

*Richard Shusterman*

## MYŚLENIE POPRZEZ CIAŁO. ROZWINIĘCIE NAUK HUMANISTYCZNYCH – UZASADNIENIE DLA SOMAESTETYKI\*

### I.

©zym są nauki humanistyczne i jak powinny być rozwijane? Z uwagi na to zasadnicze pytanie, opinie różnią się co do tego, jak szeroko powinny być one rozumiane i uprawiane. Choć początkowo pojęcie to oznaczało badania nad klasyką grecką i rzymską, obecnie powszechniej obejmuje ono sztukę, literaturę, historię i filozofię<sup>1</sup>. Ale

---

\* Artykuł jest skróconą wersją wystąpienia, które zostało wygłoszone podczas sesji plenarnej I Polskiego Kongresu Estetycznego w Krakowie. Pełny tekst artykułu został opublikowany w: „Journal of Aesthetic Education”, vol. 40, No. 1, Spring 2006.

<sup>1</sup> *Webster Third New International Dictionary* (Merriam Webster, Springfield, MA 1971) definiuje *nauki humanistyczne* jako: „gałąź nauki, która ma pierwotnie kulturowy charakter i zwykle obejmuje: języki, literaturę, historię, matematykę i filozofię”; *The Random House College Dictionary*, Random House, New York 1984 określa je jako: „a. studia nad klasycznym, łacińskim i greckim językiem i literaturą; b. literatura, filozofia i sztuka, w odróżnieniu od nauk ścisłych”.

czy również obejmuje nauki społeczne, które często są odróżniane od humanistycznych i łączone w osobną dziedzinę akademicką z większą aspiracją do statusu naukowości? Oraz czy zajmowanie się badaniami humanistycznymi powinno być skoncentrowane na tradycyjnych metodach i tematach kultury wysokiej, która nadaje tym naukom autorytatywną aurę ugruntowanej szlachetności? Czy raczej, powinny one poszerzać się o nowe i bardziej zdecydowane formy badań interdyscyplinarnych, takich jak kultura popularna czy perspektywa opisów rasowych lub genderowych?

Mimo takich pytań i sporów, jest oczywiste – nawet z etymologicznego punktu widzenia – że znaczenie nauk humanistycznych zasadniczo odnosi się do ludzkiej kondycji oraz wysiłków zmierzających do udoskonalenia i wyrażenia naszego człowieczeństwa. Ale co, w takim wypadku, oznacza bycie człowiekiem? Nie zamierzam tutaj odpowiadać wyczerpująco na tak złożone i trudne pytanie. Uzasadnię natomiast, że ponieważ ciało jest niezbędnym i cennym wymiarem naszego człowieczeństwa, powinno się je uznać za zasadniczy temat badań humanistycznych i wiedzy opartej na doświadczeniu. Choć prawdziwość tej tezy powinna być oczywista, to jednak występuje ona wbrew naszemu tradycyjnemu rozumieniu nauk humanistycznych. Jednym z uderzających przykładów tej antycielesnej tendencji jest sam termin, używany w języku niemieckim dla oznaczenia nauk humanistycznych, *Geisteswissenschaften* – jego angielski przekład brzmi *spiritual* (lub *mental*) *sciences* – który przeciwstawia się terminowi nauk przyrodniczych (*Naturwissenschaften*), zajmujących się życiem fizycznym, a z którym problematyka dotycząca ciała ludzkiego wiąże się w sposób oczywisty. Skoro zatem istnieje wszechobecna fizyczno/duchowa opozycja, w takim razie ciało jest w naszej koncepcji nauk humanistycznych sprawą zasadniczo pomijaną lub marginalizowaną<sup>2</sup>.

My, humanistyczni intelektualiści, powszechnie uważamy ciało za rzecz tak oczywistą, że namiętnie interesujemy się życiem umysłowym i twórczą sztuką, które wyrażają ludzkiego ducha. Ale ciało jest nie tylko zasadniczym wymiarem naszego człowieczeństwa, lecz jest także podstawowym instrumentem wszystkich ludzkich dokonań, naszym

---

<sup>2</sup> Istnieje znacznie większe zainteresowanie ciałem w naukach społecznych, zwłaszcza w socjologii. Humanistyczne zaniedbanie problemu ciała widoczne jest nawet w podstawowej edukacji artystycznej, gdzie w programie nauczania sztuk w sposób oczywisty związanych z ciałem, takich jak taniec i teatr, przykłada się do tego problemu bardzo mało uwagi. W tej kwestii por. L. Bressler, *Dancing the Curriculum: Exploring the Body and Movement in Elementary Schools*, w: *Knowing Bodies, Moving Minds*, red. L. Bressler, Kluwer, Dordrecht 2004, s. 125-151.

narzędziem narzędzi, koniecznością służącą całej naszej percepcji, działaniom, a nawet myśleniu. Podobnie jak wykwalifikowani robotnicy potrzebują specjalistycznej wiedzy na temat swoich narzędzi, tak my potrzebujemy lepszej wiedzy na temat ciała po to, by poszerzać rozumienie oraz osiągnięcia w dziedzinie sztuki i nauk o człowieku, oraz by posuwać naprzód biegłość w sztuce największej pośród sztuk – sztuce doskonalenia naszego człowieczeństwa i życia lepszym życiem. Musimy bardziej uważnie myśleć poprzez ciało, aby doskonalić się i wpływać na naszych studentów, ponieważ prawdziwe człowieczeństwo nie jest po prostu genetyczną informacją, lecz edukacyjnym osiągnięciem, w którym ciało, umysł i kultura muszą być gruntownie zintegrowane. Aby rozwijać projekt takich somatycznych dociekań, pracuję na polu interdyscyplinarnej dziedziny zwanej *somaestetyką*. Jej dyscyplinarne związki wykraczają również poza nauki humanistyczne, do biologicznych, kognitywnych i związanych ze zdrowiem nauk, które postrzegam jako wartościową pomoc w badaniach humanistycznych.

