

**RICHARD WINTER**

**NUDA**

**R** w kulturze  
**ROZRYWKI**

**P O R A D N I K**

Przełożył Zbigniew Kasprzyk

WYDAWNICTWO WAM

Tytuł oryginału

STILL BORED IN A CULTURE OF ENTERTAINMENT  
REDISCOVERING PASSION AND WONDER

Originally published by InterVarsity Press as Still Bored in a Culture  
of Entertainment by Richard Winter

© by Richard Winter

Translated and printed by permission of InterVarsity Press, P.O. Box 1400  
Downers Grove, IL 60515, USA

© Wydawnictwo WAM, 2012

Redakcja

ZOFIA PALOWSKA

Korekta

DANUTA BARAŃSKA

Projekt okładki i stron tytułowych

SEBASTIAN STACHOWSKI

ISBN 978-83-7505-897-0

WYDAWNICTWO WAM

ul. Kopernika 26 • 31-501 Kraków  
tel. 12 62 93 200 • faks 12 42 95 003  
e-mail: wam@wydawnictwowam.pl  
www.wydawnictwowam.pl

DZIAŁ HANDLOWY

tel. 12 62 93 254-255 • faks 12 43 03 210  
e-mail: handel@wydawnictwowam.pl

KSIĘGARNIA INTERNETOWA

tel. 12 62 93 260, 12 62 93 446-447  
faks 12 62 93 261  
e.wydawnictwowam.pl

Drukarnia Wydawnictwa WAM

ul. Kopernika 26 • 31-501 Kraków

## SPIS TREŚCI

PODZIĘKOWANIA	7
WSTĘP	9
1 TRZY ZIEWNIĘCIA NA NUDĘ!	13
2 NUDA – WIADOMOŚCI PODSTAWOWE Niedostymulowanie. Powtarzanie. Odłączenie	22
3 DWA RODZAJE NUDY Wersja krótsza i dłuższa	33
4 ZABAWIENI PONAD MIARĘ Czas wolny, nadmiar bodźców i przymysł rozrywkowy	39
5 REKLAMAMI WPĘDZENI W STAN APATII Stymulacja pragnień i rozczarowanie	57
6 DLACZEGO NIEKTÓRZY LUDZIE SĄ BARDZIEJ PODATNI NA NUDĘ? Percepcja, Osobowość i Podatność	68
7 ZNIECZULENI PRZEZ NEGACJĘ Niepokój, rozczarowanie i blokada emocjonalna	78
8 PODRÓŻ W CZASIE Średniowieczna nuda, melancholia i żaloba	89
9 OD GRZECHU DO SAMOSPEŁNIENIA Religia, prawo do szczęścia i brak zasobów wewnętrznych	100
10 NĘKANI BRAKIEM NADZIEI Postmodernizm, obojętność i zagubiony sens	110
11 GORZKIE OWOCE NUDY Uzależnienie od seksu, agresja i podejmowanie ryzyka	126

12	PRZECIWDZIAŁANIE NUDZIE	
	Sześć prostych sposobów na pozbycie się nudy i ekscytujące życie!	140
13	NIE TAK ŁATWO, NIE TAK SZYBKO	
	Kilka podstawowych tematów przewodnich życia	157
14	PO CO WSTAWAĆ RANO?	
	Nuda i walka	170
	PRZYPISY	178
	INDEKS NAZWISK	194

## WSTĘP

11 WRZEŚNIA 2001 ROKU NIKT SIĘ NIE NUDZIŁ. Tamtego dnia i przez kilka następnych tygodni uwagę ludzi przykuwał rozgrywający się na oczach wszystkich dramat wież World Trade Center i budynku Pentagonu. Aktorzy z Broadwayu zastanawiali się, czy mogą i czy powinni kontynuować występy. W pierwszym tygodniu po atakach terrorystycznych wiele wydarzeń kulturalnych odwołano lub przełożono na inny termin. Ludzie nie chcieli ryzykować spotkania z pełnym zagrożeniem światem, siedzieli więc w domach przykuci do telewizyjnych wiadomości. Można było odnieść wrażenie, że kultura rozrywki w jednej chwili straciła swą moc i stała się zbędna. Tylko reklamy środków na uspokojenie wydawały się na miejscu. Słynni amerykańscy komicy, David Letterman i Jay Leno, nigdy wcześniej nie byli tak poważni. Śmiech nie przychodził łatwo – może tylko jako krótkie wytchnienie od tragicznych doniesień wypełniających programy informacyjne. Dwie nowojorskie gazety czasowo zawiesiły wydawanie humorystycznych historyjek obrazkowych. Miesiąc po atakach Darren Star, twórca seriali *Seks w wielkim mieście* i *Beverly Hills 90210*, powiedział w wywiadzie dla „New York Times”:

