



# Wszyscy jesteśmy psychiczni!

Każda choroba jest doświadczeniem bolesnym, ale możliwym do zaakceptowania, gdy można ją rozpoznać i skutecznie leczyć. Jedyne choroby psychiczne nie znajdują zrozumienia i nadal

stanowi przedmiot społecznego tabu. Nie widzieć, nie słyszeć i nie mówić na ten temat – oto obowiązujące savoir vivre otoczenia. Jakby określenie "psychiczna" było przekleństwem, a chorzy psychicznie byli wyklętym ludem ziemi. Ale to się zmieni. Już się zmieniło.

## **Niewidzialne piętno**

Choroba psychiczna nie jest pojęciem pustym czy martwym. Nawet jeśli sobie nim specjalnie głowy nie zawracamy, i tak tkwi ono gdzieś głęboko w pokładach naszej świadomości indywidualnej i społecznej. I to tkwi dosłownie, często pod powszechnie znanym adresem bądź nazwą własną. W Krakowie jest Kobierzyn, w Warszawie – Tworki, na Górnym Śląsku –

Rybnik, a w Rybniku ulica Gliwicka itd. Gdy w Krakowie ktoś komuś powie: Uważaj, bo trafisz do Kobierzyna, nie trzeba tłumaczyć powodów ostrej wymiany zdań lub bójki, która się wywiązuje. Wymowa lokalnego idiomu jest oczywista i obraźliwa dla jego adresata, bo znaczy tyle co: Mówisz bzdury, oszalałeś, odbiło ci itp. Co więcej, fenomen jest znany pod każdą szerokością geograficzną. Gdy w studenckich latach, jeżdżąc na rowerze po Dublinie, zgubiłem drogę, trafiałem do domu bez trudu, zapytawszy o szpital psychiatryczny, obok którego mieszkała moja wspólnota. Wszyscy (sic!) wiedzieli, gdzie się on mieści. Z samych tylko mimicznych reakcji zapytanych przechodniów mógłbym stworzyć całkiem pokaźne studium ludzkich zachowań: od podejrzliwych lub zaintrygowanych spojrzeń zaczynając, poprzez różne odmiany bardziej lub mniej ironicznych uśmiechów i wymownych gestów, na mimowolnych odruchach obronnych kończąc.

Chorzy psychicznie zawsze budzili u innych lęk, dlatego wykluczano ich ze wspólnot i odsyłano do miejsc odosobnienia, które z czasem zyskały złą sławę. To pewnie były pierwsze – nieformalne, ale realne – getta ludzi wyklętych, opętanych przez "złe moce" i skazanych na zapomnienie. I mimo postępu cywilizacyjnego miejsca te po dziś dzień straszą lub stanowią przedmiot żartów czy znaczących słów i gestów, które na stałe weszły do powszechnej komunikacji. Jakby poczuciem humoru czy rubaszością dało się zagłuszyć atawistyczny lęk, który ci chorzy budzą. Co jednak bardziej intrygujące, tak stanowcze i wyrobione zdanie mają ludzie, którzy nigdy na swej drodze nie spotkali psychicznie chorego, ci zaś, którzy mieli

kontakt z chorymi – zwykle przelotny i bardzo płytki – przyznają się do poczucia bezradności,



zakłopotania i lęku, nie roztaczają natomiast żadnych apokaliptycznych wizji okrucieństwa czy prześladowań, których od chorych doznali. Czy to nie typowe reakcje dla tabu? A przecież chorzy psychicznie nierzadko żyją w naszym sąsiedztwie, pozdrawiamy ich na ulicy, podajemy rękę przy znaku pokoju w kościele, i robimy to spokojnie i serdecznie tylko dlatego, że nic nie wiemy o ich chorobie, a oni nigdy się nie przyznają do tego, że wyszli z psychozy lub że żyją w

miarę dobrze dzięki odpowiednio ustawionym lekom. I to jest jedyna zaleta niewidzialnego piętna, jakim jest choroba psychiczna.

