



11/2012 (21)

Komunikacja interpersonalna według Ignacego Loyoli

STRESZCZENIE

Komunikacja interpersonalna to rzeczywistość, która dzieje się między osobami. Jest nastawiona na relację i porozumienie, co we współczesnym świecie jest mało popularne, bo nie staje się natychmiast. Ignacy Loyola, szesnastowieczny zakonnik, wyciągając wnioski z własnego doświadczenia i zdobytej wiedzy, zwrócił uwagę na komunikację interpersonalną, która rodzi się w istotowych strukturach osobowego bytu. Komunikacja określa, kim człowiek jest i jednocześnie kim człowiek się staje. Każdy komunikat, który człowiek przekazuje drugiej osobie, ma cztery płaszczyzny: zawartość rzeczową, ujawnienie siebie, wzajemną relację, apel. Na tych czterech płaszczyznach dokonuje się również słuchanie. Komunikacja interpersonalna zakłada relacyjność i niemierzalne efekty spotkania z drugą osobą. Wśród charakterystycznych cech tego, co ignacjańskie w zakresie komunikacji interpersonalnej na szczególną uwagę zasługują dwa teksty Ignacego Loyoli: o zasadzie *praesupponendum* oraz *Instrukcja dla teologów na Sobór Trydencki*. *Praesupponendum* to ignacjańska zasada życzliwości i zrozumienia, nazywana też regułą porozumienia i dialogu. *Instrukcja* wskazuje na postawy, jakie należy przyjąć w ignacjańskiej komunikacji interpersonalnej. Są nimi: słuchanie skierowane w stronę rozmówcy, zaufanie, szacunek wobec odmienności innych oraz mówienie prawdy w atmosferze miłości. W ignacjańskiej komunikacji interpersonalnej charakterystyczna jest wzajemna wymiana, akceptacja, zrozumienie, staranne rozważenie tego, co chce się powiedzieć oraz przede wszystkim zaufanie i słuchanie, które pozwalają wejść w przestrzeń drugiej osoby i tam spotkać to, co ją stanowi.

→ **SŁOWA KLUCZOWE** – KOMUNIKACJA INTERPERSONALNA, SŁUCHANIE,
PRAESUPPONENDUM, KOMUNIKACJA GŁĘBI,
IGNACY LOYOLA

SUMMARY

Interpersonal Communication According to Ignatius Loyola

Interpersonal communication is a reality which takes place among people. It is focused on the relationship and agreement, which in the modern world are not popular because they do not happen immediately. Ignatius of Loyola, the sixteenth-century priest drawing conclusions from his own experience and knowledge paid attention to interpersonal communication, which is born in the structures of the depths of human being. Communication defines who a person is and also defines who they become. Each message a man gives to the other person has four aspects: factual content, the disclosure of self, relationships, appeal. The listening takes place on these four dimensions as well. Interpersonal communication involves relation and immeasurable effects concerning the encounter with another person. Among the characteristic features of Ignatian interpersonal communication, two texts by Ignatius of Loyola are particularly worthy of note: the text of *praesupponendum* and the *Instruction to the Fathers attending the Council of Trent*. *Praesupponendum*, i.e. the Ignatian principle of kindness and understanding, is also known as the rule of agreement and dialogue. The *Instruction* indicates the attitudes which should be adopted in Ignatian interpersonal communication. These are: listening directed towards the interlocutor, trust, respect for the diversity of others and telling the truth in the atmosphere of love. What is characteristic of Ignatian interpersonal communication is the mutual exchange, acceptance, understanding, careful consideration of what you want to say and above all trust and listening, which allow you to enter the space of the other person.

→ **KEYWORDS** – INTERPERSONAL COMMUNICATION, LISTENING,
PRAESUPPONENDUM (PRESUPPOSITION), DEPTH COMMUNICATION,
IGNATIUS OF LOYOLA

Znane są potoczne stwierdzenia, że człowiek jest istotą społeczną, że żaden człowiek nie jest samotną wyspą. Człowiek buduje swoje człowieczeństwo, jakość swojego życia poprzez kontakty z innymi ludźmi. Stąd słowo komunikacja robi zawrotną karierę we współczesnym świecie. Komunikacja stanowi podstawę przepływu informacji, ale czy tak naprawdę człowiek potrafi się komunikować?

Ponowoczesna rzeczywistość, która stanowi przestrzeń społeczno-kulturową, przenikającą sposób myślenia, działania, codzienne decyzje i wybory, sprzyja poczuciu tymczasowości

i szybkiemu tempu zmian. Nie znosi tego, co wymaga czasu, cierpliwości, a zwłaszcza wysiłku, który nie przynosi natychmiastowych rezultatów. Ponowoczesność tworzy świat, w którym trudno znaleźć coś, co by było „na pewno”, a wiele rzeczy ma tryb warunkowy i przypuszczający. Życie staje się złożone i nieprzejrzyste, żadna z proponowanych form nie jest uprzywilejowana. W związku z tym współczesne społeczeństwa charakteryzują się daleko idącym zróżnicowaniem poszczególnych form życia¹. W takiej perspektywie komunikacja między ludźmi, komunikacja interpersonalna rozumiana jako rzeczywistość, która rozgrywa się między osobami i nie staje się natychmiast, może być mało atrakcyjna. Nie zmieni to jednak jednej z podstawowych potrzeb człowieka, jaką jest poczucie bezpieczeństwa i bliskości, które daje dobra więź z drugim człowiekiem – czasem wystarczy, że jest on obecny, i to osobowo, a nie wirtualnie.

