

ZNAK

M I E S I Ę C Z N I K

Między słowami Jak budować głębsze relacje

Mariusz Szczygiel: Słuchać to • wyluskiwać
mikrotematy do rozwinięcia — s. 12

Timothy Snyder: Czego więźniowie
nauczyli mnie o wolności? — s. 73

Horror. Dlaczego lęk
sprzedaje się tak dobrze — s. 93

Ilustracja: Paweł Smardzewski

Nr
845

ISSN 0044-488X

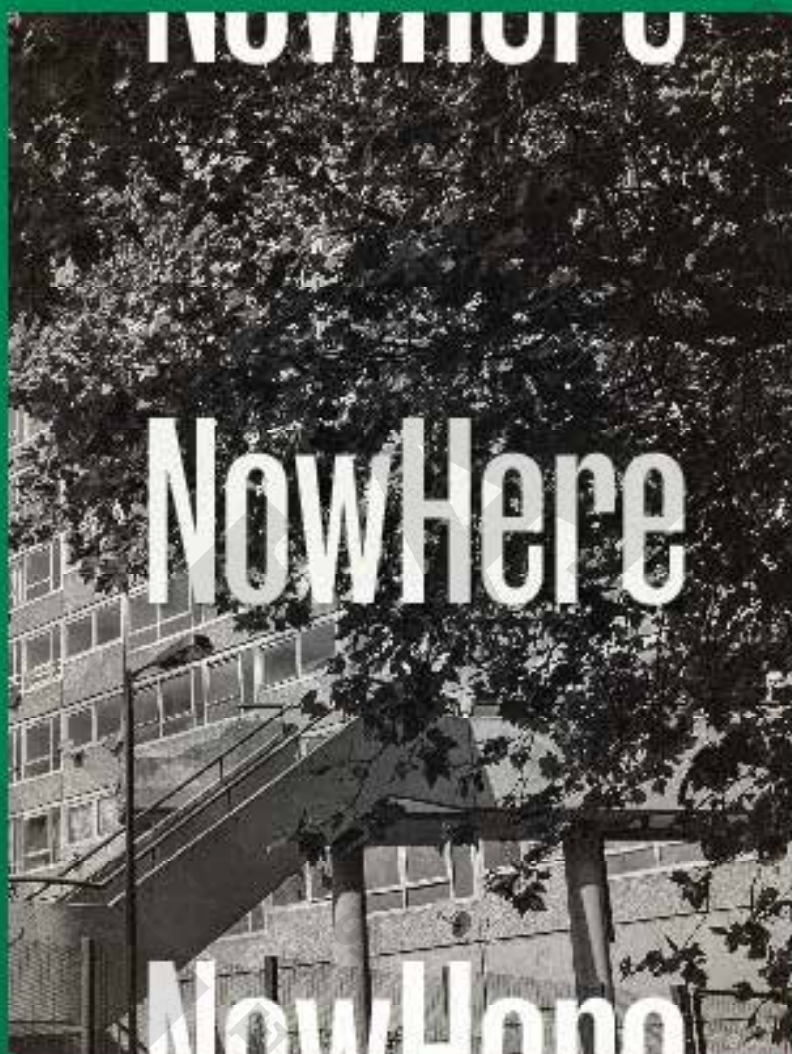
INDEKS 383716



CENA: 29,99 zł | VAT 8% PAŹDZIERNIK (10) 2025

„NowHere” Krzysztof Koszewski

NARODOWY INSTYTUT ARCHITEKTURY I URBANISTYKI



niau.pl

”

Poetyckie, monochromatyczne fotogramy i komentarz Krzysztofa Koszewskiego pokazują, że w modernistycznych osiedlach tkwi wielki, różnorodny potencjał.

