

Andrzej Leder

Głód Narcyza czyli o uzależnieniu i ekscytacji

I

Zadziwiająca jest kariera, jaką w ostatnich czasach zrobiło pojęcie uzależnienia. Dawniej człowiek był po prostu pijakiem i nikomu nie przychodziło do głowy, żeby wytykać mu zależność. Wręcz odwrotnie, właściwie uważano, że pijak jest nadmiernie niezależny. Z niczym i nikim się nie liczy. Nie liczy się z napomnieniami proboszcza i teściowej, za nic ma oceny sąsiadów – a więc w ogóle opinię publiczną – co gorsza, czuje się niezależny od rozpaczyny żony i płaczu dzieci. Kondycję osoby nadużywającej alkoholu widziano nie poprzez jej zależność od trunku, lecz przez jej niezależność od społecznych więzi. Dzisiaj jest inaczej. Podstawowym zagadnieniem stało się to, że człowiek nie jest wolny od zależności.

Nawet rozpacz partnera nazywana jest współuzależnieniem. Ta zmiana perspektywy jest wielce znacząca i ona właściwie winna stać się przedmiotem analizy.

Obszar spraw zagarniętych przez pojęcie uzależnienia stopniowo się powiększał.

Na początku dotyczył alkoholu i narkotyków, a także leków psychotropowych. Zależność rozumiana była przede wszystkim na poziomie biologicznym: organizm uzależnionego domagał się substancji, bez której zaczynał źle funkcjonować. Jednak stopniowo pojęcie uzależnienia zaczęło nabierać sensu psychologicznego. Było to efektem zmiennego spostrzeżenia. Okazało się, że po odstawieniu nadużywanych substancji – alkoholu, heroiny czy relanium – podstawowym problemem okazywał się być nie tyle brak fizjologiczny, którego objawy w postaci różnego rodzaju „głodów” udawało się dość skutecznie usuwać za pomocą leczenia farmakologicznego, lecz brak psychiczny. Po odtruciu organizmu wyleczeni wracali do swoich domów, rodzin, środowisk i odkrywali – z przerażeniem – że wszystko jest nie tak. Że nic ich nie cieszy, zupy są zawsze za słone, dzieci niegrzeczne i męczące, a w pracy notorycznie ich nie doceniają. Że życie utraciło smak i sens.

Pierwszym efektem tej konstatacji było stworzenie różnych programów długofalowej pomocy dla osób porzucających nałóg. Pro-

gramy te opierały się na tezie mówiącej, że owa substancja, a właściwie wszystko, co się z nią wiąże, zajęło w życiu nałogowca zbyt wiele miejsca. Ze myślenie o niej, zdobywanie, rozmowy na jej temat, symbole z nią związane, relacje z ludźmi na tym oparte, tworzą specyficzną **kulturę uzależnienia**. Pi-jak najlepiej czuł się w knajpie z kolegami nie tylko dlatego, że tam pił, ale dlatego, że tam odczuwał prawdziwą przyjaźń, akceptację, wspólnotę. W domu zaś przytłaczało go poczucie pustki i bezsensu. Zaś narkoman poczucie tożsamości czerpał ze znajomości szczególnego slangu z narkotykami związanego. Po zaprzestaniu zażywania i związanej z tym utracie swego środowiska kulturowego ludzie owi przeżywali tak silne poczucie osamotnienia i braku sensu, że szybko wracali do nałogów. Logiczną konsekwencją była więc tendencja, żeby zwalczać nie tylko samą biologiczną zależność, ale całą, wyrastającą na jej podłożu, kulturę uzależnienia. W ośrodkach odwykowych, na przykład, nie wolno było nie tylko zażywać, ale też rozmawiać o danej substancji czy eksponować symboli z nią związanych.

Następnym krokiem w opisywanej karierze pojęcia uzależnienia stało się dostrzeżenie, że takie przewrotne działanie, zagarniające całe życie tego czy innego człowieka, mogą mieć nie tylko substancje upajające czy – jak się mówi w żargonie medycznym – psychoaktywne. Mogą je mieć pewne działania czy sytuacje społeczne. Na przykład hazard. Hazard nie jest żadną substancją, jest ludzką aktywnością. A jednak wywołuje zachowania i przeżycia bardzo bliskie tym, które wiążą się z używaniem i nadużywaniem alkoholu lub narkotyków. Hazardzista musi grać, jeśli nie gra, to czegoś mu brakuje; wszystko inne wydaje mu się puste, nijakie, bezsensowne. Z zamilowaniem kolekcjonuje karty, kości czy historie o wyścigach konnych, potrafi godzinami o nich mówić, zapominając o całej reszcie świata.

