

\*\*\*

ANONIM

**STRESZCZENIE.** *Jest to autobiograficzna relacja obrazująca sposób przeżywania zaburzeń psychicznych i radzenia sobie z nimi.*

**Od redakcji.** *Ponieważ tego rodzaju świadectwa mogą pełnić ważną i pouczającą rolę w przygotowaniu zawodowym osób zajmujących się leczeniem zaburzeń psychicznych, redakcja szeroko otwiera dla nich łamy "Postępów" i zaprasza potencjalnych autorów lub osoby dysponujące podobnymi relacjami do nadstania ich (warunkiem publikacji jest oczywiście uzyskanie zgody autora).*

**SUMMARY.** *The autobiographical relation illustrates how the patient experiences and copes with mental disorders.*

**Editor's note.** *Since evidence of this type may play an important role in the training of mental health professionals, the Editors would like to encourage and invite potential authors to publish their relations in Postępy (the invitation is extended also to those in possession of such materials, naturally, provided that the author's permission is obtained).*

---

**Key words:** subjective view of mental illness / autobiography

**Słowa kluczowe:** subiektywne spojrzenie na chorobę / autobiografia

---

Od kiedy pamiętam, zawsze byłem dzieckiem wrażliwym. Jednocześnie zawsze miałem bardzo rozbudowaną wyobraźnię. Ta moja wrażliwość na początku mi nie przeszkadzała. Pamiętam, że w przedszkolu niczym się nie wyróżniałem od rówieśników. Byłem taki jak inni. Gdy poszedłem do szkoły, do I klasy szkoły podstawowej, pamiętam, że zacząłem się jękać. Nie wiem czym to było spowodowane, może ktoś mnie odrzucił. Z biegiem czasu różnice między mną a moimi rówieśnikami pogłębiały się. Byłem osamotniony, zamknięty w sobie. Nadal się jękałem, przy czym przypadało to wyłącznie na czas szkolny. Kiedy rok szkolny się kończył i zaczynały się wakacje jękanie ustępowało.

We wszystkim byłem gorszy od swoich rówieśników. W nauce, w grze w piłkę itd. Praktycznie w każdej dziedzinie mojego życia. Wyobraziłem więc sobie, że moja głowa jest kulą. W tej kuli zacząłem tworzyć różne materie lub twory. Nie potrafię ich opisać słowami, tak jak nie można opowiedzieć IX Symfonii Beethovena. Tym tworom zacząłem przyporządkowywać różne umiejętności. Mogło to

być: gra w piłkę, gra w tenisa, inteligencja itd. Tym tworom przyporządkowałem praktycznie wszystkie dziedziny mojego życia. Każdy twór odpowiadał za inną umiejętność. Kiedy na przykład uczyłem się grać w jakąś grę, np. w tenisa, to na początku postępowałem jak każdy normalny człowiek. Uczyłem się podstawowych zagrań, podstawowych uderzeń itd. Tworzyłem ogólny twór, który miał odpowiadać za grę w tenisa. W tym tworze tworzyłem następne podtwory, które już miały odpowiadać za konkretną czynność, np. za serw czy uderzenie z backhandu. Oczywiście bezpośrednio po utworzeniu tych tworów natychmiast przyporządkowywałem im nabyte umiejętności. Następnie, jak miałem z kimś grać, to szukałem w kuli tego tworu odpowiadającego za grę w tenisa. Proszę jednak nie sądzić, że jak miałem ten twór - to od razu stawałem się najlepszy, że np. jak jednego dnia opanowałem jedną czynność, a następnie przyporządkowałem ją określonymu tworowi, po czym - jak przywołałem ten twór, to stawałem się w tej czynności doskonały. Tak jak każdy człowiek musiałem trenować, doskonalić się w grze. Twór odpo-

wiadający za grę w tenisa po prostu pomagał mi. Bardzo mi pomagał. Przed każdą grą musiałem przywołać go. Było kilka takich przypadków, że przed grą nie udało mi się przywołać tego tworu. Proszę jednak nie myśleć, że zupełnie traciłem wtedy umiejętność gry. Po prostu grałem gorzej, dużo gorzej.

