

## **Małgorzata Jantos**

Beata Szymańska, *Co to znaczy „być sobą”*, Kraków: Księgarnia Akademicka 1997, ss. 243.

Wreszcie na polskim rynku wydawniczym ukazała się obszerna praca filozoficzna omawiająca problem samorealizacji. Wyraźnie bowiem brakowało do tej pory w polskiej literaturze pracy, która przybliżałaby to zagadnienie, popularne i znane w różnych wersjach czytelnikom zachodnioeuropejskim i amerykańskim.

W XX wieku wyraźna ekspansja zainteresowania tematem samorealizacji nastąpiła dzięki działalności psychologów i psychiatrów tworzących w Stanach Zjednoczonych. W pierwszym numerze *Journal of Humanistic Psychology* z 1961 r. grupa autorów określających siebie mianem psychologów humanistycznych przedstawiła zakres swoich zainteresowań. Główną wytyczną ich działalności miało być kształtowanie, analizowanie i propagowanie specyficznie ludzkich cech, takich jak twórczość, miłość, odpowiedzialność i samorealizacja. Z czasem zakres ten rozszerzył się. Najczęściej jednak pojawiały się interpretacje podmiotowości człowieka wynikłe z perspektywy jego autentyczności i samorealizacji.

Za głównych twórców psychologii humanistycznej uważa się Abrahama Masłowa, Carla Rogersa, Rollo Maya, Fritza Perlsa, Paula Tillicha, Kurta Goldsteina. Ruch „trzeciej siły” psychologów (jak sami twórcy określili siebie) stawiał sobie za cel ujawnianie i aktywizowanie wewnętrznych możliwości człowieka, a więc jego samorealizację. Temat ten stał się głównym obiektem ich zainteresowań.

Beata Szymańska pokazuje w swojej książce, że problem samorealizacji może kojarzyć się nie tylko z amerykańską psychologią humanistyczną. Autorka analizuje odwieczne postulaty „stawiania się sobą” w różnych systemach filozoficznych, począwszy od starożytności.

Autorka przypomina najpierw pytania: kim jestem, gdzie zaczyna się moje „ja” i gdzie są jego granice. Odpowiedzi, które przywołała Szymańska są różne; przytoczone zostały uwagi Romana Ingardena o tożsamości bytu ludzkiego, Abrahama Maslowa o konstytucji człowieka, Zygmunta Freuda o strukturze osobowości. Tak więc spektrum prezentacji jest szerokie – od analiz fenomenologicznych, po rozważania psychologiczne i psychoanalityczne.

Jak to na ogół bywa, początek rozważań znajduje się w starożytnej myśli greckiej. Autorka pisze: „Problematyka człowieka nie miała zasadniczego znaczenia w początkach greckiej filozofii, inaczej niż to było np. w starożytnych Indiach, gdzie pytanie o to, kim jest człowiek, jaka jest jego natura, stanowiło od początku bardzo istotny problem, któremu wszystko inne było podporządkowane. Pytanie ‘kim jestem’ znalazło swój pełny wyraz dopiero w poglądach Sokratesa” (s. 19). Po raz pierwszy u Sokratesa pojawiło się zainteresowanie człowiekiem jako bytem odrębnym od innych. Wtedy to pojawił się termin *psyche* – dusza w nowym znaczeniu. Wcześniej, dla Homera i orfików, dusza była częścią człowieka, która opuszcza ciało po śmierci, duchem uwięzionym w ciele. Dla Sokratesa zaś *psyche* to istota człowieka – to jego prawdziwe indywidualne „ja”, które powinno być rozpoznane i rozwinięte. Sokratejska zasada *gnothi seauton* to odwrócenie dotychczasowej filozofii przyrody i skierowanie się ku światu wewnętrznemu. Tylko panowanie nad sobą, ogłasza Sokrates, daje prawdziwą wolność. Wolność (*eleutheia*) jest bardzo ważnym elementem starożytnego pojmowania zasady panowania nad sobą.

Platon podzielał poglądy mistrza głoszące, iż istotą człowieka jest jego dusza. Jednak interpretacje ucznia i mistrza różniły się.

Beata Szymańska poświęca wiele miejsca na to, aby odpowiednio nazwać człowieka w myśli Platona, jednocześnie podkreślając i analizując wskazówki filozofa odnoszące się do udoskonalania się człowieka.

