

# Dorota Luber

---

"Miłość. O sztuce okazywania uczuć",  
Leo G. Buscaglia, Gdańsk 2007 :  
[recenzja]

---

Nauczyciel i Szkoła 1-2 (46-47), 220-222

---

2010

Artykuł został opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej [bazhum.muzhp.pl](http://bazhum.muzhp.pl), gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

Dorota LUBER

## Recenzja książki: Leo F. Buscaglia, *Miłość*.

### O sztuce okazywania uczuć,

Gdańsk 2007, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, ss. 207.

Miłość zawsze tworzy, nigdy nie niszczy.  
W tym tkwi jedyna nadzieja człowieka<sup>1</sup>.

Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne znane jest z publikacji pozycji, które podejmują aktualne i interesujące problemy z wielu dziedzin naukowych, takich jak: psychologia, pedagogika, filozofia czy socjologia. Cieszą się one dużym zainteresowaniem, czego dowodem są ilości sprzedawanych egzemplarzy<sup>2</sup>.

Wiosną ubiegłego roku ukazała się książka Leo F. Buscaglii *Miłość. O sztuce okazywania uczuć*, stanowiąca kompendium wykładów, które Autor prowadził w University of Sotern Kalifornia. Dodać należy, iż te „Lekcje miłości” – jak nazwał je sam prowadzący<sup>3</sup> – gromadziły tłumy słuchaczy, do których Buscaglia w prostych słowach mówił o miłości, przyjaźni, poczuciu własnej wartości i twórczych potencjałach człowieka.

Obecnie daje się zaobserwować swego rodzaju kryzys miłości – nie tylko małżeńskiej (zdrady, rozwody) czy rodzicielskiej (porzucone czy zaniedbane dzieci), ale także społecznej, w obrębie której winniśmy odnajdywać życzliwość i braterstwo, a nie wrogość i izolację. Przyczyn owego kryzysu Buscaglia upatruje w niedostatecznej miłości samego siebie, która to miłość jest fundamentem poczucia własnej wartości, co z kolei implikuje jakość wzajemnych ludzkich relacji. Kolejną przyczyną kryzysu miłości jest brak świadomości o tym, że miłość jest nie tylko darem, ale i zadaniem – stąd obowiązek rozwijania miłości oraz „uczenia się” jej.

Być może w wielu środowiskach ujmowanie miłości w kategoriach naukowych wzbudzi sceptycyzm, a nawet opór, jednakże obserwując rzeczywistość społeczną, można zaryzykować stwierdzenie, że warto zacząć uczyć się kochać drugiego. Miłości nie można ignorować. Człowiek żyjący w miłości rozwija się, „staje się”, poznaje siebie i swoją niepowtarzalność, dzięki czemu zdolny jest do akceptacji niepowtarzalności innych. Zyskując świadomość wagi i roli swego istnienia, człowiek przyjmuje odpowiedzialność za kształtowanie siebie,

---

<sup>1</sup> L. Buscaglia, *Miłość. O sztuce okazywania uczuć*, GWP 2007, s. 127.

<sup>2</sup> Dla przykładu: niniejszą, recenzowaną pozycję sprzedano w ilości przekraczającej 2 mln egzemplarzy.

<sup>3</sup> Choć potem – ze względu na naukowy charakter wykładanej dyscypliny – zmienił nazwę przedmiotu na „Uczucie jako modyfikator zachowań społecznych”.

które rozpoczyna od trudnego zadania pokochania siebie samego. To początek drogi do siebie i do drugiego człowieka – drogi, na której trzeba stanąć w obliczu swoich słabych stron, błędów i ograniczeń.

Buscaglia zachęca czytelnika do odkrycia na nowo, dowartościowania i rozwijania swej niepowtarzalnej osobowości, którą tworzą wszystkie obszary i doświadczenia człowieka. Szczególnie zaś ważne są interakcje z drugim człowiekiem, bo człowiek jest ze swej natury istotą społeczną – żyje wśród ludzi i z ludźmi – ku nim kieruje swe pragnienia i dążenia. Powinna im towarzyszyć aura miłości, wyrażona słowami: „To dobrze, że jesteś niepowtarzalny. Dobrze, że jesteś inny. Pokaż mi swoją odmienność, może dzięki niej nauczę się czegoś nowego” (ss. 22–23).

Miłość jest tą siłą, która pozwala człowiekowi na odkrycie i rozwijanie własnej niepowtarzalności; miłość także uzdalnia człowieka do otwarcia się na innych – to ona jest potężnym bodźcem do dialogu, uczy przebaczenia i ofiary. „Miłość ma zawsze ramiona szeroko otwarte. Jeżeli zamkniesz ramiona wokół miłości, to przekonasz się, że ściskasz jedynie samego siebie” (s. 97).

Nauka miłości nie jest trudną sztuką, wymaga jedynie systematyczności i chęci, aby każdego dnia, krok po kroku dostrzegać, wydobywać i zinternalizować ogromne pokłady miłości tkwiące we wnętrzu człowieka. Dlatego osoba pełna miłości winna przyjmować odpowiedzialność za siebie i drugich, wynikającą z faktu „bycia” człowiekiem. Przy czym odpowiedzialność za siebie jest podstawowa w kategoriach wszelkich działań związanych z własnym rozwojem, a także z rozwojem innych. To „bycie sobą” w każdej sytuacji; to spontaniczność z zachowaniem. Buscaglia napisał: „Kiedy coś czujesz, niechaj ludzie wiedzą, że to czujesz. [...] Gdy podoba ci się coś, co ktoś powiedział, rusz się i uściskaj tę osobę” (s. 41). Tak wiele bowiem w naszych kontaktach z innymi ludźmi zależy właśnie od nas, od naszego zachowania i sposobu bycia.

