



TRWANIE,  
NUDA,  
ZMIANA

**Janusz A. Majcherek\***

**Streszczenie:** Typowe metody wyjaśniania ludzkich działań naśladują schemat wyjaśniania przyczynowo-skutkowego (kauzalnego), zastępując schemat przyczyna>skutek formułą bodziec>reakcja. Wiele ludzkich zachowań nie poddaje się jednak wyjaśnieniom tego rodzaju, gdyż podejmowane są nie w wyniku oddziaływania jakichkolwiek bodźców, lecz z braku takowych. Sytuację takiego niedostymulowania nazywa się nudą. Może ona być motywowem wielu, w tym szczególnie ryzykownych i radykalnych poczynań. Nuda, znana od starożytności w relatywnie niewielkich grupach bogatych i zblazowanych elit, stała się współcześnie doświadczeniem wielu rozwiniętych społeczeństw. Jako odpowiedzialna za wywoływanie zachowań ryzykownych i niebezpiecznych wymaga szczególnej uwagi i analizy, by zapobiec destrukcyjnym skutkom, jakie może wywołać.

**Słowa kluczowe:** nuda, kultura nudy, rutynizacja, zachowana antyspołeczne, stymulacje ekstremalne.

## WSTĘP

Standardowe metody wyjaśniania ludzkich zachowań opierają się na schemacie bodźcowo-reaktywnym, zgodnym z modelem behawioralnym. Ten zaś jest analogonem interpretacji deterministycznych, naśladując schemat przyczyna→skutek, zastępowany sekwencją bodziec→reakcja. Jedną z zasadniczych wad owego podejścia jest nieuwzględnianie, a zatem niezdolność do wyjaśnienia zachowań niereaktywnych. W pierwszym rzędzie dotyczy to działań spontanicznych i kreatywnych, wymykających się (*ex definitione*) utartym i typowym schematom (niealgorytmizowalnych, często o przypadkowym przebiegu, opartym na metodzie prób i błędów). Z tego powodu niewyjaśniona pozostaje geneza wielu dokonań ludzkiej kultury, zwłaszcza jej części symbolicznej (zwanej niekiedy duchową), będącej rezultatem kreatywnych postaw i innowacyjnych działań ludzi oraz ich zbiorowości. Zgodnie z interpretacjami Maxa Webera to kultura symboliczna (ideacyjna) wpływa kształtującą na kulturę materialną, a więc i ta druga jest pochodną działań kreatywno-innowacyjnych. Ten rodzaj ludzkiej aktywności i wywoływanych nią zmian kulturowych nie będzie tu jednak szerzej rozwijany (zob. Majcherek 2009).

Jest bowiem jeszcze jeden rodzaj ludzkiej działalności i aktywności, do którego model bodźcowo-reaktywny nie pasuje, a więc nie jest w stanie wyjaśnić działań podejmowanych z braku bodźców i dla ich dostarczenia. Chodzi o sytuację stabilności wewnętrznej (psychicznej) oraz zewnętrznej, która jest odbierana jako brak stymulacji sensorycznej lub niedostymulowanie, co potocznie nazywa się nudą. Powiązanie nudy z brakiem (bodźców, impulsów, stymulantów, uwarunkowań) jest typowe i powszechne, wystąpiło już w oświeceniowej *Encyklopedii*, gdzie przy haśle „nuda” (*ennui*) wskazano: „brak jakiegokolwiek przyjemności spowodowany nie wiedzieć czym” i u Helwecjusza, który ujął ją jako „nieobecność wrażeń na tyle żywych, by nas zajęły” (Markowski 1999, s. 292, 303). Dlatego „prowokuje do definiowania jej wyłącznie w kategoriach negatywnych: jako braku, pustki lub nieobecności”

Zgodnie z interpretacjami Maxa Webera to kultura symboliczna (ideacyjna) wpływa kształtującą na kulturę materialną, a więc i ta druga jest pochodną działań kreatywno-innowacyjnych

\* Prof. dr hab. Janusz A. Majcherek, Instytut Filozofii i Socjologii, Uniwersytet Pedagogiczny w Krakowie, ul. Podchorążych 2/244, 30-084 Kraków, janumaj@ists.pl.

(tamże). Jest odczuwana jako doznanie negatywne, wywołane brakiem zmian (niezmiennością), zatem skłaniające do wywoływania (prowokowania) zmian, aby to doznanie usunąć. Według definicji psychologicznych nuda to „specyficzny stan psychiczny przeżywany przez ludzi jako nieprzyjemny – brak stymulacji” (Goodstein 2017, s. 21), „nieprzyjemne doznanie braku impulsów”, które zatem „zawiera w sobie potrzebę aktywności” (Spacks 1995, s. 4). Aktywność podejmowana w warunkach nudy i z jej powodu ma zatem cechy autoteliczne, a więc niekoniecznie służy osiągnięciu konkretnego celu, zrealizowaniu jakiegoś zamiaru (i tym się różni od zachowań kreatywnych, w interpretacji Webera celowo-racjonalnych, a w ujęciu Giddensa intencjonalnych), lecz zmierza do zakłócenia stanu przeżywanego jako nieznośna stagnacja, zatem do wywołania zmian dla nich samych („niech się coś dzieje”). Tym bardziej gdy zgodnie z wykładnią monografisty zagadnienia Larsa Svendsena „nuda powstaje, gdy nie możemy robić tego, co chcemy, lub musimy robić to, czego nie chcemy”. Svendsen pyta: A co wówczas, gdy nie wiemy, czego chcemy? Wtedy chodzi o to, by robić cokolwiek lub cokolwiek innego (Svendsen 2005, s. 19). Nuda „leży więc u podstaw ogromnej większości ludzkich działań zarówno pozytywnej, jak i negatywnej natury” (tamże, s. 26). Wyjaśnianie jej wpływu na ludzkie zachowanie wymaga więc interpretacji funkcjonalno-genetycznych, będących alternatywnymi wobec deterministycznych.