Podstawowym materiałem dla serialu *Seks w wielkim mieście* zawsze był ten przyjemny szmer bezmyślności, mody, ogromnych pieniędzy i powierzchowności. Bawiliśmy się tym, celebrowaliśmy to, robiliśmy z tym różne rzeczy. A teraz przyszła ta zmiana nastroju [...]. Pierwszym programem – poza wiadomościami – który obejrzałem od owych wydarzeń, był premierowy odcinek nowego sezonu serialu *Przyjaciele*. Aż do tamtej chwili myślałem sobie: kogo teraz obchodzi robienie uda-

wanej telewizji? Jednak z drugiej strony odcinek *Przyjaciół* był zabawny i rozśmieszył mnie – między innymi dlatego, że bohaterom nie mogło się przytrafić nic strasznego<sup>1</sup>.

Początkowo Amerykanie z pewnością byli bardziej otwarci na poważną dyskusję o sprawach ostatecznych, jak dobro i zło, sens życia czy znaczenie czasu poświęcanego rodzinie. W ciągu kilku godzin odważni strażacy i policjanci zastąpili gwiazdy Hollywood i sportowców w roli kulturowych bohaterów.

Obecnie, po upływie wielu miesięcy od tamtych wydarzeń, ludzie przyzwyczaili się do nowych realiów i przemysł rozrywkowy odzyskał swój rytm. Nawet niekończące się artykuły i programy na temat islamu i wojny w Afganistanie przykuwały uwagę opinii publicznej tylko na chwilę i wkrótce ich powtórki stały się nudne. Przez pewien czas zastanawiałem się, czy po 11 września moja książka będzie miała jeszcze jakiegokolwiek znaczenie. Jednak dla większości ludzi codzienna rutyna niewiele się zmieniła i do czasu kolejnego wielkiego dramatu w prawdziwym życiu nadal będą się ekscytować serialem *Ostry dyżur* oraz programami z gatunku reality show, jak *Rzykanci* czy *Temptation Island* (Wyspa pokus). Wczoraj wieczorem poszliśmy do kolejnego, nowego multiplexu z wieloma salami kinowymi. Było pełno!

Widzę pewną ironię w fakcie, że ta książka zaczęła powstawać kilka lat temu, kiedy poproszono mnie, abym wygłosił wykład na temat nudy w Orlando – o rzut kamieniem od rozrywkowej meki, kompleksu Disney World na Florydzie. Początkowo miałem wątpliwości, czy o nudzie w ogóle można powiedzieć coś ciekawego, potem jednak rozpocząłem badania, które tak bardzo mnie zaintrygowały, że wykład rozrósł się do rozmiarów artykułu, a po niedługim czasie artykuł stał się załącznikiem książki. Kiedy zaczynałem poszukiwania, moją ciekawość pobudziło odkrycie fascynującej pracy Patricii Spacks – po mistrzowsku przedstawiającej przewijanie się wątku nudy w literaturze angielskiej – która ukazała się pod tytułem *Boredom: The Literary History of a State of Mind*. Spacks przedstawia cztery hipotetyczne przyczyny wzrostu znaczenia prob-

lemu nudy w ostatnich dwustu latach: zwiększenie się ilości czasu wolnego, upadek chrześcijaństwa, wzrost troski o prawa jednostek oraz wzrost zainteresowania przeżyciami wewnętrznymi. W ostatnim akapicie książki Spacks pisze:

