

Krzysztof Kunisz

## Depresja jako „choroba na śmierć”

### Próba ujęcia stanu depresji jako problemu egzystencjalnego w ramach filozofii Sørensa Kierkegaarda

Problem depresji nie jest popularnym tematem we współczesnej filozofii. Fenomen osoby, która z powodu problemów z depresją wycofuje się z życia zarówno społecznego, jak i osobowego, nie został w pełni zanalizowany<sup>1</sup>, mimo że jest przedmiotem wielu badań z zakresu psychologii i jedną z najczęstszych współczesnych psychopatologii<sup>2</sup>. Ambicją autora niniejszego artykułu jest ukazanie stanu depresji jako problemu egzystencjalnego, celem natomiast dokonanie analizy fenomenu depresji z perspektywy filozofii Sørensa Kierkegaarda i próba porównania stanu depresji ze stanem kierkegaardowskiej rozpaczki w nawiązaniu do pojęcia lęku. Ukazanie tegoż zjawiska z perspektywy filozoficznej wymaga jednak kilku założeń.

Po pierwsze, autor pragnie zauważyć, że pojęcie depresji oraz pojęcie rozpaczki należą do różnych kategorii – psychologicznej oraz egzystencjalnej. Nie utożsamiają się one i przynależą do różnych sfer poznania, a jednak możemy mówić o obydwu pojęciach w kategorii życia – w sferze aktywności człowieka jako istoty żywej i myślącej.

**Krzysztof Kunisz** – doktorant filozofii na Wydziale Humanistycznym Uniwersytetu Pedagogicznego w Krakowie. Przygotowuje pracę doktorską o filozofii Anny-Teresy Tymienieckiej. Główne zainteresowania naukowe: fenomenologia, psychologia i filozofia religii.

<sup>1</sup> Por. C. Calhoun, *Losing One's Self*, [w:] *Practical Identity and Narrative Agency*, ed. C. MacKenzie, K. Atkins, New York–London 2008, s. 6.

<sup>2</sup> Por. np. E. Sparks, *Depression and Schizophrenia in Women: The Intersection of Gender, Race/Ethnicity, and Class*, [w:] *Rethinking Mental Health and Disorder: Feminist Perspectives*, ed. M. Ballou, L. S. Brown, New York 2002, s. 279–305, za: C. Calhoun, *Losing One's Self*, dz. cyt., s. 6.

Po drugie, autor nie ma na celu rozstrzygnięcia, czy egzystencja człowieka wykracza poza sferę psychofizyczną i wyraża się również poprzez ludzką duchowość. Wystarczy powiedzieć, że na poziomie fenomenalnym możemy mówić o ludziach, którzy doświadczają istnienia tej sfery.

Po trzecie, autor przyjmuje założenie, że problematyka chorób psychicznych wykracza poza redukcję nauk psychologicznych i dotyczy także wymiaru duchowego. W ten sposób możemy nawiązać do kategorii życia rozumianego jako biologiczny, psychiczny i duchowy wymiar bycia.

Po czwarte, depresja nie jest tutaj ujmowana jako przypadek kliniczny, lecz stan, którego doświadczają chorzy na nią osoba. W związku z tym chcemy jedynie założyć, że objawy związane zarówno z ciężkimi, łagodnymi, umiarkowanymi, jak i z epizodycznymi oraz nawracającymi zaburzeniami depresyjnymi<sup>3</sup>, są powiązane ze specyficzną sytuacją duchową i egzystencjalną człowieka chorego na depresję. W ramach filozoficznej analizy stanu depresji wystarczy przedstawić ogólny opis jej fenomenu, nie sięgając po badania statystyczne. Zdaniem Grahama Dunna i innych, którzy przeprowadzili w 1992 roku badania na temat roli statystyki w rozumieniu natury depresji, statystyka nie wprowadziła zmian w rozumieniu jej typologii<sup>4</sup>. Jednakże o fenomenie depresji i ogólnej klasyfikacji rozpaczy można mówić w sposób opisowy, nie należy zaś mówić o rozpacy jako takiej, gdyż zawsze, podobnie jak depresja, dotyczy ona konkretnego człowieka, a nie ludzkości w ogóle<sup>5</sup>. W związku z tym, w niniejszym artykule zostanie przedstawiony (używając terminologii Antoniego Szweda<sup>6</sup>) „model egzystencji”, który odpowiadać ma przedstawionemu opisowi i zastąpić studium przypadku.

Do analizy problemu depresji wykorzystane zostaną tezy Kierkegarda zawarte w pracach *Choroba na śmierć* i *Pojęcie lęku* oraz koncepcja

<sup>3</sup> S. Pużyński, J. Wciórka, *Klasyfikacja zaburzeń psychicznych i zaburzeń zachowania ICD-10. Opisy kliniczne i wskazówki diagnostyczne*, Kraków-Warszawa 2000, s. 108–113.

<sup>4</sup> G. Dunn, P. C. Sham, D. J. Hand, *Statistics and the Nature of Depression*, „Journal of the Royal Statistical Society. Series A (Statistics in Society)” 156 (1993) nr 1, s. 82.

<sup>5</sup> Por. S. Lubańska, *Pascal i Kierkegaard – filozofowie rozpacy i wiary*, Kraków 2011, s. 52.

<sup>6</sup> A. Szwed, *Recepcja myśli Sorena Kierkegarda w filozofii Józefa Tischnera*, „Argument” (2011) nr 2, s. 280.

„wewnętrznego złamania podmiotu” (*the internal defeat of agency*), opisana przez Cheshire Calhoun w artykule *Losing One's Self*.

### Fenomen depresji

Calhoun przedstawia fenomen depresji z perspektywy podmiotu ludzkiego, który, z powodu depresji, przestaje funkcjonować jako aktywny podmiot. W związku z tym najistotniejsze dla jej analizy będą aktywności tego podmiotu, takie jak refleksja, deliberacja i dokonywanie wyboru, które, w przypadku depresji, wiążą się z brakiem motywacji do działania w wyniku niemożności zainicjowania deliberacji nad swoimi impulsami, myślami i emocjami<sup>7</sup>.

Calhoun polemizuje ze standardową koncepcją ludzkiego podmiotu, do której stworzenia przyczynił się Harry G. Frankfurt<sup>8</sup>, twierdząc, iż ten model nie sprawdza się w rozumieniu depresji. Zdaniem amerykańskiej filozofki depresja znacząco różni się od uzależnień, słabości woli i fobii<sup>9</sup>. Według niej powodem, dla którego podmiot w depresji staje się nieaktywny, nie są obce, silne motywacje, które wchodzą w konflikt z „pierwotną” motywacją. Problemem jest absolutny brak jakiegokolwiek motywacji – „odłączenie” woli (*disengagement of the will*)<sup>10</sup>.

Co może powodować tego rodzaju „dezaktywację” podmiotu zdaniem Calhoun? W jej opinii chodzi o „głębką tożsamość” (*deep identity*) człowieka – „tożsamość jest głęboka, kiedy są pewne przywiązania i koncepcje siebie, które są tak fundamentalne dla podmiotu znaczenia tożsamości, że nie może sobie wyobrazić bycia sobą bez nich”<sup>11</sup>. Calhoun, za Christine Korsgaard, wiąże tę głęboką tożsamość z „istotą

<sup>7</sup> Por. C. Calhoun, *Losing One's Self*, dz. cyt., s. 5–6.

<sup>8</sup> Człowiek dokonuje interpretacji swoich pragnień i wyboru tego z dostępnych stanów psychologicznych, który zostanie kontynuowany i identyfikowany jako „bycie sobą”. Por. np. H. G. Frankfurt, *Wolność woli i pojęcie osoby*, [w:] *Filozofia moralności. Postanowienie i odpowiedzialność moralna*, red. J. Hołówka, Warszawa 1997, s. 21–39.

<sup>9</sup> Por. C. Calhoun, *Losing One's Self*, dz. cyt., s. 6.

