



Autobiografia Literatura Kultura Media
nr 2 (25) 2025 | s. 91–103
ISSN (print) 2353-8694
ISSN (online) 2719-4361
DOI: 10.18276/au.2025.2.25-07



IDIOMY PISAREK

ALEKSANDRA SZYMAŃSKA-DAŃCZYSZYN*
Uniwersytet Śląski w Katowicach

„Jestem nową Martą”. O neoliberalnej narracji przemiany w *Bez alko i dragów jestem nudna* Marty Markiewicz

Streszczenie

Autorka artykułu proponuje interpretację prozy *Bez alko i dragów jestem nudna* Marty Markiewicz w perspektywie języka i formy narracji. W analizie pokazano, że konstrukcja opowieści o wychodzeniu z uzależnienia opiera się na afirmatywnym uwewnętrznieniu języka terapeutycznego oraz retoryki pozytywnej zmiany. Badana narracja cechuje się deklaratywnością, sprawiając, że opisywana przez Markiewicz historia przypomina świadectwo nawrócenia. Taka konstrukcja rodzi pytania o granice terapeutycznej internalizacji języka i jej wpływ na emocjonalną złożoność opowieści.

Słowa kluczowe

Marta Markiewicz, uzależnienie, język, terapia, polska literatura najnowsza

* Kontakt z autorką: aleksandra.m.szymanska@us.edu.pl; ORCID: 0009-0009-3704-8634.

Narracje o wychodzeniu z uzależnienia coraz częściej stają się przestrzenią literackiego i tożsamościowego eksperymentu, w którym język terapii pełni funkcję organizującą opowieść. Książka Marty Markiewicz doskonale wpisuje się w ten trend – w swoim zbiorze facebookowo-felietonowych zapisków¹ *Bez alko i dragów jestem nuda* autorka afirmatywnie wypowiada się na temat pojęć psychologicznych: „[...] opowiadałam jej [mamie] podekscytowana, co to »suchy kac« i o innych terminach psychoedukacyjnych, których nauczyłam się na terapii dziennej”². Markiewicz w pełni uwewnętrznia język terapii antyalkoholowej, czyniąc go fundamentem swojej opowieści o trzeźwości. Nie kwestionuje terminologii terapeutycznej, lecz uznaje ją za klucz do zrozumienia własnych doświadczeń, narzędzie wsparcia i samopoznania. W niniejszym artykule analizowano przede wszystkim strategię narracyjną i konstrukcję językową tej opowieści. Autorkę artykułu interesuje, w jaki sposób tekst buduje retorykę przemiany i jak wypracowany język funkcjonuje jako narzędzie autoprezentacji.

Autorka *Bez alko i dragów jestem nuda* doświadczyła siedmiu lat abstynencji i z tej czasowej perspektywy tworzy swą opowieść („Jeśli czytasz tę książkę w 2024 roku, moja trzeźwość trwa już siedem lat”³), zaczynając od przybliżenia czytelnikom kilku wspomnień z czasu aktywnego uzależnienia. Opiswane wydarzenia – kompulsywne zajadanie niechcianych emocji, niekontrolowane i nadmierne spożywanie alkoholu i narkotyków, przypadkowe kontakty seksualne – można określić mianem *acting outu*, czyli odegrania, wyrażenia uczuć i myśli poprzez niewerbalne zachowanie⁴. Retrospekcje te pełnią funkcję ilustracyjną – zarysowują kontrast pomiędzy „ja” dawnym, czyli uzależnionym, a obecnym, trzeźwym „ja”, wyraźnie dystansującym się od pijackiej przeszłości. Zdecydowanie więcej uwagi Markiewicz poświęca opowieści o terapii odwykowej, trzeźwości i działalności proabstynenckiej. Narratorka wchodzi niejako w rolę psychologa (wszak część druga jej książki nosi tytuł *Psycholog od picia*), objaśniając swoim odbiorcom zawichości psychologicznych terminów: „Co jako pierwsze przychodzi Ci do głowy, gdy myślisz o głodzie alkoholowym? Mnie głód alkoholowy kojarzył się

¹ Konstrukcja narracji i poszczególnych fragmentów książki przypomina budowę postów umieszczanych w mediach społecznościowych, takich jak Facebook czy Instagram. Świadczy o tym między innymi charakterystyczny dla profili prywatnych oraz blogerów język potoczny i interaktywność [np. „Mam dla Ciebie zadanie na kreatywność”; Marta Markiewicz, *Bez alko i dragów jestem nuda* (Warszawa: NEWHOMERS, 2024), 95], krótkość formy, anglojęzyczne wtrącenia („*Sounds fun, right?*”; Markiewicz, *Bez alko i dragów*, 221) oraz nawiązania do popkultury (np. tytuł rozdziału „Ciasteczkowy potwór” odnoszący się do postaci z popularnego dziecięcego serialu *Ulica Sezamkowa*) i aktualnych trendów.

² Markiewicz, *Bez alko i dragów*, 139.

