

Cosimo Schinaia¹

Psychoanaliza w erze koronawirusa²

(La psicoanalisi all'epoca del coronavirus)

Psychoanaliza może okazać się bardzo pomocna w procesie definiowania tych jednostkowych i grupowych mechanizmów obronnych, które są przeszkodą w zdawaniu sobie sprawy z poważnych problemów, z którymi dzisiaj musimy się mierzyć, z wyzwań, do których na pewno zaliczyć można epidemię koronawirusa, która zaczęła wpływać na nasze codzienny życie. To sprawia, że nie sposób rozmawiać o wyobraźni jednostkowej, nie myśląc jednocześnie o wyobraźni zbiorowej, będącej fundamentem tej pierwszej. Wydaje się oczywiste, że wyobraźnia jednostkowa i zbiorowa wzajemnie się determinują. Poza tym nie możemy obrazu otoczenia traktować jedynie jako czegoś zewnętrznego, co jest niezależne od reprezentacji środowiska w naszym świecie wewnętrznym.

Dlatego psychoanaliza – bardziej niż jakakolwiek inna teoria i praktyka – musi pomóc w zrozumieniu powodów, dla których (w obliczu szkód, których rozmiarów i zagrożenia nie znamy) kobiety i mężczyźni mają trudności ze zrozumieniem tego, co się wydarzyło, co się dzieje i co ciągle może się wydarzyć. Ludzie oscylują między paniką i obojętnością, nastawieniem katastroficznym i sceptycyzmem, tymczasem powinniśmy patrzeć na rzeczywistość z niepokojem, a jednocześnie bez nadmiernego optymizmu, nadmiernej obojętności i nadmiernego katastrofizmu.

To oczywiste, że ludzie sięgają po rozliczne mechanizmy obronne: **rozszczerzenie, intelektualizację, zaprzeczenie, przemieszczenie, wyparcie, stłumienie i zaprzeczenie rzeczywistości**. Każdy mechanizm obronny jest pewnym rozwiązaniem, a jednocześnie skrywa lęk płynący z rozpoznania niebezpieczeństwa, którego nie sposób uniknąć. Mówiąc w terminach kleinowskich, wydaje się, że mamy do czynienia z regresją do pozycji paranoidalno-schizoidalnej. Niesie to

¹ Analityk szkoleniowy i superwizor Włoskiego Towarzystwa Psychoanalitycznego, członek IPA.

² Przeł. Danuta Golec

ryzyko, że nie przydamy znaczenia każdej depresyjnie prewencyjnej lub reparacyjnej aktywności, blokuje to też zasadę etyki współlistnienia. Mam na myśli etyczny wymiar naszego umysłu, ten specyficzny wymiar, który czyni nas ludźmi.

W nawiązaniu do tych też szczególnie ciekawe i inspirujące do myślenia wydają mi się rozważania Anny Farruty (2020). Autorka koncentruje uwagę na przyjemności płynącej z brania osobistej odpowiedzialności, troszczenia się o siebie, co jest antidotum na strach i obojętność. Ta przyjemność, a także zdolność do odbudowywania kontaktu z emocjonalnym doświadczeniem zaufania do opiekuna pozwalają nam odkryć nieznane źródła energii i wykorzystać je do troski o siebie i innych.

W obliczu niejasności i złożoności tego, z czym się stykamy, musimy stale prowadzić dialog z innymi dziedzinami wiedzy, z innymi językami, i czynić to bez zuchwałych ambicji kolonialnych, ale też bez dążenia do jakiejś totalnej harmonii. Musimy też zdawać sobie sprawę z tego, że kultura oraz doświadczenie psychoanalityczne mogą zaoferować zasoby, narzędzia i procesy do konstruktywnego stawienia czoła wyzwaniom, jakie niesie epidemia.

Dialog między różnymi językami i kulturami można toczyć jedynie w klimacie gościnności i szacunku. Tylko w ten sposób możemy przyjąć myśli i uczucia prezentowane przez inne dyscypliny, a także nadać strukturę różnym i oryginalnym formom wyrazu i doświadczeń. Warto zauważyć, że te formy nie są sumą języków i doświadczeń wyjściowych: to coś, co z nich się wyłania, co ma własną konfigurację, a także niezależne i samodzielne życie.

