



Arnhil Lauveng
**Do šizofrenije
i nazad**

EVOLUTA

Arnhil Lauveng

Do šizofrenije i nazad

Prevela
Jelena Stanišić

Beograd, 2016.

Uvod

Ovu knjigu pišem zato što sam bivši šizofreničar. To zvuči jednako nemoguće kao „izlečena od side” ili „bivši dijabetičar”. Bivši šizofreničar je nešto što gotovo da ne postoji. Ta se uloga ne nudi. Možete da imate pogrešnu dijagnozu šizofreničara. Možete da budete i šizofreničar bez simptoma, koji ovladava bolešću lekovima, ili možete da budete šizofreničar koji je naučio da živi sa svojim simptomima, ili je trenutno u dobrom periodu. Ovim mogućnostima ništa ne fali, ali one nisu istinite kad sam ja u pitanju. Ja sam bila šizofreničar. Znam kako je to. Znam kako je svet tada izgledao, kako sam ga doživljavala, šta sam mislila, šta sam morala da radim. Imala sam i „dobre periode”. Znam kako sam i njih doživljavala. Znam i kako je sada. Sada je potpuno drugačije. Sada sam zdrava. I ta mogućnost mora da postoji.

9

Nije lako tačno reći koliko dugo sam bila bolesna, jer je trebalo nekoliko godina da potonem u bolest, i trebalo je više godina da se iskopam iz nje. Godinama su mučile me samoubilačke misli i poremećaji čula pre nego što je iko saznao da bolujem od šizofrenije. Stekla sam puno zdravlja, sigurnosti i razumevanja mnogo ranije nego što je iko iz lekarske prakse poverovao da ću ozdraviti. Bolest i zdravlje su procesi koje je teško vremenski odrediti. Počela sam da se osećam loše već sa 14-15 godina. Imala sam 17 kad sam prvi put smeštena u ustanovu za mentalno obolele. Zatim sam više godina išla tamo-amo, uz kraće i duže boravke u ovakvim ustanovama. Najkraća zadržavanja su bila ona od tek nekoliko dana ili nedelja na odeljenju za akutne slučajeve, druga su trajala mesecima, a najduža su bila godinu do dve na otvorenim ili zatvorenim odeljenjima, dobrovoljno ili prinudno. Uku-

pno sam provela šest-sedam godina u ustanovama. Poslednji put kada sam u jednu od njih smeštena, imala sam 26 godina, međutim, tada sam konačno bila na putu ozdravljenja, iako to možda nije bilo vidljivo mnogima osim meni.

Ne mislim da je moje iskustvo išta više od – moje lične priče. Ona nije nužno istinita za sve. Drugačija je od one koja se obično nudi ljudima sa dijagnozom šizofrenije, i stoga mislim da je važno da je ispričam. Kad sam bila bolesna, čula sam samo jedno. Rekli su da sam bolesna, da je to urođeno, da će trajati celog života, i da prosto moram da naučim da živim s tim. To mi nije odgovaralo. To mi nije ulivalo hrabrost, snagu, ni nadu u vreme kad su mi one bile potrebne više nego ikad. Ta priča mi nije činila dobro. I, u mom slučaju, nije bila istinita. Ali je jedina koju sam dugo slušala.

10 Nakon ozdravljenja školovala sam se za psihologa. Ovo obrazovanje mi je pokazalo da, čak i kad zanemarim svoje lično iskustvo, postoji mnogo tuđih koje ljudi sa dijagnozom šizofrenije treba da čuju, kao i oni koji žive i rade sa njima. Zbog toga želim da ispričam još nekoliko sopstvenih sećanja. To neće svima odgovarati. Život je sveobuhvatan i složen, i ne postoji jedno rešenje za njega. Rešenje imaju jednačine, ne stvarnost. Zbog toga nijedna od ovih priča nije jedina opštevažeća Istina. Sve su istinite.

Priče o pometnji

Magla i zmajevi, krv i gvožđe

Počelo je postepeno i neprimetno. Kao magla koja polako zaposeda sunčani dan. Najpre kao tanak veo pred suncem, pa sve gušći, dok sunce i dalje sija. A tek kad zađe, kad zahladni i ptice utihnu, primetiš šta se dešava. Magla je već ovladala suncem i ono je nestalo, putokazi iščezavaju, i nemaš više vremena da nađeš put do kuće pre nego što se magla konačno zgusne da svi putevi nestanu. Tada se uplašiš. Ne znaš šta se desilo, ni zašto, niti koliko dugo će trajati; shvataš da si sâm, da se gubiš, i strahuješ da se nikad nećeš vratiti kući.