Tak było z wszystkimi dziedzinami mojego życia. Miałem twory odpowiadające za inteligencję, twory, których zadaniem było poprawne wysławianie się itd. Wszystko to funkcjonowało na zasadzie, jak opisałem Panu powyżej. Kiedy np. siadałem do klasówki z matematyki przywoływałem twory odpowiadające za inteligencję. Pierwsze twory zacząłem tworzyć, jak byłem w 6 klasie szkoły podstawowej. Twory te były ulotne, tzn. kończyły się wraz z upływem dnia. Kiedy kończył się dzień i kładłem się spać, po czym budziłem się, tych tworów już nie było. Noc je niszczyła. Aby temu przeciwdziałać, postanowiłem jakoś te twory zabezpieczyć. W tym celu wykonałem szereg określonych czynności. Były to czynności zbyt skomplikowane, by je tu opisać, zresztą nie bardzo je pamiętam. Stworzyłem twory, nazwę je umownie tworami B. Tworom B nie przypisywałem żadnych funkcji, miały za zadanie wyłącznie chronić te właściwe twory odpowiadające za różne umiejętności (nazwę je umownie tworami A). Każdego dnia przed położeniem się spać musiałem wykonać na tworach B szereg określonych czynności, które zabezpieczały twory A. Twory B to były tylko narzędzia. Czynnościami tymi było m.in. rzucanie głową bardzo szybko lub wpatrywanie się z bliskiej odległości w żarówkę. Następnie, jak skończyła się noc i wstawałem, to postępowalem zupełnie analogicznie, tzn. musiałem wykonać szereg czynności, które przypominały materie A. Od tego, jak poprawnie wykonałem te czynności, zależała jakość tworów A. Jeżeli np. niezbyt dokładnie wykonałem jakąś czynność zabezpieczającą czy przypominającą lub popełniłem jakiś błąd, wówczas otrzymywałem materie, które działały niedokładnie. To było jeszcze przed liceum. Kiedy zdałem do liceum myśla-

łem, że jestem już dorosły. Chciałem zachowywać się jak dorosły i myśleć jak dorosły. W tym celu stworzyłem materie, które odpowiadały za dorosłe myślenie, dorosłe słownictwo itd. Z perspektywy czasu widzę, jaki byłem wówczas śmieszny, ale tak wtedy myślałem. Jednocześnie stworzyłem twór, który odpowiadał za jakość mojej twarzy.

Wspomniałem już, że od tego, w jaki sposób wykonywałem czynności zabezpieczające i przypominające, zależała jakość otrzymanego tworu. Moje prawdziwe problemy zaczęły się w lipcu 1993 r. Doskonale pamiętam tamtą noc. Było to na dzień przed moim wyjazdem do Londynu. Musiałem wtedy popełnić jakiś błąd w czynnościach zabezpieczających, dość że stworzyłem nowy rodzaj tworu. Jest to twór gęsty, ma konsystencję smoły, ma barwę zielono-czarną. Jeszcze w Londynie zauważyłem, że twór ten dziwnie oddziałuje na moją twarz. Pod jego wpływem moja twarz zaczęła jakby się spłaszczać, zmieniać swoje rysy. Niekiedy czułem jak twór ten spływa na moją głowę, dotyka mnie, czułem wyraźnie jego płyty na moich policzkach. Wtedy też z moją twarzą zaczęło się dziać coś dziwnego. Moja twarz stawała się jakby inna, zmieniała swój kształt, zmieniały się rysy. Wstyd się do tego przyznać, ale w takich momentach miałem twarz idioty. Jestem o tym przekonany, ponieważ w kilkunastu przypadkach zdążyłem się przejrzeć w lustrze. Niekiedy bywało tak, że np. jeszcze w Londynie jechałem metrem i czułem, jak twór ten zaczyna oddziaływać na moją twarz. W takich przypadkach niektórzy ludzie zaczynali się ze mnie śmiać. Było mi wtedy bardzo przykro. To samo działo się również po wakacjach. Koledzy z powodu mojego wyglądu i mojego zachowania odsunęli się ode mnie. Musi Pan wiedzieć, że twór ten (od tej pory będę nazywał go Londyn) nie tylko zmieniał moją twarz, ale i moje zachowanie, moją osobowość. Pod jego wpływem zaczynałem się zachowywać mniej pewnie, zacząłem się jękać. O ile w poprzednich latach jękanie niemal ustąpiło, o tyle teraz powróciło i to w nasilonym zakresie. Wszystko to