— prof. Bolesław Stelmach



Michał Jędrzejek
redaktor Tematu Miesiąca

Rozmowa jako święto

ODCZUWAM CZASEM NIEDOSYT DOBRYCH ROZMÓW. Z jednej strony tych, w których wymieniamy się ważnymi doświadczeniami i troskami, pozwalających poczuć połączenie z drugim człowiekiem, zmieniających nas na lepsze. W końcu „konwersacja” i „konwersja” mają ten sam źródłosłów w łacińskim *convertere* oznaczającym obracanie się, zmienianie się. Naprawdę dobre dyskusje – jak dobra powieść albo film – mogą popchnąć nasze życie w nieco innym kierunku. Z drugiej strony chodzi też o rozmowy płynące w swobodnej atmosferze, ale w których są humor, lekkość i wzajemna ciekawość. Gdy dochodzi do takiego spotkania, jest to święto, czuję, jakbym znalazł skarb, którym okazuje się nasza wspólna obecność.

Czy takich rozmów jest mniej niż dawniej? Nasza współpracowniczka dziennikarka Paulina Wilk napisała mi, że o dobrych rozmowach warto pogadać z kimś, „kto kiedyś godzinami rozmawiał przez telefony stacjonarne nad filiżanką z fusami kawy po turecku, gasząc peta na pecie. Jak moja mama z przyjaciółkami z drugiego końca Polski i jak intelektualiści, którzy wierzyli, że da się zrobić lepszy świat. Jakby rozmawiał na śmierć i życie i nie oglądał się na to, jak będzie przyjęty. I ktoś, kto miał czas rozmawiać. Teraz częściej imitujemy rozmowy. To pozowanki”. Rzeczywiście mamy do czynienia ze zjawiskami, które rozmowie dziś nie sprzyjają: szybkie tempo życia, ciągłe podłączenie do sieci, zamykanie się po pracy w *stricte*

rodzinnym kręgu *etc.* Wierzę jednak, że nie jesteśmy wcale na straconej pozycji.

W tym numerze „Znaku” zastanawiamy się, co zrobić, żeby nasza komunikacja w związkach, z przyjaciółmi i znajomymi, a także z osobami, które dopiero poznajemy, była lepsza, ciekawsza, bardziej satysfakcjonująca. Myśląc o tym temacie, spisałem sobie nawet zestaw sześciu prownormacyjnych zasad, których staram się przestrzegać. Może i Państwu się na coś przydadzą?

1. Słuchaj uważnie, ale i mów o tym, co dla Ciebie istotne bądź ciekawe. Gdy masz poczucie, że w rozmowie jesteś wyłącznie słuchaczem, często zaczynasz źle myśleć o swoim rozmówcy. Zastanów się przed spotkaniem, czym chciałbyś się podzielić i o co zapytać.
2. Jeśli się o coś spieracie, sprawdź, czy potrafisz streścić stanowisko drugiej osoby swoimi słowami tak, że ona dalej się w nim rozpoznaje. Niekiedy dyskutujemy z naszym wyobrażeniem, nie zaś z czyimiś przekonaniem.
3. Pomyśl, czego potrzebuje w danej chwili Twój rozmówca: praktycznej rady czy emocjonalnego wsparcia. A może wspólnego milczenia?
4. Gdy mówisz o ludziach, których lubisz, kiedy są nieobecni, zastanów się, czy powtórzylibyś to samo w ich obecności.
5. Więcej niż o sukcesach mów o tym, co sprawia Ci trudność. Sukcesy budzą podziw (choć częściej zazdrość), trudności – poczucie wzajemnego zrozumienia i połączenia.
6. Szukaj powodu do śmiechu, zwłaszcza w sobie. — **Z**

SPIS TREŚCI



54

To był wół

Tomasz Markiewka: Liberalni wyborcy nie są odporni na teorie spiskowe



64

Kadryl życia

Eliza Kącka: Nieśmiałość osadza się na dnie duszy jak kłębek stalowych drutów



92

Horror w epoce niepokoju

Marcin Stachowicz o renesansie horroru i o tym, czego się dziś boimy



fot. Olga Maltsseva/AFP/Est News / fot. Jacek Domiński/Reporter / il. Katarzyna Kozłiewicz / fot. BEŚW / il. Justyna Frąckiewicz / il. Agnieszka Wrzosek / fot. Stefano Costantino TTL/Avalon/BEŚW