Uznano więc, że istnieje uzależnienie od hazardu. Potem już coraz więcej sytuacji pokazywało swoje uzależniające oblicze. Uzależnienie od słodczy. Uzależnienie od seksu. Od akceptacji. Od sukcesu. Od telewizji. Od konkretnych programów telewizyjnych. Od Internetu. Od gier komputerowych. Od wysyłania esemesów. Od zakupów. Od miłości.

Od miłości. No właśnie. Czy potrzeba miłości jest uzależnieniem? Na pewno jest jakąś zależnością. Ale czy jest uzależnieniem? Jest coś zastanawiającego, a może jeszcze bardziej – coś przejmująco smutnego w zdaniu: „Jestem uzależniony od miłości”. Albo: „Uzależniona”. To tak, jakby ktoś mówił, że jest uzależniony od oddychania.

II

Wygląda na to, że w kwestii uzależnienia dokonano się swoiste pomieszczenie pojęć. Na czym ono polega? Można powiedzieć, że splotły się ze sobą dwie zupełnie różne opowieści. Bowiem historia, którą opowiedzieliśmy przed chwilą, a więc historia rozwoju pewnej stosunkowo wąskiej dziedziny życia, kwestii leczenia z nałogów, nałożyła się na inną historię, historię ogarniającą fundamenty naszej kultury. Jest to historia uwalniania się od wszelkich więzi, historia emancypacji, która prowadzi do skutków paradoksalnych i zaprzeczających pierwotnej, wolnościowej intencji. Ta historia doprowadziła do wyłonienia się w wielu krajach Zachodu szczególnej kultury, w której podano w wątpliwość wagę wszystkiego, co wiąże i ogranicza pojedynczego człowieka.

Już w latach sześćdziesiątych ubiegłego wieku Octavio Paz połączył ten proces ze zmianą dominujących w naszym kręgu kulturowym nałogów. Zastanawiało go, dlaczego właściwie ni z tego, ni z owego pocziwe pijaństwo gwałtownie zaczęło być wypierane przez używanie narkotyków. I doszedł do wniosku, że człowiek wstrzykujący sobie

heroinę czy zażywający LSD chce być sam – sam ze sobą, sam ze swoimi fantazmatami i snami. Zaś pijący alkohol chcą być razem, chcą – pozornej często – bliskości i przyjaźni. Opilstwo jest nałogiem z istoty wspólnotowym, zażywanie narkotyków – samotniczym.

To prorocze spostrzeżenie Octavio Pa-za pokazywało niebezpieczny kierunek, w którym poszła ewolucja kultury mieszczańskiej, tak pięknie zapoczątkowana w XIX w. uwolnieniem się z feudalnych więzów. Pozbycie się w ogniu Rewolucji Francuskiej ograniczeń wyznaczanych przez stan i urodzenie nasunęło myśl, że można uwolnić się od wszelkich ograniczeń. A w każdym razie – i być może ta myśl była groźniejsza – że ograniczenia z istoty są czymś niesprawiedliwym i krzywdzącym. Że jeżeli już musimy je znosić, to jest w tym coś złego, za co należy nam się zadośćuczynienie.

Myśl, że wszelkie ograniczenie jest krzywdzące, łatwo może ześlizgnąć się w wojownicze kwestionowanie każdej formy trwałego związku ze światem zewnętrznym. Światem różnym od tego, co uważa się za samego siebie. Człowiek w każdej sekundzie powinien panować nad swoim życiem. Jeśli tak, to jakkolwiek trwająca relacja traktowana być musi jako coś narzuconego arbitralnie i niesprawiedliwego, bo ogranicza owo panowanie. Na przykład związek z partnerem. Dlaczego miałby trwać, jeśli uczucie wygasło? Kto ma prawo zmusić mnie, żebym żył (żyła) z kimś, kogo nie kocham? Żebym uprawiał (uprawiała) seks z kimś, kto mnie nie pociąga? Kto zestarzał się, jego skóra jest szorstka, a twarz pomarszczona? Nie ma takiego prawa! To kwestionowanie zależności i związku prowadzi również dalej, do niepokojącej idei, że w poważnym sensie nic w zewnętrznym świecie nie może być źródłem jakichkolwiek trwałych zobowiązań i norm, czyli że w pewnym sensie tego świata nie ma. To znaczy oczywiście jest, ale równie „poważnie” traktowany jak obrazy na telewizyjnym ekranie. Owa

idea, opisana przez Christophera Lasha jako współczesna kultura narcyzmu, wieńczy więc ową drugą historię, którą tutaj opowiadamy. W tej kulturze za naprawdę istniejące uważa się właściwie tylko swoje Ja i to na dodatek sprowadzone do własnej cielesności. Ja zamknięte w granicach własnej skóry.

