



Uniwersytet  
Wrocławski

INSTYTUT PSYCHOLOGII  
WYDZIAŁ NAUK HISTORYCZNYCH I PEDAGOGICZNYCH

# **PODSTAWY WSPÓŁCZESNEJ BIBLIOTERAPII**

## **PODRĘCZNIK AKADEMICKI**

Wiktor Czernianin, Halina Czernianin, Kiriakos Chatzipentidis

Wrocław 2017



**PODSTAWY WSPÓŁCZESNEJ  
BIBLIOTERAPII**

**PODREČZNIK AKADEMICKI**

Instytut Psychologii  
Wydział Nauk Historycznych i Pedagogicznych  
Uniwersytet Wrocławski

---

Seria monograficzna  
„Przeglądu Biblioterapeutycznego”

Monografia nr 2

# **PODSTAWY WSPÓŁCZESNEJ BIBLIOTERAPII**

**PODREČZNIK AKADEMICKI**

**Wiktor Czernianin**

*Uniwersytet Wrocławski*

**Halina Czernianin**

*Uniwersytet Wrocławski*

**Kiriakos Chatzipentidis**

*Uniwersytet Wrocławski*

Wrocław 2017

**Redaktorzy naukowi Serii:**

*Wita Szulc*

*Wiktor Czernianin*

Recenzja wydawnicza: *Prof. dr hab. Danuta Borecka-Biernat,*

*Prof. dr hab. Bernadeta Szczupał*

**© Copyright by Instytut Psychologii, Uniwersytet Wrocławski**

Korekta: *Hanna Czarnecka*

Projekt okładki: *Marcin Fajfruk*

Skład i opracowanie techniczne: *Aleksandra Kumaszką*

ISBN 978-83-65653-18-5

Wydawnictwo eBooki.com.pl

ul. Obornicka 37/2

51-113 Wrocław

tel.: +48 602 606 508

email: [biuro@ebooki.com.pl](mailto:biuro@ebooki.com.pl)

WWW: <http://www.ebooki.com.pl>

# Spis treści

Przedmowa Danuty Boreckiej-Biernat.....	13
---	----

## CZĘŚĆ I. BIBLIOTERAPIA JAKO NAUKA

<b>Rozdział 1. Wprowadzenie do biblioterapii</b> ( <i>Wiktor Czernianin</i> ).....	17
--	----

I. Historyczne pojęcia biblioterapii .....	17
II. Rodzaje biblioterapii .....	19
III. Zadania i zastosowania biblioterapii.....	21
IV. Uwagi końcowe.....	23

<b>Rozdział 2. Biblioterapia jako autonomiczna nauka</b> ( <i>Wiktor Czernianin, Halina Czernianin</i> ).....	27
---	----

I. Paradoks metonimicznej nazwy.....	27
II. Wyznaczniki literaturoznawcze autonomii biblioterapii.....	28
II.1. Przedmiot badań biblioterapii .....	29
II.2. Metoda jako wyznacznik konstytutywny biblioterapii .....	29
III. Wyznaczniki medyczne autonomii biblioterapii.....	31
III.1. Przedmiot badań biblioterapii klinicznej .....	32
III.2. Metody jako wyznaczniki konstytutywne biblioterapii klinicznej .....	33
IV. Wyznaczniki pedagogiczne autonomii biblioterapii .....	33
IV.1. Przedmiot badań biblioterapii wychowawczej.....	34
IV.2. Metody jako wyznaczniki konstytutywne biblioterapii wychowawczej .....	35
V. Wyznaczniki psychologiczne autonomii biblioterapii .....	36
V.1. Przedmiot badań biblioterapii w świetle psychologii .....	36
V.1.1. Zagadnienia przedmiotu badań biblioterapii w świetle psychologii związane z uczestnikiem biblioterapii .....	36
V.1.2. Zagadnienia przedmiotu badań biblioterapii w świetle psychologii związane z procesem biblioterapeutycznym.....	38
V.1.3. Zagadnienia przedmiotu badań biblioterapii w świetle psychologii związane z biblioterapeutą.....	41
V.2. Metody psychoterapeutyczne jako wyznaczniki psychologiczne auto- nomii biblioterapii.....	42
VI. Wyznaczniki bibliologiczne autonomii biblioterapii .....	44
VI.1. Przedmiot badań biblioterapii w świetle bibliologii .....	44
VI.2. Metody bibliologiczne jako wyznaczniki autonomii biblioterapii .....	45
VII. Zakończenie .....	46

<b>Rozdział 3. Metodologia badań biblioterapeutycznych</b> ( <i>Wiktor Czernianin, Halina Czernianin</i> ).....	51
---	----

<b>Rozdział 4. Przeżycie estetyczne jako kluczowe pojęcie biblioterapii – na przykładzie poglądów Romana Ingardena</b> ( <i>Wiktor Czernianin</i> ).....	61
--	----

<b>Rozdział 5. Filozofia jako terapia w perspektywie biblioterapii</b> ( <i>Wiktor Czernianin, Halina Czernianin</i> ) .....	73
I. Wprowadzenie, czyli od rad autopsychoterapeutycznych filozofów, przez terapię filozoficzną, do filozofii jako terapii .....	73
I.1. Stanisław Siek, <i>Rady autopsychoterapeutyczne filozofów</i> .....	73
I.2. Lech Ostasz, <i>Psychoterapia filozoficzna</i> .....	74
I.3. Mateusz Stróżyński, <i>Filozofia jako terapia</i> .....	77
I.4. Krótkie podsumowanie .....	82
II. Ćwiczenia duchowe a terapia .....	83
II.1. Pojęcie ćwiczeń duchowych w tradycji filozoficznej .....	84
II.2. Podsumowanie .....	88
III. Fenomenologia jako terapia .....	89
IV. Zakończenie .....	91
<b>Rozdział 6. O terapeutycznym wymiarze wiary religijnej w biblioterapii</b> ( <i>Wiktor Czernianin</i> ) .....	95
<b>Rozdział 7. Biblioterapia w świetle psychologii. Zarys problematyki</b> ( <i>Wiktor Czernianin</i> ) .....	107
<b>Rozdział 8. Biblioterapia w pedagogice specjalnej. Krótkie repetytorium</b> ( <i>Wiktor Czernianin</i> ) .....	117
<b>Rozdział 9. Rola bibliotek w działalności biblioterapeutycznej</b> ( <i>Wiktor Czernianin</i> ) .....	127
<b>Rozdział 10. Biblioterapeuta – kim jest?</b> ( <i>Wiktor Czernianin</i> ) .....	135
<b>Rozdział 11. Uczestnicy biblioterapii – ogólna charakterystyka</b> ( <i>Wiktor Czernianin</i> ) .....	143
I. Uczestnicy biblioterapii z zaburzeniami emocjonalnymi .....	143
II. Uczestnicy biblioterapii nieprzystosowani społecznie .....	145
III. Uczestnicy biblioterapii z poczuciem mniejszej wartości .....	146
IV. Uczestnicy biblioterapii dotknięci deprivacją czynnościową .....	147
V. Uczestnicy biblioterapii z upośledzeniem umysłowym w stopniu lekkim .....	148
VI. Zakończenie .....	149
<b>Rozdział 12. Warsztat podręczny biblioterapeuty</b> ( <i>Wiktor Czernianin</i> ) .....	151
<b>Rozdział 13. Metody i techniki działania biblioterapeutycznego</b> ( <i>Wiktor Czernianin</i> ) .....	159
I. I etap działania. Diagnoza uczestnika biblioterapii .....	159
II. II etap działania biblioterapeutycznego .....	161
II.1. Konstrukcja scenariuszy zajęć oraz programów biblioterapeutycznych na podstawie przyjętych modeli postępowania biblioterapeutycznego .....	165
II.2. Programy biblioterapeutyczne .....	167
III. III etap postępowania biblioterapeutycznego .....	167



III.1. Dobór grupy .....	168
III.2. Podstawowe techniki biblioterapeutyczne .....	169
III.3. Dobór środków biblioterapeutycznych. Książki i alternatywne materiały czytelnicze.....	169
IV. Kartoteki zagadnieniowe.....	171
<b>Rozdział 14. Zastosowanie biblioterapii w leczeniu zaburzeń seksualnych.</b>	
<b>Doniesienie z wybranych badań (Kiriakos Chatzipentidis).....</b>	<b>175</b>
I. Celowość stosowania narzędzi biblioterapeutycznych w seksuologii.....	176
II. Biblioterapia a poradniki.....	176
III. Biblioterapia zaburzeń seksualnych.....	177
IV. Profil osoby najbardziej podatnej na biblioterapię zaburzeń seksualnych.....	180
V. Zalety biblioterapii w leczeniu zaburzeń seksualnych.....	181
VI. Zakończenie .....	181
<b>Rozdział 15. Studia Podyplomowe Biblioterapii w Instytucie Psychologii Uniwersytetu Wrocławskiego (Wiktor Czernianin, Kiriakos Chatzipentidis) .....</b>	
<b>CZĘŚĆ II. LITERATURA I TERAPIA</b>	
<b>Rozdział 1. Psychologia literatury w świetle biblioterapii (Wiktor Czernianin i Halina Czernianin).....</b>	
<b>189</b>	
I. Psychologiczne studium pisarza .....	191
I.1. Istota „pisarskiego daru” .....	191
I.2. Pisarz jako typ psychologiczny i jednostka .....	193
II. Badanie procesu twórczego .....	203
II.1. Stosunek podświadomości do świadomości w procesie twórczym .....	204
II.2. Rola warsztatu pisarskiego w procesie twórczym .....	205
III. Psychologia w utworach literackich .....	207
III.1. Psychologizm w literaturze.....	207
III.2. Psychologizm w badaniach literackich.....	209
III.2.1. Psychoanalityczna krytyka.....	209
III.2.2. Tematyczna krytyka.....	215
III.2.3. Psychokrytyka .....	217
III.2.4. Archetypowa krytyka .....	220
IV. Problematyka oddziaływania literatury na czytelników (psychologię publiczności literackiej).....	221
IV.1. Psychologia odbioru dzieła literackiego .....	222
IV.2. Odbiorca dzieła literackiego .....	224
V. Podsumowanie .....	226
<b>Rozdział 2. Poezjoterapia jako jedna z metod biblioterapii (Wiktor Czernianin, Halina Czernianin).....</b>	
<b>231</b>	
I. Wprowadzenie .....	231
I.1. Jak poezja powstaje.....	231

I.2. Jak poezja leczy – katharsis .....	233
II. Katharsis w poezjoterapii nastawionej na efekt terapeutyczny .....	234
II.1. Katharsis w formach twórczości lirycznej nastawionej na efekt terapeutyczny .....	234
II.2. Katharsis w poetyckich lekturach nastawionych na efekt terapeutyczny ....	237
II.2.1. Poezja i jej piękno .....	239
II.2.2. Siła terapeutyczna tkwiąca w poezji.....	242
II.2.3. Przeżycie estetyczne .....	249
II.2.4. Autopsychoterapia .....	251
III. Katharsis w poezjoterapii nastawionej na „oczyszczenie” moralne .....	252
III.1. Katharsis w formach twórczości lirycznej nastawionej na „oczyszczenie” moralne.....	252
III.2. Katharsis w poetyckich lekturach nastawionych na „oczyszczenie” moralne.....	254
IV. Katharsis w poezjoterapii nastawionej na doświadczenie mistyczne .....	257
IV.1. Katharsis w formach twórczości lirycznej nastawionej na doświadczenie mistyczne.....	257
IV.2. Katharsis w lekturach nastawionych na doświadczenie mistyczne .....	259
V. Katharsis w poezjoterapii nastawionej na przeżycie o charakterze czysto estetycznym.....	266
V.1. Katharsis w poetyckich lekturach nastawionych na przeżycie o charakterze czysto estetycznym.....	266
VI. Katharsis w poezjoterapii nastawionej na hedonistyczne zadowolenie.....	272
VI.1. Katharsis w twórczości poetyckiej nastawionej na hedonistyczne zadowolenie .....	272
VI.2. Katharsis w poetyckich lekturach nastawionych na hedonistyczne zadowolenie.....	276
VII. Zakończenie .....	278

### **Rozdział 3. Maska Saturna - czyli o smutku w poezjoterapii** (Wiktor

<i>Czernianin, Halina Czernianin)</i> .....	283
I. Maska Saturna.....	283
I.1. Co to jest smutek? .....	284
I.2. Melancholia i depresja .....	287
II. Drogi do smutku.....	289
II.1. Pesymizm i cierpienie .....	289
II.2. Choroba i śmierć .....	295
III. Poetyckie doświadczanie smutku.....	300
III.1. Barwy smutku w poezji terapeutycznej – kolor maski Saturna .....	301
III.1.1. Składniki emocji jako wyznaczniki poetyckiej interpretacji smutku .....	302
III.1.1.1. Ocena sytuacji .....	303
III.1.1.2. Zmiany w organizmie.....	304

III.1.1.3. Wyrażanie emocji smutku .....	306
III.1.1.4. Umotywowane działanie .....	307
IV. Zakończenie .....	309
<b>Rozdział 4. O pojmowaniu wychowawczej roli sztuki w biblioterapii – na przykładzie rozważań estetycznych Fryderyka Schillera i Herberta Spencera oraz książki <i>Poezja w wychowaniu</i> Piotra Chmielowskiego (Wiktor Czernianin) .....</b>	<b>315</b>
I. Schillerowski postulat wychowawczej roli sztuki poprzez zabawę .....	315
II. Schillera teoria człowieka estetycznego .....	318
III. Inspiracje Schillera i Spencera w rozważaniach Chmielowskiego .....	322
IV. Poglądy Spencera .....	323
V. Myśli Chmielowskiego o wychowawczej roli sztuki .....	325
VI. Chmielowskiego koncepcja poezjoterapii .....	329
VII. Chmielowski jako prekursor biblioterapii .....	331
<b>Rozdział 5. Literatura piękna jako środek oddziaływania terapeutycznego w biblioterapii – na przykładzie mitów i baśni (Wiktor Czernianin) .....</b>	<b>337</b>
I. Dzieło literackie w świetle biblioterapii .....	338
II. Mit w literaturze .....	339
III. Terapeutyczne oddziaływanie mitu i baśni .....	340
IV. Kulturowo-psychologiczne podstawy mitu .....	341
V. Mit w kulturze literackiej współczesnego człowieka .....	343
VI. Poetyka baśni jako środka oddziaływania terapeutycznego .....	345
VII. Podsumowanie .....	347
<b>Rozdział 6. Każdemu odpowiednia literatura – czyli o aspekcie poradowniczym w biblioterapii (Wiktor Czernianin) .....</b>	<b>349</b>
I. Poradownictwo w biblioterapii .....	349
II. Kulturowo-psychologiczne podstawy doboru odpowiedniej literatury .....	350
II.1. Zapotrzebowanie na mity wśród uczestników biblioterapii .....	351
II.2. Psychologiczne warunki radzenia sobie w życiu .....	353
II.3. Psychologiczna problematyka pomagania wzajemnego .....	355
III. Rola własnej twórczości uczestników biblioterapii .....	357
IV. Zakończenie .....	358
<b>Rozdział 7. O funkcji terapeutycznej i wychowawczej dzieła literackiego w badaniach biblioterapeutycznych – na przykładzie psychoanalitycznych interpretacji baśni Bruno Bettelheima oraz interpretacji Pisma Świętego z pozycji psychologii głębi Anzelma Grüna (Wiktor Czernianin, Halina Czernianin) .....</b>	<b>361</b>
I. Polscy prekursorzy literackich badań biblioterapeutycznych .....	361
II. Funkcja terapeutyczna i wychowawcza dzieła literackiego .....	362
II.1. Określenia cech dzieła literackiego przenoszących wartości terapeutyczne i wychowawcze .....	363

III. Metoda badań funkcji terapeutycznej i funkcji wychowawczej utworu literackiego na przykładzie psychoanalitycznej interpretacji baśni.....	365
III.1. Sposób działania funkcji terapeutycznej.....	367
III.2. Sposób działania funkcji wychowawczej .....	369
IV. Pismo Święte w interpretacji psychologii głębi o. Anzelma Grüna.....	371
IV.1. Metoda interpretacji .....	373
IV.1.1. Funkcja terapeutyczna biblijnych opowieści o uzdrowieniach w interpretacji z pozycji psychologii głębi.....	374
IV.1.2. Funkcja wychowawcza biblijnych przypowieści w interpretacji z pozycji psychologii głębi.....	378
V. Zakończenie .....	380
<b>Rozdział 8. Techniki dramatyczne i gry teatralne jako czynniki terapeutyczne w biblioterapii (Wiktor Czernianin) .....</b>	<b>383</b>
I. Techniki dramatyczne. Psychodrama a teatr.....	383
II. Gry teatralne. Inscenizacje i adaptacje.....	385
<b>Rozdział 9. Film jako narzędzie terapeutyczne (Wiktor Czernianin) .....</b>	<b>393</b>
<b>Rozdział 10. Narracyjne gry fabularne – aspekt terapeutyczny (Kiriakos Chatzipentidis).....</b>	<b>403</b>
I. Definicja .....	403
II. Aspekty terapeutyczne .....	405
III. Cele osiągnięte dzięki RPG.....	406

# Przedmowa

Niniejszy podręcznik, pt.: *Podstawy współczesnej biblioterapii*, tworzący naukowy fundament rozwoju biblioterapii jako dyscypliny akademickiej, jest uzupełnionym i poszerzonym wznowieniem *Teoretycznych podstaw biblioterapii* Wiktora Czernianina z 2008 roku. Tym razem do współautorstwa dr Wiktor Czernianin zaprosił dwoje swoich stałych współpracowników, tj. literaturoznawczynię, dr Halinę Czernianin i doktoranta pedagoga Kiriakosa Chatzipentidisa, dzięki temu przedstawione problemy zyskały na aktualności, stąd też zmiana tytułu. Dorobek naukowy tych Autorów z dziedziny biblioterapii był uprzednio publikowany na łamach „Przeglądu Biblioterapeutycznego”, rocznika naukowego wydawanego przez Instytut Psychologii Uniwersytetu Wrocławskiego pod znakomitą redakcją Wiktora Czernianina, pisma znajdującego się na tzw. liście ministerialnej czasopism naukowych. Tym samym kontynuowany jest nurt badań biblioterapeutycznych i arteterapeutycznych zainicjowany w Instytucie Psychologii UW. pracami wybitnego psychologa i pedagoga, prof. Zbigniewa Skornego (1926-2012), naszego Mistrza i Wzoru Uczonego.<sup>1</sup> Przypomnijmy, że w dziedzinie biblioterapii prof. Skorny współpracował w swoim czasie z prof. Janem Trzynadlowskim (1912-1995), teoretykiem literatury, mającym swój ważny wkład w rozwój biblioterapii.<sup>2</sup>

Podręcznik akademicki Wiktora Czernianina, Haliny Czernianin i Kiriakosa Chatzipentidisa, tworzący teoretyczne podstawy rozwoju biblioterapii, przedstawia dwa nurty badań. Jeden prezentuje ogólne zagadnienia związane z biblioterapią jako nauką, w jakże inspirującym i odświeżającym ujęciu; drugi ujawnia wytrwałe i udane poszukiwania tego, co stanowi istotę terapii przez literaturę piękną. Wydaje się, że właśnie nurt psychoterapii literackiej zaczyna odgrywać coraz większą rolę w kształtowaniu współczesnej biblioterapii, a w opracowaniu Autorów, np. porządkującym ustalenia w dziedzinie poezjoterapii, wartym docenienia.

---

<sup>1</sup> D. Borecka-Biernat, *Zbigniew Skorny (1926-1912)*, „Przegląd Biblioterapeutyczny”, *Rocznik II*, 1912, s. 179. Autor wielu prac dotyczących biblioterapii i arteterapii, np.: *Emocje a korekcyjna funkcja biblioterapii*, w: Zbigniew Skorny, Józef Szocki, Stanisław Zawistowski, *Korekcyjna funkcja biblioterapii*, akceptował: prof. dr Jan Trzynadlowski, Oddział Doskonalenia Nauczycieli. Wrocław. Małe Formy Metodyczne. Bibliotekoznawstwo 1/88, (Wrocław 1988); *Arteterapia a zaburzenia emocjonalne*, w: „Arteterapia”. Zeszyty Naukowe Nr 48 Akademii Muzycznej im. Karola Lipińskiego we Wrocławiu (Wrocław 1989); *Teorie psychologiczne jako podstawa arteterapii*, w: Arteterapia”. Zeszyty Naukowe Nr 52 Akademii Muzycznej im. Karola Lipińskiego we Wrocławiu (Wrocław 1990); *Psychospołeczne mechanizmy agresywnego zachowania się a arteterapia*, w: Arteterapia”. Zeszyty Naukowe Nr 57 Akademii Muzycznej im. Karola Lipińskiego we Wrocławiu (Wrocław 1990) i inne.

<sup>2</sup> Chodzi o następujące publikacje: Trzynadlowski J., *Biblioterapia jako problem teoretyczny i praktyczny. Zagadnienia wybrane*, w: *Sztuka słowa i obrazu. Studia teoretycznoliterackie*, Wyd. Ossolineum, Wrocław, 1982; Trzynadlowski J., *Biblioterapia – złudzenia i nadzieje*, „Arteterapia II. Zeszyt Naukowy nr 52”, Wyd. Akademia Muzyczna im. Karola Lipińskiego we Wrocławiu, Wrocław, 1990.

Poznając niektóre zagadnienia pierwszego nurtu, trzeba zauważyć, że istotnymi wyznacznikami decydującymi o autonomiczności biblioterapii jako nauki są rzeczywiście te przedstawione w sposób panoramiczny przez Autorów. Trudno się też nie zgodzić z ich określeniami przedmiotu badań biblioterapii, czy też uściśleniami metodologicznymi. Jak obrazowo wykazano, integracja teoretyczna biblioterapii opiera się również na uporządkowanym scaleniu z nią nieco odleglejszych, ale tylko pozornie, dziedzin nauki, jak na przykład filozofii czy religioznawstwa. Oczywiście, nie tylko ich badania wykazują, że istotnymi czynnikami decydującymi o skuteczności biblioterapii są cechy indywidualne i postawy zarówno jej uczestników, jak i biblioterapeutów. Przedstawiając charakterystykę cech jednych i drugich, przybliżyli jednak mocno biblioterapię do psychoterapii, także w zakresie różnych składników podejść terapeutycznych.

W drugim nurcie na szczególną uwagę zasługują kulturowe, duchowe i literackie konteksty, w których dokonuje się kierunkowe, tj. lecznicze lub/i wychowawcze oddziaływanie utworu literackiego. U podstaw przeprowadzonych przez Autorów analiz leży przeświadczenie, że specyficzna wartość terapeutyczna dzieła literackiego jest jego istotną cechą. Dzieło takie daje się wówczas określić, jako swoisty rodzaj materiału biblioterapeutycznego, którego odrębność ugruntowana jest na odmienności swoistego sposobu oddziaływania na odbiorcę (wgląd, katharsis).

Cechą ogólną podręcznika jest urzekające przenikanie się w niej literackich i duchowych refleksji z obszarem racjonalnych praktyk uzdrawiających i profesjonalnej teorii biblioterapii. Ukazane w nim z dociekliwością i nowatorstwem pomosty łączące biblioterapię z innymi dyscyplinami wiedzy, czynią z niego lekturę inspirującą zarówno dla teoretyków, jak i praktyków biblioterapii.

Prof. dr hab. Danuta Borecka-Biernat  
Zakład Psychologii Edukacji i Wychowania  
Instytut Psychologii  
Wydział nauk Historycznych i Pedagogicznych  
Uniwersytet Wrocławski

# Część I

## Biblioterapia jako nauka





# Rozdział 1.0

## Wprowadzenie do biblioterapii

(Wiktor Czernianin)

Etymologia wyrazu „biblioterapia” (greckie *biblion* = książka, a *therapeuo* = leczyć), wskazuje na jego funkcję i treść, tj. oznaczanie zastosowań lektury książek jako środka leczniczego chorych. Wobec powyższego, centralnym pojęciem biblioterapii musi być proces leczniczego oddziaływania literatury, szerzej sztuki słowa, na jej odbiorcę-pacjenta, stymulowany jednak przez biblioterapeutę. Stąd nieprzypadkowo pojawiają się w użyciu jeszcze dwa inne terminy na oznaczenie biblioterapii, a uważane za tożsame z nią, mianowicie: terapia czytelnicza i czytelnictwo chorych. Te ustalenia terminologiczne są ważne, także ze względu na fakt, że jeszcze w 1967 roku *Słownik wyrazów obcych* mylnie tłumaczył słowo biblioterapia jako: „konserwację książek polegającą na reperacji i restauracji uszkodzonych obiektów”. Trzeba dodać, że po raz pierwszy termin biblioterapia został użyty na oznaczenie stosowania książki w leczeniu chorych w 1916 r. na Zachodzie Europy przez Samuela MacChorda Crothersa.

### I. Historyczne pojęcia biblioterapii

Historia biblioterapii, jak łatwo zauważyć, jest związana z tradycjami czytelniczymi, dlatego jej dzieje słusznie wiąże się z dziejami książki, a te początkami sięgają, co wszystkim wiadomo, czasów antycznych. Już w odległej starożytności pojawiły się w naszym kręgu kulturowym zjawiska czytelnicze, które - widziane z perspektywy współczesnej - uważać można za formy biblioterapii wraz z jej uderzającymi głębią myśli pojęciami. Jakże frapujący jest bowiem z tego punktu widzenia słynny napis nad wejściem do biblioteki Ramzesa II w egipskich Tebach z XIII wieku p.n.e., który brzmiał „lecznica dla duszy”. Cytat ten z dzieła bibliologów polskich Karola Głombiowskiego i Heleny Szwejkowskiej (s.13) można znaleźć w wielu podręcznikach i artykułach poświęconych biblioterapii. Jak i odnotowany przez nich fakt, że w niezbyt odległym terytorialnie Kairze, w szpitalu Al-Mansur, w XIII wieku n.e. stosowano czytanie Koranu jako część leczenia. Z kolei na terenie Europy w XVIII wieku czytanie chrześcijańskich tekstów religijnych należało do programów leczenia pacjentów chorych psychicznie. (W.Szulc, 1994, s. 31). W Polsce po raz pierwszy zwrócono uwagę na funkcję książki w XVII wieku, widząc w niej narzędzie oświaty i nauki. Podnoszono wagę powszechnej dostępności książek

bibliotecznych. Sprawa dostępności zbiorów bibliotecznych znajdowała coraz szersze grono zwolenników, do których należeli pijarzy, widzący w książce bardzo ważne narzędzie szerzenia postępowych idei. (B.Gerlich-Partel, 1985, s. 245). Teksty świeckie do leczenia wprowadzono w XIX wieku w Stanach Zjednoczonych, Angli i Szkocji. W psychiatrii obowiązywała wówczas zasada leczenia moralnego, stąd zalecano czytanie chorym odpowiednio dobranych książek. (I.Borecka, 1992, s. 11). Refleksja historyczna nad tymi zjawiskami i pojęciami czytelniczymi, pozwala uznać książkę za najważniejszy środek oddziaływania leczniczego w biblioterapii. Czymże zatem, oczywiście z punktu widzenia biblioterapii, jest owa książka? Fundamentalnym składnikiem książki jest jej treść, zapisana graficznie w formie powstałej w wyniku ewolucji książki, tj. od kamiennych i glinianych tabliczek, poprzez zwoje papirusowe i pergaminowe oraz kodeksy rękopiśmienne, aż po współczesną książkę drukowaną. Warto zaznaczyć, że na zawartość współczesnej książki składa się obok dzieła piśmienniczego także sztuka edytorska, artystyczna oraz poligraficzne ukształtowanie książki, często aparat krytyczny i bibliograficzny, aneksy i inne elementy wyposażenia książki. Autor dzieła piśmienniczego jest więc współautorem książki, mającej wielu twórców (drukarnia, edytor, ilustrator itd). Jedynie w potocznym rozumieniu dzieło i książka znaczą to samo. (K.Migoń, 1984, s.14). Paradoksalnie, choć mamy epokę elektronicznych mediów, to jednak pozycja tradycyjnej formy książki w procesie biblioterapii wydaje się być niepodważalna. A więc nie dyskietka i CD-ROM, lecz książka drukowana stanowi najlepszy środek terapii. Przede wszystkim nie wymaga przy lekturze żadnej aparatury, daje się łatwo przenosić, posługiwanie się nią jest proste. Jakże słuszne są refleksje wybitnego ilustratora książek - Józefa Wilkonja - o roli książki w naszym współczesnym życiu: „Jeżeli książka w swojej podstawowej warstwie jest tylko zapisem, przekazem, to cywilizacja niechybnie zamieni ją w dyskietkę, bo dyskietka to esencja informacji. Ale dyskietka to tylko blaszka, a książka to przedmiot o sprawdzonej urodzie. W dodatku dyskietka bez aparatury uzupełniającej jest niczym. Książka zaś stanowi wszystko jednocześnie... Jest domem z Tajemnicami i zakamarkami, w które możesz wejść, otwierając strony - drzwi. Jest przestrzenią, którą trzymasz w ręku, możesz ją wziąć pod pachę, możesz włożyć do kieszeni. Możesz do niej sięgać, ale i zostawić ją w spokoju zamkniętą, bo wystarczy jej obecność...” (J.Brukwicki, 1999, s. 20). Treść książek zmieniała się w procesie historycznym wraz z ewolucją świadomości społecznej, rozwojem literatury, nauki, sztuki, kształtowania się indywidualnych i zbiorowych potrzeb czytelników, wraz z postępującą demokratyzacją kultury. Treść ta jest także przedmiotem badań biblioterapeutycznych, gdyż decyduje o funkcji leczniczej. Na przykład książki o treści religijnej i rozrywkowej dostarczano pacjentom szpitali wojskowych podczas I wojny światowej. Akcję prowadziło Brytyjskie Towarzystwo Czerwonego Krzyża oraz Zakon św. Jana, tworząc biblioteki szpitalne. Przez cały wiek XIX, kiedy w Europie wykształcała się nowoczesna świadomość narodowa,

w Polsce książka była jednym z cennych narzędzi walki o zachowanie tożsamości narodowej oraz o integrację Polaków rozdzielonych zaborami. Książka, jawna czy konspiracyjna, decydowała o życiu duchowym narodu. Stanowiła narzędzie swoistej kulturoterapii leczącej Polaków skazanych na niewolę. Ogromnie w związku z tym wzrosła rola bibliotek polskich, uporeczywie zakładanych i prowadzonych wbrew przeszkodom stawianym przez zaborców oraz działalność polskich towarzystw oświatowych. O terapii przez sztukę pisał już w 1881 roku wybitny badacz literatury polskiej Piotr Chmielowski w książeczce *Poezja w wychowaniu*: „To, co się mówi o uszlachetniającym wpływie poezji na życie, o przechowaniu najdroższych uczuć i myśli narodowej, o arce przymierza między dawnymi a nowymi laty - to wszystko zawiera się już w tym zdaniu: że poezja, jako najpopularniejsza wyobrazicielka sztuk pięknych, jest objawem, a zarazem warunkiem normalnego duchowego życia narodów. [...] Jeden z najświetniejszych poetów myślicieli - Fryderyk Schiller - pisząc o estetycznym wychowaniu człowieka pod wrażeniem terroryzmu rewolucji francuskiej, chciał uciec z krainy smutnej rzeczywistości, którą fantazja jego jeszcze wyolbrzymiała, i szukać schronienia w wiecznie spokojnym i wiecznie pogodnym państwie sztuki”. (s. 25-26).

Przykłady z dziejów czytelnictwa terapeutycznego unaocniają głębokie zakorzenie biblioterapii w przeszłości. U jej podstaw tkwiło zrazu często intuicyjne przekonanie, że książki mogą przynosić ulgę w cierpieniu. Leczono nie tylko „czytaniem pobożnymi” treści religijnych, lecz także literaturą świecką. Zorientowano się wszakże z czasem, że książka może zmienić rzeczywistość wychowawczą, znacząco wpływać nawet na psychikę człowieka, np. uświadamiając mu to, co w nim nieświadome. Zastanawiająco trafne są w związku z tym - z pozoru tylko idealistyczne - myśli Roberta Escarpita o sakralnym charakterze książki. Francuski uczyony odważnie zestawiał kult książki z kultem chleba. Pisał on, że: „książka jest przedmiotem takiego samego cichego kultu jak kult chleba, ponieważ była chlebem duchowym, [...] wielkim zwycięstwem człowieka [...] nad własną nieświadomością”. (R.Escarpit, 1969, s. 184-185). Chyba ma rację prof. R.Escarpit, dopatrując się w chlebie symbolu zwycięstwa człowieka na głodem, a ta głęboka metafora pozwala nam z kolei widzieć w książce - chlebie duchowym symbol zwycięstwa nad nieświadomością, szerzej niewiedzą. Właśnie tak piękna metafora jest też k l u c z e m do pojęcia biblioterapii.

## II. Rodzaje biblioterapii

Powszechnie przyjęta definicja biblioterapii - jak stwierdzają badacze problemu - pojawiła się po raz pierwszy na Zachodzie Europy w 1961 r. w drugim wydaniu *Ilustrowanego Słownika Webstera (Websters Third New International Dictionary)* w brzmieniu:

„użycie wyselekcjonowanych materiałów czytelniczych jako pomocy terapeutycznej w medycynie i psychiatrii, także poradnictwo w rozwiązywaniu problemów osobistych przez ukierunkowane czytanie”. (W.Szulc, 1994, s. 32). W roku 1966 Amerykańskie Stowarzyszenie Bibliotekarzy przyjęło ją jako oficjalną. W latach siedemdziesiątych XX wieku na całym świecie prowadzono coraz więcej badań w dziedzinie czytelnictwa ludzi chorych. Pojawiały się ciekawe opracowania. Za niezmiernie ważne wydarzenie naukowe owego okresu uznano wydanie książki pod redakcją Rhea Joyce Rubin, zatytułowanej *Bibliotherapy Sourcebook* w Londynie w 1978 r. (*Materiały źródłowe z zakresu biblioterapii*). Znalazły się w niej prace amerykańskich psychologów, psychiatrów i zawodowych terapeutów napisane w latach 1927-1949. (I.Borecka, 1992, s. 15). Najważniejsze okazały się dwie rozprawy autorstwa Caroline Shrodes, tj. *Bibliotherapy: a theoretical and clinical experimental study* (*Teoretyczne i kliniczne eksperymentalne studia z biblioterapii*) oraz *Psychology through literature* (*Psychologia w literaturze*). Zainspirowały one w Ameryce i Europie dalsze badania nad związkami literatury i psychologii. (I. Borecka, 1992, s.16). Oryginalność koncepcji C. Shrodes polegała na stwierdzeniu, że istnieją liczne powiązania między przeżyciem estetycznym a psychoterapią. Obydwie dziedziny poszukują drogi powrotu od marzeń do rzeczywistości. Identyfikacja z postaciami literackimi może doskonalić proces terapeutyczny. Identyfikując się z bohaterem, czytelnik może mówić o swoich uczuciach pod pozorem mówienia o bohaterze. Przeżycia zastępcze podnoszą próg tolerancji na frustrację, pozwalają antycypować cierpienie, co wzmacnia przystosowanie społeczne. Studium projekcji, którego pacjent dokonuje na bohaterach powieściowych, pozwala terapeutce poznać prawdziwą naturę irracjonalnych postaw pacjenta, co przyczynia się do postawienia właściwej diagnozy. Terapeutycznym skutkiem takiego studium jest zastąpienie tego, co było nieświadome, tym co jest świadome. Biblioterapia zatem pomaga pacjentowi odkryć własne możliwości, sformułować filozofię spójną z jego własną naturą, sprzyja wzrostowi wewnętrznemu. (W.Szulc, 1994, s. 34). Implikacje tej teorii przejawiały się m.in. w wielości powstałych definicji biblioterapii. Próbę ich udanej klasyfikacji rodzajowej podjął F. M. Berry, wprowadzając bardzo ważny i ogólnie przyjęty podział na biblioterapię kliniczną i wychowawczą. Tak więc w piśmiennictwie fachowym nastąpiło wyraźne rozgraniczenie. W pierwszym przypadku mamy do czynienia głównie z publikacjami klinicystów (lekarzy psychiatrów i psychologów klinicznych), a w drugim przede wszystkim z pracami pedagogów i zawodowych terapeutów. Pierwsza grupa prac dotyczy głównie leczenia psychiatrycznego, zaburzeń osobowości, druga - leczenia somatycznego, psychicznego wsparcia osób hospitalizowanych i niepełnosprawnych z zaburzonym zachowaniem, z niewłaściwymi postawami wobec siebie i własnej choroby. Typ biblioterapii klinicznej wymaga specjalistycznego przygotowania w dziedzinie psychoterapii klinicznej i jest zazwyczaj uprawiany przez

specjalnie przeszkolonych psychologów klinicznych oraz lekarzy psychiatrów względem pacjentów psychiatrycznych. Odmienność biblioterapii wychowawczej, zwanej też rozwojową lub humanistyczną, polega na realizacji celów wychowawczych w normalnym przebiegu życia („uczenia życia przez życie”), choć także w instytucjach, np. zakładach leczniczych, więzieniach itp. Pacjenci dobrowolnie uczestniczą w zajęciach. Mogą się one odbywać w instytucji bądź poza nią (w środowisku). Jej celem jest uzyskanie przez pacjenta wglądu w siebie, czyli samopoznania (zrozumienia siebie i innych), odkrycia i pogłębienia swojego wewnętrznego świata, wzbogacenia uczuć i motywów, które mogą zmienić jego zachowanie. Terapia nie jest tu traktowana jako sposób leczenia, lecz jako czynność, która wprawdzie może stanowić część programu medycznego, ale głównie ma być drogą do samorealizacji człowieka. Ma służyć jego rewalidacji i resocjalizacji, jeżeli istnieje taka potrzeba, a także jego rozwojowi. Typ biblioterapii wychowawczo-humanistycznej może być zatem realizowany również w działalności pedagogicznej nauczycieli. (E.Tomasik, 1997, s.82).

### III. Zadania i zastosowania biblioterapii

Zadania i zastosowania biblioterapii są różnorodne, mieszczą się jednakże w funkcjach, jakie może spełniać książka:

- pokazuje (wg W.Szulc, 1994, s.36), że czytelnik nie jest pierwszym ani jedynym człowiekiem, który ma problem;
- pozwala czytelnikowi dostrzec, że istnieje więcej niż jedno rozwiązanie jego problemu;
- pomaga zrozumieć motywy postępowania ludzi, nie wyłączając siebie samego, uwikłanych w szczególne sytuacje;
- pomaga dostrzec wartość zawartą w ludzkim doświadczeniu;
- pokazuje czytelnikowi, co jest niezbędne dla rozwiązania jego problemu;
- zachęca czytelnika do realistycznego spojrzenia na swoją sytuację.

Zadania te zależą od potrzeb, struktury psychicznej i sytuacji pacjenta, jak też umiejętności, wiedzy i kompetencji osoby prowadzącej biblioterapię. Biblioterapia jest więc formą komunikacji czytelniczej, pociągającą za sobą „odnowienie myśli”. Wskazywałoby to na bliskie koneksje zadaniowe biblioterapii i czytelnictwa. Obie dziedziny rzeczywiście są sobie bliskie, ale - trzeba to zdecydowanie podkreślić - nie są tożsame. Różnica polega - poza intencjonalnym nastawieniem biblioterapii - na różnym korzystaniu z książek. Od uczestnika biblioterapii nie wymaga się „oczytania”, które - przynajmniej do określonego wieku - jest ważnym elementem oceny poziomu czytelnictwa jako zaspokajania „kulturalnych, naukowych i rozrywkowych potrzeb ludzi przez przyswojenie

sobie przekazywanego w piśmie dorobku myśli i ducha ludzkiego”. Uczestnik biblioterapii może nawet nie umieć czytać, ważna jest tu możliwość wymiany zdań, rozmowy, dyskusji, podczas których wiąże się treści „książkowe” z rozwiązywaniem własnych problemów życiowych tegoż uczestnika. To nakierowanie na cel może całkowicie „przekwalifikować” zwykły materiał czytelniczy w materiał biblioterapeutyczny. (E.Tomasik, 1997, s. 82). Zadaniem takiej terapeutycznej lektury jest np. spowodowanie poprawy nastroju, obniżenie niepokoju i napięcia emocjonalnego czy odwrócenie uwagi od traumatycznych sytuacji związanych z pobytem w szpitalu. Choroba, a w szczególności pobyt w szpitalu, upośledza kontakt ze środowiskiem, zawęża zakres zainteresowań. Lektura książek, a zwłaszcza prasy zbliża chorego do rzeczywistego świata, rozbudza zainteresowania, dostarcza informacji, skłania do „porzucenia roli chorego” i przyjęcia bardziej aktywnej postawy życiowej. (W.Szulc, 1994, s. 38).

Stosując biblioterapię - według ustaleń różnych autorów - można interweniować w cztery różne sfery człowieka:

- w sferze intelektu można pomóc człowiekowi zdobyć wiedzę niezbędną dla zrozumienia i rozwiązania własnych problemów;
- w sferze społecznej biblioterapia pomaga dostrzec socjalne i kulturowe uwarunkowania działalności człowieka i związki łączące go z innymi ludźmi;
- w sferze emocjonalnej umożliwia dokonanie wglądu i identyfikacji oraz powoduje kompensację, bez narażania pacjenta na przykre uczucia związane z bezpośrednim omawianiem jego osobistych problemów;
- w odniesieniu do zaburzonego zachowania biblioterapia pomaga w oduczaniu zachowań niepożądanych, koncentrując uwagę pacjenta na wzorach zachowań społecznie pożądanych.

Oto specjalne grupy osób, wobec których stosuje się biblioterapię (wg W.Szulc, 1994, s. 38):

- niewidomi i niedowidzący;
- osoby niepełnosprawne pod względem fizycznym, wobec których biblioterapia spełnia przede wszystkim funkcję kompensacyjną;
- ludzie w podeszłym wieku;
- przewlekle chorzy;
- osoby uzależnione od narkotyków i alkoholu;
- chorzy psychicznie, zwłaszcza z upośledzeniem lekkim, leczeni w zakładach zamkniętych, ewentualnie w przychodniach, grupowo lub indywidualnie;
- osobną kategorię stanowią dzieci: niepełnosprawne, upośledzone, społecznie niedostosowane, leczone w szpitalach, mające problemy wynikające z alkoholizmu

lub choroby umysłowej rodziców, także z faktu adopcji lub posiadania macochy względnie ojczyma, wreszcie dzieci umierające.

Z tym ostatnim najtragiczniejszym problemem łączy się udzielanie wsparcia psychologicznego przy pomocy literatury rodzicom zmarłych dzieci. W pracy z dziećmi niezbędna jest znajomość terapeutycznej wartości literatury dziecięcej oraz kryteriów doboru odpowiedniej lektury traktowanej jako środek pomocniczy w rozwiązywaniu ich problemów psychologicznych. Jak wiadomo, zajmują się nimi pedagodzy w ramach odpowiednich działów pedagogiki specjalnej. W pracy lekarzy pediatrów, pielęgniarek pediatrycznych i pielęgniarek środowiskowych pomocą winna być biblioteka w danym zakładzie leczniczym dla dzieci, pełniąca funkcję rewalidacyjną, przy znacznym udziale odpowiednio przeszkolonych bibliotekarzy szpitalnych.

Z kolei program biblioterapii osób starszych - co zgodnie podkreślają autorzy publikacji na ten temat - opiera się na założeniu tzw. biofilii, przez którą Erich Fromm rozumiał miłość życia. Człowiek, który kocha życie - w myśl jego teorii - umie czerpać z niego radość, jest otwarty na nowe doświadczenia, spontaniczny, zdolny do akceptacji i przeżywania piękna oraz harmonii, smutku i dysonansu w otaczającym świecie. Punktem wyjścia jest tu oparcie się na zdrowych dynamicznie stronach osobowości, na tym co nie zostało naruszone przez proces choroby. Biblioterapię nastawioną na wzbudzanie w pacjencie starszym miłości życia zaczyna się od ćwiczeń zdolności przeżywania piękna. Biblioterapeuta może odwoływać się do wspomnień pacjenta, zwłaszcza do wspomnień przyjemnych i radosnych, z dzieciństwa i młodości. Jedną z wersji biblioterapii osób w podeszłym wieku polega na tym, że pacjenci nie czytają tekstów sami (często mają osłabiony wzrok), a zamiast tego biblioterapeuta opowiada im różne historyjki i anegdoty, które później są dyskutowane. Stanowi to podstawę do wglądu. Zastosowanie biblioterapii uzależnione jest zatem przede wszystkim od konkretnej sytuacji w jakiej znajduje się człowiek chory oraz od jego charakterystyki osobowościowej.

#### **IV. Uwagi końcowe**

Najsilniejsze są więzy łączące biblioterapię z literaturoznawstwem. Wszak jej istotą jest literaturoterapia. Stąd obie nauki mają wspólny początek, tj. świat książek. Właśnie książek - ponieważ „materiał” literatury - słowo jest czymś niematerialnym, potrzebuje więc materializacji, tj. reprodukcji przez pismo. Mniejsze i głównie usługowe, jak się wydaje, są więzy z bibliotekoznawstwem, jakkolwiek mają one ogromną wagę ze względu na wspólną problematykę czytelnictwa. Udział zagadnień psychologicznych wnosi z kolei problematykę psychoterapii jako dziedziny z pogranicza medycyny i sztuki w przypadku biblioterapii klinicznej, czy też nauki i sztuki w przypadku

biblioterapii wychowawczo-rozwojowej. Zaś jednym z zasadniczych celów pedagogiki specjalnej w biblioterapii jest kształtowanie postaw przyszłych biblioterapeutów wobec osób upośledzonych w każdym zakresie oraz kształcenie i wychowanie tychże osób. W Polsce biblioterapia wyraźnie wyrasta na naukę interdyscyplinarną, obejmującą głównie literaturoznawstwo, bibliekoznawstwo, psychologię i pedagogikę specjalną. Wymienione cztery dyscypliny wiedzy dają podstawy naukowe współczesnej biblioterapii, stając się w pewnym zakresie jej częściami składowymi. Zatem zasób wiedzy biblioterapeutycznej powiększa i pogłębia się dzięki temu bardzo wyraźnie. Wiedza ta składa się jednak z aparatury pojęciowej i terminologicznej czterech tworzących ją dyscyplin. Po prostu, biblioterapia „mówi” tymi czterema „językami naukowymi” naraz, tzn. posługuje się aparatem językowym tych nauk, i to zarówno chcąc o sobie coś powiedzieć, jak i scharakteryzować swój przedmiot badań czy problemy badawcze. I nie może być inaczej. Bowiem kwestia autonomii języka naukowego oraz przedmiotu badań wydaje się być tu warunkiem zaistnienia w ogóle niezależności biblioterapii jako osobnej dziedziny wiedzy. Niestety te zależności są, gdyż owe główne kategorie nauk ją tworzące i lepiej pojęciowo wyposażone, rozwijają się przede wszystkim jako samodzielne nauki teoretyczne i praktyczne. I to w polu ich zainteresowań badawczych jest właśnie biblioterapia jako przedmiot owych badań. Nauki te niezależnie od siebie budują jej podstawy w ramach swojej dyscypliny. Zatem - czy się nam to podoba, czy też nie - biblioterapia rozwija się dwutorowo, tj. samodzielnie i w ramach wspomnianych dyscyplin. Stąd też wykładana jest (lub była), np. na studiach bibliekoznawczych, (przede wszystkim w wiodącym ośrodku toruńskim, gdzie na UMK utworzono Zakład Bibliekoznawstwa, Czytelnictwa i Biblioterapii), pedagogicznych (Wyższa Szkoła Pedagogiki Specjalnej w Warszawie), medycznych (Akademia Medyczna w Poznaniu), psychologicznych (Uniwersytet Wrocławski) czy szkołach pomaturalnych (Państwowe Studium Kształcenia Animatorów Kultury i Bibliotekarzy we Wrocławiu). W świetle tego - program działań biblioterapeuty to dosłownie cała encyklopedia wiedzy o człowieku i kulturze. Ale nie powinno to być czynnikiem destrukcji dla tej dziedziny - jak pisał prof. Jan Trzynałowski - lecz impulsem kreatywnym. (J.Trzynałowski, 1990, s. 53).

## Literatura:

Karol Głombowski, Helena Szwejkowska, *Biblioteki w starożytności i średniowieczu*, Warszawa 1979.

(W. Szulc, 1994). Wita Szulc, *Kulturoterapia. Wykorzystanie sztuki i działalności kulturalno-oświatowej w lecznictwie*, Poznań 1994.

(B.Gerich-Partel, 1985). Barbara Gerich-Partel, *Udostępnianie zbiorów w bibliotekach Rzeczypospolitej XVII-XVIII w.*, „Roczniki Biblioteczne” 1985, nr 1/2.



- (I.Borecka, 1992). Irena Borecka, *Biblioterapia - nowa szansa książki*, Olsztyn 1992.
- (K.Migoń, 1984). Krzysztof Migoń, *Nauka o książce. Zarys problematyki*, Wrocław 1984.
- (J.Brukwicki, 1999). Jerzy Brukwicki, *Sztuka książki*, „Sycyna. Dwutygodnik kulturalny” 1999, nr 6/7.
- Piotr Chmielowski, *Poezja w wychowaniu*, Wilno 1881.
- (R.Escarpit, 1969). Robert Escarpit, *Rewolucja książki*, przeł. J. Pański, Warszawa 1969.
- (E.Tomasik, 1997). Ewa Tomasik, *Wybrane zagadnienia z pedagogiki specjalnej*, praca zbiorowa pod red. Ewy Tomasik, Warszawa 1997.
- (J.Trzynadlowski). Jan Trzynadlowski, *Biblioterapia - złudzenia i nadzieje*, „Arteterapia” II. Zesz. Nauk. Akad. Muzycz. we Wrocławiu, nr 52.
- Biblioterapeuta. *W poszukiwaniu tożsamości zawodowej. Materiały z konferencji zawodowej*, pod red. Krystyna Hrycyk. Wrocław 1997.
- Ewa Tomasik, *R. J. Rubin, Bibliotherapy sourcebook. Recenzja*, „Szkoła Specjalna” 1987, nr 1.
- Encyklopedia współczesnego bibliotekarstwa polskiego*. Wrocław 1976.



## Rozdział 2.

### **Biblioterapia jako autonomiczna nauka**

*(Wiktor Czernianin, Halina Czernianin)*

Zagadnienie naukowości biblioterapii w Polsce istnieje i nawet fakt naukowego charakteru dyscyplin humanistycznych ją współtworzących nie niweluje tego problemu (Czerwińska M., 2002, s. 15). Z jednej strony, zmierza ona, wzorem owych dyscyplin, do określenia swojego scjentyistycznego charakteru poprzez jak największą obiektywizację tematyki i matematyzację stosowanych przez siebie metod (Krzyńska S., 2013). Z drugiej strony, co trzeba podkreślić, sama terapia przez sztukę boryka się z tym problemem (Szulc W., 2013, s. 121) i nieustannie zmierza do tego, ażeby w swej strukturze, problematyce, metodach i języku mogła odpowiadać wymogom naukowości narzuconym jej niejako przez ośrodki akademickie. Zakłada to przyjmowanie w badaniach określonej metodologii związanej z daną dyscypliną współtworzącą biblioterapię (Czernianin H., Czernianin W., 2013, s. 8), w dalszej konsekwencji również określoną dominantą przedmiotową.

Właśnie ten ogólny rygoryzm metodologiczny, zaostrenie czy też tylko zacieśnienie wymagań aksjomatyzacji stawianych biblioterapii (również terapii przez sztukę), prowadzi do ogromnych trudności w uznaniu jej za naukę. Na skutek tego powstaje rozległy zakres rzeczywistości humanistycznej niedostępnej badaniom naukowym, a w związku z tym uważanej przez badaczy akademickich za oficjalnie nieistniejącą, choć z praktyką biblioterapii (i terapii przez sztukę) stykamy się niemal każdego dnia. W wyniku tego pozostaje szeroka gama problemów terapii przez literaturę, interesujących wielu ludzi, często młodych, stawiających istotne dla nich życiowe pytania, którymi żadna z dyscyplin współtworzących biblioterapię - pedagogika specjalna, psychologia, medycyna, bibliotekoznawstwo, literaturoznawstwo - w tak szerokim i kompleksowym zakresie się nie zajmuje. Nie chcemy przez to powiedzieć, że nie mogą one, czy wręcz nie przyczyniły się - przez swoje badania - do rozwoju biblioterapii.

#### **I. Paradoks metonimicznej nazwy**

Niestety, pozostawia się biblioterapię na marginesie zainteresowań wymienionych wyżej dyscyplin, degradując ją niesłusznie do roli „przyrodniej siostry”, np. bibliologii (Woźniczka-Paruzel B., 2010, s. 111). Trudność polega na tym, że już sam termin „biblioterapia” jest mylący, metonimiczny („leczenie książką”). Najwłaściwszy byłby

termin: „literaturoterapia”: leczenie literacką zawartością książki (Trzynadłowski J., 1982, s. 440). Oto podstawowy paradoks biblioterapii – paradoks podwójnej perspektywy. Z jednej perspektywy, tak jak chcą tego bibliotekoznawcy, w procesie terapii rzeczywiście poważną rolę odgrywa strona bibliologiczna, elementy książki i – co trzeba podkreślić - elementy te faktycznie współpracują z zawartością tekstową. Druga perspektywa to literatura, sztuka słowa (Trzynadłowski J., 1982, s. 442). Zatem oglądana z punktu widzenia danej dyscypliny współtworzącej, biblioterapia jest ich „przyrodnią siostrą”. Jednak definicyjny sposób w jaki postrzega się biblioterapię z zewnątrz, nie potwierdza takiej jej pozycji. Najwyraźniej przesunięcie punktu widzenia ze sfery danej dyscypliny współtworzącej do sfery poza nią, ukazuje biblioterapię jako dziedzinę własnie autonomiczną. Trzeba myśleć odważniej i zauważyć, że biblioterapia jest raczej nową dyscypliną humanistyczną, która znalazła zastosowanie w innych dziedzinach naukowych: bibliotekoznawstwie, pedagogice specjalnej, medycynie etc.

Należy zatem jasno zdać sobie sprawę z tego, że w środowiskach naukowych uzyskały prawo obywatelstwa poglądy na temat niesamodzielnosci naukowej biblioterapii, które to poglądy są po prostu nieudowodnione, ale jak dotąd „nienaruszalne”. Nasuwają się więc pytania: czy niechęć środowisk akademickich jest słuszna i uzasadniona? czy biblioterapii można odmówić rangi naukowości, kierunku studiów, a w konsekwencji prawnego uznania zawodu? czy wszystkie twierdzenia wypowiedziane w biblioterapii odpowiadają wymogom aksjomatyzacji i czy da się ona sprowadzić do eksperymentalnej sprawdzalności? Wreszcie, jeżeli zgodzimy się na to, że biblioterapię pozwala ujednolicić tylko jedna, naczelna metodologia jej badań, to czy rzeczywiście dyscyplina ta jest autonomiczna?

## II. Wyznaczniki literaturoznawcze autonomii biblioterapii

Problem autonomicznego rozwoju biblioterapii polega przede wszystkim na tym, że choć potrafi ona przeciwstawić swój przedmiot badań przedmiotowi tworzących ją dyscyplin, to jednak nie umie wyraźnie się od nich odgrodzić. Biblioterapia nie potrafi – jak dotąd - wziąć na swój warsztat poszczególnych metod dyscyplin, które ją tworzą i modyfikując je oraz rozwijając, uczynić swoimi. „Konieczny jest apel do środowiska terapeutów – piszą praktycy biblioterapii – o wzmoczoną pracę na rzecz ukonstytuowania się biblioterapii w Polsce. Z szacunku do ludzi potrzebujących tych szczególnych kontaktów z książkami, które leczą, powinniśmy rychło określić naukowe i praktyczne ramy biblioterapii, wykorzystując zgromadzony dotychczas potencjał intelektualny, wypracowane standardy i zaangażowanie terapeutów, pedagogów i bibliotekarzy” (Kawoń-Noga D.,

2013, s. 4). Odpowiadamy na ten apel krótkim uporządkowaniem wiedzy o biblioterapii jako nauce.

## **II.1. Przedmiot badań biblioterapii**

Przedmiotem biblioterapii jest leczenie literaturą. Przy czym identyfikacyjny charakter ma występujący w samym terminie człon „terapia”, określający jego podstawowe znaczenie funkcjonalne. Najtrafniej określił to J. Trzynadłowski pisząc: „w pojęciu biblioterapii SŁOWO zdolne jest leczyć duszę i pomóc w leczeniu ciała. Chodzi tu o głębsze oddziaływanie psychologiczne słowa i tekstu, i to w określonych kierunkach oraz skutkach częściowo przynajmniej zamierzonych” (Trzynadłowski J., 1990, s. 53). Jest to jedna z funkcji literatury, terapeutyczna, występująca w ścisłym związku z innymi funkcjami pozaestetycznymi literatury. Trzeba jednak mieć świadomość, że funkcje te nigdy nie występują samodzielnie, realizują się zawsze w powiązaniu z naczelną funkcją estetyczną literatury, rozumianą jako zdolność do wywoływania przeżyć estetycznych. Przy czym, jeżeli przeżycie estetyczne ma być wychowawcze, czy też terapeutyczne, to musi powstać na gruncie rozumienia wartości estetycznych utworu. Zgodnie z zasadą, że nie można przeżyć tego, czego się nie rozumie.

Przyjmując określoną koncepcję przedmiotu badań i granic jego swoistości, biblioterapia określa tym samym charakter swoich powiązań z innymi dyscyplinami wiedzy, które ją współtworzą. Ponadto koncepcja przedmiotu badań, czyli obraz badanej rzeczywistości, implikuje wybór metod i sposobów ich zastosowania.

## **II.2. Metoda jako wyznacznik konstytutywny biblioterapii**

Właśnie na gruncie metodologicznym dokonuje się proces adaptacji na potrzeby biblioterapii zarówno pojęć literaturoznawczych, jak i języka oraz metod badawczych ukształtowanych w obrębie wiedzy o literaturze. Przykładem jest doniosłość trzyetapowej syntetycznej metody badawczej Caroline Shrodes (Shrodes C., 1978): wgląd (samopoznanie), katharsis (przeżycie ulgi), identyfikacja (z bohaterem literackim), polegającej na oparciu tejże metody na trzech funkcjach literatury: poznawczej, estetycznej, wychowawczej. To powiązanie z funkcją literatury jako dziełem sztuki i jej psychologicznym oddziaływaniem, przesądziło o powodzeniu metody Caroline Shrodes w badaniach biblioterapeutycznych. Potwierdzają to uwagi Trzynadłowskiego, który na postawione przez siebie pytanie: co przemawia za ową skutecznością leczniczego działania literatury na świadomość, wyobraźnię i postawę czytelnika? - dał jednoznaczną odpowiedź: „wielowiekowa praktyka sugestywnej siły dzieła sztuki, ukształtowania artystycznego, a nawet konwencji i szablonu – stereotypu; z praktyki wiadomo, że liczne rzesze odbiorców silniej reagują na stereotyp niż na oryginalne arcydzieło.” (Trzynadłowski J., 1982, s. 442).

Zatem w rozważaniach teoretycznych nad problemem wyznaczników konstytutywnych naczelnej syntetycznej metody biblioterapii, należy stwierdzić, że współtworzą je trzy funkcje literatury, tj. poznawcza, estetyczna i wychowawcza. Natomiast swoistości terapeutycznego oddziaływania utworu literackiego trzeba upatrywać w tym, że jest on dziełem sztuki bądź przedmiotem przeżycia estetycznego. Jest to pojęcie *stricte* literaturoznawcze i wiąże się ściśle z naczelną funkcją estetyczną dzieła literackiego jako dzieła sztuki, realizującą się poprzez wywoływanie przeżyć estetycznych odbiorców. Wchodzimy tym samym w krąg zagadnień związanych z metodami analitycznymi, które uzupełniają wspomnianą podstawową metodę syntetyczną. Albowiem już samo sformułowanie problemu badawczego wymaga uwzględnienia metod i wyników badań innych dyscyplin naukowych, tutaj także estetyki i psychoterapii.

Jak wiadomo, przeżycie estetyczne w biblioterapii nie ma charakteru jednorodnego (Czernianin W., 2008, s. 61), polegać może na różnym współdziałaniu przyjemności pojawiających się w kontakcie z książką. Składają się na nie, uporządkowane przez R. Barthesa, przyjemności: słuchania lub czytania (kod narracyjny), przyjemność przeżywania emocji (kod semantyczny), przyjemność poznawania (kod kulturowy), przyjemność marzenia (kod symboliczny). One to właśnie stanowią potężny motyw sięgania po lekturę, albowiem odbiorcy czytają dlatego, że chcą wzruszać się i lękać, rozpaczać i współczuć, oburzać i triumfować, zdumiewać i cieszyć. (Baluch A., 2008, s. 11). Z celowym oddziaływaniem dzieła literackiego na samopoczucie odbiorcy wiąże się *katharsis*, jedna z najbardziej podstawowych i swoistych kategorii estetyki w zastosowaniu do recepcji literatury (Czernianin W., 2013). Kategorią tą posłużyła się C. Shrodes nadając jej sens psychologiczny w swojej metodzie biblioterapii, która to kategoria, jej zdaniem, wpływa oczyszczająco na uczestników (odreagowanie), powodując doskonalenie ich uczuć (Tomasik E., 1987; Tomasik E., 1988) i właściwie jest istotą terapii.

Terapię z kolei umożliwia etap wglądu związany z funkcją poznawczą literatury, w którym uczestnik doznaje samopoznania, odkrywając swój wewnętrzny świat. Nie ulega wątpliwości, że za metodologiczną podstawę badań biblioterapeutycznych powinna posłużyć tu psychologia literatury, której najważniejszą częścią składową jest psychoanaliza. Ta metoda analityczna, uzupełnia metodę C. Shrodes, opartą na psychoanalizie i teorii Z. Freuda. Ogólnie rzecz biorąc, można stwierdzić, że przedmiotem analiz stawiających sobie cel terapeutyczny, jest w tym przypadku bogata gama zjawisk psychicznych (Fiała E., 1991, s. 9). Równie bogaty i szeroki jest zakres badawczy psychologii literatury. Termin „psychologia literatury” według teoretyków literatury obejmuje bowiem: psychologiczne studium pisarza, badanie procesu twórczego, analizę typów i praw psychologicznych, które spotykamy w utworach literackich, wreszcie problematykę oddziaływania literatury na czytelników (Wellek R., Warren A., 1970, s. 90).

Z funkcją wychowawczą literatury związany jest etap identyfikacji uczestnika biblioterapii z postaciami literackimi. Może on doskonalić proces terapeutyczny dając czytelnikowi możliwość mówienia o swoich uczuciach pod pozorem mówienia o bohaterze literackim. W konsekwencji dzieło literackie kierunkowo oddziałuje na postawę i moralną świadomość odbiorców. Owa dominacja funkcji wychowania nad nauczaniem, czyni metodę C. Shrodes głęboko zakorzenioną w pedagogice specjalnej (Tomasik E., 1997, s. 81), uzupełnianej przez pedagogiczne metody analityczne.

Uznanie za naczelną w biblioterapii syntetycznej metody Caroline Shrodes świadczy o tym, że należy ona do nauk praktycznych, w których bardzo często - dla opracowania technik i metod postępowania biblioterapeutycznego - trzeba wykorzystywać zarówno wyniki teoretycznych badań literaturoznawczych, prowadzonych przy pomocy różnych metod analitycznych (proza, dramat, poezja), jak i wyniki kilku dyscyplin naukowych współtworzących biblioterapię. Na interdyscyplinarność biblioterapii kładzie się dziś zbyt mały nacisk w badaniach teoretycznych, a przecież dopiero współpraca dyscyplin, umożliwiająca badanie tego samego, wspólnego przedmiotu czy zagadnienia z różnych punktów widzenia i przy pomocy różnych metod, może przyczynić się do rozwoju biblioterapii jako autonomicznej nauki (np. w pracach N. A. Rubakina – twórcy bibliopsychologii czy A. Bryana).

### **III. Wyznaczniki medyczne autonomii biblioterapii**

Wszystko to, co uznawane jest za medyczne, również związki sztuki leczenia z innymi rodzajami sztuki, zamyka się w szczególnym trójkącie relacji. Tworzą go: leczący, chory i choroba. W kulturze Zachodu u szczytu tego trójkąta, w centralnym punkcie relacji, od niemal początku jej dziejów, znajduje się lekarz (Tokarczyk R., 2005, s. 15). Mimo eksponowanego miejsca lekarza, jego obecność w trójkącie jest zawsze czymś wtórnym w odniesieniu do chorego. Jednakże znaczenie osoby chorej jest słabo podkreślane w medycznej tradycji (Tokarczyk R., 2005, s. 16). Zwracał na to uwagę nawet papież Jan Paweł II, gdy jako pacjent przebywał w klinice tuż po zamachu na swoje życie. Otóż właśnie w celu wzmocnienia pozycji pacjenta powstała biblioterapia, jako sojuszniczka chorego w walce z chorobą, używając w tym celu swoistego lekarstwa, jakim jest literatura. Biblioterapia dostrzega i akcentuje podmiotową nadrzędną pozycję chorego w trójkącie relacji medycyny, ponieważ najczęściej w takiej roli przedstawia go literatura piękna.

Choroba tworzy sytuację wzajemnego komunikowania się chorego z lekarzem. W literaturze pięknej owo komunikowanie się jest fundamentalną narracją opisywania i odczytywania choroby. Narracja ta przerzuca pomosty porozumienia pomiędzy ludźmi

chorymi i ludźmi zdrowymi (Tokarczyk R., 2005, s. 17). Niektórzy lekarze-humaniści od lat włączają sztukę słowa do zakresu środków terapeutycznych i analizują jej wpływ z tego właśnie punktu widzenia. Za przykład niech posłuży zdanie jednego z nich: „Świadomi byliśmy, czym może być odpowiednio ukierunkowany wpływ środowiska i różnych form kulturowych – w tym literatury pięknej – na psychikę chorego, jego współodpowiedzialności za stosowaną terapię i osiągnięcie celów leczenia i usprawnienia” (Hulek A., 1973, s. 4).

### **III.1. Przedmiot badań biblioterapii klinicznej**

Przedmiotem badań biblioterapii klinicznej jest przede wszystkim pacjent, szczególnie jego diagnoza, która jest początkiem i warunkiem procesu biblioterapeutycznego. Rola medycyny i lekarzy polega tu na określeniu podstawowych jednostek chorobowych i sposobu leczenia, w odniesieniu do których ma być stosowana biblioterapia. Nie mniej ważne – jak podkreślają lekarze – jest rozpoznanie osobistych problemów pacjenta oraz jego zainteresowań (Stańczak T., 1979, nr 23/6, s. 275). I to jest rola biblioterapeuty. Albowiem pomoc choremu w doraźnie trudnej sytuacji stanowi nie mniej ważne zadanie niż działanie obliczone na odległe efekty i może wpłynąć na skuteczność leczenia farmakologicznego, na sukces operacji chirurgicznej, czy uciążliwej rehabilitacji – w konsekwencji może zdecydować o dalszych losach człowieka (Stańczak T., 1979, nr 23/3, s. 124). J. Trzynadłowski doprecyzował także przedmiot badań biblioterapii o zakres z psychologii klinicznej pisząc, że wówczas „nastawiona jest bezpośrednio na osłabianie lub nawet likwidację negatywnych objawów chorobowych typu psychicznego, pośrednio zaś na leczenie również i chorobowych przyczyn tych stanów, naturalnie w bardzo różnej skali i stopniu. Owe objawy chorobowe to przede wszystkim stany nerwicowo-lękowe, depresje psychiczne, mniej lub bardziej uświadamiane załamania, zniechęcenia i niewiara w skuteczność leczenia, obsesje i wyobcowania, bierność, apatia i niechęć do współdziałania z lekarzem oraz wiele innych podobnych postaw” (Trzynadłowski J., 1982, s. 441).

Niewątpliwie biblioterapeuta i lekarz są sojusznikami w walce z chorobą człowieka. Lekarz leczy choroby psychosomatyczne czy psychiczne, natomiast biblioterapeuta zajmuje się „chorobami duchowymi”, wykorzystując techniki diagnostyczne i terminy medyczne, aby określić stan ducha pacjenta. Lekarz używa środków farmakologicznych i wiedzy medycznej, biblioterapeuta – literatury pięknej, ponieważ wypełnia ją kultura duchowa człowieka, moc jego ducha. „Literatura – pisał Julian Aleksandrowicz – jako odzwierciedlenie kultury, stwarza bodźce psychologiczne, które mogą nadawać kształt myśleniu i działaniu człowieka, a więc określa m.in. poziom jego świadomości i wpływa



na postawę również w dziedzinie zdrowia i w dziedzinie moralności” (Aleksandrowicz J., 1973, s. 5).

### **III.2. Metody jako wyznaczniki konstytutywne biblioterapii klinicznej**

Metody biblioterapii klinicznej są dostosowane do różnego typu zaburzeń psychicznych pacjentów, także chorych somatycznie i oparte na zaadaptowanych metodach psychoterapii, obejmują przede wszystkim proces biblioterapeutyczny (Borecka, 1991, s. 12). Stąd pod wpływem opisanego wyżej trójkąta relacji medycznej powstał trójkąt relacji biblioterapeutycznej: uczestnik biblioterapii – proces biblioterapeutyczny – biblioterapeuta. Jest on wzorcowy dla wszystkich dyscyplin współtworzących biblioterapię i jednocześnie jest wyznacznikiem jej autonomii. Stworzyli go bibliotekarze szpitalni, jak i w ogóle biblioterapię, choć do klinik wprowadzili ją lekarze-humaniści, jako że rozwój bibliotek szpitalnych był ściśle związany z kierunkiem humanizacji medycyny i szpitalnictwa (Kozakiewicz W., Brzózka B., 1984, s. 6).

Opracowano szereg specyficznych metod biblioterapii mających zastosowanie, np. w psychiatrii (zarówno u dorosłych, jak i u dzieci), w leczeniu indywidualnym i grupowym, leczeniu nerwic, psychoz, alkoholizmu i zaburzeń zachowania oraz różnego typu zaburzeń osobowości (Stańczak T., 1979, nr 23/6, s. 275). Niektóre słowniki psychiatrii definiują biblioterapię jako metodę psychoterapii indywidualnej lub grupowej wykorzystującą lekturę książek jako sposób oddziaływania na pacjenta. Z reguły z zachowaniem stałej metody postępowania biblioterapeutycznego, tj. diagnozowania, odpowiedniego doboru literatury, czytania indywidualnego lub grupowego i refleksji nad przeczytanym utworem (Kozakiewicz W., Brzózka B., 1984, s. 56).

## **IV. Wyznaczniki pedagogiczne autonomii biblioterapii**

Biblioterapia pozostaje w ścisłym związku strukturalnym także z pedagogiką i to z określoną jej dziedziną zwaną pedagogiką specjalną. Związek ten wyraża się w kilku punktach stycznych.

Po pierwsze, biblioterapia posługuje się w dość szerokim zakresie aparatem pojęciowym wypracowanym w ramach pedagogiki i to zarówno pedagogiki specjalnej, opiekuńczo-wychowawczej, jak również pedagogiki ogólnej (Bauszt-Sontag A., 2013).

Po drugie, w ślad za tym posługuje się ona dość szeroko pedagogicznymi sposobami myślenia, szczególnie myśleniem rewalidacyjnym i resocjalizacyjnym, co oczywiście oznacza, że spotykamy się tu często ze stosowaniem określonej metodyki i ortodydaktyki. Stąd na gruncie biblioterapii dokonują się liczne transformacje metod pedagogiki ogólnej,

dopasowywania tych metod do „specjalnych potrzeb” niepełnosprawnych użytkowników, do funkcjonowania „w trudnych warunkach” (Tomasik E., 1997, s. 81).

Po trzecie, nie tylko język i sposób rozumowania, ale także niektóre teorie pedagogiczne są przyjmowane w biblioterapii i stosowane przy analizie zagadnień wychowawczo-rozwojowych (Malicki J. Krasoń K., 2005).

Po czwarte, pedagogika wywarła wpływ na charakterystykę uczestników biblioterapii, a nawet w jakimś sensie na systematyzację głównych problemów praktycznego stosowania biblioterapii: od najbardziej podstawowych, tj. opisów doboru materiałów czytelniczych, do sposobów tworzenia scenariuszy zajęć, programów i modeli postępowania biblioterapeutycznego oraz dydaktyki (Koniczna E., 2005).

#### **IV.1. Przedmiot badań biblioterapii wychowawczej**

Przedmiotem badań biblioterapii wychowawczej jest uczeń, człowiek młody, jego prawidłowy rozwój, samorealizacja i zdrowie psychiczne. Prekursorka biblioterapii wychowawczo-rozwojowej – R. J. Rubin - uważała, że anachronizmem jest ograniczenie biblioterapii tylko do klinicznej, czyli traktowanie jej wyłącznie jako sposobu leczenia, podczas gdy głównie powinna być drogą do samorealizacji człowieka (Tomasik E., 1988). Przytoczmy zatem to, co ustalił systematyk biblioterapii Franklin M. Berry: owym przedmiotem mogą być sprawy związane z przystosowaniem, samopoznaniem, samorealizacją, rozwojem i osiągnięciem dojrzałości emocjonalnej, a także ekspresją, twórczością i rozumieniem innych (Tomasik E., 1987, s. 73).

Widać z tego, że sam podział na biblioterapię kliniczną i wychowawczą nie wystarczy, ażeby określić dokładniej przedmiot badań tej ostatniej. Zagadnienia zostały więc podzielone na trzy podstawowe związane z: 1) uczestnikami biblioterapii, a więc dziećmi, młodzieżą, niedostosowanymi społecznie, niepełnosprawnymi itd; 2) biblioterapeutami, czyli raczej pedagogami, uprawnionymi dydaktykami; 3) literaturą piękną, ale związaną tematycznie z pedagogiką specjalną. Podział ten jest jednak tylko na pozór łatwy i przejrzysty, zawiera bowiem bardzo szerokie otwarcie w stosunku do nauk humanistycznych i rzutuje w określony, pedagogiczny sposób na kształtowanie się koncepcji biblioterapii jako nauki.

Zagadnienie uczestników biblioterapii jest podstawowym, ujmuje się je także według charakterystycznych dla nich problemów, tj. z zaburzeniami emocjonalnymi, nieprzystosowaniem społecznym, z poczuciem mniejszej wartości, dotkniętymi depresją czynnościową (głównie osoby starsze), z upośledzeniem umysłowym w stopniu lekkim (Czernianin W., 2002, s. 137). Równie poważnym badaniem obejmuje się biblioterapeutów, zwłaszcza ich kształcenie. Problemem jest ustalenie nieodzownych właściwości osobowościowych, takich jak wrażliwość, empatia, zdolność słuchania, dojrzałość

sądów itp., a także to, czy rzeczywiście biblioterapeutą może być po prostu „każda wrażliwa osoba z pewną eksperymentalną wiedzą i podstawowym zrozumieniem procesów grupowych” (Tomasik E., 1988). Z kolei wykorzystanie literatury pięknej i literatury faktu do celów terapeutycznych przyczynia się do powstania przewodników bibliograficznych związanych tematycznie z pedagogiką specjalną, opracowywanych przez samych pedagogów (Tomasik E., 1999; Czerwińska M., 2002; Szczupał B., 2009).

## **IV.2. Metody jako wyznaczniki konstytutywne biblioterapii wychowawczej**

Są one dostosowane do różnego typu problemów wychowawczo-rozwojowych uczestników biblioterapii, obejmują przede wszystkim proces biblioterapeutyczny. Jednakże trójkąt relacji biblioterapeutycznej: uczestnik biblioterapii – proces biblioterapeutyczny – biblioterapeuta, ulega zróżnicowaniu w stosunku do biblioterapii klinicznej. Różnice dadzą się sprowadzić do następujących zmian: 1) różnica w typie uczestników (chorzy, pacjenci – zdrowi, uczniowie, ochotnicy); 2) różnice w celu procesu biblioterapeutycznego (leczenie – osiągnięcie celu wychowawczego, samorealizacja); 3) różnica w funkcji i roli biblioterapeuty (terapeuta – prowadzący dyskusję). (Tomasik E., 1987, 73).

Wzorem biblioterapii klinicznej określono, ale nieco inne metody postępowania biblioterapeutycznego przy realizacji postawionego celu wychowawczego (rozwojowego), zwłaszcza przy doborze uczestników, literatury (materiałów alternatywnych), warunków czytania (słuchania, oglądania), przygotowywania scenariuszy zajęć, wreszcie warsztatu samego biblioterapeuty (Tomasik E., 1997, s. 84-86). Cele biblioterapii wychowawczo-rozwojowej w pedagogice specjalnej mogą wynikać z zadań rozwojowych dla poszczególnych grup wiekowych, np. u dzieci naśladowanie, rozróżnianie dobra i zła, rozwój moralny; w wieku dojrzewania – akceptacja własnego ciała, relacja z płcią odmienną, niezależność od rodziców, nabywanie pojęć wartości, etyki; u młodzieży starszej – wybór przyjaciół, wybór zawodu i grupy społecznej, zakładanie rodziny.

W biblioterapii wychowawczej przyjmuje się, że proces biblioterapeutyczny przebiega przez cztery określone etapy wzorowane na metodzie C. Shrodes. Pierwszym jest identyfikacja, która daje uczestnikowi biblioterapii zastępcze przeżycie, pozwala mówić o swoich uczuciach z zachowaniem pozorów mówienia o bohaterze. Drugi etap: projekcja - jest właśnie tym specyficznym dla pedagogiki specjalnej - dokonywana jest na przykładzie bohaterów literackich, pozwala biblioterapeucie poznać prawdziwą naturę irracjonalnych postaw uczestnika biblioterapii, co przyczynia się do postawienia właściwej diagnozy. W etapie tym może wystąpić projekcja spostrzeżeniowa polegająca na interpretacji motywów postępowania bohatera lub relacji między postaciami, a także projekcje poznawcze, czyli wnioski odnoszące się do sensu wyrażonego przez autora, narzucanie sensu moralnego utworu. Terapeutycznym skutkiem omawianego procesu jest

zastąpienie tego, co było nieświadome, tym, co jest świadome. Z pomocą biblioterapeuty uczestnik biblioterapii odkrywa własne możliwości, formułuje filozofię życiową spójną z własną naturą, wzrasta wewnątrznie, odzyskuje radość życia. Trzeci etap to oczywiście katharsis, czyli odreagowanie napięcia, doznanie oczyszczającej ulgi, a nawet moralnego zachwyty. Natomiast w czwartym – wglądzie – uczestnik biblioterapii doznaje samopoznania (zrozumienia siebie i innych), odkrywa i pogłębia swój wewnętrzny świat, wzbogaca uczucia i motywy, które mogą zmienić jego zachowanie (Tomasik E., 1994, s. 18).

Biblioterapia wychowawcza ma liczne odniesienia do teorii pedagogiki specjalnej. Wspólne zasady terapeutyczne można wyodrębnić zwłaszcza w zakresie metod rewalidacji i resocjalizacji. Główny cel biblioterapii - w postaci nastawienia na udzielanie pomocy, dominacji wychowania nad nauczaniem - czynią z niej naukę głęboko zakorzenioną w pedagogice specjalnej, ale wciąż autonomiczną. Wyznacznikiem jej autonomiczności jest narzędzie terapeutyczne, czyli literatura.

## **V. Wyznaczniki psychologiczne autonomii biblioterapii**

Przynajmniej trzy dziedziny wiedzy psychologicznej wyznaczają podstawy autonomiczne biblioterapii: psychologia sztuki z kluczowym pojęciem znaczenia sztuki dla zdrowia psychicznego, psychologia rozwojowa i kliniczna z podstawową umiejętnością diagnozowania, wreszcie psychoterapia z metodami leczenia opartymi na podejściu humanistyczno-egzystencjalnym, a także z bardzo ważnymi określeniami postawy terapeuty.

### **V.1. Przedmiot badań biblioterapii w świetle psychologii**

Przedmiotem tym jest literacka psychoterapia (termin J. Trzynadłowskiego, 1982, s. 442). Mieści się on w obszarze badawczym zakreślonym przez trójkąt relacji biblioterapeutycznej. Współtworzą go trzy zagadnienia związane z: uczestnikiem biblioterapii, następnie procesem biblioterapeutycznym i biblioterapeutą.

#### **V.1.1. Zagadnienia przedmiotu badań biblioterapii w świetle psychologii związane z uczestnikiem biblioterapii**

Pierwszym jest *znaczenie sztuki dla zdrowia psychicznego* uczestników biblioterapii. Jest ona próbą tworzenia form, które sprawiają radość i zaspokajają poczucie piękna. Estetyczna wrażliwość człowieka jest bowiem trwałą właściwością psychiczną. Wyróżnia się trzy organicznie ze sobą sprzężone komponenty tej właściwości: silną dążność do piękna, występującą przy tym intensywną emocjonalność, oraz zdolność do

bogatych wypowiedzi na rozmaite jakości estetyczne (Janicki, 1990; Tatariewicz W., 1975; Szuman S., 1990). Czynności typu twórczego, które tworzą w następstwie różnorodną sztukę, są nierozłącznie związane z psychiką ludzką, tak od strony trwania ich w czasie, jak i powszechności występowania. Zaspokojenie przy pomocy środków jakimi dysponuje sztuka strefy elementarnych potrzeb wewnętrznych człowieka (uświadomionych i nieświadomionych), stanowi warunek utrzymania odpowiedniej równowagi jego funkcji życiowej, ponieważ sztuka zmierza do wytworzenia równowagi między światem wyobrażonym a rzeczywistością. Sztuka pokazuje naszą terażniejszość emocjonalną, jest pomostem między przeszłością a przyszłością, między wiedzą a mitem, posiada samodzielną strukturę paralelną do naszych dążeń, pragnień i lęków. (Janicki A., 1990, s. 77).

W kręgu zagadnień związanych z uczestnikami biblioterapii przedmiot badań stanowi ponadto *wiedza psychologiczna o rozwoju człowieka*, powiązana ściśle z zachowaniem osób, wobec których podejmowane są działania terapeutyczne. Bez wątpienia wiedza taka jest jednym z podstawowych warunków skutecznej biblioterapii, zwłaszcza wychowawczej. Jej podstawowym założeniem jest postrzeganie człowieka jako jednostki aktywnej. To znaczy, że człowiek jest dla niej podmiotem działającym w swoim środowisku, a więc podejmującym zadania, realizującym je, odpowiednio wykorzystującym informacje, nawiązującym trwałe relacje z otoczeniem, które następnie określają jego miejsce w otoczeniu społecznym. Podstawą rozwoju tak ujmowanego człowieka są jego doświadczenia wynoszone z działań, poprzez które uczestniczy w swoim środowisku (Porębska M., 1990).

Ważne dla biblioterapii jest to, jak w tej koncepcji rozwoju rozumie się tzw. uwarunkowania zewnętrzne i wewnętrzne. Otóż warunki wewnętrzne to początkowo wrodzone właściwości organizmu, a następnie – w miarę postępowania rozwoju – nabywanie umiejętności i sprawności, które określają możliwości podmiotu, w tym jego ustosunkowanie do otoczenia i siebie samego. Natomiast zetknięcie się człowieka z zewnętrznymi warunkami, tj. ludźmi, ich postępowaniem, przedmiotami i zjawiskami – prowadzi do powstania określonej sytuacji. Kształtuje ją percepcja podmiotu ograniczona jego możliwościami (Porębska M., 1990).

Podobnie rzecz ma się z przedmiotowością w biblioterapii *psychologii klinicznej* stosowanej głównie wobec uczestników biblioterapii z zaburzeniami psychicznymi, w kryzysach psychicznych, z upośledzeniem umysłowym w stopniu lekkim, pacjentów szpitali itd, a więc zorientowanej medycznie. Z szerokiego zakresu praktyk klinicznych, do których, jak wiadomo, należą: diagnoza, ewaluacja, klasyfikacja, leczenie, prewencja i badania, wydaje się, że ta pierwsza stanowi najsilniejszą podstawę biblioterapii klinicznej. Tym bardziej, jeśli zawęzi się dla jej potrzeb definicję psychologii klinicznej, ograniczając ją do koncepcji psychologicznego badania chorobowych zaburzeń psychicznych.

Choć diagnoza, czyli rozpoznanie choroby, zaburzenia, zespołu chorobowego, stanu zdrowia itp. jest dla biblioterapeuty niezwykle trudnym zadaniem, to jednak, jeśli np. diagnostyczny wywiad z pacjentem jest dobrze przeprowadzony i opisany wraz z wnioskowaniem na temat natury jego zaburzeń, to wówczas może służyć dużą pomocą lekarzowi w postawieniu diagnozy i w terapii. Aby poradzić sobie z tym problemem trzeba przyjąć założenie, że diagnoza nie zawsze musi opierać się na modelu medycznym. Trzeba położyć nacisk na zachowanie, myśli i emocje, a konkretnie na te aspekty tego, co robimy, myślimy i czujemy, które odbiegają od norm społecznych lub przeszkadzają w prowadzeniu normalnego życia. Drugą podstawę biblioterapii klinicznej z omawianego zakresu jest leczenie (Czernianin, 2008, s. 97).

### **V.1.2. Zagadnienia przedmiotu badań biblioterapii w świetle psychologii związane z procesem biblioterapeutycznym**

Przedmiot badań biblioterapii w świetle psychologii związany z procesem biblioterapeutycznym mieści się w obszarze zakreślonym przez metodę C. Shrodes opartą na teorii dynamiki doświadczeń estetycznych i psychoanalizie, tj. identyfikacji, katharsis, wglądzie.

Doświadczenie *identyfikacji* z bohaterem literackim wiąże się z pojęciem przeżycia estetycznego, kluczowym dla tego procesu (Czernianin W., 2008, s. 61). Początkiem przeżycia jest „emocja wstępna” mająca charakter wzruszenia. Wzruszenie to nie ma nic wspólnego z tzw. podobaniem się, jakkolwiek ma wiele wspólnego z oczarowaniem. Pierwszą cechą omawianego doznania stanowi przeżycie intensywnej przyjemności, czerpanej z patrzenia i słuchania lub czytania; przyjemność ta jest tak intensywna, że człowiekowi trudno jest się od niej oderwać. Najogólniej rzecz ujmując – przeżycie estetyczne zaczyna się od wzruszenia w postaci oczarowania spostrzeżonym pięknem przedmiotu (Tatarkiewicz W., 1975, s. 365-366).

Drugi etap przeżycia estetycznego następuje, gdy pod wpływem tego wzruszenia, całą naszą świadomość zwracamy ku przedmiotowi estetycznemu-utworowi literackiemu, który je wywołał; powoduje to zahamowanie zwykłego przebiegu świadomości, zacieśnia się jej pole, zainteresowanie skupia się na spostrzeżonej jakości piękna. W następstwie bezpośrednio nawiązująca do tego nastawienia postawa jest aktywnym, skupionym oglądaniem jakości z początku tylko nas poruszającej. Tę silniej lub słabiej odczuwaną fazę aktywno-twórczego tworzenia przedmiotu estetycznego jako ustrukturuwanej całości jakościowej można zilustrować przebiegiem procesu konkretyzacji dzieła literackiego, gdyż stanowi ona aktywną odpowiedź odbiorcy na inicjatywę komunikacyjną pisarza, nadto jest zjawiskiem jednostkowym, jednakże społecznie uwarunkowanym.

W przeciwieństwie do tego w ostatnim - trzecim - swym etapie przeżycie estetyczne wkracza w fazę pewnego rodzaju uspokojenia. Dokonuje się bierne, kontemplacyjne, przesycone emocją intencjonalne odczuwanie ukonstytuowanego już przedmiotu estetycznego-dzieła literackiego. Tym sposobem etap trzeci, ze względu na zawartą w niej teorię kontemplacji, stanowi przeciwieństwo etapu drugiego z obecną w nim teorią aktywnej natury przeżyć estetycznych (Ingarden R., 1966, s. 14).

Zatem przeżycie estetyczne jest złożone, wielofazowe. Rozwijając się w czasie, przechodzi przez trzy etapy o różnym charakterze. W przeżyciu estetycznym występują więc kolejno: (1) czyste wzruszenie podmiotu-czytelnika, (2) formowanie przedmiotu-utworu literackiego przez podmiot, (3) odbiorcze przeżywanie tego przedmiotu. Na wcześniejszych etapach przeżycie to ma charakter uczuciowy i dynamiczny, który w końcowym etapie traci na rzecz kontemplacji.

Proces identyfikacji z bohaterem literackim w sposób psychoanalityczny przedstawia znany badacz baśni, Bruno Bettelheim, opisując oddziaływanie baśniowych bohaterów na dziecko. Wyjaśniając na przykład, że „nie dlatego baśń zachęca do powinności moralnych, że cnota na koniec zwycięża, ale dlatego, że bohater jest dla dziecka postacią bardziej pociągającą niż inne osoby występujące w baśni i że identyfikuje się ono z nim, gdy toczy on wszystkie swe walki. W procesie owej identyfikacji dziecko wyobraża sobie, że wraz z bohaterem przechodzi jego próby i cierpienia, i że tryumfuje wraz z nim, gdy cnota odnosi zwycięstwo. Dziecko dokonuje tej identyfikacji całkowicie samodzielnie, a utożsamiając się z bohaterem w jego wewnętrznych i zewnętrznych zmaganiach, przejmuje tym samym sens moralny baśni” (Bettelheim B., 1996, s. 30-31).

Koresponduje to z ustaleniami C. Shrodes, która uważała, że w fazie identyfikacji z postaciami literackimi powinny wystąpić kolejno: ekspresja afektu do bohatera, wyrażenie zgody bądź niezgody z jego opiniami, obawa o jego los, ekspresja homonimiczności (współjedności), przyjemność bycia podobnym do bohatera (Tomasik E., 1997, s. 84).

*Katharsis* uczestnika biblioterapii to odreagowanie napięcia, doznanie oczyszczającej ulgi, a nawet moralnego zachwytu (Tomasik E., 1997, s. 84).

Działanie „katharsis” w literaturze określił Arystoteles, wprowadzając to pojęcie w swojej słynnej definicji tragedii (w dziele pt.: *Poetyka*, rozdział VI), przedstawiając działanie akcji tragicznej na widza jako wzbudzanie doznań litości i trwogi a zarazem „oczyszczanie” takich doznań. Oto jego słowa: „przez litość (*éleos*) i trwogę (*phóbos*) sprowadza oczyszczenie (*kátharsis*) takich afektów” (Sinko, 2006, s. XIX). To lapidarne i przez to zagadkowe sformułowanie Arystotelesa stało się w późniejszych czasach przedmiotem wielorakich interpretacji. Wydaje się, że w jego ujęciu *katharsis* była najprawdopodobniej rozumiana nie jako uszlachetnienie uczuć widza, lecz jako wyzwolenie go od nich: losy bohatera tragicznego pobudzając odbiorcę do niezmiernie intensywnego

przeżycia litości i trwogi, pozwalały mu się od nich oswobodzić i osiągnąć spokój wewnętrzny; pojęcie katharsis nabierało tu sensu psychologicznego, zapewne nie bez inspiracji greckich teorii medycznych (Sławiński J., 1976, s. 185). Właśnie tę korzyść Arystoteles określa wyrazem katharsis, do którego objaśnienia przyczyniają się też słowa Platona o słuchaczach poezji wypowiedziane ustami Gorgiasza, bohatera dialogu pt.: *Gorgiasz*: „Ogarnia ich trwoga i litość, a przez powodzenie i niepowodzenie w obcych sprawach i osobach, dusza przeżywa coś własnego”. Ten wpływ poezji, w ogóle słowa (*logos*) na duszę porównał Gorgiasz z działaniem lekarstw oczyszczających ciało (Sinko T, 2006, s. XX). Późniejsi interpretatorzy, np. z XIX i XX wieku, objaśniali oczyszczające działanie tragedii leczniczo-terapeutycznie, uważając katharsis za metaforę lekarską, która oznacza działanie tragedii, a nie cel (bo za cel uważał Arystoteles swoistą przyjemność estetyczną) i tak to objaśnienie formułowali: „w każdej duszy drzemią dyspozycje czy skłonności do rozmaitych afektów. Pod wpływem wrażeń scenicznych uaktywniają się one i wydobywają na wierzch, np. w formie litości i trwogi, a przez to przeżycie ich w iluzji estetycznej przestają nas niepokoić wewnętrznie.” (Sinko, 2006, s. XXI). Katharsis oznacza więc uwolnienie od czegoś, w danym razie od afektów, usunięcie ich - jak przeczyszczającym lekarstwem - z duszy, choć nie na zawsze, tylko do najbliższego zaburzenia wewnętrznej harmonii (Czernianin W., Czernianin H., 2012, s. 47; Szczeklik A., 2003, s. 79).

*Wgląd* w biblioterapii to odkrywanie i pogłębianie wewnętrznego świata czytelnika w trakcie kontaktu z dziełem literackim, a także wzbogacanie uczuć i motywów, które mogą zmienić jego myślenie i zachowanie (Tomasik E., 1997, s. 84). Na przykładzie literatury można więc pokazać uczestnikowi biblioterapii jego skomplikowane i czasem wstydlive uczucia, dostaje on jak gdyby przyzwolenie na czucie i myślenie dotychczas nieakceptowane. Wgląd, jaki występuje na przykład u dziecka czytającego baśń, psychoanalitycznie wyjaśnił Bettelheim posługując się kategoriami nieświadomości i świadomości wziętych z koncepcji Zygmunta Freuda. Oto obszerny fragment z jego dzieła (Bettelheim B., 1996, s. 26-28): „Jeśli dziecko ma sobie poradzić z psychologicznymi problemami wzrastania [...], musi mieć możliwość rozumienia tego, co dzieje się w świadomej sferze jego psychiki, tak aby mogło radzić sobie również z tym co dzieje się w jego nieświadomości. Może ono to uzyskać nie w ten sposób, że dzięki racjonalnym wyjaśnieniom pojmie, jak jest natura i treść jego nieświadomości, ale osuwając się z nią w fantazjach na jawie – przez przetrawianie, przekształcanie i wzbogacanie imaginacyjne elementów opowieści, na które zareagowało w sferze nieświadomej. Tym samym umieszcza ono treści nieświadome w świadome fantazje, co umożliwia mu uporanie się z owymi treściami. Tu właśnie baśnie okazują swą nieocenioną wartość, bo ofiarowują dziecku takie obszary wyobraźniowe, których nie odkryłoby samo. A jeszcze ważniejszą



rzeczą jest, że forma i struktura baśni poddaje dziecku obrazy, z których może korzystać, kształtując własne fantazje na jawie, przez co może też nadawać lepszy kierunek swemu życiu.

Nieświadomość to czynnik, który zarówno u dziecka, jak u dorosłego w potężny sposób wpływa na zachowanie. Jeśli jest ona tłumiona i treści nieświadome nie mają dostępu do świadomości, wówczas albo określone obszary świadomości zostają opanowane przez elementy pochodne wobec owych treści nieświadomych, albo dana jednostka zmuszona jest utrzymywać tak silną kontrolę nad nimi, mającą charakter wewnętrznego przymusu, że osobowość jej doznać może okaleczenia. Jeśli jednak treści nieświadome dopuszczone są w pewnej mierze do świadomości i mogą znajdować wyraz w dziedzinie wyobraźni, wówczas możliwości wyrządzania przez nie szkody – nam samym czy innym – są znacznie ograniczone; część siły, z jaką treści te oddziałują, może wówczas zostać wprzęgnięta do celów pozytywnych. [...].

W dominującej obecnie kulturze pragnie się stwarzać pozór, zwłaszcza jeśli idzie o dzieci, że ciemna strona człowieka nie istnieje, i wyznaje się optymistyczną wiarę w coraz-lepszość. Również psychoanaliza uważana jest za coś, co ma uczynić życie lekkim – ale nie takie były intencje jej twórcy. Celem psychoanalizy jest pomaganie człowiekowi, by mógł zyskać możność zaakceptowania problematycznej natury życia, nie dając się pokonać przez nią ani przed nią nie uciekając. Recepta Freuda brzmi, że tylko wówczas, gdy człowiek podejmie odważnie walkę, która sprawia przemożne wrażenie nie dającej żadnych szans, może on wymóc na swym istnieniu sens.

To właśnie w najróżnorodniejszy sposób przekazują dziecku baśnie: walka z poważnymi trudnościami jest w życiu nieunikniona, jest ona nieodłączną częścią istnienia ludzkiego – ale jeśli się nie ucieka przed nią, lecz niewzruszenie stawia czoło niespodzianym i często niesprawiedliwym ciosom, pokonuje się wszelkie przeszkody i w końcu odnosi zwycięstwo” (Bettelheim B., 1996, s. 29).

### **V.1.3. Zagadnienia przedmiotu badań biblioterapii w świetle psychologii związane z biblioterapeutą**

W świetle psychologii wysunięciu na pierwszy plan badawczy podlegają składniki osobowościowe biblioterapeuty (Matras-Mastalerz W., 2012, s. 48). Najważniejszym wydaje się wrażliwość, czyli, w sensie psychologicznym, zdolność syntonii i empatii, charakteryzująca się łatwością w nawiązywaniu kontaktów, umiejętnością wczuwania się w sytuację osoby potrzebującej pomocy. Ujawnienie i urzeczywistnienie tych zdolności umożliwia pewną specyficzną, bo terapeutyczną, relację z drugim człowiekiem. Według Carla R. Rogersa polega ona na tym, że terapeuta (lub inna osoba udzielająca pomocy, np. biblioterapeuta) doświadcza siebie takim, jakim rzeczywiście jest, że wykazuje głęboką

wrażliwość i nieoceniające zrozumienie dla drugiej osoby, że troszczy się o nią i komunikuje jej wszystkie te uczucia. Jakość tej relacji jest decydującym elementem całego procesu terapeutycznego (Rogers C. R., 1991, s. 6). Konsekwentnie Rogers uważa, że powodzenie terapii zależy nie tyle od kwalifikacji czy umiejętności technicznych, ile od określonych postaw terapeuty. Czy potrafi on okazywać je tak, aby pacjent (uczestnik terapii) je dostrzegł – ten właśnie czynnik decyduje o postępach terapii i konstruktywnych zmianach osobowości. Podejście nastawione na pacjenta charakteryzuje się jednakowym postępowaniem niezależnie od tego, do jakiej kategorii diagnostycznej został zaliczony uczestnik terapii. Pod tym względem różni się ono zasadniczo od wielu innych orientacji terapeutycznych. Jego ustalenia o postawie terapeuty są z całą pewnością inspirującym wzorem dla postawy biblioterapeutów. Rogers wskazał na trzy czynniki w tej postawie, od których zależy powodzenie terapii: 1) autentyczności, czy też kongruencji (przystający, zgodny) terapeuty, 2) pełnej akceptacji, albo bezwarunkowo pozytywnego nastawienia wobec uczestnika terapii, 3) wrażliwego, precyzyjnego i empatycznego zrozumienia tego, co uczestnik terapii odczuwa i tego, o co mu naprawdę chodzi (Rogers C. R., 1991, s. 8). Uważa się (choć nie ma na to dotychczas wystarczających dowodów empirycznych), że podana wyżej kolejność warunków powodzenia terapii odpowiada hierarchii ich ważności. Najważniejsza wydaje się autentyczność; dwa pozostałe warunki, choć równie istotne, mają chyba mniejsze znaczenie. Terapia jest najbardziej skuteczna, gdy terapeuta posiada wszystkie wymienione cechy w możliwie dużym stopniu (Czernianin W., 2008, s. 100).

## **V.2. Metody psychoterapeutyczne jako wyznaczniki psychologiczne autonomii biblioterapii**

Podejście humanistyczno-egzystencjalne określa niewątpliwie psychologiczny charakter stosowanych w biblioterapii metod i technik. W biblioterapii szczególnie przydatną jest metoda zwana kataraktyczną. Najważniejszą zasadą tej metody psychoterapeutycznej stanowi wypowiedź. Wszyscy wiemy jak cenną jest możliwość „wyrzucenia czegoś z duszy”. W biblioterapii ma to kapitalne znaczenie, gdyż taka wypowiedź, zainspirowana przeczytanym utworem literackim, praktycznie przesądza o powodzeniu terapii. Przy czym tekst literacki działa tu jak katalizator, „pokazując” użytkownikowi biblioterapii jego problem (etap identyfikacji), tzn. nieświadome czyni świadomym (etap wglądu). Biblioterapeuta może być już potem jedynie pełnym zrozumienia i otwartym słuchaczem takiej wypowiedzi (etap katharsis). Wie on, że rzeczy niewypowiedziane (także z powodu nieuświadomienia ich sobie), rzeczy nieprzetworzone – gromadzą się w ludzkiej duszy powodując w ten sposób przygnębienie, a niekiedy nawet ją przytłaczają (Ringel E., 1992, s. 141). Metody kataraktyczne usiłują zatem przez nieskrępowane

wypowiedzenie się uczestnika terapii osiągnąć pewną ulgę, być może nawet uwolnienie od cierpień.

Następną metodą psychoterapeutyczną stosowaną po części w biblioterapii (zwłaszcza klinicznej) jest tzw. metoda analityczna. Chodzi tu o specyficzną technikę służącą uświadomieniu rzeczy dotąd nieuświadomionych. Technika ta wywodzi się od Z. Freuda i jest niezwykle przydatna, albowiem w przypadku rzeczy wypartych - z reguły nieprzyjemnych i bolesnych – wgląd w siebie bywa dla uczestników biblioterapii dręczącym, przykrym przeżyciem, którego, co rozumiało, chcieliby uniknąć. Zwykle pozostają oni jednak ambiwalentni: z jednej strony pragną uświadomienia i uwolnienia od ciężaru cierpień, co stymuluje terapię; z drugiej strony, mogą się po prostu bać tego uświadomienia, co stanowi element hamujący terapię. W tej sytuacji bardzo ważne jest „przechytrzenie” tego oporu, czemu w dużej mierze służy technika właśnie Freuda (w biblioterapii tylko niektóre jej elementy). Zwłaszcza chodzi tu o tzw. swobodne kojarzenie, w którym treść estetycznych przeżyć związanych z odbiorem utworu artystycznego powinna wywołać u uczestnika biblioterapii łańcuchy skojarzeń podobnych z przeżyciami bohatera literackiego. Mimowolnie prowadzą one uczestnika biblioterapii uczestnika biblioterapii dalej, tj. wydają się przyczyniać do samouświadomienia i ujawnienia wypartych przez niego przeżyć traumatyzujących, a nawet oczyszczenia z nich. Metoda analityczna wraz z techniką swobodnych skojarzeń stanowią w dużej mierze uzasadnienie teorii dynamiki doświadczeń estetycznych C. Shrodes.

W pracy biblioterapeuty na uwagę zasługuje również metoda substytucyjna. Istotne cechy tej metody należy upatrywać w tym, że terapeuta aktywnie przejmuje, przynajmniej na pewien czas, sterowanie uczestnikiem biblioterapii. Warunkiem skutecznego stosowania tej metody jest nieograniczone zaufanie pacjenta do prowadzącego terapię. Terapeuta prowadzi pacjenta i doradza mu, dlatego też technika ta bywa określana jako sugestywna (Ringel E., 1992, s. 141). Substytucja (zastąpienie) może odbywać się w różnorodnej formie. W biblioterapii indywidualnej (wychowawczej i klinicznej) chodzi o zainicjowanie pozytywnego rozwoju, o pobudzenie wyobraźni w pozytywnym kierunku, zachęcanie do doznawania sukcesu. Zachęta taka może, np. wywołać pewną dynamikę własnych przeżyć uczestnika biblioterapii: jedno pozytywne przeżycie staje się podstawą i warunkiem następnego, prowadzącego już o krok dalej. Celem terapii jest stawianie przed jej uczestnikiem zadań wykonalnych i wspomaganie w osiągnięciu tego celu.

W biblioterapii zastosowanie mają głównie formy psychoterapii, które charakteryzuje podejście humanistyczno-egzystencjalne. Przede wszystkim ze względu na to, iż traktują one zaburzenia w kategoriach niedostatków rozwoju osobowości, powstałych na skutek niezaspokojenia ważnych psychologicznych potrzeb jednostki takich jak miłość,

akceptacja, autonomia, realizacja znaczących indywidualnych wartości. Celem terapii jest tu stworzenie warunków do przeżycia korektywnych doświadczeń emocjonalnych (problem ten akcentują szkoły humanistyczne) oraz pobudzenie do refleksji nad ważnymi wartościami i wyborami życiowymi (wątek pierwszoplanowy w podejściu egzystencjalnym).

Należy stwierdzić, że nie można identyfikować metod biblioterapii z wszystkimi metodami psychoterapeutycznymi, lecz jedynie z wybranymi technikami, bądź ich elementami. Z tych też powodów nie można całkowicie utożsamiać biblioterapii z psychoterapią. Jednakże znaczna część ustaleń psychologicznych jest niezbędnym fundamentem myślenia i działania w biblioterapii. (Czernianin W., 2008, s.100-101).

## **VI. Wyznaczniki bibliologiczne autonomii biblioterapii**

Ogólne stwierdzenie, że przedmiotem bibliologii jest książka, a biblioterapii – leczenie książką, jest frapujące. Z tego skrótu myślowego łatwo wywnioskować, że gdy mowa o książce, w grę siłą rzeczy wchodzi również jej słowna lub obrazowa zawartość, przy czym związek ten, organiczny i naturalny, nie jest wcale prosty i jednoznaczny (J. Trzynadłowski, 1982, s. 439). Jakkolwiek posługiwanie się książką w relacji – osoba pielęgnująca, opiekująca się a osoba niedomagająca (chora) nie jest czymś nowym. Świadczą o tym choćby pamiętniki i wspomnienia niejednokrotnie relacjonują sytuację wypełniania czasu „zyskanego” przez chorobę lekturą dostępnej książki (J. Trzynadłowski, 1982, s. 440; Wichowa M., 2013). Faktycznie jednak sformułowanie zjawiska trójką relacji biblioterapeutycznej zwróciło baczniejszą uwagę na związki zachodzące w procesie terapii między lekturą a stanem psychicznym czytającego. I właśnie ta możliwość przenikania treści psychologicznych i pedagogicznych w trójkącie relacji biblioterapeutycznej jest ważkim uzasadnieniem wyodrębniania biblioterapii, jako jednej z autonomicznych dziedzin bibliologii.

### **VI.1. Przedmiot badań biblioterapii w świetle bibliologii**

W świetle bibliologii przedmiotem badań biblioterapeutycznych jest terapia czytelnicza. Narzędziem terapeutycznym dla uczestnika biblioterapii jest praktycznie rzecz biorąc, zawartość książki, niemniej jednak poważną rolę odgrywa też strona czysto bibliologiczna. Nie obojętne są zwłaszcza dla młodego uczestnika biblioterapii też elementy składowe książki, jej bibliologiczny wystrój (J. Trzynadłowski, 1982, s. 442). Obie dziedziny, tj. terapia czytelnicza i czytelnictwo w ogóle, rzeczywiście są sobie bliskie, ale – co trzeba zdecydowanie podkreślić – nie są tożsame. Różnica polega – poza intencjonalnym nastawieniem biblioterapii – na różnym korzystaniu z książek (Tomasik E.,

1997, s. 82). Przedmiot badawczy wyznacza zatem ujęcie biblioterapii z perspektywy nauki o książce. Mieści się on jednak w problematyce zakreślonej przez trójkąt relacji biblioterapeutycznej, ze szczególnym akcentem na narzędzie terapeutyczne, które, nakierowanie na cel terapeutyczny, może całkowicie „przekwalifikować” zwykły materiał czytelniczy w materiał biblioterapeutyczny (Tomasik E., 1997, s. 82).

W tym miejscu trzeba wyjaśnić, że procesy asymilacji wartości, jakie niosą ze sobą lektury zarówno w trakcie działań biblioterapeutycznych, jak też czytelnictwa „standardowego”, przebiegają w sposób zbliżony, przy czym – poza koniecznością dostosowania formy materiałów czytelniczych do możliwości percepcyjnych odbiorców (Fedorowicz M., 2002, s. 5) – materiały te muszą być dostosowane również do ich indywidualnych potrzeb i upodobań, które z pewnością warto i należy badać, posługując się metodami wypracowanymi na gruncie wiedzy o czytelnictwie (Woźniczka-Paruzel B., 2010, s. 116). Dodać należy, że obecnie, ze względu na pojawienie się nowych form, coraz częściej materiały czytelnicze wykorzystywane w biblioterapii obejmują także formaty alternatywne (elektroniczne) wobec piśmiennictwa wydawanego tradycyjnie. W tym kontekście ciekawe jest spostrzeżenie J. Trzynadłowskiego: „Wyraźnym złudzeniem wielu zainteresowanych biblioterapią jest identyfikacja tej dziedziny z problematyką czytelnictwa. A jest to złudzenie oparte na niewątpliwych sukcesach. Zjawisko to stanie się jasne, gdy się stwierdzi pracę biblioterapeuty z chorymi o bardzo nikłych lub żadnych kontaktach z książką” (Trzynadłowski J., 1990, s. 53).

## **VI.2. Metody bibliologiczne jako wyznaczniki autonomii biblioterapii**

Mają one głównie charakter biblioteczno-praktyczny. Nie może to dziwić, gdy pamięta się o tym, że biblioterapia rodziła się w bibliotekach szpitalnych i sanatoryjnych, korzystając z osiągnięć medycyny, zwłaszcza psychiatrii, które „godziła” z metodyką pracy bibliotecznej, a z biegiem czasu również z metodami wypracowanymi na gruncie nauki o książce, zwłaszcza czytelnictwa (Woźniczka-Paruzel B., 2010, s. 112). Tym bardziej, że jak wiadomo, naczelnym zadaniem społecznym bibliotek jest upowszechnianie książki i rozwijanie czytelnictwa. Zatem biblioteki zakresem swych ogólnych zadań obejmują także czytelnictwo chorych, związane z działalnością biblioterapeutyczną. Człowiek chory dzięki książkom uczy się rozumieć siebie i drugiego człowieka. Czytanie odpowiedniej literatury pomaga nabrać niezbędnego dystansu do własnego nieszczęścia, choroby, kalectwa. Człowiek osamotniony, pragnie kontaktu z innymi ludźmi, choćby poprzez sztukę i tę potrzebę powinien mieć możliwość zrealizować w bibliotece. Słuszny zatem jest pogląd, że biblioteka stanowić może pracownię terapeutyczną, zwłaszcza jeżeli jest przeznaczona dla specjalnych czytelników. Jest wówczas biblioteką szczególnego typu: szpitalną, sanatoryjną, domu opieki społecznej, więzienną,

szkolną, a nawet publiczną – pod warunkiem, że ta ostatnia jest przygotowana do spotkania ze specjalnymi czytelnikami. W tych bibliotekach pracownicy są odpowiednio przeszkoleni w zakresie nie tylko obsługi bibliotecznej i informacyjnej, ale też szeroko pojmowanego poradnictwa czytelniczego. Dlatego dość powszechnie traktuje się biblioterapię jedynie jako szczególną formę aktywności zakorzenioną w praktyce bibliotekarstwa specjalnego, a więc nie jako naukę.

To właśnie wpływ bibliotekarstwa praktycznego na metodologię biblioterapii oraz zacieśnianie jej definicji do systemu umiejętności (Woźniczka-Paruzel B., 2010, s. 121), wywołały dyskusję na temat naukowego charakteru biblioterapii. Biorąc pod uwagę rozwój biblioterapii, zwłaszcza w Polsce, uznaliśmy za zasadne poddanie krytycznemu przeglądowi koncepcję autonomii biblioterapii jako nauki w świetle jej przedmiotu badań oraz metod badawczych.

## **VII. Zakończenie**

Wydaje się, że istotą impasu rozwojowego polskiej biblioterapii w ostatnim dziesięcioleciu (Hrycyk K., Surniak G., 2012, s. 9), było właśnie to, że zagubiono jej teoretyczny charakter i stracono z oczu jej przedmiot badań, a stała się ona głównie praktykowaniem, w którego dowolności się zagubiła i z którego nie może się wyzwolić. Choć już w 1990 roku J. Trzynadłowski pisał: „Ale, jak na razie, sytuacja w tej dziedzinie nie tylko w Polsce jest szczególna: biblioterapią zajmuje się wielu, ale zawsze fragmentarycznie, w następstwie czego nie wiadomo dokładnie, czy taka dziedzina badań i działań istnieje, i czy możemy mówić o wykształceniu (profesji?) biblioterapeuty. A może jest to przysposobienie – bibliotekarzy, pielęgniarek, psychologów – do pracy w zakładach leczniczych w ścisłej konsultacji z lekarzem? Brak odpowiedniego kierunku studiów, nie ma zgodności co do (dość rozległego!) programu kształcenia biblioterapeutów” (Trzynadłowski J., 1990, s. 53).

Stąd potrzeba ponownego odnalezienia właściwego dla biblioterapii przedmiotu badań, a co za tym idzie - wypracowanie dla niej naczelnej metody badawczej, wreszcie ukształtowanie dla niej odpowiedniego oblicza metodologicznego dyscyplin naukowych, które ją współtworzą. Jest to jedno z najważniejszych zadań stojących przed współczesną biblioterapią.

Przeprowadzona poniżej klasyfikacja wyznaczników autonomii biblioterapii jako nauki ukazuje z jednej strony wielkie bogactwo rzeczywistości humanistycznej, z drugiej zaś różnorodne możliwości jej traktowania. Według nas głównymi wyznacznikami autonomiczności biblioterapii są:

- 1) trójkąt relacji biblioterapeutycznej (uczestnik biblioterapii - proces biblioterapeutyczny – biblioterapeuta), jako przedmiot badań,
- 2) literatura piękna, jako narzędzie terapeutyczne,
- 3) naczelną metodą badawczą biblioterapii autorstwa Caroline Shrodes (identyfikacja – katharsis – wgląd).

W każdym z tych trzech wyznaczników chodzi w gruncie rzeczy o różne badania i na innych podstawach teoretycznych powinien opierać się ich plan oraz sposób opracowania uzyskanych rezultatów. Wynika z tego, że nie można prowadzić badań bez odpowiedniego przygotowania, nie tylko metodologicznego, ale i teoretycznego. Metodologia i teoria wzajemnie się tu zresztą przenikają. Badania empiryczne, zmierzające do weryfikacji określonej autonomiczności biblioterapii jako nauki, opierać się więc muszą na jej założeniach teoretycznych, mają mieć odniesienie do systemu teoretycznego, w który ma być niejako wkomponowany uzyskany wynik. Nie mogą więc być prowadzone w oderwaniu od teorii biblioterapii, ale muszą się nią posłużyć i mają jej ostatecznie służyć.

## **Bibliografia:**

- Aleksandrowicz J., (1973), *Literatura a zdrowie społeczeństwa*, PWN, Warszawa-Kraków.
- Bauszt-Sontag A., 2013, *Literatura w terapii dzieci*, Wyd. Uniwersytet Śląski, Katowice.
- Baluch A., (2008), *Propozycje metodologiczne w badaniach literatury dla dzieci i młodzieży, w: Po potopie. Dziecko, książka i biblioteka w XXI wieku. Diagnozy i postulaty*, praca zbiorowa pod red. naukową D. Świerczyńskiej-Jelonek, G. Leszczyńskiego i M. Zająca, Wyd. SBP, Warszawa 2008.
- Bettelheim B., (1996), *Cudowne i pożyteczne. O znaczeniach i wartościach baśni*, przekł., wprov., objaś., posłowie Danuta Danek, Wyd. W. A. B., Warszawa.
- Borecka I., (1991), *Metody pracy z czytelnikiem chorym i niepełnosprawnym. Wstęp do biblioterapii*, Wyd. WSP, Olsztyn.
- Czernianin W., (2002), *Użytkownicy biblioterapii – psychologiczna charakterystyka typów i metod leczenia*, w: *Nauki pedagogiczne we współczesnej humanistyce*, pod red. M. Prokosz, Wyd. Marszałek, Toruń.
- Czernianin W., (2008), *Teoretyczne podstawy biblioterapii*, Wyd. ATUT, Wrocław.
- Czernianin W., (2013), *Catharsis in Poetry Therapy*, „Polish Journal of Applied Psychology”, Wrocław, Vol. 12, No.2, s. 25-38.
- Czernianin W., Czernianin H., (2012), *Literatura i terapia*, Seria Monografie „Przeglądu Biblioterapeutycznego”, pod. red. W. Szulc i W. Czernianina, Monografia nr 1, Wyd. Smak Słowa, Wrocław-Sopot.

- Czernianin H., Czernianin W., (2013), *Metodologia badań biblioterapeutycznych. Rekonesans*, „Przegląd Biblioterapeutyczny” R. III, 2013, Wyd. Smak Słowa, Wrocław-Sopot.
- Czerwińska M., (2002), *Niepelnosprawność i osoba niepełnosprawna w polskojęzycznej literaturze pięknej i naukowej. Bibliograficzny warsztat biblioterapeuty*, Zakład Nagrań i Wydawnictw Związku Niewidomych, Warszawa.
- Fedorowicz M., (2002), *Specjalne materiały czytelnicze dla osób niepełnosprawnych. Zarys dziejów – formy – obieg społeczny*, Wyd. Uniwersytetu Mikołaja Kopernika, Toruń.
- Fiała E., (1991), *Modele freudowskiej metody badania dzieła literackiego*, Wyd. Tow. Nauk. KUL, Lublin.
- Hrycyk K., Surniak G., (2012), „Biblioterapia [...] to nic nowego”, w: *O potrzebie biblioterapii*, praca zbiorowa pod red. K. Hrycyk, Wyd. SKIBA, Wrocław.
- Hulek A., (1973), *Przedmowa*, do: Wanda Krzemińska, *Literatura a zdrowie psychiczne*, PZWL, Warszawa.
- Ingarden R., (1966), *Przeżycie, dzieło, wartość*, PWN, Kraków.
- Janicki A., (1990), *Znaczenie sztuki dla zdrowia psychicznego*, „Arteterapia II”. Zeszyty Naukowe Akademii Muzycznej we Wrocławiu, Wrocław, nr 52.
- Kawoń-Noga D., (2013), *Działania biblioterapeutyczne a zadania bibliotek pedagogicznych – wybrane zagadnienia*, Modelowe Nauczanie. Opolski Przegląd Edukacyjny. Kwartalnik”, Opole 2013, nr 1.
- Konieczna E., (2005), *Biblioterapia w praktyce. Poradnik dla nauczycieli, wychowawców i terapeutów*, pod. red. E. J. Koniecznej, Kraków.
- Kozakiewicz W., Brzózka B., (1984), *Biblioteka szpitalna dla pacjentów. Poradnik*, Wyd. SBP, Warszawa.
- Krzyńska S., (2013), *Aksjologiczne i terapeutyczne konteksty recepcji poezji dla dzieci. Przykład modelowania matematycznego wierszy dla dzieci w wieku wczesnoszkolnym*, Wydawnictwo Naukowe Wydziału Nauk Społecznych UAM, Poznań 2013.
- Malicki J. Krasoń K., (2005), *Miejsce literatury i teatru w przestrzeniach terapeutycznych. Werbalne i niewerbalne aspekty wsparcia rozwoju*, pod red. j. Malickiego i K. Krasoń, Wyd. Biblioteka Śląska, Katowice.
- Matras-Mastalerz W., (2012), *Biblioterapeuta i jego warsztat biblioterapeutyczny*, w: *O potrzebie biblioterapii*, praca zbiorowa pod red. K. Hrycyk, Wyd. SKIBA, Wrocław.
- Porębska M., (1990), *Warunki skutecznej arteterapii z punktu widzenia wiedzy o rozwoju psychicznym człowieka*, „Arteterapia II”. Zeszyty Naukowe Akademii Muzycznej we Wrocławiu, Wrocław, nr 52.
- Ringel E., (1992), *Nerwica a samozniszczenie*, tłum. S. Lachowski, Warszawa.
- Rogers C. R., (1991), *Terapia nastawiona na klienta. Grupy spotkaniowe*, tłum. Anna Dodziuk, Elżbieta Knoll, Wrocław.



- Shrodes C., (1978), *Bibliotherapy: A theoretical and clinical experimental study*; oraz: *Psychology through literature*, w: Rubin R. J., *Using bibliotherapy. A guide to theory and practice*, Wyd. Ory Press, Mansell, London.
- Sinko T., (2006), *Trzy poetyki klasyczne. Arystoteles. Horacy. Pseudo-Longinos*, przełożył, wstępem i objaśnieniami opatrzył Tadeusz Sinko, Wyd. Ossolineum, Wrocław.
- Sławiński J., (1976), M. Głowiński, T. Kostkiewiczowa, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, *Słownik terminów literackich*, pod red. J. Sławińskiego, hasło: *Katharsis*, Wyd. Ossolineum, Wrocław.
- Stańczak T., (1979, nr 23/3), *Lecznicza rola literatury*, „Szpitalnictwo Polskie”, nr 23, (3), Warszawa.
- Stańczak T., (1979, nr 23/6), *Metody biblioterapii*, „Szpitalnictwo Polskie”, nr 23, (6), Warszawa.
- Szczeklik A., (2003), *Katharsis. O uzdrowicielskiej mocy natury i sztuki*, Wyd. Znak, Kraków.
- Szczupał B., (2009), *O literaturze dla dzieci i młodzieży z niepełnosprawnością. Recepcja – edukacja – terapia – wsparcie – twórczość*, Dom Wydawniczy ELIPSA, Warszawa.
- Szulec W., (2013), *W dążeniu do uznania terapii przez sztukę za naukę. Czego biblioterapeuci mogą nauczyć się od muzykoterapeutów? Wnioski z 4. Międzynarodowego Kongresu z cyklu Mozart&Science poświęconego interdyscyplinarnym badaniom nad zastosowaniem muzyki w medycynie i terapii. 4th International Conference on Interdisciplinary Research into the Effects of Music. Music in Medicine and Therapy. 8 – 10 November 2012. Krems (Austria)*, „Przegląd Biblioterapeutyczny” R. III, 2013, Wyd. Smak Słowa, Wrocław-Sopot.
- Szuman S., (1990), *O sztuce i wychowaniu estetycznym*, PWN, Warszawa.
- Tatarkiewicz W., (1975), *Dzieje sześciu pojęć. Sztuka, piękno, forma twórcza, odtwórczość, przeżycie estetyczne*, PWN, Warszawa.
- Tokarczyk R., (2005), *Związki sztuki leczenia z innymi rodzajami sztuki*, w: *Między literaturą a medycyną. Literackie i pozaliterackie działania środowisk medycznych a problemy egzystencjalne człowieka XIX i XX wieku*, Red. nauk. E. Łoch, G. Wallner, Wyd. UMCS, Lublin.
- Tomasik E., (1987), R. J. Rubin, „*Bibliotherapy Sourcebook*”. Recenzja, „Szkola Specjalna” 1987, nr 1.
- Tomasik E., (1988), Rhea Joyce Rubin, *Using bibliotherapy. A guide to theory and practice (Zastosowanie biblioterapii. Przewodnik po teorii i praktyce)*. Oryx Press, Mansell, London 1978, s.245, „Szkola Specjalna” 1988, nr 1.
- Tomasik E., (1994), *Czytelnictwo i biblioterapia w pedagogice specjalnej*, WSPS, Warszawa 1994.

- Tomasik E., (1997), *Biblioterapia jako jedna z metod pedagogiki specjalnej*, w: *Wybrane zagadnienia z pedagogiki specjalnej*, praca zbiorowa pod red. E. Tomasik, Wyd. Wyższa Szkoła Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej, Warszawa.
- Tomasik E., (1999), *Zagadnienia pedagogiki specjalnej w literaturze. Przewodnik bibliograficzny. Część I-III*, Wyd. Wyższej Szkoły Pedagogiki Specjalnej, im. Marii Grzegorzewskiej, Warszawa.
- Trzynadłowski J., (1982), *Biblioterapia jako problem teoretyczny i praktyczny. Zagadnienia wybrane*, w: *Sztuka słowa i obrazu. Studia teoretycznoliterackie*, Wyd. Ossolineum, Wrocław.
- Trzynadłowski J., (1990), *Biblioterapia – złudzenia i nadzieje*, „Arteterapia” II, Zeszyty Naukowe Akademii Muzycznej we Wrocławiu, nr 52, Wrocław 1990.
- Wellek R., Warren A., (1970), *Teoria literatury*, przekład pod redakcją i z posłowiem M. Żurowskiego, PWN, Warszawa.
- Wichowa M., (2013), *Elementy biblioterapii w literaturze polskiej epok dawnych. Rekonesans historyczno-literacki*, „Acta Universitatis Lodziensis. Folia Librorum”, nr 17/2013, Łódź.
- Woźniczka-Paruzel B., (2010), *Pogranicza bibliologii – o metodologicznych problemach z biblioterapią*, w: *Książka zawsze obecna. Prace ofiarowane profesorowi Krzysztofowi Mi-gonowi*, pod red. B. Bieńkowskiej, Wyd. Uniwersytetu Wrocławskiego, Wrocław 2010.

## Rozdział 3.

### Metodologia badań biblioterapeutycznych

(Wiktor Czernianin, Halina Czernianin)

Uzasadnienie intencji, które wpłynęły na powstanie tego artykułu wiąże się z obserwacją współczesnej literatury biblioterapeutycznej, w której refleksja nad praktycznym stosowaniem biblioterapii rozwija się wprawdzie dość dobrze i z całą świadomością własnej użyteczności, niemniej jednak brakuje w niej większych i osobnych publikacji na temat metodologii.<sup>1</sup> Zapewne bierze się to z niejednoznaczności, niestabilności i otwartości przedmiotu badań samej biblioterapii. Artykuł jest także rezultatem doświadczeń dydaktycznych. W pracy ze studentami i uczestnikami studiów podyplomowych biblioterapii potrzeba odpowiedzi na pytanie o uporządkowanie problematyki metodologicznej, o określenie czynności badawczych jako powtarzającego się normatywnego wzorca i wzajemnie powiązanych sposobów wykonywania tych czynności prowadzących do wyników naukowych, okazuje się niezwykle ważna. Paradoks biblioterapii polega na tym, że rodziła się ona i kształtuje do dzisiaj na pograniczach innych dyscyplin. Stąd opisując jej zakres i kierunki badań, zajmujemy się innymi naukami o tyle, o ile pomogły biblioterapii wyemancypować się i zbliżyć do autonomizacji.

Zarówno termin „biblioterapia”, jak i jego pojęcie, jako pewien jednolity kompleks zagadnień, są stosunkowo nowe. Odległą natomiast genealogię posiadają niektóre jego części składowe, np. wiedza o książce. W kompleksie tym poza bibliografią literatury biblioterapeutycznej<sup>2</sup> wyróżnić można takie działy zasadnicze jak: historia biblioterapii<sup>3</sup>, teoria biblioterapii<sup>4</sup>, zastosowanie biblioterapii<sup>5</sup>. Wszystkie te zakresy badawcze traktowane są w literaturze przedmiotu bądź w ujęciu dziejowym, historycznym, bądź też

---

<sup>1</sup> Np.: B. Woźniczka-Paruzel, *Kierunki badań z zakresu biblioterapii w Polsce i zagranicą – porównania i refleksje*, w: *O potrzebie biblioterapii*, pod red. K. Hrycyk, Wyd. Skiba, Wrocław 2012, tejsze: *Pogranicza bibliologii – o metodologicznych problemach z biblioterapią*, w: *Książka zawsze obecna. Prace ofiarowane profesorowi Krzysztofowi Migoniowi*, pod red. B. Bieńkowskiej, Wyd. Uniwersytetu Wrocławskiego, Wrocław 2010.

<sup>2</sup> Np.: E. Tomasiak, G. Kornet, *Zagadnienia pedagogiki specjalnej w literaturze. Przewodnik bibliograficzny*, Warszawa 1986; M. Czerwińska, *Niepelnosprawność i osoba niepełnosprawna w polskojęzycznej literaturze pięknej i naukowej. Bibliograficzny warsztat biblioterapeuty*, Warszawa 2002.

<sup>3</sup> Np.: W. Szulc, *Biblioterapia. Powrót do źródeł*, w: „Przegląd Biblioterapeutyczny”, R.I. 2011.

<sup>4</sup> Np.: W. Czernianin, *Teoretyczne podstawy biblioterapii*, Wyd. ATUT, Wrocław 2008.

<sup>5</sup> Np.: B. Woźniczka-Paruzel, *Biblioterapia w środowisku współzależnych z grup rodzinnych Al.-Anon*, Wyd. Uniwersytetu Mikołaja Kopernika, Toruń 2002.

w sposób opisowo-teoretyczny, najczęściej jednak metodyczno-instruktażowy<sup>6</sup>. Położymy akcent na termin „badania”, zmierzając do ukazania metodologicznej specyfiki biblioterapii, jako nauki o leczeniu sztuką słowa i określenia jej funkcji zarówno jako całości, jak i tworzących ją poszczególnych dyscyplin. Chodzi w pierwszym rzędzie o kierunki współczesnych badań w biblioterapii jako nauki, o jej charakter i funkcje nie tylko terapeutyczne, ale także czytelniczo-poznawcze. Pytamy więc o funkcje biblioterapii jako czynnika kształtowania kultury czytelniczej w najszerszym tego słowa znaczeniu, tzn. w zakresie poznawczo-estetycznym, jak i w dziedzinie terapeutycznej, a więc głęboko wewnętrznego życia człowieka. Na gruncie współczesnych badań biblioterapeutycznych dokonuje się proces adaptacji na potrzeby biblioterapii zarówno pojęć, jak i metod badawczych ukształtowanych w obrębie dyscyplin wiedzy ją współtworzących, a więc głównie literaturoznawstwa<sup>7</sup>, pedagogiki specjalnej<sup>8</sup>, psychologii<sup>9</sup>, bibliotekoznawstwa i medycyny<sup>10</sup>. Przyjmując określoną koncepcję przedmiotu badań biblioterapeutycznych i charakter powiązań dyscyplin wiedzy współtworzących biblioterapię, metodologia badań przynosi zwykle interesujące rezultaty dociekań z pogranicza wspólnych zainteresowań<sup>11</sup>. Wobec tak rozległych prób badań – jak scharakteryzować refleksję nad postulatami i założeniami dotyczącymi celów i swoistych metod biblioterapii?

Terapeutyczne funkcje książki znane były już w czasach antycznych - czego ilustracją może być powiedzenie Demokryta<sup>12</sup>: „książki są lekarstwem dla umysłu” (cytuujemy z pamięci). Jednakże późniejszym badaczom biblioterapii chodziło nie tylko o zbliżenie do siebie tych dwóch źródeł poznania, jakimi są literatura i rozum, ani o uzasadnienie wiarygodności literatury, ale o pełne zaangażowanie intelektu w jej funkcję terapeutyczną. Znana formuła wychowania estetycznego Fryderyka Schillera (1795 r.)<sup>13</sup> została później odczytana przez bezwiednego prekursora biblioterapii w Polsce, Piotra Chmielowskiego (1881 r.),<sup>14</sup> jako postulat racjonalizacji wychowania przez literaturę, szczególnie poezję.

<sup>6</sup> Np.: w „Biblioterapeucie – kwartalniku Polskiego Towarzystwa Biblioterapeutycznego”, Wrocław, pod red. K. Hrycyk.

<sup>7</sup> Np.: *Problemy metodologiczne współczesnego literaturoznawstwa*, pod red. H. Markiewicza i J. Sławińskiego, Wyd. Literackie, Kraków 1976.

<sup>8</sup> Np.: T. Pilch, *Zasady badań pedagogicznych (wydanie drugie poprawione i rozszerzone)*, Wyd. „Żak”, Warszawa 1995.

<sup>9</sup> Np.: J. Brzeziński, *Metodologia badań psychologicznych*, Wyd. PWN, Warszawa 1996.

<sup>10</sup> Np.: J. Aleksandrowicz, *Literatura a zdrowie społeczeństwa*, Warszawa-Kraków 1973; W. Kozakiewicz, B. Brzózka, *Biblioteka szpitalna dla pacjenta. Poradnik*, Warszawa 1984.

<sup>11</sup> Np.: *Pogranicza - literatura, teatr i psychiatra. Polsko-niemiecki bilans badań naukowych i doświadczenia praktycznego*, pod red. Anny Radzik. Wyd. Naukowe Akademii Pedagogicznej, Kraków 2001.

<sup>12</sup> Demokryt z Abdery (ok. 460 – ok. 370 p.n.e.) – grecki filozof, twórca atomizmu.

<sup>13</sup> F. Schiller, *Listy o estetycznym wychowaniu człowieka i inne rozprawy*, tłum. I. Krońska, J. Prokopiuk, wstępem opatrzył J. Prokopiuk, Wyd. Czytelnik, Warszawa 1972,

<sup>14</sup> P. Chmielowski, *Poezja w wychowaniu*, Wydawnictwo E. Orzeszkowej i S-ki, Wilno 1881. Zob. W. Czernianin, *O pojmowaniu wychowawczej roli sztuki w biblioterapii – na przykładzie książki „Poezja w wychowaniu” Piotra Chmielowskiego oraz rozważań estetycznych Fryderyka Schillera i Herberta*

W sensie nie tylko ujęcia treści wychowawczych w ścisłe zasady pedagogiczne, ale także poszukiwania uzasadnień psychologicznych. W 1916 roku Samuel McChord Crothers<sup>15</sup> nazwał rzecz po imieniu, właśnie biblioterapią, ale podstawy metodologiczne w roku 1949 opracowała Caroline Shroders<sup>16</sup>. Zainspirowały one - w Ameryce i Europie - dalsze badania nad związkami literatury i psychologii. Oryginalność koncepcji Caroline Shrodes polegała na stwierdzeniu, że istnieją liczne powiązania między przeżyciem estetycznym a psychoterapią. W jej ujęciu przejawiała się tendencja do racjonalizacji metody badawczej biblioterapii, która wyraziła się także w dążeniu do trzyetapowego - identyfikacja, katharsis, wgląd - ujednoczenia. Metoda ta zmierzała do nadania badaniom biblioterapeutycznym całkowitej jednoznaczności, nie tylko treściowej, ale i językowej. Cechujący ją optymizm poznawczy spowodował zastosowanie tej metody (z niewielkimi modyfikacjami) w wielu naukowych badaniach poświęconych biblioterapii, zwłaszcza w pedagogice specjalnej.<sup>17</sup> Ale pomimo oczywistych zalet, nie można było ich zamknąć w tej jednej formule.<sup>18</sup> Szybko zorientowano się, że spojrzenie na ten sam przedmiot badań z różnych punktów widzenia może uplastyczyć i dopełnić jego obraz.

Na tym właśnie etapie zostają dowartościowane w biblioterapii takie nauki jak psychoanaliza i literaturoznawstwo. Szczególnie problematyka baśni wkroczyła w wielu punktach w samą treść rozważań psychoanalitycznych, warunkując w ten sposób problematykę badań biblioterapeutycznych oraz sposób ich stawiania. Przyczyniły się do tego prace słynnego psychoanalityka, Bruno Bettelheima poświęcone baśni (1975 r.).<sup>19</sup> To on wymyślił powiedzenie, że dziecko głodne szuka pokarmu, a dziecko z problemami - bajki. Twierdził, że dziecko nie dostrzega swoich problemów w sobie, ale zobaczy je, kiedy „staną” one przed nim, na przykład, gdy wciela się w bajkowych bohaterów. Procesy nieświadome mogą stawać się dla dziecka jaśniejsze jedynie dzięki obrazom, które przemawiają bezpośrednio do jego nieświadomości. Wynika to z faktu, że problem emocjonalny dziecka, nie może być ukazany wprost. Trzeba ten problem ubrać w magiczne szaty. Magia więc staje na pograniczu świata fizycznego i psychicznego, jako zespół

---

Spencera, w: *Terapia w służbie sztuki, sztuka w służbie terapii*, pod red. A. Kuczyńskiej i M. Czuba, Wydawnictwo ATUT, Wrocław 2011.

<sup>15</sup> R. J. Rubin, *Bibliotherapy Sourcebook*, Londyn 1978 r. *Przedmowa*, (*Materiały źródłowe z zakresu biblioterapii*). Zob. W. Szulc, *Biblioterapia. Powrót do źródeł*, w: „Przegląd Biblioterapeutyczny”, R.I. 2011, s. 8.

<sup>16</sup> C. Shrodes, *Bibliotherapy: a theoretical and clinical experimental study (Teoretyczne u kliniczne eksperymentalne studia z biblioterapii)* oraz *Psychology through literature (Psychologia w literaturze)*, w: książce pod redakcją Rhea Joyce Rubin, *Bibliotherapy Sourcebook*, Londyn 1978 r. (*Materiały źródłowe z zakresu biblioterapii*), Londyn 1978.

<sup>17</sup> *Wybrane zagadnienia z pedagogiki specjalnej*, pod red. E. Tomasiak, Wyd. WSPS, Warszawa 1997.

<sup>18</sup> A. Wasilewska, *Mistyfikacje biblioterapii w edukacji*, „Przegląd Biblioterapeutyczny”, R.II, 2013, s. 43 i n.

<sup>19</sup> B. Bettelheim, *Cudowne i pożyteczne. O znaczeniach i wartościach baśni*, przekł., wpraw., objaś., postłowie Danuta Danek, Warszawa 1996.

działań pozarozumowych, szybkich i skutecznych. Tak właśnie oddziałują obrazy baśniowe. Bajki mogą zatem rozwiązywać problemy emocjonalne w sposób łagodny i przyjemny. Psychoanaliza ukazała doniosły wpływ, jaki treści nieświadome mogą wywrzeć na nasze życie psychiczne. Rola, jaką odegrała i odgrywa psychoanaliza w rozwoju bajkoterapii, rzutuje więc wtórnie na całą biblioterapię, lecz nie powoduje obawy, że zagraża jej niebezpieczeństwo psychologizmu. Wysuwana przez niektórych badaczy propozycja zbliżenia biblioterapii i narracji psychologicznej,<sup>20</sup> nie tylko nie stanowi odwrotu od tendencji psychoanalitycznej, ale nawet posuwa ją naprzód, gdyż w gruncie rzeczy stanowi już pewien nowy rodzaj interpretacji w badaniach biblioterapeutycznych.

Na tym etapie rozwoju współczesnej biblioterapii wyłania się jednak z powrotem jej nurt główny i istotny: nurt poznawczo-estetyczny, którego zadaniem jest nie tylko ukierunkowane czytanie pobudzające rozwój, ale przede wszystkim pogłębiona i zarazem uaktualniona wiedza o wychowaniu przez sztukę słowa. Stąd troska o dokładniejsze wyznaczenie pola badań biblioterapeutycznych, która spowodowała wyodrębnienie biblioterapii wychowawczej i klinicznej dokonane przez F. M. Berryego (1978 r.)<sup>21</sup> – uważane, w zależności od stanowiska praktycznego, za wewnętrzne, graniczne lub zewnętrzne w stosunku do wiedzy ogólnej o biblioterapii. Kiedy mówi się o wychowawczej i terapeutycznej funkcji literatury, zwykle towarzyszy temu chwila zastanowienia się nad możliwościami zastosowania jej w rewalidacji osób z różnego rodzaju dysfunkcjami, przede wszystkim dzieci i młodzieży.<sup>22</sup> W świadomości wielu pedagogów i bibliotekarzy funkcjonuje koncepcja praktycznej biblioterapii, za swe główne zadanie mająca opanowanie warsztatu biblioterapeuty i sposobów postępowania. Drogą do tego ma być racjonalizacja działań i empiryczne poznanie, o czym świadczą liczne publikacje poświęcone problemom instruktażowym biblioterapii, z różnymi modelami, programami i scenariuszami postępowania biblioterapeutycznego.<sup>23</sup> Łączy się z tym, dyskutowany również na konferencjach naukowych, problem warunków, jakie powinien spełniać sam biblioterapeuta.<sup>24</sup> Z dyskusji wynika, że funkcja biblioterapeuty jest najpierw powołaniem, dopiero potem zawodem, że ważna jest osobowość i otwartość na innych.

<sup>20</sup> M. Molicka, *Biblioterapia i bajkoterapia: rola literatury w procesie zmiany rozumienia świata społecznego i siebie*, Wyd. Media Rodzina, Poznań 2011.

<sup>21</sup> F.M. Barry, *Contemporary Bibliotherapy. Systematizing the Field*, w: R. J. Rubin, *Bibliotherapy Sourcebook*, Londyn 1978 r., op. cit. Zob. W. Szulc, *Biblioterapia. Powrót do źródeł*, w: „Przegląd Biblioterapeutyczny”, R.I. 2011, s. 10.

<sup>22</sup> B. Szczupał, *O literaturze dla dzieci i młodzieży z niepełnosprawnością. Recepcja – edukacja – terapia – wsparcie – twórczość*, Dom Wydawniczy ELIPSA, Warszawa 2009; W. Krzemińska, *Literatura piękna a zdrowie psychiczne*, Wyd. PZWL, Warszawa 1973.

<sup>23</sup> Np.: *Biblioterapia w praktyce. Poradnik dla nauczycieli, wychowawców i terapeutów*, pod red. E. J. Koniecznej, Kraków 2005.

<sup>24</sup> *Biblioterapeuta. W poszukiwaniu tożsamości zawodowej. Materiały z konferencji 18 kwietnia 1997 roku*, red. K. Hrycyk, Wyd. Skiba, Wrocław 1997.

Rzutuje to w określony sposób na kształtowanie się bibliotekarstwa specjalistycznego i roli bibliotek jako ośrodków czytelnictwa chorych i niepełnosprawnych, a także realizujących założenia dydaktyczno-wychowawcze.<sup>25</sup> Stosunkowo wiele miejsca poświęca się w pracach biblioterapeutycznych bibliotekoznawstwu, zwłaszcza czytelnictwu, rezerwując dla nich oraz dla ich stosunku do biblioterapii osobne rozdziały.<sup>26</sup> Nie jest to oczywiście tylko skutek osobistych zainteresowań i kwalifikacji autorów, lecz także waga i aktualność zagadnienia, zwłaszcza trudnej do przecenienia roli bibliotekarzy i bibliotek w praktycznym rozwoju biblioterapii. Ponadto wydaje się, że weszliśmy w Polsce w taki okres rozwoju biblioterapii, w którym po długich latach izolacji ma ona szansę powrócić do wielkiego kręgu nauk humanistycznych właśnie poprzez fakt stałego już wykładania przede wszystkim na studiach bibliotekoznawczych, gdzie nadaje się jej nową interpretację i rozszerza punkt widzenia, otwierając niejako na inne, tj. społeczne nauki (pedagogikę i psychologię). Potwierdzają to liczne artykuły na ten temat publikowane w czasopismach bibliotekarskich, np. „Poradniku Bibliotekarza”, „Bibliotekarzu”, „Bibliotece w szkole”. To otwarcie się bibliotekoznawstwa na biblioterapię jest jednak potrzebne zarówno jemu samemu, jak i wszystkim dyscyplinom tworzącym biblioterapię, jest nade wszystko potrzebne każdemu biblioterapeucie<sup>27</sup>.

Z kolei w rozważaniach nad metodologicznymi wyznacznikami biblioterapii zarysowuje się kilka problemów, które spróbujemy tu jedynie poruszyć. Choć zainteresowanie nimi jest dawne, to jednak refleksje teoretyczne w tym zakresie, wzmogły się najwyraźniej w czasach ostatnich w związku z dążeniem do definicyjnego ustalenia czym jest biblioterapia. Wynika z nich twierdzenie, że biblioterapia jest nauką interdyscyplinarną, także empiryczną.<sup>28</sup> Implikacje tego są oczywiste, zarówno dla biblioterapii jako nauki, jak i dla badaczy chcących ją twórczo uprawiać, tj. rozwijać tworząc nowe podstawy teoretyczne i systemy twierdzeń, jak i rozbudowywać jej instrumentarium empiryczne, np. proponując różnorakie metody i systemy interpretacyjne wyników badawczych. Biblioterapia jako nauka rozumiana w powyższy dwojaki sposób, tj. praktyki badawczej i poprawności procedur, musi być i jest przedmiotem zainteresowań metodologii. Jednak jej ujęcie może być różne. Narzuca się najprostszy podział na metodologię: 1) szczegółową (bo dotyczącą jednej dyscypliny lub grup dyscyplin, jaką jest biblioterapia); 2) nauk empirycznych (bo biblioterapia jest nauką empiryczną); 3) normatywną (kształtującą

---

<sup>25</sup> *Ośrodek czytelnictwa chorych i niepełnosprawnych WBP – Książnicy Kopernikańskiej. Publikacja jubileuszowa w 20-lecie istnienia*, red. M. Gogulska, Wyd. Wojewódzka Biblioteka Publiczna – Książnica Kopernikańska, Druk: P.H.U. „SALUS”, Toruń 2003.

<sup>26</sup> E. Tomasiak, *Czytelnictwo i biblioterapia w pedagogice specjalnej*, Wyd. WSPS, Warszawa 1994.

<sup>27</sup> Np.: W. Matras-Masztalerz, *Biblioterapeuta i jego warsztat biblioterapeutyczny*, w: *O potrzebie biblioterapii...*, op. cit., s. 43 i n.

<sup>28</sup> Np.: I. Borecka, *Biblioterapia. Teoria i praktyka. Poradnik*, Wyd. SBP, Warszawa 2001.

świadomość metodologiczną badaczy biblioterapii, czyli wskazującą wzorcowe rozwiązania warsztatowe).<sup>29</sup>

Najogólniej rzecz ujmując centrum badawczym dla biblioterapii jest jej uczestnik i jego specyficzne problemy zachowawcze oraz terapeutyczne.<sup>30</sup> W strukturze procesu badawczego w biblioterapii tak określony przedmiot nadaje specyficzny sens przyjętym założeniom metodologicznym, według których stawiane są problemy i formułowane ich prawdopodobne rozwiązania. Trzeba przyznać, że ogólne opisy praktyki badawczej biblioterapii, jej klasyfikowanie, definiowanie, wyjaśnianie, mieszczą się w zakresie metodologii szczegółowej. Niemniej jednak procedury badawcze muszą uwzględnić fakt, iż przedmiotem badania nie jest tylko uczestnik, ale także narzędzie terapeutyczne. Dlatego centralne miejsce w schematach metodologii empirycznej zajmują: książka literacka (utwór) jako materiał biblioterapeutyczny oraz dialog, jaki zachodzi pomiędzy tekstem (autorem) a uczestnikiem, dalej rozmowa z biblioterapeutą na ten temat (czyli cały proces biblioterapeutyczny). Robert Escarpit pisał, że: „książka może mieć intencje i ambicje literackie, to znaczy zmierzać do wywołania dialogu, nie jest jednak pewne, czy go uzyska. [...] Jako cechę charakterystyczną dla faktu literackiego przyjmujemy więc istnienie świadomego sądu estetycznego ze strony czytelnika”.<sup>31</sup> Zatem kluczowym pojęciem empirycznym w biblioterapii jest przeżycie estetyczne.<sup>32</sup> W przypadku najbardziej korzystnym przeżycie to jest znane uczestnikowi dzięki lekturze osobistej, może takim być również dzięki pośrednictwu biblioterapeuty. Przeżycie estetyczne w ogóle warunkuje zaistnienie terapii, tj. wglądu i katharsis. Biblioterapia upatruje więc swoistą przydatność terapeutyczną materiału biblioterapeutycznego w tym, że jest on przedmiotem przeżycia estetycznego dla jej uczestników. Wreszcie trzeba uznać, że kompetencje metodologiczne są ważne i musi je posiadać każdy badacz biblioterapii chcący w sposób samodzielny zaprojektować badanie empiryczne, samodzielnie je przeprowadzić oraz samodzielnie zinterpretować i uogólnić uzyskane wyniki. Ich trafność warunkować może powstanie wzorcowych rozwiązań warsztatowych, których akceptacja pozwoli na uniknięcie błędów w prowadzonych badaniach. Tak należy rozumieć uprawianie metodologii normatywnej.

<sup>29</sup> Inspiracje pochodzą z książki J. Brzezińskiego, *Metodologia badań psychologicznych...*, op. cit., s. 15-17.

<sup>30</sup> Np.: W. Czernianin, *Uczestnicy biblioterapii – ogólna charakterystyka*, w: W. Czernianin, H. Czernianin, *Literatura i terapia*, Seria Monografie „Przeglądu Biblioterapeutycznego”, pod. red. W. Szulc i W. Czernianina, Monografia nr 1, Wyd. Smak Słowa, Wrocław-Sopot 2012, s. 137 i n.

<sup>31</sup> R. Escarpit, *Funkcje książki*, w: *Antropologia twórczości słownej. Zagadnienia i wybór tekstów*, wstęp i red. A. Karpowicz, Wyd. WUW, Warszawa 2012, s. 364.

<sup>32</sup> Np.: W. Czernianin, *Przeżycie estetyczne jako kluczowe pojęcie biblioterapii – na przykładzie poglądów Romana Ingardena*, w: tegoż: *Teoretyczne podstawy biblioterapii...*, op. cit., s. 61 i n.



Wobec powyższego jest pilna konieczność opracowania metodologii badań biblioterapeutycznych, także po to, aby rozpowszechnić znajomość korzystania z wiedzy metodologicznej dotyczącej standardów prowadzenia badań biblioterapeutycznych, zwłaszcza empirycznych. Ponieważ, jak zauważył to Tadeusz Pilch, „literatura metodologiczna ratuje młodego badacza przed zakosztowaniem bardzo owocnej dydaktycznie, ale czasochłonnej i pracochłonnej metody nauki na drodze własnych prób i błędów”<sup>33</sup>. Można by zacząć od opracowania wyboru prac z metodologii badań biblioterapeutycznych (i pokrewnych dyscyplin naukowych<sup>34</sup>), albowiem biblioterapia posługuje się wieloma metodami badania. Wobec sporej ich liczby i różnorodności trudno jest zorientować się w specyficznych właściwościach poszczególnych metod, trudno zdać sobie sprawę z ich ewentualnych zalet bądź braków. Daje się więc odczuwać potrzeba podręcznika, który by podawał przejrzystą ich klasyfikację i omawiał wyczerpująco dodatnie i ujemne cechy każdej z nich.