³ Tamże, 7.

⁴ Karen J. Maroda, *Techniki terapii psychodynamicznej. Praca nad emocjami w relacji psychoterapeutycznej*, tłum. Joanna Gołąb (Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, 2014), 301.

zawsze z natychmiastową potrzebą wypicia alko lub brania substancji, połączoną z delirką, trzęsącymi się rękami”⁵; „Tunelowe myślenie – tę nazwę poznam za dwa tygodnie na mojej pierwszej terapii uzależnień. To doprowadzenie się do stanu, gdy nie widzisz nic innego poza daną substancją”⁶. Autorka zatem nie tylko uwewnętrznia język terapii, ale także aktywnie go propaguje, edukując swoich czytelników i czytelniczki na temat mechanizmów uzależnień. Jej opowieść przybiera ton instruktażowy – w niemal poradnikowej formie tłumaczy, czym są określone zjawiska psychologiczne.

Wpływ na formę narracji ma także język neoliberalny, którego retoryka ekonomizacji i zysku pozwala autorce na wpisanie swojej imprezowej proabstynenckiej działalności w logikę rynkową: „Sober + Rave? Tak, idealna para. I tak powstała nazwa »SobeRave«. A zaraz potem logo – soczek pomarańczowy. Trzeźwe imprezy, które organizuję w wielu miastach Polski”⁷. Trzeźwość promują nie tylko wspomniane imprezy, ale też chwytliwe marketingowe anglojęzyczne hasła⁸, takie jak „Sober Bastard” czy „Walk of shame”, zdobiące skarpetki i czapki, a nawet nazywające bezalkoholowe drinki. Za sprawą sloganów niepicie staje się elementem nowoczesnego stylu życia, który można zamanifestować poprzez odpowiedni ubiór, akcesoria i uczestnictwo w zyskujących popularność eventach. Markiewicz na tym jednak nie poprzestaje, informując swojego czytelnika o pomysły na nową komercyjną alternatywę dla tradycyjnej kultury imprezowo-barowej: „Polska jest już gotowa na trzeźwe imprezy. Czy to dobry czas na mocktailowy bar w centrum Warszawy?”⁹.

Kreacja specjalistki od trzeźwości i „przewodniczki” po świecie terapii sprawia, że w opowieści Marty Markiewicz nie odnajdziemy zbyt wielu momentów zwątpienia i niepewności, które często towarzyszą procesowi zdrowienia. Konfrontacja z mechanizmami uzależnienia, samą sobą i osobą terapeuty wydaje się już zakończona. Pojęcia terapeutyczne są dla niej klarowne, gotowe do (komercyjnego) użytku i przekazywane dalej bez cienia wątpliwości. Narratorka nie dostrzega ich ograniczeń, entuzjastycznie internalizując nowo poznane

⁵ Markiewicz, *Bez alko i dragów*, 115.

⁶ Tamże, 77.

⁷ Tamże, 214.

⁸ Markiewicz cechuje ambiwalentny stosunek do anglojęzycznych etykiet, chociaż sama z nich korzysta, promując swoją markę osobistą. Pełnią wówczas funkcję językowego filtra, dzięki któremu abstynencja zyskuje rangę trendu. Jednakże autorka śmiało krytykuje określenia funkcjonujące jako hasztagi na Instagramie, takie jak „prosecco girl” i „wine mom”, twierdząc, że są one narzędziem normalizacji i estetyzacji konsumpcji alkoholu, szczególnie wśród kobiet. Według Markiewicz, takie etykiety banalizują problem nadmiernego picia, przedstawiając go jako element modnego stylu życia. W jej podejściu tkwi paradoks – autorka wykorzystuje i docenia strategie marketingowe, które jednocześnie sama poddaje krytyce, jeśli używane są do promowania odrzuconych przez nią idei lub stylów zachowań.

⁹ Markiewicz, *Bez alko i dragów*, 219.

pojęcia i zamieniając język terapii w integralny fragment swojej tożsamości, a nawet marki osobistej. Należy jednak zaznaczyć, że narracja ta nie jest pozbawiona pęknięć, momentów, w których do głosu dochodzi wstyd, lęk czy niepewność. Przykładem tego są następujące fragmenty: „[...] jak sobie w takim razie radzić z nadmiarem myśli, »lawiną« emocji, ciągłym analizowaniem codziennych problemów?”¹⁰; „»Toksyczny wstyd« może nie zalicza się do fachowych terminów psychologicznych, ale idealnie opisuje to, przez co przechodziłam”¹¹. Momenty afektywnego napięcia są jednak szybko neutralizowane przez powrót do retoryki sukcesu i pozytywnej zmiany, co sprawia, że pozostają raczej marginesem niż pełnoprawnym elementem opowieści. W konsekwencji *Bez alko i dragów jestem nuda* przypomina bardziej zapis świadectwa nawrócenia niż proces egzystencjalnej zmiany. Tak skonstruowana narracja sprawia, że historia zyskuje charakter linearnej opowieści o przemianie, w której momenty wątplenia czy kryzysu są szybko asymilowane przez dominujący dyskurs terapeutycznego optymizmu. Terapia odwykowa okazuje się bowiem punktem zwrotnym w życiu autorki, czasem poznawania i odkrywania „nowej” siebie i świata wolnego od używek¹².