Najogólniej rzecz biorąc, somaestetyka zajmuje się ciałem jako ośrodkiem zmysłowo-estetycznego wartościowania (*aisthesis*) i twórczej autokreacji. Jako teoretyczna i zarazem praktyczna dyscyplina doskonaląca, jest ona nakierowana na wzbogacenie nie tylko naszej abstrakcyjnej, dyskursywnej wiedzy o ciele, lecz także na polepszenie somatycznego, przeżywanego przez nas doświadczenia i jego interpretacji. Dąży do rozszerzenia znaczenia, rozumienia, skuteczności i piękna naszych ruchów oraz piękna otoczenia, które na nie wpływa, i z którego czerpią one swe energie i swą doniosłość. Dlatego też, somaestetyka obejmuje różne rodzaje form wiedzy i dyscyplin, które ją konstruują i są w stanie doskonalić taką dbałość o ciało. Dostrzegając, że ciało, umysł i kultura są tak bardzo z sobą związane, somaestetyka tworzy interdyscyplinarny projekt badań, w celu połączenia dociekań nad nimi. Życie umysłowe opiera się na doświadczeniu cielesnym i nawet jeśli nie można go w pełni zredukować do procesów zachodzących w ciele, to także nie można go od nich całkowicie oddzielać. Myślimy i czujemy naszymi ciałami, zwłaszcza tymi jego częściami, które tworzą mózg i system nerwowy. Podobnie nasze ciała są uzależnione od życia umysłowego, jak w sytuacji, gdy pewne myśli powodują rumieniec na policzku, zmieniają rytm bicia naszego serca lub oddechu. Związek ciało-umysł jest na wskroś bliski i błędem wydaje się mówić o ciele i umyśle, jako o dwóch różnych i niezależnych bytach. Termin *ciało-umysł* (*body-mind*) mógłby trafniej wyrażać zasadniczy związek jego składników i mimo to w dalszym ciągu pozostawiać miejsce dla prag-

matycznego rozróżnienia między umysłowym i fizycznym aspektem zachowania, oraz dla projektu zwiększenia ich, opartej na doświadczeniu, jedności<sup>3</sup>.

Niezależnie jednak od tego, czy mówimy o terminie ciało-umysł, czy osobno o pojęciach ciało i umysł, mamy do czynienia z tym, co zostało zasadniczo ukształtowane przez kulturę. Bowiem kultura obdarza nas językami, wartościami, instytucjami społecznymi i środkami artystycznymi, dzięki którym myślimy, działamy oraz wyrażamy siebie estetycznie. Podobnie jak obdarza nas formami diet, ćwiczeń i cielesnej stylizacji, które kształtują nie tylko nasz wygląd i zachowanie, ale także sposoby, w jakich doświadczamy naszego ciała: jako święte naczynie czy jako brzemie grzesznej powłoki, rozpieszczoną własność osobistą przeznaczoną dla prywatnych przyjemności czy jako narzędzie pracy mające służyć dobru społecznemu. Jest odwrotnie, to kultura – wraz ze swoimi instytucjami i humanistycznymi osiągnięciami – nie może się rozwijać, a nawet przetrwać, bez ożywiającej siły ucieleśnionych myśli i działania. Jedną z miar jakości życia i człowieczeństwa danej kultury jest poziom harmonii ciało-umysł, któremu ona sprzyja i który odzwierciedla.

Aby stały postęp w somaestetyce stał się faktem, należy przezwyciężyć opór, jaki nauki humanistyczne stawiają wobec badań nad cielesnością i jej kultywowaniem. Taki jest właśnie główny cel tego artykułu. Chciałbym wyjaśnić i podać ów opór w wątpliwość. Uzasadnię paradoksalną tezę, że ciało zostało odrzucone przez nauki humanistyczne właśnie z tego powodu, iż tak silnie wyraża zasadniczą dwuznaczność bycia człowiekiem oraz z powodu swej wszechobecnej i niezbywalnej instrumentalności w naszym życiu. W zmaganiu o szlachetniejszą i mniej narażoną na niebezpieczeństwo – a tym samym bardziej jednowymiarową – wizję człowieka, nasza tradycja badań humanistycznych w sposób dyskretny stroni od ciała. Samo nasze humanistyczne skupienie się na wartościowych intelektualnie i moralnie celach zmierza do przesłonięcia bądź zmarginalizowania badań nad tymi środkami cielesnymi, które są niezbędne przecież do osiągnięcia tychże celów.

