



## Droga do Boga przez pustynię choroby

*On the way to God through the desert of illness*

DOROTA DUŻYK-WYPICH

Stowarzyszenie „Otwórzcie Drzwi” w Krakowie

### STRESZCZENIE

*Opisując swe doświadczenie psychozy, Autorka zwraca uwagę na jej kontekst i znaczenie duchowe, otwierające drogę zdrowienia przez głębokie przeżywanie wiary (red.)*

### SUMMARY

*Describing her experiences of psychosis the author points to its spiritual context and meaning that open the way to recovery through deep religious feelings (Ed.).*

---

**Słowa kluczowe:** zdrowienie / psychoza / własne doświadczenie

**Key words:** recovery / psychosis / subjective experience

---

Pawłowi i Józefowi Dużykom, mojemu bratu i ojcu,  
którzy odeszli już z tego świata, aby narodzić się dla Nieba

*„Do Boga idzie się na całego  
przez kładkę skopaną  
przez miłość która wyszła bokiem  
przez rozpacz ze szczegółami  
przez korek uliczny w którym ugrzęzło pogotowie z syreną  
czasem jak stonoga co pomyliła nogi i stanęła jak noga”*

z wiersza ks. Jana Twardowskiego *Nie Anioł Stróż*

Dostałam piękny prezent w dniu imienin... Doktor Andrzej Cechnicki poprosił mnie o napisanie artykułu o mojej drodze do wiary. Sam Ojciec Niebieski uśmiechnął się do mnie i podarował tę okazję, żeby podzielić się z ludźmi tym doświadczeniem.... Przecież o to się właśnie modliłam... żebym mogła dzielić się wiarą.

W moim życiu nogi plątały mi się jak tej stonodze z wiersza księdza Jana. Nieraz stawałam „jak noga”. Wiele razy błędziłam, gubiłam drogę. Mam za sobą kilkanaście pobytów w szpitalu psychiatrycznym, przeszłam przez oddziały zamknięte i dzienne, Warsztaty Terapii Zajęciowej. Wiele razy chciałam umrzeć, nie widząc innego wyjścia z trudnych sytuacji, jak tylko śmierć. Zamykałam się w sobie i nie potrafiłam przyjąć żadnej pomocy. Przynosiłam wiele bólu mojej rodzinie i mężowi. Przez lata wiara nie była dla mnie oparciem. Właściwie nie wiem, w kogo wierzyłam. Uważałam się za wierzącą niepraktykującą. Nie starałam się poznać Boga. Odrzucałam Kościół. Boże Narodzenie było nastrojową, śnieżną bajką z choinką i prezentami, Wielkanoc – baziami, pisankami i wiosną. Nic więcej, żad-

nej innej refleksji. Nudziłam się podczas mszy świętych, chodziłam do kościoła tylko ze względu na moich rodziców i babcię, która była kobietą wielkiej wiary. Jej życie o tym świadczyło, życie pełne miłości i miłosierdzia.

W życiu nie ma przypadków. Wszystko ma swój cel i miejsce. Ta myśl często mi towarzyszyła, przybierając różne barwy. Wtedy, kiedy nie mogłam sobie poradzić z trudnościami w relacjach z najbliższymi i z tymi dalszymi, przybierała barwę psychozy. Każdy gest, każde słowo miało ukryte znaczenie, znane tylko mnie. Był to sposób na trudną rzeczywistość. Pograżałam się w świecie przeżyć wewnętrznych, zamkniętym dla innych. Ucieczki w psychozę nadawały sens cierpieniu. I tak wędrowałam między jednym a drugim biegunem choroby schizofrenii dwubiegunowej, przelatując przez równik, na którym jakoś nie mogłam się zatrzymać.

Ostatnio, dzięki mądrym książkom Arnhold Lauveng zrozumiałam, skąd się wzięły moje wędrowki. Od dziecka byłam bardzo nieśmiała. Poza ciepłym domem rodzinnym spotykałam się z odrzuceniem przez rówieśników. W szkole byłam

dobrą uczennicą. Podczas przerw nie umiałam jednak zbliżyć się do innych dzieci, które wyśmiewały się z mojej nieporadności, niezgrabności. Zaczęłam uważać siebie za totalną fajtlapę i coraz bardziej oddalałam się od ludzi. Na szczęście było słowo pisane, książki, w których utożsamiałam się z ich bohaterami, fantazując, co by było, gdybym była inna...

