

MOLĖTŲ GIMNAZIJA

Elzė Dubnikovaitė

Drąsos ir baimės

ambivalentiškumas ribinėje situacijoje

Darbo vadovė Lina Urbanavičienė

2023 m.

Turiny

1. Įvadas.....	3
2. Apie baimę.....	4
3. Apie drąsą.....	6
4. Ambivalentiškumas.....	7
5. Išvados.....	8
6. Šaltiniai.....	9

Įvadas

Baimė ir drąsa – ontologiškai neatsiejami kraštutinumai, liudijantys žmogiškumą ir jį išbandantys ribinėse situacijose. Dviejų pasirinkimų akistatoje patikrinama, ar giliai įsišaknijusios vertybės, dėl kurių aukojasi realūs ar animaciniai herojai. Tačiau dažniausiai socialinėse medijose réksmingos komentarų lavinos ribinį balansavimą *tarp* (baimės ir drąsos) laiko gėdinga ir nepriimtina konfrontacija, nors ją patiria visi gyvieji organizmai. Iš tiesų, galbūt yra klaidinga įvardyti šį santykį kaip konfrontaciją, galbūt baimė ir drąsa veikia kaip cikliški In ir Jang pradai, gimdantys ir naikinantys vienas kitą, besisukantys tarsi gerai suteptas priešasčių ir pasekmių mechanizmas. O galbūt apskritai nėra įmanoma tokias individualias pajautas kaip baimė ir drąsa priskirti moralinėms gėrio ir blogio, pozityvumo ir negatyvumo kategorijoms, kovojančioms tarpusavyje, nes kiekvieno mūsų egzistencija yra vienintelis dalykas, kurio negalima perteikti tiesiogiai. Kalbant etikos filosofo Emanuelio Levino žodžiais, galima pasakoti apie savo egzistenciją, bet neįmanoma ja pasidalyti.¹ Mes gebame suprasti, jausti kitus, bet mes nesame jie. Laikantis šio požiūrio, bet kokia egzistencija atsiveria kaip „būties vienatvė“, o visos vertybinės bei moralinės dogmos lieka neapibrėžtomis substancijomis, kurios svariais matais gali tapti tik konkretaus individo atžvilgiu. Kuo labiau jis auga, tuo stipriau yra skatinamas nebijoti, nes baimė nepadedą siekti rezultatų ir liudija gėdingą žmogaus infantilumą, o visuomenėje yra išaukštinamas drąsaus žmogaus-karžygio kultas, neatsižvelgiant į galimas masines trumparegiško išsišokimo pasekmes. Taigi visos vertybės ir vertinimai turi potencialą išsikreipti, o tuomet kyla abejonės drąsos, kaip neginčytinos vertybės, ir baimės, kaip tik žalingos ydos, įvaizdžiais. Analitinės įžvalgos apie šią problemą, asmeninio požiūrio argumentuotas išdėstymas sudaro šio darbo tikslą bei uždavinius.