Zakłada się dziś, że człowiek może normalnie żyć, rozwijać się i funkcjonować w oderwaniu od prawdy i miłości, rodziny i więzi, wartości i wolności, czujności i dyscypliny². Taka sytuacja tworzy napięcie i rodzaj kryzysu w relacjach międzyludzkich, który zwykle jest objawem zaburzeń komunikacji. Polepszenie jakości życia to możliwość zaspokojenia tych podstawowych potrzeb człowieka związanych z obecnością drugiej osoby. Jest ono możliwe dzięki objęciu pełniejszą świadomością komunikacji i uczynieniu jej tym elementem życia, który je ubogaca i sprawia, że człowieczeństwo osoby staje się pełniejsze. Pozytywne więzi w życiu człowieka stanowią o tym, czy jest ono szczęśliwe. Warto je zatem pielęgnować i uczyć troski o nie w procesie wychowania, aby zapobiegać zaburzeniom relacji, która niesie z sobą odbicie ludzkich potrzeb, uczuć i wartości³.

Propozycji komunikacji odpowiadającej na ludzkie potrzeby można znaleźć wiele. Pojawiają się coraz to nowe koncepcje. Czy jedną z nich może stanowić propozycja Ignacego Loyoli (1491-1556)? Dzięki swojemu doświadczeniu zaproponował

¹ Por. J. Mariański, *Między rajem a apokalipsą. O potrzebie wychowania ku wartościom uniwersalnym*, w: *Wychowanie: pojęcia, procesy, konteksty. Interdyscyplinarne ujęcie*, t. 2, red. M. Dudzikowa, M. Czerpaniak-Walczak, Gdańsk 2007, s. 55-61.

² Por. M. Dziewiecki, *Wychowawca w dobie ponowoczesności*, „Horyzonty Wychowania” 9/2010 (17), s. 145-146.

³ Por. E. Sujak, *ABC psychologii komunikacji*, Kraków 2006, s. 8.

on pięć wieków temu komunikację, która śmiało może być nazywana komunikacją głębi.

Propozycję rozumienia komunikacji między ludźmi Ignacego Loyoli należy odnieść do współczesnej rzeczywistości, w której to komunikacja odbywa się na wielu płaszczyznach stanowiących często wyzwanie dla człowieka, gdyż są nowe, a przez to mało znane. Podejmując refleksję nad komunikacją między ludźmi współcześnie, należy mieć na uwadze, że odbywa się ona coraz częściej w rzeczywistości multikulturowej i globalnej. Rodzi to konieczność współbycia ludzi mających różne doświadczenia i kontekst życiowy. Jednocześnie ludzie muszą się z sobą komunikować w świecie, gdzie wszystko jest jednakowe, unifikowane oraz istniejące bez względu na miejsce. Zanika wtedy pierwotna cecha człowieka stanowiąca o istocie osoby, jaką jest niepowtarzalność i wyjątkowość ludzkiego bycia.

Komunikacja interpersonalna – istota rzeczy

Psychologia komunikacji twierdzi, że człowiek nie może nie komunikować. Komunikuje nieustannie swoją postawą, swoim ubiorem, swoimi gestami i słowami. Człowiek komunikując innym coś z siebie, pragnie być zrozumianym, zwłaszcza w procesie wychowania. Należy zatem pamiętać, że aby zostać zrozumianym, trzeba być zrozumiałym⁴. Czym zatem jest komunikacja, skoro dzieje się niemal nieustannie?

John Stewart wychodzi z założenia, że istnieje ścisły związek między jakością życia a jakością komunikacji. Komunikacja – jego zdaniem – to proces określający, kim człowiek jest oraz mający wpływ na to, kim człowiek się staje. Jeżeli komunikowanie się człowieka oparte jest na bliskości, podtrzymywaniu, wspieraniu i relacjach z innymi, to wtedy ma on możliwość rozwinięcia w pełni swojego człowieczeństwa, swojego potencjału. Z tego właśnie powodu od jakości komunikacji zależy jakość życia⁵. Aby człowiek mógł stawiać się osobą, musi doświadczyć związku z innymi osobami, i choć trudno jest to

⁴ Por. tamże, s. 13.

⁵ Por. J. Stewart, *Idea książki*, w: *Mosty zamiast murów*, red. J. Stewart, Warszawa 2008, s. 27-28.

stwierdzić empirycznie, bez relacji, bez komunikacji człowiek nie byłby w pełni człowiekiem.

Komunikacja interpersonalna ubogaca życie człowieka, gdyż

jest to taki typ, taki rodzaj kontaktu, który pojawia się, kiedy osoby mówią lub słuchają w sposób maksymalizujący to, co osobiste⁶.

