

Finn • Skårderud

nerimas

Klajonės po
modernųjų Aš



TYTO ALBA

Finn • Skårderud
nerimas

Klajonės po
modernųjų Aš

Iš norvegų kalbos vertė *Aušra Bagočiūnaitė*

VIENAS PATS

Užuomazga

Pirmi šio pasakojimo sakiniai sviedžia tiesiai į padangę.

Prieš keletą metų buvau kur kas žaismingesnis. Žaidžiau dangaus skliaute, atsidaviau kryčiui. Tikriausiai, atlikdamas pirmąjį šuolį, išgyvenau laimingiausias savo gyvenimo sekundes. Ne minutes – sekundes.

Ir manau, kad parašiuoto valdymas, nepaisant visiškai nevaldomo laisvo kryčio, yra mano apčiuopiamiausias susilietimas su visagalybe. Be to, buvo smagu.

Noriu šiuos potyrius išskirti iš veiklos, kurią daugelis mano esant absurdišką ar bent jau nenaudingą. Noriu išskirti juos, nes krisdamas iš dalies esi pats savimi, tačiau kartu esi ir modernios kultūros dalis. Mes mielai atsiduodame žaidimui, tačiau vien juo nepasitenkiname. Mes norime atbukinti nerimą. O jį įveikti padeda stiprūs potyriai. Juk atsipalaiduoti galima įsitempiant.

Čia, žemėje, tenka gyventi kelis gyvenimus. Nelengva. Psichologiškai aiškinant, gimusius mus sudaro daugybė laisvų dalelių. Augti – rinkti tas daleles į krūvą, tikintis tapti vientisu žmogumi. Nors nuobodokai nuskambės, bet sielos branda ir yra kraštutinumų derinimas. Kraštutinumai – tai ir vaiko fantazijos apie visagalybę ir naikinimą. Mes visiškai skirtingai įsivaizduojame, kaip reikia bendrauti su kitais. Atrasti ką nors vienoda šiais laikais tikriausiai būtų nelengva. Mes brandiname savąjį Aš.

Modernųjų Aš, kuris jau nebetramdomas tradicijų. Jį veikia ir turtina informacijos bei ryšių perteklius. Taip suteikiamos įsta-bios galimybės ir praturtinti gyvenimą, ir kartu prarasti save.

Čia, žemėje, tenka gyventi kelis gyvenimus. Visi jie kupini kažin ar įgyvendinamų projektų. Nuo galvojimo iškausta gal-va. Mintys, troškimai, rūpesčiai, piktosios dvasios ir svajonės nenustygsta vietoje it nenuoramų žvirblių pulkai rudenį. Man keliama galybė reikalavimų, daug ir iš savęs reikalauju. Kartais susiduriu su liūdesiu, kuris, nutrūkus mano kalbai, pradeda mane gąsdinti. Be kalbos, padedančios man atsiverti, jaučiuosi bejėgis. O kartais mane ima persekioti rūpestis, ką kiti mąsto ir mano.

Padangėje viskas kitaip. Ten rūpi tik viena. Oro slėgis neti-kėtai primena kūnui, kad pasipriešinimas – geras būdas pajusti, jog žmogus gyvas. Pasipriešinimas mus ir stabdo, ir leidžia su-vokti save esant. Todėl mes tokie greiti juo teisintis.

Buvau į žemę krintantis bedievis. Kodėl gi iš bedievių atim-tas šventumas? Šventumas – erdvė, atskirta nuo kasdienybės. Kristi reiškia kilti į kitą potyrį. Kūnas ir siela susijungia ir tampa vieniu. Patraukli psichosomatika.

Bet taip trukti negali. Po keleto šuolių supratau, kad pirmo potyrio antrąkart pajusti neįmanoma. Didžiausias ekstazės išgy-venimo priešas – pripratimas. Suvokiau, kad egzistencinis šuolis pamažu prastės ir virs sporto komandos naryste, pyragų loterija ir panašiais dalykais. O protas, užuot buvęs nuošalyje, ims vy-rauti. Šventoji žaislumo rimtis nyko. Planavau liautis.

Iššokęs paskutinį kartą, linksmas ir patenkintas kybojau danguje. Staiga tartum priepuolis mane ištiko tulžinga vienvė. Ką aš čia darau? Ką veikiu visiškai vienas erdvėje, kur man tik-rai ne vieta? „Esu vienišas kaip Franzas Kafka“, – rašė Franzas Kafka. Išgyvenau žmogaus trapumą – trumpą kelią nuo didybės iki nevilties. Kur kiti?

