

Alicja Żywczok, Beata Ecler-Nocoń

Autoterapia - przestrzeń rozwoju osoby ludzkiej

Chowanna 1, 131-142

2004

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, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

„Chowanna”	Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego	Katowice 2004	R. XLVII (LX)	T. 1 (22)	s. 131–142
------------	--	---------------	------------------	--------------	------------

Alicja ŻYWCZOK
Beata ECLER-NOCON

Autoterapia – przestrzeń rozwoju osoby ludzkiej

Świadomość niedoskonałości, a równocześnie znacznej potencjalności człowieka stwarza szansę spojrzenia na siebie jak na osobę samodoskonalącą się, która stale szuka nowych styczności ze światem oraz jakościowo lepszej komunikacji z samym sobą. Autoterapia i samowychowanie – dwa osobliwe filary ludzkiej autokreacji odślaniają wagę dynamizmu autonomii wewnętrznej samostanowienia o sobie oraz psychicznej „niezawisłości” w stosunku do otoczenia społecznego. Osoba niepełnosprawna, w stanie zdrowia lub choroby, posiada przysługujące wszystkim ludziom zasoby emocjonalne oraz duchowe do przezwyciężenia sytuacji uciążliwej, a nawet do inicjowania satysfakcjonującego rozwoju wewnętrznego.

Autoterapia oraz proces samowychowania zostały tu zaprezentowane jako psychiczne mechanizmy samoregulacji odbudowujące afirmatywne postawy życiowe. Wola samorozwoju oraz towarzysząca jej radość życia kierują człowieka wprost ku źródłom autentycznego zdrowia psychicznego.

Człowiek – osoba niedoskonała

Zarówno doświadczenie ludzkie, jak też etyczne koncepcje człowieka identyfikują istotę ludzką jako niedoskonałą, skłonną do czynów deontologicz-

nie prawych, ale też do czynów ambiwalentnych aksjologicznie, a nawet jednoznacznie nagannych. Psychofizyczna kruchość człowieka, niedostatki poznawcze, tendencja do popełniania błędów, osłabienie kontroli emocjonalnej nad własnymi formami zachowania ujawniają potrzebę nauki i sztuki doskonalenia człowieka.

Racją istnienia pedagogiki jest więc niedoskonałość osoby ludzkiej (Adamski, 1993) oraz jej wiodąca potencjalność. Niestabilny układ uczuciowo-wolitywny człowieka wymaga różnorodnych podparć duchowych, wielu wzmocnień, obudzenia sił autowychowawczych, a czasem, niestety, krytycznych zdażeń życiowych.

Mimo ustawicznej całościowej pracy nad własnymi niedyspozycjami, ulepszeniem struktury charakteru oraz osobowości człowiek pozostaje sobą, czyli osobą „deficytową”, niedoskonałą i – można by rzec – „niepełnosprawną”. Niepełnosprawność jest więc osobliwym, a może nawet konstytutywnym doświadczeniem rodzaju ludzkiego, doświadczeniem naturalnym i nieusuwalnym z procesu życia. Żaden człowiek nie uniknie, odmiennej jedynie w postaci i nasileniu, niepełnosprawności.

Cierpienie, ból, omylność tylko z pozoru różnicują osoby niepełnosprawne i bardziej sprawne. Niepełnosprawność ontologicznie przynależy ludzkości i nie różnicuje ludzi. Jeszcze silniej zbliżają ludzi fundamentalne doświadczenia narodzin i śmierci.

Człowiek jako znawca własnych nieadekwatności łączy się z innymi ludźmi w dążeniach autokorygujących, w potrzebie rozwoju wewnętrznego oraz tendencjach transgresywnych.

Dziedziny nauki, które z wyrozumiałością pochylają się nad człowiekiem cierpiącym, chorym lub niepełnosprawnym, próbując ulżyć mu w trudzie życia, z wielką ostrożnością powinny posługiwać się takimi kategoriami pojęciowymi, jak niepełnosprawność czy upośledzenie. Nazywając jednych niesprawnymi, a innych zdrowymi, nieświadomie stygmatyzują, niejednokrotnie nazywają negatywnie, a tym samym popełniają błąd, który w naukach medycznych określany jest jako jatrogenny. Skłonności segregacyjne dodatkowo uszkadzają integracyjne powołanie nauki.

