

Mikołaj Krasnodębski¹

TERAPIA FILOZOFICZNA W PUBLIKACJACH I PRAKTYCE URSZULI WOLSKIEJ

1. Wprowadzenie: antyczna i współczesna terapia filozoficzna. 2. Antyarelogiczna i irracjonalna „kultura” postmodernizmu źródłem kryzysu człowieczeństwa. 3. Diagnoza współczesnego człowieka zagubionego w płynnej nowoczesności. 4. Remedium — realistyczna antropologia i etyka. Obecność osób i osobowe relacje na gruncie terapii filozoficznej. 5. Wnioski końcowe: terapia filozoficzna jako poszukiwanie mądrości

Abstrakt

Dr Urszuli Wolskiej praktyka i publikacje z zakresu terapii filozoficznej wpisują się w bogatą filozoficzną tradycję zarówno antyczną jak i współczesną. Animatorka warszawskiego Gabinetu Terapii Filozoficznej nie tylko werbalnie naśladuje prace Pierre’a Hadota i innych specjalistów z tej dziedziny, ale nadaje terapii filozoficznej nowatorski i oryginalny charakter. Stanowi go realistyczna antropologia i etyka, a dokładnie zastosowanie na jej gruncie teorii obecności osób i osobowych relacji istnieniowych. Stąd wydaje się, że propozycja Wolskiej stanowi ponadto remedium na kryzys współczesnej kultury, a nawet cywilizacji łańskiejskiej (personalistycznej).

Słowa kluczowe: Urszula Wolska, terapia filozoficzna i praktyka, antropologia, etyka, filozofia realistyczna.

¹ Dr hab., prof. w Instytucie Humanistycznym Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej w Głogowie, e-mail: mikolajkrasnodebski@gmail.com; ORCID: 0000-0002-3622-1185.

1. Wprowadzenie: antyczna i współczesna terapia filozoficzna

Źródła terapii filozoficznej znajdujemy w filozofii hellenistycznej oraz rzymskiej epoki cesarstwa. Po podbojach Aleksandra Wielkiego nastąpiły zmiany kulturowe, cywilizacyjne, społeczne, które ówczesnemu człowiekowi nie pozwalały „zamknąć się” tylko w obrębie *polis*. Musiał on wyjść z niej i zmierzyć się z tym co nowe. *Novum* stanowił niespotykany dotychczas w takim stopniu multikulturalizm i kosmopolityzm. Grecki świat po raz pierwszy zderzył się z tak intensywnym oddziaływaniem Orientu (Babilon, Syria, Egipt, Palestyna, i inne krainy Azji Mniejszej i środkowej), co nie zostało bez wpływu na postrzeganie świata przez potomków Achajów. Uległ im sam Aleksander Wielki, który jako jeden z pierwszych globalistów, w 324 roku przed Chrystusem w Suzie w celu zintegrowania Greków z podbitymi ludami, nakazał masowy ślub swoich żołnierzy z ich kobietami² (próba zbliżenia międzykulturowego nie powiodła się i większość tych związków rozpadła się). Wielki Macedończyk wychodząc naprzeciw wychowaniu otrzymanemu od Arystotelesa, nie tylko wyzbył się rasistowskich uprzedzeń swojego mistrza w stosunku do barbarzyńców (czyli tych, którzy nie posługiwali się greką), ale przyjął egipski i babiloński kult władcy, żądając deifikacji własnej osoby.

Zdaniem Feliksa Konecznego Orient wchłonał grecką personalistyczną kulturę, tworząc wewnątrznie sprzeczny konglomerat cywilizacyjny, na gruncie którego wyrośnie później cywilizacja bizantyjska. Koneczny przyjął istnienie czterech zasad cywilizacyjnych, które uniemożliwiają pokojową syntezę odmiennych od siebie cywilizacji oraz prowadzą do upadku wyżej rozwiniętej³. Świat hellenistyczny i rzymski epoki cesarstwa wyróżnia (kult władzy i władcy), fiskalizm i biurokracja, kolektywizm i globalizm, rozpad tradycyjnej moralności i upadek rodziny oraz brak moralności w polityce, łapownictwo, prostytutka świątynna. Oprócz zmian kulturowych i społecznych nastąpiły również zmiany gospodarcze, które zachwiały ówczesnym światem ekonomicznym. W I w. po Chrystusie ma miejsce gigantyczny jak na owe czasy

² Plutarch z Cheronei, *Żywoty sławnych mężów*, tłum. W. Sinko, t. 1, Wrocław 1955, s. 253–254.

³ Są to: 1) Nie można być cywilizowanym na dwa sposoby; 2) Cywilizacja niższa wchłania cywilizację wyższą; 3) Cywilizacje są aktywne, walczące; dążą do konfrontacji; 4) Synteza cywilizacji nie jest możliwa. Por. Koneczny F., *Prawa dziejowe*, Komorów 1997.

eksport taniego zboża z Egiptu, który powoduje upadek małych i średnich gospodarstw rolnych w Italii, emigrację bezrolnych chłopów do Rzymu i powstanie rzymskiego plebsu⁴. Hellenizm miał również i dobre strony. Rozpowszechnił język grecki (greka *koine*), który opanował Wschód i Południe, a następnie będzie równorzędny obok łaciny. Będzie on „przekaznikiem” nowych idei i religii w tym chrześcijaństwa, które w kolejnych wiekach twórczo rozwinie i ochroni antyczną kulturę.