<sup>10</sup> Por. tamże, s. 7.

<sup>11</sup> Tamże, s. 8, tłum. aut.

wolitywności” (*volitional essence*), która, zdaniem amerykańskiej filozof, jest uprzednia wobec woli dokonującej selekcji i kontroli, znanej ze standardowej koncepcji podmiotu. Owa głęboka tożsamość ma się składać, zdaniem Korsgaard, z pewnego rodzaju opisu (o charakterze normatywnym), określającego wartość siebie oraz aktywności, których podmiot się podejmuje<sup>12</sup>. Głęboka tożsamość wiąże się z budowaniem ram funkcjonowania podmiotu<sup>13</sup>, które są w swej naturze fundamentem działania w ogóle. W oparciu o normatywny opis głębokiej tożsamości, którym posługuje się podmiot, budując stosunek do siebie (jak pokażemy później – ten stosunek jest, w znaczeniu Kierkegaardowskim, jaźnią), powstaje ramowy szkielet, a w obrębie niego podmiot klasyfikuje swoje działania i pragnienia, tworząc normatywny obraz siebie (*normative outlook of self*). Jest on jednym z fundamentów zakorzenienia w życiu – z niego wypływa motywacja do podejmowania kolejnych aktywności w przyszłości<sup>14</sup>.

W nawiązaniu do Calhoun<sup>15</sup> wyróżnimy trzy cechy depresji, ważne z perspektywy funkcjonującego podmiotu i stanowiące częściowy opis fenomenu depresji:

- 1) konflikt podmiotu z jego własnym, normatywnym obrazem siebie – podmiot czuje, że różni się od tego obrazu – ponadto może go przeciwstawiać innemu normatywnemu obrazowi, narzuconemu przez społeczeństwo, kulturę, religię albo samego siebie;
- 2) całkowite zachwianie wiary w efektywność własnej instrumentalnej racjonalności;
- 3) całkowity brak pewności względem relatywnego bezpieczeństwa wobec jakiegokolwiek wrogiej sytuacji, przestrzeni, tudzież rzeczywistości.

Niezwykle istotne jest w przypadku pierwszej cechy, iż ten drugi normatywny obraz siebie, którego podmiot używa, aby porównać

<sup>12</sup> Por. tamże.

<sup>13</sup> Por. tamże, s. 10.

<sup>14</sup> Por. tamże, s. 9.

<sup>15</sup> Por. tamże, s. 11.

go z normatywnym opisem siebie, nie musi istnieć w sensie realnym, choć często przyjmuje złudną formę porównywania się z innymi osobami. W rzeczywistości osoba w depresji nie porównuje się z innymi, lecz buduje konflikt pomiędzy różnymi normatywnymi obrazami siebie a stosunkiem do samego siebie. Konflikt ten zastępuje z czasem relację z Innym (używając terminologii znanej z filozofii dialogu). Osoba, która uznaje pewien normatywny obraz siebie za swój, jednocześnie uznaje ten obraz za jedyny wartościowy. Problem osób w depresji polega na tym, iż czują, że nie są w stanie być takimi osobami, jakie przedstawia normatywny obraz, który uznały. Istotną kwestią, związaną z budowaniem siebie w odniesieniu do normatywnego obrazu, jest zaangażowanie wiążące się z chęcią posiadania normatywnego obrazu siebie i podtrzymywania tej chęci. Można powiedzieć, w nawiązaniu do Calhoun<sup>16</sup>, że „wyłomem”, który powoduje rozwój depresji, jest niechęć do podtrzymywania owej chęci. Kiedy preferowane uprzednio „ścieżki” życia przestają być atrakcyjne, proces konstytucji „ja” przebiega w konflikcie z podświadomymi impulsami i pozanormatywnymi ramami, przez co prowadzi do „złamania się” podmiotu (*the defeat of an agency*)<sup>17</sup>.

Pozostałe objawy, opisane w punkcie drugim i trzecim, stanowią, zdaniem Calhoun, demoralizację życia i działania. Według niej człowiek, aby żyć i funkcjonować, musi wierzyć w powodzenie jego instrumentalnej racjonalności i mieć poczucie przynajmniej częściowej kontroli nad swoim bezpieczeństwem<sup>18</sup>. Calhoun uważa, że niektóre zdarzenia, skutkujące traumą (takie jak na przykład bieda, społeczna marginalizacja, różnice kulturowe, przemoc w domu, chroniczne choroby), mają wpływ na to, że podmiot traci poczucie wiary we własne bezpieczeństwo. Filozof podaje przykłady, odwołując się do psychologii behawioralnej – częste doświadczenie zewnętrznej agresji tudzież niebezpiecznej

<sup>16</sup> Por. tamże, s. 14–15.

<sup>17</sup> Por. tamże, s. 20.

<sup>18</sup> Por. tamże, s. 23.

rzeczywistości prowadzi do wyuczonej bezradności<sup>19</sup>. Do perspektywy filozoficznej Calhoun dodaje niezwykle ważną perspektywę psychologiczną – nie zadaje jednak istotnego, zarówno z punktu widzenia psychologii, jak i filozofii, pytania o to, dlaczego jedni uczą się bezradności szybciej, drudzy wolniej oraz dlaczego jedni ludzie reagują na kalectwo depresją, a inni są w stanie zaadaptować się do tej trudnej sytuacji. Istotny jest stosunek do siebie i otaczającej rzeczywistości, który w przypadku depresji mógłby przecież „wypływać” z podmiotu, a nie z otaczającego świata. Problem ten zostanie ukazany w dalszej części artykułu.

Tam, gdzie kończy się perspektywa psychologii i filozofii analitycznej, zaczyna się perspektywa filozofii egzystencjalnej i *vice versa*. Odkrycie obcości i agresji otaczającego świata oraz własnej bezradności wobec nich jest w istocie odkryciem skończoności człowieka i nieskończoności przyrody.

Calhoun dostarcza nam, poprzez swoją analizę, narzędzia do zrozumienia depresji. Depresja w swej naturze jest wykorzeniem człowieka z życia poprzez naruszenie jego głębokiej tożsamości. Człowiek, który przeżywa depresję, zostaje odcięty nie tylko od projektów, które stworzył na przyszłość, ale również, poprzez problem ze swoją głęboką tożsamością, kwestionuje normatywny obraz siebie, przez co nie jest w stanie umotywować swoich działań. Jedyną przeżywaną rzeczywistością jest „ja” – odcięte od swoich planów, bez sensownej przyszłości, samotnie realizujące wciąż ten sam psychologiczny stan. Stan, o którym mówimy, że jest to stan depresji, zakłócający normatywny opis głębokiej tożsamości poprzez naruszenie najbardziej fundamentalnych koncepcji siebie i zastąpienie ich stosunkiem niechęci do bycia sobą. Jak zostanie pokazane później, ten stan niechęci wobec siebie jest w swej naturze kierkegaardowską rozpaczą. Należy zauważyć, że podmiot w stanie depresji nadal jest aktywny, choć w sposób psychopatologiczny. Jeśli pasywnym problemem depresji będzie wewnętrzne złamanie podmiotu, czyli zakłócenie jego głębokiej tożsamości, to jej dynamiczność będzie wyrażać się, zdaniem autora tego artykułu, poprzez rozpacz i lęk.

<sup>19</sup> Por. tamże, s. 24–26.

