

dr Tomasz Kozłowski  
Katedra Edukacja i Nowych Mediów  
Wydział Nauk Społecznych  
Collegium Da Vinci

## W szponach happyterroru

„Perfekcyjna pani domu” to program, który jakiś czas temu gościł na antenie TVN, w którym dokonywała się osobliwa metamorfoza. Zanim jednak cud przemiany się dokonał, naprzeciwko siebie stawały dwie kobiety, zapamiętałe flejtuchy, na flejowatość których brakowało wręcz skali. Z kamerą gościliśmy w ich zapuszczonych, zarosłym brudem i pajęczyną mieszkaniach. W mikroskopowych niemal zbliżeniach mogliśmy zajrzeć w każdy kąt i każdą szparę, by lepiej dostrzec zwały zalepionego skroplonym z powietrza tłuszczem kurzu, strzępów papieru, starego jedzenia i resztki czegoś, co zdawało się wcześniej żyć. W zlewach rosły w górę i w głąb tryumfalne łańcuchy gór niezmytych naczyń i lasy użytych sztućców. Piekarniki wyglądały jak przejścia do innego wymiaru niehigienicznej rozpacz. Mieszkania wyglądały jak jaskinie, w których rosną, z każdej strony, stalaktyty i stalagmity, krystalizujące z zanieczyszczeń i zastoju. I w środku tych jaskiń żywe, umorusane, często wielodzietne ludzkie plemię.

Trudno jest w tym pojedynku wskazać anty-zwycięzcy. Każda z pań, w każdym odcinku, niezłomnie reprezentuje upadek reklamowego ideału. Obie starają się zasłużyć na koronę zwycięzcy, odnowionej wersji siebie, zawzięcie pucując swoje podwoje. Mieszkania pod koniec programu błyszczą, a prowadząca, w ostatecznym „teście białej rękawiczki” przejeżdża palcem w trudno dostępnych miejscach, w poszukiwaniu zapomnianych resztek kurzu.

Co znamienne, w programie nie chodzi o samą li tylko promocję czystości, organizacji, uporządkowania. Małgorzata Rozenek w roli prowadzącej nie jest wyłącznie ekspertką od optymalizacji ruchów ścierką i miotełką do kurzu. To coś znacznie, znacznie więcej. W każdym odcinku dochodzi bowiem do stosownego *katharsis*. Nie ma efektu, gdy nie ma łez. Uczestniczki na pewnym etapie muszą po prostu przyznać, że problem nie polega na „nauczeniu się sprzątać”. Bałagan to jedynie symptom. Problem jest w nich samych i jest znacznie głębszy. Ich źródło może być różne. To nieuporządkowane relacje w rodzinie. Narosłe latami warstwy kompleksów. Zwały żalu i frustracji. Porządkowanie chaosu jest tylko zalecaniem skutków, przyczyny drzemią w sferze *psyche*. Trzeba się zatem z nimi skonfrontować, czyszczenie mieszkania jest do tego dobrą okazją. To najprawdziwszy coaching mopem i ludwikiem, i nie ma w tym stwierdzeniu cienia przesady. Przemiana musi się zatem dokonać i musi mieć daleko szerszy wymiar. Przemianie nie podlega mieszkanie, ale osoba, jej życie, a w rezultacie, również jej najbliższe otoczenie, bo przecież wszystko się z wszystkim łączy i ze wszystkiego wynika.

### Odpicuj mi życie

„Pefrekcyjna...” to oczywiście wierzchołek góry lodowej. Istnieje cała dywizja propozycji podobnej maści, które dla swoich potrzeb nazywam programami odpimpowująco-transformacyjnymi (od popularnego swego czasu show MTV „Pimp my ride – Odpicuj mi brykę”, gdzie spektakularnej przemianie ulegało auto uczestnika). Transformacji ulegają rzecz jasna osoby, ale nie tylko. Są to wszak również restauracje, samochody, domy, a nawet zwierzęta. Ludzi zamienia się w doskonalszą wersję siebie samych. Może to być ugrzecznianie niesfornych dzieci, czy liposukcja, operacje plastyczne, czy wreszcie socjalizacja, gdzie z wieśniaczek robi się damy. Bo „odpimpować”

można praktycznie wszystko, jednak nadrzędna zasada pozostaje zawsze ta sama: nie o przemianę zewnątrz tu chodzi, a o przepoczwarczenie nawyków, sposobów myślenia. Zaprzęga się więc w tym celu nie tylko chirurgów, ale i menadżerów, psychologów, coachów, trenerów, którzy wyciskać będą z uczestników siódme poty i nowe rekordy, by na koniec oznajmić, że „rewolucja, operacja, przemiana etc. – się udała”.