36

KATARZYNA CHAWRYŁO

Jak Kreml przygotowuje dzieci do wojny

Putin sący propagandę w uszy najmłodszych. Gdy w przedszkolach maluchy śpiewają patriotyczne piosenki i rysują podnoszące na duchu obrazki, nastolatki sięgają po broń na militarystycznych obozach

TEMAT MIESIĄCA

4 Kłopotliwe pytania

Cveta Dimitrova o niełatwej bliskości w rozmowach



12 Już nie traktuję ludzi jak postaci z komiksu

Mariusz Szczygiet w rozmowie z Mileną Rachid Chehab

21 Odkrycie konwersacji

Michał Jędrzejek: Kiedy rozmowa stała się sztuką? I czy może stać się nią ponownie?

FOTOREPORTAŻ

30 Kosmiczne gadu-gadu

Zdjęcia z teleskopu Hubble'a

SPOŁECZEŃSTWO • ŚWIAT

36 Jak Kreml przygotowuje dzieci do wojny

Katarzyna Chawryło

DRUGI PLAN

46 Kto się czego boi

Anna Mateja spotyka radomskie anioły

PUBLICYSTYKA

54 To był wał

Analiza Tomasza Markiewki

PRZEBŁYSKI

64 Kadryl życia

Esej Elizy Kąckiej

IDEE

72 Ćwiczenia z wolności

Timothy Snyder czyta z więźniami teksty Edith Stein

STACJA: LITERATURA

82 Mleczne zęby

Proza Aleksandry Zielińskiej



CHWILA DLA CIEBIE

29 Krzyżówka

Dla mądrałi, bo w jej rozwiązaniu nawet Google nie pomoże

109 Pele-mele

Jak prokrastynuje Michał Oleszczyk z podcastu Spoiler Master

LUDZIE • KSIĄŻKI • ZDARZENIA

92 Horror w epoce niepokoju

Marcin Stachowicz

102 Dobre złego początki

Maria Karpińska o Jenny Erpenbeck, mistrzyni literatury zarazem intymnej i politycznej



108 Co się wydaje: zdrowie psychiczne

110 Moi, Mistrzowie

Wojciech Bonowicz o poezji Aleksandra Wiernego

112 Kadry – znaki szczególne

Diana Dąbrowska i rozmowy przy kolacji

RYUNKI I FELIETONY

20 Ola Szmida

53 Małgorzata Rejmer

62 Bardzo brzydkie rysunki

63 Janusz Poniewierski

71 Eliza Mórawska-Kmita

81 Karol Kleczka

ZNAK
M I E S I Ą C Z N I K



Dofinansowano ze środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego pochodzących z Funduszu Promocji Kultury – państwowego funduszu celowego

ul. Tadeusza Kościuszki 37, 30-105 Kraków, tel. (12) 61 99 530, e-mail: miesiecznik@znak.com.pl, www.miesiecznik.znak.com.pl

REDAKCJA: Mateusz Burzyk (redaktor naczelny), Michał Jędrzejek, Karol Kleczka, Ilona Klimek-Gabrys, Barbara Matecka;

ZESPÓŁ: Michał Bardel, Wojciech Bonowicz, Bohdan Cywiński, Bartłomiej Dobroczyński, Tomasz Fiałkowski, Tadeusz Gadacz, ks. Michał Heller, Jerzy Illg, Piotr Kłodkowski, Dominika Kozłowska, Maria Makuch, Janina Ochojska-Okońska, Janusz Poniewierski, kard. Grzegorz Ryś, Władysław Stróżewski, Karol Tarnowski, Łukasz Tischner, Henryk Woźniakowski; **WSPÓŁPRACA:** Elżbieta Łępczyńska, Anna Marchewka, Hanna Zonik;

DYREKTOR ARTYSTYCZNY: Władysław Buchner; **ŁAMANIE:** Ilona Klimek-Gabrys, Karolina Korbut; **FOTODYDZIA:** Marcin Kapica;

KOREKTA: Barbara Gąsiorowska, Magdalena Wotoszyn-Cępa; **ILUSTRACJE PORTRETOWE:** Agata Nowicka; **NAKŁAD:** 6300 egz.;

PROMOCJA I REKLAMA: tel. (12) 61 99 530, e-mail: miesiecznik@znak.com.pl; **PRENUMERATA I SUBSKRYPCJA:** e-mail: prenumerata@znak.com.pl.

