



6/2007 (12)

## **Andrzej Kowal**

Malarze wyobrażali sobie świętych ze złotą, świetlistą aureolą nad głowami, która to aureola przenikała całe ciało świętego człowieka, jego przeżycia i jego czyny. Można sobie wyobrazić, że każdemu człowiekowi przyświeca nad głową taki krążek złoty, który stale towarzyszy jego ciału i jego przeżyciom.

O ile ciało nasze jest nam bardzo bliskie i nawet na chwilę nie możemy się go pozbyć, to ów krążek świetlisty jest w pewnym sensie na zewnątrz. Zstępuje na nas, przenika nasze ciało i angażuje przeżywanie w różnym zakresie i w różnym stopniu intensywności. Wiedza o anatomicznej budowie ciała, jego fizjologii i fizykochemicznych procesach w nim zachodzących jest dziś bardzo rozległa i wyspecjalizowana. Lekarz przez wiele lat ją zgłębia i przez całe życie musi się uczyć. Ma też przekonanie, że tylko niewielka część tej wiedzy mieści się w jego osobistej duchowej aureoli, którą zdołał sobie przyswoić i która przenika jego ciało pod postacią konkretnych umiejętności, i którą zdołał przetrwać w przeżytym doświadczeniu. Jeżeli jeszcze dodać do tego wielowiekowe obserwacje medycyny ludowej i nowe osiągnięcia wiedzy medycznej, to ma on poczucie nieskończoności owych zasobów, o których w ogóle nie jest w stanie dowiedzieć się i przyswoić ich sobie, tak by mogły być przez niego stosowane w praktyce. Równocześnie ogrom wiedzy, z której korzysta, daje mu wielką władzę. Ów złoty pierścień wiedzy medycznej w ogóle jest współcześnie bardzo masywny i ciężki, a ze względu na swe stale powiększające się rozmiary niemożliwy do ogarnięcia.

Człowiek dzięki swej twórczości naukowej zbudował potężny gmach wiedzy medycznej, utworzył instytucje: uniwersytety, kliniki, szpitale, przychodnie, ambulatoria, gabinety; zbudował fabryki produkujące urządzenia medyczne i leki, które mają słu-

żyć człowiekowi w przywracaniu mu utraconego zdrowia i leczeniu chorób. To są zmaterializowane wytwory ducha, których potęga może być i jest powodem dumy, ale również frustracji z powodu ich ogromu i często nieskuteczności, szczególnie wobec nieuchronności śmierci.

Ducha wyobrażamy sobie czasem jako rodzaj energii, która przenika całe nasze ciało, nasze przeżycia; innych ludzi; wytwory ludzkiego działania i sił przyrody; cały świat. W potocznym odbiorze jest to energia nieuchwytna, tajemnicza, przychodząca z zewnątrz. W wyobrażeniu biologów i medyków bardziej konkretna, związana z materią, z oddychaniem, z pożywieniem, spotykanymi ludźmi.

W tradycji medycyny chińskiej w prawidłowym przepływie energii odgrywają rolę dokładnie określone punkty i drogi w ciele człowieka. W hipotezach współczesnych modeli komórkowych to ATP i ADP są podstawowymi nośnikami energetycznymi i są magazynowane w mitochondriach. Czynności mitochondriów regulują poziom energetyczny komórki. Również przepuszczalność błony komórkowej, sterowana przez jądro komórkowe, ma niemały wpływ na wzrost i spadek energetyczny komórki. Na poziomie makro mówi się o dynamice życiowej.

Te same zjawiska opisane od wewnątrz przybierają postać dobrego samopoczucia i radosnego nastroju, gdy energia wzrasta i pozostaje w harmonii z ciałem i jego etosem; a przygnębienia i smutku, zwykle połączonego z niepokojem i lękiem, gdy energia maleje lub pozostaje w dysharmonii z poszczególnymi rejonami ciała, jego narządów i środowiska.

