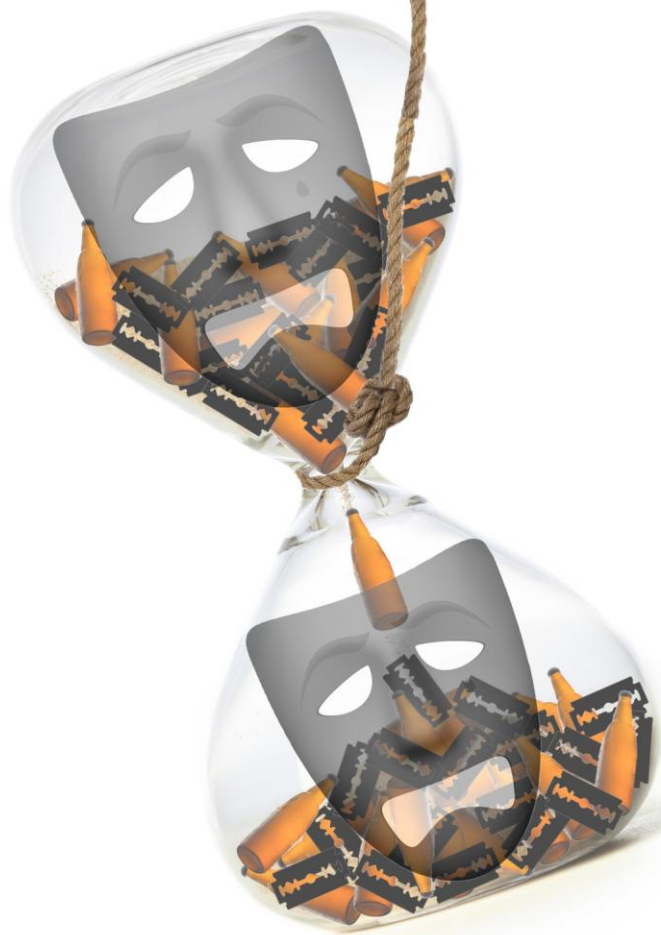


ANKA MRÓWCZYŃSKA

MŁODY BÓG Z PĘTLĄ NA SZYI
CZEŚĆ III SAMOBÓJSTWO NA RATY



ANKA MRÓWCZYŃSKA

Młody bóg z pętlą na szyi

Samobójstwo na raty

Wydawnictwo Psychoskok

Konin 2018

Anka Mrówczyńska

„Młody bóg z pętlą na szyi. Część III – Samobójstwo na raty”

Copyright © by Anka Mrówczyńska

Copyright © by Wydawnictwo Psychoskok Sp. z o. o. 2018

Wszelkie prawa zastrzeżone. Żadna część niniejszej publikacji nie może być reprodukowana, powielana i udostępniana w jakiegokolwiek formie bez pisemnej zgody wydawcy.

Projekt okładki: Anka Mrówczyńska

Korekta: Autor zrezygnował z profesjonalnej korekty
wydawnictwa

Skład: Agnieszka Marzol

facebook.com/Mlody.bog.z.petla

mrowka@anka-mrowczynska.com

anka-mrowczynska.com

ISBN: 978-83-8119-227-9

Wydawnictwo Psychoskok Sp. z o.o.

ul. Spółdzielców 3, pok. 325, 62-510 Konin

tel. (63) 242 02 02, kom. 695-943-706

<http://wydawnictwo.psychoskok.pl>

<http://www.psychoskok.pl>

e-mail: wydawnictwo@psychoskok.pl

Słowem wstępu

W Wasze ręce oddaję trzecią część cyklu „Młody bóg z pętlą na szyi”. Pisanie tego internetowego dziennika było, jak ja – chaotycznie, nieregularne, zbyt emocjonalne. Sięgałam po niego zazwyczaj wtedy, gdy było bardzo źle. Stąd można odnieść wrażenie, że większość mojego życia była tragiczna. O „Psychiatryku” powiedziałam, że to „psychiczna wiwisekcja”. Tym razem jest podobnie. Czytacie na własną odpowiedzialność!