Narrację *Bez alko i dragów...* można zatem określić jako deklaratywną, ponieważ narratorka jednoznacznie i stanowczo opowiada się za abstynencją. Osiągnięta dzięki terapii uzależnień trzeźwość daje bohaterce poczucie omnipotencji, sprawczości. Ta niczym niezachwiana wiara w nieograniczoną moc kształtowania otaczającej rzeczywistości zdaje się konsekwencją uwikłania w pętlę dobrego samopoczucia. Carl Cederström i Andre Spicer definiują wspomniane pojęcie jako ideologiczny wymóg bycia szczęśliwym, który

[...] nie produkuje oderwanych od rzeczywistości hipisów przeprowadzających się do lasu i znikających w chmurze magicznych grzybków. Wręcz przeciwnie, tworzy ludzi bardziej odpowiedzialnych, cięższej pracujących, funkcjonujących na pełnych obrotach, którzy rzadko korzystają z opieki zdrowotnej, ponieważ – jak zobaczymy – wierzą, że pozytywne nastawienie to skuteczny uzdrowiciel¹⁵.

¹⁰ Tamże, 13.

¹¹ Tamże, 15.

¹² Opowieść Markiewicz wpisuje się w retorykę duchowej przemiany, charakterystycznej dla wspólnotowo-samopomocowego nurtu amerykańskiej kultury terapeutycznej. Jej „[c]elem nadrzędnym, wykraczającym poza zerwanie z nałogiem – jak podaje Anna Szapert – jest [...] odnowa moralna, zdrowienie stanowi natomiast synonim tworzenia się nowej tożsamości opartej o życie duchowe” [Anna Szapert, *Pacjentki, outsiderki, buntowniczk* (rozprawa doktorska, Uniwersytet SWPS, 2023), 187]. Pisząc o swojej drodze ku trzeźwości jako transcendentalnej, niemal mistycznej przemianie, kobieta doskonale imituje figurę nawróconej grzesznicy.

¹⁵ Carl Cederström, Andre Spicer, *Pętla dobrego samopoczucia*, tłum. Łukasz Żurek, przedm. Małgorzata Halber (Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN SA, 2016), 87.

Autorzy *Pętli dobrego samopoczucia* podkreślają, że obowiązek stałego utrzymywania pozytywnego nastawienia kształtuje sposób, w jaki jednostka postrzega własną odpowiedzialność. Każde odstępstwo od powyższej normy jest kategoryzowane jako osobista porażka, a osoba, której ów problem dotyczy – wykluczana ze społeczeństwa sukcesu. Chcąc wpisać się w dominującą narrację, bohaterka opowieści Markiewicz staje się użytkowniczką, wyznawczynią i propagatorką języka pozytywnej zmiany. Świadectwem tej postawy są między innymi fragmenty książki poświęcone hiperbolicznej i infantylnej wdzięczności za „całą szafeczkę przepysznych herbat, ziółek i kaw” czy „wysłanie ważnego maila w pracy”¹⁴, a także rejestr „znaczących dokonań”:

Lista osiągnięć podczas trzeciego roku abstynencji

Przesypiam całą noc.

Wiem, na co mam ochotę do jedzenia.

Potrafię dzwonić do bliskich.

Piorę na bieżąco skarpetki. Ba! Nawet je paruję!

[...]

Mam dwa płyny do prania – oddzielnie do czarnego, oddzielnie do kolorowego¹⁵.

Narratorka uwzniośla swoją codzienność, ponieważ, jak twierdzą Cederström i Spicer, w pętli dobrego samopoczucia „[...] chodzi również o to, aby cieszyć się każdym życiowym zakrętem, uczynić każde zdarzenie potencjalnym momentem radości”¹⁶. Konsekwencją nieustannej reinterpretacji własnych doświadczeń w duchu optymizmu jest marginalizacja życiowych trudności i negatywnych uczuć, będących integralną częścią ludzkiej egzystencji. Paradoksalnie więc taka strategia narracyjna, choć pozornie wzmacniająca, utrudnia wyrażenie złożoności emocjonalnej i zafałszowuje przedstawiane stany emocjonalne, gdyż podporządkowuje je ideologicznemu imperatywowi samodoskonalenia i optymizmu.

Nie ma wątpliwości, że internalizacja języka pozytywnej zmiany oraz języka terapeutycznego i optyki charakterystycznej dla terapii pomaga zbudować spójną i niezwykle pozytywną narrację o drodze ku trzeźwości. Uwewnętrznienie wspomnianych języków sprawia jednak, że opowieść jest pozbawiona indywidualności i na swój sposób jednowymiarowa.