### **Bibliografia (według kolejności cytowań):**

- B. Woźniczka-Paruzel, *Kierunki badań z zakresu biblioterapii w Polsce i zagranicą – porównania i refleksje*, w: *O potrzebie biblioterapii*, pod red. K. Hrycyk, Wyd. Skiba, Wrocław 2012; teŝe: *Pogranicza bibliologii – o metodologicznych problemach z biblioterapią*, w: *Książka zawsze obecna. Prace ofiarowane profesorowi Krzysztofowi Migoniowi*, pod red. B. Bieńkowskiej, Wyd. Uniwersytetu Wrocławskiego, Wrocław 2010.
- E. Tomasiak, G. Kornet, *Zagadnienia pedagogiki specjalnej w literaturze. Przewodnik bibliograficzny*, Warszawa 1986.
- M. Czerwińska, *Niepelnosprawność i osoba niepełnosprawna w polskojęzycznej literaturze pięknej i naukowej. Bibliograficzny warsztat biblioterapeuty*, Warszawa 2002.
- W. Szulc, *Biblioterapia. Powrót do źródeł*, w: „Przegląd Biblioterapeutyczny”, R.I. 2011.
- W. Czernianin, *Teoretyczne podstawy biblioterapii*, Wyd. ATUT, Wrocław 2008.
- Woźniczka-Paruzel, *Biblioterapia w środowisku współzależniionych z grup rodzinnych Al-Anon*, Wyd. Uniwersytetu Mikołaja Kopernika, Toruń 2002.
- „Biblioterapeuta – kwartalnik Polskiego Towarzystwa Biblioterapeutycznego”, Wrocław, pod red. K. Hrycyk.
- Problemy metodologiczne współczesnego literaturoznawstwa*, pod red. H. Markiewicza i J. Sławińskiego, Wyd. Literackie, Kraków 1976.
- T. Pilch, *Zasady badań pedagogicznych (wydanie drugie poprawione i rozszerzone)*, Wyd. „Żak”, Warszawa 1995.

<sup>33</sup> T. Pilch..., op. cit., s. 1.

<sup>34</sup> Np.: *Metodologia badań psychologicznych. Wybór tekstów*, redakcja naukowa J. Brzeziński, Wyd. PWN, Warszawa 2004.

- J. Brzeziński, *Metodologia badań psychologicznych*, Wyd. PWN, Warszawa 1996.
- J. Aleksandrowicz, *Literatura a zdrowie społeczeństwa*, Warszawa-Kraków 1973.
- W. Kozakiewicz, B. Brzózka, *Biblioteka szpitalna dla pacjenta. Poradnik*, Warszawa 1984.
- Pogranicza - literatura, teatr i psychiatra. Polsko-niemiecki bilans badań naukowych i doświadczenia praktycznego*, pod red. Anny Radzik. Wyd. Naukowe Akademii Pedagogicznej, Kraków 2001.
- F. Schiller, *Listy o estetycznym wychowaniu człowieka i inne rozprawy*, tłum. I. Krońska, J. Prokopiuk, wstępem opatrzył J. Prokopiuk, Wyd. Czytelnik, Warszawa 1972.
- P. Chmielowski, *Poezja w wychowaniu*, Wydawnictwo E. Orzeszkowej i S-ki, Wilno 1881.
- W. Czernianin, *O pojmowaniu wychowawczej roli sztuki w biblioterapii – na przykładzie książki „Poezja w wychowaniu” Piotra Chmielowskiego oraz rozważań estetycznych Fryderyka Schillera i Herberta Spencera*, w: *Terapia w służbie sztuki, sztuka w służbie terapii*, pod red. A. Kuczyńskiej i M. Czuba, Wydawnictwo ATUT, Wrocław 2011.
- R. J. Rubin, *Bibliotherapy Sourcebook*, Londyn 1978.
- C. Shrodes, *Bibliotherapy: a theoretical and clinical experimental study (Teoretyczne u kliniczne eksperymentalne studia z biblioterapii)* oraz *Psychology through literature (Psychologia w literaturze)*, w: książce pod redakcją Rhea Joyce Rubin, *Bibliotherapy Sourcebook*, Londyn 1978 r. (*Materiały źródłowe z zakresu biblioterapii*), Londyn 1978.
- I. Borecka, *Biblioterapia - nowa szansa książki*, Wyd. SBP, Olsztyn 1992.
- Wybrane zagadnienia z pedagogiki specjalnej*, pod red. E. Tomasik, Wyd. WSPS, Warszawa 1997.
- A. Wasilewska, *Mistyfikacje biblioterapii w edukacji*, „Przegląd Biblioterapeutyczny”, R.II, 2013.
- B. Bettelheim, *Cudowne i pożyteczne. O znaczeniach i wartościach baśni*, przekł., wpraw., objaś., posłowie Danuta Danek, Warszawa 1996.
- M. Molicka, *Biblioterapia i bajkoterapia: rola literatury w procesie zmiany rozumienia świata społecznego i siebie*, Wyd. Media Rodzina, Poznań 2011.
- F.M. Barry, *Contemporary Bibliotherapy. Systematizing the Field*, w: R. J. Rubin, *Bibliotherapy Sourcebook*, Londyn 1978.
- B. Szczupał, *O literaturze dla dzieci i młodzieży z niepełnosprawnością. Recepcja – edukacja – terapia – wsparcie – twórczość*, Dom Wydawniczy ELIPSA, Warszawa 2009.
- W. Krzemińska, *Literatura piękna a zdrowie psychiczne*, Wyd. PZWL, Warszawa 1973.
- Biblioterapia w praktyce. Poradnik dla nauczycieli, wychowawców i terapeutów*, pod red. E. J. Koniecznej, Kraków 2005.
- Biblioterapeuta. W poszukiwaniu tożsamości zawodowej. Materiały z konferencji 18 kwietnia 1997 roku*, red. K. Hrycyk, Wyd. Skiba, Wrocław 1997.

- Ośrodek czytelnictwa chorych i niepełnosprawnych WBP – Książnicy Kopernikańskiej. Publikacja jubileuszowa w 20-lecie istnienia*, red. M. Gogulska, Wyd. Wojewódzka Biblioteka Publiczna – Książnica Kopernikańska, Druk: P.H.U. „SALUS”, Toruń 2003.
- E. Tomasiak, *Czytelnictwo i biblioterapia w pedagogice specjalnej*, Wyd. WSPS, Warszawa 1994.
- W. Matras-Masztalercz, *Biblioterapeuta i jego warsztat biblioterapeutyczny*, w: *O potrzebie biblioterapii*, pod red. K. Hrycyk, Wyd. SKIBA, Wrocław 2012.
- O potrzebie biblioterapii*, pod red. K. Hrycyk, Wyd. SKIBA, Wrocław 2012.
- I. Borecka, *Biblioterapia. Teoria i praktyka. Poradnik*, Wyd. SBP, Warszawa 2001.
- W. Czernianin, *Uczestnicy biblioterapii – ogólna charakterystyka*, w: W. Czernianin, H. Czernianin, *Literatura i terapia*, Seria Monografie „Przeglądu Biblioterapeutycznego”, pod. red. W. Szulc i W. Czernianina, Monografia nr 1, Wyd. Smak Słowa, Wrocław-Sopot 2012.
- R. Escarpit, *Funkcje książki*, w: *Antropologia twórczości słownej. Zagadnienia i wybór tekstów*, wstęp i red. A. Karpowicz, Wyd. WUW, Warszawa 2012.
- W. Czernianin, *Przeżycie estetyczne jako kluczowe pojęcie biblioterapii – na przykładzie poglądów Romana Ingardena*, w: tegoż: *Teoretyczne podstawy biblioterapii*, Wyd. Atut, Wrocław 2008.
- Metodologia badań psychologicznych. Wybór tekstów*, redakcja naukowa J. Brzeziński, Wyd. PWN, Warszawa 2004.



## Rozdział 4.

### Przeżycie estetyczne jako kluczowe pojęcie biblioterapii – na przykładzie poglądów Romana Ingardena

(Wiktor Czernianin)

Przeżycie estetyczne zostało kluczowym pojęciem w biblioterapii – jak wiadomo – za sprawą dwóch artykułów Caroline Shrodes, tj. *Bibliotherapy a theoretical and clinical experimental study* (Teoretyczne i kliniczne eksperymentalne studia z biblioterapii) oraz *Psychology through literature* (Psychologia w literaturze), zamieszczonych w klasycznej już książce pod redakcją Rhea Joyce Rubin, zatytułowanej *Bibliotherapy Sourcebook* (Materiały źródłowe z zakresu biblioterapii), Londyn 1978 r. Otóż zdaniem Caroline Shrodes istnieją liczne powiązania między przeżyciem estetycznym a psychoterapią. Obydwie dziedziny poszukują drogi powrotu od marzeń do rzeczywistości. Identyfikacja z postaciami literackimi może doskonalić proces terapeutyczny. (E. Tomasik, 1987, s. 72). Warto zauważyć, że obydwie procesy, tj. terapeutyczny i przeżycia estetycznego, są niezwykle złożone, trudne i wymagające odmiennych ujęć, gdyż przeżycie estetyczne jest głównie zagadnieniem estetyki. Z tego też punktu widzenia postaram się przybliżyć jego rozumienie, przytaczając poglądy Romana Ingardena (1893-1970), filozofa i estetyka, który m.in. rozwinął własną teorię literatury i podstaw estetyki opisowej. W artykule niniejszym stawiam sobie za cel nie tylko pomoc w pracy fachowym biblioterapeutom, ale zachęcenie do niezbędnych refleksji i badań teoretycznych w tej dziedzinie.

Pojęcie przeżycia estetycznego obok problematyki wartości dzieła należy do głównych zagadnień estetyki Romana Ingardena. Wypowiedzi na ten temat znajdziemy przede wszystkim w książce pt. *Przeżycie, dzieło, wartość* (Kraków 1966) oraz w wielotomowych *Studiach z estetyki* (tom 1, 2, Warszawa 1957-1958, tom 3, 1970), w których rozwinął własną teorię estetyki opisowej. Trudno o przykład pojęcia przeżycia estetycznego bardziej sprzyjającego uzgodnieniu tradycyjnych przeciwieństw poglądowych niż koncepcja Romana Ingardena. Głosi ona, że przeżycie estetyczne jest złożone i wielofazowe, a rozwijając się w czasie, przechodzi szereg etapów o różnym charakterze, tj. w jednym sprawdza się teoria postawy aktywnej, emocjonalnej, a w innym biernej kontemplacji.

Początkiem przeżycia jest „emocja wstępna”, mająca charakter wzruszenia. „Prowadzi ona – według słów Ingardena (R. Ingarden, 1966) - do aktywnego zwrócenia się

podmiotu ku jakości, która go poruszyła, [...], sama zaś ta jakość staje się ośrodkiem krystalizacji przedmiotu estetycznego [s.12], odgrywa wtedy rolę regulatora przebiegu tego przeżycia, zwłaszcza jeżeli jest w tym celu stworzonym dziełem sztuki” [s.11]. Zatem pojęciem zasadniczym jest szczególna jakość przedmiotu – zazwyczaj jest to jakość postaciowa, która nie pozwala podmiotowi przeżywającemu pozostać „zimnym”, lecz wprawia go w szczególny stan wzruszenia [s.12]. Wzruszenie to nie ma nic wspólnego z tzw. podobaniem się, jakkolwiek wiele z oczarowaniem.

Taka koncepcja stanowiła punkt wyjścia antycznego poglądu na przeżycie estetyczne utożsamiający je z przeżyciami widza (i słuchacza) przedstawionego w sposób dojrzały, np. przez Arystotelesa. Jeżeli Ingardenowskie emocjonalne wzruszenie nazwiemy za Stagirytą intensywną przyjemnością, a jakością postaciową krystalizującą przedmiot estetyczny – jego pięknem, to jest tak, jak powiada Arystoteles w *Etyce eudemejskiej*, że pierwszą cechą omawianego doznania stanowi przeżycie intensywnej przyjemności, czerpanej z patrzenia i słuchania; przyjemność ta jest tak intensywna, że człowiekowi trudno jest się od niej oderwać (W. Tatkiewicz, 1975, s. 365-366). Zarówno wypowiedź Arystotelesa, jak i Ingardena, odpowiadają pogładowi, który wydaje się być naturalnym, że – najogólniej rzecz ujmując – przeżycie estetyczne zaczyna się od wzruszenia w postaci oczarowania spostrzeżonym pięknem przedmiotu.

Drugi etap przeżycia estetycznego następuje, gdy pod wpływem tego wzruszenia, całą naszą świadomość zwracamy ku przedmiotowi, który je wywołał. Powoduje to zahamowanie zwykłego przebiegu świadomości, zacieśnia się jej pole, zainteresowanie skupia się na spostrzeżonej jakości. Ingarden pisze, że „dochodzi do zmiany zasadniczego nastawienia podmiotu, który doznał emocji wstępnej: z naturalnego nastawienia właściwego życiu praktycznemu w nastawienie specyficznie >>estetyczne<<. [...] Pogłos przeżyć wcześniejszych i praktycznych zainteresowań, zjawiający się normalnie w każdym konkretnym >>teraz<< człowieka, zostaje w sposób istotny osłabiony lub nawet wygaszony. Wskutek tego przeżycie estetyczne tworzy całość odcinającą się od naturalnego biegu życia codziennego, całość, która dopiero ex post włącza się jakby automatycznie w tok naszego życia.” (R. Ingarden, 1966, s. 12-13). Innymi słowy jest to postawa „bezinteresowności”, a więc – najogólniej mówiąc – niezależności tego przeżycia od względów osobistych, praktycznych i bytowych podmiotu oraz jego nastawień celowościowych, obliczonych na jakiś przyszły rezultat.

Koncepcja bezinteresowności jest postrzegana jako najbardziej charakterystyczny wyróżnik przeżycia estetycznego. Sformułował ją w XVIII wieku Immanuel Kant w dziele pt. *Krytyka władzy sądenia* (1790 r.). Kant bowiem nie używał wyrazu „estetyka” w tym znaczeniu, nazywał tę dyscyplinę właśnie „krytyką władzy sądenia”, bo w XVIII wieku terminy „sądenie”, „sąd” oznaczały ocenę estetyczną, szczególnie sąd smaku.

Według ustaleń Władysława Tatarkiewicza Kantowską „pierwszą cechą wyodrębniającą przeżycia estetyczne jest ich bezinteresowność”. Kant rozumiał przez to, że przeżycie estetyczne jest niezależne od realnego istnienia podobającego się przedmiotu, że podoba się samo jego wyobrażenie. Cecha ta stanowi podstawę oddzielenia przeżycia estetycznego od innego rodzaju przeżyć. (W. Tatarkiewicz 1970, s.178).

Niewątpliwie taką postawę wymusza przedmiot, ściślej jego jakość. Dzięki niemu – pisze Ingarden – pierwotne przekonanie o istnieniu świata realnego zawarte w nastawieniu naturalnym, usuwa się niejako na peryferie pola świadomości, a równocześnie zainteresowanie podmiotu przeżywającego skierowuje się już nie na realne rzeczy i ich stan faktyczny, lecz na to, co czysto jakościowe. Nie realny fakt, lecz „co” i „jaki”, twór czysto jakościowy, jest tym, do czego ukonstytuowania się prowadzi przeżycie estetyczne i na co, jako na przedmiot estetycznego uchwycenia, nastawiony jest podmiot przeżywający.

W następstwie bezpośrednio nawiązująca do tego nastawienia postawa jest aktywnym, skupionym oglądaniem jakości z początku tylko nas poruszającej. Jakość ta wysuwa się teraz nie tylko na pierwszy plan w polu widzenia („wybija się”), lecz zaczyna zarazem odcinać i wyróżniać od pierwotnego pola tak teraz zneutralizowanego spostrzeżenia i kształtuje pewną całość. Jeżeli jako jakość jest autonomiczna, tzn. nie domaga się już żadnego jakościowego uzupełnienia, to proces konstytuowania aktywnego (skupionego oglądania jakości), dobiega końca [s.13]. Ukonstytuowanie ustrukturuowanych, samowystarczalnych całości jakościowych stanowi ostateczny cel wszystkich twórczych faz przeżycia estetycznego. (R. Ingarden 1966, s.15).

Tę silniej lub słabiej odczuta fazę aktywno-twórczego tworzenia przedmiotu estetycznego jako ustrukturuwanej całości jakościowej można zilustrować przebiegiem procesu konkretyzacji dzieła literackiego, gdyż stanowi ona aktywną odpowiedź odbiorcy na inicjatywę komunikacyjną pisarza, nadto jest zjawiskiem jednostkowym, jednakże społecznie uwarunkowanym. Zdaniem Ingardena „w tym procesie estetycznego tworzenia nowej [w tym przypadku literackiej] całości jakościowej i jej uchwytania przez podmiot dokonują się dwojakiego rodzaju formowania pojawiających się jakości: a) w struktury kategoryjne, b) w strukturę polifonicznego zestroju jakościowego.” (R. Ingarden, 1966, s. 14). W struktury kategoryjne doskonale wpisują się jakości związane z budową dzieła, tj. warstwowy układ i schematyczność; natomiast w strukturę polifonicznego zestroju jakościowego - proces konkretyzacji. Jedną z jego podstawowych jakości stanowi więc warstwowy układ dzieła literackiego, co – rzecz znana - Ingarden wyjaśniał tak: „dzieło literackie jest tworem wielowarstwowym, w którym należy odróżnić cztery warstwy:

1. warstwę brzmień słownych jako też tworów i charakterów językowo-brzmieniowych wyższego rzędu;
2. warstwę znaczeniową, zbudowaną z sensów zdań wchodzących w skład dzieła;
3. warstwę uschematyzowanych wyglądów, przez które przejawiają się przedmioty w dziele przedstawione;
4. warstwę przedmiotów przedstawianych, a mianowicie przedstawianych przez czysto intencjonalne stany rzeczy, które są wyznaczone przez sensy zdań wchodzących w skład dzieła.” (R. Ingarden, 1957, s. 6-7).

O ile dzieło literackie jest wartościowym dziełem sztuki to - według filozofa – każda z jego warstw zawiera (w stanie potencjalnym) jakości wartości estetycznych, które – współwystępując w dziele w takim lub innym doborze – wytwarzają szczególną harmonię polifoniczną estetycznych jakości [s. 7]. Typ tej harmonii decyduje o ostatecznej wartości danego dzieła jako dzieła sztuki. Bez względu jednak na to, jaka jest harmonia w danym dziele, o tym, czy pewne dzieło „piśmiennicze” jest dziełem literackim w używanym tu znaczeniu, rozstrzyga właśnie to, iż budowa jego jest – jeżeli tak wolno powiedzieć – „obliczona” na to, przystosowana do tego, by doprowadzić do ukonstytuowania się takiej harmonii jakości estetycznych. (R. Ingarden, 1957, s. 7).

Jak wspomniano do „struktur kategoryalnych” formowania się pojawiających jakości przedmiotu estetycznego należy „schematyczność dzieła literackiego”, wynikająca z jego natury językowej i wyrażająca się m.in. w jednym z czynników decydujących o tej schematyczności, tj. obecności miejsc niedookreślenia. Jest to właściwość pojawiająca w warstwie przedmiotów przedstawionych, polegająca na tym, że przedmioty owe nie wskazują na wszystkie swe cechy, pojawiają się w ich charakterystyce puste miejsca, które czytelnik musi wypełnić w procesie konkretyzacji, w którym to dzieło traci swój schematyczny charakter.

Ingarden podkreśla, że powyższe jakości w procesie estetycznego tworzenia całości jakościowej dzieła literackiego i jej uchwycenia przez podmiot zostają uformowane w tym sensie, że oznaczony przez nie utwór-dzieło sztuki uobecnia się w tych jakościach i nabiera charakteru pozornie samoistnej „rzeczywistości”.

Innymi słowy, podmiot-odbiorca dzieła literackiego przede wszystkim rekonstruuje porządek w obrębie składników utworu, zarówno składników językowych, jak też w świecie przedstawionym i w sferze zawartości ideowej dzieła. Wszystko to, w ten sposób ukształtowane, zostaje potem uchwycone samo dla siebie przez podmiot przeżywający, który nie pozostaje obojętny na to, co uchwycił, lecz niejako odpowiada na to rozmaitymi emocjami [s. 14]. Dochodzi w ten sposób do emocjonalnego obcowania podmiotu przeżywającego z obiektami przedstawionymi w przedmiocie estetycznym (szczególnie z osobami przedstawionymi w ich losach). (R. Ingarden, 1957, s. 14-15).



Oczywiście nie należy tego rozumieć w ten sposób, że czytelnik traktuje obraz prezentowany przez dzieło jako coś równorzędnego względem rzeczywistości. Jednakże, mając nawet wyostrzoną świadomość fikcyjności tego obrazu, odbiorca nie jest po prostu w stanie inaczej wyobrazić go sobie, jak tylko w przyrównaniu do określonych elementów świata realnego. Zatem elementy dzieła i ich układy zostają tu odniesione do zjawisk rzeczywistych.

Koresponduje to z formowaniem się pojawiających się jakości w „strukturze polifonicznego zestroju jakościowego”, mające miejsce wtedy, gdy podmiotowi przeżywającemu estetycznie ujawnia się nie jedna prosta jakość, lecz wiele różnych jakości, nie występują one zazwyczaj luźno obok siebie, ale organizują się w wewnętrznie spójną całość. (R. Ingarden, 1957, s. 15). To znaczy: przy tej samej liczbie jakości struktura przedmiotu estetycznego może się – zależnie od przebiegu procesu estetycznego formowania – inaczej ukształtować. Ilustruje to końcowa faza procesu konkretyzacji dzieła literackiego, w której odbywa się proces „uzupełniania” dzieła przez czytelnika o te wszystkie dodatkowe jakości estetyczne, jak przeżycia, wzruszenia i osądy, które wywołuje lektura utworu. Wszystkie one mają charakter złożony, tzn. na przykład wzruszenia estetyczne mogą łączyć się ze wzruszeniami innego rodzaju: religijnymi, patriotycznymi, erotycznymi itp. Czytelnik nie tylko poddaje się sugestiom czytanego dzieła, ale niejako dopełnia je w lekturze własnymi treściami uczuciowymi, nasycza je pobudzonymi przez lekturę doznaniem, wprowadza jak gdyby w jego obręb świat własnych przeżyć. Dzieło traci w ten sposób swój schematyczny charakter. Dany obraz, np. staw w wierszu Tetmajera *Melodia mgieł nocnych (Nad Czarnym Stawem Gąsienicowym)*, przedstawiony jest jedynie w najogólniejszych zarysach, w trakcie konkretyzacji czytelnik uzupełnia obraz elementami, które w tworzonym przez dzieło obrazie przedmiotu nie zostały bezpośrednio wykazane.

Wskutek tego – podsumujmy ten fragment – drugi etap przeżycia estetycznego odznacza się charakterystyczną dynamiką, aktywnym poszukiwaniem i odnajdywaniem całości jakościowych, czyli formowaniem przedmiotu estetycznego.

Jak pisze Tatarkiewicz, początki „teorii aktywnej natury przeżyć estetycznych” pod nazwą „empatii” można znaleźć u osiemnastowiecznego Herdera i romantyka Novalisa, ale rozwinęła się ona dopiero na przełomie wieków XIX i XX (Rozwinął ją Th. Lipps, niemiecki profesor - *Asthetik*, 1903). Według tej teorii: przeżycie estetyczne dochodzi do skutku tylko wtedy, gdy podmiot własną aktywność przerzuca na przedmiot; przez to przypisuje przedmiotowi estetycznemu własności, których ten sam przez się nie posiada. (W. Tatarkiewicz 1975, s. 381). Jest to (jak wywodzi Lipps) źródło szczególnej przyjemności; odnajdywanie siebie w różnym od siebie przedmiocie. Na tym drugim etapie w wyniku intelektualnej postawy przeżycie charakteryzuje się też pewnym

rodzajem poznania, oświecenia umysłu, wynikającego z jego zdolności postrzegania i rozumowania.

W przeciwieństwie do tego w ostatnim trzecim swym etapie przeżycie estetyczne – według Ingardena – wkracza w fazę pewnego rodzaju uspokojenia. (R. Ingarden, 1966, s. 16). Dokonuje się bierne, kontemplacyjne, emocją przesyczone intencjonalne odczuwanie ukonstytuowanego już przedmiotu estetycznego. Właśnie estetyczne odczucie intencjonalne wiedzie zarazem do pierwotnej estetycznej odpowiedzi na wartość przedmiotu estetycznego, którą da się osiągnąć dopiero w poznaniu estetycznym nadbudowanym nad przeżyciem estetycznym. Pozytywna, subiektywna odpowiedź na wartość przybiera postać emocjonalnego uznania, jakim obdarzamy przedmiot estetyczny; negatywna natomiast jest odrzuceniem, potępieniem chybionego, bezwartościowego przedmiotu estetycznego. (R. Ingarden, 1966, s.16). Tym sposobem etap trzeci, ze względu na zawartą w niej teorię kontemplacji, stanowi przeciwieństwo etapu drugiego z obecną w nim teorią aktywnej natury przeżyć estetycznych.

Oczywiście również teoria kontemplacji nie była nowością, lecz najbardziej rozpowszechnionym poglądem estetycznym. Często uważana była za pogląd tak oczywisty, że nie warto się było nad nim rozwodzić. Niemniej na samym początku XIX wieku klasycznie sformułował ją i nazwał Artur Schopenhauer w dziele *Świat jako wola i wyobrażenie*, (1819 r.). Cechą kontemplacji jest bierność, skupienie na zewnętrznych rzeczach, poddanie się im, niewybieganie poza nie myślą; tym różni się zarówno od postawy praktycznej, jak od badawczej. Jest postrzeganiem pełnym, biernym, skupionym, które, jak mówił Schopenhauer, „zagłębia się” w przedmiot, „wypełnia się nim”, „staje się jego zwierciadłem”. (W. Tatarkiewicz, 1975, s. 382-383). Proces kontemplacji w literaturze przebiega podobnie jak w muzyce i sztukach plastycznych: jest łączeniem poszczególnych części utworu i ich pamiętaniem [s. 383]. Kontemplacja utworu literackiego czy muzycznego jest procesem dokonującym się w czasie, stopniowo, tak samo jak kontemplacja posągu czy obrazu.

Czas na końcowe podsumowanie powyższych analiz teorii Romana Ingardena. Jego podstawową myślą było to, że przeżycie estetyczne jest złożone, wielofazowe. Rozwijając się w czasie, przechodzi przez trzy etapy o różnym charakterze. W przeżyciu estetycznym występują więc kolejno: (1) czyste wzruszenie podmiotu, (2) formowanie przedmiotu przez podmiot i (3) odbiorcze przeżywanie tego przedmiotu. Na wcześniejszych etapach przeżycie to ma charakter uczuciowy i dynamiczny, który w końcowym etapie traci na rzecz kontemplacji. (A. Szczepańska, 1989, s. 145). W pierwszych etapach – sprawdza się teoria postawy aktywnej, wczuwania, empatii, gdy podmiot własną aktywność przerzuca na przedmiot, przez to przypisuje przedmiotowi estetycznemu własności, których ten sam przez się nie posiada; a w końcowym etapie – postawy biernej,

gdzie zadowolenia bynajmniej nie czerpiemy z siebie, z podmiotu, lecz właśnie z przedmiotu, z rzeczy oglądanych, przez poddanie się im i wchłonięcie ich piękna, biernego poddania się pięknu. Początkiem przeżycia jest więc „emocja wstępna” mająca charakter wzruszenia. Drugi etap przeżycia następuje, gdy pod wpływem tego wzruszenia całą naszą świadomość zwracamy ku przedmiotowi, który je wywołał. Powoduje to zahamowanie zwykłego przebiegu świadomości, zacieśnia jej pole, zainteresowanie skupia się na spostrzeżonej jakości. W ten intelektualny sposób podmiot ma już przed sobą ukształtowany przez siebie przedmiot i obcuje z nim, reagując wzruszeniem na to, co sam zrobił. Zaczyna się wówczas trzeci etap: „skupione oglądanie” tej jakości.

Do Ingardena we wszystkich koncepcjach, nawet w tych, w których przeżycie estetyczne ujmowane było jako coś więcej niż tylko bierny, kontemplacyjny kontakt z przedmiotem (jako pozbawione elementów aktywności „gapienie się”), uznawano przedmiot przeżycia estetycznego za przedmiot gotowy, zastany. Refleksja Ingardena ujawniła wytwórczy charakter przeżycia, fakt konstytuowania właśnie dopiero w ramach tego przeżycia przedmiotu estetycznego. Przedmiot estetyczny staje się „obiektem” kontemplacyjnego oglądu dopiero w ostatniej fazie przeżycia, przedtem musi zostać w tym przeżyciu ukonstytuowany – nigdy więc nie jest on przedmiotem, który po prostu zastajemy. (A. Szczepańska, 1989, s. 145-146). Właśnie to ma kluczowe znaczenie w procesie biblioterapii.

Przyjrzyjmy się teraz głównym problemom wartości dzieła literackiego. Podstawowym pojęciem aksjologii literackiej jest wartość dzieła. Oznacza ona – mówiąc najogólniej – wszystko to, co w nim jest cenne i dobre z estetycznego punktu widzenia, w tym zdolności do zaspokajania potrzeb doznawania przeżyć estetycznych oraz pozaestetycznych oczekiwań odbiorców. Chcąc tak orzec o danym dziele, przechodzimy od zainteresowania do aktu sądzenia w procesie jego poznawania. W konsekwencji do wydania oceny, stanowiącej wypadkową zastosowania określonych interpretacji i pewnych kryteriów. Trudność może do końca zgodzić się z tym, że przedmiotem oceny powinno być dzieło literackie jako utwór niezależny od przeżyć odbiorcy. W praktyce bowiem możemy wartościować dzieło literackie tylko pośrednio, poprzez własną jego konkretyzację, co najwyżej starając się uwzględnić również znane nam konkretyzacje innych odbiorców. Wartościowanie jest więc nieodłącznym składnikiem wszelkiej konkretyzacji dzieła, stąd problematyka główna musi się skupiać przede wszystkim wokół zagadnień jego wartości, osądu oraz oceny.

Wartość dzieła, jak wiadomo, jest terminem najeżonym wieloznacznościami. Dlatego uwypuklimy tylko jego wyraźne komponenty opisowe obecne w obrębie refleksji literaturoznawczej. Pierwsze zarysowują się, kiedy weźmiemy pod uwagę dwa rodzaje

wartości: estetyczną i pozaestetyczną – występujące zresztą w ścisłym powiązaniu – wydobytą zależnie od kryteriów stosowanych przez oceniającego.

Wartość estetyczna dzieła, to przede wszystkim jego zdolność do wywołania przeżyć estetycznych, których zaistnienie warunkowane jest wszakże odpowiednią postawą odbiorcy-czytelnika, rozpoznającego w nim cenne właściwości z estetycznego punktu widzenia, przysługujące dziełu subiektywnie lub obiektywnie. Owe „cenne właściwości” istnieją w dziele jako cechy pierwszoplanowe i zarazem trwale mu przysługujące, są więc jego jakościami, czyli – jak pisze Roman Ingarden – takimi momentami dzieła, które nacechowane są szczególną „aktywnością” estetyczną. (A. Szczepańska, 1989, s. 210). Właśnie jakościom przypisuje się doniosłe znaczenie estetyczne, rozstrzygające o wartości dzieła. Albowiem dotyczą one wewnętrznej budowy utworu i stanowią o jej zwartości. Oczywiście, w wewnętrznej jakościowej strukturze dzieła zachodzą konieczne związki między występującymi zespołami jakości (np. formalnymi, stylistycznymi), które tworzą hierarchiczny system jakości i wspomnianą zwartą „organiczną” budowę dzieła. Typ tej zwartości – rodzaj zachodzących związków i sposób przynależenia do siebie jakości, np. gatunkowych – ma decydujący wpływ na sposób ugruntowania w dziele jego estetycznej wartości. Trzeba uwzględnić możliwość istnienia dzieł o bardzo różnych stopniach i bardzo różnych typach tej zwartości – większa „luźność” związków jakościowych w obrębie struktury dzieła dopuszczałaby znacznie większy udział odbiorcy-czytelnika w konstruowaniu wartości estetycznie „aktywnych” w utworze. Takie związki jakościowe tworzy np. oryginalność zastosowanego układu utworu, wysoki stopień artyzmu, piękno dzieła. Jakości nacechowane szczególną „aktywnością” estetyczną (pozytywne i negatywne), które nie są obojętne, neutralne wartościowo, próbował zebrać Roman Ingarden, nazywając je zresztą zamiennie momentami dzieł sztuki. Znaczna liczba terminów (około 200) używanych do określenia tych jakości tworzy rozbudowany i podzielony na grupy tzw. system jakości estetycznie doniosłych. Tytułem przykładu, przytoczymy tutaj niektóre jakości występujące w *Odmianie „nowości*: nowy, stary, oryginalny, nieoryginalny, modny, nowoczesny, staromodny, przestarzały, wyjątkowy, nadzwyczajny, szablonowy, przeciętny itd. (R. Ingarden, 1966, s. 167). We wszystkich rozumieniach jakościom, a co za tym idzie również wartości estetycznej, przypisuje się cechy stopniowości: są większe lub mniejsze w różnych dziełach należących do tej samej kategorii (np. gatunkowej), ponadto mogą być przypisywane w różnej mierze temu samemu dziełu przez różnych odbiorców. Oczywiście, wartość estetyczna występuje w dziele w ścisłym powiązaniu z wartościami pozaestetycznymi, tj. głównie ideowo-poznawczymi i sprowadzają się one również do określonych zespołów jakości ocenianych jako właśnie wartość dzieła przez mniejszą lub większą zbiorowość czytelnicy. Nadbudowują się one na podłożu jakości estetycznych, występując również w pewnym doborze,

wyznaczającym intelektualną wartość ukonkretyzowanego dzieła. Oddaje to np. próba nazwania tych jakości przez Romana Ingardena, tj. w punkcie jakości „intelektualnych”: dowcipny, pomysłowy, bystry, wnikliwy, ciekawy, pełen humoru, głęboki – nudny, tępy, „ciężki”, banalny, płytki, lekki... (R. Ingarden, 1966, s.165). Jak widać z zacytowanych przykładów również same sposoby występowania jakości w dziele mogą być różne, tj. np. łagodne lub ostre. Według koncepcji Mieczysława Wallisa – łagodne wywołują u odbiorców doznanie harmonii, spokoju, rozładowania konfliktów i napięć; są głównie jakościami estetycznymi obejmowanymi przez kategorię piękna (M.Wallis, 1968). Natomiast ostre, wywołują zdumienie, zadziwienie, grozę, czy nawet przerażenie lub przykrość, będące jednak czasem – w ostatecznym rezultacie – źródłem satysfakcji estetycznej; są właściwe, jak się wydaje, jakościami pozaestetycznymi, podpadającymi pod kategorię groteski, tragizmu, wzniosłości, brzydoty, czasem komizmu.

Podsumowując ten fragment trzeba stwierdzić, że wartość dzieła może być warunkowana przez różne doборы jakości (estetyczny i pozaestetyczny), a więc nie istnieje jeden zespół jakościowy podbudowujący daną wartość danego dzieła, lecz raczej pewna ich mnogość. Muszą zatem współwystępować w nim jakości z różnych rodzajów, aby na ich podłożu mogła pojawić się w miarę ściśle określona ogólna wartość dzieła.

Sąd estetyczny to stwierdzenie występowania w dziele literackim wspomnianych wartości, czyli jego wartościowanie (ocenie). Według Kazimierza Wyki na powstanie sądu składają się trzy ogniwa: 1) zrozumienie dzieła, 2) jego przeżycie osobiste, 3) ujęcie intelektualne aktu zrozumienia i aktu przeżycia. Rzecz oczywista, że granice pomiędzy tymi ogniwami są płynne (K. Wyka, 1965, s. 236). Również Ingarden podkreślał, że naoczne ujęcie wartości dzieła i emocjonalna odpowiedź na tę wartość dokonuje się w końcowej fazie przeżycia estetycznego. Jego zdaniem tylko takie dokonujące się w przeżyciu estetycznym „bezpośrednie widzenie” i emocjonalne uchwycenie wartości może stanowić podstawę uzasadnienia prawdziwości sądu oceniającego. Zależy on wszakże od zastosowanych kryteriów.

Pojęcie „kryterium” to, za Marią Gołaszewską: właściwość przedmiotu pozwalająca na ujęcie wartości danego przedmiotu, uzasadniająca ocenę. (M. Gołaszewska, 1984, s. 166). Kryteria mogą być wyprowadzane zarówno z samego dzieła, które podlega ocenie, jak i poprzez jego odniesienie do np. historycznego, społeczno-kulturalnego czy literackiego pola wartości. Również z przyjmowanych jego ocen przez odbiorców różnych epok i środowisk, ujawnianych w rekonstrukcjach recepcji danego dzieła literackiego. Ogólnie rzecz ujmując, kryteria dzielą się na prywatne i wyznawane zbiorowo. W pierwszym przypadku mają one charakter subiektywny, reprezentują gust, wrażliwość, ideały i przekonania tego, kto dokonuje sądu wartościującego; postawą przyjmowaną może tu być osobiste przeżycie dzieła, np. w krytyce impresjonistycznej. W drugim – kryteria

mają charakter obiektywny, przyjmowaną są przez grupę społeczną, której przedstawicielem jest krytyk lub historyk literatury. Zwykle są to normy estetyczne, którym przypisuje się doniosłość ponadhistoryczną. Zasadniczymi wyróżnikami tego typu kryteriów są miary, które dla dokonującego oceny są czymś zobiektywowanym, mieszczącym się podobnie jak samo dzieło w ramach rzeczywistości badawczej, nie zaś wykładnikiem jego osobistych upodobań, przekonań czy ideałów. Oczywiście sąd wartościujący aktualizuje równocześnie obydwie typy kryteriów, mieszając je w rozmaitych proporcjach. Proces wartościowania dzieła spleciony jest więc najściślej zarówno z przebiegiem samego przeżycia estetycznego, jak i z postępowaniem badawczo-estetycznym, nastawionym na analizę tego przeżycia i konstytuującego się w nim przedmiotu.

Sąd, a także oceny estetyczne (o których zaraz będzie mowa) stanowią pojęciowy wyraz tego poznania, przy założeniu optymalnego dostosowania ich treści do wyników doświadczenia estetycznego, stanowiącego – zdaniem Ingardena – ostateczną drogę do uzasadniania prawdziwości sądu oceniającego (A.Szczepańska, 1989, s. 182). Oceny oddają zwykle dwa sposoby relatywizacji dzieła, tj. z jednej strony określają jego położenie w jakimś zbiorze dzieł pokrewnych; z drugiej zaś strony wyznaczają jego odległość od akceptowanej normy, choć w konkretnym akcie oceniania nacisk może padać na te dwa aspekty. Podstawowym zagadnieniem jest tu tzw. powszechna ważność ocen estetycznych (A.Szczepańska, 1989, s. 184). Pytanie wysunięte przez Ingardena w związku z tą kwestią brzmi: kto i pod jakimi warunkami ma prawo do uznawania lub nie danej oceny konkretyzacji estetycznej? Odpowiadając na nie, filozof wskazuje, iż w pewnych przypadkach prawo do nieuznawania oceny nie przysługuje, mianowicie wówczas, jeśli: 1) dana ocena jest trafna i uzasadniona przez odpowiednie przeżycie i bezpośrednie poznanie estetyczne, spełniające określone warunki (tj. adekwatności, sprawności i oddania dziełu sprawiedliwości), zaś treść oceny jest dostosowana do wyników tego poznania, i 2) jeżeli odbiorca nie wiedząc, czy dana ocena jest słuszna, nie zdołał sam uzyskać ani przeżycia estetycznego (o podanych własnościach), ani odpowiedniego poznania estetycznego. Ingarden, wypowiadając się na ten temat, twierdził: „Wszyscy tedy czytelnicy, którzy albo nie są w ogóle zdolni do spełnienia odpowiednio ukwalifikowanego przeżycia estetycznego i przynależnego doń poznania estetycznego, albo którzy przynajmniej do chwili, w której stawiają pod znakiem zapytania pewną ocenę, nie byli w stanie przeprowadzić tych operacji, nie mają prawa po prostu nie uznać ustalonej oceny. Uprawnieni do tego są oni dopiero po spełnieniu tych obydwu warunków. Z drugiej strony, także prawo do ustalania estetycznej oceny mają jedynie ci, którzy ją wypowiadają na podstawie udatnego spełnienia wymienionych operacji. Jeżeli zrobią to nie spełniwszy tych warunków, to ocena wydana przez nich jest nieuzasadniona – chociażby nawet – przypadkiem była słuszna.” (R. Ingarden, 1957, s. 405-406).

W zakończeniu należy jeszcze wspomnieć o literackiej aksjologii historycznej. Michał Głowiński słusznie uważa, że „nie stanowi ona osobnej dziedziny dociekań, w jakiejś postaci jednak istnieje, albowiem rekonstruując przeszłość, poddaje się analizie w takim czy innym uwikłaniu skale wartości, jakie w danej epoce funkcjonowały (czy obowiązywały), skupia się uwagę na metodach wartościowania i – niekiedy – sposobach mówienia o nich. [...] Nie jest obojętne także to, jak kształtowały się style oceniania w danej epoce, czy traktowano je jak oczywisty i nie wymagający uzasadnień element dyskursu, czy też starano się je w pewien sposób motywować i wyjaśniać, a więc stworzyć dające się zracjonalizować przesłanki dla tego typu działań. Zatem problematyka aksjologii historycznej niesie wiedzę o tym, jak dane zjawisko, proces, czy dzieło wartościowano, na jakich podstawach to czyniono i w jakiej mierze świadomie, w jakiej zaś – bezrefleksyjnie. Stąd nie można być obojętną dla historyka literatury” (M. Głowiński, 1997, s. 193). Problematyka aksjologii historycznej nie może być obojętna również dla biblioterapeuty, chociażby ze względu na system wartości w jakim powstało dane dzieło.

## **Bibliografia:**

- (E. Tomasiak, 1987) – Ewa Tomasiak [rec.], *R. J. Rubin „Bibliotherapy sourcebook”*, „Szkoła Specjalna” 1987, nr 1.
- (R. Ingarden, 1966) – Roman Ingarden, *Przeżycie, dzieło, wartość*, Kraków 1966.
- (W. Tatarkiewicz, 1975) - Władysław Tatarkiewicz, *Dzieje sześciu pojęć. Sztuka, piękno, forma twórcza, odtwórczość, przeżycie estetyczne*, Warszawa 1975.
- (W. Tatarkiewicz, 1970) - Władysław Tatarkiewicz, *Historia filozofii*. Tom 2. *Historia nowożytna do roku 1830*, Warszawa 1970.
- (R. Ingarden, 1957) – Roman Ingarden, *Studia z estetyki*, Warszawa, Tom 1, 1957.
- (A. Szczepańska, 1989) – Anita Szczepańska, *Estetyka Romana Ingardena*, Warszawa 1989.
- (M. Wallis, 1968) – Mieczysław Wallis, *Przeżycie i wartość. Pisma z estetyki i nauki o sztuce*, Warszawa 1968.
- (K. Wyka, 1965) - Kazimierz Wyka, *Łowy na kryteria*, Warszawa 1965.
- (M. Gołaszewska, 1984) - Maria Gołaszewska, *Estetyka i antyestetyka*, Warszawa 1984.
- (M. Głowiński, 1997) – Michał Głowiński, *Ekspresja i empatia. Studia o młodopolskiej krytyce literackiej*, Kraków 1997.





## Rozdział 5.

### Filozofia jako terapia w perspektywie biblioterapii

(Wiktor Czernianin, Halina Czernianin)

#### I. Wprowadzenie, czyli od rad autopsychoterapeutycznych filozofów, przez psychoterapię filozoficzną, do filozofii jako terapii

Zastanówmy się nad tym, co łączy biblioterapię z filozofią pod względem terapeutycznym? Jak się ma funkcja terapeutyczna wypowiedzi filozoficznej do funkcji terapeutycznej wypowiedzi literackiej? W czym upatrywać możemy taką wartość w dziełach filozoficznych? Czy dzieła takie rzeczywiście mogą przekazać jakieś uzdrowienie, np. przez przemianę myślenia? Oczywiście, pytań jest więcej. Zaczniemy zatem od naświetlenia podstawowych zagadnień związanych z - modną ostatnio w Polsce - terapią przez filozofię.

##### I.1. Stanisław Siek, *Rady autopsychoterapeutyczne filozofów*

W polskiej literaturze przedmiotu to psycholog, Stanisław Siek - bodajże jako pierwszy, już w latach osiemdziesiątych ubiegłego wieku - zwrócił uwagę na „rady autopsychoterapeutyczne filozofów”, zwłaszcza antycznych, pisząc: „tym, czym dzisiaj zajmuje się higiena psychiczna, psychoterapia, zajmowali się także filozofowie, zwłaszcza ze szkół stoickich i epikurejskich” (Siek, 1985, s. 319). Podkreślił też funkcję terapeutyczną niektórych wypowiedzi filozoficznych, szczególnie tych dotyczących życia psychicznego człowieka, albowiem to: „filozofowie stawiali pierwsze pytania i dawali pierwsze odpowiedzi na to, jak zdobyć i utrzymać wewnętrzny spokój, pogodę ducha, jak walczyć z przeciwnościami losu, zachowywać własną godność i wewnętrzną niezależność, w czym szukać sensu życia, jak walczyć z własnym niepokojem, w jaki sposób usprawnić własne myślenie i lepiej poznawać świat i ludzi” (Siek, 1985, s. 319). Zatem biblioterapię z filozofią łączy wspólna dla literatury i filozofii funkcja terapeutyczna i wychowawcza. Siek określił na czym polega ta funkcja w wypowiedziach filozoficznych. Jego zdaniem znajdujemy w nich bowiem nie tylko: „refleksje nad tymi samymi problemami, które i my przeżywamy, [...], [ale] czytając pisma filozofów uczymy się patrzeć na nasze problemy niejako z wysoka, z innej płaszczyzny i znajdujemy ich inne oświetlenie. [...] Filozofowie dają nam konkretne rady i pouczenia, jak zdobyć i zachować

wewnętrzny spokój, i uzyskać większe zadowolenie z życia” (Siek, 1985, s. 319-320). Z kolei działanie tej funkcji w dziełach filozoficznych polega na „dawaniu ich czytelnikowi DYSTANSU – jak to podkreśla Siek – do siebie oraz do świata i jego spraw. [...] Umiejętność spojrzenia na siebie z dystansu, ograniczanie własnych roszczeń i pretensji, uproszczenie życia, liczenie się z terażniejszością” – to przecież wskazania psychoterapeutów (Siek, 1985, s. 320 i 343). W ogóle jego zdaniem: „czytanie pism filozoficznych działa autopsychoterapeutycznie także i dlatego, że widzimy tam, iż kierowanie się rozumem i rozsądkiem, panowanie nad sobą i zachowywanie jednolitej linii postępowania pomaga uzyskać zewnętrzną pomyślność i wewnętrzny spokój” (Siek, 1985, s. 320). A więc może nastąpić terapeutyczna przemiana myślenia czytającego. Tym samym Stanisław Siek określił nie tylko problematykę filozofii jako terapii, lecz także zaproponował wyjaśnienie na czym polegałaby wartość terapeutyczna i wychowawcza dzieł filozoficznych.

Uprowadzając dalsze zagadnienia trzeba sformułować trzy zasadnicze i doniosłe dla tej trudnej i rozległej problematyki tezy przedstawione przez polskiego uczonego. Z góry należy powiedzieć, że nie są to sformułowania czysto sprawozdawcze, lecz – w jakimś stopniu, jak się później przekonamy - normatywne: po pierwsze, że istnieje wspólna płaszczyzna terapeutyczna filozofii i psychoterapii. A więc jeżeli uznamy, że biblioterapia jest jedną z metod psychoterapii, jest to spostrzeżenie niezwykle ważne również z perspektywy biblioterapii. Po drugie, funkcja terapeutyczna i wychowawcza dzieła filozoficznego zajmującego się problematyką życia psychicznego człowieka ma stałe odniesienie autopsychoterapeutyczne do sytuacji świadomościowo-społecznej czytelnika, poprzez kierunkowe oddziaływanie na jego osobowość. Widzimy zatem, że funkcja terapeutyczna wypowiedzi filozoficznej i funkcja terapeutyczna wypowiedzi literackiej, niezależnie od różnic, choć często uważa się literaturę za formę filozofii (Wellek R., Warren A., 1970, s.141), realizują podobne zadanie, tj. terapeutyczno-wychowawcze, co znów z perspektywy biblioterapii nie jest bez znaczenia. Wreszcie po trzecie, wartość terapeutyczna wypowiedzi filozoficznej zasadza się na dawaniu czytelnikowi „dystansu”, a więc tego, co jest istotą „wglądu” w biblioterapii. Bez wątplenia zatem, warto się zastanowić, czy choć niektóre dzieła filozoficzne można potraktować jako materiał biblioterapeutyczny, ponieważ większość zawartych w nich tzw. „rad autopsychoterapeutycznych filozofów” weszła na stałe do wskazań higieny psychicznej, psychoterapii i pedagogiki.

## **I.2. Lech Ostasz, *Psychoterapia filozoficzna***

Co u Stanisława Sieka w 1985 roku stanowiło zaledwie rozdział, pt.: „Rady autopsychoterapeutyczne filozofów”, to u Lecha Ostasza – psychologa i filozofa - w 2007 roku rozrosło się do rozmiarów książki, pod jakże wymownym tytułem: „O usprawnianiu

rozumu i leczeniu psychiki. Psychoterapia filozoficzna”. I on uznał, że istnieje wspólna płaszczyzna terapeutyczna filozofii i psychoterapii pisząc, iż: „psychoterapia filozoficzna jako świadoma działalność zaczęła się właściwie wraz z powstaniem filozofii” (Ostasz L., 2007, 21). O co dokładniej chodziło w tym ogólnikowym stwierdzeniu, autor próbował wyjaśnić przybliżając sposób uprawiania psychoterapii filozoficznej przez filozofów antycznych: „ich sposób wpływania na umysł człowieka polegał na przedstawianiu tego, czym jest człowiek, co jest w nim najważniejsze, jak ma się on do reszty rzeczywistości. Uzasadniali preferencje światopoglądowe, dawali wiele rad, niekiedy stanowczo pouczali. Wszyscy uznawali bezwzględne przewodnictwo rozumu i mówili o innych sprawach w jego świetle” (Ostasz L., 2007, s. 21-22). Widać jednak, że wyjaśnienie takie wymaga sprecyzowania tego, o co chodzi w psychoterapii filozoficznej, wręcz zmusza do analizy wchodzących w nią pojęć i do wyboru określonej ich interpretacji. Od tego przecież, jak pojmujemy wspólną płaszczyznę filozofii i psychoterapii, w czym należy upatrywać istotę filozofii jako terapii, zależy jej koncepcja i sposób uprawiania. I tak jest u tego autora, jego wybór sposobu uprawiania, który niebawem zreferujemy, angażuje psychoterapię filozoficzną po stronie takich a nie innych koncepcji filozoficznych i metodologicznych.

Podstawą wspólną filozofii i psychoterapii stanowi w książce Ostasza zagadnienie: „jak oddziaływać na umysł, a następnie poprzez niego na inne części psychiki? Ma to być oddziaływanie nastawione na pomoc samemu sobie i drugiemu człowiekowi, oddziaływanie paralelcnicze” (Ostasz L., 2007, s. 7). To niejasne stwierdzenie, tj. oddziaływanie paralelcnicze, jest w dalszym ciągu przedmiotem szczegółowych rozważań: „ma być ono pracą z umysłem przebiegającą w sposób jak najbardziej otwarty i jasny, bez odwoływania się do technik, których ktoś by sobie nie uświadamiał, tj. hipnozy, magii, bez używania substancji psychoaktywnych itd. W pracy tej ma być wykorzystywana właściwa kondycja człowieka dyspozycja mentalna i aktywność umysłu, które są wprawdzie naturalne, lecz powinny być w jakimś stopniu poddawane ćwiczeniu przez każdego z nas” (Ostasz L., 2007, s. 7). Autor dotyka w tym punkcie spraw wiążących się ściśle ze sposobem pojmowania psychoterapii filozoficznej – jej istoty i zakresu, jej zadań i funkcji: „jeśli trudności związane z życiem psychicznym podzielimy najogólniej na lekkie, średnie i ciężkie, to uważam, że sama psychoterapia filozoficzna, bez innych zabiegów, powinna być stosowana w przypadkach trudności lekkich i większości średnich, ale nie ciężkich i niektórych średnich. Powinna być stosowana w przypadkach, gdy ktoś przeżywa lekkie i średnie zagubienie w orientacji życiowej, niepokój dotyczący swojego miejsca w życiu i świecie, lekkie i średnie wyobcowanie, lekką i średnią utratę poczucia sensu swojego życia itp. (Ostasz L., 2007, s. 9).

Sam termin „psychoterapia filozoficzna” może być rozumiany różnie, a to jak go rozumiemy jest najwyraźniej dla autora sprawą kluczową dla rozważanego tu zagadnienia. Toteż eksplikacji tego terminu, autor poświęca szczegółową uwagę: „nazywanie ma znaczenie dla umysłu. Dlatego poświęcimy kilka uwag nazwie psychoterapii, której zarys kreszę. Najbardziej oczywista nazwa to >psychoterapia filozoficzna<. Można używać nazwy >mentaloterapia< (łac. *mens* – umysł). Można używać innych słów, które oznaczają umysł, a więc >fronoterapia< (gr. *fronētis* – umysł), czy >nooterapia< (gr. *nous* – umysł i świadomość). Można mówić o >racjoterapii< (łac. *ratio* – rozum). [...]. Natomiast myląca byłaby nazwa >filozofoterapia<, gdyż nie ułatwia ona uchwycenia tego, że działa się filozofią na umysł i psychikę (Ostasz L., 2007, s. 8-9).

Założenia powyższe dotyczą – najogólniej mówiąc – dziedziny terapii przez filozofię, gdyż ta właśnie dziedzina ma stanowić właściwą domenę psychoterapii filozoficznej zgodnie z lansowaną tu jej koncepcją: „wydaje się, że pod niektórymi względami znamienity dorobek filozofii nie jest współcześnie dostatecznie wykorzystywany w psychoterapii i w poprawianiu jakości życia ludzi. [...]. Psycholodzy, psychiatrzy, a zwłaszcza psychoterapeuci proponują wiele szkół, technik, reguł, zasad pracy nad sobą, jednak wydaje się, że za mało czerpią z liczącego przeszło 2,5 tys. lat dorobku filozofii. Mam na uwadze głównie filozofię europejską. Dorobek filozofii z innych kręgów kulturowych można włączać w zadania psychoterapii filozoficznej po jego krytycznym przejrzeniu i odpowiednim zinterpretowaniu. Zwracając się ku dorobkowi filozofii europejskiej, trzymam się jej głównego, >klasycznego< nurtu ukształtowanego przez starożytnych Greków” (Ostasz L., 2007, s. 8).

Podstawową wspólnotą terapeutyczną zakładanej tu filozofii i psychoterapii jest eksplikacja koncepcji filozofii, jako środka leczniczego psychikę, wtedy mamy do czynienia z psychoterapią filozoficzną i jako środka usprawniającego rozum, wówczas jest to mentaloterapia. Z podkreśleniem, że mentaloterapia nie jest odpowiednikiem praktyki psychoterapeutycznej w pełnym wymiarze. Do psychoterapii filozoficznej należałoby przydzielić – według autora – zajmowanie się w pierwszym rzędzie tym, co znajduje się w podmiocie ludzkim między świadomością a ciałem, a więc emocjami, podświadomością, popędami, stresami, urazami psychicznymi, relacjami z bliskimi, strategiami zachowań (Ostasz L., 2007, s. 12). Natomiast z mentaloterapii można korzystać przed pogłębieniem się problemów osobowościowych i w ogóle życiowych; będzie ona wtedy traktowana jako samodzielna aktywność: jest to korygowanie patrzenia na świat, tłumaczenie swoich przeżyć, pomoc w wartościowaniu tego co się zdarzyło, wymiana myśli i postaw dotyczących reguł etycznych itd. (Ostasz L., 2007, s. 10).

Z kolei poprzez funkcję terapeutyczną i wychowawczą wypowiedzi filozoficznych – w ramach psychoterapii filozoficznej – wpływa się bezpośrednio na umysł, a następnie,

już pośrednio, również na inne części osobowości, głównie na charakter. „W podejmowaniu porządkowania aktywności umysłu powinny mieć udział spontaniczność i inwencja podmiotu. Jednak przewaga rzetelnego, metodycznego, sprawdzalnego porządkowania, jakie oferuje filozofia, powinna być wyraźna” – pisze autor. Porządkując co jakiś czas aktywność swojego umysłu, powodujemy, że wpływa on porządkująco na psychikę. A psychika wpływa pośrednio porządkująco na ciało (Ostasz L., 2007, s. 15). Zatem funkcja terapeutyczna i wychowawcza wypowiedzi filozoficznych to sposób wpływania na umysł człowieka polegający na przedstawianiu tego, czym jest człowiek, co jest w nim najważniejsze, jak ma się on do reszty rzeczywistości.

U Ostasza wartość terapeutyczna wypowiedzi filozoficznej zasadza się więc na dawaniu czytelnikowi „mądrości”. Można powiedzieć, że dobrze funkcjonującego umysłu trzeba więcej niż potocznie i niż w psychologii, i w psychiatrii się przyjmuje. Mówimy o umyśle solidnie, poprawnie funkcjonującym – pisze Ostasz. Za cytatem towarzyszącym tym uwagom autor obrał słynny zwrot Horacego (65-8 p.n.e.): *Sapere aude* – odważ się, chciej być mądrym. „Horacy zakłada, wraz z innymi filozofami (od których ciągle się uczył), że myślenie jest w stanie samo siebie poprawić, przewyciężyć fałszywe sądy, uspokajać się (za myśleniem podąża psychika). Dlatego stwierdza on w innym miejscu: Winna myśl, gdy się sama nie pozbywa troski” (Ostasz L., 2007, s. 19-20).

U podstawy upatrywania w niektórych wypowiedziach filozoficznych ich wartości terapeutycznej leży przekonanie Ostasza, że owo terapeutyczne wartościowanie wypowiedzi filozoficznych, które odsłania nam ich sens katartyczny, odsłania też tym samym także sens zawartej w nich mądrości. Na tym zasadza się terapeutyczna doniosłość filozofii. Zawarta jest w niej bowiem – w sposób mniej lub bardziej pośredni – jakaś odpowiedź na problemy psychiczne człowieka, uzdrowienie i katharsis. Odpowiedź ta stanowi ostateczny cel filozofii jako terapii. I to w jej poszukiwaniu zwracamy się także do tej trudnej dyscypliny. Złudzeniem byłoby jednak sądzić, że są to problemy, które filozofia sama mogłaby rozstrzygnąć.

### **I.3. Mateusz Stróżyński, *Filozofia jako terapia***

Koncepcja tego, czym w istocie swej jest filozofia jako terapia, sama jest tej filozofii elementem. Odwołanie się Mateusza Stróżyńskiego – filozofa i filologa - do konkretnych przykładów ma to stanowisko nie tyle i nie tylko uzasadnić, co zilustrować. Pełny tytuł jego książki z 2014 roku brzmi bowiem: „Filozofia jako terapia w pismach Marka Aureliusza, Plotyna i Augustyna”. Właśnie w dziełach tych trzech filozofów wyraża się – zdaniem autora – ten sam *sposób myślenia* o filozofii jako terapii (Stróżyński M., 2014, s. 24).

Istnieje wspólna płaszczyzna terapeutyczna filozofii i psychoterapii, stąd podstawowe pytanie, jakie się nasuwa, brzmi: w jakim stopniu antyczne wyobrażenie o terapeutycznej funkcji filozofii podobne jest do współczesnych wyobrażeń o tym, czym jest psychoterapia? (Stróżyński M., 2014, s. 7-8). Otóż u podstaw upatrywania we wszelkich starożytnych systemach filozoficznych ich funkcji terapeutycznych leży przekonanie, że owo filozoficzne leczenie, które odsłania nam medyczna metafora, odsłania też wizję i cel terapii filozoficznej. Każdy ze wspomnianych w tytule filozofów – zdaniem autora – buduje swoją terapeutyczną wizję filozofii na napięciu między rozpoznaniem fundamentalnego zaburzenia (duchowej choroby) w egzystencjalnej sytuacji człowieka w świecie a rozumieniem jego natury w jej idealnej, czystej postaci. Celem terapii filozoficznej jest nic innego, jak usunięcie tego napięcia, czyli przywrócenie stanu natury, który jest zarazem miarą pozwalającą na zdiagnozowanie choroby, jak i idealnym obrazem zdrowia, do którego się dąży (Stróżyński M., 2014, s. 228). Choć różnice filozoficzne pomiędzy trzema powyższymi filozofami są fundamentalne, to jednak dotyczą rozumienia ludzkiej natury i przyczyn choroby, która ją trawi. Z tego odmiennego rozumienia wynika proponowana przez nich terapia, toteż w każdym przypadku inaczej ona przebiega. Od zmiany treściowej myślenia i zapanowania umysłu nad własnymi wyobrażeniami i sądami u Marka Aureliusza (121-180 n.e.); przez uzyskanie dostępu do świadomego doświadczenia pełnego zakresu ludzkiej podmiotowości, co oznacza w praktyce u Plotyna (204-269 n.e.) dostęp do różnych form kontemplacji, której uzyskanie wyzwała samorzutny proces emocjonalnego wyzdrowienia; po oczekiwaniu pomocy od boskiego Lekarza, który ofiarowuje człowiekowi najskuteczniejsze lekarstwo, którym jest, według św. Augustyna (354-430 n.e.), dar pokory, a konieczne ćwiczenia duchowe są skierowane na pielęgnowanie i rozwijanie tego daru, ponieważ przyczyną upadku była pycha, terapia polegać musi na uwolnieniu człowieka od niej.

Przy czym charakterystyczną cechą trzech omówionych wizji terapeutycznych filozofii jest to, że każda z nich włącza wcześniejsze koncepcje, uznając je za wartościowe wprawdzie, lecz zarazem – fundamentalnie niewystarczające. Wszystkie jednak oparte są na przekonaniu, że istnieje poznawalna natura ludzka i że człowiek jest częścią harmonijnej natury powszechnej, lecz częścią, która z tej harmonii się wyłamała i dokonała zniekształcenia własnej natury, popadając w stan permanentnej choroby. Celem tych metod terapeutycznych jest więc odzyskanie ludzkiej natury, człowieczeństwa – takiego, jakim ono powinno być, zakładających z wiarą istnienie natury ludzkiej, której realizacja polega na wzniesieniu się ponad zmysłowe potrzeby, pragnienia i emocje (Stróżyński M., 2014, s. 229-231).

Sięgnijmy od tych początków terapeutycznej myśli filozoficznej do współczesnej psychoterapii i przytoczmy porównania autora, któremu terapia stoicka przypomina do

pewnego stopnia współczesną psychoterapię kognitywno-behawioralną i humanistyczno-egzystencjalną (lecz już nie psychoterapię opartą na psychoanalizie), w której wielu ludzi upatruje nie tyle sposobu na leczenie zaburzeń emocjonalnych, co sposobu na pozbycie się bolesnych trudności codziennego życia, zaspokojenie rozmaitych potrzeb i samorealizację. Terapia neoplatońska ma wiele wspólnego z popularną na Zachodzie duchowością zapożyczoną z religii Dalekiego Wschodu, gdyż – pomimo głębokich różnic metafizycznych – proponuje wyzwolenie duchowe Ja z utożsamienia się z życiem cielesnym. Królewską drogą do tego ma być wschodnia medytacja. Wreszcie chrześcijańska terapia Augustyna funkcjonuje nadal w obrębie duchowości chrześcijańskiej (Stróżyński M., 2014, s. 232). Również psychoterapia Gestalt – według Marioli Paruzel-Czachury – mogłaby być niczym jedna ze szkół filozofii starożytnej. Prawdopodobnie najbliższej jej do stoicyzmu: w obu podejściach istotne są świadomość siebie i terażniejszość, relacja uczeń – mistrz zostaje w nurcie Gestalt zastąpiona stosunkiem klienta i terapeuty (Paruzel-Czachura M., 2015, s. 207).

Funkcja terapeutyczna i wychowawcza wypowiedzi filozoficznych, jako kierunkowe oddziaływanie na osobowość czytelnika, realizuje się tu poprzez powiązanie z retoryką. Metodą wspomnianych filozofów – jak podkreśla Stróżyński – jest użycie właśnie środków retorycznych w celu stworzenia sytuacji dialogu czy interakcji między podmiotem mówiącym w tekście filozoficznym a czytelnikiem. Retoryka służy do zaangażowania czytelnika-ucznia w praktykę duchową i do umożliwienia mu ćwiczeń duchowych niejako wraz z autorem tekstu, albowiem zarówno psychoterapia, jak i retoryka funkcjonują w sferze subiektywnych stanów i interakcji. Jeśli chodzi zatem o relacje między ćwiczeniami duchowymi a gatunkiem i formą literacką tekstów filozoficznych, to widać tutaj - pomimo różnic istniejących między poszczególnymi zaleceniami terapeutycznymi - ważny wspólny rdzeń: właśnie retorykę (Stróżyński M., 2014, s. 231). W starożytnej Grecji, jakby na potwierdzenie tych spostrzeżeń piszą J.D. Frank i J. B. Frank: „oracja terapeutyczna oparta na retoryce i powiązana z medycyną stanowiła funkcjonalny ekwiwalent psychoterapii. Według Platona celem retoryki szlachetnej, czyli terapeutycznej, jest wzbudzenie w duszy *sofrozyny* – pięknego, harmonijnego i godziwego uporządkowania wszystkich składników życia psychicznego, poprzez wzmocnienie woli, reorganizację przekonań lub wzbudzanie przekonań nowych, szlachetniejszych od dotychczasowych” (Frank J. D., Frank J. B., 2005, s. 63).

Powyższe ustalenia mają z perspektywy biblioterapii bardzo duże znaczenie, gdyż dotyczą etapów procesu biblioterapeutycznego, szczególnie identyfikacji: w biblioterapii z bohaterem literackim, natomiast w filozofii jako terapii: z etycznymi poglądami filozoficznymi. W biblioterapii do identyfikacji skłania przeżycie estetyczne wzbudzone przez dzieło literackie, w filozofii jako terapii: retoryka tekstów filozoficznych. Obie formy

oddziaływania na czytelnika – zwykle za pomocą silnie naładowanych emocjonalnie obrazów i metafor - są kluczowymi dla jego terapii, zatem analogie między etapami procesu terapeutycznego w obu dziedzinach są nieuniknione. Analogie, bowiem celem obu tych przecież dziedzin psychoterapii jest ukazanie prawd psychologicznych w jak najatrakcyjniejszej formie, biblioterapeuci czerpią ją z utworów literackich, zaś filozofowie z dzieł poświęconych etyce.

Pisząc o terapeutyczności filozofii, należy odróżnić *metaforę* medyczną, która była stosowana do ilustrowania istoty praktycznej etyki, od medycznej *struktury* filozofii, która może, lecz nie musi odwoływać się do medycznych porównań (Stróżyński M., 2014, s. 14). Jak i to, że należy odróżnić prawdę psychologiczną w dziele literackim (na której opiera się biblioterapia), od prawdy etycznej opisywanej w dziele filozoficznym (na której opiera się filozofia jako terapia). Otóż prawdy te w obydwu przypadkach wyrażone zostają jedynie za *pośrednictwem*: czy to utworu literackiego, który jest opisem świata fikcyjnego (kłamiąc prawdę mówią poeci), czy to w przypadku etycznych systemów filozoficznych, gdzie pewien obraz rzeczywistości pełni funkcję nośnika określonych prawd etycznych. Zatem w skrócie, opis filozoficzny jest abstrakcyjnym opisem świata rzeczywistego; opis literacki jest konkretnym opisem świata fikcyjnego. Jak widać z tego sformułowania, rola opisu literackiego w przekazywaniu prawd o świecie nas otaczającym musi być bardziej złożona niż w przypadku opisu filozoficznego (Przełęcki M., 1982, s. 20-21).

Wracając do medycznej struktury filozofii należy zilustrować różnicę między etyką rozumianą jako proces rozwoju i stopniowego doskonalenia się a etyką posiadającą strukturę terapeutyczną. W tym celu Stróżyński posługuje się poglądami Arystotelesa (384-322 p.n.e.). Otóż podejście Stagiryty przypomina nie tyle medycynę jako sztukę leczenia, lecz raczej profilaktykę. W drugiej księdze *Etyki nikomachejskiej* przedstawia on koncepcję, w myśl której cnoty są zgodne z naturą, ale ich wykształcenie wymaga wychowania i uczenia się, podobnego do nabywania umiejętności, np. w zakresie budownictwa czy muzyki. Arystoteles podkreśla systematyczne wychowanie od najmłodszych lat jako kluczowy czynnik umożliwiający nabycie cnót. Wyraźnie widać zarówno w jego rozważaniach, jak i w całej koncepcji etycznej zasadniczo optymistyczną wizję kondycji ludzkiej. Stagiryta uważa, że człowiek rodzi się jako z natury zdolny do nabycia cnót, choć większość ludzi nie osiąga doskonałości etycznej (Stróżyński M., 2014, s. 18-19). Teraz rozumiemy skąd bierze się ogromne znaczenie ćwiczeń duchowych.

W przypadku omawianych trzech filozofów, klasyfikacja używanych przez nich środków retorycznych, mających właśnie zachęcić do praktyk duchowych, przedstawia się w skrócie następująco: u Marka Aureliusza było to (1) wzniecanie silnych afektów za pomocą obrazów, (2) wizualne sentencje, (3) przyjmowanie perspektyw, (4) logiczna



argumentacja i sentencje; u Plotyna – (1) metoda aferetyczna, (2) anabatyczna i (3) deiktyczna; a u Augustyna – (1) chrześcijańska wersja metody anabatycznej i (2) aporetycznej, (4) *confessio* oraz (4) modlitwa psalmem (Stróżyński M., 2014, s. 231). Dzięki tym środkom książki miały uwieść czytelnika.

Zilustrujmy też, cytując przykład postawy Ignacego Loyoli (1491-1556), twórcy chrześcijańskich *Ćwiczeń duchowych* (będzie o nich mowa później), którego urzekły w młodości pobożne legendy, i który to przykład „obala łatwy i jakże często powtarzany sofizmat, że >jeszcze nigdy książka nikogo nie uwiodła<. Od chwili swego powstania książki urzekały umysły i dusze ludzkie, kierowały je ku dobru lub złu, ku cnocie lub występkom, ku rewolucji, reakcji, patriotyzmowi, zdradzie, ateizmowi czy religii. *Listy św. Pawła* (ur. ok. 5-10 w., zm. ok. 64-67) uwiodły św. Augustyna. *Rozprawy* Tomasza Paine (1737-1809) przyczyniły się do wybuchu francuskiej rewolucji. Kiepski bestseller *Chata wuja Toma* był jednym z lontów, który wzniecił wojnę domową. Książki są najpotężniejszym orężem na świecie, a my, w naszej przez gadulstwo opanowanej epoce, powinniśmy zastanowić się nad ich potęgą. Albowiem nie tylko stajemy się tym, co naśladujemy, ale tym, o czym czytamy i co podziwiamy” (McGinley Ph., 1997, s.173-174).

Wartość terapeutyczna wypowiedzi filozoficznej zasadza się na metaforze medycznej oraz medycznej strukturze filozofii. Historia *medycznej* metafory w filozofii sięga wypowiedzi Demokryta (460-370 p.n.e.), że medycyna leczy choroby ciała, a mądrość uwalnia duszę od namiętności, jest on też autorem powiedzenia: „książki są lekarstwem dla umysłu” (Krokiewicz A., 1960). Ale najslynniejszą metaforę medyczną stanowi napis nad wejściem do biblioteki Ramzesa II (?-1237 p.n.e.) w egipskich Tebach z XIII wieku p.n.e., który brzmiał: „lecznicza dla duszy”. Ten bardzo popularny wśród biblioterapeutów cytat, wzięty z dzieła bibliologów polskich Głombiowskiego i Szwejkowskiej, można odnaleźć w wielu podręcznikach i artykułach poświęconych biblioterapii (Głombiowski K., Szwejkowska H., 1979, s. 13).

Według ustaleń Stróżyńskiego również Platon (427-347 p.n.e.) przedstawia filozofię jako umiejętność zapewniającą duszy zdrowie. Arystoteles, syn lekarza, w swoich rozważaniach także odwołuje się do tej metafory, porównując etykę do sztuki leczniczej. Pełną formę osiąga metafora terapeutyczna w okresie hellenistycznym, zwłaszcza w stoicyzmie i epikureizmie. W szkole stoickiej metafora medyczna była wszechobecna, Chryzyp (280-206 p.n.e.) twierdził, że tak jak istnieje sztuka zajmująca się chorobami ciała, tak też istnieje analogiczna sztuka zajmująca się chorobami duszy. Epikur (341-270 p.n.e.) natomiast porównywał filozofię do medycyny mówiąc, że nigdy nie jest za późno na zajęcie się filozofowaniem, ponieważ nigdy nie jest za późno na to, by troszczyć się o zdrowie własnej duszy. Z kolei rzymscy filozofowie przejęli ten motyw i uczynili go czymś w zasadzie oczywistym i nieodzownym w refleksji etycznej. Cyncero (106-43 p.n.e.)

w *Rozmowach tuskulańskich* poświęca w zasadzie całą księgę III i IV na rozważania o terapeutycznej mocy filozofii, a w szóstym rozdziale księgi III wprost nazywa filozofię *animi medicina*. Porównuje też namiętności do chorób, a ćwiczenia filozoficzne do środków leczniczych stosowanych na podstawie odpowiedniej diagnozy problemu (Stróżyński M., 2014, s. 15-17). Zatem katharsis jest w ćwiczeniach duchowych.

Medyczną strukturę filozofii świetnie ilustruje precyzyjna koncepcja relacji teorii i diagnozy do terapii według Klemensa Aleksandryjskiego (150-212 n.e.): „Leczenie zaś zarozumiałstwa, tak jak wszelkiego schorzenia składa się z trzech elementów: poznanie przyczyny, poznanie tego, jak ją usunąć oraz, po trzecie, ćwiczenie duszy...” (Stróżyński M., 2014, s. 18). Tak rozumianą strukturę widać już na przykład u Parmenidesa (540-470 p.n.e.) i Heraklita (540-480 p.n.e.), którzy twierdzą, że większość ludzi żyje w iluzji, we śnie, pozbawiona kontaktu z prawdziwą naturą rzeczywistości. Podobnie Platon sugeruje, że ludzkość znajduje się w stanie patologicznym, z którego wyzwolić ją może tylko filozofia. Ten moment pierwotnej diagnozy egzystencji, w której mówiąc kolokwialnie, „coś jest nie tak”, stanowi punkt wyjścia etycznych modeli terapeutycznych. Na jakiej jednak podstawie można uznać coś za zaburzone? Otóż tylko poprzez odniesienie do obiektywnej miary, do jakiegoś teoretycznego stanu idealnego. Innymi słowy – omawiamy dalej spostrzeżenia Stróżyńskiego – żeby móc rozpoznać, co z człowiekiem „jest nie tak”, trzeba mieć jasną koncepcję tego, jak powinno być. Stąd antyczne modele terapeutyczne opierają się wszystkie na pojęciu natury ludzkiej rozumianej jako stan idealny, którą wiążą silnie z powszechną naturą rzeczywistości na zasadzie korespondencji mikrokosmosu i makrokosmosu (Stróżyński M., 2014, s. 18-20).

Wartość terapeutyczna wypowiedzi filozoficznej zasadza się więc tutaj na możliwości leczenia duszy czytelnika przy pomocy ćwiczeń duchowych, a więc tego, co jest istotą etapu „katharsis” w biblioterapii. Rezultatem takiego zabiegu interpretacyjnego jest sformułowanie przez filozofów tych prawd o człowieku i świecie, które poprzez metafory medyczne reprezentują wartość terapeutyczną filozofii. Są to pewne prawdy etyczne, do których uwewnętrznienia czytelnik musi dojść przez ćwiczenia duchowe, a więc autopsychoterapię, aby osiągnąć katharsis, czyli wyleczenie swojej duszy od niepożądaných namiętności i złych skłonności.

#### **I.4. Krótkie podsumowanie**

Zarówno Stanisław Siek, jak i Lech Ostasz oraz Mateusz Stróżyński przekonują nas w swoich książkach, że wiele możemy się nauczyć i skorzystać, kiedy zapoznamy się z tym, co ma do zaoferowania terapeutyczna struktura filozofii. Oparłszy się na znanych dziełach klasyków filozofii (głównie starożytnych) oraz na pracach stosunkowo mało popularnych, znanych być może jedynie naukowcom, przygotowali książki, które

– zwłaszcza w przypadku Mateusza Stróżyńskiego – same mogą stać się klasykami w dziedzinie filozofii jako terapii, szczególnie jeśli chodzi o zamierzony przez autorów cel - popularyzacji psychoterapii filozoficznej.

Jako narzędzie dydaktyczne książki te powinny wzbudzić wśród biblioterapeutów nie tylko zainteresowanie, lecz także chęć wzbogacenia swoich warsztatów biblioterapeutycznych o przedstawione tam metody terapii, tym bardziej, że etapy procesu terapeutycznego są niemalże tożsame.

## II. Ćwiczenia duchowe a terapia

Duchowość ćwiczeń łączy się ściśle z ich terapeutycznością. Lecz samo słowo „duchowość” nie jest wcale takie oczywiste. Jak pisze Pierre Hadot (1922-2010) w książce, pt.: *Filozofia jako ćwiczenie duchowe*, wyrażenie „duchowy” jest dla współczesnego czytelnika trochę mylące. Ale inne przymiotniki czy możliwe określenia, np. „psychiczny”, „moralny”, „etyczny”, „intelektualny”, „myśl”, „dusza” – nie obejmują wszystkich aspektów rzeczywistości takich ćwiczeń, są zbyt wąskie. W istocie ćwiczenia te są równoważne przekształcaniu widzenia świata i metamorfozie osobowości. Słowo „duchowy” pozwala je pojmować nie tylko jako dzieło myśli, lecz całej psychiki jednostki, nade wszystko zaś ukazuje właściwe wymiary tych ćwiczeń (Hadot P., 2003, s. 10-11).

Praktyka ćwiczeń duchowych i termin łaciński *exercitium spirituale* zaświadczone są już w antyku, np. u stoików. Według badaczy problemu (Hadot P., 2003, s. 33-34), praktykę ćwiczeń duchowych w świadomości Zachodu zaszczylił Sokrates (470-399 p.n.e.). Jego misja polegała na zachęcaniu współczesnych do badania swej świadomości, do zatroszczenia się o swoje postępy wewnętrzne. Wezwanie to rozbrzmiało w pewnym gatunku dialogu, tj. sokratycznym, który znamy z pism Platona. Dialog sokratyczny ukazuje się jako wykonywane wspólne ćwiczenie duchowe, zachęcające do wewnętrznego ćwiczenia duchowego, do badania świadomości, do sławnego „poznaj samego siebie”. Dialog to przewodnik myśli, której marszrutę wytycza stale zachowywana harmonia pomiędzy pytającym a odpowiadającym. Liczy się nie rozwiązanie szczegółowego problemu, lecz przebyta w celu jego osiągnięcia droga, na której rozmówca, czytelnik formują swą myśl, czynią ją bardziej sposobną do tego, by dzięki niej odkryć prawdę. Zatem przede wszystkim prowadzi rozmówcę i czytelnika dyskretnie, ale skutecznie, do konwersji, przemiany (dialog chce raczej formować, niż informować). Sokrates mistrz dialogu z innymi, wydaje się też mistrzem dialogu ze sobą, medytacji, a więc mistrzem w praktyce ćwiczeń duchowych na długo przed Ignacym Loyolą (XVI w.), autorem słynnych, chrześcijańskich *Ćwiczeń duchownych* (Loyola I., 1996).

## II.1. Pojęcie ćwiczeń duchowych w tradycji filozoficznej

Wspomniani stoicy deklarowali wprost, że dla nich filozofia jest „ćwiczeniem”. Stąd filozofia przedstawiona jest jako proces ciągłego leczenia, zajmującego całe życie. Z ich punktu widzenia filozofia nie polega na nauczaniu oderwanej teorii, ani tym bardziej na egzegezie tekstów, ale na sztuce życia, na określonej postawie. Akt filozoficzny to akt postępu, który sprawia, że bardziej jesteśmy, który czyni nas lepszymi. Innymi słowy filozofia osiąga swoje terapeutyczne cele wpływając na wewnętrzny proces wartościowania rzeczywistości i oceny trafności pojawiających się zjawisk. Jest to dokonująca się nieustannie konwersja, przemiana, powodująca przewrót w całym życiu, zmieniając byt każdego, który jej się podda. Pozwala zatem przejść ze stanu życia nieautentycznego, przyćmionego nieświadomością, nękanego troską, do stanu życia autentycznego, w którym człowiek osiąga samoświadomość, precyzyjne widzenie świata, wewnętrzny spokój i wolność. Cel ćwiczeń duchowych - jako filozoficznej metody terapeutycznej - wiąże się zatem z gruntownym przekształceniem sposobu postrzegania i sposobu bycia jednostki (Hadot P., 2003, s. 12-13). Jakież to bliskie etapom procesu biblioterapeutycznego!

Teoretyczne uzasadnienie konieczności konwersji pochodzi u stoików z: 1) pojęcia natury, która zawsze zwycięża i nie zależy od nas, ale której jesteśmy częścią; 2) dobra, które zawsze można osiągnąć; 3) zła, którego zawsze można uniknąć, oba ostatnie, jako dobro i zło moralne, są zależne wyłącznie i koniecznie od 4) ludzkiej wolności. Reszta, czyli to, co nie zależy od nas, pochodzi powiązań przyczynowo-skutkowych. To właśnie dziedzina natury. Mamy więc do czynienia – jak pisze P. Hadot – z całkowitym odwróceniem zwykłego sposobu widzenia rzeczy. Przechodzi się od „ludzkiego” widzenia rzeczywistości – takiego, w którym wartości zależą od namiętności – do „naturalnego” widzenia rzeczy, które stawia każde zdarzenie w wymiarze natury powszechnej, czyli w harmonijnym współżyciu z całością. Ta zmiana optyki jest trudna i koniecznie wymaga stopniowego przekształcania wewnętrznego. To właśnie stanowi zadanie ćwiczeń duchowych (Hadot P., 2003, s. 14-15).

Klasyfikacja metod i technik stoickich ćwiczeń duchowych układa się w następujące grupy, które przedstawił P. Hadot. Obejmuje najpierw *uwagę*, potem *medytacje* i „*wspomnienie tego, co dobre*”, dalej ćwiczenia bardziej intelektualne, mianowicie *lekturę, słuchanie, poszukiwanie, badanie pogłębione*, wreszcie ćwiczenia najaktywniejsze, praktyczne: *panowanie nad sobą, spełnianie obowiązków, obojętność na rzeczy obojętne* (Hadot P., 2003, s. 16-17).

*Ćwiczenie uwagi* - to zasadnicza postawa duchowa stoika. To ciągła czujność i obecność ducha, stale rozbudzona samoświadomość, stałe napięcie ducha. Dzięki czujności ducha podstawowa reguła życia, czyli rozróżnienie tego, co od nas zależy, i tego, co nie zależy, jest zawsze „pod ręką”. Można również określić ową czujność jako skupienie się

na chwili obecnej. Ta uwaga skierowana na chwilę bieżącą jest pewnego rodzaju tajemnicą ćwiczeń duchowych. Uwalnia ona od namiętności, zawsze wywołanej przez przeszłość albo przyszłość, te zaś od nas nie zależą; ułatwia czujność, skupiając się na chwili obecnej (Hadot P., 2003, s. 17-18).

*Ćwiczenie medytacji* – dąży do zapanowania nad mową wewnętrzną. Przez dialog z samym sobą, a także przez pisanie, ten, kto chce czynić postępy, stara się „prowadzić myśli po porządku” i osiągnąć w ten sposób całkowite przekształcenie swojego widzenia świata, swojego stanu wewnętrznego, a także swego zewnętrznego zachowania. Ta metoda ukazuje wielką znajomość leczniczej mocy słowa. W stoicyzmie istotne jest, aby ćwiczących wyposażyć w zasadę podstawową, prostą i jasną, zawierającą się w kilku słowach, np. w maksymach, po to, aby dawała się zastosować z niezawodnością i trwałością odruchu. To właśnie ćwiczenie medytacji pozwala być gotowym na chwilę, gdy wyłoni się okoliczność nieoczekiwana, może dramatyczna (Hadot P., 2003, s. 21-22).

*Ćwiczenie lektury, słuchania, poszukiwania, pogłębionego badania* – związane z ćwiczeniem medytacji i utrwalaniem w pamięci, a więc lekturą sentencji filozofów lub poetów, krótkich opowiadań. Lektura może być eksplikacją tekstów filozoficznych, dzieł redagowanych przez mistrzów szkoły; da się ją uprawiać – czy to wprost, czy przez słuchanie – w ramach nauczania filozofii przez profesora. *Poszukiwanie i pogłębione badanie* staną się zatem wykorzystywaniem owego nauczania, np. w egzegezie (Hadot P., 2003, s.23).

*Ćwiczenia praktyczne: panowanie nad sobą, spełnianie obowiązków, obojętność na rzeczy obojętne* – są obliczone na wytwarzanie dobrych nawyków, starając się wyzbyc, np. nieuporządkowanych namiętności. W ćwiczeniach tych zalecana jest prosta zasada: zacząć od rzeczy najłatwiejszych, by pomału zyskiwać nawyki trwale i solidne (Hadot P., 2003, s.23-24).

Dla stoików – jak pisze Pierre Hadot – filozofowanie jest więc ćwiczeniem się w „życiu”, tj. życiu świadomym i swobodnym.: żyć świadomie to przekraczać granice jednostkowości, by móc uznać się za część „kosmosu” ożywioną przez rozum; żyć swobodnie to wyrzec się pragnienia tego, co od nas nie zależy i co się nam wymyka, po to, by przywiązywać się do tego tylko, co od nas zależy. Oto zgodne z rozumem prawe działanie. Rozumie się, że filozofia taka jak stoicyzm, wymagająca czujności, energii, natężenia duszy, polega przede wszystkim na ćwiczeniach duchowych (Hadot P., 2003, s.24).

Pora na dygresję biblioterapeutyczną. Analogie z procesem biblioterapeutycznym, jak już wspomniano, nasuwają się same, zwłaszcza z etapem „wglądu” – jako odkrywaniem i pogłębianiem wewnętrznego świata czytelnika w kontakcie z dziełem. W tym kontekście klasyfikacja ćwiczeń może być przydatna przede wszystkim w autoubiblioterapii.

Z kolei w neoplatonizmie, głównie u Plotyna w jego *Enneadach*, uzdrowienie można było uzyskać przez kontemplację. Podobnie jednak jak u stoika Marka Aureliusza, tak i u Plotyna relacja mikrokosmosu do makrokosmosu jest fundamentem antropologii. Plotyn rozumie więc rzeczywistość w sposób hierarchiczny: składa się ona z samoistnych hipostaz (bytów). Hipostazy z jednej strony stanowią obiektywnie istniejące, konstytuujące rzeczywistość wymiary bytu, makrokosmiczne dziedziny istnienia i energii; z drugiej strony, posiadają one też podmiotowość w sensie poznania i woli oraz świadomość. Między hipostazami istnieje tendencja do zlewania ze sobą sąsiadujących warstw bytu, np. Intelaktu z Jednym czy Duszy z Intelaktem. Wtedy bardziej przypominają one zhierarchizowane i przenikające się pola energetyczne niż wyraźnie wyodrębnione byty, a – w pewnym sensie – można by nawet ująć całą rzeczywistość jako Jedno, wyłaniające z siebie Intelakt i Duszę jako swoje aspekty czy energie (Stróżyński M., 2014, s. 90-91).

Najdoskonalszym bytem jest Absolut, jest źródłem wszystkiego co istnieje. Z Absolutu emanują inne postacie bytu, ale coraz mniej doskonałe, coraz mniej posiadającej jedności, coraz bardziej zależne. Postacie te to według Plotyna właśnie hipostazy, których jest trzy: duch (świat idealny), dusza (świat psychiczny) i materia (siła twórcza na wy-czerpaniu). Materia stanowi kres procesu emanacyjnego (Tatarkiewicz W., 1978, s. 167).

Indywidualny upadek (grzech) możliwy jest wtedy, gdy nastąpi poddanie się przez ludzkie Ja naturalnemu ruchowi zstępowania hipostaz, które pociąga za sobą zapomnienie i oderwanie się od wyższych energii obecnych w ludzkiej osobie, a przez to – utratę kontaktu z wyższymi warstwami bytu (Stróżyński M., 2014, s. 97). Tym co uzdrowi człowieka – zdaniem Plotyna – jest pełna aktualizacja wyższych, duchowych energii ludzkiej osoby, z którymi Ja utraciło kontakt. Ponieważ aktualizacja jest niczym innym jak intuicyjną kontemplacją prawdy, zarówno środkiem, jak i celem terapeutycznej filozofii jest osiągnięcie stanu kontemplacji. Istotą sprawy jest jednak to, że nie wystarczy ćwiczącego pouczyć o tym, że jego Ja wykracza poza zmysłowo-afektywne doświadczenia, do których zawęził swoje życie, gdyż zrozumienie i przyjęcie takiej interpretacji rzeczywistości przez człowieka nie ma mocy leczniczej, a więc inaczej niż w stoicyzmie. Konieczne jest coś więcej – zaktualizowanie duchowych energii przez żywe doświadczenie poznawcze właśnie w kontemplacji. Istnieją trzy typy kontemplacji: 1) kosmiczna – czyli intuicyjne poznanie zmysłowego świata jako jednej, spójnej i żywej całości; 2) intelektualna – która stanowi kulminację i paradygmat filozoficznego poznania jako pełnego posiadania prawdy; 3) hipernoetyczna, najwyższa, w której następuje kontakt z Absolutem (Jednym), praktyczny cel filozofii. Zasadniczym wątkiem w myśli Plotyna jest przekonanie, że kontemplacja ma moc uzdrawiania, skoro jest równoznaczna z aktem wyższych warstw ludzkiej osoby. Dlatego P. Hadot podkreśla, że „dla Plotyna poznanie

jest zawsze doświadczeniem, czy wręcz wewnętrzna metamorfozą”. Zrozumienie albo żywa, przenikająca całą osobę świadomość tego, kim się jest, spowodowała uznanie terapeutycznego wymiaru filozofii Plotyna za „religijny”, czyli taki, który skupia się na losie indywidualnej duszy (Stróżyński M., 2014, s.105-115).

Najbardziej fundamentalna różnica między Jednym (Absolutem) Plotyna a chrześcijańskim Bogiem Augustyna to nie tyle subtelne metafizyczne właściwości procesu, w którym z absolutnej Zasady powstaje świat, ani też to, że najwyższy Byt jest obdarzony poznaniem i wolą, ale wyrastająca z tradycji biblijnej wiara w to, że Bóg jest aktywnie zainteresowany ludźmi i ich losem oraz, przede wszystkim, że istnieje możliwość nawiązania relacji miłości między człowiekiem i Bogiem. Należy więc różnicę między teologią Augustyna i Plotyna szukać raczej w fakcie, że Bóg Augustyna jest osobą. Szczególnie istotne – z punktu widzenia niniejszych rozważań – jest to, że Augustyn w swoim dziele, pt.: *Wyznania*, określa Boga lub Jego Wcielone Słowo metaforycznym mianem Boskiego Lekarza (*Christus Medicus*), który jedyny może uleczyć chorą naturę ludzką, pogrążoną w śmierci i zniewoloną przez grzech. W *Wyznaniach* wiele jest miejsc, w których Chrystus porównany jest do lekarza lub do lekarstwa – *medicina* (Stróżyński M., 2014, s.157-168; Czernianin W., 2008, s.81).

Ze względu na terapeutyczny charakter tego dzieła, Chrystus jako lekarz i lekarstwo umiejscowiony jest w kontekście przemyślanej diagnozy grzechu jako choroby i śmierci oraz wynikających z tej diagnozy środków zaradczych. Z perspektywy filozoficznej bowiem nie wystarczy odwołać się do ewangelicznego obrazu Chrystusa leczącego choroby ciała i duszy, lecz trzeba także uzasadnić rozumowo, w jaki sposób Wcielone Słowo może wyleczyć chorego człowieka. I tutaj strategia Augustyna nie odbiega od tej, którą analizować można w tekstach Marka Aureliusza, tj. *Rozmyślniach*, i Plotyna w *Enneadach*. Na przykład antidotum, jakie Augustyn proponuje na truciznę pychy, jest pokora, która staje się pierwszym i zasadniczym fundamentem zdrowia egzystencjalnego, podobnie jak pierwszym momentem choroby duszy jest pycha. Uzdrawianie człowieka to nawracanie (*conversio*) (Stróżyński M., 2014, s.168-169).

Wejście w relację Ja-Ty wobec Stwórcy można rozumieć jako efekt działania pokory w jej pierwszym przejawie – czyli poznania, że dusza nie jest Bogiem i że jest od niego zależna w swym istnieniu, życiu i działaniu. Choć modlitwę w najszerszym znaczeniu można rozumieć jako nawiązanie i podtrzymywanie relacji z Bogiem poprzez wiarę i miłość, to ma ona też swoje konkretne ekspresje, które stanowią różnego rodzaju ćwiczenia duchowe i formy. Augustyn rozbudowuje specyficzną jej postać: *confessio* - jako esencję modlitwy, ma ona trzy formy: *confessio peccati*, *fidei* oraz *laudis*. Przy czym słowa nie są istotą modlitwy, a jedynie jej narzędziem, gdyż już samo niezadowolenie z powodu grzechu jest modlitwą, milczącym jękiem, którym to sam Duch Święty modli

się w człowieku. Podobnie, pokorne rozpoznanie dobra w człowieku jest wysławianiem Pana. Przykładem tak skonstruowanej *confessio* jest medytacja (Stróżyński M., 2014, s.204-205).

Augustyn umiejscawia modlitwę w kontekście terapeutycznej filozofii. Grzechy nazywa ranami duszy, a stan grzechu – chorobą; modlitwa jest odślanianiem Bogu ran, żeby on – jako Lekarz – mógł je uleczyć. Jeśli chodzi o powiązanie formy *Wyznań* z ich funkcją terapeutyczną, pełnią ją za pośrednictwem ćwiczeń duchowych, to fakt, iż dzieło to miało na celu wpływać na czytelnika i wywołać w nim duchową przemianę, zaświadczony jest przez samego Augustyna, który pisze, że jego celem jest poruszenie czytelników i wzbudzenie w nich wiary i miłości do Boga (Stróżyński M., 2014, s.184-185). Między innymi te same cele stawiał Ignacy Loyola pisząc swoje *Ćwiczenia duchowe*, w których na nowo odkrył metodę medytacji, a to dzięki szesnastowiecznemu odrodzeniu studiów nad retoryką antyczną. W ten sposób Loyola mógł w samej tradycji chrześcijańskiej znaleźć metodę swych *Ćwiczeń*. Arcyważny dla zrozumienia omawianego zjawiska jest fakt, że cały odłam tradycji chrześcijańskiej przedstawia chrześcijaństwo jako filozofię. Zdaniem apologetów chrześcijaństwa filozofom greckim dostępne były tylko części Logosu, podczas gdy chrześcijanie rozporządzają Logosem jako takim, wcielonym w Jezusie Chrystusie. Jeśli filozofować to żyć zgodnie z prawem Rozumu, to chrześcijanie filozofują, ponieważ żyją zgodnie z prawem boskiego Logosu (Hadot P., 2003, s.72-73).

## II.2. Podsumowanie

W podsumowaniu należy stwierdzić, iż to prawda, że chrześcijańskie ćwiczenie duchowe nabiera nowego sensu ze względu na specyficzny charakter chrześcijańskiego życia duchowego. Lecz, gdy się dla określenia ćwiczeń filozoficznych starożytności mówi o zwykłym „ćwiczeniu moralnym”, to neguje się wagę i znaczenie tego zjawiska. Jak wyżej przedstawiono, ćwiczenia takie pragną dokonać przekształcenia wizji świata i przemienienia bytu. Mają więc walor nie tylko moralny, ale i egzystencjalny. Nie idzie tu o zbiór przepisów dobrego zachowania, lecz o sposób bycia w najdonioślejszym tego słowa znaczeniu. Tak oto miano ćwiczeń duchowych okazuje się najtrafniejsze, bo podkreśla, że mowa jest o ćwiczeniach angażujących całość ducha (Hadot P., 2003, s.70-71).

Współcześnie, jakby wagę ćwiczeń duchowych podkreślił Erich Fromm (1900-1980), pisząc o konieczności przemiany duchowej człowieka w swojej słynnej książce, pt.: *Mieć czy być?*, w przeciwnym razie grozi nam katastrofa, nie tylko ekonomiczna: „Potrzeba głębokiej przemiany człowieka jest rezultatem nie tylko nakazów etycznych czy religijnych ani wyłącznie wymaganiem psychologicznym wynikającym z patogenicnej



natury naszego obecnego charakteru społecznego, lecz również zwykłego przetrwania ludzkiej rasy. Prawe życie nie polega już jedynie na spełnianiu norm etycznych lub religijnych. Po raz pierwszy w historii samo istnienie ludzkiej rasy zależy od radykalnej odmiany ludzkiego serca” (Fromm E., 1999, s. 47).

### III. Fenomenologia jako terapia

Przeświadczenie o chorobie ludzkiego ducha, jaką jest kryzys współczesnego europejskiego człowieka, jest obecne w fenomenologii, wzywającej każde filozofując Ja do dokonania refleksji nad sobą samym jako podmiotem świata doświadczenia - i właśnie tej refleksji można przypisać funkcję terapeutyczną. W języku inicjatora fenomenologii, Edmunda Husserla (1859-1938), kryzys, a ściślej: anonimowość, w której ma źródło kryzys, można przezwyciężyć (Łaciak P., 2012).

Fenomenologia to termin wywodzący się od dwóch greckich wyrazów: fenomen (zjawisko) i logos (słowo, nauka), czyli nauka o zjawiskach. Miała być nauką tylko stwierdzającą to, co oczywiste. Ponadto miała badać nie zjawiska w konkretnym ukształtowaniu, lecz tylko ich istotę, czyli jakie ma właściwości. Zamierzeniem jej było ustalić, co w naszej świadomości jest bezpośrednio dane, i wyodrębnić od tego, co jest konstrukcją umysłu. W ten sposób wydzielone będzie to wszystko co oczywiste: bo oczywistym może być jedynie to, co bezpośrednio dane. Ale co jest nam naprawdę dane i oczywiste? Niektórzy filozofowie stali na stanowisku, że tylko wrażenia zmysłowe. Fenomenologowie twierdzili zaś, że w spostrzeżeniach zmysłowych dane są nie tylko poszczególne rzeczy, ale także i przede wszystkim „stany rzeczy”. Te stany rzeczy, jako ich własności (realne i idealne, jednorazowe i stałe) oraz stosunki, bywają przedmiotem naszych aktów poznawczych, a także uczuć i pragnień (Tatarkiewicz W., 1978, III, s. 217-218).

Tak rozumiane akty poznawcze, w przypadku dzieł sztuki, także literackiej, wzbudzają przeżycie estetyczne, które odgrywa kluczową rolę w procesie biblioterapii. Pojęcie przeżycia estetycznego obok własnej teorii literatury, należy do głównych zagadnień estetyki opisowej Romana Ingardena (1893-1970), ucznia Husserla i jednego z głównych przedstawicieli fenomenologii. Jego podstawową myślą o przeżyciu estetycznym było to, że jest ono złożone i wielofazowe, a rozwijając się w czasie, przechodzi szereg etapów o różnym charakterze, tj. w jednym sprawdza się teoria postawy aktywnej, emocjonalnej, a w innym biernej kontemplacji. (Czernianin W., 2008, II, s.61).

Ingarden w swojej filozofii literatury skoncentrował uwagę badawczą na samym utworze, odróżnił od niego, jako tworu schematycznego, jego konkretyzacje polegające na swoistym rekonstruowaniu w procesie lektury miejsc niedookreślenia właściwych struktur danego dzieła. Innymi słowy, czytelnik nie tylko poddaje się sugestiom czytanego

dzieła, ale niejako dopełnia je w lekturze własnymi treściami uczuciowymi, nasycza je pobudzonymi przez lekturę doznaniem, wprowadza jak gdyby w jego obręb świat własnych przeżyć. Wszystkie one mają charakter złożony, tzn. na przykład wzruszenia estetyczne mogą łączyć się ze wzruszeniami innego rodzaju: religijnymi, patriotycznymi, erotycznymi itp. Dzieło traci w ten sposób swój schematyczny charakter i może zyskać, np. terapeutyczny, co jest nie bez znaczenia w biblioterapii (Czernianin W., 2008, II, s.65; Ingarden R., 1947, s. 66).

Takie fenomenologiczne postrzeganie procesu lekturowego i sytuowanie go obok procesu terapeutycznego zainteresowało niektórych teoretyków biblioterapii, którzy w swoich pracach poświęcili temu zagadnieniu wiele uwagi. Na przykład uczona z Brazylii, prof. Clarice Fortkamp Caldin z Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), w książce, pt.: *Biblioterapia: um cuidado com o ser*; m.in. w rozdziale zatytułowanym *Leitura e terapia*, w sposób obszerny i interesujący analizuje w kontekście terapeutycznym fenomenologię percepcji, a właściwie zachowań percepcyjnych, przedstawioną przez M. Merleau-Ponty (1908-1961), wybitnego francuskiego fenomenologa, który percepcję i skorelowaną z nią ekspresję uznawał za najbardziej źródłowe doświadczenie, dostarczające także – zdaniem autorki - klucza do rozumienia niektórych problemów odbioru dzieła literackiego i czytelnickiej terapii (Caldin C. F., 2010, s. 63; Merleau-Ponty M., 2001). W ogóle trzeba zaznaczyć, że fenomenologia w badaniach literackich jest ugruntowanym kierunkiem we współczesnej nauce o literaturze, podejmującym właśnie metody i problemy fenomenologii.

Kolejnym takim problemem, ważnym także w biblioterapii, jest pojęcie prawdy w dziele literackim, którego naświetlenie możemy znaleźć u Ingardena w pracy, pt.: *O tak zwanej „prawdzie” w literaturze* (Ingarden R., 1947, s. 117). W biblioterapii, jak wiadomo, podstawowym warunkiem uzdrawiającego oddziaływania za pomocą słów jest prawda, zgodność brzmienia symbolu słownego z jego znaczeniem. W literaturze biblioterapeutycznej chodzi o prawdę psychologiczną postaci, prawdę historyczną i społeczną sytuacji, mniej o prawdopodobieństwo zdarzeń, gdyż w tym zakresie fantazja i wyobraźnia nie stawia granic (Kozakiewicz W., Brzózka B., 1984, s.60). Jest to bliskie fenomenologicznej postawie estetycznej, w jakiej może być postrzegana prawda w dziele literackim, mianowicie, że nie ma ona charakteru logicznego, poza poszczególnymi wypadkami nie podlega weryfikacji, z tej racji zdania występujące w dziele są z logicznego punktu widzenia quasi-sądami, czyli na pozór twierdzące. Są tak skonstruowane, jakby wyrażały sąd o rzeczywistości, w istocie jednak odnoszą się wyłącznie do przedmiotów przedstawianych w dziele. Według Ingardena, naczelną funkcją sztuki w ogóle, a sztuki literackiej w szczególności, jest pokazywanie pewnych możliwości i koniecznych związków między jakościowymi uposażeniami przedmiotów – w szczególności ludzi

– a wartościami i poprzez działanie na życie wzruszeniowe człowieka umożliwienie mu obcowania bezpośredniego z wartościami. Przy czym wartości te mogą być bardzo różnorodne, a jakie w poszczególnych wypadkach, to zależy od zawartości dzieła sztuki (Ingarden R., 1947, s. 175). Dodajmy, jeżeli różnorodne, to także terapeutyczne!

Podsumowując stwierdzamy, że za pomocą fenomenologicznej metody do badania percepcji oraz dzieł literackich można przybliżyć filozoficznie zagadnienie terapeutycznego oddziaływania lektury na czytelnika, mianowicie przez ustalenie istotnych cech tegoż oddziaływania. Oczywiście, ta fenomenologia odbioru dzieła literackiego nie wyczerpuje fenomenologii jako terapii, stanowi jedynie jeden z jej aspektów przydatnych także w rozwiązywaniu zagadnień biblioterapeutycznych, dla których może stanowić teoretyczną podbudowę.

#### IV. Zakończenie

Według filozofów antycznych zdrowie duszy, ściślej zdrowie psychiczne, zasada się na prawym życiu. Prawe życie z kolei polega na spełnianiu norm etycznych lub/i religijnych. Choć brzmi to archaicznie, również we współczesnym nam świecie nie brak odwołań do takich postaw, ponieważ epoka nasza potrzebuje duchowości, którą niszczy hedonizm nie dając obiecanego szczęścia: „nieograniczone zaspokojenie wszelkich pragnień nie sprzyja szczęśliwości, nie stanowi drogi do szczęścia czy choćby maksymalizacji przyjemności” (Fromm E., 1999, s. 37). Dlatego Fromm, we wspomnianej książce *Mieć czy być?*, wręcz zaleca powrót do etyki, nawet tej religijnej, bo egoizm niszczy wspólnotę społeczną. Mimo tych wezwań i apeli, szanse na konieczne przemiany ludzkie i społeczne są jednak znikome. Budowa nowego społeczeństwa możliwa jest jedynie wtedy, gdy stare motywacje zysku i władzy zastąpi się nowymi: byciem, dzieleniem się, zrozumieniem, gdy charakter merkantylny zastąpiony zostanie twórczym, kochającym charakterem, oraz gdy religię cybernetyczną zwycięży nowy, radykalnie humanistyczny duch (Fromm E., 1999, s. 294).

W rzeczy samej dla tych, którzy nie są w autentyczny sposób zakorzenieni w „być”, podstawową kwestią jest zagadnienie przemiany, konwersji właśnie na humanistyczną duchowość. Przy czym rozwój duchowy człowieka jest tu, tj. w filozofii jako terapii i w samej biblioterapii, wielką metaforą, ujmującą w szczególny sposób rozmaite strony rozwoju świadomości, osobowości i działania terapeutycznego. Takie stany umysłu i działań człowieka, jak indywidualna i społeczna tożsamość, a także dylemat „mieć czy być”, są w niezwykle piękny sposób przedstawione w wierszu poety-filozofa, Cypriana Kamila Norwida, pt.: *Pielgrzym*:

„1

Nad stanami jest i stanów - stan,  
Jako wieża nad płaskie domy  
Stercząca w chmury...

2

Wy myślicie, że i ja nie Pan,  
Dlatego że dom mój ruchomy  
Z wielbłądziej skóry...

3

Przecież ja – aż w nieba łonie trwam,  
Gdy ono duszę mą porywa,  
Jak piramidę!

4

Przecież i ja - ziemi tyle mam,  
Ile jej stopa ma pokrywa,  
Dopokąd idę!...”

(Norwida C.K., 1973, s.64-65).

Można tylko dodać, że kompozycja tego wiersza ustala w nim stosunek takich podstawowych dominant jak: metafora duchowości (strofa 1); metafora pielgrzymowania, a więc nie posiadania (strofa 2); metafora „być”, opisująca uniesienia duchowe (strofa 3); metafora „mieć”, czyli posiadania specyficznym rozumianej własności. Widać, że układają się one nie tyle w pewną hierarchię, co raczej harmonię między „duchowością” a „materialnością, między „być” a „mieć”. Ta korelacja staje się też ośrodkiem kompozycyjnym utworu, inne czynniki są jej podporządkowane realizując mniej lub bardziej utajone koncepcje poznawcze.

## **Bibliografia:**

- Caldin C. F., (2010), *Biblioterapia: um cuidado com o ser*, Wyd. Porto de Ideios, Sao Paulo.
- Czernianin W., (2008), *O terapeutycznym wymiarze wiary religijnej w biblioterapii*, w: *Teoretyczne podstawy biblioterapii*, Wyd. ATUT, Wrocław.
- Czernianin W., (2008, II), *Przeżycie estetyczne jako kluczowe pojęcie biblioterapii – na przykładzie poglądów Romana Ingardena*, w: *Teoretyczne podstawy biblioterapii*, Wyd. ATUT, Wrocław.
- Frank J. D., Frank J. B., (2005), *Perswazja i uzdrawianie. Analiza porównawcza psychoterapii*, przeł. H. Grzegełowska-Klarkowska, Wyd. Instytut Psychologii Zdrowia, PTP, Warszawa.
- Fromm E., (1999), *Mieć czy być?*, przekł. J. Karłowski, słowo wstępne M. Chałubiński, Poznań 1999.

- Głombiowski K., Szwejewska H., (1979), *Książka rękopiśmienna i biblioteka w starożytności i średniowieczu*, Warszawa.
- Hadot P., (2003), *Filozofia jako ćwiczenia duchowe*, przeł. P. Domański, Wyd. Fundacja Aletheia, Warszawa.
- Ingarden R., (1947), *Szkice z filozofii literatury*, Tom I, Spółdzielnia Wydawnicza „Polonista”, Łódź.
- Kozakiewicz W., Brzózka B., (1984), *Biblioteka szpitalna dla pacjentów. Poradnik*, Wyd. SBP, Warszawa.
- Krokiewicz A., (1960), *Etyka Demokryta i hedonizm Arystypa*, PWN, Warszawa.
- Loyola I., (1996), *Ćwiczenia duchowe*, Wyd. WAM, Księża Jezuitów, Kraków.
- Łaciak P., (2012), *Anonimowość jako granica poznania w fenomenologii Edmunda Husserla*, Katowice.
- McGinley Ph., (1997), *Podpatrując świętych*, z ang. Przeł. M. Kłós-Gwizdalska, Wyd. Świat Książki, Warszawa.
- Merleau-Ponty M. (2001), *Fenomenologia percepcji*, Przeł. M. Kowalska, J. Migasiński, Posłowie j. Migasiński, Wyd. Fundacja Aletheia, Warszawa.
- Norwid C. K., (1973), *Pielgrzym*, w: *Pisma wierszem i prozą*, Wybrał i wstępem opatrzył J. W. Gomulicki, PIW, Warszawa.
- Paruzel-Czachura M., (2015), *Między psychologią, psychoterapią i filozofią praktyczną. Poszukiwanie autentycznego życia w nurcie Gestalt*, Wyd. GWP, Sopot.
- Przełęcki M., (1982), *Wartość poznawcza wypowiedzi literackich i filozoficznych*, w: *Wypowiedź literacka a wypowiedź filozoficzna*, studia pod red. M. Głowińskiego i J. Sławińskiego, Wyd. Ossolineum, Wrocław.
- Ostasz L., (2007), *O usprawnianiu rozumu i leczeniu psychiki. Psychoterapia filozoficzna*, Wyd. Laterna, Krynica Morska.
- Siek S., (1985), *Autopsychoterapia*, Wyd. ATK, Warszawa.
- Stróżyński M., (2014), *Filozofia jako terapia w pismach Marka Aureliusza, Plotyna i Augustyna*, Wyd. Nauk. UAM, Poznań.
- Tatarkiewicz W., (1978), *Historia filozofii. Filozofia starożytna i średniowieczna*, Tom I, PWN, Warszawa.
- Tatarkiewicz W., 1978, III, *Historia filozofii. Filozofia starożytna i średniowieczna*, Tom III, PWN, Warszawa.
- Wellek R., Warren A., (1970), *Teoria literatury*, przekł. Pod. red. i z posł. M. Żurawskiego, PWN, Warszawa.



## Rozdział 6.

### O terapeutycznym wymiarze wiary religijnej w biblioterapii

(Wiktor Czernianin)

Religijność w powszechnym rozumieniu jest zjawiskiem dość często spotykanym wśród chorych i niepełnosprawnych użytkowników biblioterapii. Nie dotyczy ona oczywiście tylko chrześcijaństwa, choć niewątpliwie ta religia dominuje w naszym kręgu kulturowym. Stąd będę się odwoływać właśnie do niej. Nie może to jednak zatrzeć faktu, że religijność jako spontaniczny w istocie rzeczy przejaw natury ludzkiej, występuje równie dobrze wśród wyznawców pozostałych formacji religijnych. „Słusznie Ojcowie Kościoła widzieli w różnych religiach – pisał Jan Paweł II w encyklice *Redemptor hominis* – jakby refleksy jednej prawdy >>semina Verbi<< [nasienie prawdy], które świadczą o tym, że na różnych wprowadzie drogach, ale w jednym kierunku postępuje to najgłębsze dążenie ducha ludzkiego, które wyraża się w szukaniu Boga – a zarazem w szukaniu przez dążenie do Boga – pełnego wymiaru człowieczeństwa, pełnego sensu życia ludzkiego.” (Jan Paweł II, 1980, s. 20). Religijność, oparta zwykle na głębokiej wierze, może być i najczęściej jest czynnikiem terapeutycznym niezwykle doniosłym. Powiedzmy też od razu, że terapeutyczny wymiar wiary religijnej obejmuje przede wszystkim problematykę duchowości. Ścisłej, przemiany osobowościowej człowieka cierpiącego w procesie psychospołecznego przystosowania do swoich ograniczeń. Jak piszą znawcy - spośród etapów tego procesu, tj. doznania niepełnosprawności, uświadomienia ograniczeń, próby funkcjonowania z niepełnosprawnością, rzeczywiste przystosowanie - szczególnie trudny bywa etap pierwszy: doznanie niepełnosprawności, ponieważ zdominowany jest szokiem psychicznym. Pojawiające się wówczas dramatyczne pytanie: dlaczego? – skierowane jest jednak, o ile sądzić można, najpierw do Boga, a potem do ludzi. Pytań jest więcej, znacznie więcej. Te wszystkie „dlaczego” nabierają charakteru rozmowy z Bogiem, czyli modlitwy, która odgrywa kluczową rolę w rzeczywistym przystosowaniu do życia – właśnie w pełnym wymiarze człowieczeństwa - z niepełnosprawnością i cierpieniem. I skoro w jej głębokościach tkwi owa siła terapeutyczna, to biblioterapeuta winien mieć o modlitwie wiedzę niemalże teologiczną. Oczywiście takiej tu nie przedstawię, a raczej tylko przybliżę – za innymi - kontekst psychologiczno-kulturowy.

Jedną z piękniejszych jej eksplikacji dali autorzy wstępu do antologii polskiej modlitwy poetyckiej zatytułowanej *Z głębokości...*, to jest Andrzej Jastrzębski i Antoni Podsiad. Zaczęli paradoksalnie, gdyż od niemalże bluźnierczej wypowiedzi Fryderyka Nietzschego z dzieła *Tako rzecze Zaratustra*, mianowicie: „modlić się to wstyd”. (*Z głębokości*, 1966, s.V.). Przyznajmy, że w tej sytuacji cytat to całkowicie zaskakujący. A jednak właśnie on naprowadza na złożoność zarysowanej tu problematyki. W myśl zapatrywania niemieckiego filozofa, modlitwa byłaby tedy projekcją słabości i bezradności natury ludzkiej, która nie uświadamia sobie kryjących się w niej witalnych możliwości. A nawet sposobem odnoszenia się człowieka do tego, co jest po prostu fikcją, tak że ani zmysły, ani rozum nie są w stanie ukazać ani też wykazać sensowności modlitwy. To rozwój samowiedzy doprowadza do stanu samowystarczalności, w której nie ma miejsca na modlitwę. To ateistyczne zastrzeżenie – oczywiście z wielkim szacunkiem dla niewierzących i dla tych, którzy zgubili swą religię - musiało się tutaj pojawić, ponieważ prawdą jest, że nie zawsze i nie u każdego użytkownika biblioterapii modlitwa jawi się jako terapeutyczna siła. Gdyż niepodobna modlić się do nikogo, czyli, inaczej mówiąc, wejść w dialog, w rozmowę z kimś, kto nie istnieje, w które to istnienie się nie wierzy. Człowiek wierzący natomiast wie i zarazem wierzy – bo znajduje rozsądne powody po temu, by wierzyć – że w modlitwie zwraca się bezpośrednio do „Tego, który jest”. Ludzkie „ja” i boskie „Ty”, „ja” i „Ty” – oto w najzwięźlejszym skrócie ujęta ontologia modlitwy, jej egzystencjalny układ, zamykający się w obrębie bytów stworzonego i niestworzonego i zarazem otwierający się na tajemnicę modlitwy. Zresztą wokół tego układu rozwija się cała teologia modlitwy, na nim zatrzymuje się spekulatywna myśl, poszukująca filozoficznych racji i zrozumienia dla owej rozmowy-modlitwy. (*Z głębokości*, 1966, s. XII). Dla wierzących użytkowników biblioterapii, modlitwa jest, jak się wydaje, nieustającym pragnieniem powrotu do zdrowia duchowego i fizycznego, wyrażanym na przykład w znanej i jakże głęboko prostej inwokacji z liturgii katolickiej: „Powiedz tylko słowo, a będzie uzdrowiona dusza moja”. Również „moje ciało”, a może przede wszystkim ono – dokończmy. Jakie jest to słowo (znak), które leczy? Kiedy i kto je wypowiada (czyni)? Bo o tym, że jest wypowiadane świadczą liczne wota w wielu sanktuariach, które są dowodem zwycięstwa nadziei w walce z rozpaczą. Jak i np. poetyckie wyznania, choćby Cypriana Kamila Norwida: „Przez wszystko do mnie przemawiałeś – Panie”. (*Z głębokości*, 1966, s. XIII). Odpowiedź zawiera się w tajemnicy każdej indywidualnej modlitwy. Niewątpliwie też w takich modlitwach optymizm musi wyprzeć pesymizm (który podcina wszelką aktywność ludzką), uruchamiając kryjące się w człowieku witalne możliwości. Szukanie odpowiedzi na powyższe pytania będzie zatem leitmotiwem niniejszego rozdziału. Spróbujemy najpierw, za autorami wspomnianej antologii, przybliżyć rozumienie modlitwy jako formy religijnej wypowiedzi odniesionej do Boga,



wszakże w duchu chrześcijańskiej filozofii i teologii. Stwierdzają oni, że pojęcie modlitwy jest w pełnym tego słowa znaczeniu pojęciem religijnym, występującym prawie w każdej religii. Znajduje wyraz na wielu płaszczyznach działalności ludzkiej, zarówno indywidualnej, jak i społecznej, zbiorowej. Klasyką postacią tego wyrazu, wyróżniającą się bogactwem możliwości ekspresyjnych, a przez to wysuwającą się zdecydowanie na czoło manifestacji religijnych człowieka, jest – słowo. Poprzez modlitwę słowną, którą może odmówić tylko istota myśląca, przejawia się jego stosunek do Boga, bliźniego i świata. (Z głębokości, 1966, s. X-XI). Przy czym organicznym elementem modlitwy, miarą jej wartości moralnej jest szczerza wewnętrznie postawa człowieka wierzącego. Pozostając bowiem w kręgu prawdy, autentyczności, szczerości, obracamy się tym samym w sferze tych wartości życia ludzkiego, bez których niemożliwy byłby prawidłowy rozwój osobowości człowieka, a które stanowią niezbędny warunek każdej rzetelnej modlitwy. Modlitwa prawdziwa, szczerza, jest możliwa jedynie na gruncie wiary rozumnej, nie tej ślepej, irracjonalnej. Zatem jeśli początkiem modlitwy jest jej szczerść, prawdziwość, to nieuchronnym końcem musi być jej zakłamanie, faryzeizm, obłudność. Potwierdzają to historia religii i religioznawstwo, etyka i psychologia, także socjologia, a nawet psychiatria, która ze swego punktu widzenia ujmuje modlitwę jako właśnie czynnik terapeutyczny. Potwierdza to przede wszystkim sama praktyka, która w tej dziedzinie jest nieporównanie bardziej miarodajna, niż jakakolwiek „naukowa” opinia. (Z głębokości, 1966, s. XI-XII).

Skoro modlitwa jest rozmową, to musi być w niej, podobnie jak w każdej rozmowie bliskich sobie osób, wzajemne odniesienie się, wymiana myśli, złączenie się w prawdzie, która jest tutaj warunkiem koniecznym. Narzuca się jednak spontaniczne pytanie, a nawet pytania: jeśli ja mam, a nawet chcę, być w tej rozmowie uczestnikiem, to gdzie jest ten Drugi, ten Partner, z którym mam i chcę rozmawiać? Gdzie i jak mam czy też mogę usłyszeć słowa Partnera, którego nie widzę, nie słyszę, którego nie dotykam? (Z głębokości, 1966, s. XI-XII). Jest to druga - po szczerości modlitwy – trudność jaka może się przytrafić modlącemu się człowiekowi. Nazywa się ona: transcendencja czy projekcja? – jak ujął to Josef Rudin, autor napisanej w duchu Jungowskim książki pt.: *Psychoterapia i religia*. Czy rzeczywiście – pytał on – jest to Bóg, z którym rozmawiają modlący się ludzie? I dalej tyleż intrygująco, co ciekawie: czy rzeczywiście udaje im się przebić ów gruby mur, który położony jest między Stwórcą i stworzeniem? Czy może dopiero w modlitwie człowiek naprawdę doświadcza tego muru w jego hermetycznej nieprzenikliwości? Czyż nie jest to tylko wieczna rozmowa, jaką człowiek prowadzi z sobą samym? Dialog z własnym, lepszym „ja”, z ową najbardziej wewnętrzną „jaźnią”, którą on sam powinien się stać? Budzi się podejrzenie – ciągnie wywód tenże autor – że modlitwa jest tylko intensywnym zwróceniem się do najwyższego wewnątrzpsychicznego „archetypu”, czyli

wewnętrznego obrazu duszy. Podejrzenie to – jego zdaniem – może zmienić się w dręczącą wątpliwość, że modlitwa jest aktem mechanizmu projekcji w nas samych, jaki przecież stwierdzamy w wielu ludzkich sytuacjach, przede wszystkim, gdy w grę wchodzi emocje i afekty. Nie trzeba wspominać, że przeciętny człowiek rzadko bywa tak nieufny. (Rudin, 1992, s.197-198). Zatem jak usłyszeć Słowo „Tego”, o którym się mówi, że „jest”? Usłyszeć i odpowiedzieć na nie? Otóż można jakby na dwa sposoby: ontologiczny i indywidualny. Albowiem na pierwszy sposób, czego dowodzą autorzy antologii modlitwy poetyckiej – składa się przeświadczenie wzięte z tradycji Kościoła, że już dawno ze strony boskiego „Ty” padła odpowiedź na zawołanie człowieka, paradoksalnie zanim ją człowiek usłyszał, ba, o wiele wcześniej, mianowicie zanim zaistniał. To Słowo Boże zostało bowiem udzielone człowiekowi poprzez sam akt stworzenia świata, poprzez zmienną, pełną grzechu i świętości historię Izraela, poprzez wcielenie, narodzenie, naukę, męczeństwo, śmierć i zmartwychwstanie samego Słowa, Jezusa Chrystusa, poprzez jego „radosną nowinę”. Jednakże – piszą dalej wspomniani autorzy – to Słowo Boże, wyrażające się poprzez owe *magnalia Dei*, „wspaniałości Boże”, przemawiające poprzez słowo Pisma świętego i „znaki czasu” do każdego z nas, w każdym miejscu i w każdym czasie – nie miałyby dla nas żadnego znaczenia, nie mogłoby wydobyć z nas jakiegokolwiek odpowiedzi, nawet jednego nieskładnego słowa modlitwy, gdyby w naturze ludzkiej nie zostały „wypalone” ontologiczne skłaniające do niej determinanty. One bowiem sprawiają, że natura ludzka nie może nie myśleć, nie działać i nie może nie kochać. Nie może nie pożądać szczęśliwości, nie tęsknić za prawdą, dobrem i pięknem, za wewnętrzną czystością, za pokojem i sprawiedliwością, nie może nie pragnąć życia pełnego, uszczęśliwiającego, w którym by nie było „ni bólu, ni łez”, ani tej bolesnej udręki, która rodzi się na widok przemijania piękności życia i świata. Właśnie te determinanty, którym ponadawano w historii myśli ludzkiej najrozmaitsze nazwy-fetysze w rodzaju „głodu metafizycznego”, „tęsknoty za wiecznością”, „chorobliwych urojeń”, „świadomości prelogicznej” i tym podobnych określeń – są w istocie rzeczy w sensie religijnym nierozzerwalnie związane z powołaniem natury ludzkiej, a równocześnie otwierają perspektywy na możliwość przekroczenia immanencji natury i wzniesienie się do transcencji Boga, co jest właśnie układem warunkującym samą modlitwę. (Z głębokości, 1966, s. XII-XIV). Wobec powyższego modlitwa indywidualna nie polega jedynie na zwróceniu się ku Bogu. Oznacza ona, iż w zadziwiający sposób, zostajemy włączeni w Boży porządek. W gruncie rzeczy – stwierdzają z kolei autorzy książki pt.: *Modlitwa i medytacja w chrześcijaństwie i buddyzmie* – zgodnie z logiką Boga zawierającego przymierze z ludzkością, modlitwa jest wyrazem pewnego rodzaju współdziałania między nami a Bogiem. Nie zostajemy pozbawieni naszej wolności ani odpowiedzialności; czas modlitwy stanowi w naszym życiu jedną z chwil, kiedy możemy zdać sobie sprawę, że

element Boży działa w nas i kieruje naszym zachowaniem. Oznacza to więc, iż Bóg jest w jakiś sposób obecny po obu stronach. Obecny jest w osobie modlącej się, w jej głębokim życiu duchowym po to, by od wewnątrz kierować jej istotą. Znajduje się także naprzeciwko człowieka, który się modli, a wtedy posiada oblicze Ojca lub twarz Chrystusa–Syna w całym tego słowa znaczeniu. (*Modlitwa i medytacja*, 2001, s. 116-117). A w modlitwach ludzi doświadczonych chorobą lub niepełnosprawnością Bóg posiada przede wszystkim oblicze Chrystusa Lekarza.

Dokładnie taki tytuł nosi frapująca książka ks. Mieczysława Kinaszczuka, właśnie o dwu najważniejszych – w kontekście modlitwy – osobach: o Chrystusie, który przychodzi do nas jako Boski Uzdrowiciel duszy i ciała i o człowieku, który doświadcza terapeutycznego działania Syna Bożego. Autor wprost pisze: „książka, którą oddaję w ręce czytelników, może stanowić pomoc dla tych, którzy żyjąc w środku świata, zmagają się z różnorodnymi problemami duszy i ciała i pragną żyć z Bogiem na co dzień; chcą, by Chrystus Boski Lekarz >>dotykał<< ich swoją uzdrawiającą Miłością.” (*Chrystus Lekarz*, 2003, okładka). Książka omawia poglądy wybitnego teologa prawosławnego Paula Evdokimova na temat terapeutycznego charakteru odkupieńczego dzieła Chrystusa. Paul Evdokimov, który wyrósł na Biblii i nauce Ojców Kościoła, ukazuje ogromną moc, jaką niesie Słowo Boże. Duchowość prawosławna jest w swej istocie biblijna, gdyż Ojcowie Wschodni żyli Biblią, kochali Słowo Boże, myśleli i mówili za pośrednictwem Biblii. To obcowanie z Pismem świętym stawało się tak istotne, że Biblia była dla Ojców Chrystusem. Każde słowo prowadzi bowiem do tego, który je wyrzekł. Tajemnica Ojców polegała na tym, że pragnęli oni jedynie czytać Chrystusa mówiącego do nich. W tej medytacji nad Słowem Bożym kryje się znaczenie zbawcze i uzdrawiające, gdyż w Chrystusie Boskim Lekarzu jest życie. Słuchanie Ewangelii stanowi więc słuchanie samego Chrystusa. Stąd teologia prawosławna zaleca wszystkim ludziom czytanie Pisma świętego. Zwłaszcza, że obcowanie ze Słowem Bożym ma również charakter terapeutyczny, leczniczy, ponieważ czytający Pismo przeżywa spotkanie z Chrystusem wchodzącym w całą kondycję człowieka. Słowo Boże wyraźnie mówi nam, że Chrystus ma szczególne upodobanie w tych, którzy cierpią, w chorych, ubogich i odrzuconych. Dlatego św. Mateusz zanotował, że Chrystus leczył wszystkie choroby i wszelkie słabości (Mt 9,35). Biblia jest tedy żywym Słowem Bożym, żywym Chrystusem, dlatego też – twierdzi autor – można zaryzykować tezę, że Chrystus uzdrawia dziś przez Swoje Słowo i za Jego pośrednictwem. (*Chrystus Lekarz*, 2003, s. 78). Świadczyć o tym mogą również współczesne nam przypadki, np. niewyjaśnionych przyczynami medycznymi ustąpięń groźnych chorób u modlących się o to ludzi. Píše o nich, w duchu protestanckim, badacz tego problemu i lekarz Larry Dossey w swojej, jakże wymownie zatytułowanej książce: *Słowa, które uzdrawiają. Siła modlitwy a praktyka medyczna*. Napisał on w przedmowie dość

kontrowersyjnie: „przez wiele lat lekceważyłem modlitwę. Uważałem ją za dowolną i zbędną fanaberię, nie mającą tej samej rangi co leki i zabiegi chirurgiczne. W rzeczywistości próbowałem uniknąć w leczeniu wpływów duchowych lub religijnych, uważając się za lekarza-naukowca. [...]. Przed kilku laty odkryłem ze zdziwieniem pewne badania naukowe, które zdecydowanie potwierdzały moc modlitwy w leczeniu. [...]. Zaskoczyły mnie nowe odbyte eksperymentalne dane na temat modlitwy. Nie chciałem ich zaakceptować. Uznałem medytację, ale myśl o >>przemawianiu do Boga<< w modlitwie kojarzyła mi się z fundamentalizmem protestanckim, który w swoim mniemaniu porzuciłem. Jednakże wyniki eksperymentów modlitewnych nie przestawały mnie nurtować. Te badania wykazywały jasno, że modlitwa może przybrać wiele postaci. Odnosiła skutek nie tylko wtedy, kiedy ludzie modlili się o określone rezultaty, ale również gdy modlili się bez konkretnego celu. W gruncie rzeczy niektóre badania wskazywały, że zwykłe >>Bądź wola Twoja<< jest ilościowo skuteczniejsze niż modlitwa o konkretne rezultaty. W wielu eksperymentach okazało się, że zwykła postawa modlitewna – przejmujące poczucie świętości i uczucie empatii, troski oraz współczucia dla danej osoby – inicjowały proces leczenia. Eksperymenty z ludźmi wykazały, że modlitwa wpływa pozytywnie m.in. na wysokie ciśnienie krwi, rany, ataki serca, bóle głowy i lęk. [...]. Zdumiewające było też to, że skutki modlitwy nie zależały od tego, czy np. modląca się za kogoś osoba znajdowała się w sąsiedztwie organizmu, za który się modliła, czy była od niego oddalona; leczenie zachodziło na miejscu i na odległość.” ( Dossey, 2000, s. 15-18).

Podsumujmy krótko powyższe refleksje. Zaczęliśmy je od modlitwy wziętej z liturgii katolickiej: „Powiedz tylko słowo, a będzie uzdrowiona dusza moja”, natomiast kończymy fragmentem z *Ojciec Nasz*: „Bądź wola Twoja”. To nie przypadek. Albowiem, jak się wydaje, pomiędzy tymi symbolicznymi granicznymi słupami postawy duchowej, zawiera się cała istota i głębia terapeutycznej siły każdego modlitewnego spotkania z Bogiem. Spotkania wspomagającego zarówno uzdrowienie, jak i przystosowanie się człowieka cierpiącego czy niepełnosprawnego do swoich ograniczeń przez wszystkie etapy tego procesu, aż do rzeczywistego zaakceptowania takiego właśnie życia. Jest tam także miejsce na wyrażenie woli człowieka i Boga w atmosferze wzajemnej miłości. Zatem siła terapeutyczna modlitwy wypływa ze skupienia się w niej, wręcz utożsamienia woli człowieka i Boga.

Terapeutyczny wymiar wiary religijnej w biblioterapii obejmuje oprócz modlitwy również czytanie literatury religijnej i religioznawczej. Przy czym należy zaznaczyć, że w tym ostatnim przypadku, lektura może mieć negatywny wpływ (ale nie musi) w ogóle na wiarę poszczególnych ludzi. Kwestią podstawową jest więc jej wybór. Omówienia problematyki terapeutycznego czytania pobożnych treści nie możemy nie zacząć od niedoścignionej, nie tylko w tym względzie, naczelnej pozycji Pisma świętego, którego

inna nazwa tworzy przecież pierwotną – jakże nawiasem mówiąc piękną i prawdziwą – podstawę etymologiczną wyrazu „biblioterapia”. Bo jeżeli Biblia – jak słusznie twierdzą teolodzy – stanowi zapis spotkania Boga z człowiekiem, to wszyscy spragnieni rozmowy z Nim powinni ją czytać. I czytają. W myśl cytowanego tu już teologa prawosławnego Paula Evdokimova Pismo święte jako jedno z pierwszych i najważniejszych źródeł duchowości człowieka jest drogą ku świętości. Ale nie wyłącznie, bowiem dzięki zanurzeniu się w Słowie Bożym dusza ludzka doznaje nie tylko pociechy w wierze, ale również doświadcza mocy Chrystusa, niosącego zbawienie i uzdrowienie. (*Chrystus Lekarz*, 2003, s. 78). Teologowie skłaniają się ku tezie, iż uzdrowienie to obejmuje całego człowieka – w jego wymiarze cielesno-biologicznym, intelektualno-duchowym i nadprzyrodzonym. W Ewangelii św. Mateusza Chrystus mówi: „Twoja wiara cię ocaliła” (Mt 9, 22), co możemy tłumaczyć również: twoja wiara cię uzdrowiła. (*Chrystus Lekarz*, 2003, s. 78). Czyli elementem nieodzownym w człowieku, oczekującym uzdrowienia, jest jego wiara. Człowiek zatem potrafi otworzyć się na działanie Boże poprzez wiarę. W konsekwencji Bóg nie oddziałuje na niego jakby z zewnątrz, lecz działa w nim od wewnątrz, w duszy i sercu. W ten sposób człowiek nie koncentruje się na sobie, ale uczy się kierować spojrzenie na Boga i Jego wspaniałość. To światło emanujące od Chrystusa (światło Biblii) pada na naturę człowieka, dodajmy chorą, i przemienia ją, uzdrawia. (*Chrystus Lekarz*, 2003, s. 78). Istotne znaczenie terapeutyczne posiadają więc te lektury, które budują wiarę lub ją pogłębiają. Biblia ma taką moc, ale nie tylko ona. Intensywność przeżycia wiary religijnej może też dawać czytanie żywotów świętych, homilii i encyklik Jana Pawła II oraz innych papieży, książek wydawanych przez instytucje kościelne i zakonne, wreszcie poezji i prozy literackiej o tematyce religijnej. Rzecz raczej znana w biblioterapii odkąd ona istnieje, gdyż zalecanie do czytania ksiąg religijnych było jednym ze sposobów leczenia „chorych dusz” już przed wiekami. Równie znany jest, o czym należy wspomnieć, terapeutyczny wymiar własnej twórczości literackiej chorych i niepełnosprawnych. Twórczość tę, zwłaszcza poetycką, ze względu na ulgę jaką daje cierpieniom udręczonym ludziom można z całą pewnością, acz metaforycznie określić mianem Chusty św. Weroniki. Na tym też polega jej walor terapeutyczny.

Krótkie podsumowanie tego fragmentu brzmi następująco: Paralelizm lektury religijnej i modlitwy jest tu nieunikniony. Jego podstawę stanowi pogłębianie w ten sposób wiara. Właśnie przeżycie wiary religijnej podczas procesu lekturowego jest w porządku transcendentnym analogiczne do przeżycia modlitewnego, czyli jest jego podobieństwem, w którym odzwierciedla się także terapeutyczna moc Słowa Bożego.

Po intymnych rozmowach z Bogiem, przychodzi czas na intymne rozmowy z człowiekiem. Dlatego trzecim i ostatnim zagadnieniem będzie przewodnictwo czy też kierownictwo duchowe, czyli terapeutyczne aspekty indywidualnej rozmowy użytkownika

biblioterapii z osobą kompetentną w sprawach życia wewnętrznego i religijnego. Inaczej mówiąc, pomocy duchowej innemu człowiekowi i płynącej z niej terapii. Ze względu na to, że może nim być także biblioterapeuta, spróbujemy (w wielkim skrócie!) przybliżyć tę problematykę w oparciu o znane publikacje. O istocie kierownictwa duchowego pisał m.in. jezuita ks. Józef Augustyn, że jest dzieleniem się doświadczeniem wiary. Ponieważ kierownik duchowy sam doświadczył, że Bóg uzdrawia, miłuje, daje pokój wewnętrzny, przebacza grzechy, dlatego też pragnie dzielić się swoim osobistym doświadczeniem duchowym z tymi, którzy go o to proszą. (Ks. Józef Augustyn, 1993, s. 21). Według niego w kierownictwie duchowym nie chodzi najpierw o dawanie ludziom wyraźnych wskazówek, rad, zachęt czy też nagan moralnych, ale o pewną pomoc w rozeznawaniu ich osobistej sytuacji, dzięki czemu mogliby sami stawać się bardziej samodzielni w szukaniu Boga i Jego woli oraz w podejmowaniu takich wyborów, do których Pan Bóg ich wzywa. (Ks. Józef Augustyn, 1993, s. 13). I chociaż kierownik duchowy nie powinien wchodzić w rolę psychologa w sensie ścisłym (tak jak psycholog-biblioterapeuta w rolę duszpasterza), to jednak winien posiadać pewną wiedzę psychologiczną (a psycholog-biblioterapeuta teologiczną), rozumieć dokonujące się procesy emocjonalne i umieć zachować się tak, aby swoją postawą i dawanymi uwagami i radami nie naprowadzać osób na fałszywe rozwiązania, z których kierowany musiałby się później wycofać. „Nie zaszkodzić” – oto minimum, jakie wymagane jest także od kierownika duchowego w stosunku do jego podopiecznych. (Ks. Józef Augustyn, 1993, s. 19). Choć ogólnie mówiąc, każdy chrześcijanin zaproszony jest do bycia kierownikiem duchowym, to w istotny sposób łaska ta związana jest z kapłaństwem. Daje ona nie tyle prawo, co szczególną moc w prowadzeniu ludzi do Boga. Właśnie na tym, na prowadzeniu ludzi do Boga, zasadza się terapeutyczny wymiar kierownictwa duchowego zanurzonego (w odróżnieniu od świeckiego) w wierze religijnej. Polega zrazu na *rozeznawaniu duchowym*. Mówiąc o rozeznawaniu duchowym – pisze ks. Józef Augustyn – znajdujemy się w sercu życia duchowego. Samo pojęcie rozeznawania zakłada odkrycie w sobie sprzecznych ze sobą sił duchowych. Siły te oddziałują na człowieka i walczą o niego. Człowiek staje się w ten sposób terenem walki i zmagania. Wszystko, co jest w człowieku, zostaje wciągnięte w tę walkę: cała jego historia, jego potrzeby, najgłębsze pragnienia, lęki, urazy. Człowiek ze swoją wolnością nie ma możliwości stanąć na uboczu tego, co w nim się dzieje. Bierność staje się automatycznym opowiedzeniem się po stronie sił destrukcyjnych. Przyczyną wewnętrznego rozbicia człowieka (duchowego, psychicznego, a nawet w pewnym sensie rozbicia fizycznego) jest właśnie podleganie przez długi okres czasu silnemu naciskowi sprzecznych ze sobą sił. Życie duchowe w swej istocie jest wyzwaniem się z tej dwoistości sprzecznych tendencji po to, aby działać pod wpływem jednej siły: Ducha Świętego, pełniąc Jego wolę. (Ks. Józef Augustyn, 1993, s. 25-26). Kolejnym etapem jest

*rozeznanie sfery psychicznej człowieka.* W człowieku możemy wyróżnić pewną strukturę, na którą składają się zasadniczo trzy warstwy: fizyczna, psychiczna i duchowa. Dzięki osobie duchowej wszystkie warstwy tworzą jedność. W kierownictwie duchowym konieczne jest dostrzeganie najpierw jedności psychiczno-duchowej i rozeznawanie dojrzałości ludzkiej na obu tych poziomach. Niedojrzałość w warstwie psychicznej wyraża się w nieładzie, nie tylko w sferze intelektualnej czy emocjonalnej, ale także w sferze duchowej. *Rozeznanie zjawisk nadzwyczajnych* dotyczy zarówno tych nadprzyrodzonych, jak i chorobowych. Można się nawet nie spotkać w kierownictwie duchowym z duszami mistycznymi, ale z ludźmi z głębokimi ranami psychicznymi bardzo często. Praktyka pokazuje, iż w pewnych przypadkach jest rzeczą wprost konieczną współpracę z terapeutą świeckim (i odwrotnie, tj. terapeuty świeckiego z duszpasterzem). Stosunkowo łatwo można rozpoznać osoby chore psychicznie. Ale to, jak reagować na zachowanie się tych osób, wymaga już solidnej wiedzy i kompetencji. (Ks. Józef Augustyn, 1993, s. 28-29). Następnym etapem – *usunięcie uczuć nieuporządkowanych* – wskazuje, na ile kierownik duchowy winien zajmować się problemami nieuporządkowanej emocjonalności człowieka, tzn. określa to sam podopieczny swoją sytuacją życiową, wiekiem, potrzebami i pragnieniami. Środkiem do uzdrowienia emocji jest ich analiza, dalej modlitwa medytacyjna, rachunek sumienia i lektura Pisma świętego. Niedojrzałość emocjonalna człowieka uwidacznia się bowiem również w jego zachowaniu moralnym: po prostu w grzechu. Co prawda Biblia nie daje precyzyjnej odpowiedzi na pytania, ale daje temat do dyskusji, co właśnie jest istotą procesu terapeutycznego. Kolejny etap – *oczyszczenie* – rozpoczyna się zawsze od uznania się grzesznikiem, który potrzebuje Bożego zmiłowania. Doświadczenie bycia słuchanym ma charakter oczyszczający. Kierownictwo duchowe nie może się jednak na tym skończyć. Winno ono podprowadzić człowieka ku doświadczeniu miłosierdzia Bożego. Etap *oświecenia* następuje po doświadczeniu oczyszczającej mocy miłosierdzia Bożego. Kierownictwo duchowe w tym etapie powinno bronić podopiecznego przed intelektualizacją, to znaczy otwierać go na jego własną emocjonalność, której uleczenie wymaga nieraz długiego czasu. Jedną z podstawowych spraw jest problem stosowania metod modlitwy odpowiadających pragnieniom osoby prowadzonej. (Ks. Józef Augustyn, 1993, s. 31-33). Przedostatnim etapem rozeznania duchowego jest *pomoc w podejmowaniu wyborów* penitenta, a ostatnim *zjednoczenie w krzyżu i chwale*. Zwykle po dokonaniu ważnych wyborów życiowych, dzięki którym dokonuje się również pewna egzystencjalna stabilizacja, przychodzi codzienność życiowa, która wymaga trudu, dźwigania codziennego krzyża, a nierzadko także szczególnego cierpienia. Ten właśnie okres życia ludzkiego staje się często zaproszeniem Jezusa do wejścia w nowe życie duchowe: do zjednoczenia z Nim w Jego krzyżu i zmartwychwstaniu. Na tym końcowym etapie kierownik duchowy pomaga przede wszystkim odkrywać prawdziwy

krzyż dany człowiekowi przez Boga i unikać imitacji krzyża – cierpiętnictwa. (Ks. Józef Augustyn, 1993, s. 41).

Podsumujmy fragment o kierownictwie duchowym. Obecna jest w nim i modlitwa, i lektura religijna. Jego celem jest rozeznawanie swoich przeżyć i doświadczeń po to, aby we wszystkim odnajdywać Boga i nieustannie się Jemu powierzać. Ponadto jasno widać, że to przede wszystkim umiejętność empatii stanowi o mocy terapeutycznej przewodnika duchowego. Zgodne to jest zresztą z postawą samego Chrystusa, gdy żył na ziemi. Otóż, jak pisze Mark Baker w odważnie zatytułowanej książce *Największy psycholog wszech czasów. Jezus i mądrość duszy*: „Jezus wiedział, że empatia jest kluczem do prawdziwej wewnętrznej mocy. [...] Prawidłowo wyrażona, może odmieniać ludzi.” (Mark Baker, 2003, s. 215). Natomiast dla penitenta terapia płynie z rozmowy. Podobnie jest w przewodnictwie świeckim, o czym mówił już Platon w starożytności, że „duszę można uleczyć za pomocą pewnych rozmów.” (Ringel, 1992, s. 140). A w czasach nowożytnych Zygmunt Freud, tworząc psychoterapię.

Podsumowując zaś cały rozdział, musimy stwierdzić, że terapeutyczny wymiar wiary religijnej obejmuje obszar odnajdywania i spotykania Boga w modlitwie, przy pogłębianiu wiary podczas lektury książek religijnych, wreszcie w korzystaniu z pomocy duchowej drugiego człowieka. Należy stwierdzić, że terapia wypływająca z wiary religijnej posiada ogromną wagę, gdyż w jej świetle jest wielką łaską Boga, a przez Niego również może być darem innego człowieka. Zatem terapeutyczna moc wynikająca z wiary religijnej zawiera się zawsze w prawdziwej miłości człowieka do Boga, bliźniego i świata.

## **Bibliografia:**

- (Jan Paweł II, 1980) – Jan Paweł II, *Redemptor hominis. Tekst i komentarz*, Kraków 1980.
- (Z głębości, 1966) – *Z głębości... Antologia polskiej modlitwy poetyckiej*, wstęp, wybór, opracowanie Andrzej Jastrzębski i Antoni Podsiad, Warszawa 1966.
- (Psychoterapia i religia, 1992) – Josef Rudin, *Psychoterapia i religia. Zagadnienia psychologii głębi i psychologii analitycznej z listem Karola Gustawa Junga do Autora*, przetłumaczył Tomasz Czarnawski, Biblioteka Jungowska pod redakcją Zenona Waldemara Dudka, Tom pierwszy, Warszawa 1992.
- (Modlitwa i medytacja, 2001) – Henri Bourgeois, Jean-Pierre Schnetzler, *Modlitwa i medytacja w chrześcijaństwie i buddyzmie*, przekład Kazimierz Łukowicz. Kraków 2001.
- (Chrystus Lekarz, 2003) – ks. Mieczysław Kinaszczyk, *Chrystus Lekarz. Terapeutyczny charakter odkupieńczego dzieła Chrystusa w ujęciu Paula Evdokimova*, Papieski Wydział Teologiczny we Wrocławiu. Rozprawy Naukowe 47, redaktor serii ks. prof. dr hab. Ignacy Dec, Wrocław 2003.



(Larry Dossey, 2000) – Larry Dossey, *Słowa, które uzdrawiają. Siła modlitwy a praktyka medyczna*, przełożył Piotr Kołyszko, Warszawa 2000.

(Ks. Józef Augustyn, 1993) – ks. Józef Augustyn SJ, *Praktyka kierownictwa duchowego*, Kraków 1993.

(Mark Baker, 2003) – Mark Baker, *Największy psycholog wszech czasów. Jezus i mądrość duszy*, przełożyła Aleksandra Wolnicka, Warszawa 2003.

(Ringel, 1992) – Erwin Ringel, *Nerwica a samozniszczenie*, tłum. St. Lachowski, Warszawa 1992.

Michał Gosiewski, *Biblioterapia w nauczaniu religii*, w: *Książka w działalności terapeutycznej*, pod red. E. B. Zybert, Warszawa 1997, s. 76-79.



## Rozdział 7.

### **Biblioterapia w świetle psychologii. Zarys problematyki**

*(Wiktor Czernianin)*

Psychologia współtworzy interdyscyplinarne podstawy teoretyczne biblioterapii. W gruncie rzeczy stanowi jej istotę, gdyż obejmuje niezwykle ważną problematykę oddziaływania terapeutycznego sztuki literackiej, w ogóle sztuki. Analiza procesu terapeutycznego jest więc pierwszym problemem psychologicznym w biblioterapii wchodzącym w zakres psychologii sztuki. Drugi problem mieści się w zakresie psychologii rozwoju człowieka oraz psychologii klinicznej. Trzeci musi dotyczyć psychologicznych podstaw metod biblioterapeutycznych.