Wydaje się, że Orient zaburzył grecką personalistyczną tożsamość i w pewnym sensie jest analogiczny do zmian współczesnych. Warto więc skorzystać z doświadczeń tamtych czasów zmierzających do zachowania ateńskiego „personalizmu”. W hellenistycznym świecie przygasty osiągnięcia umysłowe Akademii Platona i Licejonu Arystotelesa, filozofia ewoluowała w kierunku ontologicznego i epistemologicznego idealizmu⁵. Odpowiedzią na te zmiany była „nowa” praktyczna filozofia zainspirowana sokratejską sztuką życia, poszukująca odpowiedzi na pytanie: *Jak żyć?* Wytworzyła jednak filozofię praktyczną, będącą duchowym ćwiczeniem. Synkretyczny i praktyczny wymiar filozofii hellenistycznej, a następnie rzymskiej podejmie próbę skonfrontowania poszukującego człowieka z najważniejszych „pytań egzystencjalnych” oraz problematyka śmierci i umierania. Prymarnym zadaniem człowieka jest „poznanie samego siebie”, opanowanie własnych pożądań i namiętności, rozmowa „ze sobą samym”⁶ oraz przygotowanie się do śmierci (*meditatio mortis*). Ma ona charakter duchowej terapii, ćwiczenia duchowego (*askesis*), na co dopiero w wieku XX zwrócił uwagę francuski filolog Pierre Hadot⁷. Zapoczątkowana przez Hadota i innych badaczy idea filozofii hellenistycznej i rzymskiej jako duchowego ćwiczenia i terapii znajdzie naśladowców i zwolenników w Europie zachodniej i w USA⁸. W ostatnich latach zainteresowanie terapią filozoficzną można zaoferować w Europie

⁴ F. Koneczny, *Napór Orientu na Zachód*, Lublin 1937; tenże, *Cywilizacja bizantyjska*, Komorów 2006; tenże, *Harmider etyk*, „Człowiek w kulturze” 10/1998, s. 205–212; tenże, *O wielości cywilizacji*, Komorów 2002; *Różne typy cywilizacji*, w: *Kultura i cywilizacja. Wykłady*, Komorów 2011, s. 117–136.

⁵ M. Krasnodębski, *Metafizyka czy ontologia edukacji?*, „Paideia” 1/2019, s. 15–45.

⁶ P. Hadot, *Filozofia jako ćwiczenie duchowe*, tłum. P. Domański, Warszawa 1992, s. 30–41.

⁷ Tenże, *Czym jest filozofia starożytna?*, tłum. P. Domański, Warszawa 2001; Tenże, *Twierdza wewnętrzna. Wprowadzenie do „Rozmyślań” Marka Aureliusza*, tłum. P. Domański, Kęty 2004.

⁸ U. Wolska, *Terapia filozoficzna. Od umiłowania mądrości do dobrego i spełnionego życia*, t. 1, Warszawa 2019, s. 16–19.

środkowo–wschodniej, np. na Słowacji (Wydział Filozofii Uniwersytetu w Trnawie⁹).

W Polsce¹⁰ jej liderem jest dr filozofii (absolwentka UKSW) i filmowiec Urszula Wolska — autorka licznych i nowotarskich prac w tej dziedzinie (*Terapeutyczne aspekty filozofii Sokratesa i Epikura*¹¹; *Człowiek rzeczy czy osoba? Filozoficzne ujęcie człowieka jako osoby terapią dla zagubionych w płynnej ponowoczesności*¹²; *Terapia filozoficzna. Od umiłowania mądrości do dobrego i spełnionego życia w trzech tomach*¹³ i seria wydawnicza *Salon filozofii praktycznej Urszuli Wolskiej*, składająca się z trzynastu tomików¹⁴) oraz twórcza „Gabinetu Terapii Filozoficznej” w Warszawie¹⁵. Wyjątkowość propozycji Wolskiej polega na tym, że czerpie ona z filozofii realistycznej i klasycznej, krytycznie odnosząc się do niektórych nurtów filozofii współczesnej, w tym do postmodernizmu, materializmu, marksizmu kulturowego i naturalizmu.

2. Antyaretologiczna i irracjonalna „kultura” postmodernizmu źródłem kryzysu człowieczeństwa

W publikacjach U. Wolskiej znajdujemy bardzo wnikliwą diagnozę współczesnej „kultury” (chciałoby się użyć powszechnego obecnie terminu: „antykultury”). Charakteryzuje ją chaos, który jest skutkiem odejścia od greckiego *logosu*. To właśnie w postmodernizmie głosi się postulat odejścia od *logosu*

⁹ *Filozofia ako terapia. Dejinné koncepty* („Acta Philosophica Tyrnaviensia, t. 16), red. naukowa A. Démuth, R. A. Slavkovský, Trnava 2009.

¹⁰ Oprócz dr Urszuli Wolskiej należy również wymienić psychologa i filozofa Lecha Ostasza, autora pracy pt. *Psychoterapia filozoficzna. O usprawieniu rozumu i leczeniu psychiki*, wyd. 2, Warszawa 2011. W jego pracy w przeciwieństwie do U. Wolskiej dominują aspekty materialistyczne, psychoanaliza i postmodernizm.

¹¹ Radzymin 2017.

¹² Warszawa–Radzymin 2017.

¹³ Warszawa 2017: *Zachęta do filozofii praktycznej*, t. 1; *Kim jest człowiek?*, t. 2; *Fenomen myślenia*, t. 3; *Współczesnego człowieka problemy z tożsamością*, t. 4; *Wolna wola i świadome Ja*, t. 5; *Filozoficzne ujęcie losu*, t. 6; *Filozofia ćwiczeniem duchowym*, t. 7; *Dlaczego istnieje raczej coś niż nic?*, t. 8; *Agape wzór miłości doskonałej*, t. 9; *Zagubiona natura ludzka*, t. 10; *Czym jest mądrość?*, t. 11; *Z filozofii przyjaźni*, t. 12; *Człowiek odpowiedzialnością*, t. 13.

¹⁴ Warszawa 2019.