¹⁴ Markiewicz, *Bez alko i dragów*, 187.

¹⁵ Tamże, 205.

¹⁶ Cederström, Spicer, *Pętla dobrego samopoczucia*, 98.

Markiewicz, posługując się bezosobową terminologią pop-psychiatryczno-biznesową, mówi bowiem o prostej konwersji – od osoby pogrążonej w nałogu do trzeźwej, świadomej i znającej mechanizmy uzależnienia jednostki.

W *Bez alko i dragów...* przyjęto formę linearnej narracji transformacyjnej, co może wynikać z tego, że narratorka posługuje się przede wszystkim językiem terapii uzależnień – językiem z założenia dydaktycznym, edukacyjnym i zorientowanym na konkretne zmiany behawioralne. Ten rodzaj dyskursu, skoncentrowany na identyfikacji mechanizmów uzależnienia i strategiach abstynencji, z łatwością poddaje się instrumentalizacji jako język osobistego sukcesu. Sposób wykorzystania tego aparatu pojęciowego służy budowaniu spójnej, afirmatywnej narracji kosztem złożoności emocjonalnego doświadczenia. Koncentracja na abstynencji jako głównym wskaźniku sukcesu powoduje, że inne wzorce zachowań – te, które nie dotyczą bezpośrednio używania substancji – pozostają poza obszarem refleksji opowiadającej. W konsekwencji w tekście można dostrzec powtarzające się schematy działania, które zmieniają swój kontekst, ale zachowują podobną dynamikę i funkcję.

Świetnym tego przykładem jest stałe dążenie narratorki do intensyfikacji psychosomatycznych doznań i przeżyć. Pierwszy kontakt bohaterki z alkoholem i narkotykami daje początek poszukiwaniu coraz silniejszych substancji psychoaktywnych, które zapewniałyby coraz mocniejsze wrażenia: „[...] jestem w innym wymiarze – piękni są ludzie i brzmienie, didżeje, bar, światła”¹⁷ i umacniały poczucie omnipotencji: „Dzięki alkoholowi czuję się kimś innym. Jestem nową Martą. Martą bez ograniczeń. Martą odważną i wolną”¹⁸. Sukcesywne zwiększanie dawek przyjmowanych substancji jest – w logice tej opowieści – efektem adaptacji organizmu, stopniowo rozwijającego tolerancję na ich działanie. Chcąc osiągnąć stan euforii o odpowiednim natężeniu, opowiadająca wpada w spiralę uzależnienia.

Jako abstynentka nadal poszukuje intensywnych doznań. Potrzebę tę zaspokajają jednak w inny, wolny od używek sposób – wydając małe przyjęcie urodzinowe dla przyjaciela, które staje się przyczynkiem do organizacji trzeźwych imprez na skalę masową:

Techno, niedzielny piękny dzień, zachód słońca i dwadzieścia trzeźwiutkich osób, tańczących boso na piasku między mostem Poniatowskiego a Łazienkowskim.

I tam usłyszałam po raz pierwszy: „A może zacząć organizować takie imprezy na szerszą skalę?”

Challenge accepted, pomyślałam.

[...]

¹⁷ Markiewicz, *Bez alko i dragów*, 49.

¹⁸ Tamże, 42.

No i tak to się zaczęło! Najpierw nieśmiało, dla wąskiego grona. Pierwsze imprezy organizowałam pod mostem Łazienkowskim, w niedzielne popołudnia, za darmo. Przychodziło maksymalnie czterdzieści osób. [...]

Imprezy pod mostem przestawały mi wystarczać. Na SobeRave nie przychodziły nowe osoby. Wyłącznie znajomi. [...]

W końcu dołączyła do mnie Agnieszka. Agnieszka miała bardzo istotny wpływ na rozwój imprez, bo oprócz genialnych umiejętności organizacyjnych, graficznych i copywriterskich, była też... trzeźwa z wyboru.

I tak przeszliśmy spod mostu (i pojedynczych imprez w lokalach gastronomicznych) do klubów i idealnych na muzyczne wydarzenia miejscówek. Pierwsza impreza – 150 osób, druga – 180, trzecia – 220. Temat „kliknął”¹⁹.

Istotne okazuje się nie tyle powtórzenie samego zachowania (organizowanie imprez), ile powtórzenie mechanizmu eskalacji – stopniowego zwiększania skali i intensywności, aż do osiągnięcia odpowiedniego poziomu stymulacji. Jednorazowe przedsięwzięcie dla grupy znajomych okazuje się niewystarczające, dlatego bohaterka rozwija swoją działalność, przechodząc od małych spotkań do wielkich klubowych eventów. Przesuwa jednak odegranie na inny obszar – zamiast szukać spełnienia w używkach czy klasycznej klubowej atmosferze, tworzy i rozwija alternatywną, wolną od symboli, etykiet i sloganów kojarzących się z używkami przestrzeń dla siebie i osób chcących bawić się na trzeźwo²⁰.