Odnosnie pierwszego problemu, zagadnień związanych z psychologią sztuki, których przedmiotem badań w biblioterapii są różnorodne relacje między dziełem literackim a odbiorcą-użytkownikiem biblioterapii, to warto w tym miejscu poruszyć problematykę ogólniejszą, mianowicie: znaczenia sztuki dla zdrowia psychicznego. Według badaczy problemu (A. Janicki, 1990 - wywód zawiera streszczenie fragmentów z tego artykułu; W. Tatarkiewicz, 1975; S. Szuman, 1990), sztuka to próba tworzenia form, które cieszą. Takie formy zaspokajają nasze poczucie piękna. Estetyczna wrażliwość człowieka jest bowiem trwałą właściwością psychiczną. Wyróżnia się trzy organicznie ze sobą sprzężone komponenty tej właściwości: 1) silną dążność do piękna, 2) występującą przy tym intensywną emocjonalność oraz 3) zdolność do bogatych wypowiedzi na rozmaite jakości estetyczne. Człowiek z uwagi na swoje właściwości psychiczne odczuwa „głód” obrazu, dźwięku, muzyki, symboliki słów i ich ciągów skojarzeniowych, wyrazu mimicznego, ruchu i gestu. Doznania te stara się zaspokoić, między innymi, poprzez kontakt z wytworami sztuki, bądź też poprzez twórczość własną. Czynności typu twórczego, które przynoszą różnorodną sztukę, są nierozłącznie związane z psychiką ludzką, tak od strony trwania ich w czasie, jak i powszechności występowania. Spostrzega się je w różnych okresach rozwojowych człowieka oraz w rozmaitych stanach psychicznych, tj. zarówno w prawidłowym funkcjonowaniu, jak i w przebiegu zakłóceń. Funkcjonowanie mózgu przejawiające się niezaburzonymi czynnościami psychicznymi uwarunkowane jest między innymi prawidłowym dopływem informacji zmysłowych. Część tych informacji, poza cechami bodźców działających na narządy zmysłów, posiada znaczenie dodatkowe bodźców odbieranych jako zaspokajające potrzebę doznań

estetycznych. Te właśnie cechy posiadają bodźce odbierane w przebiegu percepcowania sztuki słowa, sztuk plastycznych, muzyki, sztuk widowiskowych. Zaspokojenie przy pomocy środków jakimi dysponuje sztuka strefy elementarnych potrzeb wewnętrznych człowieka (uświadomionych i nieuświadomionych), stanowi warunek utrzymania odpowiedniej równowagi jego funkcji życiowej, ponieważ sztuka zmierza do wytworzenia równowagi między światem wyobrażonym a rzeczywistością (A. Janicki, 1990, s. 77). Sztuka pokazuje naszą teraźniejszość emocjonalną, jest pomostem między przeszłością a przyszłością, między wiedzą a mitem, posiada samoistną strukturę paralelną do naszych dążeń, pragnień i lęków. To prawda, że sztuka zastępuje życie iluzją, ale tworzy przy tym rzeczywistość artystyczną, dzięki której umysł człowieka zostaje zdynamizowany i odświeżony, staje się bardziej wrażliwy i bystry, bardziej „otwarty”, a więc bardziej zdolny do poznawania właśnie rzeczywistości życiowej, a także do jej przekształceń. Jest to niezwykle ważne w procesie biblioterapii. Życie duchowe i intelektualne człowieka określa się rodzajem stawianych przez niego pytań: sobie, innym, światu. Człowiek współczesny stawia pytanie nauce, nie sztuce. Od chwili pójścia do szkoły, aż do chwili śmierci nauka ma rozstrzygać jego wątpliwości, rozpraszać niewiedzę, upewniać. Jednakże wśród wielu innych są pytania, których nauce postawić nie sposób, na które nauka nie odpowiada. A te są silnymi reakcjami uwikłanymi w świat ludzkiego serca. O lęk, o miłość, o odwagę, o sens – wbrew oczywistości można zapytać jedynie sztukę. Ten aktywny stosunek do dzieła sztuki, tj. wrażliwość, dociekliwość i skupienie jest - według Szumana - warunkiem przeżycia estetycznego. Obcuując tak, np. z dziełem literackim, uczestnik biblioterapii obcuje ze światem za pośrednictwem słowa, a w trakcie odbioru wspiera się własną wyobraźnią i myśleniem pojęciowym. Przeżycie literackie ma charakter najbardziej intelektualny spośród wszystkich przeżyć estetycznych, co wynika z obecności w dziele wyraźnej warstwy znaczeniowej.

Sztuka słowa jako podstawowy środek terapeutyczno-wychowawczy w biblioterapii może towarzyszyć człowiekowi nawet przez całe życie, będąc stałym źródłem nowych doświadczeń, bogatych przeżyć, wciąż odnawianej wiedzy o sobie samym, inspiracją do zmiany lub potwierdzenia własnej osobowości. Tak więc – poza oddziaływaniem estetycznym - sztuka oddziałuje na sferę intelektualną, moralno-społeczną, pobudza wyobraźnię oraz postawy twórcze. Moralne oddziaływanie sztuki polega na przekazywaniu w utworach wzorów postępowania. W zakresie oddziaływania intelektualnego, sztuka nie tylko pozwala na poznawanie rzeczywistości zewnętrznej, lecz również i wewnętrznej, świadomości zbiorowej i indywidualnej, mechanizmów kierujących procesami społecznymi i postępowaniem jednostki. Inspirując wyobraźnię pozwala nie tyle i nie tylko na ucieczkę od świata zewnętrznego lub wewnętrznego, ale zobaczenie go w nowy sposób, umożliwiając następnie twórcze na ten świat oddziaływanie (A. Janicki, 1990, s. 78).

Drugi problem, to zagadnienie przydatności wiedzy psychologicznej o rozwoju człowieka w biblioterapii, związany ściśle z zachowaniem osób, wobec których podejmowane są działania terapeutyczne. Bez wątpienia wiedza taka jest jednym z podstawowych warunków skutecznej biblioterapii, zwłaszcza wychowawczej. Jej podstawowym założeniem jest postrzeganie człowieka jako jednostki aktywnej. To znaczy człowiek jest dla niej podmiotem działającym w swoim środowisku, a więc podejmującym zadania, realizującym je, odpowiednio wykorzystującym informacje, nawiązującym trwałe relacje z otoczeniem. Relacje, które następnie określają jego miejsce w otoczeniu społecznym. Podstawą rozwoju tak ujmowanego człowieka są jego doświadczenia wynoszone z działań, przez które uczestniczy w swoim środowisku (M. Porębska, 1990 - w fragmencie dotyczącym psychologii rozwoju indywidualnego człowieka streszczam poglądy tej Autorki). Ważne dla biblioterapii jest to, jak w tej koncepcji rozwoju rozumie się tzw. uwarunkowania zewnętrzne i wewnętrzne. Otóż warunki wewnętrzne to początkowo wrodzone właściwości organizmu a następnie – w miarę postępowania rozwoju – nabywanie umiejętności i sprawności, które określają możliwości podmiotu, w tym jego ustosunkowanie do otoczenia i siebie samego. Natomiast zetknięcie się człowieka z zewnętrznymi warunkami, tj. ludźmi, ich postępowaniem, przedmiotami i zjawiskami – prowadzi do powstania określonej sytuacji. Kształtuje ją percepcja podmiotu ograniczona jego możliwościami. Realizując zadania wynikające z uczestniczenia w kolejno zmieniających się sytuacjach, człowiek gromadzi doświadczenia. Proces organizowania tych doświadczeń to, ujmując najogólniej, proces jego indywidualnego rozwoju. Wraz z rozwojem człowieka kształtuje się też struktura jego funkcjonowania, która rozpoczyna się już od nawiązania pierwszych związków dziecka z osobami dorosłymi w rodzinie. Jej kształtowanie się jest równoznaczne z włączaniem się człowieka w układ związków w jego środowisku, dlatego ulega stałym zmianom. Struktura funkcjonowania kształtuje się w każdym przypadku indywidualnie, bo indywidualnie są doświadczenia jednostki, jednak można wyróżnić podstawowe kategorie: 1) strukturę prawidłową, 2) dwie odmiany deformacji, mianowicie w kierunku podporządkowania i dominacji (M. Porębska, 1990, s. 60).

Prawidłowe ukształtowanie się struktury funkcjonowania charakteryzuje się następująco w działaniach jednostki: otwarty stosunek do otoczenia, aktywne włączanie się w przebieg zdarzeń w otoczeniu, nastawienie zadaniowe, tj. ukierunkowanie na cel i organizowanie czynności ze względu na jego osiągnięcia, dalej: umiejętność współdziałania, umiejętność pokonywania trudności. Po stronie właściwości jednostki widoczna jest prawidłowa orientacja w otoczeniu, m.in. w miarę obiektywna percepcja zdarzeń, twórcze ustosunkowanie się do rzeczywistości, wiara we własne siły, właściwa ocena własnych

możliwości, optymizm. Takie ukształtowanie się pierwszej formy struktury funkcjonowania stwarza optymalne warunki do dalszego przebiegu rozwoju.

Natomiast dla obu odmian zdeformowanej struktury funkcjonowania charakterystyczne jest egocentryczne nastawienie jednostki. W każdej z odmian są inne konsekwencje. W pierwszym przypadku – zdominowania jednostki – widoczna jest niepewność, powściągliwość w działaniu, brak wiary we własne siły, nadmiar sygnałów zagrożeń, nadmierne rozbudowanie się mechanizmów obronnych, słaba odporność na stresy, obniżona aktywność. W drugim przypadku – dominacji jednostki nad otoczeniem – w działaniach jest widoczna tendencja do narzucania własnych życzeń lub pomysłów, przełamywanie oporu siłą, wpadanie w konflikty, gdy otoczenie się nie poddaje, w działaniach większa odporność i aktywność (M. Porębska, 1990, s. 61). Z deformacją struktury funkcjonowania łączyć można zagrożenia dla dalszego przebiegu rozwoju. Przewidywania takie wiązać można z tym, że powoduje ona wybiórcze nastawienie na otoczenie, sprzyja zniekształceniu odbioru rzeczywistości, występowaniu odpowiadających jej sytuacji, a tym samym mnożeniu potwierdzających ją doświadczeń.

Zatem warunki skutecznej biblioterapii z tego punktu widzenia przedstawiają się następująco: Otóż na pierwszy plan wysuwa się prawidłowe rozpoznanie problemu. Przy czym nie wystarczy tu rozpoznanie samego defektu, ponieważ inaczej problem ten się przedstawia, gdy defekt powstał we wczesnym dzieciństwie i konkretny człowiek rozwija się z tym defektem. Inny zaś problem występuje wtedy, kiedy kalectwo przerywa realizację planów życiowych danego człowieka. Ten, owszem, łączy się z określonym defektem, ale zakres i głębokość tego problemu wyznaczana jest przez właściwości indywidualne jednostki w tym przede wszystkim jej strukturę funkcjonowania. Dane empiryczne wskazują, że np. jednostki o wysokim poziomie rozwoju, bogatsze wewnątrznie, prawidłowo funkcjonujące, szybciej poddają się pełnej psychologicznej rehabilitacji, biorą aktywny udział w procesie biblioterapeutycznym, nawet wtedy, gdy kalectwo przekreśliło realizację bardzo ważnych i wartościowych dla nich celów życiowych. Natomiast jednostki, które np. przed wypadkiem ujawniały defekt funkcjonowania, nie tylko trudniej poddają się psychologicznej rehabilitacji, lecz także dość często wyolbrzymiają problemy, nawet wówczas, gdy nie były wyraźnie ustalone cele życiowe lub są one takie, że łatwo można je zmienić.

Z punktu widzenia zarysowanej koncepcji rozwoju indywidualnego, należy podkreślić, że materiały biblioterapeutyczne muszą być zastosowane tak, by oddziaływały przede wszystkim na kształtowanie się sytuacji jednostki, w której przebiega jej działanie. To znaczy, żeby ułatwić jednostce rozpoznanie zadań, które może podjąć, a nie narzucać ich jej bezpośrednio. Zadania narzucone mogą budzić opory, niechęć, wyzwalać nadmierne trudności (M. Porębska, 1990, s. 61). Dobór odpowiednich sposobów

oddziaływania zależy od właściwego rozeznania problemów jednostki w procesie terapii, ujmowanych w kontekście przyszłych doświadczeń, celów życiowych, które muszą ulec modyfikacji i aktualnego stanu jednostki. Oczywiście, większy efekt prowadzonej terapii jest wtedy, kiedy uda się pobudzić jednostkę do odpowiednich działań, utrzymać jej aktywność, gdyż wszelkie zmiany i modyfikacje funkcjonowania następują pod wpływem indywidualnych doświadczeń jednostki poddanej biblioterapii, w tym przypadku wychowawczo-rozwojowej.

Natomiast elementy wiedzy z psychologii klinicznej stanowią, co oczywiste, podstawę biblioterapii klinicznej stosowanej głównie wobec osób z zaburzeniami psychicznymi, w kryzysach psychicznych, z upośledzeniem umysłowym w stopniu lekkim, pacjentów szpitali itd, a więc zorientowanej medycznie. Z szerokiego zakresu praktyk klinicznych, do których, jak wiadomo, należą: diagnoza, ewaluacja, klasyfikacja, leczenie, prewencja i badania, wydaje się, że ta pierwsza stanowi najsilniejszą podstawę biblioterapii klinicznej. Tym bardziej, jeśli zawęzi się dla jej potrzeb definicję psychologii klinicznej, ograniczając ją do koncepcji psychologicznego badania chorobowych zaburzeń psychicznych. Choć diagnoza, czyli rozpoznanie choroby, zaburzenia, zespołu chorobowego, stanu zdrowia itp. jest dla biblioterapeuty niezwykle trudnym zadaniem, to jednak, jeśli np. diagnostyczny wywiad z pacjentem jest dobrze przeprowadzony i opisany wraz z wnioskowaniem na temat natury jego zaburzeń, to wówczas służy dużą pomocą lekarzowi w stawianiu diagnozy i w terapii. Aby poradzić sobie z tym problemem trzeba przyjąć założenie, że diagnoza nie zawsze się musi opierać na modelu medycznym. Trzeba położyć nacisk na zachowanie, myśli i emocje, a konkretnie na te aspekty tego, co robimy, myślimy i czujemy, które odbiegają od norm społecznych lub przeszkadzają w prowadzeniu normalnego życia. Drugą podstawą biblioterapii klinicznej z omawianego zakresu jest: leczenie. Aby docenić całą różnorodność metod dostępnych praktykującemu klinicyście, należy zapoznać się przynajmniej z najważniejszymi i najszerzej praktykowanymi terapiami, które tutaj zostaną jedynie wspomniane.

Zatem trzeci problem wspólny biblioterapii i psychologii musi dotyczyć psychologicznych podstaw metod biblioterapeutycznych. Sztuka słowa - jako szeroko pojmowany materiał biblioterapeutyczny - określa niewątpliwie psychologiczny charakter stosowanych w biblioterapii metod i technik. Są nimi psychologiczne podstawy zachowań językowych, a ściślej psycholingwistyczne określenia roli języka jako systemu znaków i reguł nimi rządzących, niezależnie od podmiotu używającego język. Tym systemem znaków człowiek może się posługiwać jako narzędziem poznania i jako narzędziem komunikacji z innymi ludźmi, tzn. w jego funkcji reprezentatywnej i komunikacyjnej. A także w jego funkcji terapeutycznej, gdyż słowa mogą mieć taką moc. Począwszy od słów szczególnie nacechowanych emocjonalnie, np. sakralne, otoczone kultem „Słowo

Boże”, przez formuły zaklęć, ślubowań, przysięg, wreszcie modlitwy, a skończywszy na zespole słów wyrażających życzenia najzupełniej konwencjonalne („dzień dobry”, „dobranoc”, „bądź zdrowa”). Bardzo poważne miejsce zajmuje w tym obszarze: słowo i tekst, ściślej słowo literackie, w ogóle słowo artystyczne. Jeden z aforyzmów biblijnego króla i mędrca Salomona brzmi: „Śmierć i życie są we władaniu języka” (Rozdz.18, wers 21). A Platon pisał w starożytności, że „duszę można uleczyć za pomocą pewnych rozmów” (E. Ringel, 1992), s. 140).

Jeśli więc słowo, rozmowa były możliwością terapeutyczną znaną już tak dawno, to w czasach nowożytnych, przede wszystkim udziałem Zygmunta Freuda i jego uczniów, stało się stworzenie z tego naukowo zdefiniowanego i empirycznie wypróbowanego systemu, tj. psychoterapii jako nowej wtedy dziedziny terapii medycznej.

Właśnie na metodach psychoterapeutycznych głównie opiera się biblioterapia. Szczególnie przydatną w niej jest metoda zwana kataraktyczną. Najważniejszą zasadę tej metody psychoterapeutycznej stanowi wypowiedź. Wszyscy wiemy, jak cenna jest możliwość „wyrzucenia coś z duszy”. W biblioterapii ma to istotne znaczenie, gdyż taka wypowiedź zainspirowana przeczytanym utworem literackim, praktycznie przesądza o powodzeniu terapii. Przy czym tekst literacki działa tu jak katalizator, mianowicie „pokazując” użytkownikowi biblioterapii jego problem (etap identyfikacji), tzn. nieświadome czyni świadomym (etap wglądu). Potem biblioterapeuta może być tylko pełnym zrozumienia i otwartym słuchaczem takiej wypowiedzi (etap katharsis). Wie on, że rzeczy niewypowiedziane (także z powodu nieuświadomienia ich sobie), rzeczy nieprzetworzone – gromadzą się w ludzkiej duszy powodując w ten sposób przygnębienie, a niekiedy nawet ją przytłaczają (E. Ringel, 1992), s. 141). Metody kataraktyczne usiłują zatem przez nieskrępowane wypowiedzenie się osiągnąć pewną ulgę, być może nawet uwolnienie od cierpień.

Następną metodą psychoterapeutyczną stosowaną po części w biblioterapii (zwłaszcza klinicznej) jest tzw. metoda analityczna. Chodzi tu o specyficzną technikę służącą uświadomieniu rzeczy dotąd nieuświadomionych. Wywodzi się ona od Freuda. Technika ta jest konieczna, albowiem w przypadku rzeczy wypartych - z reguły nieprzyjemnych i bolesnych – wgląd w siebie bywa dla użytkowników biblioterapii niezwykle dręczącym przykrym przeżyciem, którego, co rozumiały, chcieliby czasem uniknąć. Zwykle pozostają jednak ambiwalentni: z jednej strony pragną uświadomienia i uwolnienia od ciężaru cierpień, co stymuluje terapię; z drugiej strony, mogą się po prostu bać tego uświadomienia, co stanowi element hamujący terapię. W tej sytuacji tym bardziej istotne jest „przechytrzenie” tego oporu, czemu w dużej mierze służy technika Freuda (w biblioterapii tylko niektóre jej elementy). Zwłaszcza chodzi tu o tzw. swobodne kojarzenie, mianowicie treść estetycznych przeżyć związanych z odbiorem utworu artystycznego



powinna wywołać u uczestnika biblioterapii łańcuchy skojarzeń podobnych, aczkolwiek własnych przeżyć, najlepiej identycznych z przeżyciami bohatera literackiego. Mimo- wolnie prowadzą one dalej, tj. wydają się przyczyniać do samouświadomienia i ujawnie- nia wypartych przeżyć traumatyzujących, a nawet oczyszczenia z nich uczestnika biblio- terapii. Metoda analityczna wraz z techniką swobodnych skojarzeń stanowią też w dużej części podstawowe uzasadnienie teorii dynamiki doświadczeń estetycznych Caroline Shrodes, w której istnieją liczne paralele między przeżyciem estetycznym a terapią: identyfikacja z postaciami literackimi i ich przeżyciami może doskonalić proces terapeu- tyczny.

Na uwagę zasługuje również metoda substytucyjna, której elementy mogą mieć zastosowanie zwłaszcza w pracy biblioterapeuty. Jej cechy istotnej należy upatrywać w tym, że terapeuta aktywnie przejmuje, przynajmniej na pewien czas, sterowanie pa- cjentem-użytkownikiem biblioterapii. Warunkiem skutecznego stosowania tej metody jest to, by pacjent miał do prowadzącego terapię nieograniczone zaufanie; można by też powiedzieć, że prowadzący terapię musi stanowić dla użytkownika biblioterapii pewien autorytet. Terapeuta przekonuje pacjenta, przenosi nań swą siłę, dodaje mu ducha, dora- dza mu i prowadzi go: dlatego ta forma terapii bywa słusznie określana również jako sugestywna (E. Ringel, 1992), s. 141). Substytucja ta (zastąpienie) może odbywać się w różnorodnej formie. W biblioterapii indywidualnej (klinicznej i wychowawczej) chodzi o zainicjowanie łańcucha rozwoju pozytywnego, do pobudzenia wyobraźni w pozytyw- nym kierunku, zachęcania do doznawania sukcesów. Zachęta taka może, np. wywołać pewną dynamikę własną przeżyć uczestnika biblioterapii w tym sensie, że jedno pozy- tywne przeżycie staje się podstawą i warunkiem następnego, prowadzącego już o krok dalej do przodu. Celem terapii jest stawianie przed jej użytkownikiem zadań wykonalnych i wspomaganie go w uporaniu się z nimi przez mądrą aranżację i właściwą postawę.

Wydaje się, że w biblioterapii mają zastosowanie głównie formy psychoterapii, które charakteryzuje podejście humanistyczno-egzystencjalne. Ze względu na to, iż za- burzenia traktowane są tam w kategoriach niedostatków rozwoju osobowości, powstałych na skutek niezaspokojenia ważnych psychologicznych potrzeb jednostki, np. miłości, akceptacji, autonomii, realizacji znaczących indywidualnych wartości. Celem psychote- rapii jest tu stworzenie warunków do przeżycia korektywnych doświadczeń emocjonalnych (problem ten akcentują szkoły humanistyczne) oraz pobudzenie do refleksji nad ważny- mi wartościami i wyborami życiowymi (wątek pierwszoplanowy w podejściu egzysten- cjalnym). Terapia ukierunkowana jest na teraźniejszość i przyszłość – nie rozważa się w niej przeszłych doświadczeń ani historii życia pacjenta. Odbywa się z poszanowaniem autonomii pacjenta, czego wyrazem są niedyrektywne zachowania terapeuty, a także, w przypadku niektórych koncepcji, np. C. R. Rogersa, zmiana pojęcia „pacjent” na „klient”,

co ma podkreślić równorzędne relacje między terapeutą a osobą zgłaszającą się po pomoc. W toku sesji terapeutycznych klient sam decyduje o problemach, które porusza, poziomie intensywności pracy i czasie jej trwania (L. Grzesiuk, 1994, s. 50). Carl R. Rogers, twórcą psychoterapii skoncentrowanej na kliencie twierdził, że jest ona ciągle w toku rozwoju – jest takim sposobem bycia z drugą osobą, który sprzyja zdrowym zmianom i ułatwia rozwój. Opiera się ona na założeniu, że w człowieku tkwią ogromne zdolności do rozumienia samego siebie i do konstruktywnych zmian w sposobie bycia i zachowania, oraz że najlepsze warunki do ujawnienia i urzeczywistnienia tych zdolności stwarza pewna specyficzna relacja z drugim człowiekiem. Jej specyfika polega na tym, że terapeuta (lub inna osoba udzielająca pomocy) doświadcza siebie takim, jakim rzeczywiście jest, że wykazuje głęboką wrażliwość i nieoceniające zrozumienie dla drugiej osoby, że troszczy się o nią i komunikuje jej wszystkie te uczucia. Jakość tej relacji jest decydującym elementem całego procesu terapeutycznego (C. R. Rogers, 1991, s. 6). Konsekwentnie Rogers uważał, że powodzenie terapii zależy nie tyle od kwalifikacji czy umiejętności technicznych, ile od określonych postaw terapeuty. Czy potrafi on okazywać je tak, aby klient je dostrzegł – ten właśnie czynnik decyduje o postępach terapii i konstruktywnych zmianach osobowości. Podejście nastawione na klienta charakteryzuje się jednakowym postępowaniem niezależnie od tego, do jakiej kategorii diagnostycznej został zaliczony klient czy pacjent. Pod tym względem różni się ono zasadniczo od wielu innych orientacji terapeutycznych. Myśli Rogersa o postawie terapeuty niewątpliwie są inspirującym wzorem dla postaw biblioterapeuty. Wskazał on na trzy czynniki w tej postawie, od których zależy powodzenie terapii, a mianowicie: 1) autentyczności czy też kongruencji (przystający, zgodny) terapeuty, 2) pełnej akceptacji albo bezwarunkowo pozytywnego nastawienia wobec klienta, 3) wrażliwego, precyzyjnego i empatycznego zrozumienia tego, co klient odczuwa i tego, o co mu naprawdę chodzi (C. R. Rogers, 1991, s. 8). Uważa się (choć nie ma na to dotychczas wystarczających dowodów empirycznych), że podana wyżej kolejność warunków powodzenia terapii odpowiada hierarchii ich ważności. Najważniejsza wydaje się autentyczność; dwa pozostałe warunki, choć równie istotne, mają chyba mniejsze znaczenie. Terapia jest najbardziej skuteczna, gdy terapeuta posiada wszystkie wymienione cechy w możliwie dużym stopniu. Należy stwierdzić, że nie można identyfikować metod biblioterapii z wszystkimi metodami psychoterapeutycznymi, lecz jedynie z wybranymi technikami, bądź ich elementami. Między innymi z tychże powodów nie można całkowicie utożsamiać biblioterapii z psychoterapią, jakkolwiek należy ją do niej zaliczyć, ale na zasadach autonomicznych. Znaczna część ustaleń psychologicznych jest bowiem niezbędnym fundamentem myślenia i działania w biblioterapii, zwłaszcza w dziedzinie celów. Różnica jest natomiast po stronie środków oddziaływania.

Podsumowując ten krótki zarys problematyki związków biblioterapii z psychologią, można dojść do wniosku, że przynajmniej trzy dziedziny wiedzy psychologicznej zmieniają nieustannie oblicze współczesnej biblioterapii: psychologia sztuki z kluczowym pojęciem przeżycia estetycznego, psychologia rozwojowa i kliniczna z podstawową umiejętnością diagnozowania, wreszcie psychoterapia z metodami leczenia opartymi na podejściu humanistyczno-egzystencjalnym, a także z bardzo ważnymi określeniami postawy terapeuty. Albowiem to wyniki prac badawczych właśnie z tych dziedzin psychologii dynamizują rozwój biblioterapii: przyciągając uwagę, rozniecając dyskusje, inspirując autorów nowych artykułów, wreszcie zmieniając naszą wiedzę o jej funkcjonowaniu.

### Literatura:

- (A. Janicki, 1990) - Andrzej Janicki, *Znaczenie sztuki dla zdrowia psychicznego*, „Arteterapia II”. Zeszyty Naukowe Akademii Muzycznej we Wrocławiu, Wrocław 1990, nr 52.
- (W. Tatarkiewicz, 1975) - Władysław Tatarkiewicz, *Dzieje sześciu pojęć. Sztuka, piękno, forma twórcza, odtwórczość, przeżycie estetyczne*, Warszawa 1975.
- (S. Szuman, 1990) - Stefan Szuman, *O sztuce i wychowaniu estetycznym*, Warszawa 1990.
- (M. Porębska, 1990) - Maria Porębska, *Warunki skutecznej arteterapii z punktu widzenia wiedzy o rozwoju psychicznym człowieka*, „Arteterapia II”. Zeszyty Naukowe Akademii Muzycznej we Wrocławiu, Wrocław 1990, nr 52.
- (E. Ringel, 1992) - Erwin Ringel, *Nerwica a samozniszczenie*, tłum. S. Lachowski, Warszawa 1992, rozdział VIII: *Psychoterapia dzisiejsza*, s. 140-161.
- (L. Grzesiuk, 1994) - *Psychoterapia. Szkoły, zjawiska, techniki i specyficzne problemy*, praca zbiorowa pod redakcją Lidii Grzesiuk, Warszawa 1994.
- (C. R. Rogers, 1991) - Carl R. Rogers, *Terapia nastawiona na klienta. Grupy spotkaniowe*, tłum. A. Dodziuk, E. Knoll, Wrocław 1991.



## Rozdział 8.

### **Biblioterapia w pedagogice specjalnej. Krótkie repetytorium**

*(Wiktor Czernianin)*

Biblioterapia ma liczne odniesienia do teorii pedagogiki specjalnej. Wspólne zasady wychowawczo-terapeutyczne można wyodrębnić zwłaszcza w zakresie metodyki rewalidacji i resocjalizacji. Główny cel biblioterapii - nastawienie na udzielanie pomocy, dominacja wychowania nad nauczaniem - czynią z niej metodę głęboko zakorzenioną również w pedagogice specjalnej. Właśnie ta możliwość przenikania wartościowych treści pedagogicznych do poszczególnych rodzajów biblioterapii jest ważkim uzasadnieniem wyodrębnienia jej jako jednej z metod pedagogiki specjalnej. Warto tu bowiem podkreślić, że metoda ta przez to, iż opiera się na kontakcie interpersonalnym, może mieć szerokie znaczenie i zastosowanie we współczesnej rzeczywistości coraz to bardziej dehumanizującej człowieka. Metoda ta przeciwstawia się takiemu procesowi, preferując samodzielność myślenia i osobiste dociekanie prawdy (E. Tomasiak, 1997, s. 12). Albowiem szkoły i rodziny rzadko dają dziecku możliwość swobodnego twórczego wypowiedzania się. Rozmowy dydaktyczne sprowadzane są nieraz do rzeczowych poleceń czy konkretnych pytań, rzadko jest w nich miejsce na właściwy kontakt, zwłaszcza dzielenie się najgłębszymi przeżyciami. Właśnie biblioterapia daje okazję do realizowania autentycznych relacji międzyludzkich, które w zdominowanych biernych odbiorach środowiskach są zazwyczaj depriwowane.

W pedagogice specjalnej przyjmuje się, że proces biblioterapeutyczny przebiega przez cztery określone etapy. Pierwszym jest, tradycyjnie, identyfikacja, która daje uczestnikowi biblioterapii zastępcze przeżycie, pozwala mówić o swoich uczuciach z zachowaniem pozorów mówienia o bohaterze. Drugi etap: projekcja - jest właśnie tym specyficznym dla pedagogiki specjalnej - dokonywana jest na przykładzie bohaterów literackich, pozwala terapeutę poznać prawdziwą naturę irracjonalnych postaw pacjenta, co przyczynia się do postawienia właściwej diagnozy. W etapie tym może wystąpić projekcja spostrzeżeniowa, polegająca na interpretacji motywów postępowania bohatera lub relacji między postaciami, a także projekcje poznawcze, czyli wnioski odnoszące się do sensu wyrażonego przez autora, narzucanie sensu moralnego utworu. Terapeutycznym skutkiem omawianego procesu jest zastąpienie tego, co było nieświadome, tym, co jest świadome. Przy pomocy terapeuty pacjent odkrywa własne możliwości, formułuje filozofię życiową

spójną z własną naturą, wzrasta wewnętrznie, odzyskuje prawdziwą radość życia (E. Tomasik, 1994, s. 18). Trzeci etap to oczywiście katharsis, czyli odreagowanie napięcia, doznanie oczyszczającej ulgi, a nawet moralnego zachwytu. Natomiast w czwartym – wglądzie – uczestnik biblioterapii doznaje samopoznania (zrozumienia siebie i innych), odkrywa i pogłębia swój wewnętrzny świat, wzbogaca uczucia i motywy, które mogą zmienić jego zachowanie.

W procesie biblioterapii istotną sprawą jest dopasowanie celów do potrzeb jej użytkowników. Cele biblioterapii wychowawczo-rozwojowej w pedagogice specjalnej mogą wynikać z zadań rozwojowych dla poszczególnych grup wiekowych, np. u dzieci naśladowanie, rozróżnianie dobra i zła, rozwój moralny; w wieku dojrzewania – akceptacja własnego ciała, relacja z płcią odmienną, niezależność od rodziców, nabywanie pojęć wartości, etyki; u młodzieży starszej – dobór przyjaciół, zakładanie rodziny, wybór zawodu i grupy społecznej. Bardziej konkretnie formułowane cele to także, np. zmniejszenie agresywności, zmiana postaw względem mniejszości narodowych czy ras.

Na tle różnorodnych potrzeb związanych z rozwojem człowieka i szczególnej sytuacji w jakiej się znalazł (choroba, kalectwo), wyodrębnić można najbardziej typowe problemy uczestników terapii pedagogicznej jak: poczucie niższej wartości, lęk przed rozstaniem z najbliższymi, lęk przed nową sytuacją, lęk przed bólem, przed nowym życiem w trudniejszych warunkach, a także najgłębiej ukrywany lęk przed śmiercią (E. Tomasik, 1997, s. 14). Ten ostatni lęk zasługuje na szczególną uwagę, ponieważ wiąże się z powszechnym we współczesnej kulturze unikaniem tego tematu w rozmowach, w przeciwieństwie do ekranów mediów (głównie w filmach „akcji” i grach komputerowych). Ma się nawet niekiedy wrażenie, że w naszych czasach tabu przeniosło się ze spraw seksu na sprawy związane ze śmiercią. Tabu śmierci przyczynia się do tego, że lęki z nią związane rzadko są wypowiedane otwarcie, a człowiek nimi przeniknięty skazany jest na rozstrzygnięcie tych najważniejszych dla siebie spraw w samotności, bez pomocy otoczenia.

Nierzadko, by móc wykorzystać książkę jako efektywne narzędzie wychowania i rekreacji, trzeba najpierw pokonać różnorodne bariery, nawyki i uwarunkowania środowiskowe zniechęcające do tej formy spędzania czasu wolnego i zdobywania informacji. Dopiero potem można zakładać realizację celów terapeutycznych. Z drugiej strony zdarza się, iż stosujący biblioterapię nauczyciele-wychowawcy nie są świadomi, że metoda pracy, którą stosują to właśnie biblioterapia wychowawcza.

Najprostszy jej podział to biblioterapia indywidualna i grupowa. Oba typy mogą występować łącznie, czasem jednak preferowany jest jeden z nich, np. dla dzieci – biblioterapia grupowa; a dla osób starszych, obłożnie chorych – indywidualna. Biblioterapia indywidualna bliska jest doradztwu bibliotecznemu, ale może być również znacznie

głębsza od niego. Z kolei w biblioterapii grupowej ważne są jej procesy dynamiki. Grupa stanowi bowiem ośrodek zainteresowania dla jej członka, wzmacnia rozumienie siebie i akceptację innych, zmniejsza niepokój i poczucie izolacji oraz utrwala uczucia i doświadczenia uczestnika takiej biblioterapii (E. Tomasik, 1997, s. 19). Według badaczy niepokój członka grupy jest zredukowany przez wiedzę, iż inni mają podobne problemy. Słuchanie ich i rozmowa z nimi stymuluje uczestnika biblioterapii grupowej do nazwania i uwolnienia się od doświadczeń, które na niego oddziałują: sugerowane są nowe sposoby podejścia i rozwiązywania problemów, członek grupy może zredukować poczucie winy i wrogości. Grupa zapewnia akceptację i wsparcie emocjonalne, a poprzez reprezentowanie rzeczywistości społecznej daje członkowi szansę sprawdzenia nowych zachowań i idei. To podejście dynamiki grupowej oparte jest na teorii pola, według której ludzie – istoty społeczne – potrzebują innych (ludzi) jako podstawy do samowiedzy, wiedzy społecznej, zapewniającej właściwe reakcje i zachowania modyfikowane przez normy społeczne. W biblioterapii wychowawczej uzasadnienia te służą celom pedagogicznym, odpowiednio dobranym do określonej osoby lub grupy osób. Cele pedagogiczne mogą dotyczyć samej osoby, własnej drogi życiowej, jak również mogą mieć na względzie, np. antyspołeczne zachowanie dzieci wobec kolegów i nauczycieli (E. Tomasik, 1997, s. 20).

Różnorodne wpływy biblioterapii wychowawczej w pedagogice specjalnej można ogólnie sprowadzić do dwóch zasadniczych funkcji, mianowicie rozwojowej i korekcyjnej.

W pierwszej z nich najważniejsze jest dostarczanie dodatkowych wiadomości, pełniejszej wiedzy i zwiększanie mądrości życiowej. Dzięki walorom poznawczym zawartym w materiale biblioterapeutycznym konkretna osoba zaczyna pełniej orientować się w rzeczywistości, wyróżniać jej najważniejsze aspekty, stawiać sobie nowe cele i podejmować najważniejsze problemy oraz bardziej skutecznie je rozwiązywać. Staje się w ten sposób człowiekiem lepiej osadzonym w świecie, który potrafi np. pracować z lepszymi rezultatami nad rozwojem własnego autentycznie ukierunkowanego życia. Szczególnie cenne są możliwości kompensacyjne w zakresie przywracania utraconego sensu życia przez kontakt z literaturą.

Dla funkcji korekcyjnej – najbardziej charakterystyczne staje się przekształcanie szkodliwych wręcz sposobów zachowania się na wartościowe. Jest to szczególnie ważne w stosunku do osób zagrożonych społecznym niedostosowaniem, w tym także osób lekko upośledzonych umysłowo, które łatwo ulegają wpływom zdemoralizowanych kolegów. Możliwości profilaktyczne tej funkcji przejawiają się w zajęciu wolnego czasu wartościową lekturą, uczenie spędzania czasu w sposób pozytywny społecznie, tj. pozwalający zapobiegać niewłaściwym zachowaniom, a także tworzeniu warunków rekreacyjnych, które ułatwiają wypoczynek poprzez czytanie i oderwanie się od codziennych trudności. Korekcja np. agresywności wymaga systematycznego stosowania właściwych

metod i technik biblioterapeutycznych sprzyjających wytworzeniu się nieagresywnych form reagowania na doznawane frustracje, ukształtowaniu postaw prospołecznych oraz zinternalizowanych norm moralnych zawierających negatywną ocenę modeli agresji, z którymi dana osoba styka się w otoczeniu społecznym. Zadanie takie może na przykład, spełniać cykl spotkań terapeutycznych organizowanych przy zastosowaniu właściwej techniki psychodramy lub też długotrwałego oddziaływania biblioterapeutycznego za pośrednictwem czytania. Pomocna jest w tym literatura filozoficzna i religijna zawierająca omówienie i uzasadnienie norm moralnych zapobiegających agresji oraz ukazująca zgodne z nimi modele zachowania się. Mogą to być również książki zawierające pozytywne modele współżycia społecznego, utwory komediowe, satyryczne.

Jak wspomniałem, w przeciwdziałaniu agresji znajduje zastosowanie psychodrama. System reedukacji dzieci agresywnych w wieku 9-11 lat można oprzeć na inscenizacjach niedokończonych historyjek. Dzieci mogą w nich uczestniczyć w grupach kilkusobowych przez okres paru tygodni, przy czym w czasie każdego spotkania należy dokonywać zmian odgrywanych przez nie ról. Dzięki temu mogą one wczuć się zarówno w sytuację agresora, jak też osoby będącej przedmiotem agresji (Z. Skorny, 1999, s. 29).

Do form biblioterapii przydatnych w korekcji agresywnego zachowania się dzieci należy grafoterapia. Rozładowanie stanów napięcia emocjonalnego towarzyszącego agresji dokonuje się tu za pośrednictwem czynności manualnych wykonywanych przy rysowaniu. Ta technika przydatna zarówno w odniesieniu do dzieci, jak i dorosłych, jest określana mianem psychorysunku. Prócz funkcji terapeutycznej, może on być również pomocny przy diagnozie struktury osobowości oraz konfliktów przeżywanych przez jego wykonawcę. Doświadczeni terapeuci są w stanie zinterpretować symbolikę dzieł sztuki wykonanych przez osoby, np. zaburzone emocjonalnie. Rysunek bowiem, jak wszystkie inne dzieła sztuki, jest wypowiedzią bardzo osobistą, zawierającą treści świadome i nieświadome. Ekspresja za pomocą rysunku wydaje się znacznie bardziej symboliczna i mniej specyficzna niż słowa. Według Freuda, za pomocą symbolu można przekazać przepełnione niepokojem treści, chroni on też jednostkę przed odczuciem lęku. Natomiast Jung dowodził, że symbole stanowią osobiste doświadczenie, które jest tylko częściowo ukształtowane. Wskazywał też, że kreatywność jest głównym elementem procesu leczenia, i przypisywał szczególne znaczenie obrazom w formie archetypów o znaczeniu uniwersalnym (G. D. Oster, 2000, s. 19). Ze wszystkich technik stosowanych w psychoterapii rysunek wydaje się najłatwiej i najszerzej rozwijać indywidualną ekspresję oraz zdolność do komunikowania się. Tworzenie rysunku stanowi łatwiejszy sposób komunikacji z innymi niż werbalne wyznaczenie osobistych uczuć, szczególnie jeśli wywołują one lęk. Dla większości ludzi rysunek stanowi rzadziej używany środek wyrazu, a zatem taka forma wypowiedzi będzie prawdopodobnie mniej kontrolowana i odsłoni więcej treści



nieświadomych. Ponieważ rysowanie zapewnia jednostce przestrzeń, w której może ona wykroczyć poza swoją zwykłą, wąską sferę zmysłów - w efekcie pojawiają się nieoczekiwane kwestie, stanowiące punkt wyjścia do dyskusji i procesu poznawczego. Pozwala to pacjentowi lepiej zrozumieć samego siebie. Rysunek ułatwia niewątpliwie uzyskanie wglądu w ukryte konflikty, silne strony *ego* oraz cechy charakteru. Powszechnie uważa się, że rozwój indywidualny jest odzwierciedleniem rozwoju gatunku. I rzeczywiście dzieci potrafią rysować, zanim nauczą się pisać. Jedną z wczesnych analiz dziecięcych rysunków jest praca Cyrila Burta, *Mental and scholastic tests* (London, 1921). Otóż opierając się na własnych obserwacjach oraz wcześniejszych badaniach, Burt wyróżnił w dziecięcej twórczości odrębne stadia. Stwierdził, że dzieci w wieku dwóch, trzech lat najpierw zaczynają bazgrać. Działania te postrzegane są przez Burta jako bezcelowa ekspresja aktywności, która z czasem ulega udoskonaleniu i zróżnicowaniu. Kiedy dziecko ma cztery lata, bezładne bazgroły zostają zastąpione przez pojedyncze linie. Rok lub dwa lata później dziecko zaczyna rysować prymitywne symbole reprezentujące ludzi i zwierzęta. Dziecięce rysunki z okresu latencji, trwającego do chwili ukończenia dziecięciu lat, Burt klasyfikuje jako opisowe, gdyż pojawiają się w nich próby uwzględnienia szczegółów. Jedenastolatek potrafi (a także lubi) kopiować i naśladować prace innych. Według Burta, w rysunkach dzieci w wieku od jedenastu do czternastu lat obserwuje się pewien regres, prawdopodobnie związany z rozwojem poznawczym i językowym oraz konfliktami emocjonalnymi. Ta grupa wiekowa woli rysować wzory i formy geometryczne niż postaci ludzkie. W połowie okresu dojrzewania Burt odnotowuje artystyczne odrodzenie, które przejawia się we wzroście zainteresowania kolorem i formą. Te i podobne badania umożliwiły specjalistom lepsze zrozumienie zarówno rozwojowych, jak i psychologicznych aspektów dziecięcych rysunków. Chcąc wykorzystywać rysunki do interpretacji i diagnozy, trzeba sobie zdawać sprawę z tego, że cechy rysunku, które nie są charakterystyczne dla danej grupy wiekowej, w innej mogą się okazać powszechne. To właśnie opisowe badania dziecięcych rysunków potwierdziły teorię, że rozwój artystyczny postępuje etapami, i dały podstawę do stosowania rysunków także w takich celach, jak określanie inteligencji i osobowości (G. D. Oster, 2000, s. 17-18, 23).

Zatem specyfika biblioterapii wychowawczej w pedagogice specjalnej polega głównie na realizacji celów rozwojowo-humanistycznych w normalnym przebiegu życia jej użytkownika.

O wpływie książki na rozwój mowy i myślenia u dzieci, jej roli w budzeniu aktywności zabawowej, także na ich rozwój intelektualny i emocjonalny – napisano bardzo dużo. Należy tutaj jedynie przypomnieć, jak bardzo książka zwielokrotnia możliwości poznania, „poszerzając” dostępny dziecku świat. Nawet łatwe dla najmłodszych książeczki, o prostej

akcji, „opowiadają” często o sprawach wykraczających poza dostępne dla nich obserwacje i doświadczenia (H. Ratyńska, 1976, s. 72).

Ta rozwojowa funkcja biblioterapii wzrasta coraz bardziej w miarę dorastania dziecka, które czerpie coraz więcej wiadomości z literatury pięknej, kształtującej nowe jego wyobrażenia i pojęcia. Opowiadane bądź czytane książki – na przykład o życiu i przygodach, które dzieją się w odległych miastach, krajach, w dawnych czasach, innym środowisku - dzieci słuchają, przeżywają ich treść, śledząc przebieg akcji, kolejność następujących po sobie zdarzeń. Przeżycia te często znajdują wyraz podczas zajęć biblioterapeutycznych w różnorodnej dziecięcej ekspresji-zabawie, inscenizacji, twórczości plastycznej. Czasem dzieci podejmują taką działalność same, czasem podsuwa je biblioterapeutka czy nauczycielka. Trzeba wtedy jeszcze raz zastanowić się nad treścią wysłuchanego opowiadania czy przeczytanej książki, rozważyć, jak to właściwie było? Kogo najpierw spotkał bohater książki i kto mu pomógł? Co mówił on, a co inne osoby? Dzieci wspólnie z osobą prowadzącą biblioterapię analizują utwór. Czasem pomaga w tym odpowiednio kierowana rozmowa, innym razem pytania i odpowiedzi, zagadki, rysunki (H. Ratyńska, 1976, s. 73). Analizując fragmenty akcji, dzieci wspólnie oceniają bohaterów, porównują ich ze sobą; jest również próba pewnej syntezy treści utworu, wyrażonej w zabawie, teatrzyku, samodzielnie stworzonej książeczce. Takie przeanalizowanie wybranej pozycji sprzyja czynnościom umysłowym, niezbędnym do podjęcia nauki szkolnej.

Analizując utwór, oczywiście nie w formie nudnej lekcji, ale tak, jak się to robi na zajęciach biblioterapeutycznych, dzieci dochodzą do pewnych wniosków, próbują formułować sądy. Książki pomagają zrozumieć również znaczenie nazw, stworzyć bardziej ogólny obraz przedmiotów. Związane z przeżyciem utworu różne formy działania biblioterapeutycznego stwarzają dobrą okazję bogacenia zasobu pojęciowego i słownikowego dzieci, zachęcają je do samodzielnych i swobodnych wypowiedzi. Jednocześnie z rozwojem zasobu pojęciowego i słownikowego dziecka dokonuje się opanowywanie gramatycznej struktury języka (H. Ratyńska, 1976, s. 77). Książka, wzbogacając zasób słów i zachęcając do mówienia, może uczyć pięknej polskiej mowy na dobrych, prawidłowych wzorach znajdujących się w utworach wartościowych pod względem literackim. Dziecko osłuchując się z tekstem, przyswaja sobie pewne zwroty i określenia, a zarazem tworzy samodzielne opowiadania, treściowo związane z poznanym utworem. Te dziecięce opowiadania – żywe i barwne – chociaż mało jeszcze zwarte i uporządkowane, mogą również służyć utrwalaniu właściwych form gramatycznych.

Z kolei oddziaływanie terapeutyczne literatury w biblioterapii klinicznej w stosunku do dzieci ma na celu pomóc w rozświetleniu mroków dzieciństwa i znalezieniu rozwiązania trudnych problemów, jakie przed dzieckiem stają Ciemność, burza, bestie,

duchy, sytuacje osamotnienia i poniżenia to tylko niektóre czynniki, jakie wywołują w dziecku niepokój. Jeśli niepokój ten jest silnie doznawany, to zwykle prowadzi do zahamowania lub wzmocnienia aktywności. Wtedy dziecko jest skoncentrowane tylko na tych przykrych bodźcach, skutkiem czego mniej sprawnie działa, a w szkole uzyskuje gorsze wyniki w nauce (M. Molicka, 1998, s. 5, 9). Trzeba pamiętać, że świat rozwijającego się dziecka to zmieniający się układ zdarzeń, na które musi ono reagować. Nieraz są to sytuacje czy wydarzenia niosące właśnie bolesne doświadczenia, zaburzające rozwój osobowości. Literatura dziecięca, a przede wszystkim bajki to najbliższe dziecku utwory, w których świat realny miesza się z fantastycznym i razem tworzą zrozumiałą rzeczywistość. Dziecko zapoznaje się w nich z sytuacjami wzbudzającymi niepokój oraz, co najważniejsze, znajduje cudowne rozwiązanie problemów.

Obowiązująca w biblioterapii wychowawczej naczelną zasadą: „Człowiek ma zdolność kreowania samego siebie” jest z powodzeniem realizowana szczególnie w pedagogice specjalnej. Proces tego „kreowania”, to proces przeżywania i tworzenia nowych wartości zainspirowany przez biblioterapię. Polega on na przygotowaniu człowieka do uczestnictwa w kulturze, w świecie wartości sztuki i rozwinięcia na tej podstawie sił duchowych niezbędnych do jego rozwoju i samorealizacji. Albowiem dążenie do rozwoju jest naturalnym przejawem człowieka bez względu na jego sytuację zdrowotną, czyli jest wspólne dla wszystkich ludzi. Niepełnosprawni w zasadzie nie posiadają mniejszych zdolności artystycznych niż pełnosprawni. Tworzyć może każdy – pisze A. Hulek – i każdy nosi w sobie coś – uczucia, emocje, doświadczenia, które może twórczo w jakiejś formie wyrazić. Każdy także posiada wewnętrzne potrzeby wyrażania się i może osiągać określone efekty. Jest więc oczywiste, że nie tylko osoby pełnosprawne, ale i niepełnosprawne, są zdolne wyrażać swe uczucia i dać praktyczne ujście swym zdolnościom. Ich wrażliwość na sztukę, muzykę, taniec może być również znaczna, oryginalna, spontaniczna, emocjonalna, ale często z uwagi na upośledzające ich warunki jest przygłuszana, a kiedy wyrażana, to nie na poziomie swych możliwości (A. Hulek, 1992). Dlatego opieranie przekonań o roli twórczości własnej, np. w rehabilitacji na zjawisku kompensacji może być niejednokrotnie niesprawiedliwe i krzywdzące. Powoduje ono, że każde osiągnięcie, każdy sukces osoby niepełnosprawnej w dziedzinie sztuki oglądany jest przez pryzmat braków, słabości, ułomności. Nie można przecież każdego wysiłku tych ludzi, ich zainteresowania czy motywacji traktować jako zwykłej kompensacji fizycznych usterek. Trzeba uznać fakt, że wiele osób niepełnosprawnych po prostu także uprawia sztukę, w tym twórczość literacką. Abraham H. Maslow rozróżnił dwa wymiary twórczości: uzdolnienia twórcze oraz twórczą tendencję do samourzeczywistniania się. Ludzi twórczych cechuje łatwa ekspresyjność, umiejętność syntezy i integracji wartości przeciwstawnych

oraz odwaga wobec nieznanego. Jego zdaniem dzieła twórcze mogą powstać jedynie wówczas, gdy talent połączy się z twórczą osobowością.

Z psychologicznego punktu widzenia nieraz trudno jest znaleźć wyraźną granicę i różnicę między twórczością artysty i chorego psychicznie. Dla obydwu – pisze E. Syristova – w znacznym stopniu wspólna jest pierwotna hiperintensywność przeżyć, głębokie niezaspokojenie i silne napięcie emocjonalne. Różnica między procesem twórczym artysty a niektórych chorych psychicznie polega w zasadzie na stopniowej zdolności jednostki do świadomego i aktywnego kształtowania lawiny pierwotnych, często bezładnie i impulsywnie wynurzających się przeżyć oraz do uwalniania się od napięcia emocjonalnego. Natomiast u psychotyków przeżycia i imaginacje poddane są jedynie nieświadomej, autonomicznej obróbce. Lęk, tęsknota, nienawiść i strach przytłaczają całkowicie chorego (E. Syristova, 1982). Z kolei Antoni Kępiński uważał, że aby tworzyć, człowiek musi być niezależny, uwolniony z wszelkich więzów i zależności, musi być – wolny – zwłaszcza wolnością wewnętrzną. Postawa „artystyczna” – pisał – jest postawą wolności, w tym sensie, że szuka się w niej wypowiedzenia tego, co w nas jest najbardziej indywidualne i spontaniczne, a tym samym zrzucenia z siebie uwierających masek i więzów. Akt twórczy, zdaniem Kępińskiego, jest wyrazem postawy „nad”. Tej postawie zawdzięczamy – dowodził – tworzenie ludzkiej kultury. Patrząc na rozwój kultury, odnosi się wrażenie, że to, co naprawdę wielkie i co przez wieki przetrwało, nie wiązało się z konkretami życia, lecz wynikało z transcendentnych tęsknot, nieraz absurdalnych (A. Kępiński, 1985). Zdaniem C. G. Junga tajemnica twórczości, podobnie jak wolność woli, jest problemem transcendentnym, którego psychologia nie może rozwiązać, może go tylko opisać. Podobnie jak twórca jest zagadką, której rozwiązania wprawdzie szukamy na wiele sposobów, ale nadaremnie (C. G. Jung, 1976). Stąd dość powszechny jest pogląd, że twórcze dokonanie wyrasta ponad zwyczajność i przeciętność, ponad działania i czynności powtarzalne, składające się na codzienne życie.

W biblioterapii wychowawczo-rozwojowej jako metodzie pedagogiki specjalnej, szczególnie ważny jest proces twórczości, w którym podmiot świadomie usiłuje tworzyć samego siebie, nadać sobie pewną właściwość, ukazać się jako ktoś, kto posiada pewien rys indywidualny. Tak ujawniająca się twórczość jest zarazem autokreacją, która może pobudzać pragnienie stawania się i bycia sobą. Często jej źródłem jest podążanie za wzorcem osobowym, skonkretyzowanym w pewnym bohaterze literackim lub człowieku. Autokreację taką ożywia pragnienie, by upodobnić się do tego wzoru osobowego, by go wyrazić we własnym bycie. „Twórcze” może być bowiem to, co dzięki działaniom i dokonaniom dzieje się w podmiocie, co się w nim zawiązuje lub rozwiązuje, umacnia lub osłabia, zmienia lub utrwała, słowem to, jakim staje się sam podmiot, jaka tendencja w nim się pojawia, jaka zaś zanika, co się przed nim otwiera, co zamyka (A. Węgrzycki,

2001, s. 7-9). Wydaje się, że można tu mówić o „twórczości”, gdyż nie jest to tylko zwykłe zastosowanie, użycie swoich sił i zasobów (wiedzy, doświadczenia) jako czegoś gotowego, lecz włączenie ich w konkretne sytuacje, a nierzadko dopiero „budzenie” takiej czy innej zdolności, „osiąganie” danej sprawności, i to właśnie w warunkach sytuacyjnych może zupełnie nowych i dotychczas jeszcze niesprawdzonych. Nie wydaje się, aby działania i dokonania twórcze wypełniały bez reszty jakiegokolwiek człowieka. Obok nich pojawiają się także działania odtwórcze, naśladowcze, w których próżno szukać czegoś twórczego. Nie przeszkadza to jednak, by kogoś uznać za „człowieka twórczego”. Jest nim bowiem ten, kto zdolny jest do twórczych działań i twórczych dokonań; ten, u kogo ujawniła się ta zdolność. Sprawą ważną pozostaje częstotliwość owych działań i dokonań (A. Węgrzycki, 2001, s. 7-9).

### **Bibliografia:**

- (E. Tomasiak, 1997) - Ewa Tomasiak, *Biblioterapia jako metoda pedagogiki specjalnej (Podsumowanie programu z lat 1989-1996)*, w: *Książka w działalności terapeutycznej*, pod red. E. B. Zybort, Warszawa 1997.
- (E. Tomasiak, 1994) - Ewa Tomasiak, *Czytelnictwo i biblioterapia w pedagogice specjalnej*, Warszawa 1994.
- (Z. Skorny, 1999) - Zbigniew Skorny, *Psychospołeczne mechanizmy agresywnego zachowania się a arteterapia*, „Arteterapia III”, *Zeszyty Naukowe Akademii Muzycznej we Wrocławiu* nr 57, Wrocław 1999.
- (G. D. Oster, 2000) - Gerald D. Oster, Patricia Gould, *Rysunek w psychoterapii*, przekł. Anna i Magdalena Kacmajor, Gdańsk 2000.
- (H. Ratyńska, 1976) - Helena Ratyńska, *Literatura dziecięca w pracy przedszkola*, Wrocław 1976.
- (M. Molicka, 1998) - Maria Molicka, *Bajki terapeutyczne dla dzieci*, Leszno 1998.
- (A. Hulek, 1992) - A. Hulek, *Sztuka a ludzie niepełnosprawni*, „Postępy Rehabilitacji” 1992, t. IV, s. 86. Cyt. za: *Przesłanie nadziei. Antologia twórczości literackiej osób niepełnosprawnych ruchowo. Część pierwsza: Poezja*, wybór i oprac. A. Stupin-Rzońca. Warszawa 1997, s. 15-16.
- (E. Syristova, 1982) - E. Syristova, *Świat urojony*, Kraków 1982, s. 157. Cyt. za: Z. J. Ryn, *Szaleni twórcy – szalona twórczość*, w: *Pogranicza – literatura, teatr i psychiatria. Polsko-niemiecki bilans badań naukowych i doświadczenia praktycznego*, pod red. A. Radzik, Kraków 2001, s. 15-16.
- (A. Kępiński, 1985) - A. Kępiński, *Melancholia*, Warszawa 1985, s. 91 oraz tenże: *Rytm życia*, Kraków 1973, s. 160. Cyt. za: Z. J. Ryn, *Szaleni twórcy – szalona twórczość*, w: *Pogranicza – literatura, teatr i psychiatria...*, op.cit., s. 16.

- (C. G. Jung, 1976) - C. G. Jung, *Archetypy i symbole. Pisma wybrane*, tłum. J. Prokopiuk, Warszawa 1976, s. 396. Cyt. za: Z. J. Ryn, *Szaleni twórcy – szalona twórczość*, w: *Pogranicza – literatura, teatr i psychiatria...*, op.cit., s. 16.
- (A. Węgrzycki, 2001) - Adam Węgrzycki, *O roli twórczości w życiu i rozwoju człowieka*, w: *Pogranicza – literatura, teatr i psychiatria. Polsko-niemiecki bilans badań naukowych i doświadczenia praktycznego*, pod red. A. Radzik, Kraków 2001.
- Irena Borecka, *Biblioterapia formą terapii pedagogicznej. Skrypt dla studentów pedagogiki*, Wałbrzych 2001.

## Rozdział 9.

### **Rola bibliotek w działalności biblioterapeutycznej**

*(Wiktor Czernianin)*

Jak wiadomo, naczelnym zadaniem społecznym bibliotek jest upowszechnianie książki i rozwijanie czytelnictwa, a przez to kształtowanie człowieka i społeczeństwa zgodnie z potrzebami epoki. Zatem biblioteki zakresem swych ogólnych zadań obejmują także czytelnictwo chorych, związane z działalnością biblioterapeutyczną. Człowiek chory dzięki książkom uczy się rozumieć siebie i drugiego człowieka, jest mu ona bardzo potrzebna, bo w kontakcie z nią następuje często jego terapia. Czytanie odpowiedniej literatury pomaga mu nabrać niezbędnego dystansu do własnego nieszczęścia, choroby lub kalectwa. Człowiek chory zdaje sobie sprawę ze swojego osamotnienia, pragnie kontaktu z innymi ludźmi, choćby poprzez sztukę i właśnie tę potrzebę powinien mieć możliwość zrealizować w bibliotece. Dlatego słuszny jest pogląd, że biblioteka stanowić może pracownię terapeutyczną, zwłaszcza jeżeli jest przeznaczona dla specjalnych czytelników. Wtedy jest biblioteką szczególnego typu, np. szpitalną (sanatoryjną, domu opieki społecznej), więzienną, szkolną, a nawet publiczną – pod warunkiem, że te ostatnie są przygotowane do spotkania ze specjalnymi użytkownikami.

Dużą rolę w działalności biblioterapeutycznej, zwłaszcza w rehabilitacji osób niepełnosprawnych, odgrywają biblioteki publiczne, umożliwiające udział w spotkaniach i zajęciach czytelniczych. Dzięki tym działaniom ludzie ci nie odczuwają tak bardzo swej „inności”, nie czują się wyobcowani ze środowiska. Biblioteki publiczne starają się w sposób wszechstronny i sprawny obsługiwać osoby poszkodowane przez los, które same do niej dotrą, a także wychodzą z ofertą swych usług. Nie tylko przygotowują się do spotkania ze specjalnymi użytkownikami na miejscu w swojej placówce. W myśl aktów prawnych – biblioteki zakładają filie i punkty biblioteczne w tych domach opieki społecznej, szpitalach, sanatoriach, zakładach karnych, które nie mają własnych bibliotek. Organizują także instruktaż i pomoc metodyczną dla już tam istniejących (E. B. Zybert, 1996, s. 42).

W bibliotekach publicznych szczególnie akcentowana jest działalność skierowana na potrzeby dzieci upośledzonych (zwłaszcza przebywających w szkołach specjalnych), osób dyslektycznych i starszych mających kłopoty z poruszaniem się, niewidomych i niedowidzących, a także głuchych i głuchoniemych. Oczywiście zakres i formy prac różnią się w poszczególnych placówkach. W mniejszych bibliotekach działalność ta

sprowadza się do udostępniania książek, natomiast większe biblioteki samorządowe organizują regularne prace kulturalno-oświatowe dla czytelników niepełnosprawnych.

Bardzo ożywioną działalność skierowaną do użytkowników niepełnosprawnych prowadzą zwłaszcza te biblioteki, przy których istnieją Ośrodki Czytelnictwa Chorych i Niepełnosprawnych, Ośrodki takie funkcjonują na przykład w Elblągu, Gdańsku i Toruniu. Ponadto w Bibliotece Publicznej w Ostrołęce wydzielono Oddział dla Czytelników Niewidomych i Niepełnosprawnych. Tam też dużym udogodnieniem przy dokonywaniu wyboru książek mówionych jest katalog tych materiałów zarejestrowany w komputerze wyposażonym w kartę dźwiękową.

Wiele bibliotek publicznych nawiązuje współpracę z różnymi organizacjami i towarzystwami zrzeszającymi lub działającymi na potrzeby osób niepełnosprawnych, chorych czy uzależnionych, np. Towarzystwem Walki z Kalectwem, Klubem AA, Polskim Związkiem Niewidomych, Towarzystwem Przyjaciół Dzieci Specjalnej Troski itd. Kooperacja bibliotek publicznych z wyspecjalizowanymi organizacjami pozwala im dotrzeć do osób potrzebujących wsparcia i pomocy oraz skuteczniej realizować program terapeutycznego oddziaływania książek. Warto zaznaczyć, że działania bibliotek organizowane dla czytelników specjalnej troski znajdują podstawy prawne w dokumencie zatytułowanym *Rządowy program na rzecz osób niepełnosprawnych i ich integracji ze społeczeństwem*. Najpopularniejsze działania o charakterze biblioterapeutycznym przeprowadzane w bibliotekach publicznych to imprezy literackie, spotkania teatralne, inscenizacje bajek, projekcje filmów czy wspólne kolędowanie. Z myślą o czytelnikach niewidomych urządza się konkursy czytania w Braille'u. Bibliotekarze bibliotek publicznych organizują też zbiorowe wyjścia do kina, teatru lub muzeum. W wielu placówkach obsługą biblioteczną obejmuje się dzieci ze szkół specjalnych, świetlic terapeutycznych, z rodzin ubogich, bezrobotnych i patologicznych. W bibliotekach tworzy się dla nich warunki do spokojnego odrabiania lekcji i do zabawy. Bibliotekarze pomagają pokonywać trudności w nauce poprzez organizowanie głośnego czytania, pisanie i opowiadania przeczytanych lektur. Dla dorosłych czytelników biblioteki prowadzą głośne czytanie artykułów, nagrywają na kasety i wydają, np. „Gazetę Wyborczą” w wersji mówionej.

W bibliotekach publicznych odbywają się także spotkania mające na celu przybliżenie ogółowi społeczeństwa problemu osób niepełnosprawnych i ułatwianie im integracji ze środowiskiem. Wyrazem tego było m.in. zorganizowanie integracyjnego Studium Aktywizacji Artystycznej w Miejskiej Bibliotece Publicznej w Bochni, w ramach którego dzieci upośledzone umysłowo spotykały się ze zdrowymi, aby wspólnie posłuchać muzyki, porysować, czy wspólnie obejrzyć występy aktorów. Na terenie bibliotek organizowane są również konkursy i wystawy prac plastycznych twórców niepełnosprawnych.



Biblioteki publiczne bywają też miejscem regularnych spotkań pracowników służby zdrowia z rodzicami dzieci specjalnej troski. Ponadto bibliotekarze przygotowują dla takich rodziców prezentacje książek i wystaw dotyczące niepełnosprawności, np. *Kształtowanie właściwych postaw rodziców wobec dzieci niepełnosprawnych*. Do takich prac bibliotekarskich włączają się czasem rodzice dzieci niepełnosprawnych, widząc w tym szansę dla wspomżenia rozwoju własnego (i nie tylko własnego) dziecka. Taka sytuacja miała miejsce m.in. w Kamionce (woj. lubelskie), gdzie rodzice dziecka specjalnej troski prowadzili punkt biblioteczny. Wypożyczając książki, zapewniali dziecku kontakt z rówieśnikami i otoczeniem (E. B. Zybert, 1996, s. 46). Zdarza się jednak i tak, że mimo starań bibliotekarzy opiekunowie dzieci niepełnosprawnych są niechętni do nawiązywania współpracy z biblioteką. Najważniejsze jest to, że biblioteki publiczne propagując czytelnictwo osób niepełnosprawnych, wskazują na możliwość efektywnego realizowania biblioterapii jako elementu codziennej pracy bibliotecznej.

Działalność biblioterapeutyczna może się mieścić w ramach dydaktyczno-wychowawczej funkcji biblioteki szkolnej. Stosowanie biblioterapii przez bibliotekarzy-nauczycieli czy nauczycieli wychowawców implikowana jest kilkoma czynnikami. Po pierwsze: względną łatwością jej realizacji, po drugie: niskimi kosztami (ceny książek), po trzecie: potencjalnie dużymi możliwościami we wspieraniu uczniów potrzebujących psychologicznego wsparcia.

Aspekt terapeutyczny jest bowiem niewątpliwie obecny, np. w pomocy w wyrobieniu u ucznia-użytkownika biblioteki szkolnej takiego przekonania, że w literaturze i innych materiałach bibliotecznych można znaleźć wzorce osobowe, materiał do refleksji nad sobą i otoczeniem, czyli przekonania o korzystnym wpływie literatury na ich własny rozwój. Działalność o charakterze biblioterapeutycznym obecna jest na zajęciach uzupełniających, poświęconych pracy pedagogicznej z czytelnikami-uczniami. Takie zajęcia czytelnicze mogą przybierać formy zbieżne z metodami i technikami biblioterapeutycznymi, bowiem rozróżniamy wśród nich zajęcia: 1) oparte na żywym słowie: głośne czytanie i opowiadanie treści książek, artykułów czasopism, przeglądy książek, prasy, dyskusja itp., 2) małe formy teatralne – inscenizacje, 3) konkursy czytelnicze, 4) projekcje filmów video, 5) imprezy łączące różne formy: wieczory literackie, konferencje czytelnicze i in. (E. Białkowska, 1977, s. 312).

Rola biblioteki szkolnej w interesującym nas zakresie, polega również na przekonywaniu nauczycieli o możliwościach prowadzenia także przez nich biblioterapii. Może pomóc tym samym w doskonaleniu zawodowym i ich pracy poprzez współdziałanie z nauczycielami i wychowawcami, psychologami i pedagogami szkolnym nie tylko w rozpoznawaniu uzdolnień, zainteresowań i trudności edukacyjnych uczniów, ale może

odegrać pozytywną rolę w ugruntowywaniu wiary każdego z nich w to, że w szkole są osoby i sposoby, które mogą pomóc rozwiązać ich trudne problemy.

Zastanowimy się teraz nad rolą bibliotek więziennych w działalności biblioterapeutycznej w stosunku do skazanych. Polityka penitencjarna zalicza książkę do ważniejszych środków oddziaływania wychowawczego. Prowadzone w oparciu o bibliotekę programy korekcyjne i plany czytania zawierają w sobie wiele elementów biblioterapii wychowawczo-humanistycznej, mają także przeciwdziałać stagnacji umysłowej, budzić świadomość skazanych, przyczynić się do zmiany ich mentalności oraz wypełniać czas wolny.

Przy doborze literatury zwraca się szczególną uwagę na utwory, które eksponują wzorce bohaterów reprezentujących właściwe walory moralne, estetyczne, patriotyczne oraz zaangażowanie społeczne. Nie włącza się do zbiorów tych bibliotek książek o tematyce sensacyjno-kryminalnej. Duży nacisk kładzie się na literaturę popularnonaukową i społeczno-polityczną.

Jednym z podstawowych czynników w oddziaływaniu korekcyjnym biblioterapii wychowawczej jest sprawa odpowiednio przygotowanego personelu biblioteki więziennej, którego kwalifikacje i zaangażowanie w istotny sposób rzutują na efekty działań korekcyjnych. Bibliotekarze, którzy pracują w zakładach karnych powinni wierzyć, że przestępca może się zmienić, a to zakłada konieczność uwzględnienia indywidualności skazanego w procesie biblioterapeutycznym i resocjalizacyjnym. Albowiem bibliotekarz, który jest bardziej przejęty użytkownikiem niż książką, który umie akceptować ludzi takimi, jakimi są, zachęcać ich do dokonywania wyboru i do dyskusji, jest bibliotekarzem-biblioterapeutą, który może osiągnąć znaczące efekty resocjalizacyjne. Rola bibliotekarza więziennego jest ogromna po pierwsze dlatego, że będąc pracownikiem kulturalno-oświatowym jest zdolny łatwiej nawiązać kontakt ze skazanym i w ten sposób oddziaływać na dokonujące się przeobrażenia. Po drugie, jego znajomość książek powinna być gwarancją jak najlepszego wykorzystania ograniczonego ilościowo zbioru (E. B. Zybert, 1991, s. 25). Stosunek władz zakładów karnych do działalności bibliotek więziennych różni się w zależności od ośrodków. W jednych biblioteki włączone są w całokształt prowadzonych działań wychowawczych, w innych ich rola sprowadza się jedynie do wypożyczania skazanym książek i czasopism.

W przypadku bibliotek szpitalnych, sanatoryjnych, placówek opieki społecznej to - ze względu na czasami dłuższe pobyty pacjentów, pensjonariuszy - ich księgozbiory powinny być bardzo zróżnicowane, decyduje to bowiem o ich wartości. Muszą odpowiadać oczekiwaniom pacjentów, ale jednocześnie służyć planowo prowadzonej terapii (I. Borecka, 1992, s. 55). Pobyt w zakładzie leczniczym nie musi być przerwą w normalnym życiu, stąd biblioteka powinna stwarzać warunki uczestnictwa w kulturze. Zlokalizowana tak, aby pacjenci mieli do niej łatwy dostęp; z pomieszczeniami przestronnymi,

aby nie utrudniały poruszania się osobom korzystającym z wózków lub innych aparatów wspomagających poruszanie się, powinna aktywizować chorych. Dla pacjentów, którzy są unieruchomieni - i przez jakiś czas nie dotrą do biblioteki o własnych siłach, czy nawet przy pomocy personelu - konieczne jest wydzielenie księgozbioru, który będzie dowożony lub donoszony bezpośrednio na salę do łóżka pacjenta. Aktywność chorych czytelników może znaleźć ujście w bibliotece traktowanej jako właśnie pracowni terapeutycznej, np. w udziale w zajęciach recytatorskich, wieczorach głośnego czytania lub dyskusji literackiej, spotkaniach z ciekawymi ludźmi zapraszanych do biblioteki. Prawidłowo prowadzona obsługa czytelnicza chorych i niepełnosprawnych jest istotnym ogniwem biblioterapii.

Niezbędnym elementem takiej obsługi jest bibliotekarz szpitalny, jego osobowość, umiejętność słuchania drugiego człowieka, chęć niesienia pomocy, wreszcie fachowość. Odpowiednio wyselekcjonowany przez niego księgozbiór zawierać będzie także pozycje z literatury psychologicznej, pedagogicznej, medycznej, również z wybranych fragmentów utworów przygotowanych z myślą o konkretnych potrzebach czytelniczych chorych.

Księgozbiory w bibliotekach szpitalnych, sanatoryjnych czy domach opieki społecznej są zazwyczaj niewielkie. Nie zawsze przekraczają 1000 woluminów (E. B. Zybert, 1996, s. 43). To brak pieniędzy jest zwykle tym czynnikiem, który powoduje ograniczanie, a czasem wręcz zawieszanie ich pracy. Z tego też powodu prowadzenie takich bibliotek w Polsce należy bardzo często do dodatkowych obowiązków pracowników administracyjnych, czy średniego personelu medycznego: osób w większości nieprzygotowanych zawodowo, a co gorsza nie zawsze rozumiejących terapeutyczne funkcje książki i biblioteki.

Proces terapeutyczny zaczyna się wtedy, kiedy książka i zawarty w niej tekst zaczynają mieć wpływ na życie czytelnika. To dzięki odpowiedniej lekturze wiele problemów staje się bardziej zrozumiałymi, a uciążliwe i momentami wypełnione cierpieniem życie pacjenta jest łatwiejsze do zaakceptowania. Zakłada się, że odpowiednia lektura pogłębia i wzbogaca osobowość chorego, pozwala przełamać mu jego własne kryzysy i dopomaga osiągnąć życiowe cele. Stąd bardzo ważnym elementem pracy bibliotekarza szpitalnego jest prowadzone w czasie wypożyczeń doradztwo. Poza tym może on zorganizować, np. przegląd filmów i sztuk teatralnych w technice video. Pacjenci w kontakcie z bibliotekarzem widzą możliwość utrzymywania więzi ze światem zewnętrznym. Jest on dla nich nie tylko osobą przynoszącą książki, ale i łącznikiem z tym, co pozostawili poza szpitalnym murem.

Z powyższych rozważań wynika, że zadania bibliotek szpitalnych są specyficzne, ogromnie odpowiedzialne, a ich wykonanie uzależnione jest od spełnienia szeregu warunków. Specyfika zadań biblioterapeutycznych polega na konieczności łączenia pracy

związanej z szerzeniem czytelnictwa i szeregu działań oświatowych zbliżających książkę do odbiorców z oddziaływaniem kompensacyjno-terapeutycznym, doprowadzającym pacjenta do równowagi wewnętrznej, kształtującym w nim właściwą postawę wobec choroby, przywracającym pacjentowi chęć i radość życia (W. Kozakiewicz, B. Brzózka, 1984, s. 14). Warunki, jakie muszą być spełnione to przede wszystkim odpowiedni księgozbiór i odpowiednio przygotowany bibliotekarz szpitalny, także sprzyjający klimat zakładu służby zdrowia. Albowiem, co trzeba podkreślić, przedmiotem oddziaływań leczniczych w szpitalu jest nie tylko chory organizm czy chory organ pacjenta, terapii poddawana jest również jego osobowość i świadomość.

Pacjenci przebywający w zamkniętych zakładach lecznictwa są wdzięcznymi uczestnikami różnorodnych form i metod działalności biblioterapeutycznej. Jedną z najprostszych jest głośne czytanie. Można chorym czytać w pomieszczeniu bibliotecznym, w świetlicy lub sali. Wiele osób nie może czytać ze względu na osłabienie wzroku, ogólną słabość lub niemożność skupienia się na treści książki. Wszyscy ci pacjenci chętnie słuchają, gdy ktoś zechce i potrafi dobrze czytać ciekawy tekst literacki. Można czytać krótkie opowiadania, wiersze lub powieści w odcinkach. Recytować może zaproszony aktor lub członkowie zespołu amatorskiego. Chorzy dorośli chętnie słuchają recytacji wykonywanych przez dzieci. Powodzeniem cieszą się wśród pacjentów niezbyt długie imprezy literackie, spotkania z pisarzami, kwadransy poetyckie, dyskusje nad książką, filmem lub sztuką teatralną. Działalność biblioterapeutyczna urozmaica monotonię życia, pomaga zapomnieć o dręczących problemach związanych z chorobą, jest źródłem satysfakcji emocjonalnych, wreszcie wzbogaca życie wewnętrzne pacjenta. Warto również wprowadzać metody muzykoterapii, ponadto powodzeniem mogą się cieszyć małe wystawy obrazów i grafiki, eksponowane na terenie biblioteki.

Reasumując, trzeba podkreślić, że rola bibliotek w działalności biblioterapeutycznej jest bardzo duża. W jej zakres wchodzi bowiem działalność praktyczna w dziedzinie oddziaływania książki w różnych środowiskach społecznych (w zależności od typu danej biblioteki), dalej poprzez odpowiednią postawę bibliotekarzy oraz odpowiedni dobór lektur, a także zastosowanych metod i form pracy z różnorodnym czytelnikiem wymagającym szczególnej opieki bądź psychologicznego wsparcia. Kształtowanie się polskiego modelu biblioterapii należy wiązać przede wszystkim z pionierską w tej dziedzinie działalnością bibliotek szpitalnych. Pierwszy regulamin biblioteki szpitalnej wszedł w życie w 1951 roku, opublikowany jako załącznik do *Instrukcji nr 105 Ministra Zdrowia*. W myśl tej *Instrukcji*: „chorzy, z wyjątkiem chorych zakaźnych, mają prawo uczestniczenia w odczytach, słuchowiskach radiowych i przedstawieniach kinowych za zezwoleniem lekarza leczącego”.

W 1956 roku po raz pierwszy w sprawie bibliotekarstwa szpitalnego zabrała głos Danuta Gostyńska, współtwórczyni polskiej biblioterapii, a w 1968 roku ukazała się książka Wandy Kozakiewicz *Czytelnictwo chorych*. W latach siedemdziesiątych XX wieku Franciszek Czajkowski założył Ośrodek Metodyczno-Informacyjny Czytelnictwa Chorych i Niepełnosprawnych przy Książnicy Miejskiej w Toruniu. Ogromne zasługi w propagowaniu biblioterapii ma też Stowarzyszenie Bibliotekarzy Polskich.

### **Literatura:**

- (E. B. Zybert, 1996) - Elżbieta B. Zybert, *Działalność bibliotek publicznych na rzecz specjalnych kategorii użytkowników*, w: *Dziecko niepełnosprawne w bibliotece*, Warszawa 1996.
- (E. Białkowska, 1977) - Emilia Białkowska, *Biblioteka szkolna. Przewodnik dla bibliotekarza*, Warszawa 1977.
- (E. B. Zybert, 1991) - Elżbieta B. Zybert, *Biblioteki więzienne. Zarys problematyki*, Warszawa 1991.
- (I. Borecka, 1992) - Irena Borecka, *Biblioterapia – nowa szansa książki*, Olsztyn 1992.
- (W. Kozakiewicz, B. Brzózka) - Wanda Kozakiewicz, Bożena Brzózka, *Biblioteka szpitalna dla pacjenta. Poradnik*, Warszawa 1984.
- (I. Borecka) - Irena Borecka, *Biblioterapia w szkole. Poradnik dla bibliotekarzy*, Legnica 1998.
- Biblioteka a niepełnosprawność w rodzinie. Materiały z konferencji*, red. J. Nowicki, Warszawa 2003.
- Biblioteka otwarta dla czytelników niepełnosprawnych. Materiały z konferencji*, oprac. red. E. Stachowska-Musiał, F. Czajkowski, Warszawa 2002.
- Diagnostyczna i terapeutyczna funkcja biblioteki szkolnej. Materiały z konferencji*, pod red. S. Kubowa, Wrocław 2003.
- Książka bez barier. Materiały z konferencji*, red. J. Nowicki, Warszawa 2000.



## Rozdział 10.

### Biblioterapeuta – kim jest?

(Wiktor Czernianin)

Biblioterapia to jedna z metod psychoterapii. Środkiem jej oddziaływania psychologicznego jest słowo (pisane, mówione, czytane, słyszane, nacechowane sakralnie), zdolne - głównie za pośrednictwem książki - leczyć duszę i pomóc w leczeniu ciała pewnym grupom osób, głównie chorym i niepełnosprawnym. Oczywiście, może pomóc także np. niedostosowanym społecznie, oddziałując na ich rewalidację, uczniom w ich rozwoju intelektualnym, czy też, poprzez poradnictwo, zupełnie zdrowym ludziom w ich życiowych sytuacjach. Nie można więc zawężać pracy biblioterapeuty wyłącznie do osób chorych i łączyć je z pracą psychoterapeuty. Biblioterapeutą w pewnym sensie powinien być np. każdy wychowawca, kapłan, rodzice i różnego rodzaju animatorzy. Skoro tak, to uporządkujmy tytułową problematykę, określając najpierw zwięźle zadania, rodzaj i skuteczność pracy biblioterapeuty, zanim dojdziemy do końcowej odpowiedzi.

Zadania postawione biblioterapeucie mieszczą się w funkcjach, jakie może pełnić książka. A ta uświadamia, że czytelnik nie jest pierwszym ani jedynym człowiekiem, który ma problem (W. Szulc, 1994, s. 36). Dalej: pozwala mu dostrzec, że istnieje więcej niż jedno rozwiązanie jego problemu; ułatwia zrozumienie motywów postępowania ludzi, nie wyłączając jego samego, uwikłanych w szczególne sytuacje; pomaga dostrzec wartość zawartą w ludzkim doświadczeniu; pokazuje czytelnikowi, co jest niezbędne dla rozwiązania jego problemu; wreszcie zachęca go do realistycznego spojrzenia na swoją sytuację. Widać, że wymienione tak ogólnie zadania (poprzestańmy na nich), zależą od potrzeb, struktury psychicznej i sytuacji użytkownika biblioterapii. Mają zatem bezsprzecznie charakter interdyscyplinarny i wymagają wiedzy – jak wiadomo - nie tylko z dziedziny literaturoznawstwa.

Rzutuje to na rodzaj pracy biblioterapeuty, który najbardziej kojarzy się z rodzajem pracy w innych „terapeutycznych” zawodach, np. duchownego i lekarza. Porównajmy je. Wskutek ścisłego powiązania psychiki z duchowością człowieka powstaje, po pierwsze, problem zawierający się w pytaniu: czy osoba duchowna (ksiądz) jest – szerzej określając – psychoterapeutą, czy też nie? Wyleczenie bowiem często może być również drogą do uświęcenia, tak samo jak droga do uświęcenia, którą wskazuje duszpasterz, często może zawierać także elementy uzdrawiające. Fakt ten jednak nie może zmienić tego, że cel za każdym razem jest inny i że zarówno psychoterapeuta, jak i duszpasterz

winni pozostawać przy swojej dziedzinie (E.Ringel, 1992, s. 168). Celem działalności psychoterapeutycznej jest uleczenie, zaś duszpasterskiej - uświęcenie. Z tym zastrzeżeniem jednak, że nie należy zapominać o tym, iż duszpasterstwo uświęcając, owszem także leczy. Zatem duszpasterza zajmować będzie raczej sfera świadomości, a psychoterapeutę sfera nieświadomości człowieka. „Raczej” dlatego, iż w istocie duszpasterza interesować będzie nie tylko świadomość człowieka, ale całe jego życie, a więc ciało i dusza we wszystkich wymiarach, także w aspekcie nadprzyrodzonym. Duszpasterz zwraca się do tego, co w człowieku świadome, apelując do jego woli, siły, zrozumienia i sumienia, by doprowadzić go do sprostania przykazaniom boskim, na ile pozwala mu na to jego natura ludzka. Zadanie psychoterapeuty polega przeważnie na tym, by to co nieświadome uczynić świadomym, tzn. przeprowadzić analizę. Oczywiście interesują go także procesy świadome, a więc cały człowiek, a nie tylko nieświadomość. Inaczej psychoterapia sprowadziłaby się do psychoanalizy. Pacjent winien, po wyjaśnieniu faktycznego stanu rzeczy istniejącego we wnętrzu jego duszy, móc swobodnie podejmować decyzje. Za rodzaj tych decyzji psychoterapia nie jest odpowiedzialna, co oznacza, że musi ona sferę świadomą każdego człowieka w istotnej mierze pozostawić jego decyzji. Nie znaczy to, że nie może istnieć współpraca między psychoterapią a duszpasterstwem. I tak wiedza z zakresu psychologii głębi może posłużyć duszpasterzowi do lepszego uchwycenia osobowości jednostki, np. gdy nerwica zniekształca życie religijne. Jest on wtedy zainteresowany w usunięciu zahamowania w rozwoju wiary danego człowieka. Zadaniem psychoterapeuty będzie wtedy uświadomić i w analizie wyjaśnić przyczyny rozładowania nerwicy w sferze religijnej. Przy czym do treści określonej religii psychoterapeucie nie wolno się ustosunkowywać, w przeciwnym razie przekroczyłyby swoje kompetencje. (E.Ringel, 1992, s. 171). Tak jest w przypadku biblioterapii klinicznej. Sprawa nie jest oczywista w przypadku biblioterapii rozwojowej. Ponieważ tutaj proces terapeutyczny polega na oddziaływaniu także na świadomość, wolę, uczucia, a więc tak jak w działalności duszpasterskiej, ale cel jest jednak i tu zgoła inny, tzn. głównie wychowawczy, resocjalizacyjny itp. Zatem nie uświęcający, choć go nie wyklucza. Oprócz tego, jest coś, co specyficznie charakteryzuje lub może charakteryzować zarówno duchownego, jak i biblioterapeutę, mianowicie to, co nazywamy powołaniem. I nieważne czy będziemy je rozumieć jako dar Boży, czy na sposób świecki - jako pewne predyspozycje psychofizyczne do wykonywania określonego zawodu. Jest lub powinno ono być nieodzownym składnikiem ich osobowości.

Korelacje z zawodem lekarza są oczywiste. Wskazują na to choćby terminy medyczne obecne w biblioterapii i opisy techniki pracy biblioterapeuty, jednoznacznie wskazujące na powiązania z naukami lekarskimi. Rola medycyny i lekarzy polega tu na określeniu podstawowych jednostek chorobowych, w odniesieniu do których ma być



stosowana biblioterapia. I tak diagnoza pacjenta, która jest początkiem i warunkiem procesu biblioterapeutycznego, przedstawia się według znawców następująco. Irena Borecka pisze, że biblioterapeuta podobnie jak lekarz i psycholog musi postawić sobie kilka pytań, np. w odniesieniu do pacjentów szpitalnych: Jakie związki zachodzą między osobowością pacjenta a przebiegiem choroby? Jaki może być wpływ choroby somatycznej na jego stan psychiczny? Jak człowiek postrzega szpital, pacjentów, lekarza, innych pracowników służby zdrowia? W jaki sposób pacjent zmagają się z własną chorobą? Jaka jest rola rodziny, przyjaciół w walce chorego z niesprawnością? Jakie zależności zachodzą u poszczególnych pacjentów pomiędzy bólem a strachem, chorobą a lękiem o życie? Jak człowiek chory reaguje na oddalenie od aktywnego życia? Jakie były zainteresowania pacjentów przed chorobą? Co powinien zrobić biblioterapeuta, poznając reakcje pacjenta na jego chorobę i znając przebieg procesu terapeutycznego? (I.Borecka, 1992, s. 53).

Niewątpliwie biblioterapeuta i lekarz są sojusznikami w walce z chorobami człowieka. Ten ostatni leczy choroby psychosomatyczne czy psychiczne w przypadku psychiatry. Biblioterapeuta zajmuje się chorobami duchowymi. Wykorzystuje tylko techniki diagnostyczne i terminy medyczne, aby określić stan ducha użytkownika biblioterapii. Lekarz używa środków farmakologicznych i wiedzy ściślej do leczenia swoich pacjentów, biblioterapeuta - literatury pięknej, ponieważ wypełnia ją kultura duchowa człowieka, moc jego ducha. Trafnie to ujął poeta:

„Och! bo mi widnym strój tej wielkiej lutni,  
W którą wplątany duch każdego z nas.”  
(Norwid, 1973, s. 26).

Zdaniem lekarza Juliana Aleksandrowicza, choć literatura i medycyna kroczą różnymi drogami, to jednak wiąże je wspólny cel, tj. poszukiwanie prawdy o człowieku. (J.Aleksandrowicz, 1973, s. 4). W nim też spotyka się sztuka z nauką i lekarz – jak z kolei pisze Andrzej Szczeklik – znajduje swoje miejsce w tym złączeniu. (A.Szczeklik, 2003, s. 63). Literatura i medycyna są więc sojusznikami. W tym kontekście już nie zaskakuje często wspomniany napis nad jedną z księżniczek starożytnych, mianowicie „lecznica dla duszy”. Jest on bowiem świadectwem wiary w terapeutyczną moc ludzkiego ducha zaklętego w literaturze. Być biblioterapeutą znaczy więc być szafarzem duchowych dóbr zawartych w literaturze pięknej i wrażliwym przewodnikiem po świecie książek. Biblioterapię do szpitali wprowadzili lekarze. Niewątpliwie musieli to być lekarze-humaniści, tacy jak wspomniany Julian Aleksandrowicz, który pisał, że jako lekarz poszukuje w każdej dziedzinie ludzkiego życia i działania elementów, które mogłyby przyczynić się do ochrony zdrowia. Zainteresowała go przeto i literatura. Widział w niej dziedzinę ludzkiej działalności, która jest może niezamierzonym, lecz naturalnym sojusznikiem medycyny. (J.Aleksandrowicz, 1973, s. 4-5). Pisząc dalej o związkach literatury

z medycyną podkreślał, że świadome tworzenie wzorów kulturowych jest możliwe z pomocą metod wychowawczych. Jedną z ich form, zwłaszcza reedukacji człowieka dorosłego, są dyscypliny estetyczne, a w szczególności literatura. Literatura jako odzwierciedlenie kultury stwarza bodźce psychologiczne, które mogą nadawać kształt myśleniu i działaniu człowieka, a więc określa m.in. poziom jego świadomości i wpływa na postawę również w dziedzinie zdrowia i w dziedzinie moralności. Kultura bowiem określa sposób zachowania się i psychicznych przeżyć ludzi, które mogą doprowadzić bądź to do cierpienia i przedwczesnej śmierci, bądź też wyzwalać poczucie radości życia i tym samym zdrowia. Pisarz oddziałuje na nas często nieświadomie, niejako psychoterapeutycznie, ukazując bez osłonek naszą własną psychikę, nasze słabości, naszą „ludzką nędzę”. W ten sposób nieświadomie wspomaga proces leczenia: pozwala bowiem korygować nasze osobowości. Gdy usiłujemy wyzwolić się ze wspólnych cierpień wraz z jego fikcyjnymi bohaterami, doznajemy niekiedy „katharsis”, która wzbogaca, a tym samym niekiedy i leczy naszą „psyche”. (J.Aleksandrowicz, 1973, s. 14). Na wzmiankę zasługuje próba włączenia - przez tego lekarza – książki do stałego „arsenału leków” (dokonano tego w III Klinice Chorób Wewnętrznych w Krakowie). Niektórym zagubionym w konfliktach ludziom, cierpiącym z powodu ciężkich nerwico-pochodnych dolegliwości somatycznych, przeżycie losów fikcyjnego bohatera pozwala odnaleźć swą własną drogę życia i tym samym doznać ulg w cierpieniach.

Inny wspomniany już wcześniej lekarz, Andrzej Szczeklik, wręcz zaskakuje, pisząc, że medycyna i sztuka wywodzą się z jednego pnia. Obie mianowicie, biorą początek w magii – systemie opartym na wszechmocy słowa. Sztuka słowa, wspomagana doświadczeniem gromadzonym przez pokolenia kapłanów i lekarzy, pozwalała przywrócić człowiekowi jego miejsce w kosmosie, który aż po XVII/XVIII wiek rozbrzmiewał harmonią. (J.Szczeklik, 2003, s. 17). Oczywiście autor książki zdaje sobie sprawę, że pisze o swoim zawodzie trochę tak, jakby pisał szaman, to znaczy – zauważa Czesław Miłosz we wstępie do niej – nie wyjawiając wszystkich sekretów, które znają nieliczni lekarze idealni, jako że umiejętność postawienia diagnozy wymyka się ściśle rozumowemu ujęciu. A istnieje też tajemnica powiązania organizmu ludzkiego z energiami duchowymi, sprawiająca że sama nauka nie odpowiada na wiele pytań o nas samych. (A.Szczeklik, 2003, s. 6).

Niewątpliwie skuteczność pracy biblioterapeuty pozostaje w ścisłym związku z jego osobowością. Założenie to implikuje jednak złożoność zagadnienia, gdyż zawiera ukryty osąd, mianowicie taki, że bycie biblioterapeutą jest najpierw powołaniem, dopiero potem zawodem. Konsekwencją tego jest wysunięcie na plan pierwszy składników tożsamości o s o b o w o ś c i o w e j biblioterapeuty przed wyznacznikami zawodowymi. W sposób pośredni potwierdzają to ustalenia o wielości profesji osób zajmujących się

biblioterapią, co znaczyłoby, że najistotniejszym wyróżnikiem z a w o d u biblioterapeuty jest po prostu posługiwanie się w procesie terapeutycznym literaturą piękną, szerzej książką.

Najwcześniej wprowadzili ją do szpitali lekarze i odpowiednio przygotowani bibliotekarze szpitalni, potem biblioterapia stała się ważną metodą terapeutyczną w rękach pedagogów specjalnych w pracy rewalidacyjnej i resocjalizacyjnej oraz psychologów klinicznych pracujących w ośrodkach z pacjentami upośledzonymi umysłowo. Coraz częściej sięgali po nią nauczyciele, głównie nauczania początkowego, niektórzy wychowawcy klas prowadzących zajęcia korekcyjno-wyrównawcze oraz bibliotekarze szkolni. Wobec powyższego muszę postulować uzupełnienie ważnej konferencji i książki poświęconej biblioterapeucie, mianowicie *Biblioterapeuta. W poszukiwaniu tożsamości zawodowej*, pod redakcją Krystyny Hrycyk, (Wrocław 1997), o konferencję zatytułowaną np.: „Biblioterapeuta. W poszukiwaniu tożsamości osobowościowej”.

Przyjrzyjmy się teraz bliżej składnikom takiej osobowości. Najważniejszym wydaje się wrażliwość, co znaczy tu - w sensie psychologicznym - zdolność syntonii i empatii, charakteryzujących się, jak wiadomo, łatwością w nawiązywaniu kontaktów, umiejętnością wczuwania się w sytuację osoby potrzebującej pomocy. W sensie humanistycznym znaczy być bliżej drugiego człowieka, czyli stanowić dla niego schronienie, tj. np. ofiarować przyjaźń samotnemu, zachętę zniechęconemu, nadzieję zdesperowanemu, czy wręcz miłością bliźniego kochać niekochanego. Najgłębszym bowiem sekretem prawdziwych sukcesów biblioterapeuty jest jego głębokość duchowa. Taka postawa jest ich podstawą, a więc – mówiąc mniej wzniosle – jego autentyczna życzliwość, gotowość przyjęcia z pomocą może wpływać kojąco na pacjenta, budzić poczucie bezpieczeństwa, wiarę w siebie i ludzi, chęć do życia i wolę wyzdrowienia. (W. Kozakiewicz, 1968, s. 73). Tę duchową otwartość biblioterapeuty na innego człowieka musi jednocześnie uzupełniać jego wrażliwość na artyzm dzieła literackiego, szerzej sztuki słowa, po której jest autentycznym przewodnikiem dla użytkowników biblioterapii i co umożliwia podejmowanie intensywnego oraz właśnie terapeutycznego z nimi dialogu. W sytuacjach terapeutycznych pacjent i biblioterapeuta nieustannie oddziałują wzajemnie na siebie poprzez słowo, gest, milczenie, uśmiech, spojrzenie. Kontakty te mogą mieć owszem wartość terapeutyczną, ale czasami niestety traumatyzującą dla pacjenta. Największe niebezpieczeństwo w pracy biblioterapeuty przedstawia bowiem rutyna, zubożenie, powierzchowność w traktowaniu ludzi lub lekceważeniu ich potrzeb. Znane są i takie przypadki. Najbardziej optymalną jest sytuacja, gdy serdeczna i życzliwa rozmowa pacjenta z biblioterapeutą przywraca temu pierwszemu równowagę, chęć do życia, można powiedzieć, że uzdrowia psychikę i całego człowieka. (W.Kozakiewicz 1968, s. 74). Mówiąc o pomocy użytkownikom biblioterapii, trzeba tu jeszcze raz bardzo silnie podkreślić wykształcenie właściwych postaw

względem tych osób. Postawy te mają być pozbawione wszelkiej czułościowości czy li-tości; rzeczowe, nastawione na „braterską” pomoc, gdy istnieje rzeczywista potrzeba. (E.Tomasik, 1997, s. 112). Najważniejszy jest tu klimat etyczny. Klimatowi temu – pisze Simon Blackburn – zawdzięczamy nasze normy zachowania. Kształtuje on nasze reakcje uczuciowe; określa to, co uznajemy za dopuszczalne, a co za niedopuszczalne; definiuje pojęcia dotyczące tego, kiedy sprawy toczą się dobrze, a kiedy źle; determinuje koncepcje naszych powinności względem innych i odwrotnie. (S.Blackburn, 2002, s. 9-10). Wytworzenie takiego klimatu etycznego i stałe rozmyślanie nad nim jest sensem dobra cechującego biblioterapeutę. Albowiem biblioterapeuta to przede wszystkim człowiek dobry, dlatego może wskazywać drogę ocalenia swojemu pacjentowi. Gdyż niewątpliwie dobro jest potężną siłą leczniczą, która może uleczyć nawet najtrudniejsze choroby duchowe. Jednakże musi pamiętać, że klimat etyczny jest czymś odmiennym od klimatu moralizatorskiego. W istocie jedną z cech klimatu etycznego może być wrogość do moralizatorstwa, które czasem może wydać się czymś nie na miejscu i w złym guście. Dość powiedzieć, że epika, liryka i dramat w swej istocie odnoszą się do norm zachowań i ich konsekwencji – wielka sztuka mówi o tym wprost. (S.Blackburn, 2002, s. 14). Na tym m.in. polega jej terapeutyczne oddziaływanie. Zamiłowanie do niej, jest też nieodzownym składnikiem formacji duchowej każdego biblioterapeuty. Cyprian Kamil Norwid jest autorem tyleż wzniosłego, co pięknego przesłania, które można by uznać za etyczne motto zawodu biblioterapeuty:

„Z rzeczy świata tego zostaną tylko dwie,  
Dwie tylko: poezja i dobroć... i więcej nic...  
Umiejętność nawet bez dwóch onych zblednieje w papier,  
Tak niebłaha są dwójką te siostry dwie!...”  
(Norwid, 1973, s. 138).

Ustalenia o ważności powołania i cech osobowościowych biblioterapeuty nieuchronnie przywołują na myśl wymagania zawodowe. Otóż stricte „zawodowym” wymaganiem stawianym biblioterapeucie jest rozwinięcie w sobie inwencji twórczej. Jego praca wymaga ogromnej aktywności, pomysłowości i miłości do drugiego człowieka. Oprócz siły duchowej istotna jest siła intelektualna tkwiąca właśnie w bogactwie podejść do różnorodnych problemów pojawiających się w konkretnych sytuacjach terapeutycznych. Aby temu sprostać biblioterapeuta winien starać się o eksperymentalną wiedzę, czyli studia humanistyczno-literackie i psychologiczne oraz znajomość metod psychoterapii, pogłębiając je właściwie przez całe swoje życie wraz z zamiłowaniem do literatury pięknej. Taka formacja intelektualna jest szczególnie ważna, zwłaszcza w naszej epoce odznaczającej się wysokim stopniem specjalizacji niemal w każdej dziedzinie życia. Przy czym, jeżeli studia mają być rzeczywiście formacyjne, musi im stale towarzyszyć uwrażliwienie

zarówno na poznanie problematyki, jak i natchnienie miłości do innego człowieka, a więc budowanie autokreacji całej duchowej formacji osobowościowej. Podstawową jego umiejętnością będzie umiejętność rozpoznania problemów uczestnika biblioterapii i na tym tle sformułowanie celów programu. Bez tych umiejętności diagnozowania niemożliwy jest sensowny program nastawiony na realizację ważnego dla użytkownika celu. (E.Tomasik, 1997, s. 110). W zależności od diagnozy pacjentów musi tworzyć grupy i programy biblioterapeutyczne, dostosowywać materiały do ewentualnych upośledzeń i zdolności czytelnich, w dyskusji wyodrębniać główny problem literacki bohaterów, problemy wtórne, a także relacje między osobami i problemami. Tak, aby w miarę czytania dyskusja nabierała wymiarów osobistych. (E.Tomasik, 1994, s. 30). Czyli jego pracę musi określać w szczególności dobra znajomość pacjenta, literatury pięknej oraz umiejętność inicjowania i prowadzenia rozmowy. (I.Borecka, 1992, s. 53). Biblioterapeuta musi też pamiętać, że wchodząc w świat przeżyć pacjenta, sam mocno uczestniczy w relacjach interpersonalnych zachodzących w grupie terapeutycznej. W czasie przebiegu procesu biblioterapeutycznego musi więc zachować obiektywizm i ostrożność w relacjach z pacjentami. Nie może oceniać i wartościować postaw i zachowań pacjentów. Akceptuje ich takimi, jakimi są. (I.Borecka, 1997, s. 118).

Wobec powyższych ustaleń można domyślić się, że odpowiedź na tytułowe pytanie nie jest łatwa. Chociaż *vox populi* odpowiada prosto i nie wypada się z nim nie zgodzić – mianowicie, że biblioterapeutą może być „każda wrażliwa osoba z pewną eksperymentalną wiedzą i podstawowym zrozumieniem procesów grupowych”. Tak przynajmniej wynika z ankiet przeprowadzonych w Europie w latach siedemdziesiątych XX wieku. (E. Tomasik, 1994, s. 26).

## **Bibliografia:**

- (W. Szulc, 1994) – Wita Szulc, *Kulturoterapia. Wykorzystywanie sztuki i działalności kulturalno-oświatowej w leczeniu*, Wydawnictwo Uczelniane Akademii Medycznej im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu, Poznań 1994, s. 31-51.
- (E.Ringel, 1992) – Erwin Ringel, *Nerwica a samozniszczenie*, tłum. S. Lachowski, Warszawa 1992, s. 162-176.
- (I.Borecka, 1992) – Irena Borecka, *Biblioterapia – nowa szansa książki*, Olsztyn 1992, s. 53-54.
- (Norwid, 1973) – Cyprian Kamil Norwid, *Pisma wierszem i prozą*, wybrał i wstępem opatrzył Julian W.Gomulicki, Warszawa 1973, s. 26 i 138.
- (J.Aleksandrowicz, 1973) – Julian Aleksandrowicz, *Literatura a zdrowie społeczeństwa*, Warszawa-Kraków 1973, s. 3-16.
- (A.Szczeklik, 2003) – Andrzej Szczeklik, *Katharsis. O uzdrowicielskiej mocy natury i sztuki*, Kraków 2003, s. 53-63.

- (W.Kozakiewicz, 1968) – Wanda Kozakiewicz, Bożena Brzózka, *Biblioteka szpitalna dla pacjentów. Poradnik*, Warszawa 1968, s.73-75.
- (E.Tomasik, 1994) – Ewa Tomasik, *Czytelnictwo i biblioterapia w pedagogice specjalnej*, Warszawa 1994, s. 9-33.
- (S.Blackburn, 2002) – Simon Blackburn, *Sens dobra. Wprowadzenie do etyki*, przeł. T. Chawziuk, Poznań 2002.
- (E.Tomasik, 1997) – Ewa Tomasik, *Wymagania stawiane biblioterapeucie w modelu biblioterapii wychowawczej*, w: *Biblioterapeuta. W poszukiwaniu tożsamości zawodowej. Materiały z konferencji 18 kwietnia 1997 roku*, red. K. Hrycyk, Wrocław 1997, s. 105-114.
- (I.Borecka, 1997) – Irena Borecka, *Biblioterapeuta, czyli chodzący po linie*, w: *Biblioterapeuta. W poszukiwaniu tożsamości zawodowej. Materiały z konferencji 18 kwietnia 1997 roku*, red. K. Hrycyk, Wrocław 1997, s. 115-127.

## Rozdział 11.

### Uczestnicy biblioterapii – ogólna charakterystyka

*(Wiktor Czernianin)*

Wszelkie działania terapeutyczne muszą być zawsze poprzedzone wnikliwą diagnozą uczestnika biblioterapii. Najlepiej, gdy rozpoczyna się ona od anamnezy (wywiadu lekarskiego) dokonanej przez lekarza prowadzącego. To z jego obserwacji i wniosków wyciąga biblioterapeuta istotne informacje o stanie zdrowia – w tym przypadku – osoby hospitalizowanej. Natomiast w przypadku wychowanka, ucznia potrzebna jest zarówno opinia lekarza, jak i wychowawcy, nauczycieli oraz informacje szkolnego pedagoga lub psychologa, także własna obserwacja oparta na diagnozie pedagogicznej, polegającej na rozpoznawaniu za pomocą metod i technik pedagogicznych (także psychologicznych) przyczyn trudności w uczeniu się oraz niewłaściwego, tzn. niezgodnego z przyjętymi normami społecznymi zachowania w różnych sytuacjach. W procesie biblioterapeutycznym – oprócz postawienie diagnozy, czyli rozpoznanie problemów uczestnika biblioterapii – ważny jest także odpowiedni dobór literatury, który ściśle wiąże się z daną sytuacją terapeutyczną. Istotne jest również to, aby przewidzieć skutki zaplanowanego działania terapeutycznego.

Przedmiotem rozdziału jest ogólna charakterystyka głównych typów osób poddawanych leczeniu w procesie biblioterapii. Charakterystyka ta oparta jest dosłownie na publikowanych już wynikach badań psychologów, zaadaptowanych tutaj dla potrzeb biblioterapeutów.

#### **I. Uczestnicy biblioterapii z zaburzeniami emocjonalnymi**

I tak biblioterapia może przeciwdziałać przede wszystkim emocjom wywierającym niekorzystny wpływ na samopoczucie, stan zdrowia, kontakty społeczne z otoczeniem. Dlatego jej użytkownikami będą, po pierwsze, osoby z zaburzeniami e m o c j o n a l n y m i . Techniki odreagowywania szkodliwych emocji określane są w biblioterapii mianem katarctycznych, czyli „oczyszczających”. Ich zastosowanie najpierw w psychoterapii, której biblioterapia jest także częścią, zostało zainicjowane (rzecz znana) przez Zygmunta Freuda – twórcę psychoanalizy, który posługiwał się nimi dla ujawniania i rozładowywania

przeżyć urazowych oraz popędów stłumionych i zepchniętych do podświadomości.<sup>1</sup> W odniesieniu do emocji, biblioterapia może spełniać funkcję stymulacyjną. Polega ona na wzbudzaniu emocji wywierających korzystny wpływ na samopoczucie oraz procesy zachodzące w organizmie. Utwory literackie z całą pewnością mogą wzbudzać uczucia przeciwdziałające przygnębieniu i depresji. Zatem za podstawę psychologiczną leczenia tej grupy użytkowników biblioterapii – można przyjąć teorię emocji. W związku z tym, przypomnijmy sobie takie oczywistości, że wśród emocji wyróżnić można te o znaku ujemnym i te o znaku dodatnim. Emocje o znaku dodatnim przejawiają się w występowaniu subiektywnych przyjemnych doznań dla przeżywającej je osoby. Emocje o znaku ujemnym są związane z przykrymi przeżyciami. Zgodnie z założeniami teorii emocji nawiązującej do filozoficznych podstaw hedonizmu, zasadniczą właściwością człowieka jest dążenie do doznawania emocji o znaku dodatnim (są to np. przyjemności zmysłowe, wesołość, radość, nadzieja) oraz unikania emocji o znaku ujemnym (np. smutku, depresji, lęku, niepokoju). Funkcję katarsyczną przy „oczyszczaniu” psychiki z emocji o znaku ujemnym może spełniać wypieranie ich przez emocje o znaku dodatnim. W tej funkcji wykorzystywany jest w biblioterapii, np. humor. Służy temu lektura utworów komediowych, satyrycznych, dowcipów. Wpływają one korzystnie na samopoczucie, rozładują stany przygnębienia lub zdenerwowania. Wesołość pobudzana humorem powoduje też osłabienie natężenia skłonności agresywnych. Funkcja stymulacyjna przejawia się także we wzbudzaniu dodatnich emocji. Na przykład u osób niepełnosprawnych oraz przewlekle chorych funkcję taką spełniają biografie osób, które mimo defektów organicznych lub chorób przejawiały optymizm i aktywną postawę wobec życia. Lektura takich książek wzbudza nadzieję oraz gotowość przewycięzania trudności wywołanych inwalidztwem lub chorobą. Jest to związane z tym, że emocje o znaku dodatnim spełniają na ogół pozytywną funkcję regulacyjną, natomiast emocje o znaku ujemnym oddziałują niekorzystnie na samopoczucie oraz związane z nim procesy fizjologiczne. Zaburzenia emocjonalne występują przede wszystkim u dzieci, a więc u potencjalnie największej grupie użytkowników biblioterapii. Występują one zwłaszcza u dzieci chorych, z różnymi formami niepełnosprawności fizycznej czy obniżonej sprawności intelektualnej. Ze względu na specyficzną sytuację życiową tych dzieci, takie współwystępowanie jest bardzo częste. Emocje są tą wewnętrzną siłą nad którą dzieci przejawiające zaburzenia nie są w stanie zapanować. Siła ta skłania je do zachowań nieracjonalnych, nieadekwatnych do sytuacji, niekorzystnych dla innych ludzi. U dziecka, w którego doświadczeniu życiowym przeważają emocje nieprzyjemne – które żyje w atmosferze konfliktów, braku poczucia bezpieczeństwa, nadmiernych wymagań, krytyk, częstych

---

<sup>1</sup> Z. Skorny, *Teorie psychologiczne jako podstawa arteterapii*, „Arteterapia II”. Zeszyty Naukowe Akademii Muzycznej we Wrocławiu, nr 52. Wrocław 1990, s. 21.



kar – rozwój emocjonalny nie będzie przebiegał prawidłowo. Jednakże tak jak człowiek wraz ze wszystkimi jego procesami psychicznymi podlega rozwojowi, tak i emocje zmieniają się w toku życia, stają się coraz dojrzsze, coraz lepiej spełniają swoją funkcję. Właśnie tę prawidłowość wykorzystuje biblioterapia. Biblioterapeuta powinien znać książki zasługujące na ich rekomendację czytelnikom małym i dorosłym przejawiającym zaburzenia emocjonalne<sup>2</sup>. Bywa w tym celu wykorzystywana literatura piękna, biografie, autobiografie, powieści, bajki, nowele itd. dostarczające przykładów świadczących o tym, że mimo doznanych niepowodzeń, mimo posiadanych defektów, nie muszą one wywoływać agresji lub depresji, lecz powodować zwiększenie wysiłków umożliwiających normalne życie i sprawne wykonywanie zadań wynikających z roli społecznej. Wzory literackie to modele zachowań ukazujące przykłady przebaczenia i gotowości do pojednania, nie zaś, np. szukania zemsty za doznane krzywdy. Funkcję terapeutyczną spełniają również książki o treści filozoficznej, sprzyjające zachowaniu wewnętrznego spokoju, pogody ducha, zadowolenia z życia. Funkcję taką spełniają m.in. refleksje filozoficzne, które mają przygotować do znoszenia ciężarów życia, urazów i niepowodzeń, budować optymistyczne nastawienie do życia i ludzi, zachowywać pewien dystans wobec siebie, ludzi, świata i biegu zdarzeń, ćwiczyć się w panowaniu nad uczuciami i wyobraźnią.<sup>3</sup> Lektura tego rodzaju sentencji sprzyja rozładowaniu stanów napięcia emocjonalnego, wpływa na zmianę struktury osobowości oraz na ukształtowanie się jej cech spełniających pozytywną funkcję regulacyjną. Oddziałując terapeutycznie na przeżycia depresji lub różne zaburzenia emocjonalne, przeciwdziałają stanom izolacji i zahamowania aktywności społecznej.

## II. Uczestnicy biblioterapii nieprzystosowani społecznie

Drugą, typową grupę użytkowników biblioterapii stanowią osoby nieprzystosowane społecznie. Przyczyną nieprzystosowania może być brak kontaktów uczuciowych z rodzicami, rodzeństwem, kolegami, brak poczucia bezpieczeństwa wywołany częstymi konfliktami występującymi w domu rodzinnym, zbytne ograniczanie samodzielności, brak uznania społecznego ze strony otoczenia. Podobne mogą być przyczyny nieprzystosowania młodzieży i człowieka dorosłego. Za psychologiczną podstawę leczenia może posłużyć w przypadku tej grupy użytkowników biblioterapii tzw. psychologia humanistyczna – wskazująca na ważną funkcję potrzeby samorealizacji, potrzeby sensu życia, potrzeby kontaktów społecznych. Sprzyjać temu może zainteresowanie użytkowników biblioterapii określoną formą działalności artystycznej rozbudzane

<sup>2</sup> I. Borecka, *Biblioterapia – nowa szansa książki*, SBP, Olsztyn 1992.

<sup>3</sup> Siek Stanisław, *Autopsychoterapia*, ATK, Warszawa 1985..., op. cit.

za jej pośrednictwem oraz czynne uczestnictwo w działalności twórczej. Bywa wyrażany pogląd, że twórczość artystyczna ludzi niepełnosprawnych oraz przewlekle chorych jest wyrazem występujących u nich dewiacji osobowości, lęków, stanów depresji, zdeformowanego obrazu świata. Tego rodzaju wytwory choćby nawet pozbawione wartości artystycznej, mogą jednak spełniać i spełniają pozytywną funkcję terapeutyczną umożliwiając np. rozładowanie przykrych stanów napięcia emocjonalnego. Można przyjąć również istnienie drugiego mechanizmu stymulującego rozwój twórczości artystycznej osób niepełnosprawnych i przewlekle chorych. U jego źródeł tkwi potrzeba samorealizacji, która mogła być zaspokojona dopiero w chorobie lub inwalidztwie, wyzwalające potencjalne możliwości twórcze występujące dotychczas w formie utajonej. Zaspokojenie tych potrzeb będzie zatem warunkiem ich przystosowania. Przejawem przystosowania będą prawidłowe kontakty z bliskimi osobami, poczucie bezpieczeństwa, nie ograniczana zbyt samodzielną, zachowanie pozytywnie oceniane przez otoczenie.

### **III. Uczestnicy biblioterapii z poczuciem mniejszej wartości**

Trzecią grupę użytkowników biblioterapii stanowią osoby z poczuciem mniejszej wartości określanym też mianem poczucia niższości. Za psychologiczną podstawę ich leczenia w biblioterapii może posłużyć tzw. psychologia indywidualna. Jest ona jednym z kierunków psychologii głębi, zakładającej istnienie zależności ludzkiego działania od procesów zachodzących w podświadomości. Jednym z powodów wytwarzania się poczucia mniejszej wartości w podświadomości są np. niepełnowartościowe narządy będące następstwem wrodzonych wad rozwojowych oraz defektów spowodowanych doznanymi urazami lub przebytymi chorobami. Mogą to być defekty narządów ruchu lub narządów zmysłowych. Poczucie mniejszej wartości przejawia się w przekonaniu, że doznająca je osoba jest słabsza, gorsza od innych ludzi pod względem sprawności fizycznej, wydolności wysiłkowej, urody. Ma to swój odpowiednik w zaniżonej samoocenie. Wytwarza się ona w procesie waloryzacji interpersonalnej polegającym na porównaniu poziomu rozwoju własnych cech indywidualnych z cechami posiadanymi przez innych ludzi. Poczucie mniejszej wartości wpływa niekorzystnie na samopoczucie danej osoby, sprzyja wytworzeniu się u niej stanów przygnębienia i depresji. Oddziałują one hamująco na przejawiane przez nią formy aktywności oraz powoduje jej izolację społeczną. Należy przy tym zaznaczyć, że zaniżona samoocena oraz powstałe na jej podłożu poczucie mniejszej wartości, nie pozostają w prostej zależności od posiadanych cech, lecz zależą od ich subiektywnej percepcji. U jednego człowieka poważny defekt nie powoduje wytworzenia się poczucia mniejszej wartości; u drugiego zaś drobna, niezauważalna nieraz przez otoczenie ułomność jest źródłem głębokiego kompleksu niższości. Zatem korygując poczucie

mniejszej wartości, zaniżoną samoocenę, należy znać ich uwarunkowania, aby móc dobrać dostosowane do nich, najskuteczniejsze formy biblioterapii. Poczucie mniejszej wartości może uruchamiać mechanizm kompensacji spełniający pozytywną funkcję regulacyjną. Kompensacja przejawia się w dążeniu do wyrównania swych braków i niepowodzeń doświadczanych w jednej dziedzinie przez sukcesy osiągnięte w innych formach aktywności, dzięki intensywnemu ćwiczeniu i doskonaleniu określonych funkcji psychicznych oraz związanych z nimi umiejętności. Mechanizm kompensacji mają uruchamiać różne rodzaje biblioterapii polegające na uaktywnieniu użytkownika w określonych jej formach. Przyczynia się ona do dowartościowania osoby niepełnosprawnej przez podwyższenie jej samooceny, właściwości indywidualnych związanych z daną formą aktywności artystycznej. Jeśli np. użytkownik biblioterapii wykazujący określone defekty organiczne uczestniczy w działalności zespołu dramatycznego lub pantomimicznego, jest autorem wierszy lub innych utworów literackich, może dojść w danej dziedzinie do osiągnięć wywołujących akceptację i podziw otoczenia. Sprzyja to dowartościowaniu go oraz przezwyciężeniu poczucia mniejszej wartości wywołanego defektem fizycznym lub nieatrakcyjnym wyglądem zewnętrznym.

#### **IV. Uczestnicy biblioterapii dotknięci deprivacją czynnościową**

Czwarty typ użytkowników biblioterapii stanowią osoby dotknięte deprivacją czynnościową i związanym z tym dyskomfortem psychicznym wywołanym właśnie beczynnością oraz izolacją. Deprivacja czynnościowa bywa spowodowana przewlekłą chorobą lub inwalidztwem, występuje też u osób przechodzących na rentę lub emeryturę. Unieruchomienie, długotrwały pobyt w szpitalu lub innym zakładzie leczniczym pociąga za sobą brak możliwości wykonywania szeregu czynności oraz kontaktowanie się z osobami bliskimi. Za psychologiczną podstawę przeciwdziałania w biblioterapii takiemu stanowi rzeczy może posłużyć tzw. teoria czynności, traktująca człowieka jako istotę aktywną, uczestniczącą w różnych formach działania, np. w ujęciu Jana Strelaua. Puste pole działania wywołane przymusową beczynnością i monotonią życia szpitalnego oraz towarzysząca im nuda sprzyja występowaniu myśli o chorobie, lęku przed śmiercią, obaw o przyszłość własną i rodziny. Jak pisze Hans Selye w książce *Stres okiełznany*: „niewiele rzeczy jest równie frustrujących, jak zupełna beczynność, nieobecność jakichkolwiek bodźców, jakichkolwiek zadań, do których można by się jakoś ustosunkować. [Autor obserwował] niezliczone przykłady tej prawidłowości u nieuleczalnie chorych pacjentów. Ci spośród nich, którzy szukali ulgi w całkowitym odpoczynku, cierpieli najbardziej, ponieważ nie mogli w ten sposób przestać myśleć o swojej beznadziejnej przyszłości, gdy tymczasem ci, którym udało się żyć aktywnie

możliwie najdłużej, czerpali siły z rozwiązywania wielu drobnych problemów życia codziennego, które odwracały ich myśli od bardziej ponurych spraw”.<sup>4</sup> Z kolei osoby przechodzące na rentę lub emeryturę, jeśli nie posiadają zainteresowań pozazawodowych oraz nie dysponują środkami materialnymi umożliwiającymi uczestniczenie w różnych formach życia kulturalnego, wówczas wytwarza się u nich stan deprivacji czynnościowej. Może on być szczególnie dolegliwy u mężczyzn w wieku starszym, gdyż kobiety po przejściu na rentę lub emeryturę wykonują nadal szereg czynności związanych z prowadzeniem domu. W odniesieniu do wyżej wymienionych osób oraz poddanych leczeniu i postępowaniu rewalidacyjnemu w szpitalach oraz w różnych zakładach rehabilitacyjnych może być zastosowana biblioterapia. Może ona sprzyjać wypełnieniu ich „czasu pustego” przeciwdziałając w ten sposób występowaniu u nich stanów przygnębienia, depresji, lęków związanych z przykrymi oczekiwaniami dotyczącymi własnej przyszłości oraz stanu zdrowia. Funkcja biblioterapii polega tu również na rozbudzeniu zainteresowań sztuką oraz kontynuowania zainspirowanego w ten sposób uczestnictwa w określonej formie działalności kulturalnej, także po zakończeniu postępowania terapeutycznego. Pacjent uczestniczący w biblioterapii zaczyna spontanicznie interesować się literaturą piękną, poszukuje nowych książek, wzbogaca swój księgozbiór, próbuje pisać wiersze lub inne utwory literackie. Umożliwia to wypracowanie przyjemnych dlań sposobów spędzania czasu wolnego oraz przeciwdziałania występowaniu przykrych stanów emocjonalnych wywołanych doznanyymi frustracjami.

## V. Uczestnicy biblioterapii z upośledzeniem umysłowym w stopniu lekkim

Wreszcie piąta grupa głównych użytkowników biblioterapii to osoby upośledzone umysłowo w stopniu lekkim. Czytanie i pisanie zalicza się do podstawowych umiejętności współczesnego człowieka, mających zastosowanie w każdej niemal dziedzinie życia. Ale poznawanie czytanego tekstu jest procesem złożonym, wieloetapowym, doprowadzającym czytelnika do zrozumienia poszczególnych warstw tekstu. Stwierdzić można, że osoby którym czytanie sprawia trudność, rzadko sięgają po książki z zakresu literatury pięknej, a zatem pozbawione są zawartych w literaturze wartości. Na przykład gdy chodzi o dzieci upośledzone umysłowo w stopniu lekkim, to rzecz jasna ze względu na specyfikę procesów poznawczych i psychicznych uwarunkowanych oligofrenią – opanowanie umiejętności czytania przez takie dzieci jest znacznie utrudnione.

<sup>4</sup> H. Selye, *Stres okielznany*, przekł. T. Zalewski, przedm. W. Dega, PIW, Warszawa 1978, s.128.

Natomiast rola książki w procesie ich rewalidacji bardzo duża.<sup>5</sup> Zróżnicowanie poziomu umiejętności czytania i pisania związane jest u dzieci upośledzonych umysłowo w stopniu lekkim z poziomem rozwoju elementarnych funkcji percepcyjno-motorycznych, w szczególności percepcji wzrokowej, precyzji ruchów oraz słuchowego zróżnicowania głosek. W kontakcie z książką biorą udział różne procesy rozwojowe, m.in. orientacyjno-poznawcze, myślowe i emocjonalne. Z analizy literatury przedmiotu oraz wyników badań empirycznych dotyczących czytelnictwa jednostek upośledzonych umysłowo, wynika szereg wniosków i postulatów ważnych dla biblioterapii takich dzieci, a mianowicie - dobierając dla dziecka książki powinno się zwracać uwagę na ich wartości: poznawcze, wychowawcze i artystyczne, gdyż dziecko samo nie potrafi jeszcze ocenić tych wartości; - stwierdzono, że o poziomie artystycznym książki decyduje również szata graficzna, poziom ilustracji i ich przystosowanie do poziomu umysłowego dziecka; - dzieci upośledzone umysłowo wolą książki z ilustracjami, tłumaczącymi słowa tekstu na język bardziej dla nich zrozumiały, konkretny, poglądowy; - czytelnikom upośledzonym umysłowo powinno się udostępniać książki napisane prosto, krótkimi zdaniami, łatwe w odbiorze; - zainteresowania czytelnicze u jednostek upośledzonych umysłowo różnią się nie tylko w zależności od wieku, płci, ale także od środowiska.<sup>6</sup>

Na podstawie dotychczasowych ustaleń można stwierdzić, że kontrastowe różnice w typach użytkowników biblioterapii, tj. chorzy – zdrowi, określają też różnice w celu samej biblioterapii, mianowicie: leczenie – osiągnięcie celu wychowawczego, samorealizacja. A także różnice w funkcji i roli biblioterapeuty, odpowiednio: terapeuta – prowadzący dyskusję pedagog. Tym samym różnice te decydują jaki rodzaj biblioterapii zostanie zrealizowany, tzn. biblioterapia kliniczna, czy wychowawcza. Rozróżnienia te nie dotyczą literatury z której się korzysta.

## VI. Zakończenie

W zakończeniu – nawiązując do przedstawionych wyżej psychologicznych charakterystyk poszczególnych uczestników biblioterapii – rozważymy uwarunkowania społeczno-prawne człowieka niepełnosprawnego, czy mówiąc precyzyjniej człowieka z niesprawnością, jeśli przyjmijemy terminologię amerykańską. W niej to świadomie akcentuje się rolę Człowieka (z dużej litery), podkreślając fakt, że każda osoba niezależnie od choroby, defektu fizycznego, starości, zakłóceń w funkcjonowaniu intelektualnym lub psychicznym, pozostaje zawsze osobą, bytem, podmiotem uprawnionym do równych

---

<sup>5</sup> H. Borzyszkowska, *Rola książki w życiu i procesie rewalidacji dzieci i młodzieży upośledzonej umysłowo w stopniu lekkim*, w: Dziecko niepełnosprawne w bibliotece, SBP, Warszawa 1996, s. 16.

<sup>6</sup> Tamże.

praw, godności i szacunku.<sup>7</sup> Niepełnosprawność obraca się więc w sferze akcydensów, przypadłości i nie narusza w niczym godności człowieka. Nawiązując do dokumentów Światowej Organizacji Zdrowia należy rozróżnić: „uszkodzenie” (impairment) pojmowane w kategoriach biomedycznych; „niepełnosprawność” (disability) rozumianą jako ograniczenie w wykonywaniu pewnych czynności; i „upośledzenie” (handicap) określające sytuację, w której posiadane ograniczenia uniemożliwiają jednostce pełnienie podstawowych ról społecznych.<sup>8</sup> Za osobę niepełnosprawną uznała WHO (World Health Organization) osobę o naruszonej sprawności lub aktywności w stopniu utrudniającym pełnienie dla niej właściwych ról społecznych. Osoby z niepełnosprawnościami na równi ze zdrowymi mają prawo do pełnego uczestnictwa w życiu. Mają też prawo do leczenia i rehabilitacji rozumianej jako „kompleksowe”, zespołowe działanie czy postępowanie w odniesieniu do osób niepełnosprawnych psychicznie i fizycznie (na skutek wad wrodzonych, schorzeń, urazów), które ma na celu przywrócenie tym osobom pełnej lub maksymalnej do osiągnięcia sprawności fizycznej i psychicznej, zdolności do pracy i zarobkowania oraz zdolności do brania czynnego udziału w życiu społecznym.<sup>9</sup>

## **Bibliografia:**

- Z. Skorny, *Teorie psychologiczne jako podstawa arteterapii*, w: „Arteterapia II”. Zeszyty Naukowe Akademii Muzycznej we Wrocławiu, nr 52. Wrocław 1990.
- S. Siek, *Autopsychoterapia*, ATK, Warszawa 1985.
- F. Czajkowski, *Wybrane problemy z metodologii bibliotekarstwa specjalistycznego*, w: *Biblioterapeuta. W poszukiwaniu tożsamości zawodowej. Materiały z konferencji naukowej*, pod red. K. Rycyk, SKIBA, Wrocław 1997.
- H. Selye, *Stres okiełznany*, przekł. T. Zalewski, przedm. W. Dega, PIW, Warszawa 1978.
- H. Borzyszkowska, *Rola książki w życiu i procesie rewalidacji dzieci i młodzieży upośledzonej umysłowo w stopniu lekkim*, w: *Dziecko niepełnosprawne w bibliotece*, SBP, Warszawa 1996.
- I. Borecka, *Biblioterapia – nowa szansa książki*, SBP, Olsztyn 1992.

---

<sup>7</sup> F. Czajkowski, *Wybrane problemy z metodologii bibliotekarstwa specjalistycznego*, w: *Biblioterapeuta. W poszukiwaniu tożsamości zawodowej. Materiały z konferencji naukowej*, pod red. K. Rycyk, SKIBA, Wrocław 1997, S. 100.

<sup>8</sup> Tamże.

<sup>9</sup> Tamże.

## Rozdział 12.

### Warsztat podręczny biblioterapeuty

(Wiktor Czernianin)

Warsztat podręczny biblioterapeuty powinien stanowić księgozbiór niezbędny do prowadzenia biblioterapii. Może on składać się z dwóch części. W pierwszej znajdują się książki i inne materiały potrzebne tylko biblioterapeucie; a w drugiej te, które będą wykorzystywane do biblioterapii, zgodnie z nadrzędnymi celami terapii czytelnictwa i możliwościami percepcyjnymi jej uczestników (I. Borecka, 1998).

Zatem w pierwszej fachowej części księgozbioru znajdują się wszystkie dostępne podręczniki biblioterapii, odbitki artykułów czasopiśmienniczych czy wręcz całych numerów poświęconych zagadnieniom biblioterapii. Opracowania te można uzupełnić zestawem różnego rodzaju poradników bibliograficznych rejestrujących literaturę piękną przydatną w terapii czytelnictwa. W zbiorze tym nie może zabraknąć scenariuszy zajęć oraz nagrań muzycznych, recytacji, fragmentów sztuk teatralnych i radiowych, bajek nagranych na kasety oraz odpowiednio dobranych do celów terapeutycznych filmów fabularnych i dokumentalnych. Część materiałów można kupić w księgarniach i sklepach muzycznych, ale większość trzeba przygotować samemu na konkretne sesje. Cennymi materiałami są pamiętniki osób chorych i niepełnosprawnych, poetycka twórczość pacjentów, a także utwory dzieci i młodzieży, powstałe na różnego typu zajęciach biblioterapeutycznych, scenariusze i konspekty tych zajęć, przykładowe modele postępowania, programy biblioterapeutyczne, wzory, testy, ankiety, kwestionariusze jako narzędzia diagnostyczne biblioterapeuty.

Część z teoretycznymi podstawami biblioterapii mogą stanowić opracowania naukowe i popularnonaukowe, książki i artykuły czasopiśmiennicze. Literatura przedmiotu zwykle jest przedstawiana w nich w formie spisu na końcu publikacji. Oto przykłady takich opracowań książkowych:

1. Irena Borecka, *Biblioterapia – nowa szansa książki*, Olsztyn 1992.
2. Wanda Kozakiewicz, *Czytelnictwo chorych*, Warszawa 1968.
3. Zbigniew Skorny, *Emocje a korekcyjna funkcja biblioterapii*, Wrocław 1988.

I artykułów:

1. Franciszek Czajkowski, *O biblioterapii*, „Służba Zdrowia” 1987, nr 9.
2. Danuta Gostyńska, *Biblioterapia kliniczna i społeczna*, „Szpitalnictwo Polskie” 1972, nr 16, s. 274-277.

3. Lidia Ippoldt, *Przegląd piśmiennictwa z zakresu biblioterapii za lata 1945-1990*, cz.2, „Bibliotekarz” 1992, s. 27-30.

Oprócz teoretycznych podstaw w podręcznym księgozborze biblioterapeuty powinny znaleźć się pozycje z zakresu terapeutycznej funkcji literatury, np. Gertruda Skotnicka, *Terapeutyczna funkcja literatury. Materiały z konferencji naukowej w Wałbrzychu*, Wałbrzych 1994; oraz z zakresu zastosowania biblioterapii, np. Irena Borecka, *Metodyka pracy z czytelnikiem chorym i niepełnosprawnym*, Olsztyn 1991.

W drugiej części księgozbioru składającego się na warsztat biblioterapeuty należy gromadzić książki z literaturą piękną, zgodnie z celami terapii czytelniczej. Wyselekcjonowane książki muszą zawierać tematy bliskie czytelnikom oraz być dostosowane do problematyki poszczególnych sesji (spotkań) biblioterapeutycznych. Wszystkie książki, jakie biblioterapeuta zaleci swoim czytelnikom oraz te, którymi posłuży się w trakcie trwania sesji, muszą mu być doskonale znane. Te, które będą przedmiotem szczegółowej dyskusji w trakcie pracy terapeutycznej, powinny mieć założone dodatkowe kartoteki zagadnieniowe, kartotekę cytatów, kartotekę problemów i opinii, jakie dotychczas pojawiały się na różnych spotkaniach biblioterapeutycznych. Księgozbiór w części drugiej powinien być dostosowany do autentycznych potrzeb uczestników sesji biblioterapeutycznych. Książki najczęściej wykorzystywane w prowadzonych zajęciach - w przypadku ich większej ilości – mogą być zbibliografowane, np. w formie fiszek lub kart katalogowych, najlepiej z systemem odsyłaczy przedmiotowych, tak aby przygotowując się do poszczególnych spotkań, można było bez trudu dotrzeć do potrzebnych materiałów. Dla potrzeb bibliograficznych fiszka z literaturą terapeutyczną może mieć na przykład taki zapis: numer pozycji, nazwisko i imię autora; tytuł, dodatek do tytułu; miejsce wydania: wydawca, rok wydania; adnotację o treści książki bądź artykułu.

Książki przeznaczone do biblioterapii mogą dzielić się na trzy kategorie.

1. *Literatura faktu*, a więc teksty pisane przez ludzi, którzy osobiście przeżyli ciężką lub przewlekłą chorobę i dzielą się z czytelnikiem swoimi doświadczeniami.
2. *Literaturę beletrystyczną* z fikcją literacką ujętą w formę poezji, powieści, opowiadań i esejów. Jej wartość polega na tym, że nie tylko opisuje ludzkie doświadczenia, lecz także odwołuje się do emocji i jest wieloznaczna.
3. *Poradniki*, broszury lub podręczniki zawierające np. wskazówki: jak oduczyć się niewłaściwych zachowań zdrowotnych, jak walczyć z nałogami, jak sobie radzić z problemami dnia codziennego: stresem, bezrobociem itp.

Z kolei w przedstawionych kategoriach literatury można wydzielić pozycje tematycznie związane z terapią poszczególnych chorób. Oto przykłady z *literatury faktu* (E. Tomasik, Grażyna Kornet, 1986, s. 14):



I. Miron Białoszewski, *Zawał*, Warszawa 1977, Wyd. PIW, 200 str. Jest to książka autobiograficzna, w której autor opisuje chorobę od samego początku, kiedy jeszcze lekceważył sobie ból, uważa, że sam przejdzie, nie chce przerywać normalnego rytmu życia. Jednakże choroba jest silniejsza, toteż Białoszewski pisze: „wiem, że muszę zrezygnować natychmiast z wielu rzeczy”. Dostaje się do kliniki jako pacjent z zawałem serca. Początkowo jest leczony na oddziale intensywnej terapii, potem zostaje przeniesiony na oddział wewnętrzny. Białoszewski spożytkowuje czas swojej choroby na pisanie pamiętnika, w którym odtwarza atmosferę szpitala. Czyni to z humorem i dużym dystansem.

II. Helena Keller, *Historia mojego życia*, Warszawa 1978, Wyd. Czytelnik, 333 str. Helena Keller (1880-1968) to znana na całym świecie głuchoniewidoma pisarka i działaczka społeczna. W dziewiętnastym miesiącu życia, po ciężkiej chorobie całkowicie straciła wzrok i słuch. Dzięki wybitnemu talentowi Anny Sullivan, która siedmioletnią dziewczynkę otoczyła troskliwą opieką, Helena Keller ukończyła wyższe studia, uzyskała doktorat z filozofii, opanowała kilka języków obcych, korespondowała z wieloma wybitnymi ludźmi swojej epoki.

Wydana w 1902 roku książka składa się z trzech części. Część pierwsza jest historią życia Heleny spisaną przez nią samą. Na część drugą składają się listy z lat 1897-1901. Wyboru dokonano w ten sposób, aby zilustrować rozwój mowy i myślenia Heleny. Część trzecią stanowią listy i sprawozdania Anny Sullivan dotyczące rozwoju Heleny oraz rozważania na temat jej osobowości i nauki. Poza tym książka zawiera wiele cennych wskazówek, które mogą być wykorzystane w nauczaniu mowy dzieci głuchych. Szczegółowe znaczenie ma tu rozwój czytelnictwa.

III. Michał Lewandowski, *Po wyroku*, Warszawa 1971, Wyd. Czytelnik, 150 str. Autor, ukrywający się pod pseudonimem Michał Lewandowski, jest więźniem długoterminowym. Ma za sobą kilka zakładów karnych, wielokrotnie zmieniał celę. W książce znajdują się opisy więzienia, porządku dnia, wyżywienia, ubrania, jak i rozważania nad znaczeniem możliwości pracy produkcyjnej czy działalności kulturalno-oświatowej. Szczególnie plastycznie autor opisał wieczór artystyczny pt. *Lira Orfeja*, na który złożył się montaż słowno-muzyczny utworów Chopina i wierszy Norwida.

Na osobną uwagę zasługuje dokumentalna książka Catalina Bursaciego, *Pierwsza książka, ostatnia książka*, Warszawa 1982, 291 str., wydana pośmiertnie przez matkę autora (B. Szczupał, 1996, s. 50). Pozycja ta jest, dla odmiany, przykładem literatury faktu nienadającej się do celów biblioterapeutycznych. Autorem książki jest siedemnastoletni Rumun. Książka składa się z dwóch części. Pierwszą stanowią notatki, listy, wiersze, próby powieściowe i szkice scenariuszy filmowych, drugą – dziennik chorobowy. Daje to wstrząsający kontrast: pełen fantazji, marzeń, pomysłów dorastający chłopiec

i wyniszczony psychicznie i fizycznie przez raka „emeryt” (tak siebie nazywał). Wybieganie marzeniami w przyszłość daje Catalinowi możliwość przeżycia tego, co się stanie, daje możliwość odsunięcia śmierci. Nie ma w nim, ani przez chwilę akceptacji choroby – uważa ją za niesprawiedliwość, osobistą zemstę Boga („starca”). Nieuchronność śmierci jawi mu się coraz częściej. Wreszcie rezygnuje z walki: „Nie opuszczam rąk, po prostu nie gram dłużej. Wychodzę z gry! Nie chcę już wyzdrowieć. Wtedy chciałem, ale już nie mogę.” To ból każe mu „złożyć broń” i poddać się śmierci. Jest to książka wstrząsająca i przygnębiająca. Nie powinna ona trafić do rąk człowieka chorego. Przybliża jednak biblioterapeucie świat umierającego młodego człowieka, pozwala zrozumieć jego reakcje.

Zatem nie wszystkie książki nadają się do wykorzystania w biblioterapii. Są to książki podważające zaufanie do medycyny, np. o nieudanych operacjach, opisujące szczegółowe przypadki chorobowe, przedstawiające pesymistycznie chorobę, z jaką zmagać się może czytelnik. Osoba znajdująca się w złym stanie psychicznym nie powinna czytać książki, której bohater, przeżywający podobne problemy, popełnia samobójstwo. Chory nieuleczalnie nie powinien mieć dostępu do książek rozważających problem eutanazji. Wpływ tych książek może przynieść niewłaściwe skutki wychowawcze lub zaszkodzić czytelnikowi niepełnosprawnemu, wywołując lęk i depresję.

Podsumowując, należy stwierdzić, że literatura faktu odgrywa duże znaczenie w procesie biblioterapeutycznym, zwłaszcza ta napisana przez osoby niepełnosprawne (B. Szczupał, 1996, s. 51). Piszą ją na ogół ludzie z dłuższej perspektywy czasowej, odwołując się do swych wspomnień z okresu dzieciństwa, co może ją zabarwić emocjonalnie. Literatura tego typu jest materiałem do identyfikacji i przezwyciężania konkretnych, rzeczywistych problemów życiowych. Szczególną uwagę w takiej literaturze należy zwrócić na postawy samych niepełnosprawnych, i to zarówno pod względem otoczenia społecznego, jak i względem siebie. Liczy się droga do takiej postawy, w której człowiek nie tylko akceptuje siebie w warunkach najtrudniejszych, ale także chce służyć innym. Oczywiście, że nie jest to łatwe. Ale w literaturze faktu spotykamy przykłady wielu różnych dróg wiodących jednak do tak zarysowanego celu. W warunkach bardzo trudnych ludzie decydują się na wiele rzeczy, zdobywają wykształcenie, tworzą sztukę, dokonują wyczynów sportowych.

Nieco inne podejście prezentują autorzy literatury faktu, którzy sami nie są niepełnosprawnymi, ale przez więzy rodzinne dzielą z nimi swój los. Najczęściej są to rodzice, opiekunowie. Tego typu literatura przedstawia chorobę dzieci z nieco innego punktu widzenia. Przynosi ona wiele praktycznych informacji na temat różnych form pomocy (rewalidacji, resocjalizacji, rehabilitacji). Miłość rodziców jest podstawą, na której buduje się pomyślna rewalidacja. Ona dynamizuje chore dziecko, daje mu siły do walki z chorobą, pozwala wracać do radości i poczucia szczęścia.

Teraz przedstawię kilka przykładów *literatury beletrystycznej* z fikcją literacką oddziaływującą terapeutycznie:

I. Baastad Friis Babbis, *Kjersti*, Warszawa 1967, Wyd. Nasza Księgarnia, 199 str. Powieść dla dzieci o siedmioletniej dziewczynce Kjersti, która tuż przed rozpoczęciem nauki w szkole uległa wypadkowi samochodowemu. Po leczeniu pozostała jej blizna na policzku. Dziecko przeżywa z tego powodu różne przygody w szkole. Książka norweskiej pisarki jest pełna ciepła i humoru. Może stanowić zalecaną literaturę biblioterapeutyczną. Obok Kjersti występuje tu inna chora dziewczynka, która leży w szpitalu bardzo długo, ale w stosunku do innych chorych jest pełna serdeczności i wyrozumiałości.

Biblioterapeuci (Wanda Kozakiewicz, Danuta Gostyńska) często polecają literaturę lekką rozrywkową, pogodną, nie związaną tematycznie z chorobą i szpitalem. Chcą w ten sposób odwrócić uwagę chorego od aktualnej sytuacji. Jednakże dziecko chore znacznie częściej niż zdrowe, sięga spontanicznie po literaturę z motywem choroby i kalectwa. Sama lekturowa ucieczka od choroby, choć daje potrzebne wytchnienie i relaks, nie wystarcza, może być omijaniem prawdy. Dlatego też dziecko w pewnym momencie zaczyna myśleć także o sobie, o swojej chorobie, zastanawia się nad swoją przyszłością, boi się konsekwencji choroby. Zatem literatura o chorych ma przygotować pacjenta do akceptacji jego sytuacji, ma mu ułatwić identyfikację i rozwiązanie własnych problemów, ma go wreszcie doprowadzić do katharsis i wglądu. Innymi słowy, człowiek sam musi się uporać z lękiem, bólem, które są stałymi elementami chorowania. Książki, których bohaterem jest dziecko chore często bywają adresowane do młodzieży (np. Eleanor Porter, *Pollyanna*, 1982 (wyd. org. ang. 1913) czy *Pollyanna dorasta*, 1982, (wyd. org. ang. 1915). W tej literaturze można spotkać wiele relacji o roli przyjaźni w powrocie dzieci do normalnego życia.

Również w literaturze pięknej pisanej przez autorów niepełnosprawnych (również takich o których nie wiemy, że są niepełnosprawnymi) mogą występować osoby niepełnosprawne w roli bohaterów. Wiele z tych książek opiera się na autentycznych wydarzeniach. Jeżeli jest to przy tym literatura o dużych walorach artystycznych, to może mieć wielką siłę przekonywania i kształtowania postaw względem osób niepełnosprawnych. Taki walor posiada znana książka Borysa Polewoja, *Opowieść o prawdziwym człowieku* (1967), której bohaterem jest pilot z amputowanymi nogami.

Odrębnego potraktowania wymaga wypowiedź poetycka. W poezji - ze względu na jej osobisty ton, intymność i liryzm - tkwią wielkie walory terapeutyczne. Stąd twórczość poetów niepełnosprawnych zasługuje na całościowe wykorzystanie do celów biblioterapii.

Podsumowując część o literaturze beletrystycznej trzeba powiedzieć, że najważniejszym jej oddziaływaniem terapeutycznym jest postawienie problemu biernej lub

czynnej akceptacji choroby, wykorzystanie jej dla dobra swego i innych. Projektując zatem działania biblioterapeutyczne, należy zwracać uwagę na powiązanie ze sobą sprawy akceptacji siebie w warunkach choroby i kalectwa oraz życia dla innych.

Pozostała jeszcze trzecia kategoria piśmiennictwa, mianowicie *literatura poradnikowa*. Chodzi tu o piśmiennictwo, zwane także literaturą popularnonaukową, zawierające zalecany sposób radzenia sobie z różnymi problemami życiowymi, społecznymi, obyczajowymi. Życie współczesnego człowieka obfituje w sytuacje trudne. W Polsce od kilku lat tych sytuacji jest coraz więcej. Zmiany zachodzące w systemie gospodarczym spowodowały, że lawinowo narosły czynniki stresotwórcze (E. B. Zybert, 1999). Problemy socjalne, brak mieszkań, bezrobocie, duże obciążenia w miejscu pracy, wzrost wymagań kwalifikacyjnych powodują, że człowiek żyje w ciągłym napięciu, usiłując sprostać rosnącym wymaganiom. Stres wywołuje duże zmiany w ludzkim działaniu, wpływa na sposób myślenia i uczucia. Długotrwały stres pozostawia również ślady w fizycznym funkcjonowaniu organizmu. Objawem są zaburzenia psychosomatyczne. Biblioterapia może łagodzić skutki stresu, zalecając na przykład odpowiednie poradniki z następujących dziedzin, np. dbałość o zdrowie i dobre samopoczucie, czyli książki o ćwiczeniach fizycznych, prawidłowym odżywianiu, unikaniu szkodliwych nawyków, roli snu – książka Kirsta Alix, *Jak przezwyciężyć stres: książka o sposobach odpoczynku i pozytywnym podejściu do życia*, przekład R. J. Gałkowiec, Warszawa 1997.

Reasumując, przedstawiony tu warsztat podręczny biblioterapeuty powinien zawierać różne materiały pomocnicze do prowadzenia zajęć. Księgozbiór – jako najistotniejsza część tego warsztatu – powinien być gromadzony z zamysłem pełnego zbioru literatury fachowej z dziedziny biblioterapii. Nadto musi być pomyślany jako przewodnik bibliograficzny po literaturze *faktu, beletrystycznej i poradnikowej* związanej tematycznie z zagadnieniami biblioterapeutycznymi.

Zatem warsztat podręczny biblioterapeuty spełniać może następujące funkcje:

- funkcje naukowo-poznawczą, gdyż dając wybór książek i artykułów o tematyce fachowej umożliwia samokształcenie biblioterapeuty we wszystkich działach, a w szczególności: orientuje w teoretycznych podstawach biblioterapii, terapeutycznym oddziaływaniu literatury, czy zastosowaniach biblioterapii;
- funkcję metodyczną, wiele bowiem z prezentowanych książek w drugiej części księgozbioru poświęconego literaturze *faktu, beletrystycznej i poradnikowej* można wykorzystać w konkretnej pracy zajęciowej jako pozycje biblioterapeutyczne, tj. np. jako wzorce do naśladowania w konkretnych sytuacjach i to zarówno wzorce osobowe, jak i wzory określonych działań.

Toteż głównym celem tworzenia warsztatu podręcznego biblioterapeuty będzie zawsze dobranie takich książek i materiałów, które by w najdoskonalszy sposób spełniały te funkcje.

### **Literatura:**

- (I. Borecka, 1998) - Irena Borecka, *Biblioterapia w szkole. Poradnik*, Legnica 1998.
- (E. Tomasiak, G. Kornet, 1986) - Ewa Tomasiak, Grażyna Kornet, *Zagadnienia pedagogiki specjalnej w literaturze. Przewodnik bibliograficzny*, Warszawa 1986,1999.
- (B. Szczupał) - Bernadeta Szczupał, *Dobór materiałów do zajęć biblioterapeutycznych z dziećmi niepełnosprawnymi*, w: *Dziecko niepełnosprawne w bibliotece*, Warszawa 1996.
- (E.B. Zybert, 1999) - *Stres, bezrobocie, rozwód*, pod red. E.B. Zybert, Warszawa 1999.
- (Irena Borecka, 2001) - Irena Borecka, *Biblioterapia. Teoria i praktyka. Poradnik*, Warszawa 2001.
- Małgorzata Czerwińska, *Niepełnosprawność i osoba niepełnosprawna w polskojęzycznej literaturze pięknej i naukowej. Bibliograficzny warsztat biblioterapeuty*, Warszawa 2002.
- Małgorzata Fedorowicz, *Specjalne materiały czytelnicze dla osób niepełnosprawnych. Zarys dziejów – formy – obieg społeczny*, Toruń 2002.



## Rozdział 13.

### Metody i techniki działania biblioterapeutycznego

(Wiktor Czernianin)

W procesie biblioterapeutycznym istotne są: postawienie diagnozy, czyli rozpoznanie problemów uczestnika biblioterapii, oraz odpowiedni dobór literatury, który ściśle wiąże się z daną sytuacją terapeutyczną. Ważne jest, aby przewidzieć skutki zaplanowanego działania terapeutycznego.

Postępowanie biblioterapeutyczne może mieć formę indywidualną - biblioterapia indywidualna – czyli jest to kontakt biblioterapeuty z jedną osobą, oraz formę zbiorową – biblioterapia grupowa, która polega na wspólnej recepcji tekstu odczytywanego przez prowadzącego zajęcia. Biblioterapia grupowa to działanie skierowane do osób o podobnych profilach metrykalnych czy problemowych, np. gimnazjalistów, młodzieży zagrożonej patologią itp.(E. J. Konieczna, 2005, s. 14).

#### I. I etap działania. Diagnoza uczestnika biblioterapii

Wszelkie działania terapeutyczne muszą być zawsze poprzedzone wnikliwą diagnozą uczestnika biblioterapii. Najlepiej, gdy rozpoczyna się ona od anamnezy (wywiadu lekarskiego) dokonanej przez lekarza prowadzącego. To z jego obserwacji i wniosków wyciąga biblioterapeuta istotne informacje o stanie zdrowia – w tym przypadku – osoby hospitalizowanej.

Natomiast w przypadku wychowanka potrzebna jest zarówno opinia lekarza, jak i wychowawcy, nauczycieli oraz informacje szkolnego pedagoga lub psychologa, także własna obserwacja oparta na diagnozie pedagogicznej, polegającej na rozpoznawaniu za pomocą metod i technik pedagogicznych (także psychologicznych) przyczyn trudności w uczeniu się oraz niewłaściwego, tzn. niezgodnego z przyjętymi normami społecznymi zachowania w różnych sytuacjach.

Narzędziem diagnostycznym ułatwiającym zadanie może być „kwestionariusz wywiadu” dotyczący np. ucznia w szkole opracowany przez Irenę Borecką (I. Borecka, 1998, s. 78). Oto co zawiera:

*Dane o respondencie*

Wiek

Płeć

Klasa (szkoła)

Miejsce zamieszkania (wieś, miasto)

1. Jak często chorujesz? (właściwe podkreśl):
  - raz w miesiącu
  - kilka razy w roku
  - raz w roku
2. Ostatnio chorowałeś na (wymień rodzaj lub nazwę choroby).
3. Leczone Cię (właściwe podkreśl):
  - w domu
  - szpitalu
4. Czy przebywałeś w sanatorium (właściwe podkreśl):
  - tak
  - nie
5. Jeśli kiedykolwiek byłeś pacjentem szpitala lub innej placówki leczniczej, to czy korzystałeś (właściwe podkreśl):
  - z biblioteki szpitalnej
  - z własnych zbiorów
  - z książek współpacjenta

Jeśli pamiętasz ich tytuły, to wymień je. Jeśli masz ochotę, napisz też dlaczego je przeczytałeś.
6. Kiedy jesteś zdrowy, to swój wolny czas lubisz spędzać na (właściwe podkreśl):
  - zabawach z kolegami
  - grach komputerowych
  - słuchaniu muzyki
  - oglądaniu telewizji
  - czytaniu książek
  - czytaniu czasopism
7. Wymień tytuły Twoich ulubionych książek.
8. Najbardziej interesujesz się (właściwe podkreśl i jeśli masz inne zainteresowania niż wymienione – dopisz je):
  - sportem
  - turystyką
  - muzyką
  - tańcem



- literaturą
- teatrem
- inne...