Ne znam kad je počelo, ni kako je počelo, ali sećam se da sam počela da se plašim u višim razredima osnovne škole. Nisam još imala puno razloga za strah pa se i nisam mnogo plašila, ali ipak sam primetila da nešto sa mnom nije u redu. Uvek sam bila fina, mirna, vredna devojčica koja je često sama i koja često sanjari. Nisam imala mnogo prijatelja, tek njih nekoliko, i jednu blisku, najbolju drugaricu. U nižim razredima osnovne škole malo su me zadirkivali. Nije to bilo grubo zadirkivanje, već ono tiho iz potaje, koje gotovo neosetno krađe samopouzdanje, prijateljstvo i smeh, i ostavlja te samog, uverenog da je to najbolje za tebe. I kasnije u osnovnoj školi je toga malo bilo. Ne mnogo, ali dovoljno. Žvaka u kosi, oni koji odlaze kad ja dođem, koji pomeraju svoje stolice ili se podrugljivo smeju. Grupni rad je bio noćna mora, i često sam bila sama na odmorima. Dugo je tako bilo, a onda sam počela da primećujem da sam sve češće sama, i da samoća više nije samo spolja, već se uvlači i u mene. Nešto se desilo, i nakon toga nisam više bila sama zato što nisam imala s kim da budem, već zato što je magla otežala veze s drugima, i usamljenost je postala deo mene.

U školi sam dobijala dobre ocene. Provodila sam vreme sa najboljom drugaricom, išla u bioskop, čuvala decu, crtala, slikala i slušala muziku. Smejala sam se i imala mnogo planova za budućnost. Ali počela sam više da se šetam uveče. Šetala sam se dugo i razmišljala o svemu i svačemu, povremeno gotovo zaboravljajući gde se nalazim. Puno sam razmišljala o smrti, penjala se na vrh ski-jaške skakaonice u sred leta i razmišljala kako bi bilo su-novratiti se na neko mesto odakle nema povratka. Čini mi se da sam ubila nekog u svakom sastavu koji sam napisala u višim razredima osnovne škole, možda s izuzetkom činjeničnih sastava, ali i oni su bili uglavnom mračni. Postala sam mirnija, i puno sam slušala muziku. Mnogo sam čitala, često prilično tužne i teške knjige, možda i preteške za četrnaestogodišnjakinju. *Praonicu* i *Ptice* Tarjeija Vesosa, Kafku i Dostojevskog. Postala sam vrlo odrasla i vrlo detinjasta, i nisam ni približno znala ko sam. U devetom razredu za Božić sam poželela udžbenik iz latinskog i bebu lutku. Postajala sam sve zbunjena, i u dnevnik zapisivala mnoge teške misli.

Ništa od ovoga nije čudno samo po sebi. Bila sam tinejdžerka, a tinejdžeri su po pravilu nepredvidivi. Za njih, rastrzane između detinjstva i odrastanja, puno razmišljanja i ćudljivost su uobičajeni i nisu razlog za brigu. Ono što sam kasnije uvidela kao najuočljiviji znak upozorenja jeste da je moja samosvest, sigurnost da sam ja „ja“, počela da se kruni. Bila sam sve nesigurnija da li zaista postojim ili sam samo lik u nekoj knjizi, ili nečija ideja. Nisam bila sigurna ko upravlja mojim mislima i delima, da li sam to ja – ili neko drugi – možda „pisac“? Nisam više bila sigurna ni da li sam zaista živa, jer mi je sve bilo jezivo prazno i sivo. U svom dnevniku zamenila sam „ja“ sa „ona“ i, nakon nekog vremena, tako sam i razmišljala : „Ona je krenula ka školi. Ona je bila prilično tužna i pitala

se da li će umreti". A negde u meni, jedan deo se pitao da li je „ona” još uvek „ja”, ali je taj deo shvatio da to nije moglo biti tačno jer je „ona” tužna, a ja – ja nisam bila ništa. Samo siva.

U to vreme sam shvatila da moram da potražim pomoć. Dugo sam zazirala od toga. Ali, jednog dana sam sedela sama u učionici i trebalo je da radim zadatke iz norveškog, kada sam skupila hrabrost i otišla kod školske sestre. Bila vedra i prijatna, ali sam imala osećaj da ne mogu dovoljno dobro da joj objasnim šta mi je. Pitala me je da li jedem, a jela sam, i da li se plašim da se ne ugojim, ili da se vozim autobusom. Nisam se plašila. Bojala sam se da ne postojim i da moje misli nisu moje, ali to me nije pitala. Rekla sam da mi je sve sivo i da ne mogu više da živim, i dogovorila je sastanak sa školskim psihologom. Plašila sam se i stidela, i nisam želela da kažem to nikome. Sastanak je zakazan za vreme zimskog raspusta, pa je škola, srećom, bila zatvorena. Kod kuće sam rekla da ću izaći u šetnju. Krila sam se na groblju, odmah pored škole, dok nisam videla da školski psiholog dolazi. Zaista sam želela da razgovaram sa njim. Shvatila sam da ću se izgubiti u magli i da mi je potrebna pomoć. Ali nisam znala kako da je zatražim, niti kako da objasnim šta se dešava, jer se magla zgušnjavala i postalo mi je teško da se sporazumevam. Rekla sam da sam zbunjena, a on je odgovorio da su svi tinejdžeri zbunjeni. Rekla sam da se više ne osećam kao da upravljam svojim mislima i delima, pa mi je on nacrtao frejdovske krugove sa pojmovima „id”, „ego” i „superego”. Ništa od toga nisam razumela, ali sam posumnjala da ni on nije razumeo ništa što sam pokušavala da kažem. Sledeći sastanak je zakazan kad i neki test, pa sam otrčala do kancelarije školske sestre, rekla da nemam vremena i da mi sastanak nije ni neophodan jer mi je mnogo bolje. To je bila čista laž. Magla se

