

O zaburzeniu psychicznym inaczej

On mental disorder otherwise

EWA

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

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 nadeśłania ich (warunkiem publikacji jest oczywiście uzyskanie zgody autora) (red.)

This autobiographic relation illustrates how it feels to experience mental disorder and to cope with them.

Since such evidence may play an important and educative role in the training of professionals concerned with treatment of mental disorders, the Editors would like to encourage potential authors and invite them to publication of similar relations in "Postępy" (the invitation extends also to persons in possession of such materials, naturally, providing that the author's permission is obtained) (Eds.)

Wstęp

Czy uznać, że byłam chora, czy nie, zależy od punktu widzenia. Nie chodzi tu o nieostrą granicę między zdrowiem, a chorobą, ale o to, czy pewne przeżycia psychiczne nie mieszczące się w "normie" uznać za chorobliwe, czy też za wyjątkowe. Ten pierwszy punkt widzenia prowadzi niekiedy do stwierdzeń absurdalnych. Na przykład: "(...) defekt schizofreniczny może mieć charakter społecznie dodatni. Dawny *bon viveur* zmienia się w społecznika (np. Brat Albert)..." (Kępiński *Schizofrenia*).

Czyżby Brat Albert przechodził chorobę psychiczną? Jaką?

Stwierdziłam, że przeszłam przez głębokie zaburzenie psychiczne, lecz mówiąc "zaburzenie" nie mam na myśli patologii, lecz raczej niezwykłe zjawisko psychiczne.

Jakiego typu zaburzenie? Sądzę, że sprawę należy rozpatrywać na czterech płaszczyznach:

- 1) duchowej
- 2) psychologiczno-emocjonalnej

- 3) intelektualnej
- 4) fizycznej

Lekarza na ogół interesują tylko dwie ostatnie, a szczególnie ostatnia. Oczywiście najłatwiej poddaje się obserwacji sfera fizyczna. W sferze intelektualnej stwierdza się na przykład nienormalne ("fałszywe") postrzeganie rzeczywistości (urojenia). Na tej podstawie opisuje się chorobę. To tak jakby oglądać tylko wierzchołek góry lodowej.

Tymczasem, to co naprawdę jest istotne dla tego opisu i w ogóle dla zrozumienia zjawiska, to są dwie pierwsze sfery.

W sferze, którą nazwałam intelektualną, należy starannie odróżniać spostrzeżenia fałszywe (urojenia, halucynacje) od spostrzeżeń, które nie są powszechnie dokonywane, ale, które są trafne - dotyczą pewnych obszarów rzeczywistości normalnie niedostrzegalnych, a odślanających się człowiekowi w pewnych szczególnych warunkach. Jeśli chodzi o dolegliwości fizyczne, na przykład bezsenność, niedowład, dziwne doznania w głowie czy w sercu (halucynacje zaliczyłam do pograni-

cza sfery intelektualnej i fizycznej), to mogą to być tak jakby skutki uboczne zjawiska dotyczącego przede wszystkim dwóch pierwszych sfer. Są więc dla zrozumienia całego procesu drugorzędne.

O co chodzi w tych czterech sferach?

W sferze duchowej chodzi o to, co nazywam duchowym rozwojem. Mierzę go zdolnością (potencją) dawania miłości. Dzięki nietypowemu (nie obserwowanemu na co dzień) cofnięciu się w czasie (psychicznym) można odzyskać utraconą potencję kochania. "Cudy" (miracles) są jednocześnie początkami i zakończeniami, a więc odwracają porządek czasowy. Są one zawsze potwierdzeniem rodzenia się na nowo (rebirth), wydają się iść w tył, podczas gdy idą naprzód. Odtwarzają przeszłość w teraźniejszości i w ten sposób wyzwalają przyszłość.

Ewolucja jest procesem, w którym przechodzi się z jednego poziomu na inny. Naprawiasz swoje fałszywe kroki idąc naprzód. Ten proces jest niezrozumiały w terminach czasowości, ponieważ wracasz się idąc naprzód. Zadośćuczynienie jest narzędziem poprzez które możesz uwolnić się od przeszłości idąc naprzód. Odwraca twoje przeszłe błędy, umożliwiając ci uniknięcie przejścia jeszcze raz tą samą drogą. W tym sensie Zadośćuczynienie oszczędza czas, ale nie niweluje go. Tak długo, jak długo istnieje potrzeba Zadośćuczynienia, tak długo istnieje potrzeba czasu" (*Course in miracles*).