Te energetyczno-materialne hipotezy nie przystają do potocznego wyobrażenia ducha. Duch rozumiany jako „energia” w odczuciu potocznym wydaje się być czymś trzecim, jeszcze bardziej zewnętrznym niż energia materii i przeżycia psychiczne, a zarazem przenikającym człowieka do głębi i w różnym stopniu intensywności z nim zespolonym.

Jeszcze inaczej myślimy o duchowości, mówiąc o jaźni, o podmiocie przeżyć, o duszy. Poglądów jest tu tyle, ile kierunków filozoficznych. Czy istnieje jakaś dusza? Czy możemy jej doświadczać, na przykład w doświadczeniu wewnętrznym, tak jak doświadczamy przeżyć? Czy też raczej aktywnie konstruujemy ją sobie dla potrzeb wyznawanych teorii? I czy jest ona czymś różnym od przeżyć? I nie jest dana w żadnym doświadczeniu? Zastanawiali się i zastanawiają się nad tym filozofowie.

Czym jest dusza w relacji do ciała? Substancjalnym podłożem przeżyć? Formą, czyli tym, co obejmuje i przenika ciało człowieka; co sprawia, że ma on określone cechy? Jest mianowicie istotą czującą, myślącą, podejmującą decyzje; ale nie jest to część, składnik, który można by fizycznie wydzielić, niejako wypreparować z całości; zawsze człowiek musi być rozpatrywany razem, jako całość, całość psychofizyczna. Jest to jednak specyficzna całość; można bowiem usunąć część ciała, cały narząd, a psychika na tym nie ucierpi, to znaczy zachowa swe właściwości.

Co do sposobu istnienia, uznaje się, iż ciało jest zdolne do samoistnego istnienia, nie wymaga już innego podłoża dla swej realizacji. Natomiast dusza istnieje tylko w oparciu o ciało, przysługuje ciału. Możemy czuć, myśleć i działać tylko w oparciu o ciało. Jakkolwiek w uczuciach, w myśleniu, w wyobraźni przestrzeń i czas nie mają właściwości przestrzeni i czasu fizycznego. Przestrzeń i czas w świecie przeżyć psychicznych znaczą zupełnie coś innego niż w fizycznym świecie przyrody.

Inne poglądy prezentują duszę jako podmiot przeżyć psychicznych i nadają mu byt samoistny. Dusze i ciała traktowane są w takim ujęciu jako równorzędne byty samoistne, które same żadnego podłoża dla swego istnienia nie wymagają.

Trzymając się danych potocznego (tak zwanego przednaukowego) doświadczenia, wiemy o tym z całą pewnością, że posiadamy ciało. Dzięki niemu możemy poruszać się, działać. Dbając o sprawność swego ciała, zachowujemy zdrowie i jego walory biologiczne. Ciało żywe, o ile jest zdrowe, odbierane jest w przeżywaniu tak zwanym dobrym samopoczuciem i nie angażuje zbyt wiele naszej uwagi i świadomości. Wymaga ono dbałości, przestrzegania podstawowych zasad higieny, ruchu i odżywiania. Jednak wymagania nie są wyraźne i natychmiast sygnalizowane, więc nader często bywają zaniedbywane. Tylko w przypadku poważnych niedomagań dają o sobie znać w postaci tak zwanych objawów.

Lekarz po długich latach studiów i ciągłym doksztalcaniu się zdobywa zasób wiedzy o budowie i funkcjonowaniu człowieka w zdrowiu i chorobie. Lata praktyki wykształcają w nim nawyk postępowania wykorzystujący ten zasób wiedzy i własne doświadczenie. Dzięki temu porusza się w miarę sprawnie w swojej dziedzinie. Wiedza ta to wiedza przyrodnicza: zjawiska, procesy i rzeczy podporządkowane są prawom przyrody, a więc są przyczynowo-skutkowo uzasadnione lub poparte rachunkiem

prawdopodobieństwa. I tylko takie uznaje się za poprawnie naukowo uzasadnione.