Labai palankiai galvoju apie tokias rizikos pratybas, į kurias pats buvau įsivėlęs. Tai suteikia potyrių, neįmanomų niekur kitur. Dažnai jie gana vertingi. Dažnai nepakankamai vertingi. Nepakankamai vertingi jie greičiausiai esti tada, kai žmogus bando ko nors prisipildyti. Žmogus pats ir duoda, ir ima. Tai *į save nukreiptos* pratybos uždaramo gyvenimo rate. Šitaip begėdiškai tiksliai atveriamą vienatvę. Įkyri vienatvės rizika kyla iš to, kad mūsų kultūra garbina individą – *asmenybę*. Čiulpti nykštį ir čiulpti krūtį – skirtingi dalykai.

Šuolis su parašiotu nėra pernelyg rizikingas. Jis – tikrosios gyvenimo rizikos mėgdžiojimas. Meilė, nuoširdumas ir *kiti dalykai* – štai tikroji rizika. Argi galima žygį plaustais lyginti su išsižadėjimu? Šuolį prisirišus guma ir nesulaukiamą mylimojo skambutį?

PAŠALINIAI POVEIKIAI

Įvadas: nepaliamojamas nerimas

Sėdžiu piramidės viršūnėje. Rašau.

Bandau susivokti. Kas gi vis dėlto čia vyksta? Manau, vienas svarbiausių veiksnių – noras patikti. Turbūt viskas yra štai taip paprasta. Norime, kad kas nors mus įvertintų. Man atrodo, daugelį mano veiksnių lemia noras kam nors patikti. Nors esu suaugęs žmogus, aš vis dar viliuosi, kad tėvas įvertins daugumą mano laimėjimų. Svarstau: juokinga save vadinti nepriklausoma asmenybe, kai šitaip smarkiai priklausai nuo kitų. Man reikia meilės ir pagyrų, aš noriu, kad man kas nors globėjiškai priešintųsi. Mano galva, nepriklausomų asmenybių apskritai nėra. Gal autistai yra išimtis, nors kai gerai pamąstau, tuo visiškai netikiu. Baisiai įdomu, kaip nepriklausomų asmenybių mitas šitaip išplito.

Peržiūriu, ką parašiau. Apninka abejonės. Ar viskas taip paprasta? Nenustygstu vietoje. Nežinau kodėl. Galbūt tai buvimo tuo, kas esu, pašalinis poveikis? Turėčiau būti patenkintas. Ką tik „Nilo“ rekreacijos centre mano kūną aliejais įtrynė stiprios moters rankos. Tikriausiai kalta piramidė. Negera ši piramidė. Tai ne žmogaus galimybių išaukštinimas kaip Cheopso piramidė, į kurios viršūnę sifiliu apkrėstas 1849-ųjų gruodį įkoptė Gustavėas Flaubert'as. Aš nekopiau. Pakilau liftu. Ir sėdžiu Cheopso piramidės *kopijos* viršūnėje. Esu Las Vegase. Į kazino

viešbutį *Luxor* įeiti galima tiesiai pro didžiulę angą – Sfinkso tarpkojį. Taksi stotelė kaip tik ten, kur turėtų būti dauginimosi organai. Taip ir nenustatau mitinio gyvūno lyties.

Viešbutyje man nepatinka. Tačiau pati mintis čia apsilankyti puiki. Įdomu, kad knygos apie šiuolaikinio žmogaus nerimą ir ramybę įvadą rašau būtent čia, išitraukęs į veiksmų chaosą. Atvykau čia lošti ir aprašyti lošimo. Už bilietą sumokėjo tie, kurie nori, kad aprašyčiau lošėjo psichologiją. Pasiėmiau dolerių, Dostojevskio *Lošėją* ir lengvabūdišką Hamsuno novelę *Lošimo istorija*. Visgi dabar aprašinėju visai ką kita, nes esu užvaldytas ne lošimo, o nerimasties. Šią akimirką beribis nerimas man daug svarbesnis už konkrečią, ir dėl to patrauklią, ruletės įtampą.

