

AGNIESZKA BIEGALSKA

Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie
Wydział Humanistyczny

O lęku – kilka zamyśleń

On Anxiety – a Few Thoughts

Leżałam na łące i aż do szpiku kości
przeniknął mnie niezmacony spokój,
który stopił mnie w jedno
z pasącymi się zwierzętami, nieruchomą zielenią,
przeptywającymi chmurami i nurkującymi w powietrzu ptakami.

Alice James¹

I. LĘK – OD MEDYCyny DO FILOZOFII

W dyskursie o lęku jako pierwsza głos zabiera współczesna psychiatria, która wypracowała dwa opisy zjawiska „lęk”. Pierwszy, sporządzony przez Amerykańskie Towarzystwo Psychiatryczne w 1994 roku, tzw. DSM-IV, został zaprezentowany w pracy *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. Drugi natomiast, tzw. ICD-10, *International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems*, opracowany przez WHO, obowiązuje w Polsce od 1996 roku. W obu przypadkach nie odnajdujemy konkretnej definicji lęku, a raczej opis zaburzeń lękowych, tj. fobii, napadów paniki, obsesji czy lęku uogólnionego GAD (*generalized anxiety disorder*)². W ICD-10 F, w podrozdziale *Zaburzenia nerwicowe, związane ze stresem i pod postacią somatyczną* (F40-F48), znajduje się natomiast opis zaburzeń lękowych w postaci fobii, gdzie

¹ A. James, *Na chwile wytchnienia*, tłum. R. i P. Stencel, B. Śliwińska, M. Wilk, New York–Watford UK, 2001, s. 13.

² *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder. DSM-IV*, American Psychiatric Association, Washington, DC 1994, s. 393nn. Tłumaczenie polskie *DSM-IV* zob. *Kryteria diagnostyczne według DSM-IV-TR*, red. J. Wciórka, Wrocław 2000, s. 167nn.

lęk wywołany jest tylko lub przede wszystkim przez pewne określone sytuacje, które w rzeczywistości nie są groźne. W następstwie tego pacjent w charakterystyczny sposób unika tych sytuacji, a zetknięty się z nimi odczuwa przerażenie. Obawy pacjenta mogą koncentrować się na pojedynczych doznaniach, takich jak kołatanie serca lub uczucie omdlewania. Często są one powiązane z lękiem przed śmiercią, utratą kontroli nad postępowaniem czy przed chorobą psychiczną. Sama myśl o znalezieniu się w sytuacji fobicznej powoduje zazwyczaj wystąpienie lęku antycypacyjnego

oraz innych zaburzeń lękowych, gdzie

głównym objawem tych zaburzeń jest lęk, który nie ogranicza się do żadnej określonej sytuacji. Występować mogą również objawy depresyjne i natręctwa, a nawet niektóre elementy lęku fobicznego, są one jednak wyraźnie wtórne lub mniej nasilone³.

Z psychologicznego punktu widzenia lęk jest zaburzeniem w obszarze emocji, występującym obok zaburzeń nastroju. Zaburzenia lękowe są więc stanem patologicznym, który przejawia się jako „odczucie silnego lęku nieadekwatnego do rzeczywistego zagrożenia”⁴.

Pełen obraz fenomenu lęku przynosi eksplikacja psychiatry Adama Bilikiewicza, który w opisie tego stanu wskazuje na to, że

strach i lęk są emocjami, które bywają przeżywane przez ludzi w pełni zdrowych. Na przykład lęk na myśl o decydującym egzaminie, zwłaszcza jeżeli nie jesteśmy do niego przygotowani zbyt dobrze, i strach na widok samochodu, który nagle zajeżdża nam drogę. Strach występuje przede wszystkim w sytuacjach bezpośredniego zagrożenia. Lęk natomiast jest przeżywany wobec sytuacji ocenianych jako bolesne, groźne lub przykre, ale które dopiero mogą lub mają wystąpić. W części przypadków lęk, w odróżnieniu od strachu, nie wiąże się z żadną uchwytną przyczyną. Lęk (rzadziej strach) jest niejednokrotnie wyrazem reakcji chorobowej stanowiącej objaw psychopatologiczny⁵.

Lęk jako stan chorobowy nie wydaje się interesujący z punktu widzenia filozoficznych rozważań, stanowi bowiem przedmiot zainteresowania psychiatrii. Interesujący jest zdrowy lęk czy też po prostu strach, ponieważ wszyscy się czegoś boimy. Gdzie tkwi źródło naszych lęków? Wydaje się, że odpowiedzi dostarcza lektura prac Antoniego Kępińskiego. W opinii Kępińskiego,

³ ICD-10 Międzynarodowa Statystyczna Klasyfikacja Chorób i Problemów Zdrowotnych, t. 1, Światowa Organizacja Zdrowia 2009, Centrum Systemów Informacyjnych Ochrony Zdrowia 2012, s. 225-226.