Przedostatniego dnia listopada poznałam Mrówkę. W lutym zaczęłam pisać. Możecie więc prześledzić dynamikę rozwoju naszego związku.

Kończąca rama czasowa książki, to pierwsze konsultacje u psychoterapeuty – znanego Wam z „Terapii u Doktora”.

Jeszcze słówko do Rodziców. Kochani, pamiętajcie o tym, że to wszystko przeszłość. Liczy się tylko to, co jest teraz. Jeszcze raz podkreślę, jak bardzo cieszę się z odbudowania naszych relacji. Jesteście dla mnie ważni i bardzo Was kocham.

To co, zapraszam do lektury. A my, być może, spotkamy się w czwartej części cyklu.

facebook.com/mlody.bog.z.petla

facebook.com/anka.mrowczynska

anka-mrowczynska.com

W tej chorej walce z samą sobą, stanęłam po złej stronie. Zamiast przewycięzać słabości – niszczyć siebie, z wściekłą irytacją opluwam swoje imię, z bezsilną rezygnacją zabijam w sobie resztki człowieka. Stanęłam po złej stronie – sama sobie jestem wrogiem...

Intro

3 lutego 2007, 20:01

Anka Mrówczyńska. Dwadzieścia lat. Studentka filozofii. Rodzina pełna, jedynaczka, tak zwany dobry dom.

Kiedy zaczęło się moje piekło? Dokładnie nie pamiętam.

Pięć zaczęłam w wieku czternastu lat. Ciąć się – piętnastu. Nadużywać leki – szesnastu. Mając siedemnaście lat, podjęłam pierwszą próbę samobójczą. W sumie jestem po trzech. Niezdiagnozowana depresja ciągnie się za mną od lat.

Pół roku temu podjęłam terapię, choć to słowo na wyrost. Chodziłam do psycholog w przychodni studenckiej. I doprawdy nie wiem, kto ją zatrudnił na to stanowisko.

– Nie mogę się uczyć, nie mam siły.

– Przecież zdała pani maturę i dostała się na studia. Przesadza pani.

– Mam myśli samobójcze, tnę się. Kilka razy próbowałam się zabić...

– Ale przecież pani żyje. Trzeba się wziąć w garść, przestać ciąć i chcieć zabić.

Mówiła, że problemy, które mam to moja wina. Że sytuacja w domu to moja wina. Że to, jak mnie traktują rodzice, to moja wina. Bo ich sobie nie „wychowałam” i dałam wejść na głowę. Na każdym spotkaniu od początku musiałam jej tłumaczyć z czym przychodzę. Nie pamiętała nic. Zrezygnowałam po trzech miesiącach, gdy po raz kolejny mnie olała.

– Mam silne myśli samobójcze. Cały czas myślę o tym, żeby się zabić. Boję się, że coś sobie zrobię.

– Przesadza pani. Zapraszam za trzy tygodnie.

Więcej do niej nie poszłam. Zraziłam się.

Teraz uratować może mnie jedynie psychiatra.

O co mi chodzi? Bardzo chciałabym uchronić innych przed piekłem autoagresji. Wykrzyknąć, że nie warto! Ale i tak nikt mnie nie posłucha. Każdy musi się sparzyć sam. Tylko czasem otrzeźwienie przychodzi za późno...

Uzewnętrznie

3 lutego 2007, 21:39

Cały dzień się tnę. Po co? Nie wiem. Czy to mi pomaga? Nie. Tnę, bo nie umiem inaczej. Próbowałam. Nie raz. Ale to zaszło za daleko.

Nie wiem, co czuję. Nie wiem, co myślę. Nie wiem, kim

jestem! Za to ona zawsze wie wszystko najlepiej. Ona myśli za mnie. NIENAWIDZĘ JEJ!

Nienawidzę życia – za to, że jest. Sama świadomość, że istnieję, boli i przeraża. A żyłeczka mnie w tym tylko utwierdza. Tak bardzo niszczy psychikę. Powoli każe uwierzyć, że życie jest niewarte zachodu. Że jest bezwartościowe.

Błędne koło samoudręczenia, z którego nie umiem zrezygnować.