Man patinka čia būti, nes Las Vegasas – kraštutinumų pavyzdys. Čia diena maišosi su naktim – rytinė ruletė prieš kukurūzų dribsnių dubenėlį pusryčiams, jei tik pageidauji. Čia žmogus kviečiamas linksintis, iki neteks sąmonės, dvidešimt keturias valandas per parą. Jei turi bent ketvirtį dolerio, esi nuoširdžiai laukiamas. Lošimas leidžia Las Vegasui tapti greičiausiai augančiu miestu.

Paprastai geba orientuotis manęs neklaidina. Las Vegase jau esu buvęs, bet pasiklystu čia nuolat. Ir viduje, ir lauke. Lauke sutrinku, nes neono reklamos net ir vidudienį užgožia kepinančią saulę. Pasiklystu ir viduje, kazino salėse, kur tyčia norima dezorientuoti žmogų. Lošėjas turi pasiklysti ne tik *laike*, bet ir *erdvėje*. Architektūra irgi sąmoningai suprojektuota, kad pasiklyčiau. Labirintas po labirinto. Jokių langų, jokios natūralios šviesos – vos kelios iškabos, rodančios, kur tualetas, liftas ar registracija. Jokių kėdžių pavargusiam. Žmogus sutrikęs, tačiau jis gali susirasti tvirtą ramstį – lošimo stalą ir *lošimo automatą*, visad aplošiantį žmogų.

Man patinka būti čia; sėdžiu kvailos piramidės – reikšmingos metaforos – viršūnėje. Reikšmė tikriausiai pernelyg aiški.

Las Vegasas – realizacijos ir kitimo kraštutinumas. Triukšmas, šviesa, grūstis, informacija ir melodramiški dolerio likimai. Aki-mirkos utopija. Netoliese kitas kraštutinumas – dykuma. Tai amžinybės utopija. Žiūrint iš lėktuvo atrodo, kad *Highway 91** ir šalikelės rėmina dykumą. Dykumos tuštuma ir atvirybė įrė-minta dar labiau išryškėja. Man patinka dykuma. Keletą dyku-miškų parų vienas praleidau *Death Valley*** . Man patinka fizinis dykumos išgyvenimas. Dykuma graži. Man patinka dykumos iššūkis. Ji meta iššūkį mano vienatvei. Man patinka dykuma – ten ištrinta bereikšmybė. Man patinka jos metafora. Las Vega-sas – perpildyta pilnuma. Dykuma – tuštis. Reikšmė tikriausiai pernelyg aiški.

Čia, Las Vegase – *zvimbės* ir *įtampa*, o netoliese dykumo-je – skaidruma. Vien tik išdžiūvusios druskės, barškuolės ir kojotai. Šiandien iš Mirties slėnio keliaudamas čionai, pakeliui mačiau nustipusį kojotą. Kaip savo kelionių pasakojime *Ameri-ka* rašo Jeanas Baudrillardas: „Dykuma ir Las Vegasas patvirtina vienas kitą. Vieno neįmanoma suvokti be kito.“

Apie tokius ir panašius skirtumus aš ir rašau šitoje knygoje. Perpildymas ir tuštuma lemia bei tvirtina vienas kitą. Būti šiuo-laikiniu žmogum – gyventi vejamam informacijos ir ryšių. O čia slypi rizika prarasti ryšį su pačiu savimi.

Fundamentalus mūsų prieštaravimas yra laisvės ir prierai-šumo poreikis. Įtemptai gyventi įdomu. Bet ir rizikinga. Man, psichiatrui, modernioji kultūra veriasi ir dažnai susiduriant su *pažeidžiamumu*.

Laviruojant tarp prieštarų, kyla prieštaringi jausmai ir ne-rimas. Šioje knygoje kalbėsiu apie šiuolaikinį žmogų, kuriam nerimas yra pagrindas po kojomis. Rašydamas apie nerimą,

* Greitkelis 91 (*angl.*).

** Mirties slėnis (*angl.*).

remsiuosi tuo, kaip jam atsiduodama psichoterapinio dialogo metu. Kaip jis iškyla ir kokie būna paciento ir mano santykiai per mūsų susitikimus.