#### FILOZOFICZNE I SOCJOLOGICZNE KONOTACJE POJĘCIA NUDY

Jak stwierdza Leszek Kołakowski, „uczucie nudy rozbudza, oczywiście, potrzebę wyjścia z nudy, a to wyjście może być zarówno niszczycielskie, jak twórcze, przy czym pierwsze jest łatwiejsze” (2004, s. 99). Skoro łatwiejsze, więc częściej podejmowane, zatem mogą to być i często są zachowania destrukcyjne i autodestrukcyjne. Nuda jest motorem wielu działań chuligańskich i przestępczych, jak też czynności i zachowań ryzykownych (w tym stosowania niebezpiecznych stymulatorów, np. twardych narkotyków czy uprawiania sportów ekstremalnych). Zmiany wywoływane pod jej wpływem we własnym organizmie (w tym psychice) oraz szeroko

rozumianym otoczeniu (w tym zwłaszcza społecznym) mogą zakłócać i często zakłócają panującą w nich homeostazę, odczuwaną jako marazm.

Nuda jest więc przeżywaniem braku, lecz nie zasobów i środków, lecz stymulatorów, co – paradoksalnie – może być wynikiem nadmiaru zdobytych i posiadanych zasobów

Nuda jest więc przeżywaniem braku, lecz nie zasobów i środków, lecz stymulatorów, co – paradoksalnie – może być wynikiem nadmiaru zdobytych i posiadanych zasobów. „Nikt tak się nie nudzi jak bogaci” – twierdził Josif Brodski (1996, s. 88). Rodzi się bowiem często w sytuacji, gdy nie ma już do zdobycia nic potrzebnego ani znaczącego (wartego zdobycia), nic pobudzającego do działania, wyraża stan zblazowania i braku celu (celów). „Nuda jest głównie brakiem interesujących zadań do zrealizowania i proble-

mów do rozwiązania, stanem niedostrzegania rzeczy wartych zachodu” (Szmidt 2013, s. 67). Wywołuje zapotrzebowanie nie na coś ważnego czy znaczącego (jak w działaniach kreatywnych), lecz jedynie nowego, czego jeszcze nie było, a co może sensorycznie lub emocjonalnie pobudzić. Charakterystycznym i emblematycznym tego wyrazem są częste zmiany partnerów w środowiskach celebrytów, żyjących w luksusie i związkach z najatrakcyjniejszymi kobietami i mężczyznami. To jednak

nie wzbudza w nich stanu zaspokojenia i zadowolenia, lecz pobudza do ciągłej pogoni za nowymi stymulatorami (stąd także rozpowszechnione w tych środowiskach narkotyki, psychotropy i inne używki o charakterze pobudzającym).

Jednocześnie nuda może być przeżywana w warunkach monotonii banalnych i powtarzalnych czynności, a więc pracy wykonywanej przez nisko kwalifikowany personel zakładów produkcyjnych czy handlowych, oraz czasu spędzanego na wciąż takich samych codziennych zajęciach. Emblematycznymi przykładami osób doznających tego rodzaju nudy są „roboł”, „kura domowa” i „ziomal” (aż się prosi, by w taki właśnie sugestywny sposób przetłumaczyć triadę „*housewife, worker, native*” użytą przez Elisabeth S. Goodstein [2017]).

A wreszcie jako nudne może być odbierane stopniowe, powolne, monotonne pozyskiwanie i pomnażanie zasobów, czyli dorabianie się, charakterystyczne dla ustabilizowanych społeczeństw klasy średniej i tzw. mieszczańskiego stylu życia. Z tego powodu jest on często kontestowany przez artystów, młodzież, twórców i szerzycieli kontrkultury, rebeliantów, „buntowników bez powodu”, rewolucjonistów. Prekursorów mają oni w postaciach dziewiętnastowiecznego dandysa i flaneura, wyrastających wraz z ówczesnym mieszczaństwem jako jego kontestatorzy i ekscentryczni prowokatorzy (Zeidler-Janiszewska 1999, s. 345–347).