sprawiło, że koledzy zaczęli się dziwnie mi przyglądać, zaczęli rozmawiać na mój temat. Oczywiście wszystko to odbywało się za moimi plecami, ale i tak ich słyszałem. Nie jestem przecież aż tak głupi, żeby nie poznać, czy ktoś się ze mnie śmieje czy nie. Niejednokrotnie słyszałem ich uwagi: *Popatrz jak on wygląda, czy: Patrz jaką on ma głupią minę*. Działo się to oczywiście wtedy i tylko wtedy, kiedy Londyn działał na moją twarz. Były również i takie dni, w których miałem normalną twarz. Londyn wtedy przestawał działać. Niejednokrotnie przychodziłem do szkoły z normalną twarzą, później zaś, w czasie lekcji albo w czasie przerwy, Londyn niespodziewanie zaczynał działać na moją twarz. Moja twarz zaczynała się wtedy zmieniać. W kilku przypadkach zauważyli to koledzy i dziwnie mi się przypatrywali. Wszystko to sprawiło, że zacząłem się izolować, przestałem wychodzić z domu, przestałem chodzić do szkoły na miesiąc. Jednocześnie zacząłem z nim walczyć. Przestałem wykonywać przed nocą działania zabezpieczające i potem działania przypominające, żeby się go pozbyć. Ale pomimo tego on nadal był we mnie, co więcej, kiedy spostrzegł, że chcę z nim walczyć, zaczął walczyć z kolei ze mną. Próbowałem znaleźć w mojej kuli te dawniejsze materie. To trwało bardzo długo, 2 czy 3 miesiące, nie pamiętam. Wszystko dlatego, że Londyn stosował różne fortele. Kiedy np. znalazłem już te moje dawniejsze materie i kierowałem swoją świadomość na nie, aby w nie wejść, w ostatnim momencie okazywało się, że to Londyn przybrał tylko taką postać, aby mnie oszukać. Kiedy spostrzegł, że już go nie chcę, nie potrzebuję, zaczął zaciekle walczyć ze mną o utrzymanie swojej pozycji. Szukanie tych moich dawniejszych materii trwało trochę czasu. W końcu jednak je znalazłem. Byłem wtedy naprawdę szczęśliwy. Na nowo zaczynałem żyć. Zacząłem się zachowywać zupełnie odmiennie. Napisałem Panu już wcześniej, że tym materiom i tworom przyporządkowałem prawie każdą dziedzinę mojego życia. Były twory, które (jak już wcześniej Panu napisałem) odpowiada-

