

Moderna vremena

Pogledaj... sve je puno knjiga.

Sve teme ▼



KRITIKA • Piše: KRISTIЈAN VUJIČIĆ • 04.05.2020.

NEUROLOGIЈA • USAMLJENOST • TIM PRESS • MANFRED SPITZER • LARS SVENDSEN • FILOZOFIЈA • NAKLADA LJEVAK

Manfred Spitzer: Usamljenost & Lars Svendsen: Filozofija usamljenosti

Preporučī članak



Autor uspješnice *Digitalna demencija*

**MANFRED
SPITZER**

USAMLJENOST
NEPREPOZNATA BOLEST

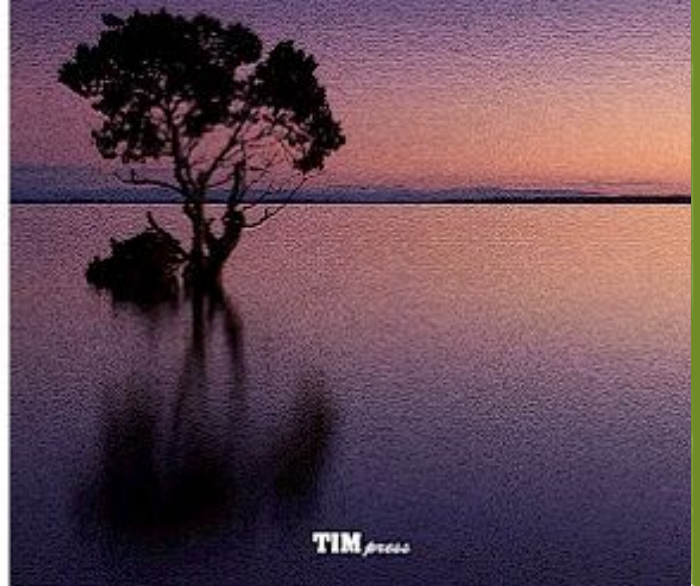
BOLNA
ZARAZNA
UBOJITA



LJEVAK

Lars Fr. H. Svendsen

FILOZOFIJA
USAMLJENOSTI



Usamljenost je fenomen poznat više-manje svim ljudima. Svatko od nas ponekad je u određenom životnom trenutku bio usamljen – pa taj osjećaj čitatelju ovoga osvrta nije potrebno posebno objašnjavati – bilo da se u djetinjstvu nismo imali s kime igrati, bilo da se naš prijatelj preselio u drugi grad ili nas je u nekom životnom trenutku napustio partner. Razloga za osjećaj usamljenosti je mnoštvo. Književnik **C. S. Lewis** tvrdio je da „čim postanemo potpuno svjesni sebe, otkrivamo usamljenost“, dok je **John Milton** zapisao u "Izgubljenom raj" kako je „samoća kadšto najbolje društvo“. Svakako je potrebno razlikovati pojmove usamljenosti i samoće, jer je usamljenost negativna emocija koja se sastoji od jakoga osjećaja praznine i izoliranosti, dok je samoća stanje koje je posljedica našega svjesnoga izbora i može imati pozitivne učinke kao što su kvalitetan odmor i stvaralačka aktivnost u osami.

U 20. stoljeću mnogi značajni književnici i redatelji su u „karakterni luk“ svojih fiktivnih likova, filmskih i književnih, upisali crtu usamljenosti – prisjetimo se samo pojedinih **Krležinih** junaka, primjerice suicidalnog protagonista kafkijanskog prezimena Rafaela Kukca iz njegove novele *Vjetrovi nad provincijalnim gradom* koja je prvotno objavljena u „Književnoj republici“ 1924., a potom u zbirci novela "Hiljadu i jedna smrt" 1933., otuđenoga činovnika Meursaulta u romanu "Stranac" francuskoga filozofa i nobelovca **Alberta Camusa** iz 1942., lika autoironičnoga

intelektualca Herzoga iz istoimenoga romana američkoga nobelovca **Saula Bellowa** objavljenoga prvi put 1964., usamljenoga njujorškoga ratnoga veterana Trvisa Bicklea u filmu "Taksist" **Martina Scorsesea** iz 1976., ili profesorice klavira na Glazbenoj akademiji u Beču Erike Kohut opisane u romanu "Pijanistica" nobelovke **Elfriede Jelinek** iz 1983. po kojem je poznati austrijski redatelj **Michael Haneke** snimio film istoga naslova, koji je na Filmskom festivalu u Cannesu 2001. dobio tri nagrade (među kojima i Grand Prix ocjenjivačkog suda za najbolji film) itd. – dok se posljednjih nekoliko godina u javnom prostoru, kako u svijetu, tako i u nas, sve više piše i razgovara o problemu usamljenosti.