Historia nudy w kulturowych konstrukcjach ma znaczenie częściowo dlatego, że obecnie sama nuda znaczy bardzo wiele. Skoro nuda dostarcza przekonującego wyjaśnienia dla aktów przemocy i autodestrukcji, skoro pragnienie zapobiegania jej wspomaga sprzedaż wiecznych piór i wycieczek dokoła świata, skoro pisarze uznają ją za podstawę życiowego doświadczenia, a dziennikarze wykorzystują jako łatwo zrozumiały punkt odniesienia – skoro to wszystko prawda – nuda ma obecnie dużą moc wyjaśniającą zjawiska zachodzące w społeczeństwie, które w znacznej mierze wydaje się zbite z tropu<sup>2</sup>.

Moja książka jest próbą zrozumienia niektórych złożonych spraw zagmatwanego świata, w którym przyszło nam żyć.

Aby należycie przedstawić temat, który „znaczy bardzo wiele”, badałem nudę z socjologicznego, psychologicznego, historycznego, teologicznego i praktycznego punktu widzenia, starając się dociec, jakie są jej przyczyny i jak można jej przeciwdziałać. Te poszukiwania zaprowadzą czytelnika do samego sedna problemu i ukażą potencjał kondycji człowieka w XXI wieku.

## TRZY ZIEWNIĘCIA NA NUDE!

BYLIŚMY W POWIETRZU JUŻ OD SZEŚCIU GODZIN, a pozostały nam jeszcze cztery godziny lotu! Zdążyłem już coś zjeść, zdrzemnąć się, obejrzeć film, skończyć książkę i przeczytać gazetę, a teraz śmiertelnie się nudziłem. Myślamy powędrowałem do długich godzin, które jako mały chłopiec spędzałem na tylnym siedzeniu samochodu razem z bratem i dwoma siostrami, kiedy jeździliśmy na wakacje. Co pół godziny jedno z nas zadawało pytanie: „Mamo, już dojechaliśmy?”, albo „Jak daleko jeszcze, tatusiu?”.

Całkiem niedawno jechałem sam z Bostonu do St. Louis. Podróż zajęła mi dwadzieścia godzin. Na szczęście miałem coś, co pozwalało mi podtrzymać aktywność uszu i mózgu – serię fascynujących wywiadów oraz książkę na kasecie. Słuchałem wywiadów i książki na zmianę, a od czasu do czasu przerzucałem się na przeskakiwanie po stacjach radiowych, aby tylko nie dać się nudzić. Oczywiście i pozostałe zmysły cieszył przesuwający się za oknami wiejski krajobraz południa stanu Nowy Jork; no i, na szczęście, ruch na drodze był niewielki. Zacząłem się zachowywać dość osobliwie, co mnie rozbaawiło, a jednocześnie uświadomiło mi, jak bardzo *wszystkie* moje zmysły domagają się stymulacji. Wiozłem z sobą jedzenie z domku lotniskowego. Tuż za siedzeniem leżała ogromna paczka miodowych płatków Cheerios. W ciągu dwudziestu godzin prawdopodobnie zjadłem dwie trzecie opakowania – po trochu, czasami tylko pięć czy sześć płatków co kilka minut. Miałem też kilka kanapek, które łagodziły nieco monotonię podróży. Od czasu do czasu przeciąga-



łem się, otrząsałem, a nawet dość mocno uderzałem się w policzek. Krzyczałem, marzyłem na jawie, śpiewałem, mówiłem do siebie, modliłem się i śmiałem. Trzy razy robiłem się senny, a tempo odliczania ziewnięć rosło tak niebezpiecznie, że zatrzymywałem się na drzemkę. Z zafascynowaniem obserwowałem, w jaki sposób radziłem sobie z nudą i jak głośno każdy z moich zmysłów domagał się pomocy! Najgorsze były pierwsze i ostatnie godziny podróży.