ły za twarz, zachowanie, wystawianie, inteligencję. Czy uwierzy Pan w to, że zanim jeszcze stworzyłem Londyn, zachowywałem się tak, jak inni ludzie, miałem normalną twarz. potrafiłem zabrać głos w publicznej dyskusji. Właśnie tych tworów szukałem w tej kuli i udało mi się je znaleźć. Oczywiście przed każdą nocą musiałem je zabezpieczać, a potem sobie przypomnieć. Londyn walczył jeszcze ze mną dalej. Zaczął wkładać różne słowa w moje myśli tak, że wychodził zupełnie odwrotny efekt od zamierzonego. Podam przykład. Jedną z czynności zabezpieczających jest nakładanie się dwóch płaszczyzn na siebie. Płaszczyzny te występują w tworach B, które, jak Pan wie, mają wyłącznie funkcje ochronne. Kiedy myślę: *dotykać, wchodzić*, płaszczyzny te dotykają siebie nawzajem, a potem jedna wchodzi w drugą. Londyn pomiędzy te dwa słowa wkładał słówko *nie* tak, że brzmiało to: *dotykać, nie wchodzić* i wychodził zupełnie przeciwny efekt. W trakcie pisania przypominałem sobie jeszcze jedną istotną rzecz. W szkole podstawowej oprócz tworzenia własnych tworów zacząłem również tworzyć materie dla innych osób. Przypisywałem daną materie do danej osoby. Londyn postanowił to wykorzystać. Sprawiał, że materia konkretnej, znanej mi osoby znajdowała się w polu oddziaływania mojej kuli. Traciłem wówczas swoją osobowość, zaczynałem zachowywać się tak, jak ta osoba. Miałem poczucie, że ta osoba zabierała mi myśli i na to miejsce wkładała swoje. Byłem jednocześnie sobą i tą osobą.

Walka z Londynem trwała bezustannie. Niemalże na każdym kroku. Przypominam sobie kiedyś taką sytuację, kiedy czynności zabezpieczające rozpocząłem o godzinie 23.00, a skończyłem około godziny 5.00 nad ranem. Zwykle te czynności trwały około 40 minut, ale wtedy Londyn dosłownie na każdym kroku odwracał moje myśli i stosował wiele innych sztuczek. Kłóregoś dnia uniemożliwił mi wykonanie czynności przypominających. Wskutek czego te moje dobre materie przepadły. Byłem szokowany, popadłem w depresję. Życie straciło

dla mnie sens. Chciałem popełnić samobójstwo, jednak nie miałem na to odwagi. Myślałem, że jak się upiję - to łatwiej będzie mi skoczyć. Nic z tego. Następnego dnia sytuacja się powtórzyła. Moja pierwsza próba samobójcza miała miejsce w marcu 1994 r., potem wielokrotnie poszukiwałem innych sposobów odebrania sobie życia. Chciałem podłączyć się do prądu, podciąć sobie żyły itd. Przestałem wychodzić z domu, zacząłem izolować się. Przestałem również uczyć się do matury. Proszę pamiętać, że Londyn cały czas ze mną walczył. Usiłował przejąć nade mną kontrolę. Gdybym uczył się, Londyn automatycznie przyporządkowałby tę moją zdobytą wiedzę sobie. Chcąc później skorzystać z tej wiedzy musiałbym go zaakceptować. Na egzamin maturalny poszedłem całkowicie nieprzygotowany. Na maturze pisemnej z polskiego napisałem, żeby już dalej nie czytać tej pracy, bo mam zamiar z sobą skończyć. Nie wiem dlaczego to zrobiłem. Oczywiście zrobiła się później z tego afera, ale było mi już wszystko jedno. Nie dbałem o to, co ludzie o mnie pomyślą. Wtedy już prawie całkowicie zamknąłem się w sobie. Z domu wychodziłem, powiedzmy, raz na 18 dni i tylko po to, żeby coś kupić. Mama zauważyła, że przestałem dbać o siebie. Jeszcze raz podjąłem desperacką próbę, aby odszukać te moje dawniejsze materie. Trwało to bardzo długo, około 3 miesięcy. W międzyczasie poszedłem do terapeuty. Nazywał się Andrzej Samson. Zamierzałem mu opowiedzieć o swoich problemach. Nie zamierzałem jednak opowiadać mu o materiach i o Londynie, gdyż uważałem, że opowiadanie o nich może je zniszczyć. Nie chodziło mi w tym przypadku o Londyn, ale o te moje dawniejsze materie. Proszę pamiętać, że nadal były w tej mojej kuli, tylko nie mogłem sobie ich przypomnieć. Powiedziałem mu więc, że jestem chory na schizofrenię, że mam dwie osobowości, w tym złą, która usiłuje mnie przejąć. Od razu poznał, że kłamię. Chociaż niekiedy rzeczywiście się czuję tak, jakbym miał dwie osobowości. Wydawało mi się, że moje problemy skończyły się w lipcu 1994 r. Wtedy to