⁴ *Psychologia. Podręcznik akademicki*, red. J. Strelau, D. Doliński, Gdańsk 2008, s. 516. Zob. E.J. Bourne, *Lęk i fobia. Praktyczny podręcznik dla osób z zaburzeniami lękowymi*, Kraków 2011, s. 6.

⁵ *Psychiatria. Podręcznik dla studentów medycyny*, red. A. Bilikiewicz, W. Strzyżewski, Warszawa 1992, s. 72.

świat ożywiony składa się więc jakby z dwóch warstw: wewnętrznej – jądra życia, którym jest metabolizm energetyczny i spełnienie dwóch praw biologicznych [zachowanie własnego życia i zachowanie gatunku – A.B.], i warstwy zewnętrznej – metabolizmu informacyjnego, stwarzającego wokół jądra życia sferę symboli, a więc sferę w jakimś sensie duchową. Interesujące jest to, że ewolucja życia i wysiłek z nią związany koncentruje się nie tylko na spełnieniu dwóch praw biologicznych, lecz także na rozwoju sfery symbolicznej⁶.

Paralelne ustalenia znajdujemy na gruncie filozofii Romana Ingardena, który pisze, że

na skraju dwu światów: jednego, z którego wyrasta i który przerasta największym wysiłkiem swego ducha, i drugiego, do którego się zbliża w najcenniejszych swych wytworach, stoi człowiek, w żadnym z nich naprawdę nie będąc w domu⁷.

I właśnie na styku Kępińskiego wewnętrznego i zewnętrznego oraz Ingardenowskich dwóch światów rodzi się lęk czy, jak pisze Kępiński, doświadczenie lęku. Okazuje się bowiem, że ta nowa rzeczywistość odkrywa przed nami „obce moce”; obce jeszcze bardziej (bo bardziej nas przerastające) niż te, które spotkałliśmy w rzeczywistości fizycznej.

To doświadczenie lęku wpisane w pęknięcie ludzkiego bytu, pęknięcie przebiegające zarówno na zewnątrz, jak i od wewnątrz, jest tym zdrowym lękiem, tą właściwą emocją, która jest doskonale znana każdemu człowiekowi. Pozostaje jeszcze postawić pytanie: Czy można określić ten lęk, ukazać i nazwać to, czego się boimy? Wydaje się, że odpowiedź odnajdujemy już u Epikura, który wskazał cztery główne obszary ludzkich lęków: lęk przed niemożliwością osiągnięcia szczęścia, przed cierpieniem, śmiercią i bogami. Tak jak ponad dwadzieścia wieków temu Epikur, tak Kępiński wskazał na tę samą sumę lęków, pisząc:

Wydaje się słuszne rozbić przeżyć lękowych pod względem genetycznym na cztery grupy: lęk biologiczny, lęk społeczny, lęk moralny i lęk dezintegracyjny. Wszystkie cztery rodzaje lęku można sprowadzić do lęku zasadniczego, mianowicie lęku przed śmiercią. Śmierć bowiem jest tym ostatecznym zagrożeniem żywej istoty, która wyzwała sygnał alarmowy w postaci lęku⁸.

W myśl Kępińskiego wpisują się rozważania Zygmunta Baumana, który wskazuje na śmierć jako „empiryczny i epistemologiczny fundament idei niepowtarzalności”, śmierć jako koniec świata, którego nie można ponownie wskrzesić⁹. W tym ujęciu śmierć jawi się jako suma wszystkich ludzkich strachów.

⁶ A. Kępiński, *Lęk*, Warszawa 1987, s. 53.

⁷ R. Ingarden, *Książeczka o człowieku*, Kraków 1999, s. 38.

⁸ A. Kępiński, *Lęk*, dz. cyt., s. 247.

⁹ Z. Bauman, *Płynny lęk*, tłum. J. Margański, Kraków 2008, s. 281.

II. LĘK PRZED ŚMIERCIĄ

Lęk przed śmiercią, jak już wiele wieków temu zauważył Epikur, bezpośrednio wiąże się z lękiem przed bogami. Jeśli bowiem wraz z końcem życia kończy się istnienie ludzkiej duszy, to należy bać się śmierci. Jeśli jednak bogowie istnieją, ludzki lęk wydaje się uzasadniony.

