

ANKA MRÓWCZYŃSKA

MŁODY BÓG Z PĘTLĄ NA SZYI
PSYCHIATRYK



Projekt okładki:
Anka Mrówczyńska

Sprzedają e-booków zarabiam na wydanie papierowe.

Pełna wersja książki już dostępna w sprzedaży!

Informacji szukaj na:
<http://anka-mrowczynska.com>
oraz
<http://facebook.com/Mlody.bog.z.petla>

Antoniemu Mrówczyńskiemu,
mojemu Mrówkowi,
dziękuję, że ze mną wytrzymujesz.

Telefon (poniedziałek)

- Centrum Interwencji Kryzysowej, słucham? - usłyszałam głos w słuchawce.

- Dzień dobry... - zaczęłam drżącym głosem. Rozglądałam się nerwowo dookoła w poszukiwaniu ciekawskich, chcących podsłuchać moją rozmowę. Pusto. - Chciałabym się umówić na wizytę u psychiatry na NFZ. Jak najszybciej.

- Niestety nie mamy psychiatry.

„No zajebicie. Jak to nie mają psychiatry? Jak w Centrum Interwencji Kryzysowej może nie być psychiatry? Co ja teraz zrobię? Zabiję się, kurwa, zabiję się!”

- Rozumiem... a psycholog?

- To psychiatra czy psycholog? To nie jest wszystko jedno. Z czym ma pani problem? Proszę się zdecydować, do kogo chce pani iść.

„No zaraz jej jebnę! Chyba wiem, że to nie to samo! Co za durny babszty! Kurwa, czy ona nie rozumie, że ja już nie mogę? Że się zabiję, jak z kimś nie porozmawiam?!”

- Proszę pani, ja już nie mogę! – zaczęłam dość ostro – Na pierwszego kwietnia jestem zarejestrowana do psychiatry. Ale to jeszcze dwa miesiące. Mam silne myśli samobójcze. Bardzo nasiliła się autoagresja. Nie radzę sobie ze sobą! Wczoraj znów próbowałam się zabić. Nie mam już siły - zaczęłam się łamać. – Boję się, że nie dożyję do wizyty u tego psychiatry...

„Zrób coś. Powiedz coś, babo. Nie odsyłaj mnie, błagam, nie odrzucaj... pomóż mi!”

- Rozumiem. Jaka formę autoagresji pani stosuje?

„A co cię to babo obchodzi?! Co za różnica! Kurwa mać, stoję na ulicy i mam się spowiadać z tego co robię?”

- Tnę się. Kilka lat był spokój. Powiedzmy. A teraz od dwóch miesięcy znów się zaczęło i jest coraz gorzej.

- Mówiła pani, że próbowała się zabić. W jaki sposób?

„A w sraki! No nie mogę... czemu ona mnie tak gnębi?”

- Powiesiłam się.

- I co się stało, że to nieudana próba?
- Zrezygnowałam! - nie mogłam już wytrzymać tych durnych pytań. - Proszę pani, ja się boję, że sobie coś zrobię. Nie panuję nad sobą. Muszę się z kimś spotkać! - próbowałam wyrzucić na niej presję.
- Leczyła się pani psychiatrycznie?
- Znaczący... chodziłam do psychiatrów. Raz byłam w szpitalu psychiatrycznym, po próbie, w 2008 roku. Na wypisie wpisali mi zaburzenia osobowości, typ bierno-agresywny.
- To co to za bierna agresja, skoro próbowała się pani zabić?
„Dobrze gada. Ale do rzeczy, do rzeczy! Zapiszesz mnie na tę wizytę, czy nie?”
- Wie pani, tak ogólnie to trudno będzie pani znaleźć odpowiednią pomoc dla siebie na NFZ.
- Wiem... właśnie wszędzie słyszę takie terminy... kilka miesięcy, pół roku, rok...
- No właśnie... Dobrze, zaraz znajdziemy jakiś szybki termin. Pracuje pani?
- Tak, do 15:00.
- Czy jutro, godzina 16.00 odpowiada pani?
- Tak. Dziękuję bardzo.
„Czy ja tam zdążę? Co mi da to spotkanie... psycholog nie da mi zwolnienia... ja już dłużej nie dam rady! I pomyśleć, że wczoraj mogło być już po wszystkim...”

Dziewiąty dzień terapii. 1. dzień pobytu na oddziale zamkniętym (wtorek)

Mam zamiar poprosić dziś profesora o przeniesienie. O zamknięcie. Stanowię zagrożenie dla siebie. Nie chcę znowu skończyć na pasku. A czuję, że jestem nieobliczalna. Znow się pocięłam. Mam silne myśli samobójcze. A ja... chcę żyć.

Wzięłam dwadzieścia miligramów Relanium. Myśli samobójcze nie złagodniały. Nasiliły się. Wszystko stało się zupełnie obojętne.

Nie wiem jak zareaguje profesor – zamknie mnie, przepisze inne leki czy po prostu wypisze z oddziału i zostanę bez pomocy? Nie wiem... ale wiem, że zagrażam bezpośrednio swojemu zdrowiu i życiu.

Wczoraj drugi raz rozmawiałam z Mrówkiem. To definitywny koniec. On ma dość dziewczyny wariatki. Nie dziwię mu się.

Powiedziałam mu o swoich planach. Obiecał, że teraz mnie nie zostawi. Że nie odejdzie w momencie, kiedy tak bardzo potrzebuję kogoś bliskiego przy sobie. Gdyby jednak mnie zamknęli, jak ja to ukryję przed starymi?

Boję się. Tak bardzo się boję... nie wiem czego się spodziewać. Wiem jedno. Jeśli dłużej zostanę na wolności, finał może być tragiczny. Jestem tak słaba i rozbita.

Nie miałam żyletki. Skoczyłam do kiosku chwilę po przebudzeniu. Tak silna potrzeba pocięcia się. Podcięła żył. Profesorze... Pomóż mi! Zamknij mnie. Ja tak bardzo nie chcę umierać!

Jestem w totalnej rozsypce. Nie poradzę sobie. Choćby i Mrówek mnie pilnował dwadzieścia cztery godziny na dobę, to i tak mnie nie upilnuje. Potrzebna mi hospitalizacja. W trybie pilnym. Mrówek uważa, że to ucieczka. Przed pracą uciekałam na terapię.

Z terapii chcę uciec do oddziału zamkniętego. Choć na jakiś czas. Aż przestanę sobie zagrażać.

Zamiast na pierwszą sesję, udałam się do parku obok instytutu. Czułam w sobie alkohol. Nie wytrzeźwiałam jeszcze po piciu poprzedniej nocy. Miałam bardzo silne myśli samobójcze. W niczym nie widziałam sensu. Wiem, że trzeźwienie miało w tym swój udział. Chodziłam ścieżkami. Przysiadalam na ławkach. Cały czas intensywnie myślałam. O sensie życia. O terapii. O związku z Mrówkiem. Napisałam SMS do koleżanki z bloga. Ochrzaniła mnie, że wciąż tylko gadam. Że piszę, że powinnam powiedzieć lekarzowi co ze mną jest. Że od kilku dni po powrocie z terapii piję. Że mam myśli samobójcze.

Po jakichś dwóch godzinach, wolno, noga za nogą, powlekłam się pod klinikę psychiatryczną. Choć wciąż się mocno wahałam. Droga z parku do instytutu zajmuje jakieś trzy do pięciu minut. Mnie zajęło to kwadrans. Spaliłam po drodze kilka fajek. Rozważyłam wszystkie za i przeciw powiedzeniu o wszystkim profesorowi. W końcu jednak zdecydowałam się. Przypomniałam sobie, że naprawdę mi zależy na leczeniu. Że chcę się zmienić. Że nie chcę więcej ranić bliskich mi osób. Ani siebie. Stałam pod kliniką. Palłam ostatnią fajkę. Zastanawiałam się co mam mu powiedzieć. W końcu odważyłam się wyznać mu prawdę. Jeśli terapia miała przynieść jakiś efekt, musiałam być szczerą. Poza tym, ja wcale nie chciałam umierać. Ja-racjonalna, która przez cztery miesiące walczyła, żeby zacząć się leczyć, chciała się ratować.

Wdrapałam się powolnym krokiem po schodach na czwarte piętro. Stałam pod gabinetem profesora. Głęboki wdech. „Wejść, czy nie wejść? A jak mnie wyjebie z terapii? Muszę mu powiedzieć, jeśli chcę sobie pomóc. Nie chcę sobie pomagać, tylko się zająbać! Chcę chlać i ciąć się aż się zajebię!”

Ta racjonalna wygrała. Zapukałam.

- Proszę!

Nieśmiało otworzyłam drzwi. Profesor wstał i odsunął mi krzesło.

- Zapraszam.

Usiadłam. Z trudem powstrzymując łzy, powiedziałam:

- Nie radzę sobie.

- Mhm. A co się dzieje? - psychiatra lekko nachylił się w moją stronę. Mówił łagodnym, ciepłym głosem. Jego długie lata doświadczenia pomogły stworzyć atmosferę intymnego bezpieczeństwa.

- Popłynęłam... - zaczęłam, wahając się, czy powinnam o tym mówić.

- Autodestrukcja.

- Rozumiem. I jest to spowodowane terapią?

- Nie wiem – przyznałam szczerze. - Chyba nie do końca. Może częściowo... - robiłam długie przerwy, ale profesor nie poganiał. Dawał mi czas na przetrwanie tego, co chcę powiedzieć. - Sytuacja w domu...

- Coś nie tak z partnerem?

- Partnerem... - westchnęłam. - O ile mogę go tak jeszcze nazywać. On chce się rozstać. Ma mnie dość. Do tego przez poprzedni tydzień na terapii odcięłam się emocjonalnie. A teraz to puszcza. Ta autodestrukcja tak się nasiliła...

- Mhm. A co sobie pani robi? - normalnie po takim pytaniu zamknęłabym się w sobie. Ale profesor budził zaufanie. Jego pełna troski i zmartwienia mina, mówiła „Nie ukrywaj nic. Powiedz prawdę. Jestem tu, żeby ci pomóc”.

- Bo... - zaczęłam, nerwowo przełykając ślinę. Nie byłam w stanie spojrzeć na niego. - Od kilku dni codziennie się upijam. Tnę się... mam silne myśli samobójcze. Dzisiaj nie poszłam na pierwszą sesję. Znaczą przyszłam pod klinikę, ale spanikowałam. Nie dałam rady. Poszłam do parku. Chodziłam. Myślałam. Panie profesorze, znów zaczynam się izolować. Zamykam się w sobie. Wiem, że to złe. Wiem, jak to się w końcu skończy. Zależy mi na tej terapii...

Chwila milczenia. Najwyraźniej dał mi czas na zastanowienie się. Jednak miałam pustkę w głowie. Wbity w podłogę wzrok.

- Ta terapia naprawdę bardzo pani pomoże. Szkoda, żeby pani z niej zrezygnowała.

- Wiem. Nie trzeba mnie przekonywać. Ja jej chcę. Naprawdę mi na

niej zależy. Walczyłam o nią cztery miesiące. Poszłam do pracy – bałam się. Bardzo bałam się, żeby nie pomyślał, że mi nie zależy. Przyszłam do niego po pomoc. Panicznie bałam się kary. Wypisu z oddziału za złamanie regulaminu.

- Wie pan... - znów zaczęłam cicho i nieśmiało. - Długo zastanawiałam się, czy do pana z tym przyjść. Chodziłam po parku. Myślałam. Przecież zależy mi na tej terapii. Wiem, że ona mi pomoże. W końcu przełamalam się i do pana przyszłam. Ja nie chcę umierać. A robię wszystko, żeby tak było. Wiem, że nie powinnam się izolować, a robię to. Tnę się coraz więcej. Po kilka razy dziennie. Przepisał mi pan Relanium. Przez pierwsze dwa dni pomagało. Uspokajało. Wczoraj nie pomogło. Dziś rano wzięłam dwa. Było jeszcze gorzej. Po godzinie wzięłam kolejne dwa. Otumaniało mnie to. Ale dalej te myśli samobójcze... sama nie wiem czemu, ale wzięłam kolejne dwa. Myślałam, że to coś da. Że pomoże. W końcu tyknęłam jeszcze dwa Chlorprotixeny. Łudziłam się, że jak się ogłupię, to te myśli ucichną. Nasiliły się tylko. Przyszłam tu na pieszo. Około osiem kilometrów. Nie byłam w stanie jechać autobusem – poza tym liczyłam, że trochę alkoholu ze mnie odparuje. Bałam się kolejny raz przychodzić na sesję pod wpływem alkoholu. Mam miejsce koło terapeutki. Bałam się, że w końcu coś poczuje.

- Pani Aniu. Zrobimy tak. Wypiszę pani skierowanie do szpitala na oddział zamknięty. Zgadza się pani?

- Tak – odparłam. Choć nawet nie chciałam myśleć o konsekwencjach tej decyzji. - A co z terapią tutaj?

- Przyjmą panią na pewno. Zmienią leki. A jak dojdzie pani do siebie szybko, to wróci pani na terapię. Może tak być?

- Tak. A jak posiedzę tam dłużej?

- To niestety będzie musiała pani poczekać na początek kolejnej grupy w wakacje. Ale bądźmy dobrej myśli. Chciałbym też, żeby spróbowała pani iść na sesję. Da pani radę? Myślę, że to mogłoby pani pomóc. Jeśli czuje się pani na siłach, proszę spróbować. Dobrze?

