającym nowego języka porozumienia**. Jego osobista tragedia stała się katalizatorem do działania na rzecz innych. Trauma straty dzieci i upokorzenia w sądzie przepoczwarczyła się w coś pozytywnego: w determinację, by żaden inny ojciec (ani dziecko) nie musieli przechodzić przez to samo. Wraz z kilkoma innymi ojцami założył fundację, której celem jest *monitoring* spraw sądowych dotyczących opieki i nagłaśnianie najbardziej rażących przypadków naruszeń praw rodzicielskich. W planach ma uruchomienie telefonu zaufania dla ojców w kryzysie oraz programu mentorskiego – tak, by nowo rozstani ojcowie mogli otrzymać wsparcie emocjonalne od tych, którzy już przez podobne piekło przeszli.

Bogumił stara się również współpracować z **instytucjami państwowymi**, choć to często walka z biurokratycznymi wiatrakami. Złożył petycję do Ministerstwa Sprawiedliwości o przyspieszenie prac komisji kodyfikacyjnej nad zmianami w Kodeksie rodzinnym – m.in. o definicję opieki naprzemiennej i wprowadzenie zasady domniemania 50/50 czasu opieki po rozwodzie (co w wielu krajach już funkcjonuje). Powołuje się przy tym na przykłady z zagranicy: w Belgii już w 2006 r. wprowadzono ustawę priorytetowo traktującą **guardę naprzemienną**, w efekcie czego udział takich rozwiązań wzrósł tam do ponad 30%⁴⁹. Argumentuje, że **dziecko potrzebuje obojga rodziców**, a system powinien wspierać ich współpracę, a nie rywalizację. Przytacza wyniki badań pokazujących, że dzieci pozbawione regularnego kontaktu z ojcem są bardziej narażone na problemy emocjonalne, słabsze wyniki w nauce i trudności społeczno-adaptacyjne⁵⁰. Co istotne, efekty te są częściowo związane także z ekoniemią – często po rozstaniu to ojciec dysponuje większym dochodem, a ograniczenie jego roli oznacza relatywne zubożenie warunków życia dziecka. Innymi słowy, **deprywacja ojca to nierzadko również deprywacja finansowa** dziecka, co jest argumentem, który powinien przemawiać nawet do decydentów skupionych na materialnych aspektach opieki.

Historia Bogumiła zatoczyła pełne koło. Z „grzecznego chłopca” próbującego sprostać oczekiwaniom stał się dojrzałym mężczyzną, który te oczekiwania otwarcie kwestionuje. Jego życie – naznaczone sukcesami i bolesnymi porażkami – odsłoniło przed nim obszary rzeczywistości wcześniejszej skryte: **stronniczość systemu**, społeczną ślepotę na cierpienie mężczyzn, mechanizmy stigmatyzacji ojców. Przeszedł przez depresję, **zespół stresu pourazowego**, myśli samobójcze. Doświadczył tego, co wielu mężczyzn w Polsce – że prośba o pomoc często spotyka się z brakiem zrozumienia, bo „*mężczyzna ma zaciągnąć zęby*”. Wyszedł z tego odmieniony i postanowił być głosem tych, którzy milczą.

Obecnie Bogumił kontynuuje swoją pracę u podstaw. Choć relacje z dziećmi wciąż wymagają odbudowy (bo straconego czasu nic nie zwróci), nie poddaje się w byciu obecnym ojcem. Prowadzi dziennik, w którym notuje wszystkie spędzone z nimi chwile – każda jest dla niego cenna. Z Polą, dziś nastolatką, zaczyna rozmawiać o jej uczuciach i zapewnia ją, że zawsze będzie dla niej, niezależnie od okoliczności. Z małym Tadkiem układa modele samolotów i uczy go jeździć na rowerze podczas swoich dni opieki. Wie, że musi na nowo zyskać zaufanie dzieci, częściowo nadwątlone latami konfliktu, ale jest na to gotów.