Za to nam nasza niewiedza chwały nie przydaje. A o jej wielkości świadczy choćby to, że w naszym katolickim kraju ludzie chętniej zgodzą się na to, że ich dziwacznie zachowujący się członek rodziny został opętany przez złego ducha, aniżeli pomyślą, że to początek epizodu psychotycznego. I nie wiem, czy bardziej tu poraża ignorancja religijna czy medyczna. To jednak osobny temat.



## Między normą a patologią

Innym ze społecznych przesądów jest przekonanie, że między normą a patologią psychiczną istnieje jakaś twarda i nieusuwalna granica – zaorana i pilnie strzeżona, jak strzeżone były za komuny granice między krajami bloku wschodniego. Granica istnieje, ale tylko w wyobraźni. I choć materializuje się jeszcze pod postacią murów i krat w oknach szpitalnych, to najczęściej są one pozostałością z zamierchłej już medycznie epoki. W rzeczywistości współczesna psychiatria i psychologia kliniczna nie potwierdzają istnienia tak jednoznacznej granicy, a miejsce szpitalnych murów i krat zajęła lub zajmuje farmakologia, bo jest bardziej od nich skuteczna i lepsza niż kaftany bezpieczeństwa, elektrowstrząsy czy niehumanitarna lobotomia.



Owszem, między normą a patologią istnieje wiele różnic i dystans między nimi jest spory, ale nie jest to przestrzeń pusta, tylko dość skrupulatnie zagospodarowana. Jej mieszkańcami zaś jesteśmy my wszyscy i to na czasowym zameldowaniu, bo raczej oscylujemy w tej przestrzeni, aniżeli zajmujemy ściśle określone i raz na zawsze ustalone miejsce. Nerwice, zaburzenia

osobowości, zaburzenia z pogranicza, dezorganizacje osobowości – to tylko niektóre z tych gęsto zaludnionych obszarów. A nie zapominajmy o innych powszechnych, psychicznych



zjawiskach, jak: nałogi, syndrom DDA, zaburzenia jedzenia, wszelkie odmiany depresji itp. Wszyscy jesteśmy psychiczni, tylko nie wszyscy zdiagnozowani – głosi jedno z dowcipnych haseł internetowych, zapożyczone zresztą od cieszącego się ponurą sławą Feliksa Dzierżyńskiego i jego powiedzonka: Nie ma niewinnych, są tylko źle przesłuchiwani! Ale to wcale nie żart, tylko bezwiednie ujawniona prawda.

Jednak wbrew pozorom ta zła nowina jest dobrą nowiną, bo prawda przywraca właściwe rozmiary tej całej psychicznej rzeczywistości. Przypomina nam o tym, że człowiek chorujący na schizofrenię jest naszym bratem lub siostrą, nawet jeśli w czasie psychozy uważa się za samego Boga lub przybysza z innej planety. Ostrzega też, że i nam może przydarzyć się epizod psychotyczny. Wystarczyłoby nas poddać zbyt silnemu i długotrwałemu stresowi, a na skutki nie trzeba by długo czekać. No bo tak popularne symptomy chorobowe jak urojenia (tj. fałszywe przekonania) i halucynacje mogą pojawić się już po kilku nieprzespanych nocach albo po zażyciu coraz łatwiejszych do zdobycia narkotyków. Nasze nerwy - wbrew buńczucznym deklaracjom niektórych - wcale nie są ze stali, tylko z materiału znacznie delikatniejszego i bardzo podatnego na zmęczenie i zużycie.