Sprowadzenie wszystkiego, co ważne, do cielesności wywołuje jeszcze jeden efekt – medykalicację kultury współczesnej. Zakwestionowanie dawnych sposobów wartościowania, chroniących wspólnotę i więzi, zmusiło do poszukiwania jakiegoś sposobu oceniania, który opierałby się na tym, co przeżywane jest jako naprawdę ważne. A co jest ważne w kulturze narcyzmu? Ciało jest ważne! Moje ciało! I jego zdrowie ważne! Więc cnotą stało się to, co zdrowiu służy, zaś grzechem – to, co niezdrowe. Ostrzeżenia na paczkach papierosów sprzedawanych w krajach Unii Europejskiej brzmią jak upomnienia moralne, które dawniej człowiek spotykał nad portalami kościołów. Uzależnienie jest chorobą, ale jako choroba nie jest tylko kwestią medyczną, jest kwestią moralną. Być uzależnionym od czegośkolwiek, to być człowiekiem słabym, nie potrafiącym czcić świętości na ołtarzu swoich organów. Zależność jest winą, z której trzeba się spowiadać i od której trzeba uciekać.

Zresztą z tym też jest problem. Jeśli coś we własnym Ja ogranicza potrzebę wszechmocy, staje się obce i wrogie. Uszy odstają? Ciach! – ucinamy je. Biust za mały – silikonujemy. To samo z penisem. Własne uczucia przeszkadzają w życiu? Wystarczy mała tabletką dwa razy dziennie i nie czuje się już uczuć.

Dodać trzeba, że są kraje, w których owa hipernowoczesna kultura narcyzmu miesza się z tradycyjną, agrarną w swych korzeniach, kulturą wspólnoty. Ich zderzenie wywołuje wtedy często ponurą reakcją tradycyjną, która stara się zwalczać jedną skrajność powrotem do drugiej. Próbuje

wprząc osamotnionych i zagubionych ludzi w chomąto aberracyjnych, feudalnych zakazów i nakazów, które nie znajdując oparcia w sercach stają się pożywką dla specyficznego dla takich społeczeństw zjawiska – kultury obłudy. Polska należy do takich krajów.

III

Wracając do naszych historii. Kiedy z jednej strony pojęcie uzależnienia – wyrastające z wyspecjalizowanej dziedziny, jaką jest leczenie nałogowców – zaczęło obejmować swym zakresem coraz więcej dziedzin życia, a z drugiej wszelka zależność zaczęła być postrzegana jako szkodliwa, krzywdząca i moralnie podejrzana, pojawiły się warunki, żeby takie dziwaczne stwierdzenia jak „zależność od miłości” mogły być wypowiedane. Wielki proces wylaniania się kultury narcyzmu jak gdyby pożarł cały obszar pojęć i zachowań, które w swych pierwotnych intencjach miały pomóc ludziom lepiej wiązać się z ludźmi. Bo, pamiętajmy, z nałogami walczyło się kiedyś po to, żeby ludzie potrafili lepiej ze sobą żyć. Żeby ojciec był ojcem, a matka – matką. Kultura narcyzmu zżarła zresztą w taki sposób wiele pojęć i kategorii wypracowanych wcześniej przez tradycję liberalną. Ale to inna historia.

Oto więc ludzie opanowani przez pragnienie uwolnienia się od wszelkich więzów zaczęli sięgać po żargon i praktyki terapeutyczne, żeby radzić sobie z uczuciowymi konsekwencjami pustki, w którą wepchnęło ich właśnie pragnienie uwolnienia się od wszelkich więzów. Podstępne, czyż nie? Znakomicie, choć nieco przejąskrawiając, pisze o tym Michel Houellebecq.

Rozwińmy tę konstatację. Dlaczego właściwie mielibyśmy uważać, że pragnienie uwolnienia się od wszelkich więzów pcha w uzależnienia? Żeby to wyjaśnić, musimy zacząć trzecią opowieść.