Dla uargumentowania swej tezy o potrzebie i konieczności nauki miłości, Autor przytacza następujące założenia: nie można dawać tego, czego się nie ma – żeby dawać miłość, trzeba ją w sobie mieć; nie można uczyć się tego, czego się nie rozumie – żeby uczyć się miłości, trzeba miłość pojąć; nie można znać tego, czego się nie odkrywa – żeby rozpoznać miłość, trzeba się na nią otworzyć; nie można mieć wątpliwości co do czegoś, jeżeli pragnie się temu ufać – żeby zaufać miłości, trzeba być jej pewnym; nie można przyjąć tego, czemu się siebie nie poddaje – żeby poddać się miłości, trzeba się przed nią odsłonić; nie można żyć czymś, czemu się siebie nie poświęca – żeby poświęcić się miłości, trzeba się nieustannie w niej rozwijać (ss. 60–61).

Dzięki przyjęciu i realizowaniu tych założeń człowiek może zobaczyć siebie – nieograniczone potencjały swoich możliwości – może wniknąć w głębię własnego jestestwa i otworzyć się na transcendencję drugiego człowieka. „Miłość jest jak lustro. Kiedy kogoś kochamy, stajemy się jego lustrem, a ten ktoś naszym... Odbijając miłość w sobie nawzajem, widzimy nieskończoność” (s. 83). Miłość jest dla człowieka źródłem szczęścia, z niej czerpie on radość i zadowolenie, „ponieważ wie, że od miłości zależy rozwój i odkrywanie siebie” (s. 101); jest ona nieustającym „pożywieniem” dla ducha i „motorem” życiowej satysfakcji. Życie też jest najlepszą „lekcją miłości”, bo tutaj człowiek spotyka

zarówno dobro, jak i zło – może się w taki sam sposób uczyć jednego i drugiego – „jeżeli wierzy w zły świat, to jego reakcje są pełne podejrzliwości i lęku, a on sam nieustannie poszukuje zła i zapewne znajduje to, za czym się rozgląda. Jeżeli natomiast wierzy w świat dobra, to pozostaje pewny siebie, ufny, czuły i pełen nadziei” (s. 127).

W toku całej refleksji nad zagadnieniem miłości Buscaglia zwraca szczególną uwagę na odkrywanie i pielęgnowanie w sobie indywidualności i wyjątkowości oraz dzielenie się ową niepowtarzalnością z innymi ludźmi. Jest to jedna z najważniejszych kwestii w aspekcie interakcji społecznych, z uwagi na wielorakie korzyści płynące z samego faktu „doświadczania” drugiego człowieka – akceptowania go i zrozumienia. Miłość zauważa i szanuje potrzeby, zarówno fizyczne, jak i emocjonalne; daje wolność odrzucania i wybierania; jest aktywna i zaangażowana; jest cierpliwa, łaskawa, nie zazdrości, nie szuka poklasku. Wszystko znosi, wszystkiemu wierzy, we wszystkim pokłada nadzieję – miłość nigdy nie ustaje... (por. 1 Kor 13, 1–13).

Nauka miłości – jak każda inna nauka – wymaga uwagi, czujności, spostrzegawczości, cierpliwości, ufności, wolności od uprzedzeń i zniechęcenia. Doświadczanie ubogających treści „lekcji miłości” wymaga przede wszystkim głębokiego zaangażowania i całkowitego zanurzenia się w życie. Bowiem życie w miłości jest ogromnym wyzwaniem, którego podjęcie potrzebuje wielkiej siły, nadziei, troski i wrażliwości. Współczesny świat daleko bowiem odszedł od miłości pojętej jako dar bezinteresowny, wyzwalający empatię, altruizm i chęć służby. Żyjemy w świecie egoizmu, podstępny, manipulacji i okrucieństwa, a potrzebujemy zwyczajnej ludzkiej dobroci ukonstytuowanej miłością. Stąd pojawienie się tego typu pozycji na rynku wydawniczym może w zasadniczy sposób przyczynić się do zmiany „optyki nienawiści” w „optykę miłości”. Myśli zawarte w książce Leo Buscaglii z pewnością wprowadzą czytelnika na „drogę miłości” siebie samego i innych ludzi.

Istotnego znaczenia nabiera fakt, że Autor opowiada nam, co tak naprawdę jest ważne w życiu – czyli miłość, potrzebna każdemu człowiekowi jak chleb. Potrzebujemy miłości i potrzebujemy innych ludzi, aby ich kochać i aby oni kochali nas – abyśmy razem rozwijali się i wzrastali. Wydaje się również, że ta przesłanka jest szczególnie ważna w kontekście wychowania, które bez wartości traci rację bytu, a przecież miłość jest wartością – nie bójmy się zatem kochać i wypełniać miłością życie swoje i życie drugich – w małżeństwie, w rodzinie, w szkole, w pracy... Wszędzie, gdzie tylko człowiek spotyka człowieka.