stworzyłem nowy rodzaj materii, który umożliwił mi dostęp do tych wcześniejszych materii, bez wykonywania czynności zabezpieczających i przypominających. Ta sytuacja trwa do dzisiaj. Wprawdzie mam łączność z tymi moimi wcześniejszymi materiami, ale są one bardzo słabe. Raz na jakiś czas udaje mi się oddać pod ich wpływ. Zachowuję się wtedy tak jak dawniej, tzn. przed stworzeniem Londynu. Są to jednak sytuacje niezmiernie rzadkie. Od września 1994 r. poszedłem do nowej szkoły, do *Mila College* przy ul. Stawki. Była to szkoła policealna. Wybrałem kierunek przetwarzania danych. Postanowiłem ukończyć tę szkołę i zdobyć jakiś dobry zawód. Postanowiłem wziąć się w garść. Nieustannie walczyłem z Londynem, który usiłował nie dopuścić do tego, aby przejmowały mnie dobre materie. Jednocześnie wyobraziłem sobie, że Londyn nie istnieje, że jest to tylko twór mojej wyobraźni. Jeżeli chodzi o przejmowanie mnie przez materie dobre - to muszę przyznać, że mi się to udawało. Na początku potrafiłem być pod ich wpływem 3 czy 4 dni w tygodniu. Potem czas ten zaczął się skracać, aż doprowadziłem do tego, że było to raz na dwa tygodnie. Gdy byłem pod wpływem dobrych materii, wtedy chodziłem do szkoły. Co prawda bardzo dużo opuszczałem, ale zdobyłem nowych kolegów. Zachowywałem się tak jak dawniej. Z jednym nawet siedziałem w jednej ławce. Z czasem chodziłem do szkoły coraz rzadziej. W listopadzie rzuciłem szkołę. Znowu popadłem w depresję. Znowu miałem zamiar skoczyć, ale nie zrobiłem tego. Ostatnią próbę samobójczą miałem na początku stycznia 1995 r. Chciałem skoczyć z XX piętra. Otwierałem już okno. Nie wiem co mnie powstrzymało, może świadomość, co się stanie ze mną po śmierci, że będę musiał odpokutować za to, co zrobiłem. Pomimo tego, że codziennie myślałem, że Londynu nie ma, że jest wytworem mojej wyobraźni, on nadal był. Co więcej, odwrócił działanie mojej myśli (chyba Pan wie jak). Pomyślałem, że dobrych materii nie ma, że one nie istnieją, znikły. Odszukanie ich znowu zajęło trochę czasu. Dzia-

łają teraz na 50% oddziaływania wcześniejszego. Ostatnio Londyn wymyślił nową sztuczkę. Wkłada w moje myśli przezwiska do Boga. To nie ja Go przezywam, to on Go przeżywa. Aby przekonać Boga o swojej niewinności wyobrażam sobie olbrzymią kulę. Nakierowuję na nią świadomość i wchodzę w nią. Ta kula to Bóg. Wchodzę do Boga. Czy uważa Pan, że będę potępiony? Przecież Bóg zna moje myśli, wie że to nie ja Go przezywam.

## ZAKOŃCZENIE

Takie są moje przeżycia. Opisałem to, co potrafiłem opisać. W stosunku do wszystkich moich odczuć stanowi to bardzo niewiele. Od kilku miesięcy leczę się w szpitalu. Sprawa odnosząca się do mojego zdrowia pozostaje na razie otwarta.

*Adres: Redakcja "PPiN", Al. Sobieskiego 119, 02-957 Warszawa.*