Posvetimo se osvrtu na knjige dvojice različitih autora koji su ovoj temi prišli na sebi svojstven način: s jedne strane, međunarodno priznati njemački psihijatar, psiholog i neuroznanstvenik **Manfred Spitzer**, direktor Psihijatrijske sveučilišne bolnice u Ulmu i osnivač Centra za neuroznanost u istom gradu – autor i u Hrvatskoj čitana djela "**Digitalna demencija**" – u svojoj novoj, nedavno objavljenoj knjizi na hrvatskom jeziku u izdanju Naklade Ljevak (2019.) pod naslovom "**Usamljenost**" (koju je s njemačkoga preveo **Andy Jelčić**) govori o usamljenosti kao neprepoznatoj bolesti, dok s druge strane, svjetski poznat norveški filozof **Lars Svendsen**, profesor na Institutu za filozofiju Sveučilišta u Bergenu, u djelu "**Filozofija usamljenosti**" – objavljenom u izdanju nakladničke kuće TIM press 2017. na hrvatskom (u prijevodu **Miše Grundlera** s norveškoga jezika) – prilazi usamljenosti kao općeljudskom fenomenu.



Manfred Spitzer **problem je, očekivano, sagledao više s medicinskog stajališta tretirajući** usamljenost kao bolest koja je bolna, zarazna i ubojita, a njegovi glavni ciljevi, kao što dobro primjećuje recenzent hrvatskoga izdanja, neuroznanstvenik **Goran Šimić** s Hrvatskoga instituta za istraživanje mozga, „bili su istražiti i opisati kako problem usamljenosti utječe na zdravlje, razmišljanje i ponašanje pojedinca, ali i cijelih društava“. U šestom poglavlju pod nazivom *Usamljenost kao rizik oboljenja*, autor uz predočenje više znanstvenih radova, odnosno istraživačkih i eksperimentalnih studija izričito kaže kako „usamljenost izaziva stres, a time i cijeli niz čestih, kroničnih bolesti, dugoročno sa smrtnim ishodom. (...) Usamljenošću se povećava vjerojatnost pojave visokoga krvnog tlaka (hipertonije), smetnji pri izmjeni tvari (pretilost, šećerna bolest) i bolesti krvožilnoga sustava (moždani udar i koronarna bolest, odnosno srčani udar), kao i poremećaj sna, depresije te plućnih i svakovrsnih infektivnih bolesti“ (Spitzer, str. 137). Spitzer, dakle, smatra da usamljenost zbog stresa ima nepovoljan utjecaj na imunološki sustav, a time i „na nastanak i tijek oboljenja od raka, kao što je pokazao niz istraživanja u nedavnoj prošlosti“ (Spitzer, str. 145). Usto naglašava kako je „usamljenost najvažniji simptom kod pacijenata s depresijom, šizofrenijom, umišljajima, nekim poremećajima osobnosti, kao i ovisnostima“ (Spitzer, str. 149).

Filozof **Svendsen** – koji u svojim publicističkim djelima daje sukus filozofskih disciplina ili tema iz naše svakodnevice na zanimljiv i (sve)obuhvatan način, a u Hrvatskoj je rado čitan autor, pa su mu

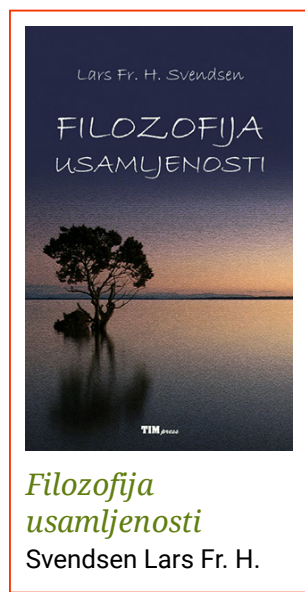
tako, među ostalim, u izdanju spomenutoga izdavača objavljeni zanimljivi naslovi kao što su "Filozofija rada", "Filozofija dosade", "Filozofija slobode", "Strah" i "Što je filozofija?" – u ovoj knjizi prilazi temi fenomenološki propitujući usamljenost kao osjećaj, u odnosu na povjerenje, prijateljstvo i ljubav, tj. (ne)povezanost ovoga fenomena s postmodernim individualizmom. On na jednome mjestu, govoreći o prirodi usamljenosti, izričito kaže da „usamljenost nije bolest, nego općeljudski fenomen“, ali se „može razviti do te mjere da povećava rizik od psihičkih i somatskih oboljenja“ (Svendsen, str. 31).