## Czym jest kierkegaardowska rozpacz?

Pojęcie kierkegaardowskiej rozpacz należy pojmować w nawiązaniu do pojęcia śmierci. „Rozumując po chrześcijańsku, śmierć nie jest czymś ostatecznym, jest tylko drobnym zdarzeniem w przebiegu całości, to znaczy życia wiecznego, i, rozumując po chrześcijańsku, w śmierci jest nieskończenie więcej nadziei niż wtedy, kiedy po ludzku mówimy, że istnieje jeszcze życie, nawet życie w pełni zdrowia i sił”<sup>20</sup> – pisze Kierkegaard. Należy zauważyć, że duńskiemu filozofowi w rozważaniu rozpacz nie chodzi o śmierć fizyczną (gdyż takowa nie dotyczy chrześcijanina), ani o towarzyszący jej stan przejścia ducha do stanu wiecznego spoczynku, lecz że nawiązuje on do śmierci duchowej, której niemożność nazywa „chorobą na śmierć”<sup>21</sup>. Z chorobą na śmierć wiąże się bezpośrednio „nieskończony lęk”<sup>22</sup>, dlatego też w kolejnym rozdziale nawiążemy do tego właśnie pojęcia.

W niniejszym rozdziale wyłożone zostanie, czym jest rozpacz i związana z nią choroba na śmierć.

## Człowiek jako synteza

W celu zrozumienia pojęcia rozpacz należy nawiązać do Kierkegaardowskiej antropologii<sup>23</sup>. „Rozpacz jest chorobą ducha, jaźni, i jako taka może być potrójna: rozpacz, że się nie jest świadomym swej osobowości (rozpacz niewłaściwa); rozpacz, że się nie chce być sobą; rozpacz, że się chce być sobą”<sup>24</sup> – pisze. Aby zrozumieć samo pojęcie rozpacz, musimy wiedzieć, jak Kierkegaard rozumie pojęcia człowieka, ducha, jaźni i osobowości:

Człowiek jest duchem. Ale czym jest duch? Duch jest jaźnią. Ale co to jest jaźń? Jaźń jest stosunkiem, który ustosunkowuje się do samego siebie, a istotą tego

<sup>20</sup> S. Kierkegaard, *Choroba na śmierć*, tłum. J. Iwaszkiewicz, Warszawa 1972, s. 144.

<sup>21</sup> Por. tamże.

<sup>22</sup> Por. tamże, s. 145.

<sup>23</sup> Por. S. Lubańska, *Pascal i Kierkegaard – filozofowie rozpacz i wiary*, dz. cyt., s. 51.

<sup>24</sup> S. Kierkegaard, *Choroba na śmierć*, dz. cyt., s. 146.

stosunku jest to, że zachodzi on do samego siebie; jaźń nie jest stosunkiem, ale zjawiskiem ustosunkowania się stosunku do samego siebie. Człowiek jest syntezą nieskończoności i skończoności, doczesności i wieczności, wolności i konieczności, jednym słowem syntezą. Synteza ta to połączenie dwóch czynników. Tak rozumiany człowiek nie jest nawet jaźnią. W stosunku dwóch czynników stosunek ten jest czynnikiem trzecim jako jedność negatywna i oba czynniki ustosunkowują się w stosunku i w stosunku do stosunku, tak więc w pojęciu duszy stosunek duszy i ciała jest stosunkiem. Jeżeli zaś, przeciwnie, stosunek ten wchodzi w stosunek sam ze sobą, staje się trzecim pozytywnym czynnikiem, i to jest właśnie osobowością<sup>25</sup>.

Stefania Lubańska definiuje osobowość następująco: „Osobowość w rozumieniu Kierkegaarda jest [...] relacją pomiędzy stosunkiem duszy i ciała a nim samym”<sup>26</sup>.

Człowiek jest syntezą skończoności i nieskończoności, i przez to jest jedynym bytem, który jest w stanie rozpaczać<sup>27</sup>. Człowiekowi towarzyszy jaźń, czyli ustosunkowanie się podmiotu do stosunku względem samego siebie (ważne, że filozof z Kopenhagi nie pojmuje jaźni substancjalnie, lecz że jaźń jest tym stosunkiem, tj. jeśli człowiek w depresji nie chce być sobą, to jaźń jest bezpośrednio ustosunkowaniem się do tego), a bez jaźni, która jest zdolnością do samointerpretacji i samorefleksji, człowiek nie może popadać w rozpacz, gdyż „rozpacz to rozpad syntetycznego stosunku jaźni do samej siebie”<sup>28</sup>. Kierkegaardowska rozpacz dotyczy jednak bezpośrednio osobowości, a dokładniej faktu, że człowiek chce być określony wobec Boga (to w perspektywie Boga człowiek jest syntezą i osobowością), a rozpacz jest rozpadem tej osobowości, czyli „przerwania” relacji z Bogiem<sup>29</sup>. „Osobowość jest uświadomioną syntezą nieskończoności i skończoności, która związana jest sama

<sup>25</sup> Tamże, s. 146–147.

<sup>26</sup> S. Lubańska, *Pascal i Kierkegaard – filozofowie rozpacz i wiary*, dz. cyt., s. 51.

<sup>27</sup> Por. S. Kierkegaard, *Choroba na śmierć*, dz. cyt., s. 148.

<sup>28</sup> Tamże, s. 149.

<sup>29</sup> Por. tamże, s. 150.



z sobą, której zadaniem jest stanie się sobą, co może nastąpić tylko przez związek z Bogiem<sup>30</sup> – pisze Kierkegaard.

Rozpacz ściśle wiąże się z syntetycznością człowieka – człowiek nie chce być sobą, wypiera się swojej osobowości (ta forma rozpaczcy nawiązuje do skończoności) lub chce być sobą, chce zachować swoją osobowość (ta forma rozpaczcy nawiązuje z kolei do nieskończoności). Nie może jednak tego uczynić, gdyż człowiek może być osobowością jedynie jako synteza w stosunku do Boga – „jaźń sama z siebie nie może osiągnąć równowagi tylko opierając się na samej sobie i odnosząc się do czynnika, który założył cały stosunek”<sup>31</sup>.

Wiedząc to możemy wskazać, czym jest według Kierkegarda dusza – jest to jaźń w osobowym stosunku do Boga. Stąd też rozpacz jest chorobą duszy – osobowość, która ulega rozpadowi, neguje istotę człowieczeństwa.

Wydawać się może, że człowiekowi pogrążonemu w depresji towarzyszyć będzie jedynie druga forma rozpaczcy – rozpacz, że się nie chce być sobą. Jak zostanie pokazane w dalszej części artykułu, nie jest to prawdą.

### Osobowość jako element wieczności w człowieku

Osobowość u Kierkegarda jest wieczna z kilku powodów, lecz autor skupia się na tym, który dotyczy osoby chorej na depresję. Zarażenie się chorobą cielesną może, według niego, przejść do przeszłości, nie może się tak jednak stać z chorobą duszy<sup>32</sup>, gdyż dotyczy ona osobowości. Chorobą duszy zarażamy się nieustannie, podtrzymujemy ją<sup>33</sup>. Osoba chora na depresję rozpacza z powodu utożsamiania się z obrazem osoby, którą nie chce być – wszelkie dotychczasowe porażki stają się terazniejszością. Rozpacz karmi się życiem, człowiek zrozpaczony

<sup>30</sup> Tamże, s. 165.

<sup>31</sup> Por. tamże, s. 147.

<sup>32</sup> Por. tamże, s. 150–151.

<sup>33</sup> Por. tamże, s. 151.

nieustannie się nią zaraża – „[...] śmierć z rozpacz przemienia się zawsze w życie. Zrozpaczony nie może umrzeć [...]”<sup>34</sup>. Człowiek chory na śmierć, w rozumieniu kierkegaardowskim, jest poddany rozpacz, ale nigdy nie może umrzeć.

Niechęć do bycia sobą nie jest jednak stosunkiem do tych czy innych doświadczeń, lecz, w ujęciu Kierkegaarda, staje się częścią osobowości. Jażń, jako ustosunkowanie się do stosunku do siebie, staje się, sama w sobie, źródłem rozpacz – problemem jest właśnie ten stosunek, a nie ludzkie doświadczenia.