Zmiana człowieka na drodze samodoskonalenia stała się obiektem zainteresowania Arystotelesa. „Dążenie do celu jest właściwe rzeczom powstającym i istniejącym z natury” – pisał filozof. *Entelechia*, osiągnięcie stanu doskonałości, pełne zrealizowanie celu, do

jakiego zmierza dany proces – to istotny obiekt filozoficznych rozważań Arystotelesa, o których pisze Szymańska w swojej książce.

Kolejnym przykładem myślenia europejskiego, któremu bliskie były koncepcje stopniowego osiągnięcia doskonałości, a więc urzeczywistnianie swej natury – jest dla Autorki Benedykt Spinoza.

Spór o naturę człowieka był też jednym z głównych motywów dyskusji oświeceniowych. Beata Szymańska próbuje odnaleźć wspólne elementy łączące te poglądy. Filozofowie oświeceniowi w większości wypowiedzi przyjmowali, że zgodne z naturą i wspólne wszystkim ludziom zachowania przejawiają się w społeczeństwach prymitywnych, nie dotkniętych zachodnią cywilizacją, a także w odległej przeszłości i w małym dziecku. Te trzy możliwości wyznaczały obszar zachowania „człowieka naturalnego”. Autorka interpretuje poglądy Rousseau, Hobbsa, Helvetiusa, Locke’a. Motywem przewodnim jej rozważań jest tutaj analiza oświeceniowego rozumienia natury ludzkiej.

Następnie w omawianej książce pojawia się pojęcie „negatywnej samorealizacji”, które zostanie rozwinięte w kontekście filozofii Fryderyka Nietzschego. „Nietzsche tak dobitnie, jak tego nikt do tej pory nie zrobił, pokazuje, że realizacja samego siebie jest też w pewnym sensie wykraczaniem poza siebie” (s. 77). Bez względu na wszelkie wartości, samorealizację uzyskuje się, jak pisał Nietzsche, poprzez twórczość, która jest najpełniejszym sposobem realizowania woli mocy. W tym sensie oczywiście również i destrukcyjne działanie może być twórcze.

Po interesującej analizie myśli Nietzschego na kartkach książki pojawia się Erich Fromm, potem Abraham Maslow i wreszcie Carl Rogers – a więc ci, którzy jak wspomniałam na początku, bezpośrednio związani są z psychologią „trzeciej siły”.

Poglądy tych trzech filozofów, a raczej psychologów, są tak spopularyzowane, że trudno byłoby Autorce książki starać się o własną oryginalną interpretację. Na ponad pięćdziesięciu stronach analiza zagadnienia samorealizacji jest uporządkowana, przedstawiona z rzetelnością znawcy tematu.

Interesująca jest kolejna część pracy. Wraz z Beatą Szymańską czytelnik opuszcza obszary filozofii europejskiej i przenosi się do Chin.

Oczywiście, wyraźny jest łącznik spajający i poniekąd tłumaczący to przejście. Szymańska pisze: „W swoich rozważaniach na temat samorealizacji Abraham Maslow przywołuje ‘postawę taoistyczną’ jako cechę człowieka, który uzyskuje samourzeczywistnienie. Warto więc sięgnąć do tekstów chińskich mędrców, aby zobaczyć, czy istotnie można tam znaleźć uwagi, dotyczące tego, co dziś nazywamy ‘stawaniem się sobą’, ‘samorealizacją’, ‘samoaktualizacją’” (s. 143).

Taoistyczne myślenie o człowieku jest zbliżone do koncepcji występujących w starożytnej Grecji. Celem jest odnalezienie sposobu na osiągnięcie życia szczęśliwego. Każdy człowiek może osiągnąć pełnię swych możliwości postępując zgodnie ze swą naturą. Każdy może „przekształcić swój umysł tak, aby zarazem stać się sobą i odrzucić wszystko to, co oddziela go od zasady bytu, od Tao” (s. 144).

Do „bycia sobą” doprowadzić może wytrwała praca nad sobą, pozwalająca osiągnąć zaturę własnego „ja”, usunięcie z umysłu wszelkich zapisów pamięciowych i przygotowanie stanu czystej, biernej receptywności. Pusty umysł pozwala być rzeczom takimi, jakimi są, akceptuje je w całości. Uzyskanie tej postawy pozwala na rozpoczęcie procesu autokreacji.