Zatem czynnością wstępną przy diagnozowaniu jest zawsze rozmowa, która pozwala zorientować się biblioterapeucie w chorobie, niesprawności lub problemach uczestnika biblioterapii.

Innym narzędziem diagnostycznym może być obserwacja uczestnicząca, np. ucznia w szkole, którą biblioterapeuta zapisuje według następującego planu obserwacji (I. Borecka, 1998, s. 79).

Zwrócenie uwagi na:

- stan zdrowia dziecka
- jego nastroje
- sposób mówienia
- zachowanie się w grupie i poza grupą

1. Analiza wypożyczeń:

- tematyka
- ilość przeczytanych książek w ciągu ostatniego kwartału, miesiąca, tygodnia

2. Opinie o uczniu:

- jego wychowawcy
- innych nauczycieli
- rodziców
- kolegów

3. Rozmowa z uczniem o:

- nastrojach
- jego zainteresowaniach
- ważnych dla niego wydarzeniach w domu i w szkole
- o planach i marzeniach

Nasza diagnoza ustala, że mogą to być zarówno dzieci, jak i dorośli, nie tylko osoby chore i niepełnosprawne, lecz osoby zdrowe w sensie medycznym, znajdujące się w trudnej sytuacji życiowej, np. uzależnione od alkoholu i narkotyków, również współuzależnione, a także więźniowie.

## **II. II etap działania biblioterapeutycznego**

Opracowywanie modelu postępowania biblioterapeutycznego, precyzowanie celu działania terapeutycznego, wybór metody odbioru tekstu literackiego, konstrukcja

scenariuszy zajęć oraz programów biblioterapeutycznych na podstawie przyjętych modeli postępowania biblioterapeutycznego

Po postawieniu diagnozy, w zależności od rodzaju grupy terapeutycznej, opracowuje się – albo przyjmuje już opracowane – odpowiednie modele postępowania biblioterapeutycznego (I. Borecka, 2001, s. 42 i n.). Na przykład w przypadku:

1. niepełnosprawnych – potrzeba modelu postępowania przeciwdziałającego poczuciu mniejszej wartości oraz modelu wspomagającego proces ich akceptacji w grupie;
2. chorych hospitalizowanych – mogą to być modele postępowania przeciwdziałającego szpitalnej nudzie, wzmacniającego ich aktywizację intelektualną;
3. uczniów o zaburzonym zachowaniu i tych, którzy weszli w kolizję z prawem – mogą uczestniczyć w takim modelu postępowania biblioterapeutycznego, który pozwoli im odkryć samego siebie i zmierzyć się z problemem dobra i zła, kary i nagrody.

Modele postępowania biblioterapeutycznego mogą opierać się na więcej niż jednym programie. Np. model postępowania w przypadku chorego z dysfunkcją narządu ruchu zmierza do:

- zaakceptowania samego siebie przez chorego, akceptacji własnej niepełnosprawności i nowej sytuacji życiowej;
- uaktywnienia i twórczej aktywności w życiu społecznym i zawodowym;
- kompensacji poprzez twórczość własną (literacką, artystyczną).

A więc trzy programy.

Przykład modelu postępowania biblioterapeutycznego wzmacniającego poczucie własnej wartości

Diagnoza:

Osoba niepełnosprawna ocenia siebie jako osobę o niskiej wartości (I. Borecka, 2001, s. 42 i n.), nieprzystosowaną do grupy, bez przyszłości zawodowej. Reaguje na swoją niepełnosprawność nastrojami – od apatii po agresję. Uważa się nad sobą, oczekuje od innych nadmiernej uwagi i wyręczania go w różnego rodzaju pracach.

W rozmowie z taką osobą biblioterapeuta zachęca ją do udziału w planowanym programie biblioterapeutycznym.

Cele terapeutyczne:

- zmiana zaburzonej hierarchii wartości,
- podniesienie samooceny,
- nauczenie wykorzystywania kompensacyjnej funkcji literatury.

Programy, scenariusze i dobór literatury:

Uzależnione są od wieku, płci i życiowych oraz czytelniczych doświadczeń uczestnika biblioterapii jego kondycji psychicznej.

W pracy z dziećmi starszymi i młodzieżą można wykorzystać biografie i wspomnienia osób dotkniętych różnego typu niepełnosprawnością, np. wybrane fragmenty następujących książek.

Metoda odbioru tekstu literackiego (tradycyjna):

1. czytanie indywidualne lub zbiorowe (niekiedy zaś tylko słuchanie) – zmierzające do uświadomienia uczestnikowi biblioterapii źródeł jego niskiej samooceny;
2. poprzez czytanie umożliwienie identyfikacji z bohaterem literackim lub sytuacją, która – przez wprowadzenie jeszcze dodatkowych form pracy z tekstem (dyskusje, dramę, techniki plastyczne) – doprowadzić może uczestnika biblioterapii do znalezienia wyjścia z własnej trudnej psychicznie sytuacji i przyczynić się do zaakceptowania własnej niepełnosprawności;
3. katharsis – to uczucie ulgi doznawane pod wpływem czytanej lub omawianej lektury, ulgi na myśl, że inni cierpieli podobnie i że potrafili sobie poradzić w podobnej sytuacji; takie odreagowanie umożliwia uczestnikowi biblioterapii głębsza refleksja nad czytany tekst, samym sobą i swoją sytuacją;
4. wgląd – czyli wejście w siebie, co daje szansę konfrontacji swoich dotychczasowych poglądów i zachowań, umożliwia też podjęcie decyzji w dążeniu do osiągnięcia pozytywnych zmian w postawach i zachowaniach, przejawiających się przede wszystkim zmniejszonym napięciem emocjonalnym, obniżeniem poziomu agresji i odnajdywaniem radości z drobnych codziennych sukcesów;
5. ewaluacja – uświadomienie sobie przez uczestnika biblioterapii co zmieniło się w jego myśleniu i postępowaniu w trakcie tego programu biblioterapeutycznego.

Obserwacja odbioru indywidualnego - opis sylwetek poszczególnych uczestników biblioterapii.

Obserwacja na temat skuteczności biblioterapii w kontekście założonego celu terapeutycznego.

Inna tzw. trójelementowa metoda odbioru tekstu literackiego pod nazwą „Trójelementowy model postępowania biblioterapeutycznego” opracowany przez Ewelinę J. Konieczną (E. J. Konieczna, 2005, s. 38 i n.) składający się z eksplikacji, perswazji i reorientacji, które niekoniecznie muszą być realizowane w tej samej kolejności.

Eksplikacja ma na celu teoretyczne przedstawienie problemu, jego zobrazowanie i wyjaśnienie pewnych mechanizmów. Istnieją dwa rodzaje eksplikacji.

Pierwszy z nich ma formę ulotki opracowanej na potrzeby scenariusza, dostarczającej uczestnikom informacji na poruszany przez nich temat; informacja ta może być zawarta także w samym scenariuszu biblioterapeutycznym.

### Przykład ulotki: „Jak rozpoznać bulimię”

Wśród modelek, tancerzy i sportowców wypadki wywoływania wymiotów w celu zbitcia wagi ciała nie są niczym niezwykłym. U tych ludzi istnieje ryzyko rozwinięcia się bulimii, ale sam ten obyczaj nie jest jeszcze kryterium diagnostycznym. Wywoływanie wymiotów po jakimś obżarstwie nie świadczy od razu o bulimii. Nie znaczy to jednak, że takie zachowania nie stanowią zagrożenia. Jeżeli się utrwalą, mogą nabrać cech choroby. (Źródło: Martha M. Jablow, *Anoreksja, bulimia, otyłość. Przewodnik dla rodziców*, Gdańsk 2000.)

Drugi rodzaj eksplikacji ma natomiast formę pytań zamieszczonych na końcu scenariusza. Odpowiednio skonstruowane pytania sprawiają, że uczestnicy, pod czujnym okiem prowadzącego, sami wzajemnie dostarczają sobie niezbędnych informacji na omawiany temat.

Przykład pytań ze scenariusza E.J. Koniecznej, *Rodzina*, poświęconego m.in. sektom:

Czym są sekty?

Jak działają?

Jakie cechy charakteryzują członków sekty?

Jakie mają sposoby werbowania nowych członków?

Czy mieliście kontakt z takimi osobami?

Jak pomóc osobie, która jest w sekcie?

Jakie organizacje zajmują się pomocą osobom uwikłanym w kontakty z sektą?

Kolejnym elementem jest perswazja, mająca na celu propagowanie pożądanych zachowań. W scenariuszu kluczowe, przekonujące zdania, jakie kierowane są do odbiorców to słowa wypowiedziane przez bohaterów opowiadania. Ważne jest jednak, aby perswazja była czytelna, lecz nie nachalna. Na przykład może to być moment wyboru rozwiązania trudnego problemu przez bohatera opowiadania itp.

Przykład ze scenariusza Magdaleny Kurpiors *Romek*:

„ – Słuchajcie, a może by tak dać im nauczkę, co? – zaczął Romek – wziąłbym tylko małą dawkę. Wtedy dałbym sobie z nimi radę?”

Zapanowała kilkuminutowa cisza.

- Jeżeli zależy ci na naszej przyjaźni – zaczął Tadek – będziesz wiedział co zrobić. Gdy to weźmiesz choć raz, będziesz taki sam jak oni.

- Gadałem ostatnio z Pawłem, on się na tym zna, nie sprzedałby mi nic mocnego ani niesprawdzonego, gdybym chciał kupić – przekonywał nadal Romek.

- Poznałeś moje zdanie – powiedział smutnym głosem Tadek – wierzę, że postąpisz słusznie. Nie jesteś sędzią, nie do ciebie należy wymierzanie sprawiedliwości.”

Drugi przykład perswazji ze scenariusza Eweliny J. Koniecznej *Rodzina* ukazuje rozmowę dwóch bohaterek – matki z córką na temat jej związku z żonatym mężczyzną.

„Marzena zamknęła oczy, a spod powiek zaczęły wypływać jej łzy. – Córeczko, zapamiętaj to sobie na całe życie, że dopóki dwoje ludzi jest małżeństwem, dopóty ich związek jest święty i nikt nie może go brukać. Nawet gdyby jedno z nich mówiło, że to już koniec, to drugie może czuć i myśleć inaczej. Nikt nie ma prawa ranić drugiej osoby w imię własnego szczęścia.”

Ostatnim elementem jest reorientacja skierowana na system wartości uczestnika biblioterapii. Jest to trudny i odpowiedzialny moment działalności terapeuty. W dobrze opracowanym scenariuszu odbywa się on za pomocą stawianych – podczas kolejnych części scenariusza – pytań intrygujących umysł uczestnika biblioterapii.

W pierwszym przykładzie, ze scenariusza Katarzyny Foit i Eweliny J. Koniecznej, *Oskar i pani Róża*, są przedstawione dwa rodzaje pytań: skierowane do uczniów i do pacjentów szpitali i ośrodków opieki paliatywnej.

Przykład reorientacji

1. Jak myślicie, dlaczego Bekon zachował się tak, jakby nie usłyszał pytania zadanego Oskarowi?
2. Dlaczego ludzie nie chcą rozmawiać o śmierci, pomimo tego, że jest ona nieuchronna?
3. Dlaczego wiele ludzi zachowuje się, jak gdyby byli nieśmiertelni?
4. Czy zachowanie ciotki Róży pomogło w jakiś sposób Oskarowi?
5. Kto rozmawia z wami na temat waszej choroby? Jak to robi, czy możesz nam o tym opowiedzieć? Jak się czujesz po takiej rozmowie?

Drugi przykład reorientacji pochodzi ze scenariusza Teresy Podleskiej, *Zdrada* i w postaci pytań jest skierowany do kobiet, które doświadczyły lub nadal doświadczają zdrady męża.

Przykłady reorientacji

1. Co rozumiecie przez wybaczenie?
2. Czy Ty wybaczyłaś zdradę swojemu mężowi?
3. Dlaczego według was Karolina nie potrafi zapomnieć?
4. Jak oceniacie postanowienie Karoliny? Czy waszym zdaniem zasada „oko za oko, ząb za ząb” rozwiązuje problem? Czy miałaś podobne myśli? Jak się z tym czułaś?

## **II.1. Konstrukcja scenariuszy zajęć oraz programów biblioterapeutycznych na podstawie przyjętych modeli postępowania biblioterapeutycznego**

Scenariusze należy opracowywać na podstawie wcześniejszej diagnozy i zgodnie z celami terapeutycznymi jakie mają realizować. Istnieją trzy rodzaje scenariuszy: własny, opracowany na podstawie istniejącego tekstu, oraz gotowe w literaturze biblioterapeutycznej (E. J. Konieczna, 2005, s. 37 i n.).

1. Opracowując własny scenariusz należy uwzględnić wiek grupy, do której ma on być skierowany, dojrzałość emocjonalną i poziom komunikacji interpersonalnej. Ważne jest, aby treść scenariusza była ciekawa, dostosowana do problemów rozwojowych danej grupy oraz konkretnego zagadnienia, jakie chcemy omówić na jej forum. Scenariusz może zawierać pytania podsumowujące.

Praca nad scenariuszem opartym na istniejącym już tekście wygląda nieco inaczej niż w przypadku scenariusza autorskiego. Nie zaczynamy jej od ustalenia celów ani zadań, jakie chcemy zrealizować. Albowiem zanim zdecydowaliśmy się na opracowanie takiego konkretnego tekstu, prawdopodobnie musiał on wcześniej przykuć naszą uwagę, rozbudzić emocje. I to jest pierwszy powód, dla którego decydujemy się przedstawić go drugiej osobie. Czytając taki tekst, należy się bardzo dokładnie zastanowić, jakie wzbudza on u nas emocje. Podobnie jak w scenariuszu autorskim skierowanym np. do uczniów w klasie, końcowe odczucia odbiorcy nie mogą być zbyt negatywne – słuchacz nie może opuścić zajęć w stanie przygnębionym lub smutku. Zazwyczaj już w trakcie pierwszego czytania rodzą się w nas pytania: „I co będzie dalej?”, „Jak on wybrnie z tej sytuacji?”, „Kto właściwie ponosi tu winę?” itp. Pierwsze i spontaniczne pytania okazują się niekiedy najtrafniejszymi i warto je od razu je od razu zapisywać. Dlatego w trakcie czytania tekstu należy podzielić go na kilka części, zamieszczając do każdej z nich pytania.

Gotowe scenariusze ukazują się w literaturze fachowej, np. w piśmie „Biblioterapeuta”.

Do każdego scenariusza musi być przygotowana odpowiednia lista lektur i bardzo wnikliwie przemyślany sposób pracy przy realizacji scenariusza. Np. Ewelina Konieczna proponuje, aby prowadząca biblioterapię nie odczytywała tytułu opowiadania, gdyż jest on często sugestywny i może popsuć efekt zaskoczenia. Na wstępie uczestnicy spotkania są informowani o charakterze zajęć. Jeżeli prowadzący ma taką koncepcję i czas, to może polecić uczestnikom, aby dokończyli przedstawioną historię pisemnie. Nie wszystkie scenariusze jednak nadają się do tego. Należy pamiętać, że na pytania stawiane przez prowadzącego odpowiadają tylko ochotnicy! Nie można nikogo „wyciągać” do odpowiedzi. A oto propozycja tekstu wprowadzającego scenariusz do zajęć z grupą: „Chciałbym Wam przeczytać pewne opowiadanie, które składa się z trzech części. Na końcu każdej z nich znajdują się pytania. Proszę, abyście zechcieli na nie odpowiedzieć. Co Wy na to? A teraz już odczytam Wam wspomnianą historię...”. Dalej: w tekście pojawiają się niekiedy epitety jak np. „głupia Jolka” itp. Jeżeli prowadzący uzna je za niestosowne, może je pominąć. Może się też zdarzyć tak, że prowadzący nie będzie pomijał takich epitetów ze względu na przekaz (ukazanie emocji, skali konfliktu itp.). Dlatego też, jeżeli w grupie znajduje się uczestnik o takim samym imieniu jak bohater

obdarzony epitetem pejoratywnym, można po prostu zmienić imię bohatera. Wtedy nikt się nie poczuje urażony.

Zależnie od celu jaki mają spełniać - istnieje kilka rodzajów scenariuszy, np. diagnostyczny – mamy z nim do czynienia wtedy, kiedy np. zaobserwujemy, zwłaszcza na zajęciach dydaktycznych, że prezentowany tekst wzbudził u danego ucznia nadmierne emocje, warto poprosić go na zakończenie lekcji o chwilę rozmowy. Mówimy wtedy, że taki scenariusz okazał się dla danego ucznia diagnostyczny i może być początkiem indywidualnej z nim pracy czy terapii. Cele scenariuszy są uzależnione od rodzaju problemu, na który biblioterapia ma oddziaływać oraz preferencji i doświadczeń odbiorców, do którego jest skierowana. Wyróżniamy cztery główne cele:

- 1) rewalidacyjny – skierowany do osób o obniżonej sprawności intelektualnej;
- 2) resocjalizacyjny – obejmujący swym zakresem osoby niedostosowane społecznie;
- 3) profilaktyczny – mający za zadanie zapobiegać tworzeniu się problemów natury emocjonalnej;
- 4) ogólnorozwojowy – nastawiony na realizowanie potrzeb wiążących się z danym wiekiem rozwojowym.

## **II.2. Programy biblioterapeutyczne**

Kilka lub więcej poszczególnych scenariuszy tworzy tzw. program biblioterapeutyczny, czyli jednolity typ pracy terapeutycznej krótko lub długoterminowej. Programy biblioterapeutyczne służą do realizacji określonego tzw. modelu postępowania biblioterapeutycznego odpowiedniego dla rodzaju grupy terapeutycznej. Dla biblioterapeuty istotne jest zaproponowanie takiego programu biblioterapeutycznego, aby przeżycia związane z lekturą pomogły uczestnikom biblioterapii osiągnąć postawiony cel terapeutyczny. Pamiętać trzeba, że wszystkie programy trzeba realizować w oparciu o starannie przygotowane scenariusze, muszą one charakteryzować się one dużą elastycznością. Często bowiem podczas zajęć terapeutycznych zdarza się coś, czego scenariusz nie przewidział. Wówczas prowadzący zajęcia musi szybko reagować, być gotowym do podjęcia nowego problemu, udzielenia pomocy w jego rozwiązywaniu, a wszystko to zgodnie z założeniami psychologicznego wsparcia.

## **III. III etap postępowania biblioterapeutycznego**

Sposób organizacji zajęć biblioterapeutycznych

Organizując zajęcia biblioterapeutyczne, należy przestrzegać następujących zasad: swoboda uczestnictwa

- 1) uwzględnianie potrzeb, problemów i preferencji członków grupy

- 2) dostosowanie środków terapeutycznych do możliwości percepcyjnych i fizycznych poszczególnych uczestników grupy
- 3) dostosowanie poziomu i tempa zajęć terapeutycznych do ich możliwości
- 4) włączanie do programów biblioterapeutycznych elementów innych terapii (arteterapii)
- 5) korzystanie z doświadczeń innych biblioterapeutów i wymienianie się programami i materiałami biblioterapeutycznymi.

### III.1. Dobór grupy

Po obserwacji wstępnej i diagnozie biblioterapeuta tworzy grupy terapeutyczne uczestników biblioterapii z podobnymi problemami, dla których wybiera odpowiedni model postępowania biblioterapeutycznego i programy spotkań. Grupy nie mogą być zbyt liczne (do 10-12 osób). Czas trwania jednej sesji powinien wahać się od 30 do 90 minut, a odbywać się one powinny raz lub dwa razy w tygodniu. Programy długoterminowe mogą trwać przez kilka miesięcy.

Jednym z podstawowych elementów doboru grupy terapeutycznej – jak już wspominałem - jest całkowita dobrowolność uczestnictwa w zajęciach. Bardzo ważne jest też wzajemne zaufanie. Im szybciej uda się grupie ze sobą zaprzyjaźnić i zawiązać silne więzi emocjonalne, tym szybciej będzie szansa na zmianę. Zawsze jednak istnieje niebezpieczeństwo pojawienia się w grupie nieformalnego lidera oddziałującego na grupę negatywnie. Zadaniem biblioterapeuty jest opanować taką sytuację, np. przywódcze zdolności danego uczestnika biblioterapii skierować w inną stronę, tak aby mógł on otrzymać pozytywne wsparcie i zrealizować swoją potrzebę bycia aktywnym, zauważonym i docenionym.

Duże znaczenie posiada miejsce odbywania sesji. Sala powinna być przytulna, wyposażona w odpowiedni sprzęt. Ważny jest wystrój sali. Podczas poszczególnych sesji biblioterapeutycznych nikt nie może grupie przeszkadzać. W celu uzyskania lepszej atmosfery terapeutycznej, jeśli jest tylko taka możliwość, można przenieść zajęcia do lasu, nad morze, jezioro itp. O atmosferze terapeutycznej panującej na sesji decyduje jednak osoba prowadzącego terapię i jej cechy. Najlepiej, gdy potrafi ona wzbudzać sympatię i zaufanie; autentycznie rozumie troski i kłopoty uczestników sesji, a rozumiejąc stara się im pomóc zgodnie ze swoją wiedzą i umiejętnościami pracy z grupą.

Biblioterapeuta nie może oceniać uczestników grupy, musi ich akceptować takimi, jakimi są i zadbać o właściwe relacje pomiędzy nimi. Nie może więc wygłaszać jakichkolwiek opinii, które przeszkodziłyby w wytworzeniu atmosfery bezpiecznej szczerości. Dbać musi więc o to, aby inni członkowie grupy też tego nie robili. Swoim własnym



przykładem uczy bowiem swoich podopiecznych zachowań tolerancyjnych i zdrowych moralnie.

Zajęcia wstępne integrujące grupę mogą być oparte (zależnie od wieku uczestników) o pedagogikę zabawy i metody psychoaktywne, które powinny być zawarte w scenariuszu.

Na początku ustala się zasady uczestnictwa w zajęciach – opracowanie kontraktu. Przedstawia się, jak będą wyglądać spotkania. Wspólnie omawia się i ewentualnie wypisuje np. na planszach propozycje. Przykładowo:

Odnosimy się do siebie z szacunkiem.

Używamy tylko kulturalnych słów.

Wypowiadamy się pojedynczo, nie przerywamy osobie, która mówi.

### **III.2. Podstawowe techniki biblioterapeutyczne**

Przystępując do zajęć należy przemyśleć, które z podstawowych technik biblioterapeutycznych mogą dać najlepsze efekty terapeutyczne.

Do podstawowych technik biblioterapeutycznych zalicza się:

- a. głośne, samodzielne czytanie tekstu
- b. czytanie wyselekcjonowanych tekstów w grupie terapeutycznej przez lidera grupy lub prowadzącego zajęcia
- c. słuchanie tekstów biblioterapeutycznych o charakterze relaksacyjnym lub aktywizującym
- d. dyskusja nad czytany utworem
- e. pisanie listu do bohatera literackiego
- f. „wchodzenie w rolę” wybranego bohatera i przedstawianie scenek (drama) inspirowanych sytuacją literacką lub biografią uczestników biblioterapii. Dzięki temu mocniej odbiera się psychiczną sytuację bohatera, mówiąc o niej, w pełni nie zdając sobie sprawy, można mówić w zasadzie o własnych emocjach.

### **III.3. Dobór środków biblioterapeutycznych. Książki i alternatywne materiały czytelnicze**

Dobór środków biblioterapeutycznych zawsze jest uzależniony od potrzeb i możliwości percepcyjnych uczestników biblioterapii oraz od celu terapii. Kryterium biblioterapeutyczne nie zawsze pokrywa się z oceną artystyczną utworu czy naukową wartością książki. Pozycja uznana za wybitne dzieło literackie, może okazać się zupełnie nieprzydatna do biblioterapii danej osoby, ze względu na jej czytelnicze doświadczenie i zasób wiedzy ogólnej. Natomiast tzw. literatura lekka może być z powodzeniem wykorzystywana wielokrotnie. Oczywiście książka może spełniać funkcję biblioterapeutyczną również jako symbol uczestnictwa w kulturze, gdyż czytanie i wypożyczanie książek,

otaczanie się nimi, wpływa na poprawę samopoczucia i samooceny, przyczynia się do podniesienia własnej wartości.

Z definicji biblioterapii wynika, że materiałem biblioterapeutycznym jest różnego typu literatura udostępniana za pomocą książki wydawanej tradycyjnie oraz alternatywne materiały czytelnice, które można podzielić następująco:

Książki „łatwe w czytaniu”, czyli takie propozycje wydawnicze, które odpowiadają ściśle określonym kryteriom, tj.

- a. sztywna oprawa, sztywne kartki, duża czcionka, odpowiedni odstęp pomiędzy literami, wyrazami i wersami, a każde zdanie rozpoczęte od nowego wiersza,
- b. jasny, prosty, zrozumiały język dla dziecka z obniżoną normą intelektualną, unikanie pojęć abstrakcyjnych,
- c. treść oparta o realia życia dziecka,
- d. konkretne, jednoznaczne, kolorowe ilustracje (lub dobrej jakości kolorowe fotografie), zamieszczone obok tekstu – najlepiej na sąsiedniej stronie.

Książki-zabawki, czyli takie, które przypominają swym kształtem maskotki, klocki, różnego rodzaju figury do układania, ale są wyposażone w prosty tekst lub płytę DVD, ewentualnie taśmę magnetofonową z nagraniem bajką terapeutyczną.

Książki drukowane dużą czcionką.

Książki drukowane pismem Braille’a.

Książki „mówione” nagrane na nośnikach.

Książki tradycyjne, ale uzupełnione nośnikiem, na który nagrano ten sam tekst.

Nośniki (płyty DVD, kasyety) z nagranymi różnymi efektami i odgłosami przyrody, np. szum lasu, śpiew ptaków itp.

Nośniki z różnego rodzaju montażami słowno-muzycznymi, pieśniami, piosenkami.

Filmy na nośnikach (płyty DVD, kasyety video), wspomagające proces rehabilitacji, np. ekranizacja utworów literackich i lektur szkolnych; lekcje języka migowego.

Edukacyjne i terapeutyczne programy komputerowe.

Natomiast ze względu na treść książki i materiały przeznaczone do celów biblioterapeutycznych dzieli się na następujące kategorie:

- a. materiały uspokajające (sedativa), do których zalicza się, m.in. baśnie, literaturą humorystyczną;
- b. materiały pobudzające (stimulativa), np. książki o tematyce awanturniczo-przygodowej, podróźnicze;
- c. materiały refleksyjne (problematica) czyli np. powieści obyczajowe, biograficzne, psychologiczne;

d. sacrum, czyli taki rodzaj literatury, który w czytelniku powoduje nie tylko silne wzruszenie natury religijnej, lecz także np. przemianę charakterologiczną.

Ogólnie rzecz ujmując, we wszystkich zajęciach biblioterapeutycznych można wykorzystać następujące środki:

- a) słowne - do których zaliczamy opowiadanie treści utworów literackich, pogadanki o książkach, gawędy biblioterapeutyczne mające na celu wzmocnienie wiary uczestnika zajęć we własne siły i możliwości,
- b) wizualne – plakaty, ogłoszenia, ciekawe pod względem graficznym napisy i ilustracje książkowe oraz obrazy lub reprodukcje dzieł malarskich,
- c) słuchowe – nagrania muzyczne, muzyka, audycje słowno-muzyczne,
- d) słuchowo-oglądowe: filmy fabularne, dokumentalne pełno- i krótkometrażowe.

## IV. Kartoteki zagadnieniowe

### Przykładowe hasła

1. Dziecko chore
  - diabetyk
  - z dysfunkcją narządów ruchu
  - ze schorzeniem serca i układu krążenia.
2. Dziecko upośledzone umysłowo.
3. Dziecko z zaburzonymi funkcjami:
  - słuchu
  - niedosłyszające
  - niesłyszające
4. Dziecko z zaburzonym wzrokiem:
  - niedowidzące
  - niewidome
5. Dziecko z zaburzonym zachowaniem:
  - odtrącone
  - skrzywdzone
6. Dziecko zaniedbane wychowawczo:
  - w kolizji z prawem
  - w domu dziecka
  - w pogotowiu opiekuńczym
7. Starość:
  - choroby
  - domy opieki społecznej

- hospicja
- opieka paliatywna
- 8. Samotność i osamotnienie.
- 9. Odrzucenie.
- 10. Rozwód:
  - przepisy prawne
  - terapia
  - grupy wsparcia
- 11. Śmierć.
- 12. Katastrofy i wypadki.
- 13. Uzależnienie:
  - od narkotyków
  - od alkoholu
- 14. Współuzależnienie.
- 15. Więźniowie.

W biblioterapii wykorzystuje się także muzykę, np.:

Chopin: Nokturny

Cohen L. – songi

Utwory na fletnie, harfę

Hiszpańska muzykę gitarową

Marek i Wacek, Miniatury romantyczne

Mozart W.A.

Ravel M.,

Vivaldi A., Koncerty, itd.

## **Bibliografia:**

- (E. J. Konieczna, 2005) - *Biblioterapia w praktyce. Poradnik dla nauczycieli, wychowawców i terapeutów*, pod red. Eweliny J. Koniecznej, Kraków 2005.
- (I. Borecka, 1998) - Irena Borecka, *Biblioterapia w szkole. Poradnik dla bibliotekarzy*, Legnica 1998.
- (I. Borecka, 2001) - Irena Borecka, *Biblioterapia. Teoria i praktyka. Poradnik*, Warszawa 2001.
- Katarzyna Szeliga, *Historia Guziołka, czyli jak tworzyć i wykorzystywać bajki i opowiadania w biblioterapii oraz rozwoju aktywności twórczej dziecka w wieku przedszkolnym. Poradnik dla Dzieci, Rodziców i Nauczycieli*, Kraków 2005.

Joanna Głodkowska, *Zabawa i nauka w kręgu baśni. Metoda wspomaganie wrażliwości edukacyjnej dziecka lekko upośledzonego umysłowo w wieku wczesnoszkolnym*, Warszawa 2001.

Klaus W. Vopel, *Sztuka opowiadania, sztuka słuchania. Praktyczne wskazówki i ćwiczenia*, przekł. M. Jałowicz, Kielce 2003.



## Rozdział 14.

### Zastosowanie biblioterapii w leczeniu zaburzeń seksualnych. Doniesienie z wybranych badań

(*Kiriakos Chatzipentidis*)

Problematyka seksuologiczna jest obecna w piśmiennictwie na temat biblioterapii co najmniej od lat 60. ub. wieku. Wynika to zarówno z przeglądu bazy Medline, jak i tekstów polskich bibliotekarzy szpitalnych – pionierów polskiej biblioterapii, np. w katalogu działowym opracowanym przez M.D. Gostyńską dla biblioteki szpitalnej w dziale książek popularno – naukowych (Gostyńska, 1967), gdzie wyodrębnione zostały cztery hasła „Chcę być zdrowy”, „Konflikt”, „Sens życia” i „Seks”. Przegląd bazy Medline wykonany w Bibliotece Głównej AM w Poznaniu w roku 1990 zawiera kilka pozycji na temat problemów natury seksualnej, m.in. publikacja Bauer R., Stein J., *Sex counseling on campus: short-term treatment techniques* (Bauer & Stein, 1973), znajdujących się w obszarze biblioterapii klinicznej (Szulc, 1991). Umieszczenie biblioterapii na pograniczu nauk humanistycznych, społecznych oraz medycznych, umożliwia szerokie zastosowanie metod biblioterapeutycznych, najczęściej, jako dopełnienie terapii tradycyjnych (Hubin et al., 2011).

Przeprowadzone w ostatnich latach badania wskazują na skuteczność narzędzi biblioterapeutycznych w zmianie zaburzonego zachowania; tak rozumiana biblioterapia poznawczo-behawioralna jest stosowana m.in. w terapii zaburzeń seksualnych (Yeater et al., 2004). Grupa belgijskich psychologów klinicznych na łamach czasopisma „Sexologies” (Hubin et al., 2011) opublikowała ważny artykuł przeglądowy, omawiający miejsce biblioterapii w leczeniu zaburzeń seksualnych, zawierający opis badań psychologicznych, w których posługiwano się narzędziami biblioterapeutycznymi. Dane, które autorzy zebrali w specjalistycznych bazach z zakresu psychologii (PsycInfo), edukacji (ERIC) i medycyny (Medline) wykazują istotną liczbę prac z zakresu seksuologii dotyczących biblioterapii, a stanowiących od 3.1% do 6.6% publikacji ogółem z zakresu badań nad seksualnością człowieka. A. Hubin, P. De Sutter oraz C. Reynaert, autorzy artykułu *Biblioterapia: Efektywne narzędzie terapeutyczne w kobiecych zaburzeniach seksualnych?* (Hubin et al., 2011) traktują biblioterapię, jako ukierunkowane czytanie (*guided reading*) dla celów terapeutycznych i wymieniają jego następujące cechy:

- potrzeba przeczytania pisemnego materiału przez pacjenta;
- zastosowanie się do zawartości;
- ocena postępu.

## I. Celowość stosowania narzędzi biblioterapeutycznych w seksuologii

W terapii zaburzeń seksualnych od dawna stosuje się literaturę erotyczną. Znaczna liczba klinicystów (Hubin et al., 2011) włącza do terapii ćwiczenia alternatywne, zaprojektowane do stymulowania erotycznej wyobraźni, szczególnie poprzez zalecanie pacjentkom czytania literatury erotycznej. Rozwinięta wyobraźnia erotyczna może skutkować wzrostem pobudzenia seksualnego. Polecanie takiej literatury daje podwójny efekt:

- 1) terapeutyczny – poprzez zdobycie i wzbogacenie repertuaru seksualnych fantazji,
- 2) antycypacyjny – czytanie tekstów erotycznych może pozwolić pacjentom z zaburzeniami pobudzenia seksualnego (HSDD) na osiągnięcie odpowiedniego stanu umysłu, skutkującego wzrostem pożądania, poprzez pozytywną antycypację seksualnej relacji.

## II. Biblioterapia a poradniki

Na wstępie należy zaznaczyć, że statystycznie (Catania et al. ) aż 88% pacjentów uczestniczących w tradycyjnej terapii seksualnej, stosowało najpierw biblioterapeutyczną samopomoc w postaci poradników, a 85% psychologów klinicznych i psychoterapeutów przyznało, że poleca poradniki (Balzer, 2012). Psychologowie oceniają, że aż 93% ich pacjentów uzyskało szeroko pojętą pomoc dzięki poradnikom, a 69% poprzez czytanie autobiografii oraz, że samopomocowe źródła mają szkodliwe działanie tylko od 1% do 3% przypadków. Jednak ok. 95% książek biblioterapeutycznych na rynku wydawniczym jest publikowanych bez jakiegokolwiek realnego dowodu na skuteczność. Dlatego też najważniejsze jest, aby czytanie było ukierunkowane, a konkretna literatura samopomocowa polecana przez terapeutów (Hubin et al., 2011). Rekomendowanie poradników, które nie były empirycznie sprawdzone może skrzywdzić pacjenta (Balzer, 2012). Należy nadmienić, że głównym celem poradników nie jest wyleczenie problemów psychologicznych, ale wzmocnienie wewnętrznych sił czytelnika.

Gdy czytanie dla siebie nie pomaga, oznacza to konieczność zastosowania bardziej kompleksowej terapii. Biblioterapia rozumiana jest wtedy, jako czytanie książek pod nadzorem terapeuty i stanowi narzędzie uzupełniające w tradycyjnej terapii. Sondaż wśród 158. psychoterapeutów pokazał, że 51% (szczególnie ci z dłuższym stażem zawodowym) rekomendowało biblioterapię pacjentom (Hubin et al., 2011).



### III. Biblioterapia zaburzeń seksualnych

Poniżej zostaną krótko omówione wyniki wybranych badań nad zastosowaniem biblioterapii w terapiach zaburzeń seksualnych.

Biblioterapeutycznym narzędziem, specjalnie zaprojektowanym w celu leczenia przedwczesnej ejakulacji jest m.in. książka, pt.: *Confidential file 101 – dr Carter*, opowiadająca fikcyjną historię mężczyzny cierpiącego na omawianą przypadłość. Po zapoznaniu się z tym specjalnie zaprojektowanym tekstem, aż 75% pacjentów utrzymywało, że ich problemy po przeprowadzonej biblioterapii całkowicie zniknęły (Hubin et al., 2011).

Zastosowanie biblioterapii przyniosło równie interesujące wyniki w leczeniu zaburzeń pobudzenia seksualnego (HSDD). W badaniu przeprowadzonym przez Jacques'a Van Lankvela, profesora psychologii klinicznej z Open Universiteit w Holandii, uczestniczyło 199 par, w których przynajmniej jedna osoba była dotknięta HSDD. Uczestnicy zostali poddani 10-tygodniowej poznawczo-behawioralnej biblioterapii z minimalnym kontaktem z terapeutą. Pary otrzymały poradnik biblioterapeutyczny, uzyskały ustne wyjaśnienie jak z niego korzystać i zostały zachęczone do telefonowania z pytaniami, w godzinach otwarcia poradni, gdy będą potrzebować wsparcia terapeuty (van Lankveld, 1993). W efekcie zaobserwowano mniej narzekań na częstotliwość relacji seksualnych i ich ogólną poprawę. Z kolei w badaniach porównawczych nad anorgazmią (Libman et al., 1984) nie wykazano wielkich różnic pomiędzy trzema rodzajami terapii: tradycyjną terapią par, terapią grupową a biblioterapią. W każdym z przypadków odnotowano za to ogólny wzrost satysfakcji seksualnej u leczonych kobiet. Terapia przeprowadzona we Francji za pomocą książki *Becoming orgasmic [Stając się zdolną do przeżywania orgazmu]* wśród kobiet dotkniętych anorgazmią skutkowała znacznym wzrostem seksualnej ekscytacji i poszerzeniem seksualnego repertuaru, jednak nie stwierdzono zmiany w częstotliwości orgazmów. W kolejnym badaniu 117 kobiet cierpiących na waginizm, czytało i słuchało ustnych instrukcji dotyczących relaksacji i ćwiczenia seksualnych fantazji. Po dwunastu miesiącach leczenia 15% kobiet stosujących biblioterapię z minimalnym kontaktem z terapeutą, było zdolnych do osiągnięcia penetracji, a u tych, które łączyły terapię grupową i biblioterapię - 21% (Hubin et al., 2011). Autorski poradnik biblioterapeutyczny został użyty również w amerykańskich badaniach mających na celu zmniejszenie zachowań ryzykownych studentek amerykańskich college'ów podczas randek. Rezultaty w porównaniu z grupą kontrolną wykazały prewencyjną funkcję biblioterapii - poddani jej uczestnicy zaczęli przejawiać obniżoną chęć uczestnictwa w zachowaniach ryzykownych podczas randek (Yeater et al., 2004).

Badania przeprowadzone przez amerykańską psycholog dr Alexandrę M. Balzer z Uniwersytetu Missouri, a opisane w jej pracy doktorskiej (Balzer, 2012), skupiły się na wpływie tekstów biblioterapeutycznych w leczeniu kobiet z zaburzeniami pobudzenia seksualnego. Uczestnicy, którzy w ramach biblioterapii czytali książkę autorstwa Kathryn Hall<sup>1</sup>, pt.: *Reclaiming Your Sexual Self: How You Can Bring Desire Back into Your Life* [Odzyskując swoje seksualne Ja, czyli o tym jak wprowadzić pożądanie z powrotem do swojego życia], (Hall, 2004), osiągnęli statystycznie lepsze rezultaty w wzbudzaniu seksualnego pożądania w porównaniu do grupy kontrolnej. Natomiast uczestnicy z kolejnej grupy, którzy czytali książkę Laurie B. Mintz - *A Tired Woman's Guide to Passionate Sex* [Przewodnik zmęczonej kobiety po pasjonującym seksie]<sup>2</sup> (Mintz, 2009), osiągnęli statystycznie jeszcze lepsze rezultaty we wzbudzaniu seksualnego pożądania w porównaniu do grupy kontrolnej. Badanie potwierdziło, że lektura *A Tired Woman's Guide to Passionate Sex* gwarantowała lepsze rezultaty, okazując się bardzo dobrym, sprawdzonym empirycznie narzędziem biblioterapeutycznym. Co ciekawe uczestnicy grupy kontrolnej również otrzymali książkę Mintz, ale nie byli poinformowani, że podlegają badaniu, i że w ten sposób zostaje im udzielana interwencja. Inne grupy uzyskiwały mailowe przypomnienia, że podlegają badaniu, wyjaśnienia, na czym ono polega oraz, że wymaga się od nich, aby przeczytali przesłaną im książkę. Samo wysłanie książki grupie kontrolnej nie pomogło, ważna była świadomość podlegania terapii i mobilizowanie do czytania lektury. Różnice pomiędzy grupami potwierdzają, że biblioterapia ma szansę, gdy nosi znamiona czytania ukierunkowanego (*guided reading*). W pracy została również wyrażona nadzieja, że następne badania zbadają strategię minimalnej interwencji, włączając biblioterapię w leczenie niskiego pobudzenia seksualnego u kobiet. Takie badania mogłyby odkryć równie skuteczne narzędzie typu *A Tired Woman's Guide to Passionate Sex*. Najważniejszym wnioskiem wysuniętym przez Alexandrę M. Balzer w podsumowaniu badań jest stwierdzenie, że podejście biblioterapeutyczne zrewolucjonizowałoby leczenie i postrzeganie niskiego pobudzenia seksualnego (Balzer, 2012).

---

<sup>1</sup> Poradnik został napisany przez dr psychologii klinicznej Kathryn S. K. Hall, certyfikowaną terapeutkę seksualną, prowadzącą prywatną praktykę w Princeton w stanie New Jersey (USA) w zakresie terapii seksualnej, terapii poznawczo-behawioralnej i terapii par. *Reclaiming Your Sexual Self (...)* został uznany przez Society for Sex Therapy and Research [Stowarzyszenie dla Terapii Seksualnej i Badań] za najlepszy poradnik seksualny 2004 r. <http://www.drkathrynhall.com/>

<sup>2</sup> *A Tired Woman's Guide to Passionate Sex* został napisany przez profesor psychologii klinicznej na Uniwersytecie Floryda Laurie B. Mintz, doświadczoną seksuolog i psychoterapeutę, eksperta w terapii kobiet i par. Poradnik ten to m.in. opis ćwiczeń, stadium przypadku, zarówno samej autorki, jak i pacjentek, którym pomogła za pomocą autorskiego, pięciostopniowego planu, zaprojektowanego dla kobiet z obniżonym libido. <http://www.psychologytoday.com/experts/laurie-b-mintz-phd>

Mechanizmy powstawania profesjonalnego poradnika biblioterapeutycznego pokazuje dr psychologii Tamara Penix Sbraga<sup>3</sup>, w dysertacji naukowej pt. *Sexual Self-Control: Development and Preliminary Evaluation of a Cognitive-Behavioral Bibliotherapy Intervention* [*Seksualna samokontrola: Opracowanie i wstępna ocena poznawczo-behawioralnej interwencji biblioterapeutycznej*]. W pracy tej został zawarty program prewencyjny powrotu do nałogu, przeznaczony dla osób z problemem seksualnej samokontroli. Stworzenie poradnika poprzedził żmudny proces przeglądu literatury przedmiotu. Najbardziej skuteczne techniki i strategie zapobiegania powrotowi do nałogu zostały zaadaptowane i zmodyfikowane pod względem leczenia dewiacji seksualnych. Następnie, pod kątem stylu i formatu wydawniczego, zbadano poradniki biblioterapeutyczne o potwierdzonej skuteczności, które uzyskały akceptację czytelników i osiągnęły sukces komercyjny. Uznani i odnoszący sukcesy autorzy i redaktorzy prac biblioterapeutycznych również zostali poproszeni o opinie i rady dotyczące stylu i sposobu prezentacji treści biblioterapeutycznych. Ostatecznie program leczenia przybrał formę poradnika, który przesłano do konsultacji zespołowi psychologów i autorów tekstów psychologicznych. Dopiero gdy poradnik został uznany za jasny, klarowny i przede wszystkim wierny zamierzeniom pracy, został wydrukowany i użyty jako główny bodziec w badaniu.

Badaniem zamierzano objąć 75. mężczyzn z USA, ochotników w wieku 23-67 lat. Każdy z nich borykał się z problemem seksualnej samokontroli, od uzależnienia od pornografii po ekshibicjonizm (z wyłączeniem gwałcicieli i pedofilów, którzy nie zostali poddani badaniu). Uczestnicy musieli wykazać umiejętność czytania w języku angielskim przynajmniej na poziomie ósmej klasy oraz wyrazić gotowość do przeczytania poradnika i zastosowania się do jego zawartości. Zestaw kwestionariuszy oceniających skuteczność programu terapeutycznego, został przesłany badanym pocztą, po upływie miesiąca od otrzymania poradnika. Stosowanie materiałów biblioterapeutycznych w ciągu jednego miesiąca zostało uznane za optymalny okres w wielu wcześniejszych zakończonych sukcesem badaniach (Sbraga, 2002 za: Gould, Clum, & Shapiro, 1993; Jamison & Scogin, 1995; Ogles, Craig, & Lambert, 1991). Ostatecznie 58. mężczyzn udzieliło odpowiedzi, pisemnie bądź telefonicznie, na pytania zawarte w kwestionariuszach. Uczestnicy, którzy odmówili uczestnictwa w badaniu – preferowali kontakt osobisty z terapeutą, bądź obawiali się, że ktoś, kto nie wie, że są chorzy, mógłby znaleźć poradnik. Analiza kwestionariuszy wykazała, że w wyniku ukierunkowanego, samopomocowego podejścia w postaci biblioterapii, badani nabyli większą wiedzę o strategiach prewencyjnych powrotu

---

<sup>3</sup> Dr Tamara Penix Sbraga wykłada psychologię kliniczną na Central Michigan University. Specjalizuje się w badaniach i leczeniu problemów z samokontrolą zachowań seksualnych. Jest członkiem Stowarzyszenia Rozwoju Terapii Behawioralnej, Stowarzyszenia Analizy Zachowań, Towarzystwa Naukowego Psychologii Klinicznej i Stowarzyszenia Terapii Przystępców Seksualnych. <https://www.newharbinger.com/author/tamara-penix-sbraga>

do nałogu oraz zaczęli wykazywać mniejszą częstotliwość i wagę strat spowodowanych brakiem seksualnej samokontroli. Badanie przeprowadzone przez T.P. Sbraga uświadamia, że zaawansowana biblioterapeutyczna prewencja powrotu do nałogu może przybrać postać efektywnej, niedrogiej, nieinwazyjnej i ogólnodostępnej interwencji dla osób dotkniętych problemem seksualnej samokontroli.

Metaanaliza (Hubin et al., 2011) opisanych powyżej badań wskazuje, że rezultaty uzyskane przez pacjentów, którzy używali materiałów biblioterapeutycznych w terapii są znacznie lepsze od tych, którzy czytali wybrane przez siebie książki nie uczestnicząc w terapii i od grup kontrolnych niepodlegających leczeniu. Jednocześnie należy zaznaczyć, że mankamentem powyższych badań, była najczęściej mała próba, bądź brak danych z badań długofalowych. Omówione prace przypominają, że podstawy biblioterapii nie opierają się tylko na badaniach naukowych. Istnieje wiele przeszkód w ocenie efektywności narzędzi biblioterapeutycznych. Biblioterapia może, ale nie musi okazać się skuteczna we wspomaganie rozwoju osobistego, rozwiązywaniu problemów i im zapobieganiu. Żaden cytowany autor nie twierdzi również, że biblioterapia jest bardziej efektywna niż tradycyjna terapia seksualna, ale co najważniejsze większość widzi poprawę wśród pacjentów (Hubin et al., 2011).

#### **IV. Profil osoby najbardziej podatnej na biblioterapię zaburzeń seksualnych**

Biblioterapia jak każda terapia seksualna wymaga zaangażowania i aktywnego uczestnictwa, stąd też pożądana jest zdolność do samzarządzania (*self-management*). Jednocześnie im mniejsza frekwencja wizyt u terapeuty, tym mniejsze wsparcie i zachęta dla szukających pomocy. Wymagana jest wytrwałość w czytaniu rekomendowanych książek i stosowanie w praktyce zaleceń. Co więcej, w każdej terapii zaburzeń seksualnych chodzi o to, żeby ludzie po zakończeniu terapii tradycyjnej czy biblioterapii wciąż stosowali się do jej wytycznych. Jeśli biblioterapia pozbawiona jest kontaktu z terapeutą, albo kontakt jest rozciągnięty w czasie (*spaced-out contact*), jest ona wtedy mniej spersonalizowana niż tradycyjna. Czytelnicy muszą stosować materiały biblioterapeutyczne w odpowiedni dla siebie sposób, biorąc pod uwagę sytuację, kontekst i rodzaj relacji, w której się znajdują. Niezbędna jest świadomość zależności pomiędzy autoanalizą poznawczą, emocjonalną i zachowania (Hubin et al., 2011).

Wielką wagę przykładą się do umiejętności czytania. Tradycyjna biblioterapia przeznaczona jest dla ludzi, którzy mają wyrobiony zmysł i smak czytelniczy. Wielu kobiet i mężczyzn jednak nie cieszy czytanie, albo przynajmniej nie odpowiada im lektura literatury erotycznej (Hubin et al., 2011). Prawdopodobnie (musi to być jeszcze

zbadane) najlepsze rezultaty dzięki biblioterapii zaburzeń seksualnych osiągają ludzie, którzy są bardziej skrupulatni, sumienni, dokładni, zorganizowani od tych, którzy są niecierpliwi i niewyedukowani. Co ciekawe, najlepiej wykształceni nie są również najbardziej podatni na leczenie biblioterapeutyczne. Obecnie wydaje się, że to kobiety będą wykazywać najbardziej pozytywne nastawienie w kierunku samopomocy biblioterapeutycznej. Są one też lepiej wyedukowane od mężczyzn. Mężczyźni wykazują większą wrażliwość wobec obrazów erotycznych, a kobiety lepiej odbierają symbolizm, klimat, atmosferę – elementy, które najpełniej łączy w sobie literatura (Hubin et al., 2011). Jakość relacji w związku pełni również bardzo ważną rolę w powodzeniu leczenia dysfunkcji seksualnych za pomocą działań biblioterapeutycznych.

## **V. Zalety biblioterapii w leczeniu zaburzeń seksualnych**

Biblioterapia zwiększa dostępność leczenia seksuologicznego. Leczenie może ograniczyć, bądź czasami wykluczyć kontakt z terapeutą. Jest to ważne dla pacjentów, którzy wolą uniknąć ujawniania i opisywania intymnych szczegółów pożycia. Niektórzy pacjenci nie kierują się obawą przed kontaktem z terapeutą, ale po prostu nie mają czasu regularnie spotykać się ze specjalistą. Zaletą biblioterapii jest to, że książki są szeroko dostępne i mogą być czytane zawsze i wszędzie przez czytelników szukających rozwiązania swoich problemów. Kolejny praktyczny czynnik to cena: książka jest tańsza od terapii. Biblioterapia jest mniej inwazyjna, mniej restrykcyjna i mniej kosztowna, a przede wszystkim dostępna i możliwa również w zaciszu domowym (Hubin et al., 2011).

## **VI. Zakończenie**

Biblioterapia zaburzeń seksualnych uświadamia wielość podejść terapeutycznych. Do tej pory jednak niewiele narzędzi biblioterapeutycznych zostało potwierdzonych empirycznie w terapii seksualnej, dlatego też powinny być prowadzone dalsze badania w tym zakresie. (Hubin et al., 2011). Nie ulega wątpliwości, że biblioterapia nie jest tym samym, co tradycyjna terapia, jednak oferuje ona ciekawą i efektywną alternatywę, a jako narzędzie dopełnia tradycyjne metody terapii zaburzeń seksualnych.

### **Bibliografia:**

Balzer, A. M. (2012). Efficacy of bibliotherapy as a treatment for low sexual desire in women. (Unpublished doctoral dissertation). University of Missouri, Columbia, s. 87-89.

- Bauer, R., Stein, J. (1973). Sex counseling on campus: short-term treatment techniques. *Am. J. Orthopsychiatry*, nr 5, s. 845 – 853.
- Catania, J. A., Pollack, L., McDermott, L. J., Qualls, S. H., Cole, L. (1990). Help-seeking behaviours of people with sexual problems. *Arch Sex Behav* Vol. 19, s. 235-250.
- Hall, K. (2004). *Reclaiming Your Sexual Self: How You Can Bring Desire Back into Your Life*. Hoboken, NJ: Wiley.
- Hubin, A., De Sutter, P., Reynaert, C. (2011). Bibliotherapy: An effective therapeutic tool for female sexual dysfunction? *Sexologies* Vol. 20, s. 88-93.
- Libman, E., Fichten, C.S., Brender, W., Burstein, R., Cohen, J., Binik, G. (1984). A comparison of three therapeutic formats in the treatment of secondary orgasmic dysfunction. *J Sex Marital Ther* Vol. 10(3), s. 147-159.
- Mintz, L. (2009). *A tired woman's guide to passionate sex*. Avon, MA: Adam's Media.
- Sbraga, T. P. (2002). Sexual Self-Control: Development and Preliminary Evaluation of a Cognitive-Behavioral Bibliotherapy Intervention. (Unpublished doctoral dissertation). University of Nevada, Reno.
- Szulc, W. (1991). Biblioterapia. Stan badań. *Biul. Gl. Bibl. Lek.*, nr 345, s. 14 - 32.
- Gostyńska, M. D. (1967). Terapia czytelnicza jako jedna z metod psychoterapii leczniczej. *Zdrowie Psychiczne*, nr 1, s. 33 - 41.
- Van Lankveld, J. J. D. M., Everaerd, W., Grotjohann, Y. (2001). Cognitive-behavioral bibliotherapy for sexual dysfunctions in heterosexual couples: a randomized waiting-list controlled clinical trial in the Netherlands. *J Sex Res* Vol. 38(1), s. 51-67.
- Yeater, E. A., Naugle, A. E., O'Donohue, W., Bradley A. R. (2004). Sexual Assault Prevention With College-Aged Women: A Bibliotherapy Approach. *Violence and Victims*, Vol. 19, Nr 5, October, s. 594.

## Rozdział 15.

### **Studia Podyplomowe Biblioterapii w Instytucie Psychologii Uniwersytetu Wrocławskiego**

*(Wiktor Czernianin, Kiriakos Chatzipentidis)*

W Instytucie Psychologii Uniwersytetu Wrocławskiego w roku akademickim 2010/2011 rozpoczęły się zajęcia (I edycja) na utworzonych Studiach Podyplomowych Biblioterapii. Przeznaczonych dla osób z wykształceniem wyższym magisterskim lub licencjackim, pragnących pogłębić wiedzę i umiejętności w zakresie biblioterapii (pedagogów, bibliotekarzy, polonistów, wychowawców, pracowników socjalnych i służby zdrowia, także osób duchownych oraz wszystkich pracujących w zawodzie nauczycielskim). Podczas zajęć uczestnicy zapoznają się ze stosowaniem biblioterapii w rozwiązywaniu psychologicznych i pedagogicznych problemów jednostki, pojawiających się na różnych etapach życia. Studia Podyplomowe Biblioterapii (doskonalące) - adresowane są do osób zainteresowanych praktycznym zastosowaniem biblioterapii, a ponadto program uwzględnia przygotowanie do pracy naukowej w dziedzinie biblioterapii, metodologię badań naukowych, zgodnie z zaleceniami organizacji międzynarodowych zajmujących się standardami edukacji w zakresie terapii przez sztukę. Uzyskał akceptację Komisji Certyfikacyjnej Stowarzyszenia Arteterapeutów Polskich „Kajros”.

Program Studiów obejmuje przedmioty w obrębie bloków tematycznych, takich jak:

- *Psychologiczno-pedagogiczne podstawy biblioterapii*: blok tematyczny ukazujący istotną rolę psychologii i pedagogiki w współtworzeniu interdyscyplinarnych podstaw biblioterapii. Przedmiotem pierwszej części zajęć jest przede wszystkim ogólna wiedza psychologiczna, zwłaszcza na temat głównych typów zaburzeń osób poddawanych leczeniu w procesie biblioterapii, w którym postawienie diagnozy, czyli rozpoznanie problemów uczestnika biblioterapii, jest – obok odpowiedniego doboru literatury - czynnikiem decydującym w ogóle o powodzeniu terapii. Druga, pedagogiczna część zajęć, to zagadnienie przydatności wiedzy o rozwoju człowieka w biblioterapii związane ściśle z zachowaniem osób, wobec których podejmowane są działania terapeutyczne. Bez wątpienia wiedza taka jest jednym z podstawowych warunków skutecznej biblioterapii, zwłaszcza rozwojowo-wychowawczej. Jej podstawowym założeniem jest bowiem postrzeganie człowieka jako jednostki aktywnej, tzn. człowiek jest dla niej podmiotem działającym

w swoim środowisku, a więc podejmującym zadania, realizującym je, nawiązującym trwale, pozytywne relacje z otoczeniem społecznym.

- *Terapia przez sztukę*: blok zagadnień wprowadzających w problematykę terapeutycznego oddziaływania sztuk pięknych (arteterapia) oraz spokrewnionych z literaturą, przede wszystkim sztuki filmowej jako widzialnej i słyszalnej literatury (filmoterapia), sztuki teatralnej jako literatury mówionej (dramoterapia), a także często stosowanych z biblioterapią: muzykoterapii, choreoterapii i grafoterapii.

- *Literatura piękna*: blok tematyczny o narzędziu terapeutycznym w biblioterapii. Z racji tego, że największą grupę uczestników biblioterapii stanowią dzieci i młodzież, obecny jest w tym bloku dłuższy cykl wykładów na temat literatury pięknej właśnie dla nich, jako podstawowym warsztacie biblioterapeuty. Silny akcent położono także na zajęcia poświęcone samej umiejętności pisania opowiadań, scenariuszy filmowych, sztuk scenicznych, prowadzonych przez czynnych twórców.

- *Biblioterapia. Teoria i praktyka*: najistotniejszy blok tematyczny z m.in. następującymi zagadnieniami teoretycznymi:

1. Istota i podstawy teoretyczne biblioterapii.
2. Cele, zadania, zastosowanie oraz rodzaje biblioterapii.
3. Literatura piękna jako środek oddziaływania terapeutycznego.
4. Kryteria doboru książek i innych materiałów czytelniczych.
5. Metody i techniki biblioterapeutyczne.
6. Uczestnicy biblioterapii.
7. Kto może być biblioterapeutą.
8. Przykładowe programy biblioterapeutyczne.

Część praktyczna to kilkadziesiąt godzin ćwiczeń biblioterapeutycznych m.in. w pracy z osobami z zaburzeniami emocjonalnymi, niedostosowanymi społecznie, poczuciem mniejszej wartości, z deprywacją czynnościową, upośledzonymi w stopniu lekkim.

Studia trwają dwa semestry (letni i zimowy) i są odpłatne. Zajęcia dydaktyczne, w wymiarze 265. godzin, odbywają się raz w miesiącu (od piątku po południu do niedzieli wieczorem) w trakcie 10. zjazdów. Uczestnicy otrzymują Świadectwo Ukończenia Studiów Podyplomowych w zakresie biblioterapii.

*Wymagane dokumenty:*

1. Podanie do J.M. Rektora.
2. Odpis dyplomu ukończenia studiów lub kserokopię dyplomu poświadczoną przez jednostkę przyjmującą dokumenty.



3. Kserokopię dowodu osobistego.
4. Kwestionariusz osobowy.
5. Dwa zdjęcia 35 mm x 45 mm.
6. Umowa o warunkach wnoszenia opłaty.

*Wymagane wykształcenie:*

- ukończone wyższe studia magisterskie lub licencjackie,

*Zasady naboru:*

- według kolejności zgłoszeń (ilość miejsc ograniczona);
- Kandydat zostaje przyjęty na studia po dokonaniu wpłaty na konto Bank Zachodni WBK 4 O/Wrocław, 71 1090 2503 0000 0006 3000 0004 z dopiskiem:

Podyplomowe Studia Biblioterapii 2-13-201.

**Dodatkowe informacje (Plan zajęć): [www.psychologia.uni.wroc.pl](http://www.psychologia.uni.wroc.pl) (zakładka: Studia).**



## Część II

### Literatura i terapia



# Rozdział 1.

## Psychologia literatury w świetle biblioterapii

(Wiktor Czernianin i Halina Czernianin)

René Wellek i Austin Warren, to jedni z nielicznych autorów, którzy spróbowali wyjaśnić termin „psychologia literatury” pisząc, że „oznacza [1] psychologiczne studium pisarza jako istoty typowej czy też jednostki [2] albo badanie procesu twórczego, [3] albo analizę typów i praw psychologicznych, które spotykamy w utworach literackich, [4] lub wreszcie problematykę oddziaływania literatury na czytelników (psychologię publiczności literackiej).”<sup>1</sup> Zastrzegli się przy tym, że jedynie trzecie znaczenie należy do nauki o literaturze w najściślejszym znaczeniu słowa. Dwa pierwsze to działy psychologii sztuki; ich zdaniem oddają one niekiedy usługi przy nawiązywaniu kontaktu z literaturą, czwarty dział przynależy do socjologii literatury.<sup>2</sup> Z określeniem „psychologii literatury” R. Welleka i A. Warrena koresponduje poniekąd wypowiedź Zenona Waldemara Dudka na jej temat: „psychologia literatury, korzystając z odkryć psychoanalizy czy psychologii Junga, uzyskała możliwość wglądu w proces twórczy, pokazała wielowymiarowy charakter zagadnień związanych z dziełem literackim. Interesuje ją znaczenie twórczości literackiej dla konkretnego człowieka i całego organizmu kultury oraz prawa rządzące przeżyciem twórczym.”<sup>3</sup>

W biblioterapii dzieło literackie interpretowane jest jako środek oddziaływania terapeutycznego. Etymologia wyrazu „biblioterapia” (greckie *biblion* = książka, a *therapeo* = leczyć), wskazuje na jego funkcję i treść, tj. oznaczanie zastosowań lektury książek jako środka leczniczego chorych. Udział powyższych zagadnień w badaniach biblioterapeutycznych obejmuje więc przede wszystkim problematykę psychologii publiczności literackiej. Jest to więc literaturoznawstwo, które zajmuje się nie tylko samymi dziełami, lecz także intensywnością i zakresem procesu, który rozgrywa się między tekstem (jego autorem), a odbiorcą-pacjentem, gdyż w pojęciu biblioterapii - SŁOWO zdolne jest leczyć

---

<sup>1</sup> R. Wellek, A. Warren, *Teoria literatury*, przekład pod redakcją i z posłowiem M. Żurowskiego, PWN, Warszawa 1970, rozdz. VIII, *Literatura i psychologia*, s. 99. Trudno znaleźć zadowalającą słownikową definicję „psychologii literatury”, najczęściej hasła tego po prostu nie ma. Zob., np.: M. Głowiński, T. Kostkiewiczowa, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, *Słownik terminów literackich*, pod red. J. Sławińskiego, Wyd. Ossolineum, Wrocław 1976, oraz późniejsze wydania.

<sup>2</sup> R. Wellek, A. Warren, op. cit., s. 99.

<sup>3</sup> Z. W. Dudek, *Słowo wstępne*, w: *Psychologia literatury. Zaproszenie do interpretacji*, red. serii: Cz. Dziekanowski, Wyd. Eneteia, Warszawa 1999, s. 9.

duszę i pomóc w leczeniu ciała.<sup>4</sup> Chodzi tu o głębsze oddziaływanie psychologiczne słowa i tekstu, o cechach trwalszych, i to w kierunkach i skutkach częściowo przynajmniej zamierzonych. „Słowo – jak pisze Z.W. Dudek - i kreowany przez nie obraz są czymś więcej niż tylko ekspresją wyobraźni, imaginacją czy alegorią. Słowo i obraz przynależą do głębszych warstw kultury, są częścią zbiorowego mitu. [...] Literatura ma stałe miejsce w kulturze i oddziałuje na człowieka w wielkim trójkącie, który tworzą trzy wymiary podstawowej aktywności ludzkiej: umysł, uczucia i wyobraźnia. Słowo, obraz i mit zagospodarowują wiedzę i intelekt, wyobraźnię i intuicję, uczucia i indywidualne przeżywanie. Czytanie powieści, spotkanie ze sztuką i literaturą zdają się być doświadczeniem niezastąpionym, gdyż afirmują one irracjonalny wymiar istnienia, wobec którego racjonalna wiedza przyjmuje z zasady postawę krytyczną. Psychologia literatury wskazuje, że możliwa jest droga poznania alternatywna wobec jednostronnej metody obiektywnej. Nastrajając się na odbiór i poddając się refleksji, czytelnik i interpretator doświadczają przemiany zainspirowanej obrazami powieści, wzbogacają swoją osobowość.”<sup>5</sup>

Zatem psychologiczne podejście do sztuki literackiej nie potrzebuje w biblioterapii żadnych dodatkowych uzasadnień. Psychologia wraz z literaturoznawstwem współtworzy interdyscyplinarne podstawy teoretyczne biblioterapii. W gruncie rzeczy stanowi jej istotę, gdyż obejmuje niezwykle ważną problematykę oddziaływania terapeutycznego sztuki literackiej, a analiza psychologiczna dzieła literackiego stanowi w niej jeden z głównych elementów interpretacji wchodzący w przedstawione przez R. Welleka i A. Warrena zakresy psychologii literatury. „Dostarcza ona – jak pisze Z. W. Dudek – różnych perspektyw widzenia powieści, literatury i całej kultury. Interpretacje literatury stanowią pomost między światem wiedzy i świadomości, który reprezentuje na przykład psychoanaliza, a światem irracjonalności, snu i wyobraźni, który pielęgnuje literatura.”<sup>6</sup> Rodzi się pytanie o zastosowanie psychologii literatury w biblioterapii, gdyż „psychologia literatury może spełnić rolę mediatora między światem wiedzy i racjonalizmu, reprezentowanym przez psychologię i psychoanalizę, a światem literatury, zakorzenionym w doświadczeniu świata irracjonalnego.”<sup>7</sup> Aby na nie odpowiedzieć należy najpierw przypomnieć, ze zwięźszonej perspektywy biblioterapii i w skrócie, główne - według R. Welleka i A. Warrena - zagadnienia psychologii literatury.

<sup>4</sup> J. Trzynadłowski, *Biblioterapia - złudzenia i nadzieje*, „Arteterapia” II. Zesz. Nauk. Akad. Muzycz. we Wrocławiu, nr 52, s. 53.

<sup>5</sup> Z. W. Dudek, op. cit., s. 9-10.

<sup>6</sup> Tamże, s. 10.

<sup>7</sup> Tamże.

## I. Psychologiczne studium pisarza

### I.1. Istota „pisarskiego daru”

Już starożytni Grecy kojarzyli go z „szaleństwem”, w którym widzieli coś pośredniego między stanem neurotycznym a obłąkaniem. „Poeta jest >opętany<, całkiem inny niż reszta ludzi, nie dorównywa im i zarazem góruje nad nimi, przemawia w transie, który należy do sfery jednocześnie wyższej i niższej niż myśl rozumna.”<sup>8</sup> Według innej, równie antycznej tradycji, „dar” poetycki jest rekompensatą. Oczywiście, upośledzenie i kompensacja nie zawsze odpowiadają sobie w sposób tak prosty, niemniej jest to ciekawe z perspektywy biblioterapii. R. Welles i A. Warren podają przykłady takiej kompensacji w tradycji literackiej: „w *Odysei* Muza odebrała Demodokosowi wzrok, ale udzieliła mu pięknego daru słowa, podobnie jak ślepy Tyrezjasz został wynagrodzony jasnowidzeniem. Pope był garbaty i mały jak karzeł, Byron miał jedną nogę krótszą, Proust był neurotykiem pod wpływem astmy i swojego półżydowskiego pochodzenia, Keats odznaczał się wzrostem niższym niż przeciętny, Thomas Wolfe nienormalnie wysokim.”<sup>9</sup> Lecz konkludują autorzy: „teoria ta jest zbyt łatwa, żeby nie nastroczała trudności. Po fakcie dla każdego sukcesu można znaleźć motywację kompensującą, ponieważ każdy człowiek ma jakieś dolegliwości, które mogą służyć jako bodźce.”<sup>10</sup> Jednakże teoria ta wymaga zastanowienia się nad stosunkiem fantazji do rzeczywistości. Zygmunt Freud szczegółowo go opisał w szkicu *Pisarz i fantazjowanie*.<sup>11</sup> Sądził, że pisarz czyni to samo, co dziecko, które się bawi: „stwarza on świat fantazji, który traktuje z całą powagą, czyli wyposaża go w wielkie potencjały afektów, jaskrawo odróżniając go od rzeczywistości.”<sup>12</sup> Jest człowiekiem, który właściwie odwraca się od rzeczywistości, więcej: jest neurotykiem, ponieważ nie może przyjąć postawionego mu wymagania, żeby zrezygnował z realizacji swoich instynktów, i który dlatego w sferze wyobraźni rozwija pełnię swoich dążeń erotycznych i ambicjonalnych. Ale znajduje także drogę powrotu z tego fantastycznego świata do rzeczywistości. Pisarz jest więc fantastą śniącym na jawie, ale społecznie uprawomocnionym. Zamiast zmienić charakter, utrwała i publikuje swoje

<sup>8</sup> R. Welles, A. Warren, op.cit., s. 99.

<sup>9</sup> Tamże, s. 99-100. Według legendy Homer był ślepcem. W *Odysei* niewidomy bard Demodokos opiewa bohaterskie czyny. Tyrezjasz – wróżbita. Niektórzy badacze podają, że w wielu regionach w rytualny sposób bardów pozbawiano wzroku, co miało stymulować pamięć. Pope Alexander (1688-1744), angielski pisarz, najwybitniejszy twórca i teoretyk klasycyzmu w Wielkiej Brytanii w XVIII w. George Gordon Noel Byron (1788-1824), jeden z największych angielskich poetów i dramaturgów. Marcel Proust (1871-1922), francuski pisarz, autor powieści *W poszukiwaniu straconego czasu*. John Keats (1795-1821), angielski poeta, jeden z głównych przedstawicieli romantyzmu. Thomas Clayton Wolfe (1900-1938), powieściopisarz amerykański.

<sup>10</sup> Tamże, s. 100.

<sup>11</sup> Z. Freud, *Dziela*, Tom X, *Sztuki plastyczne i literatura*, rozdz. *Pisarz i fantazjowanie (1908 [1907])*, przeł. R. Reszke, Wydawnictwo KR, Warszawa 2009, s. 145 i n.

<sup>12</sup> Tamże, s. 145.

urojenia.<sup>13</sup> Jak pisze Zofia Rosińska: „wczesne przypuszczenia Freuda dotyczące tożsamości mechanizmów twórczych i nerwicogennych najczęściej były wyrażane w listach do jego przyjaciela W. Fliessa, w końcu XIX i na przełomie XX stulecia. Współgrały z celebrowanym w tym czasie obrazem artysty jako *innego*. [...]; np. w liście z 1897 roku pisał Freud, że >mechanizm pisania twórczego jest tak sam jak mechanizm fantazji histerycznych<.”<sup>14</sup> Powodów inności artysty upatrywał więc w patogennych czynnikach psychicznych, w chorobie.

„Nie sposób pominąć – podkreśla Freud w innym miejscu – kwestii stosunku fantazji do marzenia sennego. Także nasze nocne rojenia to nic innego, jak takie właśnie fantazje – możemy tego dowieść w sposób niewątpliwy objaśniając marzenia senne.”<sup>15</sup> Artysta dzięki szczególnym uzdolnieniom, które posiada, nadaje jednak swoim urojeniom postać rzeczywistości nowego rodzaju i ludzie uznają je za pełnowartościowe odbicie autentycznego życia. W pewien sposób faktycznie staje się on tym bohaterem, którym chciał być, królem, twórcą, przedmiotem uwielbienia, nie wchodząc na zawiłą drogę, jaką jest powodowanie rzeczywistych zmian w zewnętrznym świecie.<sup>16</sup> Skoro artysta może stać się tym bohaterem to i – w świetle biblioterapii – czytelnik, który bardzo często pragnie rzeczywistych zmian zarówno w swoim świecie wewnętrznym, jak i zewnętrznym. Również sama twórczość, pisanie - w perspektywie biblioterapii – jest pewnym sposobem działania w zewnętrznym świecie, bo gdy oddającemu się marzeniom fantazji wystarczy marzenie o zapisywaniu swoich marzeń, to człowiek, który rzeczywiście pisze, jest pochłonięty czynnością uzewnętrzniania się i przystosowywania do społeczeństwa.<sup>17</sup>

Freud rozróżniał dwie kategorie poetów: „którzy – jak dawni epicy i tragicy – przejmują gotową już materię, od tych, którzy, jak się wydaje, woleliby czerpać tworzywo z własnej fantazji.”<sup>18</sup> Na pewno pisarz nie jest typem jednolitym. Upraszczając sprawę R. Wellek, A. Warren podali typologiczną odrębność dwóch kategorii: „poety >opętane<, tzn. charakteryzującego się automatyzmem, obsesją lub wizjonerstwem, i >twórcy<, czyli pisarza, którego podstawową cechą jest wyuczona sprawność, odpowiedzialne rzemiosło. Ten podział zdaje się mieć pewne uzasadnienie historyczne: poeta >opętany< to wieszcz prymitywny, szaman, a później romantyk, ekspresjonista, nadrealista [...]; poeci renesansowi oraz klasycy to przykłady >twórców<. W tych dwóch typach trzeba oczywiście widzieć nie przeciwstawne możliwości, które się wykluczają, lecz bieguny; wielcy pisarze [...], powinni być rozumiani jako >twórcy< i jednocześnie artyści nawiedzeni

<sup>13</sup> Tamże, s. 146-149. Zob. także R. Wellek, A. Warren..., op. cit., s. 101.

<sup>14</sup> Z. Rosińska, *Psychoanalityczne myślenie o sztuce*, PWN, Warszawa 1985, s. 89-90. Wilhelm Fliess (1858-1928), lekarz, twórca ogłoszonej w 1897 roku teorii biorytmów.

<sup>15</sup> Z. Freud, op. cit., s. 148-149.

<sup>16</sup> R. Wellek, A. Warren, op. cit., s. 101.

<sup>17</sup> Tamże.

<sup>18</sup> Z. Freud, op. cit., s. 149.



przez >opętanie<, łączący obsesyjnie doznawaną wizję życia i świadomą, precyzyjną staranność w ukazywaniu tej wizji.”<sup>19</sup> Potwierdzają to oczywiście także współcześni pisarze, np. Czesław Dziekanowski: ”Jest cudownie znać siebie, ale również dobrze jest nie znać siebie, jeśli się tworzy, bo wtedy wiadomo, dokąd się dotrze. Wolę żywić przekonanie, że jestem tajemnicą dla samego siebie, ponieważ wówczas łatwiej jest mi eksperymentować z językiem, postaciami, fabułą, po prostu zdawać się na intuicję, która jest intensywnym wyrazem spontaniczności. Zajmując się literaturą zawsze wierzyłem w powiązania ognia z wodą, dyscypliny ze spontanicznością. Dla mnie mistrzostwo polega na przenikaniu się tych dwóch sprzeczności.”<sup>20</sup>

Trzeba dodać, że najbardziej może wpływowo wśród sformułowań powyższej biegunowości okazało się to, które Fryderyk Nietzsche dał w *Narodzinach tragedii* (1872) przeciwstawiając Appolina i Dionizosa, greckich patronów sztuki oraz reprezentowane przez nich dwie postawy twórcze: psychiczny stan marzenia i ekstazy upojenia. Odpowiada to mniej więcej rozróżnieniu klasycznego „twórcy” i romantycznego poety „opętanego” albo wieszczka.<sup>21</sup>

## I.2. Pisarz jako typ psychologiczny i jednostka

Carl Gustaw Jung opracował szczegółową typologię psychologiczną, w której „ekstrawersja” oraz „introwersja” tworzą podziały czterech typów określonych przewagą myśli, uczucia, intuicji albo zmysłowej wrażliwości.<sup>22</sup> Rozróżnił więc osiem typologicznych grup: dwie postawy osobowościowe oraz cztery wspomniane funkcje, z których każda może działać w sposób introwertyczny lub ekstrawertyczny. Jung pisał, że „w ogólności specyfika ekstrawertyka polega na dążności do nieustannej autoprezentacji i rozszerzania sfery swych wpływów na wszystkich i wszystko, natomiast introwertyka charakteryzuje tendencja do obrony przed roszczeniami świata zewnętrznego, do możliwie jak największego powstrzymywania się od jakiegokolwiek wydatkowania energii na rzecz przedmiotu, rekompensowaną przez pragnienie zapewnienia sobie możliwie bezpiecznej i silnej pozycji.”<sup>23</sup> Innymi słowy introwersja i ekstrawersja to psychiczne sposoby adaptacji. Czynnikiem rozstrzygającym w określeniu, czy jakiś człowiek jest introwertykiem, czy ekstrawertykiem, w przeciwieństwie do określenia, jaką postawę aktualnie przejawia, nie jest to, co robi, lecz raczej motywacja, która nim

<sup>19</sup> R. Wellek, A. Warren, op. cit., s. 105.

<sup>20</sup> Cz. Dziekanowski, *Rozmowy o świadomości literackiej*, Eneteia. Wydawnictwo Psychologii i Kultury, Warszawa 2006, s. 11.

<sup>21</sup> R. Wellek, A. Warren, op. cit., s. 105-106.

<sup>22</sup> Tamże, s. 104. Zob. C. G. Jung, *Typy psychologiczne*, przeł. R. Reszke, Wyd. WROTA KR, Warszawa 1997, Rozdz. X. *Ogólny opis typów*, s. 369-453.

<sup>23</sup> C. G. Jung, *Typy psychologiczne*, op. cit., s. 371.

kieruje – kierunek, w którym jego energia zazwyczaj płynie w sposób naturalny.<sup>24</sup> „Introwersja normalnie charakteryzuje się naturą wahającą się, refleksyjną, nie narzucającą się, która zadowala się sobą, unika przedmiotów, zawsze przyjmuje postawę trochę obronną i woli kryć się za badawczą nieufnością. Ekstrawersja normalnie charakteryzuje się naturą wychodzącą naprzeciw, otwartą i zgodliwą, która łatwo przystosowuje się do danej sytuacji, szybko się przywiązuje i, usuwając na bok wszelkie możliwe obawy, często angażuje się beztrudnie i ufnie w nieznaną sytuację. W pierwszym przypadku najważniejszą rzeczą jest, oczywiście, podmiot, w drugim zaś przedmiot.”<sup>25</sup> To, czy jakiś człowiek jest przede wszystkim introwertykiem, czy ekstrawertykiem, staje się oczywiste dopiero w związku z jedną z czterech funkcji, z których każda reprezentuje szczególną dziedzinę: myślenie odnosi się do procesu poznawczego, percepcja jest spostrzeganiem za pośrednictwem fizycznych organów zmysłowych, uczucie jest funkcją subiektywnego sądu, czyli oceny, a intuicja odnosi się do spostrzegania za pośrednictwem nieświadomości. W skrócie: funkcja percepcyjna ustala, że coś istnieje; myślenie mówi nam, co to znaczy; uczucie informuje nas, co to jest warte; a dzięki intuicji mamy poczucie jego możliwości.<sup>26</sup>

Jak zauważyli R. Wellek, A. Warren: „wbrew temu, czego się można spodziewać, Jung nie uznaje wszystkich pisarzy za intuicyjnych introwertyków, ani nawet ogólnie – za introwertyków. Stwierdza także – co stanowi dodatkowe ostrzeżenie przed upraszczaniem problemu – że różni pisarze realizują w twórczości swój typ psychologiczny, ale są i tacy, którzy wypowiadają się za pośrednictwem typu przeciwnego, będącego dopełnieniem ich typu. Trzeba przyznać, że *homo scriptor* nie jest typem jednolitym. Jeżeli sobie wyobrazimy romantyczną sylwetkę, która byłaby stopem takich pisarzy, jak Coleridge, Shelley, Baudelaire i Poe, musimy natychmiast uprzytomnić sobie, że istnieją również Racine, Milton i Goethe albo Jane Austen i Trollope. Można zacząć od rozróżnienia liryków i poetów dramatycznych z jednej strony, przeciwstawiając im dramaturgów oraz – jako mających wiele wspólnego między sobą – poetów epickich i powieściopisarzy.”<sup>27</sup>

<sup>24</sup> D. Sharp, *Leksykon pojęć i idei C. G. Junga*, przeł. J. Prokopiuk, Wyd. Wrocławskie, Wrocław 1998, s. 162.

<sup>25</sup> Tamże.

<sup>26</sup> Tamże, s. 163.

<sup>27</sup> R. Wellek, A. Warren, op. cit., s. 104-105. Samuel Taylor Coleridge (1772-1834), angielski poeta, wraz z Williamem Wordsworthem uznawany za prekursora romantyzmu w literaturze brytyjskiej. Percy Bysshe Shelley (1792-1822), angielski poeta i dramaturg. Przedstawiciel angielskiego romantyzmu. Charles Pierre Baudelaire (1821-1867), poeta i krytyk francuski, parnasista zaliczany do grona tzw. poetów przeklętych. Znany także z przekładów, m.in. utworów Edgara Allana Poeego. Prekursor symbolizmu i dekadentyzmu. Edgar Allan Poe (1809-1849), poeta i powieściopisarz amerykański. Przedstawiciel romantyzmu w literaturze amerykańskiej. Jean-Baptiste Racine (1639-1699), francuski dramaturg, główny przedstawiciel późnobarokowego klasycyzmu. John Milton (1608-1674), poeta i pisarz angielski, autor *Raju utraconego*. Johann Wolfgang von Goethe (1749-1832), najwybitniejszy niemiecki poeta okresu romantyzmu i jeden z najbardziej znaczących w skali światowej, dramaturg, prozaik, uczonek, polityk. Jane Austen (1775-1817),

Jung uważał, że każda jednostka twórcza „jest dwójnią, czy też syntezą paradoksalnych właściwości. Z jednej strony jest on człowiekiem i osobą, z drugiej jednak bezosobowym ludzkim procesem. Jako człowiek może on być zdrowy lub chory i dlatego jego osobistą psychologię można i trzeba wyjaśniać w aspekcie osobowym. Natomiast jako artysta jest zrozumiały jedynie na podstawie swego twórczego czynu.”<sup>28</sup> W konsekwencji twierdził, że „istota dzieła sztuki nie leży w tym, że jest ono obarczone szczególnymi właściwościami autora – im więcej takich właściwości wykazuje, tym mniej jest dziełem sztuki – lecz w tym, że wznosi się wysoko ponad motywy osobiste i przemawia z ducha i serca twórcy do ducha i serca ludzkości. Motywy osobiste są ograniczeniem, ba, wręcz grzechem sztuki. >Sztuka<, która wyłącznie lub w przeważającej mierze ma charakter osobisty, zasługuje na to, by traktować ją jak nerwicę. Jeśli szkoła freudowska głosi, że każdy artysta reprezentuje osobowość infantylną-autoerotyczną, to sąd ten może być słuszny w odniesieniu do niego jako osoby, nie jest jednak słuszny w odniesieniu do żyjącego w nim twórcy. Twórca bowiem nie jest ani autoerotyczny, ani heteroerotyczny, ani w ogóle erotyczny, tylko w najwyższym stopniu rzeczowy, bezosobowy, a nawet nieludzki czy ponadludzki, ponieważ jako artysta jest swym dziełem, a nie człowiekiem.”<sup>29</sup>

Z drugiej strony istnieje biografizm, metoda w badaniach literackich, polegająca na wyjaśnianiu dzieł poprzez takie czy inne elementy biografii ich autorów. Według tej koncepcji twórczość jest zdeterminowana przez bieg życia pisarza i jego właściwości psychologiczne, a utwór stanowi ich pochodną. Biografizm nie docenia zazwyczaj takich elementów, jak konwencja literacka, styl epoki itp., często zaś traktuje dzieło jako źródło wiedzy o pisarzu.<sup>30</sup> Niekiedy przeciwnicy biografizmu, jakby dzieląc poglądy Junga, pytali podirytowani: ”Co to właściwie obchodzi nas, historyków literatury, że autor *Hymnów* był w swym życiu trzykrotnie żonaty? Czy nie powinno nam być wszystko jedno, gdzie Kasprowicz przyszedł na świat: w chłopskiej chałupie w Szymborzu na Kujawach czy w szlacheckim dworcu nie opodal Nowogródka? Przedmiotem naszego zainteresowania jest przecież literatura, a więc pewne teksty, takie mianowicie, które wiążą się z funkcją czy też funkcjami estetycznymi – w żadnym zaś razie nie żony poety.”<sup>31</sup>

Istnieją dwa nurty badań psychologii jednostki twórczej. W pierwszym z nich punktem wyjścia są właśnie teorie psychologiczne Junga, przede wszystkim jego teoria

---

angielska pisarka. Anthony Trollope (1815-1882), był jednym z najważniejszych pisarzy angielskich ery wiktoriańskiej. Do dzisiaj jest jednym z najpopularniejszych pisarzy angielskich.

<sup>28</sup> C.G. Jung, *Archetypy i symbole. Pisma wybrane*, wybrał, przeł. i wstępem poprzedził J. Prokopiuk, Wyd. Czytelnik, Warszawa 1981, Rozdz. *Psychologia i literatura*, s. 421.

<sup>29</sup> Tamże.

<sup>30</sup> Hasło: *biografizm*, w: M. Głowiński, T. Kostkiewiczowa, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, *Słownik terminów literackich*, pod red. J. Sławińskiego, Wyd. Ossolineum, Wrocław 1976, s. 51.

<sup>31</sup> J. J. Lipski, *Biografia a interpretacja*, w: *Z problemów literatury polskiej XX wieku*, Tom I, *Młoda Polska*, red. tomu J. Kwiatkowski, Z. Babicki, PWI, Warszawa 1965, s. 180.

archetypu, stąd badania te występują w odmianie współczesnej krytyki o charakterze psychologiczno-genetycznym pod nazwą archetypowej lub mitograficznej krytyki. Zajmuje się ona tym, jak w literaturze trwają prastare wyobrażenia, ujęcia, obrazy, oraz związane z nimi emocje i przeświadczenia, nacisk pada jednak także na przeobrażenia, jakim one w literaturze podlegają w zależności od ewolucji. Na dzieło literackie w tym ujęciu składają się archaiczne wzorce istniejące w psychice, jego zasadniczym punktem odniesienia są tradycyjne symbole i mity.<sup>32</sup> W drugim nurcie punktem wyjścia są teorie psychologiczne Freuda, zwłaszcza psychoanaliza, stąd badania te występują w odmianie współczesnej krytyki o charakterze psychologiczno-genetycznym pod nazwą psychoanalitycznej krytyki. Posługując się narzędziami wypracowanymi przez Freuda (m.in. w analizie snów) bada dzieło jako świadectwo sposobów przeżywania właściwych pisarzowi, jego kompleksów, nieświadomości, utajonych dążeń itp.<sup>33</sup> Oba nurty zreferujemy posługując się ustaleniami Zofii Mitosek.<sup>34</sup>

Zasługą psychoanalizy, pisze Zofia Mitosek, było odkrycie utajonych motywacji zachowań człowieka, które mają źródło w jego fizjologicznej strukturze.<sup>35</sup> Freud przeciwstawił humanistycę - która w świadomym działaniu widziała specyfikę człowieka - wizję indywiduum rozdartego przez sprzeczności między egoistycznym, pobudzonym przez naturę popędem a sferą organizacji społecznej, chroniącej zbiorowość przed destrukcyjnymi instynktami jednostki, przy czym potraktował człowieka jako osobowość, a nie jako egzemplarz gatunku. Strukturę psychiczną określił jako współdziałanie między sferą popędów (*Id*), sferą kontrolowanych zachowań (*Ego*<sup>36</sup>) oraz polem zinterioryzowanych norm i zakazów społecznych (*Superego*).<sup>37</sup> Sprzeciwił się twierdzeniu, że zachowania są zdominowane przez świadomość; nie zrezygnował jednak z tego pojęcia, któremu przeciwstawił dwie opozycyjne kategorie: nieświadomość i podświadomość. Ta pierwsza jest dziedziną wrodzonych popędów; obok nich istnieją jednak w tej sferze pragnienia wyparte, aczkolwiek niezniesione, które szukają powrotu do świadomości i ujścia w działaniu. Podświadomość z kolei oznacza sferę treści akceptowanych przez świadomość, pozostających jednak poza jej kontrolą, takich jak wspomnienia czy asocjacje.<sup>38</sup> Równowaga, rozwiązanie konfliktów następuje za sprawą *Ego*, które dysponując cenzurą pozwala na realizację pewnych pragnień zmusza podmiot do wyparcia się innych. Proces wyparcia, niezwykle istotny w całej ekonomii popędów, polega na zniesieniu albo na

<sup>32</sup> Hasło: *archetypowa krytyka*, w: M. Głowiński, T. Kostkiewiczowa, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, *Słownik terminów literackich*, op. cit., s. 32.

<sup>33</sup> Tamże, hasło: *psychoanalityczna krytyka*, s. 356.

<sup>34</sup> Z. Mitosek, *Teorie badań literackich*, PWN, wyd. 3, Warszawa 1995.

<sup>35</sup> Tamże, s. 158.

<sup>36</sup> Zob. Z. Freud, *Poza zasadą przyjemności*, przeł. J. Prokopiuk, PWN, Warszawa 1975, s. 96 i n.

<sup>37</sup> Tamże, s. 159.

<sup>38</sup> Tamże.

przeniesieniu do sfery nieświadomości określonych myśli, dążeń, obrazów, wspomnień. Inną konsekwencją stłumienia pragnień jest powstawanie fantazmatów, które stanowią formacje zastępcze, rodzaje scenariuszy skupionych wokół tematu spełnienia. Sfera fantazmów znajduje się na ogół w świadomości: składają się na nią marzenia, wyobrażenia, fikcje. Fantazmy nieświadome realizują się w snach. Psychoanaliza głosi, że każdy sen okazuje się spełnieniem jakiegoś pragnienia, aczkolwiek rzadko kiedy spełnienie to w obrazie sennym następuje w sposób jasny i czytelny. Sama symbolika nie jest wynikiem pracy snu: według Freuda marzenie senne posługuje się symbolami, które są już gotowe w myśli nieświadomej. Stworzył nawet na użytek interpretacji snów własną teorię symbolu. Widział w nim jednostkę znaczeniową o charakterze obrazowym, której sens daje się odszyfrować przez odniesienie do mechanizmów nieświadomości, głównie do popędów erotycznych. Praca artystyczna ma podobne źródła jak praca snu. W ujęciu Freuda twórcze zachowania człowieka są wariantami czy maskami zawsze tej samej struktury onirycznej; pogrążony w marzeniach, jednocześnie zmuszony jest kierować się zasadą rzeczywistości.<sup>39</sup> Freud pisał: „śniący na jawie starannie ukrywa swoje fantazje przed innymi, ponieważ wyczuwa powody, by się ich wstydzić.[...]. W technice przezwyciężania tej odrazy, która na pewno ma coś wspólnego z barierami wznoszącymi się między każdym poszczególnym *Ego* a innymi, tkwi właściwa *ars poetica*.”<sup>40</sup>

Jedną z możliwości zaspokojenia popędu jest jego sublimacja: popęd zostaje odewany od pierwotnych bodźców seksualnych i skierowany na cele czy obiekty społecznie uznane. W tym miejscu wyłania się niezwykle istotny problem stosunku między aktywnością ludzką a sferą kultury. Działania człowieka, także te, które nie mają nic wspólnego z życiem erotycznym, znajdują przyczynę w dynamice popędów. Cechą gatunkową człowieka jest zdolność do realizacji pragnień w sposób zamaskowany, symboliczny, w formie stereotypowej. Dzięki mechanizmowi sublimacji istnieje twórczość artystyczna. Jest ona kompromisem między wymaganiami *Id* a normami kultury. Przy czym w koncepcji Freuda kultura nie jest sprzymierzeńcem popędów.<sup>41</sup> Przeciwnie, jako system norm moralnych i religijnych, jako zbiór reguł zachowania wypracowanych społecznie przeciwstawia się ona psychice indywidualnej w jego egoistycznych pragnieniach. W tym aspekcie wszystkie kultury są podobne; ich zadaniem jest okiełznanie instynktów biologicznych. Czynią to za pomocą otwartych represji (potępienie, odrzucenie) bądź też posługując się normami uwewnętrznionymi w *Superego*.<sup>42</sup>

<sup>39</sup> Tamże, s. 160-161.

<sup>40</sup> Z. Freud, *Pisarz i fantazjowanie*, op. cit., s. 152.

<sup>41</sup> Zob. Z. Freud, *Kultura jako źródło cierpienia*, w: *Człowiek, religia, kultura*, wybór i przekład J. Prokopiuk, wstęp B. Suchodolski, Wyd. Książka i Wiedza, Warszawa 1967.

<sup>42</sup> Z. Mitosek, op. cit., s. 160-161.

Literatura odkrywa to, co rządzi życiem ludzkim, a co jest ukryte przed samymi ludźmi: sferę nieświadomości. Dzieło literackie stanowi syntezę, w centrum której znajduje się postać jako całość zachowań motywowanych na różnych poziomach motywacji, również jako tekst odsyłający do pewnej (skomplikowanej) rzeczywistości pozaliterackiej, odsyła bowiem w tym samym czasie do biografii autora, jest ekspresją jego psychiki. Dzieło literackie stwarza tym samym możliwości do analizy psychiki autora w jej najgłębszych, nieświadomionych przez samego pisarza, pokładach, w aktach wyparcia się, substytucji, sublimacji. Wiedza pisarska według Freuda płynie nie tyle z obserwacji świata, co z osobistego doświadczenia lub intuicji, której źródła kryją się w nieświadomości podmiotu twórczego. Odkrywczość literatury zatem polega na tym, że artysta dzięki szczególnemu talentowi jest w stanie opisać fenomeny nieświadomości, dążenia i popędy. Wynika to przede wszystkim z subiektywnego charakteru twórczości, albowiem: „powieściopisarz – pisze Freud – koncentruje uwagę na swojej własnej duszy, wsłuchuje się uważnie w jej wszystkie możliwości i zamiast wyprzeć się jej w świadomej krytyce, wyraża ją artystycznymi środkami”.<sup>43</sup> W literaturze dokonuje się to za pomocą operacji symbolizacyjnych, zbliżonych do pracy snu. Operacje te mają dwa poziomy: jeden z nich to poziom pisania, wyboru słów, układu fabuły. Jest to etap świadomej działalności, produkcji artystycznej. Według Freuda zajmuje on niewiele miejsca w całym akcie twórczym, którego podstawą stają się nieświadomione skojarzenia; to, co przemawia przez dzieło pisarza wbrew jego woli, tak jak w lapsusach językowych wbrew woli mówiącego przejawiają się jego nieświadomione pragnienia. Utwór stanowi reprezentację innego, nieartystycznego porządku; funkcją podmiotu twórczego nie jest kreacja, ale wyrażenie pokładów psychiki niejasnych dla tegoż samego podmiotu.<sup>44</sup>

Na przykład pierwsza praca Freuda o literaturze, tj. *Oblęd i sny w „Gradivie” Wilhelma Jansena (1907)*<sup>45</sup>, zdaje się odbiegać od stałych zainteresowań psychoanalitycznych. Opowiadanie Jansena<sup>46</sup> przykuwa uwagę Freuda nie tyle jako formacja sublimacyjna, co jako przekaz pewnej wiedzy o rzeczywistości. Freud w swoim studium nie może się nadszydzić, że duński artysta opisał w dziele, w historii bohatera, objawy neurozy, które on sam jako lekarz odkrył kilka lat później na podstawie badań eksperymentalnych. Nowelka opowiada o młodym archeologu, który urzeczony został pięknem młodej Greczynki, przedstawionej na płaskorzeźbie. W marzeniach i snach widział ją jako przysypaną przez gruzy ofiarę trzęsienia ziemi w Pompei. Niebawem pojechał tam i znalazł dziewczynę,

<sup>43</sup> Z. Freud, *Traumdeutung*, w: Z. Freud, *Gesammelte Schriften*, Leipzig 1925, t. II, rozdz.: *Traumarbeit*. Cyt. za: Z. Mitosek, op. cit., s. 162.

<sup>44</sup> Tamże, s. 164.

<sup>45</sup> Zob. Z. Freud, *Dzieła*, Tom X, *Sztuki plastyczne i literatura*, rozdz. *Oblęd i sny w „Gradivie” Wilhelma Jansena (1907 [1906])*, przeł. R. Reszke, Wydawnictwo KR, Warszawa 2009, s. 6 i n.

<sup>46</sup> Johannes Vilhelm Jensen (1873-1950) – prozaik i poeta duński, laureat Nagrody Nobla w dziedzinie literatury za rok 1944.

która stanowiła ucieleśnienie jego wyśnionego ideału. W miarę jak ją poznawał, okazało się, że była towarzyszką jego dziecięcych zabaw, o której zupełnie zapomniał. W analizie Freud gruzy Pompei przyrównywał do represji, która „pokrywa warstwą nieświadomości, lecz nie zacierając śladów dawnych przeżyć”. Proces zaś „odpoznawania” własnej, wspólnej przeszłości przez bohatera nowelki i jego pięknej ukochanej przyrównywał do seansu psychoanalitycznego. Sprawdziło się przypuszczenie Freuda, że opowieść W. Jansena osnuta była na tle jego własnych doświadczeń. Otóż pisarz ten odpowiedział na pytanie Freuda, że faktycznie przyjaźnił się w dzieciństwie z dziewczynką, która następnie zmarła na gruźlicę. Wiele lat później poznał inną, młodą kobietę przypominającą mu jego przyjaciółkę z lat dziecińczych.<sup>47</sup>

Analiza dzieł Sofoklesa, Szekspira, Goethego, wreszcie samego Jansena prowadzi Freuda do wniosku, że „poeci i pisarze poznają, w sposób intuicyjny, zjawiska, do których nasza szkolna mądrość nie odważyła się jeszcze dotrzeć. W wiedzy o duszy ludzkiej są oni dla nas, ludzi pospolitych, mistrzami, ponieważ czerpią ze źródeł, które nam wydają się jeszcze niemożliwe do przyjęcia w nauce”.<sup>48</sup> Zatem i uczone, i artysta dokonują operacji z zakresu poznania. Dzieło literackie jest przekaznikiem pewnej rzeczywistości, która sama w sobie bynajmniej nie jest oczywista dla podmiotu twórczego. Jest nią bowiem nieświadomość. Psychoanaliza jako wiedza o popędach, snach i fantazmach ma przywrócić racjonalny sens tej rzeczywistości, ma obnażyć jej mechanizmy dla indywidualów, które są tymi mechanizmami kierowane. Podobną funkcję racjonalizująco-poznawczą miałyby spełniać literatura.<sup>49</sup>

Poznawcze możliwości literatury zapłodniły wyobraźnię naukową Freuda. Istotną część terminologii analitycznej pochodzi z sytuacji literackich: najślawniejsza kategoria to „kompleks Edypa” (np. w postaci Hamleta). Literatura zapewniła niejako punkt wyjścia i hipotezy badań medycznych. Konsekwencją tego było zwrócenie pilniejszej uwagi na samą kreację literacką, traktowaną jako przedmiot, a nie tylko środek studiów.<sup>50</sup> Stąd w pierwszej fazie swego rozwoju psychoanaliza literacka interesowała się przede wszystkim analizą dzieła jako dokumentu psychologicznego, pozwalającego na ujawnienie istotnych właściwości świata psychicznego pisarza. Na przykład Maria Bonaparte, uczennica Freuda, kontynuowała psychoanalizę pisarza i postaci literackich, posługując się aparaturą pojęciową medycyny; w Polsce najbardziej znane jest jej studium o E. A. Poe.<sup>51</sup>

<sup>47</sup> K. Pospiszyl, *Zygmunt Freud - człowiek i dzieło*, wyb. tekstów tłum. B. Kocowska, A. Czownicka, M. Albiński, L. Jekels, Wyd. Ossolineum, Wrocław 1991, s. 56-57.

<sup>48</sup> Z. Freud, *Dzieła*, Tom X, *Sztuki plastyczne i literatura*, rozdz. *Oblęd i sny w „Gradivie” Wilhelma Jansena (1907 [1906])*, przeł. R. Reszke, Wydawnictwo KR, Warszawa 2009, op. cit., s. 8.

<sup>49</sup> Z. Mitosek, op. cit., s. 163.

<sup>50</sup> Tamże, s. 162.

<sup>51</sup> Zob. M. Bonaparte, *Psychoanalityczna interpretacja opowiadania „Berenice” Edgara Allana Poe*, przeł. T. Rybowski, w: *Sztuka interpretacji*, wybór i oprac. H. Markiewicz, Wrocław, Ossolineum, t. 1, s. 505 i n.

W kontekście psychoanalizy, również polscy badacze, szczególnie przedwojenni (Bychowski, Szuman), analizowali dorobek literacki, np. twórców romantycznych, w tym szczególnie twórczość i osobowość Słowackiego, Żeromskiego, Gombrowicza i innych.<sup>52</sup>

Nieświadomość stała się też przedmiotem badań Carla Gustawa Junga. Propozycje jego stanowią polemikę, ale i zarazem przedłużenie koncepcji Freuda. Obu uczonych wiąże hipoteza o istnieniu nieświadomości. Dzieło literackie jako projekcja fantazmu (Freud uważał, że między autorem a tymże dziełem pośredniczy nie tyle język, poetyka, rzeczywistość obiektywna, historia, społeczeństwo, co właśnie fantazm<sup>53</sup>) jest dla Junga jednocześnie pewną wizją o charakterze ogólnym. O istnieniu nieświadomości zbiorowej możemy się dowiedzieć tylko na podstawie jej rezultatów. „Nie ma żadnych wrodzonych wyobrażeń – pisał Jung – istnieją natomiast wrodzone ich możliwości, które nawet najśmielszej fantazji wyznaczają określone granice; [...]. Praobraz, czyli archetyp, jest postacią demona, człowieka lub procesu – która powraca w toku dziejów tam, gdzie swobodnie przejawia się twórcza fantazja.”<sup>54</sup> Archetypy przekazywane są z pokolenia na pokolenie, tak jak umiejętność życia i przystosowania się w naturze przekazywane są w genach zwierzęcych. Jung podtrzymuje tezę o biologicznych źródłach zachowania. Teza ta ma jednak w teorii archetypów sens mocniejszy. I tak według Freuda sfera kultury była efektem społecznego współżycia ludzi i przeciwstawiała się temu, co biologiczne w człowieku. W ujęciu Junga natomiast kultura jest przedłużeniem albo obiektywizacją biologii. W koncepcji Freuda kultura istniała jako system norm, zakazów i nakazów, a nie jako zespół treści. U Junga ten zespół treści, czyli semantyka kultury, był właśnie tematem jego rozważań.<sup>55</sup>

Teoria nieświadomości zbiorowej rzutuje na koncepcję sztuki. I Freud, i Jung traktują sztukę jako dar czy konsekwencję sił niezależnych od artystów; sam twórca jest przekątnikiem tych bodźców, indywidualnych czy zbiorowych. Jung uważał, że: „tajemnica twórczości, podobnie jak wolność woli, jest problemem transcendentnym, którego psychologia nie może rozwiązać, może go tylko opisać. Podobnie sam twórca jest zagadką, której rozwiązania wprawdzie szukamy na wiele sposobów, ale zawsze nadaremnie.”<sup>56</sup> Z jednej strony Jung pisze o twórczości „psychologicznej”, czyli takiej, w której autor świadomie, posługując się odpowiednimi narzędziami artystycznymi, analizuje uczucia i przeżycia postaci. Z drugiej, sztuce takiej przeciwstawia twórczość „wizjonerską”,

---

<sup>52</sup> Zob., np. M. Lubański, *Krytyka literacka i psychoanaliza. O polskiej psychoanalitycznej krytyce literackiej w okresie dwudziestolecia międzywojennego*, Warszawa 2008, Wyd. ENETEIA.

<sup>53</sup> Z. Mitosek, op. cit., s. 164.

<sup>54</sup> C. G. Jung, *O stosunku psychologii analitycznej do dzieła poetyckiego*, w: *Archetypy i symbole*, op. cit., Cyt. za: Z. Mitosek, op. cit., s. 167.

<sup>55</sup> Z. Mitosek, op. cit., s. 167-168.

<sup>56</sup> C.G. Jung, *Archetypy i symbole. Pisma wybrane*, wybrał, przeł. i wstępem poprzedził J. Prokopiuk, Wyd. Czytelnik, Warszawa 1981, Rozdz. *Psychologia i literatura*, op. cit., s. 419-420.



która wyraża przeżycia znajdujące się poza indywidualną psychiką, w sferze nieświadomości zbiorowej: „specyficzna psychologia artysty jest sprawą kolektywną, a nie osobistą. Albowiem sztuka jest mu wrodzona jak popęd, który go opanowuje i czyni swym narzędziem. Tym, co ostatecznie przejawia w nim swą wolę, nie jest on sam jako osoba, lecz dzieło sztuki. Jako osoba może on mieć swe nastroje, chęci i własne cele, natomiast jako artysta jest >człowiekiem< w wyższym znaczeniu – jest człowiekiem kolektywnym, który przenosi i kształtuje działającą nieświadomie duszę ludzkości. To jest jego urząd, którego ciężar bywa często tak przemożny, iż ludzkie szczęście i wszystko, co nadaje wartość życiu zwykłego człowieka, za zrzędzeniem losu pada jego ofiarą.”<sup>57</sup> U Junga zatem, w przeciwieństwie do „pracy snu” Freuda, wszelka licząca się twórczość jest opętana przez nieświadome „wyższe” siły ludzkości. Z tego powodu życie artysty, zwłaszcza genialnego, bywa czasami pełne konfliktów: „gdyż walczą w nim dwie moce: z jednej strony zwykły człowiek ze swoim usprawiedliwionym dążeniem do szczęścia, zadowolenia i poczucia bezpieczeństwa, z drugiej zaś bezwzględna, twórcza pasja, która niekiedy potrafi zniszczyć wszelkie osobiste pragnienia. To jest powodem, dla którego osobiste życie tylu artystów jest tak bardzo niezadowolające, a nawet tragiczne: nie wskutek tajemnego zrzędzenia, lecz wskutek niższości lub niedostatecznej zdolności przystosowania się ich ludzkiej osobowości. Rzadko można spotkać człowieka twórczego, który nie musiałby drogo zapłacić za boską iskrę swych wielkich zdolności. [...] Jest jasne, że artystę trzeba tłumaczyć biorąc za punkt wyjścia jego sztukę, a nie niedostatki jego natury i jego osobiste konflikty, które są jedynie żalonym rezultatem faktu, iż jest on artystą, tj. człowiekiem, na którego nałożono większy ciężar niż na zwykłych śmiertelników.”<sup>58</sup>

Archetyp jest to wrodzona część psyche, strukturyzujące wzorce psychologicznego zachowania powiązane z instynktem; hipotetyczna całość niemożliwa do przedstawienia w swej istocie, a oczywista tylko poprzez swoje przejawianie się.<sup>59</sup> To kluczowe pojęcie psychologiczne wprowadzone przez Junga oznacza prastary wzorzec wchodzący w obręb zbiorowej nieświadomości, istniejący odwiecznie w umysłowości ludzkiej, określający wyobrażenia o świecie, przeżycia religijne, zachowania, będący reprezentacją koniecznej psychologicznej reakcji na pewne typowe sytuacje. Świadomość nie może nigdy dotrzeć do archetypu jako takiego, dostępne są jej tylko obiektywizacje i konkretyzacje. Archetypy utrwalone głęboko w psychice ludzkiej ujawniają się w różnych dziedzinach wiedzy i działalności. Sam archetyp jest niezmienny, nie podlega przemianom historycznym, jego aktualizacjami są symbole i obrazy archetypowe, kształtujące się

<sup>57</sup> Tamże, s. 422.

<sup>58</sup> C.G. Jung, *Archetypy i symbole*, op. cit., s. 422-423.

<sup>59</sup> D. Sharp, *Leksykon pojęć i idei C. G. Junga*, op. cit., s. 41-42.

w różnych dziedzinach działalności ludzkiej, w tym także sztuce.<sup>60</sup> „Archetyp sam w sobie nie jest ani dobry, ani zły – podkreślał Jung – dopiero w zetknięciu ze świadomością staje się albo dobry, albo zły lub przybiera postać dwójni przeciwieństw. O tym opowiedzeniu się za dobrem lub złem decyduje, świadomie lub nieświadomie, ludzka postawa. Istnieje wiele takich praobrazów, wszystkie one jednak tak długo nie pojawiają się w snach jednostki ani w dziełach sztuki, dopóki nie zostaną pobudzone do tego przez świadomość schodzącą z właściwej drogi.”<sup>61</sup>

Pomysły Junga kontynuuje – jak już wspomniano - wersja krytyki literackiej, która określa się jako „archetypiczna” czy „mitograficzna”, pojmująca interpretację dzieła jako ujawnienie obecnych w nim obrazów archetypowych. Pojęcie archetypu podlega zwykle na tym terenie przekształceniom, np. w pracach Northorpa Frye, czołowego amerykańskiego przedstawiciela tego nurtu, równa się trwale obecnym w literaturze motywom wywodzącym się z mitu i rytuału; archetypy odłączone tu zostają od problematyki nieświadomości zbiorowej, kładzie się nacisk na ich przekształcenia zależne od przemian samej literatury: „poszukiwanie archetypów - pisze N. Frye – jest swego rodzaju antropologią literacką, badającą, w jaki sposób kategorie przedliterackie, takie jak: mit i podanie ludowe, stają się źródłem natchnienia dla literatury.”<sup>62</sup> Jest to więc postawa, która dość eklektycznie łączy teorię archetypów z filozofią mitu oraz osiągnięciami etnografii. Z kolei Angielka Maud Bodkin zastosowała Jungowską teorię archetypów, w pracy z 1934 roku, pt.: *Archetypal Patterns in Poetry*.<sup>63</sup> W Polsce, np. w badaniach literatury dla dzieci i młodzieży, inspiracje Jungowskie obecne są w książce, pt.: *Archetypy literatury dziecięcej*, Alicji Baluch.<sup>64</sup>

Wspomniane teorie Freuda i Junga dotyczące psychologii pisarza były i są przedmiotem uzasadnionej ciekawości badawczej. Można bowiem pisarza zaklasyfikować według kategorii psychologicznych i fizjologicznych, opisać chorobliwe rysy jego umysłowości. Źródłem informacji dla psychologa literatury mogą być zarówno dokumenty pozaliterackie, jak i utwory badanego pisarza. W tym drugim przypadku trzeba sięgać dla kontroli po fakty zewnętrzne i dokładnie interpretować teksty. Również proces twórczy pisarza może być wartościowym uzupełnieniem badań jego psychologii.

<sup>60</sup> Hasło: *archetyp*, w: M. Głowiński, T. Kostkiewiczowa, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, *Słownik terminów literackich*, op. cit., s. 32.

<sup>61</sup> C.G. Jung, *Archetypy i symbole*, op.cit., s. 425.

<sup>62</sup> N. Frye, *Archetypy literatury*, przeł. A. Bejska, w: *Współczesna teoria badań literackich za granicą. Antologia*, opracował H. Markiewicz, Wyd. Literackie, Kraków 1976, t. II, s. 311.

<sup>63</sup> Zob. M. Bodkin, *Wzorce archetypowe w poezji tragicznej*, przeł. P. Mroczkowski, w: *Teoria badań literackich za granicą*, red. S. Skwarczyńska, Wyd. Lit., Kraków 1974, t. II, cz. 1.

<sup>64</sup> A. Baluch, *Archetypy literatury dziecięcej*, Kraków 1992, Wydawnictwo Naukowe WSP. Zob. także: W. Czernianin, *Młodopolski erotyk hedonistyczny. Problemy poetyki*, Wrocław 2000, Wyd. Tart.

## II. Badanie procesu twórczego

Przez „proces twórczy” należy rozumieć cały jego przebieg od podświadomych narodzin dzieła do końcowych poprawek, będących u niektórych pisarzy najbardziej twórczą fazą ich pracy.<sup>65</sup> W każdym wypadku – wyjaśnia szerzej Janusz Sławiński - celem jest przedstawienie stopniowego narastania dzieła od najbardziej pierwotnych stadiów zamiaru artystycznego, poprzez krystalizację pomysłu, działania wykonawcze, do ostatecznego kształtu, w którym gotowe dzieło odrywa się od swego sprawcy. W badaniach takich główny akcent może padać bądź na psychologiczny aspekt procesu twórczego, bądź na jego aspekt operacyjny.<sup>66</sup> W pierwszym wypadku chodzi o wykrycie przeżyć wewnętrznych, utajonych kompleksów, zainteresowań, dążeń, intencji czy poglądów pisarza, stanowiących podłoże jego pracy nad utworem i określających przebieg tej pracy; proces twórczy jest tu rozumiany jako szczególnie doniosły odcinek „biografii wewnętrznej” twórcy. W drugim wypadku celem jest odtworzenie ciągu działań, w wyniku których utwór formował się z określonego materiału językowego, tematycznego i ideologicznego zgodnie z pewnymi regułami wyboru i konstrukcji, które precyzowały – a zarazem ograniczały – intencję autorską.<sup>67</sup>

U artysty twórczość nie jest gromadzeniem bezpostaciowego doświadczenia, lecz niezależnie od tego, jakimi posługuje się środkami wyrazu, jest nim każde jego przeżycie kształtowane przez sztukę. Zdaniem Wilhelma Diltheya: „źródłem twórczości poety jest zawsze intensywność przeżycia. [...] Dlatego pierwotną funkcją poezji jest przede wszystkim zachowywać w nas, wzmacniać i pobudzać tę intensywność. [...] Podstawą wszelkiej prawdziwej poezji jest zatem przeżycie, żywe doświadczenie, elementy duchowe różnego rodzaju, które się z nim łączą w ogląd wysublimowany i nasycony uczuciem, wzmocniony świadomością życia wypromieniowującego w jasny obraz: oto treściowa, istotna cecha wszelkiej poezji. [...] Cała technika poezji zaś sprowadza się do przetworzenia naturalnych, zachodzących w rzeczywistości procesów w produkt w swym oddziaływaniu konieczny, jednolity i skoncentrowany.”<sup>68</sup> A Lascelles Abercrombie dodaje, że „skoro poezja jest zawsze pewną harmonią przeżycia, wielkość jej będzie zależała tak od zasięgu, jak od różnaitości tego przeżycia oraz od kompletności i intensywności jego harmonii.”<sup>69</sup> Charakterystycznym początkiem twórczości artysty czy poety jest natchnienie, jak się

<sup>65</sup> R. Wellek, A. Warren, op. cit., s. 107.

<sup>66</sup> Hasło: *proces twórczy*, w: M. Głowiński, T. Kostkiewiczowa, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, *Słownik terminów literackich*, op. cit., s. 341-342.

<sup>67</sup> Tamże.

<sup>68</sup> W. Dilthey, *Próba analizy świadomości moralnej*, w: *Teoria badań literackich za granicą. Antologia*, wybór, rozprawa wstępna, komentarze S. Skwarczyńska, Kraków 1974, Wyd. Literackie, t. II, cz. 1, s. 77 i n.

<sup>69</sup> L. Abercrombie, *Czym jest wielka poezja*, w: jw.

tradycyjnie nazywa podświadomy czynnik aktu twórczego. Klasycyzm natchnienie oddał pod opiekę Muz, córek pamięci, myśl chrześcijańska kojarzy je z Duchem Świętym, a w społeczeństwach pierwotnych wywoływał je szaman jako trans w umyśle albo też bez udziału swojej woli bywał „opętany” przez ducha przodków czy totema. W nowszych czasach jako istotny czynnik natchnienia odczuwa się jego nagłość (przypominającą nawrócenie) i bezosobowość: dzieło wydaje się napisane tylko za pośrednictwem pisarza.<sup>70</sup> Nie bez znaczenia jest też odwaga twórcza.<sup>71</sup>

## II.1. Stosunek podświadomości do świadomości w procesie twórczym

Wszelkie nowoczesne badanie procesu twórczego musi zająć się przede wszystkim stosunkiem podświadomości do myśli świadomej. „Jest rzeczą oczywistą – pisał Jung – że psychologię, jako naukę o procesach duchowych, można ujmować w relacji z literaturoznawstwem; powinna zatem ukazać i objaśnić z jednej strony psychologiczną strukturę dzieła, a z drugiej psychologiczne uwarunkowania twórczego umysłu.”<sup>72</sup> Autorzy najchętniej dyskutujący problematykę swojej sztuki wolą naturalnie omawiać to – jak zauważyli R. Welles i A. Warren – co w niej jest świadome i dotyczy techniki, niż ujawniać doświadczenie „dane” im, niezależnie od nich i będące dla nich materiałem, zwierciadłem albo pryzmatem.<sup>73</sup> „Nietrudno zrozumieć, dlaczego refleksyjnie usposobieni artyści mówią, jak gdyby ich sztuka była bezosobowa, jak gdyby o wyborze tematu decydowało u nich zamówienie wydawcy albo bezinteresowna problematyka estetyczna. Najślawniejszy dokument z tego zakresu, *Filozofia kompozycji* Poe’go, twierdzi, że ma na celu wy tłumaczenie, jaka strategia metodologiczna i jakie aksjomaty estetyczne, leżące u jej podłoża, działały przy powstawaniu *Kruka*. Dla obrony swojej reputacji przed zarzutem, że niesamowite opowiadania, które publikuje, są naśladownictwami, Poe oświadczył, że źródło tej niesamowitości nie jest niemieckie, lecz duchowe. Nie chcąc jednak ujawniać, że tym źródłem jest jego własna dusza, przedstawił się jako inżynier literatury, umiejący manipulować duszami czytelników. Stąd u niego zdumiewająco gruntowny przedział między podświadomością, która dostarcza obsesyjnej tematyki delirium, tortury i śmierci, a świadomością, która to wszystko rozwija się na płaszczyźnie literackiej.”<sup>74</sup>

<sup>70</sup> R. Wellek, A. Warren, op. cit., s. 107. Zob. także: E. Fiała, *Koncepcja procesu twórczego wobec mechanizmów świadomych i nieświadomych psychiki*, w: *Modele freudowskiej metody badania dzieła literackiego*, Lublin 1991, Wyd. Tow. Nauk. KUL, s. 37 i n.

<sup>71</sup> Zob. R. May, *Odwaga tworzenia*, przeł. E. i T. Hornowscy, Dom Wydaw. Rebis, Poznań 1994.

<sup>72</sup> C.G. Jung, *Psychologia i twórczość*, przeł. K. Krzemień-Ojak, w: *Teoria badań literackich za granicą. Antologia*, op. cit., s. 563 i n.

<sup>73</sup> R. Wellek, A. Warren, op. cit., s. 110.

<sup>74</sup> Tamże, s. 110-111.

Zdaniem Junga istnieją dwa rodzaje dzieł: psychologiczny i wizjonerski.<sup>75</sup> Pierwszy ma za tworzywo taką treść, która obraca się w zasięgu ludzkiej świadomości; jest nim więc na przykład pewne doświadczenie życiowe, wstrząs, przeżycie namiętności, los ludzki w ogóle, powszechnej świadomości znany lub przynajmniej dostępny w odczuciu. Kiedy mamy do czynienia z tworzywem twórczości psychologicznej nie musimy sobie nigdy zadawać pytania, czym ono właściwie jest lub co ma znaczyć. Znajdują się tu niezliczone produkty literackie, powieści miłosne, obyczajowe, środowiskowe, kryminalne i społeczne, poematy dydaktyczne, większość wierszy lirycznych, tragedie i komedie.<sup>76</sup> W rodzaju wizjonerskim wszystko jest odwrócone: tworzywo lub przeżycie stanowiące treść procesu twórczego jest nieznanne, ma obcą naturę, pochodzi z dalekich sfer, jakby z głębi przedludzkich czasów lub ponadludzkich światów światła czy ciemności, jest praprzeżyciem. Przy przeżyciu wizjonerskim pytanie: czym ono właściwie jest lub co ma znaczyć? - narzuca się wprost. Tu odbiorca domaga się komentarzy i wyjaśnień, jest zaskoczony, zdziwiony, skonsternowany, nieufny, i, co gorsza, czuje odrazę. Nic tu nie przypomina obszaru ludzkiego dnia, nabierają zaś życia marzenia senne, nocne lęki i mroczne przeczucia ciemności duszy (np. w dziełach A. Dantego *Boska komedia*”, J. W. Goethego *„Fauście”*). Zadziwiające jest to, że w zupełnym przeciwieństwie do tworzywa psychologicznego nad źródłem tworzywa wizjonerskiego rozciąga się głęboka ciemność.<sup>77</sup> Co zaś dotyczy dzieła sztuki (którego nigdy nie należy utożsamiać z osobą pisarza) – pisze dalej Jung - nie ulega wątpliwości, że wbrew temu, co myślą na ten temat wielbicielie zdrowego rozsądku, wizja stanowi autentyczne przeżycie. Jest ona bowiem zjawiskiem psychicznym, mającym podobny walor realności, co zjawisko fizyczne. Przeżycie ludzkiej namiętności mieści się w granicach świadomości, przedmiot wizji natomiast pozostaje poza nią.<sup>78</sup>

## II.2. Rola warsztatu pisarskiego w procesie twórczym

Trudno o kryteria pozwalające określić talent pisarski. R. Wellek, A. Warren zaproponowali dwojaki: jedno, dotyczące poetów w nowoczesnym znaczeniu słowa, obejmowałoby problematykę słów oraz ich kombinowania, zagadnienia obrazu i metafory, powiązań semantycznych i fonetycznych (tzn. rymu, asonansu, aliteracji); drugie, dla twórców uprawiających prozę narracyjną (powieściopisarzy i dramaturgów), dotyczyłoby charakteryzowania postaci i struktur narracyjnych.<sup>79</sup>

<sup>75</sup> C.G. Jung, *Psychologia i twórczość*, op. cit.

<sup>76</sup> Tamże.

<sup>77</sup> Tamże.

<sup>78</sup> Tamże.

<sup>79</sup> R. Wellek, A. Warren, op. cit., s. 111.

Narzędziem jest tu słowo. Dla poety słowo, np. jako symbol, może być wartościowe zarówno samo przez się, jak i w swojej funkcji znaczącej; może ono być nawet „przedmiotem” albo „rzeczą”, która urzeka dźwiękiem lub wyglądem. Często już w dzieciństwie kolekcjonował on słowa tak, jak dzieci kolekcjonują, np. lalki czy znaczki pocztowe. Z kolei pisarz jest specjalistą w zakresie kojarzenia („dowcip”, „koncept”) i nowych kombinacji (które dają nowe całości z elementów będących rezultatem osobnych doznań).<sup>80</sup> Tradycyjny termin „kojarzenie idei” nie jest dokładny. Niezależnie od skojarzeniowego łączenia słów między sobą, działa kojarzenie przedmiotów, do których odnoszą się „idee” żyjące w naszym umyśle. Główne kategorie takiego kojarzenia to przyległość w czasie i miejscu oraz podobieństwo lub niepodobieństwo. Można powiedzieć, że powieściopisarz używa pierwszej kategorii, poeta drugiej (dającej się utożsamiać metaforą).<sup>81</sup>

W związku z tym interesujące jest zagadnienie, jak pisarz tworzy postaci. Wydaje się, że na ogół typy ludzkie i techniki narracji są przeważnie tradycyjne, przejęte z profesjonalnego i zarazem instytucjonalnego zasobu literatury. Można sobie wyobrazić, że tworzenie postaci jest stapianiem, w różnych proporcjach, odziedziczonych typów literackich, ludzi zaobserwowanych w rzeczywistości oraz samego autora. Realista jest więc pisarzem, który głównie obserwuje zachowanie ludzkie i „wczuwa się”, podczas gdy romantyk tworzy na zasadzie projekcji; trudno jednak uwierzyć, żeby postaci pełne autentycznego życia mogły być rezultatem samej obserwacji, ale jest też wątpliwe, czy obserwacja sama przez się wystarcza, gdy pisarz chce osiągnąć całkowitą wierność w stosunku do rzeczywistości.<sup>82</sup>

Jaki zatem związek mają te „żywe postaci” z rzeczywistą osobowością autora? Otóż wszystkie potencjalne osobowości pisarza – nie wyłączając tych, które się ocenia jako złe – to postaci jego utworów w stanie potencjalnym. „Nastroj jednego człowieka jest charakterem innego”. Istnieje pogląd, że np. Faust, Mefistofeles, Werter i Wilhelm Meister są bez wyjątku projekcjami na płaszczyźnie literackiej fikcji własnej natury Goethego w jej różnych postaciach. A wszyscy czterej bracia Karamazow są aspektami Dostojewskiego.<sup>83</sup> Nie należy przy tym sądzić, że pisarz musi ograniczać się do obserwacji, kiedy przedstawia kobiety. „Pani Bovary to ja” – oświadczył Flaubert.<sup>84</sup>

Tak więc jedynie te osobowości autora, które on sam uznaje za potencjalne, mogą stać się „żywymi postaciami”, nie „jednowymiarowymi”, lecz obdarzonymi plastycznością

---

<sup>80</sup> Tamże.

<sup>81</sup> Tamże, s. 112.

<sup>82</sup> Tamże, s. 113.

<sup>83</sup> Tamże. Fiodor Michajłowicz Dostojewski (1821-1881), prozaik rosyjski.

<sup>84</sup> A. Thibaudet, *Gustave Flaubert*, Paryż 1935, s. 93. Cyt. za : R. Wellek, A. Warren, op. cit., s. 113, przypis 19. Gustave Flaubert (1821-1880), wybitny pisarz francuski.

„wielowymiarową”. Wydaje się, że im liczniejsze i bardziej między sobą różne są postaci w dorobku jakiegoś pisarza, tym mniej wyrazista jest „indywidualność” ich twórcy. Charakter poety, według słów Keatsa, polega na braku indywidualności: „jest to wszystko i nic [...]”. Poeta jest najmniej poetyczną istotą pod słońcem, gdyż brak mu tożsamości – bez przerwy jest zajęty kształtowaniem i wypełnianiem jakiegoś innego ciała”.<sup>85</sup>

Z kolei śledzenie zmian, poprawek, wersji odrzuconych dzieła itp. jest dla psychologii literatury bardziej pożyteczne, gdy stosując właściwe rezultaty takich dociekań tekstologicznych, łatwiej można dostrzec w danym utworze istotne pęknięcia, niekonsekwencje, punkty zwrotne kompozycji, deformacje. Niemniej wszakże, gdy tak przegłędamy owe szkice, warianty, skreślenia i skróty, wcale nie nabieramy przekonania, że bez tego wszystkiego nie moglibyśmy zrozumieć i ocenić ukończonego dzieła. Takie dokumenty mają tę samą wartość co wszelkie alternatywy, tzn. mogą uwydatnić zalety tekstu definitywnego. Przyjęto sądzić, że studium wariantów pozwala po prostu zajrzeć do warsztatu pisarza.<sup>86</sup> Ustalenia dotyczące procesu twórczego mają, jak wszelka rekonstrukcja, charakter w znacznej mierze hipotetyczny; wiedzy stosunkowo pewnej dostarczają dociekania tekstologiczne, na drugim biegunie znajdowałyby się mniej lub bardziej udokumentowane (niekiedy całkiem dowolne) interpretacje psychologiczne.<sup>87</sup>

### III. Psychologia w utworach literackich

#### III.1. Psychologizm w literaturze

Jako uświadomiona i systematyczna wiedza o umyśle i jego funkcjonowaniu – psychologia nie jest konieczna dla sztuki i sama przez się nie ma wartości artystycznej, choć niewątpliwie w niektórych przypadkach psychologia wychodzi na dobre artyzmowi. Potęguje ona wtedy istotne wartości artystyczne, złożoność i spistość.<sup>88</sup> U niektórych artystów o usposobieniu refleksyjnym psychologia może pogłębiać odczuwanie rzeczywistości, zaostrzać umiejętność obserwacji albo podsuwać jakieś konstrukcje dotąd nieznanne. Nawet gdy się zgodzimy - stwierdzają R. Wellek, A. Warren – że dany autor potrafi kierować swoimi postaciami tak, by w ich działaniu była widoczna „prawda psychologiczna”, to jeszcze nie wiadomo, czy ta „prawda” ma wartość artystyczną. Dzieła wielkiej sztuki bardzo często ignorują zasady psychologii, współczesnej im albo późniejszej, posługując

<sup>85</sup> *The Letters of John Keats*, oprac. M. B. Forman, wyd. 4, Nowy Jork 1935, s. 227. Cyt. za: R. Wellek, A. Warren, op. cit., s. 113, przypis 20.

<sup>86</sup> R. Wellek, A. Warren, op. cit., s. 114-115.

<sup>87</sup> Hasło: *proces twórczy*, w: M. Głowiński, T. Kostkiewiczowa, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, *Słownik terminów literackich*, op. cit., op. cit., s. 34.

<sup>88</sup> R. Wellek, A. Warren, op. cit., s. 117.

się nieprawdopodobnymi fikcjami, fantastyką.<sup>89</sup> Prawda w dziele literackim jest więc w dużym stopniu pochodną ogólnego charakteru danego utworu i tradycji, do jakich on należy; nie ma więc charakteru logicznego, poza szczególnymi wypadkami nie podlega weryfikacji, z tej racji zdania występujące w utworze są z logicznego punktu widzenia quasi-sądami – jak je określił Roman Ingarden.<sup>90</sup> Twierdził on, że „sztuka w ogóle, a sztuka literacka w szczególności ma inne zadania w życiu człowieka, niż pouczanie go przy pomocy sądów, jakim jest otaczający go świat rzeczywisty, i innymi w spełnianiu swych zadań środkami rozporządza niż sądy *sensu stricto*. Funkcją jej naczelną jest pokazywać pewne możliwe i konieczne związki między jakościowym uposażeniem przedmiotów (w szczególności ludzi) a wartościami, i poprzez działanie na życie wzruszeniowe człowieka umożliwić mu obcowanie bezpośrednie z wartościami. Przy tym wartości te mogą być różnorodne, w zależności od zawartości dzieła sztuki.”<sup>91</sup> Bo też na ogół powieści, w których pojawiają się postaci „psychologicznie” prawdziwe (np. Julian Sorel w powieści Stendhala<sup>92</sup> *Czerwone i czarne*, czy Raskolnikow w *Zbrodni i karze* Dostojewskiego), to nie przede wszystkim studia psychologiczne ani wykład jakichś teorii, lecz dramaty lub melodramaty, w których uderzające sytuacje mają większe znaczenie niż realistyczna motywacja psychologiczna. Przyglądając się powieściom operującym techniką monologu wewnętrznego, prędko stwierdzamy, że nie istnieje w nich „rzeczywisty” obraz procesów, które faktycznie dzieją się w umyśle ludzkim i że monolog wewnętrzny to raczej metoda dramatyzowania myśli, pokazywania nam konkretnie, jakim człowiekiem jest bohater literacki.<sup>93</sup> Można oczywiście zapytać, czy pisarzom rzeczywiście udaje się wypełnić psychologią swoje postaci oraz stosunki zachodzące między nimi. I tak np. o wspomnianym Stendhalu można powiedzieć, że niewątpliwie klasyfikuje różne odmiany przeżyć erotycznych Juliana Sorela zgodnie ze swoją książką, pt.: *O miłości*. Z kolei motywy postępowania Raskolnikowa i obraz uczuć zdają się wykazywać u autora pewną znajomość psychologii klinicznej. Proust zna z pewnością całą teorię pamięci, odgrywającą istotną rolę nawet w kompozycji jego dzieła. I to właśnie Marcel Proust, którego cykl powieściowy *W poszukiwaniu straconego czasu* wywarł decydujący wpływ na doświadczenie powieści XX wieku, uznawany jest za prawodawcę nowoczesnego psychologizmu w literaturze. W Polsce psychologizm ten objawił się m.in. w twórczości Z. Nałkowskiej (*Niedobra miłość*), M. Kuncewiczowej (*Cudzoziemka*), M. Choromańskiego (*Zazdrość i medycyna*), J. Iwaszkiewicza (*Brzezina*), H. Boguszewskiej (*Całe życie Sabiny*).

<sup>89</sup> Tamże.

<sup>90</sup> Hasło: *prawda w dziele literackim*, w: M. Głowiński, T. Kostkiewiczowa, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, *Słownik terminów literackich*, op. cit., s. 335-336.

<sup>91</sup> R. Ingarden, *O tak zwanej „prawdzie” w literaturze*, w: *Studia z estetyki*, PWN, Warszawa 1957, t. 1, s. 438-439.

<sup>92</sup> Stendhal, właśc. Henri Beyle (1783-1842), francuski pisarz.

<sup>93</sup> R. Wellek, A. Warren, op. cit., s. 117.



Psychologizm w literaturze jest to nurt w prozie narracyjnej i dramaturgii XX wieku, charakteryzujący się wzmożonym zainteresowaniem procesami życia wewnętrznego, tendencją do ujmowania postaci literackiej wyłącznie w kategoriach psychologicznych. Nie stanowił nigdy wykrystalizowanej poetyki, właściwe mu tendencje znajdowały wyraz w bardzo różnorodnych technikach narracyjnych i dramaturgicznych - od naturalizmu po ekspresjonizm.<sup>94</sup> Reprezentują go utwory, w których na plan pierwszy wysuwa się szczegółowa analiza psychicznych determinacji działań postaci (motywacja psychologiczna) przy jednoczesnym wydatnym ograniczeniu roli determinacji społeczno-obyczajowych. Znamienne jest zwłaszcza zainteresowanie ukrytymi kompleksami psychicznymi, trudnościami w porozumieniu między ludźmi, obsesyjnymi namiętnościami, procesami wyobcowania jednostki ze środowiska i konfliktami, jakie się z tym wiążą, mechanizmami pamięci, wspomnienia, wyobraźni, marzenia sennego, a także zjawiskami z zakresu psychopatologii. Na kształtowanie się psychologizmu w literaturze oddziaływały wydatnie rozmaite doktryny psychologii dwudziestowiecznej, w szczególności zaś freudowska psychoanaliza.<sup>95</sup>

### III.2. Psychologizm w badaniach literackich

Oprócz „psychologizmu w literaturze” (określanego niekiedy jako psychologizm I) istnieje nurt „psychologizmu w badaniach literackich” (psychologizm II), będący orientacją ukształtowaną na przełomie XIX i XX wieku pod wpływem doświadczeń psychologii głębi (Z. Freud, C. G. Jung). Jej (psychoanalityczna krytyka, tematyczna krytyka, psychokrytyka, archetypowa krytyka,) reprezentanci traktowali dzieło literackie jako wyraz życia psychicznego twórcy; utwór stanowił dla nich źródło wiedzy o psychice autora: o jego uczuciach, postawie, cechach charakterologicznych i osobowościowych; był ujmowany jako swego rodzaju dokument, dający się interpretować bądź w kategoriach indywidualnej biografii pisarza, bądź w kategoriach typowych postaw duchowych twórców. Dla wszystkich odmian psychologizmu znamienne są koncepcje redukcjonistyczne: interpretacja dzieła literackiego polegała więc na sprowadzeniu go do określonej genezy psychicznej, zespołu przeżyć, nastawień czy kompleksów pisarza.<sup>96</sup>

#### III.2.1. Psychoanalityczna krytyka

Zasadniczą dyskusję metodologiczną z założeniami psychologizmu w badaniach literackich przeprowadzili z różnych punktów widzenia przedstawiciele różnych szkół badawczych. Zarzuty kreowane pod adresem psychoanalizy, jako metody badań literatury,

<sup>94</sup> Hasło: *psychologizm*, w: M. Głowiński, T. Kostkiewiczowa, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, *Słownik terminów literackich*, op. cit., s. 357-358.

<sup>95</sup> Tamże.

<sup>96</sup> Tamże.

były następujące (według E. Sarnowskiej-Temeriusz)<sup>97</sup>: 1) zbytne zainteresowanie artystą i zaniedbanie dzieła; 2) ahistoryczna koncepcja twórczej psychiki; 3) jawny determinizm i traktowanie utworu w kategoriach „skutku” procesów nieświadomych; 4) monotonia wykrywanych czynników warunkujących. Sprzeciwiano się także utożsamianiu utworu z psychicznymi treściami, choćby nawet swoiście przekształconymi.<sup>98</sup> Między innymi przeciwnikiem psychologizmu w badaniach literackich był Roman Ingarden, który uważał, że w tychże badaniach kończą się uprawnienia psychologii, gdyż tym samym przekracza ona własną dziedzinę badań: „dopiero tam, gdzie badania psychologiczne zaczynają przekraczać własną dziedzinę badania psychologii [...], kończy się granica uprawnień psychologii. Mamy wówczas do czynienia z >psychologizmem< w tym znaczeniu, w jakim termin ten został historycznie wprowadzony przez Husserla.<sup>99</sup> >Psychologizm< jest pewnym poglądem filozoficznym, którego istota polega na tym, że się pewnym przedmiotom niepsychicznym przypisuje cechę psychiczności. [...]. Jak wszędzie indziej, tak i na terenie wiedzy o literaturze, psychologizm jest fałszowaniem swoistej natury przedmiotu badania, a w szczególności dzieła literackiego, przez utożsamienie go z pewną mnogością przeżyć autora lub czytelników.”<sup>100</sup> Ingarden i wielu innych, którzy tak zdecydowanie poskramiali roszczenia metody psychoanalitycznej, nie znaleźli wielkiego poparcia. Metoda się przyjęła. „Związki psychoanalizy z literaturą są wielorakie – wyjaśnia Paweł Dybel – trudne do ujęcia za pomocą jednej formuły. Przy tym często cechuje je głęboka ambiwalencja, co wiąże się z roszczeniami niektórych analityków do nadania psychoanalizie statusu >prawdziwej nauki<. W świetle podobnych postulatów związki te jawią się jako przeszkoda w uzyskaniu przez psychoanalizę wiarygodnych poznań, w najlepszym wypadku traktowane są jako rodzaj ornamentu. Natomiast przedstawiciele innych szkół analitycznych, przeciwnie, upatrują w bliskości psychoanalizy z literaturą jej istotnej części składowej, wskazując na przykład [co ma duże znaczenie w biblioterapii] na niebagatelną rolę fantazji pacjenta dotyczących wydarzeń z przeszłości w postępowaniu terapeutycznym. Niektórzy psychoanalitycy idą jeszcze dalej i twierdzą, że pobudzenie kreatywności pacjenta na polu sztuki – zazwyczaj w takich dziedzinach jak literatura, malarstwo, rzeźba – może mieć przełomowe znaczenie w procesie terapii. Przeobrażając się w artystę, pacjent na swój sposób obiektywizuje >problem< i zyskuje w stosunku do niego symboliczny dystans. Pomaga mu to wówczas w odpowiednim >przepracowaniu<

<sup>97</sup> E. Sarnowska-Temeriusz, *W kręgu badań tematologicznych*, w: *Problemy metodologiczne współczesnego literaturoznawstwa*, pod red. H. Markiewicza i J. Sławińskiego, Wyd. Literackie, Kraków 1976, s. 145 i n.

<sup>98</sup> Tamże.

<sup>99</sup> Edmund Husserl (1859-1938) – niemiecki matematyk i filozof.

<sup>100</sup> R. Ingarden, *O psychologii i psychologizmie w nauce o literaturze*, w: *Szkice z filozofii literatury*, Spół. Wyd. „Polonista”, Łódź 1947, t. 1, s. 188.

własnych urazów i kompleksów. Ten dwoisty stosunek psychoanalizy do literatury można zaobserwować już w pracach ojca nurtu, Sigmunda Freuda.<sup>101</sup>

Nurt ten, pod nazwą psychoanalitycznej krytyki, w pierwszej fazie swego rozwoju – jak już wspomniano – interesował się analizą dzieła jako dokumentu psychologicznego, pozwalającego na ujawnienie istotnych właściwości świata psychicznego autora. Zobaczmy to na przykładzie przywoływanej tu już pracy Marii Bonaparte (1882-1956) o A. E. Poem.<sup>102</sup> *Berenice* to ponura opowieść z cyklu opowiadań fantastycznych amerykańskiego poety. Otóż Egeus – pisze M. Bonaparte - bohater opowiadania,<sup>103</sup> dziedzic starożytnego zamku swych przodków, potomek feudalnego rodu wizjonerów, łączy w swej osobie pomieszane symptomy różnych zaburzeń umysłowych: 1) schizoidalne skłonności, 2) obsesyjne rozmyślenia, 3) i inne. Egeus łączy niewątpliwie w swej osobie szereg psychoneurotycznych rysów charakteru swego twórcy, nawet wraz z nawykiem palenia opium, przypomina Poego, także i tym, że posiada młodą kuzynkę Berenice. Na początku opowiadania dziewczyna jest zupełnie zdrowa, podobnie jak i Wirginia, tj. prawdziwa kuzynka Poego, a później jego żona, w okresie pisania *Berenice*. Jednakże inny wcześniejszy obraz, obraz matki, tym goręcej kochanej, im bardziej opuszczały ją siły, sprawiał, że żadna z bohaterek opowiadań Poego nie cieszyła się długo dobrym zdrowiem. W ten sposób młodociana kuzynka, Wirginia czy Berenice, stopniowo zatracą swą osobowość i stapia się z ukochaną matką poety, która podobnie jak i one popadła w jakąś nieokreśloną i niepojętą dla małego Edgara chorobę. Nadejście takiej zmiany było dla Poego czymś nieuchronnym. Miłość równała się dla niego Piękności dotkniętej przez Śmierć.

Pewnego łagodnego zimowego popołudnia, w okresie narzeczeństwa, spotykamy Egeusa w bibliotece zamkowej. Jak nam już to powiedział Egeus (fragment opowiadania): „Wspomnienie mojego najwcześniejszego dzieciństwa kojarzą mi się z biblioteką [...] – Zakończyła w niej życie moja matka. W niej się urodziłem.” W pokoju tym, podobnie jak i w myślach Egeusa-Edgara, unosi się „pamięć, której wykorzenie niepodobna [...], jak cień [...]”. Tak więc z poetycką intuicją informuje nas Poe o istnieniu nieświadomej „pamięci”. Nic dziwnego więc, że gdy Egeus, obecnie narzeczony Berenice, siedzi pewnego dnia pogrążony w rozpamiętywaniach w tej pełnej zjaw bibliotece, w której zmarła jego matka, cień ów przybiera taką formę, w jakiej miał się wcielić w kuzynkę Edgara Wirginię, wstępując w nią jako owa straszna choroba rodzinna, której wszyscy oni byli ofiarami; jest to ta sama choroba, która zabrała jego brata Henryka (mowa o gruźlicy).

<sup>101</sup> P. Dybel, *Psychoanaliza i literaturoznawstwo*, w: *Psychoanaliza i literatura*, wyb., red. i opr. P. Dybel, M. Głowiński, Wyd. słowo/obraz terytoria, Gdańsk 2001, s. 5.

<sup>102</sup> M. Bonaparte, *Psychoanalityczna interpretacja opowiadania „Berenice” Edgara Allana Poe*, przeł. T. Rybowski, w: *Sztuka interpretacji*, wybór i oprac. H. Markiewicz, Wrocław, Ossolineum, t. 1, s. 505 i n., op. cit.

<sup>103</sup> Tamże; w dalszej części omawiamy ustalenia francuskiej badaczki.

Cud, którego Egeus się obawia i pragnie zarazem, następuje. Nagle, gdy wydaje mu się, że jest sam wśród swych książek, Berenice staje przed nim. Egeus przygląda się długo wynędzniałej postaci jej zjawy, po czym jego „płonący wzrok” pada na jej twarz (fragment opowiadania): „Rozchyliły się [usta] jakimś osobliwym uśmiechem i z wolna ukazały się mi zęby odmienionej Berenice”. Portret ten zawiera rysy dwóch różnych postaci, tj. Wirginii (kuzynki Poego) oraz Elizabeth Arnold (matki Poego). Przy opisie zjawy wyłaniają się trzy sprawy: po pierwsze, sprawa oczu; są to oczy trupa, wzorowane niewątpliwie na nieruchomych i szklistych oczach, które Poe mógł oglądać u swej matki (Poe stracił matkę w wieku 3 lat). Po drugie, sprawa zębów; ta właśnie obsesja Poego – zęby, które obecnie rozwinęła się w Egeusze, zrodziła się u łóża śmierci matki poety. Wyszłe i ściągnięte wargi kobiety chorej na gruźlicę mogły odsłaniać jej zęby (te zęby, które tak często spotykamy w tak wielu opowiadaniach Poego), a opis, który nastąpi, opis Berenice w trumnie, wydaje się tę opinię potwierdzać. Po trzecie, sprawa koloru włosów; ich zmiana z czarnych na żółte w wyniku choroby (zjawisko nieznane medycynie) jest trochę trudniejsza do wytłumaczenia. Przez pewien czas M. Bonaparte zastanawiała się nad tą zagadką, aż wreszcie pewnego dnia, przy lekturze *Wiersza o Sędziwym Marynarzu* Coleridge’a, uderzyła ją postać Życia w Śmierci, fantastycznego pasażera, który siedzi obok Śmierci na widmowym okręcie, bo włosy tego pasażera mają ten sam żółty odcień. Nasuwa się nieodparty wniosek, że u Poego pod wpływem Coleridge’a żółte włosy stały się symbolem Życia w Śmierci (cechą właściwą wszystkim bohaterom poety, a – w głębi jego nieświadomości – przede wszystkim jego matce). Fakt, że Poe zmienił kolejność wydarzeń w ostatniej wersji opowiadania, zamieniając „złote” włosy Berenice w okresie jej zdrowia na „żółte”, gdy leży już na łóżu śmierci, pokazuje jak potężny symbol Życia w Śmierci Coleridge’a dominował w nieświadomości Poego.

Inna jeszcze forma choroby umysłowej ogarnia teraz naszego bohatera: atak epileptyczny, po którym następuje jak zwykle w takich wypadkach bywa, zanik pamięci. Nie ulega wątpliwości, że ta nieprawdopodobna przemiana obsesyjnego schizofrenika w epileptyka powodująca amnezję (niepamięć) jest w pewnym stopniu symbolem dziecięcej amnezji, która przesłoniła wszystkie podświadome źródła strasznej opowieści Poego. Tak czy inaczej, bohater pod wpływem nagłego impulsu odwiedza grób narzeczonej, ekshumuje jej ciało i przy pomocy narzędzi należących do lekarza rodziny wyrwa jej wszystkie trzydzieści dwa zęby. Berenice jednak nie jest martwa, lecz „żyje w śmierci”, znajduje się w stanie katalepsji (specyficzne zeszywnienie mięśni, połączone z zastyganiem postawy ciała) i podczas tej brutalnej operacji wraca do życia, przeraźliwie krzycząc. Przychodzi pomoc, lecz za późno. Egeus po powrocie do feralnej biblioteki zostaje odnaleziony przez służącego, zabłocony i w pokrwawionych szatach.

Strasliwy jego czyn zostaje odkryty, gdy zęby Berenice wypadają ze szkatułki i rozsypują się po podłodze. Na tym kończy się opowiadanie.<sup>104</sup>

Psychoanalityczny komentarz Marii Bonaparte jest taki: „Może się wydać niektórym czytelnikom, że niezależnie od tego, co może nam powiedzieć psychoanaliza, czynnik seksualny nie odgrywa żadnej roli w powieści. To prawda, powie czytelnik, że te opowieści są czasem przerażające, ale w tym leży szczególnie talent narratora. Taka uproszczona interpretacja jednakże nie wyjaśnia predylekcji Poe'go do takich właśnie opowiadań. Uczynić to można tylko uwzględniając czynnik seksualny. Jeśli Poe tak często tak często i z taką satysfakcją przedstawiał chorobę, śmierć i pogrzeb (zwykle przedwczesny) swej matki, to dlatego, że rodzące się czynniki erotyczne skupiły się w sposób nieodwracalny wokół jej postaci, w chwili gdy – że użyjemy tego określenia - >przybrana< była tymi właśnie atrybutami choroby i śmierci; nawet jeśli była to śmierć, która – jak to się dzieje w dzieciństwie i nieświadomości – wydaje się czymś, co nie istnieje, jakimś rodzajem rozstania, po którym nastąpi powrót. Przy takim analitycznym punkcie widzenia *Berenice* tłumaczy nam jeszcze więcej.

Jak już wiemy, impotencja seksualna Poe'go była rezultatem jego ogromnej miłości do matki, i to do matki umierającej, a później do jej trupa: wywołało to w Poem obrzydzenie moralne do wszystkiego, co miało jakikolwiek związek z płcią, ponieważ miłość seksualna mogła dlań tylko oznaczać sadystyczną destrukcję i nekrofiliją. A niebezpieczeństwo ulegania pokusom ciała i kara, która dosięgnie wszystkich, co im ulegają, wyrażone zostało w *Berenice* obsesją Egeusa – zębami Berenice. W rzeczywistości w psychoanalizie wiele przypadków impotencji wynika chociaż zagrzebane to jest głęboko w nieświadomości (i dziwne to się może wydawać wielu czytelnikom) – z pojęciem pochwy kobiecej jako organu wyposażonego w zęby, mogącego być źródłem zagrożenia, organu, który może gryźć i kastrować. To, że obraz taki mógł istnieć w nieświadomości Poe'go, potwierdza nam lektura wielu jego opowiadań. Usta i pochwa są w naszej nieświadomości jedną i tą samą rzeczą i kiedy Egeus poddaje się strasliwemu impulsowi wyrwania zębów Berenice ulega on zarówno pragnieniu kontaktu z tym organem macierzyńskim, jak i chęci wywarcia na nim zemsty, ponieważ niebezpieczeństwa z nim związane sprawiają, że unika on wszystkich kobiet, jako zbyt dla siebie groźnych. Jego czyn jest zatem rodzajem mściwej kastracji, dokonany na matce, którą kocha i nienawidzi zarazem, dlatego, że miłość do niej w dzieciństwie uniemożliwiła mu później miłość do innych kobiet.”<sup>105</sup>

<sup>104</sup> Tamże.