- No spróbować mogę.

Gdy wyszłam z gabinetu, spotkałam ludzi z grupy. Ucieszyli się.

- Ania! Dobrze, że jesteś!

- Jednak przysłaś? Myśleliśmy, że zrezygnowałaś.

Poczułam od nich wsparcie. Próbowалам się nie izolować. Średnio mi to wychodziło. Usiadłam przed salą terapeutyczną. Czekałam na koniec przerwy. Jednak gdy się zbliżał, wymiękłam. Wróciłam do profesora.

- Jednak nie dam rady.

Profesor wręczył mi skierowanie. Na oddział zamknięty. Szpitala psychiatrycznego. To tu się doprowadziłam. Nie było już odwrotu. Postanowiłam o sobie zawalczyć.

Poszłam jeszcze się pożegnać. Zapukałam i weszłam.

- Przepraszam, ja chciałam tylko powiedzieć, że dostałam od profesora skierowanie do szpitala na oddział zamknięty. To co... Powodzenia wam życzę.

Przez salę przebiegły pomruki „Powodzenia”, „Trzymaj się”.

Wyszłam z instytutu. Kierowałam się w stronę przystanku. Zadzwoniłam do Mrówka.

- Ciesz się. Idę do psychiatryka - powiedziałam, gdy tylko odebrał.

Wyjaśniłam mu pokrótce swoją decyzję.

Krzątałam się po domu zbierając rzeczy do zabrania. Było wczesne popołudnie.

- Ty naprawdę zamierzasz iść do tego szpitala?

- Tak.

- O której?

- Jak się spakuję.

Ostatecznie wyszliśmy z domu przed 17:00.

Właśnie idę do psychiatryka. Tego znenawidzonego. W którym byłam w 2008 roku. Dostałam skierowanie. Żeby mnie przyjęli

natychmiast. Jak będzie?

Boję się. Tak bardzo się boję...

Ile będą mnie tam trzymać? Czy wystarczająco krótko żebym mogła wrócić na terapię grupową? Tyle niewiadomych... tyle lęku... świecie zza krat - witaj!

Stanęliśmy przed Izbą Przyjęć. Wzięłam kilka głębokich wdechów. Wchodząc tam, pozbywałam się wolności. W imię czego? W imię tak zwanego bezpieczeństwa. Psychiatryk albo samobójstwo. Kolejnej alternatywy nie było.

Weszłam. Wciąż czułam działanie sześciu Relaniów i dwóch Chlorprotixenów. Wszystko wydawało się tak nierealne. Standardowe pytania. Tak. Myśli samobójcze są. Zmierzyć ciśnienie? Podałam prawą rękę. Lewą? Bez zastanowienia ją odstąpiłam. Oczom lekarza i pielęgniarki ukazała się ręka. Cała pokryta zakrwawionymi plastrami. Czy byłam to zaszyć? To powierzchowne rany. Ciśnienie będzie zmierzone jednak na prawej ręce. Lekarz podsunął mi formularz. Podpisałam. Bez czytania. Na słowo honoru. Że to zgoda na przyjęcie do szpitala. Równie dobrze mógłby to być dokument potwierdzający moje ubezwłasnowolnienie.

Przebierać się. W piżamę. Mam leginsy i koszulkę z długim rękawem. Zostawiam na sobie stanik. W nim mam kontrabandę. Przeszukanie rzeczy. Szukajcie. Tam nic nie znajdziecie.

Ruszamy w kierunku oddziału. Trójka. Jak w 2008 roku. Tam będzie mi dobrze, bo już znam ten oddział. Zlitował się nade mną lekarz dyżurny. I jak w 2008 roku. Bolesne pożegnanie z wolnością.

Zajęłam swoje łóżko. Ubrałam szlafrok i założyłam kaptur na głowę. Słuchawki w uszy. Włosy na twarz. Znaleźć pielęgniarkę.

- Przepraszam, mogłaby mi to pani przemyć? - weszłam do zabiegowego podciągając rękaw.

Ostrożnie poodklejała plastry. Przemyła rany. Patrzyłam na nie. Było mi wstyd. Ale tylko trochę.

5. dzień (sobota)

7:20 – pobudka

Dopiero w szpitalu człowiek uświadamia sobie, o ile łatwiej jest wykonywać najprostsze czynności w domu. Mycie zębów, twarzy, korzystanie z WC – bieganie z całym tym majdanem. Sala – łazienka – sala – świetlica (wziąć czajnik)– łazienka (nalać wody do czajnika) – świetlica (nastawić wodę) – itd.

Narobiłam głupot. Znów. Znów popisałam się niewiarygodną głupotą. Po co się pocięłam? Czy przyniosło mi to ulgę? Nie. Czy żałuję? Niestety. Nie potrafię. Ale chyba najważniejsze, że się przyznałam. Choć ja-autodestrukcyjna jest bardzo, bardzo silna. Mąci w głowie. Bardzo.

„Nie oddawaj żyletki! Spróbuj się powiesić! Przecież czujesz taki przymus!” - krzyczy.

Śniadanie oddałam innej pacjentce. Muszę jeść – wiem. Wiem, że głodzenie się to objaw autoagresji. Zacznę jeść. Obiecałam to sobie.

Po śniadaniu znów ja-autodestrukcyjna szeptała – krzyczała właściwie – podczas podawania leków:

„Schowaj tabletki pod język! Spróbuj, czy się da, schowaj. Nie łykaj ich! Uzbieraj je, a potem łykniesz wszystkie naraz!”

Spróbowałam. To był jedynie test. Tabletki pod język. Łyk kawy. Pielęgniarka bez reakcji.

„Co ty kurwa znów wyprawiasz głupi dzieciaku?! Łykaj te tabletki w tej chwili!” - odezwała się ja-racjonalna.

Zrobiłam drugiego łyka kawy. Połknęłam leki. Wciąż walczą ze sobą – ja-racjonalna, która chce się leczyć i być normalna i ja-autodestrukcyjna, która chce się krzywdzić. Ta druga jest niezwykle silna. Często nie mam siły z nią walczyć. Często sama jej się

poddaję. I płynę. Płynę. Płynę. W autodestrukcję. Chce mi się płakać. Nad samą sobą. Co ja ze sobą robię...

Dużo nad sobą myślę. Nad swoim postępowaniem. Próbuję pisać życiorys na terapię grupową, ale idzie mi średnio. Za dużo emocji, wszystko się miesza i następuje pustka. A potem łzy w oczach i przymus skrzywdzenia się.

Chyba to rozgryzłam. Chyba już znam przyczynę przymusu krzywdzenia się – to urazy z dzieciństwa. Wmawiano mi, że zasługuję na karę, bo jestem niewdzięczna. Wciąż mam poczucie winy. Poczucie winy. Że żyję. Że mam czelność oddychać. Jeść. Pić. Zajmować przestrzeń swoim czterdziestosześcioro kilogramowym ciałem. Skrzywdzili mnie. Bardzo.

Tak okropnie boję się najbliższej przyszłości. Kiedy wyjdę? Czy będę mogła wrócić na terapię? Boję się. Że nie. Że zbyt długo będę tu siedzieć. I co wtedy? Za tydzień, czy dwa, powrót do tej roboty, która doprowadziła mnie do takiego stanu? Nie mogę tam wrócić. Nie dam rady znaleźć innej pracy. Nie dam rady pracować. Chce mi się nad sobą płakać. Mały, zagubiony, głupi, skrzywdzony gówniarz, który zupełnie nie potrafi żyć.

Jeśli nie będę pracować – nie będę ubezpieczona. Mrówek obiecał, że zrobi wszystko, żeby sfinansować mi prywatną terapię indywidualną – obawiam się, że to nie wyjdzie.

Terapia będzie trudna. Bardzo trudna, bolesna i wyczerpująca. Czy dam radę? A jak nie dam? Jak, w przypływie bolesnych emocji, których nie dam rady znieść, znów spróbuję się zabić? Bez ubezpieczenia, jeśli bym przeżyła, narażę całą rodzinę na olbrzymie koszty. Jeśli nie przeżyję – cóż...

Wciąż się zastanawiam, czy chcę żyć. Nie potrafię się zdecydować. Życie – śmierć. A raczej życie – umieranie. Właśnie to umieranie. To balansowanie na granicy życia i śmierci jest tak kuszące. Tak uzależniające.

W tej chwili chcę się leczyć. Chcę być zdrowa. Podjęłam decyzję. Przyznam się, że mam żyletkę. Nie mogę mieć przy sobie nic ostrego. Mam mocne postanowienie poprawy. Trzymam się sposobu myślenia mnie-racjonalnej. Wiem, że z żyletką czułabym się bezpieczniej. Ale wiem też, że mając ją – na pewno bym jej użyła. Waham się, czy o tym powiedzieć. Mrówkowi i lekarce. Pewnie mnie przeszukają. Ale ja-racjonalna wie. Że tak trzeba. Że to dla mojego dobra. Że muszę ponieść konsekwencje swoich działań.

Zrobiłam to. Połamałam i wyrzuciłam żyletkę. Chyba powiem o tym Mrówkowi. Choć obawiam się, że każe mi się do tego przyznać lekarce. Nie wiem, co mi za to grozi.

Odczuwam niepokój. Duży niepokój odnośnie najbliższej przyszłości. Boję się, że nie będę mogła wrócić na terapię, a z drugiej strony boję się tam wracać. Boję się, że mi znów odwali. Że nie poradzę sobie z tymi emocjami.

11:45 - „Panie, obiad!” - rozległ się krzyk pielęgniarki. - „Panie, obiad!” - zawsze krzyczą po kilka razy. Obiad, co prawda, jest o 12:00, ale zanim zlezie się na stołówkę trzydzieści wariatek, trochę to trwa. Wariatka – określenie pejoratywne. Jednak tu mamy do tego dystans. Same siebie tak nazywamy. W końcu siedzimy w wariatkowie.

Moje mocne postanowienie poprawy kazało mi wstać i wyjść z mojego ulubionego miejsca odosobnienia – śluzu. Jest to niewielkie pomieszczenie ze stołem i krzesłami. Z obu stron zatraskiwane drzwi bez klamek. Teoretycznie wejście do niej powinno być zamknięte. Miałoby to zminimalizować ryzyko ucieczki wariata z oddziału. W praktyce jest ona otwarta. To moje ulubione miejsce. Tylko czasem ktoś tu zajrzy. Kiedy przychodzą lub wychodzą odwiedzający. Czasem też, biorąc pod uwagę adnotację w mojej karcie „TS!” (tendencje samobójcze), zagląдают do mnie pielęgniarki.

Kontrola – nigdy jej nie lubiłam i denerwowałam się. Jednak tu można się dość szybko do tego przyzwyczaić. W końcu po to się tu zgłosiłam, żeby zapewнили mi bezpieczeństwo. Żeby nie zrobiła nic głupiego. To ich praca. Ich obowiązek. Choć zdaję sobie sprawę z tego, że sto procent pewności nie ma nigdy. Jak ktoś naprawdę chce się zabić – zawsze znajdzie sposób. Teoretycznie nawet pasy nie dają gwarancji (pomijając fakt, że pasy zawsze wiążą się z końską dawką leków uspokajających, po których człowiek dochodzi do siebie przez dwa dni). Można na przykład odgryźć sobie język (motyw zapożyczony z jakiegoś filmu).

Tym razem chyba jednak nie ma dopisku „ściśły nadzór”, jak poprzednim razem. Wtedy trafiłam tu po próbie samobójczej. Kontrole były rzeczywiście ścisłe. W nocy pielęgniarka zaglądała do mnie często. Jakby się uprzeć i powiesić zaraz po kontroli, zdążyłoby się udusić do następnej. Wtedy jednak miałam dość wrażeń związanych z powieszeniem się, zamieszaniem i chaosem jaki wywołałam w rodzinie. Pobytem na intensywnej terapii. Potem zamknięciem w psychiatryku na obserwację.

Teraz jest inaczej. Sama się zgłosiłam. Ja-autodestrukcyjna nie została odpowiednio nakarmiona. Wciąż czuje silny głód.

Powlekłam się grzecznie na obiad jeszcze przed 12:00. Po drugim czy trzecim nawoływaniu pielęgniarki. Gdy zobaczyła mnie wchodzącą na świetlicę, uśmiechnęła się zadowolona. Zupy odmówiłam. Czekałam na drugie. Kiedy je dostałam, nie wiedziałam jak zareagować.

- Proszę, dla pani jest brokuł - pielęgniarka podała mi talerz z zamkniętym plastikowym pojemniczkiem (takim, w jakim kupuje się surówki na wagę).

- Dziękuję - patrzyłam na to nieapetycznie wyglądające, zielone coś, bojąc się otworzyć pojemnik.

W końcu otworzyłam go. Wzięłam widelec i zaczęłam nim dotykać tego „brokuła”. Była to obrzydliwa, rozgotowana breja, bez soli. Nie dało się go nadziać na widelec, bo się rozpadał. Wyglądało

to, jak rozgotowany totalnie brokuł, nałożony chochelką bez odcedzania. Wszystko pływało w wodzie. Powiedzenie, że „coś rozplywa się w ustach” jest pozytywne – znaczy, że jest pyszne. Ten brokuł też „rozplywał się w ustach” - dosłownie. Dziobałam go. Trochę zjadłam, żeby pielęgniarki w końcu dały mi spokój.