Spójrzmy na fragment dialogu Zeusa z Herą z *Iliady* Homera.

Na to jej tak odpowiedział Dzeus, co obłoki gromadzi:
 „Ty podejrzewasz coś wiecznie, nieszczęsna, choć nic nie ukrywam,
 ale niczego nie zdołasz w ten sposób wyjednać, a tylko
 duszy mej obca się staniesz. To będzie gorsze dla ciebie.
 Choćby to nawet się stało, postanowienia nie zmienię.
 Siedz więc spokojnie i moich poleceń z pokorą wysłuchaj.
 Pomóc by ci nie zdołali wszyscy bogowie Olimpu,
 jeśli podejdziesz i groźną rękę na ciebie podniosę”.
 Tak powiedział. Dostojna, o oczach ogromnych Hera
 złękła się, cicho usiadła i ujarzmiła swe serce.
 Smutek ogarnął Niebiańskich Bogów w domostwie Dzeusowym¹⁰.

Okazuje się, że bogowie bogów się boją. Cóż więc począć miał człowiek? Kapryśność, zmienność, nieprzewidywalność i nieprzejednanie greckich bóstw wyznaczały nieprzekraczalny horyzont myślenia o lęku. Zmianę tego obrazu w kulturze zachodniej przyniosło chrześcijaństwo.

Adekwatne wydaje się w tym miejscu odwołanie do księgi Starego Testamentu, powstałej na przełomie III i II wieku p.n.e., której autorem jest Jozue ben Sirach, zwanej Mądrością Syracha. Już w pierwszych wersetach księgi czytamy: „Jest Jeden mądry, co bardzo lękiem przejmuje, siedzący na swym tronie” (Syr 1,8). Starotestamentowy obraz Boga Sędziego – karzącego, surowego, często nieprzejednanego, który z wysokości niebieskiego tronu feruje wyroki, bez wątpienia napawa lękiem. Jednak całość księgi wieńczy słowa: „Ten, kto boi się Pana, niczego lękać się nie będzie ani obawiać, albowiem On sam jest jego nadzieją” (Syr 34,14). Syrach wskazuje tutaj na bojaźń Bożą, o której Teresa z Ávila pisze w następujący sposób:

Na miłość Boga proszę was, córki, pamiętajcie często, jak ciężką rzeczą jest obraza Boża. Starajcie się jak najgłębiej przeniknąć się tą prawdą; i ustawicznie mieć ją w myślach waszych, aby się w sercach waszych zakorzeniła prawdziwa, święta bojaźń Boża. Dopóki dusza nie czuje w sobie tej bojaźni mocno ugruntowanej, potrzeba jej chodzić z wielką bacznością i unikać wszelkich okazji i towarzystw, które by jej nie dopomagały do złączenia się z Bogiem. Musi się starać usilnie we wszystkim co czyni o pokonywanie własnej woli¹¹.

¹⁰ Homer, *Iliada*, tłum. K. Jeżewska, Pieśń I, wersy 560-568, Warszawa 2005.

¹¹ Teresa od Jezusa, *Droga doskonałości*, 41, 4, <http://www.karmel.pl> [dostęp: 1.05.2015].

W *Twierdzy wewnętrznej* Teresa wyjaśnia, że „bojaźń Boża; ta zawsze jest dobra i zawsze ją mieć powinniśmy, abyśmy zawsze czuwały, jak Pan przykazał i w niczym nie ufały samym sobie”¹². Dziwić może fakt, że to lęk ma uwolnić człowieka od lęku. Nie mamy jednak tutaj do czynienia z błędem logicznym. Otóż lęk w postaci bojaźni Bożej to nic innego jak zgoda na realizację woli Boga, bo jak głosi Księga Psalmów: „Chociażbym chodził ciemną doliną, zła się nie ulęknę, bo Ty jesteś ze mną” (Ps 23,4). Przyjście Jezusa Chrystusa staje się wcieleniem słów z Księgi Izajasza: „Nie lękaj się, bo Ja jestem z tobą; nie trwóż się, bom Ja twoim Bogiem” (Iz 41,10). Czy jednak ludzie wierzący są wolni od lęku?

To, co nieznanne budzi zwykle w człowieku jednocześnie lęk i zaciekawienie. Tym bardziej, jeśli nieuchronnie dotyczy jego losu. Trudno się więc dziwić, że ludzkiemu myśleniu o śmierci i o tym, co po niej ma nastąpić, to dwa uczucia towarzyszą w wielkim natężeniu. Dotyczy to także [...] wierzących¹³.