Pojawia się pytanie: czy taka oto wizja świata jest w jakiś sposób niewłaściwa, nieprawomocna? Cóż złego w tym, że osobom życiowo upośledzonym podpowie się jak – w skrócie – zrobić porządek w domu, w firmie, w życiu? Abstrahując już od skuteczności samej metody, jako że podstawowe prawidła psychologii każą wierzyć, że gruntowna przemiana wzorców zachowań winna dokonać się w czasie dłuższym niż tydzień. Do wszystkich odmienionych gospodyń (ew. innych uczestników) należałoby zawitać po miesiącu i dopiero wówczas zweryfikować skuteczność terapii – z dużym prawdopodobieństwem można założyć, że układ, jaki bądź, wróciłby do stanu wyjścia. Tego jednak już telewizja nie pokaże, ponieważ kłóci się to z filozofią, która stanowi osobliwą metanarrację, nadideologię dzisiejszych czasów, a ta mówi, że szczęście jest czymś nie tyle osiągalnym, co programowalnym. Kultura Zachodnia przyjęła za dogmat, że szczęście jest wyrazem osobliwej równowagi: jeżeli więc uda się ową równowagę uchwycić i nazwać – człowiek z pewnością szczęście osiągnął, ponieważ zależy ono od zewnętrznych uwarunkowań a nie od subiektywnego odczucia. Przypomina mi to trochę dowcip o parze behawiorystów po stosunku, gdzie dziewczyna mówi do chłopaka: ty miałeś orgazm, a ja?

### **Piramida i prole**

Te naiwne dość produkcje telewizyjne sytuują się mimo wszystko w szerokim horyzoncie idei rozwoju osobistego, która w ostatnim czasie mocno zdominowała zachodni sposób myślenia. W książce i filmie „American psycho” główny bohater ma sterylne mieszkanie, doskonale wypielegnowane ciało, doskonale płatną pracę, a mimo to, nie wytrzymując presji i rywalizacji, odreagowuje w brutalny sposób mordując niewinnych ludzi. Nad całą fabułą unosi się niepokojące pytanie o sens każdego aspektu jego uporządkowanego życia. Utworów o podobnej wymowie jest oczywiście więcej, co pozwala skonstatować, że konsumpcjonizm otwarcie przyznał się do porażki. Dobrobyt nie zapewnił dobrostanu. Posiadanie i użytkowanie dóbr nie nadało egzystencji sensu. Z jakichś powodów w głowach twórców załęgły się demony każące na kartach ich dzieł rozplątać toporem kilka czaszek. I znikąd pomocy.

Ponieważ rynek nie znosi próżni, pomoc pojawiła się stosunkowo niedawno, właśnie pod hasłem świadomego rozwoju osobistego. Ideologia ta za najgorsze zło uznaje zaprzepaszczenie swojego potencjału. Niezrealizowanie szczytu Maslowowskiej piramidki skazuje człowieka na towarzyską anatemę, no, chyba że chce się zasilić niezliczone zastępy współczesnych proli. Tylko członkowie elity znają przepis na szczęście, a tym jest życie świadome, zaangażowanie nowego typu, rozpoznanie i eksploatacja swojego potencjału. Jeśli uważnie zadba się o właściwy rozwój każdej sfery swojego funkcjonowania – nie ma siły, człowiek zakosztuje szczęścia.

