

O WOLNOŚCI MIMO WSZYSTKO. POŻEGNANIE OZZY'EGO OSBOURNE'A

Agnieszka Nowakowska ¹

¹Akceptacja4FM.Lab

A rzeczywiste porozumienie
wymaga nie tylko wspólnego języka,
ale i wspólnego obrazu świata.

(E. Fuller, Torrey, Czarownicy i psychiatrzy.)

Słowa kluczowe: posłowie, pożegnanie, pomimo

Ten tekst zamyka numer. Ale nie zamyka rozmowy. Może otwiera coś ważniejszego – uważność. Na siebie, na drugiego, na życie. Pomimo wszystko.

22 lipca 2025 odszedł Ozzy Osbourne. Piszę te słowa dwa dni później, wciąż szukając właściwego języka. Muzyk, twórca, „ojciec chrzestny” heavy metalu. Dwa tygodnie wcześniej, w rodzinnym Birmingham, pożegnał się z publicznością niezwykłym koncertem – z Black Sabbath, w oryginalnym składzie. Słyszę w tle „Mama, I’m Coming Home”. Ozzy wrócił do domu. Nie tylko do tego na scenie, w dźwięku i pamięci fanów. Do tego ostatecznego, cichego.

Ozzy nie miał łatwego początku. Przyszedł na świat tuż po wojnie, w robotniczym Birmingham. Mieście ciężkiej pracy, biedy i milczących traum. Dorastał w rodzinie, która sama była poraniona. Doświadczał przemocy, zaniedbań. Towarzyszył mu zarówno brak poczucia bezpieczeństwa jak i

języka, którym mógłby opisać, co czuje. Zmagał się konsekwencjami trudnego rozwoju, ADHD, dysleksji, zdiagnozowanymi dopiero w późnej dorosłości. Szkoła była dla niego pasmem frustracji. Zanim muzyka stała się jego ucieczką – imał się różnych dorywczych zajęć. Żył, jak umiał. Na granicy. A potem przyszła muzyka. Black Sabbath. Przełom. Wraz z sukcesem przyszły też ekscesy, uzależnienia, upadki. Ale także powroty. Jakby całe życie Ozzy’ego było nieustannym balansowaniem między mrokiem a światłem, między destrukcją a przetrwaniem. Nie był świętym. Ale był kimś, kto zamieniał własny chaos w dźwięk, który poruszał tłumy. Jego głos nigdy nie próbował być ładny – był prawdziwy.

Black Sabbath i głos Ozzy’ego Osbourne’a trafiły do mnie latem 1995 roku. Byłam wtedy młodą dziewczyną, próbującą odnaleźć sens w świecie, który często przytłaczał. Odkrycie ich twórczości było jak uchylenie drzwi do przestrzeni, w której emocje – nawet te trudne – miały swoje miejsce i język. Nagle ktoś – z pokolenia moich rodziców (sic!) – zaczął mówić w moim imieniu. O lęku, o samotności, o ciemności, którą znałam aż za dobrze. Okazało się, że ktoś, kto dorastał dekady wcześniej, w zupełnie innym kraju i realiach, potrafi nazwać to, co dla mnie było wtedy nieuchwytnie. Głos Ozzy’ego, surowy, pełen napięcia i sprzeciwu, trafiał w punkt – opowiadał o nieprzystosowaniu, bólu i pragnieniu bycia sobą, mimo wszystko. Jego muzyka przenikała się z moimi historiami życia – ze wzlotami i upadkami, niespełnionymi uczuciami, chwilami buntu i bezsilności. Aż w końcu – z tą jedną, ostatnią miłością, która została.

W 1998 roku Black Sabbath zagrali po raz pierwszy w Polsce. Nie mogłam tego przegapić, choć koncert mógł kolidować z egzaminami na studia. Nie było wątpliwości, co było dla mnie ważniejsze. Muzyka tamtego dnia miała większą moc niż przyszłość, która dopiero się rysowała. Cztery lata później w Polsce pojawił się Ozzfest. Znów musiałam tam być. Każde takie spotkanie było czymś więcej niż koncertem – było powrotem do siebie. Lata mijały, a Ozzy i jego muzyka pozostawały punktem odniesienia. Głosem, który nie oceniał, nie pouczał lecz przypominał: można nie pasować – i wciąż być sobą.

