

Marian Wolicki

Autentyzm bycia i jego rola w życiu

Collectanea Theologica 57/3, 29-36

1987

Artykuł został zdigitalizowany i 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.

ks. MARIAN WOLICKI, PRZEMYŚL

AUTENTYZM BYCIA I JEGO ROLA W ŻYCIU

Zauważamy we współczesnym świecie wielkie wołanie o autentyzm: autentyzm osobowy, autentyzm bycia, postępowania, autentyzm w stosunkach międzyludzkich, autentyzm w wychowaniu. Ukazuje się wiele publikacji dotyczących autentyczności względnie nieautentyczności w ludzkich postawach i zachowaniu.¹

Celem niniejszego artykułu będzie ukazanie istoty i roli autentyzmu bycia w różnych sferach ludzkiego życia.

Zagadnienie autentyzmu bycia jawi się nam w podwójnym wymiarze: zewnętrznym i wewnętrznym. Chodzi więc o autentyzm bycia człowieka w świecie zewnętrznym i autentyzm bycia wewnętrznego, w ramach własnej osobowości. Te dwa rodzaje autentyzmów łączą się ściśle ze sobą, warunkują się i wpływają wzajemnie na siebie, chociaż autentyzm wewnętrzny zdaje się bardziej zasadniczy i podstawowy od autentyzmu zewnętrznego. Problem autentyzmu wewnętrznego wydaje się jednak zarazem bardziej skomplikowany i wymagający znacznie gruntowniejszej analizy, dlatego zaczniemy rozpatrywanie zagadnienia autentyzmu bycia od autentyzmu zewnętrznego, autentyzmu bycia człowieka w świecie.

I. Autentyzm bycia człowieka w świecie

Autentyzm bycia człowieka w świecie wymaga osiągnięcia wysokiego stopnia harmonii, uzgodnienia między jednostką a otaczającym ją światem, między podmiotową jaźnią a przedmiotową rzeczywistością. Tak rozumie ten problem jeden ze współczesnych psychologów. Pisze on: „Autentyczność to pojęcie używane do określenia sposobu istnienia w świecie, kiedy to istnienie człowieka pozostaje w harmonii z istnieniem świata. Innymi słowy, jesteśmy autentyczni w tym stopniu, w jakim pozostajemy w zgodzie z wszelkim istnieniem (...); jesteśmy natomiast nieautentyczni o tyle, o ile popadamy w konflikt z tym, co się zawiera w istnieniu. Autentyczność

¹ Por. np. H. Stoffer, *Die Echtheit in anthropologischer und konfliktpsychologischer Sicht*, Mainz 1963; J. F. T. Bugenthal, *W poszukiwaniu autentyczności*, w: *Przełom w psychologii*, Warszawa 1978, 325—340; A. Grzegorzcyk, *Schematy i człowiek. Szkice filozoficzne*, Warszawa 1963, 92—94 i inne.

sprowadza się do likwidacji rozdzwiewu między przedmiotem a podmiotem czyli dychotomii między jaźnią a światem”.²

Taki autentyzm nie oznacza wcale biernej adaptacji do świata, ani też rezygnacji z własnego świata przeżyć, lecz raczej zrozumienie sytuacji swego „zanurzenia” w świecie i czynne uczestnictwo w różnych przejawach życia zewnętrznego.³

Autentyzm bycia w świecie będzie więc uwarunkowany u poszczególnych jednostek przede wszystkim znalezieniem odpowiedniego „miejsca na ziemi”, miejsca odpowiadającego ich naturze, ich możliwościom psychofizycznym. Chodzić tu będzie o dopasowanie roli życiowej, pełnionych zadań do własnej osobowości, czyli inaczej o odkrycie swego jedyne i niepowtarzalnego powołania, które z kolei będzie warunkować harmonijne włączenie się w życie zewnętrzne dokonujące się w świecie i pozytywne dostosowanie się do środowiska naturalnego i społecznego.