Šviežias kraujas

Rašau, kad nenustygstu vietoje. Šiuolaikinį nerimą arba nenustygimą vietoje galima suvokti siejant jį su laiko sąvoka. Žmogus turi per mažai laiko. Iki rytojaus reikia dar daug ką nuveikti, juk esi mirtingas. Kiekviena ciferblatu pasislinkusi sekundė yra tarsi išpėjimas apie besiantinančią mirtį. Aš, kaip ir kiti, labai neturiu laiko. Nenustygstu vietoje, neturiu laiko ilsėtis. Bet tai nėra taip blogai. Galbūt tuo net mėgaujuosi, nes intensyvumas per klaidą gali supanašėti su buvimu. Greitis – svaigalas.

Slegiamai neturiu laiko, tačiau tas laiko trūkumas *geras*. Jaučiuosi privilegijuotas. Lyginu save su kai kuriais savo pacientais – jie turi slegiamai daug laiko, tačiau tai – *blogo* laiko kiekis. D. sako, kad raudonas šviesoforo signalas – geriausias jo draugas, padedantis sunaudoti blogo laiko perteklių.

Šioje knygoje akcentuoju ne tuos nerimus, kurie kyla iš baimės kur nors pavėluoti. Aš susitelkiau į vidinį žmogaus nerimą. Mūsų šiuolaikinė visuomenė gerai išanalizuota ir aprašyta. Jokio žodžių trūkumo. Daugelis šių žodžių – puikiausios analitinės sąvokos: *daugiareikšmiškumas*, *daugkartinumas*, *decentralizuotumas*, *nepastovumas*, *kintamumas*, *fragmentiškumas*, *fraktališkumas*, *nelinijiniškumas* ir kitos. Visos jos vienakryptės. Karlo Marxo frazė „visi nejudantys dalykai pavirs oru“ reikalauja papildymo. Randu vieną tikslią šiuolaikinės diagnostikos sąvoką – *kompleksiškumas*. Guodžianti sąvoka. Ji aiškina suskilimą, kartu nurodydama ir tai, kad beprotybė taip pat turi sistemą.

Modernioji kultūra istoriškai ypatinga. Tai kultūra, savo idealus ir kolektyvinius įvaizdžius imanti iš nesamybės – iš ateities. Modernumo esmė – laužyti tradicijas, jas pakeičiant *kitimu* bei *komercija*. Dabartis nėra vieta, skirta apsistoti. Taigi nerimas – kultūrinė prielaida, ne vien atsitiktinumas. Jis turi ir pagrindinį, ir šalutinį poveikį. Mes tikime *raida*, taigi logiška, kad nebrandi jaunystė yra tas gyvenimo tarpsnis, kurį mitologizuojame. *Jaunatviškumas* vitališkas. Jaunatviškumas mums tampa vieningumo kultūros pakaitalu.

Prie žodžio „modernus“ pridėję priešdėlį „post“ (postmodernus), į savo gyvenimą įtraukiame reliatyvumą. Reliatyvumas – abejojimas tiesa ir kabučių lyg triušių begalinis veisimasis. Per didelis reikšmingumas atitrūksta nuo teisybės. Per didelis reikšmingumas vadinamas *svarba*.

Visa tai turi etinių padarinių. Vyraujant reliatyvizmui, autoritariniai sumanymai praranda teisėtumą, ir galia pakliūva į pavojų. Galios kritika – ne tik drąsaus žmogaus veiksmai, bet ir elgsena. Elgsena, kylanti iš pačių įvairiausių interpretavimo būdų. Kai kurios interpretacijos praturtina, kitos yra išsigimusios – Susan Sontag tai vadina „interpretacijos tironija“. Iškyla rizika, kad viskas neteks svarbos. Ar iškęs, pavyzdžiui, geras žmogus mūsų įvairiausias psichologines interpretacijas, jei gėris bus verčiamas vidutinybe, įtarinėjamas, veliamas į slaptas operacijas ir atgailavimus: „O kuo vis dėlto buvo bloga Motina Teresė?“

Galia demaskuojama. Kartu ir užmaskuojama. Modernioje kultūroje ir individas, ir visa masė susiduria su nemenka apžvalgos problema. Nesant pastovumo, sunkiau orientotis – kaip ir *Luxor* lošimo salėje. Kas ta galia, kai ji užmaskuota? Las Vegasas mane traukia tuo, kad jis – viena sąžiningiausių pasaulio vietų: kai esi lošimo salėje, tau nekyla jokių abejonių, kad vienintelė galia čia – rinka.