¹⁹ Tamże, 214–215.

²⁰ Wydaje się, że organizowane przez Markiewicz trzeźwe imprezy można określić mianem symulaków. Potwierdza to konstatacja Jeana Baudrillarda: „Dzisiejsza abstrakcja nie jest już abstrakcją mapy, sobowtóra, lustra czy pojęcia. Symulacja nie jest już symulacją terytorium, przedmiotu odniesienia, substancji. Stanowi raczej sposób generowania – za pomocą modeli – rzeczywistości pozbawionej źródła i rzeczywistości: hiperrzeczywistości” [Jean Baudrillard, *Symulacja i symulakry*, tłum. Sławomir Królak (Warszawa: Wydawnictwo Sic!, 2005), 6]. Symulakry to znaki oderwane od rzeczywistości, zastępujące ją symulowaną wersją doświadczenia. SobeRave spełniałby warunki Baudrillardowskiej hiperrzeczywistości, ponieważ nie tyle odtwarza klasyczny model klubowej imprezy, co redefiniuje jego formę, sens i funkcję. Jako symulakry trzeźwe imprezy imitują konwencjonalne formy klubowej rozrywki, ale jednocześnie eliminują kluczowe elementy uprzednio definiujące te doświadczenia, takie jak obecność neonów reklamujących konkretne alkohole i występowanie samego alkoholu. Powstała przestrzeń naśladuje ideę zabawy, jednak sama zabawa traci swoje pierwotne znaczenie, stając się częścią hiperrzeczywistości, w której granica między autentycznością a symulacją zaciera się. Jeśli jednak potraktować te działania nie jako hiperrealne, ale jako realne strategie tworzenia przestrzeni wspólnotowej, wówczas wyłania się alternatywna interpretacja: Markiewicz tworzy ochronne getto (oksymoron zamierzony) – przestrzeń dla trzeźwych, z definicji odseparowaną od świata, w którym alkohol i narkotyki są domyślnym tłem towarzyskich aktywności. W tym ujęciu mamy do czynienia z jednej strony z pustym optymizmem symulaków – próbą odtworzenia „zabawy bez używek” w stylistyce klasycznego rave’u, z drugiej zaś – separacją, smutnym obrazem odcięcia trzeźwości od pozostałych fragmentów rzeczywistości. Narracja Markiewicz balansuje więc między obietnicą nowej jakości życia a cieniem izolacji, między pełnoprawnym elementem rzeczywistości a jej obrzeżami.

Przedstawiona dynamika przejścia od przygotowania małego przyjęcia do organizacji wielkich abstynenckich imprez, przypomina logikę uzależnienia – ciągłe podnoszenie poprzeczki, by osiągnąć pożądaną efekt.

Podobnie rzecz się ma z decyzją o trójkacie seksualnym z nieznanym:

Pierwszy trójkąt w trakcie trzeźwienia zaliczyłam w czwartym roku abstynencji. Odbił się w towarzystwie ówczesnej osoby partnerskiej i... faceta. [...] było to jedno z fajniejszych i miłszych doświadczeń mojego życia. Dlaczego?

Bo wszystko odbyło się w klimacie szacunku i przyjaźni. Bo każdy kolejny krok poprzedzony był pytaniem, aby nie naruszyć czyjeś granicy. [...] Bo – jeśli chodzi o seks z mężczyzną – nie uczestniczyłam w nim, jedynie byłam obserwatorką. [...]

Z Tymkiem, mężczyzną, który brał udział w trójkacie mam kontakt do dziś. Choć przed trójkątem jedyne, co nas łączyło, to walentynkowa sesja zdjęciowa²¹.

Narratorka, wspominając czasy aktywnego uzależnienia, mówi o zbliżeniu z nieznanym mężczyzną. Decyzja o trójkacie seksualnym w okresie trzeźwości zdaje się więc nie tyle zerwaniem z dawnymi schematami, ile ich kontynuacją w nowym kontekście – już bez substancji psychoaktywnych, ale z podobną dynamiką działania. W obu przypadkach kluczowe jest dążenie do intensywnych doznań, sytuacji granicznych. Konstrukcja narracyjna sugeruje powtarzalność pewnych wzorców, które wykraczają poza kwestię abstynencji. Zauważalny jest również emocjonalny dystans wobec opowiadanej historii. Wprawdzie bohaterka daje wyraz pozytywnym odczuciom, mówiąc: „Bez wstydu wspominam nasze spotkanie jako wspaniałe doświadczenie”²², jednakże sposób przedstawienia tego doświadczenia charakteryzuje się emocjonalną powściągliwością i racjonalizującym tonem. Opowiadająca opisuje i ocenia je z pewną rezerwą. Taki sposób reprezentacji przypomina mechanizm, który psychoanaliza określa mianem wyparcia –

[...] operacją, przez którą podmiot usiłuje zepchnąć do nieświadomości wyobrażenia (myśli, obrazy, wspomnienia) związane z popędem lub utrzymać je w niej. Wyparcie powstaje wtedy, gdy istnieje groźba, że zaspokojenie popędu, samo w sobie dostarczające przyjemności, może – z powodu innych wymogów – wywołać nieprzyjemność²³.