---

<sup>3</sup> John Dewey używa terminu *ciało-umysł* (*body-mind*) w *Experience and Nature*, w: *The Later Works*, vol. 1, Southern Illinois University Press, Carbondale 1988. Używa również później terminu *mind-body* dla oznaczenia „zjednoczonej całości” w swym eseju *Body and Mind*, w: *The Later Works*, vol. 3, op. cit., s. 27.

## II.

Żyjące ciało – czująca i wrażliwa *soma* raczej niż zwykły mechaniczny organizm – w różny sposób uosabia zasadniczą dwuznaczność bycia człowiekiem. Po pierwsze, wyraża ono nasz dwoisty status jako przedmiotu i podmiotu zarazem – jako czegoś w świecie i jako wrażliwości, która doświadcza, czuje i działa w tym świecie. Jednocześnie *jestem* ciałem i *posiadam* ciało. W większości moich doświadczeń, moje ciało jest po prostu autentycznym źródłem percepcji lub działania, a nie przedmiotem świadomości. Oznacza to, że z *niego* i *poprzez nie* odbieram bądź manipuluję przedmiotami w świecie. Nie udaje mi się jednak uchwycić ciała jako wyraźnego, zewnętrznego obiektu świadomości, nawet jeśli jest ono czasem niejasno odczuwane jako tło warunkujące percepcję. Ale często odbieram także moje ciało jako coś, co raczej *posiadam*, niż *nim jestem*: jako coś, co muszę wyciągnąć z łóżka, aby zrobić to, co chciałbym zrobić; coś, co trzeba zmusić do wykonania tego, co chcę, ale co często zawodzi w samym akcie wykonawstwa; coś, co składa się z ociążałych kończyn, wałków tłuszczu, bolących pleców, a także, często nieogolonej, wyglądającej na zmęczoną twarzy, a co rozpoznaję jako siebie, choć nie identyfikuję tego jako kogoś, kim w rzeczywistości jestem.

Ponadto, ciało wyraża dwuznaczność ludzkiego istnienia jako wspólnego gatunkowego jestestwa i jako jednostkowego zróżnicowania. Filozofowie kładli nacisk na racjonalność i język jako wyróżniającą rodzaj ludzki istotę, mimo to że ucieleśnienie człowieka wydaje się przynajmniej równie uniwersalnym i ważnym warunkiem człowieczeństwa. Próbuując wyobrazić sobie człowieka, nie można obejść się bez przywołania na myśl kształtu ludzkiego ciała. Jeśli wyobrazimy sobie stworzenia posługujące się ludzkim językiem i przejawiające ludzkie zachowanie, lecz posiadające zupełnie inny rodzaj ciała, jesteśmy skłonni myśleć o nich nie jako o ludziach, lecz jako potworach, syrenach, robotach, kosmitach, aniołach lub o osobach, których człowieczeństwo zostało w jakiś sposób skradzione bądź umniejszone.

Ale mimo że nasze ciała jednoczą nas jako ludzi, to również dzielą nas (dzięki ich fizycznej strukturze, funkcjonalnych praktykach i społeczno-kulturowej interpretacji) na różne płcie, rasy, grupy etniczne, klasy, a dalej – na jedyne w swym rodzaju indywidualności, którymi jesteśmy. Wszyscy możemy używać nóg do chodzenia a rąk do sięgania, ale każda osoba ma odmienny chód i odciski palców. Nasze do-

świadczanie i zachowanie jest daleko mniej uwarunkowane genetycznie niż u innych zwierząt. Ptak tego samego gatunku będzie śpiewał prawie tak samo w Pekinie i w Paryżu, podczas gdy ludzkie wzorce wokalizacji w sposób oczywisty różnią się znacznie, ponieważ zależą od nauki czerpanej z doświadczanego środowiska. Rdzeń przedłużony, który łączy mózgowie z rdzeniem kręgowym i jest odpowiedzialny za świadomy ruch (również wokalizację), nie jest w pełni uformowany i niezmienny w chwili narodzin, lecz stale rozwija się w okresie wczesnego dzieciństwa poprzez ruchy, które dziecko uczy się wykonywać. Oznacza to, że precyzyjny charakter systemu nerwowego jednostki – preferowany przez nią zestaw połączeń nerwowych – jest częściowo produktem jej indywidualnego doświadczenia i kulturowego uwarunkowania. W ten sposób okazuje się, że ludzkie ciało jest zawsze czymś więcej niż tylko czymś naturalnym.