Klasyfikując ludzi, nauka czasem zdaje się zapominać, że każdy człowiek pragnie pozostać sobą, obronić w sobie, niezależnie od stanu kondycji psychofizycznej. Człowiek niepełnosprawny dąży do wyabstrahowania od swej niepełnosprawności, podobnie powinna postępować nauka aspirująca do określenia mianem „humanistycznej”.

Osoby niepełnosprawne nie stanowią, w moim przekonaniu, odrębnej populacji badawczej, są po prostu zwyczajnymi ludźmi, którym przysługują te same co wszystkim przywileje i zobowiązania.

Osoba niepełnosprawna doświadczona nawet najgłębszymi postaciami niepełnosprawności nie zmienia swej ludzkiej natury, pozostaje osobą, zachowuje

typowe dla człowieka wartości oraz dyspozycje konstytuujące ją od okresu przedrefleksyjnego i przedaksjomatycznego.

Ekspansja scjentystycznych kryteriów w nauce, preferowanie czysto poznawczych i pragmatycznych celów, może nieco przysłonić „ludzkie” spojrzenie na człowieka kalekiego, słabiej funkcjonującego intelektualnie, niedowidzącego czy niedosłyszącego. Pedagogika specjalna jako wyjątkowa subdyscyplina pedagogiczna próbuje uczyć szczególnej wrażliwości emocjonalnej na los i kondycję psychiczną każdego człowieka. Jej ważnym zadaniem, dostępnym także realizacyjnie, jest upowszechnienie przekonania, że wielkość aksjologiczna człowieka pozostaje wypadkową cierpienia i radości, ukierunkowanych jednak na wartości i cele humanistycznie zintegrowane, oraz że człowieczeństwo człowieka chorego somatycznie, psychicznie lub mniej sprawnego motorycznie jest objawem jego pełnego zdrowia etycznego, prawidłowej struktury aksjologicznej, która wydaje się najcenniejszym osiągnięciem rozwoju ludzkiego.

Radość życia i cierpienie jako sensotwórcze budulce osobowości

Przeżycie radości i cierpienia to odwieczni naturalnymi wychowawcy człowieka. Zaskakujące okoliczności losowe, zewnętrzne kataklizmy, kryzysy wewnętrzne, których na ogół pragniemy uniknąć, są jednak silnie sprzężone z rozwojem duchowym człowieka, z dynamiką wartości, którym człowiek pozostaje wierny.

Zdarzenia negatywne, o których mowa, najmocniej uderzają w uczucia felicytologiczne¹, takie jak: radość i afirmacja życia, nadzieja, satysfakcja, entuzjazm, odczucie zadowolenia i pomyślności, szczęście, optymizm, poczucie humoru oraz wszystko to, co wiąże się z pozytywną inklinacją wartościującą. Radość istnienia może zostać zakwestionowana, gdy sam proces życia wydaje się osobie niepełnosprawnej uciążliwy i nieatrakcyjny. Kiedy długotrwała choroba sukcesywnie niszczy struktury mózgu lub inne pokłady organizmu ludzkiego, destabilizacji, a czasem nawet destrukcji może ulec stan równowagi psychicznej, w tym także aprobatywny stosunek do życia.

Depresja, chociaż nigdy do końca nie pozbawia człowieka zdolności do radosnych przeżyć, okresowo znacznie osłabia felicytologiczny wymiar życia. Nadzieja na satysfakcjonującą przyszłość wydaje się nadwątlona, zwalczanie przykrości pochłania tak dużo energii, że nie wystarcza jej, by entuzjastycznie przeżywać życie, optymizm odczuwa się jako nierealistyczny i naiwny, a pogoda ducha przypomina nieuzasadnione „lukrowanie” mrocznych stron ludz-

¹ Według T. Kotarbińskiego, felicytologia jest działem etyki – teorią kształtowania życia szczęśliwego.

kiego istnienia. Bolesne doświadczenia życiowe odślaniają powierzchowność euforii, zadowolenia z siebie, hiperoptymizmu i eksplozywnych radości (Życzo, 2000).