²¹ Markiewicz, *Bez alko i dragów*, 172.

²² Tamże, 172.

²³ Hasło: „wyparcie”, w: Jean Laplanche, Jean-Bertrand Pontalis, *Słownik psychoanalizy*, pod kierunkiem Daniela Lagache’a, tłum. Ewa Modzelewska, Ewa Wojciechowska (Warszawa: Wydawnictwo Aletheia, 2023), 736.

Taki narracyjny mechanizm chroni bohaterkę przed dyskomfortem konfrontacji z nieprzepracowanymi i powtarzającymi się schematami myślowymi i zachowaniami. W logice narracyjnej, trójkąt seksualny z nieznanym zostaje wpisany w opowieść o samoakceptacji i eksperymentowaniu, podczas gdy na poziomie konstrukcji tekstowej stanowi on powtórzenie wcześniejszych wzorców reprezentacji doświadczenia, które w opowieści doprowadziły narratorkę do uzależnienia.

„Trzeźwienie to dla mnie zmiana oczekiwań wobec samej siebie. [...] Chodzi o to, żeby odpuścić i spróbować zrobić odwrotnie, niż robiliśmy do tej pory”²⁴ – wyznaje opowiadająca. Mimo tej deklaracji, analizowana narracja konstruuje przemianę przede wszystkim jako zmianę związaną z abstynencją, podczas gdy opisywane działania wciąż krążą wokół tych samych motywów, zmieniając jedynie formę i kontekst uzasadnienia. Świetnym tego przykładem jest „Naga Kawa”, czyli organizowane przez autorkę spotkania towarzyskie, których uczestniczki rozmawiają ze sobą będąc nago. Inicjatywa w swoich założeniach ma na celu przełamywanie wstydu, budowanie akceptacji własnego ciała i tworzenie bezpiecznej przestrzeni wolnej od społecznych oczekiwań dotyczących kobiecej cielesności. Dlaczego autorka niniejszego artykułu rozpoznała wspomniany projekt jako rodzaj odegrania? Jedno z pijackich wspomnień dotyczy niekontrolowanego obnażania się wśród grupy nieznanymi osobami. Odurzona używkami bohaterka „świętowała” wówczas swoje urodziny, siedząc nago w wannie i zaczepiając korzystających z łazienki gości. „Naga Kawa” wydaje się powtórzeniem tego epizodu, tym razem jednak w społecznie akceptowalnej i ideologicznie uzasadnionej formie. Opowiadająca bowiem ponownie wykorzystuje nagość jako środek zwrócenia na siebie uwagi i przekroczenia pewnych granic, złamania tabu. Różnica polega na tym, że obecnie, w trzeźwym życiu, działanie to zostało wpisane w narrację o samoakceptacji i kobiecej solidarności.

Mimo że w opowieści Markiewicz „Naga Kawa” została przedstawiona jako projekt ciało-pozytywny, to własne intencje narratorki odbiegają od jego szczytnych założeń:

Zawsze przed spotkaniem przygotowuję swoje ciało. Trymuję włosy łonowe na około jeden centymetr długości i usuwam pojedyncze włoski rosnące wokół brodawek. Powinnam robić też pedicure, bo za każdym razem stresuje mnie, że ktoś zauważy małe eleganckie paznokcie u stóp. Szykuję się, jakby głównym celem była chęć zaprezentowania się, randka, a nie oswojenie nagości²⁵.

²⁴ Markiewicz, *Bez alko i dragów*, 134.

²⁵ Tamże, 180.

Powyższe wyznaczenie wskazuje na sprzeczność między ideą kobiecych spotkań a rzeczywistym podejściem bohaterki *Bez alko i dragów jestem nuda* do własnej cielesności. Chcąc pozyskać przychylność i aprobatę uczestniczek „Nagiej Kawy”, kobieta przygotowuje swoje ciało w sposób odpowiadający normom estetycznym. Jako uzależniona od zdania innych osób podświadomie traktuje nagość jako element autoprezentacji. Paradoksalnie więc, choć „Naga Kawa” ma być miejscem wolnym od oceniających spojrzeń, narratorka wciąż pozostaje pod ich wpływem. Obsesja na punkcie bycia akceptowaną przez otoczenie nie wzięła się znikąd. Jej źródłem jest największe marzenie bohaterki – bycie obiektem czyjegoś pożądania²⁶. To pragnienie wydaje się przyczyną późniejszych dylematów narcystycznych – poszukiwania luster, odbić z zewnątrz, potwierdzających atrakcyjność i wartość opowiadającej. Wspomniane zjawisko doskonale objaśnia Christopher Lash w książce *Kultura narcyzmu. Amerykańskie życie w czasach malejących oczekiwań*:

Narcyz, bez względu na swoje czasowe złudzenie wszechwładzy, zależy od innych, bo dzięki nim może ocenić własną wartość. Nie może żyć bez podziwiającej go publiczności. Jego pozorne uwolnienie się od więzów rodzinnych oraz ograniczeń instytucjonalnych nie uwalnia go od bycia samotnym czy szczycenia się swoją indywidualnością. Wręcz przeciwnie, przyczynia się do jego niepewności, którą może pokonać, widząc tylko swoje „wspaniałe ja”, odzwierciedlone w uwadze innych lub dołączając do tych, od których emanuje sława, władza i charyzma. Dla narcyza świat jest niczym lustro [...]”²⁷.