¹⁵ <http://gabinetfilozoficzny.com/> [stan z dn. 25.09.2019].

greckiego i chrześcijańskiego oraz kartezjańskiego racjonalizmu, których upatruje się źródło współczesnych nieszczęść, nie pamiętając, że postmodernizm jest faktycznie kontynuacją modernizmu, a nie odejściem od jego błędów (idealizmu, materializmu i innych). Nurt ten słusznie określa się mianem irracjonalizmu¹⁶. Postmodernizm ugruntowuje w kulturze: nihilizm, scjentyzm, materializm, utylitaryzm, antropologiczny redukcjonizm, infantyлизację osoby i samej kultury. Człowiek wychowany na postprawdzie, postdobru i postpięknieniu nie ma własnej tożsamości, ma problemy psychiczne, ucieka w świat ryzyka i nieuporządkowanej konsumpcji, w którym powiększa się przepaść pomiędzy bogatymi a biednymi.

Człowieka postmodernistycznego Urszula Wolska widzi jako osobę samotną i zagubioną, osaczoną przez instytucje, które go okłamują i traktują instrumentalnie. Jest on wyrwany ze wspólnoty osób, w której są obecne osobowe relacje i konfrontowany z upływem czasu i bezsensownością własnej egzystencji¹⁷. Motto życia (użycia) postmodernistycznego człowieka brzmi: „być wolnym i rozkoszować się życiem”¹⁸. Jak cytuje Wolska: „[takie] życie nie jest już identyfikowane z cierpieniem, pracą i wysiłkiem, lecz jest czymś, czym się należy rozkoszować, tak intensywnie i tak długo, jak tylko jest możliwe. Większość ludzi utraciła już jakiegokolwiek zrozumienie dla ascetycznego trybu życia. Jest im obce ciągłe poświęcanie się. Wszystko to, co mogłoby szkodzić przyjemnemu, rozkoszemu życiu, jest usuwane lub omijane”¹⁹. Neguje ono zatem potrzebę poszukiwania prawdy i kierowania się do dobra, czyli mądrości. Zasadą działania staje się wyłącznie użyteczność i skuteczność oraz wyżej wspomniana przyjemność. Jest to diametralne inne spojrzenie na człowieka niż w antyku, którym uważano, że człowiek wolny w przeciwieństwie do niewolnika musi zmierzać się z tym co trudne i przez to może kształtować swoje człowieczeństwo. Seneka w dialogu *O opatrności* pisze, że: „ludzie dobrzy i mili bogom trudzą się w pocie czoła, że wspinają się

¹⁶ H. Kiereś, *Postmodernizm*, „Powszechna Encyklopedia Filozofii”, red. A. Maryniarczyk, t. 8, 387–391; U. Wolska, *Człowiek — rzecz czy osoba*, dz. cyt., s. 11.

¹⁷ Tamże, s. 158–159.

¹⁸ Tamże, s. 153.

¹⁹ Tamże. Cyt. za U. Planck, *Zmiany w systemie wartości na wsi*, w: *Przemiany wartości a system polityczny. Z problemów kultury politycznej w Republice Federalnej Niemiec*, red. F. Ryszka, G. Meyer, Warszawa 1990, s. 415–416.

po stromych skałach, źli zaś beztrosko używają uciech i opływają w rozkosze, przywiedź sobie na pamięć, jak nas u własnych dzieci ratuje skromność, u dzieci niewolników — swawola, oraz jak pierwsze wychowujemy z surową karnością, a drugie wyrastają w zuchwalstwie. Tak samo jasne zrozumienie miej również w odniesieniu do boga: nie rozpieszcza rozkoszą dobrego człowieka, ale doświadcza, hartuje i czyni go sobie podobnym”²⁰. W innym zaś fragmencie dodaje: „Uciekajcie od rozkoszy, uciekajcie od szczęścia osłabiającego hart ducha, która o ile tylko nie wydarzy się nic, co by jej przychodziło na pamięć przeznaczenie człowieka, śpi błogo, jak gdyby w stanie ciągłego upojenia. [...] Choć każde przebranie miary wyrządza nam szkodę, bo jednak najbardziej niebezpieczny jest nadmiar szczęścia”²¹. Podobnie uważa Plutarch z Cheronei, przekazując nam w żywocie Aleksandra, że uważał on, iż „nic tak niewolniczego jak zbytek, niż tak królewskiego jak twardy trud”²² i w związku z tym należy „ćwiczyć samego siebie, zachęcał równocześnie innych do pokonywania niebezpieczeństw. Lecz przyjaciele jego, rozmiłowani w bogactwie i pełni dumy, pragnęli tylko życia w zbytku i beczynności (...)”²³.

Antyk ze swoją filozofią, humanistyką i polityką podkreślał rolę *arete* — sprawności, cnoty²⁴. Pochwałę cnoty znajdujemy już u Homera i Hezjoda. Wpisze się ona na trwałe nie tylko w myślenie Greków, ale chyba wszystkich ludów starożytnych oraz chrześcijaństwa. Następuje jej demokratyzacja, polegająca na tym, że wymaga się jej już nie tylko od arystokracji (od gr. *aristos* — czyli *najlepszych*), ale od wszystkich ludzi. Pochwałę *arete* głosi na gruncie etyki eudajmonizm, w swojej istocie będąc formą duchowej terapii. Znane przysłowie głosi: „przed trudy do gwiazd”, a cytowany powyżej Seneka

²⁰ Lucjusz Anneusz Seneka, *O opatrności*, w: *Dialogi*, tłum. L. Joachimowicz, Warszawa 1998, s. 516.

²¹ Tamże, s. 529.