A teraz, Czytelniku, proszę, abysь uruchomił wyobraźnię. Załóżmy, że masz wolny wieczór: nic do zrobienia, żadnych obowiązków wobec innych ludzi. Ciekawy jestem, jakie myśli przychodzą ci do głowy w pierwszej chwili? Kino? Może film albo dwa na wideo? Pomyśl, jakby to było nie mieć telewizora ani odtwarzacza, ani filmów! Trudno nam jest wyobrazić sobie taką egzystencję. Dla niektórych ludzi taka wizja jest po prostu przerażająca. Co byśmy z sobą poczęli? Jak zdołalibyśmy przetrwać głód rozrywki? Przypuszczam, że większa awaria zasilania mogłaby nam dać pewien przedsmak takiej sytuacji. A czym zajmowali się ludzie w poprzednich pokoleniach?

Aby sprawdzić, jak bardzo jesteś uzależniony (lub uzależniona) od elektronicznej rozrywki, spróbuj przez dwadzieścia cztery godziny – a jeżeli masz dość odwagi, przez kilka dni, a nawet cały tydzień – nie słuchać radia, kaset ani płyt CD, nie oglądać telewizji ani filmów i nie chodzić do kina. Czy uda ci się dojechać do pracy samochodem, nie włączając radia? Pewna osoba, która podjęła taką próbę, zauważyła, że jej ręce bezwiednie kierują się do przełącznika radiowego. Przewycięła pokusę, śpiewając wszystkie piosenki, jakie sobie przypominała. A ty? Czym bys się zajął bez telewizji?

Nie trzeba jednak awarii zasilania ani postu od rozrywki, aby wielu ludzi odczuwało nudę, mimo że mają do dyspozycji wszelkie uciechy, atrakcje i zabawy współczesnego świata. Tutaj, w St. Louis, byłem świadkiem ogromnego zainteresowania baseballlem, kiedy Cardinals kroczyli do zwycięstwa w World Series\*. W tym samym

---

\* Cieszące się niezwykłą popularnością rozgrywki wyłaniające zawodowego mistrza baseballu w USA – przyp. tłum.

czasie panował szal na punkcie futbolu amerykańskiego, a dziesiątki tysięcy fanów oklaskiwały miejscową drużynę Rams. W całym mieście odbywają się setki koncertów, w kinie lub na odtwarzaczach można obejrzeć mnóstwo filmów, w domach telewizja oferuje dziesiątki kanałów – jak w takiej sytuacji w ogóle można się nudzić? A jednak – doroczne badanie opinii konsumentów wykazało niedawno paradoksalny „bum na nudę”: „jesteśmy znudzeni, mimo że żyjemy w wyjątkowych czasach”. Zgodnie z wynikami sondażu 71% spośród dwóch i pół tysiąca respondentów chciało, aby w ich życiu pojawiało się więcej nowości. W porównaniu z rokiem 1998 oznacza to wzrost o 4%. „Podobnie jak u narkomana wykształca się odporność na działanie zażywanych substancji i aby osiągnąć taki sam efekt, potrzebuje coraz większych dawek, tak i u nas wykształciła się pewna obojętność wobec niezwykłych wydarzeń”<sup>3</sup>.

Zwrócono uwagę na tę tendencję w artykule, który parę lat temu ukazał się w „Reader’s Digest” pod tytułem *How to Cope with Boredom* (Jak radzić sobie z nudą):

Mimo niezwyklej różnorodności dostępnych atrakcji i źródeł ich pozyskiwania, mimo szaleństwa na punkcie spektakli i gorączkowej pogoni za rozrywką, Ameryka jest znudzona. Ogrom wysiłków, jakie podejmuje się w Stanach Zjednoczonych, aby przeciwdziałać nudzie, okazał się pułapką, a nuda stała się chorobą naszych czasów<sup>4</sup>.

Niektórzy ludzie mają dotkliwą świadomość nudy, większość jednak prawdopodobnie uzna poruszany przeze mnie temat za zwykłą przesadę. Ale są i tacy, którzy również podnoszą alarm. W jednej z największych brytyjskich gazet ukazał się niedawno artykuł zatytułowany *You’re Bored, Damned Bored* (Jesteście znudzeni, cholernie znudzeni), w którym przytoczono następujące słowa arcybiskupa Walii:

Jesteśmy niebezpiecznie głęboko znudzonym społeczeństwem. I niechętnie szukamy korzeni tego zjawiska. Dlaczego pragniemy uciekać od chwały i trudności codziennego życia? Dlaczego pragniemy ucieczki w hazard, narkotyki czy jakąkolwiek inną formę fikcji?

