

Czesław Dziekanowski

Wgląd

Psychoanalitycy nie wątpią, że to właśnie analityczny proces, przebiegający w ściśle określonych ramach, stwarza najlepsze warunki, by pacjent mógł osiągnąć wgląd, a za jego pośrednictwem zrealizować terapeutyczny cel, jakim jest zmiana strukturalna.

Lubią oni zgłębiać zagadkowość i wieloznaczność tego pojęcia. Ułatwia to treść angielskiego słowa *insight*, które w mowie, czy raczej języku potocznym, znaczy wewnętrzne, przenikające przez powierzchnię widzenie rzeczy. *The Concise Oxford Dictionary of Current English* podaje, że wgląd to „zdolność rozumienia ukrytych prawd itd., a zwłaszcza ról i sytuacji”. Według tego słownika, wgląd oznacza świeżo powstałe i wnikliwe poznanie czy wiedzę. Jednak słowo wgląd nie może być rozumiane tak szeroko, jeśli ma się stać teoretycznym pojęciem w psychoanalizie. Zmuszeni jesteśmy posługiwać się nim w bardziej ograniczonym sensie. Nowa i przenikliwa wiedza musi odnosić się do podmiotu, a nie do świata, do pacjenta, a nie do czegoś, co jest zewnętrzne. Cel psychoanalizy zasadza się na promowaniu najgłębszego i najpełniejszego wglądu w sferę nieświadomych popędów, uczuć i fantazji. Uczynić świadomym to, co nieświadome — oto freudowska zasada, która bezpośrednio wskazuje na mnie, na mnie osobiście, gdyż to właśnie ja realizuję ów proces. Znaczy to, że to jestem ja, który nieświadome czyni świadomym. Czynienie świadomym tego, co było nieświadome, oznacza, że właśnie ja uzyskuję osobiste poznanie. Gdy jestem pacjentem czy analizantem, wierzę, że analityk będzie tą osobą, która pomoże mi osiągnąć wgląd. Dzięki jego interpretacjom jestem — czy też będę — w stanie zdobyć nowe i odmienne widzenie czy rozumienie mnie samego.

Aby móc interpretować, psychoanalityk musi w miarę dobrze zdawać sobie sprawę, co dzieje się we mnie jako analizancie. On uważnie słucha tego, co mu komunikuję w ramach analitycznego procesu, który stanowi osobliwą sytuację. On i ja tworzymy analityczną parę. On wpływa na mnie, ja na niego, zachodzi między nami swoista interakcja. Oddziałujemy wzajemnie na siebie. Ja jestem z nim w relacji przeniesieniowej. To znaczy, przemieszczam nań wzorce mojej przeszłości (moich myśli, zachowań i uczuć, pierwotnie przeżywanych w związku

ze znaczącymi osobami w dzieciństwie). Im bardziej przenoszę przeszłość w obręb teraźniejszości, tym łatwiej biorę teraźniejszość za przeszłość, a im bardziej jestem chory, tym głębiej zaburzona jest moja zasada rzeczywistości. Psychoanalityk stara się wytropić przeniesienie, odkryć je i przeanalizować. Nie ma łatwego zadania, ponieważ przeniesienie jest skomplikowanym zjawiskiem w tym sensie, że jest to proces w znacznym stopniu nieświadomy. Sprawia mi kłopot rozpoznanie i zaakceptowanie go, ja po prostu nie dostrzegam źródeł przeniesieniowych zachowań, fantazji i uczuć, zwłaszcza takich jak miłość czy nienawiść. Kiedy psychoanalityk wyjaśnia, czy raczej interpretuje, że takie i takie przeniesienie ma miejsce, ja stawiam opór właśnie z nieświadomych motywów. Stawiam opór, gdyż to, co on zakomunikował mi w ramach interpretacji, było dla mnie kompletnym zaskoczeniem. Nie spodziewałem się tego, co on powiedział. Nigdy bym o tym w ten sposób nawet nie pomyślał. A jednak okazuje się, że właśnie w ten sposób objawiana mi jest moja własna nieświadomość. Może w tym miejscu warto podać jakiś przykład. Do dzisiaj byłem święcie przekonany, że nie lubiłem, jeśli wręcz nie nienawidziłem swej matki, ponieważ była ona osobą „spod ciemnej gwiazdy”. To znaczy taką, która zaniedbywała nas — swoje dzieci. Byłem absolutnie przeświadczony, że nie kochała mnie tak mocno jak kochała moich braci i moje siostry. Niejednokrotnie w swych myślach i wypowiedziach nazywałem ją bezdennie głupią — bezmyślnym zwierzęciem, które nie było w stanie poświęcić mi należytej uwagi i troski. Psychoanalityk jak lew rzucił się na przeniesienie i zaczął je interpretować. Jego misterna analiza odsłoniła różne poziomy mojej zazdrości. Z zakłopotaniem i w skrajnym zdumieniu dowadywałem się, iż trawi i prześladuje mnie rywalizacja z rodzeństwem. Ale przede wszystkim byłem porażony swoim podziwem dla matki, fascynacją jej osobą i darczeniem jej miłością. To właśnie był wgląd, odkrycie prawdy, objawienie tajemnicy nieświadomości.