Po południu odwiedził mnie Mrówek. Przeczytał tę część zyciorysu, którą udało mi się napisać. Najboleśniej wspomnienia wczesnego dzieciństwa. Bardzo to przeżył. Moje wspomnienia zrobiły na nim duże wrażenie. I wkurwił się na moich starych.

Wcześniej coś wspominałam mu o tym, co się działo, ale były to raczej strzępkowe informacje. Nie byłam jeszcze gotowa na opowiedzenie tego w całości. Ze szczegółami. Teraz próbuję zmierzyć się z przeszłością. Choć jest to bardzo trudne i bolesne. Po przeczytaniu tych kilku wspomnień, obudził się w nim jeszcze silniejszy instykt opiekuńczy. Zapewnił, że nie da mnie już nigdy nikomu skrzywdzić. Wierzę mu. Teraz mu wierzę, bo myślę logicznie.

Zjadłam pizzę. Pierwszy porządny posiłek od początku pobytu tutaj.

Po wyjściu Mrówka wróciłam do swojej samotni, dalej pracować nad zyciorysem. Dla kontrastu postanowiłam opisać dobre wspomnienia.

- Pani Aniu, a co pani tu tak sama siedzi? - zapytała wiecznie uśmiechnięta salowa.
- Próbuję pisać zyciorys na terapię - odparłam.
- I jak idzie?
- No jakoś próbuję przez to przebrnąć.
- Spokojnie, powolutku. Dzisiaj chyba jest lepiej, prawda? Lepiej się pani czuje?
- No dzisiaj akurat tak. Ale wie pani, jak to jest...
- Pani Aniu, będzie dobrze! Będzie coraz lepiej! Zobaczysz pani.

Dwa, trzy zdania zamienione z kimś o tak pozytywnej energii

energii dodają sił. Doceniam jej zaangażowanie w los pacjentów.

Rozmowa telefoniczna z Mrówkiem. Wszystko było w porządku. Nagle jedno zdanie wyprowadziło mnie z równowagi. Nie interesowałam się moim zdrowiem przez kilka miesięcy, więc teraz sobie odpuść.

Mutyzm. W jednej chwili mutyzm. Myśli samobójcze i łzy w oczach. Poprosiłam o czas. Zapaliłam dwie fajki. W palarni zawsze jest wesoło.

- Ty, kurwa, jaki numer! - wpadła uradowana jedna z pacjentek, romansująca SMS-owo i gardłowo (czytaj krzycząc przez okno) z dwoma facetami z oddziału piętro wyżej. - Wiecie co te wariaty, kurwa, zrobiły? Mówili, że jak czegoś będzie mi brakować, mam powiedzieć. To krzyczę im, że fajek nie mam. A oni żebym poczekała. I wiecie co, kurwa, zrobili? (Tak, tak, ta pacjentka klnie jak szewc. Gęba jej się nie zamyka. Jest silnie znerwicowana, ale rozśmiesza wszystkich. Rozśmiesza do tego stopnia, że jedna z kobiet podczas jej opowieści posikała się ze śmiechu – dosłownie.) Wzięli, kurwa, woreczek foliowy, nasypali tytoniu, i zawiązali na prześcieradle i, kurwa, spuścili mi! Ale ja, kurwa, za krótka jestem i nie mogłam dosięgnąć. To mówię „Gośka, kurwa, włóż na kraty i odwiązuj!” I wlaża na kaloryfer i odwiązuje. Ale, kurwa, numer! A na to wchodzi piguła i, kurwa, robi wielkie oczy, i mówi „A co wy tu robicie?”. No, kurwa, wieszamy się na prześcieradle z piętra wyżej!

Jej opowieść i sposób, w jaki mówiła, naprawdę poprawiły mi humor. Do tego stopnia, że poszłam zjeść ostatni kawałek pizzy.

Wzięłam telefon i wróciłam do słuzy. Znów wpadłam w to myślenie. Okropne wyrzuty sumienia, że w ogóle jadłam. Czułam się winna.

6. dzień (niedziela)

7.55 – pobudka

Dziś spałam prawie do śniadania. Obudzenie się było prawdziwą traumą. Jakbym wypita wczoraj pół litra wódki. Jakbym miała kaca giganta.

Żałuję, że przyznałam się do wszystkiego Mrówkowi. Żałuję. Że tu przyszłam. Że dałam się zamknąć. Chcę umrzeć. Chcę umrzeć. Chcę umrzeć.

Śniadania odmówiłam. Kawa – siekiera. Lekki. Znów pod język – ale i tym razem je łyknęłam. Pociąć się. Muszę się pociąć, bo nie wytrzymam. Nie chcę, żeby Mrówek dziś przychodził. Chcę być sama. Wciąż planuję jak się powiesić. Choć wcześniej wolałabym podciąć sobie żyły.

Może zrobię to, jak mnie za tydzień wypuszczą na przepustkę? Ciekawe, czy Mrówek będzie miał przez to problemy.

Podcięcie żył nie ma na celu zabicia mnie, a skrzywdzenie. Chcę cierpieć, bardzo cierpieć. Zastanawiam się tylko, która ręka. Lewą – piszę. Prawą – robię inne rzeczy. Chyba pisanie jest ważniejsze. Decyzja zapadła. Podetnę żyły na prawej ręce. Jest tam taki ładny spot żył. Kilka koło siebie.

Pomiar ciśnienia. Wcześniej miałam 105/60 i 95/50. Dziś 100/60.

Mrówek chciał zadzwonić. Nie chcę rozmawiać. Chcę umrzeć! Muszę się jakoś skrzywdzić. Ta tubka jest do dupy. Tnie za słabo. Po cholere wyrzuciłam tą żyłkę? Po cholere?! Mogłabym się pociąć normalnie. Nie chcę nic mówić lekarce. Po cholere przyznałam się pielęgniarce, że źle się czuję, gdy zapytała? No po co? Jestem głupia. Zasługuję na karę! Muszę się skrzywdzić! Czuć

ból! Niewyobrażalny ból! Chcę cierpieć nie do zniesienia!

Rozdrapałam kilka wygojonych ran, ale to za mało. Za mało! Poleciało trochę krwi, ale ból był zbyt słaby. A ja chcę się mocno skrzywdzić! Żeby ból był tak silny, jak na to zasługuję.

Podduszałam się rękami. Tak wspaniale było poczuć ten ból i niemoc nabrania powietrza. Rozdrapałam kolejne rany. Chciałam się przypalić fajką, ale ktoś wszedł do palarni. Dziś w nocy się powieszę. Patent z prześcieradłem jest dobry. Kraty i prześcieradło. Czemu wcześniej na to nie wpadłam? Z podcięcia żył nici. Nie ma czym. Nie mam nic tak ostrego. Chcę umrzeć. Chciałabym się najpierw zgnoić. Zeszmacić. Skrzywdzić. Ale nie ma jak. Nie mam siły wymyślić sposobu na to. Już mi wszystko jedno. Dzisiaj w nocy będzie po wszystkim.

Pocięłam się jeszcze. Kilka sznyt tubką. Gdy docisnąć ją bardzo mocno, wżyna się w miarę głęboko. Tak dobrze jest czuć ten ból. TAK WSPANIALE! Ale to wciąż za mało. Chcę się schlać i przeżreć lekami. Jutro na obchodzie muszę być bardzo uśmiechnięta i wesola. Powiedzieć, że czuję się zajebiście i że mogę wyjść. Chcę stąd wyjść, bo jednak muszę się zeszmacić przed śmiercią. Śmierć musi boleć. Muszę cierpieć. KURWA. Muszę cierpieć! Potrzebuję bólu. Nie chcę pomocy. Nie chcę czuć się dobrze. Zasługuję tylko na krzywdzenie, tak, jak krzywdzę ja.

Przeplakałam ponad godzinę. Leki powinny już działać, ale, na szczęście, wcale nie czuję się lepiej. Nie zależy mi już na niczym. Nie boję się już nawet tego, że starzy mogą się dowiedzieć, że siedzę w psychiatryku. Pocięcie nie przyniosło ulgi. Trochę się uspokoiłam, bo mam plan. Dzisiejszy dzień jest ostatnim. To ścierwo – ja, będzie dzisiaj wisieć. Będzie wisieć! Bo tym jestem. Nienawidzę Mrówka za to, że mnie wtedy ściągnął z tej klamki. Nienawidzę go, że skazał mnie na to jebane życie. Ale dziś będzie koniec.

Ostateczny.

Wypaliłam dwie fajki. Nie mogę jutro przyznać się lekarce do cięcia i tendencji samobójczych. Nie mogę! Zabiorą mi tę tubkę, a ja nie wytrzymam bez tego! Nie wytrzymam bez cięcia! Niech mnie stąd wypuszczą. Chcę wyjść i się gnoić. Mrówek próbuje się dodzwonić – nie odbieram. Idę spać. Przespać jak najwięcej tego jebanego czasu.

Nie spałam. Udawałam. Okłamałam Mrówka. Leżałam. Słuchałam Paktofoniki. Myślałam, jak się zabić.

Godzina 12:03.

- Pani Aniu! - pielęgniarka lekko potrząsnęła mnie za ramię – Obiad.

Wstałam i powlekłam się na świetlicę. Postarali się tym razem. Rosół, ziemniaki z kurczakiem i buraki. Dla mnie pierogi z truskawkami i jogurt truskawkowy jako polewa. Pierogi – osiem dużych sztuk. A mi na samą myśl o jedzeniu się podnosi. I ten smród kurczaka...

- Podać pani te pierogi? - pielęgniarka uśmiechnęła się.

„A co ja, kurwa, niepełnosprawna jestem?!”

- Nie. Proszę postawić obok.

Patrzyłam na ten talerz. Czemu takiego obiadu nie dali mi wczoraj, gdy miałam mocne postanowienie poprawy i chciałam jeść?

- Pani Aniu, proszę jeść!

Wzięłam widelec do ręki i odkroiłam kawałek pieroga. Wzięłam do ust. Ledwie go przeżuwałam ze łzami w oczach. Tępo patrzyłam przez okno. Na życie toczące się normalnym tempem za kratami. Po co się tu zgłosiłam?

- Pani Aniu, proszę jeść! - pielęgniarka mnie upomniwała.

Wzięłam do ust drugi kęs. Było go jeszcze trudniej połknąć niż pierwszy.

- Pani Aniu, proszę jeść! - działała mi na nerwy.

- No przecież jem! - uniosłam się.

Nie wytrzymałam. Pielęgniarka podeszła do stołu. Stanęła

nade mną.

- Wszystko ma zniknąć! Ale ładna pogoda dzisiaj.

„Po chuju. Tylko stąd odejdz. Nie stój nade mną!” - myślałam.

Kiedy kończyłam drugiego pieroga, odeszła. Siedziałam chwilę bez ruchu. Obejrzałam się za siebie. Personel poszedł jeść. Wyrzłam ze świetlicy. Nie było nikogo na korytarzu. Podeszłam do innego stolika.

- Chce ktoś pierogi z owocami? Z truskawkami.

- Izie daj - powiedziała jedna z pacjentek.

Iza się ucieszyła z dodatkowego jedzenia.

- Bierz szybko ten talerz i zapieprzaj z nim do lodówki! - poinstruowała ją Edytka – ta od spuszczenia tytoniu na prześcieradle.

- Tylko weź to skitraj, żeby pielęgniarki nie widziały - dodałam.

Te dwa pierogi to i tak za dużo. Nie zasługuję na jedzenie. Nie zasługuję na nic. Chcę się zagłodzić. Na szczęście inne pacjentki okazują się pomocne i chętnie przyjmują dodatkowe porcje jedzenia. Żeby tylko jakoś sprytnie to ukryć przed personelem... bo jeszcze gotowi są wmówić mi anoreksję.

Wyłączyłam telefon. Nie powinnam, ale nie chcę mieć kontaktu z nikim. A Mrówek cały czas mnie nęka. Nie chce mi przynieść komórki z internetem. Nie mogę pisać bloga. To dla twojego dobra. Odpocznij od internetu. Odpocznij od bloga i tego syfu, który tam jest.

Chuja wie. Ma mnie w dupie. Mnie i to, co jest dla mnie ważne. Nie chcę wracać na tę terapię grupową. Nie chcę iść na indywidualną. Chcę tkwić w tym syfie. Chcę autodestrukcji. Chcę śmierci. Chcę bólu. Chcę się karać za to, że żyję.

Kładę się z Paktofoniką na uszach. Może się nie obudzę. Dobranoc.

Mrówek nie odpuszcza. Zadzwoił na budkę na oddziale. Pielęgniarka znów mnie szturchnęła w ramię.

- Pani Aniu, telefon do pani.

Powlekłam się.

- No? - powiedziałam do słuchawki.

- Czemu wyłączyłaś telefon?! Wiesz, jak się martwię o ciebie? Znów te szantaże emocjonalne, jak twój ojciec?

- Nie martw się.

- Przecież wiesz, że mogę cię wyciągnąć z tego stanu. Tylko daj mi szansę. Umieram ze strachu o ciebie.

- Nic mi nie jest. Cześć.

Odwieszając słuchawkę słyszałam, że jeszcze coś mówił. Poszłam zapalić. Edytka znów opowiadała mi kolejną śmieszna historię. Miałam to w dupie. Wymuszałam sztuczny uśmiech.