Apie baimę

Baimė – jausmas, kuris nepasiduoda racionaliai analizei, kadangi tai yra itin asmeniškasis išgyvenimas. Juk kai ko nors bijome, mes negalvojame apie baimės apibrėžimus, rūšis ar kitą teoriją, mes stengiamės kuo greičiau išeiti iš nemalonios situacijos. Dažniausiai yra pasirenkami vienas iš dviejų būdų tai atlikti - 1) pulti į agresiją arba pabėgti, 2) sustingti, kitaip tariant, „apmirti iš baimės“.² Šios dvi reakcijos sukelia viso organizmo fizinę mobilizaciją ir atsaką į baimę sukėlusio dirgiklio pavojaus signalą. Svarbu paminėti ir tai, jog „baimė siejama su žinojimu apie kylančių nuogastavimų šaltinį, konstruojamą vaizduotės. Ji kyla iš galimybės, t.y. iš potencijos, o ne iš akto (ligos būtis išlaisvina nuo baimės susirgti)“³ ir iš esmės atlieka apsauginę funkciją. „Jei nepatirtume nė kiek baimės ir nerimo, vargu ar išgyventume bent savaitę, dėl to baimės tikrai ne visada būtina įveikti,“⁴ - teigia psichologė Indrė Ambraziūnienė. Kartais baimė tarnauja ir kaip brutali priemonė siekiant įgyvendinti tam tikrų asmenų ar grupuočių interesus. Įvairūs teroristiniai judėjimai naudoja baimę kaip masinį ginklą prieš civilius gyventojus, siekdami sukurti suirutę bei chaosą, kurio metu nesulauktų pasipriešinimo. Jiems yra paranki baimės „virusinė“, t.y. spartaus plitimo savybė, kurios padarinys yra paprasčiausias bandos efektas, gebantis neutralizuoti net ir labiausiai organizuotas žmonių grupes. Skirtingais istoriniais laikotarpiais tą taikė ir daugelis totalitarinių režimų bei valdymo sistemų, norinčių palaužti jiems nepalankius visuomenės atstovus. Garsus lenkų psichiatras, filosofas Antonis Kępińskis savo esė rinktinėje „Gyvenimo ritmas“ nagrinėja nacių koncentracijos stovyklos kalinių psichologines problemas ir plačiai aptaria baimės temą, nes ji yra bene labiausiai kalinių psichinę sveikatą paveikęs veiksnys. Knygoje jis išskiria keturias baimės rūšis: biologinę (kyla dėl grėsmės gyvybei), socialinę (apninka dėl grėsmės būti pašalintam iš socialinio gyvenimo), moralinę (atsiranda dėl savęs kaltinimo, nuolatinio vertinimo) ir dezintegracinę (apsireiškia, kai netikėtai griūna natūrali pasaulio tvarka ir žmogui atrodo, kad jis nesugeba kontroliuoti aplinkos). Toks baimės klasifikavimas leidžia geriau suprasti jos prigimtį ir rasti geriausią įveikimo būdą, taip pat pritaikyti gydymo metodus psichiniams ligoniams. Tačiau psichologų tarpe iki šiol nėra priimtos vieningos nuomonės dėl baimės tipų, kai kurie prie Kępińskio išskirtųjų dar priskiria ir egzistencinę baimę. Ji neatsiejama nuo neapibrėžtumo jausmo, susijusio ne su konkrečiais dalykais, o su faktu, kad esame gyvi, kad gyvename.⁵ Egzistencinės baimės ištakos glūdi jaučiamoje nepilnatvėje, beprasmybėje ir

bejėgystėje, kurią patiriame susidurdami su nuolatiniu gyvenimo kintamumu, nežinomybe. Tokia baimė, veikusi net pirmąsias žmonių bendruomenes, padarė lemiamą kultūrinį lūžį ir padėjo pirmuosius bendradarbiavimo, tradicinių ritualų ir archajinių religijų pamatus. Tai vyko priešistorinių epochų žmonėms pajutus naujų galimybių neaiškias ar sunkiai įprasminamas pasekmes, skatinusiais laikytis nuostatos, jog „kolektyvo ar individo sėkmė gali priešaukti antgamtinių stichijų rūstybę dėl visuotinės ir nepavaldžios žmogui tvarkos pažeidimo, t.y. užtraukti *hybris* (gr. kerštas), todėl būtina kurti išankstinių atsvarų sistemą – ritualus, numaldančius antropomorfinių stichijų pyktį, puoselėti tradicinius veikimo aplinkoje būdus, laikytis saiko ir nustatytų ribų.“⁶ Taip gimė įvairūs tabu, numirėlių keršto ir pavydo gyviesiems grėsmė - konkretus pavyzdys, liudijantis žmogaus laikinumą ir sukeliantis egzistencinę baimę. Tuo remdamasis antropologijos ir evoliucinės psichologijos tyrinėtojas Akopas Nazaretjanas konstatuoja, kad „negyvėlių keliamas siaubas tapo efektyviu socialinių santykių reguliavimo būdu, nes (1) kerštingo numirėlio vaizdinys ribojo agresiją, žudynes rūšies viduje; (2) evoliucinėje atrankoje išliko tik tos bandos, kurių narių vaizduotė buvo geriau išvystyta, t. y. imli fobijoms, tabu ir kt. reguliatyvams; (3) pomirtinio keršto baimė skatino meilę ir atjautą gyviems silpniesiems, kartu stimuliuodama ir dvasinės kultūros motyvaciją.“⁷ Todėl galima teigti, jog baimės negalima vienašališkai vertinti kaip tik destruktivios jėgos: kartais ji ragina vienyti ir kurti naujas sistemas, kurios padeda garantuoti stabilumą ribinėse situacijose. Tačiau toks suvokimas aplanko gerokai vėliau, žiūrint iš laiko perspektyvos, nes bijojimo momentu yra sunku įžvelgti ne tik pozityvius, bet ir bet kokius šio akto padarinius.