<sup>105</sup> Tamże.

Elżbieta Sarnowska-Temeriusz<sup>106</sup> zwróciła uwagę na to, że psychoanaliza freudowska, przekształcona z teorii klinicznego leczenia w doniosłą koncepcję filozoficzno-kulturową, opierała się (w początkowej ortodoksyjnej fazie) na tezie głoszącej, iż działalność intelektualna jest sublimacją aktywności erotycznej. Zgodnie z tym twierdzeniem dzieła sztuk objaśniane były jako symboliczne dokumentacje seksualnych kompleksów pisarzy. Dość szybko wszakże koncepcje tego typu wyparte zostały przez teorię sztuki jako zastępczego zaspokojenia popędów nie tylko erotycznych, jako kompensacji nierealnych pragnień i zmarnowanych możliwości. Przyjęto, zgodnie zresztą z sugestiami samego Freuda, iż proces artystycznego tworzenia warunkowany jest frustracją, a efekty tego procesu konstytuują zastępczą rzeczywistość, domeną symboli, „przemieszczeń” (względem stłumionych instynktów) i „kondensacji”.<sup>107</sup>

W drugiej fazie rozwoju psychoanalityczna krytyka kładła większy nacisk na analizę tekstu literackiego, nie traktując go już tylko jako dokumentu świadczącego o osobliwościach psychicznych pisarza; przede wszystkim jednak główny przedmiot jej zainteresowania stanowiła wyobraźnia poetycka (dla freudystów wyobraźnia ujawniała się w analogii wypowiedzi poetyckiej do snu), której pojmowanie przedstawił Gaston Bachelard (1884-1962),<sup>108</sup> prekursor tzw. tematycznej krytyki.<sup>109</sup> Bachelardowskie studia nad wyobraźnią rozwijały się w kręgu oddziaływań psychoanalizy, rozpatrywał wyobraźnię poetycką (marzenie) jako strefę, w której działają „kompleksy kulturowe”, strefę pośrednią między świadomością a głębszymi pokładami nieświadomości. Rozróżniając w wyobraźni aspekt materialny, dynamiczny i formalny, zajmował się głównie pierwszym i drugim; w szczególności uzasadniał, że wyobrażenia tradycyjnych czterech żywiołów (ogień, woda, powietrze i ziemia), mające podkład archetypowy, stanowią dominanty różnych typów wyobraźni poetyckiej i mogą być podstawą ich systematyki.<sup>110</sup> W pracach późniejszych Bachelard skupiał się głównie na problemach fenomenologii wyobraźni, rozumiejąc przez to „badanie zjawiska obrazu poetyckiego w chwili, gdy wyłania się on w świadomości jako bezpośredni wytwór serca, duszy, istnienia człowieka, ujmowany w swej aktualizacji.”<sup>111</sup> Prace Bachelarda wywarły silny wpływ na francuską i nie tylko francuską krytykę literacką, wywołały ożywione zainteresowanie estetyką twórczej wyobraźni i spowodowały rozwój badań nad morfologią wyobraźniowego świata poetów.

<sup>106</sup> E. Sarnowska-Temeriusz, *W kręgu badań tematologicznych*, op. cit.

<sup>107</sup> Tamże.

<sup>108</sup> G. Bachelard, *Wyobraźnia poetycka. Wybór pism*, wyboru dokonał H. Chudak, tł. H. Chudak, A. Tarkiewicz, przedmowa J. Błoński, PIW, Warszawa 1975.

<sup>109</sup> Hasło: *psychologizm*, w: M. Głowiński, T. Kostkiewiczowa, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, *Słownik terminów literackich*, op. cit., s. 357-358.

<sup>110</sup> G. Bachelard, *Wstęp do „poetyki przestrzeni”*, przekł. W. Błońska, w: *Współczesna teoria badań literackich za granicą. Antologia*, opracował H. Markiewicz, Wyd. Literackie, Kraków 1976, t. II, s. 342 i n.

<sup>111</sup> E. Sarnowska-Temeriusz, *W kręgu badań tematologicznych*, op. cit., s. 162 i n.

Zasady psychoanalizy oddziaływały także na badania stylistyczne, zajmował się nimi m.in. Leo Spitzer we wczesnych swoich pracach, tworząc wraz z Karlem Vosslerem kierunek w językoznawstwie zwany neoidealizmem. Twierdzili oni, że język jest swojego rodzaju tworem artystycznym (odbija się w nim kultura duchowa narodu i jednostek), a dopiero na dalszym planie środkiem społecznej komunikacji. Pisali: „otóż skoro najlepszym dokumentem duszy narodu jest jego literatura i skoro ta ostatnia nie jest niczym innym niż językiem w tej postaci, której jest on zapisany przez najlepszych użytkowników, to czy nie moglibyśmy zrozumieć ducha narodu poprzez język najwybitniejszych dzieł jego literatury? Czy można zrozumieć duszę określonego pisarza poprzez jego indywidualny język? [...]. Wystarczy wymienić nazwiska dynamicznych pisarzy dawnych czasów, gdziekolwiek myślało się i czuło mocno, tam pojawiały się innowacje w języku; twórczość umysłowa natychmiast wpisuje siebie w język i staje się lingwistyczną twórczością; to, co ustalone i spetryfikowane w języku, nie wystarcza nigdy dla potrzeb ekspresji, które odczuwa silna indywidualność.”<sup>112</sup>

Opisali oni pojęcie „koła filologicznego” (lub „hermeneutycznego koła”), jak je nazwał Dilthey, jako podstawowego chwytu interpretacyjnego w badaniach humanistycznych. Polegał on na przechodzeniu od analizy szczegółowych właściwości tekstu do jego całościowego ujęcia i następnie na wyjaśnianiu dalszych szczegółowych właściwości za pomocą uchwyconej przedtem całości, albowiem poznanie w filologii jest osiąganę nie tylko przez stopniowe posuwanie się od jednego szczegółu do drugiego, lecz przez antycypację lub dywinację całości – ponieważ „szczęgół może być rozumiany tylko poprzez całość i każde wyjaśnienie szczegółu zakłada rozumienie całości”.<sup>113</sup> Nasza podróż tam i z powrotem od pewnych zewnętrznych szczegółów do wewnętrznego jądra i znów do innych serii szczegółów jest tylko zastosowaniem zasady „koła filologicznego”.<sup>114</sup>

### III.2.2. Tematyczna krytyka

Jej podstawowym pojęciem jest „temat”, odnoszący się jednak nie do każdego wątku obrazowego, ale do pewnych grup obrazowych (np. czterech żywiołów), traktowanych jako ośrodkowy element wyobraźni danego pisarza, który powtarza się w jego twórczości. Tematyczna krytyka bada, jak się on wyraża w całokształcie prac pisarza, tak więc zajmuje się dziełem literackim przede wszystkim jako tworem indywidualnego doświadczenia.<sup>115</sup> Ażeby odczytać właściwie sens dzieła literackiego, krytyk tematyczny

<sup>112</sup> K. Vossler, L. Spitzer, *Studia stylistyczne*, tłum., wybór tekstów i oprac. M. R. Mayenowa, R. Handke, Warszawa 1972, rozdz. *Językoznawstwo a historia literatury*.

<sup>113</sup> Tamże.

<sup>114</sup> Tamże.

<sup>115</sup> Hasło: *tematyczna krytyka*, w: M. Głowiński, T. Kostkiewiczowa, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, *Słownik terminów literackich*, op. cit., s. 458.

rozporządzać musi odpowiednim zasobem wiadomości dotyczących tematu, pod którego panowaniem znajdował się dany autor. Z tego punktu widzenia krytyka tematyczna okazuje się wiedzą o tematach, a więc swoistą psychologią twórczości.<sup>116</sup>

Podstawowe koncepcje krytyki tematycznej łączą się w pierwszym rzędzie z nazwiskiem Jeana-Paula Webera. Odciął się on zarówno od Freudowskiej psychoanalizy, jak i od koncepcji Junga co do istnienia nieświadomości zbiorowej. Webera interesuje nieświadomość czy też podświadomość indywidualna i „zdrowa”, nie skażona żadnymi kompleksami. Ta głębিনowa warstwa psychiki odznacza się dwuaspektowością: jest sferą przeżyć, odczuć i wspomnień, i zarazem sferą form. Złączenie formy psychicznej z nieświadomą treścią psychiczną, którą w opinii Webera stanowią przede wszystkim przeżycia z okresu dzieciństwa, prowadzi do ukonstytuowania się tematu. Temat jest wykrystalizowanym, można by rzec „upostaciowanym” wspomnieniem. „Przez temat rozumiemy – wyjaśnia Weber – ślad, jaki wspomnienie z dzieciństwa zostawiło w pamięci pisarza.”<sup>117</sup> Temat ujawnia się w dziele poprzez wyrażenia często powracające, powtarzające się na nowo obrazy, sposoby myślenia, odczuwania i mówienia, które dzięki temu, że powracają i stają się obsesją, dają się poznać. Dane ujęcie może być w dziele tematem wtedy tylko, gdy powtarza się w identycznych bądź zmienionych wersjach, nie podlega ono jednak badaniom typu statystycznego. Do wspomnień dzieciństwa pisarza dociera się czasami dzięki świadectwom źródłowym, bezpośrednim i pośrednim wypowiedziom ujawniającym to, co ukryte w sferze psychiki. Trzeba tu wszakże zauważyć, że dzieło rozumie się tutaj bardzo szeroko, w jego obręb wchodzi nie tylko utwory literackie, składa się nań to wszystko, co pisarz pozostawił, a co wiąże się z jego przeżywaniem i doświadczeniem.<sup>118</sup> Krytyka tematyczna z wielką konsekwencją podchodzi do tematu fenomenologicznie, a nie genetycznie. Ważny jest on jako element doświadczenia i przekazu, nieistotne zaś jest jego pochodzenie.

Nie ma ustalonego repertuaru tematów, tematem w istocie stać się może wszystko, zależy bowiem od samych dzieł, które nie znają w tej materii ograniczeń i każdy element podnieść mogą do jego rangi. Nasuwa się pytanie – rozważa M. Głowiński<sup>119</sup> - czy określenie tematu nie zależy po prostu od decyzji badacza, albowiem temat przyjmuje różne postacie u rozmaitych krytyków, na przykład: 1) w książkach Gastona Bachelarda jego rolę pełnią żywioły (ogień, woda, ziemia, powietrze); 2) w esejach Georges Pouleta (najwybitniejszego przedstawiciela krytyki tematycznej) – przede wszystkim – kategorie czasu i przestrzeni; 3) w psychologizycznych studia Jeana-Paula Webera – „ślady, jakie

<sup>116</sup> E. Sarnowska-Temeriusz, *W kręgu badań tematologicznych*, op. cit., s. 145 i n.

<sup>117</sup> Tamże.

<sup>118</sup> M. Głowiński, *Wprowadzenie* (w dziale: *Przekłady. Francuska krytyka tematyczna*), w: „Pamiętnik Literacki LXII, 1971, z. 2, s. 175-187.

<sup>119</sup> Tamże.



wspomnienie dzieciństwa, pozostawiło w pamięci pisarza”; 4) w pracach Jeana Starobińskiego taka czynność jak patrzeć.<sup>120</sup>

Jednym z podstawowych założeń tematycznej krytyki jest hasło utożsamienia krytyka z analizowanym dziełem, czyli zasada postępowania hermeneutycznego, ma on rozwijać w swoim języku to, co stanowi istotę dzieła, dotrzeć do jego ukrytych znaczeń, które ujawnić się mogą wtedy tylko, gdy przyjmuje się punkt widzenia jego twórcy.<sup>121</sup> To Georges Poulet doprowadził do pewnych skrajności zasadę postępowania hermeneutycznego, obowiązującą w całej krytyce tematycznej (wywodzi się ona z tej koncepcji humanistyki, jaką sformułował Dilthey): zadaniem krytyka nie jest wyjaśnianie dzieła literackiego, musi on je zrozumieć, od nowa przeżyć, patrzeć na nie tak, jak mógłby to czynić sam twórca.<sup>122</sup> Zjawiskiem najistotniejszym staje się zacieranie granic pomiędzy krytyką a mową pisarza, krytyk bowiem usiłuje dostosować i w jakiejś przynajmniej mierze upodobnić swoją wypowiedź do dzieła o którym mówi. W konsekwencji powstaje dyskurs w mowie pozornie zależnej (znoszący ściśle rozgraniczenia pomiędzy tekstem opowiadania a przytoczeniem): krytyk wprowadza w jego obręb to, co uważa za najbardziej znaczące dla problematyki danego pisarza, wprowadza także jego ujęcia słowne odnoszące się do tej problematyki. W pewnych wypadkach formuły pisarza zastępują terminologię krytyczną. Jest ot konsekwencja przyjętych założeń – starają się posługiwać językiem pisarza, który jest przedmiotem ich refleksji. Stąd wielka rola cytatów i kryptocytatów.<sup>123</sup> Doskonałym przykładem jest krytyka literacka okresu Młodej Polski.<sup>124</sup>

### III.2.3. Psychokrytyka

Bliski powyższemu kierunek badań zainicjowany przez Charlesa Maurona. Psychokrytyka rozróżnia nieświadomość pisarza, jego „świadome” ja oraz jego środowisko. Konstruuje „ja” twórcy na podstawie wszystkich pozostawionych przez niego przekazów (także nieliterackich). Bada sieci obrazów i asocjacji występujących w twórczości danego pisarza, mających charakter w dużej części nieświadomy; analizuje wyobraźnię i osobowość twórcy, traktując je jednak nie jako właściwości autora zewnętrzne wobec tekstu, ale jako elementy wypowiedzi.<sup>125</sup> Zakłada ona, że twórczość uzależniona jest od trzech czynników: 1) nieświadomej fantazji; 2) treści świadomości; 3) języka. Psychokrytykę

<sup>120</sup> Tamże.

<sup>121</sup> Hasło: *tematyczna krytyka*, op. cit.

<sup>122</sup> M. Głowiński, *Wprowadzenie*, op. cit.

<sup>123</sup> Tamże.

<sup>124</sup> Zob. np. W. Czernianin, *Twórczość Kazimierza Przerwy-Tetmajera w krytyce młodopolskiej*, Wrocław 2004, Wydawnictwo Antykwa; oraz *Materiały źródłowe do recepcji twórczości Kazimierza Przerwy-Tetmajera w epoce Młodej Polski. Recenzje z lat 1890-1918*, wstęp, wybór i opracowanie W. Czernianin, Wrocław 2006, Wydawnictwo „Spółka Autorska Z. K. Garbaczewscy”.

<sup>125</sup> Hasło: *psychokrytyka*, op. cit.

uważał Mauron za uzupełnienie innych sposobów badania literatury. Uważał, że psychokrytyka wydobywa z twórczości pisarza kolejno – obsesyjne, nieświadomione ciągi skojarzeń słownych i obrazowych, figury i relacje dramatyczne, persewerujące (uporczywie utrzymujące się) tematy, by na tej podstawie ujawnić „mit osobisty” pisarza, będący ekspresją jego nieświadomej osobowości, a powiązany z jakimś znaczącym wydarzeniem w jego życiu.<sup>126</sup> Psychokrytyka – podkreśla Mauron – ma na celu zwiększenie naszego zrozumienia dzieł literackich, po prostu odkrywając w tekstach fakty i związki dotychczas niezauważone lub dostrzegane niedostatecznie, a których źródłem jest nieświadoma osobowość pisarza.<sup>127</sup> Zatem cel badań psychokrytyki ogranicza się nawet do tej osobowości nieświadomej pisarza. Zdaniem Maurona są trzy zasadnicze odmiany krytyki współczesnej: klasyczna, lekarska i tematyczna, przy czym podział dotyczy roli osobowości nieświadomej w twórczości literackiej. W krytyce klasycznej osobowość nieświadoma nie ma żadnego znaczenia, nie zauważa ona lub się wyrzeka badań nad nieświadomością; tradycyjnie analizuje, co myślał, czuł i czego pragnął autor (obszar to spory i daje nieograniczoną możliwość opisu subtelności). W drugiej odmianie krytyki, psychoanaliza lekarska co prawda uważa osobowość nieświadomą za zasadniczą, ale interpretuje dzieła po prostu jako wyraz nieświadomości, często patologicznej. Z kolei trzecia odmiana, czyli krytyka tematyczna zajmuje się bardziej snami, tematami i mitami, aniżeli faktami i myślami świadomymi. W twórczości każdego pisarza pragnie ona uchwycić wyraz najgłębszej osobowości. Psychokrytyka natomiast jest reakcją na dokonania psychologii naukowej, w której wielkim wydarzeniem początku poprzedniego wieku były bezspornie stopniowe odkrycia nieświadomej osobowości i jej dynamiki.<sup>128</sup>

Rozróżnienie między psychokrytyką a psychoanalizą – omawiamy dalej poglądy Maurona – jest w praktyce łatwe. Psychokrytyk nie jest lekarzem. Celem jego nie jest leczenie, nie stawia diagnozy ani rokowania. Lekarza interesuje pacjent i jego przypadek. Psychokrytyk zaś ma na uwadze teksty. Postawił sobie za cel głębsze ich zrozumienie i cel ten osiągnie tylko wtedy, gdy jego wysiłki spotkają się z wysiłkami innych dyscyplin krytycznych. Wyodrębnia on w danym dziele przypuszczalne ekspresje procesów nieświadomych, studiuje ich formy i rozwój oraz stara się połączyć je z wynikami zdobytymi gdzie indziej. Wymaga to znajomości ogólnych procesów nieświadomych. Należy o tym pamiętać, inaczej bowiem łatwo o pomyłki.<sup>129</sup> Czy zdziwi kogoś, że psycholog literatury zajmuje się także samą psychologią? Zadaniem psychokrytyka jest połączyć naukę ze sztuką. Może go jednak spotkać niepowodzenie, jeśli utraci kontakt z jedną lub

---

<sup>126</sup> Ch. Mauron, *Wprowadzenie do psychokrytyki*, przekł. W. Błońska, w: *Współczesna teoria badań literackich za granicą. Antologia*, op. cit., s. 366 i n.

<sup>127</sup> Tamże.

<sup>128</sup> Tamże.

<sup>129</sup> Tamże.

drugą. Zmierza jednak w kierunku sztuki. Pod zamierzonymi strukturami tekstu bada skojarzenia mimowolne; aby je ukazać, technika ta musi (chwilowo) unieważnić zamierzone struktury. Psychoanaliza rozwiązała już zbliżone zagadnienie dzięki metodzie wolnych skojarzeń, w psychokrytyce zastępują ją nakładanie tekstów, którego nie wolno mieszać z ich porównywaniem. Porównanie tekstów dotyczy treści świadomych i zamierzonych: należy do zakresu krytyki klasycznej. Natomiast nakładanie tekstów zamąca świadome treści każdego z nich; osłabia je, by ukazać nie tyle obsesyjne powtórzenia (problem ten lepiej rozwiązuje statystyka), co związki niedostrzegane i mniej lub bardziej nieświadomione. Zatem operacje, jakie składają się na metodę psychokrytyczną, są następujące: 1) nakładając teksty tego samego autora wykrywa się sieci skojarzeń lub grupy obrazów obsesyjne i zapewne mimowolne; 2) w twórczości jednego pisarza należy zbadać, jak powtarzają się i zmieniają sieci, grupy, struktury, ujawnione przez pierwsze operacje; druga operacja łączy analizę rozmaitych tematów z analizą marzeń i ich przeobrażeń, prowadząc zazwyczaj do obrazu jakiego mitu osobistego; 3) mit osobisty i jego przeobrażenia interpretowane są jako wyraz nieświadomej osobowości i jej rozwoju; 4) wyniki, jakie otrzymamy badając dzieło, sprawdzane są przez konfrontacje z życiem pisarza.

Mauron pisze, że psychokrytyka za krytyką tematyczną przyjmuje to, iż u pisarzy najciekawsze sprawy rozgrywają się na granicy procesów świadomych i nieświadomych. Uważa jednak, że dla zrozumienia tego należy zbadać pewną głębokość nieświadomego zaplecza. Z chwilą kiedy przyjmiemy, że każda osobowość zawiera w sobie nieświadomość – nieświadomość pisarza należy uznać za najbardziej prawdopodobne „źródło” jego twórczości. Źródło w pewny sensie zewnętrzne – gdyż dla świadomego ja, które dziełu literackiemu nadaje jego formę słowną, wyraźnie nocna nieświadomość jest „kimś innym”. Ale jednocześnie źródłem wewnętrznym, tajemnie powiązaniem ze świadomością nieustannym przyływem i odpływem wymieniających się treści.<sup>130</sup>

W ogóle – przed Freudem - nieświadomość jako idea inspirująca nie sprawiała kłopotów krytyce literackiej, która zresztą na swój sposób posługiwała się tym pojęciem o niesprawdzalnej treści. Niekiedy nawet chętnie, aby utrzymać we właściwych granicach rozum, realizm czy erudycję, których wymagania mogły przygniść swobodę twórczą. Wszystko jednak uległo zmianie, gdy w końcu XIX wieku pewne prace naukowe, a zwłaszcza prace Bernheima,<sup>131</sup> Janeta,<sup>132</sup> Freuda, Junga, nadały pojęciu nieświadomości treść już nie tajemniczą, ale określoną, nie nadprzyrodzoną, lecz naturalną, a czasem

<sup>130</sup> Tamże.

<sup>131</sup> Hippolyte Bernheim (1837-1919) – francuski lekarz i neurolog.

<sup>132</sup> Pierre Marie Félix Janet (1859- 1947) – francuski neurolog i psycholog, pionier w dziedzinie badania pamięci pourazowej.

wręcz patologiczną.<sup>133</sup> Kryzys stał się nieunikniony, gdyż krytyka literacka tylko pozornie mogła nie interesować się rozwojem tej nauki. Praca *Traumdeutung* Freuda ukazała się w roku 1900, a już do drugiego wydania dodano rozprawę Otto Ranka *O poezji i marzeniu sennym*.<sup>134</sup> W ciągu następnych dwudziestu lat psychoanaliza zbadała nie tylko dziedziny snów, ale także folkloru, legend i różnych mitologii. Stworzono psychoanalizę literacką. Ale na przykład we Francji, gdzie powstały omawiane główne kierunki krytyki literackiej, o paradoksie – pisze zdumiony Mauron – freudyzm przyjęli najpierw poeci, aby wykorzystać go w dziwny sposób.<sup>135</sup> Tam gdzie Freud przeczuwał analogię między sztuką a snem, surrealiści orzekli tożsamość i przyznali wartość poetycką jedynie tworom nieświadomości, np. André Breton<sup>136</sup> chciał zastosować do produkcji poetyckiej to, co uważał za psychoanalizę: swobodne skojarzenia, pismo automatyczne, opowiadanie i interpretowanie snów. Przy sposobności należy stwierdzić, że dzięki temu znalazł się ponownie na pozycji kluczowej w kulturze europejskiej.<sup>137</sup>

### III.2.4. Archetypowa krytyka

Punktem wyjścia tej odmiany krytyki są – przypomnijmy - teorie Junga, szczególnie archetypu. Uformowana przez M. Bodkin, została rozwinięta przez N. Frye'a, którego koncepcja eliminuje sądy wartościujące z zakresu krytyki naukowej; za główne jej zadanie uważa zbudowanie teorii naukowej, która ujmowałaby literaturę jako jednolity, usytuowany w kontekście społecznym, lecz rozwijający się według swych praw autonomicznych system symboli. Albowiem zdaniem Frye'a literatura jest „przemieszczoną” (przystosowaną do wymogów wiarygodności i moralności) mitologią; cała jej różnorodność da się zinterpretować jako kompilacja i przekształcenie niewielkiej liczby archetypów występujących już w postaci opowiadań mitycznych i rytuałów w kulturach prymitywnych (koncepcję nieświadomości zbiorowej Frye odrzuca). Oparta na dialektyce rygoru i swobody, tworzy literatura osobny świat, nadający pełnię egzystencji ludzkiej.<sup>138</sup>

Dla psychologii literatury ważnym pytaniem – które sformułowała Danuta Danek – jest pytanie o to, jak się miały, mają lub mieć mogą badania literackie do psychoanalizy, z tego natomiast wynika pytanie ogólniejsze o relacje między nauką o literaturze a psychologią jako nauką.<sup>139</sup> Pojęcie „psychoanalizy” stało się kluczowym terminem teorii Freuda. „Swym zasięgiem – na co zwraca uwagę Edward Fiała – objęło ono nie tylko szybko zajmujący nowe tereny przedmiot refleksji Freuda, ale przede wszystkim

<sup>133</sup> Ch. Mauron, *Wprowadzenie do psychokrytyki*, op. cit.

<sup>134</sup> Otto Rank, właśc. Otto Rosenfeld (1884-1939), austriacki psychoanalityk, uczeń Freuda.

<sup>135</sup> Ch. Mauron, *Wprowadzenie do psychokrytyki*, op. cit.

<sup>136</sup> André Breton (1896-1966) – francuski pisarz, poeta, eseista i krytyk sztuki, teoretyk surrealizmu.

<sup>137</sup> Ch. Mauron, *Wprowadzenie do psychokrytyki*, op. cit.

<sup>138</sup> N. Frye, *Archetypy literatury*, op. cit., s. 304.

<sup>139</sup> D. Danek, *Sztuka rozumienia. Literatura i psychoanaliza*, Warszawa 1997, Wyd. IBL, s. 20.

specjalny jej aspekt. Był to aspekt nowy, który wyłonił się z wnikliwej penetracji psychologicznych procesów motywacyjnych. W efekcie tej penetracji powstała niesłychanie ważna i płodna teza o istnieniu nieświadomości. Wprowadziła ona zupełnie odmienną perspektywę rozumienia człowieka i kultury. [...]. Zakres badań obejmuje więc dwa nurty zjawisk czy też dwa procesy ewolucyjne – jeden to przemiany myśli psychoanalitycznej *sensu stricto*, a drugi rozwijający się na gruncie badań literackich, czyli tzw. krytyka psychoanalityczna.”<sup>140</sup> E. Fiała przedstawia możliwe typy relacji między psychoanalizą a literaturą: „ogólnie trzeba stwierdzić, że psychoanaliza może wystąpić w trzech zasadniczych funkcjach wobec literatury. Po pierwsze, jako temat dzieła, a więc przedmiot refleksji w ramach jego świata przedstawionego (np. w dyskusjach między bohaterami) lub przedmiot refleksji samego autora (narratora) w bardziej >gnomicznych< partiach utworów. Może stać się zwykłym słowem – hasłem na oznaczenie określonego nurtu myślenia czy metody postępowania. Jest to więc supozycja raczej zewnętrzna wobec literatury. Po wtóre, psychoanaliza może być zasadą konstrukcji dzieła. W tym sensie można np. mówić o psychoanalitycznej koncepcji postaci w danym utworze. Autor może zbudować świadomie lub nieświadomie wewnętrzny świat utworu na podstawie tej właśnie wizji człowieka. Mamy tu do czynienia z głębszym wejściem psychoanalizy w literaturę – zostaje ona jakby już zasymilowana, a jej reguły wyrażają i wyjaśniają dziwne czasem czy nawet niezrozumiałe postępowanie bohaterów. Jest zatem kluczem do zrozumienia całości dzieła. I wreszcie możliwość trzecia, która wykorzystuje psychoanalizę jako metodę badania dzieła. [...]. Wchodzi on czasami w ścisły związek z supozycją drugą, zwłaszcza w problematyce analizy przedstawionych postaci. Jest to w każdym razie poziom metarefleksji, w którym psychoanalityczną metodę ujmowania dzieła, a mówiąc dokładniej: metodę freudowską, traktuje się jako jedną z wielu metod interpretacyjnych tekstu.”<sup>141</sup>

#### **IV. Problematyka oddziaływania literatury na czytelników (psychologię publiczności literackiej)**

René Wellek i Austin Warren słusznie stwierdzają, że pisarz nie tylko ulega wpływowi społeczeństwa, ale i sam na nie wpływa. Sztuka nie tylko odtwarza rzeczywistość, ale ją także kształtuje. Ludzie upodabniają swoje życie do fikcyjnych bohaterów i bohaterek.<sup>142</sup> Możemy przypuszczać – piszą wspomniani autorzy - niewątpliwie z dużym prawdopodobieństwem, że wpływ lektury na młodzież jest bardziej bezpośredni i silniejszy niż

---

<sup>140</sup> E. Fiała, *Modele freudowskiej metody badania dzieł literackich*, op. cit., s. 9-10.

<sup>141</sup> Tamże, s. 11.

<sup>142</sup> R. Wellek, A. Warren, op. cit., s. 128.

na starszych, że czytelnicy niedoświadczeni przyjmują literaturę bardziej naiwnie, widząc w niej kopię raczej niż interpretację życia.<sup>143</sup> Powstaje więc pytanie: jak literatura wpływa na czytelników? Niezwykle istotne także z punktu widzenia biblioterapii, która przyznaje przecież problemowi odbiorcy centralną pozycję w swoich badaniach.<sup>144</sup>

#### IV.1. Psychologia odbioru dzieła literackiego

W Polsce – jak pisze Michał Głowiński – rolę pioniera w badaniach dotyczących odbioru dzieła literackiego trzeba przyznać Romanowi Ingardenowi jako twórcy teorii konkretyzacji.<sup>145</sup> Ta czytelnicza interpretacja dzieła towarzysząca jego lekturze, stanowi aktywną odpowiedź odbiorcy na inicjatywę komunikacyjną pisarza (będąc zjawiskiem jednostkowym, jest jednak społecznie uwarunkowana przez pewne stereotypy odbioru dzieła literackiego): jest więc procesem rozumienia, porządkowania, scalania i dookreślenia utworu rozgrywającego się w świadomości czytelnika, uwarunkowanym każdorazowo przez jego osobiste predyspozycje i doświadczenie zarówno życiowe, jak i literackie.<sup>146</sup> „Konkretyzacja dzieła literackiego – wyjaśnia Ingarden – jest wpływem spotkania się dwu różnych czynników: samego dzieła i czytelnika, w szczególności jego twórczych i odtwórczych czynności, które spełnia podczas lektury.”<sup>147</sup> Przebiega na czterech dopełniających się wzajem płaszczyznach: 1) polega na rekonstruowaniu przez czytelnika określonego układu elementów utworu zarówno w planie językowym, jak i treści; 2) na odniesieniu elementów dzieła i ich układów do doświadczeń zdobytych przez czytelnika w obcowaniu z innymi dziełami; 3) na konfrontacji świata przedstawionego dzieła z rzeczywistością znaną czytelnikowi; w wyniku tego zjawiska, przedmioty i osoby ukazane w dziele w sposób mniej lub bardziej schematyczny nabierają cech konkretnych i zindywidualizowanych; 4) na dopełnieniu dzieła przez przeżycia, refleksje i opinie, jakie zdołało ono wzbudzić w czytelniku.<sup>148</sup> „Dzieło sztuki literackiej – pisze Ingarden – nie jest dokładnie tym, co stanowi konkretny (lub prawie że konkretny) przedmiot percepcji estetycznej: ono samo stanowi jedynie jakby szkielet, który czytelnik pod wieloma względami uzupełnia czy dopełnia, a niejednokrotnie także i pod wielu względami zniekształca lub zmienia, i dopiero w tej nowej, pełniejszej, konkretniejszej, choć i tak nie całkiem konkretnej postaci stanowi wraz z tymi uzupełnieniami bezpośredni obiekt percepcji i rozkoszy estetycznej. [...] Tę to całość, w której dzieło występuje w uzupełnieniach i przekształceniach poczynionych przez czytelnika podczas czytania,

<sup>143</sup> Tamże, s. 129.

<sup>144</sup> Zob. W. Czernianin, *Teoretyczne podstawy biblioterapii*, Wyd. ATUT, Wrocław 2008.

<sup>145</sup> M. Głowiński, *Odbiór, konotacje, styl*, w: *Problemy metodologiczne współczesnego literaturoznawstwa*, pod red. H. Markiewicza i J. Sławińskiego, Wyd. Literackie, Kraków 1976, s. 403, przypis 1.

<sup>146</sup> Hasło: *konkretyzacja dzieła literackiego*, op. cit., s. 200-201.

<sup>147</sup> R. Ingarden, *Dzieło literackie i jego konkretyzacje*, w: *Szkice z filozofii literatury*, op. cit., s. 67.

<sup>148</sup> Hasło: *konkretyzacja dzieła literackiego*, op. cit.

nazywam konkretyzacją dzieła literackiego. Wychodzi ona w wielu szczegółach poza to, co znajduje się w samym dziele, a co istotnie stanowi oś czy szkielet konkretyzacji. Prze to konkretyzacja może dostarczyć czytelnikowi takich danych i wywołać w nim takie wzruszenia i inne reakcje psychiczne, jakich by mu samo dzieło – gdyby jako nagi szkielet mogło mu być dostępne – nigdy nie mogło dać.”<sup>149</sup> Innymi słowy, odbiorca dzieła literackiego przede wszystkim rekonstruuje porządek w obrębie składników utworu, zarówno składników językowych, jak też w świecie przedstawionym i w sferze zawartości ideowej dzieła. Wszystko to, w ten sposób ukształtowane, zostaje potem uchwycone samo dla siebie przez podmiot przeżywający, który nie pozostaje obojętny na to, co uchwycił, lecz niejako odpowiada na to rozmaitymi emocjami. Dochodzi w ten sposób do emocjonalnego obcowania podmiotu przeżywającego z obiektami przedstawionymi w przedmiocie estetycznym (szczególnie z osobami przedstawionymi w ich losach).<sup>150</sup> Oczywiście nie należy tego rozumieć w ten sposób, że czytelnik traktuje obraz prezentowany przez dzieło jako coś równorzędnego względem rzeczywistości. Jednakże, mając nawet wyostrzoną świadomość fikcyjności tego obrazu, odbiorca nie jest po prostu w stanie inaczej wyobrazić go sobie, jak tylko w przyrównaniu do określonych elementów świata realnego. Zatem elementy dzieła i ich układy zostają tu odniesione do zjawisk rzeczywistych.

Koresponduje to z formowaniem się pojawiających się jakości w „strukturze polifonicznego zestroju jakościowego”, mające miejsce wtedy, gdy podmiotowi przeżywającemu estetycznie ujawnia się nie jedna prosta jakość, lecz wiele różnych jakości, nie występują one zazwyczaj luźno obok siebie, ale organizują się w wewnętrznie spójną całość.<sup>151</sup> To znaczy: przy tej samej liczbie jakości struktura przedmiotu estetycznego może się – zależnie od przebiegu procesu estetycznego formowania – inaczej ukształtować. Ilustruje to końcowa faza procesu konkretyzacji dzieła literackiego, w której odbywa się proces „uzupełniania” dzieła przez czytelnika o te wszystkie dodatkowe jakości estetyczne, jak przeżycia, wzruszenia i osądy, które wywołuje lektura utworu. Wszystkie one mają charakter złożony, tzn. na przykład wzruszenia estetyczne mogą łączyć się ze wzruszeniami innego rodzaju: religijnymi, patriotycznymi, erotycznymi itp. Czytelnik nie tylko poddaje się sugestiom czytanego dzieła, ale niejako dopełnia je w lekturze własnymi treściami uczuciowymi, nasycza je pobudzonymi przez lekturę doznaniem, wprowadza jak gdyby w jego obręb świat własnych przeżyć. Dzieło traci w ten sposób swój schematyczny charakter. Dany obraz przedstawiony jest jedynie w najogólniejszych zarysach, w trakcie konkretyzacji czytelnik uzupełnia obraz elementami, które w tworzonym przez dzieło

<sup>149</sup> R. Ingarden, *Dzieło literackie i jego konkretyzacje*, op.cit., s. 66-67.

<sup>150</sup> R. Ingarden, *Studia z estetyki*, Warszawa 1957, t. 1, s. 14-15.

<sup>151</sup> Tamże.

obrazie przedmiotu nie zostały bezpośrednio wykazane. Wskutek tego – podsumujmy ten fragment – konkretyzacja odznacza się charakterystyczną dynamiką, aktywnym poszukiwaniem i odnajdywaniem całości jakościowych. „Czynności te – zacytujmy jeszcze raz Ingardena – odpowiednio do złożonej budowy dzieła sztuki literackiej, są bardzo różnorodne i przebiegają w bardzo rozmaity sposób w zależności od samego dzieła i jego własności, od struktury psychicznej czytelnika, jego sprawności w lekturze, od jego upodobań itd., wreszcie od warunków zarówno subiektywnych jak obiektywnych, w jakich odbywa się czytanie dzieła. Że zaś przebieg czynności czytania i różnych reakcji, jakie dzieło wywołuje w czytelniku, odbija się na strukturze i szczegółowych własnościach konkretyzacji, więc nawet przy wielkim wysiłku czytelnika, żeby dzieło czytane odtworzyć jak najwierniej w wytwarzanej właśnie konkretyzacji, poszczególne konkretyzacje różnią się pomiędzy sobą, a także mniej lub więcej od samego dzieła.”<sup>152</sup>

## IV.2. Odbiorca dzieła literackiego

Może to być zarówno konkretny czytelnik utworu literackiego, reprezentujący określoną społecznie i historycznie publiczność literacką, jak i wprost przeciwnie: odbiorca nierównoznaczny z konkretną osobą, która czyta dany tekst, lecz wirtualny adresat, będący integralnym elementem utworu, założonym partnerem podmiotu literackiego, czyli będącym zespołem ról, wyznaczonym przez ów tekst utworu, które wymagają od czytelnika pewnego typu lektury, narzucają mu określone metody interpretacji materiału znaczeniowego, ukierunkowując proces konkretyzacji. Na to jak dzieło kształtuje role odbiorcy, oddziałują obiegowe w danym czasie przekonania i style, przede wszystkim zaś konwencje, których elementy dzieło realizuje.<sup>153</sup> Zdaniem Michała Głowińskiego uwzględnienie roli odbiorcy w strukturze dzieła literackiego, czy – ogólnie – jego nakierowania ku czytelnikowi, wymaga analizy swoistości literackich sytuacji komunikacyjnych. Dzieło literackie ma wszelkie dane, by trwać w takich sytuacjach komunikacyjnych, w których kod nadawcy nie równa się kodowi odbiorcy.<sup>154</sup> Właściwością dzieła literackiego jest więc to, że jeden z elementów jego sytuacji komunikacyjnej jest wciąż zmienny. Nie tracąc w zasadzie swej identyczności, wchodzi ono w różnorakie konteksty (jako najbliższego otoczenia innych bliskich typologicznie dzieł, określających jego znaczenie oraz sposób funkcjonowania), i to one właśnie wyznaczają charakter odbioru. Także owa „identyczność” nie jest na przestrzeni historii literatury zjawiskiem bezwzględny, ulega niekiedy zanegowaniu, wówczas mianowicie, gdy pewien typ dzieł odbiera się w danym czasie bez uwzględnienia ich kodów (i kontekstów) macierzystych, wprowadza się

<sup>152</sup> R. Ingarden, *Dzieło literackie i jego konkretyzacje*, op. cit., s. 67.

<sup>153</sup> Hasło: *odbiorca dzieła literackiego*, op. cit., s. 274-275.

<sup>154</sup> M. Głowiński, *Odbiór; konotacje, styl*, op. cit., s. 386 i n. W dalszym fragmencie referujemy poglądy tego autora.



je zaś w obręb kodów odczuwanych jako współczesne i jedynie możliwe.<sup>155</sup> Zarysować się może również postawa odwrotna: w takim wypadku dąży się do przytłumienia reguł wynikających z kodu odbioru, celem zaś jest pełnie, w miarę możliwości oczywiście, respektowanie kodu macierzystego wypowiedzi; dążność taka sprawia, że recepcja zbliża się do tego, co Ingarden określał jako rekonstrukcję, przeciwstawioną konkretyzacji i traktowaną jako właściwość naukowego poznawania dzieła.<sup>156</sup> Zarówno pełne uwspółcześnienie, jak pełna rekonstrukcja są możliwościami skrajnymi, druga z nich ma zresztą charakter jedynie teoretyczny, trudno nawet wyobrazić sobie taki odbiór, w którym nie dochodziłyby do głosu sposoby czytania wynikające z właściwości kulturalnych epoki, w jakiej dany odbiór przebiega. Otóż ten właśnie kod, w którego obrębie realizuje się odbiór, nazywać można stylem odbioru. Dzieło literackie przez samą sytuację komunikacyjną, jaką projektuje i w jakiej uczestniczy, predestynowane jest do wchodzenia w kontakt z różnymi kontekstami i z różnymi stylami odbioru nie pokrywającymi się z jego kontekstem i jego kodem macierzystym. Styl odbioru jest zawsze interpretacją, jest nią nawet wtedy, gdy czytający nie zdają sobie z tego sprawy, z tym mamy zresztą w większości wypadków do czynienia. Odbiorem, w którym czynności interpretacyjne są zwykle w wysokim stopniu uświadomione, jest przede wszystkim odbiór krytyczny.<sup>157</sup>

Styl odbioru a repertuar dzieł czytanych w obrębie danej kultury: dzieła owe nie są tylko biernym przedmiotem odbioru, także – w większej lub mniejszej mierze – wpływają na charakter tego stylu. Czynnikiem zasadniczym są tu oczywiście immanentne właściwości kultury literackiej, ale do ich kształtowania przyczynia się wszystko, co w jej obrębie funkcjonuje, a więc także utwory, które zachowały cechę czytelności, wszystkie, nie tylko powstające współcześnie. Kształtuje się więc tutaj relacja dość skomplikowana: repertuar dzieł czytanych nie jest z punktu widzenia formowania się stylu odbioru zjawiskiem obojętnym.<sup>158</sup>

System oczekiwań, dążenia do odnalezienia w odbieranych dziełach powiązań i rozwiązań, które by je zaspokajały, są zestandaryzowane w obrębie kultury literackiej (i jej poszczególnych poziomów), co nie znaczy bynajmniej, że określają wszelki odbiór, jaki ma miejsce w jej granicach. Nie czynią tego, i to nie tylko wówczas, gdy ma się na uwadze odbiór indywidualny, który może stanowić przypadek odosobniony, a więc odbiegać od obowiązujących norm. Nie czynią tego także wówczas, gdy rzecz rozpatruje się na poziomie stylu, a więc w kategoriach z natury rzeczy ogólnych.<sup>159</sup>

<sup>155</sup> Tamże, s. 389.

<sup>156</sup> R. Ingarden, *O poznawaniu dzieła literackiego*, w: *Studia z estetyki*, PWN, Warszawa 1957, t. 1, s. 164. Cyt. za: M. Głowiński, *Odbiór, konotacje, styl*, op. cit., s. 389.

<sup>157</sup> M. Głowiński, *Odbiór, konotacje, styl*, op. cit., s. 389 i 399.

<sup>158</sup> Tamże, s. 389.

<sup>159</sup> Tamże, s. 400-401.

W zakończeniu trzeba stwierdzić, że dzieło literackie przez swą strukturę zakłada odbiór także poza kontekstem i kodem macierzystym i już przez to samo współtworzy specyficzną sytuację komunikacyjną. Odbierane w innych sytuacjach niż ta, której powstało, zachowuje zdolność wywoływania konotacji, czyli skojarzeń wspólnych pewnej grupie osób w obrębie danej kultury. Każda kultura literacka wytwarza tendencje do odbierania i współtworzenia konotacji pewnego typu, podlegają one normom lektury. Owe normy stoją u podstaw stylów odbioru, właściwych poszczególnym kulturom literackim. Pomiędzy stylem dzieła a stylem odbioru istnieć mogą napięcia, ujawniające się pod różnymi postaciami. W obrębie stylu lektury właściwego danej kulturze literackiej dokonuje się swoistej kategoryzacji dzieł literackich, podporządkowuje się je szerszym ujęciom, oddziaływującym na sposoby czytania.<sup>160</sup>

## V. Podsumowanie

Biblioterapia coraz częściej anektuje najważniejsze zagadnienia psychologii literatury do własnego pola badawczego, podnosząc w ten sposób swoją wartość naukową. I słusznie, albowiem przyznanie problemom psychologii literatury centralnej pozycji w badaniach teoretycznych biblioterapii, może pozwolić ująć je w nowej perspektywie, przekształcić ich tradycyjne, dobrze zadomowione ujęcia, a nawet wzmocnić podstawy naukowe poprzez właśnie zaadoptowanie najważniejszych psychologicznych ustaleń. Wydaje się, że badanie problemów psychologii literatury przydatnych w biblioterapii (czasami intuicyjne), znajdują się wciąż jeszcze na etapie początkowym, etapie ich zarysowania i wstępnych zagadnień podstawowych,<sup>161</sup> już teraz towarzyszyć im jednak musi świadomość, że należą do czynników prowadzących do istotnego przebudowania teoretycznych zagadnień biblioterapii, do ważnej korekty ich perspektywy. Jak się wydaje, uwzględnienie niektórych problemów psychologii literatury stanowić musi świadomym zaproponowaniem nowej problematyki w biblioterapii. Przebudowa ta znaczy nawiązanie do tematyki np. psychologii odbioru i odbiorcy, refleksji o strukturze dzieła literackiego, psychologii pisarza, czy procesu twórczego. Skrzętnie gromadzone w licznych artykułach i książkach biblioterapeutycznych materiały faktograficzne i informacyjne, okażą się zapewne wysoce przydatnym i wdzięcznym przedmiotem psychologiczno-literackich interpretacji, ponieważ takiej interpretacji zwykle nie posiadają. Tak rozumiana psychologia literatury w świetle biblioterapii okaże się pojęciem szczególnie atrakcyjnym w refleksji dotyczącej literatury biblioterapeutycznej.

---

<sup>160</sup> Tamże, s. 402.

<sup>161</sup> Zob. m.in. W. Czernianin, *Teoretyczne podstawy biblioterapii*, op.cit.

## Bibliografia (według kolejności cytowań):

- R. Wellek, A. Warren, *Teoria literatury*, przekład pod redakcją i z posłowiem M. Żurowskiego, PWN, Warszawa 1970.
- M. Głowiński, T. Kostkiewiczowa, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, *Słownik terminów literackich*, pod red. J. Sławińskiego, Wyd. Ossolineum, Wrocław 1976.
- Z. W. Dudek, *Słowo wstępne*, w: *Psychologia literatury. Zaproszenie do interpretacji*, red. serii: Cz. Dziekanowski, Wyd. Eneteia, Warszawa 1999.
- J. Trzynadłowski, *Biblioterapia - złudzenia i nadzieje*, „Arteterapia” II. Zesz. Nauk. Akad. Muzycz. we Wrocławiu, nr 52.
- Z. Freud, *Dzieła*, Tom X, *Sztuki plastyczne i literatura*, rozdz. *Pisarz i fantazjowanie (1908 [1907])*, przeł. R. Reszke, Wydawnictwo KR, Warszawa 2009.
- Z. Rosińska, *Psychoanalityczne myślenie o sztuce*, PWN, Warszawa 1985.
- Cz. Dziekanowski, *Rozmowy o świadomości literackiej*, Eneteia. Wydawnictwo Psychologii i Kultury, Warszawa 2006.
- C. G. Jung, *Typy psychologiczne*, przeł. R. Reszke, Wyd. WROTA KR, Warszawa 1997.
- D. Sharp, *Leksykon pojęć i idei C. G. Junga*, przeł. J. Prokopiuk, Wyd. Wrocławskie, Wrocław 1998.
- C.G. Jung, *Archetypy i symbole. Pisma wybrane*, wybrał, przeł. i wstępem poprzedził J. Prokopiuk, Wyd. Czytelnik, Warszawa 1981.
- J. J. Lipski, *Biografia a interpretacja*, w: *Z problemów literatury polskiej XX wieku*, Tom I, *Młoda Polska*, red. tomu J. Kwiatkowski, Z. Babicki, PWI, Warszawa 1965.
- Z. Mitosek, *Teorie badań literackich*, PWN, wyd. 3, Warszawa 1995.
- Z. Freud, *Poza zasadą przyjemności*, przeł. J. Prokopiuk, PWN, Warszawa 1975.
- Z. Freud, *Kultura jako źródło cierpienia*, w: *Człowiek, religia, kultura*, wybór i przekład J. Prokopiuk, wstęp B. Suchodolski, Wyd. Książka i Wiedza, Warszawa 1967.
- Z. Freud, *Gesammelte Schriften*, t. II, Leipzig 1925.
- Z. Freud, *Dzieła*, Tom X, *Sztuki plastyczne i literatura*, rozdz. *Oblęd i sny w „Gradivie” Wilhelma Jansena (1907 [1906])*, przeł. R. Reszke, Wydawnictwo KR, Warszawa 2009.
- K. Pospiszyl, *Zygmunt Freud - człowiek i dzieło*, wyb. tekstów tłum. B. Kocowska, A. Czownicka, M. Albiński, L. Jekels, Wyd. Ossolineum, Wrocław 1991.
- Z. Freud, *Délire et rêves dans la „Gradiva” de Jansen (1903)*, w: *Trad. De l'allemande M. Bonaparte*, Paris 1949.
- M. Bonaparte, *Psychoanalityczna interpretacja opowiadania „Berenice” Edgara Allana Poe*, przeł. T. Rybowski, w: *Sztuka interpretacji*, wybór i oprac. H. Markiewicz, Wrocław, Ossolineum, t. 1.

- M. Lubański, *Krytyka literacka i psychoanaliza. O polskiej psychoanalitycznej krytyce literackiej w okresie dwudziestolecia międzywojennego*, Warszawa 2008, Wyd. ENETEIA.
- N. Frye, *Archetypy literatury*, przeł. A. Bejska, w: *Współczesna teoria badań literackich za granicą. Antologia*, opracował H. Markiewicz, Wyd. Literackie, Kraków 1976, t. II.
- M. Bodkin, *Wzorce archetypowe w poezji tragicznej*, przeł. P. Mroczkowski, w: *Teoria badań literackich za granicą*, red. S. Skwarczyńska, Wyd. Lit., Kraków 1974, t. II, cz. 1.
- A. Baluch, *Archetypy literatury dziecięcej*, Kraków 1992, Wydawnictwo Naukowe WSP.
- W. Czernianin, *Młodopolski erotyk hedonistyczny. Problemy poetyki*, Wrocław 2000, Wyd. Tart.
- W. Dilthey, *Próba analizy świadomości moralnej*, w: *Teoria badań literackich za granicą. Antologia*, wybór, rozprawa wstępna, komentarze S. Skwarczyńska, Kraków 1974, Wyd. Literackie, t. II, cz. 1.
- L. Abercrombie, *Czym jest wielka poezja*, w: *Teoria badań literackich za granicą. Antologia*, wybór, rozprawa wstępna, komentarze S. Skwarczyńska, Kraków 1974, Wyd. Literackie, t. II, cz. 1.
- E. Fiała, *Modele freudowskiej metody badania dzieła literackiego*, Lublin 1991, Wyd. Tow. Nauk. KUL.
- R. May, *Odwaga tworzenia*, przeł. E. i T. Hornowscy, Dom Wydaw. Rebis, Poznań 1994.
- C.G. Jung, *Psychologia i twórczość*, przeł. K. Krzemień-Ojak, w: *Teoria badań literackich za granicą.. Antologia*, red. S. Skwarczyńska, Wyd. Lit., Kraków 1974, t. II, cz. 1.
- A. Thibaudet, *Gustave Flaubert*, Paryż 1935.
- The Letters of John Keats*, oprac. M. B. Forman, wyd. 4, Nowy Jork 1935.
- R. Ingarden, *O tak zwanej „prawdzie” w literaturze*, w: *Studia z estetyki*, PWN, Warszawa 1957, t. 1.
- E. Sarnowska-Temierusz, *W kręgu badań tematologicznych*, w: *Problemy metodologiczne współczesnego literaturoznawstwa*, pod red. H. Markiewicza i J. Sławińskiego, Wyd. Literackie, Kraków 1976.
- R. Ingarden, *O psychologii i psychologizmie w nauce o literaturze*, w: *Szkice z filozofii literatury*, Spół. Wyd. „Polonista”, Łódź 1947, t. 1.
- P. Dybel, *Psychoanaliza i literaturoznawstwo*, w: *Psychoanaliza i literatura*, wyb., red. i opr. P. Dybel, M. Głowiński, Wyd. słowo/obraz terytoria, Gdańsk 2001.
- G. Bachelard, *Wyobrażenia poetycka. Wybór pism*, wyboru dokonał H. Chudak, tł. H. Chudak, A. Tatarkiewicz, przedmowa J. Błoński, PIW, Warszawa 1975.
- G. Bachelard, *Wstęp do „poetyki przestrzeni”*, przekł. W. Błońska, w: *Współczesna teoria badań literackich za granicą. Antologia*, opracował H. Markiewicz, Wyd. Literackie, Kraków 1976, t. II.

- K. Vossler, L. Spitzer, *Studia stylistyczne*, tłum., wybór tekstów i oprac. M. R. Mayenowa, R. Handke, Warszawa 1972.
- M. Głowiński, *Wprowadzenie* (w dziale: *Przekłady. Francuska krytyka tematyczna*), w: „Pamiętnik Literacki LXII, 1971, z. 2, s. 175-187.
- W. Czernianin, *Twórczość Kazimierza Przerwy-Tetmajera w krytyce młodopolskiej*, Wrocław 2004, Wydawnictwo Antykwa.
- Materiały źródłowe do recepcji twórczości Kazimierza Przerwy-Tetmajera w epoce Młodej Polski. Recenzje z lat 1890-1918*, wstęp, wybór i opracowanie W. Czernianin, Wrocław 2006, Wydawnictwo „Spółka Autorska Z. K. Garbaczewscy”.
- Ch. Mauron, *Wprowadzenie do psychokrytyki*, przekł. W. Błońska, w: *Współczesna teoria badań literackich za granicą. Antologia*, opracował H. Markiewicz, Wyd. Literackie, Kraków 1976, t. II.
- D. Danek, *Sztuka rozumienia. Literatura i psychoanaliza*, Wyd. IBL, Warszawa 1997.
- W. Czernianin, *Teoretyczne podstawy biblioterapii*, Wyd. ATUT, Wrocław 2008.



## Rozdział 2.

### Poezjoterapia jako jedna z metod biblioterapii

(Wiktor Czernianin, Halina Czernianin)

#### I. Wprowadzenie

##### I.1. Jak poezja powstaje

W sensie psychologicznym wiersz powstaje w nieświadomości. Odkrył ją poeta – jak przyznał to Freud.<sup>1</sup> Natomiast rodzi go dusza (psyche), która – według Junga – obcuje właśnie z nieświadomością.<sup>2</sup> Wytwarza zaś umysł, ponieważ poezja to język: treść w postaci sformułowanych słów, które często wyrażają cierpienie umysłu i duszy, poruszając serce, a więc emocje. Forma to bezpieczne wyobrażenie treści (obraz, dźwięk) i odpowiednie zorganizowanie słów (rytm, metafora, styl). Treść to na przykład silne przeżycia wyrażone w powyższej odpowiedniej i bezpiecznej formie, które po tym akcie ekspresji zazwyczaj opadają, a u autora pojawia się zwykle uczucie ulgi i zadowolenia, niekiedy także poczucie wspólnoty w twórczym doświadczeniu.<sup>3</sup> Tak poezja powstaje. Termin „poezjoterapia” zawiera w sobie dwa wyrazy: *poezja* – oznacza wiersz, czyli mowę w szczególny sposób zorganizowaną,<sup>4</sup> natomiast wyraz *terapia* pochodzi, jak wiadomo, z języka greckiego, gdzie *therapeia* oznacza leczenie przez sztuki ekspresyjne, czyli poprzez właśnie wiersz, śpiew, taniec. W mitologii greckiej Asklepios, bóg sztuki lekarskiej, był synem Apollona – boga poezji, medycyny i sztuki, co oznacza ich więź.<sup>5</sup>

W sensie historycznoliterackim poezja powstała najpierw w antycznej Grecji. W ogóle twórczość artystyczną Grecy zaczęli właściwie od tylko dwóch sztuk: jednej, wspomnianej, ekspresyjnej, drugiej konstrukcyjnej. Ale każda z nich miała wiele składników. Na

---

<sup>1</sup> P. J. Longo, *Poezja jako terapia*, tłum. M. Bojarun, „Biblioterapeuta” kwartalnik Polskiego Towarzystwa Biblioterapeutycznego, Wrocław 2002, nr 2, s. 1. Oczywiście, w sensie naukowym odkrywcą m.in. nieświadomości był Zygmunt Freud. Zob. np. *Wstęp do psychoanalizy*, tłum. J. Prokopiuk, Wyd. PWN, Warszawa 1994. M.in. o twórczości poetyckiej pisze Freud w słynnym szkicu *Pisarz i fantazjowanie*, zob. Z. Freud, *Dzieła*, Tom X, *Sztuki plastyczne i literatura*, rozdz. *Pisarz i fantazjowanie*, przeł. R. Reszke, Wydawnictwo KR, Warszawa 2009, s. 145 i n.

<sup>2</sup> C. G. Jung, *Typy psychologiczne*, przeł. R. Reszke, Wyd. WROTA.KR, Warszawa 1997, s. 188. Jung napisał, że „dzieło twórcze wyrasta z nieświadomych głębi [...]” Zob. C.G. Jung, *Archetypy i symbole. Piśma wybrane*, wybrał, przeł. i wstępem poprzedził J. Prokopiuk, Wyd. Czytelnik, Warszawa 1981, Rozdz. *Psychologia i literatura*, s. 424.

<sup>3</sup> P. J. Longo..., s. 3.

<sup>4</sup> Hasło: *wiersz*, w: M. Głowiński, T. Kostkiewiczowa, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, *Słownik terminów literackich*, pod red. J. Sławińskiego, Wyd. Ossolineum, Wrocław 1976, s. 488.

<sup>5</sup> P. J. Longo..., s. 1.

pierwszą składał się, tworząc jedną całość, zespół poezji, muzyki i tańca, na drugą zaś zespół architektury, rzeźby i malarstwa.<sup>6</sup>

Osnową sztuki ekspresyjnej był więc taniec, któremu wtórowały słowa i muzyczne dźwięki, stanowiły jedną sztukę. Sztuka ta polegała na wypowiedaniu uczuć i popędów człowieka zarówno dźwiękami, jak i ruchami; dalej: słowami, jak i melodią czy rytmem.<sup>7</sup> W tej wczesnej sztuce, ludzie wyładowywali swe uczucia, oczekując, że da im to ulgę. Służyła w związku z tym - mówiąc mową ówczesną - do oczyszczania dusz, które to Grecy nazywali *katharsis*. Termin ten pojawił się w związku z ich sztuką i trwale utrzymał.<sup>8</sup> Tak poezja zaczęła leczyć, tak zaczęła się *therapeia*, gdyż Grecy widzieli w niej dzieło nie umiejętności, lecz natchnienia udzielonego poecie przez boskie moce. Zatem poezja dzięki boskiej interwencji daje wiedzę najwyższego rodzaju: kieruje duszami, wychowuje ludzi, czyni, a przynajmniej może czynić lepszymi.<sup>9</sup> Antyczni poeci widzieli źródło poezji w boskim natchnieniu, zadanie jej - we wzbudzaniu radości, w roztaczaniu czaru, ale także w gloryfikacji przeszłości. Temat jej widzieli w losach bogów i ludzi; byli przekonani o jej wartości. Twierdzili, że poezji nie można się nauczyć, dlatego poetę umieszczali razem z wieszczami. Stanowisko ich było pod pewnymi względami zbliżone do tego, które później nazywano romantycznym. Było dalekie od jakiegokolwiek formalizmu.<sup>10</sup>

Ta wczesna poezja była zatem czymś więcej niż sztuką. Związana z kultem i obrzędami, zwłaszcza dionizyjskimi, łączyła się z procesjami, ofiarami, obrzędami, wyrażała raczej uczucia, niż kształtowała rzeczy, była akcją, nie kontemplacją. Wielką poezję epiczną prędko otoczyła legenda, albowiem w utworach Homera widzieli Grecy księgi objawione, ponieważ stworzyły olimpijską religię, pełną mitów, jej bohaterami byli bogowie tak samo jak ludzie.<sup>11</sup> Obok homeryckiej Grecy mieli lirykę Safony, Anakreonta, Pindara i innych, która w swym rodzaju była bez mała równie doskonała jak epika Homera.

Grecja wydała też jednego po drugim kilku genialnych tragiczków: Ajschylosa, Sofoklesa, Eurypidesa, jakich później nie było przez stulecia. Prawie od swych początków tragedia osiągnęła - wedle zgodnej opinii wieków - szczyty później nieprześcignione.<sup>12</sup> Wyrosła z obrzędów należących do kultu religijnego i była z nim związana ściślej niż epika i liryka Greków, ale wielkość dała jej myśl, treść, podjęcie zagadnień życia i losu

---

<sup>6</sup> W. Tatarkiewicz, *Historia estetyki*, Wrocław 1962, Wyd. Ossolineum, tom 1, *Estetyka starożytna*, s. 26.

<sup>7</sup> Tamże.

<sup>8</sup> Tamże, s. 27.

<sup>9</sup> Tamże, s. 39.

<sup>10</sup> Tamże, s. 45-46.

<sup>11</sup> Tamże, s. 31.

<sup>12</sup> Tamże, s. 59.



ludzkiego. Nie miała z początku nic wspólnego z realizmem. We wcześniejszej swej fazie rozgrywała się nie w sferze ludzkiej, lecz na pograniczu ludzkiej i boskiej. Tematem tragedii były mity, istotą ich były zagadnienia stosunku człowieka i boga, wolności i konieczności; rozgrywały się w cudownej, nadludzkiej atmosferze, bez myśli o przedstawianiu i różnicowaniu charakterów, odtwarzaniu rzeczywistości, nie dopuszczały motywów mogących zamącić tę atmosferę.<sup>13</sup> Była sztuką dla wszystkich. Bardzo silnie oddziaływała na widzów.

## 1.2. Jak poezja leczy – katharsis

Określił to Arystoteles wprowadzając pojęcie *katharsis* w swojej słynnej definicji tragedii (w dziele pt.: *Poetyka*, rozdział VI), przedstawiając działanie akcji tragicznej na widza jako wzbudzanie doznań litości i trwogi a zarazem „oczyszczanie” takich doznań, oto jego słowa: „przez litość (*éleos*) i trwogę (*phóbos*) sprowadza oczyszczenie (*kátharsis*) takich afektów.”<sup>14</sup> To lapidarne i przez to zagadkowe sformułowanie Arystotelesa stało się w późniejszych czasach przedmiotem wielorakich interpretacji. Wydaje się, że w jego ujęciu *katharsis* była najprawdopodobniej rozumiana nie jako uszlachetnienie uczuć widza, lecz jako wyzwolenie go od nich: losy bohatera tragicznego pobudzając odbiorcę do niezmiernie intensywnego przeżycia litości i trwogi, pozwalały mu się od nich oswobodzić i osiągnąć spokój wewnętrzny; pojęcie *katharsis* nabierało tu sensu psychologicznego (zapewne nie bez inspiracji greckich teorii medycznych).<sup>15</sup> Właśnie tę korzyść Arystoteles określa wyrazem *katharsis*, do którego objaśnienia przyczyniają się też słowa Platona o słuchaczach poezji wypowiedziane ustami Gorgiasza, bohatera dialogu pt.: *Gorgiasz*: „Ogarnia ich trwoga i litość, a przez powodzenie i niepowodzenie w obcych sprawach i osobach, dusza przeżywa coś własnego. Ten wpływ poezji, w ogóle słowa (*logos*) na duszę porównał Gorgiasz z działaniem lekarstw oczyszczających ciało.”<sup>16</sup> Późniejsi interpretatorzy, np. z XIX i XX wieku, objaśniali oczyszczające działanie tragedii leczniczo-terapeutycznie, uważając *katharsis* za metaforę lekarską, która oznacza działanie tragedii, a nie cel (bo za cel uważał Arystoteles swoistą przyjemność estetyczną) i tak to objaśnienie formułowali: „w każdej duszy drzemią dyspozycje czy skłonności do rozmaitych afektów. Pod wpływem wrażeń scenicznych uaktywniają się one i wydobywają na wierzch, np. w formie litości i trwogi, a przez to przeżycie ich w iluzji estetycznej przestają nas

<sup>13</sup> Tamże, s. 58.

<sup>14</sup> *Trzy poetyki klasyczne. Arystoteles. Horacy. Pseudo-Longinos*, przełożył, wstępem i objaśnieniami opatrzył Tadeusz Sinko, Wyd. Ossolineum Wrocław 2006, s. XIX.

<sup>15</sup> Hasło: *katharsis*, w: M. Głowiński, T. Kostkiewiczowa, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, *Słownik terminów literackich*, pod red. J. Sławińskiego..., op. cit., s. 185.

<sup>16</sup> Cyt. za: T. Sinko, *Wstęp*, do: *Trzy poetyki klasyczne. Arystoteles. Horacy. Pseudo-Longinos...*, op. cit., s. XX.

niepokoić wewnętrznie.”<sup>17</sup> Katharsis oznacza więc uwolnienie od czegoś, w danym razie od afektów, usunięcie ich - jak przeczyszczającym lekarstwem - z duszy, choć nie na zawsze, tylko do najbliższego zaburzenia wewnętrznej harmonii.<sup>18</sup>

Niemniej jednak pojęcie katharsis rozumieć można i rozumiano na szereg rozmaitych sposobów, a więc jako:

- 1) efekt o charakterze terapeutycznym;
- 2) „oczyszczenie” moralne;
- 3) doświadczenie mistyczne;
- 4) przeżycie o charakterze czysto estetycznym;
- 5) hedonistyczne zadowolenie.<sup>19</sup>

Właśnie według tego porządku rozpatrzmy poniżej poszczególne dominujące formy poezjoterapii, tj. *twórczą* i/lub *lekturową*.

## II. Katharsis w poezjoterapii nastawionej na efekt terapeutyczny

### II.1. Katharsis w formach twórczości lirycznej nastawionej na efekt terapeutyczny

Istotą twórczości lirycznej jest potrzeba ekspresji. W ogóle poezja stanowi jej najgłębszy wyraz.<sup>20</sup> Z kolei ekspresja to, jak wiadomo, uzewnętrznienie w sposób artystyczny pewnej rzeczywistości wewnętrznej, świata duchowego, psychiki twórcy. Stąd domeną tematyczną liryki są wewnętrzne przeżycia, doznania, emocje i przekonania poety przekazywane głównie za pośrednictwem wypowiedzi monologicznej o silnym nacechowaniu subiektywnym, podporządkowanej - w omawianej poezjoterapii – przede wszystkim efektowi terapeutycznemu i właśnie funkcji ekspresywnej. W opinii współczesnych badaczy i myślicieli ekspresja twórcza zyskała m.in. wartość osobotwórczą, terapeutyczną i katartyczną.<sup>21</sup> Świadczą o tym opinie, np. osób niepełnosprawnych o swojej twórczości poetyckiej, oto fragmenty: „[...] sięgam po pióro w momentach wzruszeń, smutku, bólu czy żalu za czymś, co bezpowrotnie minęło. Pisanie traktuję jako swoistą ucieczkę od rzeczywistości w cudowną krainę marzeń, gdzie wszystko jest

<sup>17</sup> Tamże, s. XXI.

<sup>18</sup> Tamże.

<sup>19</sup> Hasło: *katharsis*, w: M. Głowiński, T. Kostkiewiczowa, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, *Słownik terminów literackich*, pod red. J. Sławińskiego..., op. cit., s. 185.

<sup>20</sup> A. Stupin-Rzońca, *Słowo wstępne*, w: *Przesłanie Nadziei. Antologia twórczości literackiej osób niepełnosprawnych ruchowo*, Część I, *Poezja*, wybór i opracowanie A. Stupin-Rzońca, Wyd. Wyższa Szkoła Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej, Warszawa 1997, s. 4-5.

<sup>21</sup> A. Stupin-Rzońca, *Wprowadzenie. O wartości terapeutyczno-rewalidacyjnej twórczości poetyckiej osób niepełnosprawnych*, w: *Przesłanie Nadziei. Antologia twórczości literackiej osób niepełnosprawnych ruchowo*, Część I, *Poezja*..., op. cit., s. 7-8. Autorka „wartość psychoterapeutyczną i osobotwórczą traktuje jako jakości nierozdzielne.” Zob. przypis 2, s. 8.

możliwe.”<sup>22</sup> „Te wiersze są swoistą formą autopsychoterapii oraz dzieleniem się swoim sposobem postrzegania świata i odrobiną nadziei, bez której życie stałoby się trudniejsze.”<sup>23</sup> „Wiersze moje powstały z potrzeby serca. Zawarłam w nich swoje tęsknoty za pięknem i ciepłem. W nich odbywam podróże. Zawierają to, czego nigdy nie mogłam mieć. Mówię o tym, co i jak czuję.”<sup>24</sup>

Zatem centralnym elementem utworu lirycznego nastawionego na efekt terapeutyczny bywa najczęściej podmiot liryczny („ja” liryczne), którego uczucia lub myśli - a więc sytuacja wyznania (liryczna) - stanowią dominantę kompozycyjną. Na przykład:

ból zżera moje myśli  
połyka nadzieję  
jego piskłeta  
wykluwają się w moim umyśle  
a opiekuńcze ptaki  
wylatują po nowy pokarm  
  
w kokonie bólu  
liczę fale przyptywów  
i odpływów  
morze cierpienia przeżywa sztorm<sup>25</sup>

Jeśli nawet treścią wypowiedzi poetyckiej jest wspomnienie (odsyłające w przeszłość) lub marzenie (odsyłające w przyszłość), ważne są one o tyle, o ile tłumaczą terażniejszą sytuację podmiotu. Nastawieniu na „ja” towarzyszy w utworze lirycznym jawna lub zamaskowana dominacja czasu terażniejszego, np.:

JĄDRO OGNI  
Spojrzałem wstecz  
nie było po co  
Spojrzałem przed siebie  
dostrzegłem NIC  
zamknąłem oczy  
zobaczyłem CIEMNOŚĆ  
w NIEJ było wszystko  
Do dziś  
nie wiem co<sup>26</sup>

<sup>22</sup> Danuta Drożdż, w: *Przesłanie Nadziei. Antologia twórczości literackiej osób niepełnosprawnych ruchowo*, Część I, *Poezja...*, op. cit., s. 41.

<sup>23</sup> Piotr Grzegorz Górczyca, tamże, s. 54.

<sup>24</sup> Genowefa Grabowska, tamże, s. 62.

<sup>25</sup> Joanna Drażba, „ból zżera moje myśli...”, tamże, s. 39.

<sup>26</sup> Tadeusz Górlach, *Jądro ognia*, w: *Zbliżenie z cieniem. Annäherungen an den Schatten*, Wydawca: Krakowski Szpital Neuropsychiatryczny im. Józefa Bagińskiego w Krakowie, Kraków 1996, [Wiersze pisane przez chorych], s. 23.

Wyraźnie w poezjoterapii główną domeną utworów musi być sfera osobistych przeżyć jednostki, sprowadzalnych do rzeczywistych doświadczeń wewnętrznych twórcy, czyli tożsamości „ja” lirycznego i poety. Tożsamość ta ma doniosłe znaczenie, gdyż na niej głównie zasadza się efekt terapeutyczny. Efekt ten wyzwała piszących wiersze od silnych emocji i najczęściej przykrych przeżyć. Albowiem natura i psychika człowieka są tak skomplikowane, że aby wyzwolić w nich siły, które stałyby się podstawą do tego, co nazywa się autoterapią, trzeba zastosować subtelne środki.<sup>27</sup> Jednym z nich jest poezja. Utwory takie - szczególnie na sesjach poezjoterapii - są traktowane jako dokumenty przeżyć twórców i często podlegają ocenie ze względu na kryteria szczerości, autentyczności czy prawdziwości. Doświadczenia utrwalone w utworze lirycznym są bowiem z reguły relatywizowane do osoby autora, w niej znajdują odniesienie i uzasadnienie. W ten sposób akcent z „poetyckości” utworu na jego emocjonalność przesuwa się tak dalece, że poezjoterapia w świadomości literackiej ogółu odbiorców stanowi swoistą praktykę językową, w której to funkcja ekspresywna zdecydowanie dominuje nad estetyczną. Coś jest na rzeczy, skoro środowiska zajmujące się poezjoterapią właśnie zawarły w niej ekspresję uczyniły jej podstawowym i swoistym wyrazem estetycznym: „W wierszach tych jest coś intrygującego – pisze Andrzej Kowal z Krakowskiego Szpitala Neuropsychiatrycznego im. Józefa Bagińskiego – co zdumiewa swym wyrazem estetycznym, a co bezpowrotnie zaginęłoby z powodu >braku siły przebicia< udręczonych swą egzystencją pacjentów. Interesujący jest sposób w jaki pacjenci próbują zmagać się z swymi przeżyciami, ze swoją chorobą przy pomocy niezwyklego narzędzia – poezji”<sup>28</sup> Natomiast nie zawsze widzą w niej wartość artystyczno-literacką: „Pamiętajmy – przypomina np. Sławomir Krzyśka – że wierszowość nie jest tożsama z poetyckością, a poetyckość nie musi zawierać się w wierszu i to samo dotyczy wartości terapeutycznej wiersza, który nie zawsze ma pełny związek z jego wartością literacką.”<sup>29</sup> „Nie ma pełnej zbieżności między wartością literacką a wartością terapeutyczną wierszy. Czasem zupełnie mierne wiersze mają dużą wartość dla biblioterapii – jak to zdarza się z utworami pacjentów opisującymi ich cierpienia i powrót do zdrowia.”<sup>30</sup> Wiersz pojmowany więc jest przede wszystkim jako ekspresja przeżyć, idei, doświadczeń, a nie jako obiektywny wytwór: „należy odnotować pewną różnicę pomiędzy poezją wykorzystywaną w terapii, a poezją jako sztuką samą w sobie. Ta pierwsza daje możliwość wyrażenia swoich odczuć oraz kształtowania własnej osobowości, podczas gdy celem drugiej jest wiersz jako taki.”<sup>31</sup>

<sup>27</sup> A. Hulek, *Przedmowa*, w: W. Krzemińska, *Literatura piękna a zdrowie psychiczne*, Wyd. PZWL, Warszawa 1973, s. 5.

<sup>28</sup> A. Kowal, *Przedmowa*, w: *Zbliżenie z cieniem...*, op. cit., s. 5.

<sup>29</sup> S. Krzyśka, *Lingwistyka statystyczna w terapii wierszem*, w: *Arteterapia w edukacji i rozwoju człowieka*, red. M. i T. Siemień, Wyd. Nauk. Dolnośląskiej Szkoły Wyższej, Wrocław 2008, s. 13.

<sup>30</sup> T. Stańczak, *Metody biblioterapii*, „Szpitalnictwo Polskie”, Warszawa, 1979, nr 23 (6), s. 277-278.

<sup>31</sup> P. J. Longo, *Poezja jako terapia...*, op. cit., s. 1.

W ten sposób idea ekspresji uczyniona została podstawowym założeniem określonego wzorca lirycznego poezjoterapii, który nadaje jej wartość ponadindywidualną, będąc zarazem literacką kodyfikacją.

W związku z tym, że w poezjoterapii przypisuje się tak wielką rolę ekspresji i utwór traktuje się jako indywidualny przekaz – problemem najistotniejszym staje się stosunek dzieła do twórcy. W nawiązaniu do tego problemu, frapujące są następujące pytania, które trafnie postawił Andrzej Kowal: „Czy twórczość poetycka ma tę właściwość, że lęki i obsesje tracą swą moc pod wpływem jej zakłęć? W jakim stosunku pozostają: określone stany emocjonalne i przyporządkowane im określone znaki? Czy zaszyfrowane w poetycki język stany emocjonalne autorów mogą odsłonić rzeczywiste ich przeżycia? Na czym polega poetycka trafność opisu w odniesieniu do stanów emocjonalnych? Czy cudze stany psychiczne mogą być poznawane przez poetycki wyraz?”<sup>32</sup>

## II.2. Katharsis w poetyckich lekturach nastawionych na efekt terapeutyczny

Według ustaleń Teresy Stańczak leczenie za pośrednictwem poezji rozwinęło się w odrębną gałąź biblioterapii najpierw w Stanach Zjednoczonych. W 1959 roku w Nowym Jorku założono stowarzyszenie Poetry Therapy Association (Stowarzyszenie Poezjoterapeutyczne), które wydawało własne pismo oraz organizowało coroczne konferencje.<sup>33</sup> Z kolei Perie Longo - dyplomowana poezjoterapeutka amerykańska, która zajęcia grupowego czytania i pisania poezji w Ośrodku Psychiatrycznym w Kalifornii (Santa Barbara) prowadzi od 1991 roku - podaje, że w 1969 roku psychiatra Jacky J. Leedy (żyjący w latach 1921-2004, autor słynnego zdania: „Poezja jest królewską drogą do podświadomości.”), opublikował w USA pierwszą monografię o terapii przez poezję, zatytułowaną *Poetry Therapy [Poezjoterapia, wykorzystanie poezji w leczeniu zaburzeń emocjonalnych]*, zawierającą prace wielu pionierów na tym polu.<sup>34</sup> „W tym mniej więcej czasie – czytamy

<sup>32</sup> A. Kowal, *Przedmowa...*, op. cit., s. 5.

<sup>33</sup> T. Stańczak, *Metody biblioterapii...*, op. cit., s. 277.

<sup>34</sup> P. J. Longo, *Poezja jako terapia...*, op. cit., s. 2. *Poetry Therapy*, red. J. J. Leedy, Philadelphia, Lippincott Comp. 1969, stron. 288. Pełny opis bibliograficzny przytaczam za: T. Stańczak..., op. cit., s. 278. Książka nam nieznana, podobnie jak i pozostałe publikacje. Warto w tym miejscu przypomnieć, że Zygmunt Freud „królewską drogą do nieświadomości” nazwał procedurę interpretacyjną marzeń sennych, por. E. Fiała, *Modele freudowskiej metody badania dzieła literackiego*, Wyd. TN KUL, Lublin 1991, s. 49. Natomiast *podświadomość* jest terminem wprowadzonym do psychologii przez Pierre’a Janet (1859-1847), często błędnie utożsamianym z pojęciem *przedświadomości* w teorii Freuda, które według niego jest określeniem granicznej sfery psychiki między świadomością a nieświadomością; obejmuje ono treści nie będące obecnie w polu świadomości (treści stłumione - w przeciwieństwie do treści wypartych, należących do sfery nieświadomości), lecz które mogą być łatwo aktywizowane i powrócić do świadomości. Z kolei *podświadomość* w psychologii ogólnej oznacza wyobrażenia, myśli, uczucia i akty woli, które znajdują się poniżej progu pobudliwości i tym samym nie są dostępne świadomości. Dawniej ten termin stosowano w psychoanalizie jako synonim *nieświadomości*, obecnie jednak wyszedł on z użycia. Niemniej jednak wyrażenie „podświadomość” jest bardzo rozpowszechnione w polszczyźnie,

dalej u niej – coraz więcej osób związanych z instytucjami pomocy społecznej, sięgało po poezję przy prowadzeniu zajęć grupowych. Należał do nich Arthur Lerner z Los Angeles, który w latach siedemdziesiątych ubiegłego wieku założył na Zachodnim Wybrzeżu Instytut Poezjoterapii, a w roku 1976 napisał książkę *Poetry in the Therapeutic Experience (Poezja w doświadczeniu terapeutycznym)*. Wreszcie w 1980 roku doszło do spotkania wszystkich aktywnych propagatorów terapii z wykorzystaniem poezji, w celu opracowania wskazówek w zakresie szkolenia i norm poezjoterapii – co później przyjęło formę *Przewodnika metodycznego* (1997) Krajowego Stowarzyszenia Poezjoterapii (The National Association for Poetry Therapy).<sup>35</sup> Na jej stronie internetowej znajdziemy także m.in. informacje o działalności The National for Biblio/Poetry Therapy (Krajowej Federacji Biblio/Poezjoterapeutycznej), publikacjach, czasopismach, np. „Journal of Poetry Therapy”, konferencjach. Warto wiedzieć o książce profesora Nicholasa F. Mazzy z Florida State University, pt.: „Poetry Therapy: Theory and Practice”, New York-London, wydanie pierwsze 2004, wydanie drugie 2016, jest on redaktorem naczelnym czasopisma „Journal of Poetry Therapy: The Interdisciplinary Journal of Practice, Theory, Research, and Education”, również przewodniczącym amerykańskiego stowarzyszenia National Association for Poetry Therapy (NAPT).<sup>36</sup>

W Polsce prac z zakresu poezjoterapii jest doprawdy niewiele. Są to raczej fragmenty w podręcznikach biblioterapii, bądź arteterapii, rzadziej w artykułach.<sup>37</sup> Czasami temat ten pojawia się w przedmowach do zbiorów poetyckich osób niepełnosprawnych lub chorych. Najciekawsze teksty wymieniam w przypisach do tego artykułu.

---

zarówno w języku potocznym, jak i literaturze fachowej, por. hasło: *podświadomość*, w: S. Fhanér, *Słownik psychoanalizy*, przekł. J. Kubitsky, Wyd. GWP, Gdańsk 1996, s. 159-160.

<sup>35</sup> Tamże, dane z 2002 r.

<sup>36</sup> Zob. art., pt.: „Poetry therapy: An investigation of a multidimensional clinical model”, przedrukowany za zgodą jego autorów ze Stanów Zjednoczonych, tj. prof. Nicholasa F. Mazzy z Florida State University i prof. Christophera J. Haytona z Saint Leo University, w „Przeglądzie Biblioterapeutycznym” 2016, nr 2.

<sup>37</sup> Np. W. Szulc, *Poezjoterapia. Słowa między muzyką a obrazem*, w: *Arteterapia. Narodziny idei, ewolucja teorii, rozwój praktyki*, Wyd. Difin, Warszawa 2011, rozdz. 5; teźże: *Poezjoterapia*, w: *Kulturoterapia. Wykorzystanie sztuki i, s. działalności kulturalno-oświatowej w lecznictwie*, Wyd. Uczelniane Akad. Med. im. K. Marcinkowskiego w Poznaniu, Poznań 1994, s. 49 i n.; S. Góralczyk, *Poezjoterapia w dysfunkcjach narządów ruchu*, w: *Arteterapia. Od rozważań nad teorią do zastosowań praktycznych*, red. W. Karolak, B. Kaczorowska, Wyd. Akad. Hum.-Ekon. w Łodzi, Łódź 2011, s. 273 i n.; K. Krasoń, *Poezjoterapia*, w: *Literatura dla dzieci i młodzieży (po roku 1980)*, pod red. K. Heskowej-Kwaśniewicz, T. 2, Wyd. Uniwersytetu Śląskiego, Katowice, s. 271 i n.; J. Papuzińska, *Terapeutyczna funkcja poezji*, w: *Miejsce literatury i teatru w przestrzeniach terapeutycznych: werbalne i niewerbalne aspekty wsparcia rozwoju*, praca zbiorowa pod red. nauk. J. Malickiego i K. Krasoń, Wyd. Biblioteka Śląska, Katowice 2005, s. 89 i n.; B. Woźniczka-Paruzel, *Biblioterapia w środowisku współzależnych z grup rodzinnych Al.-Anon (od teorii do działań praktycznych)*, Wyd. Uniwersytet Mikołaja Kopernika, Toruń 2002, s. 148 i n. Zob. też czasopisma: „Poezja i Dziecko”, red. nac. i wyd. S. Grabowski, Warszawa 2003- (2006), np. nr 2 z 2004, poświęconego *Poezji dla dzieci wobec cierpienia*; „Guliwer: dwumiesięcznik o książce dla dziecka”, red. nac. J. Papuzińska. Wyd.: Fundacja „Książka dla Dziecka”, Warszawa 1991-. Zob. również stronę internetową z tytułami innych prac: [http://www.kajros.pl/slalomir\\_krzyska.html](http://www.kajros.pl/slalomir_krzyska.html).

„Poezja jest królewską drogą do podświadomości.” – aż trudno uwierzyć, że właśnie w tym urzekającym prostotą zdaniu Leedyego zawiera się cała istota poezjoterapii. Jawi się ona z za zasłon użytych tu metafor poetyckich: bo przecież „poezja” - to metafora wszelkiej twórczości poetyckiej, szerzej, jej czytania lub pisania utworów; „królewska droga” - to metafora przeżycia estetycznego umożliwiającego terapię; „do podświadomości” - to skierowanie wierszy w stronę myśli, emocji, problemów człowieka, często nieuświadomionych; wreszcie słowo „jest” - to metafora mocy terapeutycznej poezji tkwiącej w jej pięknie. Zatem słynne zdanie Leedyego o istocie terapii przez poezję, można wyjaśnić w ten sposób (tak je intuicyjnie rozumiemy i czujemy): „Twórczość poetycka, przez swoje piękno, w którym tkwi siła terapeutyczna, za pośrednictwem głębokich i silnych przeżyć estetycznych związanych z jej czytaniem lub pisaniem, prowadzi do zrozumienia siebie i innych, a dzięki temu do autopsychoterapii.” Według tych czterech zagadnień, tj. a) *poezja i jej piękno*, b) *siła terapeutyczna tkwiąca w poezji*, c) *przeżycie estetyczne*, d) *autopsychoterapia*, rozpatrzmy działanie katharsis w poetyckich lekturach nastawionych na efekt terapeutyczny.

### II.2.1. Poezja i jej piękno

Poezja, jak wiadomo, to dzieło sztuki, którego tworzywem jest język. Zatem jest sztuką słowa; owszem piękną, zwłaszcza wtedy, kiedy wzbudza - piękną formą i/lub piękną treścią - przeżycie estetyczne. „Bo piękno na to jest, by zachwycić” – pisał Norwid<sup>38</sup> i wiedział, co pisał, albowiem zachwyty, wzruszenie, oczarowanie, to tradycyjnie wymieniane, na przykład przez Romana Ingardena, emocje wstępne składające się na pierwszy etap przeżycia estetycznego wzbudzonego przez piękno dzieła sztuki.<sup>39</sup> Pojęcie to jest silnie związane z teorią estetyki, prawdy i dobra. Z teorią estetyki, ponieważ piękno stanowi fundamentalną kategorię estetyczną, określającą te elementy i właściwości przedmiotów estetycznych (w naszym przypadku: poezji), w których upatruje się podstawę wartości estetycznych (tj. kategorii piękna, np. wzniosłości, tragizmu, komizmu itp., wywołujących u czytelników przykładowo doznania harmonii, rozładowania napięć i konfliktów itp.) i właśnie bodziec dla przeżyć estetycznych.<sup>40</sup> Jako przykład niech posłuży znany wiersz Norwida o udręczeniu, w opinii wielu - utwór zaskakująco nieprzygnębiający, mimo wszechobecnego w nim smutku:

<sup>38</sup> C. K. Norwid, *Promethidion*, w: *Pisma wierszem i proza*, wybrał i wstępem opatrzył J. W. Gomułki, PIW, Warszawa 1973, s. 164.

<sup>39</sup> R. Ingarden, *Przeżycie, dzieło, wartość*, Wydawnictwo Literackie, Kraków 1966, s. 11-12.

<sup>40</sup> Hasło: *piękno*, w: M. Głowiński, T. Kostkiewiczowa, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, *Słownik terminów literackich*, pod red. J. Sławińskiego..., op. cit., s. 305.

„*Aerumnarum plenus*

1

Czemu mi smutno i czemu najsmutniej,  
Mamże Ci śpiewać ja - czy świat i czas?...  
Oh! bo mi widnym strój tej wielkiej lutni,  
W którą wplątany duch każdego z nas.

2

I wiem, że każda radość tu ma drugą,  
Poniżej siebie, przeciw-radą lżę,  
I wiem, że każdy byt ma swego sługę,  
I wiem, że nieraz błogosławiąc, klnę.

3

Czemu mi smutno? - bo nierad bym smucić  
Ani przed sobą kłamstwa rzucać cień,  
By skryć, jak czego nie można odrzucić,  
By uczcić, czego wyciąć trudno w pień.

4

Więc to mi smutno - aż do kości smutno -  
I to - że nie wiem, czy ten ludzi stek  
Ma już tak zostać komedią-okrutną  
I spać, i nucić śpiąc: „To - taki wiek!”

5

Więc to mi smutno i tak coraz gorzej,  
Aż od-człowiecza się i pierś, i byt;  
I nie wiem, czy już w akord się ułoży,  
I nie wiem, czy już kiedy będę syt!...

6

I nie wiem - - czy już będę mógł nie wiedzieć,  
Że coraz Żywot mniej uczczony tu -  
Że coraz łatwiej przychodzi powiedzieć,  
Ze snu się budząc: „W r ó c m y ż znów do snu.”<sup>41</sup>

Dalej, piękno jest silnie związane z teorią prawdy w dziele literackim jako zespołem twierdzeń i opinii wpisanych w to dzieło i odczuwanych w świadomości społecznej jako zgodne z rzeczywistością, przede wszystkim jednak z przyjętym poglądem na świat; nie ma ona charakteru logicznego, poza szczególnymi wypadkami nie podlega weryfikacji.<sup>42</sup> Chodzi głównie o prawdę psychologiczną (np. w obrębie fikcji literackiej), gdyż w niej tkwi siła terapeutyczna. Posłużmy się przykładem z twórczości Norwida:

---

<sup>41</sup> C. K. Norwid, *Aerumnarum plenus* [Udręczeń pełen], ...op. cit. s. 26.

<sup>42</sup> Tamże, hasło: *prawda w dziele literackim*, w: M. Głowiński, T. Kostkiewiczowa, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, *Słownik terminów literackich*, pod red. J. Sławińskiego..., op. cit., s. 335.



„*Harmonia*”

1

I nerwów gra, i współ-zachwycenie,  
I tożsamość humoru -  
Łączą ludzi bez sporu.  
Lecz bez walki nie łączy sumienie!

2

Trudne z łatwym w przeciwne dwie strony  
Rozerwą wprzód człowieka,  
Nim harmonii doczeka -  
Odepchną wprzód, gdzie zmarłych miliony.

3

W gwiazd harmonię poglądać weselej  
Przez wiele lat samotnych,  
Niż w źrenicach błyskotnych  
Wyczytać raz - co? serca rozdzieli!..”<sup>43</sup>

Wreszcie istnieje ścisły związek między pięknem i teorią dobra. Umberto Eco pisał, że „>piękny< - a wraz z nim >wdzięczny<, >ładny<, >wzniosły<, >cudowny< i >pyszny<, i tym podobne wyrażenia – to przymiotnik, którego często używamy, wskazując, że coś nam się podoba. Wydaje się, że w tym znaczeniu piękne równa się temu, co dobre [...]. Jeżeli jednak wydajemy sąd, opierając się na naszym doświadczeniu codziennym, mamy skłonność definiować jako dobre nie tylko to, co nam się podoba, lecz to także, co pragnęlibyśmy posiadać. [...]. Dobre jest to, co budzi w nas pragnienie. Kiedy uważamy za dobry jakiś szlachetny postępek, my także chcielibyśmy go dokonać lub obiecujemy sobie zrobić coś równie wartościowego, pobudzeni pięknym przykładem tego, co oceniamy jako dobre. Nazywamy również dobrem to, co jest zgodne z zasadą idealną, lecz czego ceną jest cierpienie.”<sup>44</sup> Niech znów przemówi Norwid:

„*Wielkość*”

1

Wiesz, kto jest w i e l k i m ? - posłuchaj mię chwilę,  
Nauczę ciebie  
Poznawać wielkość nie tylko w mogile,  
W dziejach lub w niebie.

2

Wielkim jest człowiek, któremu wystarczy  
Pochylić czoła,

---

<sup>43</sup> C. K. Norwid, *Harmonia*, ...op. cit., s. 56.

<sup>44</sup> U. Eco, *Wprowadzenie*, w: *Historia piękna*, redakcja U. Eco, przekł. A. Kuciak, Wyd. Rebis, Poznań 2005, s. 8.

Żeby bez włóczni w ręku i bez tarczy  
Zwycięzył zgoła!

3

Niższym się stawszy, on Zawiść poniża,  
A Zawiść w czwały  
Leci i czepia mu znamiona k r z y ż a ,  
Wołając: „M a ł y !”

4

I kłamie sobie, jak kłamała pierwej,  
Gdy on, z westchnieniem,  
Przyjmuje sławę i niesławę - n e r w y ,  
Prawdę - sumieniem.

5

Ludzie więc chlubią się, że wielkich znali,  
K'temu jedynie,  
Iż nie poznają się na wielkim mali  
Pierwej, aż zginie.

6

Podobnież niedźwiedz : pierw trupa zakopie,  
By dobył z trumny.

-----  
Lecz to w Syberii, nie zaś w Europie  
Bywa rozumnej.”<sup>45</sup>

Relacje piękna i dobra określona jest więc swoistym charakterem każdego z tych dwu typów wartości. Wszelako dokonuje się w ten sposób włączenie wartości moralnych w obręb systemu wartości estetycznych. Właśnie ten stosunek ufundowania szeroko pojętych wartości moralnych (prawdy, dobra) na wartościach estetycznych poezji (piękno), pozwala mówić nie tylko o ethosie sztuki słowa, ale o tkwiącej w niej terapeutycznej mocy.

## II.2.2. Siła terapeutyczna tkwiąca w poezji

Nie przypadkiem odkrywamy, że terapeutyczna moc poezji tkwi również w różnych jej składnikach, tj. w języku, formie, rytmie, brzmieniu (czyli w brzmieniowej organizacji wypowiedzi poetyckiej), metaforze, obrazie poetyckim.

Język poetycki zdominowany jest funkcją estetyczną jako naczelną funkcją poezji (w ogóle sztuki), realizującą się poprzez celowe dążenie twórcy do wywołania przeżyć estetycznych u czytelników. To ukierunkowanie estetyczne stanowi uniwersalną własność języka poetyckiego, lecz nie eliminuje z niego innych funkcji, np. ekspresywnej, poznawczej

---

<sup>45</sup> C. K. Norwid, *Wielkość*, ...op. cit., s. 66.

czy terapeutycznej. Stąd język ten charakteryzuje się stałym napięciem między wewnętrzną (estetyczną) celowością komunikatu a jego odsyłaniem na zewnątrz – do przeżyć osoby piszącej, do zachowań odbiorców, do świata rzeczy i zjawisk.

Sztukę słowa - jako szeroko pojmowany materiał terapeutyczny - określa niewątpliwie psychologiczny charakter stosowanego języka. Są nimi psychologiczne podstawy zachowań językowych, a ściślej psycholingwistyczne określenia roli języka jako systemu znaków i reguł nimi rządzących, niezależnie od podmiotu używającego język. Tym systemem znaków człowiek może się posługiwać jako narzędziem poznania i jako narzędziem komunikacji z innymi ludźmi, a także jako narzędziem terapeutycznym, gdyż słowa mogą mieć taką moc.<sup>46</sup> Potencjalna rola terapeutyczna słowa nie ulega wątpliwości, zważywszy na szczególną rolę słowa i tekstu w większości rytów religijnych czy społecznych, i to w oderwaniu od warstwy znaczeniowej.<sup>47</sup> W pojęciu biblioterapii - SŁOWO zdolne jest leczyć duszę i może pomóc w leczeniu ciała. Chodzi tu o głębsze oddziaływanie psychologiczne słowa i tekstu, o cechach trwalszych, i to w kierunkach i skutkach częściowo przynajmniej zamierzonych.<sup>48</sup> Bardzo poważne miejsce zajmuje w tym obszarze słowo poetyckie, w ogóle słowo literackie.

„Przypomnijmy, choć zdaję sobie sprawę, że nie jest to konieczne – zastrzega się Sławomir Krzyśka – iż poezjoterapię możemy zdefiniować jako wykorzystanie poezji, w szerokim tego słowa znaczeniu, do niesienia pomocy ludziom w rozwiązywaniu ich problemów. Jest to oczywiście nawiązanie pewnej interakcji pomiędzy tymi, którzy >leczą<, czyli terapeutami, a tymi, którzy pomocy potrzebują.”<sup>49</sup> Dyspozycja poetycka jest bowiem naturalną cechą człowieka. Zadaniem prowadzącego zajęcia z poezjoterapii jest przekazać uczestnikom i tę prawdę, pomóc wyartykułować im swoje myśli i ująć je w formę, która odblokuje umysł.<sup>50</sup> „Kto powinien prowadzić poezjoterapię? S. Krzyśka (za Witą Szulc) wskazuje, że „każdy, kto chce prowadzić poezjoterapię musi mieć świadomość, że poezjoterapią należy zajmować się z wielką delikatnością i że nie każdy praktyk ma odpowiednie osobiste kwalifikacje.”<sup>51</sup>

Forma jest sposobem istnienia treści, tzn. sposobem jej przekazywania i „istotnym składnikiem terapeutycznej wartości poezji” – pisze Perie Longo.<sup>52</sup> Gdyż „forma tworzy

<sup>46</sup> E. Ringel, *Nerwica a samozniszczenie*, tłum. S. Lachowski, Warszawa 1992, rozdział VIII, *Psychotherapia dzisiejsza*, s. 140.

<sup>47</sup> S. Krzyśka, *Lingwistyka statystyczna w terapii wierszem...*, op. cit., s. 135.

<sup>48</sup> J. Trzynadłowski, *Biblioterapia - złudzenia i nadzieje*, „Arteterapia” II. Zeszyty Naukowe Akademii Muzycznej we Wrocławiu, 1990, nr 52, s. 53.

<sup>49</sup> S. Krzyśka..., op. cit., s. 135.

<sup>50</sup> P. J. Longo, *Poezja jako terapia...*, op. cit., s. 2. Freud napisał: „W rzeczy samej, mamy niejakie perspektywy w tym względzie – przecież już sami poeci lubują się w zmniejszaniu dystansu pomiędzy specyfiką swej pracy i uniwersalną naturą ludzką, często więc zapewniają nas, że w każdym człowieku tkwi poeta i że ostatni poeta zginie dopiero wtedy, gdy umrze ostatni człowiek.” Por. Z. Freud, *Pisarz i fantazjowanie...*, op. cit., s. 145.

<sup>51</sup> P. J. Longo...op. cit.

<sup>52</sup> Tamże, s. 2.

porządek z nieporządku, harmonię z dysharmonii, ład z chaosu”.<sup>53</sup> Silne emocje wyrażone w odpowiedniej, bezpiecznej formie zazwyczaj opadają. Jeżeli zaistnieje obawa, że dany temat może sprowokować nadmiar emocji, spróbujmy – radzi amerykańska poezjoterapeutka – narysować na kartce prostokąt i ograniczyć liczbę słów do przestrzeni w ramce. Dzięki temu emocje nie wymkną się spod kontroli, bo chronić je będzie rama właściwa dla formy poetyckiej.<sup>54</sup>

Wzajemne stosunki treści i formy w utworze poetyckim (w ogóle w literackim) są znacznie bardziej złożone niż w jakimkolwiek innym rodzaju wypowiedzi. Wynika to z dwóch powodów: po pierwsze - z działania funkcji estetycznej wprowadzającej do wypowiedzi poetyckiej szczególne intensywne uporządkowanie materiału językowego, które samo w sobie ściąga uwagę czytelnika; po drugie - utwór poetycki nie odtwarza jakiegoś gotowego, ukształtowanego już stanu rzeczy, lecz przeciwnie, przedstawiane w nim zjawiska podlegają organizacji dopiero w toku jego narastania; w nim dopiero stają się treścią uformowaną we wszystkich jej elementach. Widzimy więc, że forma wiersza odznacza się dwoistością: jest zarówno osiągniętym przez poetę kształtem materiału językowego (relacja: forma – język), jak też wypracowanym przez niego kształtem tego, co przedstawione w utworze (relacja: forma – treść). Pierwszy porządek określa się mianem stylu dzieła poetyckiego, drugi jako jego kompozycję.<sup>55</sup>

Rytm jest jedną z podstawowych przyczyn sugestywnej siły poezji.<sup>56</sup> Także terapeutycznej. Niektórzy badacze twierdzą bowiem, że jest on praprzyczyną, duchowym źródłem poetyckiej ekspresji.<sup>57</sup> Dowodzą, że „wiersz wcale nie musi się rymować, musi natomiast mieć rytm. [...] Rytm występuje w wierszu w wielu formach. Najczęściej odzwierciedla tłumione wewnątrz odczucia, budując z ich natłoku własne doświadczenie. [...] To właśnie tzw. rytmiczność wiersza, wynikająca z powtarzania niektórych dźwięków, bądź wyrazów, pomaga dzięki swojej hipnotycznej właściwości w wykreowaniu >tajemniczego miejsca< - pomostu do nieświadomości, gdzie powstaje wiersz.”<sup>58</sup>

W istocie zrytmizowanie wypowiedzi powstaje wówczas, gdy powtarzają się w niej z uchwytą regularnością podobne lub jednakowe zespoły elementów brzmieniowych. Zespołami takimi mogą być np. układy wyrazowe o określonej stałej ilości sylab, o określonej ilości i następstwie sylab akcentowanych i nieakcentowanych, o określonej ilości

<sup>53</sup> Heninger, Owen, E., MD, *Poetry therapy in private practice: An odyssey into the healing power of poetry*, In Arthur Lerner, PH.D., (Ed.), *Poetry in the Therapeutic Experience*, 2nd edition, St. Louis, MMB Music, Inc., 57. Cyt. za: P. J. Longo, *Poezja jako terapia...*, op. cit., s. 3.

<sup>54</sup> P. J. Longo..., op. cit., s. 2.

<sup>55</sup> M. Głowiński, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, *Zarys teorii literatury*, PZWS, Warszawa 1967, s. 76.

<sup>56</sup> T. Stańczak, *Metody biblioterapii...*, op. cit., s. 277.

<sup>57</sup> P. J. Longo..., op. cit., s. 2.

<sup>58</sup> Tamże.

głównych akcentów.<sup>59</sup> Podstawową jednostką rytmiczną w wierszu jest wers, zazwyczaj wyodrębniony graficznie jako oddzielna linijka tekstu. Powtarzalność rytmiczna ustalona na pewnej przestrzeni tekstu pozwala odbiorcy przewidywać ciąg dalszy.<sup>60</sup> U niektórych ludzi potrzeba rytmicznej komunikacji ujawnia się najbardziej w poezji, u innych w śpiewie, muzyce, tańcu. Rytmiczne kołysanie się obserwuje się często u źle pielęgnowanych dzieci i u ciężko chorych psychicznie.<sup>61</sup> Perie Longo wspomina, że jako dziecko siedziała w szkole i często oddawała się marzeniom: „w myślach opuszczałam salę szkolną i kiedy rozpoczynałam wędrówkę, moje stopy zaczęły wybijać rytm. Im bardziej wsłuchiwałam się w ten rytm, tym bardziej stawał się skomplikowany. Moją głowę zaczynały wypełniać słowa i obrazy. Jednak zanim zdołałam przenieść je na papier, nauczyciel zwykle ściągał mnie na ziemię, a fantastyczne uniesienie momentalnie zamieniało się w zawstydzające rozkojarzenie. Dopiero po latach zrozumiałam, że wchodząc w świat rytmu, odkrywałam świat poezji, świat dostępny tylko dla jednostki, dla kreatywnego >ja<. Z upływem czasu, pisząc poezje z wieloma różnymi grupami, nauczyłam się szanować to nieokreślone miejsce, gdzie powstaje utwór poetycki (lubię je nazywać Miejscem Tajemniczym), a w każdej jednostce zaś – zdolność do swobodnej i naturalnej wędrówki do owego źródła twórczości.”<sup>62</sup>

Brzmieniowa organizacja wypowiedzi poetyckiej, nie narzuca się bezpośrednio naszej uwadze, jest czasami niedostrzegalna w tym sensie, że przy czytaniu wzrokowym może się w ogóle nie zaktualizować w naszej świadomości i fakt ten dla zrozumienia i oceny wartości terapeutycznej wiersza może nie mieć żadnego znaczenia. Tymczasem szczególnie wysoką rangę terapeutyczną, brzmieniowa strona utworu poetyckiego może uzyskać podczas jego głośnego czytania na zajęciach z poezjoterapii, ponieważ głośne czytanie poezji umożliwia lepszy odbiór rytmu i treści wierszy, a i samo słuchanie ma również działanie lecznicze. Z tego względu warto czasami wykorzystywać nagrania utworów poetyckich w wykonaniu dobrych aktorów.<sup>63</sup>

Bywa, że właśnie brzmieniowa strona języka, dźwięk słów samych w sobie, inspirowane w ogóle do pisania wierszy. Przy nastawieniach krańcowych utworów poetycki może być oceniany przede wszystkim pod względem walorów jego językowej „melodii”, a oddziaływanie „muzyką słów” stawać się głównym przeznaczeniem i wartością poezji, także terapeutyczną. „W tym tkwi, być może – pisze P. Longo – największa terapeutyczna wartość poezji: słowa nie giną, bo są falami dźwięku. Dokądkolwiek pójdziemy, słowa nie

<sup>59</sup> M. Głowiński, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, *Zarys teorii literatury...*, op. cit., s. 156.

<sup>60</sup> Hasło: *rytm*, w: M. Głowiński, T. Kostkiewiczowa, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, *Słownik terminów literackich*, pod red. J. Sławińskiego..., op. cit., s. 392.

<sup>61</sup> T. Stańczak, *Metody biblioterapii...*, op. cit., s. 277.

<sup>62</sup> Tamże, s. 1.

<sup>63</sup> T. Stańczak, *Metody biblioterapii...*, op. cit., s. 278.

opuszczą nas w drodze: z miejsca do miejsca, z nieświadomości do świadomości, od sprzeciwu do zrozumienia, od cierpienia, ku radości, oraz – miejmy nadzieję – ku zdrowiu.”<sup>64</sup>

Metafora jest zespołem słów, w którym znaczenie jednych zostaje niejako przeniesione na znaczenie pozostałych. Uczestniczące w metaforze wyrazy zespalają się z sobą w nową całość, wykraczającą semantycznie poza zakresy znaczeniowe właściwe im wtedy, gdy występują poza złożeniami metaforycznymi. Metafora jest więc nową wartością semantyczną w odniesieniu do pierwotnych znaczeń słów. Zależna od kontekstu semantyczna plastyczność słowa jest ogólną właściwością języka, gwarantującą jego zdolność do obsługiwaniania nieskończonej ilości rozmaitych i zmieniających się sytuacji. Dlatego też metafora występuje w wielu rodzajach mowy, choć uważana jest za szczególne znamię języka poetyckiego.<sup>65</sup>

Metafora to jeden z zasadniczych środków wyrazu poezji terapeutycznej. Jej siła terapeutyczna zawiera się w właściwościach, które polegają na zdolności metafory przede wszystkim do tworzenia i wydobywania ze słów nowych wartości emocjonalno-obrazowych, umożliwiającą wyrażenie i rozładowanie silnych przeżyć.

Przyjrzyjmy się terapeutycznej funkcji metafory na przykładzie wiersza autorstwa osoby niepełnosprawnej:

*„Życie to scena*

Życie jak robak toczy człowieka  
przedstawienia bez prób  
garnitur szyty na miarę  
myśl wyrwana z kontekstu  
na scenie świata grana rola błazna  
nie znam jej: wiem tylko  
że muszę dotrzeć do końca.”<sup>66</sup>

Ten smutny liryk składa się z kilku zespołów metafor: „życie to scena”, życie to: „przedstawienia bez prób”, „garnitur szyty na miarę”, „myśl wyrwana z kontekstu”, „na scenie świata grana rola błazna”. Zasadnicze ukształtowanie metaforyczne w tym wierszu polega na swoistym zrównaniu życia z sceną teatralną. Przy czym „życie” pozostaje pojęciem abstrakcyjnym, natomiast wszystko to, co się do niego odnosi w metaforycznych sformułowaniach, odznacza się konkretnością, określa sytuacje i przedmioty znane z bezpośredniej

<sup>64</sup> P. J. Longo..., op. cit., s. 4.

<sup>65</sup> Hasło: *metafora*, w: M. Głowiński, T. Kostkiewiczowa, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, *Słownik terminów literackich*, pod red. J. Sławińskiego..., op. cit., s. 232.

<sup>66</sup> Tadeusz Zdechlik, w: *Przesłanie Nadziei. Antologia twórczości literackiej osób niepełnosprawnych ruchowo*, Część I, *Poezja...*, op. cit., s. 196. Warto tu przytoczyć inspirującą metaforę Szekspira wziętą z sztuki *Jak wam się podoba*: „Świat jest teatrem, aktorami ludzie, // Którzy kolejno wchodzą i znikają.” Cyt. za: E. Goffman, *Człowiek w teatrze życia codziennego*, oprac. i wstęp J. Szacki, przeł. H. P. Śpiewakowie, PIW, Warszawa 1981, s. 5.

praktyki przedstawień teatralnych. Poprzez związek z nimi „życie” w wierszu zatracą swą abstrakcyjność, przechodzi do szeregu działań teatralnych, które je określają. Właśnie ten specyficzny zespół metafor narzuca czytelnikowi pewną wizję życia. Wyraża on także pewien stosunek emocjonalny do życia. I tu znajdujemy wymiar terapeutyczny metafor. Otóż sformułowanie metaforyczne „życie jak robak toczy człowieka”, nosi w sobie określoną wartość emocjonalną, mianowicie obumieranie, przemijanie człowieka, której dopełnieniem jest puenta o nieuniknioności śmierci: „wiem tylko, że muszę dotrzeć do końca”. Wszystko inne jest grą, rolą do odegrania w teatrze życia. Stąd modulacji podlega słowo „scena”, nosi ono w sobie najważniejszy ładunek emocjonalny. Autor wiersza przeniósł słowo „scena” i jego konotacje w inną sferę zjawisk. Nie oznacza już w tu elementu wyposażenia wnętrza gmachu teatru, ale pewną właściwość życia, określa mianowicie jego sztuczność, smutek. Wartość emocjonalno-obrazowa tej metafory stanowi właśnie o sile terapeutycznej tego wiersza.

Obraz poetycki – sama nazwa narzuca już skojarzenie plastyczne – wyznaczany jest prze to, że realizuje się w słowie. Mówić o nim można jako o przedstawieniu określonego wycinka rzeczywistości zewnętrznej w jego zależności od podmiotu mówiącego albo jako o przedstawieniu świata wewnętrznego tegoż podmiotu, jeśli ujawnia się on nie w formie bezpośredniego wyznania, w którym przeżycia są po prostu nazywane, ale poprzez warstwę mniej lub bardziej zobiektywizowaną. Pełni on w utworze lirycznym bardzo istotne funkcje estetyczne i strukturalne.<sup>67</sup>

Kształtowanie obrazu poetyckiego (obrazowanie) jest też jednym z podstawowych środków wyrazu w poezji terapeutycznej. Przyjrzyjmy się teraz jej przykładom, otóż w niektórych obraz poetycki jest traktowany jako niemal lustrzane odbicie świata empirycznego, np.:

„U lekarza

- Jak się pani czuje?
- Źle,
- Co pani dolega?
- Życie.
- Bardzo poważna choroba...
- Współczuję.
- Receptę wypisać trzeba...
- Zaaplikuję
- ambicji wzmocniony zastrzyk
- Polecam
- dawkę pracowitości
- i może będą w aptece
- specjalne tabletki radości

<sup>67</sup> M. Głowiński, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, *Zarys teorii literatury...*, op. cit., s. 298.

po których inaczej się patrzy.  
- Przeciwwskazania:  
Kategorycznie zabraniam  
zgnębienia  
szarej codzienności  
siedzenia  
w więzieniu monotonności.  
Poza tym dużo się śmiać  
płosząc myśli gorzkie...  
- Tak, banalnie proste,  
Lecz jak to zastosować...”<sup>68</sup>

Poetka dąży w wierszu do konstruowania obrazu poetyckiego jako pewnego spójnego, samodzielnego systemu przedstawieniowego, w którym wszystkie wchodzące w jego obręb elementy nawzajem się warunkują. Konsekwentnie rozwija jeden obraz (wizyty „u lekarza”) jako jednolicie zbudowany świat przedstawiony. Dopiero w końcowych partiach utworu wyzyskuje autorka elementy tego świata („recepty” lekarza) dla sformułowania bezpośredniego wyznania lirycznego, właśnie terapeutycznego („lecz jak to zastosować”). Bohaterka liryczna nie określa bezpośrednio, jaką ma dla niej wartość emocjonalną konstruowany obraz: wartość owa (terapeutyczna) ujawnia się w związkach zachodzących pomiędzy nią a przedstawionym poprzez obraz światem.

W innych utworach kładzie się nacisk nie na odtworzenie realności w obrazowaniu, lecz na jej artystyczną transformację, np.:

„*Poniedziałek*  
I znowu dzień...  
Noc cała – szarpanie  
W pościeli z kalców...  
I znowu dzień...  
Bez słońca  
W ciele znękanym  
Dusza boląca...  
I znowu dzień...  
Chory czekaniem  
Nadziei jałmużna,  
Że kiedyś minie  
Ta jałowizna...  
I znajdę szkatułkę z pocieszeniem.”<sup>69</sup>

---

<sup>68</sup> Krystyna Leple, w: *Przesłanie Nadziei. Antologia twórczości literackiej osób niepełnosprawnych ruchowo*, Część I, *Poezja...*, op. cit., s. 71.

<sup>69</sup> Krystyna Leple, tamże, s. 70.



Poetycki świat przedstawiony jest tutaj mniej samodzielny, przylega jakby bezpośrednio do podmiotu. Już w sam obraz poetycki wchodzi elementy bezpośredniej oceny emocjonalnej (np. „I znowu dzień... // Noc cała – szarpanie // W pościeli z kołców...”). Niezmiennie obraz zostaje kontrastowo zestawiany z odmiennymi w tonacji uczuciowej nastrojami smutku i cierpienia, którym daje wyraz podmiot (np. „I znowu dzień...// Bez słońca // W ciele znękanym // Dusza boląca...”). Bardzo widoczne zastosowanie kompozycji pierścieniowej, której eksponowany przez powtarzanie się określony element („I znowu dzień...”), potęguje tu monotonię „jałowizny” egzystencji chorego. Wąlar terapeutyczny (niezależnie od wyrażenia emocji), w postaci nadziei na jakieś „pocieszenie” zawiera dopiero puenta.

Jest to wiersz wyrażający depresję, jednak może okazać się pomocny, gdyż w jego zakończeniu pobrzmiewa nuta nadziei, optymizmu. To dobra zasada terapeutyczna, ponieważ uświadamia czytającym, że nie są jedynymi osobami, które cierpią, i że jest ktoś, kto je rozumie, gdyż sam to przeżył i opisał. Nasuwa się w związku z tym pytanie: kiedy należy stosować poezjoterapię? Wita Szulc wskazuje następujące okoliczności: „dla poprawy obrazu własnej osoby, lepszego zrozumienia ludzkich zachowań i motywacji, zwiększenie szacunku wobec siebie, rozbudzania szerszych zainteresowań wykraczających poza własną osobę, ulżenia presji emocjonalnej lub intelektualnej, pokazania, że nie jest się pierwszą, ani jedyną osobą, która zetknęła się z danym problemem, wskazania, że istnieje więcej niż jedno rozwiązanie problemu, pomóc przedyskutować dany problem w swobodniejszy sposób, pomóc ułożyć indywidualny plan kierunku działań prowadzących do rozwiązania problemu.”<sup>70</sup>

### II.2.3. Przeżycie estetyczne

Na pewno niejednokrotnie zetknęliśmy się z estetycznymi wartościami literatury pięknej, np. po lekturze opowiadania, które wzruszyło do łez; wiersza, po przeczytaniu którego przyszyły refleksje. Zauważamy, że w realizowanej tak roli czytelnika występuje pewne przeżycie związane z lekturą i że składają się na nie (uporządkowane przez Roland Barthesa) przyjemności pojawiające się w kontakcie z książką, szerzej sztuką słowa, są to m.in.: przyjemność słuchania lub czytania (kod narracyjny), przyjemność przeżywania emocji (kod semantyczny), przyjemność poznawania (kod kulturowy), przyjemność marzenia (kod symboliczny). One to właśnie stanowią wspomniane przeżycie estetyczne, które jest potężnym motywem sięgania po lekturę, albowiem ludzie czytają dlatego, że chcą wzruszać się i lękać, rozpaczać i współczuć, oburzać i triumfować,

<sup>70</sup> W. Szulc, *Biblioterapia z Internetu*, „Poradnik Bibliotekarza” 2000, nr 11, cyt. za: S. Krzyńska, *Lingwistyka statystyczna w terapii wierszem...*, op. cit., s. 135.

z dumiewać i cieszyć.<sup>71</sup> Taki punkt wyjścia, np. od emocji czytelnika, apeluje do sfery nieświadomej: poprzez obrazy, metafory, nastrój, a także archetypy wspólne dla całej ludzkiej kultury. Językiem archetypów są często symbole i mity, konkretyzują one to, co niewyraźne i niejasne, świadczą o istnieniu dialogu pomiędzy nieświadomością a świadomością. Symbole mają moc przyciągania uwagi, emocjonalnego poruszania i angażowania całego człowieka. Mity z kolei zawierają w sobie głęboką treść, nasyconą wewnętrzną energią, która emanuje na zewnątrz, inspiruje, a także przechowuje pewne tajemnice. Na przykład, do jednej z takich tajemnic mogą należeć urazy i kompleksy wczesnego dzieciństwa, które są ukryte w obrazach baśniowych. Dzieci chłoną je w sposób podświadomy, wraz z przeżyciem estetycznym podczas odbioru, tj. słuchania lub czytania baśni.<sup>72</sup>

Taki proces terapii przebiega przez trzy określone etapy głęboko tkwiące w naukach psychologicznych, opartych na teorii dynamiki przeżyć estetycznych Caroline Shrodes. Pierwszy etap, przypomnijmy, to: *identyfikacja* - daje uczestnikowi terapii zastępcze przeżycie, pozwala mówić o swoich uczuciach z zachowaniem pozorów mówienia o bohaterze. W fazie identyfikacji z postaciami literackimi powinny wystąpić kolejno: ekspresja afektu do bohatera, wyrażenie zgody bądź niezgody z jego opiniami, obawa o jego los, ekspresja homonimności (współjedności), przyjemność bycia podobnym do bohatera. Drugi etap: *katharsis* - odreagowanie napięcia, doznanie oczyszczającej ulgi, kiedy w słowach występują emocje w stosunku do bohatera lub autora. Trzeci etap to: *wgląd* - jako odkrywanie i pogłębianie wewnętrznego świata czytelnika w trakcie kontaktu z dziełem literackim.<sup>73</sup> Oryginalność koncepcji Caroline Shrodes polega na stwierdzeniu, że istnieją liczne powiązania między przeżyciem estetycznym a psychoterapią. Obydwie dziedziny poszukują drogi powrotu od marzeń do rzeczywistości. Identyfikacja z postaciami literackimi może doskonalić proces terapeutyczny.

Przeżycie estetyczne jest podstawowym pojęciem w poezjoterapii. Jego literacka odmiana wyróżnia się swoistymi cechami. Zaangażowanie wyobraźni i uczuć jest tu ważniejsze niż w innych rodzajach przeżyć estetycznych. Obcując z dziełem poetyckim (literackim), czytelnik obcuje ze światem za pośrednictwem słowa, a w trakcie odbioru wspiera się własną wyobraźnią i myśleniem pojęciowym. Przeżycie to ma zdecydowanie charakter osobisty, działa urokiem skojarzeń i przypomnień. Jest przeżyciem rozwijającym się w czasie, część po części i dopiero w momencie zakończenia recepcji dzieła nabiera charakteru całościowego,<sup>74</sup> ponieważ przedmiotem przeżycia nie jest realny obiekt (np.

<sup>71</sup> Alicja Baluch, *Propozycje metodologiczne w badaniach literatury dla dzieci i młodzieży*, w: *Po potopie. Dziecko, książka i biblioteka w XXI wieku. Diagnozy i postulaty*, praca zbiorowa pod red. naukową D. Świerczyńskiej-Jelonek, G. Leszczyńskiego i M. Zająca, Wyd. SBP, Warszawa 2008, s. 11.

<sup>72</sup> Alicja Baluch, ...op. cit.

<sup>73</sup> *Wybrane zagadnienia z pedagogiki specjalnej*, pod red. Ewy Tomasiak, Warszawa 1997, s. 84.

<sup>74</sup> J. Plisiecki, *Przeżycie estetyczne dzieła literackiego*, w: *Relacje między kulturą wysoką i popularną w literaturze, języku i edukacji*, pod red. B. Myrdzik, M. Karwatowskiej, Wyd. UMCS, Lublin 2005, s. 385-386.

rzeźba, film), lecz przedmiot estetyczny (wiersz), który jest wytworem konkretyzacji (tj. odczytania) w świadomości odbiorcy.<sup>75</sup> Odbiorca uzupełnia przeczytany wiersz o wszystkie przeżycia, wzruszenia i sądy, jakie w nim wywołuje. Poddaje się sugestiom czytane-go dzieła i wzbogaca je własnymi treściami uczuciowymi, wprowadza w świat własnych przeżyć. Na tym oczywiście zasadza się moc terapeutyczna zawarta w literackim (poetyckim) przeżyciu estetycznym.

#### II.2.4. Autopsychoterapia

Posługując się ustaleniami Stanisława Sieka, możemy określić autopsychoterapię jako „świadome i celowe stosowanie określonych środków psychicznych wobec samego siebie w celu wywołania we własnej osobowości określonych pozytywnych zmian.”<sup>76</sup> Autor ten zwrócił uwagę na dokonania filozofów w dziedzinie praktyki autopsychoterapii. Literatura filozoficzna zawiera bowiem rozważania, sentencje, rady jak kierować na przykład swoimi emocjami, jak walczyć z lękiem i niepokojem, jak utrzymywać wewnętrzny spokój, jak ustosunkować się do doznawanych niepowodzeń i przeciwieństw losu, jak kształtować optymistyczne nastawienie do życia i ludzi, jak odnaleźć sens życia.<sup>77</sup>

Wiele z tych problemów obecnych jest w poezji, zwłaszcza refleksyjno-filozoficznej, jej czytanie może także działać autopsychoterapeutycznie. Przede wszystkim dlatego, że znajdujemy tam refleksje na tych samych problemach, które i my sami przeżywamy.<sup>78</sup> Problemy te przenikają do liryki filozoficznej w sposób szczególny. Poeci nie tworzą na ogół systemów filozoficznych, czynią natomiast przedmiotem przeżyć problemy filozoficzne w sposób bezpośredni bądź też wyrażają swój stosunek do podstawowych problemów ludzkiej egzystencji na podstawie zespołu określonych przeświadczeń filozoficznych.<sup>79</sup> Oto przykład refleksyjnego sonetu Adama Asnyka wyrażającego postawę filozoficzną wobec przemijania, nieubłaganego upływu czasu:

*„Nad głębiami, XII*

Wzniosłe dążenia, szlachetne pobudki,  
Rozpaczne walki, zgliszcza i cmentarze,  
Róże miłości, uczuć niezabudki  
I ukochanych jasne przedtem twarze  
We mgłach przeszłości nikną, jak sen krótki...  
A czas powoli w pamięci zamaże

<sup>75</sup> Zob. W. Czernianin, *Przeżycie estetyczne jako kluczowe pojęcie biblioterapii – na przykładzie po-głądów Romana Ingardena*, w: *Teoretyczne podstawy biblioterapii*, Wyd. ATUT, Wrocław 2008.

<sup>76</sup> S. Siek, *Autopsychoterapia*, Wyd. ATK, Warszawa 1985, s. 8.

<sup>77</sup> Z. Skorny, *Emocje a korekcyjna funkcja biblioterapii*, w: *Male Formy Metodyczne, Bibliotekoznaw-stwo 1/88*, Wyd. ODN, Wrocław 1988, s. 20.

<sup>78</sup> S. Siek..., op. cit., s. 320.

<sup>79</sup> M. Głowiński, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, *Zarys teorii literatury...*, op. cit., s. 309.

Najdroższe rysy i najcięższe smutki  
I echa wspomnień zgłuszy w dziennym gwarze.  
Na próżno serce chce zatrzymać w głębi,  
Gdy szron jesienny kurczy je i ziębi,  
Wdzięczne obrazy błogości dziecięcej;  
Próżno chce wskrzeszać bieg minionej chwili  
I tych, co z nami wspólnym życiem żyli:  
To, co już przeszło, nie powraca więcej!”<sup>80</sup>

Czytając te teksty widzimy, że podobne trudności i kłopoty, jakie my przeżywamy, przeżywali także inni ludzie, nawet dawniej. Lektura taka daje terapeutyczny dystans do siebie oraz do świata i jego spraw. Właśnie ów dystans, jego zachowanie, działa tak bardzo autopsychoterapeutycznie.

Działanie katharsis w poetyckich lekturach nastawionych na efekt terapeutyczny polega na oddziaływaniu oczywiście na psychikę, a za jej pośrednictwem na ogólny stan samopoczucia i zdrowia człowieka. Potwierdzają to powyżej przedstawione umiejscowienia i określenia funkcji terapeutycznych zawartych w składnikach dzieła poetyckiego (literackiego) i jego recepcji.

### III. Katharsis w poezjoterapii nastawionej na „oczyszczenie” moralne

#### III.1. Katharsis w formach twórczości lirycznej nastawionej na „oczyszczenie” moralne

Przez moralność rozumie się ten i tylko ten system norm, ocen, i wzorów postępowania, który uznaje się za słuszny. Zgodnie z takim ujęciem – nie każdy system norm i ocen jest moralnością, bowiem cechą konstytutywną moralności jest jej słuszność lub, jak się czasem określa nieprecyzyjnie, „prawdziwość”. Przyjmujemy, że pojęcie moralności pełni tu rolę określenia wartościującego ludzkie postawy, intencje i czyny jako dobre lub złe.<sup>81</sup> Zatem moralność rozumiemy bardzo ogólnie jako zbiór zasad (norm), które określają co jest dobre (prawidłowe, nieszkodliwe), a co złe (nieprawidłowe, szkodliwe). W związku z tym „oczyszczenie” moralne interpretujemy jako postępowanie polegające na uświadomieniu sobie własnych win; jako transgresję, czyli przekraczanie sfer: ściślej, jako ruch od czegoś, co jest złem, ku czemuś, co jest dobrem. Ten tajemniczy związek zła i dobra, grzechu i świętości jest czymś ważnym w poezji terapeutycznej,

<sup>80</sup> Tamże.

<sup>81</sup> Hasło: *moralność*, w: J. Dębowski, A. Drabarek, L. Gawor, S. Jedynak, E. Klimowicz, K. Kosior, L. Dybel, *Mały Słownik Etyczny*, pod red. nauk. S. Jedynaka, Oficyna Wydawnicza „BRANTA”, Bydgoszcz 1994, s. 142-143.

pozwała bowiem rozważać naturę człowieka. „Grzech i świętość, zło i dobro jawią się – pisze Stefan Sawicki - i w perspektywie początku, i w egzystencjalnym doświadczeniu – jako dialektycznie związane ze sobą przeciwieństwa w ramach pewnej złożonej, ważnej całości. Książd Twardowski, poeta, mówi: >Dla mnie największym dramatem jest [...] dramat wyboru pomiędzy dobrem a złem. Dramat moralności. Jakie to przerażające, że [...] człowiek może krzywdzić, wywołać wojnę. Ale przecież i w świecie upadającego człowieka można dostrzec tyle poświęcenia, miłości, dobroci, żalu. [...]. Dramat może być oczyszczeniem, trudną drogą do dobra.<”<sup>82</sup> Dlatego też z niezwykłym wysiłkiem trzeba przechodzić z pejoratywnie nacechowanego (nieczystego) świata *profanum* do idealnego (czystego) świata *sacrum*. Sfery te są tak drastycznie odmienne, że znalezienie się w jednej z nich wymaga wyzbycia się właściwości poprzedniej. Przeciwieństwem *sacrum* jako sfery świętej jest więc *profanum* – sfera świeckości, w sferze tej odbywają się wszystkie codzienne wydarzenia z życia człowieka. Właśnie rozdzieleniu tych światów w planie pojęciowym odpowiadają w poezjoterapii twórcze i/lub lekturowe „rytuały oczyszczające”.

Polem tematycznym, na którym pojawiają się w poezjoterapii wspomniane „rytuały oczyszczające” stanowią motywy, wątki, tematy sakralne czy wręcz modlitwy poetyckie - stale obecne w tej twórczości. Oczywiście, wskazanie problematyki „sakralnej” poprzez opozycję grzechu i świętości nie wyczerpuje zagadnienia katharsis w formach twórczości lirycznej nastawionej na „oczyszczenie” moralne; raczej je przybliża. Jest ono bowiem znacznie szersze. Wydaje się, że religijność poezji można rozumieć w dwojaki sposób: odnajdujemy w niej przede wszystkim to, co można by nazwać sakralnym widzeniem człowieka i kontemplacją obecności Boga; poezja religijna może być doświadczeniem Boga, często w formie modlitwy poetyckiej jako kolokwium człowieczo-Boskiego, tzn. - według Andrzeja Jastrzębskiego i Antoniego Podsiada – modlitwy religijnej zaświadczonej w poezji, rozumianej jako poetyckiej wypowiedzi religijnej odniesionej bezpośrednio do Boga (lub też do Jego pośredników, tj. Matki Boskiej, aniołów i świętych).<sup>83</sup> Oto przykład prośby o „oczyszczenie” moralne w modlitwie poetyckiej:

„Prośba o spokojną noc

W tej spokojnej godzinie wieczornej,  
Kiedy kładę się spać,  
Pozwól, o Panie, mój Stwórcu i Boże,  
Stanąć przed Tobą jako płótno.  
Pozwól, by dusza ma, która,  
Jak mówisz Ty sam, jest nieśmiertelna,

<sup>82</sup> S. Sawicki, *Poetyka, interpretacja, sacrum*, PWN, Warszawa 1981, s. 181.

<sup>83</sup> A. Jastrzębski, A. Podsiad, *Wstęp*, w: *Z głębokości... Antologia polskiej modlitwy poetyckiej*, Wyd. PAX, Warszawa 1966, s. XXVII.

Mogła spocząć w pokoju tej nocy.  
Wybacz mi wszystko to,  
Co wydało Ci się grzeszne.  
Wybacz słowa, którymi może  
Krzywdziłam bliźniego swego.  
Racz spojrzeć na mnie, biedną istotę,  
Chcącą Ci, Jezu, w tym wieczornym mroku  
Powiedzieć wszystko,  
Co gnębi i boli.  
Niechaj się stanie,  
Tak jak Ty chcesz, Panie.  
Dopomóż mi jednak,  
Proszę Cię, usłysz me wołanie.”<sup>84</sup>

Siła terapeutyczna modlitwy (także poetyckiej) wypływa ze skupienia się w niej, wręcz utożsamienia woli człowieka i Boga.<sup>85</sup> Przy czym organicznym elementem modlitwy, miarą jej wartości moralnej jest szczerza wewnętrznie postawa człowieka wierzącego. Pozostając bowiem w kręgu prawdy, autentyczności, szczerości, obracamy się tym samym w sferze tych wartości życia ludzkiego, bez których niemożliwy byłby prawidłowy rozwój osobowości człowieka, a które stanowią niezbędny warunek każdej rzetelnej modlitwy. Modlitwa prawdziwa, szczerza, jest możliwa jedynie na gruncie wiary rozumnej, nie tej ślepej, irracjonalnej. Zatem jeśli początkiem modlitwy jest jej szczerść, prawdziwość, to nieuchronnym końcem musi być jej zakłamanie, faryzeizm, obłuda. Potwierdzają to historia religii i religioznawstwo, etyka i psychologia, także socjologia, a nawet psychiatria, która ujmuje modlitwę jako właśnie czynnik terapeutyczny.<sup>86</sup>

### **III.2. Katharsis w poetyckich lekturach nastawionych na „oczyszczenie” moralne**

Zalecanie do czytania ksiąg religijnych było jednym ze sposobów leczenia „chorych dusz” już przed wiekami. Rzecz raczej znana w biblioterapii odkąd ona istnieje. Jednakże „oczyszczające” moralnie czytanie poezji religijnej jako modlitwy jest tu nieuniknione, choć bywa, że nie każda zapisana w języku poetyckim modlitwa, zachowująca wartość religijną, posiada zdolność spowodowania w nas swoistej reakcji natury estetycznej. Również nie każda modlitwa, odpowiadająca kryteriom poetyckim, jest zadowalająca w sensie religijnym, gdyż religijność jest bez wątpienia pojęciem wieloznacznym.<sup>87</sup>

<sup>84</sup> Małgorzata Porada, w: *Przesłanie Nadziei. Antologia twórczości literackiej osób niepełnosprawnych ruchowo*, Część I, *Poezja...*, op. cit., s. 127.

<sup>85</sup> Zob. W.Czernianin, *O terapeutycznym wymiarze wiary religijnej*, w: *Teoretyczne podstawy biblioterapii...*, op. cit. s. 82.

<sup>86</sup> Tamże, s. 79.

<sup>87</sup> A. Jastrzębski, A. Podsiad, *Wstęp*, w: *Z głębokości...*, op. cit., s. XXVII.

W naszym przypadku szczególną wagę ma jej aspekt psychologiczny. Już pobieżna obserwacja wskazuje, że nie każdy poeta legitymujący się w swym dorobku utworami religijnymi jest tym samym poeta religijnym, co oznacza, że czyjaś twórczość poetycka, której nieobca jest tematyka religijna, nie musi objawiać religijności jako konstytucjonalnego motywu.<sup>88</sup> Na przykład religijność takiego kontrowersyjnego dziewiętnastowiecznego poety francuskiego, jak Charles Baudelaire, którą odkrywamy w jego przejmujących modlitwach poetyckich, np.: „Ach, Panie, wlej mi tyle siły i odwagi, // Bym bez wstępu mógł patrzeć na swe serce i ciało!” – znamionował skrajny indywidualizm i egocentryzm. Dla twórcy *Kwiatów zła* modlitwa miała sens niemal wyłącznie autoutylitarny, nie transcendentny, była dokładnie tym, co sam poeta nazwał „higieną duszy”.<sup>89</sup>

Z kolei jeden z największych polskich poetów religijnych, Cyprian Kamil Norwid, patrzył i rozumiał poprzez *sacrum*. Wszystko widział w sakralnej perspektywie.<sup>90</sup> W takiej przestrzeni usakralnionej obecny jest w poezji Norwida człowiek, którego godność, godność osoby, „osoby świętej”, ceni poeta szczególnie wysoko. Widzi go stale w dwóch perspektywach: doczesnej i wiecznej, jako „Pył marny i rzecz-Bożą”. Z jednej strony uwikłanie w zło i grzech, z drugiej udział w życiu Bożym. Tajemnica skażenia złem i odkupienia leży u podłoża Norwidowej koncepcji człowieka. A w człowieku każdym, widzi Norwid przede wszystkim pielgrzyma i kapłana.<sup>91</sup> Jak w wierszu *Pielgrzym*:

„1  
Nad stanami jest i stanów - stan,  
Jako wieża nad płaskie domy  
Stercząca, w chmury...

2  
Wy myślicie, że i ja nie Pan  
Dlatego, że dom mój ruchomy  
Z wielbłądziej skóry...

3  
Przecież ja – aż w nieba łonie trwam,  
Gdy ono duszę mą porywa,  
Jak piramidę!

4  
Przecież i ja – ziemi tyle mam,  
Ile jej stopa ma pokrywa,  
Dopokąd idę!...”<sup>92</sup>

<sup>88</sup> Tamże, s. XXVIII.

<sup>89</sup> Tamże, s. XXXI.

<sup>90</sup> S. Sawicki, *Poetyka, interpretacja, sacrum...*, op. cit., s. 186.

<sup>91</sup> Tamże, s. 187.

<sup>92</sup> C. K. Norwid, *Pielgrzym*, w: *Pisma wierszem i proza...*, op. cit., s. 64-65.

Pielgrzym jest zawsze „w drodze”. Bez domu, bez własnej ziemi. Ironią dźwięczą słowa o posiadaniu w ostatniej strofie. Cel wędrówki symbolizuje wieża „stercząca w chmury”, piramida porywana przez niebo, biblijne łono niebios. Wiersz *Pielgrzym* jest utworem o pielgrzymim przeznaczeniu człowieka.<sup>93</sup>

Lektura tego rodzaju poezji, z ciągłą pamięcią o sakralnym horyzoncie odniesienia – to formuła, w której przeżywamy „oczyszczenie” moralne. Wyznacza tym samym przestrzeń poezjoterapii, określoną ową rozpiętością między *profanum* a *sacrum*, jako miarą postaw moralnych. Na przykład w jednym z „wierszy szpitalnych” ks. Ludwika Szczepaniaka, odnajdujemy wyobrażenie Boga Miłości pod postacią prostego człowieka, który opuszcza tereny oficjalnego *sacrum*, aby przebywać przy umierających dzieciach; wyobrażenie to ma charakter i postulatu, i uogólnienia wartości głęboko chrześcijańskich, a zarazem humanistycznych:

„Gdzie jest Bóg?

Spotkałem Boga i nie poznałem:

Był prostym człowiekiem.

Nie chciał ode mnie prawie nic,

Tylko czasu i współczucia dla chorych.

Uznałem Go za głupca,

Pobiegłem szukać w zakrystii i kościele.

Tam mi powiedzieli, że Bóg przed chwilą wyszedł.

Zdenerwowany spytałem – dokąd?!

Kościelny bezradnie rozłożył ręce,

Ściszonym głosem, jakby wstydził się, wykrztusił:

Panie, nie wiem, ale mówią,

Że On odwiedza umierające dzieci.”<sup>94</sup>

Zdaniem Aliny Aleksandrowicz, ten doskonały liryk, małe arcydziełko poezji, poprzez zabiegi antropomorfizacji, przybliży odbiorcom oraz otacza nimbem majestatu zwykle, ale przecież podniosłe i serdeczne zachowania.<sup>95</sup> W ogóle szeroko rozpięta perspektywa humanizmu chrześcijańskiego, nakazującego cześć Boga poprzez czyn ujawniający się w postawie wobec drugiego człowieka, czyn „bezzyskowny”, wynikający z podporządkowania siebie ludziom słabszym, cierpiącym, bezbronny, spaja w jedną całość wszystkie „cierniowe” wiersze ks. Lucjana Szczepaniaka SCJ. „Cierniowe”, bo mówiące o niezawinionym i udostojnionym cierpieniu, najczęściej nieuleczalnie chorych dzieci. Te wiersze sięgają wnikliwie istoty wartości chrześcijańskich, poszukują wskaźników autentyczności wiary, odrzucają natomiast wartości li tylko pozorne, zafałszowane,

<sup>93</sup> S. Sawicki, *Poetyka, interpretacja, sacrum...*, op. cit., s. 187.

<sup>94</sup> Ks. L. Szczepaniak SCJ, *Bo byłem chory... (Mt 25,36). Poezje szpitalne*, wstęp, wybór, opracowanie A. Aleksandrowicz, Wyd. DEHON, Kraków 2005, s. 5.

<sup>95</sup> Tamże, s.5-6.



obliczone na pokaz lub blask. Rangi imperatywu moralnego nabiera wskazanie, że „Opus Dei” realizowane być winno w trudnym dniu codziennym, cicho i bez rozgłosu. Bóg uobecnia się bowiem w innych ludziach, często biednych, cierpiących, opuszczonych.<sup>96</sup>

#### IV. Katharsis w poezjoterapii nastawionej na doświadczenie mistyczne

##### IV.1. Katharsis w formach twórczości lirycznej nastawionej na doświadczenie mistyczne

Doświadczenie mistyczne jako ekstatyczne przeżycie wewnętrznej bezpośredniej łączności z rzeczywistością uważaną za Boga lub Absolut, z konieczności najlepiej się wyraża w poezji, jeśli ma choć w niewielkim stopniu przekazać ogrom i głębię mistycznych doznań i przeżyć, tych „słów wewnętrznych”, których nie może udźwignąć język dyskursywny.<sup>97</sup> „Gdyż – pisał np. szesnastowieczny mistyk hiszpański św. Jana od Krzyża – są to rzeczy tak głębokie i duchowe, że na ich wyrażenie brakuje słów. Rzeczy duchowe bowiem przewyższają wszelki zmysł.”<sup>98</sup> Zapisy doświadczenia mistycznego niejednokrotnie cechują się znaczną wartością literacką. Przyjmują wtedy często postać poetycką: poezji mistycznej. Obszerne komentarze, np. właśnie św. Jana od Krzyża, rozjaśniają niewątpliwie jego mistyczną poezję, w której zadziwiają metafory miłostnego zjednoczenia, szokujące śmiałością, zadziwiający oczyszczeniem i ostatecznym spotęgowaniem swej semantycznej przenikliwości i siły, splatające się z metaforą ognia i światła, przebijające się wspólnym wysiłkiem przez ograniczoną konwencjonalnych znaków.<sup>99</sup> Wczytajmy się w tekst pt.: *Śpiew duszy pogrążonej w głębokim zjednoczeniu z Bogiem*:

„I  
O żywy płomieniu miłości,  
Jak czule rani siła żaru twego  
Środka mej duszy najgłębsze istnienie!

<sup>96</sup> Tamże. Warto wiedzieć, że dwumiesięcznik dla chorych zatytułowany „Wstań”, wydawany przez księży sercanów, publikuje w osobnym dziale *Słowa oczekiwane* – wiersze czytelników, nierzadko pacjentów szpitalnych. Utwory tego typu nie często trafiają do druku. Są odbiciem przeżyć skrywanych, rejestrem cierpienia, bezradności, często niezawinionego osamotnienia. Jak zauważa A. Aleksandrowicz (s. 6), wiersze szpitalne przejmują rolę pamiętnika lub dziennika, sporządzanego dorywczo, z autentycznej potrzeby uczuć i mają jednego tylko adresata – siebie samego lub najbliższe osoby. Trzeba dodać, że są formą poezjoterapii.

<sup>97</sup> Tamże, s. 190-191. Zob. także antologię poezji księży-poetów: Z. Łączkowski, *Wolność nie zniewolona, czyli spacerkiem przez sacrum i profanum*, red. K. Kasprzak, S. Lenart, M. Stępkowska, Wyd. Staromiejski Dom Kultury, Warszawa 1997.

<sup>98</sup> Święty Jan od Krzyża Doktor Kościoła, *Żywy płomień miłości*, z hiszpańskiego przełożył B. Smyrak OCD, Wyd. Karmelitów Bosych, Kraków 2003, *Prolog*, s. 18.

<sup>99</sup> S. Sawicki, *Poetyka, interpretacja, sacrum...*, op. cit., s. 191.

Bo nie masz w sobie już bólu żadnego!  
Skończ już! – jeśli to zgodne z twoim pragnieniem!  
Zerwij zasłonę tym słodkim zderzeniem!

II

O słodkie żaru upalenie!  
O rano pełna uczucia błęgiego!  
O rękę miłą, o czułe dotknięcie,  
Co dajesz przedsmak życia wieczystego  
I spłacasz hojnie wszystkie zaległości!  
Przez śmierć wprowadzasz do życia pełności!

III

Pochodnie ognia płonącego,  
W waszych odbłaskach jasnych i promiennych,  
Otchłanianie głębin zmysłu duchowego,  
Który był ślepy, pełen mroków ciemnych,  
Teraz z dziwnymi doskonałościami  
Niosą Miłemu żar swój wraz z blaskami!

IV

O jak łagodnie i miłośnicie  
Budzisz się, Miły, w głębi łona mego,  
Gdzie sam ukryty przebywałeś rozkosznie!  
A słodkim tchnieniem oddechu Twojego  
Pełnego skarbów wieczystych i chwały,  
Jak słodkie wzniecasz miłości zapały!”<sup>100</sup>

Moc terapeutyczna zawarta jest w ekstazie, ona to właśnie była najwyższym wta-  
jemniczeniem i właściwym celem nauki Plotyna, greckiego filozofa żyjącego w III w. n.  
e., czołowego przedstawiciela neoplatonizmu i filozofii mistycznej. „Plotyn mówiąc  
o ekstazie używa mistycznych wyrażen i porównań. Piękno zmysłowego świata zbudzi-  
ło jaźń z cielesnego uśpienia i sprawiło, że pokochała duszę, umysł i Absolut coraz  
wznioślejszą miłością, by stać się duszą, umysłem i Absolutem. [...]. Do umysłu, czyli  
do świata idei, dochodzi się przez odrzucenie zmysłowych wyobrażeń, a do Absolutu  
przez odrzucenie idei: w miarę postępu zanika świadomość intelektualna i intuicyjna, aż  
w końcu, w chwili właściwej ekstazy, pozostaje już tylko uczucie bezbrzeżnej miłości  
i bezbrzeżnego szczęścia w błogiej powodzi światła.”<sup>101</sup> Takie przeżycie ekstatyczne  
ilustruje wiersz *I miałem chwile takiego zachwytu...* Kazimierza Przerwy-Temtajera, oto  
jego fragment:

<sup>100</sup> Święty Jan od Krzyża Doktor Kościoła, *Żywy płomień miłości...*, op. cit., s. 21-22.

<sup>101</sup> A. Krokiewicz, *Wstęp*, w: Plotyn, *Enneady*, przeł. i wstępem poprzedził A. Krokiewicz, PWN, War-  
szawa 1959, tom I, s. LXIX i LXXI.

„I miałem chwile takiego zachwytu,  
jakbym już nie był więcej częścią bytu...  
[...]

I nic nie czułem, co człowiek czuć może,  
zdało się, szaty Twej dotykam, Boże,  
i złudnie ludzkiej odjęty pamięci,  
przez chwilę byłem, jak są wniebowzięci...”<sup>102</sup>

Wiele takich zapisów poetyckich nie ma jednak wartości literackiej i należy do twórczości religijnej rozumianej raczej jako dział literatury dydaktycznej. W poezjoterapii między wartością poetycką zapisu doświadczenia mistycznego a wartością duchową tego doświadczenia musi zachodzić ścisły związek, albowiem tylko w nim przeżycie poetyckie może stać się analogicznym do przeżycia mistycznego, jako jego dalekie podobieństwo.

## IV.2. Katharsis w lekturach nastawionych na doświadczenie mistyczne

Niemiecki mystyk z przełomu XIII i XIV wieku, Mistrz Eckhart (Johannes) stwierdził, że: „w każdym z nas istnieje dwóch ludzi. Jeden zwie się >człowiekiem zewnętrznym< - jest to życie zmysłowe. Temu człowiekowi służy pięć zmysłów, działa on jednak mocą pochodzącą od duszy. Drugi nazywa się >człowiekiem wewnętrznym< - jest to jego życie duchowe.”<sup>103</sup>

Rzeczywistość duchowa może być różnie przedstawiana. Zobaczmy to na przykładzie opisu - przez Ericha Auerbacha<sup>104</sup> - swoistości stylu homeryckiego, któremu przeciwstawia styl tekstu starotestamentowego, a więc również epickiego i również starożytnego, lecz wywodzącego się z całkowicie odmiennego świata, mianowicie biblijnego. Jak już wspomniano, wielką poezję epiczną, prędko otoczyła legenda, albowiem w utworach Homera widzieli Grecy księgi objawione, ponieważ stworzyły olimpijską religię, pełną mitów, jej bohaterami byli bogowie tak samo jak ludzie. Oczywiście pojmowanie bóstwa przez Greków było całkiem różne od pojmowania bóstwa u Żydów, trudno zatem wyobrazić sobie większe kontrasty stylowe niż te, które istnieją między obu owymi tekstami. Tym ciekawiej przedstawia się ukazana w nich problematyka duchowa. Do szczegółowej analizy stylistycznej Auerbach wybrał historię Odysa, Penelopy i Euryklei, którą Homer

<sup>102</sup> Cyt. za: A. Jastrzębski, A. Podsiad, *Wstęp*, w: *Z głębokości...*, op. cit. , s. XLI-XLII.

<sup>103</sup> Mistrz Eckhart, *Traktaty. Pouczenie duchowe – Księga Boskich pocieszeń – O człowieku szlachetnym - O odosobnieniu*, przeł. i oprac. Wiesław Szymona OP, Wyd. W DRODZE, Poznań 1987, s. 160. Cyt. za: *Duchowy rozwój człowieka, fazy życia – osobowość – wiara – religijność. Stadialne koncepcje rozwoju w ciągu życia*, pod red. P. Sochy, Wyd. UJ, Kraków 2000, s. 11.

<sup>104</sup> E. Auerbach, *Mimesis. Rzeczywistość przedstawiona w literaturze Zachodu*, przełożył i przedmową opatrzył Z. Żabicki, przedmowa do drugiego wydania M. P. Markowski, Wyd. Prószyński i S-ka, Warszawa 2004. Rozdział 1. *Blizna Odysa*, s. 29-48.

przedstawił w *Odysei*, oraz biblijną przypowieść o Abrahamie i Izaaku ze *Starego Testamentu*.

W pierwszym przypadku chodzi o wzruszającą scenę z pieśni XIX, w której stara szafarka Eurykleja, niegdyś mamka Odyseusza, rozpoznaje go, teraz powracającego, po bliźnie na udzie:

„[...] a starka miednik wraz przyniosła śliczny  
Do nóg mycia, i wlała w niego źródź kryniczny,  
Przymieszawszy coś wrzątku. Odys przy ognisku  
Usiadł, lecz się odwrócił w ciemności od połysku,  
Bowiem pomyślał sobie, że przy tym nóg myciu  
Blizna, jaką ma, łatwo podpadnie odkryciu.  
Starka zaś, przystąpiwszy, poczęła myć pana,  
I zaraz ją poznała. Blizna ta zadana  
Niegdyś białym kłem dzika, jeszcze w owym czasie,  
Gdy bywał w odwiedzinach na górskim Parnasie  
U Autolyka, ojca matki swej rodzonej.”<sup>105</sup>

W tej właśnie chwili, w której szafarka rozpoznaje bliźnę, pojawia się w tekście znaczna dygresja. Czytelnik zostaje poinformowany wyczerpująco o osobie Autolikosa, narodzinach Odyseusza, młodości, okolicznościach wizyty Odyseusza, jego zranieniu, ozdrowieniu, zatroskaniu rodziców; w opisie, który niczego nie pozostawia w cieniu i dokładnie kreśli poszczególne przedmioty i łączące je związki. Oto fragment początkowy tej dygresji:

„Właśnie się ów Autolyk w Itace znachodził,  
Kiedy córka mu zległa i wnuk się narodził.  
Eurykleja złożyła na kolanach dziada  
Dziecię pod koniec uczyty i tak doń powiada:  
>Autolyku, ot wnuk twój – daj mu jakie imię.  
Wnukaś pragnał, od ciebie niech więc miano przyjmie<.  
I Autolyk tak mówił do córki i zięcia:  
>Drodzy moi, wynajdę imię dla dziecięcia;  
A ponieważ z niewiasty i mężmi skłócony  
Sierząc się na ród ludzki w waszem przybył strony –  
Więc zwijmy go Odysem: sierdzistym zwę wnuka.”<sup>106</sup>

I dopiero po siedemdziesięciu wersach takiej dygresji, powraca narrator znów do izby Penelopy; i wówczas Eurykleja, która bliźnę rozpoznała jeszcze przed dygresją, w trwodze wypuszcza z rąk do miednicy nogę Odyseusza:

<sup>105</sup> Homer, *Odyseja*, przełożył L. Siemieński, wstępem poprzedziła Z. Abramowiczówna, opracował i objaśnieniami opatrzył J. Łanowski, Wyd. Ossolineum, BN, seria II, nr 21, Wrocław 2003, s. 379-381.