Jest to sytuacja tragiczna dla osoby w depresji z trzech powodów. Po pierwsze, rozpacz jest spowodowana przez rozpaczającego, a rozpad osobowości jest czymś, co przychodzi ze środka, jest, mówiąc metaforycznie, awarią wewnętrznych struktur ludzkiej duchowości, co nie jest spowodowane czynnikami zewnętrznymi. Po drugie, rozpacz nigdy nie może się skończyć sama z siebie, gdyż nie może zniszczyć osobowości. Osoba w depresji, rozpaczając, nie może dojść do punktu, w którym rozpacz dojdzie do punktu krytycznego. Człowiek może się pokaleczyć lub zabić, lecz nie spowoduje w ten sposób wyczerpania źródeł cierpienia. Wreszcie, po trzecie, rozpacz osoby w depresji nie wynika wcale z tego, że nie może stać się kimś innym, lecz że nie chce być sobą (druga forma rozpacz). Człowiek w depresji nie rozpacza dlatego, że nie chce być sobą, nie rozpacza, że nie może być jak ktoś inny, lecz chciałby nie istnieć jako cała, integralna osobowość, z którą się utożsamia.

Należy nawiązać do pierwszej formy rozpacz. Osoby w depresji nie zawsze bezpośrednio rozpaczają nad sobą. W wielu przypadkach rozpaczają ze względu na swoje doświadczenia. W sensie kierkegaardowskim jest to rozpacz nieobjawiona (rozpacz, że się nie jest świadomym swej osobowości) – w rzeczywistości rozpaczający rozpacza nad sobą, a nie nad daną rzeczą. „Jakaś dziewczyna rozpacza z miłości – z powodu straty ukochanego, czy to, że umarł, czy to, że nie dochował jej wiary. [...] Ta jej osobowość, której pozbyłaby się natychmiast, gdyby ukochany został

<sup>34</sup> Tamże, s. 153.

«jej» ukochanym, ta osobowość staje się dla niej męką, z chwilą gdy jest osobowością bez «niego» [...]»<sup>35</sup> – pisze filozof z Kopenhagi.

Wreszcie należy nawiązać do trzeciej formy rozpaczcy – rozpaczcy, że się chce być sobą. Zdaniem Kierkegaarda, dialektycznie rzecz ujmując, ta forma rozpaczcy jest również rozpaczą, że się nie chce być sobą, bowiem pragniemy nie być osobowością, którą jesteśmy, lecz być osobowością, którą myślimy, że jesteśmy<sup>36</sup>. Jak pokażemy w kolejnych rozdziałach, ten typ rozpaczcy również towarzyszy osobie w depresji.

### „Rozpacz jako choroba na śmierć”

Kierkegaard pisze, że „być chorym na śmierć to znaczy nie być zdolnym do śmierci, ale nie chodzi tu o nadzieję życia – nie, beznadziejność polega na tym, że człowiek nie ma ostatniej nadziei, nadziei na śmierć. Gdy śmierć jest największym niebezpieczeństwem, człowiek ma nadzieję na życie, ale kiedy poznaje większe niebezpieczeństwo, ma nadzieję na śmierć. Kiedy niebezpieczeństwo tak się wzmacnia, że śmierć staje się nadzieją, rozpacz jest beznadziejnością niemożliwej śmierci”<sup>37</sup>. Należy zapytać, co jest takim niebezpieczeństwem dla rozpaczającej osoby w depresji. Można zaryzykować stwierdzenie, że tym niebezpieczeństwem jest właśnie życie. Osoby w depresji nie zawsze popełniają samobójstwo, gdyż może ono nie mieć dla nich sensu – zwiększona religijność u osób w depresji wiąże się ze spadkiem możliwości samobójstwa<sup>38</sup>.

Cierpienie, które ogarnia osoby w depresji może być tak wielkie, że następuje zanegowanie pozytywnej wartości jakiegokolwiek doświadczenia (następuje ahedonia<sup>39</sup>). Rozpacz taka powoduje śmierć „duchową” już

<sup>35</sup> Tamże, s. 154–155.

<sup>36</sup> Por. tamże, s. 155.

<sup>37</sup> Tamże, s. 152.

<sup>38</sup> Por. R. E. Gearing, D. Lizardi, *Religion and Suicide*, „Journal of Religion and Health” 48 (2009) nr 3.

<sup>39</sup> Por. np. badania na temat depresji i ahedonii: H. W. Chase, M. J. Frank, A. Michael, E. T. Bullmore, B. J. Sahakian, T. W. Robbins, *Approach and avoidance learning in patients with major depression and healthy controls: relation to anhedonia*, „Psychological Medicine” (2009), nr 40, s. 433–440.

w trakcie życia. Śmierć cielesna dotyczy bowiem ciała, a nie osobowości, która, z Kierkegaardowskiego punktu widzenia, jest wieczna.

„Rozpacz jest chorobą na śmierć, pełną męki sprzecznością, chorobą samą w sobie, wiecznym umieraniem, a przecież nie umarciem, nie skończeniem śmiercią. Umrzeć – to znaczy, że wszystko minęło, ale umrzeć śmiercią – to znaczy przeżyć doświadczenie śmierci; a jeżeli doświadczenie możliwe jest choć przez jedną chwilę, to można je przeżywać wiecznie”<sup>40</sup> – pisze Kierkegaard. Dialektyczny charakter rozpacz zapewnia jej ciągłość. Zdaniem Karola Toeplitza rozpacz jest nieuchronna – „rzeczywistość rozpacz jest tożsama z niemożliwością jej zanegowania”<sup>41</sup>. Poprzez to, że choroba na śmierć jest nieustannie możliwa, podtrzymywana staje się rzeczywistością. Człowiek w depresji (w sensie kierkegaardowskim) nie żyje, gdyż całą swoją „energię życiową” marnuje na samopochłanianie siebie. Jednocześnie rozpacz stanowi dla niego poważny problem egzystencjalny, ponieważ, jako że „rozpacz to rozpad syntetycznego stosunku jaźni do samej siebie”, jest ona negacją istoty człowieczeństwa. Stan ten musi być jednak nieustannie (świadomie bądź podświadomie) podtrzymywany, a do tego potrzebny jest lęk, którego natura zostanie przedstawiona w kolejnym rozdziale.

### Pojęcie lęku

Kierkegaard w *Pojęciu lęku* przedstawia swoje rozumienie tego pojęcia: „[...] lęk różni się od strachu i innych podobnych pojęć, które odnoszą się do czegoś określonego, podczas gdy lęk jest właśnie rzeczywistością wolności jako możliwością jej możliwości”<sup>42</sup>. Człowiek, rozumiany jako synteza duszy i ciała, może zaistnieć jako synteza jedynie poprzez trzeci element – ducha<sup>43</sup>. Duch, który nie jest uświadomiony, „wdziera

<sup>40</sup> S. Kierkegaard, *Choroba na śmierć*, dz. cyt., s. 152.

<sup>41</sup> K. Toeplitz, *Nieuchronność rozpacz*, [w:] *Człowiek wobec rozpacz w filozofii Sorena Kierkegarda*, red. M. Urban, W. Zuziak, Kraków 2005, s. 33.

<sup>42</sup> S. Kierkegaard, *Pojęcie lęku*, tłum. A. Dżakowska, Warszawa 1996, s. 49–50.

<sup>43</sup> S. Kierkegaard, *Pojęcie lęku*, tłum. A. Szwed, Kęty 2000, s. 60. (używam obydwu tłumaczeń, w tym przypadku to jest A. Szwed).

się” w syntezę duszy i ciała, objawiając się jako coś obcego i budząc lęk. Ta możliwość zaistnienia trzeciego elementu w egzystencji człowieka otwiera kolejną możliwość. Możliwość, że wolność wiąże się z działaniem ducha, a z tym zaś działaniem wiąże się dobro i zło, które w konsekwencji mogą spowodować wolność lub jej brak. Według Antoniego Szweda „mamy tu możliwość, która warunkuje pojawienie się drugiej możliwości. Ta ostatnia, jak wynika z toku rozważań *Pojęcia lęku*, jest możliwością zaistnienia wolności ducha. Jest to uświadomiona możliwość wolności. Jednostka «wie», że wina, grzech, to stany wolności skrępowanej, czyli stany zniewolenia, które, w imię swojego szczęścia, winna przewyciężyć, by osiągnąć pełnię wolności, która jest zarazem pełnią duchowej egzystencji”<sup>44</sup>. Ważne jest zaznaczenie w tym miejscu, że grzech, który wiąże się z lękiem, nie jest *per se* stanem wolności skrępowanej, lecz jest nieustanną możliwością skrępowania wolności, podobnie jak rozpacz jest możliwością i musi być podtrzymywana.