Amerykański historyk konstatuje, że osoba narcystyczna postrzega rzeczywistość i samą siebie przez pryzmat własnego odbicia w oczach innych. Bohaterka opowieści w pewnym sensie wpisuje się w ten schemat – jej tożsamość i samoocena są kształtowane przez spojrzenia, oceny i reakcje otoczenia. Znaczące wydaje się nie samo sięgnięcie po używki (czemu towarzyszy presja rówieśnicza: „Wszyscy pili, więc ja też otworzyłam puszkę”²⁸; „Nie biorę narkotyków. Nie umiem, boję się, chyba nie chcę. Asia mówi, że to na spróbowanie. [...] Dobra, raz kozie śmierć, wciągam”²⁹), ale przede wszystkim funkcja, jaką substancje psychoaktywne pełnią w życiu narratorki – służą one przekształceniu wizerunku, staniu się kimś godnym podziwu i uwagi. Używki umożliwiają performatywną transformację – stworzenie „lepszego siebie”, będącej atrakcyjną dla otoczenia.

²⁶ Tamże, 48.

²⁷ Christopher Lash, *Kultura narcyzmu. Amerykańskie życie w czasach malejących oczekiwań*, przeł. Grzegorz Ptaszek, Aleksander Skrzypek (Warszawa: Wydawnictwo Akademickie SEDNO, 2015), 36.

²⁸ Markiewicz, *Bez alko i dragów*, 41.

²⁹ Tamże, 48.

Co więcej, pośród sławnych osób, które wygrały walkę ze swoim uzależnieniem, narratorka poszukuje potwierdzenia własnej wartości:

Dlaczego tak trudno mi wypowiedzieć te słowa? Stoję przed lustrem, a zdanie „Jestem alkoholniczką i narkomanką” utyka mi w gardle jak ość. Rani, nie chce wyjść.

Kurwa, no nie jestem. Jestem? Nie w moim wieku, nie z moim pochodzeniem klasowym. Przecież mam różne pasje, tańczę, śpiewam. Okej, może ostatnio to zaniedbałam, ale nie jestem lujem spod sklepu, zdarza mi się być trzeźwą, fajną Martą!

[...]

Elton John – borykał się z uzależnieniem przez lata. Eminem, Drew Barrymore, Bradley Cooper, Anthony Hopkins, Samuel L. Jackson... Ludzie sukcesu, aktorzy, muzycy wpakowali się w bagno, a teraz są już nawet od kilkudziesięciu lat czystszy!

Pierwszy raz uświadamiam sobie, że alkoholizm nie jest kwestią pochodzenia. Że klasowość w tym wypadku nie ma żadnego znaczenia. Że JA mogę być uzależniona [...]³⁰.

Konfrontacja z tym, że uzależnienie dotyka także ludzi sukcesu – znanych aktorów, muzyków, artystów – prowadzi do przełomu: kobieta po raz pierwszy dopuszcza do siebie myśl, że uzależnienie nie jest związane z pochodzeniem klasowym czy statusem społecznym. Dowartościowana tym odkryciem zaczyna postrzegać własne doświadczenie jako część większej narracji – nie tylko osobistej, jednostkowej walki z nałogiem, ale także historii wpisanej w losy ludzi wybitnych, wyjątkowych, w pewnym sensie wyróżnionych przez życie. Uzależnienie przestaje być dla niej stygmatem, a zaczyna pełnić funkcję niemal nobilitującą – jako dowód na to, że należy do grona osób o ponadprzeciętnej wrażliwości i intensywności przeżywania. Swoją wyjątkowość bohaterka upatruje w przemianie od zniszczonej używkami dziewczyny do trzeźwej kobiety. Metamorfoza ta jest znacząca, gdyż odróżnia ją od spotworniałej byłej partnerki: „Popatrzyłam na nią na trzeźwo. I wiesz co? Zobaczyłam jej wychudzone ciało, zapadnięte policzki, włosy, które straciły blask i objętość. Ledwo trzymała się na nogach – straciła urok i oryginalność”³¹ i zdegenerowanego ojca, o którym mówi: „Z biegiem czasu Janusz przestawał być księciem, a stawał się Januszem. Coraz bliżej było mu do otyłego, czerwonego na twarzy chłopca z memów niż do motocyklisty amanta, jakim bardzo chciał się czuć”³². Narratorka opisuje byłą partnerkę i ojca na podstawie bipolarnego

³⁰ Tamże, 106–107.