To dostrzegalne osłabienie ekspansywności życiowej może mieć jednak swój sensotwórczy wydźwięk. Cierpienie i wstrząs psychiczny doprowadzają na ogół do zatamowania ekspansji wartości niższego rzędu, przynależących do modusu posiadania. Tworzy się w ten sposób przestrzeń dla wyboru kategorii wartości mieszczących się w modusie bycia (Fromm, 2000). Człowiek boleśnie doświadczony może uzyskać nowy wgląd w priorytety etyczne, społeczny aspekt życia. „Wyostroża się” widzenie tego, co znaczące zarówno dla jednostkowej egzystencji człowieka, jak i dla ludzkości.

Pierwotna, wrodzona radość życia ustępuje miejsca radościom wtórnym – „wypracowanym” osobowym wysiłkiem i dojrzałością emocjonalną. Afirmacja życia nie ma już wiele wspólnego z dziecięcą spontaniczną reaktywnością, dezintegrującą się naiwne formy jej samotworzenia.

W dzisiejszych czasach akceptacja życia wymaga szczególnej odwagi stanięcia bez lęku wobec własnej niedoskonałości, ale także możliwości, wobec zmiany, jaka dokonała się w więzi ze światem oraz w komunikacji z samym sobą. Utrwalają się nowe, jakościowo lepsze wzorce doświadczania szczęścia, bardziej odporne na niesprzyjające zdarzenia losowe, stabilniejsze i aksjologicznie wzbogacone.

Przyzwyczajenie do fluktuacji radości i cierpienia utrwala postawę pogody ducha, która bez większych trudności eliminuje cyniczny dekadentyzm, nieuzasadniony sceptycyzm oraz lękliwą, paniczną rozpacz.

Dopiero tak ukształtowana postawa radości życia, jako wyraz prawdziwego człowieczeństwa, otwiera przed osobą niepełnosprawną możliwość samoleczenia, rzeczywiste metody autopsychoterapii. Warto jednak pamiętać, że zanim człowiek dostrzeże głębszy sens własnych przeżyć, odkryje znaczenie kalectwa czy przewlekłej choroby, ma prawo do pozostawania w stanie dezintegracji pozytywnej, prawo do wolności od nacisku na zmianę, ma również prawo do refleksji afirmującej, która może dokonać zwrotu w jego dotychczasowym systemie wartości.

Radość życia niezmiennie współtworzy naturę człowieka, pozostając w organicznej jedności ze smutkiem, przygnębieniem, bólem i cierpieniem. Ta powszechna, „zdemokratyzowana” właściwość ludzkiej osobowości zdaje się nie tylko ponadkulturowa, ale i zawsze istotna dla każdego, komu nieobojętna jest jakość ludzkiej egzystencji. Radosne doznania nie różnicują ludzi odmiennych przekonań, wyznań czy grup zawodowych. Stanowią uniwersum dążeń i celów człowieka jako takiego.

Jako równi w radości i cierpieniu jesteśmy także podobni do siebie w sprawności i niepełnosprawności.

Zdolność do samowychowania i autopsychoterapii – przejaw psychospołecznego zdrowia osoby niepełnosprawnej

Człowieczeństwo istoty ludzkiej polega na tym, że przeżywa ona samą siebie z dużą wrażliwością, dążąc do osiągnięcia coraz wyższego poziomu osobowości.

John Keats zwraca uwagę, że nie do pomyślenia jest rozwój człowieka bez udziału zarówno jego smutków, jak i radości. Przygnębienie, depresja, niezadowolenie z siebie, poczucie wstydu są nieodzowne w autentycznym rozwoju, podobnie jak przeżywanie uczuć pogodnych.

Znane powiedzenie Herberta Spencera, że woli być niezadowolonym Sokratesem niż zadowolonym głupcem, wskazuje, że w pewnych okresach życia, odznaczających się intensywnym rozwojem psychicznym, mogą przeważać nastroje ujemne. Oczywiście nie należy przypuszczać, aby trwały, niezmienny nastrój smutku i przygnębienia mógł mieć charakter twórczy. Dla twórczości charakterystyczny jest w pewnych momentach nastrój maniakałny, euforyczny, w innych – stan depresji, smutku czy melancholii (Dąbrowski, 1986, s. 152).