Rodzina... była ciepła, akceptująca, wymagająca i wrażliwa. Kilka faktów... Kiedy miałam pięć lat, urodził się mój brat, Paweł. Dwa miesiące wcześniej zmarła babcia, mama naszego ojca, która mieszkała z nami. Tata był jedynakiem, bardzo wrażliwym i zdolnym. Skończył historię, dostał pracę w Polskiej Akademii Nauk w bibliotece, w dziale starych druków. Pisanie było jego pasją. Napisał parę książek o artystach z epoki Młodej Polski, publikował artykuły w różnych pismach i gazetach, pisał o wielu pięknych miejscach w Polsce, zabytkach kultury i sztuki. Mama pochodziła z rodziny, w której kobiety były silne, opiekuńcze i zaradne, ale też romantyczne, nieco marzycielskie, wrażliwe na piękno tego świata, niektóre z nich były obdarzone talentami plastycznymi. W życiu codziennym były realistkami, dbającymi o najbliższych. Mama dbała o nas i o dom, tata pisał, dużo czytał i pokazywał nam świat sztuki, organizując różne wędrowki.

W domu było mnóstwo książek. Rodzice byli pokoleniem dzieci wojny, przeżyli ten koszmar, jak wiele rodzin. Może właśnie dlatego byli nadopiekuńczy... Los się do nich uśmiechnął, kiedy tata dostał propozycję pracy w bibliotece Polskiej Akademii Nauk w Rzymie. Zdecydowali – jedziemy tam wszyscy. Tata nigdy nie należał do partii, a jednak zaproponowano mu ten wyjazd w dusznych czasach „komuny”, w latach siedemdziesiątych. Miałam wtedy jedenaście lat. Próbowałam nawiązać pierwsze przyjaźnie, a tutaj trzeba było zacząć wszystko od nowa. Nawet nie znaliśmy języka. We Włoszech pogłębiło się moje poczucie inności, wszak byłam tam cudzoziemką. Najpierw ja, potem mój brat, chodziliśmy do włoskiej szkoły. Zupełnie nie znając języka... Na szczęście dzieci uczą się szybko. Po około roku praktyki mogliśmy zrozumieć, co do nas mówią nauczyciele i uczniowie i sprostać wymaganiom szkolnym. Dzięki rodzicom chodziliśmy też do kościoła. W niedzielę odwiedzaliśmy polski kościół świętego Stanisława. Mieliliśmy też kontakt z włoskim kościołem, mojemu bratu został tam udzielony sakrament Pierwszej Komunii. Ja natomiast nie mogłam przyjąć bierzmowania, zdobycie dokumentów było trudne w epoce „komuny”. Nie upierałam się.

Po jakimś czasie zaczęłam odchodzić od nauk Kościoła, msze święte były dla mnie pustą dewocją, zbędną pobożnością, niepotrzebną w codziennym życiu. I właśnie dzięki temu nieprzyjętemu bierzmowaniu teraz odnalazłam drogę do Kościoła, a raczej to Bóg mnie odnalazł, jak zagubioną owieczkę z Jego zagrody. Byłam pokaleczona psychicznie, a duchowość ledwo się tliła, było jej tylko tyle, żeby starczyła na podtrzymanie życia. Taki stan nazywa się depresją, a w słowie tym mieści się rozpacz i bezradność. Impulsywne działanie w manii i psychozy wyniszczyły mnie, nie umiałam rozpoznać prawdy, pakowałam się w bardzo niebezpieczne sytuacje, cudem wychodząc z nich cało. Przecież leciałam jak oślepiąca ćma prosto w ogień.... Teraz wiem, że to Matka Boża wybawiła mnie z wielu niebezpiecznych sytuacji.

Od lat nie modliłam się, ale w chwilach bardzo trudnych zaczęłam wzywać Jej pomocy i zostałam wysłuchana. Do tej pory wspomnienia moich wędrowek są tak bolesne, że nie potrafię o nich mówić z dystansem.