**Psychiczny znaczy ludzki!**

Przywracając "psychiczności" jej ludzką twarz, warto na chwilę skierować wzrok na wschód i od prawosławnych chrześcijan nauczyć się szacunku do "świętych szaleńców" (od staroruskiego jurodivy). Cała plejada tych barwnych postaci przeszła przez tamtą tradycję (nierzadko byli to ludzie chorzy psychicznie lub przynajmniej ocierający się o tę chorobę), wypełniając – zdaniem tamtejszych teologów – ważną misję apostołską i proroczą. To z tej tradycji Dostojewski zaczerpnął ideę tytułowej postaci powieści *Idiota*. Książę Myszkina to przecież człowiek cierpiący na chorobę psychiczną, który na chwilę wyszedł z jej ciemnej doliny, by przypomnieć światu o tym, czym jest człowieczeństwo, miłość i służba innym. Z tego wyidealizowanego nieco spojrzenia na szaleństwo warto jednak wynieść jakiś pożytek. Bo czy takiej proroczej funkcji nie wypełniają wobec świata ludzie chorzy psychicznie, i to bez artystycznych upiększeń? Czy nie przypominają o najbardziej podstawowych zobowiązaniach, jakie mamy wobec siebie nawzajem? Ich bezbronność i podatność na zranienie są tylko dodatkowym gwarantem bezinteresowności i wiarygodności ich przesłania.

Taką samą intuicję można spotkać w niejednej sztuce, powieści lub filmie, które zyskały światową sławę. Dla przykładu przypomnę mało znany film znanego Larsa von Triera, pt. *Idioci* (Dania, 1998). W filmie opowiadającym o życiu młodzieżowej komuny przedstawiona została oryginalna terapia na zanik podstawowych ludzkich odniesień. Jest nią imitacja zachowań tytułowych idiotów, tj. ludzi opóźnionych w rozwoju. Kto pod przykrywką ekscentryczności i szaleństwa, obrzydliwego wyglądu i odstręczającego zachowania potrafi

dostrzec człowieka, ten zdaje egzamin z człowieczeństwa i sam staje się bardziej człowiekiem. Pod warstwą takiego sfingowanego idiotyzmu można odkryć zdrową ludzką tęsknotę za tym, by być kochanym bez względu na stan psychiczny czy wygląd. A o tym przecież przypominają chorzy psychicznie, i to bez uciekania się do artystycznych metafor czy środków wyrazu. Przypominają samą swoją obecnością, bo chorych psychicznie - podobnie jak ewangelicznych ubogich - zawsze będziemy mieć między sobą.

### **Szkoła miłości**

Trudno w prosty sposób przełożyć omawiane tu kwestie na codzienną praktykę, choć wszyscy z pewnością zgodzą się, że miarą naszego człowieczeństwa – także w wymiarze społecznym i politycznym – jest to, w jaki sposób traktujemy najsłabszych i najbardziej bezbronnych. Zbyt idealistyczne byłoby myślenie, że szpitale psychiatryczne staną się synonimem rajy na ziemi i przestaną być przedmiotem żartów czy lęków. Ale po co wymyślać proch tam, gdzie istnieją już sprawdzone sposoby pomocy i wsparcia. Warto się doksztąpić i dowiedzieć czegoś więcej o chorobach psychicznych. Dysponując odrobiną wolnego czasu i silniejszą psychiką, można pomyśleć o jakiejś formie wolontariatu. Trzeba wspierać rodziny chorych i popierać stowarzyszenia i fundacje, które otaczają swą troską oddziały psychiatryczne i chorych psychicznie - tam pomoc musi być specjalistyczna, nie wystarczy więc tylko szczerą chęć. Warto dać pracę komuś, kto choć naznaczony piętnem choroby psychicznej, posiada stosowne kompetencje. Taka praca i zaufanie zwracają się wielokrotnie, bo dając pracę, dajemy życie i

przywracamy mu głębszy sens.

Tak czy inaczej, kontakt z chorymi psychicznie przypomina o sprawach najważniejszych. Z jednej strony odsłania naszą bezradność, czyli uczy pokory, z drugiej zaś otwiera perspektywy temu, co zawsze jest możliwe: miłości, i to miłości bezinteresownej. A przecież bez miłości nic nie ma właściwej wartości: ani wiedza, ani wolontariat, ani grupy wsparcia, ani hojność, ani nawet nasze własne życie.

**Stanisław Morgalla SJ**

*Posłaniec luty 2008*

ŹRÓDŁO:KATOLIK.PL

