

Próbowałem się zabić. Oto dlaczego

29 lipca 2022

Głęboki smutek bez ustanku, niska samoocena, pesymizm, poczucie winy, niezdolność do przeżywania przyjemności, spowolnienia psychoruchowe, brak apetytu, myśli samobójcze... To tylko niektóre spośród objawów zaburzeń depresyjnych, określanych też zbiorczym mianem depresji. Stanowi ona jedną z najgorszych plag współczesnego świata – może dopaść i zabić każdego.

Szacuje się, że na całym świecie w roku 2021 na depresję chorowało 350 mln osób, w Polsce natomiast 4 mln. Jest ona jedną z głównych przyczyn samobójstw. Nabawić się jej mogą osoby w każdym wieku, niezależnie od przynależności klasowej, statusu majątkowego, wykonywanego zawodu (acz przepracowanie i przemęczenie sprzyjają zachorowaniu), koloru skóry, religii, pochodzenia... Depresja jest przy tym bardzo podstępna, łatwo ją bowiem pomylić ze zwyczajnym smutkiem, pogorszeniem nastroju czy rozleniwieniem. Poza tym, świadomość społeczna w jej zakresie, mimo iż rośnie, wciąż jest niska; wiele osób myli depresję ze zwyczajnym „dołkiem”, podczas gdy pozostaje ona chorobą poważną, wymagającą pomocy lekarskiej i często prowadzącą do zgonu.

Jej przyczyny są zróżnicowane: czynniki genetyczne, pogorszenie stanu zdrowia fizycznego, nagła utrata bliskiej osoby lub czegoś cennego, trudne (dla każdej osoby może to oznaczać co innego!) zdarzenie życiowe i wywołany nim silny ładunek emocjonalny, jak również chroniczny stres oraz przemęczenie. Depresja coraz częściej określana jest mianem choroby cywilizacyjnej, chociaż lepszym określeniem byłoby: „systemowa”. A to dlatego, że nabawieniu się jej bardzo sprzyjają warunki życia w systemie kapitalistycznym i borykanie się z jego naturalnymi patologiami, pogłębionymi w

wariancie neoliberalnym – takim, jaki na skutek wdrożenia planu Balcerowicza i deform kolejnych ekip prawicy postsolidarnościowej zatriumfował w Polsce.

Nadwiślański kapitalizm

Właśnie kapitalistyczne uwarunkowania były, a w zasadzie są przyczyną mojej depresji. Wyglądało to tak...

Jedno CV, drugie, trzecie... W większości bez odpowiedzi, czasem wezwą na rozmowę kwalifikacyjną, z reguły po to, by firma/instytucja mogła dopełnić odhaczenie formalności. Jak się trafi robota, to albo bezpłatny staż, po którym pada tekst: „Super jesteś, możesz z nami zostać, ale ci nie zapłacimy”, albo wymuszone samozatrudnienie, generujące koszty wyższe niż zysk, że nie wspomnę o permanentnym przemęczeniu i stresie. Cóż, nie mam znajomości, na stabilną pracę liczyć nie mogę. Dobrze chociaż, że nie muszę spłacać kredytu hipotecznego, za opublikowaną powieść (po kilku długich latach szukania wydawcy, poprzedzonych „współpracą” z takim, co nie uważał, że pisarzowi należy zapłacić) spływają jakieś tam honoraria, czasem uda mi się dorobić jako copywriter czy sprzedać albo wynieść na złom niepotrzebny przedmiot z domu.

Wywołana powyższymi czynnikami beznadzieja, poczucie daremności podejmowanych wysiłków, strach o to, czy zdołam zarobić na utrzymanie swoje i psa... Wszystko to musiało doprowadzić do załamania zdrowia psychicznego. Czyli do zaburzeń depresyjnych. Biorąc pod uwagę, że z zawodowymi oraz bytowymi konsekwencjami życia w neoliberalnym kapitalizmie użeram się od kilkunastu lat, chyba i tak długo się trzymałem.