Świat relacji osobowych jest niemierzalny, wyjątkowy, niepewny (w sensie nieprzewidywalny). Komunikacja interpersonalna to coś, co wydarza się między ludźmi, między osobami, a nie coś, co jedna osoba czyni drugiej. Zatem komunikacja interpersonalna zależy od tego, co zachodzi pomiędzy osobami, i świadomości tego, co znaczy być osobą. Wydarzenie, jakie zachodzi pomiędzy osobami, zwane komunikacją, zakłada relacyjność osoby z osobą. W komunikacji interpersonalnej, która jest relacją osoby z osobą, należy pamiętać, że każdy jest wyjątkową, niewymienną częścią sytuacji komunikacyjnej. Osoba nie jest sumą obserwowalnych i mierzalnych elementów. To, co najbardziej istotowe w osobie, to niemierzalność, czyli uczucia, emocje, duch. Osoby komunikujące się z sobą mogą wybierać, jakiej udzielić odpowiedzi, a nie tylko instynktownie, bezrefleksyjnie reagować. Specyfiką komunikacji między osobami jest adresowalność, czyli to, że można mówić z osobą i do niej, a nie tylko o niej. Tak więc pierwszą cechą komunikacji między osobami jest afirmacja bycia osobą przez tego, który mówi (jest inicjatorem komunikacji), jak i tego, kto jest odbiorcą komunikatu⁷.

Relacyjne spojrzenie na wydarzenie, jakie się dzieje pomiędzy osobami, zwane komunikacją, jest procesem, w czasie którego człowiek się zmienia. Relacja czy interakcja, jaka zachodzi między ludźmi w procesie komunikacji, powoduje, że w tym procesie tożsamości każdej z osób są na nowo definiowane i ulegają zmianie.

Warto przyjąć zatem w tym miejscu, że komunikacja interpersonalna to taki typ, rodzaj lub jakość kontaktu między ludźmi, kiedy dwie lub więcej osób pragnie i jest w stanie się spotkać, udostępniając drugiej osobie część swojej wyjątkowości,

⁶ J. Stewart, *Komunikacja interpersonalna: kontakt między osobami*, w: *Mosty zamiast murów*, dz. cyt., s. 37.

⁷ Por. tamże, s. 44-45.

niemierzalności, refleksyjności, adresowalności oraz swoich wyborów. Udostępniając, odkrywając część siebie, osoba w procesie komunikacji jest świadoma i reaguje na taką samą dostępność drugiej osoby.

Komunikacja interpersonalna to kontakt, który zdarza się wówczas, gdy każda z zaangażowanych osób, mówi i słucha w sposób maksymalizujący to, co osobiste⁸.

Z powyższych analiz wynika, że jeżeli człowiek się komunikuje, to się zmienia, staje się bardziej świadomy samego siebie, tym samym dokonuje się w nim rozwój. Jednak aby ten rozwój zaistniał, komunikacja danej jednostki musi się charakteryzować specyficznymi elementami. Rozwojowi sprzyja przede wszystkim zasada odrębności, czyli akceptacja drugiej osoby taką, jaką jest, z jej widzeniem świata, z jej światem uczuć, z jej mocnymi i słabymi stronami. Będzie to prowadziło do uważności w kontakcie z drugą osobą i objęcia komunikacją wszystkich elementów rozmowy. Rozwój osoby dzięki komunikacji ma miejsce również wtedy, kiedy następuje aktywne słuchanie, które polega na udzieleniu informacji zwrotnej drugiej osobie i gwarantuje zrozumienie tego, co zostało powiedziane. Rezultatem rozwoju będzie także wypowiadanie się w pierwszej osobie. Taka forma wypowiadania pozwala być oswojonym ze swoim własnym *ja* i powoduje, że komunikacja jest autentyczna, afirmująca osobę mówiącą i słuchającą jednocześnie. Umożliwia także respektowanie wolności rozmówcy, co daje pogłębienie bieżącej świadomości i sprawniejsze spostrzeganie. Daje to większą świadomość budzących się napięć i nie pozwala, aby przeszkadzało w komunikacji⁹.

Każdy komunikat, jaki człowiek wysyła do drugiej osoby, dokonuje się na czterech płaszczyznach: zawartość rzeczowa, ujawnienie siebie, wzajemna relacja, apel. Zawartość rzeczowa należy do podstawowych zadań komunikacji międzyosobowej. W zasadzie każda wypowiedź przekazuje określoną treść i powinna wysuwać konkretny na plan pierwszy. Każda wypowiedź czy komunikowanie czegoś jest w jakimś stopniu ujawnianiem siebie, w relacji z drugą osobą mówimy też coś o sobie.

⁸ Tamże, s. 55.

⁹ Por. E. Sujak, *ABC psychologii komunikacji*, dz. cyt., s. 91-92.