Te wędrowki odbywały się w psychice i w rzeczywistości, w czasie i przestrzeni. Szłam za impulsywnymi uczuciami, wyzwolonymi przez bunt wobec rzeczywistości, na którą nie godziłam się. Ta burza uczuć to mania, jak mówią lekarze. Niegrzeczna dziewczynka dominowała nad tą grzeczną, która była grzeczna i potulna i nie przyznawała się sama przed sobą, że jest jej bardzo trudno i czuje się samotna i zagubiona. Niegrzeczna dziewczynka szła jak burza, mając poczucie mocy, przekonanie, że nie musi się tłumaczyć przed nikim, bo już zbyt długo była grzeczna. Bez opamiętania, zrywając więzi, które ją niszczyły, biegła na oślep.

Nie znając prawd wiary i nauk Kościoła, budowałam świat urojony. Psychozy były próbą wkroczenia w „tamten świat”, doświadczenia nieba i piekła. Pierwsza psychoza po moim ślubie... Zagubiłam się wtedy w zaświatach. Utożsamiałam się ze zmarłą babcią mojego męża, o której opowiadało mi jego rodzeństwo. Zaczęłam zagłębiać się w tajemnice jej życia, zastanawiać się nad tym, co przeżywała. W ten sposób uciekałam od trudnej rzeczywistości, zależności od innych. Mieszkaliśmy wtedy z bratem mojego męża, w starym domku, w którym dawniej mieszkała ich rodzina. Dom był nadszarpnięty zębem czasu, gotowaliśmy na maszynkach na prąd, bo nie było gazu. Chodziliśmy się kąpać do naszych rodziców. Przy tych wszystkich niedogodnościach ten dom miał swój urok, duszę. Pragnęłam ją poznać. Wyobraźnia pogalopowała aż do przeżyć psychotycznych. Wędrowałam w świat niewidzialny, który zdominował ten widzialny. Zabrnęłam bardzo daleko, aż do epoki Secesji, cofnęłam się w czasie i przeniosłam tam cały Kraków. Wszystko zaczęło się mieszać. Dziwność stała się rzeczywistością. Rozmawiałam z duchami. Byli mi bliżsi niż żyjący. Z żyjącymi nie mogłam się porozumieć. Żyjący przybrali cechy zmarłych, czasem widziałam ich twarze wykrzywione grymasem śmierci, bólu.

Ten świat zaczął mnie zjadać, jak to klasycznie bywa w psychozie. Miałam poczucie, że muszę z nim walczyć, żeby wygrać ze śmiercią i z szatanem. To była moja urojona misja z nutką prawdy. Prawda to odwieczna walka dobra ze złem, także wewnętrzna. Wylbrzyliłam ją do walki z piekłem, które pokazywało swoją wykrzywioną nienawiścią twarz. Zaczęłam „zbawiać świat”, w tajemnicy przed ludźmi, w których widziałam szatańskie podstępny. Oczywiście nie mogłam ujawnić lęku, a więc nie mogłam zdradzić się ani jednym słowem, dlatego lekarz psychiatra nic o tym nie wiedział, podobnie jak moja rodzina. Kulminacja nastąpiła po sylwestrowym balu, w sugestywnej scenerii Piwnicy pod Baranami, gdzie odbywałam swoje „dziady”, rozmawiając ze zmarłymi artystami. Uciekałam od męża do Kościoła Mariackiego, gdzie spędziłam resztę nocy aż do porannej mszy noworocznej. Szukałam schronienia w kościele, wzywając pomocy tego nieznanego Boga... Czułam, jak siły piekielne atakują kościół. Byłam pełna panicznego lęku, wylbrzymionego przez psychozę. Potem wplątałam się w takie sytuacje, że trafiłam do szpitala w Kobierzynie, cały czas

mając przekonanie, że przebywam wśród zmarłych. Moja wiedza o zaświatach była dość naiwna. Czulałam potrzebę upoetycznienia rzeczywistości, wpadałam w ekstazę, wtedy życie nabierało kolorów. Mogę powiedzieć, że Bóg Ojciec uratował mi życie, bo wplątałam się w sytuację niebezpieczną. Wyszłam z tego kryzysu, ale po jakimś czasie znowu wywędrowałam w wymagowany świat.

