

Cezary Żechowski

Powłoka ciszy

Dwa światy. Świat wojny, niewyobrażalnego cierpienia, egzekucji, tortur, gwałtów, uprowadzonych dzieci i śmierci. Tuż obok świat pokoju i względnego dobrobytu, spacerujących par, otwartych kawiarni i kin, starszych osób odpoczywających na ławce i dzieci bawiących się w ogrodzie. Obydwa światy oddziela wąska, nieoczywista granica. I ludzie, którzy przemieszczają się między jednym a drugim światem. Ucieczki, powroty, migracje, rozstania, miłości, narodziny, zdrady, pogrzeby. Ludzie, którzy noszą w sobie niewidoczny, ukryty, własny, ten drugi świat. Antoni Kępiński, polski psychiatra, prekursor badań nad traumą więźniów obozów koncentracyjnych, pisał w swoich pracach o dynamicznym napięciu, jakie istnieje pomiędzy przestrzenią indywidualną pojedynczego człowieka i przestrzenią wspólną. „Wejście w przestrzeń wspólną zmusza do wymiany siebie »na drobne«; to, co w nas wielkie, oryginalne, niezwykle, musi być zamknięte w przestrzeni własnej, gdyż zazwyczaj przestrzeń wspólna tego zaakceptować nie może”. Tak też jest z doświadczeniem traumy. Trauma na ogół pozostaje zamknięta w przestrzeni własnej i tylko z trudem wiedza o jej istnieniu przedostaje się do przestrzeni wspólnej. Działają tu dwie siły. Siła traumy, która czyni człowieka bezradnym, pozbawiając go zdolności komunikacji i znosi wiarę w to, że słowa mogłyby pomieścić jego/jej doświadczenie. I druga siła, siła wspólnoty, która broni się przed przyjęciem traumy potencjalnie zakłócającej jej dotychczasową równowagę i spokój. „Zazwyczaj wspólna przestrzeń tego zaakceptować nie może” — pisał Kępiński.

Cisza jest nierozzerwalnie związana z traumą. Osoby, które doznały ciężkich traum, milczą. Czasami potrzeba wielu lat, żeby pojawiła się jakakolwiek narracja dotycząca przeżytego urazu. Człowiek chce się oddzielić od tego, co sprawia mu/jej największy ból. Z kolei przestrzeń wspólna nie może zaakceptować osobistych narracji, przez długi czas je odrzuca, potem wielokrotnie próbuje odwracać wektory znaczeń, mieszając ofiarę ze sprawcą lub próbując skanibalizować doświadczenie ofiary. „ W przestrzeni wspólnej — pisał Kępiński — wiele struktur własnych zostaje zniszczonych, przekształconych, jest w niej duży potencjał niszczenia. Jeśli proces entropii określimy symbolem śmierci, to w przestrzeni wspólnej czyha śmierć”. Próba komunikowania się osoby straumatyzowanej z innym jest zatem zawsze ocieraniem się o śmierć. Z jednej strony poprzez dotknięcie własnej traumy, z drugiej — poprzez konfrontację z uśmiercającą, przekształcającą siłą przestrzeni wspólnej. Siła ta stara się wykluczyć doświadczenie podmiotu narracji i obrócić je przeciw niemu.

Koncepcja dwóch przestrzeni pojawia się w pismach francuskiego psychoanalityka Didiera Anzieu, który próbował opisać granicę pomiędzy ja i nie-ja, ja i ty, ja i światem. Granicę tę nazwał powłoką (*envelope*). Powłoka przypomina skórę (Skórne Ja), która pomieszcza świat wewnętrzny, jednocześnie oddziela go i komunikuje ze światem zewnętrznym. Najbardziej zewnętrzną warstwą powłoki to strefa intensywnej wymiany, intymnej komunikacji i najbardziej osobistych przeżyć — jak dotyk matki i fizyczna bliskość drugiego człowieka. Bardziej pierwotna od powłoki skóry jest zdaniem Anzieu powłoka dźwięku (*sound envelope*). Dziecko zanurzone jest w dźwiękach jak w kąpiel. „Ta kąpiel dźwiękowa jest prefiguracją Skórnego Ja z jego podwójną twarzą, której połowa zwrócona jest do zewnętrznego świata, a druga w kierunku świata wewnętrznego. Stąd powłoka dźwiękowa składa się z dźwięków emitowanych zarówno przez dziecko, jak i przez środowisko. Z połączenia tych dźwięków powstaje: (a) wspólna przestrzeń pozwalająca na wzajemną wymianę [...]; (b) pierwszy (przestrzenno-słuchowy) obraz własnego ciała; (c) więź z aktualną rzeczywistością, w której obecna jest matka [...]”. Koncepcja powłoki dźwiękowej Anzieu przypomina nieco koncepcję przestrzeni akustycznej Marshalla McLuhana lub koncepcję komunikatywnej muzykalności Colwyna Trevarthena. W kąpiel dźwięków, nazywanej czasem przez Anzieu kąpielą melodii, istotną rolę odgrywa głos matki. Jego funkcją jest odzwierciedlenie dźwiękowe, czyli uspokojenie, kojenie, łagodzenie bólu, przywracanie bezpieczeństwa, zabawa lub ożywianie świata wewnętrznego dziecka. Powłoki opisywane przez Anzieu stanowią fundamenty, na których wspiera się istnienie i całe życie psychiczne człowieka.