Različiti pristupi temi očito daju i različite poglede, stoga je još zanimljivije čitati ove dvije knjige usporedno i pritom ih komparirati... Tako Lars Svendsen povezuje u svojem ogledu čovjekovu usamljenost i potrebu za smislom: „Dokazano je da usamljenost i eksperimentalno izazvana socijalna izolacija dovode do smanjenja doživljaja smislenosti života, a sve upućuje na to da je osjećaj pripadanja presudan da bi osoba vidjela smisao“ (Svendsen, str. 24). U trenutačnoj situaciji (prisilne) izolacije zbog koronavirusa, ova rečenica dobiva na težini, jer njezinu točnost može na vlastitom primjeru provjeriti velik dio svjetskoga stanovništva.

Svendsen u "Filozofiji usamljenosti" razlikuje kroničnu usamljenost u kojoj osoba trpi trajnu bol zbog nedostatka bliskosti s drugima, potom situacijski uvjetovanu usamljenost koju uzrokuju promjene u životu – primjerice prekid ljubavne veze, smrt člana obitelji ili bliskoga prijatelja i sl. – i privremenu usamljenost koja nas može obuzeti u bilo kojem trenutku, bilo da smo na zabavi okruženi mnoštvom ljudi ili sami kod kuće. I dok situacijski uvjetovanu usamljenost uzrokuju vanjske okolnosti, ova dugoročnija, kronična, nastaje iz naše nutrine i ona je, dakako, problematičnija (usp. Svendsen, str. 28-29).

Autori se razilaze u procjeni je li usamljenost sve veća pošast u suvremenim društvima, kao što smatra Spitzer, ili ne, kao što tvrdi Svendsen. Obojica se, ipak, slažu u tome da je usamljenost doista težak problem onima koji od nje pate, te taj osjećaj uspoređuju sa psihofizičkom boli. Manfred Spitzer, osim što spominje određeni oblik psihoterapije kao stavku liječenja u poglavlju *Što se može učiniti?* – govori o tome da suosjećanje i suradnja mogu pomoći, kao i obostrana otvorenost: društva prema usamljenim osobama i obrnuto. On predlaže i duhovnost, za razliku od materijalizma, odnosno davanje i pomaganje. Također, u posljednjem poglavlju knjige, ustraje na odlasku u prirodu jer „doživljaj prirode čovjeka čini zdravijim, sretnijim, kreativnijim, oštromnijim i (u moralnome smislu) boljim“ (Spitzer, str. 231). Razmišljanje o sebi, strah i stres smanjuju se boravkom u prirodi, poručuje nam ovaj njemački psihijatar.

Svendsen, pak, naglašava stvaralačku samoću kao preduvjet za dobar život pojedinca, a pritom u poglavlju naslovljenom *Pozitivna osama* – iako na jednome mjestu zaključuje kako „usamljenost i osama ne idu nužno zajedno“ (Svendsen, str. 108) – spominje brojne filozofe, pjesnike i književnike koji su pisali hvalospjeve kvalitetnoj osami. Tako je **Aristotelu**, kako je izjavio u "Nikomahovoj etici",



najbolji od svih života kontemplativan život u osami, dok je **Petrarca** u svojem djelu "De vita solitaria" tvrdio da osama oslobađa od drugih potreba i omogućava čovjeku da živi kako sam želi. Za **Emersona** je osama stanje u kojem čovjek upoznaje sebe kakav uistinu jest, a **Schopenhauer** smatra kako čovjek može biti sasvim svoj i slobodan jedino u osami. **Nietzsche**, vuk samotnjak svojega doba, u djelu "S onu stranu dobra i zla" uzvisuje samotnost i život u osami na pijedestal vrline koja „teži sublimnom“ i nastoji očuvati „čistoću“ umjesto da bude oskvrnuta tuđim društvom... Iako je **Rousseau** napisao djelce "Sanjarije samotnog šetača" – gdje je osama čovjekova početna točka i krajnji cilj – Svendsen smatra kako on u njoj i ne uživa previše, pa samim time i nije najbolji primjer filozofske pohvale osame kao takve (usp. Svendsen, str. 116-118).