Duński filozof rozpoczyna swoje rozważania na temat lęku z perspektywy analizy grzechu pierwotnego. Grzech pierwotny wkracza w życie każdego człowieka osobno, a zanim się pojawi, człowiek jest w stanie niewinności, czyli w stanie niewiedzy (w odniesieniu do tego, co jest dobrem, a co złem), w stanie uśpienia ducha. W tym stadium duch objawia się jako lęk przed nicością<sup>45</sup>. Człowiek nie wie, czego się lęka, bo lęka się niczego – duch nie jest jeszcze określony. W dalszej kolejności lęk wiąże się ze zmysłowością i seksualnością<sup>46</sup>.

Następnie filozof odróżnia lęk podmiotowy od przedmiotowego. Z racji tematu niniejszej pracy zajmiemy się lękiem podmiotowym, który jest „lękiem zaistniałym w jednostce jako skutek jej grzechu”<sup>47</sup>. Jeśli ujmijemy rozpacz jako grzech (w ujęciu religijnym) lub rozpacz, której towarzyszy wina (w ujęciu psychologicznym), w obydwu przypadkach można stwierdzić, iż rozpacz jest jedną z przyczyn gromadzenia się lęku

<sup>44</sup> A. Szwed, *Wstęp tłumacza*, [w:] S. Kierkegaard, *Pojęcie lęku*, tłum. A. Szwed, dz. cyt., s. 11.

<sup>45</sup> S. Kierkegaard, *Pojęcie lęku*, tłum. A. Szwed, dz. cyt., s. 58.

<sup>46</sup> Por. np. tamże, s. 66 i 70.

<sup>47</sup> Tamże, s. 75.

w osobie z depresją. Tutaj można wyróżnić, w bardzo ogólnym zarysie, dwie podgrupy:

- ludzi, którzy przeżywają lęk przed niczym, objawiający się jako powracające poczucie silnego niepokoju, a jest *de facto* lękiem nieświadomionej rozpacz;
- ludzi, którzy przeżywają nieuzasadniony lęk przed czymś, a jest on najprawdopodobniej, na najgłębszym poziomie, wynikiem rozpacz, że się chce być sobą lub że się nie chce być sobą. Oznacza to, że osoba w depresji może na przykład przeżywać traumę z powodu jakiegoś doświadczenia, lecz w rzeczywistości towarzyszy jej rozpacz – nie chce być osobą, która ma takie doświadczenie.

Niezwykle istotne jest w tym momencie zaakcentowanie, skąd bierze się lęk w sytuacji rozpacz osoby w depresji. Rozpacz, że się chce lub nie chce być sobą, nie jest zwykłą chęcią, lecz musi funkcjonować w kategoriach winy z powodu chęci bycia lub niebycia sobą, a nieświadomiona wina może objawiać się jako lęk. „W tej sferze wyrażenie «lękać się... niczego» objawia się najbardziej paradoksalnie, ponieważ wina z pewnością jest czymś. Mimo to prawdą jest, że dopóki jest ona przedmiotem lęku, jest niczym. [...] gdy tylko zaistnieje wina, lęk przemija [...]”<sup>48</sup> – pisze Kierkegaard.

Kierkegaard rozróżnia również kategorie lęku przed złem<sup>49</sup> i lęku przed dobrem<sup>50</sup>. Tę drugą kategorię odkrywa w ramach analizy demoniczności. Jak zostanie pokazane później, skrytość<sup>51</sup>, która towarzyszy demoniczności, może być również udziałem osoby w depresji wraz z pewnego rodzaju lękiem przed dobrem.

Lęk może przybierać różne formy, lecz w przypadku depresji jest w swej naturze przeżywaniem niepokoju, złości bądź winy z powodu bycia sobą w konkretnej sytuacji lub relacji. Lęk „zastępuje” inne przeżycia, pozbawia jednostkę możliwości wejścia w relację, a perspektywy,

<sup>48</sup> Tamże, s. 129.

<sup>49</sup> Por. tamże, s. 140–145.

<sup>50</sup> Por. tamże, s. 146–185.

<sup>51</sup> „Hermetyczność” w tłum. A. Dżakowskiej, w tłum. A. Szweða – „skrytość”.

na które zamknął człowieka lęk, jawią się mu jako możliwość ducha. Poprzez lęk został jednak pozbawiony fundamentalnej wolności odniesienia się do tej możliwości.

Autor tego artykułu chce zaakcentować różnicę między rozpaczą a lękiem. Rozpacz jest nieustannie podtrzymywanym stosunkiem ducha (rozpadem syntezy w człowieku), natomiast lęk jest przeżyciem tego stosunku. Obydwie kategorie są w rozumieniu kierkegaardowskim dynamiczne, jednak to lęk wyraża stan ducha zrozpaczonej osoby. Zarówno ten stosunek ducha (rozpacz), jak i jego przeżycie (lęk), występują w sytuacji depresji.

### **Kształty kierkegaardowskiej rozpaczycy a stan depresji**

Pierwotną przyczyną problemu osoby w depresji nie są jej doświadczenia, lecz kierkegaardowska rozpacz, tj. zamiana możliwości bycia zdrową psychofizycznie i duchowo jednostką na rzeczywistość choroby. Autor przyjmuje w niniejszym artykule, że depresja jest chorobą na śmierć nie dlatego, że człowiek w depresji jest chrześcijaninem. Śmiertelność nie dotyczy jaźni w ten sam sposób, w jaki dotyczy ciała. Jeśli osoba w depresji zabije się (a my nie przyjmujemy perspektywy Kierkegarda, że chrześcijanin żyje wiecznie), nastąpi rozpad jaźni i ciała. Jednakże człowiek nie może zabić swojej jaźni, nie zabijając ciała. Śmierć podmiotu, która ma miejsce w depresji, wynika z ciągłego podtrzymywania niechęci do bycia sobą, zanegowania wartości normatywnego obrazu siebie i konfliktu różnych rodzajów tych obrazów, zaprzeczenia sensowności swoich działań i zdolności, poczucia rezygnacji oraz bezradności wobec otaczającej rzeczywistości, co powoduje fundamentalne wykorzenienie się podmiotu z życia, manifestujące się jako bezsens egzystencji danej jednostki.

Istotną rolę w tym procesie (który musi być nieustannie podtrzymywany) pełnią różne formy rozpaczycy i lęku. Rozpacz wiąże się bezpośrednio z ciągłym podtrzymywaniem niechęci do bycia sobą i negacją normatywnego obrazu siebie, natomiast lęk wyraża się poprzez poczucie braku bezpieczeństwa wobec wrogiej sytuacji lub rzeczywistości. Można zapytać, w jaki sposób osoba w depresji, której przedmiotem lęku nie

jest ona sama, a na przykład lęka się o zdrowie najbliższych, w rzeczywistości rozpacza w sensie kierkegaardowskim. Dzieje się tak, bowiem możliwość śmierci najbliższej osoby może być w paradoksalny sposób utożsamiana z winą, złością lub niepokojem, jak również z niechęcią do bycia sobą. Osoba w depresji może się bać, że jej bliscy umrą, to znaczy zostawią ją samą z powodu tego, kim jest lub z powodu jej złości na nich tudzież oczekuje, że będzie osobą, której bliscy są zdrowi, ma bowiem podświadome przekonanie, że bycie sobą bez nich nie jest możliwe. W rzeczywistości tego rodzaju lęk jest egoistyczny.