O ile wcześniej dominowało przekonanie, że status, posiadanie, władza zapewniają szczęście, o tyle dziś porządek ten niejako uległ odwróceniu (bo jak już wiemy, puste posiadanie i władza sama dla siebie prowadzą raczej w stronę rozłupywania czyjejś czaszki, choćby w wyobraźni). Wcześniej prawdą, z którą wielu mogłoby się utożsamić, było: gdy wszystko się poukłada, wreszcie będę szczęśliwy. Dziś jest już dokładnie odwrotnie: gdy będę szczęśliwy, wszystko się poukłada. Szczęście stało się nie przywilejem, a wyborem, wyższą formą świadomości, stanem umysłu, nową religią elit i

aspirujących do nich. Jak zresztą ma to miejsce w uroczym bądź co bądź dialogu dwóch postaci z filmu „Chłopaki nie płaczą”, podczas wspólnego palenia trawki na balkonie Laska (grany przez Tomasza Bajera) tłumaczy koledze (w tej roli Maciej Stuhr), że jeśli nie ma się rodziny na utrzymaniu ani nie trzeba walczyć o przetrwanie każdego dnia, wystarczy zadać sobie proste pytanie: co lubię w życiu robić? A potem zacząć to robić. To oczywiście uproszczona forma owej filozofii, ale czy można prościej ująć współczesny pogląd na indywidualne szczęście? Szczęście to kwestia wyboru. Nic więcej. Z tych też powodów uczestniczki „Perfekcyjnej pani domu” stają nie tyle przed kolejnym wyzwaniem rodem z teleturnieju. One decydują się wybrać szczęście – z różnym skutkiem. Decyzja w świetle tak skonstruowanej pragmatyczno-indywidualistycznej etyki godna jest pochwały. Porażka jest jednak osądzana bardzo surowo. Powrót do wcześniejszej, zapuszczonej formy bytowania, ale i szerzej, każda życiowa porażka, popełniony błąd, pomyłka, stanowią idealny punkt wyjścia do dalszej krytyki indywiduum. Skoro przytrafiło ci się coś złego – sam jesteś sobie winien. Nie wybrałeś szczęścia. Z niewystarczającym zaangażowaniem zaklinałeś swoją rzeczywistość.

### **Przez ciernie do szczęścia**

Szczęście w kulturze Zachodniej przeszło interesującą ewolucję. W swoich początkach mogło jawić się jako odległa idea, którą wypracowuje się i wciela w życiu długotrwałym treningiem, często angażującym całe lata. Tak przynajmniej można by sądzić analizując dzieła starożytnych. Schemat działania, jaki wówczas obowiązywał, kazał wierzyć, że odpowiednia praktyka dnia codziennego, nastawienie, wyznawane wartości pozwolą zbliżyć się do pewnego ideału dobrego, harmonijnego życia. Nieważne zresztą, czy prowadziła do tego szkoła sokratejska, epikurejska, stoicka... w kontekście naszych rozważań chodzi raczej o to, że owe porady nie miały charakteru – by tak rzec po socjologicznemu – ekskluzywnego. Szkoły myślenia, teoretycznie przynajmniej, otwarte były dla wszystkich, mistrzów zaś, którzy w nich rezydowali, cechowała szczególnego rodzaju pokora oraz przyjazne nastawienie względem każdego poszukującego. Jak i dziś poszukiwania idealnego życia, zgodnie z piramidą Masłowa, zarezerwowane być mogły dla tych, którzy byli w stanie zaspokoić potrzeby podstawowe, jednak biorąc pod uwagę fakt, że starogrecki sposób funkcjonowania bazujący również na niewolnictwie, umożliwiał szerokiemu, wolnemu ludowi angażowanie się w rządzenie, igrzyska czy teatr, całą filozofię niejako demokratyzował. Szczęście było zatem pewną opcją, występującą ponadto w jednej z paru przynajmniej form, która dostępna była dla ludu a nie zarezerwowaną dla elity.