Znów się kładę. Muszę być w nocy w miarę przytomna, żeby się powiesić. Przymierzyłam się do uchwytu dla niepełnosprawnych w jednej z ubikacji. Jest idealny. Mam już plan. Byle do nocy...

Tym razem zasnęłam. Spałam aż do 17:00, gdy przeraźliwy krzyk „KOLACJA!!!” jednej z pacjentek, wyrwał mnie nagle z koszmarnych snów. Wzięłam swój żytni chleb i powlekłam się na świetlicę. Ledwie widząc na oczy i utrzymując równowagę.

Paprykarz. No kpina. Ryba dla wegetarianki i wpierdalajta wariaty! Kolacja powędrowała do Izy. Fajka.

- Zjadła pani kolację? - pielęgniarka znów ma mnie na oku.

- Paprykarz nie jest wegetariański, to ryba.

- A pierogi pani zjadła na obiad?

- Tak - skłamałam, choć częściowo. Przecież wmusiłam w siebie dwie sztuki.

Telefon dalej wyłączony. Nie chcę z nikim rozmawiać. Nie chcę mieć kontaktu ze światem zewnętrznym. Wiem, że jestem dla Mrówka wredną suką i go ranię. Powinien odejść.

Od dwóch dni jestem na normalnej sali. Leżą ze mną trzy osoby – dwie babcie, co cały czas śpią i jedna około trzydziestu lat – prawie bez kontaktu, nie odzywa się do nikogo. Jest spokój i cisza. Przesunęłam łóżko bliżej okna – za nim mam szafkę. Stworzył się taki malutki zaułek. Babcia na łóżku obok śpi cały czas. Teraz nie muszę latać z tubką do łazienki. Mogę ciąć się w sali. Daje to dużo komfortu i mniejsze ryzyko przyłapania.

Idę dalej spać. Nie zależy mi już na niczym. Nawet na bólu i śmierci.

Późnym wieczorem, po wymianie wielu SMS, zdecydowałam się porozmawiać z Mrówkiem. Rozmawialiśmy długo. Wróciła ja-racjonalna.

Kiedy się kładłam, miałam silne myśli samobójcze. Napisałam Mrówkowi, żeby zadzwonił na dyżurkę. Żeby im powiedział, że dzwoni na moją prośbę, bo chcę sobie coś zrobić. Zadzwonił. Przyszła pielęgniarka.

- Pani Aniu, proszę do nas – weszła do sali.

Powlekłam się za nią do dyżurki i usiadłam na krześle.

- Czy pani jest mądra? Pół miasta budzić, jak ma pani do nas trzy kroki? Lekarz już był! Takie zawracanie głowy. Chyba będziemy musiały pani zabrać telefon na noc.

„Co kurwa?! To ja ostatkiem sił błagam o pomoc, a one mnie jeszcze opieprzają?!”

- No co pani wyprawia?

Druga pielęgniarka wykonywała telefon.

- Panie doktorze, jeszcze jedna pacjentka z trójki nie może spać i zgłasza myśli samobójcze - odłożyła słuchawkę. - Lekarz zaraz przyjdzie.

Długo czekałam. Za długo. Czując ich wzrok na sobie. Chciałam zniknąć. Chciałam się rozpuścić. Łzy w oczach. Cała się trzęsłam. Wzrok wbity w jeden punkt. W końcu doczekałam się

psychiatry. Bardzo miły człowiek.

- Co się dzieje, pani Aniu? Nie może pani spać?

- Nie o to chodzi.

- Mhm. A o co?

- Ja spać chodzę późno. Po północy. Chodzi o to, że boję się, że coś sobie zrobię.

- Rozumiem. Damy pani Clonazepam dwójeczkę. Brała pani dużo benzodiazepin? Na przykład Relanium?

- Nie. Jakies trzy dni.

- Dobrze pani Aniu, proszę iść po coś do picia - powiedziała pielęgniarka.

Powlekłam się na salę, wzięłam wodę i wróciłam do dyżurki. Łyknęłam tabletkę, po czym poszłam zapalić. Wypaliłam dwie fajki. Płacząc bardzo. Przypaliłam się kilka razy. Piekący ból przyniósł zasłużoną karę, ale wciąż było mi mało. Chciałam się jeszcze pociąć tubką. Myśli samobójcze bardzo się nasiliły. Miałam ogromne poczucie winy, że cokolwiek powiedziałam. Mogłam iść się powiesić i byłoby po sprawie. Wróciłam na salę. Bardzo płakałam. Pisałam dalej z Mrówkiem. Kiedy już chciałam się pociąć, nagle wparowała pielęgniarka.

- Proszę mi oddać telefon! - wyrwała mi go z ręki. Przeszukała łóżko.

- Proszę mi oddać słuchawki.

Odpięłam je od MP3.

- Co to jest? - wskazała palcem.

- Odtwarzacz MP3.

- To też proszę mi oddać.

Oddałam. Nie mogłam długo zasnąć. Płakałam. Żałowałam, że się przyznałam. Miałam ogromne poczucie winy. Zasłużyłam na karę. Myślałam, czy jednak się nie powiesić, bo pielęgniarki więcej do mnie nie zajrzały.

15. dzień (wtorek) – 1. dzień bez cięcia

8:45 – pobudka

Wczorajsze leki wyautowały mnie totalnie. Zasnąłam około północy. Na śniadanie się nie obudziłam. Leki przynieśli mi do łóżka. Łyknęłam i spałam dalej. Ciśnienie też mierzyli mi na śpiąco. Podałam tylko rękę. Spałam dalej.

Kiedy w końcu zwlekłam się z łóżka, nie byłam w stanie ustać na nogach.

Poszłam się ogarnąć do łazienki.

Zaczepiła mnie kobieta z... hmm... choroby nie znam, ale mówimy na nią „Orzełek”. Nosi ze sobą gipsowy odlew orła z godła narodowego i uparcie twierdzi, że to jest Matka Boska. Nic nie zje, ani nie weźmie leków, jeśli nie ma swojej Matki Boskiej przy sobie. Jest bardzo głośna i cały czas gada o szatanie i Bogu.

- Ja przepraszam panią, ale myślałam, że pani chce mnie udusić, dlatego tak krzyczałam, bo pani cała tak na czarno i szatan panią przysłał, żeby mnie udusić. Bo szatan wyrócił świat do góry nogami, wywinął na drugą stronę, a pani w kapturze i myślałam, że panią wysłał. Bo wszystko było odwrotnie, ale już z powrotem jest dobrze, to ja przepraszam, ale jak dorwę szatana to ja mu jeszcze pokażę! Przepraszam panią, bo pani mnie nie chciała udusić. - nie nadażałam za jej tokiem rozumowania i urojeniami.

Nawiązała do sytuacji z początków mojej hospitalizacji. W nocy wstałam zapalić i założyłam kaptur szlafroka na głowę. Tak przestraszyłam biednego Orzełka, że zaczęła krzyczeć w niebo głosy, że szatan przyszedł ją udusić. Musieli dać jej zastrzyk na uspokojenie.

Dziś myślę chyba racjonalnie. Strasznie mi wstyd za wczoraj. Czuję się winna – jak zwykle zresztą. Postanowiłam przepisać na czysto listę rzeczy do zapamiętania, priorytety i plan. Pokazać to wszystko psycholog do weryfikacji, porozmawiać z nią szczerze i

współpracować z lekarzami.

Muszę zacząć doceniać, że Mrówek tak się stara. Że chce opłacić moją terapię indywidualną. Że chce to tak zorganizować, żebym, przynajmniej na razie, nie musiała pracować i mogła skupić się na leczeniu.

Siedzę na świetlicy, bo śluza jest zajęta i przepisuję te listy, żeby pokazać psycholog. Słucham 2Pac'a i staram się myśleć racjonalnie.

Podeszła jedna z pielęgniarek:

- I jak tam Aniu?
- A dziękuję, może być. Dzisiaj myślę racjonalnie.
- Czyli lepiej, tak? Może leki zaczęły działać?
- A wie pani, to zależy jaka się obudzę. Teraz myślę w miarę racjonalnie. Zależy, która ja dojdzie do głosu.
- No to dobrze, że dzisiaj jest lepiej - uśmiechnęła się.

Ledwie odeszła, podeszła do mnie wiecznie uśmiechnięta salowa.

- I jak tam Aniu dzisiaj? Jak się czujesz?
- A dzisiaj lepiej, dziękuję.
- No to super! Cieszę się - jej promienny uśmiech dodaje mi sił.

Mojej dr prowadzącej dziś nawet nie widziałam. Swoją drogą, rozmawiała ze mną ze dwa razy po kilka minut. Nie ufam jej. Zabrała mi Seronil, mimo że dobrze się po nim czułam. Wolę panią ordynator.

Zapytałam pielęgniarkę o psycholog. Jest dzisiaj. Muszę z nią porozmawiać. Boję się bardzo. Napawa mnie to ogromnym lękiem, ale żeby sobie pomóc, muszę być z nią szczerą.

Na obiad dostałam zapiekankę ziemniaczano-warzywną z serem żółtym i jajkiem. O dziwo była całkiem smaczna i do tego przyprawiona. Zjadłam całą.

Mrówek załatwia sprawy związane z moimi zwolnieniami. Jestem mu tak niezwykle wdzięczna, że się mną opiekuje i jest tak

troskliwy. Muszę się nauczyć okazywać wdzięczność.

Chciałabym mieć rozmowę z psycholog za sobą. Stresuję się tym. Boję się wyznać jej prawdę, ale wiem, że jest to niezbędne dla procesu mojego leczenia.

Kolejna sprawa, którą sobie uświadomiłam to to, że jestem niezwykle łakoma pochwałą i zapewnieniami, że ktoś jest ze mnie dumny. Jednak sabotuję takie wyznania, bo chora część mnie uważa, że nie zasługuję na nie. W konsekwencji pogarsza to mój stan psychiczny i, albo odrzucam takie stwierdzenie, albo czuję przymus ukarania się.

Poszłam na świetlicę zrobić sobie kawę i... dostrzegłam moją dr prowadzącą. WOW! Nawet na mnie nie spojrzała.

Kiedy zadzwonił do mnie Mrówek, żeby powiedzieć co załatwił, podeszła do mnie terapeutka zajęciowa:

- Aniu, pomożesz nam coś zanieść na strych? - zapytała.
- Zaczekasz? Muszę tu pomóc coś zanieść – powiedziałam do Mrówka.
- Nie muszę, tylko chcę - poprawiła mnie terapeutka.

Właśnie z tym też mam problem. Kiedy ktoś mnie o coś prosi, wychodzę z założenia, że muszę to zrobić.

- Proszę mnie tutaj, żebym pomogła coś zanieść na strych. Zaraz oddzwonię, dobra?
- Dobra, jasne - odpowiedział Mrówek i rozłączyliśmy się.
- Potrzebuję takiej krzepkiej, sprawnej osoby, nie będę prosić tu starszych pań - wyjaśniła mi terapeutka.

Podeszłam do dużego styropianu zapakowanego w folię. Zebrałam siły, sądząc, że w styropian zapakowane jest coś ciężkiego. Unosząc go roześmiałam się.

- Myślałam, że to coś ciężkiego, a to sam styropian!

Terapeutka się uśmiechnęła.

- Chodźmy.
- A jak ucieknę? - zapytałam z figlarnym uśmiechem.
- Nie no, ja wierzę, że nie uciekniesz. Aż tak źle ci na naszym

oddziale?

Roześmiałam się.

Strych okazał się „uroczym” miejscem. Swojski zapach gołębi. Stare wózki inwalidzkie. Jakies złożone łóżka. I inne ciekawe graty. Czułam się jak bohaterka filmu o psychiatryku, horroru zapewne.

Przez otwarte okno gołębie zrobiły sobie tam noclegownię. Wszędzie pełno pajęczyn. Prawie wdepnęłam w zdechłego młodego gołębia.

- A może Cię tu zamkniemy? - zażartowała terapeutka.

- Lepiej nie! - krzyknęłam – Narzeczony musiałby mnie ratować jak księżę księżniczkę z wieży.

Salowa, która była z nami, i terapeutka śmiały się ze mnie. Udzielił mi się ten dobry nastrój.

- A może wpuścimy cię na oddział męski? - ciągnęła żarty terapeutka.

- Lepiej nie, bo ciekawe co by na to Mrówek powiedział.

- Jakby cię tam oblegli, to by cię nie wypuścili. – wtrąciła salowa.

Śmiejąc się wracałyśmy na oddział. Pod drzwiami udałam, że schodzę niżej.

- To cześć - pomachałam im z uśmiechem i weszłam na oddział.

Siedząc w śluzie poprosiłam pielęgniarkę o rozmowę z psycholog.

Po chwili się zjawiała.

- Cześć Aniu - uśmiechnęła się. – Wiesz co, ja mam umówioną rozmowę z rodziną i nie mogę cię teraz wziąć. Jakby ta rodzina nie przyszła, albo szybko skończymy rozmawiać, wtedy cię poproszę, dobrze?

- Dobra, nie ma sprawy.

- Ale coś się stało? Coś na cito?

- Nie, nie. Dzisiaj jestem w takim stanie, że może to spokojnie poczekać do jutra.

- A wczoraj coś się stało?

- No, wczoraj tak. Odwaliło mi dość mocno. A dzisiaj jestem racjonalna.
- Aha, czyli rozumiem, że wczoraj zużyłaś tyle energii, że dziś jest w porządku, tak?
- No można tak powiedzieć.
- I widzę, że chyba jestem w lepszym nastroju.
- No z tym różnie, ale ogólnie jest ok.
- Czyli taka trochę huśtawka?
- Tak, ale ogólnie raczej na plus.