Nuda jest więc stanem i przeżyciem mogącym być doznawanym przez ludzi o różnym statusie i różnej przynależności grupowej, wydaje się jednak występować częściej w społecznościach wyżej rozwiniętych („wydaje się”, nie możemy bowiem odtworzyć sposobów przeżywania, a więc także ewentualnego doznawania nudy wśród uboższych warstw dawnych społeczeństw, które nie pozostawiły osobistych relacji. Kołakowski pyta: „Czy doświadczali nudy chłopci w tradycyjnych prymitywnych wsiach, od rana do nocy harujący ciężko, by tylko przeżyć, w jednostajności codziennych zajęć w jednym miejscu spędzający życie?”.

I odpowiada: „Nie wiem tego, ale wyobrażam sobie, że nawet taki los, bez perspektyw zmiany, niemal bezzczasowy, nie musiał powodować stałego uczucia nudy” [2004, s. 97]). Niedostatek materialny i niezaspokojenie elementarnych potrzeb wymagają podejmowania intensywnych i zróżnicowanych działań, co nie pozostawia czasu na nudę („nicnierobienie”). Życie codzienne zwykłych ludzi w dawnych czasach było zbyt ryzykowne i absorbujące, aby mogli oni doznawać stanu znudzenia jako wynikającego z braku stymulatorów, pobudzeń sensorycznych i bodźców. Jak stwierdza Peter Toohey, przetrwanie w trudnych i wymagających warunkach wymagało zarówno przyswojenia całej skomplikowanej tradycji, jak i ogromnej ilości informacji oraz umiejętności, a także nieustannej czujności, co nie pozostawiało czasu na nudę (2012, s. 144).

Są opracowania sugerujące, że nuda jest doznaniem i przeżyciem uniwersalnym, ogólnoludzkim i transhistorycznym (zob. Goodstein 2017, s. 33 i n.). Jednak sposób jej współczesnego (nowoczesnego) doznawania i przeżywania jest specyficzny, bo wiąże się z linearnym poczuciem czasu, zrywającym z dawnym (zwłaszcza starożytnym) oczekiwaniem ciągłego powrotu (nuda zaś według Waltera Benjamina powstaje, gdy nie wiemy, na co czekamy). A takie linearnie poczucie czasu jest kulturowym wytworem oświecenia (tamże, s. 35). W relacjach sprzed wieków nuda

Jako nudne może być odbierane stopniowe, powolne, monotonne pozyskiwanie i pomnażanie zasobów, czyli dorabianie się, charakterystyczne dla ustabilizowanych społeczeństw klasy średniej i tzw. mieszczańskiego stylu życia

jest stanem przeżywanym głównie przez arystokratów zblazowanych monotonią codzienności spędzanej w luksusie pozbawiającym potrzeb, których zaspokojeniu można by się poświęcić, i celów, do realizowania których można by dążyć. To stan określony przez Svendsena jako „nuda z przesytu”, narastający wraz z dobrobytem. Jeśli zgodzić się z badaczką zjawiska nudy i historycznych relacji o nim, Patricią Meyer Spacks, w szerszej skali pojawia się ono w Anglii (najwyżej wówczas rozwiniętym państwie świata) epoki oświecenia, a więc jest charakte-

—

W relacjach sprzed wieków nuda jest stanem przeżywanym głównie przez arystokratów zblazowanych monotonią codzienności spędzanej w luksusie pozbawiającym potrzeb, których zaspokojeniu można by się poświęcić, i celów, do realizowania których można by dążyć

rystyczne dla nowoczesności, która wytworzyła nie tylko linearne poczucie czasu (na co zwraca uwagę Goodstein), lecz także – czy przede wszystkim – czas wolny. Pozostały zaś czas – spędzany w pracy – uległ zmechanizowaniu, czyli poddaniu monotonii powtarzalnych czynności (Dalle Pezze, Salzani 2009, s. 13), generujących poczucie nudy (temporalny charakter nudy oddaje dobitnie jej niemiecka nazwa *Langeweile*) oraz polskie konotacje nudy jako dłużącego się czasu. „W efekcie nuda może zostać określona jako nasza reakcja wobec czasu [...]. Czas pozostaje fundamentalnym punktem odniesienia dla doświadczenia nudy” (Stronciwilk 2014, s. 85, 91). Konsumpcja i kultura konsumpcyjna nie wytwarzają zaś poczucia spełnienia i zaspokojenia, lecz przeciwnie – pustki, nierealności, beznadziei i niskiego samopoczucia (Leslie 2009, s. 39–40). Svendsen twierdzi, że o ile niegdyś nuda była zjawiskiem ograniczonym jedy-

nie do wąskiego kręgu społecznych elit (według Helwecjusza „atakuje ona jedynie gnuśnych bogaczy”), o tyle w epoce nowoczesności stała się powszechna na całym Zachodzie, co pozwala uznać, że „żyjemy w kulturze nudy” (Svendsen 2005, s. 7). Nieliczne dawne opisy nudy były antycypacją zjawiska na wskroś nowoczesnego (tamże, s. 21), dokonywaną przez prekursorów nowoczesności. „Nuda jest zjawiskiem nowoczesnym i jako taka nieodłącznym od nowoczesności, jest determinantą nowoczesnego sposobu doświadczania świata” (Dalle Pezze, Salzani 2009, s. 12). Co więcej, „przewlekła nuda i zgubne cechy jej towarzyszące zdają się być bardziej powszechne, niż można by się tego spodziewać” (Toohey 2012, s. 64).