Zdolność do samowychowania jednostki zakłada istnienie jej potencjału hierarchicznego rozwoju wartości oraz zdolności do przeżywania niezadowolenia z siebie. Zakłada także działanie dynamizmu nieprzystosowania i przystosowania pozytywnego oraz kształtowanie się ideału własnej osobowości.

Podstawowym warunkiem samowychowania jest wysoki poziom autoświadomości, a więc zdolność do rozeznania stanu własnego środowiska wewnętrznego. Od niego zależy istnienie samokontroli i samopotwierdzenia jako kolejnych składników samowychowania. Proces ten wymaga również współdziałania dynamizmu przemiany wewnątrzpsychicznej ze wszystkimi innymi dynamizmami ludzkiej autonomii. Samowychowanie może przyspieszyć zwłaszcza proces rozwoju osób, które doświadczyły traumatycznych przeżyć psychicznych, takich jak wypadki, w wyniku których utraciły znaczną sprawność ruchową. Osoby te mogą okresowo odznaczać się różnymi formami wzmożonej pobudliwości, a nawet psychonerwicą. Napięcie emocjonalne, poczucie braku równowagi psychicznej, konflikty wewnętrzne i zewnętrzne powodują wprawdzie złe samopoczucie, jednak niedoskonała kondycja organizmu tym silniej domaga się wówczas refleksji afirmującej życie oraz samego siebie.

Znamienne dla wysokiej samoświadomości są duże zdolności autopsychoterapeutyczne. Wgląd w komplikacje własnego środowiska wewnętrznego i zewnętrznego zapewnia powrót do stanu właściwej integracji wtórnej i dojrzałego związania z procesem życia. Konflikty wewnętrzne, jakie przeżywa osoba niepełnosprawna, przy zdolności do samowychowania i autopsychoterapii, świadczą zatem nie o chorobie, lecz o zdrowiu psychicznym i społecznym (Dąbrowski, 1986, s. 161–162).

Poczucie zagrożenia i lęku spowodowane uszkodzeniami własnego ciała lub zaburzeniami czynnościowymi w jego obrębie nie utrudnia procesu rozwojowego, ale doskonalą jego przebieg; wpływając osobotwórczo, zapowiada nowe jakości aksjologiczne.

Człowiek – osoba doskonaląca się

To, jak odnajdujemy swoje człowieczeństwo, w czym dostrzegamy swoją ludzką siłę lub słabość, niejednokrotnie przesądza o jakości naszego życia. Filozoficzne credo, które jest źródłem cynizmu zaprzysiężonych pragmatyków, ma nieraz moc uzdrawiającą, budzi niezbadaną, wewnętrzną siłę. Dowody tego znajdujemy w biografjach ludzi, którzy fizycznie niedomagają, a potrafią swą egzystencję wnieść na wyżyny. Przykładem tego jest Karol Wojtyła, czyli papież Jan Paweł II. Często jego ciało – schorowane, niepełnosprawne – budzi współczucie lub litość. Zewnętrznie jawi się on nam jako człowiek chory, nieporadny, niezręczny. Osobę Jana Pawła II cechuje ogrom siły woli, dzięki której wykorzystuje swój niebanalny intelekt i wciąż tworzy, pisze, opracowuje. Ta siła z całą pewnością bierze się z jego filozofii życia, której dał wyraz w dziele *Osoba i czyn* (Wojtyła, 1994). Filozofia ta ukazuje sposób postrzegania siebie przez ludzi zdrowych, ale także chorych i niepełnosprawnych. Tym pierwszym odbiera nieuzasadnioną pychę z daru, jaki otrzymali – z pięknego i sprawnego ciała, drugim daje siłę do życia. Filozofia Wojtyły przewartościowuje schematy myślenia. Uczy postrzegać swą cielesność jako narzędzie do wykonywania zadań, zadań stawianych osobie.