Należy dokonać analizy różnych form rozpacz, porównując je ze stanem depresji. Kierkegaard zwraca uwagę w swojej analizie, że rozpacz w zasadzie należy rozpatrywać w kategoriach świadomości i nieświadomości<sup>52</sup> – w przypadku naszej interpretacji, w zależności od tego, czy osoba w depresji jest świadoma swego stanu, czy nie. Świadomość rozpacz nie oznacza jednak wyjścia z tego stanu. „Wraz ze wzrostem świadomości i proporcjonalnie do tego wzrostu wzmagają się intensywność rozpacz; im większa jest świadomość, tym intensywniejsza rozpacz”<sup>53</sup> – pisze filozof z Danii. Jednocześnie rozpacz może być podtrzymywana również wtedy, kiedy nie jest uświadomiona. W obydwu przypadkach, choć w różnym stopniu, dotyczy osobowości. W związku z powyższym autor artykułu abstrahuje od tego, czy jest ona uświadomiona, czy nie. Poniższa analiza stanowi natomiast autorskie odniesienie do opisanych przez Kierkegarda form rozpacz, związanych z kategoriami nieskończoności, skończoności, konieczności i możliwości.

Pierwszy analizowany przypadek brzmi następująco: „Rozpacz nieskończoności pochodzi z braku skończoności”<sup>54</sup>. (1) Ponieważ człowiek w ujęciu kierkegaardowskim jest syntezą skończoności i nieskończoności, osobowość, aby być konkretną (tj. nierozpaczoną), musi stać się sobą, czyli syntezą. Dążenie osobowości w stronę skończoności lub nieskończoności powoduje rozpacz. W pierwszym przypadku

<sup>52</sup> Por. S. Kierkegaard, *Choroba na śmierć*, dz. cyt., s. 164.

<sup>53</sup> Tamże, s. 181.

<sup>54</sup> Por. tamże, s. 166.



człowiek wpada w rozpacz, ponieważ jego osobowość dąży w stronę nieskończoności, tj. fantazji i wyobraźni. „Element fantastyczny na ogół to jest to, co prowadzi człowieka tak daleko w nieskończoność, że odrywa go od jego jaźni i wstrzymuje od powrotu do siebie”<sup>55</sup>. Według Kierkegaarda rozpacz nieskończoności powoduje „ulatnianie się” osobowości i niemożność poznania siebie<sup>56</sup>.

Zdaniem autora niniejszego artykułu rozpacz nieskończoności może przybierać w stanie depresji formę sentymentu, rozpamiętywania przeszłości, analizy nieprzyjemnych doświadczeń, ciągłego przeżywania na nowo wyidealizowanych okresów przeszłości lub marzeń o utopijnej przyszłości. Może wiązać się bezpośrednio z lękiem przed przeszłością lub przyszłością. Człowiek obsesyjnie przywiązany do wspomnień lub marzeń odrywa się od „teraz”, a żyjąc przeszłością lub przyszłością, staje się kimś, kim nie jest, przez co popada w rozpacz. Ten typ rozpaczy w depresji pochodzi z niemożności usytuowania jaźni w codziennych sytuacjach i w braku przeżywanej świadomości terażniejszości.

Należy rozpatrzyć drugi przypadek: „Rozpaczą skończoności jest brak nieskończoności”<sup>57</sup>. (2) „Brak nieskończoności oznacza rozpaczliwie ograniczenie, zacieśnienie”<sup>58</sup> – pisze Kierkegaard. Rozpacz tego rodzaju może powstać z różnych powodów – duński filozof przywołuje tutaj przykład konformizmu<sup>59</sup>.

Zdaniem autora tego tekstu chęć ukazania swojej osobowości może być istotnym problemem dla osoby w depresji. Taki człowiek może woleć dopasowanie się do reszty społeczeństwa z lęku przed brakiem akceptacji. Innym przypadkiem takiego zacieśnienia może być sytuacja, gdy osoba w depresji, z lęku przed światem i przed samą sobą, stara się kontrolować siebie i czynniki zewnętrzne. Niemożność tej kontroli powoduje lęk. Przekonanie o całkowitym braku kontroli powoduje rozpacz. Pragnieniem takiej osoby jest, aby w dokładny sposób

<sup>55</sup> Tamże, s. 167.

<sup>56</sup> Por. tamże.

<sup>57</sup> Tamże, s. 169.

<sup>58</sup> Tamże.

<sup>59</sup> Por. tamże, s. 171.

odpowiadać wybranemu normatywnemu opisowi i kontrolować wybraną część przestrzeni wokół siebie, więc nieraz nawet najmniejsze niepowodzenia zamieniają się w porażkę i w dysfunkcję podmiotu.

Trzecim przypadkiem jest rozpacz możliwości, jako brak konieczności<sup>60</sup>. (3) Jeżeli możliwość prześciga konieczność, jaźń ucieka od samej siebie w możliwość, tak że nie istnieje żadna konieczność, dla której miałyby wrócić: i to jest właśnie rozpacz możliwości<sup>61</sup>. Zdaniem duńskiego myśliciela jednostce, która zatraca się w możliwości, brakuje ugięcia się przed koniecznością, czyli brakuje granic jednostki<sup>62</sup>.

Możemy więc mówić o ludziach, których ogarnia lęk przed możliwością, i to może być jedną z przyczyn rozpaczliwości w depresji. Osobowość nie jest w stanie się określić, gdyż wszystko jest dla niej możliwe – każda kolejna chwila może przynieść każdą ewentualność, czego nie da się kontrolować. Człowiek, który utożsamia siebie z tą sytuacją, popada w rozpacz. Jako że żyje w ciągłej możliwości, brak mu rzeczywistości, w oparciu o którą mógłby rozwijać swoją osobowość. Ten rodzaj rozpaczliwości dotyczy szczególnie osób w depresji, które nie czują się bezpiecznie w większości przeżywanych sytuacji, przez co tracą w ogóle poczucie integralności swoich osobowości. Powodem poczucia braku własnej integralności może być również zagubienie granic własnej osobowości, które powoduje problem z asertywnością w relacjach, co może skutkować lękiem przed wchodzeniem w nie.

Ostatnim przypadkiem jest rozpacz konieczności jako brak możliwości<sup>63</sup>. (4) Kierkegaard zwraca w tym przypadku uwagę między innymi na jednostki, dla których wszystko jest koniecznością, rzeczywistość jest zdeterminowana, a wola Boga jest konieczna, co uniemożliwia modlitwę. Ten rodzaj rozpaczliwości również można odnieść do sytuacji ludzi w depresji.

Zdaniem autora niniejszego artykułu ludzie w depresji rozpaczają niejednokrotnie z powodu swojej sytuacji życiowej, która jawi im się

<sup>60</sup> Por. tamże, s. 173.

<sup>61</sup> Tamże.

<sup>62</sup> Por. tamże, s. 174.

<sup>63</sup> Por. tamże, s. 176.

jako konieczna. Utożsamiają tę sytuację ze sobą, tj. widzą siebie jako osobę, która tkwi w takiej, a nie innej sytuacji, i nie ma możliwości jej zmiany – ten brak nadziei prowadzi do rozpacz. Należy zauważyć, że trudne sytuacje (na przykład choroba lub kalectwo) nie są jednakowo przeżywane przez wszystkie osoby. Niektórzy, pomimo tego, że zdają sobie sprawę z pewnej życiowej konieczności, nie utożsamiają siebie z kalectwem lub chorobą. Nie oznacza ona dla nich rzeczywistości ducha, gdyż nie utożsamiają siebie z daną sytuacją.