W średniowieczu pojęcie szczęścia przeszło szczególną przemianę za sprawą ekspansji chrześcijaństwa wraz z jego poddańczą – jak zapewne powiedziałaby Nietzsche – etyką. Wystarczy wspomnieć obraz odmalowany w „Imieniu róży”, by zauważyć jak daleko pogląd na indywidualne szczęście odbiegł od ideałów antyku. Cień choćby uśmiechu bywał tępiony jako szatańskie pokuszenie, odrywanie od poważnych spraw żywota. Życie na ziemi zaś urastało do rangi szeregu koniecznych, na swój sposób uszlachetniających niedogodności, które odpowiednio interpretowane mogły zbliżyć do Stwórcy, ale mogły też od niego oddalić. Należało zatem godnie przez nie przejść, zwalczyć w sobie pokusy, dostatecznie się umartwić, by na zasłużony raj zasłużyć – to jednak dopiero w zaświatach. To również średniowiecze upowszechniło takie wynalazki jak rachunek sumienia i żal za grzechy, które to praktyki dopisały z jednej strony kolejną linijkę w historii zachodniej jaźni, z drugiej jednak – przyczyniły się mocno do popularyzacji poglądu, że bytujemy na tym – otóż to – łez padole, niejako za karę.

Protestantyzm akcenty w tak odmalowanym krajobrazie nieco poprzesuwał. Doktryna predestynacji zakładała, że każdy ma już przeznaczone miejsce w niebie lub piekle, problem tylko w tym, że zamysłu Boga nie sposób przeniknąć nawet gdy jest się wysoko postawionym w kościelnej hierarchii. Wszystko co można, to jedynie z mniejszym lub większym powodzeniem obstawiać, gdzie się po śmierci trafi. Protestanci wymyślili sobie swoisty rachunek prawdopodobieństwa, który – jak nauczał socjolog Max Weber – zaowocował powstaniem kapitalizmu. *Ora et labora*, módl się i pracuj, oszczędzaj i żyj w pokorze, dziękuj Bogu, jeśli praca twoja przynosi rezultaty. Jeśli zgromadzisz znaczny kapitał, możesz mieć nadzieję, że Bóg ci sprzyja i nie będziesz smażył się w piekle. Szczęście czekało zatem na człowieka – jak w średniowieczu – również za zasłoną śmierci, jednak droga do niego wiodła nie tyle przez apoteozę cierpienia, ile pracy, a to już zasadnicza zmiana. Z owoców swojego znoju można było po prostu czerpać satysfakcję, zdrową dumę.

Wspominam o kolejnych stacjach tej drogi po to jedynie, by uświadomić czytelnikowi, że zachodni pomysł na życie niekoniecznie zawsze mówił o tym, że ma być ono szczęśliwe. Przeciwnie, w wielu miejscach, właśnie dzięki chrześcijańskiej etyce, rzecz miała się zgoła – może nie odwrotnie, ale – inaczej. Przypomnieć warto choćby główne tezy *Kazania na górze*, które do rangi cnoty podnosi trwanie w niedogodnościach. Kropką nad i wydaje się tu również wiek XIX, a z nim epoka wiktoriańska, ale także późniejsza ekspansja myśli Freuda. Owe prądy w sposób jednoznaczny promowały swoistą narrację wstydu: należało pilnować się w kwestii stroju, języka i – co najtrudniejsze a jednocześnie najbardziej znaczące dla propagatorów teorii austriackiego psychiatry – odruchów. Na skutek rozkwitu podobnych filozofii szczęście do dziś trudno dość „klei się” z neurozą a znaczna część XIX-wiecznej literatury niebezpiecznie często oscyluje wokół braku szczęścia ewentualnie wyrzeczenia się go w imię innych wartości (czy będziemy mówić o kwestiach miłości, rodziny, ekonomii, czy wreszcie – jak w przypadku literatury polskiej – dobra ojczyzny). O Dickensowskich wątkach dotyczących początków społeczeństwa industrialnego, które pochłonęły ogromne ilości robotniczego, zubożonego mięsa armatniego i wykuło co słabszy narybek brudem i zarazą – już nie wspomnę. Na straty w dyskusji o szczęściu Zachodu można chyba również spisać lwią część wieku XX, która upłynęła na zabliznianiu powojennych ran. Chyba dopiero Woodstockowa rewolucja otworzyła nieco szerszą drogę do namysłu nad szczęściem, tak w rozumieniu grupy, jak i w sensie czysto indywidualnym.