Redakcja nie zwraca tekstów niezamówionych oraz zastrzega sobie prawo do ich redagowania i skracania.

Redakcja nie odpowiada za treść zamieszczanych ogłoszeń. Rozpowszechnianie redakcyjnych materiałów publicystycznych bez zgody wydawcy jest zabronione.



Kłopotliwe pytania

Tekst: **CVETA DIMITROVA**

Ilustracje: **JUSTYNA FRĄCKIEWICZ**

Co byś odpowiedział, gdyby nieznajomy zapytał Cię: „Czy kiedykolwiek przeżyłeś poważny kryzys w małżeństwie?”

ARTHUR C. BROOKS OPOWIADA NA ŁAMACH „THE ATLANTIC”, ŻE WŁAŚNIE od takiego pytania zaczęła się pewna bardzo satysfakcjonująca madrycka kolacja, w której wraz z żoną wzięli udział. Wprawdzie nie zabrzmiało to w pierwszej chwili jak zachęta do przełamania lodów, lecz okazało się, że – zamiast upłynąć na nużących small talkach – wieczór ten dał gościom poczucie głębokiego sensu. Dzięki niecodziennej inicjatywie gospodyni, w miejsce pierwotnego skrępowania, pojawiła się realna wymiana doświadczeń, także tych bolesnych i przykrych.

W podobny sposób otwiera swój TED Talk amerykański dziennikarz Charles Duhigg. Pyta: „Kiedy ostatnio przy kimś płakaliście?”. I wyjaśnia, że zamiast wprowadzać w stan zakłopotania, odpowiedź ma potencjał, żeby stać się początkiem nietrywialnej rozmowy. Choć zwykle wstydzimy się odsłaniać, zwłaszcza przed obcymi, taki gest może, paradoksalnie, poprawić nasze samopoczucie. Na przykładzie własnych nieporozumień z żoną Duhigg tłumaczy, że przyczyną wielu rozminięć komunikacyjnych jest brak dopasowania na poziomie typologii wysyłanych komunikatów. Dzieli je na trzy kategorie – praktyczne, społeczne i emocjonalne. Nieporozumienia wynikają np. z tego, że kiedy jedna strona oczekuje emocjonalnego wsparcia, tak



jak Duhigg, kiedy skarżył się żonie, że czuł się niedoceniony w pracy, druga udziela praktycznych rad, gdy ona w odpowiedzi, zamiast wyrazić współczucie, sugerowała, żeby porozmawiał z przełożonym i lepiej go poznał. Takie rozminięcia wywołują obopólną frustrację. Pytania „społeczne” dotyczą z kolei zagadnień istotnych dla naszego poczucia tożsamości – kim jesteśmy, co jest dla nas ważne, jak postrzegamy nasze role w świecie. W tym obszarze również potrzebujemy czuć się słyszani. Kluczem do nawiązania rozmowy są pytania, które umożliwiają spotkanie na tej samej „fali”. Zachęcają rozmówcę do ujawnienia, kim jest – za pośrednictwem opowieści o swoich wartościach, przekonaniach, doświadczeniach i odczuciach.

Gdy czujemy się słyszani i widziani, sami nabieramy otwartości i gotowości do słuchania i widzenia innych. Ważne jest nie tylko, o co pytamy, ale czy jesteśmy gotowi usłyszeć odpowiedź. Potrzeba takiej wymiany jest w nas ewolucyjnie – jak twierdzi Duhigg – zaszczipiona. Choć więc niekiedy szczerość i otwartość kojarzą się nam z niewygoda, w gruncie rzeczy tęsknimy za rozmowami, które niekoniecznie są lekkie. Specyficzna przyjemność, którą nam one dają, płynie stąd, że są poruszające, bo dotyczą czegoś prawdziwego. Zarazem zdecydowanie zbyt rzadko zadajemy obcym ważne pytania, a jeszcze rzadziej słuchamy tego, co mają do powiedzenia. Nie chcemy naruszać społecznych konwencji, unikamy niezręczności albo po prostu sądzimy, że innym nie zależy na bliższym kontakcie z nami. Dlatego bardzo często rezygnujemy z głębszej rozmowy z ludźmi, których nie znamy, mimo że takiej rozmowy pragniemy.