Co ciekawe, okazuje się, że wierzący boją się śmierci nawet wówczas, gdy stają w obliczu Bożej obietnicy:

I usłyszałem donośny głos mówiący od tronu: „Oto przybytek Boga z ludźmi: i zamieszka wraz z nimi, i będą oni Jego ludem, a On będzie «BOGIEM Z NIMI». I otrze z ich oczu wszelką łzę, a śmierci już odtąd nie będzie. Ani żałoby, ni krzyku, ni trudu już [odtąd] nie będzie, bo pierwsze rzeczy przeminęły” (Ap 21, 3-4).

I to samo zapewnienie, pozbawione apokaliptycznego tonu, a skierowane bardziej bezpośrednio do konkretnego człowieka – do łotra: „Zaprawdę, powiadam ci: Dziś ze Mną będziesz w raju” (Łk 23,43). Skąd więc w osobach wierzących lęk przed śmiercią? „Największą chyba jednak niewiadomą jest s p o s ó b, w jaki dokona się nasze przejście do nowej rzeczywistości”¹⁴. Ten sposób to sąd Boży, który jest tajemnicą, a ta właśnie tajemniczość ostatecznego rozstrzygnięcia napawa nas lękiem. Słusznie spostrzega Grzegorz Strzelczyk, że problem może tkwić w języku. Otóż „greckie słowo *krinein* – «sądzić», może znaczyć też «decydować», «rozdzielać». Nam sądenie kojarzy się przede wszystkim ze skazywaniem. W biblijnych obrazach chodzi jednak bardziej o rozdzielanie i różnicowanie niż skazywanie”¹⁵. Ostatecznie więc sąd ma oznaczać oczyszczenie człowieka ze wszystkich grzechów i jego skutków oraz zgładzenie całego zła świata.

Cóż więc czynić, by się nie lękać? Pozostaje przywołać św. Teresę z Ávila: *Solo Dios basta!*

*

¹² Tamże, *Twierdza wewnętrzna*, VI, 8, 8, <http://www.karmel.pl> [dostęp: 1.05.2015].

¹³ G. Strzelczyk, *Jedyna nadzieja w... Bożym sądzie*, <http://strzelczyk.edu.pl> [dostęp: 7.02.2015].

¹⁴ Tamże.

¹⁵ Tamże.

Oczywiście lęk przed śmiercią towarzyszy także ludziom niereligijnym. Stajemy tutaj wobec trudności związanej z realizacją nadziei na ocalenie, bez odwołania do ratującej mocy sił nadprzyrodzonych. Na trudność tego ujęcia wskazują liczne filozofie pesymizmu, np. Martina Heideggera, Karla Jaspersa, Jeana-Paula Sartre'a czy Arthura Schopenhauera. Człowiek z konieczności wrzucony w świat i poddany jego determinantom musi poszukiwać ratunku dla swego człowieczeństwa w samym sobie. Parafrazując Teresę z Ávila, można powiedzieć: *Solo Hombre basta!*

W tych dociekaniach fundamentalna wydaje się kategoria „samoświadomości”. Byt ludzki musi być bytem świadomym swego własnego istnienia. Martin Heidegger w *Byciu i czasie* jednoznacznie wskazuje, że „bycie, o które owemu bytowi w jego byciu chodzi, jest zawsze moje”, „to zawsze ja jestem tym bytem”¹⁶. Dlatego mogę powiedzieć o samym sobie: „Ja jestem”. Na szczególny charakter własnej świadomości bytu zwraca uwagę również Jean-Paul Sartre¹⁷. W filozofiach pesymizmu samoświadomość wydaje się najcenniejsza dla człowieka. To ona pozwala nam uzmysłwić sobie nędzę własnego położenia. Człowiek jednak, tak głęboko świadomy własnej znikomości, by ostatecznie nie poddać się rozpacz, rozbudza w sobie pragnienie nadziei – nadziei na ocalenie. Czy może ona zostać zaspokojona?

Bardzo interesujący projekt ocalenia człowieczeństwa spotykamy u Arthura Schopenhauera – najbardziej totalnego woluntarysty w historii filozofii. Schopenhauer zaprasza nas do świata, który jest królestwem niewolnej woli. Ten świat jawi się jako świat bez wiary, oczekiwania i ufności, bez ratunku i ocalenia, bez szans na zbawienie. Okazuje się, że w tym projekcie wyłania się możliwość ocalenia naszego człowieczeństwa. Jest nią zupełna negacja własnej „woli życia”. Wprawdzie nie wpłynie ona na zmianę stanu świata (tego nic nie uratuje), ale może wpłynąć na nasze człowieczeństwo. Należy podkreślić, że tylko „może”, ponieważ negacja woli życia, która jest przecież fundamentalna dla człowieka – człowiek chce trwać – jest możliwa do osiągnięcia tylko przez świętych. Jan Garewicz zauważa: „wszelkie bowiem dążenie, nawet dążenie do spokoju i niebytu, jest z natury swej występne”¹⁸.