- Apibendrinama šiuos svarstymus, noriu pabrėžti, kad bandymai tipizuoti baimės rūšis liudija skirtingus jos reikšimosi būdus ir patvirtina faktą, jog baimės padariniai nėra tik neigiami, galima sulaukti ir teigiamų pasekmių. Todėl pačios baimės negalima vertinti tik kaip negatyvios jėgos.

Apie drąsą

„Drąsa psichologijoje suprantama kaip asmenybės bruožas, leidžiantis žmogui nuslopinti natūralias gynybines reakcijas ir konkrečioje situacijoje ryžtingai veikti, siekiant tikslo – ginant idealus, principus, įsitikinimus, kuriais jis vadovaujasi patekęs į ekstremalią situaciją.“⁸ Taigi pagrindinė drąsos funkcija yra siekti savo tikslų arba ginti juos bet kokia kaina. Drąsa yra baimės opozicija: kai baimė, nugramzdindama į vaizduotės kuriamus scenarijus, yra tarsi bėgimas nuo destruktivos tikrovės, tai drąsa reikalauja aktyviai būti joje, nepabėgti iš esamos situacijos ir/arba ją pakeisti. Tokie, kaip Džordanas Bruno – eretikai, tikėję savo šviesa, negęstančia iki šiol, tautinių išsivadavimų lyderiai, kaip Mahatma Gandhi - ir anksčiau, ir vėliau istorijoje netrūko drąsos pavyzdžių. Šių dienų visuomenė, deja, naiviai tiki neteisybės savi-korekcija, nuolankiai manydama, jog prometėjiškos asmenybės randasi pačios, savaime. Lyderius sekancios minios net nesusimąsto apie tai, jog jų išrinktųjų drąsa gali būti užmaskuotas ontologinio blogio prigimties pyktis, kuris tarsi pateisina viską, leidžia patiems jaustis teisiems ir taip iškilti aukščiau. Kaip rašo Liutauras Degėsis, pyktis kunkuliuoja žmonijos gyslomis nuo gilios senovės: įvairios valdžios auklėjo žmones ne gyventi, bet kautis, nes visur buvo matomi priešai.⁹ Priešai, nesvarbu, tikri ar iliuziški, nesnaudžia, jie tuoj užpuls ir reikės gintis. Todėl manoma, kad kol nieks neužpuolė – geriausia pulti pirmiems. Ir silpnuosius. Įgyta galia ir baimė prarasti lyderystę gimdo drąsą grėsmingai destrukcijai: „Ak, ta pykčio drąsa. Ta drąsa iš silpnumo ir baimės.“¹⁰ Nors jos pagrindas yra pareigos jausmas (aš turiu nugalėti priešą), tačiau jis yra nukreiptas į egoistinį santykį su sociumu, todėl tokia drąsa nėra altruistinė. O šioji yra taip vertinama bei branginama, nes neša ne tik asmeninę, bet ir visuotinę naudą. Tad yra svarbu suprasti, kad drąsa gali turėti ir tamsiąją pusę, kuomet yra imituojama dorybinga vertybinė pozicija, o iš tiesų yra prisidedama prie nužmoginto, supriešinto pasaulio kūrimo.