Bardziej dojrzałe odwoływanie się do własnych przekonań ideologicznych, naukowych, kulturowych lub osobistych może prowadzić do przyjęcia pozycji niewysyczonej i do tendencji reparacyjnych. Gdy te tendencje dominują, towarzyszą im także troska i odpowiedzialność za życie oraz za losy jednostki i społeczeństwa (Grinberg, Grinberg, 1975).

Podobno Albert Einstein napisał na tablicy w swoim biurze w Institute of Advanced Study w Princeton, New Jersey: „Nie wszystko, co można policzyć, ma znaczenie i nie wszystko, co ważne, można ująć w liczbach”. Cytat Einsteina wydaje

się ważny, gdyż akcentuje rolę, jaką w naukach przyrodniczych odgrywa aspekt emocjonalnej subiektywności.

Uważam, że liczni epidemiolodzy i naukowcy występujący w debatach telewizyjnych powinni wziąć pod uwagę ostrzeżenie Einsteina. Powinni to uczynić, gdyż nie zdają sobie sprawy, że uwzględniając jedynie dramatycznie obiektywny opis katastrofy, nie biorą pod uwagę siły indywidualnych i grupowych mechanizmów obronnych. Te mechanizmy blokują zdawanie sobie przez nas sprawy nie tylko ze zniszczeń, które nas dotyczą, ale także z tych, które są naszym dziełem.

Jak rozwiązać wyraźną sprzeczność między, z jednej strony, obrazem postępu, niepowstrzymanego i nieograniczonego rozwoju, a z drugiej z ciągle poszerzającymi się czerwonymi obszarami³, z ograniczeniami, a nawet załamaniem naszych relacji społecznych, z utratą naszych wygodnych nawyków, apokaliptyczną wizją kryzysu ekonomicznego oraz z napływającymi informacjami o rosnącej liczbie ofiar?

Jacques Press pisze:

Nagle pojawia się rozdźwięk między potrzebą działania wynikającą z dramatyizmu sytuacji z jednej strony, i paraliżem naszego funkcjonowania psychicznego z drugiej, zresztą w bardzo szczególnym kontekście, ponieważ jesteśmy agentami ciągłego niszczenia. Istnieje ryzyko konkretyzacji teorii, bezkrytycznego odwoływania się do koncepcji psychoanalitycznych bez uwzględnienia specyfiki sytuacji, w której potrzebne są nowe narzędzia myślenia, jeśli chcemy zrozumieć jej złożoność (2019, s. 266).

W kontakcie z nową rzeczywistością należy pomyśleć o narzędziach, które, odwołując się do znanego, uwzględniają też nieznanne. Zgodnie z sugestią Pierre'a Fédidy:

Rolą analityka jest wyobrażanie sobie. [...] Wyobraź sobie, czego doświadczył

³ We Włoszech obszary rozprzestrzeniania się epidemii noszą nazwę *zone rosse*, czyli obszary czerwone (przyp. tłum).

inny (2007, s. 52).

Oznacza to konieczność wykorzystania wyobraźni nawet wtedy, gdy mamy do czynienia z dziurą, pustką, brakiem jakichkolwiek obrazów. Mówiąc bardziej radykalnie, oznacza to wyobrażenia sobie znikania, ukrywania, niszczenia śladów (Galiani, 2009).

René Kaës pisze:

Musimy wypróbować nowe analizy, opracować nowe narzędzia mentalne, proponować nowe tryby rozumienia, dzięki którym uda się ponownie i choć tymczasowo przemyśleć tę relację z Innym, którą wybraliśmy jako nasz sposób bycia na świecie (2013)

Przytoczę kilka uwag Freuda o wojnie (1915c/2007), gdyż myślę, że autor bardzo trafnie wyraził uczucia, jakie przeżywamy w trakcie epidemii koronawirusa, gdy dużo jest niewiedzy, pomieszania, trudności ze sformułowaniem jasnych sądów.