Czy jednak na gruncie myśli Schopenhauera odnajdujemy taką nadzieję, która zniesie ludzki lęk przed śmiercią? Patrząc z perspektywy tego jednego świętego, któremu się udało, odpowiedź brzmi „tak”, a z punktu widzenia całego legionu istnień ludzkich – niestety „nie”. „Życie nasze, jak gdyby los do nędzy naszego istnienia chciał jeszcze dodać drwinę, musi obejmować wszystkie bóle

¹⁶ M. Heidegger, *Bycie i czas*, tłum. B. Baran, Warszawa 1994, s. 59, 445.

¹⁷ Zob. J.-P. Sartre, *Byt i nicność. Zarys ontologii fenomenologicznej*, tłum. J. Kiełbasa, Warszawa 2007.

¹⁸ J. Garewicz, *Schopenhauer, czyli wolność bez wyboru*, w: *Antynomie wolności. Z dziejów filozofii wolności*, red. M. Drużkowski, K. Sokół, Warszawa 1966, s. 306.

obecne w tragedii, a nie możemy nawet zachować przy tym godności, jaką mają postacie tragiczne, lecz nieustannie jesteśmy na całej palecie życiowych drobiazgów niedorzecznymi postaciami farsowymi”¹⁹. Oczywiście nic nas nie zwalnia od moralnego obowiązku podjęcia walki o ocalenie własnego człowieczeństwa. Cóż więc czynić, by się nie lękać? Walczyć!

Warto w tym miejscu podkreślić, że historia myśli zachodniej obserwuje również takie projekty, w których poczucie nieuchronności śmierci zostaje zawieszono. Jak wskazuje Zygmunt Bauman, „śmierć, tak jak wszystko inne w płynnowoczesnym życiu, staje się czymś tymczasowym i do odwołania”²⁰. Podobne konstatacje odnajdujemy w koncepcji karnawalizacji Michaiła Bachtina, gdzie bardzo długie okresy powagi (czasu zwykłego) przeplata odświętny czas karnawału (czas zabawy). Karnawał stanowi remedium na zwykły czas; jest on czasem „zawieszenia poczucia nieuchronności śmierci, o której zwykły czas – jej namiestnik – stale przypominał”²¹. W okresach karnawału odzyskujemy poczucie wolności, rodzi się braterstwo. Budząca wcześniej niepokój kategoria niepewności i przygodności życia nabiera sensu, staje się wartością. „W świecie nie stało się jeszcze nic rozstrzygającego, ostatnie słowo świata i o świecie jeszcze nie zostało wypowiedziane, świat nadal ma drogę otwartą i wolną, wszystko jeszcze jest przed nim i zawsze tak będzie”²². W ten kontekst wpisuje się postulat czasu, w którym ma nastąpić przemyślenie podstaw naszej kultury w ramach nowej filozofii – filozofii błaznów Leszka Kołakowskiego²³. Odnajdujemy tutaj również miejsce dla koncepcji Mircei Eliadego – pokonania historii przez mit, by powrócić do pełni bytu²⁴.

Wydaje się, że we współczesnym świecie Zachodu śmierć przestała być szczególnym przedmiotem namysłu. Ponowoczesny, liberalny świat celuje w kategorię szczęścia możliwego do osiągnięcia od zaraz. Cóż czynić, by się nie lękać? Grać – karnawał trwa!

¹⁹ A. Schopenhauer, *Świat jako wola i przedstawienie*, t. 1, tłum. J. Garewicz, Warszawa 2009, s. 489-490.

²⁰ Z. Bauman, *Płynny lęk*, dz. cyt., s. 14.

²¹ A. Szahaj, *Ponowoczesność – czas karnawału. Postmodernizm filozofia błazna*, w: *Postmodernizm a filozofia. Wybór tekstów*, red. A. Czerniak, A. Szahaj, Warszawa 1966, s. 381.

²² M. Bachtin, *Problemy poetyki Dostojewskiego*, tłum. N. Modzelewska, Warszawa 1971, s. 252.