Bodaj nieprzypadkowo najbardziej pogłębiona analiza zjawiska nudy została dokonana przez Norwega (cytowanego tu już Larsa Svendsena), a więc przed-

—

Nuda nie ma w sobie tego powabu co melancholia ani tego tragizmu co depresja, jest więc uważana za zjawisko trywialne, banalne, nieinteresujące, niewarte uwagi

stawiciela jednego z najbogatszych społeczeństw. Wielu autorów wskazuje, że w społeczeństwach zachodnich nuda narastała w okresie powojennym równoległe z ich bogaceniem się (Spacks 1995, s. 3). Także dysproporcja między sporą liczbą publikacji na temat zjawiska nudy w języku angielskim i stosunkowo niewielką w języku polskim sugeruje, że to problem lepiej znany, a więc zapewne częściej występujący w bogatych społeczeństwach zachodnich niż w dorabiającym się społeczeństwie polskim. Ale wskazuje też, że w tym drugim jest zbyt słabo rozpoznany, w miarę zaś postępującej konwergencji będzie coraz częściej występować i odgrywać społeczną, a także polityczną rolę. Już

odgrywa, chociaż się tego nie zauważa lub nie przyznaje. Jak wskazuje Svendsen, nuda nie ma w sobie tego powabu co melancholia ani tego tragizmu co depresja,

jest więc uważana za zjawisko trywialne, banalne, nieinteresujące, niewarte uwagi (2005, s. 19–20). Wynika to także z przyczyn psychologicznych, gdyż „ten stan umysłu ma pewną szczególną właściwość: dopóki ludzie nie muszą się nad nim zastanawiać, raczej nie utożsamiają swoich uczuć z nudą. Mogą uważać, że są sfrustrowani, przygnębieni lub rozdrażnieni, ale prawdopodobnie nie rozpoznają u siebie nudy. W większości sytuacji uskarżanie się na nudę nadal jest postrzegane negatywnie i może być uznane za wadę, dlatego lepiej nie wyrażać go otwarcie” (Winter 2012, s. 18–19).

Stąd, jak zauważa Timothy Garton Ash, nuda jest jednym z najbardziej niedocenianych czynników w historiografii (Ash 2016). Podobnie uważał Bertrand Russell, określając nudę jako motyw ludzkich zachowań, któremu poświęca się znacznie mniej uwagi, niż na to zasługuje, będąc jednym z tych, które najsilniej kształtowały minione epoki, a obecną (pisał to w 1930 r.) jeszcze silniej (Svendsen 2005, s. 26; Spacks 1995, s. 2). O nudzie (*grand ennui*) nękającej europejskie społeczeństwa pisano wiele w stabilnym okresie poprzedzającym wybuch pierwszej wojny światowej („Jeśli spojrzymy na literaturę, kulturę, muzykę tamtego czasu, to widzimy istotnie wielką nudę w spokojnej, bogatej i burżuazyjnej Europie” [Ash 2016]). Potwierdza to Marcin Król: „Nuda w polityce to kategoria realna i niebezpieczna” (Król 2015). Eric Hoffer wiąże bezpośrednio zjawisko nudy z pojawianiem się nowych, masowych, często radykalnych ruchów społecznych: „Prawdopodobnie najbardziej wiarygodnym czynnikiem dojrzałości społeczeństw do narodzin ruchów masowych jest powszechność niczym nie łagodzonej nudy. W prawie wszystkich opisach okresów poprzedzających pojawienie się masowych ruchów społecznych znajdziemy odniesienia do potężnego zjawiska nudy” (Hoffer 1980). Zgodnie z uwagą Svendsena, choć „nie można powiedzieć, iż wojny wybuchają z nudy, jednakże jest faktem, że wybuchowi niektórych wojen towarzyszyła radość, z euforycznymi tłumami na ulicach, jakby celebrującymi fakt, że coś wreszcie przerwało monotonię codziennego życia” (2005, s. 16). Artykuł Pierre’a Vionssona *Pontégo Francja się nudzi* został opublikowany tuż przed studencką i młodzieżową rewoltą, która wybuchła w 1968 r. w Paryżu; coraz częściej mówi się i pisze o nudnych procedurach liberalnej demokracji jako wywołujących pokusę poszukiwania w życiu politycznym silniejszych stymulatorów, co tłumaczyłoby rozwój w ostatnim czasie ruchów antysystemowych, antyestablishmentowych, antyliberalnych, radykalnych, ekstremistycznych.