Apžvalgos stygius ironiją renkasi ir kaip problemą, ir kaip

sprendimo būdą. Ironiškas nuošalumas leidžia suvokti visumą. Nebūtinai turime nuolat ironizuoti, ironija gali reikšti patį požiūrį į gyvenimą – tai ironiškas laikymasis nuošaliai nuo kitų ir paties savęs. Ironijos kalba *lojali*. Tačiau, laikydamiesi nuošaliai, rizikuojame prarasti savo reikšmingumo potyrį. Kai viskas tampa vienodai svarbu, viskas gali tapti ir nereikšminga. Ironija, kaip ir kalbėjimas bei elgsena, yra šiek tiek panaši į raminamuosius vaistus. Jei perdozuosi, sprendimas gali tapti problema.

Modernumo žavesys ir teroras gali būti aprašytas vienu sakiniu: *vienintelė stabili būseną yra nestabilumo būseną*. Vartojama diagnozės sąvoka – tapatumo krizė. Tačiau tai juk irgi yra modernumo esmė – senų taisyklių perrašymas bei tapatumo pertvarkymas. Iš čia modernioji visuomenė semiasi milžiniškos energijos ir produktyvumo. Įvairiapusės interpretacijos leidžia nuolat perrašinėti praeitį. Dabartis veikia pagal praeities pavyzdį, o ateitis seka dabartį. Jei praeitis praranda stabilumą ir tampa įvairiausių įvykių pyne, tai ir mūsų kultūros tapatumas – ateitis – gali suskilti ir tapti nesaugus. Ir dabartis, laikinoji apsisistojimo vieta, tampa neramia buveine. Būdamas terapeutas bei auklėdamas vaikus, be galo pamėgau sąvoką *nenuspėjamumas* – tai diagnozė, o terapija – *numatymas*.

Psichologinis žmogus

Tokie štai svarstymai apie kultūrą. Diagnozė gali atrodyti sekianti. Bet ką visa tai reiškia individui? Žiūriu į žmones, sėdinčius prie lošimo automatų. Mane kamuoja keistas jausmas, kad žmonės čia laimingi. Tačiau jie su niekuo nebendrauja. Vieni akis į akį su juos aplošiančiu automatu. Lošikai sėdi eilėmis, apsikabinę plastmasinius kibirėlius, pilnus ketvirčio dolerio mo-

netų, ir myga myga. Myga ir myga, reguliariai lyg kvėpuodami. Ritmiškas, monotoniškas triukšmas. Mašinos kartkartėmis išvemia po kelias monetas.

Bare, priešingai, tenka trintis tarp žmonių. Aš sutinku suomė-kalifornietę, jau ketvirtą kartą ištekėjusią. Ji prisistato buvusi alkoholikė, buvusi bulimikė, alergiška cukrui ir neprašyta ima pasakoti, kad turi *elgsenos* problemų. Jai kyla sunkumų dėl elgsenos lygiai taip pat kaip ir daugiau nei šimtmetį gyvuojančios moderniosios literatūros herojams. Sunku įsikabinti. Fløgstado, Solstado ir Kjærstado* knygų herojai gyvena vieniši ir nesugeba į nieką įsitverti. Šioje knygoje rašoma apie elgsenos sunkumus. Gyvenimas galėtų būti toks paprastas, galėtų suteikti visas galimybes – mes čia taip trumpai būsime. Vietoj to – tik baisiai įtemptos pastangos bendrauti su kitais. Keistoka.

Individualioje mūsų patirtyje atsispindi vyraujantys mūsų socialinės aplinkos veiksniai. Socialiniai veiksniai yra *kuriantys*, labai paprastu ir kartu subtiliu būdu. Jie iš pirminės žaliavos – kiekvieno individo biologinės ir psichologinės matricos (naujagimio) – per daugelį metų formuoja ir rengia individualias patirties ir sąmonės struktūras. Tokios socialinės struktūros pavadinamos vardais *aš*, *ego* arba, kaip dabar labiau įprasta, – *Aš*. Modernusis *Aš* susiformuoja visuose esančiuose ir nesančiuose šešėliuose.