Z doświadczenia wiemy również, że przeżywając, nieustannie przekraczamy własne ciało; że ciało ludzkie nie tylko reaguje na bodźce według prawa: „przyczyna→skutek”; „przyczyna→bodziec fizyczny lub chemiczny”; i skutek – tego samego rodzaju. Przeżywamy i mamy możliwość wyboru. Nasze przeżycia istnieją w innej niż fizycznej rozciągłości i w innej niż liniowa czasowości. Przebiegają w czasie, ale inaczej niż w rzeczywistości fizyko-chemicznej. Doświadczenie czasu przeżywanego zawiera w sobie zarówno elementy aktualnie obecne, jak i przyszłe, jak również wybiegające w przyszłość.

Człowiek, jako ciało przeżywające, jest jakby zanurzony w dwu rzeczywistościach. Jednej – fizyko-chemicznej, jako ciało. Drugiej – psycho-fizycznej, jako ciało przeżywające. Człowiek, jako ciało przeżywające, nieustannie przekracza swą czysto fizyko-chemiczną rzeczywistość. Jako ciało przeżywające inaczej żyje, w inny sposób istnieje. Kategorie przestrzeni i czasu co innego znaczą. Wydaje się, jakby kategorie przestrzeni i czasu były względne, zależne od sposobu bycia. Ciało żyjące według praw fizyki i chemii inaczej istnieje niż jako ciało przeżywające. Człowiek zanurzony w dwóch rzeczywistościach: fizycznej i psychicznej stanowi jedność – rzeczywistość psychofizyczną.

Z doświadczenia bowiem wiemy, że istniejemy realnie, jako ciała przeżywające. Zarówno nasze ciała, jak i przeżycia istnieją realnie wzajemnie na sobie oddziaływując. Przy czym to oddziaływanie nie ma charakteru przyczynowo-skutkowego, lecz jest współuczestnictwem w działaniu. Ta odmiana bytu jest bytem realnym, jednak odmiennym od rzeczywistości czysto fizycznej. Dzięki przeżywaniu, mamy możliwość zatrzymywania w obrazach niektórych procesów przyczynowo-skutkowych, planowania i wyboru działania, utrzymywania przebiegu działania w świetle uwagi i pamięci. W wielu naszych działaniach jesteśmy wolni, możemy dokonywać swobodnych i świadomych wyborów. W niektórych możemy nauczyć się opanowywać czynności ciała przebiegające automatycznie. Większość przebiega poniżej progu świadomości. Ale we wszystkich ich wzajemne oddziaływanie przebiega według innych praw niż przyczynowo-skutkowe lub pozostaje nieznanne.

Człowiek, działając dzięki możliwościom cielesnym i przeżyciowym, staje się twórcą. Tworzy dzieła kultury i nadaje sobie

szczególny aspekt człowieczeństwa. W tej twórczej aktywności i jej rezultatach przekracza siebie. Staje się nie tylko ciałem przeżywającym, ale ciałem przeżywającym i uduchowionym. Wytworem jego twórczej aktywności są wspaniałe dzieła, które zaliczamy do świata nauki i kultury. Bez jego geniuszu, bez jego działalności twórczej świat ten nigdy by nie zaistniał. Należą do tego świata dzieła sztuki, osiągnięcia nauki, organizacje społeczne (na przykład dzieła literackie, plastyczne, muzyczne, filmowe, dzieła architektury, uniwersytety, państwa). Dzięki swojej działalności człowiek także buduje siebie. To jak żyje, jakie podejmuje decyzje i działania warunkuje, jakim sam się staje.

Są takie czyny człowieka swobodne i odpowiedzialne, które podejmuje w chwilach zwrotnych swego życia. Czyny wspaniałe, które wynoszą go na wyżyny, które płyną z jego siły, z jego ukochań, z jego wiar, z jego pragnień, z żywionych nadziei, i ... z mocy – jakby z zewnątrz mu udzielonej, dzięki której przekracza samego siebie. Podejmuje działania świadomie, z własnej woli i czuje się za nie w pełni odpowiedzialny. Czyny takie są dziełem człowieka cielesnego, przeżywającego i uduchowionego, który w tym, co robi przekracza swoje cielesno-przeżyciowe (psychofizyczne) możliwości. Przekracza siebie.