Choroba podeszła mnie podstępnie – przez długi czas wcale nie czułem, że z moją psychiką jest jakoś szczególnie źle. Wpływ na to miał fakt, że opublikowałem powieść i udało mi się zdobyć środki na wydanie kolejnej, a od czasu do czasu udawało mi się uzupełnić domowy budżet. Pomagała mi też – i nadal traktuję ją jako czynnik zbawienny – obecność psa w domu.

Rządy PiS

Aż przyszła PiS-owska inflacja. Wzrost cen, gwałtowny w ostatnich miesiącach, i ciągłe podwyżki opłat skutecznie wydrenowały mój budżet, a skromne i nieregularne dochody nie były w stanie pokryć coraz wyższych wydatków. Toteż nastąpiło załamanie, które doprowadziło mnie do próby samobójczej. Na szczęście przeżyłem i rozpocząłem terapię. Obecnie jestem jeszcze na początku drogi, ale mam nadzieję, że uda mi się wyjść z depresji.

Jakkolwiek bezpośrednią przyczyną targnięcia się przeze mnie na własne życie była fatalna polityka społeczna i gospodarcza PiS-u, moja depresja jako taka jest konsekwencją patologii kapitalizmu w polskim wydaniu. Do tych, które wymieniłem wyżej, dopisać muszę jeszcze przemęczenie; miałem pracę, która tak mnie wyczerpywała, że bałem się zaśnięcia za kierownicą. Beznadzieja i stres wykończyły moją psychikę, zaś inflacja stała się kroplą przelewającą czarę goryczy, co omal mnie nie zabiło.

No cóż, w kapitalizmie mamy być wszak możliwie taną, a najlepiej darmową siłą roboczą, generującą zyski kapitalistów (inflacja służy m. in. temu, by wracały do nich pieniądze, jakie płacą, po i tak zaniżonych cenach, za naszą pracę, czyli udostępnienie im na określonych czas siły roboczej). To, czy zatrudnienie umożliwia nam zaspokojenie naszych potrzeb życiowych, w tym systemie społeczno-ekonomicznym nie ma najmniejszego znaczenia. Z kapitalistycznego punktu widzenia niskie płace i niestabilny byt są wręcz korzystne, gdyż sprawiają, że tym łatwiej jest pracownika wyzyskać – a właśnie z wyzysku kapitaliści czerpią swoje bogactwo. Jeśli zaś za sprawą frustrującej, narzuconej przez przymus ekonomiczny, przeplatanej okresami bezrobocia pracy, nieustannego stresu, przemęczenia i ciągłego braku kasy na koncie prędkiej czy później wielu z nas nabawi się poważnych i często śmiertelnych zaburzeń zdrowia psychicznego, na czele z depresją, to po

prostu zostaniemy przez nie ludzi system odrzuceni jako jednostki „zbędne”. Objawi się to w tym chociażby, że propaganda będzie nam wmawiała, iż sam jesteśmy winni temu, że zachorowaliśmy. Tymczasem odpowiedzialność za to ponoszą kapitalistyczni wyzyskiwacze oraz prawicowi politycy i ekonomiści.

Okrągły stół polskiej biedy

Depresja jest więc jedną ze zdrowotnych konsekwencji życia w kapitalizmie – systemie, który niszczy człowieka, sprowadzając go do roli możliwie najtańszej siły roboczej. W Polsce został on wdrożony przez prawicę postsolidarnościową (co, swoją drogą, stanowiło złamanie postanowień Okrągłego Stołu). Oto kilka przykładów...