Porwani wirem tego czasu wojennego, zdani na jednostronne informacje, bez dystansu do wielkich zmian, które już się dokonały lub zaczynają się dokonywać, nie przeczuwając, co niesie ze sobą formująca się już w załączku przyszłość, sami błądzimy w tym, co się tyczy znaczenia nacierających na nas wrażeń i wartości wydawanych przez nas osądów. Mamy wrażenie, że jeszcze nigdy nic innego nie zniszczyło tak wiele wspólnego dobra ludzkości, nie odrzuciło tak wiele najbystrzejszej inteligencji, tak gruntownie nie zrównało z ziemią tego, co wzniosłe. Nawet nauka pożegnała się ze swą beznamiętną neutralnością. [...] Prawdopodobnie odczuwamy jednak zło tej epoki z przesadną siłą, prawdopodobnie nie mamy prawa porównywać go ze złem innych epok, w których nie dane nam było wieść życia (Freud, 1915c/2007, s. 27).

W tym eseju z roku 1915 Freud zwraca uwagę także na to, że w trakcie wojny powszechnie obserwujemy osłabienie zaburzeń neurotycznych. Potwierdzają to obserwacje poczynione w obszarach izolacji sanitarnej, w których zaburzenia hipochondryczne ustępują miejsce zdrowej i dojrzałej trosce, choć czasami niestety prowadzą do nasilenia objawów paniki. Niektóre refleksje Freuda na temat antycypowanej żałoby wybiegają w przyszłość i znajdują odbicie w pesymistycznej postawie wyrażającej się uznawaniem wirusa za nieuchronnie zabójczego.

Na początku artykułu „Przemijalność”, gdy Freud opisuje spacer odbywany z przyjacielem i młodym poetą „po uroczej okolicy” (1915a/2009, s. 191), autor pisze:

Jeśli chodzi o piękno natury, to gdy zostanie ono zniszczone przez zimę, pojawia się ono już w następnym roku, a powrót ów można określić mianem wiecznego, jeśli porównać to z czasem trwania naszego życia. [...] Jeśli istnieje kwiat jednej nocy, to jego kwiecie nie wydaje się nam mniej wspaniałe dlatego, że można je tak krótko podziwiać (tamże).

Freud opisuje podstawowy aspekt doświadczenia powiązanego ze zmianami, z którymi się mierzymy, z ich konsekwencjami oraz lękami: antycypowana żałoba oraz ryzyko wycofania uczucia do obiektów postrzeganych jako zniszczone i kruche, czyli stan mentalny, który wyraża się apatią. W „Przemijalności” autor pisze, że otoczenie i obdarzone uczuciami obiekty mogą być przeżywane w szczególnej atmosferze utraty i lęku przed końcem. Poeta jest jedynie biernym świadkiem potencjalnego przyszłego zniszczenia i na pewno przeżywa żałobę. Jednak nie przepracowuje tego stanu: używa narcystycznych obron w celu uniknięcia realnego i bolesnego przepracowania żałoby, antycypując ją. W tym sensie piękno ginie przedwcześnie. Freud absolutnie się z tym nie zgadza i proponuje naprawę oraz odbudowę świata wewnętrznego i zewnętrznego. Kończy artykuł tak:

Dopiero wówczas, gdy przezwyciężymy żałobę, okaże się, iż nasz respekt dla dóbr kultury nie ucierpiał pod wpływem przekonania się o ich kruchości.

Odbudujemy wszystko, co zniszczyła wojna, być może na mocniejszych, trwalszych fundamentach niż ongiś (tamże, s. 193).

W „Kulturze jako źródle cierpień” (1930[1929]/1998) Freud opowiada się za uznaniem ograniczenia indywidualnych wkładów w budowanie cywilizacji, jeżeli to okaże się konieczne, i wydaje się, że tym samym zarysowuje podstawy etyki współpracy i solidarności, w której każdy wyrzeka się czegoś w imię wspólnego dobra. Sublimacja, roztropność, dzielenie się, szacunek, troska, opiekuńczość, odpowiedzialność – to cechy niezbędne w sytuacji obecnych trudności; wszystkie wyrażają, choć na różnych poziomach, potrzebę wyrzeczenia się czegoś w imię wartości wspólnotowych. Te żarliwe rozważania Freudowskie powinny towarzyszyć nam, gdy rządy i autorytety naukowe proszą nas, byśmy zrezygnowali z części naszej wolności, na przykład swobody poruszania się i nawiązywania kontaktów z innymi, w imię wspólnego dobra.