Trauma narusza naturalne granice ja. Coś przemocą wdziera się do wnętrza. Gdy środowisko jest zbyt gwałtowne, intruzywne, przenikające, powłoka twardnieje i granica staje się nieprzepuszczalna. W ten sposób ja

chroni się przed nadmiarem bólu i cierpienia. Doświadczenia traumatyczne zostają ucieleśnione. Babette Rothschild pisze o pamięci sensorycznej i pamięci somatycznej traumy. Dźwięki kojarzone ze strachem, przerażeniem, zagrożeniem lokowane są w świecie wewnętrznym i otaczane nieprzepuszczalną powłoką. Doświadczenia te nie powracają łatwo do przestrzeni wspólnej, tym bardziej że podobny proces zachodzi na zewnątrz. Powłoka twardnieje również od strony przestrzeni wspólnej, która niechętnie przyjmuje z powrotem nie tylko żywe doświadczenie traumy, ale także przepracowaną już narrację. „W przestrzeni wspólnej czyha śmierć” — pisał Kępiński.

W ten sposób powstaje powłoka ciszy. Cisza towarzyszy traumie. Gdy trauma się wydarza, przestrzeń wspólna zamyka kanały komunikacji. Cienka, niewidoczna granica staje się granicą nieprzekraczalną. Po jednej stronie mogą być krzyki ludzi, śmierć, przerażenie i strach, po drugiej letnie popołudnie, trochę senności i nudy jak w czasie zbrodni w Srebrenicy czy powstania w getcie w Warszawie, gdy przy murze kręciła się karuzela i przechadzały się pary. Podobnie jest z gwałtami, wykorzystywaniem seksualnym dzieci i przemocą domową, które zazwyczaj otacza milczenie i cisza. Wypychamy traumę z przestrzeni wspólnej. Na co dzień pracuję jako psychiatra i psychoterapeuta dzieci i młodzieży. Zastanawiające jest, że przy tak wielu uchodźcach z traumatycznym doświadczeniem wojny w Ukrainie, Czeczenii czy w innych miejsca świata tak mało osób znajduje pomoc i tak mało osób może podzielić się tym, co przeszło. Kiedy jednak już pojawiają się załączki narracji, otoczenie często nie jest otwarte na przekaz.

W dalszej części swojego tekstu Kępiński pisze: „Ale jednak są sytuacje w przestrzeni wspólnej, które zmuszają nas do zasadniczych decyzji, i trzeba się wypowiedzieć; wtedy zdarza się sytuacja odwrotna; sytuacja ta nas przerasta, nie możemy zdobyć się na wyrzucenie w nią struktury czynnościowej odpowiedniej do niezwykłości stojącego przed nami zadania; czujemy się zbyt mali, rzeczywistość nas przerasta, brak nam odwagi, niekiedy jedynym wyjściem wydaje się śmierć. I zdarza się, że po człowieku zostaje gest, słowo, czyn lub inna struktura czynnościowa wyrzucona w przestrzeń wspólną. I ten znak rzucony otoczeniu staje się nieśmiertelny. Przestrzeń wspólna nie zawsze zatem obniża walor struktur czynnościowych, czasem zmusza ona człowieka do wyjścia poza własne granice, do okazania się większym niżby sam przypuszczał”.

Co miał na myśli Kępiński, pisząc, że „jedynym wyjściem wydaje się śmierć”? Czy chodziło mu o akty altruizmu, gdy ktoś porzuca bezpieczną przestrzeń, by udać się tam, gdzie bezpieczeństwa, spokoju i wygody już nie ma? Czy myślał o aktach solidarności i utożsamienia się z ofiarami, żywymi i zmarłymi? Czy też myślał o gestach, które definitywnie niszczą hipokryzję i dobrostan przestrzeni wspólnej, otwierając drogę do czucia i empatii wobec tego, co się już wydarzyło? Czy myślał o osobach, które ujawniając traumę własną lub traumę innych, narażają się na „śmierć cywilną” i wykluczenie?

Katarzyna Prot-Klinger, psychiatra i analityczka grupowa, przez wiele lat prowadziła i prowadzi w Polsce grupy dla osób ocalałych z Zagłady. W swojej książce *Życie po Zagładzie. Skutki traumy u ocalałych z Holocaustu. Świadectwa z Polski i Rumunii* pisze: „Po wojnie ocalali nie mówili o swoich doświadczeniach. Z jednej strony chcieli zapomnieć, z drugiej — mieli poczucie, że nie zostaną wysłuchani”. „Dla ocalałych ważne jest, aby opowiedane przez nich historie o traumatycznych przeżyciach były przez innych wysłuchane”.

Co znaczy wysłuchać? Przeniknąć przez powłokę ciszy? Przebić się przez przestrzeń wspólną, w której czyha śmierć? Mieć czas? Dzielić w jakiś sposób doświadczenie opowiadającego? Praca kolektywu Open Group konfrontuje nas z tą właśnie bezradnością, która pojawia się wobec powagi traumy i śmierci.

dr n. med. Cezary Żechowski — psychiatra, psychoterapeuta dzieci, młodzieży, osób dorosłych i rodzin. Wykładowca, autor licznych publikacji z zakresu psychiatrii oraz psychoterapii dzieci i młodzieży.

Literatura:

Antoni Kępiński, *Lęk*, PZWL, Warszawa 1987.

Didier Anzieu, *The Skin Ego*, Yale University Press, New Haven-London 1989.

Marshall McLuhan, Bruce R. Powers, *The Global Village*, Continuum Press, New York 1947.

Stephen Malloch, Colwyn Trevarthen (red.), *Communicative Musicality. Exploring the Basis of Human Companionship*, Oxford University Press, Oxford 2009.

Babette Rothschild, *The Body Remembers: The Psychophysiology of Trauma and Trauma Treatment*, W.W. Norton, New York-London 2000.

Katarzyna Prot-Klinger, *Życie po Zagładzie. Skutki traumy u ocalałych z Holocaustu. Świadectwa z Polski i Rumunii*, Instytut Psychiatrii i Neurologii, Warszawa 2009.