Ciało – źródło ekspresji osoby

Osoba i czyn to studium osoby poprzez czyn. „Taka jest bowiem natura korelacji tkwiącej w doświadczeniu – pisze – w fakcie człowiek działa; czyn stanowi szczególny moment ujawnienia osoby. Pozwala nam najwłaściwiej wglądać w jej istotę, najpełniej ją zrozumieć. Doświadczamy tego, że człowiek jest osobą, i jesteśmy o tym przekonani dlatego, że spełnia czyny” (Wojtyła, 1994, s. 59). W przekonaniu Wojtyły tworzywem człowieczeństwa jest *suppositum*. Na owo tworzywo człowieczego „ja” składa się osoba i natura (soma-tyka i emocjonalność). *Suppositum* wskazuje na człowieka jako na podmiot. Człowiek, osoba, jest *suppositum* innym od wszystkiego, co go otacza w realnym świecie. „Osoba, człowiek jako osoba, to *suppositum*, to jest podmiot istnienia oraz działania z tym jednak, że istnienie (*esse*) jemu właściwe jest

osobowe, a nie tylko indywidualne w znaczeniu indywidualizacji natury” (Wojtyła, 1994, s. 59).

Na czym ta inność ludzkiego *suppositum* polega? Aby tę kwestię wyjaśnić, należy odnieść się do człowieka jako bytu posiadającego naturę. Natura (*nascor* – rodzi się; *natus* – urodzony) oznacza wszystko, co ma się narodzić, oraz to, co jest zawarte w samych narodzinach jako ich możliwa konsekwencja. Naturą człowieka jest wszystko, z czym się urodził, to, co zbliża go do świata przyrody.

Najbardziej widzialnym znakiem naturalnego pochodzenia człowieka jest ciało (*soma*). Cieleśność upodabnia człowieka do innych istot żyjących, obecnych w naturze. Ciało stanowi materialną rzeczywistość podpadającą pod zmysły i im dostępną. Dostępne jest zmysłom zarówno z zewnątrz, jak i od wewnątrz. Z zewnątrz dostrzegamy ciało najbardziej wyraźnie. Ciało daje nam pierwsze wrażenie o człowieku, ciało rozumiane jako powierzchowność, aparycja. W tym zewnętrznym rozumieniu ciało składa się z członków, z których każdy ma swoje miejsce i przeznaczenie. Z zewnątrz ciało określa różnorodność i wzajemna koordynacja członków. Natomiast ciało traktowane od wewnątrz to organizm ludzki. Na organizm składają się wyspecjalizowane różnorodne organy ciała. Jeśli chcemy mówić o dynamice ciała, musimy mieć na uwadze cały ustrój, zarówno w sensie zewnętrznym, jak i wewnętrznym.

Ciało pozwala człowiekowi na uzewnętrznienie siebie w dwojakim rozumieniu: statycznie (poprzez indywidualną budowę) i dynamicznie (poprzez indywidualną ruchliwość). Ciało w swej indywidualnej dynamice jest terenem i poniekąd źródłem ekspresji osoby. Wszak osoba może eksponować siebie poprzez ciało.

Nie byłoby zewnętrznej dynamiki ciała, gdyby organizm nie posiadał także czysto somatycznej dynamiki wewnętrznej. Zależy ona od sprawności i pracy organów wewnętrznych, których to sprawność umożliwia właśnie ową zewnętrzną ruchliwość. Ciało człowieka – tak jak całą otaczającą go naturę, której jest częścią – cechuje reaktywność, która jest właściwością życia i rozwoju. Reaktywność, najprościej, to zdolność do reakcji. Pojęcie reaktywności zakłada pojęcie jakiejś akcji. Tym razem jej źródło i przyczyny tkwią w przyrodzie jako zespole warunkującym bytowanie ciał i ich aktywność (reaktywność) własną.

Człowiek posiada zdolność do reakcji uwarunkowaną systemem nerwowym. Reakcje te odbywają się wielokrotnie poza świadomością. Mogą mieć dwojaki charakter:

- reakcje czynne (instynktowne), których celem jest vegetacja lub reprodukcja; odbywają się bez woli samostanowienia; są to odruchy: ręka cofa się po zetknięciu z ogniem, źle widzący mruży oko, by lepiej widzieć, niedotleniony mózg wysyła odpowiednie impulsy, co powoduje ziewanie;

– reakcje bierne (poprzez fizyczno-chemiczną strukturę ciała), dzięki którym w organizmie zachodzi całe mnóstwo reakcji i procesów (np. metabolizm komórkowy), pozwalających żyć; ich uświadomienie nie jest konieczne dla przeżycia własnego „ja”.