već ozbiljno zgusnula i bilo mi je sve teže da trezveno razmišljam, i još teže da o tome pričam, tako da je bilo jednostavnije lagati. Znala sam da ne bih uspela da izrazim kako se zaista osećam. Stoga sam rekla da je sve u redu, i nastavila da lutam sama.

Začudo, u školi sam i dalje bila uspešna. Sastavi su bili tragični, ali još uvek valjano napisani, a i činjenični predmeti su mi išli dobro. Godine, latice, ratovi i hemijske formule bile su sigurne, jednostavne i trajne činjenice u sve zbrkanijem svetu, i nisu mi zadavale nikakve probleme. Bile su to što jesu, neosetljive i nepromenjive. Na njih moja pometenost nije nimalo uticala, mogle su da se nabubaju i zapamte i sve je bilo u redu. Šetala sam se, čuvala decu, učila i rešavala testove, i niko nije znao da se svakim danom sve više gubim i sve dalje odlazim. Ali bilo je tako.

16 A onda sam krenula u srednju školu. U početku je sve bilo kako valja. Dopala sam u dobro odeljenje, u kom sam neku decu poznavala od ranije, a mnoge nisam, i otkrila sam da ljudi mogu da budu ljubazni, da mogu da steknem više prijatelja, i da može da mi bude zabavno s njima. Našla sam posao posle škole, kao prodavačica čokolade u gradskom bioskopu, i, premda je vožnja autobusom dotle bila poduža, uživala sam i na poslu, i s kolegama. Bilo mi je dobro. Veoma dobro. Previše dobro. Svet do tada nisam tako doživljavala pa, pošto je sve bilo toliko dobro, postalo je još jasnije koliko mi je loše bilo i koliko sam usamljena. Tuga je još pritiskala moje grudi, i, kad sam se smejala u društvu, vrebala je i podsećala me da život nije lak, ni zabavan ni lep, već samotan, bolan i tužan. Onda bih se osećala još usamljenije. Uostalom, imala sam probleme toliko dugo da mi je bilo naporno i neobično da ljudi budu prijatni. Ako je trebalo da prihvatim da su ljudi zaista prijatni, onda sam morala da prihvatim i tugu zbog onoga

što je bilo ranije. To nisam mogla. I sivilo je raslo. Postajalo mi je sve očiglednije da ne uživam u svojoj ulozi mirne, fine i vredne devojčice. Želela sam da letim, i počela sam da crtam zlatno-crvene zmajeve koji bljuju vatru, zmajeve koji pucaju od snage, života i svega što ja nisam imala. Jer sam ja bila samo siva.

Već pre srednje škole čula su počela da se menjaju. I to se desilo tako postepeno i neprimetno da sam u početku jedva opazila. Povremeno, naročito kada sam bila umorna, čula sam čudne zvuke, šumove. Bili su preglasni ili pretihi, ili prosto čudni, nejasni. Onda se moje stanje pogoršalo. Zvuci su postali jasniji, neki jaki, a neki slabi, neki izražajni, a neki manje važni – nije bilo pravila. Dešavalo se da pričam s nekim i primetim da mi je teško da čujem šta govori, jer je glasove nadjačao odjek mojih patika kojima gazim po asfaltu. Šum u cevima je ponekad bio toliko glasan, preteći i fizički bolan da nisam bila sigurna da li je to samo šum ili neko govori. S druge strane, dešavalo se da predavanje nastavnika ostane bez razumljivih reči i sadržaja i pretvori se u zvuk, poput cviljenja testere ili huka vetra. Slike su takođe počele da se menjaju, razlike između svetla i senke su postale očiglednije, a ponekad i prilično jezive. Dok sam išla ulicom, kuće oko mene bi rasle i postajale ogromne i zlokobne, ili bih imala utisak da se strovaljuju ka meni. Uobičajena pravila o perspektivi i prostornim odnosima su pucala, i osećala sam se kao da hodam kroz nadrealističku sliku Pikasa ili Salvadora Dalija – veoma zamorno i nasumično. Jednog dana, na putu ka poslu, stajala sam pola sata ne usuđujući se da pređem ulicu. Nisam uspevala da procenim rastojanje do automobila, i delovalo mi je kao da je ivica trotoara ponor i da ću se ubiti ako padnem preko nje. Strah i očaj su rasli, i na kraju nisam videla nikakav drugi izlaz nego da samo hodam. Ako poginem, barem će biti