Tymczasem – jak sugerują badania Michaela Kardasa, Amita Kumara i Nicholasa Epleya opublikowane w 2022 r. w „Journal of Personality and Social Psychology” – nieznajomi mogą być nami o wiele bardziej zainteresowani, niż sądzimy. Nasze przewidywania co do bliskich są zwykle bardziej trafne – wiemy, czym możemy się dzielić z partnerami, innymi członkami rodziny, przyjaciółmi. Jednak zmagamy się z pogłębiającą się samotnością, a za ten stan rzeczy nie odpowiadają wyłącznie postęp technologiczny ani media społecznościowe, lecz właśnie zdolność do komunikacji w obrębie grupy szerszej aniżeli rodzina czy grono przyjaciół.

Owszem, wielu z nas czuje nieustającą presję czy to kreowania swojego wizerunku na Instagramie, czy też dokonywania najlepszych wyborów na Tinderze. Jeśli jednak hipoteza badaczy jest słuszna, to nazbyt często zakładamy, że nieznanym brakuje życzliwości, empatii lub troski, które zachęcałyby do otwartości. Z tego powodu coraz trudniej dziś o nawiązywanie więzi, które nie ograniczają się do najbliższego otoczenia. A to z kolei przyczynia się do erozji wspólnoty. Udajemy się zatem do gabinetów terapeutycznych, podtrzymując w sobie przekonanie, że to jedyne miejsce, gdzie można sobie pozwolić na odsłonięcie, zapominając, że jesteśmy częścią większej całości, której jeden z fundamentów stanowi właśnie rozmowa.

Spotkanie, a nie technika

PRAWDZIWA ROZMOWA NIE JEST OPARTA NA TECHNICE I NIE DA SIĘ JEJ ZREDUKOWAĆ DO KONWENCJI. Jest spotkaniem. Podczas pisania tego tekstu natrafiłam na niejeden artykuł z poradami – podobno udzielanymi przez tera-

Nie jest tak, że powinniśmy się zawsze dzielić swoimi najbardziej prywatnymi doświadczeniami albo opowieściami o trudnym dzieciństwie. Z całą pewnością to nas zbliża i zachęca do wzajemności, ale nie jest warunkiem *sine qua non* budowania bliskości

peutów – jak prowadzić znaczące konwersacje. Szczerze mówiąc, żadna nie wydała mi się przydatna. Kłopotem wydaje się nie tylko treść naszych rozmów, lecz przede wszystkim nastawienie, z jakim do nich przystępujemy. Nie ma tu przecież żadnej recepty, żadnej metody. Nie jest, dajmy na to, tak, że powinniśmy się zawsze dzielić swoimi najbardziej prywatnymi doświadczeniami albo opowieściami o trudnym dzieciństwie. Z całą pewnością to nas zbliża i zachęca nieznanym do wzajemności, ale na pewno nie jest warunkiem *sine qua non* budowania bliskości. Zresztą częstotliwość, z jaką w popularnych serialach używa się tego schematu do wyjaśnienia psychologii i motywów działania bohaterów, nieraz wywołuje efekt odwrotny – przestajemy być na te kwestie uważni. W ogóle jeśli cokolwiek powinniśmy, to ćwiczyć się nie tyle w mówieniu, ile przede wszystkim w słuchaniu i zdolności do utrzymania zaciekawienia. Dla tego coś zgrzyta już w samej idei, że istnieją możliwe do przyswojenia techniki prowadzenia pogłębionej rozmowy.

Nie zapominajmy też, że *small talk*, rozmowa konwencjonalna, bez schodzenia w głąb, również bywa bardzo potrzebny. Pozwala prześlizgnąć się po powierzchni wymagań społecznych, zredukować chwilowy dyskomfort i napięcie. Wszak kontakt oparty wyłącznie na intymności i zwierzeniach byłby nie do zniesienia. Fatyczna wymiana zdań na temat – dajmy na to – pogody spełnia funkcję społecznego kleju. Niemniej w nadmiarze pozbawia nas pokarmu, jakim jest poczucie sensu, a czasem wręcz ograbia z poczucia przynależności.