Aplink mus tvyrantis nerimas gali tapti praplėstos sąmonės įtemptais ir aistringais asmeniniais išgyvenimais. Mes prisijungiame prie skirtingų pasaulio balsų, girdime naujus stimuliuojančius ritmus ir garsus. Nebesame atkirsti. Aš prisijungiu ir pasijuntu šiek tiek panašus į visa matantį Dievą. *Luxor* viešbutyje yra speciali patalpa, kur monitoriuose galime žiūrėti žirgų lenktynes, kaip tik šią akimirką vykstančias kur nors Jungtinėse

* Šiuolaikiniai norvegų rašytojai (*vert. past.*).

Valstijose. Žiūrėdamas galiu statyti už žirgą. Įspūdinga (ir šiek tiek sekina). *Mes beribiai, mes išnaudojame progas.*

Arba: aplink mus tvyrantis nerimas gali sukelti miklius kitimus, pavirstančius vidiniu triukšmu. Išorinis irimas gali virsti vidiniu irimu ir pragarišku minčių bei jausmų malūnu, karštligiškai besisukančiu dvidešimt keturias valandas per parą. Jaučiu sielos ir kaulų niežulį. *Mes beribiai ir nuo to kenčiame.*

Tik tada, jei nuoseklusis Aš susistemina nerimą, jis palaiikiui gali virsti geru potyriu. Būtent besikeičiančioje kultūroje yra keliami dideli reikalavimai vidinei psichologijai, gebai išgyventi visumą bei sąsajas. Nestabilume labai svarbus nedidelio kiekio stabilaus tapatumo poreikis. Šiuolaikinė modernioji kultūra *psichologizuoja kasdienį gyvenimą*. Kai aiškinimai apie visumą ir sąsajas subliūkšta, individui tenka išsaugoti psichologinį vienį. Sigmundo Freudo raštus galima vadinti pirmaisiais portretiniais darbais. Tai *psichologinio žmogaus* portretas. Jautraus, egocentriško žmogaus, suvokiančio vidinį vyksmą. Psichologinis žmogus – *refleksiška* būtybė – ši sąvoka pasiskolinta iš sociologo Anthony Giddenso. *Refleksiškos lenktynės* reiškia, kad kiekvienas iš mūsų visada privalo turėti nuomonę apie tai, kas turėtume būti, ką turėtume daryti ir kaip elgtis. Gyvenimo lenktynes visada sudarė individo perėjimai nuo vieno tapatumo prie kito. Tradicinė visuomenė šiuos perėjimus ritualizavo. Mūsų kultūra gerokai paslankesnė, taigi išlaikyti stabilius socialinius tapatumus sunku. Todėl privalome patys daug aktyviau rašyti autobiografijas ir surasti ryšį tarp asmeninių ir socialinių kitimų. Į refleksyvų vyksmą įtraukiamas ir kūnas. Kaip geriausia būtų jį suformuoti?

Tiksliai nežinome, kokios nuostatos galėtume laikytis kalbėdami apie psichologinį žmogų. Viena vertus, matome monstrišku tampantį savientuziazmą ir sentimentalumu virstantį jausmingumą. Kita vertus, tikslinga mokytis geriau pažinti save.