Psychoanalicycy uważają, że tak jak XX stulecie wydaje się być wiekiem narcy-

zmu, tak XIX było wiekiem hysterii. Na czym właściwie polega ta różnica? Histeria sprzed 150 lat przejawiała się niezrozumiałymi objawami cielesnymi: drgawkami, mdleniem, paralizami, które – jak pisał Zygmunt Freud – kpią sobie z anatomii, ślepotą raz się pojawiającą, raz znikającą. Podejrzewano, że owe objawy zastępowały upragnioną swobodę popędów zakazaną przez potężne i uwewnętrznione normy społeczne. W człowieku odbywała się walka pomiędzy jego pragnieniami a więzami, które narzucało mu społeczeństwo, a „luki historyczne” były paradoksalnym przejawem tej walki. Histeria była objawem niemożliwego do zrealizowania dążenia do wyemancypowania się z więzi.

Symptomy narcyzmu mają zupełnie inny charakter. Objawiają się przede wszystkim wzlotami i upadkami nastroju. Raz pławie się w ekstazie, czuję się jak Bóg, gonie od jednej ekscytacji do drugiej, by po chwili runąć w otchłań zwątpienia, lęku i pustki.

Depresyjnej pustki. Narcyzm ujawnia chęć osiągnięcia boskiego statusu, statusu istoty, która nie zależy od nikogo i niczego. Dla jasności powiedzmy od razu, statusu dla nas – ludzi – nieosiągalnego. Dlatego z czasem wzlotów jest coraz mniej, a pustki, lęku przed pustką i wściekłości z tego powodu coraz więcej.

Co więc robi człowiek, który nie chce zależeć od nikogo, a jednocześnie chce przeżywać silnie, na tyle silnie, żeby zagłuszyć wspomniane nieprzyjemne doznania? Szuka takich źródeł ekscytacji, które są mocne, krótkotrwałe, a jednocześnie nad którymi może zachować kontrolę. Im mniej spraw ważnych, dziejących się w świecie zewnętrznym, wiąże człowieka, tym trudniej doświadcza on silnych przeżyć i tym bardziej zmuszony jest szukać szybko sprokurowanego podniecenia. Tego rodzaju ekscytacja najczęściej wiąże się albo z substancją, którą można kupić i samemu sobie dawkować, albo z gwałtownym seksem, źródłem natychmiastowej

rozkoszy, albo wreszcie z silnym „kopem adrenaliny” związanym z ryzykiem.

Pierwsze pcha do zażywania substancji psychoaktywnych – od tradycyjnego alkoholu po różne nowoczesne mikstury. Drugie – w stronę eksplorowania coraz to nowych doznań seksualnych, tak jednak, by nigdy nie wiązały się z uczuciowym przywiązaniem. Trzecie – w stronę różnych ryzykownych zabaw. Te zabawy niekiedy mogą być bardziej, innym razem mniej konstruktywne. Czasem zaś – zupełnie destrukcyjne. Zaczynając więc od pracoholizmu, który trzeba uznać za konstruktywny, bo – bądź co bądź – jest fundamentem cywilizacji, w której żyjemy, przez grę na giełdzie, hazard, różne sporty ekstremalne, aż po nielegalne walki psów i bitwy kibiców, w których ekscytujący jest po prostu widok tryskającej krwi.

Oczywiście ekscytację można łączyć. Przykładem popularne i dość niewinne kochanie się po trawce. Ale też bujnie rozkwitająca w Internecie – i nie tylko – kultura bdsm, czyli *bondage and sado-masochism*, która wzmacnia podniecenie seksualne przeżywaniem agresji lub upokorzenia. Albo skakanie na spadochronie po sześciu wódkach. Coraz więcej ekscytacji.

Problemem w tym wszystkim jest nie tyle to, że człowiek popija albo lubi być chłostany, lecz że w miarę jak dąży do uwolnienia się od wszystkiego, co go ogranicza, w miarę jak próbuje stać się naprawdę niezależnym – owe doznania stają się jedynym źródłem mocnych przeżyć. A co to znaczy? To znaczy, że uzależnia się od nich. Jeśli ich nie ma, przeżywa nudę, pustkę i lęk. W taki to sposób doświadczą tego, że nie można być dla siebie jedynymi źródłami wszystkiego. Tylko że w żaden sposób nie chce przyjąć tego do wiadomości. Jeśliby przyjął, musiałby zaprzeczyć idei swojej własnej, absolutnej wolności, idei niezależności od wszelkich ograniczeń, idei bezkompromisowej podmiotowości. Więc raczej będzie traktował nudę, pustkę i lęk ja-

ko nieprzyjemne objawy chorobowe niż jako dzwon alarmowy, który chce zasygnalizować mu coś ważnego.

I wtedy idzie do specjalisty.