Są również takie czyny, które wyczerpują człowieka, zużywają jego siły, „spalają” go tak, że czuje się zbyt słaby, niezdolny, by stawić czoła problemom, które życie przed nim postawiło. Ulega zewnętrznym i wewnętrznym mocom, które nim zawładnęły. Nie może się skupić. Gubi się w drobiazgach życia codziennego. Nie potrafi wybierać. Czuje się zniewolony i niszczony. Jako ciało przeżywające i uduchowione objęty jest on jakby trzema rodzajami rzeczywistości, w których sposób istnienia, czas i przestrzeń są różne.

Podstawą bytu człowieka jest przyroda, w której on żyje, w której się znalazł, w którą został z chwilą poczęcia rzucony. Czasem podziwia on jej piękno, wielkość i siłę. Ale także przeraża go jej nieczułość na szczęście człowieka. Wobec nieczułych sił przyrody człowiek czuje się obcy i upokorzony. Dlatego walczy z nią. Próbuje ją opanować.

Nie może i nie chce uwierzyć, że stanowi człon pierwotnej Natury, że jest zwierzęciem i że nie jest ani jako naturalna rzeczywistość, ani jako pewne indywidualium pod żadnym względem czymś lepszym od zwierząt, ani też niczym radykalnie odmiennym od reszty Natury. Nie może w to uwierzyć w głębi swego

serca, choć nauka mówi mu, że procesy życiowe zachodzące w jego ciele i nawet w jego duszy nie są w zasadzie innego rodzaju, niż procesy rozgrywające się w zwierzętach. I w głębi swego serca nie wierzy w swą własną śmierć, i przekonywa sam siebie, że dusza jego jest nieśmiertelna, choć codziennie widzi, jak umierają jego przyjaciele i towarzysze pracy<sup>1</sup>.

Człowiek, kierując się w swych wyborach wartościami, żyjąc według wartości, żyjąc według Ducha, kształtuje siebie (swoje człowieczeństwo) i działa na swe otoczenie. Staje się taki, według jakich wartości żyje. Według tego, co ukochał, w co wierzy. Jakie ma pragnienia i jak je realizuje. Ta jego działalność twórcza różni się zasadniczo od twórczości artystycznej czy naukowej. Pierwsza ma moc tworzenia rzeczywistości autonomicznej, druga tylko intencjonalnej, zależnej od przeżyć twórcy i odbiorcy dzieła. W pierwszej buduje siebie i oddziałuje na otoczenie takim, jakim ono naprawdę staje się, również dzięki jego czynom. W drugiej buduje świat swoich pragnień, który może trwać dłużej niż twórca, ale jest zależny od przeżyć odbiorców dzieła. Pierwsza może mieć nadzieję na nieśmiertelność. Druga jest jedynie mirażem nieśmiertelności.

To zadziwiające, że człowiek, a więc każdy z nas, został wyposażony aż w trzy rodzaje rzeczywistości i jest nimi objęty jako indywiduum, jako ciało przeżywające i uduchowione. Jako ciało jest on istotą żywą umieszczoną w świecie przyrody. Jego ciało jest rzeczywistością fizyczną podległą prawom fizyki, chemii i biologii. „Z prochu powstałeś i w proch się obrócisz” (Rdz 3, 19). Zjawiska i procesy w ciele zachodzące mają uwarunkowania przyczynowo-skutkowe oraz fizyczną przestrzeń i linearny czas, w którym się realizują.

Ale fizyko-chemiczna i biologiczna natura istoty żywej jest u ludzi nieustannie przekraczana (transcendowana), przez możliwość przeżywania, to znaczy posiadania nastrojów, żywienia uczuć, myślenia, podejmowania decyzji i możliwości tworzenia obrazów i języka, które u człowieka są szczególnie bogato rozwinięte i wyróżniają go wśród istot żywych. Człowiek przeżywając, doświadcza zjawisk, procesów i rzeczy od wewnątrz, w przestrzeni innej niż fizyczna, w której odległości i czas nie podlegają fizycznym miarom, w której można się przemiesz-