Dziś, kiedy piszę te słowa, świat żegna Ozzy’ego Osbourne’a. Trudno nie odczuwać, że odchodzi ktoś więcej niż tylko legenda muzyki. Jego głos, surowy i bezkompromisowy, był dla wielu czymś znacznie bardziej osobistym niż dźwięk – był obecnością.

Dla mnie, osoby, która dorastała w emocjonalnym półmroku lat 90 i próbowała zrozumieć siebie i świat – Ozzy był przewodnikiem. Bezpretensjonalnym, bezkompromisowym, nieidealnym, ale prawdziwym. Towarzyszył mi przez

lata jak cichy sojusznik. Może nie ojciec, w dosłownym sensie, ale ktoś, kto dawał wsparcie, gdy nie było go gdzie indziej szukać. Nie byłabym tu, gdzie jestem, bez Jego obecności – nie tylko muzycznej, ale też egzystencjalnej. Pokazał, że życie, choć pęka i nie mieści się w żadnej formie, może być przeżyte. I że prawdziwa siła nie zawsze jest głośna.

Bo jak pisze Torrey: *„Rzeczywiste porozumienie wymaga nie tylko wspólnego języka, ale i wspólnego obrazu świata”*. Mimo różnic pokoleń, miejsc i czasów – udało się nam ten obraz współdzielić.

I za to – za ten most, za towarzyszenie, za zgodę na niedoskonałość – dziękuję.

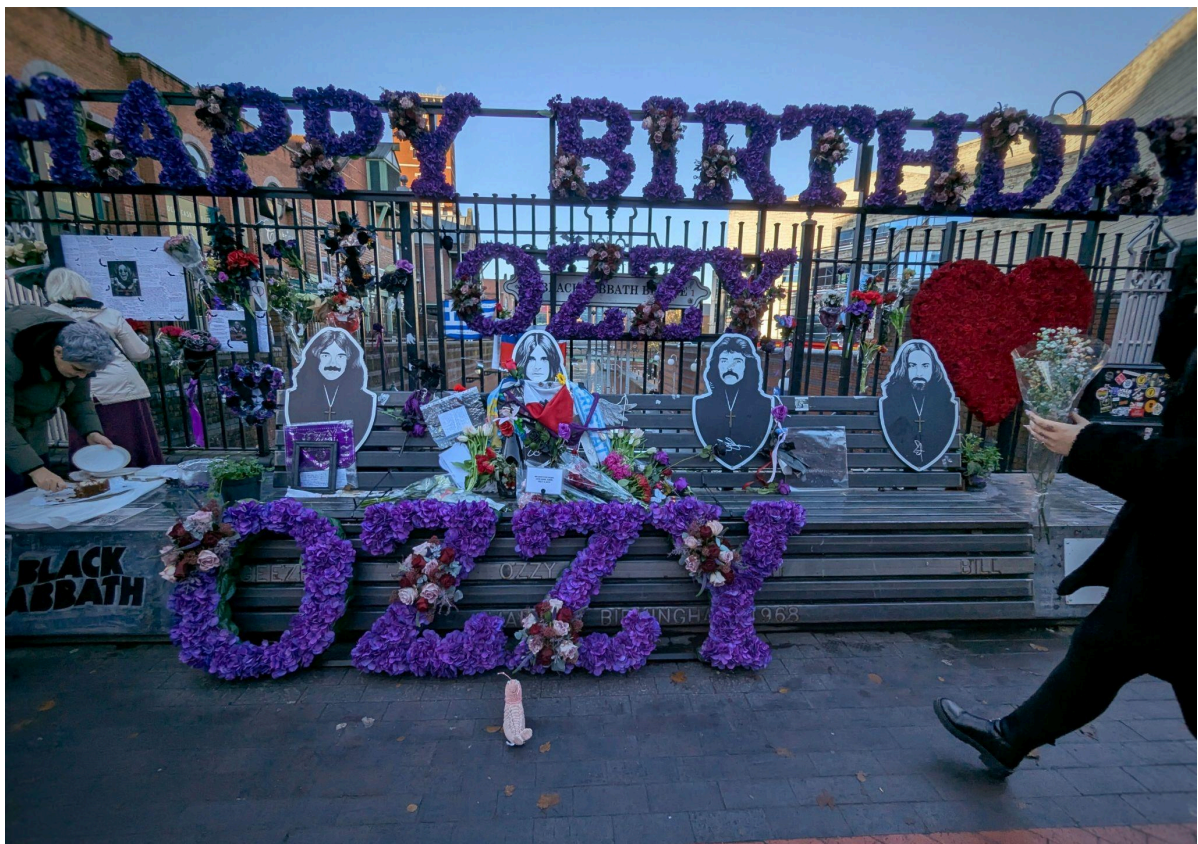
Wszystkie fotografie zostały wykonane 3 grudnia 2025 roku, w dniu 77. rocznicy urodzin Ozzy’ego Osbourne’a, przypadającej już po jego śmierci.