Aktami psychicznymi z mojej strony, które tej sfery dotyczą, są:

wola,
świadomość,
wiara.

Jeśli chodzi o wolę - to jest to pragnienie (dążenie do) dobra wraz ze zdolnością dokonywania wyborów, zaś świadomość - to zdawanie sobie sprawy z zachodzącego zjawiska (awareness). Przez wiarę rozumiem nie światopogląd, ani konkretną religię, lecz otwarcie się na transcendencję - na świat (wymiar) duchowy (bardzo trudno jest ten stan wyjaśnić komuś niewierzącemu). Te trzy zdolności nie

są zaburzane przez zachodzący gwałtowny proces - burzę emocjonalną, zawirowanie poczucia czasu itd. Pozostają one jako nienaruszona potencja i pozwalają dokonać dystansu od trzech następnych sfer (zdystansowanie się "I" do "me" - De Mello *Awareness*).

Sfera druga, którą nazwałam psychologiczno-emocjonalną - to ta, w której leżą dramaty osobiste, konflikty uczuciowe, tłumienie uczuć, zerwanie tamy (które można widzieć jako olśnienie schizofreniczne). Należy tu odróżnić pomiędzy tym co dzieje się w samym człowieku od okoliczności życiowych.

Do sfery intelektualnej zaliczyłabym wszystkie burzliwe doznania psychiczne oraz próby ich interpretacji. Można się łatwo tu pogubić i zejść na fałszywą drogę, szczególnie jeśli zawodzi normalne postrzeganie zmysłowe (omamy). Zaburzenie, które przeszłam, miało dla mnie wartość poznawczą i ma do dziś, uważam, że obserwacje, które poczyniłam odpowiadają prawdzie o świecie i o człowieku. Nie żyłam w stworzonym przez siebie świecie urojonym ("choć bardzo usystematyzowanym"), lecz na naszym świecie. Mogłam go obserwować od trochę innej strony, co nie znaczy w skrzywionej perspektywie. Dzięki temu, że moje położenie w tym świecie było nietypowe, mogłam dostrzec pewne podskórne mechanizmy, których normalnie się nie dostrzega. Gotowa jestem tego poglądu bronić. To tak jak w grze w brydża na moim komputerze "Spectrum", jeśli się komputer przegrzeje, to zamiast grać, zaczyna odślaniać swój wewnętrzny program do gry. Tym niemniej ten program jest faktem, a nie urojeniem.

Czy takie obserwacje można obiektywizować? Uważam, że do pewnego stopnia można. Wykres, który przedstawię, narysowaliśmy niezależnie z moim przyjacielem, który przeżywał podobne zaburzenie. Także niezależnie tak samo go zinterpretowaliśmy. Pewne skojarzenia pokrewne takiemu wykresowi można znaleźć w książkach o duchowości, na przykład w *Course in miracles*. Zresztą zilustruję go na przykładzie swojego życia.

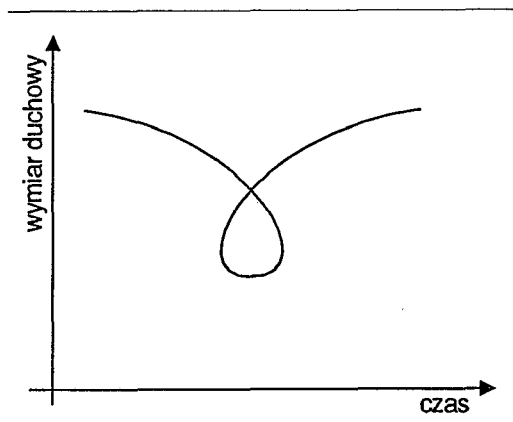
Czy są to obserwacje dotyczące świata, czy tylko naszej psychiki? Odpowiedź zależy od założeń filozoficznych. Równie dobrze można by powiedzieć, że postrzeganie stołu, krzesła itp. nie świadczy o cechach rzeczywistości, lecz naszej psychiki. Ktoś może zaprotestować: ale przecież postrzegamy tak samo! Na to ja też powiem - przecież postrzegamy tak samo, tyle, że osób postrzegających jest mniej. Można by powiedzieć, że w istocie jest wszystko jedno czy uznać sprawę za subiektywną, czy obiektywną, bo informacja jest właściwie taka sama. To tak jak z ruchem Słońca dookoła Ziemi, czy Ziemi dookoła Słońca - jedno i drugie jest prawdą, zależy tylko, gdzie umieścimy inercjalny układ współrzędnych. Tu też właściwie zależy, gdzie umieścimy inercjalny układ współrzędnych, czy w konkretnym człowieku, czy na zewnątrz. Jednak, tak jak w fizyce, należy przyjąć tę koncepcję, która pozwala stworzyć prostszą i bardziej spójną teorię.