W naszej rodzinie wydarzyła się tragedia. Mój brat zginął w wypadku samochodowym, odszedł mając 29 lat, opuszczając młodą żonę i trzyletnią córeczkę. Było to trzydzieści lat temu. Opatrzność Boża oszczędziła mi widoku jego okaleczonego ciała. A jednak długo miałam poczucie winy, że nie towarzyszyłam wtedy rodzinie. Zmarł w szpitalu, poza Krakowem. Widzieli go rodzice i żona, oraz wujek, który zawiózł ich do szpitala. To, co widzieli pozostało w ich duszach jak głęboka rana. Mój brat miał duże poczucie humoru, lubiliśmy się razem zaśmiewać z różnych zabawnych sytuacji, pociągał nas czarny humor. Parę dni przed jego śmiercią odwoził mnie i męża do domu, po wielkanocnym obiedzie u rodziców. Nagle zaczęliśmy mówić o śmierci i Paweł stwierdził, że chciałby, żeby jego ciało zostało spalone. Podjęłam ten temat, pytając, gdzie mamy rozsypać jego prochy. Może nad włoskim morzem? Parę dni później już go nie było na tym świecie. Okazało się, że swojej żonie też mówił o kremacji. Spełniliśmy więc jego wolę. Po jego śmierci rozmawiałam z nim przez telewizję... Żartowaliśmy jak za jego życia. Kiedyś przeżywałam fascynację buddyzmem i uwierzyłam w reinkarnację. Odnalazłam więc rzekome wcielenie mojego brata... Zobaczyłam w gazecie zdjęcie małego chłopczyka, który był bardzo podobny do niego. Historia tej rodziny spodobała mi się i pocieszyłam się... Paweł żyje i jest szczęśliwy. Potem wcieliłam go w kota, ale to już zaczęło być niebezpieczne, kot zmienił się w szatana i rozwinęła się psychoza. Rodzice przeżywali stratę, ja wskrzeszałam zmarłego. Tata odszedł trzy lata później, po długiej i ciężkiej chorobie. Tym razem byliśmy z mamą przy jego śmierci, odszedł cichutko, w szpitalu. Pragnął być skremowany jak jego syn. Upoetyczniałam jego odejście. Czekałyśmy z mamą i z kuzynką na karawan, który miał zawieźć jego ciało do krematorium. Kiedy przyjechał i włożono tatę do pojazdu, z za węgla szpitala wyjechała dorożka. Pokazałam ją mamie i tak stwierdziłyśmy, że tato odjeżdża tą dorożką do nieba. Bardzo podziwiał Gałczyńskiego, a jego wiersz „Zaczarowana dorożka” znał na pamięć. Więc zaczarowana dorożka odwiozła go na niebieskie pastwiska.

Trzeba było żyć dalej. Mama często odwiedzała cmentarz, ja bardzo rzadko tam chodziłam. I dalej nie modliłam się, nie wpuszczałam Boga do mojego życia. Znowu uciekłam w psychozę i manię, chciałam odejść od mojego męża, nie mogliśmy się dogadać. I odeszłam, przechodząc przez szpital psychiatryczny. Zerwałam też z psychiatrią, niszcząc pętające mnie więzy. Byłam „wolna”, zdesperowana i szalona. Znowu szłam jak burza. Desperacko próbowałam znaleźć nowego męża, który będzie chciał mieć dzieci. Na to, co wtedy się działo, niech Bóg spuści zasłonę miłosierdzia. Cztery lata szaleństwa, potem depresja – pokuta.