Ujawnianie siebie w komunikacji z drugą osobą może być świadome, chciane, ale i mimowolne, niechciane i czasami wręcz nieplanowane. Chcąc lub nie chcąc, osoby wysyłają informacje o sobie. Z płaszczyzną ujawniania siebie wiążą się najczęściej problemy w komunikacji międzyosobowej. Kiedy bowiem ktoś mówi coś od siebie, zawsze ujawnia część siebie samego. Duży wpływ na osobę ma jakość relacji, jakie ma ona z innymi, stąd w każdym komunikacie ma miejsce owa wzajemność relacji. Komunikat wysyłany do drugiej osoby wyraża postawę, jaką nadawca przyjmuje wobec odbiorcy, za kogo go uważa i czasem co o nim myśli. Relacyjność ta niekoniecznie wyraża się w słowach, może wyrażać się w komunikatach niewerbalnych, które towarzyszą komunikatowi werbalnemu. Płaszczyzna wzajemnych relacji jest tą sferą, na którą druga strona jest szczególnie wyczulona. Wzajemność relacji ujawniana w każdym komunikacie ma miejsce zarówno w odniesieniu do tego, co nadawca sądzi o odbiorcy, jak i stanowi obraz jakości relacji, jakie panują między rozmówcami. W zasadzie każdy komunikat między osobami prowadzi do osiągnięcia czegoś, czyli wysyła apel. Wypowiedź ma nakłonić do zrobienia czegoś, przyjęcia informacji, udzielenia odpowiedzi lub po prostu do przemyślenia. Apel ujawniany w komunikacie może nieść ryzyko manipulacji i podporządkowania apelowi całego komunikatu¹⁰. Takie rozumienie każdego komunikatu pozwala uporządkować wiele aspektów związanych z komunikacją interpersonalną i wskazać na przeszkody w komunikowaniu się oraz usprawnić jej jakość.

Komunikacja interpersonalna to nie tylko nadawca komunikatu, jego wysyłanie, ale także słuchanie. Niezwykle ważnym elementem komunikacji interpersonalnej jest zatem „ucho odbiorcy”. Konsekwentnie skoro komunikat wysyłany przez jedną osobę posiada cztery płaszczyzny, to również osoba odbierająca komunikat słucha czterema uszami, po jednym na każdą płaszczyznę komunikatu. U wielu osób jedno ucho jest bardziej rozwinięte od innych. Najczęściej mocno rozwinięte jest ucho rzeczowe, czyli słyszenie w komunikatach przychodzących od innych przede wszystkim informacji. Zbyt mocno rozwinięte ucho rzeczowe może mieć fatalne skutki. Bywa bowiem, że problem między osobami nie jest po stronie informacji, ale po stronie wzajemnych relacji. Drugi rodzaj ucha, którym człowiek

¹⁰ Por. F.S. von Thun, *Sztuka rozmawiania*, cz. 1, Kraków 2007, s. 14-31.

słucha komunikatu, to ucho relacyjne będące uchem mówiącym o wrażliwości czy drażliwości osoby. Zdarza się, że niektóre osoby są tak wrażliwe na wzajemną relację, że w wypowiedzi, nawet neutralnej, doszukują się ataku na własną osobę. Osoby z przewrażliwionym uchem relacyjnym mogą pominąć zawartość rzeczową. Trzeci rodzaj ucha, którym ludzie słuchają wypowiedzi, to ucho ujawniania siebie, bywa też nazywane uchem terapeutycznym. Dojrzałość w sferze słuchania uchem ujawniania siebie przyczynia się do lepszego, bardziej dojrzałego porozumienia między osobami. Słuchający zwraca tutaj uwagę na to, co rozmówca mówi o sobie. Jest to pomocne, kiedy słucha się innych uchem ujawniania siebie, zwłaszcza jeżeli chodzi o emocjonalne wypowiedzi, żale, wyrzuty. Dobrze wyrobione ucho ujawniania siebie ułatwia akceptowanie uczuć drugiej osoby. Istnieje oczywiście niebezpieczeństwo nieużywania ucha ujawniania siebie podczas słuchania drugiej osoby. Prowadzi to do znieczulenia na jakiegokolwiek sygnały, które wysyła rozmówca o sobie. Słuchanie czwartym uchem, uchem apelowym, to nastawienie na odczytywanie życzeń i spełnianie niewypowiedzianych oczekiwań innych ludzi. To analizowanie wypowiedzi pod kątem apelu¹¹.

Wielopłaszczyznowe i integralne podejście do komunikacji, gdzie najważniejszym elementem jest dobro drugiej osoby, odnaleźć można w doświadczeniu Ignacego Loyoli. Jego doświadczenie zachowało się przede wszystkim w dwóch dziedzinach: duchowości ignacjańskiej i pedagogice ignacjańskiej.

Komunikacja interpersonalna w doświadczeniu Ignacego Loyoli

Ignacy Loyola to szesnastowieczny rycerz i zakonnik, założyciel Towarzystwa Jezusowego. Urodzony w baskijskiej rodzinie szlacheckiej, wychowywany na dworzanina w służbie króla hiszpańskiego i budujący wspólnotę zakonną, doświadczył wiele razy niezrozumienia ze strony innych ludzi, a także uczył się słuchania i rozumienia innych. Jego podstawowym doświadczeniem było doświadczenie mistyczne, które uzdolniło

¹¹ Por. tamże, s. 48-63.

go do przejścia od służby królowi hiszpańskiemu do służby Bogu Trójjedynemu, obecnemu w (jak wierzył) drugim człowieku.