Wreszcie sfera fizyczna. Nauka (medycyna) na niej się właściwie koncentruje. Sfera ta dotyczy funkcjonowania ludzkiego ciała, w szczególności mózgu. Naturalnie, każde zjawisko psychiczne ma aspekt biologiczny, zaburzenie psychiczne też. Pytanie, którą sferę uznać za pierwotną i którą za istotniejszy przedmiot badań. Tu znowu można przytoczyć argument prostoty i spójności teorii - tę, która pozwala więcej odkryć i więcej wyjaśnić.

Droga w czasie

Wprowadzam następującą konwencję: do współrzędnych przestrzennych i czwartej współrzędnej - czasu dołączam jeszcze jedną, którą umownie nazywam wymiarem duchowym. Moje zaburzenie można wówczas zinterpretować jako zakreślenie następującej drogi - rozważamy rzut tej drogi na płaszczyznę wyznaczoną przez wymiar duchowy i czas.

Chodzi o to, że zamiast żeby normalnie iść w czasie do przodu, a duchowo raz trochę w górę, a raz trochę w dół ("norma") człowiek zaczyna upadać (duchowo, moralnie), w pew-



nym momencie tak stromo, że już nie może iść naprzód w normalnym porządku czasowym, jedyną możliwość gładkiego przejścia to jest tak jak narysowane - pętla w czasie.

Co to za czas?

Czas, w odróżnieniu od przedmiotów materialnych nie jest przedmiotem, lecz pojęciem stworzonym przez człowieka. Dlatego to pojęcie wydaje się ściślej związane z naszą jego percepcją, niż pojęcia odnoszące się do przedmiotów. Czas jest w istocie pojęciem umownym. Także umową (konwencją) naszą jest traktowanie czasu jako wymiaru fizycznego (tym niemniej naukowo skuteczną konwencją). Można mówić oddzielnie o czasie fizycznym (tym, który występuje w równaniach ruchu, klasycznych lub relatywistycznych), a oddzielnie o czasie przez nas percepowanym, nazywanym czasem psychicznym. Ale nie wiem, czy takie rozróżnienie jest właściwe. Myślę, że nie prowadzi do sprzeczności utożsamienie tych dwóch czasów. Wymaga to jednak wprowadzenia dodatkowego pojęcia, które ja nazywam *czasem absolutnym*, a przez które rozumiem kolejność zdarzeń (abstrahowaną od interwałów czasowych między nimi). Jak więc można cofnąć się w czasie? Chodzi o cofnięcie się w czasie przez mnie percepowanym (który utożsamiałam z czasem fizycznym). Droga w czasie absolutnym jest oczywiście zawsze naprzód - czas absolutny odpowiada tu porządkowi punktów na krzywej jeśli się poruszać po tej krzywej. Można

jeszcze zapytać, jak jest możliwe poruszanie się w czasie fizycznym inaczej niż otoczenie. Sądzę, że tym można wyjaśnić zerwanie więzi z otoczeniem w zaburzeniu psychicznym (mówi się też na przykład, że "grzech" zrywa więź człowieka z Bogiem i z innymi ludźmi - może grzech to właśnie jakiś ruch w mojej duchowo-czasowej przestrzeni?).

Równania ruchu dotyczą zależności pomiędzy współrzędnymi przestrzennymi a czasową dla obiektu poruszającego się w przestrzeni (czasoprzestrzeni). Być może istnieją podobne ściśle zależności dla poruszania się w przestrzeni duchowo-czasowej.