Umówiłam jeszcze Mrówka na jutro, na rozmowę z psycholog.

- Oczywiście ja chcę sama z panią porozmawiać, a Mrówek osobno. Nie razem.
- Dobrze, dobrze.

Psycholog zniknęła za drzwiami oddzielającymi mnie od wolności.

Muszę porozmawiać z psycholog o tylu sprawach, że wpadam w panikę.

Znów zaczynam nakręcać się myślami. Co będzie jak stąd wyjdę? Co będzie z terapią? Czy dostanę zwolnienie po szpitalu? Czy wrócę na terapię grupową? Czy nie zrobię nic głupiego? Czy uda mi się trzymać planu? Czy wytrwam w postanowieniach? Coraz więcej niewiadomych, a odpowiedzi i pewników jak nie było, tak nie ma.

Popołudniowe leki.

- Ania, proszę - dostałam tabletkę. Pomarańczowa. Jak Clonazepam. Zdziwiłam się.
 - Tabletkę?
 - No tak.
- „Pewnie skończył im się Rispolept w kropach.” Połknęłam tabletkę.

- Anulka, Anulka chodź na chwilę! - usłyszałam pielęgniarkę - Chodź,

bo zapomniałyśmy jeszcze o kropelkach.

- A co to za tabletki były w bonusie?

- A to pani ordynator zapisała na stałe przez jakiś czas. To był Clonazepam. Na te twoje niepokoje.

- A! To chyba po rozmowie z narzeczoną, bo było mi głupio prosić tak cały czas.

- No to teraz będziesz dostawać codziennie i nie będziesz musiała prosić - uśmiechnęła się.

Ordynator najwyraźniej zareagowała na „raport” Mrówka. Napisał w nim, że źle się czuję z proszeniem codziennie o Clonazepam. Że czuje się jak lekomanka wyłudniająca leki. Więc wpisała mi go na stałe. Jestem jej za to wdzięczna. Reaguje i działa w interesie pacjenta. Szczególnie ważne jest to w przypadku osób takich jak ja – z problemami w komunikacji społecznej.

Wiem jednak, że muszę pracować nad tym, żeby prosić o pomoc. Nie mogę się tego bać. Niemniej jednak, odczuwam ogromną sympatię do ordynator i zdaje sobie sprawę, że zależy jej na mnie. Czuję się tu coraz bezpieczniej.

Chyba włącza mi się syndrom więźnia – coraz bardziej boję się opuszczenia szpitala. Czuję się tu jak w domu. Kiedy będę stąd wychodzić, chyba będzie to uczucie jak powrót do domu z obozu. Z jednej strony radość, że się wraca, a z drugiej żal i nostalgia, że opuszcza się miejsce, w którym czuło się dobrze.

Próbuję przygotować się do rozmowy z psycholog, ale dziś już chyba nic z tego nie będzie, jako, że jest 14:35.

Wiecznie uśmiechnięta salowa zagadnęła mnie.

- I jak tam Anula, dalej piszesz? Dużo ci jeszcze zostało?

- A to nie życiorys. Piszę książkę.

- A! No to ładnie! A ile tu jeszcze będziesz? Rozmawiałaś z lekarzem?

- Nie wiem, ale lepiej, żebym tu jeszcze trochę została.

- No to widać, ale jest chyba coraz lepiej, nie? Widzisz poprawę?
- Dzisiaj tak, ale wczoraj odwaliło mi. Jak to stwierdziła pani psycholog, wczoraj zużyłam całą energię i dzięki temu dzisiaj mam dobry humor.
- Ale będzie lepiej. Będzie coraz lepiej zobaczysz!

To niewiarygodne jak kilka słów zamienionych z pacjentem plus uśmiech, może podnieść go na duchu. Tym bardziej, że ja bardzo potrzebuję zainteresowania moją osobą. Zastanawiam się, czy to nie zasługa pani ordynator. Czy to nie jest jej zalecenie, żeby personel mnie zagadywał i pytał o samopoczucie. Bardzo mi to pomaga. Czuję wtedy, że komuś na mnie zależy, że jestem ważna, że zasługuję na zainteresowanie.

Chyba to małe skrzywdzone dziecko we mnie potrzebuje takiej uwagi i zainteresowania.

Widziałam dziś jeszcze raz moją lekarzkę prowadzącą. Znowu nie zwróciła na mnie uwagi. Ona chyba oczekuje, że będę za nią biegać. Ale tak nie zrobię. Nie ufam jej.

Mrówek próbuje załatwić mi to zwolnienie z oddziału dziennego. Jest godzina 15:00. Wzięłam jabłko, wodę, zeszyt, w którym piszę książkę. Czuję się w końcu na siłach, by zacząć ją czytać.

Leżąc w łóżku, podczas popołudniowego odpoczynku, słońce wpadało przez okno i migotało mi po powiekach. Ciepłe powietrze delikatnie muskało twarz. Wtedy naszała mnie refleksja. Że boję się dobrze czuć. Że boję się, że leki będą działać. Podświadomie chcę by nie działały. Boję się szczęścia i dobrego samopoczucia, bo wtedy nie czuję się sobą.

Mrówek wyszedł zapalić przed szpital. Siedząc na murku poznał pewną kobietę koło sześćdziesiątki. Uśmiechnęła się do niego. Odwzajemnił uśmiech. Wymienili dwa zdania. Dosiadł się.

Z początkowej rozmowy na błahe tematy zeszli na poważniejsze.

- Kogo pan tu odwiedza?
- Narzeczoną. Jestem tu prawie codziennie.
- Ja mam tu córkę na trzecim oddziale.
- Moja narzeczona też jest na trzecim.

Dalsza rozmowa potoczyła się w niespodziewanym kierunku. Okazało się, że owa kobieta leczyła się w klinice w Krakowie, gdzie trafiła pod opiekę wspaniałego profesora, który jej pomógł. Leczenie tam okazało się kompleksowe i, co najważniejsze, skuteczne. Mrówek powiedział jej, że ciężko się ze mną żyje. Przyznała, że nieraz prosiła męża, żeby od niej odszedł. Żeby znalazł sobie zdrową partnerkę. Dostrzegacie analogię? Mąż jednak się nie poddał, wytrwał. Są małżeństwem już dwadzieścia siedem lat.

Kobieta ta jest wolontariuszką w fundacji, która pomaga osobom z problemami psychicznymi. Prowadzą warsztaty aktywizujące. Zapraszała mnie na bezpłatne warsztaty. Dała Mrómkowi wizytówkę. Mało tego. Ma do niej napisać wieczorem maila. Wyśle mu książkę, którą napisała podczas leczenia w klinice. Mrówek ma ją wydrukować i jutro mi przynieść. Ma mnie natchnąć optymizmem. Powiedział jej, że ja również piszę książkę będącą relacją z mojego leczenia.

- Co za przypadek, że spotkaliśmy się tutaj pod szpitalem - powiedział na odchodne.
- To nie przypadek. Nic nie dzieje się przypadkiem - odrzekła tajemniczo na do widzenia.

Gdy opowiadał mi tę historię, przeszły mnie ciarki. Nabrałam jeszcze większej ochoty i odwagi do leczenia. Chcę wziąć życie we własne ręce. Zamiast płynąć bezradnie w nurcie autodestrukcji. **CHCĘ BYĆ ZDROWA! CHCĘ TWORZYĆ! MUSZĘ BYĆ SILNA! WYTRWALE DAŻYĆ DO ZDROWIA!**

Znowu się przejadłam. Choć tym razem sama zrobiłam Mrómkowi listę zakupów. Nie kupił nic nadprogramowego. Zjadłam

pół czekolady, trzy bułki, sałatkę jarzynową i batona. Oprócz tego zapiekankę na obiad, zupkę chińską z dwiema kromkami chleba razowego i serkiem. Czuję się gruba. Zapomniałam jeszcze o jabłku. Brzuch mnie boli. Mam wyrzuty sumienia. Okropne. Chęć pocięcia się wzrasta. Zaczynam sobą gardzić. Dwa palce w gardło. Byłoby po sprawie. Niestety. Jedzenie u mnie wchodzi tylko w jedną stronę. Wyjść tą samą dziurą na zawołanie już nie chce. Staram się trzymać racjonalnego myślenia. Niestety jest ono bardzo ulotne. Jeśli w najbliższych dniach nie powstrzymam obżarstwa, będzie źle. Bardzo źle.

Wszyscy tu widzą, że cały czas piszę. „Daj przeczytać.”, „Chociaż ostatnie zdanie.”, „A o czym to?”, „A co piszesz?”, „Ale pani pisze i pisze.”, „A ile już napisałaś?”, „A która to strona?”.

Zaraz wieczorne leki. Ciekawe czy dostanę też Clonazepam. Nie rozumiałam pielęgniarki przy wydawaniu popołudniowych leków. A swoim zwyczajem nie dopytałam. Wiem tylko, że mówiła coś o trzech dawkach. Czy chodziło jej tylko o Rispolept? Czy o Clonazepam też? To chyba po tych lekach tak jem. A może to tylko moja wymówka.

Zaraz zadzwoni Mrówek. Mam nadzieję, że dobry nastrój mi wróci.

Wieczorne leki. Wszystko jasne. Clonazepam jak Rispolept, trzy razy dziennie. Pewnie dzisiaj też szybko klapnę. Jak wczoraj. Trucizna zaraz zacznie się rozpuszczać. Wchłaniać. Krążyć w krwiobiegu. Trafi do mózgu, gdzie się zagnieździ. Zacznie działać. Czy wróci racjonalne myślenie? Czy ja go chcę? Czy nie chcę? Czy tylko się boję?

Podczas wieczornej rozmowy z Mrówkiem nie miałam humoru. Ciężko mi się rozmawiało.

Przed północą salowa wygoniła mnie z palarni. Zdenerwowana poszłam do WC. Salowa to widziała. Mimo wszystko nie przeszkodziło jej to we wparowaniu mi do kabiny, gdy akurat, z gołym tyłkiem nad klozetem, oddawałam mocz.

- A przepraszam! - rzekła suka – Długo tam? - dodała.

A mnie ciśnienie skoczyło. Zdenerwowanie osiągnęło krytyczny poziom.

- Zaraz wychodzę! - krzyknęłam zirytowana.

Że naćpane lekami wariaty wparowują do WC bez pukania, jestem w stanie zrozumieć. Ale jeśli chodzi o personel - nie ma litości.

Wróciłam na salę. Pisaliśmy SMS z Mrówkiem. Gdy weszłam do sali, sąsiadka chrapała. Nagle siadła na łóżku.

- Boże jakie ja mam krzywe łóżko. Nie mogę spać - zaczęła swoje gorzkie żale.

Zdenerwowanie wciąż narastało. Miałam ochotę coś rozwalić. Położyłam się. Im dłużej leżałam, tym było gorzej. Znów męczyły mnie wizje podcinania żył. Obmyślenia planu. Wizualizacje. Przyznałam to Mrówkowi. Zaczął mówić o planie. Jednak byłam tak zmęczona, że wiedziałam, że szybko zasnę. Nie było najmniejszego sensu żeby wcielać plan w życie. Wystarczyło pójść spać.

16 dzień (środa) – 2 dzień bez cięcia

7:45 – pobudka

Trzeba było wstać.

Zęby, twarz, włosy – umyte. Fajka, kawa – śniadanie. Clonazepam, Rispolept – poranna dawka chemii – łyknięta.

Wciąż tak trudno zachować racjonalne myślenie. Humor neutralny z tendencją spadkową. Najgorsze, że ten spadek kusi. Bardzo kusi. Gdy jest źle, naprawdę źle, czuję się sobą. Tak nie powinno być. Siedzę tu już ponad dwa tygodnie, nikt o tym nie wie, oprócz Mrówka, rzecz jasna, teściowej i profesora z oddziału dziennego.

Wyjście napawa mnie ogromnym lękiem. Muszę dziś porozmawiać z psycholog. Bardzo boję się tej rozmowy. Bardzo boję się co będzie po wyjściu stąd. Bardzo boję się, że rodzice się dowiedzą. Bardzo boję się spotkania z nimi, na moich, odkładanych od miesiąca, urodzinach.

Czy dam radę skończyć tę książkę? Czy wystarczy mi sił? Ciekawa jestem tej krótkiej książki, którą wczoraj spotkana przez Mrówka kobieta miała mu wysłać.

Leki działają. Chyba w końcu dobrze je dobrali. Myślę w miarę racjonalnie. Choć nie mam siły pisać życiorysu.

Czy będę musiała wrócić do pracy?

Mrówek ma mnie za artystkę. Też się kiedyś za nią uważałam. Tylko co z tego? Teraz nie jestem w stanie tworzyć. Przez leki czuję się pusta. Kompletnie pusta. Jestem w stanie tylko pisać tę książkę. Już nie pamiętam kiedy ostatnio napisałam jakiś wiersz. Moja wrażliwość prysła jak bańka mydlana. Leky zabiły we mnie wszystko. Wszystkiego mi się odechciewa.

Przeraża mnie to, że myślę racjonalnie i racjonalnie chcę się zabić.

Zaraz będę musiała opuścić służbę. Chciałabym iść spać. Czas obudzić Mrówka.