Wspólność i indywidualne zróżnicowanie naszych ciał jest poważnie obarczone znaczeniem społecznym. Zwracamy się do naszej wspólnej formy cielesności, doświadczenia, potrzeb i cierpień wtedy, gdy życzliwie wyciągamy ręce do bardzo różnych grup etnicznych i kultur. Ale też odwrotnie, ciało (dzięki kolorowi skóry i włosów, rysom twarzy a także gestykulacji) jest najlepszym miejscem dla wyrażenia naszego zróżnicowania i dla okazania nieżyczliwości. Większość etnicznych i rasowych niechęci nie jest produktem racjonalnego myślenia, lecz głębokich uprzedzeń, które zaznaczają się cielesnie jako niejasne i niepokojące uczucia, wzbudzane przez inne ciała; uczucia, których doświadczamy nie wprost i dlatego funkcjonują one poniżej poziomu wyraźnej świadomości. Z tego powodu takie uprzedzenia oraz uczucia opierają się korektom i są odporne na zwykłe, dyskursywne argumenty o tolerancję, które można by zaakceptować na racjonalnym poziomie nie zmieniając instynktownej siły uprzedzenia. Najczęściej zaprzeczamy, że w ogóle mamy takie uprzedzenia. Dzieje się tak dlatego, ponieważ nie zdajemy sobie sprawy, że je odczuwamy. Pierwszym krokiem do kontroli nad nimi lub do ewentualnego ich wymazania, jest kształtowanie cielesnej świadomości dostrzegania ich w sobie. Pielęgnowanie umiejętności rozwijania takiej świadomości jest głównym zadaniem somaestetyki.

Ciało stanowi przykład naszej wielorakiej, ambiwalentnej ludzkiej kondycji: między poczuciem siły a wątpliścią, szlachetnością a wstydem, godnością a prymitywnością, wiedzą a ignorancją. Przywołujemy pojęcie humanizmu, by nakłonić kogoś do moralnej doskonałości i racjonalności, które wykraczają poza zwykłą zwierzęcość. Równocześnie używamy orzecznika „ludzki”, by opisać i wytłumaczyć nasze wady,

błędy i chwile słabości, a nawet bestialskie zachowanie – one są ludzkimi niedoskonałościami, ograniczeniami połączonymi z kruchością naszej cielesnej powłoki, którą dzielimy z pospolitymi zwierzętami. Ale pomimo swej zwierzęcej natury, ciało służy za symbol ludzkiej godności, wyrażanej w niepomowanym dążeniu do ujmowania ciała w artystycznie pięknych formach i do przedstawiania w ludzkim kształcie nawet bogów. Poszanowanie cielesnej godności kształtuje część naszego elementarnego szacunku dla osobowości i praw człowieka; kryje się to w prawie do życia i w naszym cichym zmyśle uszanowania pewnego fizycznego dystansu wobec drugiego człowieka, tak aby pozostawić trochę wolnego miejsca dla ciała – elementarnego *Lebensraum* lub kinosfery. Nawet po śmierci ciało jest szanowane, skoro większość kultur poddaje zwłoki – dodającemu powagi – rytuałowi pogrzebu bądź kremacji.

Moralisci często zlorzeczają ciało jako wrogowi prawości, jak wtedy, gdy św. Paweł oznajmia: „Jestem bowiem świadom, że we mnie, to jest w moim ciele, nie mieszka dobro” (Rz 7:18)<sup>4</sup>. Chociaż słabości ciała często podważają nasze moralne aspiracje, musimy zdać sobie sprawę, że wszystkie nasze pojęcia i normy – a nawet sam termin człowieczeństwa, który je podkreśla – zależą od społecznych form życia włączając w to sposób, w jaki doświadczamy naszych ciał, i sposób, w jaki inni je traktują. Jak zauważył Wittgenstein w osobliwie brutalnym ustępie swojego *Dziennika*: „Okalecz człowieka całkiem & odetnij mu ręce & nogi, nos & uszy & potem spójrz, co zostało z jego szacunku do samego siebie & z jego godności, & w jakiej mierze jego pojęcia w tych kwestiach są jeszcze takie same. Wcale nie pojmujemy, jak bardzo pojęcia te są zależne od zwykłego, normalnego stanu naszego ciała. Co się z nimi stanie, jeśli z pierścieniem przytwierdzonym do przekłutego języka & w pętach będziemy prowadzeni na sznurze? Ile jeszcze pozostanie z człowieka w nim samym?”<sup>5</sup>

W świecie, w którym ciała byłyby zawsze okaleczane, głodzone i maltretowane, dobrze nam znane pojęcia obowiązku, cnoty, miłosierdzia i szacunku dla innych mogłyby nie znaleźć oparcia i nie miałyby sensu. Poza tym, cielesne umiejętności ustalają ograniczenia w kwestii tego, czego możemy oczekiwać od siebie i od innych, determinując w ten sposób zakres naszych etycznych zobowiązań i dążeń. Jeśli byli-

---

<sup>4</sup> *List do Rzymian*. Podaję za: *Pismo Święte Nowego i Starego Testamentu*. Biblia Tysiąclecia, wyd. III poprawione, Poznań-Warszawa 1990, s. 1282 [przyp. tłum.].

<sup>5</sup> L. Wittgenstein, *Ruch myśli. Dzienniki 1930-1932, 1936-1937*, przeł. R. Reszke, Wydawnictwo Spacja, Warszawa 2002, s. 74.

byśmy sparaliżowani, nie mielibyśmy obowiązku skakać na ratunek tonącemu dziecku. Cnota nie może wymagać od nas stałej pracy bez odpoczynku czy bez pożywienia, ponieważ te potrzeby są fizycznymi koniecznościami.