Rozpacz tego typu może przybrać również inną formę. Człowiek, który chce widzieć siebie jako osobę wolną i niezdeterminowaną przez rzeczywistość, popada w rozpacz, widząc każdy brak możliwości. Może to prowadzić do poczucia, że instrumentalna racjonalność człowieka nie jest w stanie sprostać rzeczywistości, a on sam nie jest w stanie sprostać swojemu życiu.

Niezwykłe istotne jest, że formy rozpacz nie muszą odpowiadać poszczególnym typom depresji, gdyż rozpacz skończoności może przerozdić się w rozpacz nieskończoności, a rozpacz konieczności w rozpacz możliwości i *vice versa*. Osoba w depresji może zatem przeżywać różne formy rozpacz w historii swojej choroby.

### **Depresja a współczesne formy rozpacz**

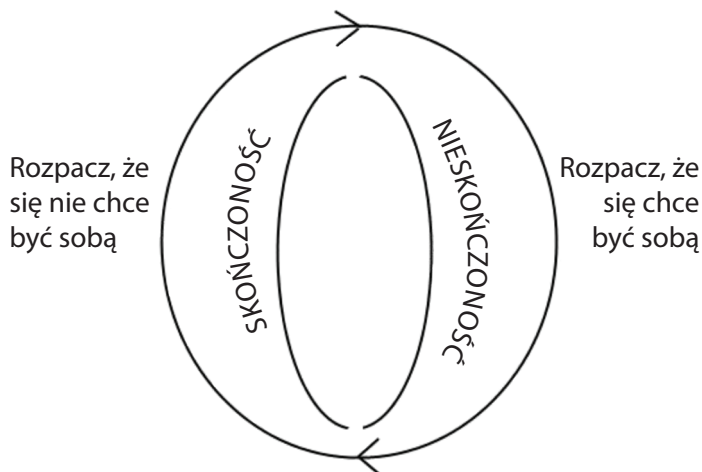
Powyższe rozważania na temat pojęcia rozpacz i lęku w odniesieniu do stanu osoby w depresji wiążą się z kilkoma współczesnymi problemami. Po pierwsze, czy możemy pomóc osobie w depresji, jeśli przyznamy, że rzeczywiście owa depresja jest również problemem egzystencjalnym? Po drugie, jak ma się rozpacz do współczesnej rzeczywistości i społeczeństwa o charakterze informacyjnym?

### **Dlaczego osoby w depresji nie szukają pomocy?**

Uświadomienie sobie rozpacz, która dotyczy osoby w depresji, nie musi oznaczać wyjścia z tego stanu, bowiem sama świadomość nie oznacza jej końca. „Wraz ze wzrostem świadomości i proporcjonalnie do tego

wzrostu wzmacnia się intensywność rozpacz; im większa jest świadomość, tym intensywniejsza rozpacz<sup>64</sup> – pisze Kierkegaard. Można zauważyć, że osoba będąca w depresji, jest w stanie wyjść z niej jedynie poprzez zmianę siebie. W takim przypadku może się pojawić drugi typ rozpacz – rozpacz, że się chce być sobą. Zrozpaczony woli pozostać sobą z całym swoim bólem i cierpieniem, niż stać się kimś innym. Dlaczego zrozpaczony nie szuka pomocy? „Gdy jednak w głębszym rozumieniu sprawa pomocy nabiera powagi, zwłaszcza gdy chodzi o pomoc z wyższego lub najwyższego źródła, upokorzenia polegające na konieczności przyjmowania pomocy bezwarunkowej w każdym sposobie [...] albo chociażby konieczność ugięcia się przed innym człowiekiem, potrzeba wyrzeczenia się własnego ja, dopóki się szuka pomocy, o, jakież to zaprawdę wielkie, długie i męczące cierpienie<sup>65</sup> – zauważa kopenhaski filozof.

W człowieku zrozpaczonym może pojawić się przywiązanie do dotychczasowego cierpienia. Jaźń osoby w depresji można zatem ukazać jako błędne koło, z pękniętym wnętrzem:



<sup>64</sup> Tamże, s. 181.

<sup>65</sup> Tamże, s. 218.

Osoba w depresji, uświadamiając sobie swoją chorobę, może chcieć pozostać sobą, tj. zamienić możliwość bycia zdrowym na rzeczywistość choroby. Otwierając się na rzeczywistość choroby, oddala od siebie możliwość bycia zdrowym, przez co przestaje sobie uświadamiać rzeczywistość choroby. Sytuację tę prezentuje zewnętrzna elipsa. Wewnętrzna elipsa symbolizuje stan rozpaczcy, czyli rozpad „syntetycznego stosunku jaźni do samej siebie”.

### Wołanie o pomoc osoby w depresji jest milczeniem

Kolejnym problemem, jeśli chodzi o pomoc osobie zrozpaczonej, może być jej zamknięcie w sobie, które można odnieść do pojęcia skrytości<sup>66</sup> u Kierkegaarda. Duński filozof rozwija je w oparciu o kategorię demoniczności, jako stanu nie-wolności i egzystencjalnego „zamknięcia się w sobie”. Należy zauważyć, że w przypadku osób w depresji może zaistnieć tego rodzaju hermetyczność, która może wynikać z sytuacji błędnego koła, przedstawionej w poprzednim punkcie. Jakkolwiek, prócz rozpaczcy, z której wynika zamknięcie się w sobie, osobie w depresji, broniącej się przed pomocą, towarzyszy lęk i milkliwość. „Gdy wolność wchodzi w kontakt z milkliwością, wówczas powstaje lęk”<sup>67</sup>. Ten lęk jest lękiem przed dobrem, gdyż każda próba kontaktu z zamkniętą w sobie osobą jest, w sensie kierkegaardowskim, objawieniem, tj. dobrem<sup>68</sup>. Stąd pomoc osobie zrozpaczonej może być trudna przynajmniej z dwóch powodów: z powodu popadnięcia przez nią w sytuację błędnego koła (nieuświadomienia, przechodzącego w chęć pozostania w bieżącym stanie) oraz lęku przed kontaktem z drugim człowiekiem, mogącym wyrwać ją ze stanu, w którym chce pozostać.

<sup>66</sup> Por. S. Kierkegaard, *Pojęcie lęku*, tłum. A. Szwed, dz. cyt., s. 151–152.

<sup>67</sup> Por. tamże, s. 152.

<sup>68</sup> Por. tamże, s. 155.

## Internet jako rozwiązanie przypadku morderstwa powiernika

Kierkegaard w poetycki sposób opisuje sprzeczność, która dotyczy sytuacji zrozpaczonego człowieka, chcącego powierzyć komuś swoje cierpienie, ale jednocześnie traktującego to jako upokorzenie<sup>69</sup> – nawiązuje do zamordowania powiernika przez króla bądź cesarza.

Kierkegaard opisuje wiele form rozpacz. Zwraca między innymi uwagę na rozpacz bezpośrednią<sup>70</sup> i rozpacz introwertyka<sup>71</sup>. Pierwszy typ dotyczy ludzi bez osobowości, gdyż, w rozumieniu Kierkegaardowskim, dzielą swoją osobowość z innymi i naśladują ich. Drugi typ dotyczy ludzi, którzy zamykają się w sobie, nie ujawniając swojej osobowości.

Dla jednych i drugich rozwiązaniem problemu kontaktu z drugim jest Internet. Tworzenie wirtualnej osobowości pozwala pierwszemu typowi ludzi tworzyć swoją osobowość od podstaw, a drugiemu typowi ludzi zaspokajać potrzebę rozmowy bez bezpośredniego kontaktu. Jednakże, w ten czy inny sposób, „wirtualizacja” osobowości może powodować kierkegaardowską rozpacz. Poza tym świat realny może się wydawać skończony, a Internet zachwyca nieskończonością zasobów. Osobowość „stworzona” w Internecie może przeczyć rzeczywistej osobowości danego człowieka.