Dzisiaj obchód. Mrówek obiecał, że załatwi mi wyjście na spacer. Ciekawe, czy się uda.

Obchód. Byłam szczerą.

- Jak tam pani Aniu? - zapytała ordynator.
- Dzisiaj źle.
- A wczoraj?
- Wczoraj dobrze.
- Czyli dalej są takie wahnięcia?
- No tak.
- Rozumiem.
- I mam problemy z koncentracją i pamięcią okropne.
- Ale te problemy z pamięcią to z czego wynikają? Natłok myśli, czy wręcz przeciwnie – pustka?
- Pustka totalna.
- A czy jest jakiś lek, po którym czuła się pani lepiej w tym względzie?
- Seronil.
- Seronil, dobrze.
- Po nim miałam energię i „chciało mi się”. Tylko tę energię często przeciw sobie wykorzystywałam.
- Rozumiem. Dobrze dołączymy więc Seronil. Oczywiście tamte leki zostawimy, tylko dodamy ten. Powinno być lepiej. I to podamy zaraz, dobrze? - zwróciła się do pielęgniarki – Dziękujemy pani Aniu.
- Dziękuję.

Muszę się przygotować do rozmowy z psycholog. Chcę być z nią szczerą i poruszyć różne tematy, ale nie mogę się skupić. Próbuję przeglądać te notatki, ale wszystko mi się miesza i zlewa w jedno.

Tematy do poruszenia:

- pokazanie listy priorytetów, planu i rzeczy do pamiętania,
- powiedzenie o rozgoryczeniu z powodu odstawienia Seronilu,
- myśli autodestrukcyjne,

- poniedziałkowa kłótnia i obżarstwo,
- pokaleczenie się,
- obawy przed wyjściem ze szpitala,
- natrętne myśli o podcięciu żył i powieszeniu,
- przymus autodestrukcji mimo brania Clonazepamu – przestał na to pomagać,
- mimo racjonalnego myślenia, nie czuję się sobą, gdy jest dobrze,
- lęk o swoje życie po wyjściu ze szpitala,
- lęk, co będzie po wyjściu – praca, czy dostanę zwolnienie, terapia indywidualna, powrót na terapię grupową.

Czuję się koszmarnie z tym, że dostaję trzy różne leki. Czuję się jak pieprzona lekomanka – wariatka. Źle mi z tym. Powinnam sama sobie dawać radę. A nie tak... Faszcerują mnie chemią, a powinnam być silna. Wiem, znów to chore myślenie, które dostałam w spadku po ojcu. Ordynator powiedziała, że mam dostać ten Seronil od razu. Nie dostałam, a boję się zapytać o to pielęgniarek. Jestem beznadziejna.

Leżałam w łóżku słuchając Kalibra. Ktoś mnie delikatnie dotknął. Ściągnęłam słuchawki i odwróciłam się. Psycholog.
- Chodźmy – powiedziała.

W gabinecie dałam jej kartki. Obiecała, że zapozna się z nimi podczas obiadu. Mówiłam dość chaotycznie.

- Wszystko mi się zlewa. W poniedziałek obudziłam się w złym nastroju. Nie mogłam obudzić Mrówka i to mnie zdenerwowało do tego stopnia, że latałam po oddziale i bluzgałam. Potem zrobiłam mu awanturę, bo przyniósł mi jedzenie, którego nie chciałam. Poczułam się jak z rodzicami. Oni zawsze wiedzą co jest dla mnie najlepsze. Kupił mi jakieś soczki, żebym dostarczyła organizmowi witaminy. Potem, jak poszedł, to zjadłam wszystko naraz. Potem się pokaleczyłam z premedytacją. Chciałam złamać obietnicę. Chciałam, żeby był na mnie zły.

- Widzę, że często wychodzą ci rodzice. I rozumiem, że powiedziałaś mi o tym, że się pokaleczyłaś? A czym, jeśli mogę wiedzieć?
- Tubką żelu do twarzy.
- Jasne, w końcu można wszystkim.
- Jestem zła na doktor prowadzącą. Mówiłam jej, że po Seronilu czuję się dobrze, a mi go odstawiła. Mówiłam, że po Depakinie źle się czułam, a dała mi leki podobnie działające. I widziała pani, co się ze mną działo.
- Wiesz, to lekarze rezydenci. Dopiero się uczą. Tak naprawdę niewiele mają do powiedzenia. O wszystkim i tak decyduje pani ordynator.
- No właśnie po tym Clonazepamie na początku lepiej się czułam, myśli autodestrukcyjne się wyciszały, a teraz nie do końca.
- Czy ja dobrze rozumiem, że po Clonazepamie się nasilają?
- Nie, nie. Po prostu słabiej działa.
- Rozumiem. Ale ogólnie widzę poprawę. W końcu nie masz kaptura na głowie, koszula czerwona, jakieś kolory się pojawiły.
- Ta koszula to akurat też maska.
- Ale myślę, że i tak jest poprawa.
- W ogóle po tych lekach czuję, że myślę bardziej racjonalnie. Przeraża mnie jednak to, że wciąż mam te myśli autodestrukcyjne. Męczą mnie myśli o podcięciu żył, albo powieszeniu się.
- A nie możesz jakoś odgonić tych myśli od siebie?
- No właśnie nie. To jak wizualizacje trochę. Takie natrętne. I z tym Mrówkiem. Raz chcę żeby się o mnie troszczył, a zaraz zaczynam się buntować.
- Rozumiem, że jak czujesz się gorzej, jesteś słabsza, to wtedy oczekujesz opieki z jego strony.
- No właśnie nie do końca. Bo troski i opieki oczekuje ta mała płacziwa dziewczynka. A jak tylko to dostaję, uruchamia się chłopak, który nie potrzebuje nikogo. I zaczynam się buntować, że decyduje za mnie. A potem znów uruchamia się beksa i denerwuję się, że się mną nie interesuje. W ogóle z tymi moimi ja jest tak, że sama się w tym gubię.

- A która jest najsilniejsza?
- Nie wiem. Po lekach niby myślę racjonalne, ale ta ja-autodestrukcyjna jest silna. Na tyle, że nawet myśląc racjonalnie, chcę się krzywdzić.
- Wiesz co, Aniu, gubię się w tych wszystkich twoich Aniach. Mogłabyś mi to rozpisać? Masz tu kartki A4 i chciałabym żebyś mi to narysowała w diagramach. Która z której się odłączyła, która jest silna, która jest słaba. Żebyśmy mogły wzmocnić te pozytywne, a osłabić negatywne.
- Ja się sama w tym gubię. Ta ja-artystka jest pod silnym wpływem autodestrukcyjnej.
- A co można zrobić, żeby ją osłabić? Może połączyć artystkę z racjonalną?
- Nie wiem - przyznałam szczerze z rezygnacją.
- Dobrze, pomyślimy nad tym.
- W ogóle z tym zadaniem co mi pani dała pewnie będzie tak, jak z listą priorytetów, którą zadała mi tamta psycholog. Zaraz się zestresuję i będę mieć myśli samobójcze.
- A to nie! - psycholog wyciągnęła rękę i chciała mi zabrać kartki – Jak to tak ma na ciebie wpłynąć, to nie rób tego. Nie chcę cię mieć na sumieniu.
- Nie no, bez przesady - uśmiechnęłam się. – Nic sobie przecież nie zrobię.
- To w porządku. Rób to na ile masz siłę, bez stresu.
- Z tymi listami co pani pokazałam to też jest tak, że dwa dni udawało mi się ich trzymać, a potem je sabotowałam.
- Rozumiem. Jeśli chodzi jeszcze o Mrówka, to musisz się nauczyć komunikować. Jesteś dorosła. Nawet jak działasz na swoją niekorzyść, on musi to uszanować. Oczywiście, o ile nie zagraża to twojemu życiu.
- No właśnie jak zaczęłam tamtą terapię, to nie rozumiał za bardzo, czemu czuję się gorzej. Dopiero jak tu trafiłam, to zaczął rozumieć. Stał się bardziej troskliwy. Chce zorganizować fundusze na moją terapię indywidualną, żebym w ogóle nie musiała się tym

przejmować.

Nasza rozmowa była bardzo chaotyczna. Skakałam z tematu na temat.

Podsumowując. Ulżyło mi, że ta rozmowa się odbyła, że ktoś kompetentny wie, co się ze mną dzieje. Czuję się dzięki temu bezpieczniej.

Psycholog po raz kolejny stwierdziła, że jestem jedną wielką ambiwalencją. Cóż. Wiem o tym. Zastanawiam się nad zadaniem, które mi dała.

Zaraz leki. W końcu dostanę swój Seronil.

Rispolept i Clonazepam – poszło. Z Seronilem jest problem, bo nie było go w aptece.

Z nudów, oprócz ciągłego pisania, rzecz jasna, robię pranie. To mnie relaksuje. Pomaga odciągnąć myśli. Wyprałam swoją opaskę na rękę. Chodzę bez niej. Mam coraz mniej oporów przed podciągnięciem rękawa, mimo że ręka wygląda paskudnie.

Mrówek właśnie rozmawia z psycholog. Ciekawe, co z tej rozmowy wyniknie. Jestem bardzo ciekawa, kiedy mnie wypuszczą. Prawdę mówiąc, zostałabym tu najchętniej do końca przyszłego tygodnia. Nie czuję się na siłach, by wyjść w tym tygodniu. Ordynator chyba też jest takiego zdania.

Do tej pory jestem tu szesnaście dni. Napisałam dziewięćdziesiąt jeden stron rękopisu w zeszycie A5. Kratka pod kratką. Nie mam notatek z pierwszych dwóch dni. Nie czułam się na siłach, by pisać. Zauważyłam, że im lepiej się czuję, tym więcej piszę i przychodzi mi to z większą łatwością. Może psycholog ma rację?

Autodestrukcyjna mnie ogranicza. Po przekroczeniu pewnej granicy, nie jestem w stanie tworzyć. Może rzeczywiście najlepiej byłoby połączyć mnie-racjonalną ze mną-artystką? Może wtedy mogłabym rozwinąć skrzydła? Ale do tego muszę przyjmować leki i rozpocząć psychoterapię. Muszę się leczyć. Żeby stać się sobą-twórczą, muszę być zdrowa. Motto na dziś: „Żeby być twórczą, muszę się leczyć. Tylko będąc zdrową, mogę być artystką”. A przecież właśnie na tym mi zależy. Ta część mojej osobowości jest dla mnie najcenniejsza.

Są artyści jednego utworu. Czy to piosenkarze, czy zespoły, czy poeci, czy pisarze. Ja jestem artystką zera utworów. Jeszcze nic nie stworzyłam. Nie licząc kilkuset bezwartościowych wierszy i kilku porzuconych projektów książek. Źle mi z tym. Okropnie źle. A im więcej o tym myślałam, tym bardziej pchałam się w autodestrukcję. Pomyliłam ją z wrażliwością. Zapomniałam, że niszczenie i krzywdzenie siebie tę wrażliwość właśnie zabija. Zniczuła. Jak zwykle. Sabotowałam sama siebie. Swoją twórczość. Czy ona jest coś warta? Tego nie wiem. Ale nie dowiem się, póki nie spróbuję czegoś skończyć. A do tego, że niewiedza jest destrukcyjna, już doszłam. Muszę tylko o tym pamiętać.

Podeszła pielęgniarka:

- Pani Aniu, dzisiaj niestety nie będzie tej tabletki, bo w aptece nie było. Być może jutro będzie.
- Super. Być może trzeba było iść do innej apteki? Ale co ja tam wiem. Przecież jestem tylko wariatem, zamkniętym w psychiatryku.

Podeszła do mnie Sylwia.

- Ania, tak? - zapytała.

Uniosłam głowę znad zeszytu.

- Tak.

- Przepraszam, że ci przeszkadzam w pisaniu, ale chciałam cię tylko zapytać, czy dają ci coś rozmowy z psycholog?

Uśmiechnęłam się.

- O tak! Pomagają i to bardzo!
- Bo ja właśnie mam opory. Czuję się emocjonalnie rozbita. Niepokój i takie zdenerwowanie w środku. Czuję się rozbita.
- Rozumiem to. Też tak mam - uśmiechnęłam się do niej.
- Bo ja właśnie się waham. To nowa sytuacja i czuję się niepewnie. Roześmiałam się.
- Doskonale cię rozumiem. Też przed rozmową tak się czuję. Ale ta pani psycholog jest naprawdę w porządku i rozmowa z nią mi pomaga. Na początku jestem zdenerwowana. Mam mętlik w głowie albo pustkę. Stresuję się. Ale jak już jestem w gabinecie, to czuję się bezpiecznie i nagle wszystko mi się przypomina. I gadam jak najęta. Tak samo było w 2008 roku jak tu byłam. Też była ta pani psycholog. Choć wtedy dużo kłamałam. Nie mówiłam całej prawdy. Ale nawet wtedy mi to pomagało. Także polecam ci, naprawdę.
- Dzięki - uśmiechnęła się i odeszła, a ja pogrążyłam się znów w pisaniu.

Kiedy przyszedł Mrówek, pokrótce opowiedział mi jak wyglądała jego rozmowa z psycholog. Ale ja teraz nie o tym, bo wciąż nie mogę dojść do siebie po pewnej niemiłej sytuacji.

Otóż nie wiedziałam, w jakiej dawce i ile razy dziennie mam dostawać Seronil. Mrówek uparł się, żeby pójść do dyżurki i zapytać.