²³ Zob. L. Kołakowski, *Kapłan i błazen (Rozważania o teologicznym dziedzictwie współczesnego myślenia)*, w: tenże, *Pochwała niekonsekwencji*, t. 2, Warszawa 1989, s. 178nn.

²⁴ „Zarówno historia, jak i postęp są upadkiem implikującym ostateczne porzucenie raju archetypów i powtarzania” – M. Eliade, *Mit wiecznego powrotu*, tłum. K. Kocjan, Warszawa 1998, s. 176. Zob. też: tenże, *Traktat o historii religii*, tłum. J. Wierusz-Kowalski, Łódź 1993.

III. GRA I LĘKI CZŁOWIEKA PONOWOCZESNEGO

„Ponowoczesność nie jest ani optymistyczna, ani pesymistyczna. Jest ona grą resztkami tego, co zostało zniszczone. [...] historia zatrzymała się. Znajdujemy się w pewnym czasie posthistorii, która nie zawiera już sensu”²⁵. Nastąpiło zaburzenie linearnego schematu historycznego rozwoju. Współczesny świat ucieka od kategoryzacji i podważa jego kategoryzację. Gramy kawałkami, teorie pływają wokół siebie, definicje nie są możliwe. Baudrillard, Derrida, Rorty, Deleuze, Lyotard zapraszają nas do gry. Wystarczy jedynie uświadomić sobie, że to gra. Jednak specyficzna jest ta gra, ponieważ pytania: „Dlaczego gramy?”, „W co konkretnie gramy?”, „Jakie są zasady tej gry?” – muszą pozostać bez odpowiedzi. Jean Baudrillard posuwa się tak dalece, że stwierdza nawet w braku pozytywności niemożliwość negatywności. „A zatem nie istnieje żadna właściwość sensu i żadna właściwość jego braku”²⁶. *K o n i e c* – słowo, które zaczęło wkradać się w każdą przestrzeń naszego życia. Zewsząd obwieszcza się koniec. Czy ten koniec dotyczy także ludzkich lęków? Okazuje się, że nie, bowiem lista lęków wcale się nie zmniejszyła. Otwiera ją lęk przed pustką, która staje się nie do wytrzymania dla człowieka. Już Arystoteles stwierdził, że natura nie znosi próżni (*horror vacui*). Pustka to nieznanne, nienazwane, niezrozumiałe, czyli obce, a obce często bywa też wrogie. Kolejny na liście lęków pojawia się strach przed niemożliwością pogodzenia wolności i bezpieczeństwa, a wiąże się z nim lęk przed jednością i ujednoliceniem w życiu społecznym²⁷. Te z kolei lęki odsłaniają następne, jak: obawa przed samotnością, wykluczeniem, bezsilnością, skutkami ryzyka, cierpieniem, naiwnością, śmiesznością, nieakceptacją, skończonością prawdy, wyczerpaniem nauki... Wydaje się, że po serii zamachów z 11 września 2001 roku pozostał nam już tylko zamęt, zgubienie i dezorientacja oraz przygodność. Bauman w swoim studium o lęku wskazuje na jego wszechobecny charakter:

Emanuje nim każdy zakątek i każda szczelina naszego domu i naszej planety. Ciemne uliczki i jasno rozświetlone ekrany telewizorów. Nasze sypialnie i kuchnie. Nasze miejsca pracy oraz metro, do którego wsiadamy, żeby dostać się do pracy albo z niej wrócić. Ludzie, których spotykamy, i ci, których nie zauważamy. Coś, co połknęliśmy, i coś, z czym zetknęło się nasze ciało. Źródłem lęku jest natura [...] albo ludzie²⁸.

Okazuje się więc, że nasz lęk jest realny, nawet jeśli to tylko gra. Można powtórzyć za Wojciechem Młynarskim: „Jeszcze w zielone gramy, jeszcze nie umieramy”.

²⁵ *Gra resztkami. Wywiad z Jeanem Baudrillardem przeprowadzony przez Salvatore Mele i Marka Titmarsha*, w: *Postmodernizm a filozofia...*, dz. cyt., s. 227-228.

²⁶ Tamże, s. 225.

²⁷ Zob. K. Stachewicz, *O (nad)używaniu przedrostka „post” w czasach (po)nowoczesnych*, w: tenże, *Życie i rozumieć. Szkice o człowieku i moralności*, Poznań 2013, s. 131, 133.

²⁸ Z. Bauman, *Płynny lęk*, dz. cyt., s. 10-11.