TURINYS

Vienas pats / *Užuomazga* 7

ATVIRASIS ŽMOGUS 11

Pašaliniai poveikiai / *Įvadas: nepaliaujamas nerimas* 13

Freudas išsikėlė iš namų / *Tuštuma* 39

Atopija / *Benamiškumas* 48

PROTINGI VAIKAI 51

Mirtinai užsigalvojęs žmogus / *Normalumo psichopatologija* 53

Baltasis sielvartas / *Teisinga ir klaidinga* 73

Dirbantis kiaurą parą / *Nemiga* 86

Trapecininkas / *Kafka ir tobulumas* 88

INTYNUMAS 97

Suaugusiųjų auklėjimas / *Vaikas: Jo Didenybė ir monstras* 99

Šimtmečio sueitis / *Pora ir chroniška meilė* 109

NARCIZAS 117

Savęs praradimas / *Ovidijaus Narcizas ir Echo* 119

Empatija / *Savipsichologija* 128

Kultūros narcisizmas / *Nebranda* 135

Gėda / *Istorija apie A.* 139

Laiškas tėvui / *Kafka ir gėda* 157

Įniršis / *Thomas Bernhardas* 166

Pakilimas / *Kūrybos krizės: Strindbergas, Dagermanas ir Alnæsas* 176

Menininko – jauno paciento – portretas / *Kūrybiškumas* 186

Los Andželas / *Grupinė terapija Holivude* 193

Šūdžius / *Psichopatiniai pervertinimo kompleksai* 204

Mirtina rimtis / *Moralinis narcisizmas* 209

SAVIOBJEKTAI 211

Alsuk į mane! / *Būtinybė* 213

Raštas / *Prie kalbos šaknų* 219

AŠ 223

Sudėtinis Aš / *Fernando Pessoa* 225

Kurti save / *Psichozė* 248

Self.online / *Seksas, melagis ir vaidyba* 254

GĖRIS IR KANČIA 265

- Dosni melancholija / *Nugramzdinta istorija* 267
- Stendhalio sindromas / *Ekstazė* 282
- Kenčiu, vadinasi, esu / *Kančios poreikis* 290
- Gėrio kančia / *Tomas* 300
- Trumpalaikiškumas / *Rilke ir Freudas vaikščioja sode* 305

KŪNO NERIMAS 307

- Kūno technikos Manhatane / *Pasivaikščiojimas* 309
- Beširdiškumas / *Transplantacija* 315
- Nurimti / *Žalojimasis* 318
- Modernus primityvizmas / *Varpyti kultūrą* 332
- Hipochondrija! / *Rizikos fokusavimas* 345
- Nūdienos istorijos / *Nauji pasakojimai apie ligą* 352
- Išorinis žvilgesys / *Tvirtumas* 364
- Aistringas bliuzas Honkonge / *Pasivaikščiojimas tęsiasi* 371

BADAS 379

- Sušis / *Paprastinimas* 381
- Kūno funkcionalizmas / *Švara* 392
- Sumišę jausmai / *Ambivalencija* 400
- Asmens kodas (11 skaitmenų) / *Vienareikšmiškumas* 405
- XXL karta / *Riebalai* 409
- Antsvoris / *Sveikimo krizė* 423
- Meilės vagilė / *Patvirtinimas* 430

KRAŠTAS 435

- Džiugioji beprotystė / *Gyventi pavojingai* 437
- Menas nuobodžiauti / *Ir teigiamu, ir neigiamu požiūriu* 454
- Paralyžiuotas nuo juosmens / *Dėmesio ruletė* 459
- Horror / *Nuovargis* 465

RAMYBĖ 467

- Dykuma / *Romansas vienam žmogui* 469
- Pasyvūs džiaugsmas / *Hamame* 473
- Ramybė / *Kelionė su dviem kėdėmis* 483
- Atsidavimas / *Baigiamasis žodis apie meilę* 491
- Metodas / *Fenomenalus nerimas* 494
- Vardų rodyklė* 496

Čia, žemėje, mes gyvename kelis gyvenimus.

Nelengva. Psichologiškai aiškinant, gimusius mus sudaro daugybė laisvų dalelių.

Augti – rinkti tas daleles į krūvą, tikintis tapti vientisu žmogumi.



Finnas Skårderudas – garsus norvegų psichiatras, kultūrologas, kino kritikas, devynių knygų autorius.

Garsiausia jo studija – „Nerimas: klajonės po modernųjį Aš“, išversta į daugelį kalbų.

Regisi, kad nerimas yra tapęs pamatine daugelio iš mūsų sielos būseną: nerimaujame dėl ateities, dėl vaikų ir artimųjų, dėl savęs – kad esame ne tokie, kokius mus nori matyti, kad ko nors nesugebame ar nepateisiname kieno nors vilčių. Anot Skårderudo, mus kamuoja kūno, proto, dvasios, tarpusavio santykių nerimas. Nuolatinis noras būti pripažintiems, meniškasis narcisizmas, protingo vaiko nerimas, gėda ir baimė, nemiga ir daugybė kitų nerimo aspektų šioje knygoje įvardijama pasitelkiant teorinę kalbą ir mokslines įžvalgas. Tačiau kartu – tai ir romanisto plunksnos verti siužetai apie Kafką, Strindbergą, Giacometti, pacientų istorijos susipina su Rilke's, Freudo, Julios Kristevos ar Susan Sontag mintimis.

„Nerimas: klajonės po modernųjį Aš“ – tai kolektyvinė visuomenės ir kiekvieno mūsų sielos studija, paremta ir autoritetais, ir autoriaus pacientų išgyvenimais. Tai studija, padedanti pažvelgti į pačias nerimo gelmes, kad iš jų išnirtume saugesni ir ramesni.