Filozof Georg Steiner powiedział, że na początku XX w. ludzie byli znudzeni, potrzebowali nowych wielkich emocji. „Czasem ludzie domagają się rzeczy spektakularnych, zwłaszcza gdy zapomną, czym jest wojna. Właśnie my tego nie wiemy, ponieważ jej nie doświadczyliśmy. Są wśród nas tacy, którzy marzą o czymś spektakularnym, o jakiejś eksplozji namiętności i siły. Czy czymś innym jest dzisiaj eksplozja nacjonalizmu i populizmu?” — pyta retorycznie hiszpański pisarz Javier Cercas (2017). W nawiązaniu do dawniejszych wydarzeń wywołanych poczuciem nudy Ash stwierdza, że „dziś także panuje tęsknota za czymś bardziej radykalnym i brutalnym” (Ash 2016). Marcin Król pisał o „nudzie jako śmiertelnej chorobie demokracji” (2013). Michał Olszewski w „Tygodniku Powszechnym” na opis sytuacji przed wyborami w Polsce w 2015 r. użył określenia „wielka nuda małej stabilizacji” (2015). Agnieszka Holland dla TVN24 ujęła to następująco: „Przed wszystkim

Najbardziej wiarygodnym  
czynnikiem dojrzałości  
społeczeństw do narodzin  
ruchów masowych jest  
powszechność niczym nie  
łagodzonej nudy

młodzi ludzie się nudzą, a chcą coś zrobić. Wojny znają tylko z gier wideo. Zaczyna dominować nastrój jak przed pierwszą wojną światową”.

## SPOŁECZNO-KULTUROWE I POLITYCZNE KONSEKWENCJE ZJAWISKA NUDY

Wyżej wskazane tendencje i procesy są często powiązane z aktywnością młodzieży, która najliczniej zasila i ożywia radykalne ruchy społeczne w początkowych fazach ich powstawania i działania. Ludzie ulegają bowiem nudzie zwłaszcza w dwóch

—  
Zapotrzebowanie na silne, a niekiedy ekstremalne stymulatory pcha młodych ludzi do zachowań ryzykownych (stymulacji ekstremalnej), ale także antyspołecznych, burzących społeczny porządek

okresach życia: dojrzewania i starości (Winter 2012). W tym drugim związane jest to z zanikiem stymulatorów, ale także podatności na nie. W tym pierwszym zaś ze zwiększonym na nie zapotrzebowaniem. Dotyczy to zwłaszcza adolescentów płci męskiej i jest skorelowane zarówno z emisją męskich hormonów (androgenów, zwłaszcza testosteronu), jak i niskim poziomem serotoniny, pełniącej funkcję neutralizatora impulsywności i stabilizatora emocji. „Niski poziom serotoniny towarzyszy wielu przejawom antyspołecznego zachowania – od nadpobudliwości u dzieci, przez poszukiwanie rozmaitych podniet, porywczosć, zażywanie narkotyków, po wysokie prawdopodobieństwo wejścia w poważny konflikt z prawem” (Moir, Jessel 1998, s. 68). To zapotrzebowanie na silne, a niekiedy ekstremalne stymulatory pcha młodych

ludzi do zachowań ryzykownych (stymulacji ekstremalnej), ale także antyspołecznych, burzących społeczny porządek (*status quo*); to pod ich wpływem zostają „buntownikami bez powodu”, ale też chuliganami (Hinc-Wirkus 2014, s. 42–43). Badania wskazują, że wysoka podatność na nudę łączy się z silną skłonnością do gniewu i agresji (Toohey 2012, s. 57–59). Poziom materialnego rozwoju społeczeństwa, a więc zaspokojenia ekonomicznych potrzeb, nie ma takiego znaczenia jak niedostymulowanie.

Starsi, którzy ubolewają, że młodzież nie docenia stworzonych jej przywilejów, zupełnie nie zdają sobie sprawy, że właśnie z powodu tych przywilejów – spokoju, bezpieczeństwa, możliwości edukacji, dobrobytu, zaspokojenia podstawowych potrzeb – młodego człowieka ciągnie do aspołecznych wyryków, z pozoru pozbawionych motywacji. [...] W dzisiejszym społeczeństwie rutyna szkoły, pracy, życia domowego nie stwarza dostatecznych bodźców, potrzebnych psychice młodego mężczyzny. Dlatego właśnie w epoce dostatku tak często zdarzają się drobne kradzieże, a wandalizm płeni się w miastach, które chcemy przekształcić w elegancką krainę utopii (Moir, Jessel 1998, s. 83).

Inaczej mówiąc: ten rodzaj aspołecznych i destrukcyjnych zachowań jest wywołany przez nudę, „badania naukowe wykazują silny związek pomiędzy temperamentem żądnym doznań a podatnością na nudę” (Winter 2012, s. 50), taki zaś temperament charakteryzuje młodych ludzi, zwłaszcza płci męskiej, którzy częściej od kobiet przyznają się do odczuwania nudy (Svendsen 2005, s. 16). Nuda jest często wskazywanym przez młodych przestępców i chuliganów motywem ich poczynań. „Nudzą się tym, co ich otacza, bo przestaje ich to podniecać, i wyruszają na poszukiwanie nowych doznań” (Moir, Jessel 1998, s. 76).

Na szczęście ten typ podatności na nudę i wynikającej z niej skłonności do zachowań aspołecznych i destrukcyjnych zanika z wiekiem, gdyż poziom testosteronu sukcesywnie spada, a ok. 25 roku życia podnosi się poziom serotoniny, hamującej impulsywność i włączającej mechanizmy samokontroli, skłaniające do poszukiwania stabilizacji. Wyjaśnia to spadek wraz z wiekiem zarówno zachowań przestępczych i ryzykownych, jak i poparcia radykalnych ruchów społeczno-politycznych, propagujących gwałtowne i głębokie zmiany systemowe, oraz zaangażowanie w nie.