²² Plutarch z Cheronei, *Żywoty sławnych mężów*, dz. cyt., s. 225. Być może Zygmunt Kubiak w *Dziejach Greków i Rzymian* (Kraków 2014) niniejszy cytat z Plutarcha oddaje jeszcze bardziej dosadnie: „Rozkoszować się to rzecz niewolnicza, trudzić się to rzecz królewska”.

²³ Plutarch z Cheronei, *Żywoty sławnych mężów*, dz. cyt., s. 225.

²⁴ W. Jaeger, *Paideia*, tłum. M. Plezia, t. 1–2, Warszawa 1962–1964; J. Kurek, *Paideia rzymska. Model formowania człowieka w myśli Seneki, Epikteta i Marka Aureliusza*, Warszawa 2016; Z. Pańpuch, *Arete*, w: *Powszechna Encyklopedia Filozofii*, red. A. Maryniarczyk, t. 1, Lublin 2001, s. 318–325; tenże, *Szczęście i polityka. Aretologiczne podstawy politologii Platona i Arystotelesa*, Lublin 2015; I. Chłodna-Błach, *Od paidei do kultury wysokiej. Filozoficzno-antropologiczne podstawy sporu o kulturę*, Lublin 2016.

— „Droga cnoty prowadzi na szczyty”²⁵. Etyka eudajmonistyczna (Sokrates, Arystoteles, Epikur, stoicyzm, tomizm) jest wymagająca od człowieka, ale zarazem optymistycznie „wierzy” ona w możliwości natury człowieka i jego naturalną inklinację do dobra i możliwość osiągnięcia cnoty. Wiara w człowieka i jego naturalne możliwości ma także swój głęboki terapeutycznie wymiar, dodający mu siły i nadziei na osiągnięcie dobra.

Postmodernistyczny świat przeciwnie. Jest zbudowany na freudowskiej „zasadzie przyjemności” i postrzega człowieka w kategoriach egoistycznego roszczenia i niepohamowanej konsumpcji. Stąd człowieka deprawuje nie tylko bieda, ale może jeszcze bardziej nadmiar, czyniąc go aroganckim, gdyż „nadmiar odczłowiecza”, psuje człowieka. „Ludzie bogaci, chcąc coraz więcej, stają się coraz mniej etyczni, coraz bardziej egoistyczni, niewspółczujący drugiemu i coraz bardziej izolujący się od biedniejszych”²⁶ — pisze Wolska. Postmodernizm jest osadzony na błędzie antropologicznym²⁷ oraz stanowi kompilację różnych odmian nawet sprzecznych ze sobą idealizmów: od materialistycznych do spirytualistycznych (*New Age*). Jest niczym „szwedzki stół”, z którego każdy może wziąć dla siebie to na co ma ochotę, bez zachowania reguł i zasad (tożsamości, niesprzeczności, wyłączonego środka, racji dostatecznej). Stąd, jak słusznie zauważa Urszula Wolska: „na temat postmodernizmu formułuje się skrajne oceny. Nie ma ostatecznej wykładni, co powinno się do postmodernizmu zaliczać. Każdy kto pisze o postmodernizmie, konstruuje taki postmodernizm, jaki jest mu potrzebny. Postmodernizm odrzuca homogeniczność epistemologiczną, aksjologiczną i społeczno-polityczną”²⁸. Postmodernistyczny obraz człowieka jest więc subiektywny i niepełny (zdekompletowany) i niepozwalający w sposób zintegrowany nie tylko zrozumieć człowiekowi własnego człowieczeństwa, ale także zrozumieć źródeł i przyczyn współczesnych problemów, takich jak: bieda, długotrwałe bezrobocie, wykluczenie, głód, brak poczucia bezpieczeństwa oraz pracoholizm, o których pisze Wolska.

²⁵ Lucjusz Anneusz Seneka, *O opatrności*, dz. cyt., s. 535.

²⁶ U. Wolska, *Człowiek — rzecz czy osoba*, dz. cyt., s. 140–141.

²⁷ M. Krasnodębski, *Antropologia edukacji — wybrane aporie w świetle filozofii klasycznej*, Głogów 2018, s. 23–44.

²⁸ U. Wolska, *Człowiek — rzecz czy osoba*, dz. cyt., s. 24.

3. Diagnoza współczesnego człowieka zagubionego w płynnej nowoczesności

Doktor Wolska diagnozuje cztery powojenne generacje: wojenną, *baby boom* (1946–1964), X (1965–1982), Y (1983–1998). Pierwsze pokolenie zostało skonfrontowane z totalitaryzmem oraz ludobójczą i totalną wojną. Było to pokolenie ofiar, ale i katów, odsłaniające najciemniejsze zakamarki ludzkiego zła i niegodziwości. To *mysterium iniquitatis* człowieka omówił w swojej ostatniej książce św. Jan Paweł II, skazując że w następstwie grzechu pierwotnego człowiek ma raczej skłonność do zła niż dobra²⁹.

Pokolenie 1946–1964 to generacja odbudowująca Europę po zniszczeniach wojennych, generacja „wołów roboczych”. Charakteryzuje je ciężka praca, wyrzeczenie, a nawet niekiedy ascetyzm. Na skutek tego jest pokoleniem „najzdrowszym, dobrze wykształconym i wychowanym w dostatku”³⁰. Na Zachodzie Europy pokolenie to doświadcza początku rewolucji obyczajowej i seksualnej, procesów technologicznych i globalizmu.

Pokolenie X zasadniczo neguje to, co wypracowało pokolenie *baby boom*. Jest nastawione na korzyść i użycie. Wyróżnia je nihilistyczne podejście do rzeczywistości i nietzscheańskie odrzucenie „wszystkich wartości”³¹. W pokoleniu tym ujawnia się osobowość „ludzi z plasteliny”, aktywizujących się w korporacyjnym wyścigu szczurów.