Obje knjige, dakle, predstavljaju kvalitetna publicistička djela u kojima autori svojim pristupom fenomenu usamljenosti – bilo filozofskim u Svendsenovu slučaju ili psihologijsko-neuroznanstvenim pristupom u Spitzerovu slučaju – omogućuju da u njihovim raspravama mogu podjednako sudjelovati kako stručnjaci tako i čitatelji namjernici koji su zainteresirani za ovu temu. Pritom obojica pokušavaju popularizirati svoja područja djelovanja u javnosti, želeći približiti teme o kojima se možda i nedovoljno govori, pa su na takav, prijemčiv način, i napisali svoja djela o ovoj problematici.

I jedan i drugi naglašavaju važnost ostvarivanja kvalitetnih međuljudskih odnosa, prijateljskih i ljubavnih – primjerice, njemački filozof i psihijatar **Karl Jaspers** vjeruje da je ljubav najsnažniji lijek protiv usamljenosti – u našim životima. Norveški filozof **Lars Svendsen** u završnom poglavlju "**Filozofije usamljenosti**" poziva pojedince na preuzimanje odgovornosti za vlastite osjećaje i kaže da se „usamljenost može ublažiti ako pronađemo mir sami sa sobom“ (Svendsen, str. 140). Slično razmišlja i njemački psihijatar i neuroznanstvenik **Manfred Spitzer**, koji u predgovoru **svoje knjige** – koja nas također upućuje na važnost prepoznavanja vlastitoga osjećaja usamljenosti i pokazuje nam kako promijeniti način doživljaja svijeta oko sebe – upozorava: „Razmišljanje o vlastitoj konkretnoj situaciji koje nakon toga slijedi – što točno treba učiniti sada i ovdje – ne može se zamijeniti ovom knjigom. Ali može se znatno olakšati“ (Spitzer, str. 12).

Kao što je već rečeno, unatoč različitim pristupima, Spitzer i Svendsen slažu se u tome da svaki pojedinac koji prepozna svoju usamljenost, preuzimajući odgovornost za svoje djelovanje, ima mogućnost kvalitetno i zrelo se postaviti prema njoj.



MANFRED SPITZER

Usamljenost : Neprepoznata bolest

Prijevod: Andy Jelčić

Naklada Ljevak 09/2019.

288 str., meki uvez

Autor usjelnice Digitalna demencija

**MANFRED
SPITZER**

USAMLJENOST
NEPREPOZNATA BOLEST

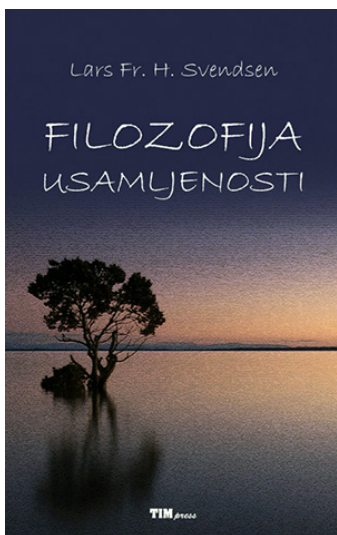
BOLNA
ZARAZNA
UBOJITA



ISBN 9789533553092

Cijena 139.00 kn

Manfred Spitzer u svojoj novoj knjizi po prvi put opisuje zašto je usamljenost uzrok bolesti, kako izgledaju patološka usamljenost i socijalna izolacija i kakav ozbiljan utjecaj imaju na zdravlje, tijelo i dušu pogođenih. Angažirani psihijatar Spitzer smatra da je usamljenost uzrok smrti broj jedan u zapadnim zemljama.



LARS FR. H. SVENDSEN

Filozofija usamljenosti

Prijevod: Mišo Grundler

TIM press 05/2017.

191 str., meki uvez s klapnama

ISBN 9789538075285

Cijena 90.00 kn

Polazeći od najnovijih istraživanja u području filozofije, psihologije i društvenih znanosti, 'Filozofija usamljenosti' istražuje različite vrste usamljenosti, filozofiju emocija, zašto su neki ljudi usamljeniji od drugih te psihološke i sociološke karakteristike koje ljude čine podložnima usamljenosti.

Preporučiti članak



– KOMENTARI –