---

<sup>1</sup> R. Ingarden, *Człowiek i Przyroda*, w: R. Ingarden, *Książeczka o Człowieku*, Kraków 1987, s. 14-15.

czać w odległe miejsca wbrew prawom fizyki. Również w czasie odmiennym od czasu fizycznego, w którym to, co przeszłe, teraźniejsze i przyszłe może łączyć się w jednym przeżyciu. Tworzone w przeżyciach obrazy istnieją inaczej niż przedmioty fizyczne. Istnieją intencjonalnie. A wyposażone w podłoże materialne, mogą trwać dłużej niż trwa biologiczne życie ich twórców. Jednak nie mają one samodzielnego, autonomicznego bytu.

Ponadto, w działaniu swoim, człowiek jest inspirowany przez Ducha. Duch poprzez idee udostępnia nam świat, który trwa wiecznie. Człowiek ma możliwość zgłębiania zawartości idei, i według nich może, jeżeli zechce, kierować swoim działaniem. Ta duchowa rzeczywistość nie jest nam dana w obrazach, a jedynie poprzez słowo i poprzez uczucia (przecucia) udostępnia nam zawartość idei.

Człowiek rzucony w świat przyrody nie jest sam. Nikt nie jest samotną wyspą. Wokół niego i z nim są inni ludzie, z którymi wiąże się na różne sposoby. Najsilniejsze więzy między ludźmi wytwarzają się przez uczucia, z których największa jest miłość, ale także nienawiść odznacza się wielką dynamiką i mocno wiąże ludzi ze sobą na śmierć i życie.

Oscylacje i nasycenie tych przeciwstawnych uczuć w różnym stopniu intensywności miłowania i nienawidzenia noszą różne imiona: przyjaźni, sympatii, lubienia, zainteresowania, tolerancji lub niechęci, nielubienia, odrzucenia.

Uczucia zawsze mają dwa wektory: jeden skierowany do wewnątrz, to znaczy do siebie samego, drugi na zewnątrz – do innego człowieka lub innych ludzi. Kto kocha innych, kocha również siebie samego, i tak kocha innych, jak kocha siebie samego. Kto kocha siebie samego, a nie potrafi kochać innych, nie potrafi dawać miłości; więcej bierze niż daje; blokuje swoją więź ze światem społecznym. Nie może wyjść do świata otaczającego. Bardzo pragnie miłości, ale nie umie dawać jej innym. Kto koncentruje uczucia na sobie, odcina się od możliwości krytycznego i obiektywnego spojrzenia na siebie (poprzez tak zwane „zinternalizowane zwierciadło społeczne” – swoisty układ samokontroli).

Oprócz tych uczuć (miłości i nienawiści w różnych odmianach i stopniach nasycenia), które służą budowaniu lub niszczeniu otaczającego świata lub siebie, są inne uczucia, które są wyrazem oceny świata lub siebie samego. Poczucie krzywdy

jest uczuciem, które jest reakcją na nieprzychylność otoczenia, na niesprawiedliwość. Po stronie świata wewnętrznego wynika ono z wadliwego przewidywania, spodziewania się. Człowiek spodziewa się czegoś innego niż tego, co go w rzeczywistości spotyka. Zakłada on, że środowisko społeczne jest „środowiskiem macierzyńskim”. Po stronie świata zewnętrznego, ze strony świata społecznego wiąże się ono z wadliwą oceną lub zamierzonym kłamliwym działaniem. Na poczucie krzywdy człowiek zwykle reaguje regresją, staje się bardziej dziecinny, a tym samym bardziej podatny na urazy otoczenia. Tworzy się błędne koło. Skrzywdzony człowiek tworzy sobie obraz świata, któremu nie można wierzyć i obraz siebie samego jako osoby już nieprzydatnej i niezdolnej do niczego. Następuje generalizacja uczucia na cały świat. Cały świat wydaje się zły, wrogi, a człowiek zbyt słaby, by mu się przeciwstawić. W rzeczywistości zwykle tak nie jest. Poczucie krzywdy zafałszowuje więc nasz obraz świata i siebie samego, które stają się szare i smutne.