Bion pisze o zdolności negatywnej, cytując fragment listu z 21 grudnia 1817 roku napisanego przez angielskiego poetę Johna Keatsa do braci George'a i Thomasa, w którym poeta wspomina o tym „jaka cecha umożliwia powstanie Człowieka Osiągnięć”. Zdolność negatywna „polega na tym, że człowiek może pozostawać w stanie niepewności, zagadkowości, wątpliwości bez konieczności natychmiastowego odwoływania się do faktów i uzasadnień” (Bion, 1970/2018, s. 195).

Dzięki zdolności negatywnej można wytrzymywać różnice, zmiany punktów widzenia, niepewność w procesie poszukiwania najlepszych rozwiązań zapobiegawczych i terapeutycznych. Dzięki tej zdolności możemy pozostać sobą i zachować żywe pragnienie rozumienia i uczenia się bez konieczności zapełnienia za wszelką cenę przestrzeni na myślenie i czucie.

Słowa Keatsa oraz rozważania Biona to zalecenia na temat tego, jak stawić czoła perypetiom egzystencji, godząc się na jej niepewność i złożoność, unikając przy tym iluzji, że uda nam się opanować to, co tak naprawdę pozostaje nieopanowalne. Jeżeli zbyt łatwo sprowadzisz to, co nieznanne do znanego, absurdalne do rozsądnego, ryzykujesz, że staniemy się współwinny oporu

związanego z lękiem i uciekania od takich rozwiązań problemu, które nie nasuwają się natychmiast.

W *Przekształceniach* Bion (1965/2015) zwrócił już uwagę na to, że „brakująca rzecz” (*no-thing*) wskazuje na te procesy psychiczne, w których można tolerować granice wiedzy bez wysycania ich pseudonaukową arogancją i bez wymazywania ich nicością – niczym (*nothing*) z powodu niezdolności tolerowania brakującej rzeczy (*no-thing*).

Bion raz jeszcze wróci do ryzyka, jakim jest pomijanie zdolności negatywnej w pracy analitycznej:

Jeżeli to prawda, że człowiek, tak jak natura, czuje wstręt do próżni, nie znosi pustki, to będzie starał się ją wypełnić, znajdując coś, co można ulokować w przestrzeni jego niewiedzy. Brak tolerancji dla frustracji, niechęć do bycia ignorantem, niechęć do przestrzeni, która nie jest wypełniona – wszystko to może pobudzać przedwczesne i niedojrzałe pragnienie wypełnienia przestrzeni. [...] Innymi słowy, praktykujący analityk musi zdecydować, czy rozpowszechnia teorię, czy też wypełniacz przestrzeni nieodróżnialny od paramnezji. [...] Pytam o to, czy paramnezje, proste i zrozumiałe odpowiedzi, które można wykorzystać do wypełnienia przestrzeni naszej niewiedzy, nie wiodą nas na manowce i nie narażają na ogromne niebezpieczeństwo: czy siła ludzkiego umysłu dorównuje jego destrukcyjności? (1987/2013, s. 324–326).

W *Cogitations* Bion zwraca uwagę na znaczenie “zdawania sobie sprawy z niespójnych elementów oraz zdolności jednostki do tolerowania tej wiedzy” (1991, s. 195).

Refleksje najpierw Freuda, a potem Biona są, jak widzieliśmy, bogate, głębokie i wciąż użyteczne i dowodzą, że nawet w dzisiejszej sytuacji rozprzestrzeniania się koronawirusa psychoanaliza może odegrać rolę w rozwoju etyki społecznej.

Każdy autentyczny postęp stanowi wyzwanie dla naszej zdolności tolerowania niepewności “prawdy przejściowej” (Horovitz, 2007), jeśli unikamy niecierpliwego nadawania ostatecznych znaczeń. To małe prawdy, przypominające paplaninę, która wyraża jakieś pragnienie, ale prawdy, których nie można zignorować, ponieważ wspierają i promują psychiczne przekształcenia. Można je użytecznie i dogłębnie eksplorować, o ile nie tracą znaczenia, statusu prawdy będącej etapem w dochodzeniu do rozwiązania problemów, które z konieczności wymagają czasu i cierpliwości.