Ignacy Loyola pochodził z kraju, gdzie naturalna jest powściągliwość w mówieniu. Miał czasami trudności z formułowaniem myśli. W czasach, kiedy żył Loyola, bycie szlachcicem oznaczało, że ma się coś do powiedzenia. Przez ponad dziesięć lat był wychowywany na dworze królewskim, co oznaczało, że jego porozumiewanie z ludźmi było podporządkowane regułom dworskiej etykiety. Polegało to na tym, że ważne wątki rozmów dotyczyły tego, kto jest czyim wrogiem, gdzie szykują się intrygi, kto ma jaką pozycję i kiedy ją straci, co jest najnowszym tematem plotek na dworze królewskim. W takiej atmosferze kształtowała się jego komunikacja z innymi ludźmi od rana do wieczora. Nauczył się w ten sposób poruszać w środowisku dworskim, w wielkim świecie. To, co dochodziło do niego z zewnątrz, środowisko dworskie i własna wizja kariery, kształtowało jego komunikację¹².

Przełomem w doświadczaniu komunikacji w życiu Ignacego Loyoli była połamana noga, kiedy to w 1521 roku chorobą prawie przyplacił życiem. To przełomowe wydarzenie wywarło duży wpływ na jego życie wiary i doświadczenie religijne. Zmieniły się priorytety w jego życiu. Najważniejszą wartością stał się od tego momentu Bóg i osobowa relacja z Nim. Zmiana w stylu komunikacji nastąpiła przede wszystkim w zakresie tego, że jego porozumiewanie się z innymi ludźmi było kształtowane przez to, co rodziło się w nim samym, przez jego wewnętrzne poruszenia i emocje. Przełomowe doświadczenie poszerzało jego wewnętrzny świat. Podczas gdy inni w jego czasach podróżowali, by poznawać nowe lądy, on podróżował w głąb własnego wnętrza, by lepiej poznawać siebie i swój sposób porozumienia się z ludźmi. W swoim życiu po przełomowym doświadczeniu Ignacy Loyola był często w drodze, zmieniał miejsce zamieszkania i spotykał bardzo wielu ludzi. Ta różnorodność spotkań i doświadczeń sprawiła, że jego sposób komunikacji interpersonalnej był wystawiony na próbę i nieustannie poddawany procesowi uczenia się. Podróżując często samotnie, spotykał ludzi bogatych i biednych, chłopów i mieszczan, wyznawców różnych religii, inkwizytorów, kupców, żeglarzy, biskupów i zwy-

¹² Por. W. Lambert, *Sztuka komunikacji odkrywana z Ignacym Loyolą*, Kielce 2006, s. 37-39.

kłych ludzi, młodych i starych, chorych i cieszących się życiem¹³. Wszystkie spotkania z ludźmi uczyły go słuchania i mówienia, uczyły go komunikacji. Uczył się komunikacji interpersonalnej w kontakcie z drugim człowiekiem i przede wszystkim z kontakcie z Bogiem, który po przewrocie w życiu Ignacego stał się najważniejszą osobą.

Niewątpliwie duży wkład w rozwój kompetencji w zakresie komunikacji interpersonalnej w życiu Ignacego Loyoli wniósł czas studiów. Wiedza, którą zdobywał na uniwersytetach w Barcelonie, Alkali, Salamance i Paryżu, z pewnością wspierała rozumne myślenie, które w sposób świadomy zaczęło w nim dojrzewać, kiedy leżał w rodzinnym zamku w Loyoli w czasie rekonwalescencji po postrzeleniu kulą armatnią. Studia nauczyły Ignacego przede wszystkim jasności pojęć w dyskusjach czy popularnych wtedy dysputach. W dysputach było istotne uważne słuchanie drugiej osoby, gdyż należało najpierw powtórzyć to, co powiedział rozmówca, uzyskać potwierdzenie, aby następnie móc przedstawić swoje argumenty. Styl nauczania i studiowania, jakiego doświadczył Ignacy w czasie studiowania przede wszystkim na uniwersytecie w Paryżu, wymagał zakorzenionego w dysputach scholastycznych rozróżniania oraz rozważania argumentów za i przeciw¹⁴.

Ignacy Loyola, podejmując decyzję o studiowaniu, kierował się potrzebą realizacji tego, co uznał za swój cel w życiu, a mianowicie „pomagać duszom”. Ignacemu nie chodziło o pomaganie w jakimś eschatologicznym wymiarze, w określeniu „pomoc duszom” widział on całego człowieka w jego istotowym bycie. Miał na myśli przede wszystkim to, co dzieje się we wnętrzu człowieka, w jego duszy. W istocie swojej termin ten był rozumiany jako pomoc człowiekowi jako osobie w całości z jego zewnętrżnością i wewnętrżnością, ciałem i duszą. Początkowo termin „pomoc duszom” oznaczał dla Ignacego rozmowy o sprawach duchowych, o sprawach wiary. Z tego też pragnienia zrodziła się w nim potrzeba studiowania, gdyż uznał, że jego wzrost intelektualny przyczyni się do większych umiejętności pomocy innym ludziom po to, aby ich przybliżyć do Boga. Studia stały się więc koniecznym instrumentem, aby

¹³ Por. tamże, s. 40-41.