Pojęcie takiej przestrzeni jest oczywiście roboczą konwencją, ale w tej konwencji łatwiej jest mi zinterpretować moją życiową drogę. Chodzi mi tu o drogę, którą przeszłam w wieku 17-24 lat i której częścią było to, co nazywam zaburzeniem psychicznym. Sam pomysł wymiaru duchowego jako współrzędnej nie jest tylko mój. Już wspominałam, że mój przyjaciel, Zbigniew, narysował taki sam wykres. Także kiedyś, jeszcze we wczesnej młodości, rozmawiałam o tym z bliskim mi człowiekiem, znanym matematykiem. Widział tę sprawę podobnie.

Opiszę teraz w skrócie tę drogę i ze szczegółami samo zaburzenie. Kursywą napisałam rozmaite wypowiedzi, które wtedy słyszałam bądź przypadkiem(?), bądź powiedziane do mnie (jeśli wiem kto mówił, to piszę to).

Zaczęłam opuszczać się w "wymiarze duchowym", to znaczy w pewien sposób pograżać się moralnie po porażce w pierwszej miłości. Porażka ta była głęboka, bo brakowało mi wtedy poczucia własnej wartości i brakowało mi wiary. Nie umiałam jej udźwignąć z godnością i z nadzieją.

Chciałam mieć przed sobą miłość, małżeństwo, macierzyństwo i normalne życie, a czułam, że moją jedyną wielką miłość już przeżyłam i już straciłam. Zaczęłam "odwracać czas". Zaczęłam zabijać moją wielką miłość. Zaczęłam brudzić życie - czynić zło - wykorzystanie cudzych uczuć, kłamstwo, seks. W seksie nie poszłam na całego, ale

posunęłam się za daleko. Ważne, że w złej intencji.

Nagle zakochałam się znów, pierwsza miłość zbladła. Było za późno.

Znów zaczęłam odwracać czas.

Chciałam odwrócić moją brzydką przeszłość. Nie przyznawałam się do niej w pełni nawet przed sobą. Jak bardzo pragnęłam, żeby jej nie było!

Grałam rolę, nawet przed sobą.

Było nieuleczalne pęknięcie między mną a moim narzeczonym, seks też nie był udany. Żyłam w wewnętrznym nieszczęściu. Nie umiałam dawać miłości, wolności, bo sama nie byłam wolna.

Ze wszystkich sił pragnęłam wyzwolenia.

Ślub.

Człowiek szuka drogi do zbawienia. To bardzo ambitne szukać tej drogi w małżeństwie. Życzę wam wielkiej nadprzyrodzonej miłości - to mówił ksiądz na moim ślubie.

- Czy chcesz? - Tak! Chcę!

Zjawia się w moim życiu ktoś nowy. Nie chcę go. Nie dopuszczam do siebie myśli o seksie. Znów gram przed sobą.

Jesteśmy razem na konferencji. Tama pęka. Ogień. Szał. A więc, zakłamywałam się. Wolność?

Za późno.

Dają. Dają wielki dar miłości i nic nie chcą dla siebie. Dać i odejść. Wszystko co jest, niech uderza we mnie! Daję ciało i krew. Nie wolno nam się dotknąć. Muszę wytrzymać, dla niego.

Jestem sama w pokoju. Ginę! Tonę!

- Boże!! Dopomóż mi!! Ach, wiem!! Wyjechać! Nie jutro, natychmiast! Więc jest Bóg?? Więc wiem??

Dworzec, pociąg, dworzec, pociąg. Dworzec w Warszawie.

- Jestem. Ale ... zakochałam się.

- Spałaś z nim?

- Nie.

Mąż nie udźwignął. Nie zrozumiał.

Świat mi się zawalił. Straciłam grunt pod nogami.

Znów chciałam odwrócić czas, zaprzeczyć temu co się stało.

Pełna ognia dla innego poszłam z mężem do łóżka. Pękło mi serce.

Odeszłaś od człowieka, który kochał Cię naprawdę i wybrałaś trud codziennego życia. Takich aniołów rzadko się spotyka.

Jestem jedną osobą czy dwiema? Pół mojej głowy płonie tamtym żarem, drugie pół to ja?

Ale jest jeszcze to czego chcę! Jest jeszcze to co pamiętam. Jest w mózgu biały pień i kręgosłup.