- Przepraszam, chcieliśmy się dowiedzieć o dawkowanie Seronilu, bo narzeczony został dzisiaj zapisany przez panią ordynator.
- Ale informacji na temat leczenia udziela tylko lekarz - odrzekła opryskliwie jedna z pielęgniarek, podnosząc głowę znad raportów.
- Ale nie chodzi nam o jej stan zdrowia, tylko Ania chciała wiedzieć jaką dostała dawkę leku. Znamy nazwę, chodzi jedynie o dawkowanie.
- To jak będą wydawane leki, wtedy udzielimy informacji - nie dawała za wygraną.
- Rozumiem, ale to jest pacjentka, a nie jakaś małpa w zoo. Zna swoje prawa i chyba ma prawo wiedzieć jakie leki dostaje - Mrówek był nie ustępliwy, widziałam, że jest już dość zdenerwowany.

- Ale podczas wydawania leków zawsze udzielamy pacjentkom takich informacji. Prawda pani Aniu? - wtrąciła druga z pielęgniarek, którą akurat lubię. Ona zawsze stara się załagadzać konflikty.

Skinęłam głową.

Ta opryskliwa jeszcze coś powiedziała. Mrówek uniesionym głosem jej odpowiedział. A ja doprowadziłam się do takiego stanu, że uciekłam do sali z płaczem. Mrówek przyszedł za mną.

- Kochanie, co ci się stało? - przytulił mnie i starał się uspokoić.

- Dlatego ja nigdy o nic nie pytam - szlochałam.

- Rozumiem, ale udzielanie takich informacji to ich psi obowiązek. Za to im płacą z naszych podatków, przecież to budżetówka.

Skinęłam głową, wciąż nie mogąc się uspokoić.

- Chodź Skarbie, pójdziemy sobie gdzieś usiąść i spokojnie porozmawiać. No chodź, nie płacz już.

Poszliśmy. Po chwili podeszła do nas ta miła pielęgniarka i starała się uspokoić sytuację.

- Bo wiedzą państwo, my takie informacje mamy w karcie pacjenta, a akurat pisaliśmy raporty. A karty są w zabiegowym.

- Czyli problem polegał na tym, że trzeba by po nie pójść, tak? Nie wystarczyło tak od razu powiedzieć? Poczekałibyśmy spokojnie. Do pani nic nie mam. Pani jest w porządku, ale ta druga pielęgniarka... przecież pacjenci mają swoje prawa i uważam, że, zwłaszcza w takiej placówce, powinny one być egzekwowane.

- Oczywiście, ma pan rację. Ale proszę nie nakręcać dodatkowo pani Ani, bo my pójdziemy do domu, pan pójdzie do domu, a pani Ania tu zostanie. Proszę spróbować ją jakoś uspokoić. Ja niestety nie robiłam dzisiaj przy lekach, więc nawet nie wiem jaka to ma być dawka. Tym bardziej, że dziś tego leku nie mamy.

- A właśnie, co jak jutro też go nie będzie? Czy istnieje możliwość, żeby lekarz wypisał receptę, a ja kupię ten lek i Ania będzie go przyjmować?

- Oczywiście, jest taka możliwość, ale proszę poczekać. Jutro powinien już być. Bez sensu angażować rodzinę, póki nie wyczerpiemy naszych możliwości.

- Jasne, rozumiem.

Mrówek w końcu odpuścił robienie afery i kontaktowanie się z Rzecznikiem Praw Pacjenta. Ta miła pielęgniarka uspokoiła po części nas oboje.

Po jego wyjściu podeszła do mnie. Była w zabiegowym i spisała mi wszystkie leki wraz z ich dawkowaniem. Tak jak myślałam. Dostałam Seronil na rano w dawce dziesięć miligramów, mimo że wcześniej brałam dwadzieścia. Jutro postaram się dowiedzieć od ordynator, czy mi zwiększy do dwudziestu.

Po 19:00 zadzwonił Mrówek. Pogadaliśmy chwilę, ale ścięło mnie totalnie. Poprosiłam o przełożenie rozmowy na „po wieczornych lekach”. Położyłam się. Zasnęłam tak głęboko, że nie obudziły mnie głośne nawoływania pielęgniarek. Słyszałam jak we śnie: „Sprawdźcie, czy Ani nie ma w służbie”. Obudziła mnie dopiero pielęgniarka, delikatnie szarpiąc za ramię.

Iza musiała mnie prowadzić, bo nie mogłam ustać na nogach. Łyknęłam wieczorną dawkę leków i zadzwoniłam do Mrówka. Rozmawialiśmy do 23:30. Przed położeniem się spać. Poszłam do sali po szczoteczkę do zębów i pastę. Pielęgniarka przekonana, że jestem jeszcze na palarni, przytknęła drzwi do naszej sali. W momencie, w którym akurat wychodziłam. Wystraszyłam ją do tego stopnia, że aż podskoczyła.

- Ania! Myślałam, że jesteś na palarni! Ale mnie wystraszyłaś.

- Aż taka straszna jestem? - śmiałam się, odchodząc do łazienki.

Położyłam się. Popisaliśmy trochę SMS i odpłynęłam.

21. dzień (poniedziałek) - 3. dzień bez cięcia

7:45 – pobudka

- Pani Aniu! Je pani śniadanie? - obudził mnie pielęgniarz Paweł standardowym pytaniem.

- NIE! - krzyknęłam.

A jednak. A jednak zasnęłam. Wciąż żyję. Nie tak miało to wyglądać.

Wczoraj wieczorem planowałam samobójstwo. Właściwie nie planowałam, a zaplanowałam. Dziś miało mnie już nie być. Mrówek myślał, że chce mi się ciąć. Ale wcale o tym nie myślałam. Nawet mi się nie chciało. Zaplanowałam powiesić się, gdy wszyscy pójdą spać. Położyłam się w ubraniu na łóżku. Na uszach w kółko „Moja obawa” Kalibra. Pisałam z Mrówkiem. I czekałam. Przykryłam się kocem. Udawałam, że śpię. Napisałam notatkę na blogu. Byłam zapalona ze dwa razy, żeby ocenić sytuację. W palarni wciąż siedziała jedna z pacjentek.

- A co ty tak okupujesz palarnię? - zapytałam niby z ciekawości. W rzeczywistości chciałam wiedzieć, kiedy w końcu z niej pójdzie. Chciałam się przypalić. Potrzebowałam dawki bólu przed powieszeniem. Chciałam zażyć tej ostatniej przyjemności.

- Czekam na lekarza. Coś mu się nie spieszy. - odpowiedziała.

Byłam wściekła. Wszystkie plany się krzyżują. Po oddziale kręcą się ludzie. Palarnia zajęta. Pielęgniarki nie śpią. Chciałam powiesić się w ubikacji na getrach. Nie mogłam sobie pozwolić na wieszanie w sali. To byłoby zbyt ryzykowne. W końcu jednak zasnęłam.

Psycholog wchodząc na oddział zaczęła mnie. Siedziałam z kapturem na głowie i słuchawkami na uszach. Pisałam.

- I jak tam Słoneczko?

Tylko na nią spojrzałam, wyciągając jedną słuchawkę z ucha.

Wzruszyłam ramionami.

- No dobrze - powiedziała i odeszła.

Na pewno zauważyła w jakim jestem stanie.

Obchód.

- Witam, witam. I jak tam pani Ania się czuje?

- Dzień dobry - odpowiedziałam siedząc skulona na łóżku – Chyba przydałaby się jeszcze jedna tabletką.

- Jeszcze jedna? Oo! A na co?

- Na myśli samobójcze.

- A co, dalej tak męczą natrętnie?

- Tak - przyznałam szczerze – Po Seronilu chce mi się robić cokolwiek. Po Rispolepcie nie ma takich wahań nastroju. Po Afobamie te lęki i napięcie są mniejsze.

- Tylko te myśli samobójcze dalej, tak?

- No tak.

- Dobrze. To zrobimy tak. Seronil zrobimy rano i popołudniu po 20 miligramów, a Rispolept trzy razy dziennie po miligramie. Nie ma co marnować czasu. Nie, pani Aniu?

Skinęłam głową.

KIEDY MÓWIŁAM RODZICOM, ŻE COŚ MI SIĘ NIE PODOBA, ALBO ŻE COŚ MI NIE ODPOWIADA, MÓWILI, ŻE JEST IM PRZYKRO. ŻE MAM NAJLEPSZYCH RODZICÓW NA ŚWIECIE, A NIE UMIEM TEGO DOCENIĆ, BO JESTEM NIEWDZIĘCZNA. TERAZ, GDY KTOŚ MÓWI, ŻE JESTEM NAJWAŻNIEJSZA, MAM POCZUCIE WINY.

Mrówek jest zły na moich rodziców. Jest wściekły na to, co mi zrobili. Że jestem przez nich taka. A ja nie potrafię być zła na nich. Dziś nie potrafię ich obwiniać. Nie powiedziałam Mrówkowi, że chciałam się wczoraj przypalić. Nie chciałam go dodatkowo martwić. I tak powiedziałam wystarczająco dużo o planach samobójstwa. Wystarczy. Zresztą nie zrobiłam tego. To najważniejsze.

Przyszła pani psycholog i zabrała mnie do siebie. Dałam jej dwa wiersze. Przeczytała przy mnie jeden. Chyba zrobił na niej wrażenie. Obserwowałam ją kątem oka. W pewnym momencie aż opuściła ręce. Kręciła głową, jakby z niedowierzaniem. Chyba pojechałam po bandzie, dając jej to do przeczytania.

Zapytała, czy mam więcej takich wierszy.

- W sumie mam ich kilkaset, ale to od gówniarza. A tego typu jest kilka. To taki cykl psychopoezji.

- A pamiętasz tamten czas, kiedy to napisałaś? Wydarzyło się coś wtedy?

- To siedzi we mnie cały czas. A jak mówię, tego typu wierszy jest kilka, to jest taki cykl. To taka próba oddania słowami tego, czego właściwie słowami nie da się oddać. Mój recenzent stwierdził, że miesiąc to przetrawiał. Ale właśnie taki był zamiar tego. Ktoś, kto to czyta ma poczuć się taki przygnieciony, zagubiony i... - zabrakło mi słowa.

- Poruszony - powiedziała pewnie.

Przytaknęłam głową.

- A czemu te wiersze napisałaś akurat rok temu? Czego było wtedy więcej, czego było mniej? Działo się coś?

- No nie wiem. To jest wciąż aktualne. Tylko teraz akurat nie potrafię pisać wierszy. Teraz bardziej proza, bo... - zrobiłam przerwę, bo sama nie wiedziałam, czemu nie tworzę. – Przez te leki czuję się taka - dokończyłam.

Psycholog zaczęła mówić, że leki są dobierane, zwiększane dawki. Wyjaśniłam jej, że zdaję sobie sprawę, że to jest przejściowe i nie zwałam winy na leki.

- A tak w ogóle to te wiersze to tak na marginesie. Chciałam dzisiaj z panią porozmawiać, bo wczoraj planowałam samobójstwo. Znaczący właściwie już miałam zaplanowane. Czekałam aż wszyscy pójda spać. Położyłam się w ubraniach na łóżku, przykryłam się kocem i udawałam, że śpię. No i zasnęłam.

- To dobrze czy nie, że zasnęłaś?

Zaśmiałam się nerwowo.

- Dzisiaj myślę, że dobrze, bo ja nie chcę umierać.
- A gdybyś nie zasnęła, to myślisz, że byś to zrobiła?

Przytaknęłam głową.

- Mrówkowi też nic nie napisałam. Dopiero dzisiaj mu o tym powiedziałam. Wczoraj w sumie zaczęło się od tego, że... - zaczęłam jej opisywać wczorajszą sytuację z zakupami.

Powiedziałam jej o tym, że resztką racjonalizmu nakazała mi żebym napisała Mrówkowi, żeby nie wracał.

- Ale wrócił czy nie?
- Przyniósł mi tylko zakupy i poszedł.
- A jak się czułaś jak poszedł?
- Czułam się winna. Jak zwykle. W sumie jak mówi, że mam się nim nie przejmować, bo ja teraz jestem najważniejsza i mam się skupić na swoim leczeniu, to też czuję się winna.

Roześmiałam się i mówiłam dalej. Zaczęłam opowiadać dalszą część wczorajszego dnia. Nic nie ukrywałam. Przyznałam, że nie poszłam po drugą tabletkę, bo nie chciałam czuć się lepiej. Że chciałam iść do palarni się przypalić, ale ktoś w niej był cały czas. Psycholog zapytała, czy te plany samobójcze miały związek z emocjami spowodowanymi kontaktem z Mrówkiem. Przyznałam, że nie.

- Po prostu mi odwaliło znowu – skwitowałam. – Potem jeszcze napisał, że może dobrze byłoby zrobić jak pani radziła, żeby się nie spotykać przez kilka dni. A ja to odebrałam tak, że chce mnie zostawić.

- Ale wiesz o tym, że mogłaś to tak odebrać, prawda? Że on zniknie. Nie będzie go. Musisz go mieć. Kontrolować. Sama wyznaczać granice. Musisz mieć poczucie, że to od ciebie wszystko zależy. On jest ci najbliższy. I cokolwiek zrobi, możesz odebrać to różnie. A często to odbieranie będzie u ciebie negatywne.