Jednak – jak już zauważono – wraz z pozyskiwaniem i pomnażaniem zasobów oraz stabilizacją sytuacji osobistej oraz rozwojem ekonomicznym i dobrobytem społeczeństwa nie tylko nie słabnie, ale nasila się indywidualne i zbiorowe poczucie nudy. Reportażysta Yuri Ancarani, który nakręcił dokumentalny film o życiu we współczesnym Katarze, gdzie odkrycie przed kilkudziesięciu laty obfitych złóż ropy naftowej przysporzyło niesłychanego bogactwa potomkom ubogich Beduinów, mówi o nudzie udzielającej się ludziom, którym niczego nie brakuje. „W ogóle w moim filmie dużo jest nudy” – stwierdza i przytakuje wynikającej z niego sugestii, że „kiedy będziemy bogaci i pozbawieni zmartwień, czeka nas wielka nuda” (Ancarani 2017). Stabilizacja może być odbierana bowiem jako stagnacja, a więc marazm, niezależnie od poziomu, na którym została osiągnięta. Stan określany jako optimum i przejawiający się jako homeostatyczna równowaga, może być przeżywany jako bezruch i zastój, wywołując pożądanie zmiany. Paradoksalnie zatem zmiana może być pożądana, a w rezultacie wywoływana tam i wtedy, gdzie i kiedy został osiągnięty stan uznawany za optymalny. Niekiedy – to kolejny paradoks – ów stan został osiągnięty dzięki dynamicznym zmianom (np. transformacji systemowej). Jako wymagający zmiany postrzegany jest i zmieniany bywa stan, do którego dążono poprzez zmiany wymagające niekiedy sporego wysiłku czy nawet ofiar.

Z uwagi na to, że nuda skorelowana jest z przewidywalnością (nuda „jest to emocja, która rodzi poczucie ograniczenia lub osaczenia ze względu na niedające się uniknąć i obrzydliwie przewidywalne warunki” [Toohey 2012, s. 43]), zatem zmiany pod jej wpływem dokonywane zmierzają często ku nieprzewidywalności. Polegają zaś na podejmowaniu działań łamiących ustalone zasady. „Osoby cierpiące na przewlekłą nudę częściej od innych próbują zaznać czegoś związanego z łamaniem zasad. Zasady reprezentują bowiem w ich oczach to, co stare, zwietrzałe i nudne – wciąż te same, przewidywalne, ograniczające życie klasy średniej. Akt łamania zasad to najczęściej rozmyślna próba wywołania szoku” (tamże, s. 70). „Łamanie zasad to próba urozmaicenia przewidywalnej i nudnej płaszczyzny życia współczesnej klasy średniej” (tamże, s. 71).

Stabilność i nuda mają bowiem wspólne konotacje: monotonia, bezruch, martwota, stagnacja, zastój, marazm, inercja, beczynność, apatia, ośpienie, stupor, jałowość, letarg, rutyna, powtarzalność, beznamiętność, prozaiczność... Wszystkie one mają wymowę negatywną. Natomiast ich antonimy są niemal wyłącznie pozytywne: aktywna, dynamiczna, porywająca, pochłaniająca, ożywcza, intrygująca, pasjonująca, fascynująca, pociągająca... Są one jednocześnie konotacjami pojęcia zmiany. Zmieniane może być więc to (system, układ, instytucja, organizacja, struktura), co funkcjonuje dobrze, lecz zbyt rutynowo, powtarzalnie, monotennie, przewidywalnie, co u uczestników

Na szczęście ten typ podatności na nudę i wynikającej z niej skłonności do zachowań aspołecznych i destrukcyjnych zanika z wiekiem, gdyż poziom testosteronu sukcesywnie spada



wywołuje poczucie znużenia. Zmiany nie służą wówczas usprawnieniu funkcjonowania, lecz wytrąceniu ze stanu stabilności, postrzeganego i odczuwanego jako stagnacja, marazm, bezruch. Nie musi być lepiej, byle było inaczej. Ale im bardziej trwały jest rezultat takich zmian, tym w większym stopniu staje się zagrożony nudą. „Kiedy już człowiek doznaje czegoś nowego (egzotycznego lub erotycznego), to i to w końcu może mu się znudzić. To, co nowe, może przedzierzgnąć się w jakiś wariant nieskończoności i z czasem coraz bardziej traci na atrakcyjności” (tamże, s. 26). Następuje rutynizacja nowości, odczuwana jako znudzenie nią.