Człowiek musi więc odczytać plan Boży względem siebie, odczytać ten plan, „projekt samego siebie”, ukryty gdzieś w głębi własnej duszy, względnie odszyfrować go z konkretnych wydarzeń i okoliczności własnego życia. Jeśli człowiek tworzy sobie czasami własną wizję swego życia, swój osobisty plan życiowy, to by uniknąć wielkiej pomyłki i konsekwentnie nieautentyczności swego bycia w świecie, winien rozważyć, czy ten właśnie plan życia odpowiada zamysłowi Stwórcy, czy jest zarazem jego powołaniem danym mu od Boga.

Odnalezienie swego powołania życiowego, powołania prawdziwego, rzeczywiście danego człowiekowi od Boga, a nie tylko będącego efektem czyjejś wyobraźni czy ambicji jest równoznaczne z odnalezieniem istotnego sensu swego życia, który jako „sens wiodący” będzie z kolei „usensawiał” poszczególne czynności, wybory, decyzje, zadania.

Autentycznym w swoim bytowaniu w świecie może być tylko ten, kto widzi jakiś sens w świecie, w życiu, w swojej osobistej egzystencji i kto ten sens stara się realizować. Realizacja odczytanego przez człowieka konkretnego sensu jest zarazem aktywnym „uzgadnianiem się” człowieka ze światem, jest osiaganiem z nim harmonii, gdyż dostrzeżony w świecie sens jest zawsze sensem na tle jakiejś większej całości, jest częścią jakiegoś wielkiego planu, sensem parcjalnym, domagającym się Nad-sensu.⁴

Dostrzeżenie przez człowieka sensu jest jednocześnie dla niego jakimś apelem o jego wypełnienie, dlatego ze strony człowieka rodzi zwykle poczucie odpowiedzialności za wypełnienie tego sensu, za zrealizowanie dostrzeżonych zadań. Autentycznym, gdy chodzi

² J. F. T. Bugenthal. *art. cyt.*, 330.

³ *Tamże*, 330.

⁴ Zob. prace V. E. Frankla, zwłaszcza *Homo patiens* (Warszawa 1976).

o bytowanie w świecie, staje się człowiek wtedy, gdy zaczyna być odpowiedzialnym za coś lub za kogoś, gdy zaangażuje się w jakieś zadania, gdy zacznie służyć jakiemuś człowiekowi lub idei. W takich bowiem przypadkach człowiek dostosowuje siebie do zadań, do osób, do idei, uzgadnia się i zharmonizowuje siebie z obiektywnym światem poza nim, czyli czyni swoje bycie w świecie bardziej autentycznym.

Na ścisły związek autentyczności bycia w świecie z przeżywaniem przez człowieka odpowiedzialności zwraca uwagę V. E. Frankl: „Człowiek może więc z powodzeniem być «autentyczny», nawet gdy nie jest we władzy popędów, lecz gdy jest odpowiedzialny. Autentyczny byt ludzki w ogóle zaczyna się dopiero tam, gdzie nie ma już żadnego poddania popędom, kończy się zaś tam, gdzie kończy się bycie odpowiedzialnym. Autentyczny byt ludzki dany jest dopiero tam, gdzie nie powoduje człowiekiem *id*, lecz gdzie *ego* decyduje o sobie.”⁵

Jak autentyczność bycia jest ściśle związana z odpowiedzialnością człowieka, tak z kolei sama odpowiedzialność jest złączona z dostrzeżeniem w świecie sensu i odniesieniem tego sensu do siebie, do własnej osoby i konkretnej sytuacji, w jakiej się ktoś znajduje. Ostatecznie więc autentyczność bycia w świecie zależy od dostrzeżenia i zrealizowania indywidualnego sensu własnej egzystencji.

2. Autentyzm bycia sobą

Drugim rodzajem autentyzmu bycia obok autentyczności bycia w świecie jest autentyzm bycia sobą, bycia osobowością jedyną i niepowtarzalną. Ten autentyzm jest jeszcze trudniejszy do osiągnięcia od poprzedniego. Autentyzm taki wymaga bowiem szeregu uzgodnień i integracji. Ten rodzaj autentyzmu nie jest więc możliwy bez usilnej, wytrwałej i dogłębnej pracy samowychowawczej, pracy nad rozwojem własnej osobowości. Zdobycie właściwej autentyczności wewnętrznej jest złączone z procesem samorealizacji, nic też dziwnego, że psychologowie humanistyczni cechę autentyczności uważają za jeden z istotnych wyróżników osób samorealizujących się, o dojrzałej osobowości.⁶

Być sobą nie oznacza bowiem być takim tylko, jakim się aktualnie jest, ale stawać się takim, jakim człowiek ma być. Stąd też autentyzm bycia sobą musi mieć charakter dynamiczny, musi się wiązać z procesem samorealizacji i zakładać aktywność samowychowawczą danej jednostki.