kraj. Nisam poginula. Prešla sam ulicu, našla put do posla i rekla da je autobus kasnio. To je bio prvi put da kasnim i nije mi zamereno, ali sam se osećala grozno jer lažem. A šta je trebalo da kažem? Da sam se plašila da ću poginuti ako padnem s ivice trotoara? To nisam mogla. Zvučalo bi potpuno ludo. Dok je svet bivao sve zamršeniji, još uvek je postojao deo mene koji je uočavao šta se dešavalo, i shvatao da je to suludo. Bila sam svesna da su ivice trotoara 15–20 centimetara visoke, ne 15–20 metara, i da se ne gine kad se silazi s njih, ali nije tako izgledalo. Jedan deo mene govorio je jedno, drugi deo nešto potpuno drugačije, i sve je bilo teže razumeti i urediti misli.

18 Nastavila sam da pišem dnevnik, i još uvek sam pisala o „njoj”. To me je zbunjivalo. Ako sam ja „ona”, ko onda piše o „njoj”? Da li sam „ja” – „ona”? Ali, ako sam „ona”, ko onda priča o „meni i njoj”? Zbrka je bivala sve veća, i nisam nalazila izlaz. Jedno veče sam odustala i zamenila sva „ja” jednim x, oznakom za nepoznato. Osećala sam se kao da me više nema, da je sve pomešano, i više nisam znala ni da li postojim, ni šta sam, ni ko sam. Nisam postojala, ne kao osoba sa svesću o sebi, granicama, početkom i krajem. Bila sam samo neodređena zbrka, zamagljena mrlja. Nejasna i neograničena. Ali sam još uvek bila ja. Vidim to dok čitam svoje beleške iz dnevnika od te noći kad sam osetila da mi se svest potpuno raspala a psihoza prevladala. Tada, kad je zbrka pretila, a ja bila toliko očajna da više nisam mogla da izdržim, napisala sam: „Sada x ne može više. X ne zna ko je x i x ne može više ni da misli o tome. X misli da će x da ide u y (prisvojna zamenica) krevet”. Premda se vrlo dobro sećam očaja i usamljenosti pred osećanjem da sam potpuno, potpuno sama, čak i bez valjanog „ja”, ipak moram da se nasmejem. Očigledno je da sam sve vreme bila tu i da je moja svest bila čvrsta kao kamen, iako mi se činilo da je ras-

parčana. Uvek su me zanimali jezik i gramatika, to je jedan deo moje osobenosti koji čini da sam ja – ja. Tako da jesam bila sam tu. Samo to nisam uviđala.

Svet je postao siv, čula su bila pometena, i nisam znala kako da se postavim prema sukobu između „dobre devojčice” i „živog života”. Moja uloga je bila tako skućena da sam dobila rane na duši; bolelo je sve vreme, a nisam znala kako da se izvučem. Crtala sam zmajeve. Bili su mi potrebni zmajevi. Nastali su pojedinačni crteži zlatnih stvorenja koja lete kroz noć, i serije sastavljene iz više slika koje čine celinu. Jedna od njih otpočinje sa ledenom princezom u plavoljubičastoj haljini koja hoda sama kroz mračnu zimsku šumu, sa golim, mrtvim drvećem. Šuma je puna divljih životinja, vukova, zmija, đavolčića, ali niko od njih ne gleda ledenu princezu, svi idu nekud drugde. Ona je potpuno, potpuno sama. Na sledećoj slici princezu guta veliki, zlatni zmaj koji bljuje vatru, a koji deluje prilično dobroćudno, čak i dok jede princezu. Treća slika prikazuje zmaja koji leži na velikom, belom jajetu, a na četvrtoj slici jaje puca i zlatnocrvena princeza iz njega izlazi. I ona i zmaj se srećno osmehuju. Na poslednjoj slici ledena princeza opet ide kroz onu istu šumu. Šuma je jednako mračna i hladna, i još uvek puna divljih i opasnih životinja. Ali princeza više ne pripada tu. Životinje to primećuju, i na ovoj slici svi su se ustremili ka njoj i napadaju je. Više je ne štiti led, postala je živa i ranjiva, i u velikoj je opasnosti da je pojedu. U dnevniku sam ipak zapisala: „Nije bitno šta košta, ne želim da umrem a da nisam slikala svim bojama na svojoj paleti, ne želim da živim u pastelu”. Ne znajući šta me čeka, baš to sam napisala i nacrtala zastrašujuće preciznu sliku svoje budućnosti. Znala sam da će me progutati. Znala sam i da ću preživeti.