Wirtualizacja jest również wykorzystywana przez ludzi, którzy trwają w lęku przed złem, tj. przed nieusprawiedliwioną rzeczywistością popełnionego wcześniej grzechu<sup>72</sup>. Dotyczy to zwłaszcza seksualności, która, przeniesiona do Internetu (w formie korzystania z pornografii czy innych wymiarów cyberseksualności), wirtualizuje ją i doraźnie pozbawia skandalicznego wymiaru, jaki ma na przykład zdrada partnera w realnym świecie.

Należy zwrócić jednak uwagę, że Internet może być przydatny, kiedy osoba zrozpaczona szuka pomocy. Wirtualizacja kontaktu z drugą osobą

<sup>69</sup> S. Kierkegaard, *Choroba na śmierć*, dz. cyt., s. 212.

<sup>70</sup> Por. tamże, s. 192.

<sup>71</sup> Por. tamże, s. 211–212.

<sup>72</sup> Por. S. Kierkegaard, *Pojęcie lęku*, tłum. A. Szwed, dz. cyt., s. 140.

może pomóc przezwyciężyć lęk przed tym kontaktem i być pierwszym krokiem do wyzwolenia się z błędnego koła rozpacz – jest to być może pierwszy krok ku wyzwoleniu.

### Zakończenie

Problem depresji może być przedstawiony w perspektywie filozoficznej. Analizy fenomenu depresji dokonuje między innymi Calhoun w swojej pracy *Losing One's Self*, wysuwając tezę, że stan depresji człowieka związany jest z niezgodnością, jaką ów człowiek odczuwa w związku z własnym normatywnym obrazem siebie, oraz odłączeniem woli (*disengagement of the will*), co w rezultacie prowadzi do wewnętrznego złamania ludzkiego podmiotu. Człowiek, poprzez fundamentalny brak motywacji, zostaje wykorzeniony z życia.

Zdaniem autora niniejszego artykułu nowy aspekt w rozumieniu problemu depresji może również ukazać filozofia Kierkegaarda. Człowiek w filozofii duńskiego myśliciela jest syntezą – jej rozpad, czyli skierowanie się człowieka w stronę jednego z elementów syntezy, skończoności lub nieskończoności, powoduje rozpacz. Ta rozpacz nie jest jedynie stanem, lecz bezpośrednio ustosunkowaniem się człowieka wobec samego siebie, które musi być nieustannie podtrzymywane. Dlatego też depresja, której rozpacz towarzyszy, jest tak głęboko zakorzenionym problemem.

Ową rozpacz w depresji należy rozpatrywać jako utratę zdolności człowieka do życia. Poprzez całkowite zachwianie wiary w efektywność własnej instrumentalnej racjonalności oraz poprzez poczucie całkowitego braku pewności względem relatywnego bezpieczeństwa w jakiegokolwiek wrogiej sytuacji, przestrzeni tudzież rzeczywistości, człowiek w depresji odkrywa własną skończoność i nieskończoność przyrody. Wiąże się to ściśle z normatywnym obrazem człowieka – chce on utożsamiać siebie z tym obrazem, który jest dla niego wartościowy z perspektywy życia. Kierkegaardowską rozpacz u osób z depresją powoduje niezgodność z tym obrazem. Człowiek rozpacza w sensie kierkegaardowskim, bo chce lub nie chce być sobą – są to dwie podstawowe formy rozpacz.

Zdaniem autora tego artykułu obydwie formy rozpaczcy pojawiają się u osoby w depresji, wprowadzając ją w sytuację błędnego koła, w której możliwość zdrowia zamienia się na rzeczywistość choroby. Choroba, o której mowa, nie dotyczy jedynie ciała i psychiki, lecz również ducha. W wymiarze psychofizycznym manifestuje się jako depresja, natomiast w wymiarze duchowym jako rozpacz, czyli jako określona przez Kierkegaardera choroba na śmierć, bowiem stanowi zanegowanie duchowego życia w perspektywie ludzkiej egzystencji.

Jednocześnie należy podkreślić dynamiczny wymiar depresji. Rozpacz, która jej towarzyszy, wymaga podtrzymywania negatywnego stosunku do siebie, a więc jest czymś żywym, czymś, co wymaga przeżywania siebie, a tym przeżyciem jest lęk. To doświadczenie zakłóca normalne odczuwanie siebie i rzeczywistości.

Zarówno rozpacz, jak i lęk, mają różne formy, których analizy dokonał Kierkegaard na łamach dzieł *Choroba na śmierć* oraz *Pojęcie lęku*. Autor niniejszego artykułu poddał analizie te formy, podając przykłady przeżyć związanych z depresją. Osoba chora na depresję ma skłonność do przeżywania lęku z powodów odpowiadających kolejnym formom rozpaczcy – w ten sposób podtrzymuje chorobę swojej jaźni.

W takim kontekście należy zadać pytanie, czym jest rozpacz, jeżeli nie jest ani stanem, ani bezpośrednim przeżyciem. W kontekście niniejszej pracy należy raczej zaakcentować aksjologiczny wymiar rozpaczcy i rozpatrywać ją jako wartość, jak proponuje Toeplitz<sup>73</sup>. Rozpacz wiąże się bowiem z fenomenem życia wewnętrznego i w tym aspekcie jest, zdaniem Szweda, pozytywna, gdyż jest wolna od form czysto teoretycznego myślenia<sup>74</sup>. Zatem problem niechęci do życia, który dotyka osobę zrozpaczoną i może wiązać się ze stanem depresji, jest problemem, dotyczącym samej egzystencji człowieka oraz jest ponadintelektualny. Problemem osoby zrozpaczonej jest jej nieautentyczna eg-

<sup>73</sup> Por. K. Toeplitz, „Choroba na śmierć” czy śmierć tej choroby?, [w:] *Człowiek wobec rozpaczcy w filozofii Sorena Kierkegarda*, dz. cyt., s. 33.

<sup>74</sup> Por. A. Szwed, *U źródeł rozpaczcy*, [w:] *Człowiek wobec rozpaczcy w filozofii Sorena Kierkegarda*, dz. cyt., s. 65.



zystencja<sup>75</sup> – człowiek w rozpaczach przeczy, używając języka duńskiego myśliciela, pierwotnie założonej osobowości.

Depresja w swojej złożoności i wielokrotności form i typów może zostać powiązana z kierkegaardowską rozpaczą. Jako taka jest zatem formą nieautentycznej egzystencji, która zaburza stosunek między ciałem, duszą i duchem, powodując wypaczenie każdego z elementów syntezy (są to problemy zarówno natury cielesnej, psychicznej, jak i duchowej). Synteza, o której mowa, stoi wszakże u progu każdej ewentualności – możliwości i konieczności, skończoności i nieskończoności, życia doczesnego i wiecznego. W tym sensie depresja może być określona jako choroba na śmierć. Jak można uleczyć tego rodzaju egzystencjalną chorobę?

Istotne rozwiązanie może wprowadzać filozofia dialogu. Rozpacz osoby w depresji zastępuje bowiem relację z Innym (nie tylko z Bogiem, ale również drugim człowiekiem), a lęk zastępuje żywy stosunek do świata. Człowiek (nawet jeżeli nie skłania się w stronę Mocy, która go stworzyła) może jawić się jako pełna synteza w perspektywie kontaktu z drugim – nawet jeśli jest wewnętrznie złamany – drugi człowiek, przy odrobinie chęci i dobrej woli, może zobaczyć w osobie chorej na depresję pełnię człowieczeństwa. Tego typu doświadczenie może być dla chorej osoby punktem wyjścia do stworzenia żywego stosunku do świata i zaakceptowania siebie.

<sup>75</sup> Koncepcję autentyczności w pracach Kierkegaarda rozwija w swojej pracy Workowski: por. A. Workowski, *Aktualność koncepcji autentyczności Sorena Kierkegaarda*, [w:] *Aktualność Kierkegaarda. W 150. rocznicę śmierci myśliciela z Kopenhagi*, red. A. Szwed, Kęty 2006, s. 184.