Jak słusznie zauważył brytyjski psychoanalityk Donald Winnicott, nie ma czegoś takiego jak „dziecko” w oderwaniu od swojego otoczenia. Jest dziecko w relacji z kimś, więc od zarania jest jakieś „my” – jakieś „ja” w relacji do „innego”. Ludzie są istotami społecznymi, istniejemy i wyłaniamy się w interakcji. W rozmowie jest podobnie, nawet jeśli jedno mówi, a drugie słucha. Dzisiaj czujemy się tak przytłoczeni ilością bombardujących nas treści, że gotowi jesteśmy traktować „strefy ciszy” w pociągach jako luksus, a jednocześnie uważamy, że jesteśmy coraz mniej słyszani.

W pięknym eseju *Telling Is Listening* Ursula K. Le Guin pisze o tym, że rozmowa między ludźmi jest czymś żywym, i przeciwstawia ją czynnościom mechanicznym. Wyobrażenie, że komunikacja polega na przekazywaniu odpowiednich treści ze skrzynki A do skrzynki B – a medium jest przewodem, który je łączy – to obraz wymiany między komputerami, lecz nie świadomymi, pragnącymi i czującymi istotami. Mówienie zawsze zakłada, że istnieje ktoś, kto słucha, a to, co wypowiedzane, nabiera kształtu za sprawą bieżącej lub antycypowanej odpowiedzi. Autorka eseju ucieka się do niezwyklej metafory i porównuje to do aktu „seksualnego”... ameb. Te jednokomórkowe organizmy łączą swoje pseudopodia i dosłownie wymieniają części siebie – fragmenty cytoplazmy i materiału genetycznego. Coś podobnego dzieje się w rozmowie. Inaczej niż w transmisji danych, sens rodzi się w równoległym procesie mówienia i słuchania.

Tymczasem zdaje się, że nawet w przestrzeni publicznej, gdzie powinno istnieć pole do dyskusji i wymiany, raczej ograniczamy się do oświadczeń, nie czekając na reakcję ani tym bardziej odpowiedź. Zagorzałe spory, polaryzacja, narastający gniew społeczny, a zarazem bezradność i poczucie izolacji – to wszystko sygnał, że zanika cenny akt kreacji i spotkania, jaki dokonuje się w rozmowie oraz, co też istotne, we współdzielonej przestrzeni. I to nie tylko dla jednostek, lecz dla całej wspólnoty.

Słuchanie terapeutyczne

METAFORĘ ROZMOWY JAKO WYMIANY – PO KTÓRĄ SIĘGA LE GUIN – MOŻNA w psychoterapii określić mianem procesu współtworzenia znaczenia. Jednym z powodów, dla których rozmaite psychologiczne metody samopomocowe nie spełniają swojego zadania, może być brak tej właśnie komponenty. Nośnikiem zmiany nie jest bowiem czysty intelektualny wgląd, rozumienie problemu, ale coś znacznie więcej. Terapia to rodzaj przeżycia i doświadczania wspólnie z drugą osobą. Nie chodzi więc o gest wyznania prawdy, ale o jej przeżywanie w interakcji, z kimś, kto nie tylko jest świadkiem, lecz kto także pomaga nadać temu sens i rozumienie. Chodzi zatem o miejsce, w którym prawda pacjenta ma szansę zaistnieć.

Niemiecka psychoanalityczka Paula Heimann, która jako pierwsza podkreślała znaczenie emocjonalnych reakcji analityka na treści wnoszone przez pacjenta, zwracała uwagę na złożoność perspektyw, jaka powstaje w interakcji między dwiema osobami. Pokazała, że emocje po stronie terapeuty, czyli to, co fachowo nazywa się przeciwprzeniesieniem, nie są błędem czy defektem neutralności, lecz narzędziem rozumienia. A zatem elementem aktywnego słuchania. Analityk ma za zadanie zrozumieć, kto mówi, do