

„KRONIKA TYGODNIA - Magazyn Zamojski”, 19 lipca 1994 r.

RUMIENIEC WSTYDU

(...) Uczucie wstydu wlecze się za mną od dzieciństwa. Jako dziecko ciągle byłam wstydzona, że za głośno mówię, że za głośno się śmieję, że brzydko piszę, że czytanie przychodzi mi z trudem, że miałam więcej trójek od siostry.

(...) Są chwile, kiedy nie mogę znieść swojego widoku. Robię sobie wyrzuty, że tam w środku jestem nieśmiała, że zawsze muszę udawać, nieustannie być na baczności. Nie lubię siebie za to, że potrzeby innych stawiam przed swoimi, że boję się krytyki, że wciąż chcę być zauważana.

Stale wyciszam siebie, żeby nie powiedzieć komuś czegoś przykrego, nawet wtedy, gdy mam ochotę go skopać. Nie umiem upomnieć się o swoje ani w rodzinie, ani w pracy. Zawsze znajdzie się ktoś lepszy, a dla mnie już nic nie ma. Pielęgnuję w sobie żal do ludzi. Odcinam się od otoczenia; przyrzekam sobie, że już nigdy nie dam się wykorzystać, że postawię na swoim,

ale następnym razem znowu jest tak samo. Czuję się wtedy jak coś zużytego.

Mam wrażenie, że jestem potrzebna tylko w pracy, do załatwienia czegoś, do pomocy, a nawet wysłuchania kogoś. To właśnie jest najgorsze, wściekam się wtedy za swoją głupotę, biłabym siebie i gryzła.

Chyba nikt i nigdy nie kochał mnie dla mojego samego istnienia.(...) Już jako dziecko czułam się jak podrzutek lub wyrzutek. Ciągłe ktoś był pierwszy. W domu była to siostra. To ona robiła wszystko najlepiej; to ona potrzebowała opieki, troski i miłości; to ona miała nowe ubrania; to ona była stawiana mi nieustannie za przykład. Dla niej były pieniądze, dla mnie ich brakowało. Ja byłam dobra do bawienia dzieci, a gdy podrosłam, do ciężkiej roboty. Nienawidzę siebie za to, że byłam taka głupia. Idiotka, myślałam, że pracą ponad siły zaskarbę sobie dobre słowo, trochę uznania. Pamiętam jak dziś słowa matki: przecież nikt cię o to nie prosił.

Nigdy nie mogłam czuć się źle, mieć złego humoru, bo zaraz była awantura. Jak ja wtedy nienawidziłam swojego domu, napawał on mnie strachem i wstrętem. Kłamstwa matki, że kocha wszystkie dzieci jednakowo, były jak obelga, albo jak kamień, który ranił. Nawet płakać nie było wolno.

Jak po skończeniu szkoły wyjechałam z domu, to nikt tego nie zauważył. Nikt nie zatroszczył się o to, jak ja żyję. Zawsze słyszałam od matki: przecież jesteś dorosła, to musisz sama sobie dawać radę. Zaciskałam więc zęby do bólu i wtedy zaczęłam udawać, że jest mi dobrze, że jestem szczęśliwa.

Pamiętam listy od matki, które pisała co tydzień, bym się dobrze prowadziła. Czułam się jak zaszczuty pies. Niestety, biednie ubrana dziewczyna nie ma szans na zaprezentowanie siebie. Kompleks brzydoty i niedowartościowania narastał. Sama uważałam, że nie jestem warta być szczęśliwą.

(...) Właściwie to rumieniec urojonego wstydu był ze mną przez całe życie. Rumieniłam się wówczas, gdy miałam coś powiedzieć, gdy zobaczyłam kogoś, chociażby mi życzliwego. Nie muszę wstydzić się mojego życia ani swoich czynów, ale gdy słyszę słowa uznania, to też się czerwienię. Naprawdę to wołałabym być cały czas w cieniu, a najlepiej mieć czapkę niewidkę.