Nie martw się, bo z uciętego drzewa wyrośnie nowy las.

Idę do komunii, pierwszy raz w życiu z bezwiednym, niezamierzonym "dziękuję". W momencie komunii pęka mi głowa. Coś się przemieszcza.

- Nie kochałam cię.

- Jak to mnie nie kochałaś? Dlaczego nie jesteś uczciwa, jak inne dziewczyny?

- Nie wiedziałam o tym

- Jak to nie wiedziałaś? Człowiek zabija i nie wie o tym?

- Ty też mnie zabijałaś!

W tłumie ludzi na cudzym ślubie ktoś do mnie podchodzi.

- Życzę Ci Ewo żebyś wytrzymała.

Któż to, skąd zna moje imię? Ja go nie znam!

- W czym wytrzymała?

- W tym wszystkim, co powiedziałem.

Kto to był? Czy ktoś z gości? Skąd mnie zna i skąd wie co się ze mną dzieje?

Nie widziałam go więcej.

Msza w Komorowie. Już nie pamiętam co ksiądz mówił, pamiętam, że sądziłam, że mówił do mnie. Mąż stał obok mnie. W pewnym momencie spytał "słuchasz?" Czy on też miał wrażenie, że to było do mnie?

Przez sekundę jestem poza czasem i przestrzenią. Obojętny bezduszny świat. Nie ma tam Boga. Czy to śmierć? Czas się cofa. Nie mam gdzie się cofnąć. Cofam się do łona matki. Rodzę się. Samotne cierpienie. Gdzie jest Bóg?

Przeglądałam biblię. Otwieram na przypadkowej stronie.

Zda się podczas droga być prosta człowiekowi; wszakże dokończenie jej pewna droga na śmierć. (Brytyjskie i zagraniczne Towarzystwo Biblijne, Przypowieści Salomona 16.25). Niechcący przeczytałam "pod czas", zamiast "podczas".

Wrzesień, październik, listopad.

Nieuleczalne, nie ludzką ręką zadane rany

Zrobiłam pętlę w czasie. Odzyskałam potencję sprzed brudzenia życia seksem. Spadłam na dno i się odbiłam.

Próbuję myśleć nad matematyką. Lubię to! Chcę żyć, chcę pracować! Moja myśl - jeśli chcesz wiedzieć, to musisz umrzeć, jeśli chcesz żyć, to musisz zgodzić się na wiarę. Zgadzam się na wiarę.

Moja ciotka zapatrzona w przestrzeń: *teraz już wszystko będzie dobrze.* - Co mówisz? - Nic, nic.

Leżymy z mężem. Mogę zająć w ciąży. To nic. Zaufam opatrności. Chcę zaufać.

Co będzie z moją głową? Wciąż jest pęknięta.

Jestem w łazience. Rana się otwiera. Ach! Z dziurą w głowie nie da się żyć! Ale przecież dawno nie miałam miesiączki! Cięża! A więc ratunek, nadzieja.

Przychodzi taki moment, że człowiek odwraca się od zła i zaczyna szukać prawdy. Reszta jest tylko dopełnieniem.

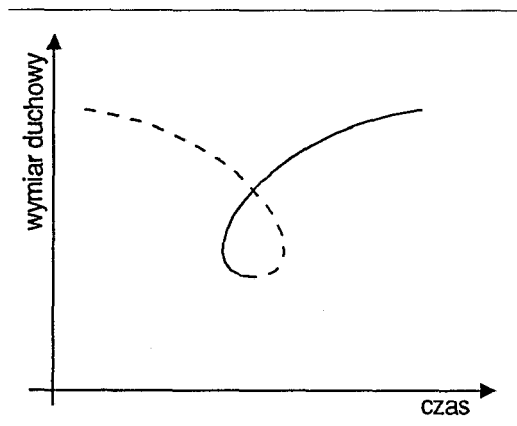
Wierność. Nawet za cenę śmierci i zmartwychwstania.

Na tym skończyło się moje "zawinięcie się w czasie". Szłam już dalej normalnie.

Czy ta droga była mi dana? Czy była nieunikniona?