Dlaczego stworzyliśmy kulturę, która zdaje się bardziej kochać fikcję niż rzeczywistość? Niezależnie od tego, czy chodzi o narkotyki, hazard, czy choćby o loterię narodową, powinniśmy zadać sobie pytanie: „Co się z nami stało? Dlaczego jesteśmy tak znudzeni?”<sup>5</sup>.

Kiedy po raz pierwszy poproszono mnie o zabranie głosu na temat nudy, zastanawiałem się, dlaczego w ogóle miałyby to kogośkolwiek interesować. „Chcielibyśmy, żeby powiedział Pan coś o nudzie – stwierdził komitet zapraszający. – Ponieważ wydaje nam się, że wielu ludzi znudzonych jest własnym życiem”. Przypuszczam, że ludzie, którzy mnie zaprosili, dostrzegli zjawisko dobrze znane z zaprezentowanego przez profesora Reinharda Kuhna portretu typowej mieszkanki amerykańskich przedmieść.

Męczą ją magazyny, które czyta, i telewizyjne show, które ogląda, przygotowując sobie kolejnego drinka. Możliwe też, że dzwoni do równie znudzonej przyjaciółki i godzinami rozmawiają o niczym, a może wchodzi się w romans, który znaczy dla niej równie mało, co artykuł w magazynie czy telewizyjne show<sup>6</sup>.

Wszyscy aż nadto dobrze znamy postać nastolatka, który nie ma „nic do roboty”. W telewizji nie ma nic, co wzbudzałoby jego zainteresowanie, wszyscy przyjaciele są zajęci, a on oczekuje, że inni wymyślą za niego, co mógłby robić, i wciąż wykrzykuje: „Nudzi mi się!”.

Wyniki jednego sondażu wykazały, że „najczęstszą reakcją na nudę [było] *przełączanie kanałów w telewizji*”. 44% ankietowanych stwierdziło, że jedzą, kiedy się nudzą, a 27% powiedziało, że wybierają się na przejażdżkę samochodem<sup>7</sup>.

Dlaczego w czasach, w których dostęp do rozrywki jest łatwiejszy niż kiedykolwiek dotąd, wydaje się, że mamy do czynienia z epidemią nudy? Czy takie stwierdzenie wydaje się wam przesadą? Za każdym razem, kiedy wygłaszam wykład o nudzie, na początku słuchacze wykazują jedynie mgliste zainteresowanie tematem. Kiedy jednak zaczynają się zastanawiać, uświadamiają sobie, jak powszech-

nym zjawiskiem jest nuda w ich własnym życiu, w życiu ich dzieci i przyjaciół. Nawet jeżeli nigdy nie używali słowa *nudny* w odniesieniu do uciążliwych momentów życia, mam nieomal wrażenie, że ubieram w słowa uczucia, których wcześniej nie potrafili wyrazić słowami. Kiedy przychodzi czas na zadawanie pytań, słuchacze, którzy na początku prezentacji z pewnością „nie czuli” tematu, nagle podchodzą do niego bardzo emocjonalnie i z dużym zaangażowaniem. Nikt nie jest nim znudzony! Materiał zaprezentowany na wykładzie rozbrzmiewa dziwnym i potężnym echem w duszach słuchających.

## NUDNE CZY EKSCYTUJĄCE?

Pomyślcie o synonimach przymiotnika *nudny*. Rozważcie je spokojnie, pozwólcie, aby wniknęły w wasz umysł, poczujcie je: *apatyczny, szary, posępny, bezbarwny, pospolity, mdły, niemający końca, drażniący, beznamiętny, ospały, monotony, prozaiczny, powtarzający się, rutynowy, oklepny, ciężkostrawny, zmundny, męczący, nieinteresujący, jałowy, nużący. Nuuu-da* – jak powiedzieliby nastolatki tonem obrzydzenia. Mówimy o „śmiertelnej nudzie”, o tym, że „można oszaleć z nudów” i że „jest tak nudno, aż chce się wyć”. Nie ulega wątpliwości, że jest to denerwujący, nieprzyjemny stan umysłu, od którego pragniemy uciec: poczucie, że nie ma nic, co chcielibyśmy robić. Jeszcze bardziej bolesny jest fakt, że odczuwamy aktywne pragnienie nierobienia tego, co jest dostępne.