Oprócz ugruntowywania naszych społecznych norm i wartości moralnych, ciało jest głównym środkiem lub narzędziem, dzięki któremu są one przekazywane, wpisywane i zachowywane w społeczeństwie. Normy etyczne są zaledwie abstrakcjami, dopóki nie zostaną one życiu dane dzięki włączeniu w cielesne dyspozycje i działania. Żadna z odpowiednio zrealizowanych cnót etycznych nie zależy wyłącznie od jakiegoś cielesnego działania (włączając w to akty mowy), lecz także od posiadania odpowiedniego wyrazu twarzy i wyrazu ciała, które wskazywałyby na przeżywanie właściwych uczuć. Wręczenie datku z niechętnym i gniewnym obliczem nie może być prawdziwym aktem dobroczynności czy szacunku – oto dlachego Konfucjusz opowiadał się za odpowiednią postawą jako czymś istotnym dla cnoty<sup>6</sup>.

Poza tym, będąc wpisanymi w nasze ciała, normy społeczne i wartości etyczne są w stanie podtrzymać swą moc bez potrzeby, by ustanawiać je w sposób wyraźnie sprecyzowany i narzucać na drodze prawnej. Są one zachowywane milcząco oraz narzucane przez nasze cielesne nawyki – włączając w to zakorzenione w ciele nawyki odczuwania. Dlatego też, Konfucjusz uparcie twierdzi, że przykładowa cnota jest kształtowana cielesnie przez „rytmy rytualnego dobrego wychowania i [przez] muzykę”, oraz że posługuje się swą zharmonizowaną mocą nie dzięki prawu, groźbom i karom, lecz dzięki naśladowaniu i miłości<sup>7</sup>. Michel Foucault i Pierre Bourdieu podkreślają natomiast opresywne aspekty społecznego ucieleśnienia. Całe ideologie dominacji mogą być potajemnie zmaterializowane i zachowane dzięki zakodowaniu ich w normach cielesnych, które podobnie jak cielesne nawyki są uważane za rzecz oczywistą i z tego też powodu wymykają się krytycznej świadomości. Normy, które mówią, że kobiety w danej kulturze powinny mówić wyłącznie cicho, jeść z gracją, siedzieć ze złożonymi nogami, chodzić za mężczyzną, mieć zawsze zawoalowaną i pochyloną głowę a wzrok opuszczony – wyrażają i zarazem wzmacniają opresję płciową. Dominacja wyrażana w tak subtelny sposób jest szczególnie trudna do przezwyciężenia, ponieważ nasze ciała zostały nią przeniknięte do tego stopnia, że one same buntują się przeciw jej przezwyciężeniu;

---

<sup>6</sup> *The Analects of Confucius*, przeł. R. Ames, H. Rosemont, Ballantine, New York 1998, 2:8, 8:4.

<sup>7</sup> *Ibidem*, 16:5; zob. także: 4:1, 4:17, 12:24.



jak w sytuacji, gdy młoda sekretarka mimowolnie czerwieni się, drży, wzdryga się a nawet płacze, próbując zaprotestować przeciw komuś, wobec kogo została wyćwiczona cielesnie, aby szanować go jako swego przełożonego. Jakiegokolwiek skuteczne przewyciężenie opresji powinno w związku z tym zakładać somaestetyczną diagnozę nawyków cielesnych i odczuć, które wyrażają tę dominację, jeśli się chce, aby zostały one pokonane wraz z opresyjnymi warunkami społecznymi, które je spowodowały.

Nasze życie etyczne jest osadzone w ciele w jeszcze bardziej podstawowy sposób. Etyka pociąga wybór, który w następstwie pociąga wolność wybierania i działania w oparciu o ten wybór. Nie potrafimy działać bez środków cielesnych, nawet wtedy, jeśli te środki są zredukowane (dzięki cudom techniki) do naciśnięcia guzika lub mrugnienia okiem, aby wprowadzić w życie wybór działania. Ciało może być nawet najlepszym źródłem samych idei działania i wolności. Co byłoby lepszym, bardziej podstawowym paradygmatem dobrowolnego lub pożądanego działania niż sposób, w jaki ruszamy naszym ciałem, aby wykonać to, co chcemy, np. podnieść rękę, odwrócić głowę<sup>8</sup>? Cóż mogłoby dostarczyć jaśniejszego, bardziej bezpośredniego znaczenia wolności, jeśli nie wolność poruszania naszym ciałem, nie tylko w przemieszczaniu się, ale także w otwieraniu ust i oczu, czy w regulacji oddechu. Życie implikuje pewien rodzaj pobudzającego ruchu a wolność poruszania się jest być może źródłem wszystkich naszych bardziej abstrakcyjnych pojęć wolności. Z drugiej jednak strony, zgodnie ze swoją przyrodzoną dwuznacznością, ciało wyraźnie symbolizuje także nasze zniewolenie: fizjologiczne ograniczenia naszych działań; fizyczna masa, niedostatki i niewydolność, które przygniatają nas i umniejszają nasze osiągnięcia; nieuchronna degeneracja związana ze starzeniem się i śmiercią.