- Apibendrinama ši skyrių noriu teigti, jog atsižvelgus į įvairius istorinius pavyzdžius bei asmeninę patirtį, įmanoma rasti ne tik teigiamų drąsos padarinių, bet ir negatyvių jos apraiškų, kurios neleidžia drąsos vertinti kaip vienareikšmiškai pozityvios jėgos.

Ambivalentiškumas

Trumpai apžvelgus drąsos ir baimės charakteristikas matyti, kad šios dvi priešybės yra bipolinės struktūros, nes savyje geba koduoti tiek teigiamus, tiek neigiamus padarinius. Šis teiginys polemizuoja su standartiniu šių reiškinių klasifikavimu: juk yra įprasta baimę laikyti neigiama jėga ir išaukštinti drąsos pozityvumą. Yra visai nesunku suprasti, kodėl tokia nuostata yra išplitusi, nes, pasak jau minėtojo Antonio Kępińskiego, negatyviosios nuostatos turi daugiau šansų įsitvirtinti mūsų sąmonėje negu pozityviosios, kadangi „sukelia didesnę organizmo mobilizaciją, o toji kaip kokiam užburtame rate nuostatą dar labiau įtvirtina. Kai koks nors aplinkos signalas sužadina baimę, jį lydinčios vegetacinės ir hormonų išskrovos dar labiau sustiprina baimės jausmą ir dėl to padidėja organizmo gynybinė mobilizacija.“¹¹ Todėl yra lengviau bijoti, nei būti drąšiam. O kadangi būti drąšiam reikalauja daugiau pastangų ir drąsa taip pat kuria jau aptartą „visuotinio gėrio“ efektą (baimė yra labiau orientuota į vieno asmens gerovės išsaugojimą), drąsa yra labiau gerbtina, labiau pozityvi. Galbūt nesigilinant ir būtų galima laikyti tokį radikalų šių jėgų skirstymą pagrįstu, nes patyrimo momentu baimė asocijuojasi su nemaloniais pojūčiais, o drąsa tarytum pakylėja, tačiau tai atitiktų tik pusę tiesos, nes, kaip jau minėta įžangoje, baimė ir drąsa – du individualūs išgyvenimai, kuriuos kiekvienas atranda savaip. Todėl pagrindinis argumentas, norint įrodyti drąsos ir baimės bipoliškumą, yra jų sukelti padariniai. Jie yra vieninteliai ilgalaikiai šių trumpalaikių jėgų pėdsakai, kuriuos mes gebame racionaliai įvertinti iš laiko perspektyvos. Neginčytinai padariniai gali būti ir neigiami, ir teigiami. O tai liudija baimės bei drąsos gebėjimą veikti kaip pozityvioms ir kaip negatyvioms jėgoms konkrečiose situacijose. Pačios savaime, t.y. išimtos iš konteksto arba neutralioje aplinkoje, jos nėra nei teigiamos, nei neigiamos. Šias savybes kiekvienąsyk lemia pačios situacijos aplinkybės. Žinoma, nuspėti padarinių negatyvumą ir pozityvumą yra gana sudėtinga, tą iš dalies užtikrina pastovus mūsų gyvenimo dinamiškumas. Todėl kartais belieka tik pasitikėti savo jėgomis ir per gyvenimą daugiau ar mažiau įgyta patirtimi, žmogiškąja nuojauta.