Nie piję od tygodnia. To nie było zamierzone. Nie piję, bo nie mam kasy.

Kocham. Bardzo. Do utraty tchu. Od prawie pięciu lat. Przyjaciela. Każdego dnia za nim płaczę. Po co? Dlaczego? Dlaczego nie potrafię (nie chcę?!) zapomnieć?

Może to forma autoagresji. Wrodzony czy też nabyty masochizm. Lub moja reakcja na bycie produktem popkultury. Niezgoda na zostanie elementem konsumpcyjnego społeczeństwa. W czasach, gdy liczą się tylko pieniądze i wyrabianie nadgodzin ponad ludzką wytrzymałość. W czasach, gdy uczucia i wrażliwość są tępione jako oznaka słabości.

Może to potrzeba tragedii, cierpienia, odrobiny romantycznego patosu w tym bestialskim i odczłowieczonym świecie.

A może to tylko zwykła, naiwna miłość, którą próbuję wytłumaczyć sobie samej. Ludzie tworzą teorie, by usprawiedliwiać swoje zachowanie. Więc może tworzą je również po to, by się

przed samym sobą usprawiedliwiać?

Po co tak kurzowo trzymam się tego uczucia? Po co je podsycam?

Zaczęłam odczuwać silną potrzebę wymiotowania. Ale nie umiem. Nie potrafię. Opiliśmy się wody z solą. Rozboleł mnie tylko żołądek.

To okropne. Wiem, że nie powinnam tego robić. Nie powinnam pakować się w kolejne problemy. Ale to jest tak piekielnie silna potrzeba...

Jak można tak bardzo nienawidzić swojego życia? Jak można tak bardzo się unicestwiać?

Przecież mam tyle marzeń. Tyle zainteresowań. Tyle planów. Chciałabym coś osiągnąć. Zrealizować choć część swoich pragnień.

A sama siebie zabijam. Sama siebie skazuję na porażkę. Zabijam w sobie każdą chwilę radości.

Już nawet nie chcę być szczęśliwa, zdrowa. Chcę tylko spokoju, świętego spokoju. A tu wciąż tylko rozpacz, pustka, autoagresja i samozagłada...

Niedzielną atak

4 lutego 2007, 15:28

Byłam sama w domu. Miałam pisać pracę zaliczeniową. Zachciało mi się pić, bo jakżeby inaczej. W portfelu, jak zwykle pusto. Lekkie podenerwowanie. Ale pisałam dalej. Nagle coś... nie wiem co. Impuls. Nagły atak agresji. Miliony myśli rozsadzające głowę. Czułam, jak zbliża się nieuchronnie. Rozpacz, strach, tęsknota za Nim. Już nic nie miało znaczenia.

Zerwałam się z krzesła. Gorączkowe poszukiwania alkoholu. Bieganie po mieszkaniu. Nic, zero! To musiało się tak skończyć.

Zagłuszyć myśli. Otumanić się czymś. Byle szybko!

Tabletki! Już zero kontaktu z rzeczywistością. Już zaczął się ten amok. Wywalanie wszystkiego z szafek, szuflad. Przecież muszą gdzieś być, jakiegokolwiek! Przeciwbólowe, nasenne, uspokajające. Byle tylko się sponiewierać! Byle skrzywdzić swoje ciało!

Nie ma nic. Drgawki z bezsilnej rozpacz i poirytowania.

Gaz! Biegiem do kuchni. Nawdychać się gazu! Jego zapach uspokaja. Tak... już trochę lepiej. Zgrana z nas para. Syk dobiegający z palnika i ja nad nim pochylona. Wdychać. Wdychać.

Nagle przebłysk. Rozpuszczalnik! Skrytka ojca. Jest! Niestety. Nie zagłuszył myśli. Tylko rozbolała głowa.

Przecież gdzieś muszą być jakieś tabletki! W szafce matki listek Polopiryny. Dobre i to. Ważne, żeby się zatruć. Żeby się skrzywdzić.

Na chwilę mnie zmgło. Piętnastominutowa drzemka. Obudziły mnie nudności.

Przekręcany klucz w drzwiach. Rodzice!