U drugoj seriji slika, ledenu princezu samo što nije progutala horda malih, sivih pufni bez tela, ali sa velikim

ustima. Da bi se izvukla, ona ponovo bira da je proguta zmaj. Ovog puta nema nikakvog jajeta, već zmaj leži na livadi i plače. Suze se slivaju u reku, a kraj obale reke raste cvet. Pupoljak puca, i vatrena princeza izlazi pevajući.

Bila sam potpuno zbunjena. Ništa nisam razumela, i nisam mogla da objasnim šta se dešava sa mnom, jer ni sama to nisam znala. Sećam se toga i znam da je to istina. Ali crteži, uredno datirani od početka, ipak pričaju nešto drugo. Oni pokazuju da nisam razumela ništa, a da sam sve pojmla.

20 I na drugim poljima sam proživljavala ono što nisam mogla da objasnim. Nisam uživala u svojoj ulozi, ali, umesto da je odbacim, postala sam izuzetno vredna. La-tila sam se posla i radila svaki dan posle škole, a pored toga sam htela i da imam jednako dobre ili bolje ocene. Učila sam uveče, kad se vratim s posla, do kasno u noć. Onda sam spavala nekoliko sati, zatim ustajala ranom zorom da još učim ili radim kućne poslove, tiho, kako me niko ne bi primetio pre nego što opet odem u školu, pa dalje na posao, pa opet na učenje. Nije bilo mesta za prijatelje ni za slobodno vreme. Iako je to bilo glupo, bilo je sigurno, jer mi je omogućavalo da ne razmišljam o svim godinama koje sam provela tako usamljena. Sve je bilo jednako loše kao ranije. To nije bilo dobro, ali je bar bilo poznato.

Manje sam spavala i počela sam manje da jedem, ne da bih smršala, već zato što sam htela da uvežbam sebe i ovladam zbrkom. Onda je došao Kapetan. Pisala sam dnevnik i bila umorna. Odjednom sam opazila da je jedna rečenica završena drugačije nego što sam zamislila. Uplašila sam se, i napisala: „Ko je dovršio ovu rečenicu?“, na šta je on odgovorio: „Ja sam“. Tako smo počeli. Kratak je put od pisanja dnevnika do misli i od misli do glasova,

barem je tako bilo kod mene. Budući da su mi čula bila pometena i iskrivljena prilično dugo, od glasova me je delio samo korak. Čula sam ih i ranije. Tad nisam bila sigurna šta čujem, ali to jesu bili glasovi, nejasni: mumlanje, daleko zujanje, zvuk kao da neko govori, ali nisam razumela reči, niti ko ih izgovara. Sad je sva sumnja nestala. Kapetan je govorio, i to vrlo jasno. Nije bilo moguće pogrešno razumeti njegove reči. Kapetan je kapetan, a kapetani naređuju. Doduše, bio je fin, makar u početku. Rekao je da će me paziti, da ne moram da se brinem zbog ostalih jer će me on štititi. Rekao je da me niko drugi ne poznaje tako dobro kao on, i dokazao mi to ispričavši moje snove i želje, što je bilo vrlo lako pošto je on bio ja. Rekao je da ne moram da razmišljam o tome da li se dopadam drugima i da li oni hoće da budu sa mnom ili ne, i da ne moram više da se brinem o tome šta želim ili ko ću biti. On će se o svemu starati. Obećao je da me nikad neće napustiti. Samo je trebalo da mu verujem i da radim ono što mi kaže. Tako je i bilo. Ne toliko teško, bar u početku. „Trebalob i da još malo poradiš na ovom zadatku”, rekao je Kapetan. I napisala sam zadatak opet, pronašla nove činjenice u enciklopedijama i doterala raspored. „Nije dobro”, rekao je. „Mora da si skroz glupa, ali ipak imaš sreće što sam ja tu da ti pomognem. Napiši ga opet, ovog puta kako treba.” Ali nisam mogla jer sam bila umorna, i bilo je skoro četiri ujutru, a to je bio samo običan zadatak koji sam već tri puta napisala, i nije bilo neophodno toliko raditi na njemu. „Ne samo glupa nego i lenja”, rekao je Kapetan. Zatim me je ošamario, jako, više puta, da bih naučila da se ponašam kako treba i da ne bih potpuno propala. Znala sam, i videla, da me je tukla sopstvena ruka, ali nisam imala osećaj da ja njome upravljam. Zvuči čudno, ali već sam godinama gubila sigurnost u to ko zapravo upravlja mojim mislima i radnjama, i

nisam uopšte bila sigurna da zaista postojim. Zato je sledeći korak, gubitak nadzora nad rukama, u suštini bio prilično mali. Spremno sam ga očekivala, te kad je Kapetan tukao, doživljavala sam to kao da Kapetan tuče. Uplašila bih se i ne bih mogla da ga sprečim. Udarao je jako, i istovremeno uzvikivao uvrede, glasno, glasno, sve glasnije. Onda bi se umirio, ja bih obrisala suze i napisala zadatak još jednom. I dalje nije bio dobar, ali nisam mogla da ga poboljšam jer je već bilo jutro i morala sam da idem u školu. Kapetan me je pratio, i bio taman toliko prijatan da budem zahvalna što je fin prema meni i što me čuva da ne uradim nešto glupo.