IV

Jeżeli specjalistą jest psychiatra, to postępuje zgodnie ze wskazówkami nauk biologicznych. Zaś neurochemicy zajmujący się biologią mózgu twierdzą, że poczucie sensu, a także związane z nim poczucie szczęścia czy dobrostanu, zależne jest od odpowiedniego stężenia określonych substancji chemicznych w ośrodkowym układzie nerwowym. Jeśli poziom serotoniny w synapsach jest odpowiedni, to człowiek postrzega świat jako sensowny. Jeśli wydzielają mu się na dodatek endorfiny, pokrewne morfinie uzyskiwanej z maku, to czuje się zadowolony, jeśli nie szczęśliwy. Wszystko więc zależy od tego, co się tam komu w głowie wydziela.

Oczywiście nie można powiedzieć, że ta opinia jest nieprawdziwa. Jest prawdziwa. Problem w tym, że jest niewystarczająca. Mówi o życiowej pustce i jej wypełnianiu mniej więcej tyle, ile wiedza na temat budowy włókien grafitowych, z których robi się tenisowe rakiety, mówi o grze w tenisa. Zaś autorytet przyrodoznawstwa jako jedyne źródła prawdy powoduje, że tę odpowiedź powszechnie uważa się za ostateczne wyjaśnienie problemu. Kultura masowa rozpowszechnia wiedzę o chemii mózgu, pozostawiając ludzi z wyjaśnieniem, które nie mówi im nic o ich życiu.

W gruncie rzeczy opinia owa doskonale odpowiada oczekiwaniom wyrastającym z kultury narcyzmu. Zgodnie z nią człowiek może sobie bowiem powiedzieć: moim problemem są moje substancje chemiczne w głowie, wystarczy, że poprawi się ich metabolizm i znowu będę działał doskonale. Nieważne stają się cele i przyczyny zdarzeń, traci znaczenie historia i doświadczenie, nastawienia wobec

świata i ludzi. Wystarczy pomajstrować przy różnych biogennych aminach i wszystkie problemy – którym nauki społeczne, nie mówiąc o literatach, poświęcały i poświęcają tak wiele uwagi i zadrukowanych stron – znikają.

Psychiatra podaje więc lekarstwo, które podwyższa poziom czegoś tam w jakichś synapsach, i sprawa na pewien czas znika. Nie od rzeczy jest jednak pytanie, dlaczego właściwie o tyle lepsze miałyby być podnoszenie sobie nastroju za pomocą substancji chemicznych zapisanych przez psychiatrę od podnoszenia substancjami dostarczonymi przez dealera? Że te pierwsze zdrowsze? I na dodatek refundowane przez system ubezpieczeń społecznych? Czy taki argument wystarczy?

Wydawałoby się, że nie ma wyjścia z tego błędnego koła. Im bardziej ludzie chcą się czuć niezależni, tym bardziej brak im czegoś, co nadałoby sens ich życiu, a więc poszukują ekscytacji i ożywają się za pomocą różnych środków, od których się uzależniają. Specjaliści zaś piętnują uzależnienia i proponują terapię pozwalające odzyskać poczucie niezależności, które jednak naraża pacjentów na przeżywanie pustki, i tak dalej, *da capo*... Pozostaje uzależnienie od terapii albo od le-

ków psychotropowych, których to zależności niezależni też boją się jak ognia, ale często są na nie skazani.

Może dlatego niektóre nurty terapeutyczne, takie jak AA, przypominają w swoich „dziesięciu krokach” o tym, że ostatecznie człowiek nie zależy od samego siebie. Robią to jednak często w sposób smutny, nasuwający myśl, że w gruncie rzeczy ta konieczna zależność jest przekleństwem. Wpisują się więc w tradycję, która wszelkie ograniczenie traktuje jako krzywdę i niesprawiedliwość. Dopust, krzyż, który trzeba dźwigać.

Cicho brzmi głos tych, którzy jak Emanuel Levinas wierzą, że to więź jest istotą człowieka. Że wcale nie musi być przeżywana jak kajdany, które albo nieuchronnie ciążyą, albo prowokują do tego, żeby się ich pozbyć. Że jest darem, który pozwala poczuć to, że Ja zaczyna się w Innym. Zagłuszany przez zgiełk wojny, toczonej przez kulturę narcyzmu i kulturę obłudy, ten głos jest prawie nieuchwytny. Usłyszenie go wymaga wysiłku. Przede wszystkim wysiłku myśli. Ale to również zupełnie inna historia. ●

„Polityka” 2006 nr 25
Dodatek: „Niezbędnik inteligenta”