Przejrzałam się w lustrze. Oczy czerwone. Napuchnięte od płaczu. Cera blada. Jakoś się ogarnąć! Palcami przeczesalam włosy.

Pukanie do drzwi.

– Proszę.

Pamiętałam nawet o przyklejeniu sztucznego uśmiechu na skrzywdzoną twarz. Wymiana kilku standardowych uprzejmości.

Wyszli.

Znów się udało. Niczego nie zauważyli.

W nocy ta cholerna pustka. Płacz, że znów się musiałam skrzywdzić. Ale inaczej przecież być nie może. Myśli, że mogłoby być normalnie zbyt przerażają.

Strach... paniczny lęk przed życiem

4 lutego 2007, 22:57

Alkohol: brak. Nie ma kasy, a pić się chce. Oj, chce...

Przed chwilą schowałam żyłkę. Zaraz chyba znów ją wyciągnę. Nie mogę się nasycić. Ciągle mi mało.

Obserwuję nasiąkający krwią bandaż. Jest mi siebie szkoda.

Znów pochylam się nad sobą, jak matka nad niegrzecznym dzieckiem. Ale nawet nie wiem, co czuję. Nie wiem, co myślę.

Czasem tylko coś we mnie krzyczy:

– Kobieto! Przecież ty kaleczysz swoje ciało! Robisz sobie krzywdę!

Ale jestem głucha i ślepa na wszystko. Liczy się tylko kolejna sznyta. Obiecywałam sobie ograniczyć się do nadgarstka, pod chustką. Ale gdzie tam. Znów się zламаłam. Pojechałam po całej ręce. Nie myślę o konsekwencjach. Liczy się tylko tu i teraz. A to „tu i teraz” trwa już pięć lat. Płakać mi się chce, jak sobie o tym pomyślę.

Jutro egzamin. Trzeci dzień siedzę i tępo patrzę przed siebie. Gdy zerkam na książki, wybucham płaczem. Tak mi na tych studiach zależało. Wiem, że muszę. Że powinnam... ale nie potrafię się zmusić. Bezsilność.

Patrzę, jak marnuję swoje życie. Nie umiem temu zapobiec. Może już nawet nie chcę... robię wszystko, żeby się pograżyć, jeszcze bardziej dobić.

Rozdrapuję najboleśniejsze rany i z zafascynowaniem obserwuję, jak krwawią.

Panicznie boję się życia. Sam fakt, że istnieję mnie paraliżuje. Czasem zapominam, że żyję. Czuję ulgę. Ale zaraz uświadamiam sobie:

– Przecież to wszystko dzieje się naprawdę! Przecież jestem człowiekiem. Jestem.

I wpadam w tak paniczny lęk, że muszę się napić i pociąć. A potem płaczę kilka godzin.

Najprostsze sprawy mnie przerastają. Sprawy, na które inni nie zwracają uwagi.

Wyrobienie dowodu osobistego. Zwlekałam z tym pół roku. Aż pod pretekstem wspólnych zakupów namówiłam matkę, żeby poszła ze mną do Urzędu. Kurwa! Mieć silne myśli samobójcze przez głupi dowód?

A ile było cyrków ze składaniem papierów na studia? Namawianie koleżanek, żeby ze mną pojechały.

I tak jest ze wszystkim. Zabija mnie lęk przed najprostszymi sprawami życia codziennego.

Żeby pójść do tamtej psycholog, przełamywałam się cztery lata. Cztery cholerne lata! Jak mam iść do psychiatry, skoro już samo umówienie się na wizytę doprowadza mnie na skraj samobójstwa?

Nienawidzę życia. Nienawidzę życia za to, że żyję...

Trans

5 lutego 2007, 18:33

Miałam się uczyć. Obiecywałam to sobie. I co? I GÓWNO!

Dawno mi się to nie zdarzało. A jednak. Po raz kolejny. Ten, dobrze znany, trans. Wzrastające napięcie. Uczucie wściekłości rosło. I rosło. By po chwili zamienić się w apogeum agresji. Rozsadzające od środka „nie wiadomo co”.