Paradoksy te oddaje Kołakowski w konstatacji, że historia ludzkości jest ciągłym dążeniem do opanowania chaosu i uporządkowania świata, które jednak niekiedy jest odczuwane właśnie jako nudne, rodzące pokusę zakłócenia tego porządku, czyli wywołania chaosu (2004, s. 97–98). Co więcej, gdyby udało się spełnić marzenia o osiągnięciu jakiegoś idealnego stanu ludzkości, „to rychłym wynikiem byłaby zapewne nie tyle zgoda na wieczną nudę, ile desperackie poszukiwanie wyjścia takiego, jakie znajdują wspomniane bandy wyrostków: pęd do niszczenia dla samego niszczenia” (tamże, s. 101). Stan doskonały nie byłby więc odczuwany subiektywnie jako stan szczęśliwości, lecz nudy (definiowanej psychologicznie jako „nieskończona chwila obecna” [Winter 2012, s. 34] i „zamknięcie w niekończącym się teraz” [Stronciwilk 2014, s. 90]), prowokującej do wywołania zmiany. Według niektórych interpretacji Adam i Ewa byli w raju znudzeni i to nuda pchnęła ich do sięgnięcia po owoc zakazanego drzewa (Svendsen 2005, s. 20–21; Spacks 1995, s. 11). Faustowskie marzenie o osiągnięciu stanu, pod wpływem którego można by zawołać „chwilo trwaj!”, jest więc złudą, nieskończone bowiem trwanie terażniejszości wypełnia definicję nudy, a ta prowokuje do zmian. Jakichkolwiek.

## PODSUMOWANIE

Ludzie podejmują działania nie tylko pod wpływem stymulujących do działania bodźców, ale także z powodu ich braku (nieobecności, niedostatku), czyli deprywacji sensorycznej, odczuwanej jako nuda. Takie działania nie mogą być adekwatnie wyjaśnione w modelu bodźcowo-reaktywnym (behawioralnym).

Zmiany dokonywane pod wpływem nudy mają często charakter autoteliczny, czyli nie służą osiągnięciu niczego innego, konkretnego i zamierzonego, poza wywołaniem ich samych („niech się coś dzieje”), zatem nie mogą być zinterpretowane także w weberowskiej kategorii działań celowo-racjonalnych ani giddensowskiej formule czynności intencjonalnych.

Stan nudy, czyli niedostymulowania, wynika z odczuwania braku bodźców, ale nie zasobów i możliwości. Może więc dotknąć i często dotyka osoby i grupy, którym zasobów i możliwości nie brakuje. Pod jej wpływem podejmują działania ryzykowne i zaburzające porządek – materialny, ekonomiczny, społeczny, polityczny, instytucjonalny, moralny. Wiele takich destrukcyjnych działań można w ten sposób wyjaśnić, gdy zawodzą interpretacje bodźcowo-reaktywne.

Stan nudy (deprywacji sensorycznej) może skłaniać zarówno do aktywności konTEMPLACYJNO-MEDYTACYJNEJ (*taedium vitae* przechodzi wówczas w *vita contemplativa*),

Stan nudy, czyli niedostymulowania, wynika z odczuwania braku bodźców, ale nie zasobów i możliwości. Może więc dotknąć i często dotyka osoby i grupy, którym zasobów i możliwości nie brakuje

mającej charakter kreatywno-innowacyjny, jak i destabilizującej, kontestatorskiej, kontrsystemowej.

Osiągnięcie stanu optymalnego czy nawet doskonałego po pewnym czasie może być odczuwane jako popadnięcie w stagnację, rodząc poczucie nudy, skłaniającej do wywoływania zmiany. Dążenie do zmian może więc wynikać nie z braku spełnienia czy urzeczywistnienia (dążeń, zamierzeń, ideałów itd.), lecz z poczucia nudy przeżywanego w stanie spełnienia i urzeczywistnienia.

Nuda jest przeżyciem i stanem znanym już dawniej pod różnymi nazwami (grecka *acedia*, łacińska *taedia*, znany w basenie śródziemnomorskim „demon południa”, *daemon meridianus*), lecz doznawanym w specyficzny sposób i w szerokiej skali dopiero w epoce nowoczesnej (pooświeceniowej). Jest więc istotnym czynnikiem wyjaśniającym zjawiska zachodzące w tej epoce, ale wciąż zbyt rzadko w tej roli przywoływanym i analizowanym, co ogranicza możliwości ich zrozumienia. A „będąc zjawiskiem tak wszechobecnym i wszechobejmującym, nuda ma znaczenie społeczne i nie może być pozostawiona biadaniom poetów i rozpamiętywaniu filozofów, lecz poddana analizie fizjologów, psychologów i badaczy społecznych” (Dalle Pezze, Salzani 2019, s. 15). Niech analizy, przedstawione w powyższym artykule, zostaną potraktowane jako przyczynek do takowych i inspiracja do następnych.