A teraz pomyślcie o przeciwieństwach nudy. Znowu poczujcie te słowa: *interesujący, absorbujący, zabawny, atrakcyjny, pociągający, charmatyczny, zajmujący, zachwycający, ujmujący, pochłaniający, czarujący, porywający, egzotyczny, fascynujący, pasjonujący, intrygujący, ożywczy, ekscytujący*<sup>8</sup>. Zwróćcie uwagę, ile razy usłyszycie słowo ekscytujący w nadchodzącym tygodniu. A jak często słyszeliście je w tygodniu, który właśnie minął: „Jestem taki podekscytowany!”. Nikt nie chce uciekać od tego przeżycia.

„Nudzić” to znaczy „wywoływać niemiłe uczucie spowodowane zwykle beczynnością, brakiem interesującego zajęcia, brakiem wrażeń, monotonią życia”<sup>9</sup>. Czasownik ten ma delikatnie agresywną konotację\* – jakby ktoś powoli, ale nieustannie nudząc, dosłownie wwiercał się w coś lub w kogoś. Poczulem to na własnej skórze, kiedy pewnego razu zapytałam jedną z moich studentek, dlaczego nigdy nie bierze aktywnego udziału w dyskusji. Odpowiedziała szybko i nieco sarkastycznie: „Szczerze mówiąc, nudzę się. Przerobiłam już znaczną część tego materiału na wcześniejszych zajęciach”. Tym ostrym komentarzem, jak igłą, przekuła balon mojego ego. Przez kilka godzin z bólem zastanawiałem się, czy moje zajęcia, których formułę wcześniej zmieniałem specjalnie po to, by były bardziej interesujące – rzeczywiście są aż tak nudne!

Na inny aspekt tego nudzenia, czy też „świdrowania”, zwrócił uwagę Ambrose Bierce, amerykański dziennikarz i pisarz żyjący na początku XX wieku, definiując *nudziarza* jako „człowieka, który mówi, kiedy chcesz, aby słuchał!”<sup>10</sup>. Taka sytuacja wywołuje irytację i chęć odplacenia pięknym za nadobne – nudziarstwo za nudziarstwo! Kiedy jakaś osoba podczas otwartej dyskusji nieustannie mówi i mówi, wyrażając własne opinie i nie zważając na opinie innych, prawie zawsze jestem mocno zirytowany i znudzony. Mam ochotę powiedzieć jej, żeby „się zamknęła”, odczuwając przemożną chęć ucieczki. W pewnym sondażu naukowcy zapytali badanych, co nudzi ich u innych osób. Wśród opisywanych cech charakteru znalazły się: bierność, banalność, powaga oraz skupianie się na sobie<sup>11</sup>.

Zasugerowałem wyżej, że 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

---

\* W języku angielskim słowo *bore* znaczy „nudzić”, ale także „wiercić, świdrować”. Warto zwrócić uwagę, że w języku polskim przybliżone znaczenie ma zwrot „wiercić komuś dziurę w brzuchu” – przyp. tłum.

wadę, dlatego lepiej nie wyrażać go otwarcie. Zdaniem socjologa Orrina Klappa do takiego stanu rzeczy przyczyniają się też „instytucje placebo, jak rozrywka, hazard, sport, używki oraz środki masowego przekazu, które łagodzą lub maskują problem, aby ludzie nie zdawali sobie sprawy z własnych, ukrytych potrzeb”<sup>12</sup>. Wspomniane instytucje działają jak kulturowe środki uspokajające, które usuwają nieprzyjemną świadomość monotonii i prozy rzeczywistości.