Pokolenie V — generacja „kłapek i iPadów”, lub tofflerowskiej *trzeciej fali* — to osoby o „rozdmuchanym *ego*”, rozpieszczeni, aroganccy, nieodpowiedzialni, ale również inteligentni, dobrze wykształceni, elastyczni i pomysłowi³². Jest to pokolenie nastawione na zabawę i przyjemność, niepoddające

²⁹ Jan Paweł II, *Pamięć i tożsamość. Rozmowy na przełomie tysiącleci*, Kraków 2011.

³⁰ U. Wolska, *Człowiek — rzecz czy osoba*, dz. cyt., s. 38.

³¹ Wolska, s. 40. Chyba nieprzypadkowo uwyraźnia się wpływ filozofii Nietzschego na to pokolenie. W latach 60. XX wieku odkryto fałszerstwa prac filozofa z młotem, dokonywanych przez jego siostrę i szwagra w celu korzyści materialnych i ideologicznych. Wówczas filozof z młotem przemówił na nowo. Por. Chudy, *Spółczesność zakłamanie. Esej o społeczeństwie i kłamstwie* (1), Warszawa 2007, s. 251–252 oraz tenże, *Filozofia kłamstwa. Kłamstwo jako fenomen zła w świecie osób i społeczeństw*, Warszawa 2003.

³² U. Wolska, *Człowiek — rzecz czy osoba*, dz. cyt., s. 45.

się żadnym rygorom, szybko nudzący się i niezdolne do dłuższej koncentracji, a tym bardziej kontemplacji³³.

W konsekwencji Urszula Wolska konkluduje, że „kondycja psychiczna człowieka we współczesnym świecie systematycznie się pogarsza i to w postępie geometrycznym”³⁴. Człowiek we współczesnym ponowoczesnym świecie ma problem z samookreśleniem, stając się idealnym z perspektywy międzynarodowych korporacji i koncernów konsumentem, gdyż: „człowiek płynnej nowoczesności odrzucił zasadę odkładania zaspokożenia na później”³⁵, stając się ofiarą konsumpcjonizmu, infantylizacji, kultu zysku, egoizmu prowadzącego do nihilizmu, pseudokultury i świata, w którym wszystko jest na sprzedaż.

Osobowość ponowoczesnego człowieka to osoby, która nie bierze odpowiedzialności za życie swoje i innych. Stąd ponowoczesne osobowości to³⁶:

Spacerowicz — luzak, który „nie chce mieć z nikim nic wspólnego”. Spacerowicz jest idealnym konsumentem;

Włóczęga — cechuje go brak celu i sensu życia, lubi ryzyko i potrzebuje adrenaliny, jego życie jest chaotyczne;

Turysta — to człowiek nastawiony na wciąż nowe wrażenia, łowca wrażeń. Turysta żyje według zasady: „płacę i żądam”. Jest mu obojętny los „tubylców”, gdyż zawsze może wrócić tam, gdzie jest mu dobrze i bezpiecznie;

Gracz — to osoba nastawiona na ryzyko, potrzebująca chronicznych dawek adrenaliny.

Typy ponowoczesnej osobowości łączy wspólna cecha — ucieczka od rzeczywistości oraz odpowiedzialności i trwałych związków, osobowych relacji (*Don Juan, singel*). Czy ma to wpływ, na tak często negowaną w nowożytnym i współczesnym świecie, duchowość człowieka? Wydaje się, że tak. Człowiek płaci za nie pustką i brakiem osobowych relacji (miłość *dilectio*, zaufania, otwartości)³⁷, lękiem przed utratą pracy, przed samotnością, wykluczeniem.

³³ Kontemplacja (*theoria*) według Stagiryty jest źródłem szczęścia i cnoty. Więcej piszę o tym w *Antropologia edukacji*, dz. cyt., s. 13–22.

³⁴ U. Wolska, *Człowiek — rzecz czy osoba*, dz. cyt., s. 140.

³⁵ Tamże, s. 118.

³⁶ Tamże, s. 58–68.

³⁷ M. Gogacz, *Człowiek i jego relacje. Materiały do filozofii człowieka*, Warszawa 1985, s. 12–19; M. Krasnodębski, *Teoria osobowych relacji istnieniowych jako fundament rodziny w filozofii Mieczysława Gogacza*, „Rocznik Tomistyczny” 3/2014, s. 45–58 [przedruk]: *Spór o rodzinę. Filozoficzno-cywilizacyjne fundamenty myślenia o rodzinie*, Warszawa 2019, s. 110–134.

Wolska w swojej filozoficznej terapii proponuje, aby wrócić do źródeł ludzkiego człowieczeństwa, na początku odpowiadając na pytania: *kim jestem?* i *po co żyję?*

4. Remedium — realistyczna antropologia i etyka. Obecność osób i osobowe relacje na gruncie terapii filozoficznej

Stojąc na stanowisku, że ludzka natura mimo upływu stuleci jest taka sama, jak w antycznych Atenach i Aleksandrii, średniowiecznym Paryżu i Krakowie, nowożytnym Berlinie czy współczesnym Chicago, to czy nie warto sięgnąć do sprawdzonych przez Senekę, Cyserona, Epikteta, Marka Aureliusza odpowiedzi na wyżej postawione pytania?