¹⁴ Por. tamże, s. 43-44.

uzyskać umiejętność pomocy duszom, i pomocą we własnym rozwoju Ignacego¹⁵.

Idea pomagania innym ludziom i chęć służenia im sprawiła, że tam, gdzie Ignacy zatrzymywał się na jakiś czas, stawał się kimś w rodzaju mistrza, przewodnika, towarzysza, który wspierał innych i pomagał im w rozwoju i wzrastaniu. Sam Loyola nie uważał siebie za mistrza, ważniejsza była dla niego osoba tego, komu pomaga i jego własna praca nad sobą. Stąd istotny był wysoki poziom kompetencji komunikacji interpersonalnej, aby rolę takiego towarzysza pełnić.

Ignacy Loyola swoje zasadnicze doświadczenie spisał w książeczce *Ćwiczenia duchowne*. Chcąc pełniej zdefiniować *Ćwiczenia duchowne*, najlepiej jest posłużyć się definicją samego Ignacego Loyoli.

Pod tą nazwą *Ćwiczenia duchowne* rozumiemy każdy rachunek sumienia, rozmyślanie, kontemplację, modlitwę ustną i myślną oraz wszystkie inne czynności duchowe – stosownie do tego, co niżej powiemy. Bo jak przechadzanie się, chodzenie i bieganie – to ćwiczenia cielesne, tak ćwiczenia duchowne to przygotowywanie i usposobienie duszy po to, żeby się pozbyć nieuporządkowanych przywiązań, a gdy się ich już pozbędziemy, żeby szukać woli Bożej i odnajdywać ją w ułożeniu własnego życia tak, by zbawić duszę¹⁶.

Istota tego, co opisują *Ćwiczenia duchowne*, polega na tym, aby poprzez różne ćwiczenia doświadczyć siebie samego, swojego człowieczeństwa, używając możliwie wielu zdolności umysłu: pamięci, rozumu, wyobraźni i woli. Mają one także prowadzić osobę do lepszego poznania oraz rozumienia siebie i relacji z innymi ludźmi.

Ignacy Loyola o komunikacji interpersonalnej

Wśród charakterystycznych cech tego, co ignacjańskie, biorąc pod uwagę problematykę komunikacji interpersonalnej,

¹⁵ Por. E. Dybowska, „Kochać i służyć we wszystkim” – ignacjańska idea pomagania duszom (ludziom) w pedagogice ignacjańskiej, w: *Nauka-Etyka-Wiara 2009 – Konferencja Chrześcijańskiego Forum Pracowników Nauki*, red. A. Zabołotny, Warszawa 2009, s. 62-63.

¹⁶ *Ćwiczenia duchowne*, 1.

na szczególną uwagę zasługują dwa teksty Ignacego Loyoli: o zasadzie *praesupponendum* oraz *Instrukcja dla teologów na Sobór Trydencki*. Oddają one istotę tego, co charakterystyczne dla komunikacji interpersonalnej w ignacjańskim charyzmie, a zwłaszcza w pedagogice ignacjańskiej.

Praesupponendum, czyli ignacjańska zasada życzliwości i zrozumienia, nazywana jest też regułą porozumienia i dialogu¹⁷. Ignacy Loyola umieścił ją w *Ćwiczeniach duchownych* i brzmi ona:

Każdy dobry chrześcijanin winien być bardziej skory do ocalenia wypowiedzi bliźniego, niż do jej potępienia. A jeśli nie może jej ocalić, niech spyta go, jak on ją rozumie; a jeśli rozumie ją źle, niech go poprawi z miłością; a jeśli to nie wystarczy, niech szuka środków stosownych do tego, aby on, dobrze ją rozumiejąc, mógł ją ocalić¹⁸.

Można powiedzieć, że to podstawowa zasada opisująca relację między ludźmi. Mimo że zasada ta została umieszczona w książeczce *Ćwiczeń duchownych*, może mieć wszechstronne zastosowanie tam, gdzie istnieje pragnienie, aby relacja i komunikacja między osobami służyła rozwojowi i wzrastaniu.

Zakładając, że to, co wydarza się między osobami, to spotkanie i komunikacja, według zasady *praesupponendum* dopóki jedna ze stron nie zacznie słuchać, dopóty spotkanie nie będzie możliwe. Według Loyoli, słuchanie jest podstawą wszelkich relacji z innymi. Kiedy naprawdę chce się słuchać innych, trzeba pozostawić na boku cały swój świat, to wszystko, czym się żyje i co jest ważne. Podążając za myślą Ignacego Loyoli, można powiedzieć, że do prawdziwego słuchania konieczne jest niejako całkowite „ogołocenie się” z siebie, a nie tylko ze swoich problemów czy kłopotów, swoich spraw, swojego zadowolenia czy korzyści, jakie można by odnieść w tej rozmowie. Wszystko to należy pozostawić na boku.

W dialogu i komunikacji z drugim człowiekiem w nurcie *praesupponendum* należy także porzucić skłonności do osądzania innych, wydawania o nich opinii, które bazują na subiektywnym

¹⁷ Por. A. Jacyniak, *Reguły o trzymaniu z Kościołem w świetle praesupponendum*, w: *Miłość Kościoła dzisiaj – wokół Reguł o trzymaniu z Kościołem św. Ignacego Loyoli*, red. W. Królikowski, Kraków 2009, s. 85.