22

Posle toga me je tukao svaki put kad bih uradila nešto pogrešno. A često je mislio da grešim. Kasnila sam, bila sam previše glupa i previše lenja. Ako bih sporo računala na bioskopskom štandu, odvuкао bi me u toalet na pauzi i šamarao me. Ako bih zaboravila knjigu za školu, ili otaljala domaći, opet bi me udarao. Naterao me je da nosim sa sobom kratku motku ili štap kad pešaćim ili vozim bicikl do škole, i udarao me njome po butinama ako sam spora. Mrzela sam to, jer me je bilo jako sramota, osim što je bolelo. Šamare sam uvek dobijala kad smo sami, ili kada bi se on pobrinuo da budemo sami, ali štap je koristio kad sam vozila bicikl putem, što su drugi mogli da vide. Ni modrice nije baš bilo lako objasniti. Dobro sam znala da sam sama sebe udarala, ali nisam imala nikakav osećaj da imam izbora. Kapetan me je udarao, ali mojim rukama. To sam znala i iskusila, ali nisam mogla da objasnim, jer nisam imala reči za takvu stvarnost. Zato sam govorila sve manje.

Kapetan je mislio da sam veoma lenja. Smatrao je da previše spavam i previše jedem. Počeo je da postavlja nove zahteve. Dvadeset pet sati sna nedeljno je dovoljno, govorio bi. Kasnije je to smanjio na dvadeset. Ako ne bih

slušala, udarao bi me i grdio. Takođe je smatrao da mogu da živim s jednim obrokom na dan. To je više nego dovoljno. Zapravo i previše, otkrio je posle nekog vremena i smanjio sledovanje na tri obroka nedeljno. Pokušala sam da smislim plan i vidim kojim danima mi je najpotrebnije da jedem. Ali, još uvek je bio fin s vremena na vreme, i još uvek sam mu verovala kad je govorio da sve čini za moje dobro.

Sada sam ga čula sve vreme. Povremeno sam čula i druge glasove, ne tako jasne kao njegov, ali ipak jasnije od onih koje sam ranije čula. Od samog početka Kapetan je govorio „mi” i shvatila sam da ih ima više, dok je on šef. Dao mi je tajno ime, koje su samo oni znali, i rekao da me je to ime činilo jednom od njih. Pričao mi je o zemlji sa šumama od gvožđa, gde drveće ima krvavocrveno lišće. Krv i gvožđe. Čista snaga. Upravo ono za čim sam čeznula. Ali da bih ušla tamo, morala sam prvo da pokažem da vredim, da nisam bedni slabić. Mogla sam to da razumem, jer nisam uopšte bila sigurna da li vredim, bila sam u stvari sasvim sigurna da nije tako, i bila sam srećna što Kapetan želi da mi pomogne. Iako je bolelo kad je tukao.

23

Jednog dana, dok sam se umorna i neraspoložena vraćala kući iz škole, sa teškim rancem, po novembarskoj bljuzgavici, videla sam ženu kako stoji pored poštanskih sandučića ispred kuće. Imala je tamnu kosu skupljenu u punđu, i jednostavnu, meku haljinu koja je istovremeno bila jednobojno bela i jednobojno tamnoplava. Bila je lepa, i smešila se. Dopalo mi se što mi se neko smeši, pa sam se i ja nasmešila. Dan u školi bio mi je grozan, sa grupnim radom i grupnim raspravama, a bilo mi je vrlo teško da uradim bilo šta s drugim učenicima kad sam sve vreme morala najpre da sarađujem s Kapetanom. Zato je grupni rad išao loše, Kapetan se ljutio, a ja sam samo bila iscrpljena. Bio mi je potreban osmeh, i bila sam srećna zato što

mi ga je uputila baš ona. Nikad ranije je nisam videla, ali sam ipak znala ko je. To je bila Usamljenost, i bila je privlačna. Kome treba nekakva grupa kad je Usamljenost tako lepa? Posle toga sam je često viđala. Govorila je malo, ali je imala lep i pomalo tužan osmeh. Povremeno je i plesala za mene, u svojoj predivnoj haljini, jednobožno belo i jednobožno tamnoplavo. Istovremeno.