Jeśli przeniesiemy się z obszaru etyki i działania w obszar epistemologii, ciało pozostanie symptomatyczne dla ludzkiej dwuznaczności. Jako niezbędne źródło percepcji i nieprzekraczalna jej granica zarazem, ciało uosabia ludzki stan wiedzy i ignorancji. Ponieważ jako ciało jestem rzeczą pośród rzeczy w świecie, w którym jestem obecny, ów świat rzeczy jest również dla mnie obecny i zrozumiały. Z uwagi na to, że ciało jest gruntownie przeniknięte energiami i rzeczami świata, zawiera w sobie ich regularności a zatem może osiągnąć ich

---

<sup>8</sup> Nawet zwykłe samo chcenie (tzn. chcenie, które nie realizuje chcianego działania) nadal będzie angażować środki cielesne i będzie wyrażone w schematach skurczy mięśniowych.

w bezpośredni i praktyczny sposób, nie potrzebując angażować się w myśl refleksyjną. Poza tym, aby zobaczyć świat, musimy widzieć go z pewnego punktu widzenia, z pozycji, która wyznacza nasz horyzont i kierunkowe zamiary obserwacyjne. Dzięki tej pozycji ustala się znaczenie lewej i prawej strony, góry i dołu, przodu i tyłu, wewnątrz i zewnątrz oraz zostaje nadany ostateczny kształt metaforycznemu rozwinięciu tych pojęć w konceptualnym myśleniu. Ciało dostarcza ów pierwotny punkt widzenia dzięki swemu usytuowaniu w polu czasoprzestrzennym i w polu interakcji społecznych.

Ale każdy punkt widzenia ma swoje ograniczenia, także ten zapewniający przez ciało, którego wszystkie zmysłowe receptory posiadają określony zakres wrażliwości i skupienia. Nasze oczy umieszczone są z przodu głowy, dlatego nie potrafią widzieć z tyłu, a nawet nie potrafią widzieć naszej własnej twarzy bez pomocy przyrządów, które odbijają światło. Podobnie nie potrafimy równocześnie skoncentrować naszego spojrzenia na tym, co jest z przodu i z tyłu, po lewej i po prawej stronie, na górze i na dole. Filozofia jest znana z radykalnej krytyki ciała i jego zmysłów, jako instrumentu służącego do zdobywania wiedzy. Odkąd Sokrates w Platońskim *Fedonie* widział cel filozofii w oddzieleniu mądrego rozumu od jego zwodniczego cielesnego więzienia, cielesne zmysły i pragnienia były wielokrotnie potępiane za wprowadzanie naszych sądów w błąd, jak i zarazem za odciąganie naszej uwagi od dążenia do prawdy. Lecz według Ksenofonta (innego z jego bliskich uczniów), Sokrates głosił bardziej przyjazny ciału pogląd, dostrzegając, że troska o ciało jest niezbędna, ponieważ ciało jest pierwotnym i niezbywalnym narzędziem wszystkich ludzkich osiągnięć<sup>9</sup>. Podstawowa somaestetyczna logika – potwierdzana także przez innych greckich myślicieli – polega tutaj na tym, że zamiast odrzucać ciało z powodu zwodniczości zmysłów, powinno się raczej próbować poprawiać ich sprawność czynnościową przez kultywowanie udoskonalonej świadomości cielesnej oraz autopratyki (*self-use*), które mogą poprawić także naszą cnotę, dając nam większą wrażliwość percepcyjną i siłę działania.

Jeśli ciało oddaje dwoistość ludzkiej kondycji, jako podmiotu i przedmiotu zarazem, jako siły i bezbronności, godności i poniżenia, wolności i przymusu, wspólnotowości i różnicowania, wiedzy i igno-

---

<sup>9</sup> Diogenes Laertios, *Żywoty i poglądy słynnych filozofów*, przeł. I. Krońska, K. Leśniak, W. Olszewski, B. Kupisa, Warszawa 2004, II:22, II:32; Ksenofont, *Wspomnienia o Sokratesie*, w: tenże, *Pisma sokratyczne*, przeł. L. Joachimowicz, Warszawa 1967, I 6:7, III 12, IV 7:9.

rancji, to dlaczego nowoczesna filozofia humanistyczna dąży do tego, by uznać pozytywne strony tych dwoistości jako rzecz oczywistą i ujemnie ocenia ciało przez podkreślanie jego niedoskonałości? Częściowym powodem jest nasza głęboka niechęć do zaakceptowania ograniczeń ludzkiej moralności i słabości, którą ciało tak wyraźnie symbolizuje. Chociaż pole nauk humanistycznych ustanowiono pierwotnie w opozycji do teologicznych studiów nad boskością, humaniści wydają się niezadowoleni z bycia ludźmi. Chcą bowiem w sposób sekretny przekroczyć śmiertelność, słabość oraz grzech i żyć jak bogowie. Ponieważ życie cielesne nie zezwala na to, skupili się więc na rozumie.

### III.

Instrumentalna funkcja ciała jest etymologicznie wskazana w takich słowach jak „organizm” i „organ”, wywodzących się od greckiego terminu *organon*, który oznacza „narzędzie”. Tak więc, kiedy humaniści bronią ciała i są zwolennikami jego kultywowania, zwykle robią to w terminach jego instrumentalności, jego niezbędnej roli w podtrzymaniu życia oraz jego użyteczności względem wyższych funkcji organizmu utożsamianych z duszą. Aby postrzegać ciało jako podstawowe i niezbędne narzędzie ludzkości, należy wypracować jednoznaczny argument świadczący za humanistyczną kultywacją ciała. Niestety, samo pojęcie instrumentalności zachowuje w kulturze humanistycznej silne negatywne konotacje, z tej racji, że na ogół mechaniczne środki przeciwstawia się i podporządkowuje szlachetnym celom. Ów negatywny niuans daje się zauważyć w ujęciu Rousseau, u którego ciało jest służącą duszy<sup>10</sup> – bliska analogia wywodząca się z filozofii starożytnej Grecji i chrześcijańskiej teologii, która przetrwała do nowoczesności.