I tak Bóg trafił do mnie. Najpierw przeżywałam chwile ekstazy w kościele. Zapragnęłam do niego wrócić. Pojawiła

się myśl, że powinnam przyjąć sakrament bierzmowania. Byłam zdominowana przez poczucie winy, duch we mnie zamierał, ciało chorowało, bardzo schudłam, pograżałam się w depresji. Zamknęłam się przed ludźmi, słowa wydobywały się ze mnie z trudem. Bałam się tego bierzmowania, bałam się Boga i odpowiedzialności. A jednak udałam się do księdza w parafii, gdzie przed laty przyjąłam Pierwszą Komunię. Wcześniej wróciłam do męża i pokutowałam za ból, który mu zadałam. Poczucie winy stało się obsesją. W manii uważałam, że powinnam odbudować swoje stłamszone „ja” i dawałam sobie nieograniczone prawo do tego, a w depresji niszczyłam siebie całkowicie, wpadając w czarną czeluść pustki. Tam był tylko ból. Byłam tym bólem i niczym więcej. Wypełniało mnie całkowicie poczucie winy i przekonanie, że nie nadaję się do niczego, że zmarnowałam wszystkie swoje „talenty”, że potrafię tylko niszczyć. Każde wypowiedziane do kogokolwiek słowo sprawiało mi ból. Każdemu słowu towarzyszyły myśli poniżające mnie samą. „Zobacz, jesteś nikim, nie potrafisz kochać, nie potrafisz nawiązać żadnej prawdziwej relacji...” Itd., itp.... Zniszczyłam swoją duszę. Utraciłam wszelkie duchowe siły. I w tę pustkę wkroczył Bóg. Przyszedł, żeby mnie uratować. To dzięki Jego natchnieniu zapytałam tego księdza, czy są jakieś przygotowania do bierzmowania. I dostałam adres Sióstr Jadwiżanek, które przygotowują dorosłych do przyjęcia sakramentów chrztu, komunii i bierzmowania, prowadzą też ludzi, którzy po latach wracają do Kościoła. Nic nie wiedziałam o ich istnieniu. Zgromadzenie Sióstr św. Jadwigi Królowej Służebnic Chrystusa Obecnego powstało w 1990 roku, powołane przez księdza profesora Wacława Świerzawskiego, ówczesnego rektora Papieskiej Akademii Teologicznej. Siostry, tak jak kiedyś ich patronka, św. Jadwiga Królowa, opiekują się ludźmi nieochrzczonymi, zagubionymi i przeżywającymi kryzys wiary. Działają przy kościele św. Marka w Krakowie.

Poszłam tam z lękiem, z bagażem depresji. Kościół św. Marka wznosi się naprzeciw Polskiej Akademii Umiejętności, na ulicy Sławkowskiej. Właśnie tam pracował mój ojciec. Okna jego dawnego pokoju wychodzą wprost na krzyż umieszczony na ścianie kościoła. Widziałam ten krzyż setki razy, kiedy żył mój tata, ale nie znałam tego kościoła. Najpierw patrzyłam na okno taty z lękiem, jak niegodna, marnotrawna córka. Wstępując na drogę katechumena też czulałam się niegodna, zdominowana przez depresyjne, czarne myśli. Dla katechumenów raz w tygodniu odbywa się msza święta połączona z katechezą. Oprócz tego każdemu przydzielony jest osobisty katecheta, który co tydzień spotyka się z nim na indywidualnej rozmowie. Siostry z miłością podchodzą do każdego człowieka, jak Chrystus traktują go indywidualnie. Każdemu poświęcają czas, półtorej godziny w tygodniu, a nawet więcej, jak jest potrzeba. Nie kończą rozmowy, przerywając w pół słowa, jak to czasem robią psychologowie, psychiatry czy niektórzy księża. I tutaj dziękuję jednak psychiatrycznym terapeutom, a zwłaszcza mojej psycholog, z którą przeżyłam bardzo długą i poplątaną drogę. Idziemy nią dalej, mozolnie rozsupłując węzły mojego życia. Dzięki terapeutycznym rozmowom potrafiłam otworzyć się na indywidualne rozmowy. Miłosierny Bóg obdarował mnie siostrą, która

studiowała psychologię. Zaczęłam od rozróżniania psychiki od duchowości. Duchowość była u mnie całkowicie zdominowana przez chorującą psychikę, lęk i pogardę do siebie samej. Długo nie przyjmowałam faktu, że mogę być darem. Nie wiedziałam też, kim jest Bóg, nie potrafiłam odpowiedzieć na takie pytanie. I przyszło powolne odzyskiwanie świadomości, poznawanie prawdy.