Spojrzenie na wczorajsze rany. Cyniczny uśmiech. Pełen litości nad samą sobą. A jednocześnie pogardliwy. Że nie umiem raz, a porządnie.

I przytępa żyletka.

Najpierw powoli. Nieśmiało. Potem coraz szybciej. Zero bólu. Nagły wzrost energii. Rozpierający przypływ siły, który trzeba wyładować. Na sobie. Liczy się już tylko płynny ruch żyletki. Raz za razem. Ciach. Ciach. Ciach! Zero myśli. Utrata kontaktu z rzeczywistością. Amok. Tak, to dobre określenie. Liczą się tylko kolejne cięcia. Wciąż więcej. I więcej. I więcej!

Nagle osłabnięcie. Odpływ siły. Zobojętnienie. Zero emocji. Tępy wzrok utkwiony w krwawiącej ręce. I powoli, bardzo powoli, wracająca świadomość tego, co się stało. Całej tej sytuacji.

Przerażenie. Że znów. Że to wróciło. Te transy, podczas których mogłabym pociąć całe ciało, a wciąż byłoby mi mało.

Powoli wracają emocje. Rozpacz. Bezsilność. Gdyby ktoś tu był i mnie przytulił... ale w domu pusto. Pies skulony siedzi pod drzwiami. Piszczy, żeby go wypuścić. Nawet on nie chce ze mną przebywać w jednym pomieszczeniu. Widać, że się boi. Mnie.

Po raz kolejny bolesne uświadomienie. Nie panuję nad tym. Zupełnie. Potrzebuję lekarza, nim będzie za późno. Jest gorzej, coraz gorzej z każdym dniem...

Ale póki co, jest spokój. Cisza. Skończyło się wszystko. Już nic nie jest ważne.

Spojrzenie na rękę i łzy w oczach. Po raz kolejny umarły we mnie złudzenia. I resztki człowieczeństwa. Nie ma nic. Tylko tępy ból. I przeraźliwa pustka.

Nie mam już siły

6 lutego 2007, 14:15

Egzamin obleję. To pewne. Zastanawiam się, czy jest sens tam w ogóle iść. Już mi nie zależy. Nawet, gdybym zaliczyła poprawkę, to co dalej? Nie wyobrażam sobie dalszego studiowania.

Już nie mam siły udawać, że jest dobrze. Wręcz przeciwnie. Otwarciem mówię, że już dłużej nie dam rady. Ale nikt mi nie wierzy. Nikt.

Poszłam z płaczem do rodziców. Przełamalam się i postanowiłam zwierzyć. Nie chciałam tego robić, ale nie miałam wyboru.

– Nie mam siły, już naprawdę nie mam siły! Nie mam siły studiować. Nie dam rady wrócić na uczelnię. Nie mam siły żyć! Pomóżcie mi...

– Weź się w garść i nie przesadzaj.

Złote rady wszystkich wkoło. Rodzice... W nikim nie mam wsparcia. Jestem sama.

Już dłużej tak nie mogę. To mnie przerosło. Nie dam rady!

A może rzeczywiście przesadzam? Może rzeczywiście jestem tylko głupią, pustą histeryczką...

Niech mi ktoś pomoże! Błagam! Bo sobie coś zrobię...

Deziluzja

6 lutego 2007, 20:00

Spójrzmy prawdzie w oczy. Jestem bezradna wobec samej siebie.

Nie chcę pić.

Nie chcę się ciąć.

Nie chcę cierpieć.

Nie chcę umierać.

A to jedyne, co robię.

Wiele razy mówiłam, że chcę cierpieć. Że mi z tym dobrze. Ale oszukiwałam sama siebie.

Już nie potrafię tak żyć. Ale nie mam siły po raz kolejny prosić o pomoc. Prosiłam, ale nikt mi nie uwierzył...

Jestem bezradna. Bezsilna. Zagubiona. Jak mała dziewczynka, która czeka na pomocną dłoń mamy. Ale jej nie otrzyma.

Dziękujemy za skorzystanie z oferty naszego wydawnictwa i życzymy miło spędzonych chwil przy kolejnych naszych publikacjach.

Wydawnictwo Psychoskok