Dopiero kilka ostatnich dekad przyniosło istotną przemianę całego paradygmatu. Szczęście z jednej strony postrzegane było jako kwestia ideologiczna, niejako w opozycji do dziedzictwa totalitaryzmów i zimnej wojny, z drugiej, w pewnej części przyoblekać zaczęło się również w szaty konsumpcji. Nabywanie i konsumowanie zaczęło dokładać osobne cegiełki do całego konstrukt bycia człowiekiem spełnionym, wolnym, gotowym samodzielnie zaspokajać swoje pragnienia. Być może to z tego właśnie powodu – konsumpcyjnego uwikłania konstrukt szczęścia – całe zjawisko doposażone zostało w wymiar będący źródłem nowego systemu kastowego. Można bowiem odnieść wrażenie, że w ostatniej dekadzie to nie tyle szczęście zależy od stanu posiadania i nabywania, ile odwrotnie: osoby „szczęśliwe” wytyczają nowe linie demarkacyjne i tworzą elity nowej kategorii.

### **Coaching i samopomoc**

Eudajmonia, poczucie rozkwitania, jak ujmują to psychologowie, to stan wysokiej świadomości równowagi panującej w życiu danego człowieka. Poziom ten implikuje, że nawet niekorzystne, trudne, bolesne doświadczenia życiowe, zostaną odpowiednio

wytłumaczone, skutkiem czego stworzą nowe, wzbogacające przeżycie, naukę na przyszłość, dla siebie i dla innych. To stan umysłu, który postrzega życie z pewnej perspektywy i który nie pozwala znudzić się tym, co nas spotyka. Życie, nawet to przykre, może być fascynujące i wartościowe. Brzmi to wcale przekonująco, zwłaszcza, że retoryka takiego podejścia bliska jest mniesiej pokorze i zgodzie na niedogodności losu. Problem jednak w tym, że mnich, eremita czy wędrowny filozof tym m.in. różnią się od przeciętnego Kowalskiego, że mają znacznie więcej czasu na zgłębianie prawideł wszechrzeczy. Żyją daleko poza granicami świata pośpiechu, spełniają warunki wytyczone przez wspomnianego wcześniej Laskę: nie walczą o fizyczne przetrwanie, nie troszczą się o byt rodziny, mogą – za przeproszeniem – wypiąć się na cały zgiełk i odpowiedzieć sobie na ważne pytania. Czas jest dziś jednak dla większości nieosiągalnym sukcesem. Nie da się dojść do etapu życiowej eudajmonii kisnąc w korkach, drukując dokumenty, czy stojąc w kolejce do kasy w hipermarkecie. Nie da się z namaszczeniem przybliżyć do spokojnej, cichej nirwany w świecie krzyczącym reklamami, w cyberprzestrzeni zalanej hejtem. Współczesność nie sprzyja medytacjom, autorefleksji, pokornym, wyciszonym namysłom. Eudajmonia pozostaje nieosiągalna dla większości, skutkiem czego ułudą szczęścia stają się nieco niższe poziomy doznawania: zwyczajna przyjemność (odczuwane pozytywne uczucia i emocje) oraz poziom czysto racjonalny (namysł nad swoim stanem, którego wynik często zależy od porównań ze szczęściem innych). Nie wchodząc w szczegóły, bez nawet minimalnego „wtajemniczenia” w poziom eudajmonii istnieje uzasadniona obawa, że na wcześniejszych etapach jednostka nie poczuje się w pełni szczęśliwa. Przyjemność szybko przeminie, a skłonność do społecznych porównań z lepszymi niż z gorszymi od nas szybko zafunduje nam głębokie przygnębienie.