<sup>106</sup> Tamże, s. 381.

„Właśnie starka tę bliznę pod dłonią spotyka,  
A poznawszy, jak miała nogę jego w ręku,  
Tak puściła – ta w miednik upadła i brzęku  
Narobiwszy, naczynie z wodą przechybnięła.  
Ona trwogą zadrzała, radością spłonęła,  
Głos jej zastygł, a łzy się cisną; [...]”<sup>107</sup>

Eurykleja chciała wybuchnąć radością, jednakże Odyseusz cichym pochlebstwem i groźbą powstrzymał ją; ta odzyskała panowanie nad sobą i powściągnęła swój gest. Penelopa, której uwaga za sprawą Ateny odwrócona została od tych wydarzeń, nie spostrzegła jeszcze niczego.<sup>108</sup>

Dygresja, wydaje się, ma intensyfikować napięcie, lecz jego elementy nie są pisane w sposób taki, aby zapierały dech czytelnikom bądź też słuchaczom. Charakterystyczne dla Homerowej dygresji jest również to, że wypełnia ona cały pierwszy plan; zresztą styl jego zna wyłącznie plan pierwszy, zna wyłącznie teraźniejszość równomiernie oświetloną i równomiernie zobiektywizowaną; Homer nie zna jakiegokolwiek „dalszego planu”. To, co opowiada, jest za każdym razem jedyną teraźniejszością, wypełnia całkowicie świadomość i scenę wydarzeń. Homer przedstawia nam „tylko spokojny byt i działanie przedmiotów zgodnie z ich naturą” – jak zauważył Fryderyk Schiller.<sup>109</sup> Podstawowy impuls homeryckiego stylu polega na tym, że unaocznia się dokładnie wszystkie zjawiska, czyni się dotykalnymi i widzialnymi we wszystkich ich częściach i określa się je dokładnie we wszystkich ich związkach przestrzennych i czasowych. Podobnie dzieje się też z wydarzeniami rozgrywającymi się wewnątrz świadomości bohaterów; również i tutaj nie może być żadnych ukryć i niedomówień. Ludzie Homera odsłaniają się bez reszty, także w chwili afektu; czego nie powiedzą innym, powiedzą to sobie w duchu, tak aby czytelnik o tym się dowiedział. Wiele rzeczy strasznych dzieje się w poematach homeryckich, ale nigdy w milczeniu.<sup>110</sup>

Swoistość stylu homeryckiego wystąpi jeszcze wyraźniej, kiedy przeciwstawi mu się tekst starotestamentowy *Moria* z epizodem ofiary Izaaka:

„A po tych wydarzeniach Bóg wystawił Abrahama na próbę. Rzekł do niego: >Abrahamie!< A gdy on odpowiedział: >Oto jestem< - powiedział: >Weź twego syna jedynego, którego miłujesz, Izaaka, idź do kraju Moria i tam złóż go w ofierze na jednym z pagórków, jakie ci wskażę<. Nazajutrz rano Abraham osiodłał swego osła, zabrał z sobą dwóch swych ludzi i syna Izaaka, narąbał drzewa do spalenia ofiary i ruszył w drogę do miejscowości, o której mu Bóg powiedział. Na trzeci dzień Abraham, spojrzawszy, dostrzegł z daleka ową miejscowość. I wtedy rzekł do swych sług: >Zostańcie tu z osłem, ja zaś i chłopiec

<sup>107</sup> Tamże, s. 383.

<sup>108</sup> E. Auerbach, *Mimesis...*, op. cit., s. 29-30.

<sup>109</sup> Tamże, s. 31.

<sup>110</sup> Tamże, s. 32.

pójdziemy tam, aby oddać pokłon Bogu, a potem wrócimy do was<. Abraham, zabrawszy drwa do spalenia ofiary, włożył je na syna swego Izaaka, wziął do ręki ogień i nóż, po czym obaj się oddalili.

Izaak odezwał się do swego ojca Abrahama: >Ojcie mój!< A gdy ten rzekł: >Oto jestem, mój synu< - zapytał: >Oto ogień i drwa, a gdzież jest jagnię na całopalenie?< Abraham odpowiedział: >Bóg upatrzy sobie jagnię na całopalenie, synu mój!<. I szli obydwaj dalej. A gdy przyszedli na to miejsce, które Bóg wskazał, Abraham zbudował tam ołtarz, ułożył na nim drwa i związawszy syna swego Izaaka położył go na tych drwach na ołtarzu. Potem Abraham sięgnął ręką po nóż, aby zabić swego syna. Ale wtedy Anioł Pański zawołał na niego z nieba i rzekł: >Abrahamie, Abrahamie!< A on rzekł: >Oto jestem<. [Anioł] powiedział mu: >Nie podnoś ręki na chłopca i nie czyn mu nic złego! Teraz poznałem, że boisz się Boga, bo nie odmówiłeś Mi nawet twego jedynego syna<.

Abraham, obejrzawszy się poza siebie, spostrzegł barana uwikłanego rogami w zaroślach. Poszedł więc, wziął barana i złożył w ofierze całopalnej zamiast swego syna. I dał Abraham miejscu temu nazwę >Pan widzi<. Stąd to mówi się dzisiaj: >Na wzgórzu Pan się ukazuje<.

Po czym Anioł Pański przemówił głośno z nieba do Abrahama po raz drugi: >Przysięgam na siebie, wyrocznia Pana, że ponieważ uczyniłeś to, a nie oszczędziłeś syna twego jedynego, będę ci błogosławił i dam ci potomstwo tak liczne jak gwiazdy na niebie i jak ziarnka piasku na wybrzeżu morza; potomkowie twoi zdobędą warownie swych nieprzyjaciół. Wszystkie ludy ziemi będą sobie życzyć szczęścia [takiego, jakie jest udziałem] twego potomstwa, dlatego że usłuchałeś mego rozkazu<.

Abraham wrócił do swych sług i wyruszywszy razem z nimi w drogę, poszedł do Beer-Szeby.

I mieszkał Abraham nadal w Beer-Szebie.”<sup>111</sup>

Już początek wprawia nas w zadziwienie, gdy porównujemy go ze stylem Homera. Przede wszystkim zadajemy pytanie: gdzie znajdują się obaj rozmówcy? Nie zostało to bowiem powiedziane. Zdajemy sobie sprawę, że nie mogą się oni w każdej chwili znajdować w tym samym miejscu na ziemi, że wobec tego jeden z nich – Bóg - musiał skądś przybyć, że musiał z jakichś wyżyn czy głębin wdrzeć się w sferę ziemską, aby przemówić do Abrahama. Skąd? O tym też nie ma tu wzmianki. Nie przybył przecież, jak Zeus czy Posejdon, od Etiopów, u których weselił się przy uczcie ofiarnej. Nie dowiadujemy się również niczego o przyczynie, która skłoniła go, by tak straszliwie doświadczyć Abrahama. Nie omówił jej przecież – jak uczyniłby to Zeus – wraz z innymi bogami w uporządkowanej przemowie wygłoszonej podczas narady; nie poinformowano nas także, co rozważał we własnym sercu; niespodziewanie i zagadkowo pojawia się na

<sup>111</sup> *Pismo święte Starego i Nowego Testamentu*, w przekładzie z języków oryginalnych, opracował zespół biblistów polskich z inicjatywy benedyktynów tynieckich, wydanie czwarte, Pallotinum, Poznań-Warszawa 1989, *Księga Rodzaju*, Rozdział 22.

scenie z nieznanymi wyżyn i głębin i woła: Abrahamie!<sup>112</sup> Po tym początku Bóg wydaje rozkaz i teraz rozpoczyna się sama opowieść; rozwija się ona bez jakichkolwiek dygresji, w niewielu zdaniach głównych. Rzeczą nie do pomyślenia byłyby tu opisy (a więc obecność przymiotników, epitetów) sprzętu, krajobrazu, osłów czy pachołków, którzy towarzyszą wyprawie Abrahama, wszystko służy wyłącznie celowi nakazanemu przez Boga.

Na tym kontrprzykładzie widać więc, jakie znaczenie mają opisowe przymiotniki i dygresje w poematach Homera, przede wszystkim zapobiegają one jednostronnemu skoncentrowaniu się czytelnika na przedstawianym momencie kryzysu; nawet przy najstraszliwszym wydarzeniu stają na przeszkodzie narastaniu uciążliwego napięcia. W epizodzie ofiary Abrahama natomiast, napięcie to jest obecne.<sup>113</sup> Zatem w poematach Homera zjawiska odtwarzane są w pełnym ukształtowaniu, równomiernie oświetlone, określone czasowo i przestrzennie, powiązane między sobą bez niedopowiedzeń i pojawiające się na pierwszym planie; myśli i uczucia – wypowiedziane, wydarzenia rozwijające się w sposób swobodny i ubogie w napięcia. Z kolei w Biblii – spośród zjawisk charakteryzuje się tylko to, co ważne jest dla celu akcji, reszta pozostaje w cieniu; myśli i uczucia nie są wyrażane, sugerują je tylko milczenie i fragmentaryczne wypowiedzi. Całość, w najwyższym i nieprzerwanym napięciu skierowana jest ku jednemu celowi, a przez to o wiele bardziej jednolita, pozostaje zagadkowa i na dalszym planie. Okazuje się bowiem, że poszczególna postać może być przedstawiona na dalekim planie, taką postacią jest Bóg w całej Biblii, albowiem nigdy nie można ogarnąć go w jego obecności tak, jak można było ogarnąć Zeusa; zawsze pojawia się tylko jakiś element wiążący się z jego istotą, on sam ukryty jest w głębi.<sup>114</sup>

Ale nawet i ludzie są w opowieściach biblijnych o wiele bardziej „wyposażonymi w głębszy plan” niż ludzie Homerowi; odczuwamy w nich o wiele większą głębię czasową, o wiele większą głębię losu i głębię świadomości, mimo iż prawie zawsze są całkowicie zamknięci w zaprzatającym ich wydarzeniu, nigdy nie oddają mu się bez reszty na tyle, aby utracić trwałą świadomość tego, co działo się z nimi kiedy indziej i dawniej; ich odczucia i myśli są bardziej wielowarstwowe i bardziej powikłane. Abraham przypomina sobie – i jest tego stale świadom – co Bóg mu obiecał i co już spełnił; toteż jego umysł jest głęboko rozdarty między pełnym rozpaczem i oburzeniem i pełnym nadziei oczekiwaniem, jego milczące posłuszeństwo jest o wiele bardziej złożone i pełne głębi niż zachowanie się postaci Homera. W tego rodzaju problematycznej sytuacji duchowej nie mogliby się w ogóle znaleźć bohaterowie Homera, których los określony jest w sposób jednoznaczny.

---

<sup>112</sup> E. Auerbach, *Mimesis...*, op. cit., s. 33-34.

<sup>113</sup> Tamże, s. 37.

<sup>114</sup> Tamże.

Poematy Homera, których kultura plastyczna, językowa i przede wszystkim syntaktyczna wydaje się o tyle bardziej doskonale uformowana, są jednak stosunkowo proste w kreowaniu przez nie obrazie człowieka; są one wszelako proste także w sensie szerszym – w odniesieniu do rzeczywistości życiowej, jaką odtwarzają. Radość, którą budzi egzystencja zmysłowa, jest dla nich wszystkim; a uprzytomnienie tej radości jest ich najwyższym dążeniem. Po to obserwujemy bohaterów na tle prowadzonego przez nich pełnego uroku życia, ukazanego w sposób plastyczny na tle obyczajów, krajobrazu i zajęć codziennych. Tak to podbijają nas oni swym urokiem, zabiegają o nasze względy, aż wreszcie sami zaczynamy żyć rzeczywistością ich egzystencji – i właśnie dlatego, dopóki czytamy owe utwory lub ich słuchamy, staje się nam całkowicie obojętna świadomość, że to wszystko jest tylko legendą, że to wszystko jest „zmyślone”. Poematy Homera nic nie ukrywają, nie wynikają z nich żadne nauki i nie jest w nich utajony jakikolwiek podwójny sens.<sup>115</sup>

Wszystko to całkiem odmiennie przedstawia się w opowieściach biblijnych. Celem ich nie jest ewokacja uroków zmysłowych, a jeśli mimo to pierwiastek sensualny jest w nich bardzo żywotny, to dlatego, że w zmysłowym tworzywie życia konkretyzują one procesy etyczne, religijne i duchowe, które są jedynym ich celem. Ów zamysł religijny pociąga za sobą jednak bezwzględne roszczenie do prawdy historycznej. Przypowieść o Abrahamie i Izaaku nie jest bynajmniej lepiej poświadczona przez historię niż anegdota o Penelopie, Euryklei i Odyseuszu; i tu, i tam mamy do czynienia z legendą. Wszelako narrator biblijny musiał wierzyć w obiektywną prawdziwość zarówno tej, jak i innych opowieści o ofierze Abrahama – trwałość uświęconego porządku życia opierała się bowiem na prawdziwości tego rodzaju historii.<sup>116</sup> Poematy Homera tworzą określony, ograniczony czasowo i przestrzennie związek pomiędzy faktami; obok tego związku, ponad i poza nim można wyobrazić sobie – łatwo i bezkonfliktowo – całkiem inne powiązania między wydarzeniami. W przeciwieństwie do poematów Homera, *Stary Testament* zawiera jednak historię świata; zaczyna się u początku wszechrzeczy, w chwili stworzenia świata, i pragnąłby zakończyć się w Dniu Ostatecznym, w chwili spełnienia obietnicy, która oznacza koniec świata.

Zresztą świat dziejowy, który tworzy *Pismo święte*, nie rości sobie praw tylko do tego, aby być rzeczywistością prawdziwą historycznie; świat ów twierdzi, że jest światem jedynie prawdziwym, powołanym wyłącznie do panowania. Stwierdzeniu temu nie można zarzucić, że jest zbyt daleko idące, że pretensje do panowania zgłasza tu nie historia, lecz po prostu doktryna religijna; albowiem opowieści biblijne nie są, jak opowieści homeryckie, opowiedzianą „rzeczywistością”. W opowieści biblijne wciela się nauka

<sup>115</sup> Tamże, s. 39.

<sup>116</sup> Tamże.



i obietnica, są one z nimi stopione nierozłącznie; właśnie dlatego opowieści te są tak mroczne i pełne głębi, zawierają drugi ukryty sens. Ale właśnie owe nauki nadają tekstowi tak wielki ciężar, tak bardzo napełniają go treścią, tyle w nich zawiera się wskazówek co do istoty bóstwa i postawy człowieka pobożnego, że wierny musi wciąż na nowo w nich się zatapiać, wciąż na nowo we wszystkich ich szczegółach szukać światła, które mogło tam zostać ukryte.<sup>117</sup>

Im bardziej opowieści biblijne wydają się w zestawieniu z opowieściami *Iliady* czy *Odysei* wyosobnione i niepowiązane ze sobą w płaszczyźnie poziomej (perspektywa prawdy historycznej), tym silniejszy jest łączący je, tj. opowieści biblijne, związek pionowy (perspektywa religijna), który zbiera je wszystkie pod jednym znakiem (Bóg), a którego zupełnie brakuje Homerowi. W każdej z wielkich postaci *Starego Testamentu*, od Adama aż po proroków, ucieleśniony jest w sposób celowy jakiś element owego pionowego związku: oto Bóg wybrał i ukształtował te postaci, aby wcielić w nie swoją istotę i wolę; jednakże wybór i stopień ukształtowania nie są tu jednorodne, albowiem owo kształtowanie dokonuje się stopniowo, w sposób historyczny i w trakcie ziemskiej egzystencji tych, którzy objęci zostali wyborem. Jak dokonuje się ten proces kształtowania, z jakimi przerażającymi łączy się doświadczeniami, widać to na przykładzie omówionej tu historii ofiary Abrahama.<sup>118</sup> Wszystkie inne miejsca akcji, przebiegi i porządki wydarzeń nie mają prawa występować w *Piśmie świętym* niezależnie od tego związku pionowego (perspektywy religijnej); zatem wszystkie sprawy przedstawione na płaszczyźnie poziomej (perspektywa prawdy historycznej), a zresztą w ogóle cała historia ludzkości, są podporządkowane owemu związkowi pionowemu i mieszczą się w jego ramach.

Według Abrahama Masłowa<sup>119</sup> – amerykańskiego czołowego przedstawiciela psychologii humanistycznej – doświadczenia mistyczne, określane przez niego jako doświadczenia szczytowe, mogą :

- 1) mieć i mają pewne terapeutyczne następstwa, polegające w ścisłym znaczeniu na usuwaniu objawów, np. neurotycznych;
- 2) jako przejmujące doświadczenie tożsamości mogą one zmienić pogląd danej osoby na siebie samą i to w zdrowym kierunku;
- 3) mogą zmieniać jej pogląd na innych ludzi i stosunek do nich w wieloraki sposób;
- 4) mogą mniej lub bardziej trwale zmieniać jej pogląd na świat lub na jego aspekty czy części;

<sup>117</sup> Tamże, s. 40.

<sup>118</sup> Tamże, s. 42.

<sup>119</sup> A. Maslow, *W stronę psychologii istnienia*, przeł. I. Wyrzykowska, Wyd. PAX, Warszawa 1986, s. 105.

- 5) mogą w niej wyzwalać większą moc twórczą, spontaniczność, ekspresję, indywidualność;
- 6) dana osoba pamięta te przeżycia jako wydarzenia bardzo ważne, pożądane i warte powtórzenia;
- 7) dana osoba jest bardziej skłonna odczuwać, iż życie w ogóle jest coś warte, nawet jeśli zazwyczaj jest monotonne, przyziemne, trudne lub nieprzynoszące zadowolenia, ponieważ przekonała się, że istnieje piękno, zaangażowanie, uczciwość, zabawa, dobroć, prawda i sens. To znaczy, życie samo się uzasadnia, a samobójstwo i pragnienie śmierci muszą się stać mniej uzasadnione.<sup>120</sup>

„Można by przedstawić wiele innych następstw *ad hoc* i indywidualnych – pisze dalej Maslow – zależnych od poszczególnej osoby i jej konkretnych problemów, które ona uważa za rozwiązane lub które widzi w innym świetle na skutek swego doświadczenia. Sądzę, że te wszystkie następstwa dałyby się uogólnić i wyrazić w sposób zrozumiały, gdyby doświadczenie szczytowe można było porównać do wizyty w czymś, co dana osoba określa jako Niebo, z którego następnie wraca na ziemię. Dodatnie dalsze skutki takiego doświadczenia, niektóre charakteru powszechnego, inne – indywidualnego, okażą się wtedy nader prawdopodobne.”<sup>121</sup> Wyraził to angielski poeta romantyczny S. T. Coleridge: „Gdyby człowiek mógł przejść we śnie przez Raj i otrzymać w podarunku kwiat na dowód, że jego dusza rzeczywiście tam była, i gdyby znalazł ten kwiat w ręku po przebudzeniu... - ach! I co wtedy?”<sup>122</sup>

## V. Katharsis w poezjoterapii nastawionej na przeżycie o charakterze czysto estetycznym

### V.1. Katharsis w poetyckich lekturach nastawionych na przeżycie o charakterze czysto estetycznym

Abraham Maslow uważał, że doświadczenia mistyczne, czyli szczytowe mogą przejawiać się w różnych dziedzinach aktywności: mogą to być doznania nie tylko religijne, ale np. także seksualne, podczas pracy twórczej, doznawania wrażeń estetycznych, głębokiej przyjaźni, rodzicielstwa, również podczas kontaktu z naturą. Następstwa takich doświadczeń estetycznych, twórczych, miłości, mistycznych oraz innych doświadczeń szczytowych są podświadomie brane za coś naturalnego i są powszechnie oczekiwane przez artystów i nauczycieli sztuki, twórczych dydaktyków, teoretyków religii i filozofii,

<sup>120</sup> Tamże.

<sup>121</sup> Tamże, s. 106.

<sup>122</sup> Tamże, przypis 2. Cyt. za: E. Schneider (wyd.), *Samuel Taylor Coleridge: Selected Poetry and Prose*, Rinehart 1951, s.477. (fragm. w tłumaczeniu I. Wyrzykowskiej).

przez kochających, matki oraz terapeutów i przez wielu innych.<sup>123</sup> Zajmiemy się teraz jedynie przeżyciami związanymi z doznaniem estetycznymi w poetyckich lekturach.

W tej perspektywie estetycznej oraz doświadczenia tożsamości i wspólnoty, najsilniejsze przeżycia, także katharsis, wśród np. młodych ludzi, wyzwalają słuchane teksty poetyckie i piosenek do muzyki lansowanej i wykonywanej przez zespoły młodzieżowe i ich wokalistów. Zrodzona przez względy tożsamościowe potrzeba wspólnoty estetycznej - w ujęciu Zygmunta Baumana<sup>124</sup> - to ulubiony rewir przemysłu rozrywkowego: ogromny popyt w pełni przyczynia się do wyjaśnienia zdumiewającego i ustawicznego sukcesu tego przemysłu. Dzięki ogromnym możliwościom techniki elektronicznej można tworzyć widowiska, które nieskończenie licznym, fizycznie odległym widzom dają szansę uczestnictwa i skupienia uwagi na wspólnym przedmiocie. Podobnie jak wszystkie przedmioty doświadczenia estetycznego, wskazówki podsuwane przez przemysł rozrywkowy działają przez swą moc uwodzenia. Przewodnictwo realizuje się raczej przez estetykę niż etykę. Jego głównym nośnikiem jest zwykle przykład „znanych osób na widoku”, np. idoli<sup>125</sup>. Idol musi błyszczeć dość jaskrawo, by olśnić widzów i robić wystarczająco silne wrażenie, tak, by adoratorzy trwali w oczarowaniu choć przez moment. Idole dokonują niewielkiego cudu: sprawiają, że wydarza się to, co niewyobrażalne; wyczarowują „doświadczenie wspólnoty” bez realnej wspólnoty, radość przynależności bez niewygody bycia spętany.<sup>126</sup>

Dwa pojęcia są tu najważniejsze: tożsamość i wspólnota estetyczna. Głównymi stawkami w strategii życiowej młodych ludzi osnutej wokół walki o tożsamość są autokreacja i samostanowienie; wolność wyboru zaś jest w niej jednocześnie główną bronią i najbardziej upragnioną nagrodą.<sup>127</sup> Tożsamość ich pozostaje więc elastyczna oraz stale otwarta na dalsze eksperymenty i zmianę. Łatwość pozbycia się tożsamości, w chwili gdy przestaje zadowalać albo konkurencja ze strony innych i bardziej atrakcyjnych tożsamości pozbawia ją powabu, jest zdecydowanie ważniejsza od „realności” tożsamości aktualnie poszukiwanej lub chwilowo przyswojonej i wykorzystywanej. Te same cechy musi posiadać wspólnota estetyczna. Taka wspólnota musi dawać się łatwo rozłożyć, jak dała się złożyć. Musi być i pozostać elastyczna, nie trwać dłużej niż do odwołania i dopóki „przynosi satysfakcję”.<sup>128</sup> Obiektywność wspólnoty estetycznej – rozważanej przez

<sup>123</sup> Tamże, s. 106.

<sup>124</sup> Z. Bauman, *Wspólnota. W poszukiwaniu bezpieczeństwa w niepewnym świecie*, przekł. J. Margański, Wyd. Literackie, Kraków 2008, s.89.

<sup>125</sup> Tamże, s. 91.

<sup>126</sup> Tamże, s. 94.

<sup>127</sup> Tamże, s. 87-88.

<sup>128</sup> Tamże, s. 88.

Immanuela Kanta<sup>129</sup> - jest całkowicie utkana z kruchych nici subiektywnych sądów, aczkolwiek fakt, że są one ze sobą posplatane, zabarwia te sądy pozorem obiektywności. Tożsamość zda się posiadać taki sam status egzystencjalny jak piękno: tak jak piękno spoczywa ona na fundamencie powszechnego, jawnego bądź milczącego porozumienia, wyrażanego w zgodnej akceptacji sądu lub w jednakim zachowaniu się wobec jego przedmiotów. Jak piękno mieści się w artystycznym doświadczeniu, tak omawiana tu wspólnota estetyczna rodzi się i jest konsumowana w kręgu „młodzieżowej aprobaty”. Tworzące się wokół idoli wspólnoty są chwilowe, do skonsumowania na miejscu – i do jednorazowego użytku. Wspólnota estetyczna nie wytwarza między swoimi członkami sieci obowiązków etycznych, a więc zobowiązań długotrwałych. Więzy tworzące się w krótkim jak eksplozja życiu wspólnoty estetycznej, jakiegokolwiek są, tak naprawdę nie wiążą: są, dosłownie, „więziami bez konsekwencji”, oczywiście mają być „przeżywane”, ale przeżywane „na miejscu”.<sup>130</sup>

Zgoła odmiennie od powyżej opisanych zachowań przedstawia się sprawa przeżyć estetycznych związanych z indywidualną percepcją tekstów piosenek i muzyki młodzieżowej. Percepcja taka przynosi subiektywne zawężenie perspektywy obrazu postaw estetycznych; tu także działa katharsis, mianowicie w intymnym kontakcie z pięknem muzyki i poezji. Helen L. Bonny (muzykoterapeutka) uważa, że to, co jest terapeutyczne albo lecznicze w naszych kontaktach z muzyką, łatwiej jest opisać w sferze świadomości, a trudniej zaobserwować w konkretnym bezpośrednim zachowaniu.<sup>131</sup> Zobaczmy to na przykładzie oddziaływania twórczości artystycznej Czesława Niemena, (wł. nazw. Czesław Juliusz Wydrzycki), żyjącego w latach 1939-2004, będącego polskim idolem młodzieżowym w latach sześćdziesiątych i siedemdziesiątych XX wieku. Oddziaływania tylko w niewielkiej części udokumentowanego („opisanego w sferze świadomości”), w listach jego fanów napisanych po śmierci wokalisty, a załączonych do płyty CD *Nasz Niemen*.<sup>132</sup>

„Piosenki wiążą się z naszym życiem” – napisał słynny dziennikarz radiowy Marek Niedźwiedzki i trudno się z nim nie zgodzić.<sup>133</sup> Wzruszenie i oczarowanie są pierwszymi emocjami jakie piosenki zwykle wywołują w słuchaczach: to emocje wstępne

<sup>129</sup> Z. Bauman zwraca uwagę na następujące dzieło: I. Kant, *Krytyka władzy sądowniczej*, przekł. oraz przedm. i przypisy J. Gałęcki, tłumaczenie przejrzał A. Landman, PWN, Warszawa 1964.

<sup>130</sup> Z. Bauman..., op. cit., s. 97.

<sup>131</sup> H. L. Bonny, *Music and consciousness*, „Journal of Music Therapy” 1975, 12 (3), s. 121-135. Cyt. za: W. Szulc, *Muzykoterapia jako przedmiot badań i edukacji*, Wyd. UMCS, Lublin 2005, s. 32.

<sup>132</sup> *List do Czesław Niemena*, w: *Nasz Niemen* [Książka + CD (2)], Wyd. firma fonograficzna: AGORA, 2009. Na temat oddziaływania twórczości Cz. Niemena zob. m.in.: D. Michalski, *Czesław Niemen. Czy go jeszcze pamiętasz?*, Wyd. MG, Warszawa 2009.

<sup>133</sup> *List do Czesław Niemena...*, op. cit., s. 6.

przeżycia estetycznego.<sup>134</sup> Takie też pojawiają się w listach: „Miałem 13 lat, kiedy zaśpiewał Pan na Festiwalu Piosenki Opolu *Dziwny jest ten świat*. Nie wszystko zrozumiałem, ale byłem pewien, że w tym momencie dzieje się jakaś ważna historia. Także historia mojego życia.”<sup>135</sup> O oczarowaniu tym przebojem podobnie pisali inni: „Nie spodziewałem się, że piosenki *Dziwny jest ten świat* można słuchać i słuchać. Dzień, w którym pierwszy raz ją usłyszałam był przełomowy.”<sup>136</sup> I dalej: „Dziękuję Ci, Mistrzu! Twoje słowa o ludziach dobrej woli i o tym, że złe słowo może zabić, były pierwszym sygnałem, że w moim życiu właśnie wydarzyło się coś ważnego.”<sup>137</sup> Przypomnijmy sobie zatem te słowa:

„*Dziwny jest ten świat*  
Dziwny jest ten świat,  
gdzie jeszcze wciąż  
mieści się wiele zła.  
I dziwne jest to,  
że od tylu lat  
człowiekiem gardzi człowiek.  
Dziwny ten świat,  
świat ludzkich spraw,  
czasem aż wstyd przyznać się.  
A jednak często jest,  
że ktoś słowem złym  
zabija tak, jak nożem.  
Lecz ludzi dobrej woli jest więcej  
i mocno wierzę w to,  
że ten świat  
nie zginie nigdy dzięki nim.  
Nie! Nie! Nie!  
Przyszedł już czas,  
najwyższy czas,  
nienawiść zniszczyć w sobie.  
Lecz ludzi dobrej woli jest więcej  
i mocno wierzę w to,  
że ten świat  
nie zginie nigdy dzięki nim.  
Nie! Nie! Nie!  
Przyszedł już czas,

<sup>134</sup> Zob. W. Czernianin, *Przeżycie estetyczne jako kluczowe pojęcie biblioterapii – na przykładzie poglądów Romana Ingardena...*, op. cit., s. 62.

<sup>135</sup> Marek Niedźwiecki, w: *List do Czesław Niemena...*, op. cit., s. 6.

<sup>136</sup> Aleksandra Kołtko, tamże, s. 9.

<sup>137</sup> Ryszard, tamże.

najwyższy czas,  
nienawiść zniszczyć w sobie.”

(muzyka i słowa: Cz. Niemen, 1966 r.).<sup>138</sup>

Fani odnajdywali w tym utworze silną podniecie, energię, wiarę w dobro: „piosenka *Dziwny jest ten świat* działa na mnie jak ładowarka, dodaje mi energii.”<sup>139</sup> „Jestem 13-latką. Słucham w radiu Festiwal Polskiej Piosenki w Opolu. Wśród rytmicznych piosenek nagle słyszę pieśń wyjątkową, która elektryzuje: jakiś nieznany mi piosenkarz śpiewa o tym, że świat jest jakiś dziwny, krzyczy do mnie, że złe słowo zabija jak nóż. Ale, że dobrych ludzi jest więcej niż złych: że dzięki nim świat będzie lepszy i nie zginie! Boże, przecież ten artysta śpiewa do mnie! Jezu! Skąd ON wie, że od piątego roku życia nie mam mamy i ojca, strasznie mi samotno, bieda, a piszę wiersze i nie zgadzam się, żeby z rówieśnikami pójść okradać bogate sąsiedzkie piwnice i komórki.”<sup>140</sup> Piosenki Niemena były więc dla słuchających terenem wyładowania doznań i uczuć, działały także na nich wprost terapeutycznie: „Ja i mój mąż darzymy się wielką miłością, gdy zaszłam w ciążę byliśmy najszczęśliwszymi ludźmi na świecie! Nasz radość nie trwała jednak długo, ponieważ utraciliśmy tę ciążę, byliśmy zrozpaczeni, zagubieni. Nasz smutek potęgował się wieczorem, gdy wracaliśmy do pustego domu. Włączaliśmy nagrania Czesława Niemena (*Bema pamięci żałobny rapsod*, *Chciałbym cofnąć czas* i wiele innych) i wraz z nim zastanawialiśmy się nad istotą życia i nad tym dziwnym światem... Można powiedzieć, że Niemen był naszym terapeutą, który pomógł nam pogodzić się ze stratą dziecka – jesteśmy mu za to bardzo wdzięczni...”<sup>141</sup> „Twoje utwory przynosiły mi ulgę, otwierały przestrzeń duszy, dawały wolność... Dziękuję Ci, bo bez Ciebie i Twojej muzyki świat byłby pusty, a ja nie byłabym tym, kim jestem.”<sup>142</sup> Nawiasem mówiąc, istnieje silna potrzeba prowadzenia w Polsce poważniejszych badań arteterapeutycznych nad muzyką młodzieżową; jak na razie to *terra incognita* w naszej muzykoterapii.<sup>143</sup>

W drugim etapie<sup>144</sup> przeżycie estetyczne słuchaczy utworów Niemena ma nadal charakter uczuciowy i dynamiczny, charakteryzuje ich jednak daleko bardziej postawa aktywna, która jest skupionym odbiorem jakości z początku tylko poruszającej. Jakość ta (tj. utworów) wysuwa się teraz nie tylko na pierwszy plan, lecz zaczyna zarazem

<sup>138</sup> *Nasz Niemen* [Książka + CD (2)]..., op. cit., s. 27.

<sup>139</sup> Genowefa, *List do Czesław Niemena*..., op. cit., s. 11.

<sup>140</sup> Roman Maciejewski-Varga, tamże, s. 19-20.

<sup>141</sup> Roksana Lenart, tamże, s. 13.

<sup>142</sup> Ewa Korycińska, tamże, s. 16.

<sup>143</sup> Zob. np.: W. Szulc, *Muzykoterapia jako przedmiot badań i edukacji*..., op. cit. Co ciekawe: od początkowych słów przeboju Cz. Niemena *Dziwny jest ten świat*, zaczyna się w tej książce rozdział pt.: *Muzykoterapia wobec konfliktów współczesnego świata*, s. 77. To oczywiście powiedzenie (pokłosie popularności piosenki), a nie świadome nawiązanie do utworu artysty.

<sup>144</sup> Zob. W. Czernianin, *Przeżycie estetyczne jako kluczowe pojęcie biblioterapii – na przykładzie poglądów Romana Ingardena*..., op. cit., s. 62.

odcinać i wyróżniać się od pierwotnego spostrzeżenia („wybija się na przebój piosenkarski”) i kształtować pewną całość. Innymi słowy, odbiorcy wspomnianych utworów przede wszystkim rekonstruuja porządek w obrębie składników utworu, zarówno składników słownych, jak i muzycznych, również w jego sferze ideowej. Wszystko, co zostało w ten sposób ukształtowane, zostaje potem uchwycone samo dla siebie przez przeżywającego odbiorcę, który nie pozostaje obojętny na to, co uchwycił, lecz niejako odpowiada na to różnymi emocjami. Dochodzi zatem do emocjonalnego obcowania przeżywającego odbiorcy z pięknem składników słowno-muzyczno-wokalnych w zaprezentowanych utworach. Na tym polega ich działanie terapeutyczne. Zilustrujmy to dalszymi wypowiedziami z listów: „Dziękuję Panu, że jako jedyny potrafił Pan połączyć w jedno moje trzy wielkie namiętności [w utworze *Bema pamięci żałobny rapsod*]: 1. Patriotyzm i postać Józefa Bema, bohatera powstania; 2. Poezje C. K. Norwida; 3. Muzykę duszy, której jest Pan najlepszym reprezentantem. Jestem Pana dozgonnym dłużnikiem.”<sup>145</sup> „Gdy wyszła płyta z tym utworem *Bema pamięci żałobny rapsod* w 1969 r., zorganizowaliśmy w klasie wieczór poezji Norwida z nagraniem Niemena. Sala była pełna palących się świec, zupełnie jak na okładce płyty. Puszczaliśmy ten utwór kilka razy. Ciarki chodziły mi po plecach. Wojtek [kolega z klasy] pod wpływem tego utworu zwariował na punkcie poezji Norwida, zaraził tym całą naszą klasę i chyba szkołę, która już po naszej maturze w 1972 r. przyjęła imię C. K. Norwida.”<sup>146</sup> „To Niemen sprawił, że moje pokolenie zainteresowało się sztuką, literaturą, a przede wszystkim poezją Norwida, Leśmiana, Tuwima i wielu innych poetów. Jemu zawdzięczamy także to, że nauczyliśmy się odróżniać dobro od zła.”<sup>147</sup> „Tak bardzo brakuje mi tego głosu, który leczył.”<sup>148</sup>

W przeżyciach estetycznych odbiorców twórczości artystycznej Cz. Niemena możemy wyróżnić również trzeci etap charakteryzujący się pewnego rodzaju emocjonalnym uspokojeniem, bierną postawą w przeciwieństwie do aktywnej z pierwszych dwóch etapów. Dokonuje się w nim kontemplacyjne zadowolenie czerpane z poznania estetycznego nadbudowanego nad przeżyciem estetycznym.<sup>149</sup> Pozytywna, subiektywna odpowiedź na wartość przybiera postać emocjonalnego uznania, jakim obdarzane są utwory artysty i on sam: „Dla mnie Niemen i jego muzyka to najpiękniejsze, co mogło mnie spotkać w młodości.”<sup>150</sup> „Moje wspomnienia związane z Niemenem są wciąż w ciepłych kolorach

<sup>145</sup> Michał, *List do Czesław Niemena...*, op. cit., s. 21.

<sup>146</sup> Wiesiek Rochalski, rocznik 1954, tamże, s. 19.

<sup>147</sup> Gośka, tamże, s. 22.

<sup>148</sup> Urszula, tamże, s. 25.

<sup>149</sup> Zob. W. Czernianin, *Przeżycie estetyczne jako kluczowe pojęcie biblioterapii – na przykładzie poglądów Romana Ingardena...*, op. cit., s. 66.

<sup>150</sup> Rysiek S., *List do Czesław Niemena...*, op. cit., s. 23-24.

i nie tracą cudownego smaku. To Ktoś Niezwykły. Wielki Człowiek i Czarodziej.”<sup>151</sup> „To on otworzył przede mną drzwi do poezji, piękna słowa i czystości dźwięku.”<sup>152</sup> Pod tym podpisują się również piszący te słowa.

Niewątpliwie istnieją liczne powiązania między przeżyciem estetycznym wywołanym recepcją utworów piosenkarskich a terapią. Problem ten wiąże się ściśle z zagadnieniem jakości piosenek zarówno pod względem muzycznym, jak i poetyckim, a także wokalnym wykonawcy. Wartość artystyczna twórczości Czesława Niemena była oceniana bardzo wysoko i dostarczała silnych przeżyć estetycznych jego młodym słuchaczom, wywierając ogromny wpływ (niekiedy terapeutyczny) na całe ich życie: „Szanowny Panie Czesławie... Pan jest wielki, tkwi Pan w naszych sercach i umysłach.”<sup>153</sup> Widać jasno, że głównym nośnikiem jego popularności była nie tylko estetyka utworów, ale również etyka (w sferze ideowej), która uczyniła go autorytetem etycznym.

## VI. Katharsis w poezjoterapii nastawionej na hedonistyczne zadowolenie

### VI.1. Katharsis w twórczości poetyckiej nastawionej na hedonistyczne zadowolenie

Naturalistyczne źródło hedonizmu wydaje się oczywiste, jak bowiem pisze Zygmunt Freud: „z jednej strony ludzie dążą do braku cierpienia i przykrości, z drugiej zaś pragną przeżywania silnych uczuć przyjemnych. [...] Tym, co określa cel życia, jest po prostu zasada rozkoszy.”<sup>154</sup> Warto zaznaczyć, że hedonizm filozoficzny określa przyjemność jako najwyższe albo jedyne dobro, które nadto stanowi kryterium moralnej oceny postępowania.<sup>155</sup> Hedonistycznej odmianie poezji erotycznej szczególnie bliskie są poglądy hedonizmu skrajnego, reprezentowanego przez Arystypa z Cyreny (współczesnego Platonowi), podkreślającego pierwszorzędną wartość przyjemności zmysłowych. Narzucają się tu podobieństwa z psychoanalizą Freuda i filozofią Epikura, dlatego jest to także ważne.<sup>156</sup> Arystyp z Cyreny jest właśnie twórcą doktryny etycznej zwanej hedonizmem,

<sup>151</sup> Ewa Strzałkowska, tamże, s. 24.

<sup>152</sup> Daria Gris, tamże, s. 17.

<sup>153</sup> Gabriela Skowronek, tamże, s. 7.

<sup>154</sup> Z. Freud, *Kultura jako źródło cierpień*, w: *Człowiek, religia, kultura*, tłum. J. Prokopiuk, wstęp B. Suchodolski, Wyd. Książka i Wiedza, Warszawa 1967, s. 248-249.

<sup>155</sup> Hasło: *hedonizm*, w: *Słownik pojęć filozoficznych*, pod red. W. Krajewskiego przy współpracy R. Banajskiego, Wyd. „Scholar”, Warszawa 1996, s. 77.

<sup>156</sup> Zob. Ł. Nysler, *Etyka Epikura a psychoanaliza Zygmunta Freuda*, w: „Dykcja. Pismo literacko-artystyczne”, 1996, nr 3-4, s. 134.



który od jego czasów, stał się jednym z ważniejszych kierunków etyki. Termin „hedonizm” pochodzi od greckiego słowa „hedone” oznaczającego przyjemność.<sup>157</sup>

Arystyp utrzymywał, że istnieją dwa stany naturalnych doznań: przyjemności i przykrości. Uważał, że wszystkie istoty żyjące pragną przyjemności, a unikają przykrości. Dowodzi tego fakt, iż każdy od dziecka, instynktownie szuka przyjemności, a ucieka przed przykrością; odczuwając zaś przyjemność – nie chce niczego innego. Przy czym, przyjemności cielesne są o wiele cenniejsze od duchowych, a cierpienia fizyczne są dotkliwsze od moralnych. Najwyższy cel życiowy stanowi – mająca charakter psychofizyczny – przyjemność cielesna, w swej istocie chwilowa i pojedyncza, trwająca tylko póki działa bodziec; szczęście zaś jest tylko zespołem takich pojedynczych przyjemności, godnych pożądania samych przez się. Przyjemności różnią się między sobą tylko intensywnością, natomiast nie różnią się jakością i nie przestają być dobrem, choćby je powodowały niedobre czyny. Należy chwycić przyjemność, jaka się nadarza. Niesłuszną rzeczą jest wyrzekanie się obecnej przyjemności dla przyszłego szczęścia.<sup>158</sup>

Brak przykrości nie jest jeszcze przyjemnością (jak u Epikura) i odwrotnie: brak przyjemności nie jest przykrością; albowiem przyjemność i przykreść polega na ruchu jako czynnika fizycznym: odpowiednio łagodnym lub gwałtownym, a stan nieodczuwania przyjemności czy przykrości – nie jest stanem ruchu (jest stanem pośrednim, jak sen). Natomiast psychicznymi czynnikami odczuwania przyjemności są w pierwszym rzędzie: świadome rozkoszowanie się doraźną przyjemnością oraz płynące stąd błogie poczucie wolności. To poczucie wolności pozostaje w najściślejszym związku z regułą Arystypa, ażeby się nie przywiązywać do nikogo (kobiet), i do niczego (pieniędzy). Ten wybór dyktował proste rozumienie celów i zasad, którymi winno się kierować w życiu, gdyż faktycznie zabiegamy zawsze i tylko o przyjemności, a unikamy przykrości. Więc przyjemność jest jedynym dobrem, a przykreść jest jedynym złem. Tym samym Arystyp twierdził o dobru zupełnie coś przeciwnego niż Sokrates, którego był uczniem. To znaczy, choć tak jak i on łączył dobro i przyjemność, czynił to jednak w odwrotnym kierunku. Wbrew Sokratesowi bowiem uważał, że nie jedynie dobro – mianowicie moralne (prawdziwym dobrem jest cnota) – daje przyjemność, lecz przeciwnie: to przyjemność jest jedynym dobrem i ona też stanowi kryterium moralnej oceny postępowania; czyli po prostu egoistycznie: dobrem jest moja przyjemność. Na tym polegała nowość tej doktryny. Sensacyjność zaś na uznaniu przyjemności cielesnej (w tym seksualnej) jako dobra naczelnego i celu życia. Z kolei atrakcyjność na tym, że hedonizm usprawiedliwiał egoistyczne postępowanie.<sup>159</sup>

<sup>157</sup> A. Krokiewicz, *Etyka Demokryta i hedonizm Arystypa*, PWN, Warszawa 1960, s. 110 i nast.

<sup>158</sup> Tamże.

<sup>159</sup> Tamże.

Doktryna Arystypa znalazła licznych zwolenników. Jej powodzenie tłumaczą dwa ważne powody: Arystyp nawiązywał w niej do życiowego doświadczenia i był konsekwentny. Nawiązaniem do życiowego doświadczenia było przekonanie Arystypa o powszechności hedonistycznych pragnień w postępowaniu człowieka. Przyjemność z tego punktu widzenia jest jedynym motywem działań ludzkich i ta rzekoma oczywista prawda miała świadczyć o słuszności jego doktryny. Z kolei konsekwencja filozoficzna Arystypa przejawiała się w jego wziętej z Protagorasa sensualistycznej teorii poznania, która mówiła, że prawdę poznajemy tylko przy pomocy zmysłów.<sup>160</sup>

Hasło Arystypa, że przyjemność cielesna jest najwyższym dobrem człowieka, straciło jednak swój pierwotny urok już pod koniec IV w. p.n.e. Wszystko wskazuje na to, że główną przyczyną upadku był wewnętrzny fałsz doktryny. Ten fałsz polegał na tym, że Arystyp uznał doznania cielesne za ważniejsze dla szczęścia i nieszczęścia człowieka od czynów i że przyznawał przyjemności pierwszeństwo przed rozumem, tzn. że rozum nie panował nad uczuciowością i wolą, lecz im służył. Skrajny hedonizm Arystypa uległ szybko przeobrażeniom. Przez nie dokonała się ewolucja doktryny, która stworzyła podłoże dla nowej hedonistycznej szkoły Epikura w sto lat później.<sup>161</sup>

Uświadomienie sobie siły popędu płciowego niewątpliwie potęgowało przeświadczenie hedonizmu historycznego, że najgłębszym pragnieniem uczuciowości i woli ludzkiej jest doznawanie przyjemności. Przyjemność zaś związana z seksualnością – wiedzieli o tym już starożytni – jest mocno zakorzeniona w duszy ludzkiej. W erotykach autorów niepełnosprawnych owa przyjemność pod postacią rozkoszy podniesiona została do wartości terapeutycznej, gdyż rzeczywistość była zawsze czymś gorszym:

„Powróćmy do chwil miłości,  
Zaczarujmy szarą rzeczywistość.  
Miłością życie zmienmy w baśń.  
Znajdźmy czarodziejski łąd,  
gdzie szczęście w opiece ma dzień i noc.  
Zamknij oczy, podaj dłoń.  
Chodźmy stąd donikąd.”<sup>162</sup>

Strategia ta określa pewną aktywność seksualną wyrażającą się w gloryfikacji miłości zmysłowej, poprzez dość odważne opisy – marzonych lub rzeczywistych – pożądań, pocałunków, pieszczot, stosunków płciowych, seksualnych ekstaz. Stan *hedone* kojarzy się więc w tej poezji najczęściej ze stanem upojenia chwilą rozkoszy w ekstazie seksualnej:

<sup>160</sup> Tamże.

<sup>161</sup> A. Krokiewicz, *Hedonizm Epikura*, PWN, Warszawa 1961.

<sup>162</sup> Jolanta Ucherr-Walencik, w: *Przesłanie Nadziei. Antologia twórczości literackiej osób niepełnosprawnych ruchowo*, Część I, *Poezja...*, op. cit., s. 188.

„Różowoszara noc  
spływam cała w dół  
i jestem tylko wysuniętym języczkiem  
rozedrganym pieścizotą języka  
Pulsuję konwulsyjnie rozchylona  
w kokonie rozżarzonego czekania  
na tę sekundę  
która zawiera w sobie całą wieczność  
Jego dotyk przeszywa na wylot  
Przedłużyć przedłużyć to pragnienie  
ten głód którym teraz jestem  
Przedłużyć wydłużyć przeciągnąć  
odczekać tę tysięczną część sekundy  
aby poczuć całym istnieniem  
to pierwsze i ostatnie wejście  
wypełnione do granic posiadaniem i oddaniem  
Zamykam go w sobie najszczelniej  
znieruchomiała spełnieniem  
Cisza  
i ledwie dostrzegalny ruch  
Dotrzeć w to najczulsze miejsce  
Jeszcze jedno przesunięcie  
I wygięta jak napięta cięciwa  
z uwagą aby się nie ześliznąć  
w takt pulsowania zaczynam ten taniec  
półkul wracających w to samo miejsce  
Unoszące opadaniem nagłego pchnięcia  
Ruchy w pozornej grze zatrzymań  
głodne tego jednego do przodu  
Zasłuchana poddaję się cała  
aż do rozchodzącego się echem  
nagłego zatrzymania w krzyku  
w pełnym zjednoczeniu przejść  
jednego w drugie”<sup>163</sup>

Poetycki wizerunek miłości zmysłowej, jaki zawiera ta liryka erotyczna, to często manifestacja buntu, zrodzonego ze sprzeciwu wobec niepełnosprawności, ze wszystkimi jej duchowymi i cielesnymi przykrościami. Rzeczywistość biologicznych nieuchronności otrzymuje w ten sposób znaczny wymiar witalistyczny. Świadomość tej opozycji, tj. zdrowie-choroba, życie-śmierć, programowe opowiedzenie się po stronie hedonistycznego bieguna jednostkowej egzystencji, było już obecne w twórczości chorej na serce

---

<sup>163</sup> Barbara Sawczak, tamże, s. 157.

i zmarłej przedwcześnie poetki Haliny Poświatowskiej (1935-1967). Zjawiska te wyznaczają pierwszą płaszczyznę jej liryki i decydują o jej zmysłowym charakterze. Miłość przedstawiana jest u niej często jako namiętna pochwała biologicznego instynktu:

„przyszłość świata jest w naszych ramionach  
ach ona jest w naszych gorących ramionach  
w naszych udach pragnących bezwstydnym  
w naszych żyznych piersiach  
ze czią wymawiajmy imiona  
Tais Fryne i Judyty ulicznicy żydowskiej”<sup>164</sup>

Trzeba dodać, że ta odważna zmysłowość, wynikająca ze świadomości silnej opozycji życie-śmierć, manifestuje się w liryce miłosnej Poświatowskiej w różnorodny sposób.

Jedną z płaszczyzn, na której realizuje się nadrzędność hedonistycznej interpretacji ludzkiej seksualności, jest w poezji osób niepełnosprawnych sfera dramatu ich marginalizacji, poświadczona szukaniem doświadczenia normalności w tak przedstawianej miłości. Zderzenie wyobraźni doznającego podmiotu z rzeczywistością społeczną i dramat stąd wynikający, a polegający na sprzeczności potocznego, opartego na pozorach zewnętrznych osądu niepełnosprawnych z prawdą wewnętrznego doświadczenia sądzonej jednostki, szczególnie wyraz znajduje w poezji, także erotycznej, w której ukazane hedonistyczne zadowolenie staje się terapią.

## VI.2. Katharsis w poetyckich lekturach nastawionych na hedonistyczne zadowolenie

Michał Głowiński zauważył, że: „dzieło projektuje zachowanie swoich czytelników, stanowiąc skierowany do nich apel.”<sup>165</sup> Projektowanie to, w przypadku hedonistycznej poezji erotycznej, koresponduje ze sposobami wyrażania miłości i oddziaływania na czytelników. Przyjrzymy się więc sposobowi wyrażania miłości, czyli składnikom układu komunikacyjnego: autor – czytelnik, na przykładzie młodopolskiej poezji erotycznej.<sup>166</sup> Otóż postulaty znaczeniowe jakby przewidywały współdziałanie czytelnika w aktualizacji erotyków, m.in. przez wybór określonego języka miłosnego, głównie jego leksyki i tradycji stylistycznej. Zresztą autorzy erotyków już przez konstrukcję bohaterów i bohaterek erotycznych znacznie zacieśnili – i to w sposób wyraźny – obraz swojego Czytelnika

<sup>164</sup> H. Poświatowska, *Poezje wybrane*, wstęp S. Stabro, Ludowa Spółdzielnia Wydawnicza, Warszawa 1976, s. 15.

<sup>165</sup> M. Głowiński, *Gry powieściowe. Szkice z teorii i historii form narracyjnych*, PIW, Warszawa 1973, s. 216.

<sup>166</sup> W. Czernianin, *Młodopolski erotyk hedonistyczny. Problemy poetyki*, Wyd. TART, Wrocław 2000, s. 206.

Modelowego.<sup>167</sup> Sygnały zawężające audytorium to sformułowania w rodzaju „dziewczyno”, „młodzieńcze”. Ponadto teksty te określają, choć pośrednio, dość jasno swego Czytelnika Modelowego, a to ze względu na podejmowaną tematykę seksualną, zinterpretowaną z wystarczającym marginesem jednoznaczności jako dotyczącą osób młodych wiekiem obu płci (inicjacje seksualne, opisy pierwszych zachwyków rozkoszami zmysłowymi, aktów miłosnych itp.):

„... Teraz żądza zaciska ci ząbki  
Oczy ślepi i obraca w sęp,  
W szmatki targasz muślinowe rąbki,  
Dreszcz cię wstrząsa od głowy do stóp.  
Piękna jesteś z tą chucią na twarzy,  
Z tym szaleństwem rozpętanej krwi,  
Gdy tve ciało drga i ogniem parzy  
I wraz z moim, jak w obręczy tkwi.  
Z tym oddechem, co z ust twoich bucha  
I płomieniem całuje mą twarz,  
Z tą swobodą rozkutego ducha  
I w tym świecie, który taki nasz;  
Tu nie dojrzy nas nikt, nie podsłucha –  
Kochaj – ściskaj – szalej – potem marz!...”<sup>168</sup>

Tym samym postulują one jakby własnego adresata jako niezbędny warunek swojej potencjalności znaczeniowej. Tak więc autorzy erotyków z jednej strony zakładają, z drugiej zaś jakby ustanawiają kompetencje swojego Czytelnika Modelowego. Czyli w istocie tekst poetycki staje się właściwie dla innego czytelnika (np. starszego pokolenia) inną lekturą lub zupełnie nieczytelną. Potęgują to wrażenie także nagminnie stosowane środki gramatyczne, tj. zaimki osobowe „ja”, „ty” oraz rzeczownikowe określenia płci (domyślnie i wypowiedziane), które były zdolne wyrażać zarówno nadawcę, jak i odbiorcę tych tekstów poetyckich, gdyż rozlokowane na osi „ja-ty” mogły być odbierane jako role jego uczestników. W takich przypadkach zaimki osobowe oznaczające faktycznie postaci miłosne lub podmioty wypowiedzi stanowiły sposób na wprowadzenie do akcji miłosnej Czytelnika Modelowego w roli wirtualnego uczestnika. Otóż bierna przyjemność płynąca z takich poetyckich lektur nastawionych na hedonistyczne zadowolenie, może działać terapeutycznie, zależnie od nastawienia czytelnika.

<sup>167</sup> Termin ten i myśli z nim związane są wzięte od Umberto Eco z jego książki pt.: *Lektor In fabula. Współdziałanie w interpretacji tekstów narracyjnych*, przeł. P. Salwa, PIW, Warszawa 1994, s. 72 i n.

<sup>168</sup> Bogusław Butrymowicz (1872-1965), *Z dziejów miłości*, w: *Studia o Bogusławie Butrymowiczu*, wstęp, wybór i opracowanie Z. Andres, W. Czernianin, Wyd. Antykwa, Wrocław, s. 72-73.

## VII. Zakończenie

Poezja stanowi bodziec stymulujący duchowy rozwój człowieka. Terminem duchowości można objąć takie stany umysłu i działań jak: indywidualna i społeczna tożsamość, procesy wartościowania i podłoże zachowań moralnych, wiara i religijność, rozmaite strony rozwoju świadomości i osobowości.<sup>169</sup> Podsumowując to, co mówiliśmy o poezji w aspekcie terapii, można stwierdzić, że autorzy (szczególnie niepełnosprawni) poprzez tworzone przez siebie wiersze uzyskują katharsis. Utwory ich mają charakter konfesyjny, ukazują świat wewnętrzny, wyznania przedstawiane są najczęściej w liryce bezpośredniej. Niewątpliwie tym, co łączy te liryki jest podkreślana rola i znaczenie ekspresji; ważny jest aspekt osobotwórczy. Agnieszka Stupin-Rzońca pisząc o wartości terapeutyczno-rewalidacyjnej twórczości poetyckiej osób niepełnosprawnych podkreśla, że: „dzięki twórczości mogą się realizować podstawowe potrzeby psychiczne, m.in. wyrażanie siebie i ekspresji, poczucia własnej wartości i znaczenia, samorealizacji i przeżyć estetycznych. Rozwijają się także procesy poznawcze, emocje i uczucia, motywacja, wola działania i aktywna postawa wobec życia. Twórczość prowadzi też do ukierunkowania i rozszerzania zainteresowań poznawczych. Jest ponadto elementem komunikacji ludzkiej.”<sup>170</sup> Jednak przede wszystkim zwraca uwagę na to, iż uprawianie sztuki umożliwia samorealizację, jest także szansą wybicia się i nobilitacji, a przynajmniej dostrzeżenia i odniesienia sukcesu. Ponadto przyczynia się do uświadomienia sobie przez osoby niepełnosprawne ich potencjalnych możliwości, ujawnienia zdolności i talentów, a przez to odzyskania zaufania do siebie i zwiększenia poczucia własnej wartości.<sup>171</sup> W ten sposób poezjoterapia, pozostając na gruncie sztuk pięknych, zyskuje szansę włączenia własnych osiągnięć do dorobku biblioterapii, szerzej psychoterapii.

### Bibliografia (według kolejności cytowań):

- P. J. Longo, *Poezja jako terapia*, tłum. M. Bojarun, „Biblioterapeuta” kwartalnik Polskiego Towarzystwa Biblioterapeutycznego, Wrocław 2002, nr 2.
- Z. Freud, *Wstęp do psychoanalizy*, tłum. J. Prokopiuk, Wyd. PWN, Warszawa 1994.
- C. G. Jung, *Typy psychologiczne*, przeł. R. Reszke, Wyd. WROTA.KR, Warszawa 1997.
- C.G. Jung, *Archetypy i symbole. Pisma wybrane*, wybrał, przeł. i wstępem poprzedził J. Prokopiuk, Wyd. Czytelnik, Warszawa 1981.
- M. Głowiński, T. Kostkiewiczowa, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, *Słownik terminów literackich*, pod red. J. Sławińskiego, Wyd. Ossolineum, Wrocław 1976.

<sup>169</sup> *Duchowy rozwój człowieka...*, op. cit., s. 11.

<sup>170</sup> A. Stupin-Rzońca, *Wprowadzenie...*, op. cit. s. 7, przypis 1.

<sup>171</sup> Tamże, s. 8.

- W. Tatarkiewicz, *Historia estetyki*, Wrocław 1962, Wyd. Ossolineum, tom 1, *Estetyka starożytna. Trzy poetyki klasyczne. Arystoteles. Horacy. Pseudo-Longinos*, przełożył, wstępem i objaśnieniami opatrzył Tadeusz Sinko, Wyd. Ossolineum Wrocław 2006.
- Przesłanie Nadziei. Antologia twórczości literackiej osób niepełnosprawnych ruchowo*, Część I, *Poezja*, wybór i opracowanie A. Stupin-Rzońca, Wyd. Wyższa Szkoła Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej, Warszawa 1997.
- A. Stupin-Rzońca, *Słowo wstępne*, w: *Przesłanie Nadziei. Antologia twórczości literackiej osób niepełnosprawnych ruchowo*, Część I, *Poezja*, wybór i opracowanie A. Stupin-Rzońca, Wyd. Wyższa Szkoła Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej, Warszawa 1997.
- A. Stupin-Rzońca, *Wprowadzenie. O wartości terapeutyczno-rewalidacyjnej twórczości poetyckiej osób niepełnosprawnych*, w: *Przesłanie Nadziei. Antologia twórczości literackiej osób niepełnosprawnych ruchowo*, Część I, *Poezja*, wybór i opracowanie A. Stupin-Rzońca, Wyd. Wyższa Szkoła Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej, Warszawa 1997.
- A. Hulek, *Przedmowa*, w: W. Krzemińska, *Literatura piękna a zdrowie psychiczne*, Wyd. PZWL, Warszawa 1973.
- W. Krzemińska, *Literatura piękna a zdrowie psychiczne*, Wyd. PZWL, Warszawa 1973.
- Zbliżenie z cieniem. Annäherungen an den Schatten*, Wydawca: Krakowski Szpital Neuropsychiatryczny im. Józefa Bagińskiego w Krakowie, Kraków 1996.
- A. Kowal, *Przedmowa*, w: *Zbliżenie z cieniem. Annäherungen an den Schatten*, Wydawca: Krakowski Szpital Neuropsychiatryczny im. Józefa Bagińskiego w Krakowie, Kraków 1996.
- S. Krzyśka, *Lingwistyka statystyczna w terapii wierszem*, w: *Arteterapia w edukacji i rozwoju człowieka*, red. M. i T. Siemieź, Wyd. Nauk. Dolnośląskiej Szkoły Wyższej, Wrocław 2008.
- T. Stańczak, *Metody biblioterapii*, „Szpitalnictwo Polskie”, Warszawa, 1979, nr 23 (6), s. 277-278.
- Poetry Therapy*, red. J. J. Leedy, Philadelphia, Lippincott Comp. 1969, stron. 288.
- W. Szulc, *Poezjoterapia. Słowa między muzyką a obrazem*, w: *Arteterapia. Narodziny idei, ewolucja teorii, rozwój praktyki*, Wyd. Difin, Warszawa 2011.
- W. Szulc, *Poezjoterapia*, w: *Kulturoterapia. Wykorzystanie sztuki i, s. działalności kulturalno-oświatowej w leczeniu*, Wyd. Uczelniane Akad. Med. im. K. Marcinkowskiego w Poznaniu, Poznań 1994.
- S. Góralczyk, *Poezjoterapia w dysfunkcjach narządów ruchu*, w: *Arteterapia. Od rozważań nad teorią do zastosowań praktycznych*, red. W. Karolak, B. Kaczorowska, Wyd. Akad. Hum.-Ekon. w Łodzi, Łódź 2011.
- K. Krasoń, *Poezjoterapia*, w: *Literatura dla dzieci i młodzieży (po roku 1980)*, pod red. K. Hejskiej-Kwaśniewicz, T. 2, Wyd. Uniwersytetu Śląskiego, Katowice, s. 271-276.

- J. Papuzińska, *Terapeutyczna funkcja poezji*, w: *Miejsce literatury i teatru w przestrzeniach terapeutycznych: werbalne i niewerbalne aspekty wsparcia rozwoju*, praca zbiorowa pod red. nauk. J. Malickiego i K. Krasoń, Wyd. Biblioteka Śląska, Katowice 2005, s. 89-99.
- B. Woźniczka-Paruzel, *Biblioterapia w środowisku współzależnionych z grup rodzinnych Al.-Anon (od teorii do działań praktycznych)*, Wyd. Uniwersytet Mikołaja Kopernika, Toruń 2002.
- C. K. Norwid, *Pisma wierszem i proza*, wybrał i wstępem opatrzył J. W. Gomulicki, PIW, Warszawa 1973.
- R. Ingarden, *Przeżycie, dzieło, wartość*, Wydawnictwo Literackie, Kraków 1966.
- U. Eco, *Wprowadzenie*, w: *Historia piękna*, redakcja U. Eco, przekł. A. Kuciak, Wyd. Rebis, Poznań 2005.
- E. Ringel, *Nerwica a samozniszczenie*, tłum. S. Lachowski, Warszawa 1992.
- J. Trzynadłowski, *Biblioterapia - złudzenia i nadzieje*, „Arteterapia” II. Zeszyty Naukowe Akademii Muzycznej we Wrocławiu, 1990, nr 52.
- Heninger, Owen, E., MD, *Poetry therapy in private practice: An odyssey into the healing power of poetry*, In Arthur Lerner, PH.D., (Ed.), *Poetry in the Therapeutic Experience*, 2nd edition, St. Louis, MMB Music.
- M. Głowiński, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, *Zarys teorii literatury*, PZWS, Warszawa 1967.
- E. Goffman, *Człowiek w teatrze życia codziennego*, oprac. i wstęp J. Szacki, przeł. H. P. Śpiewakowie, PIW, Warszawa 1981.
- W. Szulc, *Biblioterapia z Internetu*, „Poradnik Bibliotekarza” 2000, nr 11.
- Alicja Baluch, *Propozycje metodologiczne w badaniach literatury dla dzieci i młodzieży*, w: *Po potopie. Dziecko, książka i biblioteka w XXI wieku. Diagnozy i postulaty*, praca zbiorowa pod red. naukową D. Świerczyńskiej-Jelonek, G. Leszczyńskiego i M. Zająca, Wyd. SBP, Warszawa 2008.
- J. Plisiecki, *Przeżycie estetyczne dzieła literackiego*, w: *Relacje między kulturą wysoką i popularną w literaturze, języku i edukacji*, pod red. B. Myrdzik, M. Karwatowskiej, Wyd. UMCS, Lublin 2005.
- W. Czernianin, *Przeżycie estetyczne jako kluczowe pojęcie biblioterapii – na przykładzie poglądów Romana Ingardena*, w: *Teoretyczne podstawy biblioterapii*, Wyd. ATUT, Wrocław 2008.
- S. Siek, *Autopsychoterapia*, Wyd. ATK, Warszawa 1985.
- Z. Skorny, *Emocje a korekcyjna funkcja biblioterapii*, w: *Male Formy Metodyczne, Bibliotekoznawstwo 1/88*, Wyd. ODN, Wrocław 1988.



- J. Dębowski, A. Drabarek, L. Gawor, S. Jedynak, E. Klimowicz, K. Kosior, L. Dybel, *Mały Słownik Etyczny*, pod red. nauk. S. Jedynaka, Oficyna Wydawnicza „BRANTA”, Bydgoszcz 1994.
- A. Jastrzębski, A. Podsiad, *Wstęp*, w: *Z głębokości... Antologia polskiej modlitwy poetyckiej*, Wyd. PAX, Warszawa 1966.
- S. Sawicki, *Poetyka, interpretacja, sacrum*, PWN, Warszawa 1981.
- W. Czernianin, *O terapeutycznym wymiarze wiary religijnej*, w: *Teoretyczne podstawy biblioterapii*, Wyd. ATUT, Wrocław 2008.
- Święty Jan od Krzyża Doktor Kościoła, *Żywy płomień miłości*, Z hiszpańskiego przełożył B. Smyrak OCD, Wyd. Karmelitów Bosych, Kraków 2003.
- A. Krokiewicz, *Wstęp*, w: *Plotyn, Enneady*, przeł. i wstępem poprzedził A. Krokiewicz, PWN, Warszawa 1959, tom I.
- Ks. L. Szczepanik SCJ, *Bo byłem chory...(Mt 25,36). Poezje szpitalne*, wstęp, wybór, opracowanie A. Aleksandrowicz, Wyd. DEHON, Kraków 2005, s. 5.
- Z. Łączkowski, *Wolność nie zniewolona, czyli spacerkiem przez sacrum i profanum*, red. K. Kasprzak, S. Lenart, M. Stępkowska, Wyd. Staromiejski Dom Kultury, Warszawa 1997.
- Mistrz Eckhart, *Traktaty. Pouczenie duchowe – Księga Boskich pocieszeń – O człowieku szlachetnym - O odosobnieniu*, przeł. i oprac. Wiesław Szymona OP, Wyd. W DRODZE, Poznań 1987.
- Duchowy rozwój człowieka, fazy życia – osobowość – wiara – religijność. Stadialne koncepcje rozwoju w ciągu życia*, pod red. P. Sochy, Wyd. UJ, Kraków 2000.
- E. Auerbach, *Mimesis. Rzeczywistość przedstawiona w literaturze Zachodu*, przełożył i przedmową opatrzył Z. Żabicki, przedmowa do drugiego wydania M. P. Markowski, Wyd. Prószyński i S-ka, Warszawa 2004.
- Homer, *Odyseja*, przełożył L. Siemiński, wstępem poprzedziła Z. Abramowiczówna, opracował i objaśnieniami opatrzył J. Łanowski, Wyd. Ossolineum, BN, seria II, nr 21, Wrocław 2003.
- Pismo święte Starego i Nowego Testamentu*, w przekładzie z języków oryginalnych, opracował zespół biblistów polskich z inicjatywy benedyktynów tynieckich, wydanie czwarte, Pallotinum, Poznań-Warszawa 1989.
- A. Maslow, *W stronę psychologii istnienia*, przeł. I. Wyrzykowska, Wyd. PAX, Warszawa 1986.
- E. Schneider (wyd.), *Samuel Taylor Coleridge: Selected Poetry and Prose*, Rinehart 1951.
- Z. Bauman, *Wspólnota. W poszukiwaniu bezpieczeństwa w niepewnym świecie*, przekł. J. Margasiński, Wyd. Literackie, Kraków 2008.
- I. Kant, *Krytyka władzy sądzenia*, przekł. oraz przedm. i przypisy J. Gałęcki, tłumaczenie przejrzął A. Landman, PWN, Warszawa 1964.
- H. L. Bonny, *Music and consciousness*, „Journal of Music Therapy” 1975, 12 (3).

- W. Szulc, *Muzykoterapia jako przedmiot badań i edukacji*, Wyd. UMCS, Lublin 2005.
- List do Czesław Niemena, w: *Nasz Niemen* [Książka + CD (2)], Wyd. firma fonograficzna: AGORA, 2009.
- D. Michalski, *Czesław Niemen. Czy go jeszcze pamiętasz?*, Wyd. MG, Warszawa 2009.
- Z. Freud, *Kultura jako źródło cierpień*, w: *Człowiek, religia, kultura*, tłum. J. Prokopiuk, wstęp B. Suchodolski, Wyd. Książka i Wiedza, Warszawa 1967.
- Słownik pojęć filozoficznych*, pod red. W. Krajewskiego przy współpracy R. Banajskiego, Wyd. „Scholar”, Warszawa 1996.
- Ł. Nysler, *Etyka Epikura a psychoanaliza Zygmunta Freuda*, w: „Dykcja. Pismo literacko-artystyczne”, 1996, nr 3-4.
- A. Krokiewicz, *Etyka Demokryta i hedonizm Arystypa*, PWN, Warszawa 1960.
- A. Krokiewicz, *Hedonizm Epikura*, PWN, Warszawa 1961.
- H. Poświatowska, *Poezje wybrane*, wstęp S. Stabro, Ludowa Spółdzielnia Wydawnicza, Warszawa 1976.
- M. Głowiński, *Gry powieściowe. Szkice z teorii i historii form narracyjnych*, PIW, Warszawa 1973.
- W. Czernianin, *Młodopolski erotyk hedonistyczny. Problemy poetyki*, Wyd. TART, Wrocław 2000.
- U. Eco z jego książki pt.: *Lektor in fabula. Współdziałanie w interpretacji tekstów narracyjnych*, przeł. P. Salwa, PIW, Warszawa 1994.
- Bogusław Butrymowicz (1872-1965), *Z dziejów miłości*, w: *Studia o Bogusławie Butrymowiczu*, wstęp, wybór i opracowanie Z. Andres, W. Czernianin, Wyd. Antykwa, Wrocław.
- Z. Freud, *Dziela*, Tom X, *Sztuki plastyczne i literatura*, rozdz. *Pisarz i fantazjowanie*, przeł. R. Reszke, Wydawnictwo KR, Warszawa 2009.

## Rozdział 3.

### Maska Saturna - czyli o smutku w poezjoterapii

(Wiktor Czernianin, Halina Czernianin)

#### I. Maska Saturna

Odległa historia smutku i melancholii wiąże się z bogatą symboliką, w której zasadniczą rolę odgrywa postać z mitologii rzymskiej - Saturn (grecki Kronos). Jego erudytyjny portret w sposób imponujący i z niezwykłym rozmachem kreślą Raymond Klibansky, Erwin Panofsky i Fritz Saxl w dziele zatytułowanym: *Saturn i melancholia. Studia z historii, filozofii, przyrody, medycyny, religii oraz sztuki*, wydanym na Zachodzie w latach sześćdziesiątych XX wieku, w Polsce natomiast - w 2009 roku (Klibansky R., Panofsky E., Saxl F., 2009). Ich ustalenia będą więc przywoływane dość często. Wróćmy teraz do mitologii. Saturn był synem Urana, którego obalił. Za jego czasów zapanował tzw. Złoty Wiek, opiewany, jak wiadomo, przez Hezjoda i Wergiliusza w elegiach stanowiących źródło poezji melancholicznej. W walce o władzę ze swym synem Jowiszem, (gr. Zeusem), został wykastrowany i strącony do Tartaru, gdzie zakuty w kajdany czeka, aż przeminą rządy bogów olimpijskich, skończy się czas, którego jest symbolem (gr. Chronos = czas), a ludzkość i światło, po wypełnieniu wielkiej orbity, wróć pod jego władzę do stanu pierwotnej niewinności. Okrucieństwo wszystko pochłaniającego czasu symbolizowane jest opowieścią o tym, jak pożerał on własne dzieci (Mitariski J., 1979, s.289).

W tej legendzie widać dwoistość Saturna. Reprezentuje on Złoty Wiek ludzkości i wróży jego powrót. Jest uosobieniem przemijania czasu i zarazem trwania mimo wszystko. Jest przede wszystkim symbolem smutku i medytacji nad minionym szczęściem, ale i nadzieją na nie. Jest tak stary jak czas, który uosabia i dlatego cieszy się gorzka mądrością, którą daje wiek podeszły. Tak więc, atrybuty Saturna łączą się z cechami i symbolami, które tradycja przypisuje smutkowi i nocnej melancholijnej medytacji. Kolorem Saturna jest czerń. W tradycji Zachodu czerń oznacza żalobę, smutek, działa przygnębiająco. Symbolizuje jednak również i dostojeństwo. W nocy nawiedzać mógł nie tylko dobry duch pobożnego skupienia, lecz można też było ulegać podszeptom zwątpienia. Saturn według niektórych pojęć astrologicznych nosił miano „Wielkiego Złoczyńcy”, ale zło i nieszczęście mogły przez oczyszczenie (gr. katharsis) być czynnikiem doskonalącym (Mitariski J., 1979, s.289-292). Właśnie ta ambiwalencja symboliki saturnijskiej uwidacznia się i ma

zastosowanie w poezjoterapii. Z tych powodów (nieszczęścia, smutku, kontemplacji) pod jego znak dostali się też melancholicy.

Natomiast mitologiczną symbolikę dotyczącą depresji rozpoczyna jeden z jej pierwszych literackich opisów pomieszczonych w Księdze Hioba. Z kolei Homer w *Iliadzie* opisuje również reakcje depresyjne bohaterów z ich gwałtownym komponentem ekspresyjnym właściwym dla tej epoki, ale również i dla późniejszych czasów. Częsty jest też temat stanów depresyjnych i obłędu w klasycznych dramatach greckich (Ajschylos, Eurypides). Najważniejszym jednak symbolem jest tu maska saturnijska, jako trzecia, po masce apollińskiej i dionizyjskiej w sztuce, czyli symbolem nurtu smutku i cierpienia, refleksji i medytacji w życiu człowieka (Mitariski J., 1979, s. 305). Albowiem jeśli przyjąć, że postawa depresyjna jako antyteza dionizyjskiej radości jest immanentna człowiekowi, łatwiej można zrozumieć, dlaczego treści psychozy depresyjnej ujawniają często prądkę człowieka o duszę, ciało i zasadnicze potrzeby życia, np. w postaci urojeń winy, hipochondrii, zubożenia.

Jak wiadomo, to niemiecki filozof z XIX wieku Fryderyk Nietzsche (1844-1900) w swoim dziele *Narodziny tragedii*, rozróżnił dwa opozycyjne żywioły estetyczne w sztuce symbolizowane przez mit apolliński i dionizyjski. Według niego artyzm w duchu apollińskim to: harmonijność, umiarkowanie, racjonalność, estetyka; zaś w duchu dionizyjskim: spontaniczność, cielesność, radość, irracjonalność. Aż dziw, że Nietzsche nie wyodrębnił mitu Saturna, doskonale przecież nakładającego się na tendencje pesymistyczne w twórczości literackiej, tak chętnie realizowane zwłaszcza przez dziewiętnastowiecznych poetów, zresztą m.in. pod wpływem filozofii pesymizmu Artura Schopenhauera (1788-1860). Niestety, autor *Tako rzecze Zaratustra* gardził słabością, w jego filozofii nadczłowieka nie było dla niej miejsca, a więc i dla mitu saturnijskiego (Czeranianin W., 2008, s. 82). Bo przecież artyzm w duchu mitu saturnijskiego to przybliżanie słabości człowieka, jego smutniejszej strony życia, a więc właśnie: smutku, pesymizmu, cierpienia, melancholii, lęków, śmierci. Zatem, za sprawą Fryderyka Nietzschego, mit Saturna nie stał się wartością kulturalną w takim stopniu jak mit Apollina i Dionizosa, choć był przygotowywany przez długi, bo od antyku, proces rozwoju sztuki i mimo że aktualizował wciąż żywe tradycje melancholii w kulturze XIX wieku. Ma jednak szansę uzyskać znaczenie w poezjoterapii.

### **I.1. Co to jest smutek?**

Psychologowie uważają smutek na ogół za emocję negatywną i próbują go wyodrębnić, zwłaszcza od depresji i żalu, chociaż stanowią one zjawiska jemu pokrewne. Spostrzegają więc smutek jako emocję doświadczaną w obliczu wydarzeń przykrych, przy czym znamienne jest to, że traktuje się go jako reakcję na utratę lub nieosiągnięcie

celu (Lewis M., Haviland-Jones J. M., 2005, s. 762-763). Sądzą, że wydarzenie takie ma zawsze charakter utraty czegoś, co wiąże się z zaangażowaniem ego. A więc nie tylko utrata lub odejście osoby bliskiej, ale również utrata szacunku dla samego siebie, pozycji społecznej, ideałów, celów życiowych. Zatem stan emocjonalny smutku dotyczy zazwyczaj wartościującego związku pomiędzy jednostką a obiektem intencjonalnym. W przypadku smutku zaobserwowano też zahamowanie działania i zamknięcie się w sobie, a więc tendencje mające pewne cechy motywacyjne, ale dość szczególne. Stąd pogląd, że smutek powoduje skupianie się człowieka na sobie, jest emocją „skupioną na Ja”, a nie na „czynnikach zewnętrznych”. W tym sensie smutek, obok lęku, jest emocją o wyraźnie egzystencjalnym charakterze (Łosiak W., 2007, s. 56). Taki obraz smutku, w sposób niedościgniony, wyraził Adam Mickiewicz w słynnym liryku *Polaty się lzy me czyste, rześiste...*, arcydziele polskiej poezji:

„Polaty się lzy me czyste, rześiste  
Na me dzieciństwo sielskie, anielskie,  
Na moją młodość górną i durną,  
Na mój wiek męski, wiek klęski;  
Polaty się lzy me czyste, rześiste...”  
(Mickiewicz A., 1997).

Psychologiczne badania dotyczące emocji w ogóle, ogniskują się na ich czterech zmiennych składnikach związanych z doświadczeniem emocjonalnym, jako jego charakterystyczną cechą. Jak wiadomo, są to: *ocena sytuacji, zmiany w organizmie, wyrażanie emocji, umotywowane działanie*. Wobec powyższego, emocje charakteryzowane są przede wszystkim przez różne oceny sytuacji. W ocenach tych jednostka analizuje odniesienie bieżącej sytuacji do osobistego dobrostanu, rozważa, czy ma to dobre czy złe konsekwencje dla niej oraz czy poradzi sobie z sytuacją szkodliwą. Oczywiście smutek, jako emocja negatywna, sugeruje że sytuacja została oceniona jako szkodliwa. (Parkinson B., Colman A. M., 1999, s. 20-21). Zatem w przypadku smutku jednostka koncentruje się na konsekwencjach związanych z nieosiągnięciem wyznaczonych celów. Funkcją skupiania się na sobie podczas doświadczania smutku jest dostarczenie jednostce informacji zwrotnych na temat powodzenia jej przedsięwzięć – prawdopodobnie po to, aby mogła bardziej skutecznie zadbać o urzeczywistnienie swoich celów (Lewis M., Haviland-Jones J. M., 2005, s. 763-764). W takim ujęciu smutek spostrzega się jako sprzyjający konstruktywnej autoanalizie, tj. krytycznemu przemyśleniu niekorzystnych doświadczeń, i właśnie to jest niezwykle ważne w poezjoterapii (Czernianin W., Czernianin H., 2011).

Postawiono hipotezę zakładającą, że pojedynczym najważniejszym czynnikiem odróżniającym smutek od innych emocji jest osąd dotyczący sprawstwa. Jeżeli drugą osobę uznajemy za sprawcę, to naszą reakcją jest złość; natomiast jeśli to my czujemy

się odpowiedzialni, reagujemy poczuciem winy lub wstydem. Jednakże, według niektórych badaczy, istotną cechą smutku jest również to, że odpowiedzialności za utratę jednostka czasami nie może przypisać innym, ani samemu sobie, dlatego smutek często wiąże się z bezradnością, rezygnacją, pasywnością. Wiele obserwacji wskazuje na to, że doświadczeniu smutku często towarzyszy doświadczenie innych emocji, przede wszystkim gniewu, a także lęku (Łosiak W., 2007, s. 56-57).

Gdy smutek jest głęboki, prawie zawsze towarzyszy mu lęk. Najczęściej bywa to lęk nieokreślony, w którym elementem istotnym jest oczekiwanie. Jeżeli smutek jest słabszy, to wówczas nad lękiem przeważać zaczyna agresja. Fakt, że smutek nierzadko chodzi w parze z agresją, prawdopodobnie wpływa na formowanie się negatywnego nastawienia otoczenia do ludzi smutnych. W myśl zasady, że człowiek wesoły jest człowiekiem dobrym, a człowiek smutny – złym. To świadomość korelacji, jaka zachodzi między nastawieniami uczuciowymi a nastrojami, powoduje, że ocena moralna może przenieść się też na nastrój – wówczas smutek staje się „stygiem szatana”. Najwyraźniej fakt ten uwidacznia się w kulturach indywidualistycznych, np. amerykańskiej. Oczywiście, nie we wszystkich kręgach kulturowych istnieje negatywne nastawienie do smutku; często jest on atrybutem mądrości, głębi, natchnienia itp. (Kępiński A., 1979, s. 96-97).

Zaobserwowane przez badaczy problemu różnice kulturowe w zakresie społecznego reagowania na smutek dotyczą traktowania go w ujęciu funkcjonalnym, czyli jako emocji stanowiącej komunikat o poszukiwaniu pomocy ze strony otoczenia. W tym ujęciu okazuje się, że w kulturach kolektywistycznych reaguje się na smutek różnymi formami wsparcia, chociaż ma ono swoje granice. Natomiast w kulturach indywidualistycznych, jak już wspomniano, reakcje na czyjś smutek są raczej negatywne, traktowany on jest tam jako nieszczęście, a gotowość do pomagania jest mniejsza. Zwrócono również uwagę na to, że w niektórych kulturach nie traktuje się smutku jako jednoznacznie negatywnego, przyznając mu status emocji nobilitującej, której doznawanie świadczy o człowieczeństwie i szlachetności (Łosiak W., 2007, s. 57). Według części autorów smutek i cierpliwość, jako reakcja na niesprawiedliwość, były sławione jako cnoty w średniowiecznym monastycyzmie. Zaś badania nad smutkiem w siedemnastowiecznej Anglii i w Ameryce Północnej wykazały wysoką wartość nadawaną smutkowi. Szlachetny i szacowny smutek miał się jednak cechować rezerwą i w oczywisty sposób nie powinien wymagać pociechy od innych. Smutek więc nie zawsze jest jednolicie negatywną emocją, albowiem stopień w jakim dane społeczeństwo rozpoznaje i ceni smutek, wiąże się z kulturą społeczeństwa i ze strukturą społeczną (Lewis M., Haviland-Jones J. M., 2005, s. 765-768).

W krótkim podsumowaniu można się oczywiście – za teoretykami smutku – zastanawiać nad tym, czy smutek w postaci dławiącego poczucia wycofywania się jest podstawowy biologicznie, czy też podstawowy jedynie jako uniwersalna cecha niezbędna każdemu, kto żyje w społeczeństwie – jedno z cierpień kultury. Wiele wskazuje na to, że smutni ludzie są fizjologicznie pobudzeni, a mimo to pozostają w bezruchu i zachowują się w spowolniony sposób, skłaniając tym samym do podejrzeń, że w smutku jest coś zagadkowego, a nawet „nienaturalnego”. To z kolei nasuwa pytanie o powiązania między smutkiem a depresją (Lewis M., Haviland-Jones J. M., 2005, s. 777).

## I.2. Melancholia i depresja

„Smutek jest dołą człowieka” – tym, jakże poetyckim wyrażeniem o melancholii zaczyna się książka Antoniego Kępińskiego (1918-1972) z zakresu psychiatrii, pt.: *Melancholia* (Kępiński A., 1979, s. 15). Bo to właśnie smutek jest główną cechą melancholii, która oznacza bardzo różne stany psychiczne, przede wszystkim jednak depresję, czyli „chorobowe zaburzenia życia uczuciowego i emocjonalnego, którego osiowym objawem jest dominujące uczucie smutku, przygnębienia, zniechęcenia oraz ujemny ton uczuciowy towarzyszący ogółowi przeżyć. W stanie tym ma miejsce obniżenie lub niezdolność przeżywania uczuć radości, satysfakcji, przyjemności” (*Encyklopedyczny Słownik Psychiatrii*, 1986, s. 99). Poetycko najpiękniej i najcelniej przedstawił taki stan psychiczny Kazimierz Przerwa-Tetmajer (1865-1940), w jednym z najbardziej znanym i zachwycającym swoim utworze:

*„Z zamyślenia (II)*

Melancholia, tęsknota, smutek, zniechęcenie  
Są treścią mojej duszy... Z skrzydły złamanymi  
Myśl ma, zamiast powietrzne przerzynać bezdenie,  
Włóczy się jak zbarczone żurawie po ziemi.  
Cóż, że zrywa się czasem i wlatuje w górę  
Z smutnym krzykiem tęsknoty do sfer, kędy słońce,  
Nieśmione wyziewami ziemi, jasno gore  
I gdzie szumią obłoki z wiatrami lecące?...  
Złamane skrzydła lecieć nie zdołają długo,  
Myśl spada i pierś rani o głązów krawędzie,  
I znów wlecze się, znacząc krwi czerwoną strugą  
Ślady swej ziemskiej drogi - i tak zawsze będzie.

(Tetmajer-Przerwa K., 1980)”

Dominująca smutna metafora „złamanych skrzydeł” oznacza, oczywiście, ową niezdolność do jakiegokolwiek pozytywnej aktywności, beznadzieję. Do tych cech treściowych wiersza należą również oceny pesymistyczne oraz poczucie klęski podmiotu

lirycznego, silnie zaznaczone szczególnie w zakończeniu utworu - dopełniają one poetycki obraz chorobowy depresji. Tak oto w lapidarnym skrócie i z niezwykłą intuicją artystyczną, poecie udało się nazwać prawdę o tej chorobie, nie wiadomo czy lepiej, ale na pewno piękniej niż wywód naukowy na ten temat.

W czasie powstania tego wiersza, a więc pod koniec XIX wieku, melancholię określano poprzez depresję, choć wiek ten był świadkiem narodzin nowoczesnej psychiatrii. Na przykład Zygmunt Freud pisał, że „melancholia wyróżnia się pod względem psychicznym poprzez głęboko bolesną depresję, brak zainteresowania światem zewnętrznym, utratę zdolności do miłości, zahamowania wszelkich działań i obniżenie poczucia własnej wartości, które przejawia się [...], wielkim zubożeniem Ja. W wypadku smutku ubogi i pusty staje się świat, w wypadku melancholii – samo Ja” (Freud Z., 1991, 295-296). Oczywiście, obecnie w języku potocznym melancholia to zasmucenie, lekkie przygnębienie. W języku psychologii zaś to stan chorobowy, objawiający się nastrojem przygnębienia, zahamowania ruchów i utrudnionym biegiem myśli. Julia Kristeva proponuje, aby „melancholię nazwać ochronną symptomatologią zahamowania czynności (*inhibition*) i utratę zdolności rozumienia symboli (*asymbolia*), która pojawia się chwilowo lub chronicznie u jakiejś osoby, najczęściej naprzemiennie wraz z tak zwaną maniakalną fazą nadmiernego pobudzenie” (Kristeva J., 2007, s. 11). W związku z tymi różnicami definicyjnymi, chciałoby się powtórzyć za badaczami problemu, że „nie istnieje jednoznaczne i precyzyjne określenie melancholii. Historia melancholii to zarazem historia nieskończonego procesu precyzowania pojęć – to właśnie stąd biorą się wątpliwości” (Földényi L.F., 2011, s. 9). Przemiany znaczenia „melancholii” uczyniły ją z biegiem czasu i historii synonimem „smutku bez powodu”. Stała się przelotnym stanem ducha, niezależnym od wszelkich okoliczności patologicznych czy psychologicznych - uczuciem przygnębienia, które można by nazwać melancholijnym nastrojem i przeciwstawić melancholijnemu temperamentowi oraz melancholijnej chorobie (Klibansky R., Panofsky E., Saxl F., 2009, s. 245). „Słowo >melancholia< ma różnorodne znaczenia. Zmieniały się one w historii, przynosząc rozliczne odcienie i rozumienia. Niegdyś „melancholia” oznaczała na przykład chorobę psychiczną, a jej elementy rozpoznajemy w jednej z cywilizacyjnych chorób współczesności – depresji. W klasycznej koncepcji >melancholia< nazywa cechę charakteru, która ujawnia się też w budowie ciała i wraz z temperamentem sangwinicznym, cholerycznym i flegmatycznym tworzy rozbudowany i przez wielu komentowany system „czterech temperamentów”. Po trzecie, słowo to określa przejściowy stan ducha; czasem bardzo przykry, deprymujący, czasem zaś tylko gnuśny czy nostalgiczny” (Klibansky R., Panofsky E., Saxl F., 2009, okładka).



Dzieje melancholii zatem są nie tylko historią poglądów lekarskich na depresję, lecz także dziejami przyrodzonego człowiekowi smutku, cierpienia i filozoficznej medytacji. Stąd melancholia - jako nurt w poezji i kulturze europejskiej dotyczący melancholicznej strony bytu człowieka - ma odległą historię i bogatą symbolikę: Melancholia jest córką Saturna i Westy (grec. Hestii). W Grecji w okresie klasycznym, słowo „melancholia” weszło już do języka potocznego i np. u Arystofanesa (446-385 p.n.e.) melancholik „czarno-zółciowiec” (gr. *melancholon*) oznacza obłąkanego. Notabene jest paradoksem, że czarna żółć nie istnieje i była tylko w teorii, która jednak przez dwa tysiące lat zaważyła na koncepcji melancholii. Jej autorem był Hipokrates (460-377 p.n.e.), ojciec medycyny, filozof, była to teoria o tzw. humorach, tj. o czterech stymulujących płynach organizmu: krwi, żółci, śluzie, czarnej żółci. Ich nierównowaga miała wywoływać choroby i wpływać na temperamenty ludzkie, określane jako: sangwinik, choleryk, flegmatyk, melancholik. To ogólne używanie słowa „melancholia” dla oznaczenia dowolnej choroby psychicznej lub ekscentrycznego zachowania, powtarzać się będzie nie tylko wśród laików, ale i lekarzy do XIX wieku, w którym pojawiły się inne, nowe, by nie powiedzieć artystyczne, określenia melancholii: spleen, weltschmerz (wewnętrzne rozdarcie), chandra, nostalgia. (Mitarski J., 1979, s.295, 280).

## II. Drogi do smutku

### II.1. Pesymizm i cierpienie

Drogi do smutku wiodą przez pesymizm. Otóż kiedy mamy pesymistyczny, melancholijny nastrój, to – jak stwierdzają psychologowie – znajdujemy się w łagodnej formie poważniejszego zaburzenia psychicznego – depresji. Są trzy główne rodzaje depresji: zwyczajna (przygnębenie), dwubiegunowa (z fazą maniacką i depresyjną) i jednobiegunowa (bez fazy maniackiej). Kategorii jest znacznie więcej (ICD-10, 1998, s.80). Pierwsza to obniżenie nastroju, które bierze się z życiowych kłopotów, dwie następne to zaburzenia kliniczne. W pierwszym przypadku, gdy spotka nas coś niepomyślnego, poczujemy smutek i bezradność, staniemy się bierni i apatyczni. Jednak po pewnym czasie, obniżenie nastroju przemija. Depresję taką można rozpoznać na podstawie czterech typów zmian, tj. w myśleniu, nastroju, zachowaniu i reakcjach fizjologicznych (Seligman M. E. P., 1996, s. 88-91).

Przede wszystkim u podłoża myślenia człowieka ogarniętego depresją leży pesymistyczny styl wyjaśniania. Negatywny obraz przyszłości, samego siebie i świata bierze się z traktowania przyczyn niepomyślnych wydarzeń jako zjawisk stałych, o dużym zasięgu, za które jest się samemu odpowiedzialnym, zaś przyczyn wydarzeń pomyślnych – w sposób dokładnie przeciwstawny. Drugim symptomem jest zmiana

nastroju – pojawia się smutek, zniechęcenie do wszystkiego, a nawet rozpacz i płacz oraz utrata nadziei, często również lęk i rozdrażnienie. Kiedy jednak depresja osiąga największe natężenie, lęk i rozdrażnienie czy wrogość nikną i cierpiący człowiek popada w odrętwienie i zobojętnienie na wszystko. „Smutek jest fundamentalnym nastrojem depresji – pisze J. Kristeva - i nawet jeśli, w przypadku dolegliwości dwubiegunowej, euforia maniakalna występuje z nim naprzemiennie, smutek jest najważniejszym jej wyrazem i zdradza człowieka, który utracił nadzieję” (Kristeva J., 2007, s. 25). Stąd zrozumiałe jest odważne porównanie Kępińskiego, że „tylko nad światem depresji napis jest identyczny jak ten, który Dante Alighieri (1265-1321), w utworze *Boska komedia*, postawił nad bramami piekła: >Porzućcie wszelkie nadzieje<. W depresji nie ma już przyszłości, panuje w niej wieczność ciemnej teraźniejszości i równie ciemnej przyszłości” (Kępiński A., 1979, s. 151). Trzecim wskaźnikiem depresji jest zmiana zachowania objawiająca się zazwyczaj biernością, niezdecydowaniem i próbami samobójczymi. Ludzie ogarnięci depresją często nie są w stanie podjąć innych czynności niż te najbardziej podstawowe i codzienne, a w przypadku napotkania jakichś przeszkód szybko z nich rezygnują. Czwartym symptomem depresji jest zmiana reakcji fizjologicznych. Depresji często towarzyszą nieprzyjemne objawy fizjologiczne, a im głębsza depresja, tym więcej tych objawów, np. człowiek traci apetyt, nie odczuwa też popędu seksualnego, stan depresji wpływa ujemnie także na sen. Te cztery symptomy składają się na obraz depresji zarówno zwyczajnej, jak i jednobiegunowej. Trzeba jednak podkreślić wyraźnie, że nie u każdego, kto wpada w depresję, muszą one wszystkie wystąpić (Seligman M. E. P., 1996, s. 93-95).

Według słownikowej definicji pesymizm, od łac. *pessimus* – najgorszy, jest to „pogląd na świat lub postawa życiowa, łącząca się z tendencją do zauważania ujemnych stron każdego zjawiska; postawa nieufności wobec świata, wynikająca z wiary w nieomyślny bieg zdarzeń lub z przekonania o bezskuteczności wszelkich przedsięwzięć. Przeciwnością jest optymizm” (*Słownik Pojęć Filozoficznych*, 1996, s. 150). Termin „pesymizm” w obieg wprowadził angielski romantyk Samuel Taylor Coleridge (1772-1834). Był on dla niego synonimem weltschmerzu i odpowiadał melancholii w tym znaczeniu, jakie słowu nadaje Arystoteles, tj. jako chorobie i zadatkowi geniuszu. Pesymizm to „choroba na świat”, choroba, na którą zapada istota wyższa od niego, zbrzydzenie światem u człowieka nadmiernie wrażliwego, kiedy patrzy na cierpienie i nikczemność, jakie w nim panują. W obiegu powszechnym słowo „pesymizm” znalazło się po upadku Napoleona. Co ciekawe, Artur Schopenhauer, najbardziej reprezentatywny przedstawiciel pesymizmu filozoficznego, początkowo słowa tego nie używał wcale, później zaś tylko okazjonalnie. Termin ten rozpowszechnili jego uczniowie-kontynuatorzy w połowie XIX wieku (Garewicz J., 1989, s.88-89).

Jan Garewicz (1921-2002), znany badacz problemu, wyróżnił trzy główne znaczenia, w jakich używane jest współcześnie słowo „pesymizm”, tj. na określenie pesymizmu psychologicznego, równoznacznego z czarnowidztwem, jako nastrojem, predyspozycją psychiczną lub skłonnością emocjonalną do dopatrywania się wszędzie przejawów lub zapowiedzi zła. Następnie na określeniu pesymizmu historiozoficznego lub kulturowego, spotykanego na gruncie filozofii kultury, opierającego się na dwóch twierdzeniach, że rzeczywistość kulturowa lub wszelka rzeczywistość jest ze swej strony historycznie zmienna, i że kierunek jej zmian jest z góry i jednoznacznie określony, polega mianowicie na przechodzeniu od stanu lepszego do gorszego. Wreszcie na określenie trzeciego typu pesymizmu, czyli metafizycznego, polegającego na dostrzeganiu w złu jedynej, bądź najważniejszej zasady świata widzialnego. Zło pełni funkcję *arche*: jest czymś absolutnie pierwszym, rządzi światem, a wszelka wiedza opiera się na wskazaniu, leżącego u podstaw całej rzeczywistości zła (Garewicz J., 1989, s.89-92). Istnieje jeszcze jeden typ pesymizmu, tzw. defensywnego, czyli skłonności do przesadnego przewidywania wielu przeciwności, które mogą pojawić się na drodze do osiągnięcia zamierzonego wyniku. Skłonność ta przyjmowana jest w celu lepszego przygotowania do zadania (Doliński D., 1993, s. 130). Jak widać, termin „pesymizm” ma wiele znaczeń.

Ale w sensie filozoficznym, jak zauważył to Jan Garewicz, nikt nie znalazł dla pesymizmu uzasadnienia, prócz Schopenhauera, którego pesymistyczny system jest w dziejach filozofii czymś unikalnym. Jego uzasadnienie odegrało ogromną rolę, gdyż zakwestionowane w nim zostały prawdy uważane za oczywiste: konieczność dobra, istnienie postępu, nieomyślność sumienia, co zmuszało do ponownego ich przemyślenia (Garewicz J., 1994, s. XXVII – XXVIII). „Pesymizm Schopenhauera – pisze Garewicz – przybierał więc rozmiary nigdy przedtem nie znane. Wprawdzie już *Księga Koheleta* w *Starym Testamencie* zaczyna się od słów: >marność nad marnościami i wszystko marność<; wprawdzie świadomość, że coś jest nie w porządku ze światem, towarzyszy ludzkości od zarania i wielokrotnie znajdowała dobitny wyraz w literaturze pięknej, nigdy jednak wcześniej pesymizm ten nie wykraczał poza nastrój lub generalne nastawienie jego wyraziciela, [...]. Schopenhauer może wprawdzie powoływać się na pisma religijne i na literaturę piękną, ale u filozofów – w najlepszym razie na ich aforyzmy, lecz nie na ich zasadnicze koncepcje” (Garewicz J., 1994, s. XXV – XXVI). Zatem przysługuje mu absolutny priorytet jeśli chodzi o pesymizm ontologiczny, którego podstawą był woluntaryzm. Jest to więc niesłychanie rzadki wypadek, kiedy w filozofii pojawia się coś zupełnie nowego, i to w XIX wieku. „Prawda – wyjaśnia Garewicz poglądy autora *Die Welt als Wille Und Vorstellung* (1819) – woluntaryzm służył Schopenhauerowi za uzasadnienie pesymizmu: zrozumieć, że świat jest z istoty zły, można tylko uznając za jego pierwiastek wolę. W rzeczywistości chodziło mu nie tyle o wolę,

ile o samowolę, której uznanie za podstawę wszelkich zjawisk wykluczało jakikolwiek porządek w świecie poza porządkiem przyczynowym, [...]. Innymi słowy chodziło o brak jakiegokolwiek ładu w świecie jako całości, ładu w sensie metafizycznym, chociaż stanowisko to dopuszczało ład w powiązaniu poszczególnych elementów. Uznanie woli, ściślej: woli życia, za istotę wszelkiego istnienia prowadziło do nauki o wiekuistym konflikcie indywidualnych dążeń lub, według określenia Schopenhauera, wewnętrznej sprzeczności woli z sobą samą, czyli *bellum omnium contra omnes* już nie na skalę ludzką, lecz kosmiczną” (Garewicz J., 1994, s. XXVI). Co ciekawe, wpływ Schopenhauera był szczególnie silny nie tyle w filozofii, co w sztuce, zwłaszcza drugiej połowy XIX wieku, np. w literaturze na twórczość Lwa Tołstoja (1828-1910), Tomasza Manna (1875-1955), ale nie na poezję pesymistyczną Giacomo Leopardiego (1798-1837), włoskiego romantyka, tak modnego w modernizmie, którego poglądy były poniekąd prekursorskie względem filozofii Schopenhauera. Jednakże w literaturze romantycznej – jak m.in. zauważył Grzegorz Staniszewski - pesymizm także postrzegano jako swoistą „siłę twórczą”, a więc nie jako specyficzny postulat rozumu spekulatywnego, wiodący człowieka do pesymistycznej rezygnacji, lecz raczej jako imperatyw rozumu praktycznego, prowadzący do podjęcia „tytanicznych zapasów ze złem” (Staniszewski G., 2009, s. 9-10). Widać to jeszcze w poezji naszego spóźnionego romantyka, Cypriana Kamila Norwida (1821-1883), na przykład w dłuższym wierszu z 1844 roku, pt.: *Moja piosnka (I)*, z charakterystycznym refrenem oraz poezjoterapeutyczną puentą i kontrapunktem smutku. Oto dwie pierwsze i dwie ostatnie strofy:

„Żle, źle zawsze i wszędzie,  
Ta nić czarna się przędzie:  
Ona za mną, przede mną i przy mnie,  
Ona w każdym oddechu,  
Ona w każdym uśmiechu,  
Ona we łzie, w modlitwie i w hymnie...

Nie rozerwę, bo silna,  
Może święta, choć mylna,  
Może nie chcę rozerwać tej wstążki;  
Ale wszędzie – o! wszędzie –  
Gdzie ja będę, ta będzie:  
[...].

Żle, źle zawsze i wszędzie,  
Ta nić czarna się przędzie:  
Ona za mną, przede mną i przy mnie,  
Ona w każdym oddechu,  
Ona w każdym uśmiechu,  
Ona we łzie, w modlitwie i w hymnie.

Lecz, nie kwiląc jak dziecię,  
Raz wywalczę się przecie;  
Złotostrunna, nie opuść mię, lutni!  
Czarnoleskiej ja rzeczy  
Chcę – ta serce uleczy!  
I zagrałem...  
... i jeszcze mi smutniej!”  
(Norwid. C. K., 1973, s. 19-21).

Pesymizm często prowadzi do cierpienia i wynikającego z niego wielkiego smutku, czyli silnego odczuwania negatywnych emocji, nawet czucia bólu, np. z powodu utraty albo braku. Choć trzeba podkreślić, że czucie bólu jest zjawiskiem złożonym, zależnym również od czynności fizjologicznych i licznych elementów strukturalnych ośrodka układu nerwowego. Cierpienie to stan psychiczny bólu emocjonalnego bądź fizycznego, nieprzyjemne doznanie ciała. Cierpienie psychiczne wiąże się z doświadczaniem negatywnych emocji. Źródłem cierpienia – w sensie psychologicznym - są więc takie emocje jak, np.: lęk, żal, złość, poczucie krzywdy, uczucie silnego stresu, trwające dopóty, dopóki sytuacja emocjonalna człowieka nie ulegnie w sposób wyraźny korzystnej zmianie. Negatywne emocje mogą mieć, jak wiadomo, szkodliwy wpływ nie tylko na psychikę, ale również na fizyczny stan zdrowia; ponadto trudno je kontrolować, dlatego wywierają często destrukcyjny wpływ na sposób funkcjonowania społecznej jednostki (Dobrychłop A., 2009, s. 122-123).

Jednakże, o paradoksie, bywają często elementem inspirującym twórczo, albowiem cierpienie człowieka to stan jego ducha domagające się wyrażenia. Na przykład poezja C. K. Norwida to pieśń cierpiącego i umęczonego człowieka, skierowana do Boga (Baron P., 2009, s. 106-107). Jakież to bliskie poezji osób niepełnosprawnych i chorych (Stupin-Rzońca A., 1997; Szczepaniak L., 2005), w której cierpienie, najczęściej wywołane chorobą, bądź smutkiem i samotnością, wyzwala tak silne wzruszenie twórców, że muszą przelać je na papier. Oczywiście, w literaturze pięknej cierpienia własne (psychiczne) pisarzy, spowodowane najczęściej udręką wywołaną niespełnioną miłością, utratą ukochanej osoby lub właśnie samotnością, mają artystycznie znakomite realizacje, zwłaszcza w okresie romantyzmu, ale nie tylko. Można by je obrazowo ująć w nurcie od osiemnastowiecznego utworu o nieszczęśliwej, romantycznej miłości, pt.: *Cierpienie młodego Wertera*, Johana Wolfganga Goethego (1749-1832) - do opowiadania z XX wieku o gorzkiej, samotnej starości z jej chorobami i rozpaczą, pt.: *Cierpienia starego Wertera*, Bohumila Hrabala (1914-1997). Należy wspomnieć, że Werter Goethego daje wzór romantycznego samobójcy, który nie mógł unieść swojej rozpacz. Zapoczątkowuje również chorobę początku XIX wieku, *le mal du siècle*, właśnie na smutek i melancholię, przybierającą różne formy, tj. od spokojnej niechęci do świata aż do rozpacz, tak

charakterystycznej dla romantyzmu. A rozpacz to przecież - według duńskiego filozofa Sørensa Kierkegaarda (1813-1855) – choroba na śmierć (Kierkegard S., 1972, s. 146).

U Schopenhauera cierpienie - w sensie filozoficznym – bierze się z jego pesymistycznego poglądu na świat i życie, który był gorzki i wypływał z woluntarystycznej metafizyki. Dla niego nie dobro, lecz zło jest pojęciem zasadniczym. Wszelchobecność zła w świecie jest prawdą oczywistą, naocznie oglądaną, a nie wyrozumowaną. Zresztą nie tylko w ontologii, lecz także w etyce, zatem również wolność trzeba wytłumaczyć, wychodząc od zła. Na szczególną uwagę zasługuje wola w postaci, w jakiej przejawia się w człowieku, a więc jako motyw uświadomiony. Stąd bierze się złudzenie, jakobyśmy byli w działaniach naszych całkowicie wolni i mogli podporządkować je rozumowi, okiełznać przez nadane przez nas same prawa. Tymczasem działania nasze wynikają ze zbiegu okoliczności, czyli bodźców płynących ze świata zewnętrznego, i wrodzonego, niezależnego od nas (Garewicz J., 1994, s. XXV-XXIX). Albowiem „na dnie człowieka i na dnie wszystkich rzeczy jest popęd, a popęd ten jest bezrozumny, działający bez celu i nie znający ukojenia. Nic nie jest zdolne zaspokoić go, a nawet gdy jest zaspokojony chwilowo, prze zaraz dalej. Towarzyszy mu ciągle poczucie braku, niezaspokojenia, niezadowolenia. Dążymy do szczęścia, a nie możemy go osiągnąć; dążymy do tego, by przynajmniej utrzymać życie, ale nawet i to na stałe nie jest osiągalne. W drobnych troskach i zabiegach – o jedzenie, miłość, uchronienie się przed niebezpieczeństwami – schodzi krótkie życie. A przy tym jeszcze lęk nieustanny jest udziałem świadomego stworzenia, przede wszystkim lęk przed śmiercią. Człowiek szuka sposobu, by ująć swego losu, szuka ulgi i pociechy w filozofii, religii, wytwarza majaki i złudzenia, przejmuje się pozornymi wartościami – wszystko na próżno. W tych warunkach życie jest męką” (Tatarkiewicz W., 1978, s. 221).

Schopenhauer znał tylko dwa wyjścia z cierpienia życia, „jeden natury moralnej, drugi – estetycznej. Przez wyzbycie się pożądań i potrzeb możemy oderwać się od świata, stać mu się obcymi i wyzwolić od cierpienia, jakie niesie. Był to motyw filozofii indyjskiej [tzw. nirwany], ale z nim Schopenhauer łączył motyw etyki chrześcijańskiej; mianowicie współczucie, będące jednym ze składników etyki chrześcijańskiej, uczynił podstawą swej etyki. Życie jest męką nie tylko dla nas, ale dla wszystkich ludzi, i widok innych ludzi musi wzbudzać w nas współczucie: jest ono naturalną naszą reakcją i motywem działania. A zarazem jest czynnikiem wyzwolenia: przejąwszy się bowiem cierpieniem cudzym, odrywamy się i wyzwalamy od własnego. Drugim źródłem ulgi w cierpieniu jest sztuka; ona zdolna jest zatrzymać ów pęd woli, który stanowi osnowę życia i przyczynę cierpienia. Wobec sztuki bowiem, wobec piękna, zatapiamy się w kontemplacji, w kontemplacji zaś ustaje działanie popędów i woli; kontemplacja jest [...] bezinteresowna, wyzbyta pożądań. – A przy tym kontemplacja daje nam nie tylko ulgę, ale

i najwyższe poznanie: poza nią bowiem ujmujemy tylko zmienne, przepływające obrazy rzeczy, ona zaś zatrzymuje ten przepływ, chwytając w rzeczach to, co stałe, niezmiennie” (Tatarkiewicz W., 1978, s. 221). Rzeczywiście, te dwa paliatywy przeciw cierpieniu, tj. współczucie i sztuka, wyszczególnione przez Schopenhauera, dominują tematycznie w literaturze przedmiotu.

## II.2. Choroba i śmierć

Drogi do smutku wiodą jednak przede wszystkim przez świadomość choroby i widmo śmierci. Właśnie świadomość bliskiej śmierci skłoniła Jezusa, tuż przed pojmaniem w Ogrójcu, do wypowiedzenia znamienitych słów zapowiadających Jego cierpienie: „Smutna jest moja dusza aż do śmierci;” (Mt/38), w których smutek jest synonimem cierpienia. Ale smutek jest także synonimem świadomości choroby. Stąd metaforyczne wykorzystanie choroby i smutku często się krzyżuje i nakłada się na siebie, zwłaszcza w poezji romantycznej. W tej epoce zresztą to właśnie smutek i choroba czyniły człowieka „interesującym”. Być smutnym, chorym, oznaczało wówczas bycie kimś wyrafinowanym. Aby odczuwać smutek, czy też, jak to było częste wśród literatów tej epoki, zachorować na gruźlicę, należało być człowiekiem wrażliwym. Mit gruźlicy wtedy stanowił przedostatni epizod w długiej karierze prastarej idei melancholii, która zgodnie z teorią czterech humorów była chorobą artystów (Sontag S., 1999, s. 35-36). Jeden z naszych wielkich romantyków, Juliusz Słowacki (1809-1849), o którym wiadomo, że zmarł na gruźlicę, niewątpliwie pod wpływem nieuleczalnej choroby napisał jedno ze swoich arcydzieł poetyckich, *Hymn (Smutno mi Boże!)*, w którym dominującym nastrojem jest właśnie nastrój smutku. Ale jest to smutek specyficzny, bo łagodny, cichy, pełen spokoju i rezygnacji, wyczuwa się w nim świadomość choroby, niespełnienia, a także aspekt wieczności, piękna i czaru oraz przeświadczenie o nieuchronności śmierci:

„I.

Smutno mi Boże! Dla mnie na zachodzie  
Rozlałeś tęczę blasków promienistą,  
Przedemną gasisz w lazururowej wodzie  
Gwiazdę ognistą,  
Choć mi tak niebo ty złocisz i morze,  
Smutno mi Boże!

II.

Jak puste kłosa, z podniesioną głową,  
Stoję rozkoszy próżen i dosytu,  
Dla obcych ludzi mam twarz jednakową,  
Ciszę błękitu:

Ale przed tobą głębi serca otworzę,  
Smutno mi Boże!

III.

Jako na matki odejście się żali  
Mała dziecina, tak ja płaczu bliski,  
Patrząc na słońce, co mi rzuca z fali  
Ostatnie błyski,  
Choć wiem, że jutro błysnie nowe zorze,  
Smutno mi Boże!

IV.

Dzisiaj na wielkim morzu obłąkany,  
Sto mil od brzegu i sto mil przed brzegiem,  
Widziałem lotne w powietrzu bociany  
Długim szeregiem.  
Żem je znał kiedyś na polskim ugorze,  
Smutno mi Boże!

V.

Żem często dumał nad mogiłą ludzi,  
Żem prawie nie znał rodzinnego domu,  
Żem był jak pielgrzym co się w drodze trudzi  
Przy blaskach gromu,  
Że nie wiem gdzie się w mogiłę położę,  
Smutno mi Boże!

VI.

Ty będziesz widział moje białe kości  
W straż nie oddane kolumnowym czołom:  
Alem jest jako człowiek co zazdrości  
Mogił, popiołom...  
Więc że mieć będę niespokojne łoże,  
Smutno mi Boże!

VII.

Kazano w kraju niewinnej dziecinie  
Modlić się za mnie co dzień... a ja przecie  
Wiem, że mój okręt nie do kraju płynie,  
Płynąc po świecie...  
Więc że modlitwa dziecka nic nie może,  
Smutno mi Boże!

VIII.

Na tęczę blasków, którą tak ogromnie  
Anieli twoi w niebie rozpostarli,  
Nowi gdzieś ludzie w sto lat będą po mnie



Patrzący — marli.  
Nim się przed moją nicością ukorzę,  
Smutno mi Boże!  
*Pisałem o zachodzie słońca, na  
morzu przed Alexandryą.*  
(Słowacki J, 1996).”

W owych latach gruźlica była nieuleczalna, tak jak dzisiaj rak. Lecz, jak pisze Susan Sontag: „najbardziej uderzające podobieństwo między mitologią gruźlicy a mitologią raka polega na tym, że obie choroby są, lub były, pojmowane jako choroby namiętności. [...]. I tak zgodnie z mitologią gruźlicy, atak choroby jest zazwyczaj skutkiem lub objawem jakiegoś namiętnego uczucia. Ale namiętność musi zostać stłumiona, nadzieje zaprzepaszczone. [...]. Zaś zgodnie z mitologią raka, chorobę wywołuje zazwyczaj systematyczne tłumienie uczuć. [...]. Podobnie jak dzisiaj opisy raka, tak samo niegdyś wszystkie typowe opisy gruźlicy przedstawiają rezygnację jako przyczynę choroby” (Sontag S., 1999, s. 24-27). A więc utrata nadziei i zaprzeczenie witalności. Albowiem „w przeciwieństwie do gruźlicy rak uważany jest na ogół za chorobę mało stosowną dla postaci romantycznej, być może dlatego, że romantyczne pojęcie melancholii zastąpiono obecnie nieromantycznym pojęciem depresji” (Sontag S., 1999, s. 54). A depresja to melancholia pozbawiona czaru, taka jak opisana w poniższym wierszu:

„najbardziej wierny jest  
smutek trwożnej pustki  
gdy opuści  
mnie  
prawie wszystko  
humor  
zdrowie  
rodzina  
przyjaciele  
pieniądze  
gdy nie będzie  
pogody ładnej  
telefonów  
uśmiechów  
siły  
chęci  
zostanie  
tylko  
wierny niesłuchanie  
smutek trwożnej pustki  
zostanie

tylko  
 wierny niesłuchanie  
 smutek trwożnej pustki  
 zostanie  
 tylko  
 zostanie  
 i kto to powiedział, że wierność jest pożądaną cechą”  
 (Mimowszystko M., 1997, s.93)

W ogóle choroba to – jak powszechnie wiadomo - zaburzenie funkcji lub uszkodzenie struktury organizmu, zwykle, każde odstępstwo od pełni zdrowia. A metaforycznie: „choroba jest nocną półkulą życia, naszym bardziej uciążliwym obywatelstwem. Od dnia narodzin każdy z nas posiada bowiem jakby dwa paszporty – przynależy zarówno do świata zdrowych, jak i do świata chorych. I choć wszyscy wolimy przyznawać się tylko do lepszego z tych światów, prędzej czy później, chociażby na krótko, musimy uznać również nasz związek i z tym drugim” (Sontag S., 1999, s. 7). Tak rozumiana choroba ukazywana w poezji, np. w wierszach szpitalnych, zawiera poetycką metaforę smutku wiążącą się z sytuacją cierpienia i bólu, czasem ze świadomością nieuniknionej śmierci. Cierpienie jawne lub skrywane, jest w nich bowiem szpitalną codziennością nasyconą, np. pełną niepokoju atmosferą oczekiwania na operację, chemioterapię, przeszczep, która uwyrażnia problemy choroby. Przy czym śmierć i cierpienie, np. dziecka, nie są ukazywane w tej poezji poprzez pryzmat okropności, makabryzmu, horroru. Ks. Lucjan Szczepaniak – autor tomu poezji szpitalnej – „rzadko używa leksemu >umierać<. Zastępuje go słowami >odchodzić<, >opuszczać żywych< (Aleksandrowicz A., 2005, s. 13).

Śmierć jest dołą człowieka i związany z nią smutek. „Smutek w tym przypadku jest stratą czyjejś obecności w naszym życiu, znaczących relacji, naszego w nim udziału. Trochę płacemy nad własną samotnością, utratą części siebie. Nie ma tu znaczenia wiek osoby zmarłej, równie głęboko, jeśli nie silniej, oplakujemy stratę dziecka, nawet bardzo małego, [czego poetyckim przykładem są *Treny* Jana Kochanowskiego]. Nie ma znaczenia czas trwania współczesnej drogi, podobnie jak stopień bliskości, pokrewieństwa, głębokość zażyłości” (Bohdan Z., 2014, s. 145). Choć są pytania o przedwczesną śmierć, celowość bólu, cierpienia, smutku i niezgoda na to:

„Smutek oślizłe macki zacisnął na mym sercu,  
 tchnie chłodem i wdziera się coraz dalej... dalej,  
 pożera wszelkie radosne uczucia.  
 Śmierć!  
 To ona zabrała mi...  
 Gdzieś tam szydzi z mej rozpaczki,  
 ciągle zbierając nowe żniwo dusz.

Nienasycona.  
Upiorna z wiecznie wyciągniętymi pazurami.  
Idź precz, nie łakom się na moje życie,  
to nie gasnąca iskierka, lecz płomień.  
Muszę istnieć, by mógł ktoś oplakać tę duszę,  
to istnienie, które zniemacka zagarnęłaś.  
Wiedz, że i twoim bezlitosnym rządom,  
przyjdzie kres... a wtedy będziesz musiała  
rozliczyć się z każdego ludzkiego istnienia.  
Biada ci!  
Jeśli chociaż jedno przedwcześnie zabrałaś.  
(Walencik J., 1997, s. 189).”

Śmierć w powyższym wierszu jest okrutna i niesprawiedliwa, dlatego że dotknęła osoby z bliskiego otoczenia podmiotu lirycznego, z tego też powodu stanowi dla niego raniące i trudne doświadczenie. Istotą owego doświadczenia jest smutek, który „tchnie chłodem i wdziera się coraz dalej... dalej”. Zaś istotnym powodem niez zaakceptowania śmierci przez podmiot jest czas odejścia bliskiej mu osoby, stanowczo zbyt wczesny i gwałtowny. Łatwo dostrzec, że podmiot liryczny jest całkowicie pogrążony w żałobie, potrzebuje więc wsparcia by przeżyć okres po stracie.

Według ustaleń psychologów, elementem kluczowym dla procesu żałoby jest odczuwanie intensywnej tęsknoty za zmarłym. Obok tęsknoty i osamotnienia charakterystycznymi dla żałoby są uczucia smutku, cierpienia i przygnębienia. Śmierć kogoś bliskiego może generować również uczucia: lęku, złości, irytacji, czy poczucia winy. Przy czym złość i irytacja są emocjami, które traktuje się jako dość charakterystyczne dla procesu żałoby. Obecność tych uczuć w połączeniu z utratą sensu życia mogą powodować wystąpienie depresji (Tucholska S., 2009, s. 23). „Należy zwrócić uwagę – jak podkreślają badacze problemu – że żałoba, będąc sytuacją trudną, może jednocześnie być okresem ważnym dla osoby w aspekcie jej osobistego rozwoju. Odejście kogoś bliskiego łączy się z próbą poszukiwania odpowiedzi na szereg pytań egzystencjalnych, a sposób udzielenia na nie odpowiedzi może uruchamiać procesy psychiczne o dużym znaczeniu dla osobowego wzrostu” (Studen S., Tucholska S., 2009, s. 8).

Pytań egzystencjalnych jest rzeczywiście wiele. Dotyczą one przede wszystkim związku między świadomością nieuchronnego rozstania się z doczesną egzystencją a sensem życia. Śmierć bowiem zabarwia całe nasze życie. W każdej jego chwili zdajemy sobie sprawę, że nie będzie ono trwało wiecznie. Ma bowiem swój nieuchronny kres. Umieranie, które rozumiemy jako nasz akt, w sensie osobowym (duchowym), oznacza świadomą akceptację własnej śmierci i żywą pamięć o tym fakcie (Kozuchowski J., 2014, s. 17, 20). Tymczasem u człowieka dochodzi do głosu, uwarunkowany biologicznie,

naturalny lęk przed śmiercią. Zdaniem A. Kępińskiego – lęk przed śmiercią wyznacza tło ludzkiej egzystencji. Jest on często wyolbrzymiany przez brak głębszej refleksji i wiary. I odwrotnie, lęk ten zmniejsza się w przypadku, gdy śmierć rozumiemy jako akt osobowy, przeżywany w wierze. Niemniej w stosunku do tej śmierci tak długo, jak długo żyjemy, występuje opór (Lewis C. S., (2009). Ten ostatni zostaje jednak złamany, gdyż śmierć ostatecznie zwycięża. Nie pozostaje więc nic innego, niż ją zaakceptować. Akceptacja śmierci to akt osobowy, duchowy (Kozuchowski J., 2014, s. 21). Za przykład poetycki takiej akceptacji śmierci niech posłuży znany wiersz Bogdana Chorażuka (ur. 1934 r.), pt.: *Zegarmistrz światła*, do którego piękną muzykę skomponował i równie pięknie zaśpiewał Tadeusz Woźniak; prawdziwa poezjo terapia (cytujemy z pamięci):

„A kiedy przyjdzie także po mnie  
Zegarmistrz światła purpurowy  
By mi zabełtać błękit w głowie  
To będę jasny i gotowy.  
Spłyną przeze mnie dni na przestrzał  
Zgasną podłogi i powietrza  
Na wszystko jeszcze raz popatrzę  
I pójdę nie wiem gdzie - na zawsze.”

### III. Poetyckie doświadczanie smutku

Wyrażanie emocji smutku za pomocą słowa pisanego to jedna z najbardziej rzucających się w oczy oznak jego poetyckiego doświadczania. Przez poetycką ekspresję smutku należy rozumieć jego opisanie wskazujące czytającemu na obecność w wierszu tej emocji. W opinii wielu „smutek powinien być zarezerwowany dla poezji” (Lewis M., Haviland-Jones J. M., 2005, s. 770). Gatunkiem poetyckim, którego dominującym ośrodkiem kompozycyjnym jest właśnie smutek, pisany, tzw. dystychem elegijnym - pozostaje oczywiście elegia, czyli pieśń lamentacyjna uprawiana przez poetów wszystkich epok. W rozumieniu definicyjnym jest to utwór liryczny o treści poważnej, refleksyjnej, utrzymany w tonie smutnego rozpamiętywania lub skargi, dotyczący spraw osobistych lub problemów egzystencjalnych związanych, np. z przemijaniem, śmiercią, miłością. Genetycznie bliski elegii jest niewątpliwie tren, gatunek liryki żałobnej, wyrażający smutek i żal z powodu czyjejś śmierci (Głowiński M., Kostkiewiczowa T., Okopień-Sławińska A., Sławiński J., 1976, s. 97-98, 469). Z czasem jednak, termin „smutny” w poezji służył nie tylko do opisywania stanu ducha podmiotu, lecz również zaczęto go przenosić na przedmioty wywołujące ten nastrój i pisano, np. o smutnych krajobrazach, wnętrzach,

tonach, czy oświeceniach, aż po dominację w liryce, niektórych epok, metaforycznego znaczenia określenia tej emocji.

### III.1. Barwy smutku w poezji terapeutycznej – kolor maski Saturna

Chyba żaden symbol kryzysu emocjonalnego nie ma większej wymowy w poezji, niż nasycony ekspresją nieszczęścia **czarny** obraz smutku - kolor maski Saturna. Bierze się to stąd, że na przykład w depresjach, jak zauważa Kępiński, koloryt ten waha się od szarości do czerni. Od stopnia nasilenia czerni kolorytu zależy granica między nerwicą a psychozą. Mrok depresyjny mieści się jeszcze na poziomie nerwicy, całkowita ciemność depresji jest już psychozą. Zmiana kolorytu życia, czyli nastroju, stanowi bez wątpienia istotę cierpienia. „Zmiana nastroju jest subiektywnym wyrazem tego wszystkiego, co dzieje się wewnątrz ustroju i w jego zasadniczych relacjach z otoczeniem. [...]. Oddzielanie nastroju od uczucia jest czymś sztucznym. Lepiej określać te dwa pojęcia wspólnym mianem kolorytu emocjonalnego. Niezależnie od genezy depresji jej cechą zasadniczą jest ciemny koloryt. Ciemność panuje zarówno na zewnątrz, jak wewnątrz. Cechą ciemności jest to, że znikają kolory i zacierają się kontury rzeczywistości. [...]. Zarówno świat otaczający staje się mroczny, jak i chory sam dla siebie w czarnych kolorach się przedstawia. [...]. W depresji bowiem dynamika życiowa ulega osłabieniu. Gaśnie pęd do życia, wszystko wokół i w środku zaciemnia się, kresem jest ciemność śmierci” (Kępiński A., 1979, s. 99-101). Jakże widoczne to jest w poezjoterapii:

„Dookoła ciemność,  
Brak wszelkich kolorów,  
Obraz przed oczami kręci się w kółko i te głosy...  
Krzyczą, proszą, szydzą, radzą...  
Piski, wrzaski, płacz...  
W głowie chaos, którego nie można uciszyć, uporządkować.  
Coraz większa rozpacz, lęk przed każdym ruchem  
I leki, ile się tylko da.  
Bliska utraty zmysłów, wyzwalam ból fizyczny.  
Rysy na skórze, strumyczek krwi i ...czuję, że jestem...  
Ból ten nie umywa się do tego, co w środku.  
Plany na >odejście<.”

(Klara, lat 19, 2011, s.45).

Czym jest zatem ciemność?. „Z biologicznego punktu widzenia ciemność jest antytezą życia. Życie na naszej planecie wiąże się bowiem ze Słońcem. [...]. W świetle słonecznym rzeczywistość jest jasna, racjonalna, związki z nią udaje się kształtować w logiczne struktury. W nocy staje się ona ciemna, budzi nieraz grozę, pustkę ciemności wypełniają twory własnej fantazji i uczuć, stosunek do niej jest przede wszystkim

irracjonalny. [...] Przerznięć ciemna jest dlatego zawsze przetrznięć psychotyczną, że w nią rzutuje się to, co tkwi w głębi człowieka i staje się jego nierzeczywistą rzeczywistością” (Kępiński A., 1979, s. 100). „Czarne słońce” – właśnie tej metafory na określenie Saturna - użyła Julia Kristeva, językoznawczyni, psychoanalityczka i filozofka, jako tytułu swojej książki o depresji i melancholii, ściślej, do opisu podmiotu depresyjnego, pozbawionego możliwości symbolizacji, lecz szukającego dla swego udęczonego ciała jakiegokolwiek szansy ekspresji (Kristeva J., 2007, okładka). Jak w poniższym wierszu terapeutycznym:

„Zachodziło słońce  
I znów traciłam grunt pod nogami.  
Nie miałam już siły  
Toczyć tej walki wręcz  
Bez szans na wygraną:  
Z własnym złem,  
Z własnym piekłem.  
Śniąc, za jasnością tęskniłam,  
Gdy słońce się chowa  
Szukam światła w mroku.  
A nadzieja ucieka,  
Wciąż dalej ode mnie,  
Wciąż ode mnie dalej...”  
(Klara, lat 19, 2011, s.40).

Istotą terapii w tym utworze jest to, że przedstawiona w nim pozycja depresyjna, polegająca na odczuciu głębokiego smutku z powodu utraty nadziei, została przekroczo- na poprzez możliwość jej poetyckiej symbolizacji, aby w ten sposób autorka mogła odzyskać utracone poczucie szansy na wygraną ze „złem”.

### III.1.1. Składniki emocji jako wyznaczniki poetyckiej interpretacji smutku

Przykładowe przedstawienie poezjoterapii dotyczącej emocji smutku oprzemy na wspomnianych już, na początku artykułu, czterech zmiennych jej składnikach związanych z doświadczeniem emocjonalnym, którymi są: *ocena sytuacji, zmiany w organizmie, wyrażanie emocji, umotywowane działanie*. Klasyfikacja naukowa składników jest tu jedynie porządkującym zabiegiem interpretacyjnym, utwierdza to, co poeci wyrażają dzięki swemu osobistemu doświadczeniu. Ich świat przeżyć smutku wyrażony w wierszach jest bowiem niezwykle bogaty i zasadniczo nie da się go ująć w jakieś formy klasyfikacyjne, które często są za ciasne. Dlatego zaproponowane przykłady twórczości należy traktować nie tyle jako wierne obrazy przeżyć smutku, ale jako charakterystyczne tendencje poetyckie, które mogą wystąpić.

### III.1.1.1. Ocena sytuacji

Przypomnijmy za psychologami (Parkinson B., Colman A. M., 1999, s. 20-21), że różne emocje są charakteryzowane przez różne oceny sytuacji, po pierwsze, na podstawie tzw. oceny pierwotnej, wówczas smutek sugeruje, że sytuacja została oceniona negatywnie. Po drugie, z zastosowaniem oceny wtórnej, wtedy, jeśli ocenia się sytuację jako niepożądaną oraz uznaje, że potencjał radzenia sobie jest niewielki i trudno będzie go zwiększyć, wówczas doświadczanym stanem emocjonalnym będzie z pewnością depresja, czasami z postawą samobójczej rezygnacji, tj. wówczas, gdy przekroczy próg psychotyczny:

„Czuję smutek i serce, które krwawi  
Trzymając żyłkę w dłoni  
Kreśląc na ciele rany  
Jak łzy po policzku  
Sączą się krwi krople  
Gdy duszę ból rozrywa  
Pod osłoną nocy  
Nie radząc sobie ze smutkiem i strachem  
Wciąż okaleczam swe ciało  
By ból dał ukojenie  
Dla duszy przepelnionej cierpieniem...”

(Lidia, lat 21, 2013, s. 46).

Widzimy, jak zaciemnia się koloryt wiersza („pod osłoną nocy”), wtedy smutek (ocena pierwotna) i strach (ocena wtórna), sugerujące negatywne oceny sytuacji podmiotu, stają się osiowym objawem depresji, a wyłaniające się z ciemności nocy depresyjnej przerażające i groźne myśli samobójcze – okaleczanie się jest uzewnętrznianiem bólu - urastają do głównej dominanty kompozycyjnej wiersza. Zbliżenie do śmierci niesie ze sobą odpoczynek, jest końcem cierpienia podmiotu, wyraża beznadzieję.

Z drugiej strony, jeśli sytuacja zostanie oceniona jako niepożądana, ale potencjał radzenia sobie jako duży, to emocją częściej odczuwaną będzie nadzieja. Oceny sytuacji odgrywają przyczynową rolę w rozróżnianiu i przezwyciężaniu emocji smutku w poezji terapeutycznej, oto przykład:

„Choć często brak mi sił,  
Wciąż jeszcze wiarę w sercu mam,  
Cicha nadzieja wciąż mówi mi:  
Mimo tych gorszych chwil,  
Nadejdzie piękny czas.  
Ucichnie duszy smutek,  
Łzy będą płynąć w radości,  
Moje serce będzie znów szybciej bić,

Zacznę na nowo ciszyć się dniem.  
Uwierzę, że starczy mi sił,  
By zmienić obraz, który męczy mnie od lat.”  
(Sabina, 20 lat, 2011, s. 105).

W opisywanej ocenie sytuacji dominuje wyciszenie nastroju smutku poprzez odczuwaną nadzieję na jego przezwycięzenie. Stąd mamy do czynienia ze smutkiem „cichym”, który – według słów A. Kępińskiego może być łagodny, pełen spokoju (Kępiński A., 1979, s. 163), a w tym wierszu z wyczuwanym pod nim ciepłem wewnętrznym promieniującym od podmiotu lirycznego. Taka ocena sytuacji podmiotu zawiera walor terapeutyczny i stanowi katharsis zarówno dla piszącego, jak i czytającego ten utwór.

Poetyckie wyznaczniki smutku stanowią raczej mały, ale niezwykle istotny terapeutycznie zestaw ocen. Najważniejsze dotyczą tego, czy sytuacja podmiotu lirycznego jest, po pierwsze, negatywna, a jeżeli tak to czy potencjał radzenia sobie podmiotu z nią jest mały lub żaden, wówczas występuje brak nadziei i groźba depresji; czy też tenże potencjał jest duży, wtedy nadzieja może nawet przezwyciężyć smutek. W tym kontekście nie jest przypadkiem, że antologia twórczości poetyckiej osób niepełnosprawnych nosi właśnie tytuł „Przesłanie nadziei” (Rzońca-Stupin A., 1997).

### III.1.1.2. Zmiany w organizmie

Silny związek pomiędzy specyficznymi stanami organizmu a emocją smutku, występujący często z oceną sytuacji, widoczny jest przede wszystkim w poezji terapeutycznej autorstwa osób niepełnosprawnych i chorych. Emocja smutku skupia ich uwagę na tych częściach ciała lub chorobie umysłowej, które czynią je dysfunkcyjnym, uniemożliwiającym aktywność życiową i społeczną danego podmiotu, jak np. we fragmencie wiersza niepełnosprawnej poetki Sabiny Urbaniak:

„Siedzisz na wózku nie dla wygody,  
to Twoje nogi, tak się poruszasz,  
Nie mówisz o tym – masz swe powody,  
a czy to ważne jest dla Sabiny?  
W Twoim mniemaniu cały świat winny,  
bo po chorobie życie się zmienia.  
Dlaczego to ja? – a nie kto inny,  
brak Ci pokory i zrozumienia.  
I nie miej żalu do swego brata  
co się już stało, nigdy nie wróci,  
wózek to przecież nie koniec świata,  
przez Twą chorobę serce się smuci. [...]”  
(Urbaniak S., 1997, 183).



W ogóle serce i żołądek to intuicyjnie kojarzące się organy ciała związane z odczuwaniem emocji smutku lub stresu. Niekiedy w centrum opisów poetyckich znajdują się reakcje fizjologiczne towarzyszące nadmiernie przykrym stanom depresyjnym podmiotu, np.:

„Przekroczyłem stresu próg  
zaczyna boleć mnie brzuch  
społeczeństwo to wróg  
jelita idą w ruch  
żołądek się skręca  
choroba nakręca  
a ja uciekam w róg  
walczę sił ostatkiem  
aby uciec kontaktom  
z otoczeniem  
znów”

(Bartek, lat 16, 2013, s. 22).

Prawdziwie artystyczną „czarną perłą liryczną” ze zbioru *Czarne perły. Nasze psychoetiudy*, jest wiersz Salome, lat 20, pt.: *Gdyby mi Psyche odpuściła...*:

„Gdyby mi Psyche odpuściła  
Miałabym diamentowe nadgarstki  
Rdzeń kręgowy trwalszy niż ze spiżu  
Wątrobę niczym silnik najdoskonalszy  
Byłabym kimś.  
Gdyby mi Psyche odpuściła  
Rankiem miłość wśród młodych traw  
Po południu kredyt w banku  
Wieczorem kominek i herbata  
Trzy stadia życia.  
Gdyby mi Psyche odpuściła  
Gdyby tylko...  
Gdyby...”

(Salome, lat, 20, 2013, s. 20).

„Psyche” jest tu metaforą zaburzeń psychicznych, choroby, skontrastowaną w pierwszej strofie z metaforami fizycznie zdrowego ciała. Natomiast w drugiej strofie - z opisywanym marzeniem o normalnej młodości i życiu toczącego się przez kolejne etapy („trzy stadia życia”). Nie ma opisu dynamiki emocji smutku, jego obecność podkreślają jedynie anafory („gdyby”) i pierścieniowa kompozycja wiersza. Wielkie uczucie smutku, spowodowane świadomością nieuleczalnej choroby, harmonizuje jednak z wielkim opanowaniem podmiotu lirycznego, jakby pogodzonego z losem. W jego postawie rezygnacji

dominuje melancholia i na jej wyrażeniu opiera się efekt terapeutyczny tego pięknego w swej prostocie utworu. „Aspekt wyzwalającej pozytywności posiada każda >twórcza< melancholia – jak zauważa Alina Świeściak – a zatem melancholia >przetwarzana< w dzieło artystyczne. Ma ona wręcz działanie terapeutyczne, ponieważ piękno pozwala naszej jaźni wychodzić poza siebie, jest *ex-stasis*” (Świeściak A., 2010, s. 14).

### III.1.1.3. Wyrażanie emocji smutku

Wyrażanie emocji smutku za pomocą opisów stanów depresyjnych jest najbardziej charakterystyczną cechą jego doświadczania w poezji terapeutycznej. Poetyckie opisy ekspresji smutku mają jednak nie tylko wskazywać na obecność tej emocji czytającym, ale również uwalniać od niej piszących wiersze, gdyż silne uczucie smutku, o dużej dynamice, z reguły osłabia lub wręcz paraliżuje inną aktywność podmiotu, jak, np. w wierszu Sarah, lat 17, pt.: *Smutek, który mnie wyściela od wewnątrz*;

„Ranek. Świt bezczelnie puka  
Do okien i patrzy, i słucha...  
Na wołanie jego jestem głucha  
...Jak pnie lesie  
Strząsam z siebie sztuczne światło żarówek  
Zapewniając sobie  
Ciszą i snem owiany pochówek.  
...Mój smutek tęskno w górę pnie się  
Chcę bez końca tonąć w miękkiej pościeli.  
Zatapiam ręce obie  
W pierza bieli.  
...Każdy dzień melancholii bukiet niesie  
Jestem jedną z tysiąca pomiętych puszek  
Skopanych, rzuconych, zgniecionych.  
Już nie puch i nie puszek,  
Co na wietrze płynie po lasach Księżycem oświetlonych.  
Nie.  
Kto takową puszkę do przytomności i normalności  
Próbował przywrócić  
To wie, że to jak łamać na nowo źle pozrastane kości.  
Trudno się podnieść po atakach i spokojny oddech wrócić.  
Słońca i tak zgasną, żarówki się wypalą,  
Ciała ruchliwe po mieście walać się będą, tak, jak się walają.  
A ja będę gnąć w bieli  
Tej pościeli.  
Żal oplótl mnie kołdrą

Łzy chowają się za poduszką  
Tej zbroi ze mnie nie zedrą  
Zresztą – po co. Jestem tylko zgniecioną puszką.”  
(Sarah, lat 17, 2013, s. 25).

Niezależnie od siły opisywanego smutku warto zwrócić uwagę, że różnorodność kolorytu tego opisu redukuje się do jednej barwy – ciemności. Podmiot depresyjny stopniowo dąży i przyzwyczaja się do ciemności swego otoczenia („Słońca i tak zgasną, żarówka się wypalą”). Ponadto jego smutek jest pusty, nic się w nim nie dzieje, poza negatywnym stosunkiem do świata i siebie („Jestem tylko zgniecioną puszką”). Obraz własnej osoby staje się nawet ohydny („A ja będę gnić w bieli”). Podmiot owładnięty jest myślą o śmierci, bo nie ma nadziei na wyzdrowienie („Tej zbroi ze mnie nie zedrą”).

Ale niekiedy pod czernią wyrażanego smutku można wyczuć ciepło wewnętrzne podmiotu, jego miłość do otoczenia, pełne spokoju i ciszy, a nawet uśmiechu pogodzenie się z losem i chorobą, tak jest w wierszu Katarzyny Dominik, pt.: *Bolesny uśmiech*:

„Czuję się dobrze,  
to znaczy muszę się czuć dobrze  
aby oszuka ciało, które podąża za duszą,  
której chcę zaoszczędzić cierpienia  
spowijającego moje serce.  
Dlatego też kiedy tylko mogę i umiem,  
Uśmiecham się do wszystkich wokoło,  
Czasami przez łzy, czasami z bólem,  
Ale dzięki temu moi bliscy są spokojni.  
Takie to życie, bolesne, ale i piękne,  
Smutne, ale i radosne...  
Dwie sprzeczności, niemniej jeden cel,  
Jakim jest BÓG.”  
(Dominik K., 2014, s. 85).

„Twórczość Katarzyny Dominik – jak piszą znawcy jej twórczości – nosi wyraźne piętno zmagania się z chorobą, losem, własnymi rozterkami. Jest pewnego rodzaju dialogiem, jaki autorka/podmiot liryczny toczy z samą sobą, któremu towarzyszą niewyszukane rymy i łatwo wpadające w ucho zestawienia słów. To jeszcze bardziej podkreśla walor terapeutyczny tej twórczości nastawionej na głębokie przeżywanie i wyrażanie własnych emocji za pośrednictwem prostych środków artystycznych” (Matras W., Kania M., 2014, s. 64).

#### III.1.1.4. Umotywowane działanie

Stany motywacyjne służące przeciwdziałaniu smutkowi, a więc emocji bardzo pasywnej, związane są z nadzieją, jako emocją aktywną. To funkcje tej emocji aktywnej,

czyli życzenie zmiany smutnego doświadczenia emocjonalnego i niepewności, że tak się stanie, ułatwiają przetrwanie skutków smutku, a nawet, przy wartościach skrajnych subiektywnego prawdopodobieństwa powodzenia zmiany, uwolnienia się od niego. Zatem uświadomienie pragnień i impulsów do działania stanowi ważny element doświadczanej emocji smutku. Patrząc z tej perspektywy, można zauważyć w poezji terapeutycznej silną emocję gotowości do działania, charakteryzującą chęć wyzdrowienia. Ponadto silną korelację pomiędzy przypisywaniem sobie przez podmiot liryczny emocji nadziei a wyrażaną dynamiką gotowości do działania, np. w wierszu, pt.: *SM*, Sabiny Urbaniak, poetki chorej na stwardnienie rozsiane:

„Czai się w kącie gdzieś SM,  
lecz mnie tak łatwo nie dopadnie,  
bo taka we mnie drzemie siła,  
będę chodziła,  
będę chodziła!  
Świata nie zdążę już przemierzyć,  
lecz myślą wędruję w obce kraje.  
Na przekór chorobie żyję, chodzę  
i życie jeszcze radość mi daje.  
Ciało chorobie podda się, być może,  
lecz duszy nigdy nie pokona  
i gdy już całkiem mnie położy,  
żyć będę, chociaż udręczona.  
Gdy sił nie stanie,  
na wózku siądę.  
Będę jeździła,  
lecz będę żyła.”

(Urbaniak S., 1997, s. 181).

Oczywiście nadzieja często współwystępuje z wiarą i determinacją, choć nie brak niepewności co do sukcesu:

„Nie wiem czy podołam  
Zaczynam od nowa budowę  
Gmachu nadziei  
Układam cegła po cegle  
Mur spokoju i nieustępliwości  
Odgradzam ścianami wiary  
Mój małej kącik życia”

(Czerniak K. A., 1997, s. 29).

A. Kępiński pisze, że „zasadniczo tylko dwie postawy są możliwe do przyjęcia w tym smutnym świecie: postawa rezygnacji i postawa buntu. W pierwszym wypadku

człowiek przyjmuje swój los, zanurza się w ciemności smutku i znosi cierpliwie ciężar życia. [...] W wypadku postawy buntu człowiek nie może pogodzić się z ciemnością i ciężarem życia.” (Kępiński A., 1979, s. 162). W takim wypadku nadzieja jest konieczna:

„Promykiem jasnym ogrzej mnie nadziejo  
słodkich słów kołysaniem  
Nie bądź tylko twardym kamieniem  
i cichych aniołów śpiewaniem  
Daj mi siłę nadziejo ogromną  
wiarę że życie jest piękne  
miłość do tego co chce być kochane  
I nie odchodź nadziejo ode mnie”

(Grochowska M., 1997, s. 67).

Składniki emocji jako wyznaczniki poetyckiej interpretacji smutku można precyzować w poezjoterapii jako skutek wydarzenia pobudzającego smutek podmiotu lirycznego, składającego się właściwie na proces emocjonalny zapoczątkowany jego oceną sytuacji. Uczucie smutku jest bowiem u niego świadomym skutkiem tej oceny. Do powstania tego uczucia przyczynia się również uświadomienie sobie przez podmiot zmian fizjologicznych organizmu i ekspresja smutku, prowadzące do efektu w postaci umotywowanego działania. Spoglądając na wszystkie cztery składniki smutku jako na proces emocjonalny można dostrzec, że zjawisko to zawiera u swych podstaw wspólne odczucie depresji.

Dlatego też ciemność i szarość są głównymi barwami smutku, gdyż stanowią główne cechy świata depresyjnego podmiotu lirycznego. Inne cechy to tylko dwie postawy podmiotu: rezygnacji i buntu. W pierwszym przypadku mamy do czynienia z apatią podmiotu i zanurzaniem się w ciemności smutki, natomiast w drugim, w przypadku nadziei, z aktywnością. Podobnie jest z kolorem, do ciemności czasami przenika światło, tworząc z nią różne odcienie, tj. wtedy, kiedy nadzieja wypiera uczucia negatywne i podmiot liryczny usiłuje zdjąć maskę Saturna.

#### IV. Zakończenie

Smutek w poezjoterapii jest przede wszystkim złym nastrojem związanym jednak z chorobą, głównie depresją, bywa też przypadłością ograniczoną w czasie i czysto duchową. Oprócz choroby bowiem, stan ducha smutnego podmiotu lirycznego motywuje często zmartwienie lub zmęczenie, czasami melancholia jako oznaczenie nastroju. W rezultacie smutek zyskał w tej poezji psychologiczną treść pojęć związanych ze stanami depresyjnymi, które w tradycji literackiej odnoszą się najczęściej do melancholii, symbolizowanej

przez Saturna. Mimo widocznej zależności od konwencjonalnych schematów tradycji poetyckiej, utwory terapeutyczne osiągają miejscami wielkość tragizmu mitu saturnijskiego. Zawarta w nich wizja czarnego smutku jest jednocześnie nasycona ekspresją tradycyjnego psychiatrycznego obrazu depresji, którego istotę stanowi poetycka synteza motywów emocji negatywnych znanych autorom wierszy z własnych przeżyć. Ich pełne napięcia emocjonalnego opisy smutku, odwołujące się także do sfery intelektualnej i moralnej, prowadzą do terapeutycznego dialogu w sztuce poetyckiej i stanowią dopełnienie procesu wyzdrowienia.

## **Bibliografia:**

- Aleksandrowicz A., (2005), *Wstęp. Twórczość ks. Lucjana Szczepaniaka SCJ – kapłana, poety, lekarza*, w: Ks. Szczepaniak L., *Bo byłem chory... (Mt 25,36). Poezje szpitalne*, wstęp, wybór i opracowanie A. Aleksandrowicz, Wyd. Księży Sercanów, Kraków.
- Baron P., (2009), *Cierpienie cudze i własne jako element inspirujący twórczo*, w: Dylematy Egzystencjalne, tom 1, *Cierpienie*, red. nauk. E. Bartkowiak, P. Prüfer, Zielona Góra.
- Bartek, lat 16, (2013), *Ból (ucha, brzucha i duszy)*, w: *Czarne perły. Nasze psychoetiudy*, Wyd. Hostel/MORS w Zagórzcu k/Warszawy, Zagórze k/Warszawy.
- Bohdan Z., (2014), *Smutek pożegnania z pacjentem*, w: *Porozmawiajmy o śmierci...*, pod red. B. Antoszewskiej i J. Binnebesela, Wyd. UWM, Olsztyn.
- Czerniak K. A., (1997), *Nie wiem czy podolam*, w: *Przesłanie Nadziei. Antologia twórczości literackiej osób niepełnosprawnych ruchowo*, Część I, *Poezja*, Wybór i opracowanie A. Stupin-Rzońca, Wyd. Wyższa Szkoła Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej, Warszawa.
- Czernianin W., (2008), *Teoretyczne podstawy biblioterapii*, wyd. ATUT, Wrocław.
- Czernianin W., Czernianin H., (2011), *Poezjoterapia jako jedna z metod biblioterapii*, „Przegląd Biblioterapeutyczny”, nr 1.
- Dobrychłop A., (2009), *Emocje w przeżywaniu cierpienia. Emocje źródłem cierpienia*, w: Dylematy Egzystencjalne, tom 1, *Cierpienie*, red. nauk. E. Bartkowiak, P. Prüfer, Zielona Góra.
- Doliński D., (1993), *Orientacja defensywna*, Wyd. Inst. Psychologii PAN, Warszawa.
- Dominik K., (2014), *Słowa zakłęte w poezji (zbiór wierszy z lat 2007-2014)*, Wyd. PROMO, Dobczyce A. D.
- Encyklopedyczny Słownik Psychiatrii*, (1986), pod red. L. Korzeniowskiego i S. Pużyńskiego, Wyd. PZWL, Warszawa, hasło: „depresja”.
- Földényi L.F., (2011), *Melancholia*, przeł. R. Reszke, Wyd. KR, Warszawa.