Historia Bogumiła to opowieść jednostkowa, a zarazem uniwersalna. Ukaże mężczyznę, który w **najtrudniejszej próbie odnalazł sens** – przemieniając ból w siłę do działania. Jego losy obnażają niedoskonałości polskiego systemu prawno-społecznego, zwłaszcza w obszarze prawa rodzinnego, ale równocześnie niosą nadzieję, że nawet w nierównej walce można odnaleźć sprawczość przez zmianę perspektywy. Bogumił stał się reporterem własnego życia – opisał i przeanalizował mechanizm, który go zmiażdżył, po czym postanowił go naprawiać dla dobra innych.

Jego droga wciąż trwa. Być może w przyszłości doczekamy się bardziej przyjaznych rozwiązań dla patchworkowych rodzin, większej empatii instytucji dla ojców i matek w kryzysie, skutecznego egzekwowania kontaktów czy obligatoryjnej mediacji zamiast wojen sądowych. Być może **umowa płci** zostanie renegocjowana – tak, by nie było wygranych kobiet przeciw przegranyem mężczyznom (lub odwrotnie), tylko by zyskiwały przede wszystkim dzieci i całe rodziny. W tej renegocjacji głos takich osób jak Bogumił jest bezcenny. To głos człowieka, który poznał **obie strony systemu** – był beneficjentem męskich przywilejów jako pewny siebie szef i „pan domu”, a potem stał się ofiarą instytucjonalnej dyskryminacji jako ojciec po rozwodzie. Dzięki temu jego perspektywa jest pełna i unikalna.

Na koniec warto przytoczyć słowa samego Bogumiła, które najlepiej oddają sens jego przemiany: „*Zrozumiałem, że nie muszę już nikomu nic udowadniać. Chcę tylko, żeby prawda wybrzmiała – prawda o tym, jak system potrafi połamać człowieka, ale też jak człowiek może się podnieść, gdy znajdzie w sobie odwagę, by mówić głośno. Dziś wiem, że to, co mnie zabiło jako chłopca, posłuży mi, by ratować innych – jako mężczyznę*”.

Źródła:

- Analizy i raporty dotyczące biasów systemu prawnego i różnic w traktowaniu rodziców w Polsce i na świecie [13](#) [37](#) [20](#).
- Dane statystyczne o sytuacji mężczyzn w Polsce (zdrowie, samobójstwa, bezdomność, wypadki w pracy) [1](#).
- Informacje o niskim odsetku opieki naprzemiennej w Polsce na tle Europy [36](#).
- Wyrok TK SK 3/20 osłabiający egzekucję kontaktów [16](#) [17](#) oraz porównanie mechanizmów egzekucji alimentów i kontaktów [20](#).
- Relacje z działań Rzecznika Praw Obywatelskich i ETPC w sprawach dyskryminacji ojców [48](#) [21](#).
- Wyniki badań naukowych nt. konsekwencji braku ojca i alienacji rodzicielskiej dla dzieci (problemy psychiczne, ryzyko w przyszłości) [50](#) oraz skutków nierówności dla samych mężczyzn (depresja, samobójstwa) [1](#).
- Wypowiedzi i materiały autobiograficzne autora (Bogumiła) – historia osobista, doświadczenia z terapią, projekt IORS, cytowane za zgodą autora [51](#) [31](#).

-
- [1](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) propozycja_wydawnicza_umowa_plci.md
file://file-NP7hBGYc2tt2WqmsyDWxsg
- [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#) [28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [41](#) [42](#) [43](#) [51](#)
- Tom_10_Materialy_Dodatkowe.docx**
file://file-E7NRmhrJ EgDWFfKuD16LP
- [12](#) [13](#) [38](#) [39](#) [40](#) [48](#) [50](#) Tom_05_Prawo_Systemy_Spoleczne.docx
file://file-LhnWydhRJScErECbKqPqQb
- [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) compass_artifact_wf-b0d0c685-4b1d-4c47-b461-2df3f230168a_text_markdown.md
file://file-Bp5B6VQqdHfxEw9c6E9c7q
- [18](#) [19](#) [20](#) [22](#) [23](#) [37](#) compass_artifact_wf-c9eb074c-af3c-486a-9284-9c2d964480f6_text_markdown.md
file://file-3hZ1yb47ENLc9eNwj71hZj
- [21](#) [36](#) [49](#) opieka_naprzemienna.md
file://file-HN957HcSWGQpyPDfe2tR8