Pisze się (Kępiński), że olśnienie schizofreniczne "dzieje się" bez udziału woli "chorego". Z moim pęknięciem tamy tak nie było. Chciałam dać, dać miłość: "ciało i krew". Taki miałam zamiar, dać i odejść, nie przewidziałam tylko, że to będzie takie trudne. Potem decyzją woli dokonałam wyboru - wrócić do męża. Zapewne ta decyzja wydaje się dziwna. Mnie

samej czasem wydaje się dziwna. Był to tak jakby wybór "życia według ducha" a nie "według ciała" (listy św. Pawła). Mój wykres wyobraziłam sobie jeszcze wtedy - wtedy miałam wrażenie takiej właśnie pętli. Pokonując "przewieszkę"



schudłam 10 kilo. Jakiś czas później opowiedziałam o tym wykresie koledze (z którym się przyjaźnię), a który miał już za sobą pobyt na oddziale dziennym na Sobieskiego. Poczulałam się wspaniale zrozumiana. Stwierdził, że on sobie rysował taki sam wykres i tak samo go interpretował. Tak samo pokonując przewieszkę tracił bardzo dużo energii i chudł.

Rana, wprawdzie powierzchownie zablizniona, pozostała. Pozostał też ślad na czole, po "pęknięciu", widoczny na niektórych zdjęciach (rozsunięcia się fałd skóry).

Potem przeżywałam jeszcze wiele dramatów, zakrętów, między innymi rozwód, wejście w nowy związek. Szczęśliwy. Dziwne, że zmienia się to, czego człowiek chce.

Było także jeszcze wiele zaskakujących i istotnych zbiegów okoliczności, wiele głębokich rachunków sumienia, zmian postępowania, przebaczeń. Dla medycyny można wspomnieć, że po urodzeniu drugiego dziecka przez kilka godzin miałam halucynacje słuchowe słowne. Kolejne doświadczenie poznawcze - co to znaczy mieć halucynacje - nie

warto się nad tym zastanawiać. Żyłam bardzo intensywnie, także zawodowo.

Mój pierwszy mąż wyemigrował do Ameryki, zaczęły się konflikty o dzieci. Bałam się panicznie rozstań z dziećmi. Były też krótsze lub dłuższe okresy bezsenności, także nieznaczne niedowłady ręki.

Dwie prawdy

Kilka lat temu była taka jesień, kiedy szereg moich bliskich znajomych chodziło do psychiatrów. Między innymi ten mój przyjaciel od wykresu, Zbigniew, znów znalazł się w szpitalu. Sama go tam zawiozłam. A ja dzień w dzień nie mogłam spać. Wrzesień, październik, listopad ... Muszę zdobyć jakiś środek nasenny.

Zbigniew po wyjściu ze szpitala chodził jeszcze do psychiatry. Poprosiłam go, żeby spytał tego swego lekarza, czy on się interesuje bezsennością. Okazało się, że tak. Wtedy pierwszy raz w życiu poszłam do psychiatry. Początkowo niezbyt się rozumieliśmy. W końcu doszło do ważnej dla mnie rozmowy, którą w skrócie przytoczę (o tyle, o ile pamiętam).

- 16 lat temu przeszłam przez coś, co pan by nazwał zaburzeniem psychicznym. Ale dla mnie to tak nie jest. To był element mojej życiowej drogi, dla mnie rozwijający. Cieszę się bardzo, że nie brałam wtedy żadnych leków.

- Bo mogłyby to przytłumić? Była pani na krawędzi. To mogło być niebezpieczne.

- Niebezpieczne na pewno.

- Wie pani, widziałem tylu ludzi, którzy spadali z tej krawędzi w przeciwną stronę... Staramy się ich powstrzymać.

- No tak, jeśli życie uznawać za najwyższą wartość.

- Właśnie.

Pomyślałam, że jest dobrym człowiekiem.

- Kiedyś w kościele ksiądz w kazaniu mówił do mnie.

- A może pani to tak potraktowała? Widać, był to dobry kaznodzieja.

- No tak, ksiądz rzeczywiście mówi rzeczy uniwersalne. Ale co innego wybierać z ogół-

nikowego tekstu rzeczy mi pasujące, a co innego, gdy ktoś mówi dokładnie to, co mi jest potrzebne, i ma to wpływ na moje dalsze postępowanie. Wie pan, to jest kwestia interpretacji. Interpretuję to jako ingerencję Boga. A pan jak to interpretuje?