Zdążając do autentyzmu bycia sobą jednostka musi — jak już

⁵ V. E. Frankl, *Nieświadomiony Bóg*, Warszawa 1978, 16—17.

⁶ S. M. Jourard, *Wybrane definicje zdrowej osobowości*, w: *Przełom w psychologii*, dz. cyt., 353.

wspomniałem — dokonać szeregu uzgodnień i integracji. Przede wszystkim musi ona uzgodnić swoje „ja” głębokie, duchowe z „ja” powierzchownym, fenomenologicznym. Między tymi dwoma warstwami naszej jaźni może być bowiem niezgodność, dysharmonia, rozszczepienie a nawet wyraźny konflikt, nie zawsze jednak przez jednostkę całkowicie uświadamiany. Warto tu odwołać się w tym miejscu do świetnych analiz na ten temat, przeprowadzanych przez psychologów egzystencjalnych.⁷

Zharmonizowanie ze sobą tych dwu rodzajów „ja” wymaga równocześnie uzgodnienia ze sobą sfery świadomości i podświadomości, gdyż wszelkie konflikty między tymi sferami, najczęściej nieuświadamiane są przyczyną nieautentyczności bycia danego człowieka. Chodzi tu zwłaszcza o konflikty typu moralnego, których źródłem może być zepchnięte do podświadomości poczucie winy realnej, która nie została w odpowiedni sposób rozwiązana i przeżyta na poziomie świadomości.⁸ Ale mogą tu odgrywać rolę także wszelkie inne, zepchnięte do podświadomości, a nie rozwiązane w odpowiedni sposób problemy, jak np. ukryta wrogość czy agresja względem rodziców czy innych osób, co później może się w zachowaniu przejawiać w postaci tzw. „reakcji upozorowanej” (*reaction formation*), która jest typowym przykładem zarówno nieautentyczności wewnętrznej danej osoby, jak i braku autentyzmu w zewnętrznym zachowaniu, a jeszcze bardziej przykładem wpływu autentyczności wewnętrznej lub jej braku na autentyczność lub nieautentyczność w zachowaniu zewnętrznym. W reakcji upozorowanej brak autentyzmu wewnątrz osobowości danej jednostki, tzn. ukryty konflikt między sferą jej świadomości a podświadomości powoduje nieautentyczne, zakłamane zachowania zewnętrzne. Również konflikty natury religijnej występujące między tymi dwoma sferami mogą być przyczyną braku autentyzmu w byciu sobą.

Osiągnięcie autentyzmu własnej osobowości wymaga również uzgodnienia i zharmonizowania sfery duchowej i sfery cielesnej u człowieka, czyli pełnej integracji psychofizycznej. Jak bowiem wszelkie schorzenia cielesne zwłaszcza ciężkie mogą wpływać dezintegrująco na psychikę, podobnie też zaburzenia nerwicowe czy psychiczne mogą powodować poczucie obcości w stosunku do własnego ciała, zanik pełnej świadomości przeżywania własnego ciała, na co zwróciły uwagę współczesne bioenergetyczne koncepcje człowieka i procesu terapii.⁹

⁷ R. D. Laing, *Rozszczepione ja*, w: *Przełom w psychologii*, dz. cyt., 125—158.

⁸ Zob. na ten temat prace O. H. Mowrera, a także omówienie koncepcji nerwicy według Mowrera w artykule S. Kuczkowskiego SJ, *Niektóre problemy psychopatologii w zakresie doświadczeń, postaw i zachowań religijnych*, w: *Psychologia religii*, praca zbior. pod red. ks. Z. Chlewińskiego, Lublin 1982, 225—267.