- Freud Z., (1991), *Żaloba i melancholia*, w: Kazimierz Pospiszyl, *Zygmunt Freud: człowiek i dzieło*, Wybór tekstów tłumaczyli: B. Kocowska, A. Czownicka, M. Albiński, L. Jekels, Wyd. Ossolineum, Wrocław.
- Garewicz J., (1989), *O pojęciu pesymizmu*, w: „Archiwum Historii Filozofii i Myśli Społecznej”, T. 34.
- Garewicz J., (1994), *Wstęp*, do: A. Schopenhauer, *Świat jako wola i przedstawienie*, Tom I, przełożył, wstępem poprzedził i komentarzem opatrzył J. Garewicz, Wyd. PWN, Warszawa.
- Głowiński M., Kostkiewiczowa T., Okopień-Sławińska A., Sławiński J., (1976), hasło: *elegia*, w: *Słownik terminów literackich*, pod red. J. Sławińskiego, Wyd. Ossolineum, Wrocław.
- Grochowska M., (1997), „*Promykiem jasnym ogrzej mnie nadziejo...*”, w: *Przesłanie Nadziei. Antologia twórczości literackiej osób niepełnosprawnych ruchowo*, Część I, *Poezja*, Wybór i opracowanie A. Stupin-Rzońca, Wyd. Wyższa Szkoła Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej, Warszawa.
- ICD-10, (1998), Międzynarodowa statystyka Klasyfikacji Chorób i Problemów Zdrowotnych. Rewizja dziesiąta, *Klasyfikacja zaburzeń psychicznych i zaburzeń zachowania w ICD-10. Badawcze kryteria diagnostyczne*, Wyd. Uniwersyteckie Wydawnictwo Medyczne „Vesalius”. Instytut Psychiatrii i Neurologii, Kraków – Warszawa.
- Kępiński A., (1979), *Melancholia*, Wyd. PZWL, Warszawa.
- Kierkegaard S., (1972), *Bojaźń i drżenie. Choroba na śmierć*, z oryginału duńskiego przełożył i wstępem opatrzył J. Iwaszkiewicz, Wyd. PWN, Warszawa.
- Klara, lat 19, (2011), *Zachodziło słońce...*, w: *Zwrotnica. Nasze psycho-narracje*, Wyd. Hostel/MORS w Zagórzu k/Warszawy, Zagórze k/Warszawy.
- Klibansky R., Panofsky E., Saxl F., (2009), *Saturn i melancholia. Studia z historii, filozofii, przyrody, medycyny, religii oraz sztuki*, przekł. A. Kryczyńska, Wyd. UNIVERSITAS, Kraków.
- Kożuchowski J., (2014), Ks. Józef Kożuchowski, *Filozoficzne aspekty problemu śmierci. Spojrzenie Roberta Spaemanna*, w: *Porozmawiajmy o śmierci...*, pod red. B. Antoszewskiej i J. Binnebesela, Wyd. UWM, Olsztyn.
- Kristeva J., (2007), *Czarne słońce. Depresja i melancholia*, przekład M. P. Markowski, R. Rzyziński, wstęp M. P. Markowski, Wyd. UNIVERSITAS, Kraków.
- Lewis C. S., (2009), *Smutek*, przekład J. Olędzka, Wyd. Esprit, Kraków.
- Lewis M., Haviland-Jones J. M., (2005), *Psychologia emocji*, tłum P. Kołyszko, GWP, Gdańsk.
- Lidia, lat 21, (2013), *Sznyty, które bola inaczej*, w: *Czarne perły. Nasze psychoetiudy*, Wyd. Hostel/MORS w Zagórzu k/Warszawy, Zagórze k/Warszawy.
- Łosiak W., (2007), *Psychologia emocji*, Wyd. Akademickie i Profesjonalne, Warszawa.

- Matras W., Kania M., (2014), „*Słowa zaklęte w poezji*”. *O autoterapeutycznych właściwościach poezji na przykładzie twórczości Katarzyny Dominik*, „Przegląd Biblioterapeutyczny”, Vol. IV, nr 2.
- Mickiewicz A., (1997), *Wybór poezji*, oprac. Cz. Zgorzelski, Ossolineum, t. 1, 2. Wrocław.
- Mimowszystko M., (1997), „*najbardziej wierny jest...*”, w: *Przesłanie Nadziei. Antologia twórczości literackiej osób niepełnosprawnych ruchowo*, Część I, *Poezja*, Wybór i opracowanie A. Stupin-Rzońca, Wyd. Wyższa Szkoła Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej, Warszawa.
- Mitarski J., (1979), *Z dziejów melancholii*, w: Kępiński A., *Melancholia*, Wyd. PZWL, Warszawa, 1979.
- Norwid. C. K., (1973), *Pisma wierszem i prozą*, wybrał i wstępem opatrzył J. W. Gomulicki, Wyd. PIW, Warszawa.
- Parkinson B., Colman A. M., (1999), *Emocje i motywacja*, pod red. Briana Parkinsona i Andrew M. Colmana, przekł. I. Sowa, Wyd. Zysk i S-ka, Poznań.
- Rzońca-Stupin A., 1997, *Przesłanie Nadziei. Antologia twórczości literackiej osób niepełnosprawnych ruchowo*, Część pierwsza, *Poezja*, Wybór i opracowanie A. Stupin-Rzońca, Wyd. WSPS, Warszawa.
- Sabina, 20 lat, (2011), *Tryptyk o tym co czuję* (fragm.), w: *Zwrotnica. Nasze psycho-narracje*, Wyd. Hostel/MORS w Zagórz k/Warszawy, Zagórze k/Warszawy.
- Salome, lat, 20, (2013), *Gdyby mi Psyche odpuściła...*, w: *Czarne perły. Nasze psychoetiudy*, Wyd. Hostel/MORS w Zagórz k/Warszawy, Zagórze k/Warszawy.
- Sarah, lat 17, (2013), *Smutek, który mnie wyściela od wewnątrz*, w: *Czarne perły. Nasze psychoetiudy*, Wyd. Hostel/MORS w Zagórz k/Warszawy, Zagórze k/Warszawy.
- Seligman M. E. P., (1996), *Optymizmu można się nauczyć. Jak zmienić swoje myślenie i swoje życie*, przeł. A. Jankowski, Wyd. Media Rodzina, Poznań.
- Słowacki J, (1996), *Poezje*, Warszawa.
- Słownik Pojęć Filozoficznych*, (1996), pod red. W. Krajewskiego, przy współpracy R. Banajskiego, Wyd. Nauk. SCHOLAR, Warszawa.
- Sontag S., (1999), *Choroba jako metafora. AIDS i jego metafory*, przeł. J. Anders, Wyd. PIW, Warszawa.
- Staniszewski G., (2009), *Podróże metafizyczne. Eseje o pesymizmie w literaturze romantycznej*, Wyd. Świętego Krzyża, Opole.
- Studen S., Tucholska S., (2009), *Wstęp*, do: *Psychologiczna analiza procesu żałoby*, w: *Psychologiczne aspekty doświadczania żałoby*, red. S. Studen, S. Tucholska, Wyd. KUL, Lublin.
- Stupin-Rzońca A., (1997), *Przesłanie Nadziei. Antologia twórczości literackiej osób niepełnosprawnych ruchowo*, Część I, *Poezja*, Wybór i opracowanie A. Stupin-Rzońca, Wyd. Wyższa Szkoła Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej, Warszawa.



- Szczepaniak L., (2005), Ks. Szczepaniak L., *Bo byłem chory... (Mt 25,36). Poezje szpitalne*, wstęp, wybór i opracowanie A. Aleksandrowicz, Wyd. Księży Sercanów, Kraków.
- Świeściak A., (2010), *Melancholia w poezji polskiej po 1989 roku*, Wyd. UNIVERSITAS, Kraków.
- Tatarkiewicz W., (1978), *Historia filozofii*, Tom II, *Filozofia nowożytna do roku 1830*, Wyd. PWN, Warszawa.
- Tetmajer-Przerwa K., (1980), *Poezje*, 1980, Warszawa.
- Tucholska S., (2009), *Psychologiczna analiza procesu żałoby*, w: *Psychologiczne aspekty doświadczenia żałoby*, red. S. Steuden, S. Tucholska, Wyd. KUL, Lublin.
- Urbaniak S., (1997), *List otwarty*, w: *Przesłanie Nadziei. Antologia twórczości literackiej osób niepełnosprawnych ruchowo*, Część I, *Poezja*, Wybór i opracowanie A. Stupin-Rzońca, Wyd. Wyższa Szkoła Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej, Warszawa.
- Urbaniak S., (1997), *SM*, w: *Przesłanie Nadziei. Antologia twórczości literackiej osób niepełnosprawnych ruchowo*, Część I, *Poezja*, Wybór i opracowanie A. Stupin-Rzońca, Wyd. Wyższa Szkoła Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej, Warszawa.
- Walencik J., (1997), „*Smutek ośliżle macki zacisnął na moim sercu...*”, w: *Przesłanie Nadziei. Antologia twórczości literackiej osób niepełnosprawnych ruchowo*, Część I, *Poezja*, Wybór i opracowanie A. Stupin-Rzońca, Wyd. Wyższa Szkoła Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej, Warszawa.



## Rozdział 4.

# O pojmowaniu wychowawczej roli sztuki w biblioterapii – na przykładzie rozważań estetycznych Fryderyka Schillera i Herberta Spencera oraz książki *Poezja w wychowaniu* Piotra Chmielowskiego

(Wiktor Czernianin)

### I. Schillerowski postulat wychowawczej roli sztuki poprzez zabawę

Fryderyk Schiller (1759-1805) jest autorem nie tylko terminu „wychowanie estetyczne”, ale także pierwszego w historii filozofii dzieła podkreślającego bardzo mocno rolę wychowawczą sztuki, mianowicie *Listów o wychowaniu estetycznym człowieka*, wydanych w 1795 roku. Warto przypomnieć, że dzieło to na język polski po raz pierwszy przełożył Fryderyk Henryk Lewestam (1817-1878). Jego tłumaczenie ukazało się w 1843 roku, pt.: „*Fryderyka Schillera >Listy o wychowaniu estetycznym człowieka< tudzież rozprawy >O wzniosłości<, >O sztuce tragicznej<, >O moralnej korzyści estetycznej obyczajów<*”, wyd. Redakcja „Biblioteki Warszawskiej”.<sup>1</sup> Pedagogiczna formuła zawarta w tytule jest myląca. Paradoksalnie, słynny niemiecki poeta i dramaturg nie zajmuje się wychowaniem (nie ma na myśli procesów edukacyjnych interesujących pedagoga), ale w sposób filozoficzny zajmuje się człowiekiem, człowiekiem epoki, w której sam żył, a zwłaszcza człowiekiem przyszłości.<sup>2</sup> Współczesny Schillerowi człowiek stał się przedmiotem jego krytyki, ale także troski i niepokoju. Poeta swoją koncepcją estetyczną – związaną niewątpliwie z wydarzeniami Rewolucji Francuskiej z 1789 roku - odpowiadał na wezwanie do krytyki istniejącego wówczas ustroju feudalnego i do kształtowania form nowej przyszłości. Stosunek Schillera wobec Wielkiej Rewolucji był ambiwalentny: z jednej strony nie pochwałał okrucieństwa jakobinów, a z drugiej - przemawiały do niego ideały buntowników. Dla Schillera pierwszym krokiem realizowania rewolucji

---

<sup>1</sup> „*Fryderyka Schillera >Listy o wychowaniu estetycznym człowieka< tudzież rozprawy >O wzniosłości<, >O sztuce tragicznej<, >O moralnej korzyści estetycznej obyczajów<*”, [tłum. Fryderyk Henryk Lewestam], Wyd. Redakcja „Biblioteki Warszawskiej”, Warszawa 1843.

<sup>2</sup> I. Wojnar, *Estetyczna samowiedza człowieka*, Wyd. PWN, Warszawa 1982.

społecznej i politycznej miała być postulowana rewolucja estetyczna, podjęta w imię harmonijnego i wszechstronnego rozwoju człowieka rozdartego wewnętrznymi sprzecznościami. Rewolucja ta miała być oparta na programie postulującym urzeczywistnienie harmonii społecznej poprzez kształtowanie wewnętrznej harmonii człowieka, co z kolei możliwe było tylko dzięki sztuce.<sup>3</sup> Jako zasadnicze cele wychowania estetycznego Schiller wyznaczył: 1/ ukształtowanie pełnej, zintegrowanej, harmonijnej jednostki; 2/ stworzenie idealnego państwa równości i wolności politycznej.<sup>4</sup> Kształtowanie wewnętrznej harmonii człowieka poprzez sztukę brzmi nowocześnie i jest bliskie biblioterapii. Oczywiście, funkcje terapeutyczne sztuki nie mogą być identyfikowane z funkcjami wychowawczymi, ale są im w poważnym stopniu pokrewne,<sup>5</sup> stąd m.in. bierze się podział biblioterapii na kliniczną i wychowawczą. „Głowa musi kształtować serce” – powiada Rafael, jeden z dwu protagonistów *Teozofii Juliusza*, filozoficznego dialogu, napisanego przez Schillera – jak przypomina Jerzy Prokopiuk we *Wstępie do Listów* – przed 1783 r.; jego twórca liczy sobie wówczas dwadzieścia kilka lat. Trudno znaleźć bardziej jędrny wyraz ducha Oświecenia, epoki, w której urodził się i wychował Schiller. W zdaniu tym – pisze dalej Prokopiuk – ogniskuje się racjonalistyczna i moralistyczna postawa świadomości oświeceniowej, właściwy jej kult rozumu i kult cnoty. Na tym fundamencie Oświecenie oparło swą wiarę we własną przelomowość i wyższość nad czasami przeszłymi. We własnej ocenie epoka ta widziała siebie jako kulturę uwolnioną od przesądów i autorytetów, i poddaną jedynie prawu rozumu utożsamionemu z prawem natury. O „pełnoletniości” tych czasów – by użyć określenia Kanta – miało świadczyć osiągnięcie krytycznej samowiedzy, wolności i autonomii, odsłaniających człowiekowi nieograniczone horyzonty wielkości duchowej i realizujących się wraz z postępującym opanowaniem własnej natury i świata zewnętrznego.<sup>6</sup> Przyjrzyjmy się zatem bliżej poglądom autora *Listów o wychowaniu estetycznym człowieka*.

Schillerowski postulat wychowawczej roli sztuki oparty jest na jej dualizmie, jako syntezie zmysłowości i duchowości oraz identyfikacji z zabawą. Koresponduje to z podkreślanym przez poetę dualizmem istoty ludzkiej, jej sprzecznymi instynktami fizycznym i moralnym oraz pędem do gry, czyli do zabawy, jako szczególnie rozpowszechnionym zjawiskiem życia. Wiążąc pochodzenie zabawy z pochodzeniem sztuki pisał: „Przedmiot owego popędu gry przedstawiony w jednym ogólnym zarysie, można więc nazwać żywym kształtem [żywą formą]: pojęcie to służy do oznaczenia wszelkich estetycznych

<sup>3</sup> I. Wojnar, *Estetyka i wychowanie*, Wyd. PWN, Warszawa 1964.

<sup>4</sup> S. Słowińska, *Koncepcja wychowania estetycznego Fryderyka Schillera – inspiracja dla edukacji kulturalnej dorosłych*, „Dyskursy Młodych Andragogów” Zielona Góra 2006, nr 7, s. 173-182.

<sup>5</sup> I. Wojnar, *Estetyka i wychowanie...*, op. cit., s. 48.

<sup>6</sup> J. Prokopiuk, *Wstęp. Utopia i profesja, czyli dwie dusze Fryderyka Schillera*, w: *Fryderyk Schiller; Listy o estetycznym wychowaniu człowieka i inne rozprawy*, tłum. I. Krońska, J. Prokopiuk, wstępem opatrzył Jerzy Prokopiuk, Wyd. Czytelnik, Warszawa 1972, s. 5.

właściwości zjawisk [jakości rzeczy], jednym słowem do określenia tego, co w najszerszym znaczeniu nazywamy pięknem.”<sup>7</sup> Przedmiotem popędu gry i zabawy jest dla niego piękno. „Pięknem człowiek powinien się tylko bawić i bawić się powinien tylko pięknem.”<sup>8</sup> Piękno to istota sztuki. Natomiast istotą tego, co ludzkie, jest dla Schillera instynkt zabawy: „Człowiek bawi się tylko wówczas, gdy jest pełnym człowiekiem, jest zaś pełnym człowiekiem jedynie wtedy, gdy się bawi.”<sup>9</sup> To znaczy, kiedy ożywia się i cieszy pięknem arcydzieł, ponieważ sztuka właśnie stanowi najwyższą, najwznioślejszą radość życia. Według Schillera zabawa jest działalnością estetyczną. Nadmiar energii, wolnej od zewnętrznych potrzeb, stanowi tylko warunek powstania estetycznej rozkoszy, jakiej, zdaniem Schillera, dostarcza zabawa. Funkcję tę Schiller nazywa trzecim popędem – komentuje Carl Gustaw Jung – popędem gry i zabawy, który nie przypomina żadnej z przeciwstawnych funkcji, a jednak zajmuje miejsce między nimi i oddaje sprawiedliwość istocie obu, zakładając oczywiście, że doznawanie i myślenie będą wówczas p o w a ż n y m i funkcjami.<sup>10</sup>

Wyłączając z ludzkiego postępowania przymus, a także dowolność i przypadkowość, popęd do zabawy zdolny jest doprowadzić człowieka do osiągnięcia pełnej wolności, zarówno pod względem fizycznym, jak i moralnym.<sup>11</sup> Człowiek w zabawie znajduje się nie tylko w kręgu rzeczywistości, ale i w kręgu wyobraźni. Odczucie piękna uwarunkowane jest refleksją i uczuciem, a piękno staje się jednocześnie stanem i czynem. Pełnia człowieczeństwa – to ideał zabawy daleki od pustych zabaw człowieka empirycznego, bliski natomiast wszechstronnemu kształtowaniu się osobowości pod wpływem arcydzieł sztuki. One to urabiają i kształtują człowieka w miarę tego, jak przenikają do jego świadomości i obdarzają go sobą i bogacą. Wnikliwe poznawanie arcydzieł sztuki i uleganie ich oddziaływaniu uszczęśliwia człowieka i przeobraża go, rozwijając i kształtując jego obraz świata i jego osobowość. „Aby człowieka zmysłowego uczynić człowiekiem rozumnym – pisze poeta – nie ma innego sposobu jak tylko uczynić go człowiekiem estetycznym.”<sup>12</sup>

<sup>7</sup> F. Schiller, *Listy o estetycznym wychowaniu człowieka i inne rozprawy*, tłum. I. Krońska, J. Prokopiuk, wstępem opatrzył J. Prokopiuk, Wyd. Czytelnik, Warszawa 1972, s. 99.

<sup>8</sup> C. G. Jung, *Archetypy i symbole. Pisma wybrane*, wybrał, przeł. i wstępem poprzedził J. Prokopiuk, część II, rozdz. 1, *Listy o estetycznym wychowaniu człowieka*, Wyd. Czytelnik, Warszawa 1976, s. 321.

<sup>9</sup> I. Wojnar, *Estetyka i wychowanie...*, op. cit., s. 57. Zob. też interpretację tej myśli i tego dzieła Schillera dokonanej przez Carla Gustawa Junga w książce *Archetypy i symbole. Pisma wybrane*, wybrał, przeł. i wstępem poprzedził J. Prokopiuk, część II, rozdz. 1, *Listy o estetycznym wychowaniu człowieka*, Wyd. Czytelnik, Warszawa 1976, s. 320 i n. Por. też rozważania Freuda o roli zabawy w twórczości literackiej, w szkicu *Pisarz i fantazjowanie...*, zob. *Dzieła*, Tom X, *Sztuki plastyczne i literatura*, przeł. R. Reszke, Wydawnictwo KR, Warszawa 2009, s. 145 i n...., op. cit.

<sup>10</sup> C. G. Jung..., op. cit., s. 320.

<sup>11</sup> I. Wojnar, *Estetyka i wychowanie...*, op. cit., s. 57

<sup>12</sup> F. Schiller, *Listy o estetycznym wychowaniu człowieka i inne rozprawy...*, op. cit., s. 134.

## II. Schillera teoria człowieka estetycznego

Ów człowiek estetyczny to tyle, co uszlachetniony człowiek fizyczny, zdolny do panowania nad siłą swoich uczuć, osiągający wolność działania. Jak zauważył Stefan Szuman, autor książki pt.: *O sztuce i wychowaniu estetycznym*: w pełni optymistyczny jest sąd Schillera o możliwościach prostych ludzi dotarcia do wartości tej prawdziwej, wielkiej sztuki. „Od publiczności – pisze Schiller – wymaga się jedynie wrażliwości, a tę przecież ona posiada. Zajmuje miejsce przed kurtyną pełna nieokreślonych pragnień i wszechstronnych możliwości odczuwania. Przynosi ze sobą zdolność pojmowania rzeczy najwznoślejszych, cieszy ją wszystko, co mądre i słuszne, i chociaż zaczęła od zadowalania się złymi sztukami, skończy na pewno na żądaniu znakomitych, jeżeli się jej próby takich sztuk pokaże.”<sup>13</sup> Rozróżniając „złe” i „znakomite” sztuki, Schiller miał na myśli utwory, które albo nie są, albo są wartościowymi dziełami sztuki, czyli z jednej strony utwory pseudoartystyczne, a z drugiej, artystycznie doskonałe i dogłębnie oddziałujące dzieła.<sup>14</sup>

Natura ludzka w przekonaniu Schillera jest dynamiczna i zdolna nie tylko do nieustannego przekształcania się, ale przede wszystkim do nieustannego przewyciężania swoich własnych sprzeczności – właśnie dzięki wyzwalamu działaniu sztuki. Jak już wspomniano Schiller rozróżnił w człowieku i sztuce dwa zasadniczo różne pierwiastki: zmysłowość i duchowość. Pierwszy jest bierny, drugi – czynny. Pierwszy jest chaotyczny, drugi – uformowany i formujący. Pierwszy jest życiem biologicznym, drugi – formą pojęciową, mającą swe źródło w rozumie. Im większe przeciwieństwo zachodzi pomiędzy tymi pierwiastkami, tym trudniej człowiekowi stopić je w sobie w jedną harmonijną całość. Dlatego tak często spotykamy ludzi, w których toczy się nieustanna walka między życiem zmysłowym i duchowym. Są i tacy, którzy doprowadzili w sobie do zgody te dwie sfery kosztem jednej z nich. Możliwe są tutaj dwa przypadki: jednym z nich jest człowiek zmysłowy o zagłuszonym życiu duchowym, drugim – człowiek żyjący w sferze pojęć, ale pozbawiony energii zmysłów. Każdy z nich jest odchyleniem od ideału człowieka, który ma być energią duchową zharmonizowaną z energią zmysłowości. Taki jest według Schillera „człowiek o pięknej duszy”.<sup>15</sup>

Jung ciekawie zauważył, że Schiller właściwie zdawał sobie sprawę z tego, co to znaczy przyznawać w jakimś stopniu pierwszeństwo „popędowi gry i zabawy”. Jak już widzieliśmy – pisał – usunięcie stłumienia wywołuje gwałtowny konflikt przeciwieństw

<sup>13</sup> Fryderyk Schiller, *Oblubienica z Messyny*, 1803, *Przedmowa do tragedii*. Cyt. za: Stefan Szuman, *O sztuce i wychowaniu estetycznym*, Wyd. Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 1990, s. 139.

<sup>14</sup> S. Szuman, *O sztuce i wychowaniu estetycznym*, Wyd. Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 1990, s. 139.

<sup>15</sup> B. Nawroczyński, *Rozbiór krytyczny poglądów Fryderyka Schillera na wychowanie estetyczne człowieka*, *Kwartalnik Pedagogiczny* 1960, nr 2, s. 51.

i kompensację, która w sposób konieczny prowadzi do upadku wartości dotychczas najwyższych. Fakt – dalej streszczamy wypowiedź Junga – że głos zabiera barbarzyńca żyjący w Europejczyku, oznacza katastrofę kultury, tak jak my ją dziś jeszcze rozumiemy, albowiem ktoś zaręczy, że tak człowiek, kiedy zacznie się „bawić”, będzie to robił z myślą o estetycznym nastroju i rozkoszowaniu się prawdziwym pięknem? Byłoby to przewidywanie całkowicie nieusprawiedliwione. Nieunikniony spadek poziomu kultury każe się raczej spodziewać czegoś zupełnie innego. Dlatego Schiller powiada słusznie: „Estetyczny popęd gry będzie więc w swych pierwszych próbach zaledwie widoczny, ponieważ popęd zmysłowy, przez swój kapryśny upór i dzikie żądze, nieustannie staje mu na przeszkodzie. Dlatego też widzimy, że surowy smak przede wszystkim chwytą się rzeczy nowych i zadziwiających, postaci barwnych, awanturniczych i dziwacznych, istot gwałtownych i dzikich, i że niczego bardziej nie unika, jak prostoty i spoczynku.” Trzeba z tego wyciągnąć wniosek, że Schiller zdawał sobie sprawę z niebezpieczeństwa związanego z tą przemianą. Tłumaczy to również fakt, że sam nie może zadowolić się znalezionym rozwiązaniem i odczuwa potrzebę, by dać człowiekowi pewniejszy fundament jego człowieczeństwa niż postawa estetyczno-ludyczna, albowiem przeciwieństwo między funkcjami jest tak wielkie i poważne, że zabawa z trudem mogłaby zrównoważyć cały ciężar i powagę konfliktu. Potrzeba czegoś trzeciego, co przynajmniej zrównoważyłoby powagę obu sprzecznych czynników.<sup>16</sup>

Dualizm natury ludzkiej zostaje w koncepcji Schillera uzupełniony dualizmem sztuki: dopiero piękno idealne może stać się gwarantem jedności człowieka, narzędziem przewycięzania jego napięć. Schiller uważał, że nie jest możliwe bezpośrednie przejście od stanu fizycznego do stanu moralnego, czyli osiągnięcie człowieczeństwa w dwoistym układzie natury ludzkiej. O przejściu tym decyduje dopiero natura troista, czyli zaistnienie w człowieku także stanu estetycznego, przejściowego, jako szczebla do prawdziwego człowieczeństwa. Stan estetyczny jest dla człowieka nie tylko stanem wolności, ale jednocześnie stanem rozmyślań, wyrażającym swobodny stosunek człowieka do świata. Wynikająca stąd satysfakcja estetyczna staje się podstawą nowej jedności człowieka.<sup>17</sup>

Przy postawie ludycznej – pisze Jung – cała powaga musi zniknąć, a tym samym pojawia się możliwość absolutnego określenia. Popęd ten kieruje się już ku doznaniu, już to ku myśleniu, raz igra z obiektami, innym razem z myślami. W żadnym razie jednak nie będzie on igrał wyłącznie z pięknem, do tego bowiem potrzebne jest *w y c h o w a n i e e s t e t y c z n e* i człowiek nie byłby już barbarzyńcą, a przecież chodzi właśnie o to, jak ma się ze stanu barbarzyństwa wydobyć. Dlatego przede wszystkim trzeba wreszcie stwierdzić, gdzie znajduje się najgłębsza istota człowieka. (C. G. Jung 1976, s. 322).

<sup>16</sup> C. G. Jung..., op. cit., s. 321-323.

<sup>17</sup> I. Wojnar, *Estetyczna samowiedza człowieka...*, op. cit., s. 36-37.

*A priori* człowiek jest zarówno doznawaniem, jak myśleniem, jest rozdzierany sprzecznościami, dlatego też musi tkwić gdzieś pomiędzy nimi i w swym najgłębszym wnętrzu być istotą, która wprawdzie partycypuje w obu popędach, jednakże również może być od nich różna, tak że wprawdzie musi znosić działanie popędów i niekiedy im ustępować, ale także może je wykorzystywać dzięki temu, że się od nich odróżnia, podobnie jak odróżnia się od sił natury, którym wprawdzie jest poddana, ale się z nimi nie identyfikuje. Schiller wypowiada się na ten temat następująco; „To współistnienie obu głównych popędów nie sprzeciwia się zresztą w żaden sposób absolutnej jedności ducha, jeśli tylko samego ducha odróżnimy od obu tych popędów. Wprawdzie oba te popędy w nim istnieją i działają, ale on sam nie jest ani materią, ani formą, ani zmysłowością, ani rozumem.”<sup>18</sup>

Ideał życia wynika więc w sposób logiczny z dwoistości natury ludzkiej, jednoczonej i harmonizowanej przez trzecią siłę - pędem do zabawy, czyli ludycznej kreacji. W ten sposób elementy estetyczne stanowią istotną treść natury ludzkiej. Inaczej mówiąc: do tak pomyślanego ideału może doprowadzić człowieka tylko wywodząca się z zabawy sztuka, jej sensem bowiem jest piękno, a piękno polega na możliwie najdoskonalszym zespoleniu w jedną harmonijną całość rzeczywistości zmysłowej z formą pojęciową. Właśnie dzięki temu, że świat sztuki jest światem pięknej ułudy, panuje w nim swoboda estetyczna. Zamiast działać na serio gramy w nim pozbawieni ograniczających więzów, wyzwoleni od wszelkiego przymusu, zarówno fizycznego, moralnego, jak i logicznego. Ten stan estetycznej wolności, według Schillera, odgrywa w życiu duchowym człowieka rolę pierwszorzędną. On to otwiera swobodny dostęp do wszystkich innych dziedzin życia. Przez stan ten człowiek musi przejść, jeśli chce się wyzwolić z życia zmysłowego i włączyć do życia duchowego.

Schiller chciałby – podsumowuje Jung – istotę zmysłową uczynić istotą rozumną czyniąc z niej uprzednio istotę estetyczną. Trzeba zmienić naturę człowieka zmysłowego – mówi Schiller – życie psychiczne trzeba „poddąć władzy formy”, człowiek ten musi „swoje fizyczne przeznaczenie wypełniać według zasad piękna”, „na obojętnym polu życia fizycznego musi zacząć życie moralne”, „jeszcze przebywając w granicach zmysłów zacząć urzeczywistniać swoją rozumną wolność”, „swym skłonnościom narzucić prawo swej woli”, „nauczyć się szlachetniejszych pożądań”.<sup>19</sup>

To „musi” u Schillera jest równoznaczne z dobrze znanym „powinien”, na które zawsze się powołujemy – konstatuje Jung – kiedy nie widzimy innej drogi. Również tu natykamy się na nieuniknione granice. Byłoby niesłuszne, gdybyśmy po jednym człowieku, choćby nawet wielkim, chcieli się spodziewać rozwiązania tego gigantycznego problemu, który rozwiązać mogą jedynie całe epoki i ludy, i to również nie świadomie,

<sup>18</sup> C. G. Jung..., op. cit., s.322-323.

<sup>19</sup> Tamże, s. 346.



lecz za zrządzeniem losu. Wielkość myśli Schillera leży w jego psychologicznej obserwacji i w intuicyjnym zrozumieniu tego, co zaobserwował.<sup>20</sup>

Tak więc uduchowienie człowieka rozpoczyna się od zabawy i sztuki. Harmonizując życie wewnętrzne jednostek ludzkich, sztuka wywiera również wpływ wychowawczy na życie społeczne. „Tylko smak estetyczny wnosi harmonię do społeczeństwa, gdyż stwarza harmonię w jednostce ludzkiej”.<sup>21</sup> Właśnie to dynamiczne ujęcie sztuki i równocześnie dynamiczne ujęcie natury ludzkiej, pozwoliły Schillerowi na formułowanie postulatów wychowawczych.

Schiller był przekonany, że człowiek potrafi odzyskać utraconą pełnię. Drogę wiodącą do tej regeneracji pokazał w swym programie „wychowania estetycznego”. Estetyka pełni tu funkcję prawdziwie ludzkiego modelu kultury wspartego na harmonijnym rozwoju człowieka. W modelu tym pogodzone zostaną wszystkie dualizmy moralności, historii i polityki. Piękno jest najwyższym wzorcem tej nowej kultury, a zarazem jedyną drogą, jaka do niej wiedzie. Tylko ona umożliwia „totalizację” rozdartego człowieka, a więc także zasadniczą przebudowę całej kultury i społeczeństwa. W tej harmonizującej funkcji piękno stanowi „trzecią siłę” i wytwarza „trzeci charakter”, który pośredniczy między skrajnościami wszystkich sprzeczności i jednocześnie łączy je w wyższą, syntetyczną jedność.<sup>22</sup>

Nie ma niewątpliwości, że teoria Schillera ma charakter spekulatywny i że – jakkolwiek związana pośrednio z bodźcami pochodzącymi z rzeczywistości społecznej – nie zamierza zajmować się praktyką i konkretnymi wymiarami ludzkiego życia. Mimo łatwych dziś do stwierdzenia naiwności i uproszczeń w Schillerowskiej koncepcji człowieka, pozostaje słuszne i aktualne jej podstawowe założenie: postulat wychowawczej roli sztuki.<sup>23</sup> Sylwia Słowińska, autorka artykułu pt.: *Koncepcja wychowania estetycznego Fryderyka Schillera – inspiracja dla edukacji kulturalnej dorosłych*, zauważa, że wiele łączy niektóre współczesne polskie koncepcje edukacji kulturalnej z teorią Schillerowską. Odwołują się one bowiem do klasycznej tradycji i dowartościowując rolę sztuki w procesach wychowawczych, afirmują (zakorzeniony już w antyku) ideał harmonijnie ukształtowanej jednostki ludzkiej. Wątki te odnaleźć można m.in. w koncepcji wychowania estetycznego Stefana Szumana oraz w koncepcji wychowania przez sztukę i do sztuki warszawskiej szkoły Bogdana Suchodolskiego i Ireny Wojnar (s. 181).

---

<sup>20</sup> Tamże.

<sup>21</sup> B. Nawroczyński..., op. cit., s. 52-53.

<sup>22</sup> J. Prokopiuk..., op. cit., s. 24.

<sup>23</sup> I. Wojnar, *Estetyka i wychowanie...*, op. cit., s. 57.

### III. Inspiracje Schillera i Spencera w rozważaniach Chmielowskiego

Myśl Schillera o wychowawczej roli sztuki podjął już w XIX wieku Piotr Chmielowski (1848-1904), krytyk literacki i historyk literatury. Jest on autorem książki pt.: *Poezya w wychowaniu* (Wilno 1881), którą można uznać za pierwszą polską pracę poświęconą w części biblioterapii wychowawczej, ściślej poezjoterapii. Można uznać, ponieważ środkiem wychowawczym świadomie przez niego zalecanym jest – wskazana w tytule – poezja. To nie jedyny argument, o innych będzie mowa w dalszej części referatu.

Chmielowski oparł swoje rozważania na poglądach Fryderyka Schillera–romantyka i Herberta Spencera–pozytywisty. Kontrast był zamierzony, tak jak i próba jego przewyciężenia. Chmielowski pisze: „w końcu przeszłego stulecia jeden z najświetniejszych poetów myślicieli – Fryderyk Schiller – pisząc >o estetycznym wychowaniu człowieka< pod wrażeniem terroryzmu rewolucji francuskiej, chciał uciec z krainy smutnej rzeczywistości, którą fantazja jego jeszcze wyolbrzymiała, i szukać schronienia w wiecznie spokojnym, w wiecznie pogodnym państwie sztuki, wypowiadając to sławne zdanie, że człowiek o tyle jest człowiekiem, o ile się bawi. Dzisiaj, jeden z najznakomitszych filozofów europejskich, Herbert Spencer, poczytuje wprawdzie sztukę za szlachetną zabawę, ale dalekim będąc od poczytywania zabawy za najlepsze znamię społeczeństwa, przeznaczając sztuce dodatkowe tylko znaczenie, – pierwsze, najważniejsze miejsce *pożytecznej* nauce zapewniając. Nie jest to jeszcze kontrast najjaskrawszy, jaki by z pomiędzy mnóstwa zdań w tej kwestii wybrać można; wzięłem go jednak naumyślnie dlatego, że przez usta wielkich pisarzy wypowiedziana tu została charakterystyczna cecha, odróżniająca czasy poezji od czasów rozważań, czy też naukowego badania.”<sup>24</sup>

D. B. Elkonin w swojej monografii poświęconej psychologii zabawy zwraca uwagę na fakt, że prace nad teorią zabawy zwykle wiążą się z nazwiskami takich myślicieli XIX, jak właśnie F. Schiller, H. Spencer i W. Wundt. W procesie kształtowania swoich filozoficznych, psychologicznych i głównie estetycznych poglądów wysunęli oni kilka też dotyczących także zabawy.<sup>25</sup> Zdaniem Elkonina najbliższy rozumieniu genezy zabawy okazał się - nie wspominany przez Chmielowskiego - Wilhelm Wundt, powszechnie uważany za pierwszego przedstawiciela psychologii eksperymentalnej. Ale myśli wypowiedziane przez Wundta w dziele pt.: *Ethik*, z 1886 roku, są fragmentaryczne. Mimo to Elkonin je zacytował. Wundt skłonny był uważać, iż źródłem zabawy jest rozkosz: „Zabawa – pisał on – to dziecko pracy. Nie ma ani jednej zabawy, która nie miałaby swego prototypu w jednej z form poważnej pracy, zawsze poprzedzającej ją zarówno w czasie,

<sup>24</sup> P. Chmielowski, *Poezya w wychowaniu*, Wydawnictwo E. Orzeszkowej i S-ki, Wilno 1881, s. 6-7, (sygn. Ossolineum 77.331).

<sup>25</sup> D. B. Elkonin, *Psychologia zabawy*, tłum. L. Łoś, przedm. L. Wołoszynowa, Wyd. Szkolne i Ped., Warszawa 1984, s.18.

jak i w samej jej istocie. Konieczność przedłużenia istnienia zmusza człowieka do pracy. W toku zaś pracy stopniowo uczy się on doceniać aktywność swoich sił jako źródło rozkoszy. Zabawa – kontynuuje Wundt – usuwa przy tym pożyteczny cel pracy, a więc czyni celem ten przyjemny rezultat, jaki towarzyszy pracy.”<sup>26</sup> Komentując to Elkonin pisze, że podczas gdy Herbert Spencer, analizując zabawę, włączał także zabawę człowieka do biologicznego obszaru, to Wilhelm Wundt włącza ją do obszaru socjalno-historycznego.

#### IV. Poglądy Spencera

W tym miejscu należy przypomnieć stanowisko Spencera na temat zabawy, sztuki i wychowania, które przedstawił w pracy pt.: *O wychowaniu umysłowym, moralnym i fizycznym* (org. ang. *Education Intellectual, Moral and Physical*, 1861 r.).<sup>27</sup> Otóż Spencer (1820-1903), czołowy reprezentant ewolucjonizmu - przedstawiał sztukę, zabawę jako rodzaj gry potrzebnej w walce o byt, bo ćwiczącej sprawność zmysłową [energię].<sup>28</sup> Punktem wyjścia dla jego teorii zabawy, którą określa się jako teorię nadmiaru energii, stało się zagadnienie pochodzenia impulsu do zabawy. Pisał on, że zabawa jest takim samym sztucznym ćwiczeniem sił, które - wskutek braku dla nich ćwiczeń naturalnych - stają się na tyle gotowymi do rozładowania, że szukają dla siebie ujścia w działalności umownej zamiast w działalności rzeczywistej. Według Spencera różnica pomiędzy zabawą a estetyczną działalnością polega tylko na tym, że w pierwszej znajdują swój wyraz zdolności niższe, podczas gdy w drugiej – wyższe.<sup>29</sup>

Ograniczenie to traktował jednak jako rezultat konieczności uwzględniającej realne warunki życia w świecie współzawodnictwa i wolnej konkurencji. Zdawał sobie bowiem sprawę, że ten *homo oeconomicus*, którego pragnie wychować, będzie człowiekiem ograniczonym i że pełny rozwój jego osobowości wymagać będzie również budzenia wrażliwości na przejawy piękna.<sup>30</sup> Podkreślał, że: „nie mniej od innych przywiązujemy wagę do kultury estetycznej i do związanych z nią przyjemności. Życie straciłoby połowę uroku bez malarstwa, rzeźby, muzyki, poezji i wzruszeń wywołanych przez wszelkiego rodzaju

<sup>26</sup> Tamże.

<sup>27</sup> W Polsce pierwsze jej wydanie ukazało się w tłumaczeniu Michała Siemiradzkiego w 1879 roku, a więc było znane Chmielowskiemu. Zob. R. Wroczyński, *Wstęp do: Herbert Spencer, O wychowaniu umysłowym, moralnym i fizycznym*, tłum. Antoni Peretiatkowicz, wstępem i komentarzem opatrzył R. Wroczyński, wyd. Ossolineum, Wrocław 1960, s. XXVII).

<sup>28</sup> W. Tatariewicz, *Historia filozofii*, tom III, *Filozofia XIX wieku i współczesna*, wyd. PWN, Warszawa 1981, s. 91.

<sup>29</sup> D. B. Elkonin, *Psychologia zabawy*, tłum. L. Łoś, przedm. L. Wołoszynowa, Wyd. Szkolne i Ped., Warszawa 1984, s. 19-20.

<sup>30</sup> R. Wroczyński, *Wstęp do: Herbert Spencer, O wychowaniu umysłowym, moralnym i fizycznym...*, op. cit., s. XXV.

naturalne piękno.”<sup>31</sup> Cytuję dalej: „Ale co innego jest uznawać kulturę estetyczną za środek sprzyjający w znacznej mierze ludzkiemu szczęściu, a co innego uważać, że jest to podstawowe wymaganie tego szczęścia. Jakkolwiek ważne może być jej [tj. kultury estetycznej] znaczenie, musi ona ustąpić pierwszeństwa tym rodzajom kultury, które wpływają bezpośrednio na codzienne obowiązki. Architektura, rzeźba, malarstwo, muzyka i poezja mogą być słusznie nazwane kwieciami życia cywilizowanego. Ale nawet zakładając, że posiadają one taką wartość wybitną, iż podporządkowują sobie życie cywilizowane, z którego wyrosły (co z trudnością można podtrzymywać), musimy jednak uznać – że wytworzenie zdrowego życia cywilizowanego musi być na pierwszym planie i że wykształcenie, które temu służy, musi zająć miejsce najwyższe. Talenty, sztuki piękne, literatura piękna i wszystkie tego rodzaju rzeczy, które, jak mówimy, tworzą rozkwit cywilizacji, powinny być całkowicie podporządkowane temu wykształceniu i wychowaniu, na których cywilizacja się opiera. Skoro wypełniają wolne chwile życia, to powinny wypełniać chwile wolne od pracy wychowawczej. Jakkolwiek to twierdzenie wydaje się nieoczekiwane, to jednak prawdą jest, że najwyższa sztuka wszelkiego rodzaju oparta jest na nauce, że bez nauki nie może ani być doskonałej twórczości, ani pełnej oceny.”<sup>32</sup> Oczywiście, nie wierzymy ani na chwilę w to – pisze dalej filozof - że nauka stworzy artystę. Twierdzimy, że musi on rozumieć wytyczne prawa zjawisk, zarówno obiektywnych, jak subiektywnych, ale nie twierdzimy bynajmniej, że znajomość tych praw zastąpi wyobraźnię naturalną. Nie tylko poeta, ale każdy artysta rodzi się, a nie tworzy się. Twierdzimy jedynie, że wrodzone zdolności nie mogą zwalniać nas od pomocy wiedzy. Intuicja może wiele uczynić, ale nie może uczynić wszystkiego.”<sup>33</sup> Jak stwierdziliśmy wyżej, nauka jest konieczna nie tylko dla najpomyślniejszej twórczości, ale także dla pełnej oceny sztuk pięknych. Czyż większa zdolność człowieka niż dziecka do oceny piękna obrazu nie wynika właśnie z jego szerszej wiedzy o tych prawach natury lub życia, które obraz wyraża? Im więcej rzeczywistości wyraża artysta w danym zakresie dzieła, tym więcej zdolności pobudza; im liczniejsze idee sugeruje, tym więcej może dostarczyć przyjemności. Ażeby jednak dostarczyć tej przyjemności, widz, słuchacz czy czytelnik muszą znać rzeczywistość, którą artysta przedstawia; a znać tę rzeczywistość to tyle, co mieć więcej wiedzy.”<sup>34</sup>

Wiadomo, że filozofia Spencera wywarła przemożny wpływ na kształtowanie się ideologii pozytywizmu warszawskiego. Zasady trzeźwości, utylitaryzmu, realnego przygotowania do życia stały się wówczas dominującymi kwestiami wychowawczymi.<sup>35</sup> Ale

<sup>31</sup> H. Spencer, *O wychowaniu umysłowym, moralnym i fizycznym...*, op. cit., s. 39-40.

<sup>32</sup> Tamże, s. 40-42.

<sup>33</sup> Tamże, s. 46.

<sup>34</sup> Tamże.

<sup>35</sup> R. Wroczyński..., op. cit., s. LV.

już na parę lat przed ukazaniem się książki Spencera w polskiej publicystyce pedagogicznej rozległy się głosy o konieczności zmiany pojęć i zasad wychowawczych. Echa te można odnaleźć właśnie we wspomnianej pracy Chmielowskiego.

## V. Myśli Chmielowskiego o wychowawczej roli sztuki

Wychodzi on od Schillerowskiego dualizmu, ale przedstawia go jako opozycję rozumu i uczucia, trudną do pogodzenia, ale nie niemożliwą, tzn. próbuje pogodzić pozytywistyczne i romantyczne zapatrywania na rolę sztuki. Pisze: „ludzie praktyczni naszych czasów lubią wyśmiewać się z uczuć, nazywając je przeszkodą w jasnym widzeniu interesów i w spokojnym prowadzeniu życia; [...]. W tym popełniają taką samą omyłkę, jak ci romantycy, którzy powagę indywidualnego uczucia stawiali ponad wszelkie prawa rozumu, ponad zwyczaje nie tylko towarzyskie, ale społeczne nawet, głosząc erę wyswobodzenia namiętności z wszelkich więzów społecznych, tak jak już wyswobodzili fantazję z pęt rozumu. [...] Rozum nie wyziębia serca, [...]; lecz je uszlachetnia, rozszerza jego widnokreśli, czyni je świadomym siebie, strzeże od zabłąkań na manowce. A znowuż uczucia potężne były i są zawsze jedynymi dźwigniami wielkich czynów w dziejach ludzkości, nadają rozumowi tę siłę, co zniewala wszystkich i do uznania prawdy nakłania. Prawdziwie wielkie uczucia, czy to rodzinne, czy obywatelskie, czy ogólnoludzkie, biorą swe źródło w rzeczywistości, w usposobieniu ducha naszego i nie lękają się tym samym najchłodniejszej analizy rozumu; lecz wychodzą z niej czyste i jasne, silne i potężne, a w zastosowaniu życiowym – tysiącem dobroczynnych skutków się zaznaczają. [...] Takie jest uzasadnienie znaczenia poezji – i wszelkich naturalnie sztuk pięknych – w życiu społecznym: są one wynikiem usposobień i potrzeb duchowych człowieka i źródło swe mają w najgłębszych jego warstwach: nie można więc ich usunąć, ani zatamować bez naruszenia normalnych warunków życia. [...] To, co się mówi o uszlachetniającym wpływie poezji na życie, o przechowywaniu najdroższych uczuć i myśli narodowych, o arce przymierza między dawnymi a nowymi laty, - to wszystko zawiera się już w tym zdaniu: że poezja, jako najpopularniejsza wyobrazicielka sztuk pięknych, jest objawem, a zarazem warunkiem normalnego duchowego życia narodów; że zatem na równi staje z wiedzą i ze wszystkimi formami życia społecznego. Kto chce być zupełnym człowiekiem, ten bez jej ciepła i bez jej blasków obejść się nie może. [...] Nie jest bóstwem naszego życia, ale też nie prostą, choćby szlachetną, zabawką, - jest ona potrzebą i rozkoszą zarazem. Z takiego znaczenia poezji w życiu społecznym wynika i jej rola wychowawcza.”<sup>36</sup>

---

<sup>36</sup> P. Chmielowski..., op. cit., s. 23-26.

Wskazywał przy tym na przykład oddziaływania poetów doby romantyzmu. Poeci ci – w opinii Chmielowskiego – chcieli gruntu przerobić społeczeństwo, przelać, przetopić je w formy poetyczne, sądząc, że tak samo, jak obrazami i rymami, potrafią władać narodami. Potęga geniuszu nadawała im niezaprzeczone pierwszeństwo nad ówczesnym otoczeniem. Poeci stawali się przewodnikami swego społeczeństwa, jego władzą najwyższą, jego wyrocznią: poeci święcili chwile najwyższego rozwoju swej siły. I dziś nawet – pisze autor *Poezji w wychowaniu* - kiedyśmy już tak daleko odbiegli od owych poetycznych czasów, przyznać musimy, że działanie takich geniuszów jak Goethe, Schiller, Byron, Mickiewicz, wpłynęło nadzwyczaj ożywczo na suchą, bezduszną, prozaiczną rzeczywistość. Poeci czuli i cierpieli niekiedy za miliony, dlatego też u milionów posłuch znajdowali.<sup>37</sup>

Ale, jak stwierdza, był to jednostronny kierunek umysłowości, gdyż fantazja, puszczone samopas, coraz to dziwniejsze wytwarzała postacie, lubując się w idealizowaniu nadzwyczajnych zjawisk duchowych. Kłóciło się to ze zdrowym rozsądkiem lub moralnością, wreszcie rozumem. Zmieniła się epoka, nastał pozytywizm. Wraz z rozwojem przemysłu, podniosły się i rozszerzyły niesłychanie badania nad zjawiskami przyrody i społeczeństwa. Ubolewał Chmielowski, że poetyczne poglądy, wpływające tylko z fantazji i uczucia musiały ustąpić miejsca prawdom doświadczalnym. W badaniach tych rozum zajął oczywiście stanowisko naczelne. Teraz nie poezja – pisał – lecz wiedza do kierownictwa sprawami umysłowymi dąży; teraz nie fantazja i uczucie, lecz rozum pragnie otrzymać władztwo, a raczej wszechwładztwo. Stąd niektórzy myśliciele zaczęli uważać poezję za zabawkę, za rodzaj godziwego wytchnienia po trudach całodziennych. Z tym stanowiskiem Chmielowski nie mógł się pogodzić, nazywając je „straszny cy-nizmem”.<sup>38</sup>

Ostatecznie próbował pogodzić fantazję z rozumem, dając swoim wywodom ciekawą podbudowę psychologiczną - dzisiaj dość oczywistą. Pisał: „spierać się o to, czy ważniejsze jest uczucie, czy umysł, wyobraźnia, czy rozum, znaczyłoby to samo, co sprzeczać się o większe lub mniejsze znaczenie prawej lub lewej komory albo też przed-sionków w sercu człowieka. [...]. Toż samo powiedzieć należy o fantazji i rozwadze, i o wszystkich innych zdolnościach i usposobieniach, jakie psychologia zdołała zaobser-wować i uporządkować. Tylko stopień ich natężenia, głębokość i subtelność w ich rozwoju, bogactwo ich rozgałęzienia, siła ich działania, tudzież kierunek tej siły, jest bardzo różny, zarówno wśród jednostek pewnego narodu, jak i wpośród narodów.”<sup>39</sup> Próbował to udowodnić na przykładzie pojęcia i kształcenia fantazji pisząc, że „psychologia dzisiejsza,

<sup>37</sup> Tamże, s. 9-10.

<sup>38</sup> Tamże, s. 15-17.

<sup>39</sup> Tamże, s. 19.

wykazawszy jedność duchowego życia człowieka, nie mogła oczywiście fantazji artystycznej pozostawić na dawnym wyosobnionym stanowisku; ale musiała wyprowadzić jej pochodzenie z najprostszych pierwiastków, chociaż przez to nic a nic nie uszczupliła jej doniosłego znaczenia w tworzeniu arcydzieł piękna. Dopóki poczytywano fantazję twórczą za jakąś tajemniczą władzę, która jakby różyczką czarodziejstwa wyprowadza cały świat piękna z niczego, dopóki w jej działaniu niemiano dopatrzeć żadnej prawidłowości - dopóty naturalnie można było mówić o jej przeciwieństwie z rozumem, można było w imię natchnienia prawić niedorzeczności. Toteż za panowania romantyzmu, który taki pogląd na naturę fantazji wprowadził, za największą piękność uważano odtwarzanie najdziwniejszych pomysłów, a nieraz najpotworniejszych pomysłów, zrodzonych w głowach >genialnych< jednostek; unikanie zaś obrazów z rzeczywistości zdjętych, a przedstawiających uczucia i myśli ogółu, poczytywano za obowiązek poety. Ale dziś [tj. w okresie pozytywizmu], gdyśmy już doszli do przekonania, że największymi arcydziełami są te, które nam, w skróceniu wprawdzie, ale za to tym wybitniej przedstawiają życie rzeczywiste, czy to fizyczne, czy to duchowe, kiedy wartość utworu poetycznego za tym większą uważamy, im głębiej wyraża powszechne, wiecznotrwałe uczucia ludzkie – dzisiaj jest trudno już mówić o tworzeniu z niczego, trudno się zgodzić na rozbrat poezji i rzeczywistości, niepodobna przystać na zasadnicze przeciwieństwo fantazji i rozumu, a tym bardziej na stanowcze oddzielenie fantazji od wyobraźni. [...]. Kształcenie wyobraźni oddziaływa dobroczynnie na rozum, nadając mu świeżość i lotność.”<sup>40</sup>

Wobec powyższego, ciekawie przedstawiają się ustalenia Zygmunta Freuda na temat natury pracy poety, przedstawione w szkicu pt. *Pisarz a fantazjowanie* w 1907 roku. Otóż Freud odróżniał poetów, „którzy – jak dawni epicy i tragicy – przejmują gotową już materię, od tych, którzy, jak się wydaje, woleliby czerpać tworzywo z własnej fantazji.”<sup>41</sup> Analizą objął tych ostatnich. „Nas, laików – pisał – zawsze bardzo kusiło, by się dowiedzieć, skąd ów osobliwy człowiek, pisarz, czerpie swą materię [...] i jak mu się udaje stworzyć sytuację, w której postacie te nas wzruszają, wywołują u nas uczucia, o które byśmy się nawet nie podejrzewali. [...]. Gdybyśmy chociaż mogli znaleźć u siebie czy u nam podobnych ślady aktywności w jakiś sposób podobnej do uprawiania sztuki poetyckiej! [...]. Czyż nie powinniśmy szukać pierwszych śladów aktywności poetyckiej już u dziecka? Najulubieńsze, uprawiane z największą intensywnością zajęcie dziecka to przecież zabawa. Zapewne moglibyśmy tu stwierdzić: każde bawiące się dziecko zachowuje się niczym pisarz, stwarza bowiem sobie własny świat czy też – mówiąc słuszniej – przenosi rzeczy własnego Światało nowej, bardziej podobającej

<sup>40</sup> Tamże, s. 20-21.

<sup>41</sup> Z. Freud, *Pisarz i fantazjowanie*, w: *Dzieła*, Tom X, *Sztuki plastyczne i literatura*, przeł. R. Reszke, Wydawnictwo KR, Warszawa 2009, s. 149.

się mu krainy. Niestusne byłoby zatem mniemanie, że dziecko nie traktuje tego świata poważnie; przeciwnie dziecko podchodzi do zabawy z całą powagą, zużywa na zabawę wielkie potencjały energii. Przeciwnieństwem zabawy nie jest powaga, lecz rzeczywistość. Dziecko doskonale odróżnia świat zabawy – mimo że jest on tak bardzo obsadzony afektami – od rzeczywistości, ugruntowując występujące w nim przedmioty i stosunki w widzialnych i uchwytnych rzeczach świata rzeczywistego. Nic innego, jak tylko owo ugruntowanie odróżnia dziecięcą „zabawę” od „fantazjowania”. Pisarz czyni to samo, co dziecko, które się bawi: stwarza on świat fantazji, który traktuje z całą powagą, czyli wyposaża go w wielkie potencjały afektów, jaskrawo odróżniając go od rzeczywistości. Owo pokrewieństwo zabawy dziecięcej i twórczości poetyckiej przejawia się w mowie, a język określa takie aktywności poetyckie wymagające ugruntowania w uchwytnych przedmiotach zdolnych do przedstawienia mianami >gry<, >komedii<, >tragedii<; osobę zaś, która je przedstawia mianem >aktora<. Z niereczywistości świata poetyckiego wynikają jednak bardzo ważne konsekwencje dla techniki artystycznej, ponieważ wiele z tego, co w rzeczywistości nie mogłoby przysporzyć przyjemności, wiele podniet jako takich przykrych dla słuchacza i widza poety, może stać się źródłem rozkoszy w grze fantazji. [...]. Albowiem gdy pisarz przedstawia nam swą grę, czy też gdy opowiada nam o czymś, co skłonni bylibyśmy uznać za jego osobiste marzenie na jawie, wówczas czujemy, jak wzbiera w nas wielka rozkosz, płynąca prawdopodobnie z wielu źródeł. To, w jaki sposób pisarz umie tego dokonać, to jego najbardziej intymna tajemnica; na technice przewycięzania owej niechęci – niechęci zaiste związanej z problematyką owych granic wytyczonych pomiędzy każdym >ja< indywidualnym i >ja< innych – polega właściwa *ars poetica*. Ale dwa zabiegi owej techniki udało się nam przeniknąć: autor łagodzi egoistyczny charakter marzenia na jawie za pomocą zmian i zatajeń, przekupując nas czysto formalnymi, czyli estetycznym zyskiem rozkoszy, jaki daje nam w przedstawieniu swych fantazji. Ów zysk rozkoszy oferowany nam gwoli rozkiełznania jeszcze większej rozkoszy czerpanej z głębiej położonych źródeł psychicznych określamy mianem *rozkoszy wstępnej*. Uważam, że wszelka rozkosz estetyczna, jaką wyzwala w nas pisarz, ma charakter takiej rozkoszy wstępnej i że właściwa przyjemność czerpana z dzieła literackiego wynika z napięć wywołanych w naszej duszy. Do sukcesu tego w niemałym stopniu przyczynia się zapewne fakt, że pisarz wprawia nas w stan, w którym możemy się cieszyć własnymi fantazjami bez nijakich wyrzutów, bez żadnego wstydu.”<sup>42</sup> Tutaj pojawić się musi uwaga, że powyższy opis przeżycia estetycznego świetnie koresponduje z jego znaczeniem w koncepcji wychowania estetycznego i biblioterapii Chmielowskiego, o czym się wkrótce będzie mowa.

<sup>42</sup> Tamże, s. 145-146, 152.



Przeciwstawiając się koncepcji sztuki-zabawy (jako rozrywki), Chmielowski apoteozuje wartości pozytywne, użytkowe sztuki. Mówiąc o potrzebie poezji, wskazuje na szereg faktów kulturowych świadczących nie tylko o istnieniu i żywotności tej sztuki, ale i o jej przydatności społecznej, wychowawczej. W tym akurat bliski jest postulowanej przez Augusta Comte'a (1798-1857) harmonizującej roli sztuki. Otóż ten czołowy francuski filozof (twórca pozytywizmu) uważał, że pod wpływem sztuki, ludzie mogą stać się bardziej wrażliwi i szlachetni, zdolni do sprawniejszego myślenia i do lepszego organizowania życia społecznego. Przede wszystkim literatura, a w szczególności poezja jest, zdaniem Comte'a, pomocna w osiągnięciu tych wzniosłych celów. Może bowiem stać się inspiratorką życia politycznego dzięki przedstawieniu obrazów przyszłego „odrodzenia ludzkości”.<sup>43</sup> Ale, kontynuuje Comte: „odrodzenie sztuki współczesnej nie ograniczy się jedynie do poezji, lecz obejmie stopniowo wszystkie inne sposoby wyidealizowanego wypowiedania się, zgodnie z porządkiem ich hierarchii. Myśl pozytywna stanie się podstawą estetycznego odrodzenia, niemniej potrzebnego niż odrodzenie intelektualne i socjalne, z którymi jest nierozłącznie związana”.<sup>44</sup>

Tak więc w poglądach Chmielowskiego potrzeba, czyli użyteczność poezji (myśl Comte'a i Spencera) oraz rozkosz, czyli przeżycie estetyczne (myśl Schillera), określają rolę sztuki jako czynnika wychowawczego. Zauważmy, że próbę tego rodzaju syntezy można odnaleźć we współczesnej biblioterapii. Potrzeba użycia literatury pięknej jako narzędzia wychowawczego czy terapeutycznego - to jest przecież jej definicyjny wyróżnik. Przypomnijmy też o kluczowym znaczeniu przeżycia estetycznego w procesie biblioterapeutycznym, wyszczególnionym m.in. przez Caroline Shrodes.<sup>45</sup>

## VI. Chmielowskiego koncepcja poezjoterapii

Wróćmy do Chmielowskiego. Jego rozważania teorii estetycznych Schillera i Spencera, poszukujące istoty znaczenia sztuki w życiu ludzi, ustępują zainteresowaniom percepcją estetyczną młodzieży i wychowawczymi możliwościami poezji. Pisał on: „nie moja rzecz wskazywać szczegółowe znaczenie i wpływ różnych sztuk i nauk; powiem tylko, że obok nich jedno z ważnych miejsc zająć powinna poezja, - miejsce nie najpierwsze i nie najznakomitsze, ale bądź co bądź – istotne. A nie mam tu bynajmniej na myśli wykładów poetyki i historii literatury, które bez wątpienia mają również nader doniosłe znaczenie w wykształceniu *wiedzy* wychowanka; ale to żywe i prawdziwe przejmowanie

<sup>43</sup> I. Wojnar, *Estetyka i wychowanie...*, op. cit., s. 67.

<sup>44</sup> A. Comte, *Metoda pozytywna w 16 wykładach*, skrótu dokonał J. Emile Rigdage, przeł. Wanda Wojciechowska, wyd. PWN, Warszawa 1961, s. 344.

<sup>45</sup> W. Szulc, *Kulturoterapia. Wykorzystanie sztuki i działalności kulturalno-oświatowej w lecznictwie*, Wyd. Akad. Med. w Poznaniu, Poznań 1994, s. 32 i 34.

się samymi utworami poetyckimi, dające się określić przyswojeniem sobie ich treści najgłębszej i artystycznej ich formy.<sup>46</sup> Chmielowski wyraźnie uwypukla wzbogacający charakter przeżycia estetycznego, mniej zaś jego elementy intelektualne i ludyczne. Akcent na przeżycie piękna poezji łączy z postulatem rozwoju duchowego, szlachetnych uczuć i budowaniem wewnętrznej harmonii młodego człowieka. Z przekonaniem dowodzi, że „inaczej rzecz się ma z czytaniem istotnych arcydzieł. Tu młodzież, z natury już samej tak wrażliwa, nie może nie ulec urokowi przepysznych obrazów, które we własnej imaginacji odtwarza, wzniosłości potężnych, szlachetnych uczuć, odbijających się sympatycznie w jej sercu, nie może pozostać zimną wobec zapału, jaki mistrz prawdziwy obudzić zdoła; a nadto, przy umiejętnym kierowaniu takim czytaniem, może odczuć i świadomie pochwycić artyzm kompozycji, który tak zbawiennie wpływa na ogólną harmonię w uczuciach, a nawet na zachowanie się młodzieży.<sup>47</sup> Z jednej strony więc poezja miała przyczynić się do rozszerzenia zakresu doznań i odczuć szlachetnych, kierować prawidłowym rozwojem duchowym, z drugiej zaś, miała wiązać w jeden harmonijny układ działanie uczuć i myśli, a nawet zachowanie się młodych ludzi. Jest to bliskie Schillerowskiej koncepcji człowieka estetycznego, zharmonizowanego wewnętrznie dzięki oddziaływaniu sztuki, jej piękna. Jest to zresztą i dla Chmielowskiego najwyższy cel wychowania, uzupełniony jednakże przez postulat Spencera o dążeniu do samodzielności myślenia wychowanków i prymacie wiedzy. „Najwyższym zadaniem wychowania – stwierdzał Chmielowski – jest doprowadzenie wychowanka do samodzielności w myślach, uczuciach i postępkach, a samodzielność tę osiągnąć można wyłącznie przez równomierne kształcenie wszystkich usposobień i uzdolnień młodego człowieka. Wspomniałem wprawdzie poprzednio, że taka najwyższa harmonia była udziałem geniuszów jedynie, którzy zawsze rzadko się na tej ziemi zjawiają i których wychowanie samo nie potrafi wytworzyć; ale nie zapominajmy, że tam była mowa o harmonii najwyższej, do której człowiek średni żadnej pretensji mieć nie może; że obok niej są harmonie niższe, skromniejsze, polegające na tym, że usposobienia i uzdolnienia, choć niezbyt wysokiego sięgają stopnia, przecież zostają z sobą w zgodzie, w tej pięknej równowadze, która, choćby w bardzo szczupłym zawieriała się zakresie, wywiera zawsze nader miłe wrażenie. Do zaprowadzenia takiej równowagi w naszym duchowym istnieniu służą - oprócz najskuteczniejszego zawsze dobrego przykładu w życiu – rozmaite umiejętności i sztuki.<sup>48</sup> Z powyższego zadania wychowawczego jasno wynika koncepcja młodego człowieka kształtowanego przez wiele różnorodnych wpływów, wśród których największa rola przypada wiedzy i - sztuce. W zakresie rozwoju umysłowego i życia duchowego celem

<sup>46</sup> P. Chmielowski..., op. cit., s. 26-27.

<sup>47</sup> Tamże, s. 27.

<sup>48</sup> Tamże, s. 26.

i ideą przewodnią ma być samodzielność, co jest równoznaczne ze zdobyciem harmonii i równowagi wewnętrznej w możliwie dostępnym stopniu. Harmonia ta promieniuje na całą postawę, na dziedzinę życia zewnętrznego, wywierając – jak to ujął Chmielowski – „zawsze nader miłe wrażenie”, jakie cechuje tak ukształtowanego wychowanka.

## VII. Chmielowski jako prekursor biblioterapii

Wykonanie tego zadania wcale nie jest proste. Zwraca on uwagę na różne przeszkody, które uniemożliwiają zamierzone estetyczne oddziaływanie sztuki słowa, a przede wszystkim na nieodpowiedni dobór literatury. Przy okazji zauważmy, że odpowiedni dobór literatury jest jednym z podstawowych zadań biblioterapii. Chmielowski tłumaczy, że: „jeżeli z czytania utworów poetyckich nie odnosi się pożytków, to wynikać może to z dwu względów: z niewłaściwego wyboru dzieł wziętych do czytania, a po wtóre: z przeciwności, zachodzącego w uwielbieniu naszym w poezji dla tego, co w rzeczywistym życiu poczytujemy za śmieszność, mrzonkę lub niedorzeczność [czyli brak uznania dla poezji].”<sup>49</sup>

W koncepcji estetycznej Chmielowskiego i w jego postulatach związanych z wychowawczą rolą poezji odnaleźć można wiele problemów biblioterapeutycznych, które nazwane tak zostaną dopiero w następnym stuleciu, a które to do dzisiaj nie tracą nic na aktualności. Wkład Chmielowskiego wydaje się tym cenniejszy dla badań biblioterapeutycznych, że określając zakres rzeczywistego wpływu literatury pięknej, głównie utworów poetyckich, implikuje on zarazem potrzebę działania wychowawczego, a więc postuluje praktykę wychowania estetycznego: poprzez umiejętne zalecanie wybranych utworów i selekcję ich wartości. Oto główne jego zalecenie: „rozumne wychowanie, kierując się względami pedagogicznymi, nie może podawać w ręce młodzieży dzieł choćby najwytworniejszych, ale harmonii duchowej pozbawionych; lecz woli zastawiać przed nią pokarm zdrowy, z życia rzeczywistego wzięty, a wzmagający uczucia dodatnie, jasne, pogodne, szlachetne, które nam samym opromieniają pobyt na ziemi i pożycie z ludźmi czynią miłym i pożądanym”.<sup>50</sup> Wśród takich lektur jest miejsce na poezję, która spełnia funkcje moralne i wychowujące, ukazuje wartość ideałów i nie zasługuje na lekceważenie. Ubolewa Chmielowski, że: „zawsze jeszcze tkwi wśród wielu przekonanie, że poezja – to tylko igraszka, to tylko mrzonka, to zbiór ładnych wprawdzie niedorzeczności, ale niedorzeczności jedynie. [...] Tacy ludzie z pobłażliwym uśmiechem patrzą na najbardziej wybujałe marzenia fantazji, ale za to w praktyce wyśmiewają się nawet z najistotniejszych i najwznioślejszych ideałów. Jest to fałsz i to fałsz, zasługujący na stanowcze potępienie.

---

<sup>49</sup> Tamże, s. 27.

<sup>50</sup> Tamże.

Jeżeli przez ideał rozumiemy nie jakieś bujanie w nieoznaczonych i niepochwytnych regionach, nie marę złudzeń indywidualnych, ale stałe dążenie do najlepszości, doskonałości, to taki ideał musi być hasłem każdego miłującego postęp, bo bez niego pojęcie postępu byłoby wprost niedorzecznym.”<sup>51</sup> Chmielowski, przejmując Schillerowskie piękno ideału, poszukuje go także nie tylko w świecie poetyckim, ale przede wszystkim w postawie otwartości na to piękno samego człowieka i w jego możliwościach percepcyjno-rozwojowych. Przejmuje także za Schillerem przekonanie, że sztuka ma bardzo istotne znaczenie dla człowieka i że potrzebna jest zarówno w życiu jednostki, jak i w życiu społecznym.

Po rozważaniach o charakterze estetycznym i refleksjach natury ogólnie pedagogicznej, ostatnią część swojej pracy Chmielowski poświęca sprawom praktycznego wychowania młodzieży przez sztukę poetycką, przedstawiając zasady doboru lektur i uprzedzając, że mówić będzie wyłącznie o poetach polskich z XIX wieku. Przy okazji przedstawił - co prawda bezwiednie, ogólnie i zdawkowo, ale jednak - główne etapy działania biblioterapeutycznego. Najpierw, w miarę precyzyjnie, opisał do kogo skierowana jest zalecana lektura, następnie scharakteryzował materiał czytelniczy, określając m.in. jego wartość, wreszcie opisał sam proces biblioterapeutyczny, przedstawiając oddziaływanie poezji na czytelnika oparte na przeżyciu estetycznym. Wczytajmy się uważnie w jego słowa: „nie myślałem wcale podawać spisu wyczerpującego, ale z drugiej strony miałem na uwadze dwie okoliczności: naprzód, że pisząc te wskazówki, myślałem prawie wyłącznie o wychowankach od lat 10 do 16, po wtóre, byłem mocno przekonany o prawdzie starej, ale zdrowej maksymy: lepiej czytać mało, a dobrze, niż wiele a źle. Wychowanek, który w oznaczonym powyżej wieku odbywa szkolne nauki, ma zajęć bardzo wiele, których lekceważyć nie może; na odczytywanie zatem poezji tyle tylko czasu pozostawać powinno, ażeby poznał rzeczy najlepsze i najcenniejsze. Wśród takich warunków sędzę, że spisana biblioteczka wystarczy, jeżeli na to nacisk raz jeszcze położę, że poznanie poezji wtedy jedynie prawdziwym, rzetelnym nazwać można, gdy *przyswoimy* sobie jej treść i zrozumiemy jej cudną artystyczną formę; do takiego zaś przyswojenia czytanie pobieżne i szybkie bynajmniej nie prowadzi. Przestając w towarzystwie najszlachetniejszych postaci, wśród scen z życia wziętych, a wieczną pięknnością sztuki nacechowanych, wychowanek zapagnie i sam się do urzeczywistnienia ideałów przyczynić.”<sup>52</sup>

Oczywiście, praktyczne porady w sprawie doboru lektur są skierowane do wychowawców, a jedna z pierwszych uwag jest wyraźnie aksjologiczna i aktualna do dzisiaj: „tylko arcydzieła najwyższe, najpiękniejsze, zachowują swoją wiecznotrwałą wartość –

<sup>51</sup> Tamże, s. 29-30.

<sup>52</sup> Tamże, s. 42.

nawet w zakresie pedagogiki: stanowią owszem jedną z najpotężniejszych jej dźwigni.”<sup>53</sup> Chmielowski rozróżnia dzieła literackie dawniejsze, z którymi zapoznanie powinno się odbyć w szkole na lekcjach historii piśmiennictwa, i utwory poetyckie jemu współczesne, które właśnie zaleca dzieląc je według gatunków. Jako pierwsze wymienił, znamienne dla biblioterapii - bajki, baśnie i powiastki. Wśród zalecanych autorów bajek znaleźli się m.in. Ignacy Krasicki, Stanisław Jachowicz, Aleksander Fredro. Co ciekawe, Chmielowski miał negatywny stosunek do polskich powiastek. Ostro krytykował poziom beletrystyki dziecięcej z tego okresu, którą według niego charakteryzowała: „nudna i nużąca jednostajność, brak prawdy w przedstawianiu szczegółów życiowych, brak malowniczości w scenowaniu, chorobliwa sentymentalność i ton kaznodziejski.”<sup>54</sup> Cenił przede wszystkim arcydzieła, dlatego polecał utwory poetyckie romantyków, mając za kryteria doboru ich artyzm i realistyczne ujęcie tematu: „Głównym tu naszym regulatorem musi być, obok zalet czysto artystycznych, dodatni stosunek kreacji wieszczów do życia rzeczywistego, do którego wychowanie przygotowywać powinno.”<sup>55</sup> Oprócz dzieł wieszczów, zalecał m.in. twórczość poetycką Kazimierza Brodzińskiego (1791-1835), Antoniego Malczewskiego (1793-1826), Wincentego Pola (1807-1872). Zastrzegł przy tym, że nie wszystkie utwory nadają się do „zużytkowania pedagogicznego”, np. sonety erotyczne Mickiewicza. Z drugiej jednak strony, zalecał do czytania takie poematy miłosne jak czwarta część *Dziadów* i Słowackiego *W Szwajcarii*, co tłumaczył nieuniknioną potrzebą racjonalnego uświadomienia seksualnego młodzieży wchodzącej w dorosłość, chłopców i dziewcząt: „rozumie się, że mam tu na względzie młodzież, która z konieczności wieku marzyć zaczyna i poszukiwać ideałów na ziemi. Zazwyczaj rodzice lęczą się niewiadomością swoich dzieci i radzi by niewiadomość tę jak najdłużej w nich utrzymać; dlatego nie dają im (szczególnie pannom) do czytania poematów, których treść stanowi miłość. Dziwna pod tym względem zauważyć się daje niekonsekwencja: ucząc śpiewu, pozwalają z całą ekspresją wygłaszać włoskie pieśni miłosne; a czwartej części *Dziadów*, lub *W Szwajcarii* czytać nie dają... Zdaje mi się, że lepiej jest, ażeby młodzież, która o miłości choć trochę marzyć musi, idealnym opromieniała ją światłem, niż gdyby miała w niej upatrywać kupieckie tylko wyrachowanie albo zwierzęce jedynie zadowolenie pożądan.”<sup>56</sup>

Z kolei czytanie utworów trzeciego wieszczka - Zygmunta Krasińskiego - doradzał odłożyć młodocianym „do epoki bliskiej już dojrzałości umysłowej”. Natomiast polecał twórczość drugorzędnych poetów, a nawet liryką niektórych z nich po prostu się zachwycał, przede wszystkim „przecudnymi lirykami” Bohdana Zaleskiego. Również Wincentego Pola: „pieśni jego wojenne, dziarskim, zamaszystym, a z rzeczywistości pochwyconym

<sup>53</sup> Tamże, s. 35.

<sup>54</sup> Tamże, s. 33.

<sup>55</sup> Tamże, s. 35.

<sup>56</sup> Tamże.

odznaczające się zacięciem, *Pieśń o ziemi*, zaznajamiająca z naturą i obyczajami różnych stron naszego kraju, słusznie uważam za odpowiednią karm duchową młodzieży; nie ma w nich wprawdzie wielkiej twórczej poezji, ale jest dużo serdecznego uczucia, które rozwijać należy.”<sup>57</sup> U Ludwika Kondratowicza (Władysława Syrokomli) widział bogate źródło wrażeń, zarówno w lirykach, drobnych powiastkach, jak i obszerniejszych opowiadaniach (*Jan Dęboróg, Ulas, Córa Piasta*). Z Teofila Lenartowicza jego rzeczy liryczne, zdaniem Chmielowskiego, najlepiej odpowiadające wymaganiom pedagogicznym (*Jak to na Mazurach, Wiecznie to samo, Wiochna*); natomiast legendy ludowe „obrobione na sposób epicki” (*Zachwycenie, Błogosławiona*), uważał za „zandto manierowane, pieszczotliwe, zanadto wreszcie fantastyczne, ażeby je czytać można było z pożytkiem bez należytych objaśnień.”<sup>58</sup> Podobnie ocenił twórczość Kornela Ujejskiego, zalecając niektóre tylko *Melodie biblijne*.

Chmielowski odniósł się też do tragedii i dramatów, choć trudno mu było wskazać takie, „któryby, obok wykończonej formy artystycznej, podniosłą i zdrową treścią się odznaczały.” Ostatecznie uznał, że potrzebom wychowawczym mogą sprostać jedynie tłumaczenia z F. Schillera (*Wilhelm Tell*) i J. W. Goethego (*Ifigenia*).

Zalecał również komedie. Był przekonany, że „niewątpliwie są one nawet niezbędne, jeżeli marzycielska strona poezji ma znaleźć uzupełnienie w trzeźwym a wesołym naprawdę komizmie.” Wskazał tylko dwie Aleksandra Fredry (*Śluby panieńskie* oraz *Pana Geldhaba*). Oczywiście, Chmielowski zastrzegął się, że nie miał zamiaru podawać „spisu wyczerpującego”.<sup>59</sup>

Reasumując możemy stwierdzić, że koncepcja Chmielowskiego przyniosła w zakresie interesującego nas zagadnienia ciekawe, twórcze nawiązania do refleksji estetycznych Fryderyka Schillera i Herberta Spencera, a przede wszystkim udaną próbę zastosowania ich w polskiej pedagogice. Kształcenie wrażliwości na piękno estetyczne (w duchu Schillerowskim), zwłaszcza sztuki słowa, uważał Chmielowski za bardzo istotne dla rozwoju i harmonii psychicznej młodego człowieka, który - zgodnie ze Spencerowskim ideałem wychowawczym – powinien mieć nadto wiedzę ogólną wyniesioną ze szkoły. Szczególnie czytanie i przeżywanie poezji miało stać się konieczną podstawą harmonijnego powiązania między spontanicznymi reakcjami emocjonalnymi, a tymi wymaganiami moralnymi i obyczajowymi, jakie narzuca życie społeczne. Tak pojmowane wychowanie przez poezję stawało się także podstawą lepszego i coraz skuteczniejszego działania w dorosłym życiu młodych ludzi. Jest to również bliskie celom współczesnej biblioterapii wychowawczej.

<sup>57</sup> Tamże, s. 40.

<sup>58</sup> Tamże, s. 41.

<sup>59</sup> Tamże, s. 41-42.

## Bibliografia:

- „Fryderyka Schillera >Listy o wychowaniu estetycznym człowieka< tudzież rozprawy >O wznio-  
słości<, >O sztuce tragicznej<, >O moralnej korzyści estetycznej obyczajów<”, [tłum.  
Fryderyk Henryk Lewestam], Wyd. Redakcja „Biblioteki Warszawskiej”, Warszawa 1843.
- I. Wojnar, *Estetyka i wychowanie*, Wyd. PWN, Warszawa 1964.
- I. Wojnar, *Estetyczna samowiedza człowieka*, Wyd. PWN, Warszawa 1982.
- S. Słowińska, *Koncepcja wychowania estetycznego Fryderyka Schillera – inspiracja dla edukacji  
kulturalnej dorosłych*, „Dyskursy Młodych Andragogów” Zielona Góra 2006, nr 7, s. 173-  
182.
- J. Prokopiuk, *Wstęp. Utopia i profesja, czyli dwie dusze Fryderyka Schillera*, w: Fryderyk Schil-  
ler, *Listy o estetycznym wychowaniu człowieka i inne rozprawy*, tłum. I. Krońska, J. Pro-  
kopiuk, wstępem opatrzył Jerzy Prokopiuk, Wyd. Czytelnik, Warszawa 1972.
- C. G. Jung, *Archetypy i symbole. Pisma wybrane*, wybrał, przeł. i wstępem poprzedził J. Proko-  
piuk, część II, rozdz. 1, *Listy o estetycznym wychowaniu człowieka*, Wyd. Czytelnik, War-  
szawa 1976.
- F. Schiller, *Listy o estetycznym wychowaniu człowieka i inne rozprawy*, tłum. I. Krońska, J. Pro-  
kopiuk, wstępem opatrzył Jerzy Prokopiuk, Wyd. Czytelnik, Warszawa 1972.
- F. Schiller, *Oblubienica z Messyny*, 1803, *Przedmowa do tragedii*. Cyt. za: Stefan Szuman, *O sztuce  
i wychowaniu estetycznym*, Wyd. Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 1990, s. 139.
- S. Szuman, *O sztuce i wychowaniu estetycznym*, Wyd. Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 1990.
- P. Chmielowski, *Poezya w wychowaniu*, Wydawnictwo E. Orzeszkowej i S-ki, Wilno 1881 (sygn.  
Ossolineum 77.331).
- B. Nawroczyński, *Rozbiór krytyczny poglądów Fryderyka Schillera na wychowanie estetyczne  
człowieka*, *Kwartalnik Pedagogiczny*” 1960, nr 2, s. 51-61.
- W. Tatarkiewicz, *Historia filozofii*, tom III, *Filozofia XIX wieku i współczesna*, wyd. PWN, War-  
szawa 1981.
- D. B. Elkonin, *Psychologia zabawy*, tłum. L. Łoś, przedm. L. Wołoszynowa, Wyd. Szkolne i Ped.,  
Warszawa 1984.
- R. Wroczyński, *Wstęp do: Herbert Spencer, O wychowaniu umysłowym, moralnym i fizycznym*,  
tłum. Antoni Peretiatkowicz, wstępem i komentarzem opatrzył R. Wroczyński, wyd.  
Ossolineum, Wrocław 1960.
- H. Spencer, *O wychowaniu umysłowym, moralnym i fizycznym*, tłum. Antoni Peretiatkowicz,  
wstępem i komentarzem opatrzył R. Wroczyński, wyd. Ossolineum, Wrocław 1960.
- A. Comte, *Metoda pozytywna w 16 wykładach*, skrótu dokonał J. Emile Rigdage, przeł. Wanda  
Wojciechowska, wyd. PWN, Warszawa 1961.

- W. Szulc, *Kulturoterapia. Wykorzystanie sztuki i działalności kulturalno-oświatowej w leczeniu*, Wyd. Akad. Med. w Poznaniu, Poznań 1994.
- Z. Freud, *Pisarz i fantazjowanie*, w: *Dzieła*, Tom X, *Sztuki plastyczne i literatura*, przeł. R. Reszke, Wydawnictwo KR, Warszawa 2009.



## Rozdział 5.

### Literatura piękna jako środek oddziaływania terapeutycznego w biblioterapii – na przykładzie mitów i baśni

(Wiktor Czernianin)

Udział zagadnień literaturoznawczych w badaniach biblioterapeutycznych obejmuje przede wszystkim problematykę odbioru dzieła literackiego jako środka oddziaływania terapeutycznego. Jest to więc literaturoznawstwo, które zajmuje się nie tylko samymi dziełami, lecz także intensywnością i zakresem procesu, który rozgrywa się między tekstem, ściślej: autorem tekstu, a odbiorcą-pacjentem. Procesu terapeutycznego toczącego się najogólniej rzecz ujmując za pośrednictwem książki. W pojęciu biblioterapii - SŁOWO zdolne jest leczyć duszę i pomóc w leczeniu ciała.<sup>1</sup> Chodzi tu o głębsze oddziaływanie psychologiczne słowa i tekstu, o cechach trwalszych, i to w kierunkach i skutkach częściowo przynajmniej zamierzonych. Taki proces biblioterapii przebiega przez trzy określone etapy głęboko tkwiące w naukach psychologicznych, opartych - przypomnijmy - na teorii dynamiki doświadczeń estetycznych Caroline Shrodes.<sup>2</sup> Pierwszy etap: to *identyfikacja* - daje uczestnikowi biblioterapii zastępcze przeżycie, pozwala mówić o swoich uczuciach z zachowaniem pozorów mówienia o bohaterze. W fazie identyfikacji z postaciami literackimi powinny wystąpić kolejno: ekspresja afektu do bohatera, wyrażenie zgody bądź niezgody z jego opiniami, obawa o jego los, ekspresja homoniczności (współjedności), przyjemność bycia podobnym do bohatera. Drugi etap: *katharsis* - odreagowanie napięcia, doznanie oczyszczającej ulgi, kiedy w słowach występują emocje w stosunku do bohatera lub autora. Trzeci etap: to *wgląd* - jako odkrywanie i pogłębianie wewnętrznego świata czytelnika w trakcie kontaktu z dziełem literackim. Następuje samopoznanie uczestnika biblioterapii (uczucie przynależności, zrozumienia siebie), rozumienie innych (tolerancja, akceptacja), włączenie nowych pojęć (wartości, celów) i integracja. Poznając siebie, człowiek staje się bardziej tolerancyjnym dla własnych i cudzych wad. Na przykładzie literatury można więc pokazać pacjentowi jego skomplikowane i czasem wstydlive uczucia, dostaje on jak gdyby przyzwolenie na czucie i myślenie dotychczas nieakceptowane. Podsumowując analizę etapów procesu

---

<sup>1</sup> J. Trzynadłowski, *Biblioterapia - złudzenia i nadzieje...*, op. cit.

<sup>2</sup> *Wybrane zagadnienia i pedagogiki specjalnej*, pod red. E. Tomasiak, Wyd. WSPS, Warszawa 1997, s. 84.

biblioterapeutycznego badacze oryginalnie stwierdzają, że czytelnik-pacjent przechodzi od zdania: „On jest ja” lub „Ja jestem on” przez: „Ja czuję tak samo jak on” do - „Ja mogę to zrobić właśnie tak, jak on to zrobił” albo „Ja mogę to także zrobić”. Ostatnim krokiem jest: „Zobacz, ja to zrobiłem”. Ten krok jest warunkiem powodzenia procesu biblioterapeutycznego.<sup>3</sup> Niewątpliwie literatura piękna wpływa na wzbogacenie przeżyć, uczy współczucia dla starszych, słabych i upośledzonych, czego nie jest w stanie zapewnić żadna książka naukowa. Książka naukowa bowiem - jak zauważył Bogdan Suchodolski - stanowi przede wszystkim szkołę abstrakcyjnego myślenia, książka beletrystyczna (literatura o charakterze lekkim, rozrywkowym) - szkołę umysłowego i uczuciowego widzenia świata i ludzi, zaś liryka i dramat - szkołę przeżyć i ekspresji.<sup>4</sup>

## I. Dzieło literackie w świetle biblioterapii

Słowo wypowiedziane czy napisane jest faktem językowym, ale w naszej podświadomości jest ono także faktem rzeczowym. W świetle biblioterapii utwór literacki to wyrażony za pomocą słów, na piśmie lub ustnie, wierszem lub prozą, planowy kompleks przeżyć autora (zindywidualizowanych, ale uwarunkowanych społecznie), mający możliwości:

- wywołania w czytelniku silniejszych lub słabszych przeżyć,
- powodowania zmian w strukturze psychologicznej człowieka,
- przekształcanie czytelnika, nadawanie mu nowych właściwości lub zwracania go w inną stronę,
- uczestniczenia w przekształcaniu stosunków społecznych.<sup>5</sup>

Jest więc tu dzieło literackie swego rodzaju akumulatorem, który wszystko wchłania, a potem stopniowo oddaje. Oczywiście, tak dzieło literackie widzieć może tylko biblioterapeuta znający naukową opinię o nim, świadomy jego dotychczasowych odczytań i znaczeń, jak i tego, że nie każde dzieło nadaje się do zastosowania w procesie biblioterapii. Takie zadania literaturoznawcze postawione biblioterapeucie wymagają złożonych metodologicznie badań nad konkretyzacją, tj. odczytaniem dzieła literackiego, czyli odpowiedzią na pytanie: jak ono może zaistnieć lub istnieje w świadomości odbiorcy? Naczelne miejsce w tym obszarze badawczym - jak już powiedziano - zajmuje słowo i tekst. Reguły, które rządzą językiem literatury, nie przesądzają o zgodności tego języka z rzeczywistością, ale tylko o podporządkowaniu go systemowi znaków słownych, które

<sup>3</sup> E. Tomasiak, *Czytelnictwo i biblioterapia w pedagogice specjalnej*, Wyd. WSPS, Warszawa 1994, s. 18.

<sup>4</sup> J. Szocki, *Istota terapeutycznego oddziaływania książki*, „Arteterapia” II. Zesz. Nauk. Akad. Muzycz. we Wrocławiu, nr 52, s. 118.

<sup>5</sup> K. Migoń, *Nauka o książce. Zarys problematyki*, Wyd. Ossolineum, Wrocław 1984, s. 230.

świadomie lub nie obrał autor. Po pierwsze więc biblioterapeuta musi starać się dotrzeć do pewnej „prawdy” skrywającej się pod tymi znakami, prawdy zupełnie innego rzędu niż dosłowność tekstu, mianowicie do ostatecznej racji czy przyczyny sprawczej dzieła. Innymi słowy, musi szukać konkretnej odpowiedzi na pytanie: dlaczego pewne dzieła wywierają silne niezatarte wrażenie, np. *Król Edyp* Sofoklesa, *Faust* Goethego, niektóre baśnie, a inne zapomina się zaraz po lekturze? Dlaczego w jednych utworach odnajdujemy jednostkowe i często nieświadome upodobania, a w innych nie? Otóż owo praktyczne „dlaczego”, może doprowadzić do potraktowania pewnych dzieł literackich jako zbiorów dwuznacznej mistyfikacji, mianowicie literatury i mitu.

## II. Mit w literaturze

Mit jako opowieść o nadludzkich istotach i ich bohaterskich czynach, które zdarzają się tylko w literaturze - stanowi prehistorię literatury.<sup>6</sup> Literatura w ciągu swego rozwoju bardzo długo wykorzystywała tradycyjne mity do celów artystycznych. Były więc one instrumentem literackiej organizacji materiału i sposobów wyrażania pewnych „odwiecznych” pierwiastków psychologicznych, bądź trwałych wzorców zachowań w danej kulturze. Domyślamy się zatem, w jaki sposób mitologizacja literatury musi wiązać się z psychologią głębi. Literatura może na przykład implikować mit jako zdolność ponownego przypominania i wywoływania pradoświadczania pierwszych ludzi, obecnego w formie archetypu przechowywanego w nieświadomości zbiorowej współczesnego społeczeństwa jako genetycznie przekazywanej informacji. Bowiem - zdaniem Mircea Eliadego - „każda istota historyczna nosi w sobie znaczną część człowieczeństwa sprzed Historii”.<sup>7</sup> Mity mogą uświadomić to, co nieświadome, co metafizyczne i tajemnicze. Odpowiadają one pewnej potrzebie i spełniają pewną funkcję: obnażają najskrytsze modalności bytu, czyli sposoby istnienia.<sup>8</sup> Dusza (psyche) jest tajemnicza i metafizyczna - właśnie ze względu na to, że utrzymuje stosunki z nieświadomością.<sup>9</sup> Nieświadomość tę, czasem z trudem, wyjawia zetknięcie się z mitem, a szerzej z literaturą. I to jest istotą procesu biblioterapii. Z trudem, gdyż funkcją mitu jest zniekształcanie, lecz nie ukrywanie. Mit niczego nie ukrywa, jest przede wszystkim przekazem i w tym sensie słowem.<sup>10</sup>

---

<sup>6</sup> E. Mielecinski, *Poetyka mitu*, przeł. J. Dancyngier, przedm. M. R. Mayenowa, PIW, Warszawa 1981, s. 8.

<sup>7</sup> M. Eliade, *Sacrum - mit - historia*, przeł. A. Tatarkiewicz, wstęp M. Czerwiński, PIW, Warszawa 1993, s.25.

<sup>8</sup> Tamże.

<sup>9</sup> C. G. Jung, *Typy psychologiczne*, przeł. R. Reszke, Wyd. WROTA.KR Warszawa 1997, s. 188...., op. cit.

<sup>10</sup> R. Barthes, *Mit i znak. Eseje*, wybór i słowo wstępne J. Błoński, PIW, Warszawa 1970, s. 39.

### III. Terapeutyczne oddziaływanie mitu i baśni

Mit jest przekazem szczególnym, bo wyposażonym w znaczenie. Chodzi tutaj o literacki sposób przedstawienia dla t e g o znaczenia. Skoro mit jest jednak słowem, wszystko, co należy do mowy, może być mitem. Rzeczywistość podsuwa nieskończenie wiele mitycznych możliwości. Każdy przedmiot świata może przejść od zamkniętej, niemej egzystencji do stanu mowy, który przyswoić potrafi społeczeństwo, żadne bowiem naturalne lub inne prawo nie zakazuje mówienia o rzeczach.<sup>11</sup> Na przykład: drzewo jest drzewem. Tak, zapewne. Ale drzewo opowiedziane w baśni, nie jest już jedynie drzewem, jest drzewem ozdobionym, przystosowanym do szczególnego odbioru, nasyconym upodobaniami literackimi, znaczącymi obrazami, po prostu użytkowaniem społecznym, które sumuje się z czystą materią. Jednocześnie na przykład w bajce, niektóre przedmioty padają łupem mitycznego słowa na pewien czas, potem znikają a ich miejsce zajmują inne. Typem mitycznego słowa są choćby wprowadzone postaci w bajce (ludzie, zwierzęta, w ogóle personifikacje ze świata przyrody, zabawki, przedmioty codziennego użytku itp.). Gdyż całkiem po prostu problem emocjonalny dziecka nie może być ukazany wprost. Trzeba ten problem ubrać w magiczne szaty. „Nie można napisać bajki o dziecku - stwierdza autorka bajek terapeutycznych Maria Molicka - które np. ciężko przeżywa rozwód rodziców. Dziecku w takiej sytuacji opowiadam bajkę o ojcu wichrze i mamie burzy. Ich dzieci to tęcza, chmura gradowa i mgiełka. Mgiełka jest zagubiona i nie wie, co ze sobą robić. To z nią identyfikuje się dziecko. W jej bajce mgiełka cała drży, kiedy wichur niszczy wszystko wokół, a burza wali piorunami, ale w końcu mgiełka znajduje przyjaciół w księżycu i gwiazdach. Bajka kończy się tym, że księżyc zabiera mgiełkę do siebie i buduje jej dom.”<sup>12</sup> Dziecko nie dostrzega swoich problemów w sobie - zobaczy je, kiedy staną przed nim. Wtedy na przykład, gdy wciela się w bajkowych bohaterów. Procesy nieświadome mogą stawać się dla dziecka jaśniejsze jedynie dzięki obrazom, które przemawiają bezpośrednio do jego nieświadomości. Tak właśnie oddziałują obrazy baśniowe. Magia staje na pograniczu świata fizycznego i psychicznego jako zespół działań pozarozumowych, szybkich i skutecznych. Jej przejawem jest mit i baśń. Bajki mogą więc rozwiązywać problemy emocjonalne w sposób łagodny i przyjemny. To słynny badacz baśni i psychoanalityk Bruno Bettelheim wymyślił powiedzenie, że dziecko głodne szuka pokarmu, a dziecko z problemami - bajki. Pisał on także, że między mitem a baśnią jest duże podobieństwo: „Mit podobnie jak baśń może w symboliczny sposób wyrażać pewien konflikt wewnętrzny i poddawać sposób jego rozwiązania, lecz nie jest to główny cel opowieści. [...] W mitach istnieje przede wszystkim niepokonalna trudność i klęska;

<sup>11</sup> Tamże, s. 26.

<sup>12</sup> M. Molicka, *Bajkoterapia*, Magazyn „Gazety Wyborczej” z 17 czerwca 1999 r., s. 18-19.

w baśniach zagrożenie jest równie wielkie, ale można je przezwyciężyć. W zakończeniu baśni udziałem bohatera staje się nie śmierć i zniszczenie, lecz nagradzająca jego wysiłki wyższa integracja wewnętrzna, symbolizowana przez pokonanie wroga lub współzawodnika oraz zdobycie szczęścia. Prowadzą do tego doświadczenia rozwojowe analogiczne do doświadczeń, jakie stać muszą się udziałem dziecka, jeśli ma osiągnąć dojrzałość. W ten sposób baśnie podtrzymują dziecko na duchu w trudnej walce o to, aby stać się sobą.”<sup>13</sup>

#### IV. Kulturowo-psychologiczne podstawy mitu

Mit ma charakter uroczysty; pełen jest siły duchowej: to, co boskie, zostaje tu wcielone w nadludzkiego bohatera, który stanowi bezustanne wyzwanie dla zwykłych śmiertelników. Mit ujęty w formie dzieła literackiego, np. tragedii, odnosi się do celowego oddziaływania na samopoczucie odbiorcy. Takie dzieło literackie może wpływać na przeżycia i postawę odbiorcy poprzez wykorzystanie efektu katarskiego, efektu o charakterze uczuciowo-terapeutycznym. Na przykład losy bohatera tragedii Sofoklesa *Król Edyp* pobudzają odbiorcę do niezmiernie intensywnego przeżywania litości i trwogi, a przez to pozwalają się od nich oswobodzić i osiągnąć spokój wewnętrzny. Pojęcie katharsis nabiera sensu psychologicznego. Mam tu na myśli działanie akcji tej tragedii na odbiorcę jako wzbudzanie w nim doznań właśnie litości i trwogi, a zarazem „oczyszczenia” go od takich doznań i uszlachetnienie uczuć. Mity są kluczami do duchowych możliwości ludzkiego życia. Opowieści mityczne to literatura dotycząca spraw ducha, życia wewnętrznego człowieka. Stąd ich głęboko psychologiczne znaczenie. Jeszcze dziś można powiedzieć, że grecka mitologia odzwierciedla psychologię starożytności. W boskich mitach bowiem, szczególnie wyraźnie przedstawionych w mitologii greckiej, wszystkie doświadczenia ludzkie uległy sublimacji i - przeniesione na płaszczyznę boską - zostały uogólnione, przetransponowane, a następnie przedstawione w formie nauk. Dzisiaj wszystkie ludzkie doświadczenia przekłada się zwykle na język liczb i wrzuca do komputera, a ten dokonuje ich rachunkowej bezdusznej analizy. Kiedyś jednak czytano w księdze nieba i przetwarzano nasze doświadczenia, cierpienia, szczęśliwe przeżycia i tęsknoty w archetypowe wyobrażenia bóstwa i inne symbole. Stąd istnieje powiedzenie: „kto zna mity, ten zna ludzi”. Literatura grecka, łacińska i biblijna stanowiły kiedyś - pisze Joseph Campbell w książce *Potęga mitu* - część przeciętnej edukacji. W przeszłości zwykle było tak, że te historie mitologiczne tkwiły w umysłach ludzkich. Były związane ze sprawami, które pomagały ludziom żyć, budowały cywilizacje i przez

---

<sup>13</sup> B. Bettelheim, *Cudowne i pożyteczne. O znaczeniach i wartościach baśni*, przekł., wpraw., objaś., postowie D. Danek, Wyd. „W.A.B.”: Jacek Santorski and CO, Warszawa 1996, s. 310.

całe tysiąclecia kształtowały religie, miały też ścisły związek z głębokimi problemami wewnętrznymi, z duchowymi tajemnicami i progami, jakie człowiek musiał forsować, gdyż stwarzały pewną perspektywę, w której można było umieścić to, co się ludziom przydarzało. Jako spadkobiercy kultury śródziemnomorskiej dziedziczymy niestety tylko fragmenty owej ongiś szerokiej informacji mitologicznej w archetypowych wyobrażeniach. Na przykład dzięki wielkiej tradycji literackiej znamy z dialogów Platona *Uczta* i *Fajdros* mit miłości i małżeństwa. Dzięki mitowi wiemy, czym jest małżeństwo. Jest to po prostu powtarzalne zjednoczenie rozdzielonej dwójni. Pierwotnie on i ona byli jednym. Teraz w tym świecie są dwójką, ale rozpoznają się jako byty duchowe identyczne - tym właśnie jest małżeństwo. Stąd i dzisiaj bardzo często słyszymy popularne określenie współmałżonka jako „mojej połowy”. Komentując ten mit, Campbell podkreśla, że to coś zupełnie innego niż tylko erotyka. Coś, co nie ma z nią nic wspólnego, bo dzieje się na innej mitologicznej płaszczyźnie doświadczenia. Kiedy ludzie pobierają się w przekonaniu, że ich romans będzie miał długi żywot, to grozi im rychły rozwód, bo przecież każdy romans kończy się rozczarowaniem. Otóż małżeństwo to rozpoznanie duchowej identyczności. Jeśli będziemy żyć w sposób właściwy, jeśli spoglądając na osoby płci przeciwnej mamy na uwadze właściwe ich cechy, potrafimy odnaleźć stosownego dla siebie partnera - mężczyznę bądź kobietę. Jeśli jednak kierują nami tylko pewne względy zmysłowe, poślubimy kogoś nieodpowiedniego. Natomiast poślubiając osobę właściwą, rekonstruujemy wizerunek wcielonego Boga - pisze Campbell - Tym właśnie jest małżeństwo.<sup>14</sup> Jakże głębiej pojmujemy wobec tych słów definicję miłości podaną przez Platona jako dążenie do dobra i szczęścia. Trzeba podkreślić i ten fakt, że jako spadkobiercy kultury śródziemnomorskiej jesteśmy psychologicznie głęboko wkorzeni w mity biblijne, w tradycję judeo-chrześcijańską. Skoro jesteśmy już przy tematyce erotycznej, rozważmy jak głęboko w nas tkwi pojęcie grzechu seksualnego, na czym polega, i że bierze się ono z mitu biblijnego. Lapidarnie i celnie ujmuje to zagadnienie filozof niemiecki z XIX wieku Arthur Schopenhauer. Píše on: „W dogmatach chrześcijańskich pogląd ten, tj. o grzechu seksualnym, wyraża mit, że przez upadek Adama (którym niewątpliwie było tylko doznanie rozkoszy płciowej) wszyscy uczestniczymy w grzechu i przez to zawiniłiśmy cierpienie i śmierć.”<sup>15</sup> Czyż właśnie nie przez ten mit możemy wywołać pradoświadczenie pierwszych ludzi i tłumaczyć grzech jako przekroczenie zakazu Stwórcy-Jahwe? Ale to przekroczenie zakazu dało także, co prawda dramatyczną bo za podszeptem Złego, ale przecież wolność człowiekowi, zwłaszcza w dziedzinie życia seksualnego. Mit ten zatem zachował zdolność wywoływania pojęcia owej wolności,

<sup>14</sup> *Potęga mitu. Rozmowy Billa Moyersa z Josephem Campbellem*, oprac. Betty Sue Flowers, przekł. I. Kania, Wyd. „Signum”, Kraków 1994, s. 24.

<sup>15</sup> A. Schopenhauer, *Świat jako wola i przedstawienie*, przekł. i wstęp J. Garewicz, PWN, Warszawa 1994, tom 1, s. 498.

obecnego w formie archetypu przechowywanego w nieświadomości zbiorowej współczesnego społeczeństwa. Jako przykład niech posłuży współczesny fakt obyczajowy, ogólnego przecież kojarzenia seksu z wolnością jednostki ludzkiej. Czasem trudną i nawet dramatyczną, jak się rzekło, ale jednak wolnością.<sup>16</sup>

## V. Mit w kulturze literackiej współczesnego człowieka

Szeroko rozumiane pojęcie wolności człowieka rozwijane na kanwie tego mitu, tj. tragicznego spotkania pierwszych ludzi ze Złym, czy też Szatanem, jest zasadniczym rdzeniem arcydzieła Goethego, dramatu filozoficznego *Faust*. Powszechnie bowiem odczytuje się w życiu i dążeniach bohatera utworu losy ludzkości, tj. dążenie do śmiałego poznania i opanowania rzeczywistości oraz najpełniejszego rozwoju człowieka. Jak w micie rajskim poznawcza żądza człowieka prowadzi Fausta do buntu. Zapisuje on swą duszę diabłu, gdyż pragnie najpełniejszego poznania świata. Walka o przyszłość Fausta toczy się w istocie w nim samym, jest sprawą wewnętrzną. I nie od diabelskich machinacji Mefistofelesa zależy tak naprawdę los Fausta, lecz od niego samego. Dialogi, jakie toczą się między Faustem a Mefistofelem, pełnią w dziele Goethego rolę ilustracji walki różnych sił w człowieku.<sup>17</sup> Goethe posługując się obrazami utrwalonymi w wyobraźni powszechnej przez wierzenia chrześcijańskie, szuka dla swego bohatera miejsca na ziemi. Faust bowiem walczy o osiągnięcie pełni życia tu na ziemi. Tragedia Małgorzaty (ukochanej Fausta) to drugi obok faustowskiego i mefistofelicznego podstawowy wątek. Jeśli w monologach Fausta i w jego dialogach z Mefistofelem dominuje patos i filozoficzna refleksja, to sceny z Małgorzatą, ubogą dziewczyną mieszczańską, są przeniknięte liryzmem. Epilog, jakim zamknął Goethe największe dzieło swego życia, przynosi ocalenie Fausta przez aniołów. Ich słowa ujęte w słynny dystych: „Kto wiecznie dążąc trzodzi się, / Tego wybawić możem” - uważał sam poeta za klucz do całego dzieła, czyli do ocalenia Fausta. Legenda faustowska w swej najgłębszej treści stała się wielką pochwałą nieustannego postępu ludzkości.

Tak jak mity, arcydzieła literackie przeszłości żyją w szerokiej świadomości kulturalnej. Często jedynie jako pewien skrót myślowy i legenda. Ludzkość bowiem przez całe wieki żyje takimi dziełami, jak np. epepeje Homera *Iliada* i *Odyseja*, *Boska Komedja* Dantego, *Hamlet* Szekspira, *Don Kichot* Cervantesa, *Robinson Cruzoe* Doefea. „To są książki - jak pisał przewrotnie Tadeusz Boy-Żeleński - których się nie czyta, ale

---

<sup>16</sup> W. Czernianin, *Młodopolski erotyk hedonistyczny. Problemy poetyki...*, op. cit.; *Zrozumieć pleć. Studia interdyscyplinarne*, pod red. A. Kuczyńskiej, Wyd. Uniw. Wr., Wrocław 2002; *Zrozumieć pleć. Studia interdyscyplinarne II*, pod red. A. Kuczyńskiej i E. K. Dzikowskiej, Wyd. Uniw. Wr., Wrocław 2004.

<sup>17</sup> J. Z. Jakubowski, *Wstęp do...*, Goethe, *Faust. Część I i II*, przeł. F. Konopka, Ossolineum, Warszawa 1968, s.16.

książki, które się zna”.<sup>18</sup> A inny polski krytyk z przełomu XIX i XX wieku Stanisław Witkiewicz tak się zastanawiał: „Czy Hamlet, Don Kiszot, Faust lub Robinson nie są żywymi - nawet nieśmiertelnymi ludźmi... Są to żywe istoty, między duszami których a duszami naszymi zawiązało się całe mnóstwo węzłów myśli i uczuć; istoty, które w nas budzą miłość, współczucie, przerażenie lub grozę”.<sup>19</sup> Na tym też polega siła oddziaływania terapeutycznego literatury pięknej. Siłę tę implikuje mit. Zaś istotą mitu jest prawda psychologiczna. Bez tej prawdy, w której może zobaczyć siebie czytelnik jak w przysłowiowym lustrze, niemożliwe jest jakiegokolwiek terapeutyczne oddziaływanie literatury. Literatura jest bowiem zwierciadłem rzeczywistości. Wizerunkiem, jak np. w *Fauście*, złożonej natury ludzkiej. Prawda o pierwiastku dobra i zła w człowieku traktowana jest w niej często jako zjawisko metafizyczne i nieuniknione, które pozwala jednak rozważać kondycję ludzką. Rodem z Biblii personifikacją zła w *Fauście* jest diabeł, dobra - anioł.

Wracając więc do pytań o interpretację dzieła literackiego z początku artykułu odpowiadam, że ostateczną racją i przyczyną sprawczą dzieła w biblioterapii jest ukazanie w nim prawdy psychologicznej, gdyż w niej tkwi siła terapeutyczna. To jest przede wszystkim prawda postaci, sytuacji czy też zdarzeń. Dla tej prawdy odnajdujemy w utworach ją zawierających jednostkowe, często nieświadome upodobania. W zależności od aktualnych indywidualnych problemów, które nas na danym etapie życia nurtują - mogą to być różne książki, niekoniecznie arcydzieła. Zapamiętujemy je, bo silnie przeżywamy ich treść. Te właśnie książki nas zmieniały, dając samopoznanie, pomoc lub ulgę w cierpieniu. Z kolei na niezatarte wrażenie lektury arcydzieł składa się ich silny urok poetyki mitologicznej, czyli połączenie plastycznych obrazów postaci, świata z potęgą myśli ogarniającej najważniejsze uniwersalne sprawy ludzkie. Świat codziennych doświadczeń, wielkie problemy historii, wolności i osobowości człowieka, jego pasje poznawcze, stare mity antyczne, biblijne, filozofia egzystencji człowieka - oto zespół najczęstszych obrazów i spraw składających się na arcydzieła. Oczywiście, część tych tematów podejmuje (i to nieraz w sposób mistrzowski) literatura niższego lotu w swych różnych rodzajach i formach. We wszystkich tych utworach literackich biblioterapeuta musi wyczuć prawdę przekazu, ukazującą się za dosłownością tekstu artystycznego.

Wracając do zagadnień poetyki mitologicznej, stwierdzić należy, że osnowę mitycznych kreacji artystycznych w literaturze stanowi kształt ludzkiego życia, oparty na fundamencie wartości trwałych. Dzięki ogromnym możliwościom artystyczno-realizacyjnym przekazu literackiego, utrwalania i wzbogacania wartości humanistycznych, ów kształt ludzkiego życia kondensuje się w niesłychanie sugestywne - o ogromnej sile oddziaływania na emocje, wyobraźnię i postawy ludzkie - fabularne lub skrótowe opowieści o istocie

<sup>18</sup> Tamże, s. 8.

<sup>19</sup> Tamże.



ludzkiego losu. Losu przewyżnianego niekiedy nadludzkim wysiłkiem, bohaterstwem, szlachetnością i ofiarnością. Nie tylko zasoby sił materialno-fizycznych, ale także siły duchowe decydują o zwycięstwie nad złem, siłą niszczycielską w stosunku do życia i ludzkich wartości.

## VI. Poetyka baśni jako środka oddziaływania terapeutycznego

Tak jak mit, również podobna do niego baśń stanowi szczególnie krystaliczną projekcję ludzkiego losu jako tego losu mityczne i magiczne uogólnienie, a zarazem zakłęcie na rzecz zwycięstwa - poprzez trud i walkę - bohatera sprawiedliwego nad **złowieszczym**. Kulturowe tło narodzin baśni jest mityczne. Baśń jest siostrą mitu, choć nie wywodzi się z archaicznej społeczności, lecz z ludowej. Jej treść jest jednak także fantastyczna, nasycona cudownością związaną z wierzeniami magicznymi. Ponadto ukazuje ona dzieje ludzkich bohaterów równie swobodnie przekraczających granice między światem poddanym motywacjom realistycznym a sferą działania sił nadnaturalnych. Termin „baśń” obejmowany jest w języku polskim przez szersze określenie, czyli bajkę, której bohaterami są także zwierzęta, rzadziej rośliny lub przedmioty, zawierającą moralne pouczenie, wypowiedziane wprost lub dobitnie zasugerowane. Słynny rosyjski badacz bajek Włodzimierz Propp w pracy *Morfologia bajki* doszedł do wniosku, że „jakkolwiek różnorodni są bohaterowie bajek, to często czynią to samo, a dla badań nad bajką ważne jest, co robią bohaterowie bajki, problem zaś, kto i jak czyni - to już sprawa badań podrzędnych”.<sup>20</sup> Najogólniej rzecz ujmując - bajka jest rodzajem przypowieści na temat uniwersalnych sytuacji moralno-psychologicznych, charakterów i postaw. Opowiadana w niej historia stanowi zawsze jedynie ilustrację jakiejś prawdy ogólnej, dotyczącej doświadczeń ludzkich powtarzalnych i powszechnych. I znów - odnalezienie tej prawdy jest dla biblioterapeuty równoznaczne z odnalezieniem klucza metodologicznego do badań znaczeniowych bajki, tj. do jej szerokich możliwości terapeutycznych. Jak bowiem pisze Bruno Bettelheim: „baśń pełni funkcję terapeutyczną, ponieważ pacjent rozmyślając nad tym, co baśń zdaje się dawać do zrozumienia w odniesieniu do jego wewnętrznych konfliktów w konkretnym momencie życia, odkrywa własne rozwiązanie sytuacji. Treść wybranej baśni zazwyczaj nie ma nic wspólnego z zewnętrznym życiem pacjenta, ale dotyczy jego problemów wewnętrznych, które wydają się niezrozumiałe, a stąd nie do rozwiązania. Baśń nie odwołuje się wprost do świata rzeczywistego, choć miewa początek całkowicie realistyczny i może być utkana z elementów zwykłej codzienności. Nierealistyczny charakter baśni (który tak wadzi ograniczonym realistom) to jej

---

<sup>20</sup> W. Propp, *Morfologia bajki*, tłum. W. Wojdyga-Zagórska, PIW, Warszawa 1976, s. 14.

ogromnie doniosła właściwość, bo wskazuje w jasny sposób, że w baśni nie chodzi o to, aby dostarczać praktycznych pouczeń o świecie zewnętrznym, ale o przedstawianie procesów zachodzących we wnętrzu człowieka”.<sup>21</sup> Niektóre baśnie i opowieści ludowe (czyli bajki) wywodzą się z mitów, inne zostały przez mity wchłonięte. I jedno, i drugie zawierają doświadczenie zgromadzone przez społeczność, która chciała przekazywać mądrość przeszłości pokoleniom żyjącym i przyszłym. Opowieści te pełne są głębokich intuicji, które podtrzymywały ludzkość w zmiennych kolejach losu i przekazują to dziedzictwo dzieciom w sposób niezrównanie prosty, bezpośredni i dostępny.<sup>22</sup> Bajki umożliwiają utożsamienie się z bohaterem, przeżywanie coraz to nowych przygód i emocji. W bajkowym świecie rządzą reguły dobra i ono zawsze zwycięża. Szczęśliwe zakończenie daje dziecku, które już poczuło się bohaterem albo uczestnikiem zdarzeń, przyjemne uczucie sukcesu. Wszystkie bajki - niezależnie od tego, czy są to utwory mające swoją genezę w folklorze, czy też są to opowiadania współczesne - mają pewne cechy wspólne. Są nimi magiczna rzeczywistość widziana oczami dziecka oraz umowność zdarzeń.<sup>23</sup> Jednakże bajki terapeutyczne nie zawsze okazują się skuteczne. Np. niektórzy chłopcy nie lubią bajek. Bajki z telewizora są natomiast puste, gdyż - zdaniem Bettelheima - nie dopuszczają wyobraźni do działania. Dziecko-telewidz odbiera biernie akcję, nie ma poczucia rozwiązywania problemów. Staje się pasywnie emocjonalnie i intelektualnie. Wielu psychologów klinicznych nie ma jednak tak radykalnie negatywnej opinii o bajkach filmowych, twierdzą oni, że małe dzieci nawet lepiej zapamiętują bajki filmowe niż czytane, a jeśli oglądają je razem z rodzicami, to spełniona jest także więziotwórcza rola bajek. Kiedy już bajki zadziałają, mogą pomóc rozwiązać wiele problemów osobistych dziecka. A działają w ten sposób, jak opisuje to Bettelheim: „Dziecko przeżywa motywy baśniowe jako cudowne, bo czuje, że zrozumiane są i docenione jego najgłębsze uczucia, nadzieje i lęki, których przy tym nie wywleka się na światło i których nie bada niedostępna mu jeszcze, surowa racjonalność” (s. 44). Baśnie wzbogacają życie dziecka i wnoszą w nie atmosferę cudowności właśnie dlatego, że dziecko nie bardzo wie, jak to się dzieje, że opowieści te mają dla niego tyle czaru (s. 44). Baśń sprawiając dziecku przyjemność, dostarcza mu objaśnień dotyczących jego psychiki i wspiera rozwój dziecięcej osobowości. Taki przykład opisuje Bettelheim (s. 40), rozważając znaczenie baśni *Królowna Śnieżka*, w której jako wiadomo niegodziwa macocha z zazdrości nie chce dopuścić do tego, by tytułowa bohaterka mogła wieść niezależną egzystencję - co symbolizują podejmowane przez macochę próby pozbawienia królowny Śnieżki życia. W tej bajce pewna pięcioletnia dziewczynka najistotniejsze jej znaczenie zobaczyła jednak

<sup>21</sup> B. Bettelheim..., op. cit., s. 52.

<sup>22</sup> Tamże, s. 58.

<sup>23</sup> M. Molicka, *Bajki terapeutyczne dla dzieci*, Leszno 1998, s. 25.

w czym innym. Nie wiązało się ono ze wskazanym problemem właściwym późniejszemu okresowi dorastania. Otóż matka tej dziewczynki była zimna i pełna dystansu tak, że dziewczynka czuła się opuszczona. Opowieść pocieszyła ją, że nie powinna popadać w rozpacz: królową Śnieżkę, zdradzoną przez macochę, ocaliły istoty płci męskiej - najpierw krasnoludki, potem królewicz. Toteż ona także nie powinna rozpaczać z powodu opuszczenia przez matkę, ale ufać, że ocalą ją istoty płci męskiej. Pewna, że baśń ukazuje jej, co robić, dziewczynka zwróciła się ku ojcu, który zareagował pozytywnie. Dzięki szczęśliwemu zakończeniu baśni dziewczynka dostrzegła szczęśliwe wyjście z położenia, w którym znalazła się z powodu braku zainteresowania ze strony matki (s. 41). Najważniejszy jest tu fakt, że baśń ma zawsze szczęśliwe zakończenie, ponieważ dziecko może bez lęku pozwolić sobie na to, by wraz z tokiem opowieści wyjawily się jego nieświadome uczucia, bo wie, iż niezależnie od tego, jaka jest treść owych uczuć, będzie „żyło długo i szczęśliwie”.

## VII. Podsumowanie

W niniejszym artykule próbowałem wyjaśnić, w jaki sposób literatura piękna - na przykładzie mitów i baśni - wnosi tak wielki i pozytywny wkład psychologiczny w wewnętrzne życie człowieka (jak w przypadku mitu), czy wewnętrzne dojrzewanie dziecka (jak w przypadku baśni). Próbowałem też wykazać, na przykładzie oddziaływania literatury, że osobowość ludzka istnieje i funkcjonuje w warunkach kultury; że kultura, w tym przypadku literacka, nasycza sobą osobowość. Właśnie to współzależne sprzężenie jednostki i kultury można, a nawet trzeba wykorzystywać metodologicznie w procesie biblioterapii. Gdyż kultura może być dla człowieka źródłem ocalenia.

### Bibliografia:

- J. Trzynadlowski, *Biblioterapia - złudzenia i nadzieje*, „Arteterapia” II. Zesz. Nauk. Akad. Muzycz. we Wrocławiu, nr 52.
- Wybrane zagadnienia i pedagogiki specjalnej*, pod red. E. Tomasik, Wyd. WSPS, Warszawa 1997.
- J. Szocki, *Istota terapeutycznego oddziaływania książki*, „Arteterapia” II. Zesz. Nauk. Akad. Muzycz. we Wrocławiu, nr 52.
- E. Tomasik, *Czytelnictwo i biblioterapia w pedagogice specjalnej*, Wyd. WSPS, Warszawa 1994.
- K. Migoń, *Nauka o książce. Zarys problematyki*, Wyd. Ossolineum, Wrocław 1984.
- E. Mioletinski, *Poetyka mitu*, przeł. J. Dancyngier, przedm. M. R. Mayenowa, PIW, Warszawa 1981.

- M. Eliade, *Sacrum mit – historia*, przeł. A. Tatarkiewicz, wstęp M. Czerwiński, PIW, Warszawa 1993.
- C. G. Jung, *Typy psychologiczne*, przeł. R. Reszke, Warszawa 1997.
- R. Barthes, *Mit i znak. Eseje*, wybór i słowo wstępne J. Błoński, PIW, Warszawa 1970.
- M. Molicka, *Bajkoterapia*, Magazyn „Gazety Wyborczej” z 17 czerwca 1999 r.
- B. Bettelheim, *Cudowne i pożyteczne. O znaczeniach i wartościach baśni*, przekł., wpraw., objaś., posłowie Danuta Danek, Wyd. „W.A.B.”: Jacek Santorski and CO, Warszawa 1996.
- Potęga mitu. Rozmowy Billa Moyersa z Josephem Campbellem*, oprac. Betty Sue Flowers, przekł. I. Kania, Wyd. „Signum”, Kraków 1994.
- J. Z. Jakubowski, *Wstęp do...*, Goethe, *Faust. Część I i II*, przeł. F. Konopka, Warszawa 1968.
- A. Schopenhauer, *Świat jako wola i przedstawienie*, przekł. i wstęp J. Garewicz, Warszawa 1994, tom 1.
- W. Propp, *Morfologia bajki*, tłum. W. Wojdyga-Zagórska, PIW, Warszawa 1976.
- M. Molicka, *Bajki terapeutyczne dla dzieci*, Leszno 1998.
- W. Czernianin, *Młodopolski erotyk hedonistyczny. Problemy poetyki*, Wyd. TART, Wrocław 2000.
- Zrozumieć pleć. Studia interdyscyplinarne*, pod red. Alicji Kuczyńskiej, Wyd. Uniw. Wr., Wrocław 2002; *Zrozumieć pleć. Studia interdyscyplinarne*, pod red. Alicji Kuczyńskiej i Elżbiety Katarzyny Dzikowskiej, Wyd. Uniw. Wr., Wrocław 2004.

## Rozdział 6.

# Każdemu odpowiednia literatura – czyli o aspekcie poradoznawczym w biblioterapii

(Wiktor Czernianin)

### I. Poradoznawstwo w biblioterapii

Aspekt poradoznawczy w biblioterapii wynika z jej definicji. Przynajmniej z tej powszechnie przyjętej w 1961 roku, która pojawiła się w drugim wydaniu *Ilustrowanego Słownika Webstera (Websters Third New International Dictionary)* w brzmieniu: „użycie wyselekcjonowanych materiałów czytelniczych jako pomocy terapeutycznej w medycynie i psychiatrii, także poradnictwo w rozwiązywaniu problemów osobistych przez ukierunkowanie czytanie [podkr.- moje].”<sup>1</sup> W roku 1966 Amerykańskie Stowarzyszenie Bibliotekarzy przyjęło ją jako oficjalną. Implikacje tego ujęcia przejawiały się m.in. w równie ogólnie przyjętym podziale na biblioterapię kliniczną, którą określa się mianem leczniczej oraz na wychowawczą, zwaną rozwojową. Zdaniem Edyty Zierkiewicz to właśnie: „Biblioterapia rozwojowa bliższa jest poradnictwu i z tego też względu wspomaganymi są najczęściej osoby zdrowe, tzw. normalne, niezaburzone w stopniu głębokim, zaradne, posiadające problemy natury adaptacyjnej, motywacyjnej, decyzyjnej.”<sup>2</sup> Biblioterapia rozwojowa jest zatem – według niej – szansą dla w ogóle piśmiennictwa poradnikowego. Choć zapotrzebowanie na takie piśmiennictwo można różnie tłumaczyć, to jednak w biblioterapii prawie wyłącznie zjawiskiem samopomocy lub pomagania wzajemnego. W pierwszym przypadku model zachowania się czytelnika w procesie biblioterapii dyktuje tekst i nic więcej. W drugim, owszem biblioterapeuta powinien zalecić odpowiednią lekturę i pozwolić, w przypadku literatury pięknej, wnikać treściami literackimi w psychikę czytelnika-użytkownika biblioterapii tak dalece, by wytworzył się w niej – w jej swoistej materii – możliwie adekwatny obraz utworu, stanowiącego właściwy przedmiot terapeutycznej analizy. I właśnie ów dobór literatury terapeutycznej, jawi się jako podstawowy – właśnie „poradoznawczy” – problem biblioterapii, zawierający się w zdaniu:

---

<sup>1</sup> W. Szulc, *Kulturoterapia. Wykorzystanie sztuki i działalności kulturalno-oświatowej w lecznictwie*, Poznań 1994, s. 32.

<sup>2</sup> E. Zierkiewicz, *Wykorzystanie poradników w procesie samopomocy. Wprowadzenie do biblioterapii rozwojowej*, „Biblioterapeuta. Biuletyn Informacyjny Polskiego Towarzystwa Biblioterapeutycznego” 2002, nr 3, s. 5.

każdemu odpowiednia literatura. Jest ono zresztą trawestacją jednego z pięciu słynnych praw bibliotekarstwa Shiyali-ego Ranganathana, mianowicie drugiego: „Dla każdego czytelnika właściwa książka”. (Pozostałe to: 1. Książki służą do użytku, 2. j.w., 3. Każda książka musi mieć swego czytelnika, 4. Oszczędzaj czas czytelnika, 5. Biblioteka jest żywym organizmem.)<sup>3</sup> Głębia myśli bibliotekarza i uczonego indyjskiego, powszechnie nazywanego filozofem bibliotekarstwa, zawarta w cytowanym zdaniu, inspiruje do refleksji biblioterapeutycznej i to zarówno nad problemem poradnictwa w zakresie samopomocy, jak i doboru odpowiednich książek dla czytelnika chorego. Obydwa zagadnienia są złożone i wymagają osobnych ujęć. Trudniejsza wydaje się to drugie, że względu na konieczną relację biblioterapeuta – użytkownik biblioterapii. A propos pierwszego, pisze E. Zierkiewicz, że: „Podjęcie lektury dowolnego poradnika nie zawsze wypływać musi – jak zwykło się potocznie zakładać – z bezradności czytelnika, z poczucia zagubienia w obliczu doświadczanych trudności. Co więcej, korzystanie z piśmiennictwa poradnikowego powinno zostać potraktowane jako przejaw aktywności samopomocowej czytelników. [...]. Nieco inny charakter mają natomiast działania, podejmowane przez osoby pomagające profesjonalnie, w których wykorzystywane jest piśmiennictwo poradnikowe. Takie działania, noszą nazwę >biblioterapia<”.<sup>4</sup> Drugie ujęcie wymaga zatem większego skupienia nad problematyką doboru lektury terapeutycznej dla czytelnika – przede wszystkim chorego i niepełnosprawnego. A więc chodzi o takie czynniki określające jego sylwetkę jak: stan zdrowia, aktualne samopoczucie, potrzeby psychiczne, zainteresowania, stopień odczytania, poziom intelektualny. Mogą one pomóc przy ustalaniu przewidywanej reakcji konkretnego czytelnika na odpowiednio dobieraną dla niego książkę.

## II. Kulturowo-psychologiczne podstawy doboru odpowiedniej literatury

„Dla każdego czytelnika właściwa książka” – to zdanie Ranganathana skłania do kulturowo-psychologicznej refleksji nad problemem nie tylko jakiej lektury potrzebują chorzy, ale dla czego potrzebują właśnie takiej a nie innej? Innymi słowy, co sprawia, że pewne lektury chorzy ignorują, a inne, mianowicie te właściwe, działają nań tak korzystnie? Odpowiedź na to pytanie jest następująca. Szukanie przez biblioterapeutę w różnego rodzaju literaturze właściwej książki, to szukanie w niej takiego mitu, który byłby właśnie odbiciem aktualnego kryzysu osobistego konkretnego użytkownika biblioterapii. Mitu, który stanowiłby autointerpretację własnego wewnętrznego „ja” tegoż

<sup>3</sup> M. Kocójowa, *Edukacja permanentna bibliotekarzy i pracowników informacji naukowej w międzynarodowej perspektywie*, Kraków 1999, s. 30.

<sup>4</sup> E. Zierkiewicz, op. cit., s. 2-3.

użytkownika, poszukiwanej przez niego własnej tożsamości w relacji do świata zewnętrznego. Wreszcie takiego, który mógłby być narracyjnym wzorem, nadającym egzystencji chorego, głębokie indywidualne znaczenie. Mówiąc metaforycznie, „wołanie” o taki mit, przybierające czasami formę milczenia – intuicyjnie słyszy biblioterapeuta – próbując wniknąć w psychikę swojego pacjenta. W biblioterapii właśnie mity mogą służyć pomocą choremu w wyjściu na zewnątrz siebie, mogą być sposobem wypróbowania i zastosowania nowych struktur życia albo nawet desperacką niekiedy próbą przebudowy złamanego życia.<sup>5</sup> Obecność mitów konieczna jest jako pomost łączący przepaść pomiędzy biologiczną i osobową naturą człowieka. Zatem problem poszukiwania właściwej książki, to najczęściej problem odnalezienia przez biblioterapeutę właściwych mitów, czy też mitu dla konkretnej jednostki. I doprawdy nieważne czy znajdzie tenże mit w literaturze wysokoartystycznej czy popularnej, powieści, bajce, noweli, dramacie, wzorze bohatera, charakterze przeżyć, poezji, filmie, opowiedzianym przez siebie zdarzeniu itp. Musi znaleźć taki, który aktualnie jakby króluje w nieświadomości chorego, przybliżyć mu wiedzę o nim tak, aby pojawił się bezpośrednio także w jego świadomości. Znaleziona książka lub inny materiał biblioterapeutyczny z odpowiednim mitem, nieważne czy antycznym, czy stworzonym współcześnie – spełni tylko rolę katalizatora. Treść mitu, jego porządek i spójność, wyzwoli bowiem u chorego strumień doznań, emocji i idei, który w sposób uporządkowany dotrze do jego świadomości z zewnątrz i wewnątrz. W ten sposób słowa mitu uwolnią indywidualną moc chorego, dając narracyjny wzór terapeutyczny porządkujący jego wewnętrzny świat. Według tego wzoru, chory uczyni wysiłek zmieniający istniejący stan rzeczy w jego wnętrzu duchowym. I trzeba go do tego nakłaniać w chwili zwątpienia.

## II.1. Zapotrzebowanie na mity wśród uczestników biblioterapii

Jednakże trudno jest omawiać zapotrzebowanie na mity wśród uczestników biblioterapii, kiedy współczesna kultura tak bardzo przyzwyczyła nas do traktowania mitów jako nieprawdy. Przecież po to, by coś zdeprecjonować, używa się określenia: „to tylko mit”.<sup>6</sup> Takie użycie słowa „tylko”, w sensie deprecjonującym, wprowadzili Ojcowie Kościoła chrześcijańskiego w III wieku naszej ery. Był to ich sposób walki z powszechną wiarą w greckie i rzymskie mity – jak pisze Rollo May w książce *Błaganie o mit*. Ojcowie Kościoła zwalczali mity antyczne jako religię. Podczas gdy dla nas zawierają one głęboką wiedzę psychologiczną. W tym sensie są prawdziwe. Tak więc mit, jak to ujął pisarz Tomasz Mann, jest ponadczasową prawdą psychologiczną w przeciwieństwie do prawdy religijnej czy empirycznej. Jest formą ekspresji, odsłaniającą proces myśli

---

<sup>5</sup> R. May, *Błaganie o mit*, przekł. B. Moderska, Poznań 1997, s. 18.

<sup>6</sup> Tamże, s. 21.

i czucia – ludzką świadomość i odbiór wszechświata, innych ludzi i swe odrębne istnienie. Stanowi projekcję lęków i pragnień w konkretną i dramatyczną formę, która jest jedynym sposobem ich ujawnienia i wyrażenia.<sup>7</sup> Dlatego mit pokonuje czas, jest ponadczasowy. Stąd nie ma najmniejszego znaczenia, czy np. Edyp był tylko postacią z greckich podań, czy też istniał historycznie. Narracja Homera nadała mu rangę mitu, który uwieczniony przez Sofoklesa stał się mitem bohatera poszukującego swej własnej rzeczywistości, dążącego do czegoś, co dziś zwiemy docieraniem do własnej tożsamości. Wołanie: „Muszę dowiedzieć się, kim jestem”, wyartykułowane przez Edypa, który buntuje się przeciwko własnej rzeczywistości, nie odnosi się tylko do tego Greka, ale do wszystkich mężczyzn w ambiwalentnej walce o tożsamość.<sup>8</sup>

Jednak problem mitu dla biblioterapeutów, to nie tyle problem jego definicji, co wewnętrznej zgody, psychologicznego i duchowego wysiłku, by zebrać się na odwagę i spojrzeć w pełne światło jego prawdy. W tym świetle moc terapeutyczną mają nie tylko mity same, ale – jak się już rzekło – także jego przejawy w różnych rodzajach i gatunkach literackich, również formach sztuk. Wobec tych ustaleń odpowiedź na kolejne pytanie: czy chodzi o to, abyśmy szukali w literaturze mitów klasyków antycznych? – jest taka: niekoniecznie, aczkolwiek odwoływanie się do nich bywa nieraz nieuniknione. A co z użytkownikami biblioterapii, którzy są niewykształceni i nigdy nie czytali greckich czy innych klasyków? Otóż nie istnieje konieczność znajomości szczegółów mitów, ani ich samych. Mity są archetypowymi wzorami ludzkiej świadomości, jak wykazał to wybitny religioznawca Joseph Campbell i inni uczeni. Wszyscy jesteśmy zrodzeni z matki i wszyscy umieramy; wszyscy przechodzimy konfrontację z seksem lub jego brakiem, pracujemy lub nie mamy pracy itd. Wielkie dramaty, jak *Hamlet* są mityczne w tym sensie, że przedstawiają egzystencjalny kryzys każdego życia. Pomniejsza literatura zawiera opis zdarzeń o mniejszej skali, nie tak ogólna problematykę, może bardziej szczegółową, np. dotyczącą osoby niepełnosprawnej. Ma jednak taki sam sens mityczny, gdyż przedstawia także egzystencjalny kryzys doświadczonych przez los ludzi. Nie sposób uniknąć zatem twierdzenia, że mit i samoświadomość są do pewnego stopnia synonimami. Tam gdzie istnieje świadomość, tam istnieje będzie mit. Mówiąc inaczej – to znaczy słowami wybitnego psychologa klinicznego Mariana Kulczyckiego – mitologia jednostki jest do pewnego stopnia mitologią kulturową w mikrokosmosie.<sup>9</sup> Mity nie są fałszem – referujemy dalej poglądy polskiego uczonego – mają być kluczami do duchowych możliwości ludzkiego życia. Tworzą raczej sposób, w jaki ludzie sygnalizują i organizują swoje życie wewnętrzne. Wyznaczając bieg życia człowieka, określają całość niepowtarzalnego losu

<sup>7</sup> Tamże, s. 25.

<sup>8</sup> Tamże.

<sup>9</sup> M. Kulczycki, *Psychologiczna problematyka mitów konkretnej osoby*, „Prace Kulturoznawcze VII. Kultura i świadomość”. Wrocław 1999, s. 128.



w otaczającym świecie. Odgrywają też rolę obronną, chronią przed załamaniem psychicznymi i wzmacniają wolę życia. Pojawienie się mitu wywołuje zazwyczaj swoiste olśnienie: głębokie zrozumienie czegoś bardzo ważnego oraz osiągnięcie stanu poznania istoty interesujących lub niepokojących zjawisk i zależności w złożonym środowisku. Co było trudne i niejasne, staje się wręcz przezroczyste, zagmatwany świat lub jego jakiś fragment staje się uporządkowany, prosty i możliwy do opanowania.<sup>10</sup> Mity nie są bowiem zimnymi, racjonalnymi, często powierzchownymi przekonaniem, lecz pełnymi wiary, gorących uczuć, głębokimi i wyrastającymi z całej struktury osoby poglądami na życie człowieka: na to, co się w nim wydarzyło i może lub powinno się wydarzyć.<sup>11</sup> Funkcje mitów ściśle korespondują więc z aspektem poradniczym w biblioterapii. Ich problematyka – jak słusznie pisał M. Kulczycki – jest obszarem, który może zainteresować badaczy z wielu dyscyplin naukowych, ponieważ obejmuje on zjawiska i zależności charakterystyczne dla egzystencji konkretnych współczesnych nam ludzi, bardzo złożonym i o licznych rozmaitych funkcjach. Wspólne wysiłki poznawcze w tym zakresie mogą doprowadzić do głębszego poznania i zrozumienia człowieka oraz jego życia w otaczającym go i pełnym dynamicznych zmian świecie. Będzie to miało zarówno teoretyczne, jak i praktyczne znaczenie w całościowym dążeniu do ulżenia doli pojedynczej osoby i całych grup społecznych.<sup>12</sup> Jeżeli aspekt poradniczy w biblioterapii warunkują zjawiska samopomocy lub pomagania wzajemnego, to zdanie z tytułu niniejszego rozdziału – każdemu odpowiednia literatura – musi mieć przesłanki nie tylko kulturowe, ale i głęboko psychologiczne. O kulturowych już nadmieniliśmy, natomiast o psychologicznych wypadnie nam teraz krótko dopowiedzieć w perspektywie dwóch wspomnianych zjawisk.

## II.2. Psychologiczne warunki radzenia sobie w życiu

Pierwsze, samopomocowe, określają psychologiczne warunki radzenia sobie w życiu. Myśl ta zapożyczona jest znów, ale z innej pracy prof. Kulczyckiego.<sup>13</sup> Gdyż całkiem po prostu, radzenie sobie w życiu przez poszczególną jednostkę, cieszy się zwykle szerokim uznaniem społecznym i stanowi chyba istotny cel poradnictwa w biblioterapii. Najczęściej chodzi w takim uznaniu o stwierdzenie, że określona osoba realizuje swoje cele życiowe, przezwyciężając pojawiające się przeszkody i trudności skutecznie, a całość jej wysiłków i starań jest uznana za wskazaną lub co najmniej dopuszczalną przez ludzi

---

<sup>10</sup> Tamże, s. 130.

<sup>11</sup> Tamże, s. 134.

<sup>12</sup> Tamże, s. 135.

<sup>13</sup> M. Kulczycki, *Psychologiczne warunki radzenia sobie w życiu*, w: *Poradnictwo wobec złożoności problemów człowieka i świata*. Vol. I, w: *Materiały V Ogólnopolskiego Seminarium Naukowego Karpacz 11-14 maja 1987*, pod redakcją Alicji Kargulowej. Wrocław 1990, s. 11.

formułujących takie oceny.<sup>14</sup> Owa samopomocowa realizacja swoich celów życiowych przez określoną osobę przebiega – zdaniem wspomnianego autora – według sześciu zasadniczych faz: wstępnej, wyboru celu, wyboru programu, bezpośrednich prób zmieniania rzeczywistości, osiągnięcia celu i przejściowej.<sup>15</sup> W pierwszej fazie – wstępnej – występujące pragnienia konkretnej osoby, budzą jej określone zainteresowanie lub zaniepokojenie. Pojawia się nowy obraz własnej sytuacji życiowej danej osoby, nasycony dążeniami i emocjami. Towarzyszy mu poczucie pewnego panowania nad sobą i otoczeniem. W drugiej fazie – wyboru celu – zostają poprzez podjęcie odpowiednich decyzji wybrane pewne wartości jako cel, który ma zostać w danych warunkach zrealizowany. W trzeciej fazie – wyborze programu – dana osoba przystępuje do konstruowania i konstruuje program własnych czynności, który ma zapewnić osiągnięcie wybranego celu. Podjęcie odpowiednich decyzji w tym zakresie musi uwzględnić zarówno aktualny stan rzeczy, jak też i ich rozwój. W czwartej fazie – bezpośrednich prób zmieniania rzeczywistości – charakteryzuje się podejmowaniem rzeczywistych wysiłków prowadzących do realizacji przyjętego programu i wywołania określonych zmian wzajemnych relacji ze światem. Pojawia się wówczas zazwyczaj konieczność systematycznych starań, której towarzyszą zwykle przykre emocje, aby w danych warunkach doprowadzić realizację programu do końca. Powinny więc wystąpić wartościowe procesy kontroli i korekty, przy pomocy których będzie można dopiero zaspokoić swe pragnienia. Wymaga to zazwyczaj dostatecznego i długotrwałego panowania nad sobą. W piątej fazie – osiągnięcia celu – dzięki procesom orientacyjnym występują domysły i przekonania, że pożądaný stan rzeczy zostaje lub już został osiągnięty albo też nastąpiła porażka. Zazwyczaj pojawiają się w związku z tym zmiany w postawach dążeniowych i emocjonalnych. Zaczynają dominować i ogarniać całą świadomość uczucie radości, ulgi, zwycięstwa lub strachu, lęku, złości, poniżenia. Jest to ważny okres dla doświadczenia jakości własnego życia i ujmowania jego dalszych perspektyw w osobistym wymiarze. W szóstej fazie – przejściowej – rozwiązująca dotychczas określony problem dana osoba rozpatruje sytuację z jej bliższymi oraz dalszymi zmianami. Przygotowuje się różnie nastawiona emocjonalnie do uświadomienia sobie, co nowego czeka ją w najbliższym czasie. Próbuje ustalić, jak przedstawia się jej położenie życiowe dzięki zaistniałym relacjom i snuje odpowiednie do pojawiających się ocen, mniej lub bardziej określone plany.<sup>16</sup> M. Kulczycki zastrzega jednak, że w skróconych formach rozwiązywania problemu, niektóre z wymienionych faz mogą uświadamiać się bardzo słabo a nawet w ogóle nie występować, stąd w praktyce mogą być pomijane.

---

<sup>14</sup> Tamże.

<sup>15</sup> Tamże, s. 26.

<sup>16</sup> Tamże, s. 26-28.

### II.3. Psychologiczna problematyka pomagania wzajemnego

Drugie zjawisko, tzn. psychologiczna problematyka pomagania wzajemnego, związane jest ściśle z przebiegiem procesu biblioterapeutycznego. Rozważając dalej tę problematykę wypada stwierdzić z kolei za Lwem Wygotskim, autorem książki *Psychologia sztuki*, że żadna analiza charakteru i przebiegu procesu reakcji estetycznej znamiennej dla percepcji czytelniczej, nie może być pełna i adekwatna w stosunku do swego przedmiotu, czyli postawy czytelnika, jeśli pomija psychologię. „Dzieło artystyczne – czytamy dalej u niego – jest to zespół znaków estetycznych, ukierunkowanych tak, aby budzić emocje.”<sup>17</sup> Zapamiętajmy ten fragment o emocjach, bo jest dla nas najistotniejszy. W ten sposób bowiem forma reakcji estetycznej, ukształtowana na gruncie kontaktów z dziełem, „przezwycięża” i przetwarza „życiowe” treści psychiki. Stąd właśnie terapeutyczna rola dzieła artystycznego polega na organizowaniu przeżyć. Moment zasadniczego ich przetworzenia w obrębie reakcji estetycznej określa Wygotski jako *katharsis*. Jest to podstawowy termin psychologicznej warstwy jego koncepcji, mający wszelako ściśle odpowiedniki artystyczne, przejawiające się na wszystkich piętrach struktury dzieła, we wszystkich gatunkach literackich i wszystkich rodzajach sztuk.<sup>18</sup> W sferze reakcji estetycznej wiąże się ów moment z przetworzeniem „życiowych”, prywatnych afektów czytelnika w estetyczne i zakorzenienie w świecie kultury. Każde dzieło literackie winno być traktowane przez biblioterapeutę jako system bodźców zorganizowanych świadomie w celu wywołania u czytelnika-pacjenta reakcji estetycznej. Analizując strukturę bodźców emocjonalnych, intelektualnych potencjalnie zawartych w tekście, można bowiem odtworzyć strukturę reakcji estetycznej czytającego. Tak więc biblioterapeuta musi czasami z samych dzieł literackich odtwarzać odpowiadającą im psychikę, ażeby następnie poznawać prawa nią rządzące.

Trzeba tutaj – według Józefa Szockiego - rozważyć dwie kwestie wiążące się z odczuwaniem satysfakcji przez czytelnika w trakcie odbioru dzieła literackiego w procesie biblioterapii składającego się, jak wiadomo, z trzech etapów, tj. identyfikacji, *katharsis* i wglądu. Pierwsza z tych kwestii dotyczy aktu utożsamienia się z bohaterem na etapie identyfikacji i poprzez to ma charakter klasycznej oczyszczającej z napięcia psychicznego *katharsis*. Uwzględniając przy tym oczywiście etap wglądu, na którym czytelnik uzyskał pozytywne spojrzenie na daną postać i jej problem. Druga kwestia z kolei odnosi się do przeciwstawnego stanu, mianowicie gdy czytelnik ma dystans do bohatera jako do postaci nie związanej ze sobą, zmuszonej być taką, jaką nakreślił pisarz w swym utworze. Czytelnik nie pragnie utożsamienia się z bohaterem, raczej czuje do

<sup>17</sup> L. Wygotski, *Psychologia sztuki*, przedm. M. Zagórska, oprac., przekł. T.Szyma, oprac. nauk. wstęp i kom. St. Balbus, Kraków 1980, s. 33.

<sup>18</sup> Tamże, s. 32.

niego antypatię, ba, jest usatysfakcjonowany, gdy tenże przeżywa tragiczne perypetie. Etap identyfikacji tu nie zachodzi, gdyż nie pozwala na to etap wglądu. Ten ostatni pokazuje, że kontakt z bohaterem jest związany z pragnieniem czytelnika ujawnienia całej prawdy dotyczącej bohatera, z ciekawością i z chęcią poznania. Ciekawość czytelnika w tym przypadku należy traktować jako rodzaj impulsu do jego aktywności, za pomocą którego chroni się on przed zagrożeniem związanym z chorobą, poszerza swoje możliwości życia poprzez badanie biografii innych postaci (w tym przypadku bohaterów literackich), aby znaleźć takie jej elementy, które mogłyby być zastosowane w pokonywaniu własnych trudności. A to już jest etap katharsis. Bowiem taki kontakt czytelnika z bohaterem odbierany jest przez niego jako katharsis, a jednocześnie jako objawienie pewnej prawdy życiowej (etap wglądu).<sup>19</sup>

W czytaniu literatury powieściowej te dwa przeciwstawne kierunki jej przeżywania, łączą się ze sobą w jedną niepodzielną emocję. Jeżeli chodzi o pierwszą kwestię, pewne uszczerbki w zdrowiu czytelnika rodzą jego pragnienie przeniesienia się, przynajmniej w wyobraźni, w świat fikcji, w świat idealnego bohatera, zrzucenia z siebie stanu rzeczywistego. U podłoża tego procesu leży odczuwanie kultury, literatury jako czegoś bliskiego. Dlatego projekcja bohatera i jego perypetii jest czymś w rodzaju substytutu wyzwolenia się od siebie samego, od choroby, wydaje się czytelnikowi jego autentyczną prawdą. Ale jednocześnie kryje się w tym doświadczenie życiowe, trud w pokonywaniu problemów związanych z chorobą, których nie może się wyzbyć. Zawsze towarzyszy mu świadomość jego samego i choroby. Świadomość swej ludzkiej kondycji jest u każdego człowieka rozszczepiona, przejawia się na dwóch przeciwstawnych płaszczyznach: natury i kultury. Ciągła świadomość swej choroby to symptom pierwszej prawdy o człowieku, zaś w akcie upodabniania się z bohaterem literackim mamy do czynienia z kolejną. Natomiast jeżeli chodzi o drugą kwestię, tj. dystansu czytelnika do bohatera, to w istocie dotyczy to jego dystansu do kultury. Czytelnik odnajduje wtedy tożsamość z bohaterem jedynie na płaszczyźnie naturalnej, przyrodniczej. Przejawia się to u niego w impulsie aktywności poznania problemów związanych ze sobą w konfrontacji z bohaterem, którego chce się poznać dla pokonania swoich problemów. Ale i w tym przypadku czytanie to swoisty dialog wewnętrzny z bohaterem, z książką, skłaniające do refleksji i warunkujące osobisty rozwój pacjenta. Jednakże pełną swoją tożsamość może odnaleźć jedynie na obydwu płaszczyznach: naturalnej i kulturowej. I tylko dzięki temu może dojść u niego, mniej lub bardziej świadomie, do poznania tej sprzeczności.

<sup>19</sup> J. Szocki, *Istota terapeutycznego oddziaływania książki*, „Arteterapia II” 1990, s. 116.

### III. Rola własnej twórczości uczestników biblioterapii

Bardzo cenna w biblioterapii jest własna twórczość pacjentów. Zauważono np., że w czasie zaostrzenia się choroby psychicznej oraz okresie zmiany wzorów zachowania, pacjenci często piszą dużo wierszy. Eksterioryzacja bowiem, czyli przetwarzanie treści własnego świata wewnętrznego w postać np. poezji, przekształca byt potencjalny w byt realny. Ponieważ przed napisaniem tekstu, załóżmy że właśnie poetyckiego – ale niekoniecznie tylko takiego, może nim być bajka, opowiadanie itp. – nasz świat wewnętrzny jest tylko „bytem dla nas”, dopiero dzięki eksterioryzacji w tekst staje się również „bytem dla innych”. Zresztą i dla nas samych istniejemy naprawdę dopiero wtedy, kiedy zaczynamy obserwować, porządkować, nazywać, wyrażać, a więc – jak pisze Andrzej Nowicki w książce *Człowiek w świecie dzieł* – eksterioryzować to, co istnieje w nas w postaci nieuformowanej i nienazwanej, mętnej mgławicowej energii potencjalnej, którą dopiero akt eksterioryzacji przekształca w rzeczywistość.<sup>20</sup> Tak więc eksterioryzacja jest procesem konstytuującym i rozwijającym człowieczeństwo. To, co nie eksterioryzuje się – przepada. Sens tworzenia artystycznego jest wobec tego czynnikiem kreującym godność pacjenta, która przekształca go w aktywny podmiot komunikacji międzyludzkiej, a także swego samopoznania i autoterapii. Pisanie terapeutyczne ma oczywiście ogromne znaczenie lecznicze, choć walor artystyczny takich tekstów jest zróżnicowany, w zależności od osób piszących, tzn. od stopnia ich upośledzenia. Np. prof. Helmut Koch z Niemiec wartość estetyczną przyznał następującemu tekstowi terapeutycznemu. Bardzo prostemu na pierwszy rzut oka. Pisała go jednak osoba o znacznym upośledzeniu umysłowym i było to dla niej dużym wysiłkiem. Oto fragment tego tekstu w tłumaczeniu na język polski:

„Co już osiągnąłem?