Nareszcie poznawałam Kościół i dowiadywałam się, jak wielkim skarbem jest Eucharystia. Walczyłam z depresją, czasem bardzo trudno było wyjść z domu na Mszę Świętą, przecież przestałam dbać o swój wygląd i zdrowie, ciężko było znaleźć coś przyzwoitego do ubrania. Ale wychodziłam z domu, a po jakimś czasie nie wyobrażałam sobie już niedzieli bez eucharystii. Chłoniłam każde słowo, każdy gest kapłana. Bywało też, że trudno było się skupić, rozbiegane myśli ocierały się o niepokój manii. A każde kazanie było pokarmem, którego tak długo brakowało mojej duszy. Dotarła też do mnie prawda o moim małżeństwie. Okazało się, że nie mogę przyjąć bierzmowania, ponieważ nie mieliśmy ślubu kościelnego. Mój mąż rozwiódł się ze swoją pierwszą żoną, z którą wziął ślub w kościele. Ja miałam za sobą nieudane związki, z których żaden nie zakończył się ślubem – dzięki Bogu! Wysłałam za mąż mając 25 lat, a byłam bardzo niedojrzała. Nie dorosłam do małżeństwa, a w dodatku wpadłam w bardzo trudny związek. Przez lata nie chodziłam do kościoła, nie mogłam przyjmować komunii. Teraz mogę przyjmować komunię duchową. A Kościół jest dla „utrudzonych i obciążonych”, warto doń pukać i przestać się bać odrzucenia. Doświadczylam tej miłości Kościoła, tego otwarcia w postaci mojej siostry katechетки, a także przez rekolekcje wielkanocne dla związków niesakramentalnych, które odbywają się w krakowskim kościele św. Krzyża. Brak sakramentów prowadzi do tęsknoty, która otwiera ludzi na Boga.

Hasło tegorocznego Dnia Solidarności brzmiało: „Kościół jest z nami”. Kościół jest też dla ludzi chorujących psychicznie, dla których religia staje się często treścią choroby. Warto z tym walczyć, bo nasze pojmowanie religii może rodzić wiele problemów, jak nadmierne poczucie winy, samokaranie się za grzechy, przebywanie w świecie wyobraźni, gdzie przeplata się niebo i piekło tak intensywnie, że niszczy więzi ze światem zewnętrznym. Potrzeba dobrego i cierpliwego prowadzenia przez osoby duchowne. Siostry Jadwizanki są bardzo cierplive, poświęcają dużo czasu swoim katechumenom.

W drugim roku katechumenatu przeżyłam jednak załamanie. Życie stało się dla mnie nie do zniesienia. Silnie przeżywałam też fakt, że nie mogę przyjąć bierzmowania. Rozumiałam to po swojemu, oskarżając się. Poczucie całkowitej niemocy znowu zwyciężyło. Kolejna próba samobójcza. Siostra Joanna odwiedziła mnie w szpitalu psychiatrycznym. Wtedy bardzo się wstydziłam, ale byłam wdzięczna za jej wytrwałość. Znowu parę miesięcy wyjętych z życia, pobyt w szpitalu był trudny, nie potrafiłam otworzyć się na terapię, może i dlatego, że nie czułam zaufania do tamtejszych lekarzy, odbierałam ich jako osoby zimne, traktujące ludzi chorych z dużym dystansem. W psychiatrii ważna jest szczególnie osobowość lekarza i jego podejście do pacjenta, liczy się tutaj ciepło i akceptacja. Przebywanie z ludźmi było taką udręką, że uciekałam w rysowanie. Spowiadałam się u księdza, który pojawiał się na toksykologii. Zostałam przez niego

potraktowana bardzo ostro, odczułam jego pogardę. Znowu bałam się wzięcia odpowiedzialności za swoje życie, byłam jak dziecko. W szpitalu odwiedzała mnie przyjaciółka, której wiara kiedyś mnie zachwyciła. Przed laty Bóg zapukał do mnie przez jej wiersze, w których wspominała o Nim. Wtedy uważałam mówienie o Bogu za coś wstydlivego, podziwiałam więc jej odwagę. Ilustrowałam jej wiersze, chłonąc jej wyznanie wiary. Teraz przyjaciółka zaproponowała mi wykonanie rysunku na ulotkę dla Stowarzyszenia „Otwórzcie Drzwi”. Namawiała też do włączenia się w działalność Stowarzyszenia po wyjściu ze szpitala.