⁹ Por. H. Petzold (wyd.), *Die neuen Körpertherapien*, Paderborn 1977.

Zbytne tłumienie pewnych uczuć i emocji, zwłaszcza negatywnych może prowadzić do pewnych usztywnionych postaw psychicznych, bloków emocjonalnych, ale również i do zaburzeń w przeżywaniu własnego ciała i do schorzeń organicznych, co obserwujemy wyraźnie w przypadku chorób psychosomatycznych. Wszystkie tego typu zaburzenia i schorzenia uniemożliwiają człowiekowi w pełni autentyczne przeżywanie i wyrażanie siebie, a więc pełne bycie sobą.

Autentyczność wewnętrzna wymaga również uzgodnienia ze sobą poszczególnych sfer psychiki (myśli, uczuć, pragnień, dążeń), zwłaszcza tych, które pojawiają się na polu świadomości. Taka integracja wewnątrzpsychiczna wymaga świadomej selekcji pewnych treści psychicznych, hierarchizacji różnych dążeń, ogniskowania wszystkich aktów psychicznych wokół jakiejś „idei wiodącej”, jakiegoś „leitmotiwu” naszego życia.

Proces osiągania integracji wewnętrznej będący warunkiem autentyczności bycia sobą może przebiegać w formie bardziej łagodnej lub też bardziej dramatycznej w zależności od istniejących w obrębie psychiki napięć i rozbieżności, wewnętrznych konfliktów, stresów i kompleksów. Najbardziej dramatyczną formę osiąga on wówczas, gdy przebiega poprzez dezintegrację pozytywną.¹⁰

Osiąganie własnej autentyczności wymagać będzie również uzgodnienia swego postępowania, podejmowanych wyborów i decyzji z własnym światopoglądem, sumieniem i przyjętą hierarchią wartości. Taką wierność naczelnym regulatorom naszego postępowania (sumieniu, światopoglądowi, ideałom) określamy zazwyczaj mianem „wierności sobie” i niewątpliwie uważamy ją słusznie za jeden z istotnych warunków autentyzmu bycia sobą.

Autentyzm bycia wymagał będzie również uzgodnienia ze sobą różnych ról, jakie człowiek zwykle pełni w życiu (rola ojca, matki, męża, żony, pracownika, kolegi, ucznia, przyjaciela itp.), by nie zachodziło zjawisko tzw. „dyfuzji ról”, pomieszania ról ze sobą uniemożliwiające osiągnięcie pełnej autentyczności. Takie uzgodnienie ról będzie warunkiem nie tylko autentyczności wewnętrznej, integracji własnej osobowości, ale także autentyczności zewnętrznej, autentyzmu bycia w świecie.

Osiągnięcie autentyzmu własnej osobowości będzie wymagać również uzgodnienia ze sobą „ja” realnego i „ja” idealnego, czyli rzeczywistego i zaplanowanego obrazu siebie. Nie chodzi oczywiście o zrównanie tych dwóch obrazów, gdyż byłoby to równoznaczne z zafałszowaniem prawdy o sobie lub też z kresem wszelkiego rozwoju osobowego, ale chodzi raczej o dostosowanie idealnego obrazu siebie (idealnego „selfu”) do „ja” realnego, do własnych rzeczywi-

¹⁰ Zob. prace K. Dąbrowskiego na temat dezintegracji pozytywnej.

stych możliwości, aby nie wytwarzać nierealnego, neurotycznego „ja” idealnego, co będzie zaprzeczeniem autentyczności.

Autentyzm bycia osiągnąć różnymi, wymienionymi wyżej drogami oznacza w istocie zgodę z samym sobą¹¹ zarówno w sferze świadomości, jak i podświadomości. Zgoda z samym sobą jest warunkiem zgody z drugimi, autentyzmu bycia w świecie społecznym i w świecie natury. Przypatrzmy się teraz, jak ta prawda będzie się weryfikować w życiu codziennym.

3. Autentyzm bycia w życiu praktycznym

Autentyzm bycia zarówno w swej formie zewnętrznej, jak i wewnętrznej odgrywa niezmiernie istotną rolę w praktycznym, codziennym życiu, w wypełnianiu różnych zadań życiowych, w kontakcie z innymi ludźmi.