- Manau, jog ši skyrių tinkamai apibendrintų automobilio metafora, kuri aiškiau apibrėžtų baimės ir drąsos ambivalentiškumą. Taigi drąsa, primenanti Froido superego, atlieka akceleratoriaus funkciją, o baimė, slėpiningosios id dalis, tai stabdžių pedalas. Jie abu reikalingi norint judėti pirmyn, todėl balansas tarp jų yra būtinas. Baimė, mūsų stabdžiai, suteikia galimybę keliauti saugiai ir neviršyti greičio. Drąsa, priešingai, leidžia

neužsistovėti vietoje ir pakilti aukščiau, pamatyti plačiau. Tiek stabdžiai, tiek akceleratoriaus pedalas nėra savaime „teigiami“ ar „neigiami“, jie tiesiog yra. Kurį iš jų pasirinksiame važiavimo metu, priklauso nuo kelio dangos, oro sąlygų, eismo taisyklių. Tie, kurie iki dugno spaudžia akceleratorių, tampa liūdna kelių statistika, o tie, kurie nuolatos kerta per stabdžius, – trukdžiai, kuriuos intensyvaus eismo dalyviai lenkia ratu. Akivaizdu, jog abu tipai turi didžiausią tikimybę pakliūti arba patys sukelti eismo įvykį, o juk šių dienų pasauliui reikia ne tokių vairuotojų. Judėti tolyn čia gali tik atidūs, mokantys kritiškai vertinti situaciją ir veikti ne tik pagrįstai, bet ir užtikrintai.

Išvados

Šiame rašto darbe iškėliau ir stengiausi pagrįsti teiginį, jog drąsa ir baimė yra bipolinės struktūros, turinčios tiek neigiamų, tiek teigiamų ypatybių. Tokią prielaidą galime daryti įvertindami šių reiškinių sukeltus padarinius, kurių neigiamumas ir pozityvumas yra reliatyvus, nes kiekvienas drąsą ir baimę patiria skirtingai. O tai reiškia, jog drąsos ir baimės pozityvumas ir neigiamumas yra taip pat reliatyvus, nulemtas konkrečių situacijų. Tačiau kyla klausimas, ką teikia šis žinojimas? Norėčiau tikėti, jog jis išlaisvina nuo kaltės ir gėdos, kurias neišvengiamai patiriame, kai neatitinkame stereotipinių visuomenės įvaizdžių ir jaučiamės išmesti iš socialinių ratų. Viliuosi, jog žinojimas skatina siekti ne radikalių kraštinumų, bet harmoningos dermės ugdant savo charakterį ir patvirtina, jog yra svarbu gerbti savo jausmus. Nereikia jų ignoruoti, šlifuoti pagal kitų standartus, nes tapę tobulai glotnūs, mes nebeatpažinsime savęs. Galbūt ši pozicija yra jaunatviškai idealistiška ir iki skausmo liberali, tačiau, mano manymu, laikydamasis jos, žmogus gali suvokti, kas yra tikroji baimė ir tikroji drąsa. Juk iš tiesų neįtikėtina, kaip kasdien, daugiau ar mažiau ekstremaliose situacijose, vienas organizmas talpina savyje šių bipolinių jėgų trauką bei stūmą ir vis vien nelūžta.

Šaltiniai

1. Levinas, E. *Etika ir begalybė*. Vilnius: Baltos lankos, 1994. 54 psl.
2. <https://www.bernardinai.lt/psichologe-norint-sumazinti-baimes-svarbiausia-nustoti-vengti/>
3. Šerpetis, K. *Pašaukimo dialektika: egzistencinė baimė vs metafizinis siaubas*. Šiauliai: Šiaulių universiteto leidykla, 2009. 35 psl.
<https://talpykla.elaba.lt/elabafedora/objects/elaba:6088365/datastreams/MAIN/content>
4. Žr. 2
5. <https://www.klauskpsichologo.lt/baime-ir-nerimas/>
6. Žr. 3; 33 psl.
7. Žr. 3; 34 psl.
8. <https://www.bernardinai.lt/2019-05-29-apie-drasa-ir-nedrasa/>
9. <https://www.15min.lt/naujiena/aktualu/komentarai/liutauras-degesys-drasa-is-silpnumo-ir-baimes-500-599227>
10. Žr. 9
11. Kępińskis, A. *Gyvenimo ritmas*. Vilnius: Vaga, 2008. 195 psl.