¹⁸ *Ćwiczenia duchowe*, 22.

sposobie pojmowania, wartościowania i przeżywania rzeczywistości. Prawdziwe słuchanie to empatia, czyli zdolność przeniknięcia w doświadczenia, uczucia czy postawy drugiej osoby, tak jak ona ich doświadcza, to postawa otwartego serca wobec drugiej osoby, wobec bliźniego, jak powie Ignacy Loyola¹⁹.

Idea *praesupponendum* niejako zaprasza do praktykowania w komunikacji interpersonalnej roztropności w postawie pełnej szacunku, z dogłębnym spojrzeniem, które nie osądza, a rozeznaje. Takie poszukiwanie sposobów zrozumienia osoby i wypowiedzi drugiej osoby prowadzi niekiedy do zakwestionowania własnych dotychczasowych pewników, określonego widzenia osób i spraw. Czasami zmusza do przełamania utrwalonego sposobu postępowania czy reagowania²⁰. W sytuacji, kiedy nie jest możliwe ocalenie wypowiedzi drugiej osoby, należy postarać się w duchu pełnym miłości i zrozumienia o to, aby druga osoba poprawiła swoje myślenie.

Wspomniany drugi tekst, który w sposób wyraźny wskazuje na ignacjański sposób postępowania w komunikacji interpersonalnej, to *Instrukcja dla teologów na Sobór Trydencki*²¹. Tekst podobnie jak inne akcentuje, że w komunikacji między ludźmi chodzi o spotkanie osoby z osobą. W *Instrukcji* Ignacy Loyola wskazuje na kilka istotnych elementów, które stanowią o udanym bądź nieudanym – jego zdaniem – kontakcie z drugim człowiekiem.

Po pierwsze, wskazuje na dostrzeganie wartości rozmowy jako nieuniknionej formy kontaktu i bycia wśród ludzi. Istotne jest to, że odpowiedzialność za efekt rozmowy spoczywa po dwóch stronach. W rozmowie potrzeba jest czujność, uwaga i nastawienie na rozmówcę²². Po drugie, Ignacy zwraca uwagę na powolność i uprzejmość w mówieniu. Na prawdziwą i szczerą rozmowę trzeba mieć czas. Dzisiaj często można odnieść wrażenie, że mowa wyprzedza myśli. Powolność i roztropność w mówieniu jest istotna, gdyż w rozmowie, komunikacji

¹⁹ Por. T. Oleniacz, *W duchowej szkole św. Ignacego*, Kraków 2005, s. 78-79.

²⁰ Por. A. Jacyniak, *Reguły o trzymaniu z Kościołem w świetle praesupponendum*, dz. cyt., s. 97.

²¹ Por. *Instrukcja dla teologów na Sobór Trydencki*, w: I. Loyola, *Pisma wybrane*, t. 1, s. 543-546.

²² Por. W. Lambert, *Sztuka komunikacji odkrywana z Ignacym Loyolą*, dz. cyt., s. 66-69.

chodzi właśnie o to, aby przekazywać sobie słowa podobnie jak kawałki chleba, mając okazję poczuć i smak, i zapach. Chodzi o takie przekazywanie słów, aby mogły nasycić człowieka jak pokarm²³.

Trzecia zasada w *Instrukcji* dotyczy słuchania i zwracania szczególnej uwagi na rozmówcę. Powolność mówienia pomaga lepiej słyszeć i smakować słowa. Słuchanie serdeczne i pełne niejako otwiera drugiej osobie przestrzeń, wpuszcza ją w miejsce, gdzie może przebywać. Takie słuchanie wymaga uważności wobec wewnętrznych uczuć i poruszeń tego, który słucha. Jeżeli w trakcie słuchania zanika wewnętrzny spokój tego, kto słucha, to zwykle oznacza, że zbliża się niebezpieczeństwo, że nie dojdzie do autentycznego spotkania i prawdziwego dialogu. Jeżeli słuchający w czasie rozmowy zauważy w sobie wewnętrzny niepokój, to trzeba zrobić przerwę i próbować odzyskać wewnętrzny pokój²⁴. Czwarta zasada mówi o tym, aby być wolnym od uprzedzeń. Taka postawa, takie wewnętrzne nastawienie pomaga w budowaniu atmosfery i zrozumienia drugiej osoby, co stwarza najbardziej korzystną przestrzeń dla komunikacji interpersonalnej²⁵. Podejmując dialog, należy raczej przystosować się do warunków drugiej osoby, by w ten sposób pobudzić ją do działania. Piąta reguła, którą wskazuje Ignacy w *Instrukcji*, dotyczy tego, że należy być ostrożnym z autorytarnymi argumentami. Mogą one stanowić „killera” dla komunikacji między osobami. W rozmowie chodzi o to, aby odnaleźć prawdę i spotkać się we wspólnej przestrzeni. To, co człowiek mówi, powinno otwierać drugą osobę na słuchanie i dialog. Autorytety można przywoływać, jeżeli przytaczane słowa mogą wnieść coś istotnego lub interesującego do rozmowy²⁶.