Zdjęcie 1. Dom dzieciństwa Ozzy'ego Osbourne'a przy 14 Lodge Road w Aston (Birmingham), Autor: Sebastian Nowakowski



Zdjęcie 2.. Ozzy Osbourne (1948–2025): Working Class Hero. Birmingham Museum & Art Gallery. Autor: Agnieszka Nowakowska



Zdjęcie 3. Black Sabbath Bench w dniu 77 urodzin Ozzy'ego Osbourne, Broad St, Birmingham B1 2HP, Ławka Black Sabbath została odsłonięta w 2019 roku w związku z upamiętnieniem i uhonorowaniem Black Sabbath jako pionierów gatunku heavy metal. Autor: Agnieszka Nowakowska

Bibliografia

1. Torrey, E. F. (1981). Czarownicy i psychiatrzy. Państwowy Instytut Wydawniczy.
 2. Osbourne, O. (1991). Mama I'm Coming Home. Na albumie No more tears [Utwór nagrany przez Ozzy Osbourne]. Epic Records.
-

O autorce

Agnieszka Nowakowska – dr nauk medycznych, psycholog, certyfikowana psychoterapeutka w nurcie analizy egzystencjalnej i logoterapii. Absolwentka pierwszej edycji szkolenia w Polsce, którego była pomysłodawczynią oraz współorganizatorką. Współautorka Treningu: Akceptacja 4FM i Teorii Solitonów Egzystencjalnych. Od lat entuzjastyczna propagatorka podejścia egzystencjalnego jako metody leczenia zaburzeń psychicznych, a nie tylko poradnictwa zorientowanego na poszukiwanie sensu. Przez wiele lat pełniła rolę prezesa Stowarzyszenia Psychoterapii Egzystencjalnej w Polsce. Zawodowo związana ze Szpitalem Nowowiejskim oraz Centrum Terapii Dialog. Wieloletni współpracownik dydaktyczny Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego oraz Uniwersytetu SWPS. Naukowo zajmuje się rozwojem i badaniami nad skutecznością interwencji opartych o podejście egzystencjalne, wspierających leczenie traumy relacyjnej i innych zaburzeń psychicznych. Orędowniczka założenia, że metody oparte na fenomenologii są mierzalne, skuteczne i spełniają kryteria EBM. Prywatnie – amatorka kultury i kuchni włoskiej, w wolnym czasie piecze, gotuje i planuje kolejne wycieczki na półwysep Apeniński. Całkiem zadowolona z życia – żona i matka.

Agnieszka Nowakowska
e-mail: akceptacja4FM@gmail.com

Otrzymano: 14.10.2025
Zaakceptowano: 03.12.2025
Opublikowano: 19.12.2025

ON FREEDOM DESPITE EVERYTHING. FAREWELL TO OZZY OSBOURNE

Agnieszka Nowakowska ¹

¹Akceptacja4FMLab

A genuine connection
requires not just a shared language
but a shared worldview.

(E. Fuller Torrey, *Witches and Psychiatrists*)

Keywords: afterword, farewell, despite

This piece closes the issue - but it doesn't close the conversation. Perhaps it opens something more important: attentiveness. To oneself, to others, to life. Despite everything.

On 22 July 2025, Ozzy Osbourne passed away. I write this two days later, still searching for the right words. A musician, creator, and founding father of heavy metal. Just two weeks earlier, in his native Birmingham, he bid farewell to the audience in a remarkable concert—Black Sabbath in their original line-up. I hear “Mama, I’m Coming Home” playing... Ozzy finally returned home. Not only to the stage, to the sound, to the memories in his fans’ minds—but to that final, quiet home.

Ozzy’s beginnings were far from easy. Born just after the war in working-class Birmingham - a city marked by hard labour, poverty, and unspoken traumas - he grew up in a family already wounded. He endured violence and neglect; home held neither safety nor the language to express inner pain. He struggled with the impact of a challenging childhood, ADHD and dyslexia, diagnosed in late adulthood. School was a source of constant frustration. Before music became a refuge, he did various casual jobs. He lived on the edge, doing what he could. Then came the music: Black Sabbath. A breakthrough. With success came excess, addiction, highs and lows—and comebacks. His life seemed a continual balancing act between darkness and light, between self-destruction and

survival. He was no saint, but someone who transformed his personal chaos into sound that moved crowds. His voice never strove to be pretty—only authentic.