- Ja myślę, że Pan Bóg jest zbyt zajęty...

- A ja myślę, że tak nie jest. Choć to rzeczywiście wydaje się dziwne. Myślę, że człowiek może czasem nawiązywać kontakt z Bogiem, choć jest to bardzo trudne...

- No tak, są przecież tego literackie przykłady. Ale wie pani, bezsenność nigdy nie jest bez przyczyny. Coś jednak pani jest.

Przy którejś z następnych wizyt postawił mi diagnozę - depresja. Zapiął miansen i dał instrukcję zażywania.

Byłam zbulwersowana. Rzuciłam się na podręczniki psychiatrii. Pierwszy raz spojrzalam na swe życie w kontekście choroby psychicznej. No cóż, może trzeba się pogodzić. Chodziłam po Warszawie, żeby kupić miansen, nigdzie nie było, także w aptece obok gabinetu. Jednocześnie myślałam o bodźcach wyzwalających, nerwicach, psychozach, endogennych, reaktywnych, dwubiegunowych, jednobiegunowych - jak to wszystko dopasować do siebie? W końcu podjęłam postanowienie: NIE. NIE, proszę pana.

- Jeśli mam przyjąć taką diagnozę, to muszę ją przynajmniej zrozumieć.

- Proszę bardzo, niech pani przyjdzie.

Przyszłam.

- Czy moja depresja jest nerwicowa czy cyklofreniczna? Czy endogenna czy reaktywna?

Ostąpiłam.

- To jest psychoza jednobiegunowa. Nie ma faz manii.

- A więc część depresyjna psychozy depresyjno maniakalnej? NIE, proszę pana. Nie jestem chora psychicznie. Objawem depresji jest zwolnienie procesu myślenia. To jakiś paradoks. Ja mam trudną koncepcyjną pracę. Mam wysoką sprawność umysłową. Miansenu nie mogę brać, bo może spowodować przyrost wagi.

- To chodzi o witalizację.

- A po co mi witalizacja!? Witalności to ja mam dosyć. Jestem bardzo aktywna zawodowo, chodzę na aerobic i interesuję się polityką. Zresztą miansenu i tak nie ma w aptekach.

- Jak to? przecież dzisiaj mówili mi pacjenci, że tu na dole kupili?

- A no tak... Tu mi powiedziano, że może dzisiaj będzie...

- No dobrze, dajmy spokój z tym miansenem.

- Gdy patrzę na swoje życie to dochodzę do wniosku, że ja bym w ogóle nie chorowała, gdyby nie nieudany związek uczuciowy z moim pierwszym mężem. Najgorsza jest ta przemoc wobec mnie w sprawie wyjazdów dzieci. Przecież ze mną można negocjować. Syn mu napisał "Mama mi nie pozwala jechać na rok", a on na to "Dosyć mam tego pozwalania i nie pozwalania. Masz już 12 lat i jeśli chcesz, możemy to załatwić prawnie, żeby Mama nie miała nic do powiedzenia". On chce mnie złamać. Nie może mnie złamać tak po prostu, bo mam dosyć silny charakter. Więc łamie mnie w sferach, na które nie mam wpływu...

- To on to robi?

- Bezpośrednio nie, ale ta sytuacja ... O rany! To przecież mnie dzieje się straszna krzywda, jeśli ja mam za to płacić chorobą psychiczną? Rzeczywiście, coś w tym jest, jest jakaś cholernie głęboka rana, to jest cholernie głębokie, może facet ma rację, cyklofrenia?

- I w dodatku to wszystko mnie spotyka ze strony człowieka, z którym mam wspólne dzieci i którego kochałam!

- Jeszcze się to pani nie zbliżniło?

- Nie, nie zbliżniło się.

O rany, to znaczy, że ja go jeszcze Kocham! Muszę zrezygnować z tej części siebie, z tej wielkiej czystej miłości, z tego wewnętrznego piękna. Ale ta miłość nie ma sensu!

- To kiedy mam znowu przyjść?

- ...

- Gdyby coś się działo, to się zgłoszę.

- Powodzenia.

Więc jestem zdrowa? Jestem wolna?