Ów brak rozeznania w tym, co myślimy, że potrzebujemy, a czego potrzeba nam faktycznie, jak również chroniczny brak czasu do namysłu nad tym wszystkim powoduje, że tworzy się nisza dla różnego rodzaju praktyk z obszaru szeroko rozumianego – wspomnianego wcześniej – rozwoju osobistego, a której wykwyty możemy podziwiać na coraz dłuższych i szerszych regałach księgarń. Ponieważ mam okazję współpracować z co najmniej kilkoma wydawnictwami, na moje ręce co chwila trafiają książki z dziedziny, którą na swój użytek nazywam „literaturą samopomocową”, a której wartość pozostaje tyleż dyskusyjna, co symboliczna. Źle się dzieje, jeśli czytelnik takich dzieł proszony jest o wypisanie ołówkiem imion pięciu ważnych osób a następnie kim dla nich jest, kim oni są dla niego... Przypomina to elementarz życia, podręcznik przemiany z biernego zewnątrz-sterowca w świadomą osobowość wewnątrz-sterowną. Badań nad skutecznością podobnych praktyk wciąż jednak brak. Spekulować można jedynie o modach na poszczególne nurty. Chandra i niespełnienie stały się czymś na kształt nowej waluty, którą wymienia się zakupując stosowne treningi w nadziei na zajęcie nieco wyższego szczebelka na społecznej drabinie, wśród innych samoświadomych i rozwiniętych.

### **Przestroga z *reality show***

Po ludzku robi mi się jednak żal całej nieuświadomionej reszty, owych proli nowego typu, odpadów na wysypisku hiperkapitalizmu, którym – zgodnie z obowiązującą doktryną – brak samoświadomości i środków (jedno oczywiście nierozzerwalnie łączy się w błędnym sprzężeniu zwrotnym z drugim). Programy stawiające sobie za cel „zrobienie z nich ludzi” pośrednio komunikują również cały anty-wzór: „Przypatrz się, drogi telewidzu, kochany internauto, jak wygląda życie na dnie. Tym tutaj, dziś, zaraz, jakby się poszczęści. Postaramy się wyciągnąć ich z bagna i sprawdzimy, czy potrafią pływać na powierzchni. Wszystko ku uciesze. I przestrodze”. Nawet jeśli zgodnie z taką

funkcjonalistyczną filozofią przyjmiemy, że społeczeństwo mówi czasem do nas takimi drukowanymi literami, jak kaznodzieja czy mentor, pojawia się pytanie: co mu do tego? To proste: prole są niezbędne, dzięki nim świat jako tako działa (w końcu trzeba mieć kim zarządzać), to prawda, ale wciąż są nie dość dobre, nawet w swojej kaście. Odpuszczanie sobie, zapuszczenie tak zawodowe, jak i czysto fizyczne, obojętność na wezwanie do niestannego rozwoju, poznania samego siebie etc. to w dalszej perspektywie... koszty. Niewysportowany robotnik niskiego i średniego szczebla w końcu wyląduje z zawałem na OIOM-ie i trzeba będzie mu tę opiekę opłacić. Znudzony robotą urzędnik, który nie będzie gotów zainwestować w siebie w końcu przestanie być tak opłacalny jak wcześniej. Mało ambitni, otyli, zszarziali najprawdopodobniej nie awansują jeszcze długo. Ich pobory nie zwiększą się. Ich uczestnictwo w rynkowej grze – również. Ich pieniądź nie będzie krążył, bo nie będzie go dość dużo. Przez takie podejście do życia prole to jedyne w swoim rodzaju pożyteczne pasożyty.

Z tego powodu życiowy sukces, równowaga, poczucie dobrostanu stają się dziś czymś na kształt nowego totalitaryzmu. Stawką co prawda nie jest ani życie, ani wolność jednostki, jednak miejsce w społecznym porządku – już tak. Presja jest wyraźna i odczuwalna. Strach przed niespełnieniem zdaje się być coraz bardziej powszechną bolączką. W tej tyrańskiej atmosferze trudno o trafniejszą puentę aniżeli tak, która pojawia się na łamach „Pętli dobrego samopoczucia”: w dzisiejszych czasach o wiele trudniej byłoby przebić się ponownie Sartrowi. Nie mówiąc już o Dostojewskim czy Kawce. Zbyt ponurzy. Zbyt przegrani. Zbyt zapuszczeni. W sam raz do odpimpowania.