Wróciłam do trudnego, poranionego małżeństwa. Zaczęłam chodzić na spotkania Stowarzyszenia, najpierw z poczuciem niższości wobec ludzi, którzy tak dużo zrobili, pokonując chorobę. Powoli wychodzę ze swojej skorupy. Zobaczyłam, że mogę wykorzystać swoje doświadczenie choroby, na spotkaniach ze studentami oraz z innymi grupami ludzi, którzy pragną dowiedzieć się czegoś więcej o chorujących psychicznie. Jeździliśmy też do Środowiskowych Domów Samopomocy. Łatwo było mi mówić o samej chorobie, trudniej o sposobach wychodzenia z niej, ponieważ cały czas męczyło mnie depresyjne poczucie niemocy. Tutaj światłem okazała się moja droga do wiary. Psycholog, z którą rozmawiam od lat, zauważyła, że jest to jedyna konsekwentna droga, którą podążam wbrew trudnościom. Do tej pory chodzę na spotkania z siostrą Jadwizanką, uczestniczę w mszach świętych, modlę się, czasem nieudolnie, potrafiąc tylko wołać do Boga o pomoc, jak podczas wstawania rano, kiedy czuję niechęć do życia. A jednak wstaję, co jest dowodem wysłuchania rozpaczliwej modlitwy, wbrew mojemu brakowi nadziei. Bardzo potrzebuję nadziei, dlatego idę dalej drogą wiary, a jest to najpiękniejsza droga, bo prowadzi do spotkania z Bogiem. W moim życiu porzucałam różne drogi, traciłam siły i motywację. Nieukończzone studia na ita-  
lianistyce, niespełnione marzenia o studiach na Akademii Sztuk Pięknych, porzucony paroletni pobyt na Warsztatach Terapii Zajęciowej, trudności z wytrwaniem w kontaktach z psychiatrami, przyjaźnie odrzucone i zerwane, trwanie od wielu lat na rencie...

Dlatego wiem, że bardzo potrzebuję pomocy Bożej, żeby wytrwać na posterunku zwanym życiem i nie dezertować, nie dopuścić do ucieczki przez samobójstwo. To wymaga zgody na trudności i cierpienie, a przy tym światła nadziei, żeby nie ulec rozpaczce. A któż może dać człowiekowi taką siłę, jeżeli nie Chrystus, Bóg, który stał się człowiekiem? Jest jeszcze miłość... to także droga. Droga poprzez przebaczenie, w moim przypadku sobie samej, tak, żeby nie przygniotło mnie poczucie winy. To miłosierdzie akceptujące własne słabości, a wreszcie dziękczynienie. Nawet za chorobę. Doznałam uczucia, że Bóg Ojciec pochyla się nad nami, przemawia do nas naszym własnym językiem, pokazując, jak dobrze zna każdego z nas. W moich psychozach pojawiały się przeżycia upoetyczniające codzienność. Niestety prowadziły do kolejnych przeżyć psychotycznych, poprzez które zrywałam kontakt ze światem realnym żyjąc w koszmarnej panice i poczuciu zagrożenia ze strony innych ludzi. Lęk utrudniał leczenie i nawiązanie kontaktu z ludźmi. A tutaj Bóg zesłał mi te światelka poezji i nie odjechałam w psychotyczną jazdę bez hamulców... Parę

razy, kiedy walczyłam z depresyjną niemocą i szłam do kościoła na mszę niedzielną, przed kościołem przejeżdżały dorożki, takie jak ta, do której wsadziłam mego zmarłego ojca. Patrzałam na nie z czułością. Dorożki pojawiały się też w chwilach szczególnie trudnych, kiedy wychodziłam do ludzi, podążając na zebrania Stowarzyszenia „Otwórzcie Drzwi”. I nie wariowałam z zachwytu, tylko spokojnie przyjmowałam je jako znak od Boga, pozdrowienie od Niego, zapewnienie, że jest i prowadzi mnie przez życie. Tak bardzo potrzebowałam znaków od Niego... i otrzymałam je. Każdy człowiek otrzymuje takie znaki, stworzone na jego miarę, jego sposób przeżywania, osobowość. Przecież Dobry Pasterz doskonale zna swoje owce...