Kolejna rzecz, która sprzyja efektywnej komunikacji, to skromna wyrazistość. W rozmowie należy przedstawiać swój punkt widzenia. Ważne jest, w jaki sposób się tego dokona, w jakim stylu mówienia. Według Ignacego Loyoli, należy mieć własne zdanie, czy opinie na jakiś temat, jednak nie powinno

²³ Por. tamże, s. 69-71.

²⁴ Por. tamże, s. 71-75.

²⁵ Por. tamże, s. 75-78.

²⁶ Por. tamże, s. 78-80.

się uważać siebie za nieomylnego²⁷. W spotkaniu z drugą osobą, w komunikacji, która się wydarza między dwiema osobami, ważne jest, aby się nie spieszyć, aby mieć czas na rozmowę. Czas stanowi towar deficytowy, w związku z tym jest czymś najcenniejszym, co jedna osoba może podarować drugiej osobie²⁸.

Zakończenie

W stylu komunikacji interpersonalnej, jakiego można nauczyć się od Ignacego Loyoli i jego doświadczenia, istotne jest założenie, że komunikacja pochodzi z serca człowieka, z najgłębszych pokładów osobowego bycia. Sztuka komunikacji głębi w ignacjańskim doświadczeniu jest możliwa dzięki autentycznemu doświadczaniu własnego *ja* oraz refleksji i wyciąganiu wniosków z codziennych doświadczeń.

Postawy, jakie należy przyjąć w ignacjańskiej komunikacji interpersonalnej, to słuchanie skierowane w stronę rozmówcy, zaufanie, szacunek wobec odmienności innych oraz mówienie prawdy w atmosferze miłości, czyli „wkroczenie w przestrzeń drugiego człowieka”. W postawie zaufania znajdują się korzenie prawdziwej komunikacji i tym samym dają rozmówcy kredyt komunikacyjny. Zaufanie jest *credo* każdej komunikacji. Słuchanie jest sztuką, w której człowiek się doskonali przez całe życie, to dzięki słuchaniu można obudzić życie w drugiej osobie²⁹.

Chcąc odczytać i zastosować w codzienności zasady ignacjańskiej komunikacji, warto wskazać, że sposób, w jaki postępuje się z drugim człowiekiem, ma istotne znaczenie dla kształtowania człowieczeństwa, dla jego osobistego wzrostu i rozwoju. Podstawą udanej komunikacji jest czujność, uwaga, koncentracja i otwartość na to, co niewidzialne, na Transcendencję (mówiąc językiem Ignacego Loyoli – obecność Ducha Świętego). Należy założyć prymat słuchania (to znaczy przyjmowania). Dopiero wtedy, kiedy człowiek potrafi słuchać, może tak naprawdę mówić, odpowiadać na pytania, w przeciwnym wypadku będzie tylko „głośnikiem”, z którym trudno jest wejść

²⁷ Por. tamże, s. 81.

²⁸ Por. tamże, s. 81-83.

²⁹ Por. tamże, s. 86-106.

w relację. Ignacy Loyola podkreśla też znaczenie komunikacji niewerbalnej (jakbyśmy powiedzieli współcześnie), kiedy poleca, aby pamiętać, że przekazując komuś swoją myśl, przekazuje się poza treścią również swój świat uczuć i swoje własne przesłanie ukryte pod płaszczem słów.

Podejmując refleksję nad ignacjańskim stylem komunikacji, powinno się krótko zaznaczyć, co się dzieje, kiedy jednostka spotyka się z niezrozumieniem wypowiedzi ze strony innych osób. Pierwszą reakcją zdaje się frustracja i doświadczenie osamotnienia, które może zamykać na nadzieję, że zostanie się zrozumianym i w związku z tym może nastąpić zamknięcie się na innych, na dialog, na wymianę myśli i doświadczeń, która jest istotna we wzajemnym współbyciu, budowaniu porozumienia i relacji.

Pragnienie ocalenia wypowiedzi drugiego człowieka wydaje się nieobecne w otaczającej nas rzeczywistości. Nierzadko słysząc „a nie mówiłem”, „a widzisz, miałem rację”, „w końcu wyszło na moje”. Takie podejście zamyka na dialog i wzajemną komunikację.

Rozumienie komunikacji między dwiema osobami, tak jak proponuje to Ignacy Loyola, jest postawą wzajemnego obdarowywania się w spotkaniu człowieka z człowiekiem, jednej duszy z drugą duszą. Na koniec warto dodać, że punkt wyjścia stanowi komunikacja z sobą, z własnym *ja*, ze swoim uczuciami, emocjami, ze swoimi decyzjami i wyborami. Jeżeli człowiek jest świadomy samego siebie, może komunikować się z innymi.

Komunikacja interpersonalna jako wydarzenie, które dzieje się między osobami, akcentuje spotkanie osoby z osobą. W ignacjańskiej komunikacji interpersonalnej spotkanie z osobą odbywa się w trzech wymiarach: spotkanie z samym sobą, spotkanie z Transcendencją (Bogiem Trójjedynym), spotkanie z drugim człowiekiem.