Wgląd z reguły, jeśli nie zawsze, toruje drogę do wiedzy, implikuje poznanie, które dotąd było poza naszym zasięgiem. Ale jednocześnie musimy pamiętać, iż jest on takim aktem, czy raczej procesem, który nie daje się przenosić. Wgląd jest nieprzekazywalny. Nie jest to pierwsza z brzegu wiedza, niby to poznanie, lecz specyficznie nacechowane samopoznanie — ja mogę mieć wgląd jedynie w siebie, we własną osobę.

Aby móc interpretować, psychoanalityk musi mnie rozumieć. On komponuje interpretację nie tylko na podstawie swej wiedzy psychoanalitycznej, znajomości mnie jako pacjenta, ale również w oparciu o doznanie wglądu we własne przeciwprzeniesienie.

Spotkanie analityczne jest bardzo intymnym związkiem, jest szczególną, jedyną w swoim rodzaju interakcją pomiędzy mną i psychoanalitykiem, który nigdy nie jest człowiekiem obcym, roztopiającym się we mgle chłodnego dysansu. On, przeciwnie, jest osobą, która reaguje i ma swoje własne uczucia. Przeciwpreniesienie obejmuje całość jego nieświadomych reakcji na mnie, a zwłaszcza

cza na moje własne przeniesienie. Tak więc, aby mnie rozumieć, psychoanalityk otwiera się na mnie, pozwala mi wędrować w przestrzeni jego wewnętrznego życia. Oto dlaczego sądzę, iż podczas terapii nie tylko pacjent zyskuje wgląd, ale również psychoanalityk, który musi badać swoje przeciwprzeniesienie.

W świecie psychoanalitycznym przeważa przekonanie, iż jedynie interpretacje przeniesieniowe dają w efekcie zmianę, czyli pomyślnie zwieńczają często długotrwały wysiłek w ramach procesu terapeutycznego.

Na chwilę wyjdźmy poza gabinet, by przyjrzeć się osobie, która doznała spontanicznego wglądu w ramach zmagania się z życiem — tym codziennym, rutynowym, i tym odświeżającym, twórczym.

Ryszard jest literaturoznawcą, prawie doktorem habilitowanym, prozaikiem, a ostatnio poetą. Znam go od piętnastu lat. Zawsze imponował mi swoją zasobną pamięcią, bezbrzeżną erudycją, interdyscyplinarnymi zainteresowaniami, a przede wszystkim umiejętnością godzenia pracy na wyższej uczelni z własną twórczością literacką. Uderzyło mnie jednak, że na moją propozycję przeprowadzenia z nim wywiadu na temat wglądu, zareagował lękowo. Nie chciał spotkać się ze mną natychmiast. Powód był prosty. Musi postudiować, przemyśleć. I rzeczywiście nazajutrz zjawił się doskonale przygotowany. Z jego godzinnego wykładu zapamiętałem dwa zdania: „To los nam dyktuje zmianę. A jeśli chodzi o wgląd, to uzyskujemy go, gdy konsekwentnie uprawiamy własne wnętrze”.

Tymczasem mnie interesował wgląd jako fakt osobisty, jako zdarzenie emocjonalno-intelektualne. W tym momencie Ryszardowi przyszła na myśl własna matka, która — gdy już był na samym dnie małżeńskiego i w ogóle życiowego upadku — spytała: „Przeczytałeś, synu, całą Biblię?” Nie, nie przeczytał całej, właściwie w ogóle. Wiele rzeczy dotąd mu się nie udało i oto teraz był, jak to pięknie nazwał, w sytuacji głębokiej samotności. Wprawdzie otrzymał kartkę od przebojowej maturzystki, której uroda nawet umarłego podniosłaby na duchu, niemniej on nadal czuł się przygnębiony. I w tym zdruzgotaniu raz po raz zastanawiał się, co to znaczy przeczytać całą Biblię. I pomyślał, że należałoby przeczytać tę Biblię jak czyta się całe życie, od początku do końca świata. I właśnie w tym momencie powstał rdzeń wiersza *Matka*: „Wyobraź sobie, on wyłonił się w rozbłysku świadomości, z mojego umysłu, tak jak flesz, od początku do końca, tylko rozpisałem go na obrazy i refleksje”. I zaczął recytować, zerkając do tomiku *Mała Atlantyda*:

pyta matka
przed moim odjazdem
przeczytałeś synu całą Biblię

od początku do końca świata
do Matki Boskiej się modli
o szczęśliwy mój powrót do domu

synem marnotrawnym jestem i popiołem
i aniołem w oczach matki
z dna mnie wynosi wysoko
kiedy strojem nieprzyzwoicie bogatym
okrywam myśl ubogą

daje znak
odkrywa pychę słowa

zagubiłeś synku sens

czytam biblię życia

Wiersz wydał mi się istotny i chętnie słuchałem komentarza: „Jak go szkicowałem, poczułem potężny przypływ energii termicznej i odniosłem wrażenie, że o jeden szczebel przesunąłem się ku górze. Miałem odczucie nieba, błękitu w sobie. Później zacząłem pisać kolejne wiersze, które wyrastały z niego. Ten wiersz stał się matką innych wierszy, które przeważnie mówiły o odwadze, walce i zmartwychwstaniu. Wiele osób, młodszych i starszych, zadawało mi to samo pytanie: Jak ja ten wiersz napisałem? A ja czułem, że tą poezją reperuję wszystko to, co sam zniszczyłem, co zniszczyli we mnie inni ludzie i co zniszczył los. I mam ten wiersz na żywo w pamięci, bo wówczas słowa matki silnie przeżyłem. Ona w istocie pytała, czy ja naprawdę coś solidnego w życiu wykonałem. Bo gdybym przeczytał całą Biblię, to prawdopodobnie, w jej mniemaniu, byłbym cierpliwy i mądry. To znaczy, potrafiłbym cierpliwie przeżyć własny dramat. Jak napisałem *Matkę*, to miałem silne odczucie, że całą Biblię znam na pamięć, i to bez lektury, że wiem, co jest w całej *Księdze Rodzaju*. Ten wiersz zadziałał jak strzała, przeszył się przez wszelkie zapory. Przebił jakiś blok na drodze do twórczości i ja przeszedłem przez tę szczelinę”.

Jak widzimy, Ryszard przeżył spontaniczny wgląd w relacji z matką. Jej pytanie, czy przeczytał całą Biblię, silnie przeżył. Na fali tego przeżycia doznał oświecającego wglądu — dowiedział się o sobie czegoś istotnego. Nagle podważona została teoria, jaką stworzył na swój temat. Teoria, która miała wyjaśniać jego sytuację, powodzenia i niepowodzenia. Brakuje mu cierpliwości. To, co do tej pory robił — zarówno w życiu osobistym, prywatnym, jak i w twórczości naukowej czy literackiej — pulsowało pośpiechem. Niemal wszystko było obliczone na błyskawiczny sukces. Rezultaty — i to wspaniałe — miały przyjść natychmiast. Ta pośpieszność i brak cierpliwości niosły z sobą powierzchowność. Paradoks polega na tym, że duża erudycja nie idzie w parze z tym, co nazywamy mądrością. Krótko mówiąc, pytanie matki zabrzmiało jak niezamierzenie głęboka interpretacja, tyle że podana w życiu, na progu domu, a nie w przestrzeni gabinetu analitycznego. Z pewnością psychoanalityk poświęciłby

więcej czasu, aby obalić teorię Ryszarda, poddałby ją testowi. Ryszard broniłby się, stawiał opór. W każdym razie nie chcę sugerować, że analityczny wgląd byłby lepszy od wglądu spontanicznego. Tak jeden, jak i drugi prowadzi do odkrycia w nas czegoś, czego wcześniej nie wiedzieliśmy o sobie. I niech to nam tymczasem wystarczy.

Literatura

Chodźko Ryszard, *Mała Atlantyda*, Warszawa 1999.

Etchegoyen R. Horacio, *The Fundamentals of Psychoanalytic Technique*, London 1991.

The Insight

Two kinds of insight are discussed in the article, psychoanalytic and spontaneous. The discussion offered by the author is based on two cases, a clinical one, and one drawn from everyday experience.