Dziedziną życia, w której taki autentyzm jest szczególnie wymagany i przynosi największe owoce, jest niewątpliwie wychowanie. Od każdego wychowawcy oczekuje się przede wszystkim, że będzie on człowiekiem autentycznym, zarówno gdy chodzi o jego własną osobowość, jak też i o jego sposób bycia w świecie. Od tego autentyzmu zależny jest cały wpływ wychowawcy na wychowanca, który na ogół bardzo łatwo i szybko odróżnia zachowania i postawy autentyczne od nieautentycznych. Autentyczność nie wyklucza oczywiście słabości, braków czy wad po stronie wychowawcy, ale je raczej zakłada. Lepiej jest bowiem, gdy chodzi o oddziaływanie wychowawcze, mieć jakieś widoczne nawet wady czy braki, od których przecież nikt nie jest wolny i być przy tym autentycznym, niż udawać na zewnątrz nieskazitelnego i doskonałego w sposób nieautentyczny. Na temat roli autentyzmu w procesie wychowania bardzo interesujące rozważania snuje ks. Z. Uchnast,¹² dlatego tu pomija się szersze potraktowanie tego zagadnienia.

Inną dziedziną życia, w której uwidocznią się również bardzo wyraźnie rola autentyczności bycia jest dziedzina psychoterapii. Zwłaszcza psychologowie humanistyczni podkreślają znaczenie tej właśnie cechy w osobowości i postawie terapeuty i uważają ją wręcz za warunek udanej terapii. Szczególnie akcentuje jej znaczenie twórca „psychoterapii niedyrektywnej” C. Rogers, który cechę tę określa również mianem kongruencji. „W roku 1961 Rogers ujął swoją metodę za pomocą «równania» określającego proces psychoterapii: «Im bardziej pacjent spostrzega terapeutę jako osobę rzeczywistą, autentyczną i wczuwającą się, jako człowieka, który go bezwarunkowo szanuje, tym bardziej będzie zmieniać statyczny, niewrażliwy, bierny i bezosobowy sposób egzystencji na sposób

¹¹ Por. T. A. Harris, *W zgodzie z sobą i z tobą*, Warszawa 1979.

¹² Por. prace ks. Z. Uchnasta na temat koncepcji samoaktualizacji w ujęciu C. Rogersa.

charakteryzujący się płynnym, zmiennym i akceptującym przeżywaniem zróżnicowanych uczuć osobistych»¹³.

Autentyczny, czyli zarazem realizujący siebie, dobry i pełny miłości, musi być sam terapeuta, ale również autentyczny musi być jego stosunek do pacjenta. Autentyczność w terapii, czyli według określenia Rogersa kongruencja, oznacza, że „terapeuta reaguje jak realna osoba, zachowuje się zgodnie z tym, jakim jest rzeczywiście, niczego nie udaje, jego zachowanie się w toku terapii nie jest maskowaniem się, nie musi ukrywać swoich prawdziwych reakcji czy też bać się ich”¹⁴.

Autentyzm bycia odgrywa również bardzo istotną rolę w naszym codziennym kontakcie z ludźmi, w wypełnianiu zadań związanych z naszym powołaniem czy zawodem, także w życiu towarzyskim czy w różnego rodzaju kontaktach społecznych.

Człowiek autentyczny ma łatwy i głęboki kontakt z drugimi, gdyż jest bardziej „czytelny” i przejrzysty dla drugich, w związku z czym szybciej wzbudza zaufanie. Człowiek taki łatwiej też innych pociąga do siebie, gdyż wyczuwają oni w nim nieraz podświadomie dobroć, szczerłość, serdeczność, brak fałszu i zakłamania. Przypominają się tu słowa Chrystusa wypowiedziane pod adresem Natanaela: „Oto prawdziwy Izraelita, w którym nie ma podstęp”.