24 Uskoro sam videla i Kapetana. Ne svaki put kad sam ga čula, i ne najjasnije, ali dovoljno jasno da znam kako izgleda. Nije bilo zastrašujuće. Kad sam ga toliko dugo slušala, nije bila velika promena što ga i vidim. Otprilike u isto vreme počeli su da se pojavljuju vukovi u školskim hodnicima. Vukovi i krokodili. Plašili su me jer su izgledali ljutito, i plašili su me jer ih niko drugi nije video. Čeznula sam da pobegnem od sve te zbrke, ali još uvek nisam smatrana dovoljno vrednom da budem puštena u zemlju sa crvenim šumama. Sve češće sam se pitala da li bi smrt bila izlaz; tako bih makar pobegla, ako ništa drugo. Zaista mi je bilo potrebno da pobegnem.

Mama, naravno, nije videla vukove, niti je čula Kapetana. Ali je primetila da jedem sve manje, da neću da jedem više čak ni kada me je silila na to. Videla je da sam postala bleđa, umorna i mršava i, premda verovatno nije znala koliko malo sam spavala, znala je da je to premalo. Zakazala mi je pregled kod mog lekara. Osećala sam se glupo, ali bila sam svesna da mi treba pomoć. Samo nisam mogla da kažem šta nije u redu. Nije bilo reči da opišem šta se dešava. Razgovarala sam sa lekarom nekoliko puta. Nisam uspela da objasnim valjano šta se dešava, niti kakav je svet postao, ali mi se ipak sviđalo da pričam s njim. Delovao je prijatno. Ipak, na smrt sam se preplašila kad je rekao da će me uputiti na psihijatra za decu i mlade. Pomenula sam mu da sam već razgovarala sa školskim psihologom i da to nije pomoglo, a on je rekao

da je ovo nešto drugo, naprednije. To me je uplašilo još više jer se uopšte nisam osećala naprednom. Samo malom, glupom i uplašenom.

Dao mi je uput, zakazan mi je razgovor, i prošao je dobro. Čak veoma dobro. Dopala mi se moja terapeutkinja, što je bilo važno, jer se svet brzo rušio. Sakrivanje mi je dosta dugo polazilo za rukom, ali sad su sve ljuštore popucale i otkrile da se moj svet pretvorio u jednu veliku zbrku u kome više ništa nema smisla. Očajnički sam čeznula za krvlju, vatrom i zmajevima, a živela sam u sve gušćoj magli, pa sam počela da se grebem do krvi da bih osetila da postojim, i da bih dokazala da krv još teče mojim venama. Sve više sam razgovarala sa Kapetanom i drugima a moja čula su bila sve manje pouzdana. Odlazila sam u ženski toalet i tukla se sa Kapetanom i vukovima. Šamarala sam se, grizla svoje ruke i udarala glavom u zid da bih naterala glasove da učute. Izabrala sam najređe korišćen i najudaljeniji toalet, ali su me ipak posle nekog vremena otkrili. Vredna učenica je poludela. Moja čula nisu bila toliko pometena da ne uočim pogled nastavnika koji je iz odobravanja prešao u sažaljenje. Pred zimski raspust po ocenama sam bila među najboljima u razredu. Na leto sam pala iz svih predmeta.

Na jesen sam nastavila da pohađam školu, iako se preko leta moje stanje pogoršalo. Često sam izostajala sa časova a i kad sam bila na njima, nisam mogla da pratim nastavu. Jednog toplog avgustovskog dana daleko sam se odvezla biciklom. Bila sam na groblju i pričala sa tatom, a posetila sam i druga groblja. Zatim sam se dovezla kući. Uprkos vrućini, obukla sam roze pamučni duks i svetloplave farmerke. Pastelne boje. Ne naročito elegantno. Ušla sam u dnevnu sobu kod mame i rekla da sam spremna. Želim da idem u šumu. „Zar ne vidiš da sam obukla crvenu haljinu“, upitala sam je. Ali mama nije to videla.

Ona je videla farmerke i roze duks. „Ne”, rekla sam, i sela pored prozora. „Obukla sam svoju crvenu haljinu, sad sam spremna, ubrzo će doći po mene.” Mama se preplašila i pozvala moju terapeutkinju. Ona je došla kod nas i bilo mi je drago što je vidim, ali nisam imala potrebu da pričam s njom. „Gotovo je”, rekla sam. „Hvala na pomoći, ali sad idem u šumu. Uskoro će doći po mene.”

I došli su. Ubrzo potom, po mene su došli policija i lekar i odvezli me u zatvoreno odeljenje. Ali malo su zakašnili. Već sam nestala u šumi. Šuma je bila gusta, i trebalo mi je mnogo godina da nađem put iz nje.