Świadczyłyby to o jakiejś niezależności ciała od samodzielnego bytowania w oderwaniu od ludzkiej woli. Jednak reakcje te to tzw. uczynnienia ciała. Same „uczynnienia” niczym nie odróżniają człowieka od innych istot wegetujących w przyrodzie. O człowieczeństwie stanowi człowiek dopiero wolą i świadomym ruchem tą wolą powodowanym.

Psychika – źródło ekspresji osoby

W tradycyjnym rozumieniu rozwój psychiki wyróżnia *homo sapiens* spośród innych gatunków, psychika zaś jest określana jako całościowy kształt wrodzonych i nabytych dyspozycji duchowych (intelektualnych, uczuciowych, woli) danej jednostki, rozwiniętych pod wpływem przeżyć, warunków otoczenia. Wojtyła charakteryzuje psychikę przez jej emotywność. Emotywność wskazuje na jakiś ruch, poruszenie (*emotio e (ex)* + ruszać się), które pochodzi z „wewnątrz”, o czym świadczy przedrostek *ex* (Wojtyła, 1994, s. 265).

Emotywność to spontaniczne, samorzutne prezentowanie wartości: dobra, piękna i prawdy. „To wszystko, co stanowi o duchowej transcendencji osoby, stosunek do prawdy, dobra i piękna, a wraz z tym zdolność samostanowienia – wskazuje bardzo głęboki rezonans emotywny w człowieku. Rezonans ten, jego jakość i siła, będą czymś na wskroś indywidualnym, stanowią na swój sposób o jakości i sile samejże osobowej transcendencji, w każdym razie stwarza jej swoistą podwalinę w człowieku” (Wojtyła, 1994, s. 268).

Człowiek w jakimś stopniu uświadamia sobie swe wewnętrzne stany (czucia). Wypadkową owych czuć (także cielesnych) jest samopoczucie. Jakieś samopoczucie stale towarzyszy człowiekowi, mniej lub bardziej wpływając na jego bycie. Owo samopoczucie zawsze ma jakąś wartość – jest dobre lub złe. Na jego ostateczny kształt wpływają zarówno uczucia fizyczne, jak i psychiczne. „Czuję się zmęczony” – oznaczać może zarówno ból somatyczny powodowany wysiłkiem przy pracy fizycznej, jak też znużenie troskami i problemami. Wyczerpanie chorobą organizmu wpływa na sprawność procesów myślowych. Świadczy to o ściślejszej integracji sfery psychicznej i somatyki.

Człowiek czuje nie tylko własne ciało, ale także siebie – w sposób bardziej integralny – i to, co stanowi o jego „ja” i dynamice. Prócz tego czuje „świat” jako zróżnicowany i złożony zespół istnień, wśród których własne „ja” istnieje, i pozostaje z nim w różnych relacjach. Przenikanie tych różnych czuć do świadomości kształtuje przeżycie „ja” w świecie, kształtuje przeżycie świata.

Chodzi tu przede wszystkim o świat pozostający w zasięgu zmysłów, nie zaś o całą rzeczywistość, o wszechistnienie, jakie w sposób sobie właściwy ogarnia ludzki umysł.

Szczególną rolę w odbieraniu bodźców pełni wrażliwość. Wrażliwość jest bogactwem psychiki, stanowi podstawę wielu talentów człowieka. Z jakąś cechą psychiki utożsamiamy także podniecenie, choć nie jest to cecha wyłącznie psychiczna. Podniecenie tkwi w określonej reakcji ciała, a nawet w całym złożonym łańcuchu reakcji organizmu (obieg krwi, praca serca), które wyraźnie odczuwamy. Podniecenie zatem jest to specyficzne czucie ciała: moment emotywny i reaktywny przeżywamy jako jeden fakt dynamiczny (emocja – funkcja psychiki, reakcja – funkcja ciała), ściślej, jest to reakcja z emotywnym rezonansem. Taka reakcja z emotywnym rezonansem może wynikać nie tylko z podnieć zmysłowych, ale także z treści ideowych. Wtedy nazywamy ją uniesieniem.