Tutaj stajemy wobec drugiego z dwóch paradoksalnych powodów, dla których badania nad cielesnością pozostają niższą rangą w humanistycznej edukacji. Ciało nie tylko jest niesłusznie zaniedbane dlatego, że pełniej wyraża nasze prawdziwe człowieczeństwo, ukazując siłę i bezbronność zarazem, lecz także jego niezbywalna instrumentalność ironicznie odsuwa je do niedocenianej sfery posług (kojarzonej ze służącymi, kobietami i zwykłą mechaniką materialnych środków), podczas gdy nauki humanistyczne utożsamia się natomiast z dążeniem

---

<sup>10</sup> J.J. Rousseau, *Emile*, Basic Books, New York, s. 54, 118, 125.

do najwyższych i najczystszych celów duchowych – otoczonych wciąż form wiedzy związanych z filologią klasyczną, filozofią, literaturą i sztuką. Dlaczegoż więc powinniśmy jako humaniści zaprzętać sobie głowę badaniem ciała jako *środką*, kiedy możemy skupić się bezpośrednio na cieszeniu się *celami*, to znaczy na umyślnym docenianiu naszych duchowych i artystycznych osiągnięć?

Jedną odpowiedzią – inspirowaną przez kształtującą somaestetykę filozofię pragmatyzmu – jest to, że jeśli prawdziwie troszczymy się o cele, to musimy troszczyć się o środki, które są konieczne do ich realizacji. Ciało zasługuje na humanistyczne badania, by móc udoskonalić jego wykorzystanie w różnych artystycznych i naukowych dążeniach, dla których stanowi ono podłoże i którym służy. Muzycy, aktorzy, tancerze i inni artyści mogą działać lepiej i dłużej, z mniejszym trudem i znużeniem, gdy uczą się właściwego dla ich sztuki cielesnego zachowania: jak układać instrumenty i jaką postawę przyjmować, aby zapobiec niepożądanym i niepotrzebnym skurczom mięśniowym wynikającym z nieumyślnych nawyków pracy, które przeszkadzają sprawności i swobodzie ruchów, a w ostatecznym rozrachunku powodują ból i niezdolność do pracy. Nauka inteligentnej cielesnej autopraktyki nie jest sprawą bezmyślnego ćwiczenia się w mechanicznych technikach, lecz wymaga troskliwego rozwijania cielesnej świadomości.

Filozofowie jednakże często utrzymywali, że myślenie o cielesnych środkach w sposób szkodliwy odciąga naszą uwagę od celów i może z większym prawdopodobieństwem powodować problemy. Pomimo ogólnej idei pragmatycznej i szanującej ciało filozofii, William James twierdził uparcie, że cielesne działania są bardziej pewne i skuteczne, gdy skupimy się na „samym celu” i zapobiegniemy „uświadomieniu sobie [cielesnych] środków”. Immanuel Kant ponadto ostrzega, że cielesna introspekcja „odciąga umysł od rozważania innych spraw i jest szkodliwa dla głowy”. „Wewnętrzna wrażliwość, którą ktoś wywołuje przez swoje refleksje, jest szkodliwa... Taki wgląd i samopoczucie osłabiają ciało i odwracają od funkcji zwierzęcych”<sup>11</sup>. Pokrótkie, refleksja dotycząca ciała szkodzi ciału i zarazem umysłowi, a najlepszym sposobem postępowania z ciałem jest jego ignorowanie w takim stopniu, w jakim jest to możliwe. Jak James zaznaczył w *Talks to Teachers...*, powinniśmy się skupić na tym, „co robimy... i nie troszczyć się zbyt

---

<sup>11</sup> I. Kant, *Reflexionen zur Kritische Philosophie*, red. B. Erdmann, Frommann-Holzboog, Stuttgart 1992, par. 17, 19. Dalej Kant zauważa krytycznie, że „człowiek jest zwykle pełen wrażeń, gdy ma pustą głowę” (por. 106, s. 117).

o to, co czujemy”<sup>12</sup>. Zauważając przenikliwie, że „działanie i odczuwanie idą w parze”, James zalecał – tak w publicznych wykładach, jak i prywatnych poradach – że powinniśmy po prostu kontrolować nasze uczucia przez skoncentrowanie się na działaniu, z którym są one związane.