Poczucie winy i wstyd jest uczuciem przeciwnym zadowoleniu z samego siebie, a jednocześnie zaciemniającym obraz własnej osoby (autoportret). Rodzi się ono z ocen najbliższego nam otoczenia. Dotyczy naszych decyzji, dokonanych wyborów i naszego postępowania o charakterze moralnym. Tworzy system samokontroli. Stanowi delikatny, a jednocześnie silny łącznik z ludzką wspólnotą. W historii życia osobniczego powstaje na różnych jego etapach. Ów system samokontroli składa się jakby z dwóch warstw: starej i nowej. Stara tworzy się w dzieciństwie i u dorosłego pracuje poniżej progu świadomości, w mroku nocy. Jest to, według Kępińskiego, sumienie nieświadome, (superego według terminologii freudowskiej). Gdy ono działa, nie wiemy dlaczego podejmujemy takie właśnie decyzje, dlaczego podejmujemy postępowanie nieraz sprzeczne z sumieniem świadomym, postępowanie, którego następnie wstydzimy się i czujemy się winni<sup>2</sup>.

Warstwa nowa – sumienie świadome – informuje człowieka o społecznej ocenie jego postępowania w najbardziej skomplikowanych z nim relacjach, wymagających uwagi i rozważenia, co wybrać według wartości dobra i zła. Dotyczy ono delikatnych, najbardziej skomplikowanych relacji międzyludzkich o charakterze moralnym.

---

<sup>2</sup> A. Kępiński, *Melancholia*, Warszawa 1985, s. 130-137.



Analizując znaczenie uczuć dla więzi międzyludzkich, dla tworzenia autoportretu i obrazów świata zewnętrznego, dla procesu podejmowania decyzji i wyboru działania człowieka, pojmujemy, jak ważną odgrywają one rolę w życiu człowieka. Jako istota cielesna i przeżywająca człowiek czerpie również z ducha w tym znaczeniu, że w swym wewnętrznym przeżywaniu, w swych ukochaniach, w swych nadziejach i wiarach, podejmując decyzje i żyjąc według wartości czerpie z zewnątrz, z wartości idei prawdy, piękna i dobra. Jeżeli udaje mu się coś z tych wartości zrealizować, to – jak pisze R. Ingarden – „pe-wien jest w swym duchu, że nie żyje nadaremnie”<sup>3</sup>.

→ **SŁOWA KLUCZOWE** – TRZY RODZAJE RZECZYWISTOŚCI; CIAŁO – PRZEŻYCIA – DUCHOWOŚĆ; CAŁOŚĆ I CZĘŚĆ; PRZESTRZEŃ I CZAS; TO CO ZEWNĘTRZNE I TO CO WEWNĘTRZNE

## SUMMARY

---

A. KOWAL, *The Experiencing and Spiritual Body*

Being a corporeal creature, man is subject to the biological laws of nature. Able to experience things, he goes beyond his corporeality. Experiencing means existing; space and time have a different meaning in the world of experiences and in the world of nature; space and time seem dependent on the way of existing. Therefore, methods of searching for the truth cannot be uncritically shifted from the world of nature into the world of experiences. Thanks to experiences and corporeal abilities man becomes a creator. He creates the world of science and culture, which without his genius, without his creative activity would have never come into existence. This world, however, does not have an intrinsic being, but only an intentional one.

Thanks to his deeds, free decisions taken, man indeed shapes himself as well and goes into numerous relations with other people, also with God. He truly becomes what he lives.

---

<sup>3</sup> R. Ingarden, *Człowiek i Przyroda*, w: R. Ingarden, *Książeczka o Człowieku*, dz. cyt., s. 18.

**Andrzej Kowal**, lekarz psychiatra i filozof – uczeń Profesora Romana Ingardena i Profesor Izydory Dąbskiej. W latach (1991-2003) kierownik Szpitala im. dr. Józefa Babińskiego w Krakowie. Prezydent Stowarzyszenia Psychiatria i Sztuka. Zainteresowania: sztuka osób po kryzysach psychicznych.