Budzenie się uczuć, namiętności, pasji, stałą zdolność do tychże podnieceń nazywamy pobudliwością. Pobudliwość także dotyczy zdolności do wzruszeń. Wzruszenie kojarzone jest również z podnieceniem, choć już intuicyjnie wyczuwamy różnicę, którą trudno jednoznacznie scharakteryzować. Niewątpliwie tkwi ona w stosunku „uczynień” psychiki i somatyki. Wzruszenie zdaje się „uczynniać” bardziej psychikę: bo także stanowi rdzeń emotywny ludzkiej uczuciowości, to znaczy, że każde uczucie bierze swój początek we wzruszeniu, „później zaś w drodze promieniowania wewnętrznego rozprzestrzenia się w warstwie psychicznej człowieka” (Wojtyła, 1994, s. 281).

Uczucia pozostają w człowieku niezależnie od jego chęci i woli. Dzieją się. Uczuć tych jest całe bogactwo. Toteż życie uczuciowe samo w sobie jest przechodzeniem z poziomu na poziom – przechodzeniem z poziomu podnieceń na poziom wzruszeń.

Psychologowie odróżniają uczucia wyższe od niższych. Wskazują także na różne głębokości ludzkich uczuć oraz na ich bardziej „peryferyjny” lub bardziej centralny charakter. W tym rozróżnieniu zakłada się ekspozycję wnętrza człowieka – osoby, jakby neutralnej przestrzeni, w obrębie której na zasadzie odczucia można odróżnić centrum i peryferie, można także oznaczać różne poziomy „w głąb” owych poziomów, w głąb człowieka; nie należy tego mieszać z poziomem samych uczuć, które mogą być niższe albo wyższe. Natomiast owe poziomy „w głąb” mówią już o pewnej integracji wzruszeń i uczuć w człowieku – podmiocie i rzutują na sprawność osoby.

Moment, w którym konfrontujemy nasze „nowe uczucia”, jest bardzo istotny dla przyszłego bycia, gdyż chwilowe uczucia mogą przechodzić w długotrwałe stany „ja” (np. spontaniczny wybuch gniewu w długotrwały gniew). Niejednokrotnie wiąże się to z postawą uczuciową; kiedy wola przejmuje subiektywizm emocji, wtedy cała postawa wynika li tylko z uczuć, nie z obie-

ktywnej oceny sytuacji. Przy takiej postawie emotywność narzuca woli swój świat wartości. Integracja osoby w czynie jest wciąż możliwa, ale emocje nadają szczególną wyrazistość sprawczości, a wraz z nią całej osobowej strukturze samopanowania i samoposiadania. Z przyjęcia postawy emocjonalnej wynika niebezpieczeństwo, że to nie człowiek działa, a tylko wszystko dzieje się w człowieku.

Siła uczucia, emocji płynie (w znacznej mierze) z przeżycia wartości. Emocje, uczucia, wzruszenia wskazują na jakąś wartość, ale jej nie poznają ani nie pożądamy. Jest to czysto spontaniczne przeżycie, przeżycie wartości. W wyniku tego przeżycia, a może nawet w czasie tego przeżycia, powstaje napięcie między sprawczością a emotywnością. To napięcie wynika ze skierowania od wartości (np. zła) do wartości (np. dobra).

Owo przeżycie wartości (dla Schelera najistotniejsze) jest spełnieniem emocjonalnym, czyli samo w sobie ma wartość. Jest wartością dla psychiki, spełnienie bowiem, szczególnie spełnienie samej podmiotowości ludzkiego „ja”, rodzi poczucie bycia w sobie, a zarazem największej bliskości z przedmiotem – z wartością – z jaką spontanicznie nawiązujemy kontakt.

Samo emocjonalne rozpoznanie wartości jest subiektywne. Istnieje tu potrzeba ingerencji rozumu, który dystansuje emocje do prawdy. Rozum ów nie wyraża się w przekreśleniu wartości spontanicznie przeżywanym, ale w podporządkowaniu ich prawdzie – to zasada rozstrzygnięć i wyborów wolnej ludzkiej woli – powiązanie transcendencji z integracją. „W pewnej mierze więc wola wyhamowuje samorzutny wybuch tej energii, a w pewnej mierze przyswaja ją sobie. Właściwie przyswojona energia emotywna wydatnie wzmacnia energię samej woli. To właśnie jest zadanie i dzieło sprawczości. Na tej drodze osiąga się stopniowo jedno jeszcze: dzięki usprawnieniom w różnych dziedzinach wola może bezpiecznie przyjmować i czynić swoją tę spontaniczność, jaka właściwa jest uczuciom i całej w ogóle emotywności. Cechą sprawczości jest też spontaniczność – nie pierwotna, ale przetworzona wytrwałym procesem tzw. pracy nad sobą” (Wojtyła, 1994, s. 294).