Co można powiedzieć o tej grze? Na pewno tyle, że się toczy, że jest chaotyczna, rozproszona, nieokreślona, nieciągła, że nie jest jedna. Taki stan określamy bardzo modnym w ostatnim czasie słowem „kryzys”. Okazuje się więc, że mamy do czynienia z kryzysem o charakterze totalnym. Krzysztof Stachewicz, śledząc etymologię słowa „kryzys”, eksplikuje jego bifurkację znaczeniową²⁹. Kryzys oznacza zarówno „finalność, zwrot, odróżnienie, przesilenie, rozumienie”, jak i wskazuje na jakąś „formę rozdzielenia”. Sensy pozytywne mieszają się z negatywnymi, co odsłania produktywny charakter kryzysu. Na ten produktywny charakter kryzysu wskazuje również Alina Motycka, proklamując odrodzenie, „nowe średniowiecze”, które musi poprzedzać regres w przeszłość – do antycznej Grecji. „Nie jest to podróż po treści gotowe, po nowe formy i narzędzia, lecz po wyobraźnię. W wędrówce tej chodzi o odnowę wyobraźni kreatywnej, o pobudzenie wyobraźni archetypowej”³⁰. Tak naprawdę jest to podróż w głąb siebie, do własnej rzeczywistości. Ta podróż stanowi odwrót od pozorów gry po to, byśmy mogli na nowo tworzyć.

Trzeba jeszcze postawić pytanie, czy towarzyszący nam kryzys jest pojawieniem się jakiejś nowości? Otóż „kryzys zdaje się być immanentnie wpisany w kondycję człowieka i *eo ipso* struktur kulturowych przez niego budowanych”³¹. Ostatecznie okazuje się, że stoimy przed zagadką, czy obecny kryzys przerodzi się w totalną katastrofę, czy wchłonięty stanie się podstawą dla „nowego”? Pozostaje nam pójść za wskazaniem Baumana i zaakceptować naszą ludzką kondycję, w którą wpisany jest lęk, bo

przecież życie w płynnonowoczesnym świecie, który, jak wiadomo, uznaje tylko jeden pewnik – że jutro nie może być, nie powinno być, i nie będzie takie jak dzisiaj – oznacza codzienną przymiarkę do znikania, ginięcia, zacierania i umierania; a więc, pośrednio, odgrywanie nieostateczności śmierci, powracających zmartwychwstań i ustawicznych nowych wcieleń [...]”³².

Ta dychotomia kryzysu nie powinna generować dodatkowego lęku. W kontekście powtarzalności kryzysów w dziejach oczekiwać należy nowości, jak stwierdza Zygmunt Bauman, „wtargnięcia możliwości w to, co niemożliwe”. Hannah Arendt wyznacza w tym miejscu czas na realizację ludzkiej zdolności „powoływania do bytu czegoś, co wcześniej nie istniało, nie było dane”³³.

²⁹ K. Stachewicz, *Kryzys jako kategoria filozoficzna*, w: tenże, *Życie i rozumieć...*, dz. cyt., s. 157nn.

³⁰ A. Motycka, *Postmodernizm a kryzys kulturowy*, w: *Postmodernizm a filozofia...*, dz. cyt., s. 337.

³¹ K. Stachewicz, *Kryzys...*, dz. cyt., s. 164.

³² Z. Bauman, *Płynny lęk*, dz. cyt., s. 13.

³³ H. Arendt, *Co to jest wolność?*, w: też, *Między czasem minionym a przyszłym: osiem ćwiczeń z myśli politycznej*, tłum. M. Godyń, Warszawa 1994.

A jeśli chodzi o lęk, to w piękny sposób na jego przemijalność zwróciła uwagę Wisława Szymborska:

Czemu ty się, zła godzino,
z niepotrzebnym mieszasz lękiem?
Jesteś – a więc musisz minąć.
Miniesz – a więc to jest piękne³⁴.