A w jednym z Dni Solidarności z Chorującymi Psychicznie miałam okazję przejechać się dorożką wokół Rynku, gdyż przejazd dorożkami został zafundowany przez sponsorów. Wtedy także nie zwariowałam... Dwa lata temu, kiedy poszłam do kościoła w Boże Narodzenie, zachwycałam się szopką z żywymi owieczkami. Kościół powoli pustoszał, a ja miałam ochotę w nim zostać, bo znowu życie było takie trudne... Nagle z głośników popłynęła muzyka, a była to moja ulubiona kolęda, napisana przez Mariana Hemara, rozdzwoniona dzwoneczkami. Tak rzadko miałam okazję ją usłyszeć. Nagranie ktoś włączył w zakrystii... Bóg działa przez ludzi... i pozwolił mi na ten zachwyty, ukoił mój ból piosenką. Zacytuję tutaj parę słów z tej kolędy, napisanej kiedyś na wygnaniu przez tułacza Hemara: „Całą noc padał śnieg, cichy, cichy, cichuteńki, przyszedł świt, a tu świat cały biały, bieluteńki... Jakby ktoś świata skroń gładził chłodem białej ręki i powiedział szeptem doń: Nic się nie bój, mój maleńki... Niech cię głowa już nie boli, niech cię smutna myśl nie trapi, przyszedł świt, dosyć łez, pokój ludziom dobrej woli”... Te słowa ukłyały mnie i ukoily. Poczulałam się przytulona i wróciłam

do domu. Przypominam sobie te chwile, kiedy jest mi źle, kiedy czuję, że Bóg milczy, a ja znowu pogrążam się w depresji. Tak jak teraz, kiedy piszę te słowa, a każde z nich wydobywa się ze mnie z trudem. Trud to część życia, zaczynam go akceptować.

W psychiatrii dużo mówi się ostatnio o umacnianiu i zdrowieniu. Zdrowienie jest trudną, mozolną drogą, gorzkim lekarstwem, którego gorycz przyjmuje się jako konieczną. A bierzmowanie jest przyjmowane właśnie jako umocnienie, jako sakrament, przez który Duch Święty czyni nas zdolnymi do dojrzałej wiary. Proponowano mi udzielenie bierzmowania przez księdza współpracującego z psychiatrią. Nie zgodziłam się na to, ponieważ byłoby to pójście na łatwiznę, a w rezultacie byłby to pusty znak. Ale przyjąłam wreszcie prawdę o moim małżeństwie, która przez siedemnaście lat nie docierała do mnie. Zobaczyłam w innym świetle te trudności wspólnego życia, przez które przechodziliśmy. Idę więc dalej drogą wiary, upadając i powstając. Dojrzała wiara to przyjęcie odpowiedzialności, ale też uznanie własnej słabości z nadzieją, że jest Ktoś, kto kocha nas takimi, jacy jesteśmy i przyjmuje jako Swoje dzieci. I pozwala mi na zachwyty, chroniąc przed psychotycznym przeżywaniem świata. Wierzę, że wyprowadzi mnie z depresji, której jeszcze ulegam. To cierpienie ma swoje powody. Boję się... codziennie budzę się z kamieniem na sercu, ale wstaję. Żyję... pomimo. I nieśmiało pozwalałam sobie na zachwyty, chociaż parosekundowe, nad pięknem stworzenia, barwną delikatnością kwiatów czy purpurowo pomarańczowym zachodem słońca. I czułością Ojca Niebieskiego, który tak dobrze nas zna... lepiej niż my sami. Czekam na dużo pracy... i podjęcie zadania miłości, która przecież cierpliwa jest, łaskawa i sprawiedliwa, jak wspomina święty Paweł. Czy wystarczy mi czasu na tym świecie, żeby naprawić to, co zniszczyłam? Chyba zaczynam ufać Bogu...