- No właśnie ta pani psycholog, do której chodziłam, mówiła, że jestem fenomenem. Że nigdy nie spotkała osoby, która pisałaby aż tak czarne scenariusze zawsze. Która rzucałaby sobie kłody pod nogi i wszystko robiła przeciw sobie. Bo ja wszystko bojkotuję. Dałam

pani tamte listy, prawda? Ten plan i rzeczy, o których powinnam pamiętać.

- A czy ty wiesz, że to w ogóle jest idealne?

- No i co z tego?

- No i co z tego? - powtórzyła moje pytanie. – Właśnie, co z tego? To jest tak idealne, że ja bym mogła to na komputerze przepisać, wydrukować i powiesić w świetlicy dla wszystkich pacjentów. Każdy powinien się do tego stosować, bo to jest uniwersalne.

- No tylko co z tego, jeżeli ja nie potrafię się do tego stosować? Kiedy jestem w złym stanie to wręcz bojkotuję to i robię wszystko na odwrót. I tak jestem zdziwiona, że pamiętam, że chcę się leczyć.

- A wracając do tego odbierania przez ciebie zachowań innych. Niezależnie od tego, co Mrówek zrobi, czy przyjdzie, czy nie przyjdzie, czy ci coś przywiezie, czy ci nie przywiezie, ty to możesz różnie zinterpretować.

- No właśnie ja interpretuję na swoją niekorzyść.

- Jesteś w stanie sama wyznaczać aktywność, jeśli chodzi o plany i zamiary względem Mrówka? Czyli mówić mu: zrób to, nie rób tamtego, chcę tego, bądź, nie bądź.

- Tak, tylko, że właśnie powiem „bądź”. On przyjedzie i albo zareaguję tak, że dobrze, że przyjechał, albo zareaguję tak, że źle, że przyjechał.

- Tak, ale to właśnie ty planujesz. Czyli jeżeli powiesz przyjeżdż. Chcę, żebyś przyjeżdżał codziennie od poniedziałku do piątku i będę ci mówić co masz mi przynieść do jedzenia. Ty decydujesz, więc jak zrobisz mu awanturę, no to hola! Bo to ty tego chciałaś. To nie będzie wtedy tak, że on będzie usiłował odgadnąć twoje intencje, czy myśli. Że będzie chciał być taki dobry, taki wszechwiedzący. Ty mu to wprost powiesz. Będziesz decydować. To wtedy też będzie źle?

- Tak, bo wtedy mam poczucie winy.

- Czemu masz poczucie winy? - oburzyła się.

- Znaczy poczucie winy nie. Ale poczucie, że na to nie zasługuję i wtedy znów się wpędzam w te stany.

- Od czegoś trzeba zacząć.

- Dzisiaj właśnie powiedziałam mu, że chciałabym, żeby przyjechał. No i powiedział, że nie wie, o której przyjedzie, ani na ile, ale, że na pewno będzie.

- To dobrze, czy źle?

- No dobrze. Dzisiaj mi w ogóle bardzo pomogła rozmowa z nim. Bo pewnie widziała pani w jakim byłam stanie.

Psycholog przytaknęła głową.

- Trochę mu się wyplakałam i teraz czuję się lepiej.

- A dziś coś się zadziało?

- To jeszcze te emocje z wczoraj. Wczoraj na noc też się obżarłam.

- Mhm. A jak się chciałaś zabić?

- Powiesić się. Tradycyjnie.

- Mhm. A gdzie?

- W ubikacji.

Milczenie.

- A zastanawiałaś się kiedyś co by było, jak by wyglądał świat bez ciebie? Czy w tych twoich wyobrażeniach, że odbierasz sobie życie było miejsce na taką refleksję: Co będzie jak mnie nie będzie?

- W takim stanie nie potrafię myśleć racjonalnie. Rozmawialiśmy z Mrówkiem dużo na ten temat, jaką traumą było by dla niego moje samobójstwo. Zdaję sobie sprawę z tego jaką traumę, bym mu zafundowała. Że mógłby się z tego nie pozbierać. Ale ja wtedy w ogóle o tym nie myślę.

- A kiedy jesteś bardziej racjonalna, spokojna?

- To wtedy nie chcę umierać.

- Ja nie mówię, że masz o tym myśleć. Ale czy zastanawiałaś się kiedyś jakby to wyglądało? Jakie emocje byś poczuła, gdybyś o tym pomyślała? Ja wiem, że masz żal do rodziców i dużo innych niefajnych emocji. Ale ciebie nie ma. Robisz to o czym myślisz i pozostaje świat. Pozostają osoby najbliższe tobie, czyli Mrówek, mama, tata, ciocia. Stoją nad twoim grobem. Ja ci powiem to na moim przykładzie. Bo ja mam córkę trochę młodszą od ciebie. I ja sobie tego nie potrafię wyobrazić...

Prawie płakałam, ale łzy nie wypłynęły z oczu. Było mi

cholernie źle. To bolało.

- Wie pani... Jest tyle różnych wariantów. Ja myślałam o tym nie raz. I albo myślę, że byłoby lepiej, gdyby mnie nie było. Że uwolniłabym Mrówka od siebie...

- No, ale jakby on chciał odejść, to by oszedł przecież - weszła mi w słowo.

- Ja wiem. Ja teraz tak nie myślę. Ja mówię tylko jak wtedy myślę. Albo na przykład tak mnie przeraża to, że mogłoby mnie nie być, że chcę się zabić - roześmiałam się, bo wiem jak dziwnie to zabrzmiało.

- Ja widzę jak trudno jest w ogóle rozmawiać z tobą, prawda? Jednym słowem można zrobić ci przykrość, sprawić ból, albo zaczniesz myśleć o tym, o czym myśleć nie powinnaś. To straszne.

- To prawda. Wystarczy słowo, gest, albo brak jakiegoś słowa, czy gestu.

- 2013 rok nie był taki tragiczny, jeśli chodzi o twoje życie. Nie miałaś prób samobójczych. Co się stało w tym roku?

- Tak mnie rozwalilo na łopatki pójście do pracy.

- Ale sam fakt pójścia do pracy, czy ta kobieta?

- Ona mnie dobiła już totalnie. Ale... sam fakt pójścia. Już trochę zaczynało się źle dziać, jak żeśmy się przeprowadzili. I wiedziałam, że będę musiała iść do tej pracy. Październik był jeszcze w miarę fajny. Wiadomo. Poczucie takiej wolności. W końcu na swoim. Sami. Bez rodziców. Najgorsze jest to, że ja nie jestem niczego pewna. Nie wiem kim jestem. Nie wiem co czuję. Raz czuję jedno. Za chwilę czuję co innego. Teraz myślę to. A za chwilę myślę coś zupełnie przeciwnego. Sama się w tym tak bardzo gubię, że...

- Masz gonitwy myśli?

- No po tych lekach właśnie nie. Zawsze miałam natłoki myśli. Takie wręcz paraliżujące. Że siedziałam i nie mogłam się wręcz ruszyć.

Czyli nie ma już tych gonitw myśli. Nie ma już tego chaosu. Co nie oznacza, że jest dobrze. Bo tutaj nie ma znaku równości. Czyli masz w sobie większy spokój. Czyli powinno być lepiej.

- Teraz odkąd biorę ten Seronil jest lepiej.

- W tym momencie nie ma natłoków myśli, ale nie ma też pustki. Jest

coś bardziej pośredniego. No to chyba pozytywnie?

- Wiem, że to na terapię temat, a nie odnoście leków. Ale czuję, że nie zasługuję na to, żeby się dobrze czuć. Źle mi jest z tym.

- Czyli jak zaczynasz się dobrze czuć. A jak się źle czujesz? To co? Zasługujesz na to?

- Albo zasługuję. Albo jaka to ja jestem biedna i jak cierpię. To też zależy. No właśnie ja mówię, to jest chore.

- Musisz się przestać tak zastanawiać. Wyłączyć to analizowanie.

- Ale teraz to ja i tak już prawie nie analizuję.

- No tak. Nie analizujesz. Ale mimo to, wczoraj było kiepsko.

- No wczoraj było bardzo źle. Dlatego tak bardzo przeraża mnie wizja wyjścia stąd.

- Ale na razie nie wychodzisz.

- No ja wiem.

- Nie myśl o czymś, czego nie ma na razie. A właśnie. Chyba będziemy musieli zacząć zamykać ubikacje na noc. Jak ktoś będzie chciał sikać, to będzie musiał czekać do rana – zaśmiała się.

- Wie pani. Jak ktoś chce się zabić, to zawsze znajdzie sposób.

Po chwili milczenia.

- Mrówek dzisiaj przyjdzie?

- Przyjdzie, ale późno.

- Przyniesie coś do jedzenia?

- Tak. Przyniesie tylko to, co dostał na liście.

- A czemu ty nie chcesz jeść szpitalnego jedzenia?

- No ja jem. Tylko wie pani. Jak mi dają wegetariańską rybę... ryba ma oczy. Też mnie denerwuje to, że nie mogę się skupić. Nie mogę czytać. Jedyne co mogę, to pisać.

- A dużo już napisałaś?

- Właśnie Mrówek ma mi dzisiaj drugi zeszyt przynieść, bo tamten się już kończy.

- Jak przez jakiś okres nie możesz podejmować jakichś aktywności, to trudno. A o czym piszesz tą książkę?

- O sobie. Chcę zobaczyć, jak zmienia się mój sposób myślenia. Jak sobie zajrzałam na początek tego zeszytu, jak zobaczyłam, jak wtedy

myślałam...

- Jest różnica.

- No jest różnica.

- A ty co lubisz w sobie Aniu?

- Co lubię? - zamilkłam na chwilę. - Nie wiem.

- Zastanów się. Co lubisz w sobie w środku, a co lubisz na zewnątrz. Pomyśl proszę o czymś pozytywnym, co dotyczy ciebie. Czy to widzisz? Czy dostrzegasz? Co ty lubisz?

- Znowu będę mieć myśli samobójcze. A może przyjdzie olśnienie jak z tamtym zadaniem.

- Chodź cię odprowadzę.

Po rozmowie z nią czuję się trochę lepiej. Cieszę się, że o wszystkim wie. Wyrzuciłam to z siebie. Cały ten syf. Najpierw powiedziałam o tym Mrówkowi, a potem jej. Zrobiło mi się lżej.

Mrówek właśnie wyszedł. Dzisiejsza wizyta przebiegła spokojnie i w miłej atmosferze. To miła odmiana po wczorajszym. Mam nowy zeszyt. Poprzedni już praktycznie się skończył. Kupił mi pizzerkę, duże opakowanie sałatki jarzynowej, dwa batony, dwa napoje energetyczne, serek do chleba i wodę. Piję dużo wody. To chyba przez te leki. Przy nim na kolację zjadłam dwie kromki i prawie całą sałatkę. Zaraz po jego wyjściu rzuciłam się na pizzerkę i batona. Potem jeszcze wzięłam sałatkę.

Chciałabym na wakacje pojechać w góry. W Tatry. Oboje z Mrówkiem nie byliśmy jeszcze nigdy w Tatrach. Choć ja chyba wolałabym Bieszczady. Bieszczady są puste. Marzy mi się, szczególnie tu, miejsce gdzie nie byłoby ludzi. Gdzie bylibyśmy tylko my we dwójkę i natura. Mrówek przypomniał mi jak głęboko kiedyś przeżywałam naturę. Jak czułam jedność z siłą przyrody. Jak odczuwałam witalność drzew. Jak przepęłniała mnie ich moc. Teraz już prawie nie pamiętam tego uczucia.

Dziś znów kosili trawniki w przyszpitalnym ogrodzie. Choć słowo ogród jest tu nie na miejscu – niewielki teren porośnięty trawą.

Trochę starych drzew. Stare ławki. Oraz kilka przyrządów do ćwiczeń. Jakaś zniszczona siatka do gry w siatkówkę, rozciągnięta między obdrapanymi słupami. Ale personel nazywa to ogrodem – niech im będzie. Tak więc, zapewne, dozorca (lub po prostu pan od koszenia trawników) jeździł kosiarką (taką wiecie, jak samochodzik) po „pięknym” przyszpitalnym ogrodzie.

Było mi żal, gdy widziałam jak kolejne kwiatki giną pod nożami tej spalinowej bestii.

Lubię siadać na łóżku, twarzą do okna, a plecami do drzwi i obserwować drzewa. Stare kasztany kwitną, matura w trakcie. Tylko ja tu zamknięta.

Aha, jeszcze jedno. Obiecałam Mrówkowi, że zapiszę to wielkimi literami:

NIEZALEŻNIE OD TEGO JAK GO RANIŁAM I RANIĘ, NICZYM NIE JESTEM W STANIE GO BARDZIEJ SKRZYWDZIĆ NIŻ ODEBRANIEM SOBIE ŻYCIA.

Jakież było moje zdziwienie, gdy przy wieczornym rozdawaniu leków w swoim kieliszku zobaczyłam Seronil.

- Seronil na wieczór? - zdziwiłam się.

- Była zmiana w zleceniu - uspokoiła mnie pielęgniarka.

Skoro tak... ale czterdzieści miligramów? Na noc? Co się będę klócić. Prozacu nigdy za wiele.

Wypiłam napój energetyczny, kawę i rozmawiałam z Mrówkiem do 23:30. Miałam dobry humor.

Kiedy tylko się położyłam, od razu wróciły złe myśli. Właściwie nie złe myśli – zachciało mi się po prostu ciąć.

Niedługo po tym zasnęłam.