Wyzwolenie

Minęło kilka dni. W pewnym momencie (w czasie rady wydziału) znów poczułam jak tracę samą siebie, tracę ciało, tracę swoją indywidualność, zapadam się, jestem duszą? czy ja w ogóle jestem? Trwało to może godzinę, może mniej. Myślałam: nie ma się czego bać. Jestem ciepła w środku. Nie ma tego chłodu jak kiedyś. Nic się nie stanie. W duszy mam ciepło i miłość. Będę z Bogiem.

Nic się nie stało. Wróciłam do domu. Położyłam się. Poczułam w mojej głowie wyraźne przemieszczenie, w przeciwną stronę niż 16 lat wcześniej. To, co się wtedy przesunęło, wróciło na miejsce! A więc zostałam uleczona?! Czy to jest właśnie zbawienie?

Odżyła we mnie miłość do Tomka, moja pierwsza piękna miłość. A więc znów cofnęłam się w czasie! Skąd mogłam przypuścić, że ta miłość będzie ratować mi życie! Więc nie była ona bez sensu i niepotrzebna. A więc i za nią trzeba Bogu dziękować. Dzięki niej już wchodząc w życie, w wieku lat siedemnastu byłam dojrzała. Dzięki tej dojrzałości mogłam znieść wszystko, co na mnie potem spadło. Miłość do męża nie była pierwsza, a więc nie była dla mnie wszystkim! Mogę żyć bez niej!

Jestem wolna. Jestem zdrowa. Moja rana musiała się znów otworzyć, żeby móc się oczyścić. Stąd ta bezsenność. Dzięki Ci Boże.

Ciekawe do czego się cofnę następnym razem? Może do narodzin? Może to będzie śmierć? Może nie będzie następnego razu?

A więc odzyskałam pełnię duchowej potencji!

Bezsenność ustała. Ślad na czole prawie zniknął.

Zakończenie

"Cud jest środkiem, Zadośćuczynienie jest zasadą, a uleczenie jest rezultatem. Mówić o "cudzie uleczenia" to łączyć dwa rodzaje rzeczywistości niewłaściwie. Uleczenie nie jest cudem. Zadośćuczynienie, czy też końcowy cud, są środkiem i każdy rodzaj uleczenia jest

rezultatem. Rodzaj błędu, do którego Zadośćuczynienie jest zastosowane nie gra roli. Każde uleczenie jest przede wszystkim wyzwoleniem od strachu." (*Course in miracles*).

Opisałam tu to wszystko tak, jak to przeżywałam. Swoje myśli też starałam się cytować dosłownie. Dla czytelnika zapewne dominują w tym opisie wspomnienia różnych zaskakujących zbiegów okoliczności. Na przykład cytaty napisane kursywą tych sentencji, które przypadkowo czytałam lub słyszałam, a które podchwytываłam, bo mi pasowały do wewnętrznych przeżyć. Nie da się zaprzeczyć, że to ja je wychwytywałam spośród wielu napotykanych informacji. Zbiegiem okoliczności było, że je w ogóle napotykałam. Czy ten zbieg okoliczności uznać za całkowicie przypadkowy czy też jako przypadkowy byłby zbyt mało prawdopodobny - nie próbuję tego rozstrzygać. Tego rodzaju zbiegi okoliczności wielu ludzi przeżywa (ludzi, którzy nigdy nie mieli nic wspólnego ze szpitalem psychiatrycznym) i interpretują je jako nieprzypadkowe - zob. np. Wayne Weible "*Świadectwo spragnionej duszy*". Ale chyba nie one są dla mnie najważniejsze, ani nie droga w czasie - to wszystko zaliczyłam na początku do sfery, którą nazwałam intelektualną (z braku lepszej nazwy). Także cały ten ogromny zamęt emocjonalny chyba nie jest najważniejszy. O dolegliwościach fizycznych chyba w ogóle nie warto mówić, napisałam o nich tylko ze względu na lekarzy. Najważniejsze jest to odzyskiwanie potencji i zdobywanie duchowej wolności. Czy to jest choroba? Myślę, że chorobą nazywa się coś, co człowieka upośledza. Jest trochę absurdalne nazywanie chorobą czegoś, co mu dodaje możliwości. Więc mówienie o "defekcie schizofrenicznym" Brata Alberta wydaje mi się jakimś nieporozumieniem.

(Imiona zostały zmienione).