Urszula Wolska konfrontuje współczesnego człowieka z apollińskim mottem na życie: *γνώθι σαυτόν* (*gnothi se autón*), czyli *poznaj samego siebie*, które Sokrates uczynił zasadą swojej etyki i *paidei*³⁸. *Poznanie samego siebie* jest konieczne, jeżeli chcemy odkryć własne człowieczeństwo. Nie polega ono tylko na poznaniu własnego ciała, ale przede wszystkim na poznaniu własnej duszy³⁹, w której Sokrates widzi ukryte *arete* — cnotę. Cnotę tą należy odnaleźć i obudzić poprzez stosowania metod sokratejskich (*majeutycznej* i *elentycznej*), a następnie należy ją wychować poprzez wprowadzenie w działania człowieka hegemonii intelektu nad innymi władzami człowieka (wołą, uczuciami, popędami⁴⁰). Cnota prowadzi zatem do *panowania nad sobą* i *autarkii*, czyli ideału duchowej niezależności i autonomii. *Panowanie nad sobą* jest skutkiem posiadania cnót (sprawiedliwości, umiarkowania, roztropności, wiedzy, mądrości), ich zwieńczeniem. Winni „odkryć” je nie tylko śmiertelni

³⁸ U. Wolska, *Terapeutyczne aspekty filozofii Sokratesa i Epikura*, dz. cyt., s. 31–33.

³⁹ Platon, *Alkibiades*, tłum. W. Witwicki, Warszawa 1988, 128 b — 130 e; M. Krasnodębski, *Zarys dziejów ateńskiej historii wychowania. Paideia od Sokratesa do Zenona*, Warszawa 2011, s. 30–36.

⁴⁰ Na przykład w *Uczcie* Sokrates mówi o potrzebie wychowania Erosa od „prostackiego” popędu do ukształtowanego przez *arete* i kalokagatię. Por. Platon, *Uczta*, tłum. W. Witwicki, Warszawa 1993; W. Jaeger, *Paideia*, dz. cyt., t. 2, s. 223–245.

„jednodniowcy”⁴¹, ale również herosi tacy jak Herkules, który na skutek szału zabił własną rodzinę, za co musiał odpokutować, wykonując sławne dwanaście prac. Duchowa terapia wydaje się, że jest czymś koniecznym, pozwalającym na znalezienie równowagi ducha, *metanoi* — przemiany duchowej.

Stąd „praktyka filozoficzna jest swoistym ćwiczeniem duchowym i (...) celem takiego ćwiczenia jest dążenie do tego, aby nauczyć się żyć godnie i w duchu swojego człowieczeństwa. W tym celu należy ćwiczyć się w przydatnych umiejętnościach takich jak panowanie nad sobą, nad ciałem i namiętnościami, także nad emocjami i niekontrolowanymi pragnieniami. Filozofia jest ćwiczeniem duchowym prowadzącym do leczenia i wyleczenia duszy, do znanej prawie wszystkim starożytnym filozofom, *ataraksji*, do równowagi ducha, do spokoju wewnętrznego, stanowiącego warunek szczęścia. Stanu takiego nie można osiągnąć, gdy umysł jest wzburzony jak wzburzone morze, jak opisywał to Demokryt. Zagroza on człowiekowi, gdy człowiek ma niedostateczną kontrolę nad sobą, zbyt łatwo i szybko poddaje się smutkowi. Ponadto, gdy ma przekonanie, że nic nie ma wartości i poddaje się niepotrzebnym lękom i niepokojom. Najważniejsze jest, by uwolnić się od cierpienia duszy, od smutku go wywołującego. Arystyp zalecał wszystkim pogodę ducha — *hileos dianoia*, a swoich strapionych przyjaciół odwiedzał nie po to, by z nimi cierpieć i dzielić smutki, tylko po to, by ich od tego smutku uwalniać”⁴².

Jak nadmieniałem, znamienity jest aspekt praktyki filozoficznej dr Wolskiej. Jest nim realizm, który jej zdaniem „jest fundamentem filozofii praktycznej przeze mnie uprawianej oraz terapii filozoficznej”⁴³. Realizm głosząc, że poznajemy realnie istniejące byty, a nie pojęcia⁴⁴, jest uznaniem normatywności człowieka⁴⁵, poznaniem jego natury. Aby właściwie kształtować (wychowywać, kształcić, chronić i rozwijać człowieka), należy wpieryw poznać jego naturę, która zwiera w sobie „instrukcję” działania tego bytu, zapisaną w jego intelektualności. Wskazuje ona, że człowiek może rozwijać swoje

⁴¹ W ten sposób człowieka określa Ajschylos w *Prometeuszu skowanym* (tłum. J. Kasproicz), Kraków 1925, w: <https://wolnelektury.pl/media/book/pdf/ajschylos-prometeusz-skowany.pdf> [stan z dn. 11.11.2019].

⁴² U. Wolska, *Terapia filozoficzna*, t. 1, dz. cyt., s. 20.

⁴³ U. Wolska, *Terapia filozoficzna*, t. 2, dz. cyt., s. 11.

⁴⁴ Tamże, s. 17

⁴⁵ Tamże, s. 12.

człowieczeństwo poprzez uprawę swojej duchowo–cielesnej potencjalności w pryzmacie *arete*. Wolskiej terapia filozoficzna stanowi więc formę klasycznej filozofii edukacji, zastosowanej w osobistym spotkaniu z osobą. Istotny jest wymiar osobowy (miłość *dilectio* w ujęciu Mieczysław Gogacza)⁴⁶ oraz otwartość na świat i człowieka⁴⁷. To druga osoba uczy mądrości, pozwala odkrywać rzeczywistość, pomaga w poszukiwaniu prawdy i dobra. Prawda zaś i dobro prowadzą do rzeczywistej wolności, nie polega na uleganiu namiętnością, lecz zmaganiu się z nimi. Nie ma zatem wymiaru ilościowego, ale jakościowy. Można powiedzieć, że terapia filozoficzna polega właśnie na nauce roztropnej wolności. Osobowy kontakt wyrastający z tak pojętej wolności leczy *acedię*⁴⁸ — duchowe zniechęcenie i niemoc, którą chyba niekiedy błędnie określa się jako lenistwo⁴⁹.