Psychoanalicycy powinni wносить wkład w ożywianie zdolności myślenia o lepszej przyszłości i marzenia o niej oraz angażować się w wypracowywanie trzeźwego osądu rzeczywistości. Winni dążyć do tego, odpowiadając na przeżywane przez nas przecucie katastrofy, końca historii, jaką znaliśmy do tej pory, kontemplując z uczciwością i szczerością również nieprzyjemne aspekty egzystencji, dzięki czemu pacjent może przeżywać je z większą refleksyjną świadomością i wykonywać ciągłą pracę symbolizacji.

Italo Calvino, w końcowej części *Niewidzialnych miast* wkłada w usta Marco Polo te słowa:

Piekło żyjących nie jest czymś, co nastanie; jeśli istnieje, jest już tutaj, jest piekłem, w którym żyjemy na co dzień, które tworzymy przebywając razem. Są dwa sposoby, aby nie sprawiało ono cierpień. Pierwszy jest nietrudny dla wielu ludzi: zaakceptować piekło i stać się jego częścią, aż przestanie się je dostrzegać. Drugi jest ryzykowny i wymaga ciągłej uwagi i ćwiczenia: odszukać i umieć rozpoznać, kto i co pośród piekła piekłem nie jest, i utrwalić to, i rozprzestrzenić (1972/2013).

Bibliografia

- Bion, W. R. (1965/2015). *Przekształcenia*. Przeł. D. Golec. Warszawa: Oficyna Ingenium.
- Bion, W. R. (1970/2018). *Uwaga i interpretacja*. Przeł. D. Golec. Warszawa: Oficyna Ingenium.
- Bion, W. R. (1987/2013). Wzburzenie emocjonalne. W: *Seminaria kliniczne i inne prace*. Przeł. D. Golec. Warszawa: Oficyna Ingenium.
- Bion, W. R. (1992). *Cogitations. Pensieri*. Trad. it. Roma: Armando, 1996.
- Calvino, I. (1972/2013). *Niewidzialne miasta*. Przeł. A. Kreisberg. Warszawa: WAB.
- Fédida, P. coll. (2007). *Umano/Disumano*. Trad. it. Roma: Borla, 2009.
- Ferruta, A. (2020). Coronavirus: una Sfinge del nostro tempo. Website del Centro Milanese di Psicoanalisi. <https://www.cmp-spiweb.it/coronavirus-una-sfinge-del-nostro-tempo>.
- Freud, S. (1915a/2009). Przemijalność. Przeł. R. Reszke. W: S. Freud, *Sztuki plastyczne i literatura (Dzieła, t. X)*. Warszawa: Wydawnictwo KR.
- Freud, S. (1915c/2007). Aktualne uwagi o wojnie i śmierci. Przeł. R. Reszke. W: S. Freud, *Pisma psychologiczne (Dzieła, t. IV)*. Warszawa: Wydawnictwo KR.
- Freud, S. (1930[1929]/1998). Kultura jako źródło cierpień. Przeł. R. Reszke. W: S. Freud, *Pisma społeczne (Dzieła, t. IV)*. Warszawa: Wydawnictwo KR.
- Galiani, Riccardo (2009). “Introduzione all’edizione italiana”. W: Fédida, (s. 5–24), op. cit.
- Grinberg, L., Grinberg, R. (1975). *Identità e cambiamento*. Trad. it. Roma: Armando, 1976.
- Horovitz, M. (2007). “Transfert et vérité”. W: F. Guignard, Th. Bokanowski, (red.), *Actualité de la pensée de Bion* (s. 44–51). Parigi: Editions in Press.

Kaës, R. (2013). “Malessere sociale e malessere individuale: alleati o nemici?”, Relazione presentata al Seminario AFPP CSMH – AMHPPIA SIPP SPI “Malessere sociale e malessere individuale: alleati o nemici?”, Centro Psicoanalitico Firenze, 13 aprile. <https://www.spi-firenze.it/category/eventi/archivio-relazioni>.

Press, J. (2019), “Psychanalyse et crise environnementale”. W: L. Magnenat, (red.), *La crise environnementale sur le divan* (s. 261-270) . Parigi: In Press.