

Ufff, to było ciężkie wewnętrzne spotkanie, ale odczucie i zrozumienie żalu pomaga. Nie chcę zabierać innym tego, co sama sobie zabrałam, tylko dlatego, że mi serce ściska. To nie moja rola, to nie moja decyzja. Życie jest większe niż moje światło – i mój cień.

SILNE.

Zuzanna Korońska

Pisarka, autorka książki „Ja i inni wariaci” (Edipresse); psycholożka, graficzka, prowadzi bloga www.bipolarlandscape.com. Autorka i narratorka cyklu podcastów łączących światy zdrowia i zaburzeń psychicznych: <https://www.youtube.com/channel/UCeEA-T2v-gwj6NdcGbMTFBLV>

trudna sztuka

Usłyszałam niedawno, że jestem wspaniałą osobą. Nawet nie wiesz, jak się wystraszyłam.

Znasz to uczucie? Kiedy w głębi serca masz się za połamaną osobę – z różnych względów – fakt, że ktoś ma cię za wspaniałą, przeraża cię niemilosierdzie. Przecież jesteś nieudana. Masz nieudaną pracę. Może nieudany wygląd. Nieudane życie erotyczne, nieudane relacje, finanse, jesteś za chuda albo za gruba, zbyt introwertyczna lub zbyt wygadana, nie układa ci się z mężczyznami albo z kobietami, albo, tak jak ja, jesteś zepsuta do granic możliwości, czyli z diagnozą choroby psychicznej. A tu nagle – bum. Ktoś nie tylko cię akceptuje, ale docenia, może i podziwia, jest pod wrażeniem, ma cię za kogoś wyjątkowego. Jezus Maria, krzyczy wewnętrzny system. Kernel panic, fatal error. To się nie trzyma kupy. Ta osoba na pewno czegoś ode mnie chce. Albo nie wie nawet, jak bardzo się myli. W gruncie rzeczy mnie nie zna, ot co. Tak, na pewno po prostu nie wie lub nie widzi kim jestem. A kim jestem? Połamaną laleczką.

Komplement redukuje cię do zastraszonej pięciolatki, która chce się schować do kąta i zostać tam na zawsze. Jednocześnie jakaś część ciebie przysysa się do tych usłyszanych słów jak spragniona do nagle odkrytej studni. Bo jesteś spragniona, prawda? Te dwadzieścia, trzydzieści, czterdzieści lat, w trakcie których dostawałaś codziennie komunikat „staraj się bardziej”, „bądź idealna – no, jeszcze ci brakuje” albo „mogło być lepiej” sprawiły, że nigdy nie czułaś się dostatecznie dobra. Nauczyłaś się, że jesteś niedoskonała. Dlatego słowa „lubię cię taką, jaka jesteś” bądź „uważam, że jesteś zajebista, taka, jaka jesteś” brzmią jak obcy język – bo nie masz ich najzwyczajniej w swoim słowniku. Z jednej strony budzą w tobie olbrzymi strach, że komplementujący przejrzy na oczy i gdy zobaczy cię tak, jak widzisz sama siebie, ucieknie, z drugiej, budzą ogromne pragnienie, bo przecież właśnie to chciałaś przez całe życie usłyszeć. Mogłabyś przysnąć do osoby, która tak się do ciebie zwraca, i już jej nie

SILNE.



puszczać. Brzmi dziecinnie? Tak, bo znów masz pięć lat, i cała ta sytuacja zabiera cię ekspressem w przeszłość, w której nauczyłaś się być głodna.

Przeżywałam te słowa przez wiele dni. Starałam się być świadoma tego, co mi robią, i co się ze mną dzieje – i jak tak naprawdę **CHCIAŁABYM** je odbierać. Jak mawia mój lekarz, szukam w sobie reakcji Dojrzałej Dorosłej. A ona mówi: no cóż, ktoś ma prawo widzieć mnie po swojemu. Patrzy przez swoje soczewki. Należą do niego, do niej. Pokazuje mi to, jak ja widzę sama siebie – a to odkrycie budzi we mnie zdrowy protest

i żal. Nie chcę patrzeć na siebie w ten sposób. Chcę móc opierać się na samej sobie, na tym, że jestem sobą właśnie, taką, a nie inną, nie idealną, ale też nie straszną i połamaną. Jestem jak inne kobiety, tylko na swój sposób. Nie ma w tym nic złego. Chcę być sobą – ze sobą – w spokoju i godności.

Czego nam wszystkim życzę.

Zuzanna Korońska

Pisarka, autorka książki „Ja i inni wariaci” (Edipresse); psycholożka, graficzka, prowadzi bloga www.bipolarlandscape.com. Autorka i narratorka cyklu podcastów łączących światy zdrowia i zaburzeń psychicznych: <https://www.youtube.com/channel/UCeEA-T2v-gwj6NdcGbMTFBLw>