Terapia filozoficzna U. Wolskiej łączy w sobie starożytny i współczesny humanizm (personalizm) i realizm tomistyczny z klasyczną etyką i *paideią*. Prace dr Wolskiej są przeniknięte myślą Sokratesa, Platona, stoików, epikurejczyków, Błażeja Pascala, Ludwika Wittgensteina, Hannah Arendt, Simone Weil oraz Mieczysława Gogacza i Mieczysława Alberta Krąpca, z którymi autorka prowadzi żywy i pasjonujący dialog — rozmowę, która leczy duszę!

5. Wnioski końcowe: terapia filozoficzna jako poszukiwanie mądrości

Grecka filozofia praktyczna dokonując racjonalizacji mitu nie tylko w logiczny i rozumny sposób dokonała wyjaśnienia rzeczywistości, w tym człowieka i jego w niej miejsca. Zachowała zdroworozsądkowe doświadczenie, zawarte w micie o Herkulesie, że nawet herosi muszą pracować nad sobą, ćwiczyć swój charakter, dążąc do *metanoi*, czyli zmiany sposobu myślenia i postępowania, cierpliwości i pokory⁵⁰. Wciąż aktualny wydaje

⁴⁶ Tamże, t. 3, dz. cyt., s. 109–119.

⁴⁷ Tamże, t. 2, dz. cyt., s. 39.

⁴⁸ Tamże, s. 91–100.

⁴⁹ J. Wójcik, *Acedia jako zagadnienie pedagogiczne*, „Zeszyty Naukowe Szkoły Wyższej Przymierza Rodzin w Warszawie — Seria Pedagogiczna” 2–3(2010–2011)5–6, s. 201–226.

⁵⁰ U. Wolska, *Terapia filozoficzna*, t. 2, dz. cyt., s. 35.

się ideał *paidei*, przekazanej nam przez Sokratesa, gdyż jak pisze W. Jaeger: „wychowanie rozumiane tak, jak je pojmował Sokrates, staje się świadomym kształtowaniem własnego życia w świetle zasad filozofii, a celem jego jest wypełnienie duchowego i moralnego przeznaczenia człowieka. W tym rozumieniu człowiek rodzi się po to, aby osiąść *paideię*, a ona jest jego prawdziwą własnością. Pogląd ten jest wspólny wszystkim sokratykom, a więc urodził się w głowie Sokratesa, chociaż on sam twierdził, że nie zna się na wychowaniu ludzi. Można by cytować wiele wypowiedzi na dowód, jak pojęcie i sens *paidei* poszerzyły się i pogłębiły, odkąd Sokrates przeniósł je do wnętrza serca ludzkiego, i jak dalece nabrała ona dla ludzi nowej, nieznaney dotąd ogromnej wartości. Wystarczy przytoczyć powiedzenie filozofa Stilpona, jednego z głównych przedstawicieli szkoły sokratejskiej w Megarze, założonej tam przez Euklidesa. Demetrios Poliorketes, chcąc po zdobyciu miasta okazać mu swą łaskę i wynagrodzić za zrabowanie jego domu, kazał przedłożyć sobie zestawienie wszystkiego, co Stilpon wówczas postradał. On jednak odparł: *paidei* nikt nie wyniósł z mego domu. Było to dowcipne zastosowanie do specjalnych okoliczności słynnego powiedzenia jednego z siedmiu mędrców, Biasa z Priene, które w swej łacińskiej postaci: *omnia mea mecum porto*, jeszcze dziś znane jest na całym świecie. Dla człowieka przenikniętego ideami Sokratesa najgłębszą istotą tego, co jest jego własnością, stanowi *paideia*, tzn. świadomie wybrany kształt jego życia, jego duchowe «ja», jego kultura. W walce, jaką człowiek toczy o swoją wewnętrzną wolność ze światem, pełnym elementarnych sił, zagrażających tej wolności, *paideia* staje się jego niewzruszonym punktem oparcia”⁵¹.

Czy zatem starożytni i ich kontynuatorzy nie dają nam rady jak żyć we współczesnym postmodernistycznym świecie? Jak bardziej być? I jak roztropnie posiadać? Odpowiedzi na te pytania znajdują się właśnie w pracach i praktyce Urszuli Wolskiej, które uczą nas mądrze żyć.

⁵¹ W. Jaeger, *Paideia*, dz. cyt., t. 2, s. 118–119.