Black Sabbath and Ozzy's voice reached me in the summer of 1995. I was a young girl trying to find meaning in a world that was often overwhelming. Discovering their music felt like opening the door to a space where even difficult emotions had a place and a language. Suddenly someone - from my parents' generation (sic!) - spoke in my name: of fear, loneliness, and that darkness I knew all too well. Someone who grew up decades earlier in a different country and time could name what I felt but couldn't put into words. Ozzy's voice - raw, tense, defiant - hit home: it spoke of misfit identity, pain, and the desire to be oneself, despite everything. His music wove through the chapters of my life - from highs and lows, unfulfilled love and rebellion, to that final, lasting love.

In 1998, Black Sabbath played in Poland for the first time. I couldn't miss it, even though the concert could clash with university entrance exams. There was no question what mattered more. Music that day carried more power than the uncertain future that lay ahead. Four years later Ozzfest came to Poland. Again, I had to be there. Each such encounter felt more than a concert—it was a return to myself. Years passed, yet Ozzy and his music remained a constant reference point: a voice that did not judge or preach, but reminded me that you can not belong - and still be fully you.

Today, as I write these words, the world says farewell to Ozzy Osbourne. It's hard not to feel that more than a music legend has departed. His voice - unyielding and uncompromising - was for many more than a sound. It was a presence.

For me, a person who grew up in the emotional half-light of the 1990s, trying to understand myself and the world - Ozzy was a guide. Unpretentious and unapologetic; imperfect but genuine. He accompanied me over the years as a quiet ally. Maybe not a father in the literal sense, but someone who offered support where there was none to be found elsewhere. I wouldn't be where I am without his presence - not just musical, but existential. He showed that life, though it fractures and resists form, can still be lived. And that true strength is not always loud.

Because, as Torrey writes, "A genuine connection requires not only a common language but also a common worldview." Despite differences in generation, place, and time - we managed to share that worldview.

And for that - for that bridge, that companionship, the acceptance of imperfection - I am thankful.

All photographs were taken on December 3, 2025, the day of Ozzy Osbourne's 77th birthday, which occurred after his passing.



Photo 1. Ozzy Osbourne's childhood home at 14 Lodge Road in Aston (Birmingham). Photo Sebastian Nowakowski



Photo 2. Ozzy Osbourne (1948–2025): *Working Class Hero*. Birmingham Museum & Art Gallery. Photo Agnieszka Nowakowska



Photo 3. *Black Sabbath Bench* on Ozzy Osbourne's 77th birthday, Broad St, Birmingham B1 2HP. The bench was unveiled in 2019 to commemorate and honor Black Sabbath as pioneers of the heavy metal genre. Photo Agnieszka Nowakowska

References

1. Torrey, E. F. (1981). *Witches and Psychiatrists*. Państwowy Instytut Wydawniczy.
 2. Osbourne, O. (1991). *Mama I'm Coming Home*. On the album *No More Tears* [Recorded by Ozzy Osbourne]. Epic Records.
-

About the Author

Agnieszka Nowakowska, PhD in Medical Sciences – psychologist and certified psychotherapist in the existential analysis and logotherapy approach. She is a graduate of the first Polish edition of the existential analysis training, which she co-created and co-organized. Co-author of *Acceptance Training: 4FM* and the *Theory of Existential Solitons*. For years, she has been an enthusiastic advocate of the existential approach as a method of treating mental disorders, not merely a form of meaning-oriented counseling. She served for many years as President of the Polish Association for Existential Psychotherapy. Professionally affiliated with Nowowiejski Hospital and the Dialog Therapy Center. Long-term academic collaborator with the Medical University of Warsaw and SWPS University. Her research focuses on the development and evaluation of the effectiveness of existentially-based interventions supporting the treatment of relational trauma and other mental disorders. A firm advocate of the view that phenomenology-based methods are measurable, effective, and meet EBM criteria. Privately, an admirer of Italian culture and cuisine — in her free time she bakes, cooks, and plans her next trips to the Apennine Peninsula. Quite content with life — a wife and mother.

Agnieszka Nowakowska
e-mail: akceptacja4FM@gmail.com

Received: 14.10.2025
Accepted: 03.12.2025
Published: 19.12.2025