## BIBLIOGRAFIA

- Brodski, J. (1996). *Pochwała nudy*. Kraków: Znak.
- Cercas, J. (2017). Małe kłamstwa trudno sprzedać. Łatwiej wierzyć w te wielkie; z J.Cercasem rozmawia M. Nogaś, *Gazeta Wyborcza*, 22–23 kwietnia.
- Dalle Pezze, B., Salzani, C. (2009). *The delicate monster. Modernity and boredom*. W: tychże (red.), *Essays on Boredom and Modernity* (s. 5–33). Amsterdam–New York: Rodopi.
- Goodstein, E.S., *Experience without Qualities. Boredom and Modernity*, Stanford Univ. Press 2005.
- Goodstein, E.S. (2017). *Between affect and history. The rhetoric of modern boredom*. W: M.E. Gardiner, J.J. Haladyn (red.), *Boredom Studies Reader. Frameworks and Perspectives* (s. 21–37). New York: Routledge.
- Hinc-Wirkus, M. (2014). *Organizacja czasu wolnego na wsi i w mieście a zachowania ryzykowne młodzieży. Komunikat z badań*. W: T. Biernat, J. Gierszewski (red.), *Wielowymiarowość bezpieczeństwa środowiska wychowawczego* (s. 41–63). Chojnice: Powszechna Wyższa Szkoła Humanistyczna „Pomerania”.
- Hoffer, E. (1980). *The True Believer. Thoughts on the Nature of Mass Movements*. New York: Perennial.
- Kołąkowski, L. (2004). *O nudzie*. W: tegoż, *Mini-wykłady o maxi-sprawach*. Kraków: Znak.
- Leslie, I.I. (2009). *From idleness to boredom. On the historical development of modern boredom*. W: B. Dalle Pezze, C. Salzani (red.), *Essays on Boredom and Modernity* (s. 35–59). Rodopi, Amsterdam–New York.
- Majcherek, J.A. (2009). *Osoba ludzka wobec systemu kultury*. W: tegoż, *Kultura, osoba, tożsamość* (s. 106–142). Kraków: Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Pedagogicznego.
- Markowski, M.P. (1999). *L'ennui: ułamek historii*. W: P. Czapliński, P. Śliwiński (red.), *Nuda w kulturze* (s. 290–316). Poznań: Rebis.
- Moir, A., Jessel, D. (1998). *Zbrodnia rodzi się w mózgu. Zagadka biologicznych uwarunkowań przestępczości*. Warszawa: Książka i Wiedza.
- Olszewski, M. (2015). *Wielka nuda małej stabilizacji. Tygodnik Powszechny*, 39.
- Spacks Meyer, P. (1995). *Boredom. The Literary History of a State of Mind*. Chicago: University of Chicago Press.
- Stronciwillk, A. (2014). *Nuda jako stosunek człowieka wobec czasu. Pisma Humanistyczne*, 12.
- Svensden, L. (2005). *A Philosophy of Boredom*. London: Reaktion Books.

- Szmidt, K.J. (2013). Nuda jako problem pedagogiczny. *Teraźniejszość – Człowiek – Edukacja*, 3 (63), 55–69.
- Toohey, P. (2012). *Historia nudy*. Warszawa: Bellona.
- Winter, R. (2012). *Nuda w kulturze rozrywki*. Kraków: WAM.
- Zeidler-Janiszewska, A. (1999). *O konsekwencjach miejskiej nudy. Inspiracje Waltera Benjamina i Siegfrieda Kracauera w badaniach nad genozą masowej rozrywki*. W: P. Czaplinski, P. Śliwiński (red.), *Nuda w kulturze* (s. 333–348). Poznań: Rebis.

#### Źródła internetowe

- Ancarani, Y. (2017). Katar – nikt nie musi tu pracować, wszyscy się nudzą. *Gazeta Wyborcza*, 8 maja 2017, rozmawia U. Jabłońska, <http://wyborcza.pl/duzyformat/7,127290,21767680,uri-ancarani-katar-nikt-nie-musi-tu-pracowac-wszyscy-sie.html>.
- Ash, T.G. (2016). Gdy zmieniają się fakty, ja zmieniam zdanie; z T.G. Ashem rozmawia K. Wigura. *Kultura Liberalna*, 9 lutego 2016, <http://kulturaliberalna.pl/2016/02/09/timothy-garton-ash-karolina-wigura-wywiad-polska/>.
- Król, M. (2013). Nuda jako śmiertelna choroba demokracji. *Gazeta Wyborcza*, 23 sierpnia 2013, [http://wyborcza.pl/magazyn/1,124059,14481538,Nuda\\_jako\\_smiertelna\\_choroba\\_demokracji.html](http://wyborcza.pl/magazyn/1,124059,14481538,Nuda_jako_smiertelna_choroba_demokracji.html).
- Król, M. (2015). W Polsce już od dawna nie ma prawdziwej demokracji; z M. Królem rozmawia R. Woś. *Dziennik. Gazeta Prawna*, 23 października 2015, (<http://wiadomosci.dziennik.pl/opinie/artykuly/503753,marcin-krol-w-polsce-juz-od-dawna-nie-ma-prawdziwej-demokracji-opinia.html>).

## Duration, Boredom, Change

**Abstract:** The standard method of explaining human behavior is to find and show its cause, according to the stimulus -> reaction scheme, based on the universal theory of causality. However various kinds of human action are not induced by any particular stimulus, but the lack of any, i.e. situation named boredom. Boredom may be a motive of different, but especially radical and risky forms of human behavior. Known since ancient time among small blasé social groups, nowadays has become common and significant in most rich societies. Bored people tend to do anything to break and change this unpleasant state, which creates danger for other people and the whole society, its stability and predictability. This is the reason why one should recognize boredom and counteract against it.

**Keywords:** boredom, culture of boredom, routinization, antisocial behavior, extreme stimulations.