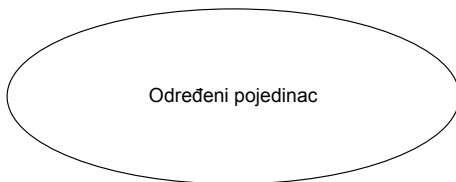
ŠIZOFRENIJA

Pozitivni simptomi

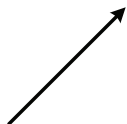
Lažna uverenja Poremećaji misli Priviđenja

Negativni simptomi

Pasivnost Otupljena osećanja Povlačenje



Određeni pojedinac



Godine Sposobnosti Pol Interesovanja Iskustvo itd.

Socijalna mreža Porodica Posao/škola Dom itd.

Unutrašnji resursi

Spoljašnji resursi

ČOVEK

Literatura:

- R. L. Atkinson, R. C. Atkinson, E. E. Smith, D. J. Bem, S. Nolen-Hoeksema, *Hilgard's Introduction to Psychology*, Orlando 1996.
- H. Bentsen, *Predictors of expressed emotion in relatives of patients with schizophrenia or related psychoses*. Doktor-ska disertacija. Oslo 1998.
- André Bjerke, Moro-vers, Oslo 1982.
- P. Brickman, V. C. Rabinowitz, J. Karuza, D. Coates, E. Cohn, L. Kidder, „Models of helping and coping”, *American Psychologist: Journal of the American Psychological Association*, 37 (4), 1982, 368–384.
- A. A. Dahl, L. Eitinger, U. F. Malt, N. Retterstøl, *Lærebok i psykiatri*, Oslo 2000. [Udžbenik iz psihijatrije]
- Alv Dahl et. al., *Lærebok i psykiatri*, Oslo 1994. [Udžbenik iz psihijatrije]
- Hannah Green, *Jeg lovet deg aldri en rosenhage*, prevod na norveški Tone Bull, Oslo 1971. [Nikad ti nisam obećala vrt sa ružama]
- S. Knardahl, *Kropp og sjel. Psykologi, biologi og helse*, Oslo 1998. [Telo i duša. Psihologija, biologija i zdravlje]
- Selma Lagerlöf, *Keiserinnens skattkiste. Legender og historier*, prevod na norveški Finn Halvorsen, Oslo 1960. [Čaričin kovčeg s blagom. Legende i priče]
- B. Major, J. Crocker, *Social stigma*, u: D. M. Mackie, D. L. Hamilton, *Affect, cognition, and stereotyping*, San Diego 1993.
- H. Markus, A. Ruvalo, *Possible Selves: Personalized Representations of goals*, u: L. A. Pervin, *Goal Concepts in Personality and Social Psychology*, New Jersey 1989.
- R. A. Scott, *The Making of Blind Men. A study of Adult Socialization*, New Brunswick 1981.

O autoru

Arnhil Lauveng (rođena 1972) je specijalista kliničke psihologije u zajednici s višegodišnjim iskustvom u radu sa odraslima i decom u javnim zdravstvenim ustanovama. Trenutno radi na Odeljenju za istraživanje i razvoj pri Institutu za psihijatriju u Univerzitetškoj bolnici u Akešhusu, Norveška.

Kao predavač i pisac višestruko je nagrađivana zbog svog doprinosa popularizaciji psihologije. Između ostalog, dobitnica je norveških nagrada Ose Gruda Skard za popularizaciju psihologije (2007) i Priznanja za slobodu izražavanja (2008).

Do sada je objavila jedanaest knjiga. Prve dve, *Do šizofrenije i nazad* (2005) i *Beskorisna kao ruža* (2006), zasnovane su na autorkinom ličnom iskustvu sa šizofrenijom. Treća knjiga, *Vredni mrav gipsanog srca* (2008) se bavi vezom između mentalnog zdravlja i rada, dok je četvrta, *Nešto mnogo drugačije – mladi i mentalno zdravlje* (2011), namenjena tinejdžerima s mentalnim problemima. Napisala je i ilustrovala sedam knjiga za decu koje se bave emocijama. Knjiga *Do šizofrenije i nazad* je u Norveškoj imala nekoliko izdanja, i prodana je u više od 30.000 primeraka. Prevedena je na više od deset jezika.

Sadržaj

Uvod	9
PRIČE O POMETNJI	11
Magla i zmajevi, krv i gvožđe	13
Usamljenost u plavoj/beloj haljini.	27
Zabranjen jezik, očajnički jezik	47
Ono što ostaje	63
PRIČE O SISTEMIMA	71
Ruže ljubavi i profesionalne krhotine.	73
Subota i žrtva pomorandže	82
Poezija bez pidžame	99
Konj je kopitar	115
PRIČE O PROMENI.....	133
Saputnici	135
Štapovi, štake i ograde	151
Zaustavite svet – hoću nazad!.....	163
Siva kao ovca, zlatna kao lav.....	177
Literatura.....	187
O autoru	189