Beata Szymańska pisze o taoizmie z wyczuciem, subtelnością i dobrą znajomością tematu. Tak samo zresztą jak i o buddyzmie *zen*.

XIII-wieczny japoński mistrz *zen* szkoły *soto*, Dogen, udzielał adeptom szczegółowych wskazówek jak odnaleźć swoją „prawdziwą naturę”, „prawdziwe ja”. Argumenty Dogena są przytoczone przez Autorkę i omówione.

Nie tylko zresztą Dogen służy Beacie Szymańskiej do interpretowania koncepcji samorealizacji w buddyzmie. Sięga ona do wielu źródeł, posługując się przy tym barwnymi przypowieściami i cytami.

Trzecią część książki stanowią rozważania związane ze współczesnością światowej psychologii, filozofii i psychiatrii.

Część ta rozpoczyna się wieloaspektowym ujęciem twórczości ludzkiej. Czym jest twórczość, jak się przejawia, co można określić mianem postawy twórczej. Autorka odwołuje się tutaj do Władysława

Tatarkiewicza, filozofa, który wiele miejsca poświęcił temu tematu, jak i do rozumienia zjawiska twórczości przez Abrahama Maslowa czy Teilharda de Chardin.

Książka Beaty Szymańskiej kończy się trzema interesującymi rozdziałami mniej czy bardziej powiązаныmi z psychologią transpersonalną i nurtem New Age'u.

Pierwszy, to przybliżenie polskiemu czytelnikowi koncepcji człowieka w myśli Roberto Assagiatego, włoskiego psychiatry zaliczanego do „czwartej siły” psychologii transpersonalnej. Assagiati dokonał wyraźnej zmiany w rozumieniu „ja” i pojęciu samorealizacji, poprzez przejście od „ja” indywidualnego do „Ja Transpersonalnego” i „Ja Uniwersalnego”. Najważniejszym przesłaniem Assagiatego jest przekonanie, że każda jednostka nieustannie się rozwija, dążąc do realizacji licznych ukrytych możliwości. Proces powodujący tę realizację może być ułatwiony poprzez odpowiednie techniki, które mogą spowodować między innymi aktywizację energii nadświadomości.

New Age, w którym szczególne miejsce zajmuje zagadnienie samorealizacji opracowane zostało przez Szymańską w kontekście nazwisk Allana Wattsa, Shirley McLoine, Carlosa Castanedy, Marilyn Ferguson, a więc prawie wszystkich, mających najwięcej do powiedzenia w sprawie samorealizacji, a przy tym praktykujących i piszących o swoich doświadczeniach. Opanowanie, jak twierdzą wyżej wymienieni, podstawowych technik wystarczy do tego, aby móc przywoływać swoje wyższe Ja. Czym jest owe wyższe Ja? Tu odsyłamy już do pracy Pani Profesor Beaty Szymańskiej. Odnajdziemy tam również zwarte podsumowanie wszystkich cech samorealizacji charakterystycznych dla *New Age'u*.

Autorka kończąc swoją książkę napisała coś, czym można by zakończyć niniejszą recenzję: „dokonany tu przegląd różnych stanowisk filozoficznych, dotyczących samorealizacji, nie wyczerpuje wszystkich możliwości i dałoby się zestawić całą listę nazwisk i kierunków, które również można by uwzględnić” (s. 231).

Podsumowanie słuszne i oczywiste. Trudno więc wytykać Autorce, że pominęła ten czy inny pogląd. Taki był jej wybór. Książka stanowi zwartą całość, w której czytelna jest koncepcja Autorki.

Ponadto, praca napisana jest ze swobodą i pięknym literackim językiem, a także z dużą erudycją.

Tytuł książki zachęca do jej przeczytania, nawet tych, którzy nie chcieliby zanurzyć się w hermetycznym języku dzieła naukowego. I wybór ich będzie słuszny – ponieważ książka jest właściwie dla wielu (pisanie dla wszystkich byłoby lekką przesadą).

Niestety, w paru miejscach są błędy nie wypatrzone przez korektora, ale to jest uwaga dotycząca już nie bezpośrednio autorki pracy, ale wydawcy.

*Małgorzata Jantos*

---