Odczytywanie osoby w kontekście czynu a stosunek do niepełnosprawności

Uzdrowiająca siła filozofii człowieka w ujęciu Karola Wojtyły tkwi w odmiennym rozłożeniu akcentów przy opisie człowieka. W jego widzeniu człowiek jest *suppositum* – osobą zintegrowaną w naturze. Inaczej – nie tyle jest naturą, ile tę naturę ma. Osoba składa się z ciała i psychiki, zatem w pewnym stopniu (o czym była mowa wcześniej) potrafi nimi dysponować za pomocą woli. Co najistotniejsze, osoba nie jest ciałem i psychiką, zatem nie musi tak dalece się z nimi identyfikować, aby ciało i psychika wyznaczały jej wartość.

Dopiero czyny, świadome i podjęte wysiłkiem woli, nadają wartość życiu osoby, ponieważ impulsy do spełniania owych czynów pochodzą z wewnątrz. Czyny odkrywają człowieka jako osobę. „W czynach zawiera się sprawczość, sprawczość uwydatnia konkretne »ja« jako świadomą siebie przyczynę działania. I to jest właśnie osoba” (Wojtyła, 1994, s. 127).

Wydaje się, że takie widzenie nadaje nowe znaczenie życiu osób niepełnosprawnych. Na pozór to tylko przełożenie akcentów, ale implikuje całe bogactwo nowych znaczeń. Jeśli ktoś myśli o sobie jako o człowieku niepełnosprawnym, postrzega siebie jako kogoś ułomnego, defektywnego, kogoś, komu czegoś brakuje. Jeśli się jest defektywnym, musi się coś naprawiać, remontować. Na starcie jest się kimś gorszym. Natomiast bycie osobą nie czyni między ludźmi różnicy. Owszem, osoby różnią się jakością czynów, jakich dokonują. Wtedy zaś ciało i psychika – jak o tym pisze Wojtyła – znaczą tyle, co środki do dokonywania czynów, narzędzie działania, ponieważ to osoba ma je w posiadaniu. Zatem osoba może postrzegać siebie dobrze lub źle, zależnie od charakteru czynów, jakie stają się jej udziałem. Gorsze warunki fizyczne nie tylko jej nie dyskwalifikują, ale dowartościowują jej działanie. K. Wojtyła tak to komentuje: „Człowiek pozbawiony ręki czy płuca doznaje ściśle określonych przeszkód i zahamowań w działaniu. Są to jednak przeszkody zewnętrzne w tym znaczeniu, że same z siebie nie zakłócają świadomości ani nie utrudniają samostanowienia. Człowiek nawet bardzo zdezytegrowany somatycznie reprezentuje bardzo często osobowość wysokiej klasy” (Wojtyła, 1994, s. 255).

Refleksja końcowa

Niepełna sprawność człowieka niewątpliwie stanowi utrudnienie jego egzystencji. Niemniej wezwanie do rozwoju jest skierowane do każdej osoby ludzkiej. Swego czasu ks. Józef Tischner napisał: „Losem człowieka jest: dać się pokonać nadziei. Ginie ten, kto przestaje jej ulegać” (Tischner, 1993, s. 478). Nadzieja ma moc rozwojową i terapeutyczną. W filozofii osoby mieści się całe morze ludzkich nadziei.

Bibliografia

- Adamski F., 1993: *Człowiek – Wychowanie – Kultura*. Kraków.
Dąbrowski K., 1986: *Trud istnienia*. Warszawa.

Fromm E., 2000: *Mieć czy być?* Poznań.

Tischner J., 1993: *Myślenie według wartości*. Kraków.

Wojtyła K., 1994: *Osoba i czyn*. W: *Człowiek i moralność*. Red. T. Styczeń. T. 4: *Osoba i czyn oraz inne studia antropologiczne*. Lublin.

Żywczok A., 2000: *Filozoficzne korzenie pedagogiki radości*. Kraków.