³¹ Tamże, 148.

³² Tamże, 22.

odwrócenia – siebie obsadza w roli triumfatorki, podczas gdy ich, pozostających w nałogu i ulegających fizycznej i psychicznej destrukcji, widzi jako przegranych.

Narracyjnym zabiegiem, który można interpretować przez pryzmat teorii narcyzmu Lascha, jest także wykorzystanie narzędzi urealnających do rozegrania dylematu narcystycznego związanego z konstrukcją tożsamości. Pragnąc dorównać aktywnym i zdyscyplinowanym trzeźwym uzależnionym osiągającym sukcesy na różnych życiowych polach, opowiadająca przeprowadza analizę przebiegu swojego dnia. Narratorka odnotowuje czynności takie jak spożycie zdrowego śniadania, oglądanie talk-show, rozliczanie faktur i współprowadzenie spotkania grupy psychoterapeutycznej. Skrupulatne dokumentowanie codziennych aktywności ma za zadanie podkreślać, wydobywać produktywność i efektywność z każdego podejmowanego działania. Brak refleksji nad sensem i jakością realizowanych czynności sprawia, że spis staje się jedynie elementem narracji wzmacniającej wizerunek bohaterki jako kobiety aktywnej i pracowitej, spełniającej wymogi neoliberalnego społeczeństwa nawet wtedy, gdy „wizja idealnej Marty nie pokrywa się z tą Martą prawdziwą, nieco bardziej szarą i zwykłą”³³.

Prozę Markiewicz można odczytać jako próbę odzyskania kontroli nad własną biografiją poprzez podporządkowanie jej regułom terapeutycznego i neoliberalnego dyskursu zmiany. Autorka nie tyle rekonstruuje swoje doświadczenie uzależnienia, ile redaguje je na nowo – selektywnie, afirmatywnie, zgodnie z oczekiwaniami wpisanymi w narrację o sukcesie i samodoskonaleniu. W efekcie w książce *Bez alko i dragów jestem nuda* pokazano, jak język terapeutyczny – sam w sobie neutralny – może zostać zinstrumentalizowany na potrzeby autoprezentacji, której ramy zamiast wyzwalać narzucają nowe formy dyscypliny i samokontroli.

Bibliografia

- Baudrillard, Jean. *Symulacja i symulakry*, tłum. Sławomir Królak. Warszawa: Wydawnictwo Sic!, 2005.
- Cederström, Carl. Spicer, Andre. *Pętla dobrego samopoczucia*, tłum. Łukasz Żurek, przedm. Małgorzata Halber. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN SA, 2016.
- Laplanche, Jean. Pontalis, Jean-Bertrand. *Słownik psychoanalizy*, pod kierunkiem Daniela Lagache’a, tłum. Ewa Modzelewska, Ewa Wojciechowska. Warszawa: Wydawnictwo Aletheia, 2023.

³³ Tamże, 163.

Lash, Christopher. *Kultura narcyzmu. Amerykańskie życie w czasach malejących oczekiwań*, tłum. Grzegorz Ptaszek, Aleksander Skrzypek. Warszawa: Wydawnictwo Akademickie SEDNO, 2015.

Markiewicz, Marta. *Bez alko i dragów jestem nudna*. Warszawa: NEWHOMERS, 2024.

Maroda, Karen J. *Techniki terapii psychodynamicznej. Praca nad emocjami w relacji psychoterapeutycznej*, tłum. Joanna Gołąb. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, 2014.

Szapert, Anna. *Pacjentki, outsiderki, buntowniczkini. Kobiety w amerykańskiej kulturze terapii*. Rozprawa doktorska, Uniwersytet SWPS, 2023.

„I Am the New Marta”: On the Neoliberal Narrative of Transformation in *Bez alko i dragów jestem nudna* by Marta Markiewicz

Summary

The author of the article offers an interpretation of Marta Markiewicz's *Bez alko i dragów jestem nudna* from the perspective of language and narrative form. The analysis shows that the construction of the recovery story is based on the affirmative internalization of therapeutic language and the rhetoric of positive change. The examined narrative is characterized by a declarative tone, making Markiewicz's story resemble a conversion testimony. Such a structure raises questions about the limits of therapeutic language internalization and its impact on the emotional complexity of the narrative.

Keywords

Marta Markiewicz, addiction, language, therapy, contemporary Polish literature

PROSIMY O CYTOWANIE ARTYKUŁU JAKO:

Aleksandra Szymańska-Dańczyszyn, „»Jestem nową Martą«. O neoliberalnej narracji przemiany w *Bez alko i dragów jestem nudna* Marty Markiewicz”, *Autobiografia Literatura Kultura Media* 2 (2025), 25: 91–103. DOI: 10.18276/au.2025.2.25-07.