Człowiek o autentycznym stylu bycia nie udaje, nie gra roli, jest wierny sobie i stara się być wierny innym; na jego słowie można polegać i w każdej potrzebie można na niego liczyć. Ma on zwykle również dużą zdolność wczuwania się w drugich (empatii), wyczuwania ich potrzeb, intencji, życzeń, a niekiedy nawet i ukrytych postaw czy myśli. Człowiek autentyczny łatwo zwłaszcza wyczuwa postawy nieautentyczne, zafałszowane i umie je odróżnić od zachowań szczyrych i prawdziwych.

Autentyczność osobowości i autentyzm bycia takiego człowieka pociąga zwykle innych do naśladowania, toteż nawet nieświadomie jest on dla wielu modelem życia, modelem człowieczeństwa, jest niejako samochcąc wychowawcą innych, jest też tym, który na ogół tworzy w każdym środowisku życia, w którym przebywa, prawdziwą wspólnotę opartą na głębokich więziach interpersonalnych.

Z kolei brak autentyzmu bardzo utrudnia kontakty z drugimi, sprowadza je co najwyżej do rzędu zdawkowych i instrumentalnych. Brak autentyzmu czyni człowieka mało przejrzystym, mało czytelnym dla drugich, co odpycha innych od niego, powoduje zachowania pełne rezerwy i dystansu. Brak autentyzmu budzi też u otoczenia postawy lękowe, co z pewnością nie sprzyja trwałym i pozytywnym kontaktom interpersonalnym.

¹³ S. Kratochvil, *Psychoterapia*, Warszawa 1978, 85.

¹⁴ *Tamże*, 84.

Brak autentyzmu powoduje również często konflikty w stosunkach międzyludzkich, gdyż osoba nieautentyczna zwykle źle funkcjonuje w swoim środowisku i nie zawsze prawidłowo wypełnia swoje zadania, a jej kontakty z bliźnimi mają zwykle charakter formalny i konwencjonalny, jeśli nie wprost agresywny i negatywny.

Jak widać z powyższych rozważań problem autentyczności bycia, zarówno gdy chodzi o jego aspekt osobowościowy, jak i środowiskowy, jest niezmiernie istotny dla realizacji przez człowieka jego powołania życiowego, wypełniania przykazania miłości bliźniego, a także dla własnego osobistego rozwoju i doskonalenia się. Dlatego też na ten problem winno się zwrócić o wiele większą niż dotąd uwagę i to zarówno w działalności ogólnowychowawczej, katechetycznej, jak też i w różnych specjalistycznych formach pracy duszpasterskiej, gdzie chodzi o niesienie szczególnej pomocy ludziom potrzebującym, bądź też o formowanie określonych postaw związanych z realizacją tych zadań w Kościele, których wypełnienie jest przede wszystkim uzależnione od osobowości danego człowieka.

DIE AUTHENTIZITÄT DES SEINS UND IHRE LEBENSROLLE

Man sieht in der heutigen Welt ein Streben nach der Authentizität. Der Artikel will das Wesen und die Rolle der Authentizität in den verschiedenen Lebensbereichen zeigen.

Das Problem der Authentizität hat zwei Aspekte. Es geht nämlich um externe und interne Authentizität. Zuerst wird die externe Authentizität, also die Authentizität des Seins in der Welt besprochen. Diese Authentizität besteht auf der Harmonie zwischen der externen Welt und der menschlichen Person. Solche Authentizität wird durch die Erfindung seines Platzes auf der Erde und die Entdeckung des personalen Berufes bedingt.

Die zweite Art der Authentizität, die interne Authentizität ist das Resultat der Selbstverwirklichung des Menschen und der vielen Integrationen, die er während der Entwicklung vollbringen muss. Es geht um die Harmonisierung und Integration des tiefen und oberflächlichen Ichs, des realen und idealen Ichs, der leiblichen und geistigen, bewussten und unbewussten Sphäre, sowie auch um die Integration innerhalb der psychischen Sphäre. Diese interne Authentizität erfordert auch die Vereinbarung des eigenen Verfahrens mit dem Gewissen, den Idealen und den verschiedenen sozialen Rollen.

Weiterhin zeigt der Verfasser die Rolle der beiden Arten der Authentizität im praktischen Leben, besonders in der Erziehung, in der Psychotherapie und in den zwischenmenschlichen Kontakten.