1. Co dwa lub trzy dni kąpię się, myję włosy.
2. Rano i wieczorem myję zęby.
3. Wieczorem o 22 idę do łóżka.
4. Coraz bardziej zajmuję się sobą.
5. Daję sobie radę ze sprzątaniem pokoju.
6. Utrzymuję porządek dnia.”<sup>21</sup>

Wśród różnych form pracy biblioterapeutycznej, poczesne miejsce muszą więc zajmować spotkania poetyckie. Podczas których pacjenci piszą i czytają swoje wiersze i pod kierunkiem biblioterapeuty dyskutują na ich temat, wiersze te są z reguły projekcją ich stanów emocjonalnych. Własne doznania pacjentów związane z cierpieniem „przelane na papier”, stwarzają zwykle pozytywne tło dla dalszych przeżyć emocjonalnych

<sup>20</sup> A. Nowicki, *Człowiek w świecie dzieł*, Warszawa 1974, s. 332.

<sup>21</sup> *Pogranicza – literatura, teatr i psychiatria: polsko-niemiecki bilans badań naukowych i doświadczenia praktycznego*, pod red. A. Radzik. Kraków 2001, s. 62.

i pozwalają im na lekturę trudniejszą, na literaturę o charakterze refleksyjnym. Jak bowiem pisze Andrzej Szczeklik w swojej książce „*Katharsis. O uzdrowicielskiej mocy natury i sztuki*”: „Medycyna i sztuka wywodzą się z jednego pnia. Obie biorą początek z magii – systemie opartym na wszechmocy słowa. [...]. Sztuka słowa, wspomagana doświadczeniem gromadzonym przez pokolenia kapłanów i lekarzy pozwalała przywrócić człowiekowi jego miejsce w kosmosie”.<sup>22</sup> Szerzej odnalezienie harmonii ze światem, ludźmi i z sobą.

#### IV. Zakończenie

Celem rozdziału było przedstawienie złożoności aspektu poradniczego w biblioterapii, a więc przede wszystkim wiedzy na temat istoty kulturowo-psychologicznej tego zagadnienia, ale także zwrócenie uwagi na jego podstawową rolę i zmienność, możliwą do wyszczególnienia zarówno wówczas gdy chodzi o zjawisko samopomocy (biblioterapia rozwojowa), jak i pomagania wzajemnego (biblioterapia kliniczna).

#### Bibliografia:

- Szulc W. (1994), Wita Szulc, *Kulturoterapia. Wykorzystanie sztuki i działalności kulturalno-oświatowej w leczeniu*, Poznań 1994.
- Zierkiewicz E. (2002), Edyta Zierkiewicz, *Wykorzystanie poradników w procesie samopomocy. Wprowadzenie do biblioterapii rozwojowej*, „Biblioterapeuta. Biuletyn Informacyjny Polskiego Towarzystwa Biblioterapeutycznego” 2002, nr 3.
- Kocójowa M., (1999), Maria Kocójowa, *Edukacja permanentna bibliotekarzy i pracowników informacji naukowej w międzynarodowej perspektywie*, Kraków 1999.
- May R. (1997), Rollo May, *Błaganie o mit*, przekł. B.Moderska, Poznań 1997.
- Kulczycki M. (1999), Marian Kulczycki, *Psychologiczna problematyka mitów konkretnej osoby*, „Prace Kulturoznawcze VII. Kultura i świadomość”. Wrocław 1999.
- Kulczycki M. (1990), Marian Kulczycki, *Psychologiczne warunki radzenia sobie w życiu*, w: *Poradnictwo wobec złożoności problemów człowieka i świata*, Vol. I., *Materiały V Ogólnopolskiego Seminarium Naukowego Karpacz 11-14 maja 1987*, pod redakcją Alicji Kargulowej, Wrocław 1990.
- Wygotski L. (1980), Lew Wygotski, *Psychologia sztuki*, przedm. M. Zagórska, oprac., przekł. T.Szyma, oprac. nauk. wstęp i kom. St. Balbus, Kraków 1980.

---

<sup>22</sup> Andrzej Szczeklik, *Katharsis. O uzdrowicielskiej mocy natury i sztuki*, wstęp Czesław Miłosz, Kraków 2002, s. 17.

- Szocki J., (1990), Józef Szocki, *Istota terapeutycznego oddziaływania książki*, „Arteterapia II” 1990.
- Nowicki A., (1974), Andrzej Nowicki, *Człowiek w świecie dzieł*, Warszawa 1974.
- Radzik A., (2001), *Pogranicza – literatura, teatr i psychiatria: polsko-niemiecki bilans badań naukowych i doświadczenia praktycznego*, pod red. Anny Radzik. Kraków 2001.
- Szczeklik A., (2002), Andrzej Szczeklik, *Katharsis. O uzdrowicielskiej mocy natury i sztuki*, wstęp Czesław Miłosz, Kraków 2002.
- Irena Borecka, Lidia Ippoldt, *Co czytać, aby łatwiej radzić sobie w życiu, czyli wprowadzenie do biblioterapii*, Wrocław 1998.
- Książki, które pomagają żyć. Rewalidacyjna i terapeutyczna funkcja książki w zakładach opieki zdrowotnej i społecznej*, pod red. E. B. Zybert, Warszawa 2000.
- Książka w działalności terapeutycznej*, pod red. E. B. Zybert, Warszawa 1997.
- Agnieszka Stupin-Rzońca, *Przesłanie nadziei. Antologia twórczości osób niepełnosprawnych ruchowo. Część pierwsza. Poezja*, Warszawa 1997.
- Agnieszka Stupin-Rzońca, *Powiedzieć życiu: tak. Antologia twórczości literackiej osób niepełnosprawnych ruchowo. Część druga. Proza*, Warszawa 1998.





## Rozdział 7.

# O funkcji terapeutycznej i wychowawczej dzieła literackiego w badaniach biblioterapeutycznych – na przykładzie psychoanalitycznych interpretacji baśni Bruno Bettelheima oraz interpretacji Pisma Świętego z pozycji psychologii głębi Anzelma Grüna

(Wiktor Czernianin, Halina Czernianin)

### I. Polscy prekursorzy literackich badań biblioterapeutycznych

Zacznijmy od tradycji. Prekursorem biblioterapii w Polsce, chociaż bezwiednym, był wybitny krytyk literacki i historyk literatury okresu Pozytywizmu i Młodej Polski, Piotr Chmielowski (1848-1904). Jest on autorem książki pt.: *Poezja w wychowaniu* (Wilno 1881), którą można uznać za pierwszą polską pracę poświęconą w części biblioterapii wychowawczej, a ściślej poezjoterapii. Można uznać, ponieważ środkiem wychowawczym przez Chmielowskiego zalecanym jest – wskazana w tytule – poezja (Czernianin W., Czernianin H., 2012, s. 101). Natomiast całkiem świadomie, w niespełna sto lat później, odnowił tę tradycję badań literackich inny historyk literatury i wybitny jej teoretyk, Jan Trzynałowski (1912-1995), w pracy *Biblioterapia jako problem teoretyczny i praktyczny. Zagadnienia wybrane* (Trzynałowski J., 1982, s. 439).

Obaj autorzy zwrócili uwagę na wychowawczą i terapeutyczną funkcję literatury. Pisał bowiem Chmielowski o poezji, że towarzyszy nam we wszystkich sprawach i we wszystkich dążeniach, „ażeby nam dać artystyczne obrazy naszych zachodów i wszystko, co jest w nas twórczego obudzić, rozruszać i do działania natchnąć. Nie jest bóstwem naszego życia, ale też nie jest prostą, choćby bardzo szlachetną, zabawką – jest ona potrzebą i rozkoszą zarazem. Z takiego znaczenia poezji w życiu społecznym wynika i jej rola wychowawcza” (Chmielowski P., 1881, s.25-26). Utwory literackie dlatego właśnie mogą wpływać wychowawczo na czytelników, że narzucają im określony sposób postrzegania i przeżywania świata, rozszerzając jednocześnie ich horyzonty poznawcze. Zatem poezja, jako dzieło literatury pięknej, stwarzając pewien obraz rzeczywistości, jest równocześnie narzędziem przekształcania estetycznej i ideowej świadomości czytelników.

(Głowiński M., Okopień-Sławińska A., Sławiński J., 1967, s. 58). Tak pojmowanej funkcji wychowawczej literatury nie należy odłączać od jej funkcji terapeutycznej, co podkreśla J. Trzynadłowski, pisząc że „szczególne znaczenie terapeutyczne ma literatura piękna. Wskazują na to nie tylko przesłanki teoretyczne, wyprowadzone z analiz strukturalnych oraz tzw. badań tematologicznych, lecz również wnioski wypływające z doświadczeń praktycznych” (Trzynadłowski J., 1982, s. 445-446), które przekonują, że utwory literackie mogą wpływać terapeutycznie na czytelników, a to z kolei upewnia w przeświadczeniu, że słowo zdolne jest leczyć duszę i pomóc w leczeniu ciała. Fakt ten powoduje, że posługiwanie się tekstem językowym w zabiegach terapeutycznych to sprawa nader złożona (Trzynadłowski J., 1990, s. 52-53). Jak bowiem zauważył Lew Wygotski: „dopóki będziemy ograniczać się do procesów przebiegających w świadomości, dopóty nie znajdziemy odpowiedzi na najbardziej podstawowe zagadnienia psychologii sztuki. Ani od poety, ani od czytelnika nie zdołamy się dowiedzieć, na czym polega istota tego przeżycia, które wiąże ich ze sztuką. Łatwo też spostrzeżemy, że istotną cechą sztuki jest to, iż procesy jej powstawania i percepcji są niezrozumiałe, niewytłumaczalne, tajemnicze dla tych, którzy mają z nimi do czynienia (Wygotski L., 1980, s. 124).

## II. Funkcja terapeutyczna i wychowawcza dzieła literackiego

Funkcjonowanie terapeutyczne i wychowawcze dzieła literackiego dokonuje się poprzez ściśle określoną kierunkowość działania. *Funkcja terapeutyczna* polega na kierunkowym, tj. leczniczym, oddziaływanie utworu literackiego na różnorodne sfery życia duchowego odbiorców, a więc emocjonalnego, religijnego, świadomościowego, stanu psychicznego, cech osobowościowych. Natomiast *funkcja wychowawcza* obejmuje kierunkowe, tj. formujące młodych, oddziaływanie utworu literackiego na moralność i wrażliwość estetyczną czytelników oraz różnorodne sfery ich życia społecznego, przedstawiając im określony sposób postrzegania wartości etycznych, kulturowych i światopoglądowych. Oczywiście realizują się one, choć w różnym zakresie, w ścisłym powiązaniu z funkcją estetyczną (przeżycie estetyczne) i funkcją poznawczą (postrzeganie rzeczywistości) dzieła literackiego (Rosner K., 1970, s. 5).

U podstaw przeprowadzonych poniżej analiz leży przeświadczenie, że specyficznie rozumiana wartość terapeutyczna dzieła literackiego (Trzynadłowski J., 1990, s. 52-53), jest jego istotną cechą, a więc, że dzieło jej pozbawione nie bywa oceniane jako pełnowartościowy utwór biblioterapeutyczny. Wydaje się bowiem, że jeśli funkcję terapeutyczną uznamy za naczelną lub za jedną z dwu istotnych funkcji utworów biblioterapeutycznych, to funkcje te mogą być przydatne dla wyodrębnienia takich utworów spośród pozostałych dzieł literackich. Teza ta - w rozmaitych wersjach - występuje dość powszechnie we

współczesnej krytyce literatury biblioterapeutycznej („Biblioterapeuta”, 1998-). Literatura ta daje się wówczas określić jako swoisty rodzaj materiału terapeutycznego, którego odrębność ugruntowana jest na odmienności swego sposobu oddziaływania na odbiorcę (wgląd, katharsis).

Celem artykułu jest więc próba odpowiedzi na dwa pytania: 1) o własności dzieła literackiego przenoszącego wartości terapeutyczne i wychowawcze; 2) metodę badań funkcji terapeutycznej i funkcji wychowawczej dzieła literackiego; albowiem niewątpliwie sposób ich oddziaływania jest w sztuce literackiej odrębny i własny.

## II.1. Określenia cech dzieła literackiego przenoszących wartości terapeutyczne i wychowawcze

Zazwyczaj zakłada się, że przyjemność stanowi jeden z celów artystycznych utworu literackiego. Jeśli mielibyśmy określić znamiona dwóch źródeł przyjemności czytania – przyjemność płynącą z treści oraz z formy, pierwsza niewątpliwie przeważałaby drugą. Niemniej jednak forma pozostaje jedną z podstawowych kategorii w refleksji percepcyjnej i odgrywa ogromną rolę w przekazywaniu treści terapeutycznych i wychowawczych przez dzieło literackie. Gwoli ścisłości należałoby powiedzieć, że forma ma tu tylko jeden cel: przekazanie wyrazistej treści w sposób sprawiający przyjemność i zmniejszający niepokojące i napięcia psychiczne. Dlatego jej kilka dających się wyróżnić funkcji o właściwościach terapeutycznych ma ze sobą ściśle i harmonijne powiązania.

Określmy zatem – zainspirowani pracą amerykańskiego badacza literatury, S. O. Lessera – trzy funkcje formy dzieła narracyjnego o terapeutycznych i wychowawczych właściwościach. Po pierwsze, lektura dzieła literackiego ma *sprawiać przyjemność*, gdyż czytamy „dla przyjemności”, ale kierowani jesteśmy impulsem do zaspokojenia różnych potrzeb, dopiero ich zaspokojenie stanowi prawdziwe źródło przyjemności. Po drugie, ma *spowodować uniknięcie lub złagodzenie poczucia winy i niepokoję*, ponieważ ich złagodzenie samo w sobie jest jednym z najważniejszych źródeł przyjemności. Po trzecie forma, ma *ułatwiać percepcję*, czyli kształtować materiał o pożądanym stopniu jasności. Prezentacja materiału uporządkowana według jakiegoś wzoru, wspomaga percepcję oraz wywiera uspokajający wpływ, ponieważ świat uporządkowany jest bardziej zrozumiały i wzbudza mniejsze poczucie zagrożenia niż świat chaotyczny (Lesser S.O., 2001, s. 127-129). Przy czym cechy te zaspokajają jednocześnie także inne potrzeby. Gdy jednak przyjmiemy powyższe określenia formalnych terapeutycznych i wychowawczych cech dzieła literackiego, to kluczowe znaczenie przeżycia estetycznego (doznanie przyjemne i wartościowe) w procesie biblioterapeutycznym staje się oczywiste.

Bettelheim jeden z rozdziałów swojej książki, *Cudowne i pożyteczne. O znaczeniach i wartościach baśni*, poświęcił swoistości baśniowej formy artystycznej. Pisze on: „baśń

*sprawiając dziecku przyjemność*, dostarcza mu objaśnień dotyczących jego psychiki i wspiera rozwój dziecięcej osobowości”. I dalej: „oczarowania [a więc wstępny etap przeżycia estetycznego], jakiego doznajemy, gdy poddajemy się oddziaływaniu baśni, nie wywołują jej psychologiczne treści (choć one również do tego się przyczyniają), ale jej wartości literackie; wywołuje je baśń jako dzieło sztuki. Baśń nie miałaby takiego psychologicznego wpływu na dziecko, gdyby przede wszystkim i nade wszystko nie była dziełem sztuki” (Bettelheim, 1996, s. 34-35). Po drugie, baśń *powoduje złagodzenie napięć psychicznych* wywołanych egzystencjalnymi problemami dorastania: „opowieści baśniowe ukazują w wyobraźniowej formie, na czym polega proces zdrowego rozwoju człowieka i zachęcają dziecko do tego rozwoju, *przedstawiając go w sposób pociągający*” (Bettelheim, 1996, s. 34). Po trzecie, baśń ma ukształtowany materiał o pożądanym stopniu jasności, co ułatwia *percepcję*: ”baśń jest czymś jedynym i swoistym nie tylko pośród form literackich; jest to jedyny wytwór sztuki tak całkowicie zrozumiały dla dziecka” (Bettelheim, 1996, s. 34-35). „Jest charakterystyczną właściwością baśni, że ukazuje pewien problem egzystencjalny w sposób prosty i zwarty. Pozwala to dziecku problem ten uchwycić, bo pokazany jest w najistotniejszej formie, podczas gdy bardziej złożona fabuła utrudniałaby dziecku jego zrozumienie” (Bettelheim B., 1996, s. 30).

Bettelheim podkreślał tym samym istotne znaczenie formy wewnętrznej stwierdzając, że baśń jako dzieło sztuki ma swój kształt wewnętrzny, jako wyraz sobie właściwej duchowej treści i zasady twórczej, od której zależy forma zewnętrzna: „treść wybranej baśni zazwyczaj nie ma nic wspólnego z zewnętrznym życiem odbiorcy, ale dotyczy jego problemów wewnętrznych, które wydają się niezrozumiałe, a przez to niemożliwe do rozwiązania. Baśń nie odwołuje się wprost do świata rzeczywistego, choć początek miewa całkowicie realistyczny i może być skomponowana z elementów zwykłej codzienności. Nierealistyczny charakter baśni to jej doniosła właściwość, bo wskazuje w jasny sposób, że w baśni nie chodzi o to, aby dostarczać praktycznych pouczeń o świecie zewnętrznym, ale o przedstawianie procesów zachodzących we wnętrzu człowieka” (Bettelheim B., 1996, s. 52).

Sumując: forma dzieła literackiego ma własności terapeutyczne i wychowawcze wtedy, kiedy między formą utworu a odbiorcą zachodzą relacje opierające się na jej trzech zasadniczych funkcjach: funkcji *sprawiającej przyjemność*, funkcji *łagodzącej napięcie psychiczne*, funkcji *ułatwiającej percepcję*.

Kolejnym zagadnieniem jest określenie cech treści dzieła literackiego, które powodują, że jest ono przekazem o oddziaływaniu terapeutycznym i wychowawczym. Najważniejszy wydaje się tu związek problemu terapeutycznego i wychowawczego z odnoszonym do literatury pięknej pojęciem *prawdy*: „podstawowym warunkiem uzdrawiającego moralnie oddziaływania za pomocą słów jest prawda, zgodność brzmienia

symbolu słownego z jego znaczeniem. W literaturze chodzi o prawdę psychologiczną postaci, prawdę historyczną i społeczną sytuacji, mniej o prawdopodobieństwo zdarzeń, gdyż w tym zakresie fantazja i wyobraźnia nie stawia granic” (Kozakiewicz W., Brzózka B., 1984, s. 60). Choć kryterium prawdy zostaje tutaj wywiedzione z koncepcji form symbolicznych i szeroko rozumianych terminów („słowo”, „symbol”, „wyobraźnia”), to jednak wielu biblioterapeutów posługuje się tym pojęciem wyłącznie ze względu na jego walory ekspresyjne, nazywając prawdą w dziele literackim to, co w nim istotne i wartościowe z punktu widzenia terapii czytelnicy.

Zawężenie pojęcia *prawdy* do pojęcia *prawdy psychologicznej*, pozwala określić je jako *najważniejszą własność treści* dzieła literackiego, rozstrzygającą o terapeutycznym i wychowawczym oddziaływaniu. Tak więc treści dzieła literackiego można przyznać właściwość terapeutyczną i wychowawczą tylko wtedy, kiedy prawda psychologiczna w niej zawarta jest istotnym źródłem jego wartości.

Dobrą egzemplifikację takiego użycia pojęcia prawdy przedstawia Bettelheim: „baśnie mają głębokie znaczenie psychologiczne dla dzieci w każdym wieku, [...]. Charakterystyczną właściwością baśni jest to, że ukazują pewien problem egzystencjalny w sposób prosty i zwarty.” Tym samym: „konfrontują dziecko w uczciwy sposób z podstawowymi kłopotami egzystencjalnymi człowieka. [...]. Jako dzieła sztuki mają wiele aspektów wartych badania, nie tylko psychologiczną treść i psychologiczny wpływ” (Bettelheim, 1996, s. 35, 42, 30, 29).

W sferze *własności tematu* dzieła literackiego, komunikat o jego terapeutycznym i wychowawczym oddziaływaniu dotyczy *tematu obiegowego*, czyli powtarzającego się w szeregu utworów, tzw. ośrodkowego kompleksu motywów (Głowiński M., Kostkiewiczowa T., Okopień-Sławińska A., Sławiński J., 1976, s. 457-458). Obecność tematu obiegowego uprawnia do traktowania danego dzieła literackiego jako specyficznego rodzaju komunikatu przenoszącego treści terapeutyczne i wychowawcze.

Cechy terapeutyczne i/lub wychowawcze tematu dzieła literackiego określa więc sens wszystkich wykorzystanych w danym utworze motywów. Sens ten wyznacza ich rozmieszczenie i rodzaj wiążących je relacji, który uznać można za najważniejszy.

Tematy obiegowe są charakterystyczne zwłaszcza dla baśni.

### **III. Metoda badań funkcji terapeutycznej i funkcji wychowawczej utworu literackiego na przykładzie psychoanalitycznej interpretacji baśni**

W baśniach – prastarych opowieściach o rzeczywistości duchowej człowieka - oddziaływanie kierunkowe funkcji pozostaje w wyraźnym związku z gatunkowym

charakterem tych utworów. Choć różny może być udział funkcji terapeutycznej (rozwój duchowy człowieka) i funkcji wychowawczej (rozwój dojrzałości osobowej) w poszczególnych baśniach, raczej się nie zdarza, aby jedna funkcja mogła wystąpić bez drugiej, jedna niekiedy dominuje nad drugą. Potwierdza to słynna psychoanalityczna interpretacja baśni przedstawiona w 1975 roku przez amerykańskiego badacza Bruno Bettelheima (1903-1990), w książce, *Cudowne i pożyteczne. O znaczeniach i wartościach baśni*, a także – (poznawczo wtórne do Bettelheima, choć znakomite) - interpretacje baśni w pracach polskich autorów, m.in. Jadwigi Wais, Marii Molickiej czy Ireny Boreckiej. W przytoczonych przez Bettelheima przykładach badań baśni występują, podkreślane przez autora, owe dwie stałe funkcje, co ułatwia ukazanie jego metody badań opartej na psychologii głębi oraz analizę sposobu działania funkcji, a także ich porównanie.

W ocenie psychologii głębi baśnie to często opowieści o procesach indywidualizacji, prowadzących do osiągnięcia harmonii różnorodnych, nierzadko ukrytych i konfliktowych potencjałów duchowych człowieka (Wais J., 2006, s. 10). Bettelheim zastosował metodę badań baśni inspirowaną teorią psychoanalityczną Freuda, której podstawowym założeniem – tu nie możemy uniknąć uproszczeń - jest podział psychiki na świadomość i nieświadomość. Strukturę psychiczną określił Freud jako współdziałanie między sferą popędów (*id*), sferą kontrolowanych zachowań (*ego*) oraz polem uwewnętrznionych norm i zakazów społecznych (*superego*). Działanie *ego* (świadomości) jest wtedy poprawne, kiedy jednocześnie zadowala wymogi *id* (nieświadomości) i *superego* (rzeczywistości), a więc kiedy potrafi wymogi te pogodzić (Freud Z., 1983, s. 9).

Stosownie do tych ustaleń Bettelheim uważał, że jeśli dziecko ma sobie poradzić z psychologicznymi problemami wzrastania, musi mieć możliwość rozumienia tego, co dzieje się w świadomej sferze jego psychiki, tak aby mogło radzić sobie również z tym co dzieje się w jego nieświadomości. Nieświadomość bowiem, to czynnik, który zarówno u dziecka, jak u dorosłego w potężny sposób wpływa na zachowanie (Bettelheim B., 1996, s. 27). Tu właśnie – jego zdaniem - baśnie okazują swą nieocenioną wartość, bo ofiarowują dziecku takie obszary wyobraźniowe, których samo nie odkryłoby. Wmieszcza ono treści nieświadome w świadome fantazje, co umożliwia mu uporanie się z owymi treściami. Jeszcze ważniejszą rzeczą jest to, że forma i struktura baśni poddaje dziecku obrazy, z których może korzystać, kształtując własne fantazje na jawie, przez co może też nadawać lepszy kierunek swemu życiu (Bettelheim B., 1996, s. 27). Dlatego też – tłumaczy w innym miejscu Bettelheim – baśń pełni *funkcję terapeutyczną*, ponieważ pacjent rozmyślając nad tym, co baśń zdaje się dawać do zrozumienia w odniesieniu do jego wewnętrznych konfliktów w konkretnym momencie życia, odkrywa własne rozwiązanie sytuacji. Czyli poprzez baśnie możemy uzyskać pełniejsze zrozumienie jego wewnętrznej istoty, bowiem pozwalają one wnikać w nieskończony duchowy świat człowieka. Nadto baśnie proponują

twórcze rozwiązania problemów ludzkiego życia. Zatem ich celem wydaje się być doprowadzenie jednostki do jej życiowej pełni (Wais J., 2006, s. 13).

### III.1. Sposób działania funkcji terapeutycznej

Sposób działania funkcji terapeutycznej baśni przedstawiony przez Bettelheima jest podobny do przebiegu procesu biblioterapeutycznego. Składowe funkcji (i procesu) w postaci identyfikacji, wglądu i katharsis są mocno zaznaczone i szczegółowo opisywane. Zaczniemy jednak od omówienia opisu grupy terapeutycznej i narzędzia terapeutycznego.

Badaną grupę stanowiły dzieci cierpiące na poważne zaburzenia emocjonalne. Głównym zadaniem Bettelheima było przywrócenie im poczucia, że ich życie ma sens. Poczucie to – jak wyjaśniał – jest konieczne, jeśli chce się być zadowolonym z siebie i z tego, co się robi. Albowiem uczucia pozytywne dają siły potrzebne do rozwijania racjonalności, a nadzieja na przyszłość jest jedynym oparciem wobec nieuchronnych przeciwności losu (Bettelheim B., 1996, s. 22). Najważniejszy jest w tej dziedzinie wpływ rodziców i innych osób opiekujących się dzieckiem, a następnie – dziedzictwo kultury, jeśli jest ono przekazywane dziecku we właściwy sposób. Młodszemu dziecku przekazują je najlepiej utwory literackie (Bettelheim B., 1996, s. 22).

Za narzędzie terapeutyczne Bettelheim uznał *baśń*, gdyż tzw. literatura dziecięca, jego zdaniem, ma zbyt płytką treść, tj. nie rozwija umysłu i osobowości dziecka. Uważał, że z tych i wielu innych powodów żadna „literatura dziecięca” (poza nielicznymi wyjątkami) nie może się równać – jeśli chodzi o wzbogacanie wewnętrzne i przynoszone satysfakcje, i to zarówno w przypadku dzieci, jak dorosłych – z wywodzącą się z folkloru baśnią (Bettelheim B., 1996, s. 23-24). Dzieci – normalne i odbiegające od normy, a przy tym mniej lub bardziej inteligentne – czerpią z baśni więcej satysfakcji niż z jakichkolwiek innych opowieści dla dzieci. Bettelheim pisze, że im bardziej starał się przeniknąć, dla czego baśnie z takim powodzeniem wzbogacają wewnętrzne życie dziecka, tym wyraźniej zdawał sobie sprawę, że w sposób znacznie głębszy niż cokolwiek, co napisano, uwzględniają one stan, w jakim dziecko znajduje się pod względem psychicznym i emocjonalnym. Mówią one o dręczących je konfliktach wewnętrznych tak, że dziecko je nieświadomie rozumie, oraz – nie bagatelizując niezwykle poważnych zmagających wewnętrznych towarzyszących wzrastaniu – podają przykłady zarówno chwilowego, jak trwałego wyjścia z opresji wewnętrznych (Bettelheim B., 1996, s. 25-26).

Baśnie mają zdolność przekazywania zarówno znaczeń jawnych, jak ukrytych i to w taki sposób, że dostępne są w równej mierze dla nieuczonego umysłu dziecka, jak i dla wysoko rozwiniętej umysłowości dorosłego. Przyjęto w nich – zdaniem Bettelheima - psychoanalityczny model osobowości ludzkiej, kierując doniosłe przekazy do świadomej,

przedswiadomej i nieświadomej sfery psychiki, niezależnie od tego, na jakim poziomie każda z tych sfer w danym momencie funkcjonuje u konkretnego słuchacza. Opowieści baśniowe dotyczą uniwersalnych problemów człowieka, zwłaszcza tych, które zajmują umysł dziecka, przemawiają do jego zaczynającego się kształtować *ego* i pobudzają jego rozwój, łagodząc zarazem przedswiadome i nieświadome napięcia. W miarę rozwoju fabuły zostają uwyraźnione i ucieleśnione presje *id*; jednocześnie opowieść ukazuje jak zezwolić na zadośćuczynienie tym spośród nich, które zgodne są z wymaganiami *ego* i *superego* (Bettelheim B., 1996, s. 24-25).

*Działanie funkcji terapeutycznej* zaczyna się wtedy, kiedy dziecko *identyfikuje się z bohaterem baśniowym*. Dziecko dokonuje tej identyfikacji całkowicie samodzielnie, a utożsamiając się z bohaterem w jego wewnętrznych i zewnętrznych zmaganiach, przejmuje tym samym sens moralny baśni (Bettelheim B., 1996, s. 31). Postacie baśniowe nie są ambiwalentne – nie są zarazem dobre i złe. Postać jest albo dobra, albo zła; nic pośredniego nie istnieje. Biegunowa przeciwstawność postaci baśniowych ułatwia dziecku podjęcie decyzji, kim chce być, od której zależy cały dalszy rozwój jego osobowości (Bettelheim B., 1996, s. 30).

Dziecko uwzględnia w swoich wyborach nie tyle fakt, że postać postępuje dobrze lub źle, ile sympatię bądź antypatię, jaką w nim ona wzbudza. Tym łatwiej identyfikuje się z postacią dobrą (i odrzuca złą), im jest ona prostsza i bardziej bezpośrednia. A identyfikuje się z nią nie dlatego, że jest dobra, lecz dlatego, że położenie, w jakim się ta postać znajduje, budzi w nim głęboki pozytywny oddźwięk. Dziecko nie zadaje sobie pytania, czy chce być dobre, ale pytanie, do kogo chce się upodobnić. I rozstrzyga je, umieszczając bez zastrzeżeń siebie w bohaterze baśniowym. Jeśli postać ta jest dobra, dziecko również chce być dobre (Bettelheim B., 1996, s. 31-32).

Następnie oddziaływanie funkcji terapeutycznej baśni ma swoją kontynuację na etapie *wglądu*. Głębokie konflikty wewnętrzne wywodzące się z popędów pierwotnych i gwałtownych uczuć są także udziałem dziecka. Miewa ono często, np. rozpaczliwe poczucie, że jest samotne i opuszczone oraz doświadcza śmiertelnego lęku. Na ogół nie umie wyrazić swoich uczuć w słowach albo może je wyrazić tylko pośrednio: poprzez lęk przed ciemnością, przed jakimś zwierzęciem, poprzez niepokój, jaki budzi w nim własne ciało (Bettelheim B., 1996, s. 32). Właśnie baśń traktuje owe egzystencjalne lęki i dylematy całkowicie poważnie i zawiera bezpośrednie odniesienia do nich: do potrzeby, aby być kochanym, i lęku, że się jest uważanym za kogoś pozbawionego wartości; do miłości i życia, i lęku przed śmiercią. Co więcej, baśń ofiarowuje rozwiązania tego rodzaju, że są one dla dziecka dostępne na jego poziomie rozumienia (Bettelheim B., 1996, s. 32).

Podobnie jak dziecko, które np. często czuje się osamotnione, również bohater baśniowy przez pewien czas jest osamotniony. Wspiera go bliski kontakt z tym, co



pierwotne – z drzewem, zwierzęciem, całą przyrodą. Podobnie dziecku bliższa jest sfera przyrody, niż świat dorosłych. Los bohatera przekonuje dziecko, że może czuć się – podobnie jak on – odrzucone i opuszczone w świecie, błądząc w nim po omacku, ale że – również jak on – otrzyma w życiu potrzebną pomoc. Baśnie dają do zrozumienia, że pomyślność dostępna jest dla każdego, mimo życiowych przeciwności – lecz jedynie wówczas, gdy nie ucieka się przed życiowymi zmaganiem, bo tylko one pozwalają odkrywać nasze prawdziwe „ja” (Bettelheim B., 1996, s. 50). Współcześnie w jeszcze większej mierze niż dawniej, dziecko potrzebuje dodających odwagi obrazów, w których istota ludzka mimo swego osamotnienia może nawiązać z otaczającym światem więzi pełne dla niej znaczenia i wartości (Bettelheim B., 1996, s. 34).

*Katharsis* – jako finalna część funkcji terapeutycznej - następuje poprzez dojście dziecka, w podmiotowy i cudowny sposób, do zrozumienia i rozwiązania swoich osobistych problemów, a nie przez to, że dorośli mu racjonalnie je wyjaśnią. Wyjaśnianie dziecku, dlaczego dana baśń jest dla niego zajmująca – niszczy wywołany przez nią urok, który w znacznej mierze wiąże się z tym, że dziecko tylko częściowo wie, dlaczego baśń je tak urzeka. A kiedy baśń traci zdolności oczarowywania, ztraca również moc wspomagania dziecka w jego zmaganiach z problemem, który w jego odczuciu nadaje danej baśni główne znaczenie. Interpretacje dokonywane przez dorosłych, mimo że mogą być bardzo trafne, pozbawiają dziecko poczucia, że samodzielnie, przez wielokrotne wysłuchiwanie baśni i przemyślenia nad nią, stawilo czoło trudnej sytuacji wewnętrznej.

Motywy baśniowe – pisze Bettelheim – to nie symptomy neurotyczne, coś, co winno się rozpoznać racjonalnie, aby móc się od tego uwolnić. Dziecko przeżywa te motywy jako cudowne, bo czuje, że zrozumiane i docenione są jego najgłębsze nieujawnione uczucia, nadzieje i lęki. Baśnie wzbogacają życie dziecka i wnoszą w nie atmosferę cudowności właśnie dlatego, że dziecko nie bardzo wie, jak to się dzieje, że opowieści te mają dla niego tyle czaru (Bettelheim B., 1996, s. 44).

Odkryta przez Bettelheima relacja terapeutyczna między treścią baśni, jako nośnikiem pewnej prawdy psychologicznej, a rzeczywistością psychiczną odbiorcy, polega na kierunkowym oddziaływaniu na świadomość czytelnika i dowodzi autonomizacji funkcji terapeutycznej. Niemalą część wyjaśniającą sposób działania funkcji terapeutycznej przypisać trzeba odwoływaniu się Bettelheima w swoich interpretacjach do psychologii głębi (przy objaśnianiu czynników nieświadomych).

### **III.2. Sposób działania funkcji wychowawczej**

Omówienie poglądów Bettelheima zaczniemy od jego wspomnień, w których przede wszystkim zastanawiał się nad tym, jaki wkład mogłaby wnieść psychoanaliza w wychowanie dzieci i uznał, że skoro czytanie dzieciom i czytanie przez dzieci należy

do podstawowych środków wychowawczych, dobrze byłoby wykorzystać tę sposobność, aby zbadać dlaczego baśnie wywodzące się z folkloru stanowią w wychowaniu dzieci tak cenną pomoc (Bettelheim, 1996, s. 26).

Przyjął, że funkcja wychowawcza baśni kierunkowo najmocniej oddziałuje na moralną i ideową świadomość małych odbiorców, bowiem uznał, że dziecko potrzebuje *wychowania*, które w subtelny sposób, jedynie przez ukazywanie następstw, pokazywałoby wartość zachowań zgodnych z wymogami moralności – nie za pośrednictwem abstrakcyjnych pojęć etycznych, lecz poprzez to, co widzialnie i dotykalnie dobre, i tym samym mające dla dziecka znaczenie. Tego rodzaju znaczenie – jak stwierdził - dziecko odnajduje w *baśni* (Bettelheim, 1996, s. 24). Należy zwrócić uwagę, że kierunkowość oddziaływania wychowawczego (jak i terapeutycznego) pozostaje u Bettelheima w wyraźnym związku z gatunkowym i rodzajowym charakterem baśni, jest jedną z głównych miar funkcjonalnej doniosłości tego typu dzieł literackich, gdyż w stopniu niebywałym przeniknęły one nie tylko do zbiorowej świadomości kulturalnej, ale przede wszystkim mają zdolność ogromnego oddziaływania na świadomość i postawę młodych czytelników, i zostały przez nich uznane za wartościowe.

Mało tego, Bettelheim uznał tę szczególną zdolność oddziaływania baśni za kryterium wartości wychowawczej (i terapeutycznej) utworów literackich dla dzieci i młodzieży. Zżymał się na to, że przeważająca część tzw. literatury dziecięcej stara się albo pouczać, albo łączyć naukę z zabawą. Lecz większość tych książek – jego zdaniem – ma treść tak płytką, że nie dają one nic istotnego. Największą wadą książek dla dzieci jest to, że okradają dziecko z wartości, jakiej powinno mu dostarczać obcowanie z literaturą, a jaką jest umożliwienie mu wglądu w głębsze znaczenie życia i w sprawy, które są dla dziecka najważniejsze w danej fazie rozwoju (Bettelheim, 1996, s. 23). „Zważywszy te fakty uznałem – pisze w innym miejscu – że poważna część literatury mającej rozwijać umysł i osobowość dziecka jest bardzo niezadowolająca, nie pobudza bowiem i nie wzmacnia tych zasobów, które są mu najbardziej potrzebne przy rozwiązywaniu trudnych problemów wewnętrznych” (Bettelheim, 1996, s. 22). Najważniejsze – w jego opinii – a zarazem najtrudniejsze zadanie w chowaniu dzieci, tak dawniej, jak i dzisiaj, to pomaganie im w znajdowaniu sensu własnego życia. Aby to osiągnąć, dzieci muszą przejść przez wiele doświadczeń związanych z dorastaniem. Każde dziecko w miarę swego rozwoju musi uczyć się, krok po kroku, lepiej rozumieć siebie; pozwala mu to lepiej zrozumieć innych ludzi, a w rezultacie – nawiązywać z nimi więzi pełne znaczenia i wzajemnych satysfakcji (Bettelheim, 1996, s. 22). I oczywiście, im trwalsze piętno wychowawcze zdoła utwór wycisnąć na wyobrażeniach, uczuciach i świadomości młodych odbiorców, tym wyżej należy je cenić, stąd wysoka pozycja baśni w opinii Bettelheima.

Ścisły związek funkcji wychowawczej i terapeutycznej jest u Bettelheima oczywisty. Oddziaływanie baśni w interpretacji Bettelheima idzie zawsze w dwóch kierunkach: z jednej strony baśń oddziałuje na młodych czytelników wywierając wpływ na ich postawy społeczne i życiowe, z drugiej wywołuje w ich świadomości ważne zmiany związane z wiekiem dorastania. Jeśli opowieść ma naprawdę przykuć uwagę dziecka – pisał – musi je zabawić i obudzić w nim ciekawość. Jeśli jednak ma wzbogacić jego życie, musi pobudzać wyobraźnię, pomóc dziecku w rozwijaniu inteligencji i porządkowaniu uczuć, musi mieć związek z jego lękami i dążeniami oraz umożliwić mu pełne rozeznanie własnych trudności, a zarazem poddać sposoby rozwiązywania nękających je problemów. Krótko mówiąc, musi odnosić się jednocześnie do wszystkich aspektów dziecięcej osobowości i niczego przy tym nie bagatelizować (Bettelheim, 1996, s. 23).

Zatem sposób działania funkcji wychowawczej w baśni jest podobny do sposobu działania funkcji terapeutycznej (identyfikacja, wgląd, katharsis), który to omówiliśmy w poprzednim fragmencie rozdziału, jednakże polega na stwarzaniu pewnych pozytywnych wzorów postępowania i myślenia. Funkcja wychowawcza jest także charakterystyczną właściwością baśni wywierającą kształtujący i pozytywny wpływ na życiową postawę odbiorców.

#### **IV. Pismo Święte w interpretacji psychologii głębi o. Anzelma Grüna**

Autor jest współczesnym zakonnikiem, benedyktyinem z Niemiec. Kilka jego książek, m.in. poświęconych duchowemu doświadczeniu, ukazało się w Polsce na przestrzeni ostatnich kilkunastu lat. Interpretacja Pisma Świętego o. Anzelma Grüna z pozycji psychologii głębi, odwołuje się przede wszystkim do psychologii analitycznej Carla Gustava Junga (Grün A., 1996, s. 5). Przy czym mówiąc o psychologii głębi trzeba mieć na uwadze, że jest to wspólna nazwa dla trzech teorii, tj. psychoanalizy Z. Freuda, psychologii analitycznej C. G. Junga oraz psychologii indywidualistycznej A. Adlera. Elementem podstawowo wspólnym wszystkich trzech teorii jest uwzględnianie czynników nieświadomych przy objaśnianiu różnorodnych form aktywności człowieka. Zakres, charakter i siła wpływów tych nieświadomych czynników są nieco odmiennie spostrzegane przez twórców wymienionych teorii (Gałdowa A., 1996, s.7). Dla zrozumienia wywodów A. Grüna konieczne jest skrótkowe przypomnienie (za Anną Gałdową) fragmentów teorii Junga.

Jest ona zasadniczo teorią rozwoju osobowości, nazwanego przez Junga *indywiduacją*, oznaczającym scalanie się, tworzenie niepodzielnej całości. Tutaj dotyczy to psychiki jednostki; obejmuje postawy i funkcje psychiczne, to, co świadome, i to, co nieświadome (a co może zostać uświadomione), i wyraża się zasadniczo w łączeniu przeciwieństw, w tworzeniu *coincidentia oppositorum*. Wynikiem indywiduacji jest także – na dalszych

etapach rozwoju – tworzenie harmonijnych relacji jednostki ze światem (Gałdowa A., 1996, s.14). Indywiduację podzielił Jung na dwie fazy: w *pierwszej*, trwającej od chwili urodzin do tzw. statystycznej połowy życia, kierunek i charakter przemian określił jako od jaźni (niezróżnicowanej i nieświadomej w chwili narodzin) do *ego* (świadomego centrum, świadomej części psychiki). *Druga faza rozwoju*, po przekroczeniu statystycznej połowy życia, określona została jako powrót od *ego* do jaźni (poszerzenie pola świadomości o treści nieświadome). Większość ludzi boi się wejść na tę drogę, gdyż konfrontacja z nieświadomością wywołuje lęk, pozostają więc na etapie rozwoju, który zamyka pierwszą fazę: są lepiej lub gorzej przystosowani do świata zewnętrznego, potrafią zaspokajać własne potrzeby – czasem bardzo subtelne czy wyrafinowane, i nie zadają pytań, które zmuszałyby do wyjścia poza rzeczywistość „bycia w świecie”. Obie fazy indywiduacji stanowią naturalną możliwość rozwoju daną każdemu człowiekowi (Gałdowa A., 1996, s.15-17).

W chwili narodzin ludzka psychika stanowi niezróżnicowaną całość. Tę całość psychiczną Jung nazywa *jaźnią*. W momencie narodzin jest ona nieświadoma i dopiero w wyniku kontaktu ze światem zaczyna się tworzyć świadoma całość psychiczna. Ta pierwotna nieświadomość, która w życiu jednostki nigdy do końca nie może być uświadomiona, a jedynie rozświetlona poprzez analizę mitów i symboli obecnych w życiu jednostki (stąd nazwa: psychologia analityczna) – to nieświadomość zbiorowa, kolektywna, jak ją Jung nazwał. Zawiera ona całe psychiczne, kulturowe dziedzictwo gatunku. Wraz z pojawieniem się pierwszych indywidualnych świadomych treści powstawać zaczyna obszar nieświadomości indywidualnej, w którym zawarte są (lub którą tworzą) zapomniane lub stłumione treści indywidualnych, jednostkowych doświadczeń. W ten sposób pojawiają się pierwsze przeciwieństwa: świadomość – nieświadomość; nieświadomość kolektywna – nieświadomość indywidualna (Gałdowa A., 1996, s.15).

W miarę coraz bogatszych kontaktów jednostki ze światem przedmiotów i ludzi tworzą się pewne całości treściowe, które Jung nazwał *kompleksami*. Od zwykłych zbiorów treści kompleksy różnią się tym, że posiadają silną komponentę emocjonalną. Najważniejszym kompleksem treści, który powstaje i rozwija się w tej pierwszej fazie rozwoju, jest *ego*: zespół sądów i przeświadczeń na temat siebie samego. Kompleks ten jest ważny nie tylko z tego powodu, że stanowi podstawę kształtowania się i utrzymywania poczucia tożsamości, lecz także dlatego, że jest on centrum pola świadomości. Wraz z kształtowaniem się *ego*, kształtuje się jego *cień*, tj. kompleks nieświadomych indywidualnych treści, który posiada odniesienia do obecnego w każdej kulturze i na każdym etapie rozwoju ludzkiego gatunku – problemu dobra i zła. Ta część teorii Junga dotycząca cienia, jest szczególnie ważna dla chrześcijańskiej myśli antropologicznej na temat duchowego rozwoju człowieka (Gałdowa A., 1996, s.17-20).

W koncepcji Junga niezmiernie istotne miejsce zajmuje pojęcie *archetypu* jako typowego, dziedziczonego po przodkach, sposobu zachowania się. Archetypy napełniają się w życiu konkretnej jednostki określoną treścią, np. wyobrażeniową, odpowiednio do doświadczeń, jakie są jej udziałem. Poprzez archetypy obecne w nieświadomości kolektywnej psychika konkretnego człowieka partycypuje w dziedzictwie kulturowym gatunku. To ich obecność decyduje o tym, że jednostka ze swoją indywidualną psychiką stanowi zarazem ogniwo w historii ludzkiej psychiki, z biegiem dziejów podlegającej przemianom. Ale do samych archetypów nie ma bezpośredniego dotarcia, one same nie mogą zostać uświadomione, choćby tylko dlatego, że są formą, wzorcem. To, co jest lub może być przez podmiot ujęte, to obrazy archetypowe, wyrażające się w określonych symbolach i odsyłające w analizie hermeneutycznej do mniej lub bardziej uniwersalnych mitów czy wątków mitycznych. W drugiej fazie rozwoju pojawić się mogą w marzeniach sennych lub w wyobraźni personifikacje archetypów *animy*, *animusa*: Wielkiej Matki i Starego Mędrca. Teoretycznie może istnieć dowolna ilość archetypów, Jung wymienia jedynie niektóre. Rozumienie obrazów, symboli i mitów, poprzez które dają o sobie znać archetypy, jest, według Junga, kwestią niezmiernie istotną, gdyż wszystkie one, tak jak i same archetypy, mają dwuznaczny charakter. Odnoszą się do bliżej nieznannej rzeczywistości psychicznej, biologicznej, a także duchowej, która ma zarazem jasne i ciemne oblicze. To, które oblicze zostanie ujawnione w życiu konkretnej istoty ludzkiej, zależy od okoliczności i doświadczeń jej niepowtarzalnej egzystencji (Gałdowa A., 1996, s.26-29).

#### **IV.1. Metoda interpretacji**

Metodę interpretacji o. A. Grün zapożyczył od niemieckiego teologa i psychoanalityka Eugena Drewermanna, głównie z jego dzieła *Tiefenpsychologie und Exegese (Psychologia głębi a egzegeza)* w dwóch tomach (Drewermann E., 1984, 1985). Pod wpływem C. G. Junga, Drewermann twierdził, że każde archetypiczne opowiadanie zawsze jest opisem procesu indywiduacji, samostawania się człowieka. Słuchając jakiejś opowieści – zdaniem Drewermanna - dajemy się w nią niejako uwikłać, widzimy siebie jakby w nowym świetle, zaczynamy rozumieć i w ten sposób już jesteśmy obecni w prawdzie danej opowieści. Opowieść odkrywa, kim jesteśmy, co dzieje się w naszej duszy, i bez obnażania się przed innymi, możemy się przejrzeć w zwierciadło danego opowiadania. Jest to przeżycie zdumiewające, odkrywczе: ”To przecież jestem ja. Ta opowieść jest moją opowieścią. Bez potrzeby świadomego zastanawiania się nad stosunkiem do własnego życia, już oto znajduję się w samym centrum tej opowieści. Wyczytuję w niej moją własną historię, w myślach snuję ją dalej, na nowo interpretuję i na nowo rozumiem samego siebie. Zaczynam rozumieć pewne zależności w moim życiu. Dociera do mnie prawda danej opowieści, a tym samym prawda mojego życia” (Grün A., 1996, s. 58).

Następnie porównuje Drewermann obrazy, którymi posługują się autorzy biblijni, z obrazami pojawiającymi się w naszych marzeniach sennych. I odkrywa ich podobieństwo. Dlatego w swej psychologicznej interpretacji Pisma Świętego postuluje, abyśmy opowieści biblijne interpretowali tak samo jak nasze sny. W tym celu formułuje dwie zasadnicze reguły. Pierwsza polega na tym, aby motywy jakiegokolwiek opowiadania porównać z motywami innych przekazów. Liczne motywy biblijne nie są czymś wyjątkowym, znajdujemy je w mitycznych i legendarnych przekazach wielu narodów, także w baśniach. Według drugiej reguły wszystkie zewnętrzne przedmioty, osoby i okoliczności interpretować należy na szczeblu podmiotu, czyli nie jako opis zewnętrznego stanu rzeczy, lecz jako opis stanu wewnętrznego (Grün A., 1996, s. 59).

Według C. G. Junga marzenia senna można objaśniać zarówno na szczeblu przedmiotu, jak i podmiotu. Na szczeblu przedmiotu sny mówią jakby uzupełniająco o innych osobach lub sytuacjach to, co przekazuje nam świadomość. Sny ukazują to, co o jakiejś osobie myśli nieświadomość. Na szczeblu podmiotu osoby nigdy nie opisują jedynie stosunków pokrewnych, lecz ukazują pewne aspekty jej duszy. Na przykład dom i świątynia mogą być odbiciem własnego centrum duchowego, tego, co tam się dzieje. Podobne symboliczne znaczenie mają zwierzęta. W baśniach są one często drogowskazami, są wyrazem instynktownej mądrości człowieka. Ptaki, które karmiły ęłiasza przy potoku Kerit, uważać można za reprezentantów świata niebios. Daniel wrzucony do jaskini lwa, to ilustracja nas samych tkwiących w popędach i miotanych agresjami, to my którzy możemy pogodzić ze sobą te siły jedynie w akcie zaufania Bogu. Anioły, istoty duchowe, olbrzymy i gnomy – to wewnętrzne moce ludzkiej psyche. Również przedmioty tarasujące drogę są swoistym wyrazem naszego stanu wewnętrznego. To, co odnosi się do interpretacji snów odnosi się także do interpretacji Pisma Świętego z pozycji psychologii głębi. Najpierw próbujemy objaśniać sen na szczeblu przedmiotu. Dopiero, gdy nie uda się z niego wydobyć żadnego sensu, można go interpretować na szczeblu podmiotu. Zatem postacie biblijne najlepiej najpierw interpretować na szczeblu przedmiotu: jako rozmaite typy ludzkie, w których można odnaleźć samego siebie. Dopiero potem, na szczeblu podmiotu, uznać za części składowe własnej duszy (Grün A., 1996, s. 59-60).

#### **IV.1.1. Funkcja terapeutyczna biblijnych opowieści o uzdrowieniach w interpretacji z pozycji psychologii głębi**

Opowieść, opowiadanie to elementarna forma uprawiania nie tylko psychologii, ale także terapii. Jego funkcja terapeutyczna realizuje się przede wszystkim w tym, w czym o. Anzelm Grün, zafascynowany poglądami Junga, upatruje autopsychoterapię, zalecając czytającym Biblię, aby zawarte w niej opowieści o uzdrowieniach analizowali zadając sobie, m.in. następujące pytania: jaka choroba jest w nich opisywana i w jaki sposób?

Jaka duchowa postawa uzewnętrznia się w tej chorobie? Konieczna jest próba skojarzenia choroby z jej obrazami. Jakie obrazy i skojarzenia przychodzą wtedy na myśl? Jak dalece sam czytający Biblię odnajduje się w chorym? Czy zna ludzi, do których przystaje opis tej choroby? W jaki sposób dokonuje się w danej opowieści uzdrowienie? Jak zachowuje się chora osoba, a co czyni Jezus? Trzeba spróbować owe zewnętrzne poczytania zrozumieć w kategoriach duchowych. Jak mogłoby przebiegać uzdrowienie czytającego? Czy wierzy, że Jezus może uzdrowić również jego? Jakie znaczenie mają akty uzdrowieńcze opowiedziane w danej historii dla procesu uzdrowienia czytelnika? Gdzie ono się zaczyna? (Grün A., 1996, s. 70).

Każdą opowieść o uzdrowieniu można interpretować z pozycji psychologii głębi na płaszczyźnie przedmiotu i podmiotu. Przedmiotowo oznacza postrzeganie postaci i wydarzeń dosłowne, tradycyjne. Ale można też – pisze o. Grün – opowieści rozpatrywać na płaszczyźnie podmiotowej, wtedy: „muszę nawiązać dialog z tym co we mnie chore. Ta chora częśćka we mnie będzie lamentować i podkreślać swą nędzę. Ale moje <ja> nie może temu ulec. Wymaga to wewnętrznego dystansu wobec wszystkiego, co we mnie chore, [...]. A Jezus jako archetyp będzie wówczas jakby moim uzdrowicielem wewnętrznym, owym odpowiednikiem Mistrza we mnie, który doskonale wie, co dla mnie jest dobre, odpowiednikiem owego lekarza we mnie, który w spotkaniu z Lekarzem Jezusem Chrystusem w medytacji i w Uczcie Eucharystycznej stale nabiera nowych sił” (Grün A., 1996, s. 78).

Zilustrujmy to przykładową interpretacją o. Grüna opowieści o uzdrowieniu przy sadzawce, wziętą z Ewangelii św. Jana (J 5, 1-9). Tekst opowieści: „Nadeszło kolejne żydowskie święto i Jezus udał się do Jerozolimy. Obok Owczej Bramy znajdowała się w mieście sadzawka otoczona pięcioma krużgankami, zwana po hebrajsku Betesda. Leżało tam wielu chorych – niewidomych, kalekich i sparaliżowanych. A anioł Pana zstępował od czasu do czasu do sadzawki i poruszał wodę. Był tam również pewien człowiek, który chorował od trzydziestu ośmiu lat. Zobaczywszy go, Jezus od razu poznał, że choruje od bardzo długiego czasu. I zapytał go: - Czy chcesz wyzdrowieć? – Panie, nie mam nikogo, kto by mi pomógł wejść do sadzawki, gdy anioł poruszy wodę. Zanim dojdę, ktoś inny mnie wyprzedza i doznaje uzdrowienia. – Wstań, weź swoje łoże i chodź! – rzekł Jezus. I człowiek ten natychmiast wyzdrowiał. Wziął swoje łoże i zaczął chodzić.”

#### *Płaszczyzna przedmiotowa opowieści*

O. Grün opisuje ją w następujący sposób: „Przy Bramie Owczej w Jerozolimie znajduje się sadzawka Betesda, co znaczy <Dom Miłosierdzia>. Woda w tej sadzawce w pewnych odstępach czasu burzy się jak w źródle. [...]. Wokół, w krużgankach, leżeli liczni chorzy, niewidomi, chromi i sparaliżowani, czekając na owo poruszenie się wody, któremu przypisywano uzdrowieńczą moc. Wśród nich był człowiek chory od 38. lat.

Jaka to była choroba, tekst nie mówi. Tradycja przyjmuje, że był sparaliżowany (Grün A., 1996, s. 72-73).

#### *Płaszczyna podmiotowa opowieści*

Ponieważ św. Jan nie precyzuje, co to za choroba – zauważa o. Grün - wobec tego możemy starać się odnaleźć w tym chorym; obojętne, czy jesteśmy niewidomi, czy sparaliżowani, czy chromi. „A może zamknęliśmy oczy na rzeczywistość i w ten sposób sami wykluczyliśmy się z życia? Może ulegliśmy paraliżowi? Bo sparaliżować może nas strach lub tłumienie potrzeb i pragnień. Jakże często czujemy się sparaliżowani, zablokowani, jakby zaklinowani w sobie. Ulegamy zahamowaniom. Strach przed tym, by nie zawieść, by nie popełnić błędu, hamuje nas przed otwarciem się na innych, przed uaktywnieniem się. [...]. Wtedy człowiek już się na nic nie zdobywa. Staje się bierny, wycofuje się” (Grün A., 1996, s. 73).

#### *Proces terapeutyczny przedstawiony w opowieści*

Jezus uzdrawia chorego w pięciu etapach (Grün A., 1996, s. 74-77):

1. Pierwszy etap to dostrzeżenie. Jezus ujrzał leżącego człowieka. Zobaczyć i być dostrzeżonym, to pierwszy warunek powrotu człowieka do zdrowia.
2. Drugi etap to poznanie. Jezus poznaje natychmiast, że ten człowiek jest chory już od dawna, że jest wyczerpany i kaleki, że w głębi duszy już zrezygnował. Poznać to także rozumieć. Jezus rozumie, jaka to choroba, widzi jej przyczynę, nie patrzy na symptomy, lecz patrzy w serce.
3. Trzeci etap to pytanie Jezusa: „Czy chcesz stać się zdrowym?” Jeśli tak, to sam musisz tego chcieć. Jezus tym pytaniem odwołuje się do woli chorego człowieka, zachęca go do wglądu w siebie. Wola wyzdrowienia to własna decyzja chorego. Nie może tej decyzji zrzucić na lekarza. Musi sam chcieć wyzdrowieć, sam opowiedzieć się za życiem. Swoim pytaniem apeluje Jezus do „ja” chorego człowieka, zanim uzdrowi jego ciało. Chce, by chory najpierw odnalazł siebie samego.
4. Czwarty etap to przysłuchiwanie się. Jezus wysłuchuje chorego. Pozwala mu się wypowiedzieć. To, co chory mówi, brzmi zrazu jak usprawiedliwienie: „Panie, nie mam człowieka, aby mnie wprowadził do sadzawki, gdy nastąpi poruszenie wody”. Wielu ludzi choruje dzisiaj, bo nie mają żadnego człowieka, który wzbudzałby w nich wolę życia. Uważają się za ludzi bezwartościowych, wyschniętych, wyczerpanych, bo nikt ich nie kocha, nikt ich nie przyciąga do życia miłością. Człowiek może żyć w zdrowiu tylko wtedy, gdy doświadcza miłości i miłością obdarza. Bez kontaktów z innymi ludźmi jego źródło życia wysycha. Ale woda jest również często obrazem nieświadomości. Chory nie ma żadnego człowieka, który skontaktowałby go z jego nieświadomością. Tak więc jest odcięty od źródła, które w nim wrze. Dostępu do nieświadomości nie osiągamy sami; potrzebne nam



jest spotkanie z człowiekiem, który nas kocha, abyśmy odważyli się wejść we własną głębię, z której tryska woda (oznaczająca życie), w której kipią nasze wewnętrzne źródła (witalne).

5. Piąty etap to uzdrowienie. Jezus wysłuchawszy chorego nie odpowiada mu, nie wnika w jego argumenty i nie dyskutuje z nim, lecz nakazuje: „Wstań, weź swoje łoże i chodź!”. Tak więc nie ma sensu dalej rozczulać się nad sobą. Teraz trzeba po prostu wstać, powstać przeciw rezygnacji, powstać przeciw lękowi, przeciw wszystkiemu, co przeszkadza żyć. Jednakże „wyzdrowieć” nie oznacza, że po prostu mamy strząsnąć z siebie wszelkie skrępowania i zahamowania, lecz że inaczej zaczniemy je traktować. Mamy je jak „łoże” wziąć pod pachę i nieść ze sobą. Wtedy niepewność nie będzie już nas krępować, lecz pójdziemy z nią przez życie, a ona nie przeszkodzi nam żyć. Człowiek z opowieści to zrozumiał. „Natychmiast wyzdrowiał ów człowiek, wziął swoje łoże i chodził”. Uleczyło go słowo Jezusa. Spotkanie z Jezusem wzmocniło jego wolę życia. Jezus nie zaprowadził go do sadzawki, lecz skontaktował go z sobą samym, ze źródłem w nim samym, które ma dość siły, aby utrzymać go przy życiu. Rozważając tę opowieść o uzdrowieniu, człowiek może utożsamiać się z chorym z opowieści, i w medytacji lub we Mszy św. powierzyć się Jezusowi po to, by zostać uzdrowionym (Grün A., 1996, s. 74-77).

### *Funkcja terapeutyczna opowieści*

Opowieść tę można również rozpatrywać jako utwór literacki o działaniu terapeutycznym (Kondracka M., 2013, s. 28). Funkcja terapeutyczna przejawia się tu tak, jak w procesie biblioterapeutycznym, tj. poprzez identyfikację z chorym (obraz choroby), wgląd we własne „ja” pod wpływem lektury (kontakt z nieświadomością), oraz katharsis (wola wyzdrowienia), czyli oczyszczające z niepewności zawierzenie słowom Jezusa. Ich działanie psychologiczne, jak się wydaje, zasadzałoby się na autopsychoterapii, czyli „świadomym i celowym zastosowaniu określonych środków psychicznych wobec samego siebie w celu wywołania we własnej osobowości określonych pozytywnych zmian” (Siek S., 1985, s. 8).

Opowieści o uzdrowieniach mają w świadomości czytelniczej charakter przede wszystkim relacyjny. Znamienna jest dla nich fabuła, zwykle jednowątkowa, respektująca chronologiczny układ zdarzeń, o dość luźnej i prostej budowie. Ich działanie autopsychoterapeutyczne możliwe jest m.in. dlatego, że mówią na ogół o tych samych problemach, które przeżywane są współcześnie, np. choroby i samotność człowieka, jego stosunek do siebie samego, do innych, walka z losem i samym sobą, wzmacnianie swoich sił psychicznych, pogodzenie ze światem i ludźmi, lepsze poznanie samego siebie.

#### IV.1.2. Funkcja wychowawcza biblijnych przypowieści w interpretacji z pozycji psychologii głębi

Przypowieść to gatunek literatury moralistycznej, stąd jej funkcja wychowawcza oddziałuje głównie na moralną świadomość odbiorcy. Pomimo, że niejednokrotnie zawiera rozwiniętą fabułę, to jednak przedstawione w niej postacie i zdarzenia nie są ważne ze względu na swe cechy jednostkowe, lecz jako przykłady ludzkich postaw wobec życia i losu. Według o. Grüna, przypowieść w interpretacji z pozycji psychologii głębi, chce dać wyraz uczuciom słuchacza w taki sposób, aby ten, do kogo ona jest adresowana, mógł się utożsamić z postaciami występującymi w przypowieści. Traktują one „nasze uczucia i namiętności poważnie, nie <straszą> moralnością. Po prostu opisują to, co jest w naszych sercach. A może być wszystko. Przypowieści odwołują się do naszych pragnień i potrzeb, naszych popędów i naszego widzenia spraw, ale zarazem w sposób niedostrzegalny kierują nasze popędy na nowy, pozaziemski cel, tj. ku Bogu” (Grün A., 1996, s. 87-89). Świat przedstawiony w przypowieści stanowi zbiór sytuacyjnych wykładników jakiejś ogólnej prawdy moralnej, religijnej czy filozoficznej. Stąd właściwa interpretacja przypowieści wymaga przejścia od jej znaczenia literalnego do ukrytego znaczenia alegorycznego lub symbolicznego (Głowiński M., 1976, s. 354). Zdaniem o. Grüna „liczne przypowieści w ogóle nie mówią o Bogu. Po prostu opisują doświadczenia codziennego życia. Dość często przedstawiają niemoralne sposoby zachowania się ludzi, nie po to, aby je usprawiedliwiać, lecz zwyczajnie, jako istniejące fakty” (Grün A., 1996, s. 88).

Zilustrujmy to przykładową interpretacją o. Grüna przypowieści o bezbożnym sędzi i wdowie, wziętą z Ewangelii św. Łukasza (Łk 18, 1-8). Tekst przypowieści:

„Opowiadał im też przypowieść o tym, że zawsze powinni się modlić i nie ustawać: <<W pewnym mieście żył sędzia, który Boga się nie bał i nie liczył się z ludźmi. W tym samym mieście żyła wdowa, która przychodziła do niego z prośbą: <Obróń mnie przed moim przeciwnikiem!> Przez pewien czas nie chciał; lecz potem rzekł do siebie: <Choć Boga się nie boję, ani z ludźmi się nie liczę, to jednak, ponieważ naprzykrza mi się ta wdowa, wezmę ją w obronę, żeby nie nachodziła mnie bez końca i nie zadęczała mnie>>. I Pan dodał: <Słuchajcie, co mówi ten niesprawiedliwy sędzia. A Bóg, czyż nie weźmie w obronę swoich wybranych, którzy dniami i nocą wołają do Niego, i czy będzie zwlekał w ich sprawie? Powiadam wam, że prędko weźmie ich w obronę. Czy jednak Syn Człowieczy znajdzie wiarę na ziemi, gdy przyjdzie?>”.

##### *Płaszczyzna przedmiotowa przypowieści*

Zdaniem o. Grüna przypowieści tej nie można sprowadzić tylko do tezy, że zawsze i nieustannie mamy się modlić, gdyż wtedy jej przesłanie nie byłoby nam potrzebne. Chodzi też o to, abyśmy wczuli się w psychikę wdowy żyjącej w mieście i napastowanej przez wroga. Jest sama, nie chce jej pomóc nawet sędzia, którego powołano do obrony

jej praw. Jest zdana na jego łaskę i niełaskę. Nie ma męża, który by ją obronił (Grün A., 1996, s. 94). Jednak ona nie rezygnuje, wciąż przychodzi do sędziego i prosi o obronę. Jest więc kobietą dzielną, nie poddaje się, walczy. I sędzia w końcu decyduje się stanąć w jej obronie (Grün A., 1996, s. 95-96).

#### *Płaszczyzna podmiotowa przypowieści*

Przypowieść ta daje się również zinterpretować na płaszczyźnie podmiotowej. Wówczas, jak pisze o. Grün, wdowa i sędzia będą dwiema stronami nas samych. Wdowa to nasza dusza, której symbolem zawsze jest kobieta. Chce żyć, ale łatwo ją urazić i brak jej zewnętrznych znamion mocy. Sędzia to wewnętrzna instancja, która kieruje się wyłącznie rozumem i nie przywiązuje wagi do uczuć (Grün A., 1996, s. 96-97). Ale wdowa jest silniejsza. *Anima*, jako synonim życia, jest silniejsza od osądzających i deprecjonujących myśli. A Jezus chce nas przekonać do tego, byśmy owej wdowie w nas, naszej duszy, nadali dużo większą rangę. Pokazuje nam, że nasz wewnętrzny racjonalny sędzia, początkowo pewny siebie, w końcu musi dać za wygraną. Z kolei miasto, w interpretacji na szczeblu podmiotu, jest obrazem naszego życia, jego domem, w którym toczą się nasze wewnętrzne walki (Grün A., 1996, s. 97).

#### *Funkcja wychowawcza przypowieści*

Funkcja wychowawcza tej przypowieści oddziałuje głównie na moralną świadomość odbiorcy i przejawia się w niej podobnie, jak w procesie biblioterapeutycznym, tj. poprzez identyfikację z wdową: Jezus opowiada przypowieść tak, że wczuwamy się w sytuację kobiety, która wywalcza swoje prawa, choć początkowo była w położeniu bez wyjścia. Poprzez wgląd we własne „ja”, pod wpływem opowiadania (oddziaływanie na świadomość), rośnie odwaga również w czytającym. Czyli opłaca się walczyć (Grün A., 1996, s. 95). To katharsis (wola życia), czyli oczyszczające z niepewności zawierzenie słowom Jezusa. Poprzez obraz wdowy Jezus chce nam unaocznić, iż pomimo naszych lęków i naszej niemocy, powinniśmy ufać, nie rezygnować. Musimy tylko, jak owa wdowa, walczyć o swoje prawo do życia (Grün A., 1996, s. 95-96).

W jednym z przypisów biblijnych czytamy: „celem każdej przypowieści jest przedstawienie jakiejś prawdy abstrakcyjnej za pomocą konkretnych obrazów zaczerpniętych z codziennego życia. Prawie wszystkie dotyczą wprost lub pośrednio królestwa Bożego” (Pismo Święte, 2003, s. 1159, przyp. Mt, 13,3). A więc wpływają kształtująco przede wszystkim na wrażliwość religijną odbiorców, na ich świadomość i wiarę.

Przeprowadzona powyżej interpretacja funkcji terapeutycznej i wychowawczej utworów literackich z pozycji psychoanalizy i psychologii głębi ukazuje, z jednej strony, bogactwo ich oddziaływania, z drugiej natomiast, różnorodne możliwości ich badania biblioterapeutycznego. Zaprezentowane tu dwa punkty widzenia z jakich oddziaływanie to można obserwować i analizować, tj. według koncepcji Freuda (przeanalizowanie baśni

przez Bettelheima) i koncepcji Junga (analiza fragmentów Pisma Świętego dokonana przez Grüna), dowodzi wielu możliwości interpretacyjnych i zastosowania tego, co nazywa się często interpretacją psychoanalityczną. Zadania, przed jakimi w tej sytuacji znalazły się badania biblioterapeutyczne, wymagają zatem od biblioterapii przede wszystkim odnowy jej samoświadomości jako nauki i szerokiego spojrzenia na dorobek humanistyki oraz ocenę swego miejsca i swoich możliwości.

## V. Zakończenie

Rozważania przeprowadzone w artykule są jedynie propozycją opisu funkcji terapeutycznej i wychowawczej literatury pięknej, właściwie szkicem fragmentarycznym i z tego powodu niewyczerpującym zagadnienie. Z rozważań tych wynikają jednak następujące spostrzeżenia dotyczące funkcji terapeutycznej i funkcji wychowawczej dzieła literackiego w badaniach biblioterapeutycznych:

1. Obie funkcje tworzą stały punkt odniesienia dzieła literackiego do komunikacyjnej sytuacji biblioterapeutycznej, w której dzieło jest odbierane jako narzędzie terapeutyczne.
2. Ich kierunkowy sposób oddziaływania polega na swoistym, szczególnie im właściwym przekazywaniu wartości terapeutyczno-wychowawczych zawartych w formie (przyjemna percepcja) i treści (prawda psychologiczna) dzieła literackiego, które stanowią najważniejsze kryterium kwalifikujące dzieło jako materiał biblioterapeutyczny.
3. Powyższe funkcje odpowiadają terapeutycznym możliwościom dzieła literackiego, specyficznym relacjom biblioterapeutycznym i kategoriom potrzeb uczestników biblioterapii.
4. Badania biblioterapeutyczne sposobu oddziaływania funkcji terapeutycznej i wychowawczej na odbiorców przeprowadzane są zwykle według trzyetapowej syntetycznej metody Caroline Shrodes (identyfikacja, wgląd, katharsis).

## Bibliografia:

- Bettelheim B., (1996), *Cudowne i pożyteczne. O znaczeniach i wartościach baśni*, Przełożyła, wprowadzeniem, objaśnieniami i posłowiem opatrzyła D. Danek, Wyd. W. A. B., Warszawa.
- „Biblioterapeuta”, (1998-) „Biblioterapeuta”. Kwartalnik Polskiego Towarzystwa Biblioterapeutycznego”, Wrocław.
- Chmielowski P., (1881), *Poezya w wychowaniu*, Wyd. E. Orzeszkowej i S-ki, Wilno.

- Czernianin W., Czernianin H., (2012), *Literatura i terapia*, Seria Monografie „Przeglądu Biblioterapeutycznego”, pod. red. W. Szulc i W. Czernianina, Monografia nr 1, Wyd. Smak Słowa, Wrocław–Sopot.
- Drewermann E., (1984, 1985), *Tiefenpsychologie und Exegese*, tom I i II, Olten.
- Freud Z., (1983), Z. Freud, A. Adler, C. G. Jung, E. Fromm, K. Horney, *Psychoanaliza i neopsychoanaliza*, wybór tekstów R. Saciuk, Wyd. Uniw. Wrocławskiego, Wrocław.
- Gałdowa A., (1996), *Psychologia głębi w wersji C. G. Junga*, w: o. Anzelm Grün OSB, *Pismo święte w interpretacji psychologii głębi*, przekł., B. Białycki, Wyd. WAM. Księża Jezuitów, Kraków, 1996.
- Głowiński M., (1976), M. Głowiński, T. Kostkiewiczowa, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, *Słownik terminów literackich*, pod red. J. Sławińskiego, Wyd. Ossolineum, Wrocław.
- Głowiński M., Okopień-Sławińska A., Sławiński J., (1967), *Zarys teorii literatury*, Wyd. PZWS, Warszawa.
- Grün A., (1996), o. Anzelm Grün OSB, *Pismo święte w interpretacji psychologii głębi*, przekł., B. Białycki, Wyd. WAM. Księża Jezuitów, Kraków.
- Głowiński M., Kostkiewiczowa T., Okopień-Sławińska A., Sławiński J., (1976), *Słownik terminów literackich*, pod red. J. Sławińskiego, Wyd. Ossolineum, Wrocław.
- Kondracka M., (2013), *Pismo Święte jako utwór terapeutyczny?*, „Przegląd Biblioterapeutyczny”, Rocznik III, Wrocław, s. 16-50.
- Kozakiewicz W., Brzózka B., (1984), *Biblioteka szpitalna dla pacjentów. Poradnik*, Wyd. SBP, Warszawa.
- Lesser S.O., (2001), *Funkcje formy*, w: *Psychoanaliza i literatura*, wyb., red. i oprac. P. Dybel, M. Głowiński, Wyd. słowo/obraz terytoria, Gdańsk.
- Pismo Święte, (2003), *Pismo Święte Starego i Nowego Testamentu*, w przekładzie z języków oryginalnych, oprac. Zespół Biblistów Polskich z inicjatywy Benedyktynów Tynieckich, Wyd. Pallotinum, Poznań.
- Rosner K., (1970), *O funkcji poznawczej dzieła literackiego*, Wyd. Ossolineum, Wrocław.
- Siek S., (1985), *Autopsychoterapia*, Wyd. ATK, Warszawa.
- Trzynadłowski J., (1982), *Biblioterapia jako problem teoretyczny i praktyczny. Zagadnienia wybrane*, w: *Sztuka słowa i obrazu. Studia teoretycznoliterackie*, Wyd. Ossolineum, Wrocław.
- Trzynadłowski J., (1990), *Biblioterapia – złudzenia i nadzieje*, „Arteterapia II. Zeszyt Naukowy nr 52”, Wyd. Akademia Muzyczna im. Karola Lipińskiego we Wrocławiu, Wrocław.
- Wais J., (2006), *Ścieżki baśni. Symboliczna wędrówka do wnętrza duszy*, ENETEIA, Wyd. Psychologii i Kultury, Warszawa.
- Wygodzki L., (1980), *Psychologia sztuki*, Przekład M. Zagórska, oprac. przekładu T. Szymba, oprac. naukowe tekstu, wstęp oraz komentarze S. Balbus, Wyd. WL, Kraków.



## Rozdział 8.

# Techniki dramatyczne i gry teatralne jako czynniki terapeutyczne w biblioterapii

(Wiktor Czernianin)

Ich wykorzystywanie w biblioterapii, szczególnie wobec osób upośledzonych umysłowo i niedostosowanych społecznie, jest obecnie czymś zupełnie oczywistym. Łącznikiem między tymi z pozoru różnymi dyscyplinami wiedzy, tj. teatrologią i psychologią, jest - według Ewy Roine - pojęcie konfliktu (E. Roine, 1994, s. 12). Zarówno nowe, jak i stare źródła historyczno-teatralne zgodne są co do tego, że dramat był zawsze jakąś formą grupowych procesów dynamicznych. Poetycka zdolność dramatu do zagęszczania, odkrywania i wyjaśniania właśnie konfliktów staje się tu narzędziem biblioterapeuty, pozwalającym mu wpływać leczniczo na pacjenta. Na poglądach norweskiej terapeutki oparta jest też część artykułu dotycząca psychodramy.

### I. Techniki dramatyczne. Psychodrama a teatr

Termin psychodrama składa się z dwu wyrazów greckich: psyche i drama. W dosłownym tłumaczeniu psychodrama znaczy „działanie duszy”, czyli uruchomienie ludzkich treści duchowych w kierunku kogoś lub czegoś. Jego rezultatem jest dające się obserwować zachowanie. Schronienie, jakim jest scena, zachęca do działań, których przesłanki może ustalić sama działająca jednostka. Dowiaduje się ona, że ma sama załudnić pustą scenę postaciami z własnej fantazji. Wprowadza ją to czasami w duże zakłopotanie. Mimo tych niebezpieczeństw scena jest przestrzenią magiczną, która pozwala tworzyć postacie dramatu mające pomóc w rozwiązaniu drzemających konfliktów. Biblioterapeuta uzyskuje w ten sposób wgląd w to, co rozgrywa się w umyśle działającej jednostki, biorąc udział w poznawaniu i przeżywaniu jej „świata własnego”. I tu właśnie teatr wychodzi naprzeciw postulowanej przez psychologię egzystencjalną potrzebie zrozumienia ludzkiego przeżywania „siebie samego w świecie”. Wyraził to Rollo May w zdaniu: „Jak właściwie możemy poznawać jednostkę w jej >>własnym świecie<<, jeżeli nie jesteśmy w stanie w ten lub inny sposób wnikać do niego”. (E. Roine, s. 26). Główna teza psychodramy głosi, że w każdej jednostce tkwi immanentne dążenie do angażowania się we własną sytuację życiową. Technika psychodramy sprowadza się do rozwijania spontaniczności i siły fantazji, które pozwalają na ciągle poszerzanie

granic własnych możliwości życiowych w obrębie środowiska społecznego lub też na dostrzeganiu istniejących ograniczeń. Scena jest przestrzenią magiczną, którą można wypełnić wyobrażonymi postaciami i umieścić je w sytuacjach, które wymagać będą rozwiązań. Idea psychodramy opiera się na tej samej technice gry, którą stosował człowiek pierwotny, gdy próbował manipulować istotami boskimi w celu rozwiązania sytuacji kryzysowej. Tak zaczęły powstawać mity, poprzednicy dramatu, zawierające już pewne elementy podziału ról. Głos powstał we wnętrzu człowieka i znalazł swój wyraz w słowach. Kluczową postacią dramatu jest ten, który wieździe spór, zaczyna mówić i działać: protagonista. I tak zwyczajny mężczyzna i zwyczajna kobieta mogą prezentować problemy, które w swej ludzkiej bezsilności i ludzkim tragizmie jawią się na tym samym poziomie, co tematy wielkich dzieł sztuki. Zarówno rytuał, zaklinanie u istot prymitywnych, jak i zabawa dziecka mogą stanowić punkt wyjścia dla naturalnej psychodramy, w której jednostka nawiązuje kontakt z niebezpieczeństwem, aby je poddać kontroli. Szczególną cechą psychodramy jest jej zdolność do rozwiązywania tragicznych problemów realnego życia. Jeśli chce się dobrze zrozumieć funkcjonowanie psychodramy, trzeba zapamiętać, że zinternalizowane wyobrażenia lub projekcje są mocno zakotwiczone również w psychice współczesnego człowieka. Tylko wtedy będzie można towarzyszyć i uwierzyć groteskowemu niekiedy wizjom protagonisty, które psychodrama ma udratyzować, czyli ukonkretnić, ujawnić. Pojęcie to łączy psychodramę z teatrem rytualnym, po trosze także z teatrem absurdu. Punktem wyjścia w tym ostatnim przypadku jest przecież niezrozumiały potok słów psychotycznego pacjenta lub niekiedy brak słów. Z tego powodu wszystko jest w nim względne w czasie i przestrzeni, w swej realności i prawdziwości oraz w tym, że świat jest taki, jakim widzi go dana osoba. Oczywiście psychodrama jest teatrem absurdu, ale w roli narzędzia terapeutycznego umożliwiającego poprawę wglądu pojedynczego człowieka we własne życie. Podobną funkcję terapeutyczną spełnia technika teatralna opracowana przez Jerzego Grotowskiego, a wykorzystywana w dramaterapii. Jak wiadomo, twórca teatru „ubogiego” kładł nacisk na fizyczne przygotowanie aktora i szczególny typ treningu ruchowo-głosowego umożliwiającego wyrażenie działania psychicznego za pośrednictwem ciała. Mianowicie - jak pisał Grotowski - „uwalniając je od wszelkiego oporu wobec bodźców duchowych”. (J.Grotowski, 1999, s. 23). W dramaterapii odwrócono tę relację. Pośrednictwo ciała, poprzez jego trening ruchowo-głosowy, jest wykorzystywane do uruchomienia procesów duchowych mających na celu eliminację, np. urazów psychicznych u ćwiczącego uczestnika terapii. Bardzo dobre wyniki terapeutyczne w szpitalach psychiatrycznych dają techniki pantomimiczne. Znałe są przykłady brania udziału pacjentek w takich próbach, np. bajki *Królowna Śnieżka*. (A.Radzik, 2001).



Zasadnicza różnica między tradycyjnym teatrem a psychodramą sprowadza się do tego, że tradycyjna sztuka teatralna ma swój zapis, podczas gdy psychodrama ma przebieg spontaniczny i nigdy nie daje się powtórzyć w tej samej formie. Artyści sceniczni nie mają kłopotów z wyobrażeniem sobie tego, jak powstają i zaczynają żyć na scenie postacie dramatu. Nadawanie formy i treści wyobrażonym postaciom jest ich chlebem powszednim. Natomiast w praktycznym postępowaniu z ludźmi poddanymi silnym napięciom emocjonalnym istotne jest to, że większość z nich jest w stanie stwarzać spontanicznie postaci fantastycznych. Są one z reguły pozostałościami po ludziach i sytuacjach, które nie zostały zrozumiane i dlatego nie mogły być poddane kontroli. W odpowiednich warunkach scena może stać się bezpiecznym schronieniem, w którym można stawić czoło nierozwiązanym konfliktom zarówno aktualnym, jak i przeszłym oraz przyszłym. Przypomnijmy, że psychodrama została stworzona w Wiedniu na początku lat dwudziestych XX wieku przez dr. Jacoba Levy'go Moreno (Austriaka rumuńsko-żydowskiego pochodzenia o włoskim nazwisku) i wróciła do Europy przez Amerykę na początku lat pięćdziesiątych zeszłego wieku. Od czasów Arystotelesa znane są katartyczne wpływy przedstawienia dramatycznego na widza, ale Moreno pierwszy wykorzystał dobrodziejstwa katharsis w stosunku do samego aktora, wymagając od niego całkowitej spontaniczności, grania wymyślonej przezeń postaci na swój własny sposób po porzuceniu zamiaru wywołania jakiegokolwiek wrażenia na widzach. Eksterioryzacja osobistych myśli w trakcie improwizacji scenicznych oraz ich analiza dokonana przez psychoterapeutę-animatora przedstawienia, stanowią zasadniczą część tej formy terapii stosowanej zarówno do dzieci, jak i dorosłych. Działalności teatralnej z udziałem zawodowych aktorów Moreno nigdy nie nazwał psychodramą, była to tylko „teatroterapia”, jak później pisał. Dopiero gdy jednostka zacznie wieść swe własne życie na scenie, będzie to prawdziwy dramat. Oto jego własne słowa: „Zagraj siebie samego takim, jakim nigdy nie byłeś, tak, byś zaczął być takim, jakim mógłbyś być. Bądź swą własną inspiracją, swym własnym autorem, swym własnym aktorem, swym własnym terapeutą i wreszcie swym własnym Stwórcą”. (E.Roine, 1994, s. 23).

## II. Gry teatralne. Inscenizacje i adaptacje

Gdy uświadomimy sobie, że w konstrukcjach postaci dramatycznych mamy do czynienia z zamierzonymi przez autora osobowościami, określonymi jakościami emocjonalnymi i dużym podobieństwem życiowym, wówczas zrozumiałe staje się, dlaczego mogą one służyć osobom zwłaszcza chorym i niedostosowanym społecznie do konfrontacji z ich własną sylwetką (J.Szocki, 1990, s. 115). Złudzenie realności życiowej, bieg wydarzeń stanowiący zorganizowany i celowy układ oraz odgrywane role wzorcowych

postaci powodują że grany utwór dramatyczny oddziałuje w sposób sugestywny i jednocześnie skłaniający grających do przewartościowywania własnych myśli o sobie i zajmowanych postaw. Czynnikiem leczącym mogą być także inscenizacje wielkiej literatury, np. Szekspira, Arystofanesa, Eurypidesa w postaci wybranych fragmentów poszczególnych sztuk. Po pierwsze - jak twierdzą badacze problemu (E.Tomasik, 1994; A.Radzik, 2001) - już samo tworzenie scenariusza, stałość miejsca inscenizacji, praca najlepiej zawodowego reżysera (lub aktora) i obecność terapeuty jako drugiego reżysera, jest „budowaniem bycia w świecie”, np. dla schizofreników. Po drugie, czynnikiem leczącym jest umowność dramatu, wspólna gra pozwalająca się „schować” pacjentom w tej umowności i w słowach roli. Terapia odbywa się poprzez grę aktorską. Ważne też jest wychodzenie z roli (żart, rozmowa), stąd granice umowności muszą być jasne (np. kostium). Po trzecie, kreowanie roli wymusza aktywność pacjenta, zaś po czwarte, kreowanie sceny - aktywność wielu osób. Po piąte wreszcie, sztuka jest zabawą, czynnikiem leczącym jest to, że przynosi po prostu radość. Intencją terapeutyczną w powyższych działaniach teatralnych jest robienie pacjentom przyjemności. Przewycięzanie ich anhedonii, czyli utraty radości życia. Praca teatralna jest więc zespołowa, a zatem przewycięza poczucie alienacji. Daje dowartościowującą odwagę występowania przed widownią. Każdy chory chce przecież „opuścić” swoją rolę chorego. Chce być na zewnątrz siebie i spostrzegać obiektywnie. W gruncie rzeczy właśnie to ma głębokie znaczenie terapeutyczne. Gry teatralne pozwalają zatem biblioterapeucie lepiej poznać członków społeczności terapeutycznej, a im dają możliwość zintegrowania się i spontanicznego wyrażenia własnych emocji. Uczą ich samodzielności, rozwijają fantazję i wyobraźnię, pozwalają na głębokie wchodzenie w siebie. Ułatwiają zrozumienie własnych relacji z innymi ludźmi i zrozumienie reakcji na różne sytuacje życiowe. Wreszcie służą im po prostu do rozpoznania tego, co dobre, ładne, potrzebne, poprawne i rozróżniania od tego, co naganne, złe, brzydkie i niedobre.

Z powyższych powodów gra teatralna może być częścią terapii, np. narkomanów. Zwykle udział w pracy teatralnej jest dla nich - w specjalnych ośrodkach - obligatoryjny. Nie ma podwójnej obsady. Od pierwszego czytania sztuki (zwykle na temat uzależnień) do zakończenia prób inscenizacyjnych mija 10-12 tygodni. Dla każdego pacjenta powinna być zapewniona rola lub funkcja. Próby należy przeprowadzać w czasie wolnym w godz. 16<sup>00</sup> - 19<sup>00</sup>. (G. Seidenberg, C.Happe, 2001, s. 97-106). Metodyka aktorska powinna być oparta na technice Konstantego Stanisławskiego, której podstawą jest realizm psychologiczny oparty na *p r z e ż y w a n i u* - aktor na scenie musi opanować cały proces psychiczny, z którego wynikają działania fizyczne bohatera scenicznego. Wymagana jest zatem koncentracja na roli, rekwizyty wprowadza się na koniec prób. Wartość zajęć teatralnych polega na tym, że wszyscy mogą brać w nich udział; ważne są powiązania

między członkami grupy kształtujące się podczas tych zajęć; następuje kontrola impulsów u pacjentów, zaburzenia stają się jasne i ulegają strukturalizacji. Cel terapeutyczny zasa-  
dza się na efekcie współpracy, pacjenci pojmują, że warto podjąć wysiłek i mieć z tego  
radość. To pozytywne przeżycie ważne jest dla narkomanów, którzy w życiu doznawali  
porażek. Niestety, gra w teatrze nie wyklucza recydywy, może jednak zapobiec uzależ-  
nieniu, albowiem po wystawieniu sztuk następuje zwykle dyskusja z widzami o uzależ-  
nieniach. Tymi widzami są zwykle uczniowie lub rówieśnicy aktorów.

Szczególną formą oddziaływania terapeutycznego gier teatralnych są inscenizacje  
sztuk dramatycznych, np. w więzieniach. Dobrym przykładem ilustrującym to zjawisko  
jest działalność kłodzkiego teatru więziennego „Po drodze”, kierowanego przez zawo-  
dowego reżysera - Krzysztofa Papisa. (A.Kondratowicz, 1999, s. 6-7). Bez wątplenia  
warsztaty teatralne są dla skazanych terapią. „Teatr może być - jak pisze Krzysztof Papis  
- narzędziem przeciwko napiętnowaniu, alienacji i izolacji. Angażując więźniów do ak-  
tywnej pracy teatralnej, można tworzyć sytuacje katalizujące przemiany wewnętrzne tych  
ludzi, ukierunkowując ich energię na tworzenie, zamiast niszczenie.” (A.Kondratowicz,  
1999, s.7). Potwierdzają to słowa więźniów-aktorów, którzy po premierze jednej ze sztuk  
spisali swoje wrażenia. Oto ich fragmenty. „Przedstawienie sztuki o przemocy w rodzinie  
- pisze jeden ze skazanych - sprawiło, że rozkleiłem się jak dziecko, powstrzymując się  
przed wybuchem płaczu”. Inny zaś wspominał: „Przez występ w dramie uświadomiłem  
sobie, jak funkcjonuje przemoc w rodzinie. [...]. W trakcie tej pracy byłem często myśla-  
mi przy swojej rodzinie, rozważając powód jej rozpadu, chociaż teraz wiem, że można  
byłoby temu zapobiec”. (A.Kondratowicz, 1999, s. 7). I jeszcze jedna ważna wypowiedź:  
„Cokolwiek było robione na scenie, nie było wymuszone, nikt nie wkładał mi fałszu do  
ust. [...]. To była normalna gra dla publiczności. Gdy byliśmy na scenie, ja nie byłem  
więźniem, ale dowartościowanym, normalnym facetem stamtąd, czyli z wolności”. Re-  
żyser K. Papis uczestników warsztatów teatralnych nie traktuje jak przestępców. Głębo-  
ko wierzy, że człowiek nie rodzi się zły. Jest z natury dobry. Kształtuje go doświadczenie  
życiowe. Przez cały czas podkreśla, że niektórzy z tych, co przychodzą na warsztaty,  
mieli trudne dzieciństwo. Jak można po czymś takim mieć w sobie spokój i harmonię?  
- pyta. - Dużo rozmawiamy o miłości w rodzinie. Miłości, której wielu z nich często  
brakowało - podkreśla. Po roku trwania warsztatów widzi się, że uczestnicy zajęć się  
zmienili. „Byłem obojętny na ludzkie nieszczęście - mówił jeden z więźniów. - Dzięki  
sztuce o przemocy zrozumiałem, że nie chcę, aby taka była moja rodzina. Kiedy wyjdę,  
chcę żyć normalnie”. (A.Kondratowicz, 1999, s. 7). Główny cel reżysera - zwiększenie  
pozytywnych motywacji został osiągnięty. Dla więźniów było to przygotowanie do wyj-  
ścia na wolność. Tak więc „sztuka może wyrzeć trwały wpływ nie tylko na duchowe,

intelektualne, moralne, etyczne i estetyczne życie jednostki, ale w konsekwencji na życie całego społeczeństwa”. - konkluduje wspomniany reżyser.

Terapeutyczne możliwości - poprzez kontakt z widzem i wczucie się w rolę - tkwią także w występach kabaretowych. Przykładem ich wykorzystania jest działalność w ostatnich latach XX wieku „Absurdalnego Kabaretu”, mającego za sobą ponad 120 występów, oklaskiwanego i zdobywającego prestiżowe nagrody na wielu festiwalach. (P.Tomczyk, 1999, s. 20). Tworzyło go czworo niepełnosprawnych i upośledzonych umysłowo ludzi, a ich opiekunem był ksiądz Marek Wójcicki, który wspomina: „Jako kapelan niepełnosprawnych odprawiałem dla nich msze i prowadziłem katechezę. I w ramach tej katechezy właśnie co jakiś czas ktoś z nich się zgłaszał: Chcę powiedzieć wierszyk o Koperniku... o wiosnie... o czymkolwiek. I mówił, jakiś nauczony w dzieciństwie. Pomyślałem, że trzeba tę potrzebę wyrażenia się jakoś wykorzystać. Z tej potrzeby powstał ni mniej, ni więcej tylko właśnie >>Absurdalny Kabaret<<. Kabaret nie dlatego, że mi się tak ubzdurało. Oni sami o tym zdecydowali swoim zachowaniem. W tekstach odzwierciedlających moje widzenie świata przemycam jednak jakieś ich powiedzonka”. (P.Tomczyk, 1999, s. 21). Ksiądz Marek jest autorem tekstów. „Było fajnie - wspomina Przegład Kabaretów PAKA jeden z członków „Absurdalnego Kabaretu”. Byliśmy w Krakowie, występowaliśmy i dostaliśmy dyplomy. Ludzie się śmiali. - A może śmiali się z was? - zapytał reporter. - Nie, dlaczego z nas? Przecież śmieszne było to, co mówiliśmy. Sprawiał wrażenie naprawdę szczęśliwego z powodu otrzymania dyplomu w Krakowie”. Oklaski, które dało się słyszeć, nie były też bynajmniej „charytatywne”. „Przekonała mnie właśnie reakcja wyrobionej krakowskiej publiczności - powiedział Henryk Sawka, rysownik i juror, przyznając, że w pierwszym odruchu był przeciwny nagrodzie dla „Absurdalnego Kabaretu” (pierwszej), właśnie ze względu na jego specyfikę. [...]. Dziś H. Sawka nie ma już żadnych wątpliwości”. (P.Tomczyk, 1999, s. 23). Oto znakomity przykład nawiązywania kontaktów z tzw. normalną widownią przez aktorów z niepełnosprawnościami. Owacje dla tego kabaretu za przedstawienie to przecież również podziękowanie za talent upośledzonych aktorów-amatorów, wycucie i doskonały kontakt z publicznością. A także kryjące się za tym przesłanie, że wartym ocalenia w teatrze jest człowiek słaby, nieprzystosowany, zaburzony.

Podobne przesłanie przyświeca teatrowi terapeutycznemu prowadzonemu przez znaną aktorkę krakowską Annę Dymną. Grają w nim aktorzy z porażeniem mózgowym, zespołem Downa, niekiedy na inwalidzkich wózkach - ze schroniska Brata Alberta w Radwanowicach. Pokonują słabość ciała i umysłu, żeby poradzić sobie z zapamiętaniem roli i cieszyć się oklaskami zachwyconej widowni. (M.Szamocka, 2002, s. 134). Teatr „Radwanek” istnieje od 1990 roku. Grupa liczy około 25 osób upośledzonych umysłowo i fizycznie w wieku od 19 do 56 lat. „Postanowiłam im pomóc - mówi Dymna. - W zeszłym

roku po raz pierwszy napisałam dla >>Radwanka<< scenariusz >>Stworzenie świata<<. Wybrałam temat biblijny. Pan Bóg stworzył najróżniejsze istoty, rośliny, zjawiska. Wszyscy mogą zagrać.[...]. W tym sezonie wystawiamy >>Wygnanie Adama i Ewy z Raju<<. Za rok - >>Arkę Noego<<. Mam nadzieję, że przed nami długie lata pracy”. (M.Szamocka, 2002, s. 135). Praca nad spektaklem „Wygnanie Adama i Ewy z Raju” trwała trzy miesiące. Najpierw powstał scenariusz. Aktorka adaptowała odpowiedni fragment Pisma św. Rozpisała go na poszczególne sceny. Do tej pory upośledzeni artyści próbowali uczyć się ról na pamięć. Większości jednak sprawiało to duże trudności. A. Dymna wymyśliła nową formułę. Postanowiła poprosić kolegów aktorów o użyczenie postaciom głosu. Teraz artyści „Radwanka” ruchem i mimiką twarzy wcielali się w odtwarzane postaci. Upośledzeni aktorzy uwielbiają się przebierać. Kostiumy muszą być jednak wygodne, kolorowe i piękne. Już po raz kolejny spełniły się ich marzenia o wystąpieniu na prawdziwej scenie, tj. podczas drugiej edycji Ogólnopolskiego Festiwalu Twórczości Teatralno-Muzycznej Osób Niepełnosprawnych „Albertiana” w Teatrze im. J. Słowackiego w Krakowie. Inicjatorką imprezy jest Anna Dymna, a jej ukochany „Radwanek” współorganizatorem. „Gdyby studenci Akademii Teatralnej mieli choć w połowie żarliwość niepełnosprawnych aktorów, byłiby wielkim artystami”. - relacjonuje z zachwytem ich występ. Jej artyści ustawiają się do ukłonów. Oczy im błyszczą, pot cieknie po twarzach. Kłaniają się jak prawdziwe gwiazdy. Otrzymują ogromne bukiety kwiatów. (M.Szamocka, 2002, s. 136). „Serdeczne uściski są tak mocne, że aż czasem boją. Oni nie potrafią udawać. Trzymać emocji na wodzy - przyznaje aktorka. - Krzyczą, gdy są zdenerwowani i głodni, wybuchają śmiechem i skaczą z radości.”. A. Dymna opowiada, że to mama nauczyła ją takiej otwartej postawy wobec świata. - „W każdym widziałam dobro, niezależnie od zła, które czynił. Nigdy niczemu się nie dziwiłam i nikogo nie potępiałam” - mówi. Aktorka jako szesnastoletnia dziewczyna chciała skończyć psychologię, pracować w domu dziecka lub szkole specjalnej. Wybrała inny zawód. Ale nadal uczy się, jak zrozumieć człowieka. „Dla mnie Radwanowice to nowy rozdział w życiu. Tu sprawdza się przysłowie, że najlepszym schronieniem dla człowieka jest drugi człowiek”- wyznaje Anna Dymna. (M.Szamocka, 2002, s.136).

Według Stefana Szumana gra na scenie amatorskiej wyprowadza pacjenta czy niedostosowanego - zamkniętego nieraz w bardzo ciasnym kręgu swoich zajęć i myśli - w szeroki, piękny i życiodajny „świat sztuki”. Gdy ktoś dobrze gra swoją rolę na scenie, staje się innym człowiekiem. Jeśli się jej dobrze uczy, poznaje piękno i wartość sztuki, zaczyna ją rozumieć i kochać. W zakresie gry scenicznej staje się członkiem takiego zespołu, który cieszy się swoimi osiągnięciami. Opanowując swoją rolę w sposób właściwy, uczestnicy zespołu uczą się spełniać oddzielne zadania i funkcje, od których zależy udana lub nieudana całość (S. Szuman, 1990, s. 509). Aktorstwo polega tu w zasadzie

na umiejętności występowania w roli fikcyjnej, w roli i charakterze innego człowieka niż ten, którym się właściwie jest: z wyglądu twarzy, ubrania i ruchów, jak też z psychicznego typu, osobowości, własnych celów życiowych, wykształcenia, stanowiska i sytuacji społecznej. Aktor gra zarówno losy, jak i charaktery innych ludzi. Zarazem sztuka „żywego słowa” wymaga wytężonej, pogłębionej pracy nad sobą, a zrozumienie tekstu, jego pogłębienie, wyczucie jego treściowego i brzmieniowego piękna ma znaczenie podstawowe. Osoba, próbująca dobrze opanować rolę, musi zmobilizować całe swoje jestestwo, wszystkie swoje intelektualne siły, całą uwagę, porywy swego serca i uczucia, zasoby wyobraźni i moc przekazywania. Musi się ona także opanować tak dalece, by mówić swobodnie i żywo, a jednak w sposób zdyscyplinowany i wciąż przytomny. (S.Szuman, 1990, s. 509). Członkowie zespołów teatralnych tym się różnią od biernych widzów, że są aktywni, grając swoją rolę na scenie. Dochodzą oni inaczej i lepiej do zrozumienia sztuki, do nabrania szacunku dla niej oraz do cieszenia się jej bogactwami i darami niż tacy odbiorcy, którzy widzą i słyszą tylko gotowe utwory - nie doznawszy trudu, radości i olśnień właściwego, dobrego ich wykonywania, realizowania i konkretyzowania. Ponadto dla osoby upośledzonej czy niedostosowanej, w związku z brakiem zdrowia czy postrzegania przez nią rzeczywistości, szczególnego znaczenia nabiera ocena siebie i swojej wartości. Poczucie własnej wartości łączy się ściśle z pojęciem o sobie, tj. z określonymi nastawieniami skupionymi wokół pojęcia „własnego ja”. Pojęcie o sobie określają w dużym stopniu uczucia, przekonania, postawy i zachowania jednostki. Pojęcie o sobie kształtuje się także w wyniku społecznej interakcji. Właśnie pod wpływem otoczenia społecznego poczucie własnej wartości może ulegać wzmocnieniu, jeśli np. jednostka spotyka się z przychylnością z jego strony. A tak jest w przypadku uznania oklaskami występu aktorskiego czy przyznania nagrody. Pod ich wpływem stopniowo następują zmiany w pojęciu o sobie u pacjenta czy wychowanka, penitencjariusza. Chodzi tutaj przede wszystkim o obiektywne uznanie własnych zdolności i ograniczeń, co jest istotne dla zdrowej osobowości. Przekształcenie pojęcia o sobie pacjenta nie należy do łatwych zdań, jest jednak jednym z najważniejszych w biblioterapii.

## **Bibliografia:**

- (E.Roine,1994). Eva Roine, *Psychodrama. O tym jak grać główne role w swoim życiu*, Przeł. z norweskiego S. Łęcki, Opole 1994.
- (J.Grotowski,1999). Jerzy Grotowski, *Teksty z lat 1965-1969. Wybór*, Wrocław 1999.
- A.Radzik,2001). *Pogranicza - literatura, teatr i psychiatra. Polsko-niemiecki bilans badań naukowych i doświadczenia praktycznego*, Pod red. Anny Radzik. Kraków 2001.

- (J.Szocki),1990). Józef Szocki, *Istota terapeutycznego oddziaływania książki*, „Arteterapia (II)”. Zeszyt Naukowy nr 52 Akademii Muzycznej im. Karola Lipińskiego we Wrocławiu. Wrocław 1990.
- (G.Seidenberg, C.Happe,2001). Günther Seidenberg, Caroline Happe, *Theaterstücke Drogenabhängiger - therapeutische und präventive Aspekte*, w: *Pogranicza - literatura, teatr i psychiatra. Polsko-niemiecki bilans badań naukowych i doświadczenia praktycznego*, pod red. Anny Radzik. Kraków 2001, s.97-106.
- (A.Kondratowicz,1999). Ada Kondratowicz, *Skazani na teatr. Reportaż*, „Gazeta Dolnośląska”. Dodatek do „Gazety Wyborczej” z dnia 15 października 1999 r.
- (P.Tomczyk,1999). Paweł Tomczyk, *Prawo do rozśmieszania innych*, „Rzeczpospolita. Magazyn” nr 23 z 11 czerwca 1999 r.
- (E.Tomasik,1994). Ewa Tomasik, *Czytelnictwo i biblioterapia w pedagogice specjalnej*, Warszawa 1994.
- (M.Szamocka,2002). Małgorzata Szamocka, *Niecodzienna lekcja teatru z Anną Dymną*, „Claudia” nr 5 z maja 2002 r.
- (S.Szuman,1990). Stefan Szuman, *O sztuce i wychowaniu estetycznym*, Warszawa 1990.





## Rozdział 9.

### Film jako narzędzie terapeutyczne

(*Wiktor Czernianin*)

Film jest tą dziedziną sztuki, do której biblioterapia często się odwołuje. Można nawet powiedzieć, że przejmuje on lecznicze zadania książki, stając się jej drugim estetycznym nurtem, tj. jako widzialna i słyszalna literatura. Tak się bowiem składa, że oba te rodzaje sztuki na terenie biblioterapii, nie tracąc swojej charakterystycznej i różnej dla siebie swoistości, odgrywają w niej tę samą rolę: terapeutyczną. Tylko przyjąwszy takie stanowisko, twierdzenie, że film jest także narzędziem terapeutycznym, okazuje się merytorycznie i metodologicznie uzasadnione i może prowadzić do uchwycenia podstaw właściwości tak specyficznego jego oddziaływania. A jednak funkcja terapeutyczna filmu (zresztą jak i literatury pięknej), jest tylko pewną jego możliwością, a nie zasadniczą i pierwotną właściwością. Ujęcie filmu jako narzędzia terapeutycznego wymaga więc określenia, w jakiej mierze struktura obrazu filmowego – w warstwie oddziaływania estetycznego – jest podobna do obrazu literackiego.

W biblioterapii film jest narzędziem terapeutycznym wtedy, kiedy ujawnia psychologiczną prawdę ludzkiego przeżycia, także poprzez estetyczną deformację przedstawianej rzeczywistości. Taki film w tej właśnie rzeczywistości powinien dla siebie znaleźć mocną podstawę. Nie musi to być obiektywna rzeczywistość zewnętrzna, ale przede wszystkim wewnętrzna, zgłębiająca zakamarki ludzkiej psychiki, wyobraźni i emocji. Tylko film potrafi przedstawić jedno i drugie w sposób tak niesłychanie sugestywny, subtelny i realny. Nawet wówczas, gdy odbiorca uświadamia sobie, że ukazane w filmie zdarzenia i postacie nie są rzeczywiste, to wierzy (zgodnie z zasadą: „widzę, więc wierzę”) – w prawdę utworu filmowego. Właśnie dlatego film może tak skutecznie „kłamać”. Właśnie dlatego ta fotograficzna sztuka jest tak mitotwórcza. (Depta, 1979, s. 17). W tym też tkwi jej moc terapeutyczna, ponieważ przejmuje dawne, tj. mitotwórcze zadania literatury pięknej. W filmach jest bowiem coś magicznego. Jak pisze Joseph Campbell – człowiek, na którego patrzysz, znajduje się jednocześnie gdzieś indziej. (Campbell, 1994, s. 38). To procesy psychiczne warunkują wytworzenie się wizji magicznej. Aktorzy filmowi, odgrywając role postaci mitycznych, stają się wychowawcami, wprowadzają, niejako wtajemniczają odbiorcę w życie, zgodnie z funkcjami mitu. Magia ekranu sprawia, że wchodzi w sferę istnienia zmitologizowanego, stanowiąc wzorce życiowe dla innych. To oni w sekwencjach zdarzeń uczestniczą w filmowych zdarzeniach

mitycznych, podpowiadając często odbiorcom-użytkownikom biblio-filmoterapii, jak mają reagować na kryzysy, rozczarowania, zachwyty, klęski i sukcesy. Mity mówią po prostu, gdzie w danej chwili życiowej jest poszczególny widz, przenosząc go przede wszystkim na duchowy poziom świadomości. W takim przypadku film jest nie tylko sztuką zdarzeń, które stara się możliwie obiektywnie utrwalić, ale – według słów Henryka Depty – także sztuką zderzeń różnych, często pozornie odległych zjawisk; zderzeń prowadzących do odkrycia głębszej prawdy o świecie i człowieku. Jest więc prawdą zarówno to, że kamera filmowa patrzy na świat okiem człowieka, jak i to, że człowiek patrzy na świat okiem kamery filmowej. W tej specyficznej dialektyce sztuki filmowej zawarte są jej największe i tylko przez nią osiągalne możliwości poznawcze. (Depta, 1979, s. 17). Dzięki temu może zachodzić czynność terapeutyczna.

Inspirowana filmem u użytkownika filmoterapii manifestacja procesów dynamicznych wyraża się w taki sam sposób, jak przy czytaniu literatury pięknej. Jednak zapada o wiele głębiej w jego świadomość, gdyż bezpośrednio sprawia to magiczna wizja ekranu, a nie pośrednio wyobrażenie płynące z lektury. Urealniająca potęga ruchu, będąca duszą kina, ożywia percepcję widza w sposób nieosiągalny dla literatury. Fazy procesu biblio-filmoterapeutycznego, wyszczególnione m.in. przez Caroline Shrodes (Szkola Specjalna 1988, nr 1), mogą się zatem wręcz zintensyfikować. Najważniejszą będzie „faza identyfikacji” i ekspresji afektu wobec bohatera filmowego, zwłaszcza chęć i przyjemność bycia podobnym do niego. Wzór osobowy dostarczony przez postać z ekranu może o wiele szybciej przekształcić świadomość użytkownika filmoterapii, gdyż patrzy on na człowieka związanego z jego aktualną rzeczywistością. Właśnie to jest równocześnie tak bardzo magiczne i ludzkie. Prawda duchowa bowiem o danym widzu znajduje się jednocześnie gdzie indziej, tj. na ekranie i w nim samym. Ponieważ film potrafi to uzmysłowić, dlatego działa tak mocno. W wyniku tego samopoznanie, zrozumienie siebie widza-użytkownika filmoterapii, w następnej „fazie wglądu” następuje niemalże błyskawicznie, jako dokładna kopia współdoświadczeń z bohaterem filmowym związanych z tak unaocznioną podróżą do wewnątrz siebie, uzmysławianą z przemianą duchową. Takie studium wglądu zmienia świadomość chorego, albowiem siłą rzeczy spostrzega on, że jego dotychczasowy poziom świadomości jest po prostu niższym poziomem tamtej, wyższej świadomości, jaką zaprezentował bohater filmowy. Tajemnicę oddziaływania tegoż bohatera wyraża się więc w wyzwoleniu pozytywnej energii u chorego widza w kierunku niezbędnych przemian jego osobowości. Właśnie teraz następuje końcowa „faza katharsis”, oczyszczająca z negatywnych myśli i emocji. Odnosi się ona przede wszystkim do jedności świadomości i energii widza-użytkownika filmoterapii, wnosząc coś specyficznego do jego duchowego wnętrza wraz z nowym optymistycznym przekonaniem nastawiającym na świadome osiągnięcie określonych celów terapeutycznych. W końcu w filmoterapii całym sensem

oglądania filmów i rozmyślenia nad nimi jest utrzymanie u jej użytkowników świadomości na tym optymalnym dla realizacji celów terapeutycznym poziomie. Film wraz ze swą fikcją jest tedy narzędziem terapeutycznym, paradoksalnie leczącym prawdą, choć często w kłamliwy sposób. Narzędziem – jak pisała Alicja Helman – z natury swej wyposażonym po temu, by mówić prawdy z taką szatańską przewrotnością przystosowane do kłamstwa. (Helman, 1972, s. 19).

Owa przewrotność filmu skłania do odpowiedniego zadania wyjaśniającego użytkownikom filmoterapii, że nie każdy filmowy obraz rzeczywistości zasługuje na ich całkowite zaufanie. Ukierunkowanie jest nieodzowne, gdyż umiejętność odbioru nie jest wcale naturalna. Aktywny odbiór – podkreśla Henryk Depta – oraz pełne zrozumienie filmu to dotarcie do wewnętrznego, często ukrytego znaczenia obrazu filmowego. (Depta, 1979, s. 20). Tej właśnie sprawie służyć powinno przygotowawcze działanie każdego biblioterapeuty, nastawiające swoich widzów na uczuciowe przeżywanie filmu, na „terapię przez przeżywanie”. Uczuciowe reakcje odbiorców, emocjonalne napięcia, wzruszenie charakterystyczne dla takiego pozytywnego odbioru – mogą wzbogacać widzów w wyniku uchwycenia przez nich całej skali treści zawartych w danym filmie, nie tylko emocjonalnych, ale także poznawczych, moralnych, społecznych i estetycznych. (Depta, 1979, s. 20-21) W ujęciu Waltera Trögera przeżycie utworu ekranowego, do którego uruchomienia powinno zmierzać wychowanie filmowe, posiada następujący kierunek: „Przeżycie filmu jest początkowo tylko lub głównie sprawą emocji; dopiero później dochodzi do ich umysłowej nadbudowy polegającej na włączeniu myślenia refleksyjnego. Pełne, obejmujące całość człowieka spotkanie z filmem jest syntezą uczuciowego przeżywania plus jego myślowego opracowania, współodczuwania (*Mitfühlen*) plus refleksji (*Nachdenken*)” (Tröger, 1963, s. 169). Dopiero taki uczuciowy i umysłowy odbiór filmu jest odbiorem rzeczywiście aktywnym. Wzruszenie jest bowiem cechą specyficzną każdego w pełni rozwiniętego przeżycia estetycznego. (Depta, 1979, s. 22). Wspomniane działanie przygotowawcze biblioterapeuty można więc krótko określić jako „otwarcie” filmu dla odbiorców-użytkowników filmoterapii i zwrócić „otwarcie” ich właśnie dla filmu. Uwzględnienie tych dwóch zakresów rzeczywistości percepcyjnych prowadzi w konsekwencji do pełnej i żywej terapii przez film. Będzie się ona opierać przede wszystkim na głębokim uwewnętrznieniu wartościowych treści filmu przez widzów-użytkowników filmoterapii i świeżości wzruszeń estetycznych wzbogaconych o wiarę w przemianę ich życia, tj. w jego uszlachetnienie na wzór bohatera filmowego.

Ważnym zatem elementem warsztatu biblioterapeuty jest wiedza o sztuce filmowej, potrzebna właśnie dla uchwycenia i zrozumienia treści i formy utworu filmowego, aby rozróżnić film o oddziaływaniu negatywnym i pozytywnym na poszczególnych użytkownikach filmoterapii. Rola takiej wiedzy jest dla terapeuty szczególnie doniosła. Stąd

filmologia powinna być koniecznie obecna na wszystkich studiach kształcących przyszłych biblioterapeutów. Problem polega nie na tym, czy wprowadzać problematykę filmową do programów takich studiów, ale na tym, jakie treści program ten powinien zawierać. Zważywszy, że biblioterapię wykłada się głównie na studiach bibliotekoznawczych i pedagogicznych, rzadziej psychologicznych, trzeba mieć na uwadze niezbędne kształtowanie doświadczenia filmowego.

Na pytanie dlaczego właśnie film jest sztuką tak ważną w biblioterapii, odpowiedź jest prosta: dlatego że użytkownicy biblioterapii – a więc głównie osoby chore i niepełnosprawne – bardzo często i chętnie oglądają filmy. Film staje się dla nich okazją do zastępczego współuczestnictwa w życiu, w którym praktycznie nie mogą uczestniczyć. Właśnie dzięki silnemu pragnieniu, by to zmienić, znajdują tutaj możliwości zaspokojenia - przez poznanie wzorów zachowań – swoich zainteresowań i potrzeb (np. oglądając filmy biograficzne o osobach przełamujących niepełnosprawność). W tym ujęciu film postrzegany jest jako określone medium służące rejestracji rzeczywistości realnej, komunikacji międzyludzkiej, czyli wyróżnia te elementy i właściwości, które zbliżają go do wiedzy o życiu w tzw. normalnym społeczeństwie. Taka wiedza jest oczywiście czasami wyłącznie formalna i bywa, że przyjęta zostaje tylko zewnętrznie. Terapeucie powinno zależeć na tym, aby została przez widzów-użytkowników filmoterapii właśnie uwewnętrzniona, aby wypływała z ich przeżycia i to przeżycie wzbogacała. W ten sposób film może zostać przez nich „przywłaszczony”, stając się wspólnym dziełem, wspólną własnością autora i widzów.

Oczywiście odbiorcy filmoterapii powinni mieć i posiadają prawo do własnego spojrzenia i własnego stosunku do zawartych w utworze treści oraz formy ich ujęcia. W dyskusji po projekcji danego filmu w ich ocenie ujawniają się szczególnie upodobania. Uznanie i uszanowanie przez terapeutę odmiennej oceny filmu jest jego podstawowym obowiązkiem. Chodzi jednak o to, aby w procesie terapeutycznym wyznaczać takie poglądy jego uczestników wobec filmu, które pomagałyby w przyjęciu wartościowych postaw zarówno społecznych, jak i w stosunku do samych siebie, aby odpowiednia własna ocena filmu przez terapeutę służyła konstruktywnemu nań spojrzeniu i takiej też ocenie własnej rzeczywistości przez użytkowników filmoterapii. Przy wyborze filmu dla poszczególnych grup użytkowników należy kierować się głównie typem ich upodobań i w związku z tym przewidywać oddziaływanie terapeutyczne danego obrazu. Najprostszy podział filmów przeznaczonych dla realizacji tego celu to rozrywkowe i poznawcze, gdy mówimy o filmie jako typowym produkcie kina uniwersalnego z fikcyjną fabułą. Fikcja – pisał Edgar Morin – jak sama nazwa wskazuje, nie jest realnością lub raczej jej fikcyjna realność jest nierealnym wytworem wyobraźni. Ta warstwa wyobrażeniowa może być cieniutka, przezroczysta, może być zaledwie pretekstem do

obiektywnego obrazu. (Morin, 1975, s. 214-215). Może być także niebezpiecznie urealniona. Pamiętajmy, że użytkownicy filmoterapii z upośledzeniem umysłowym często nie odróżniają fikcji od rzeczywistości, co może różnie kształtować ich zachowanie po obejrzeniu nawet najniewinniejszej komedii. Wskazuje na to przypadek, jaki wydarzył się w jednej z placówek opieki nad dziećmi z zespołem Downa. Po obejrzeniu filmu *Uciekające kurczaki* (reż. Peter Lord, Nick Part; Wielka Brytania 2000), opowiadającego o kurczakach, które nie chciały zostać jedzeniem ludzi, dzieci te przez wiele tygodni odmawiały spożywania drobiu. Zatem dla tej szczególnej grupy odbiorców należało wybierać film o wiele staranniej.

W filmoterapii film jest narzędziem terapeutycznym zarówno w funkcji rozrywkowej (w tym przypadku odbiorca pozostaje bierny), jak i w funkcji poznawczej (kształtuje wówczas odbiorcę aktywnego, rozumiejącego film i zastanawiającego się nad zawartymi w nim treściami). Umiejętność takiego odbioru i wyboru filmów jest celem głównym w filmoterapii. Tak, jak to definiują twórcy pojęcia „filmoterapia”, zamieszczonego w książce L. Berga-Crossa, P. Jeningsa i R. Barucha, *Cinematheapy: Theory and application. Psychotherapy in Private Practice* (Berg-Gross i inni, 1990, s. 8): należy ją rozumieć właśnie jako technikę terapeutyczną wymagającą właściwego wyboru filmów, mających bezpośredni wpływ (efekt) terapeutyczny, wykorzystywany jako bodziec do dyskusji lub badań na sesjach terapeutycznych. (Journal of Clinical Psychology, 2003, s. 208). W ślad za tym, Danny Wedding i Ryan M. Niemiec, autorzy artykułu o klinicznych zastosowaniach filmów w psychoterapii, omawiają niektóre ich metody, a także kilka książek mówiących o bezpośrednim stosowaniu filmów w terapii. Zreferowali też niektóre pojawiające się w nich poglądy. Na przykład J.W. Hesley i J.G. Hesley utrzymywali w swojej pracy, iż należy wspomagać planowanie leczenia poprzez (a) oferowanie nadziei i zachęty, (b) przeformułowanie problemów, (c) dostarczenie modeli i pełnienie danych ról społecznych, (d) rozpoznanie i wzmocnienie własnych silnych stron, (e) uaktywnianie emocji, (f) polepszanie komunikowania się oraz (g) pomaganie pacjentowi w ustalaniu hierarchii wyznawanych wartości. (Journal of Clinical Psychology, 2003, s. 210). Z kolei L. Berg-Cross i inni twierdzili, że filmoterapia pomaga stworzyć „przymierze terapeutyczne” poprzez wytworzenie wspólnego pomostu porozumienia pomiędzy lękiem (strachem) pacjenta a empatią terapeuty. Skonstatowali, że filmy umożliwiły pacjentom głębszy wgląd w ich życiowe dylematy, głębsze zrozumienie swojej osobowości oraz stworzenie znaczących (sensownych) terapeutycznych metafor ujmujących sedno prezentowanego problemu. Według nich metaforą może być określony przedmiot, pojawiający się w krytycznym momencie filmu, taki jak symboliczna teczka w *Pulp Fiction* (reż. Quentin Tarantino, 1994, USA). Taką metaforą może być również abstrakcyjne, motywujące wyrażenie „carpe diem” ze *Stowarzyszenia umarłych poetów* (reż.

Peter Weir, 1989, USA) lub wielowarstwowe indywidualistyczne pojęcie „mocy” w trylogii *Gwiezdne wojny* (reż. George Lucas, 1977, USA). Metafory często powtarzane, używane kreatywnie i zastosowane do życia pacjenta mogą zmieniać jego zachowanie, rozwijać umiejętność wglądu w siebie oraz pogłębiać zrozumienie innych. Skoro mowa o terapeutycznej mocy metafory, także polski psychoterapeuta Benedykt Krzysztof Peczeko pisze, że film „często staje się dla widza metaforą jego sytuacji życiowej lub problemu, z którym się boryka. Przy czym widz nie musi sobie zdawać sprawy, że podświadomie identyfikuje się z którymś z bohaterów, z jego losem, że znajduje w filmie podpowiedzi i wskazówki. Taka metafora na niektórych działa skuteczniej niż rady przyjaciół czy nawet profesjonalistów od pomagania. Dzieje się tak, ponieważ oglądając film, jesteśmy nastawieni na rozrywkę, uczymy się mimochodem. Poza tym film nie mówi bezpośrednio o nas, lecz o innych ludziach i ich perypetiach. My jesteśmy <<tylko>> widzami. To bezpieczna i komfortowa sytuacja. Oglądamy nasz problem z dystansu, od zewnątrz, zachowując przy tym więcej zdrowego krytycyzmu.” (Peczeko, 2001, s. 38-40). Amerykańscy autorzy z kolei wyrazili wiarę, że filmy mogą działać jak katalizator oraz odskocznia (trampolina) w terapii, umożliwiając skłonienie pacjentów do otwartej rozmowy na tematy, których podejmowanie w innych sytuacjach byłoby czymś wstydliwym. Na przykład obejrzenie filmu *Chłopcy nie płaczą* (reż. Olaf Lubaszenko, 1999, Polska) mogłoby być wstępem do dyskusji o sprawach dotyczących tożsamości płciowej, natomiast utwór *Kramer kontra Kramer* (reż. Robert Benton, 1979, USA) do empatycznego zrozumienia punktu widzenia innych ludzi. Jeszcze inne filmy przedstawiają efektywne wzajemne oddziaływanie na linii lekarz - pacjent i mogą być stosowane jako przykłady udanej terapii, np. *Zwykli ludzie* (reż. Robert Redford, 1983, USA). Mogą być też pomocne w ilustrowaniu i wyjaśnianiu mechanizmów obronnych: *Seks, kłamstwa i taśma video* (reż. Steven Soderbergh, 1989, USA), w terapii osób, które przeżyły klęskę: *Czarnoksiężnik z krainy Oz* (reż. King Vidor, 1939, USA), omawianiu z nastolatkami zagadnienia agresji: *Terminator* (reż. James Cameron, 1984, USA), zaznajamianiu trudnej młodzieży z poezją: *Stowarzyszenie umarłych poetów*. (Journal of Clinical Psychology, 2003, s. 211). Wszelako autorzy artykułu prezentują pogląd, że nie istnieje określona ilościowo lub zorganizowana metodologia stosowania filmów w psychoterapii. Uważają, że istotne jest to, aby pozwolić pacjentowi na odegranie ważnej roli w wyborze filmów. Ponadto z ich doświadczeń wynika, że filmoterapia jest najbardziej pomocna u pacjentów z co najmniej przeciętną inteligencją. Takie podejście wymaga pewnego poziomu filmowego wyrobienia ze strony terapeuty, natomiast powodzenie filmoterapii wskazuje, że powinna być ona tylko jednym z komponentów wieloaspektowej interwencji psychoterapeutycznej. L. Berg-Cross i pozostali autorzy tekstu, na który już się powoływałem (Berg-Gros i inni, 1990, s. 135-136), zaproponowali cztery dodatkowe zalecenia: (a) pacjent musi aktywnie

i świadomie pracować nad konkretnym problemem, (b) terapeuta musi chcieć pogłębiać poziom lub rozszerzyć problem, nad którym pacjent pracuje, (c) terapeuta musi posiadać umiejętność właściwego przygotowania pacjenta do odbioru filmu oraz (d) terapeuta musi omówić film z pacjentem wkrótce po obejrzeniu. Nawet jeśli filmy nie zajmują dużej części sesji, terapeuta powinien wziąć pod uwagę liczne korzyści z faktu, że osoby poddawane terapii oglądają filmy w ramach zadania, uzupełniając w ten sposób tradycyjne zastosowanie biblioterapii. (Journal of Clinical Psychology, 2003, s. 214).

Stowarzyszenie pod nazwą "The Association of Directors of Medical Student Education in Psychiatry" opublikowało listę filmów sklasyfikowanych przez Diagnostyczny i Statystyczny Podręcznik Zaburzeń Umysłowych („The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders”), wydanie czwarte (DSM-IV; Amerykańskie Stowarzyszenie Psychiatryczne, 1994), z których wiele można zalecić pacjentom (<http://www.Dartmouth.Edu/~admsep/resources/cinema.html>). Podobną, ale obszerniejszą listę, zawiera dodatek do publikacji „Movies and Mental Illness” („Filmy i choroby umysłowe”). (Journal of Clinical Psychology, 2003, s. 207). Szeroka dostępność różnego rodzaju filmów w USA sprawia, że obejrzenie ich jest łatwe dla pacjentów. Także dla psychologów i innych pracowników poradni zdrowia psychicznego, którzy oglądają, a potem omawiają filmy mające związek z psychoterapią i psychopatologią. Mogą one też służyć do celów pedagogicznych oraz być pożytecznym sposobem wprowadzenia pacjentów i członków ich rodzin w zagadnienia chorób umysłowych. Z ciekawszych „poradników filmoterapeutycznych”, polecanych przez autorów amerykańskich, przynajmniej kilka zasługuje na przetłumaczenie na język polski, np.: G. Solomon, *Terapia filmowa: w jaki sposób filmy zainspirują Ciebie do przezwyciężania problemów życiowych* (tytuł oryginału: *Realttherapy: How Movies Inspire You to Overcome Life's Problems*, New York: Lehar-Friedman Books 2000); G. Solomon, *Film na receptę: obejrzyj ten film i zadzwoni do mnie rano – 200 filmów, które pomogą uleczyć problemy twego życia* (tytuł oryginału: *The Motion Picture Prescription: Watch this Movie & Call Me in the Morning – 200 Movies to Help You Heal Life's Problems*. Santa Rosa, CA: Aslan 1995); I. Schneider, *Psychiatria w filmach: Pierwszych pięćdziesiąt lat*, w: *Psychoanalityczne studium literatury* (tytuł oryginału: *The Psychiatrist in the Movies: The First Fifty Years*. In: I. Rippen & M. Charney (Eds.), *The Psychoanalytic Study of Literature*, Hillsdale, NJ: Analytic Press 1985).

W opinii cytowanego wcześniej Benedykta Peczeki, na polskim rynku nie ma – w przeciwieństwie do USA – odpowiednich poradników, np. do filmoautoterapii. Jego zdaniem o wskazanie odpowiedniego filmu należy zwrócić się do psychoterapeuty, natomiast w samodzielnych poszukiwaniach trzeba kierować się po prostu intuicją. Jeżeli oglądając film – tłumaczy autor – poczuje, że jakaś scena mnie szczególnie porusza, to

znak, że powinienem się zatrzymać, wejrzeć w siebie. Jeżeli film ma być metodą autopsychoterapii, trzeba się na nim skoncentrować i zarezerwować sporo czasu. Peczeko podał szczegóły tej metody, tj. zaraz po obejrzeniu filmu warto dać sobie chwilę na refleksję poprzez zadawanie pytań: Co czułem, oglądając film i zaraz po jego zakończeniu? Co wywarło na mnie największe wrażenie i dlaczego? Co przypomina moją sytuację? Jakie wnioski mogę wyciągnąć dla siebie? Z którym bohaterem utożsamiam się najbardziej? Jak postąpiłbym na jego miejscu? Jak postąpiłbym na miejscu innych bohaterów? Gdybym był reżyserem, to jak zmieniłbym fabułę, akcję, zakończenie? Warto przy tym spisać odpowiedzi, bo pisanie zmusza do większej precyzji autoanalizy. (Peczeko, 2001, s. 38-40).

Niewątpliwie mają rację amerykańscy autorzy, twierdząc, że filmy kształtują również publiczną percepcję stanów różnych chorób i niepełnosprawności, także ludzi z chorobą umysłową oraz przedstawicieli zawodów, którzy leczą te zaburzenia. Dość powiedzieć, że pewne filmy wpływają pozytywnie na społeczne postawy wobec np. alkoholizmu, narkomanii, niepełnosprawności, właśnie poprzez sposób ukazania tych problemów. Wiele uprzedzeń oraz błędnych przekonań dotyczących boleśnie pacjentów przychodzących do psychoterapeuty, wynika z wizerunku chorób i uzależnień przedstawianych w telewizji lub kinie. Zatem edukacyjny wpływ filmów może być pozytywny lub negatywny. I tak ukazanie przez Dustina Hoffmana mężczyzny z autyzmem w filmie *Rain Man* (reż. Barry Levinson, 1988, USA) wywarło pozytywny wpływ na odbiorców (nie tylko amerykańskich), uświadamiając im charakter tej choroby. W przeciwieństwie do niego, nowsza wersja filmu *Psycho* (1998, USA) Gusa van Santa, mogła mieć negatywny wpływ na widzów, polegający na utrwalaniu w nich przekonania, że choroba umysłowa jest najczęściej blisko związana ze stosowaniem przemocy, ze zwiększoną u chorych psychicznie agresywnością. Między innymi sposoby, w jakich choroba umysłowa, nałogi oraz różne formy niepełnosprawności wywołane bywają chorobą rozwojową, są ukazane w filmach wyszczególnionych np. w przywołanej wcześniej książce *Movies & Mental Illness: Using Films to Understand Psychopathology*. W Polsce zestawienia tego rodzaju filmów są zwykle okazjonalne, m.in. w cytowanym tu już artykule B. Peczeki i w książce E. J. Koniecznej dotyczącej arteterapii. (Konieczna, 2003, s. 137-146).

Kończąc należy się zgodzić z autorami amerykańskimi, że wykorzystanie filmów jako pomocnego uzupełnienia w psychoterapii znajduje swoje odniesienie w wielu jej formach: indywidualnej, grupowej, par, rodzinnej, dziecięcej, wieku dojrzewania, a także w licznych orientacjach teoretycznych: psychoanalitycznej, psychodynamicznej, kognitywno-behawioralnej, humanistycznej i systemów rodzinnych.



## Bibliografia:

- Arteterapia (1990) – *Arteterapia*, zespół redakcyjny: Leon Hanek, Maria Passella, Akademia Muzyczna im. Karola Lipińskiego we Wrocławiu. Katedra Arteterapii. Wrocław 1990.
- A.Janicki (1990) – Andrzej Janicki, *Znaczenie sztuki dla zdrowia psychicznego*, w: „Arteterapia II”. Zeszyty Naukowe Akademii Muzycznej im. Karola Lipińskiego we Wrocławiu nr 52. Wrocław 1990.
- W.Szulc (1994) – Wita Szulc, *Kulturoterapia. Wykorzystanie sztuki i działalności kulturalno-oświatowej w leczeniu*, Akademia Medyczna im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu, Poznań 1994.
- Szkoła Specjalna (1988, nr 1) – Ewa Tomasik (rec.), *Rhea Joyce Rubin, Using bibliotherapy. A guide to theory and practice (Zastosowanie biblioterapii. Przewodnik po teorii i praktyce)*, Oryx Press, Mansell, London 1978, s.245.
- Depta (1979) – Henryk Depta, *Kultura filmowa – wychowanie filmowe*, Warszawa 1979.
- Campbell (1994) – *Potęga mitu. Rozmowy Billa Moyersa z Josephem Campbellem*, opracowała Betty Sue Flowers, przełożył Ireneusz Kania. Kraków 1994.
- Helman (1972) – Alicja Helman, *Niebezpieczna gwałtowność czy niebezpieczne kłamstwo*, „Film” 1972, nr 34, s.7. Cytuję za Henrykiem Deptą..., op.cit., s.19.
- Tröger (1963) – Walter Tröger, *Der Film und die Antwort der Erziehung. Eine Untersuchung zu soziologischen, psychologischen und pädagogischen Fragen des Films bei werktätigen Jugendlichen und Oberschülern*. München/Basel 1963. Cytuję za Henrykiem Deptą..., op.cit., s.22.
- Morin (1975) – Edgar Morin, *Kino i wyobrażenia*, przedmową opatrzył Marcin Czerwiński, przełożył Konrad Eberhardt. Warszawa 1975.
- Journal of Clinical Psychology (2003) – Danny Wedding and Ryan M.Niemiec, *The Clinical Use of Films in Psychotherapy*, “Journal of Clinical Psychology” 2003, s.207-215.
- Berg-Gross i inni (1990) – Berg-Gross, L., Jennings, P., & Baruch, R. *Cinematherapy: Theory and application. Psychotherapy in Private Practice*. Cytuję za: “Journal of Clinical Psychology”... op.cit..
- Peczko (2001) – Benedykt K. Peczko, *Filmoterapia*. „Gazeta Wyborcza”. Dodatek „Wysokie Obcasy” 2001, nr 18, s.38-40.
- Konieczna (2003) – Ewelina J.Konieczna, *Arteterapia w teorii i praktyce*, Kraków 2003, rozdz. *Filmoterapia*, s.137-146.
- Tomasz Kruszewski, *Kinoterapia – wprowadzenie do nowej techniki biblioterapeutycznej*, w: *Biblioterapia - z zagadnień pomocy niepełnosprawnym użytkownikom książki*, T. 2 pod redakcją M. Fedorowicz i T. Kruszewskiego, Toruń 2007, s. 39-49.

Gloria Lodato Wilson, *Światło. Kamera. Akcja – zastosowanie wideoterapii we wspomaganie rozwoju*, w: *Biblioterapia - z zagadnień pomocy niepełnosprawnym użytkownikom książki*, T. 2 pod redakcją M. Fedorowicz i T. Kruszewskiego, Toruń 2007, s. 51- 53.

Jarosław Klebaniuk, *Telewizja wobec szans i zagrożeń. Perspektywa psychologiczna*, „Dyskursy Młodych Andragogów” nr 6, Zielona Góra 2005, s. 91-110.

Jarosław Klebaniuk, *Psychologiczne funkcje odbioru telewizji*, w: *Psychologiczne aspekty odbioru telewizji*, pod red. P. Francuza, T. 2, Lublin 2004, s. 133-164.

## Rozdział 10.

### Narracyjne gry fabularne – aspekt terapeutyczny

(*Kiriakos Chatzipentidis*)

#### I. Definicja

Gry fabularne (RPG, czyli Role Playing Games), powstały na początku lat siedemdziesiątych w USA. Nazwę dosłownie tłumaczy się na gry z odgrywaniem ról, jednak w polskiej terminologii przyjęło się używać nazwy gry fabularne<sup>1</sup>.

Przymiotnik „narracyjna” Jerzy Szeja wprowadził dla odróżnienia od gier komputerowych, z których większość posiada rozbudowaną fabułę. Określenie „narracyjna” oddaje charakter typowej sesji, w czasie której opowieść dominuje nad odgrywaniem działań<sup>2</sup>.

W tego rodzaju grach uczestnicy przyjmują pewną rolę i respektują zasady danego uniwersum czyli świata przedstawionego. Główną różnicą w odróżnieniu od zabaw z dzieciennych lat jest poważniejsze ustrukturyzowanie RPG oraz osoba Mistrz Gry (MG) sprawującego pieczę nad jej przebiegiem. Bardzo istotny jest dialog na linii MG – Gracze. Uczestnicy opisują czyny odgrywanych postaci. Mistrz Gry udziela im informacji odnośnie skutków przedsięwziętych akcji. Ten, który prowadzi spotkanie zazwyczaj posługuje się uprzednio spreparowanym scenariuszem, szczegółowym planem złożonym z konstytutywnych filarów opowiadanej historii, wątków, postaci – tego co składa się na tzw. Sesję. W przeciwieństwie do ról teatralnych, gracze nie stoją wobec twardego dictum postępowania według powyższego planu. To co najważniejsze to wolna wola i autonomia wyboru. Postacie odgrywane przez uczestników czynią to czego pragną. Jedyne obostrzenia stanowią: konwencja świata jak i prawa fizyki, choć i te nie zawsze. Exemplum: Książę może uratować księżniczkę z zaklętej wieży, ale ma prawo również się rozmyślić wizjami strzegącego jej smoka albo przyszłości w małżeńskim stadle...

W świecie RPG to na Rozmowę położony jest największy nacisk. MG nie jest tylko dodatkiem do scenariusza, w którym miał swój udział. To czujny obserwator, opiekun sesji, sędzia wcielający się w Bohaterów Niezależnych (BN) – osoby bądź istoty pojawiające się podczas akcji, ale nie odgrywane przez pozostałych uczestników rozgrywki – Bohaterów Graczy (BG). Mogą to być wszelkiej maści fantastyczne kreatury

---

<sup>1</sup> Segit M., Co to jest RPG? - <http://gryfabularne.blogspot.com/p/co-to-jest-rpg.html>

<sup>2</sup> Szeja J., *Gry fabularne – nowe zjawisko kultury współczesnej*. Kraków 2004, s. 11-12.

spotykane podczas peregrynacji, które zwykle się traktować „mieczem i magią”, bądź byty inteligentne skore do rozmowy. MG stoi na straży rozgrywania sesji zgodnie z zasadami i rzeczywistością świata gry. Co ciekawe w RPG ciężko szukać podziału na tradycyjne role przegranego i zwycięzcy. Gracze rzadko rywalizują ze sobą w pojęciu agonu. Nie grają oni też przeciw MG, który głównie prowadzi narrację i opisuje to co odczuwają w danej chwili zmysły bohaterów rozgrywki.

Początkującym na pewno dogodniej jest zostać uczestnikiem gry a nie MG.

Każda postać posiada skrupulatnie opisane cechy (siła, kondycja, inteligencja, wiedza), umiejętności, atrybuty, które wiążą gracza w danym świecie gry. Karta postaci to swoisty biogram bohatera, na który nanoszone są wszelkie zmiany – skutki gry. Postać ewoluje, permanentnie rozwija się.

Rozstrzygnięcie powodzenia rezultatu akcji podejmowanych przez bohaterów w odniesieniu do zaistniałych wydarzeń (bitwy, kradzieże etc.) jest możliwe dzięki mechanice gry opartej na konkretnych liczbach.

Rzut kością pomaga poznać rezultat podjętej akcji bądź czy dane zdarzenie ma szanse wystąpienia. W RPG stosuje się kostki tradycyjne sześciścienne, jak i o większej ilości ścianek. MG podaje stopień trudności wykonana danej czynności. Posługuje się modyfikatorami obniżającymi bądź podwyższającymi szanse powodzenia i rzuca kością. Liczba oczek wskazuje w jakim zakresie i czy w ogóle akcja zakończyła się sukcesem. Należy przypomnieć, że wszelkie opisane powyżej zasady mogą znacznie się różnić w zależności od rodzaju gry.

Rozgrywka polega na rezonowaniu MG w odpowiedzi na działania postaci. Można grać posiadając jedynie jednego MG i BG, jednak najlepiej sprawdza się zespół czterech graczy i MG. Jest to rozwiązanie optymalne, nie wprowadza chaosu przy większej liczbie uczestników. Sama sesja trwa około czterech do sześciu godzin, ale możliwe są przerwy i dokończenie rozgrywki w innym terminie.

System RPG to Świat (tzw. Setting) łącznie z Mechaniką gry. Wyróżnia się systemy science fiction, fantasy, horror jako kombinacje powyższych czy też uniwersa całkowicie wymykające się schematom.

Rodzajów omawianych gier jest multum. Niektóre gry na przykład dzielą obowiązki prowadzącego między graczy, czasem nawet rezygnując z MG. Inne nie używają w ogóle kostek, zastępując je kartami bądź rezygnując z elementów losowych w ogóle. Najważniejsze jest jednak to, by wszyscy gracze miło wspominali sesję<sup>3</sup>.

---

<sup>3</sup> Segit M., Co to jest RPG? - <http://gryfabularne.blogspot.com/p/co-to-jest-rpg.html>

## II. Aspekty terapeutyczne

Jerzy Zygmunt Szeja porównuje gry fabularne do terapeutycznej techniki wprowadzonej przez Jacoba Levy-ego Moreno – psychodramy.

*Interaktywna opowieść* nie jest tożsama z psychodramą. Wskazuje na to osoba Mistrza Gry, który co prawda posiada wszystkie możliwości psychoterapeuty ale przede wszystkim opowiada. Kreuje świat przedstawiony, wciela się w Bohaterów Niezależnych. W psychodramach na ogół nie uświadcza się scenariusza, tym bardziej tak szczegółowego. Terapeuta nie przyjmuje co rusz kolejnej roli z multum postaci występujących w danym świecie, uwagę skupia na jednym uczestniku sesji wymagającym terapii. Pozostałe osoby w psychodramie mogą starać się pomóc, ale nie wychodzą na pierwszy plan. W RPG zachodzi całkowita równość, a MG opiekuje się rozgrywką. W RPG najważniejsze jest to jak uczestnicy sesji podchodzą do odgrywanej przez siebie roli<sup>4</sup>.

W terapeutycznej psychodramie nie zawsze gra się rolę kogoś innego, a i w takim przypadku jest ona zbudowana ze względu na określone cechy uczestnika: te, które posiada lub – zdaniem terapeuty – powinien posiadać.

Psychodrama prowadzona przez graczy wymaga odegrania roli kogoś innego niż się jest w rzeczywistości.

Poddawani terapii dopełniają swoje role, eksplorując własną psychikę – co jest rzeczywistym celem psychodramy.

Natomiast gracze postępują wg zasad jakimi kierowałyby się istota posiadająca cechy osobowościowe ze swojej kart postaci.

Większe znaczenie ma tu wiedza o INNYCH, choć podobnie jest dopełniana przez ich świadomość<sup>5</sup>.

Zygmunt Jerzy Szeja unaocznia również punkty styeczne gier fabularnych z metodą dramy.

Drama winna kreować sytuacje, wskazywać problemy jak i szukać sposobów ich rozwiązania poprzez aktywne wchodzenie w rolę. Warunek sine qua non to autentyczne „bycie w sytuacji” i zaangażowanie. Uczestnik dramy nie gra kogoś, lecz jest sobą w nowych, nie zawsze doświadczanych na co dzień sytuacjach<sup>6</sup>.

Praktyka pedagogiczna pokazuje jednak, że biorący udział w dramie mogą przyjmować rolę np. bohatera historycznego lub literackiego. Częściami składowymi dramy mogą być zbiorowe, ruchome obrazy, gesty, improwizacje.

Bardzo rzadka jest statyczna tak jak typowa sesja interaktywnych opowieści.

---

<sup>4</sup> Szeja J., *Gry fabularne – nowe zjawisko kultury współczesnej*. Kraków 2004, s. 17.

<sup>5</sup> Ibidem, s. 19.

<sup>6</sup> K. Pankowska, *Edukacja przez dramę*, Warszawa 1997, ss. 30-31.

Narracyjną grę fabularną od dramy odróżnia rola mistrza gry, który na bieżąco opisuje wymyśloną przestrzeń i spotykane przez graczy postacie.

W RPG bardzo dużą rolę odgrywa rzetelne i szczegółowe podanie głównych cech konstytuujących odtwarzaną postać jak i cały System gry (świat plus mechanika).

Drama ma UCZYĆ ŻYCIA – także przez symulowane sytuacje, które nie muszą być ani motywowane, ani wzajemnie powiązane, ani wynikać z wcześniejszych działań postaci. Bohaterowie zazwyczaj nie mają wyraźnej przeszłości i dalekosiężnych planów. Gra fabularna jest SYMULACJĄ ŻYCIA, więc postacie te są stawiane wobec różnych wydarzeń, których układ ma charakter przyczynowo-skutkowy<sup>7</sup>.

### III. Cele osiągnięte dzięki RPG

Niezwykle ważnym efektem gier RPG jest **kształcenie dla kultury**. Pedagog wchodząc w interakcję wychowawczą ma dzięki nim możliwość pełniejszego i bardziej zrozumiałego dotarcia do wychowanka. Pomaga mu w tym wejście w oczywistą dla niego rolę Mistrza Gry i wykorzystanie jej do ustalenia prawidłowych standardów rozgrywki bez jego udziału, co jest przecież najczęściej spotykane<sup>8</sup>.

W optyce pedagogicznej naczelną rolę zajmuje uosobienie Mistrza Gry z Losem. Dzięki tej funkcji potrafi on szybko adaptować okoliczności i wydarzenia do działań graczy i *przez to skuteczne wpływania na ich wybory i postawy*.

Gros systemów daje okazję do oceny graczy po skończonej sesji (podnosi poziom cech lub przyznaje punkty doświadczenia czy inne premie).

Podstawowym powodem, dla którego ktoś zostaje graczem, jest możliwość bycia kimś innym i w tej postaci przeżycia niezwykle przygód.

Uczestnictwo w narracyjnych grach fabularnych wg Jerzego Szeja może prowadzić do realizacji wielu celów pedagogicznych. Najważniejsze z nich to:

- Ćwiczenie wyobraźni (cenna jest zwłaszcza zdolność do wizualizacji opisów słownych – niezbędna w czytaniu);
- Kształtowanie umiejętności odczuwania i zrozumienia sytuacji i psychiki innych ludzi, nawet należących do egzotycznych kultur, religii, ras;
- Wyczulenie na różnego rodzaju znaki kulturowe – takie jak stroje, zachowanie, przedmioty codziennego użytku, broń, artefakty, etc. (bez tej własności zaistnienie odgrywanej postaci w świecie danego systemu jest na dłuższą metę niemożliwe)<sup>9</sup>;

---

<sup>7</sup> Ibidem, s. 20.

<sup>8</sup> Szeja J., *Gry fabularne – nowe zjawisko kultury współczesnej*. Kraków 2004, s. 176.

<sup>9</sup> Ibidem, s. 177.

- Wchodzenie w interakcje słowne i emocjonalne (kształtowanie umiejętności komunikacyjnych);
- Kształcenie umiejętności grupowych działań teleologicznych (praca w zespole, współdziałanie z rywalizacją i bez niej);
- Absorbowanie wyobraźni uczniów i organizacja ich czasu (najczęściej czasu wolnego – na zajęciach w systemie klasowo-lekcyjnym ta metoda może być stosowana tylko w ograniczonym zakresie);
- Budowanie pozytywnych relacji między wychowawcami a wychowankami;
- Stwarzanie alternatywy potencjalnym członkom grup nieformalnych, socjalizacja – a nawet resocjalizacja;
- Wychowanie dla kultury słowa;  
oraz:
- kształtowanie postaw etycznych oraz skutecznych i wartościowych społecznie postaw życiowych<sup>10</sup>.

Nie jest za często spotykane by literatura pozwalała na pełne utożsamienie z bohaterem, by jego życie i koleje losu były wprost namacalne, a co za tym idzie ciekawe i przejmujące. W RPG jest to zasługą braku dystansu implikującego jedność z bohaterem. Emocje rozbudzane przez uczestników sesji to gwarancja prawdziwego wczucia się w bohatera stojącego naprzeciw przeróżnych wyzwań. Jest to okazją do wyciągania wniosków z niepowodzeń. Taka interaktywna nauka jest potężnym instrumentem wychowawczym.

Pedagog – Mistrz Gry staje przed możliwością dla nowych działań wychowawczych. I to od niego zależy wykorzystanie tej szansy. Jak zawsze musi odrzucić pokusę prostego prawienia morałów i zaangażować się na równi z wychowankami w ten proces.

Bohaterowie muszą mieć realną możliwość wkroczenia na drogę bezprawia, a nawet zła – w tym leży siła oraz jedna z podstawowych zalet narracyjnych gier fabularnych. Zła w realnym życiu, uczniowie nie unikną.

Postać narracyjnej gry fabularnej, która wkroczyła na ścieżkę zła, musi – jak w życiu – czerpać ze swojego wyboru istotne korzyści. Wejście na drogę bezprawia może być stosunkowo łatwe i przyjemne, natomiast odwrót na stronę dobra raczej trudny<sup>11</sup>.

Narracyjne gry fabularne to niezwykle ciekawy i głęboki temat. Jak każde zjawisko wiąże się z szansami jak i zagrożeniami. Najważniejszym jest jednak to by pamiętać, że to przede wszystkim zabawa, dobra zabawa.

---

<sup>10</sup> Szeja J., *Gry fabularne – nowe zjawisko kultury współczesnej*. Kraków 2004, s. 178.

<sup>11</sup> Ibidem, s. 179.

## **Bibliografia:**

K. Pankowska, Edukacja przez dramę, Warszawa 1997

Segit M., Co to jest RPG? - <http://gryfabularne.blogspot.com/p/co-to-jest-rpg.html>

Szeja J., Gry fabularne – nowe zjawisko kultury współczesnej. Kraków 2004

Dr Wiktor Czernianin, Instytut Psychologii, Wydział Nauk Historycznych i Pedagogicznych,  
Uniwersytet Wrocławski

Dr Halina Czernianin Instytut Nauk Geologicznych, Wydział Nauki o Ziemi i Kształtowania Śro-  
dowiska, Uniwersytet Wrocławski

Kiriakos Chatzipentidis, Instytut Pedagogiki, Wydział Nauk Historycznych i Pedagogicznych,  
Uniwersytet Wrocławski







**ZOSTAŃ  
BIBLIOTERAPEUTĄ!**

[www.psychologia.uni.wroc.pl](http://www.psychologia.uni.wroc.pl)

ISBN 978-83-65653-18-5