Bibliografia

- Ajschylos, *Prometeusz skowany*, tłum. J. Kasprowicz, Kraków 1925, w: <https://wolnelektury.pl/media/book/pdf/ajschylos-prometeusz-skowany.pdf> [stan z dn. 11.11.2019].
- Chłodna-Błach I., *Od paidei do kultury wysokiej. Filozoficzno-antropologiczne podstawy sporu o kulturę*, Lublin 2016.
- Chudy W., *Filozofia kłamstwa. Kłamstwo jako fenomen zła w świecie i społeczeństwach*, Warszawa 2003.
- Chudy W., *Spółczesność zakłamana. Esej o społeczeństwie i kłamstwie (1)*, Warszawa 2007.
- Filozofia ako terapia. Dejinné koncepty* („Acta Philosophica Tyrnaviensia”, t. 16), red. naukowa A. Démuth, R. A. Slavkovský, Trnava 2009.
- Gogacz M., *Człowiek i jego relacje. Materiały do filozofii człowieka*, Warszawa 1985.
- Hadot P., *Czym jest filozofia starożytna?*, tłum. P. Domański, Warszawa 2001.
- Hadot P., *Filozofia jako ćwiczenie duchowe*, tłum. P. Domański, Warszawa 1992.
- Hadot P., *Twierdza wewnętrzna. Wprowadzenie do „Rozmyślań” Marka Aureliusza*, tłum. P. Domański, Kęty 2004.
- Jaeger W., *Paideia*, tłum. M. Plezia, t. 1-2, Warszawa 1962-1964.
- Jan Paweł II, *Pamięć i tożsamość. Rozmowy na przełomie tysiącleci*, Kraków 2011.
- Kiereś H., *Postmodernizm*, w: *Powszechna Encyklopedia Filozofii*, red. A. Maryniarczyk, t. 8, Lublin 2007, s. 387-391.
- Koneczny F., *Cywilizacja bizantyjska*, Komorów 2006.
- Koneczny F., *Harmider etyk*, „Człowiek w kulturze” 10/1998, s. 205-212.
- Koneczny F., *Napór Orientu na Zachód*, Lublin 1937.
- Koneczny F., *O wielości cywilizacji*, Komorów 2002.
- Koneczny F., *Prawa dziejowe*, Komorów 1997.
- Koneczny F., *Różne typy cywilizacji*, w: *Kultura i cywilizacja. Wykłady*, Komorów 2011, s. 117-136.
- Krasnodębski M., *Antropologia edukacji — wybrane aporie w świetle filozofii klasycznej*, Głogów 2018.
- Krasnodębski M., *Metafizyka czy ontologia edukacji?*, „Paideia” 1/2019, s. 15-45.
- Krasnodębski M., *Spór o rodzinę. Filozoficzno-cywilizacyjne fundamenty myślenia o rodzinie*, Warszawa 2019.
- Krasnodębski M., *Teoria osobowych relacji istnieniowych jako fundament rodziny w filozofii Mieczysława Gogacza*, „Rocznik Tomistyczny” 3/2014, s. 45-58.

- Krasnodębski M., *Zarys dziejów ateńskiej historii wychowania. Paideia od Sokratesa do Zenona*, Warszawa 2011.
- Kubiak Z., *Dzieje Greków i Rzymian*, Kraków 2014.
- Kurek J., *Paideia rzymska. Model formowania człowieka w myśli Seneki, Epikteta i Marka Aureliusza*, Warszawa 2016.
- Ostasz L., *Psychoterapia filozoficzna. O usprawnieniu rozumu i leczeniu psychiki*, wyd. 2, Warszawa 2011.
- Pańpuch Z., *Arete*, w: *Powszechna Encyklopedia Filozofii*, red. A. Maryniarczyk, t. 1, Lublin 2001, s. 318–325.
- Pańpuch Z., *Szczęście i polityka. Aretologiczne podstawy politologii Platona i Arystotelesa*, Lublin 2015.
- Planck U., *Zmiany w systemie wartości na wsi*, w: *Przemiany wartości a system polityczny. Z problemów kultury politycznej w Republice Federalnej Niemiec*, red. F. Ryszka, G. Meyer, Warszawa 1990, s. 415–416.
- Platon, *Alkibiades*, tłum. W. Witwicki, Warszawa 1988.
- Platon, *Uczta*, tłum. W. Witwicki, Warszawa 1993.
- Plutarch z Cheronei, *Żywoty sławnych mężów*, tłum. W. Sinko, t. 1, Wrocław 1955.
- Seneka L. A., *Dialogi*, tłum. L. Joachimowicz, Warszawa 1998.
- Wolska U., *Agape wzór miłości doskonałej*, Warszawa 2017.
- Wolska U., *Człowiek odpowiedzialnością*, Warszawa 2017.
- Wolska U., *Człowiek rzeczy czy osoba? Filozoficzne ujęcie człowieka jako osoby terapią dla zagubionych w płynnej ponowoczesności*, Warszawa–Radzymin 2017.
- Wolska U., *Czym jest mądrość?*, Warszawa 2017.
- Wolska U., *Dlaczego istnieje raczej coś niż nic?*, Warszawa 2017.
- Wolska U., *Fenomen myślenia*, Warszawa 2017.
- Wolska U., *Filozofia ćwiczeniem duchowym*, Warszawa 2017.
- Wolska U., *Filozoficzne ujęcie losu*, Warszawa 2017.
- Wolska U., *Kim jest człowiek?*, Warszawa 2017.
- Wolska U., *Terapeutyczne aspekty filozofii Sokratesa i Epikura*, Radzymin 2017.
- Wolska U., *Terapia filozoficzna. Od umiłowania mądrości do dobrego i spełnionego życia*, t. 1–3, Warszawa 2019.
- Wolska U., *Wolna wola i świadome Ja*, Warszawa 2017.
- Wolska U., *Współczesnego człowieka problemy z tożsamością*, Warszawa 2017.
- Wolska U., *Z filozofii przyjaźni*, Warszawa 2017.
- Wolska U., *Zachęta do filozofii praktycznej*, Warszawa 2017.

Wolska U., *Zagubiona natura ludzka*, Warszawa 2017.

Wójcik J., *Acedia jako zagadnienie pedagogiczne*, „Zeszyty Naukowe Szkoły Wyższej Przymierza Rodzin w Warszawie — Seria Pedagogiczna” 2-3 (2010-2011) 5-6, s. 201-226.

Philosophical therapy in scientific publications and practice of Urszula Wolska PhD **Summary**

The scientific publications and practice in the philosophical therapy of Urszula Wolska PhD are the part of a long and rich philosophical tradition. It began in ancient times and is still popular. As an animator of the Philosophical Therapy Office in Warsaw Urszula Wolska PhD follows Pierre Hadot and other specialists in the philosophical therapy. She makes it innovatory and original. Her innovations are based on realistic anthropology and ethics and they include applications of realistic theories of „personalistic presence” and „existential relations”. The scientific publications and practice of Urszula Wolska PhD are also a good remedy for the crisis of modern culture of the Western civilization.

Keywords: Urszula Wolska PhD, philosophical therapy, anthropology, ethics, realistic philosophy