Denerwuję się tym, że mimo swych lat, rumienię się pod czyimś spojrzeniem, i to niekoniecznie męskim. Właśnie uświadamiam sobie, jak wszystko robiłam, żeby nie zwracać na siebie uwagi. Wstydziłam się zająć należne mi miejsce w pracy i w domu. Przyjęłam na siebie rolę służebną, nie śmiejąc nawet podnieść oczu na coś lepszego. Czułam się zawsze gorsza od innych, brzydsza, gruba, niezgrabna, nie tak uczesana, nie tak ubrana.

Ciągle wydawało mi się, że nie mam szans, by mieć lepsze życie. Miałam uczucie, że wszyscy ze mnie się śmieją. Gdy przechodziłam obok grupy ludzi, to ręce sięgały mi kolana, nogi wiązały się w supły. Miałam tylko nadzieję, że moja mina świetnie kryje tremę.

(...) Wszystkie te myśli przeleciały mi przez głowę w czasie jednego z seansów u pana Kwasika. Nagle, na drugi dzień po seansie, zobaczyłam, że zmieniło się moje zachowanie. Po raz pierwszy od 25 lat, na widok dyrektora, nie ugięły się moje kolana i nie zapłonęłam na czerwono. Mało tego, mogę ludziom patrzeć w oczy. Po raz pierwszy w życiu czyjeś spojrzenie przyniosło mi malutką radość. Dziś nie cofnęłam się przed przyjacielskim przytuleniem, nie odebrałam tego z niechęcią; mało tego, czułam się bezpieczna. Mam uczucie, jak bym zrzuciła z siebie kolczasty płaszcz. Nie czuję się już bezbronna, nie muszę być ostra i nieprzystępna. Właściwie nie rumienię się już.

Nie potrafię wytłumaczyć, co się we mnie zmieniło, ale inaczej patrzę na mojego syna. Moje serce i myśli są inne. Jest nareszcie taki mój, mój kochany syn, moje dziecko, które zawsze pragnęłam. Moje słowa, nawet ton głosu, są inne. Syn też się zmienił, odgaduje moje życzenia, stara się mi pomagać, zaskakuje mnie wieloma rzeczami, słowami, gestami. Nasz dom nabiera ciepła. Kochałam swoje mieszkanie zawsze, ale czułam w nim pustkę i często słyszałam, jak dzwonią ściany. Dlatego pierwszą czynnością było włączenie telewizora. Teraz tego nie robię, nie czuję potrzeby słyszenia sztucznych głosów, nie muszę zagłuszać ciszy. Nie boję się iść do pracy. Z łatwością przychodzi mi wydawanie poleceń. Przestał mi „latać” żołądek, nie woła on już ludzkim głosem: „jeść”. Cudowne uczucie, kiedy po południu człowiek nie czuje potrzeby ciągłego jedzenia.

Czy jest jakiś związek między opisanymi przeżyciami, a rumienieniem się? Zważmy, że przez twarz wyrażamy to co chcemy przedstawić otoczeniu, światu. Dzieciństwo i młodość nasza bohaterka miała bardzo ciężkie. Czuła się odrzuconą, nie kochaną, tą drugą, gorszą. Nie wolno jej było mieć złego humoru, czuć się źle, nawet płakać. W jaki więc sposób mogła wyrażać te uczucia? Nic innego jej nie pozostało, jak wyprzeć je głęboko do podświadomości i później odreagowywać taką formą nerwicy.

W czasie seansu medytacyjnego z wizualizacją, jak pisze, wszystkie te przeżycia przeleciały jej przed oczami, co oznacza, że w jakiejś mierze odreagowały się, że uwolniła się od nich, a tym samym od wynikającej z nich choroby. Nie mając już w sobie tyle bólu, stała się zdolną do lepszego życia.

STANISŁAW KWASIK