BIBLIOGRAFIA

- Arendt H., *Co to jest wolność?*, w: H. Arendt, *Między czasem minionym a przyszłym: ośmiem ćwiczeń z myśli politycznej*, tłum. M. Godyń, Warszawa 1994, s. 175-208.
- Bachtin M., *Problemy poetyki Dostojewskiego*, tłum. N. Modzelewska, Warszawa 1971.
- Bauman Z., *Płynny lęk*, tłum. J. Margański, Kraków 2008.
- Bourne E.J., *Lęk i fobia. Praktyczny podręcznik dla osób z zaburzeniami lękowymi*, Kraków 2011.
- Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder. DSM-IV*, American Psychiatric Association, Washington, DC 1994.
- Eliade M., *Mit wiecznego powrotu*, tłum. K. Kocjan, Warszawa 1998.
- Eliade M., *Traktat o historii religii*, tłum. J. Wierusz-Kowalski, Łódź 1993.
- Garewicz J., *Schopenhauer, czyli wolność bez wyboru*, w: *Antynomie wolności. Z dziejów filozofii wolności*, red. M. Drużkowski, K. Sokół, Warszawa 1966, s. 297-307.
- Gra resztkami. Wywiad z Jeanem Baudrillardem przeprowadzony przez Salvatore Mele i Marka Titmarsha*, w: *Postmodernizm a filozofia. Wybór tekstów*, red. A. Czerniak, A. Szahaj, Warszawa 1966, s. 203-228.
- Heidegger M., *Bycie i czas*, tłum. B. Baran, Warszawa 1994.
- Homer, *Iliada*, tłum. K. Jeżewska, Warszawa 2005.
- ICD-10 Międzynarodowa Statystyczna Klasyfikacja Chorób i Problemów Zdrowotnych*, t. 1, Światowa Organizacja Zdrowia 2009, Centrum Systemów Informacyjnych Ochrony Zdrowia 2012, [b.m. i b.r].
- Ingarden R., *Książeczka o człowieku*, Kraków 1999.
- Kępiński A., *Lęk*, Warszawa 1987.
- Kołąkowski L., *Kapłan i błazen (Rozważania o teologicznym dziedzictwie współczesnego myślenia)*, w: L. Kołąkowski, *Pochwała niekonsekwencji*, t. 2, Warszawa 1989, s. 161-180.
- Kryteria diagnostyczne według DSM-IV-TR*, red. J. Wciórka, Wrocław 2000.
- Motycka A., *Postmodernizm a kryzys kulturowy*, w: *Postmodernizm a filozofia. Wybór tekstów*, red. A. Czerniak, A. Szahaj, Warszawa 1966, s. 319-338.

³⁴ W. Szymborska, *Nic dwa razy...*, „Twórczość”, nr 7, 1955, s. 47.

- Na chwile wytchnienia*, tłum. R. i P. Stencel, B. Śliwińska, M. Wilk, New York–Watford, UK, 2001.
- Psychiatria. Podręcznik dla studentów medycyny*, red. A. Bilikiewicz, W. Strzyżewski, Warszawa 1992.
- Psychologia. Podręcznik akademicki*, red. J. Strelau, D. Doliński, Gdańsk 2008.
- Sartre J.-P., *Byt i nicość. Zarys ontologii fenomenologicznej*, tłum. J. Kiełbasa, Warszawa 2007.
- Schopenhauer A., *Świat jako wola i przedstawienie*, t. 1, tłum. J. Garewicz, Warszawa 2009.
- Stachewicz K., *Kryzys jako kategoria filozoficzna*, w: K. Stachewicz, *Życie i rozumieć. Szkice o człowieku i moralności*, Poznań 2013, s. 156-165.
- Stachewicz K., *O (nad)używaniu przedrostka „post” w czasach (po)nowoczesnych*, w: K. Stachewicz, *Życie i rozumieć. Szkice o człowieku i moralności*, Poznań 2013, s. 129-141.
- Strzelczyk G., *Jedyna nadzieja w... Bożym sądzie*, <http://strzelczyk.edu.pl> [dostęp: 7.02.2015].
- Szahaj A., *Ponowoczesność – czas karnawału. Postmodernizm filozofia błazna*, w: *Postmodernizm a filozofia. Wybór tekstów*, red. A. Czerniak, A. Szahaj, Warszawa 1966, s. 381-392.
- Szyborska W., *Nic dwa razy...*, „Twórczość”, nr 7, 1955, s. 47.
- Teresa od Jezusa, *Droga doskonałości*, 41, 4, <http://www.karmel.pl> [dostęp: 1.05.2015].
- Teresa od Jezusa, *Twierdza wewnętrzna*, VI, 8, 8, <http://www.karmel.pl> [dostęp: 1.05.2015].

ABSTRACT

The article constitutes a voice in the interdisciplinary discussion on anxiety. The phenomenon of anxiety is illustrated through three research fields: medical (psychiatric) discourse, theological discourse and philosophical discourse. The ambition of the author is to outline how philosophy serves to complement the research problem, referring to sources of anxiety in the modern man as well as possible ways out of the situations dominated by anxiety.

Keywords

anxiety, fear, death, crisis, game

Słowa kluczowe

lęk, strach, śmierć, kryzys, gra