Leszek Balcerowicz i współpracujący z nim ekonomiści zniszczyli przemysł i rolnictwo, doprowadzając miliony ludzi do bezrobocia oraz nagłej pauperyzacji (poskutkowało to licznymi samobójstwami). Pojawiły się ogromne obszary biedy, w tym dziedzicznej, m. in. na obszarach popegeerowskich. Powróciła bezdomność jako znacząca kwestia społeczna. Reformy, a raczej deformy walutowe Balcerowicza mocno uderzyły w portfele milionów Polaków, natomiast deforma emerytalna sprawiła, że osoby kończące aktywność zawodową otrzymują grosze, skutkiem czego popadają w nędzę. Stopniowo likwidowano też kolejne świadczenia społeczne, aż „socjał” sprowadzony został do postaci skarłowaciałej.

Cechą charakterystyczną rządów Donalda Tuska było ignorowanie potrzeb społeczeństwa, zwłaszcza biedniejszych jego warstw oraz obywateli mieszkających poza wielkimi ośrodkami miejskimi. Legalizacja bezpłatnych staży i dopuszczenie do plagi umów śmieciowych uderzyły w pokolenie wchodzące na rynek pracy (również ja odczułem to na własnej skórze; moja depresja prawdopodobnie miała swój początek właśnie w tamtym okresie), prowadząc do obniżenia jego dochodów i pozbawienia stabilności

życiowej. Przykładowo, zasuważąc na śmieciówce, praktycznie nie da się wziąć kredytu hipotecznego, bez którego nie kupimy mieszkania, co skazuje nas na mieszkanie kątem u rodziców/teściów/dziadków. Kiedy do Polski dotarł kryzys ekonomiczny z roku 2008, rząd Tuska „walczył” z nim, przerzucając jego koszt na biednych i średniozamożnych poprzez zamrażanie płac w budżetówce oraz Funduszu Pracy, cięcie i tak szczątkowego „socjału” (drastycznie zmniejszono m. in. zasiłek pogrzebowy, co było wręcz chamskie) oraz podwyższanie podatków pośrednich.

Jaśnie panująca prawica

Co wyczynia obecnie PiS, odczuwamy codziennie. Oprócz wspomnianej już kilkakrotnie galopującej inflacji, przypomnieć należy o ciągłych podwyżkach stóp procentowych, które doprowadzić mogą kredytobiorców do nędzy, fatalnej polityce energetycznej i w zasadzie zerowej zagranicznej – skutkujących coraz wyższymi opłatami za gaz, paliwa, elektryczność czy węgiel (którego zresztą zaczyna brakować), spadkach wynagrodzeń na skutek nieudolnych działań w okresie pandemii COVID-19 (płace cięli „przedsiębiorcy”, którzy brali pieniądze z tarcz antykryzysowych), brak walki z umowami śmieciowymi... I tak dalej. Do „standardowych” społeczno-ekonomicznych przyczyn depresji PiS-owcy dołożyli wiele nowych.

Kapitalizm sam w sobie jest wypaczeniem i system wyjątkowo szkodliwym, a wręcz zabójczym. Wysysa nasze siły, rozwała psychikę. Niezaprzeczalną winą polskiej prawicy – od Balcerowicza poprzez Tuska po Kaczyńskiego – jest wszakże to, że nie tylko wdrożyli antyludzką, neoliberalną wersję kapitalizmu, ale też ich nieudolność i/lub zła wola rodzi wiele nowych patologii, które fatalnie przekładają się na ludzkie zdrowie, w tym psychiczne, i życie.

Historia mojej depresji z przyczyn społeczno-ekonomicznych, wygenerowanych przez kapitalizm i rządy prawicy, raczej nie

jest wyjątkowa; prędzej wpisuje się w ponury standard. A raczej tragiczny – w końcu przeżyłem i staram się nagłośnić swoją sprawę, podczas gdy tysiące ludzi każdego roku umiera nad Wisłą w pełnej bólu ciszy oraz zapomnieniu. Są to ofiary kapitalizmu i prawicowych twórców jego polskiej, barbarzyńskiej wersji.

Autorstwo: Adam Magdoń

Źródło: Trybuna.info