Kantowsko-Jamesowskie odrzucenie cielesnej introspekcji jest – jak myślę – błędne, choć ich argumenty opierają się na ważnej prawdzie. W większości naszych zwykłych czynności uwaga jest i winna być skierowana przede wszystkim nie na wewnętrzne odczucia, ale na przedmioty naszego doświadczenia, w relacji do których musimy działać i reagować, by móc przetrwać i rozwijać się. Tak oto z powodów wybitnie ewolucyjnych natura dała nam oczy, byśmy mogli patrzeć na zewnątrz, nie zaś do środka. Błąd Kanta i Jamesa polega na pomyleniu zwyczajnej wyższości z wyłącznym znaczeniem. Chociaż uwagę powinno kierować się przeważnie na zewnątrz, niemniej jednak często pożyteczniej jest poddać badaniu siebie i swoje uczucia. Świadomość oddychania może powiadomić nas, że jesteśmy zaniepokojeni lub rozgniewani, podczas gdy moglibyśmy nie zdawać sobie sprawy z tych emocji, a tym samym być bardziej bezbronnymi wobec ich działania. Proprioceptywna – odbierająca bodźce z własnego organizmu – świadomość jakiegoś napięcia mięśniowego może poinformować nas, kiedy język naszego ciała wyraża płochliwość lub agresję, których nie chcemy okazywać. Podobnie jak może pomóc nam zapobiegać niechcianym, odruchowym skurczom mięśniowym, które ograniczają ruch, powodują wzrost napięcia a w efekcie powodują ból. W istocie, sam ból – cielesna świadomość, która informuje nas o zranieniu i powoduje poszukiwanie środka zaradczego – dostarcza wyraźnego dowodu na wartość uwagi, jaką poświęca się stanom cielesnym i wrażeniom. Troska o siebie jest doskonalsza, gdy głębsza świadomość ciała powiadamia nas o problemach i środkach zaradczych, zanim napad bólu narazi nas na szwank.

Choć James słusznie stwierdza, że na ogół efektywniej jest się skupić na celu i zawrzeć samorzutnym, ustalonym nawykom przy wykorzystywaniu środków cielesnych, to jednak zbyt często owe nawyki zawiodą, aby im ślepo ufać. Wymagają zatem skupienia uwagi, aby można je było skorygować. Na przykład pałkarz uderzy zazwyczaj piłkę baseballową lepiej, jeśli jest skoncentrowany na piłce, a nie na ułożeniu swoich nóg, usytuowaniu głowy i tułowia lub na uchwycie swych dłoni na kiju.

---

<sup>12</sup> W. James, *Talks to Teachers on Psychology and to Students on Some Life's Ideals*, Dover, New York 1962, s. 99.

Ale słaby i zastany pałkarz może dowiedzieć się – często od trenera – że jego pozycja, postawa i uchwyt mogą wytrącić go z równowagi lub spowolnić ruch w klatce piersiowej i kręgosłupie w sposób, który zakłóci zamach i widzenie piłki. Wtedy świadoma uwaga musi skierować się przez chwilę na cielesne odczucia problematycznej sytuacji tak, by można było ją – odbierając bodźce z własnego ustroju – zidentyfikować i w ten sposób jej zapobiec, w czasie gdy nowe, efektywne nawyki postawy (i towarzyszące im uczucia) zostaną rozwinięte i będą do dyspozycji. Bez takiej proprioceptywnej uwagi pałkarz samorzutnie powróci (i w ten sposób wzmocni) do pierwotnych problematycznych nawyków postawy, nie uświadamiając sobie nawet tego, że to robi.

Gdy tylko ulepszony nawyk zamachu zostanie utrwalony, cielesne środki i odczucia związane z zamachnięciem nie powinny rościć sobie dłużej prawa do zaprzątania naszej pierwszoplanowej uwagi i odciągać jej od bardziej ostatecznego celu, jakim jest uderzenie piłki. By jednak osiągnąć ten cel, należy potraktować środki jako tymczasowy cel i skupić się. Tak samo uderzenie piłki – które samo w sobie jest tylko środkiem do zdobycia bazy, punktu czy wygrania meczu – traktowane jest jako tymczasowy cel do osiągnięcia tych dalszych w kolejności. Podobnie uczeni, których twórcza wydajność jest ograniczona przez powracające bóle głowy i trudności z pisaniem powodowane przez nieprawidłową cielesną autoprawdykę na stanowisku swej pracy, nie potrafią naprawić ani przezwyciężyć tych problemów dzięki zwykłej sile woli. Cielesne nawyki i towarzysząca im świadomość powinny być przebadane przed ich właściwym przekształceniem. Musimy wiedzieć, co rzeczywiście robimy, aby móc to poprawić w sposób niezawodny i zmienić w robienie tego, co chcemy.

Ponieważ większości z nas wdrożono wadliwą postawę, to zdolność trzymania się prosto w sposób, który zapobiega nadmiernej sztywności, wymaga procesu nauki obejmującego wrażliwe zainteresowanie naszymi proprioceptywnymi uczuciami. Jeśli „działanie i uczucia idą w parze”, jak zauważył James, to razem dają podstawy do ostrożnego namysłu nad optymalnym funkcjonowaniem. Podobnie środki i cele wymagają naszej jednoczesnej uwagi. Choć nóż jest najbardziej oczywistym środkiem do krojenia raczej, a nie celem ostrzenia, to potrzebujemy czasem skupić się na polepszeniu skuteczności jego działania. Taka respektująca środki logika leży u podłoża somaestetyki jako melioratywnego badania użycia naszego instrumentu cielesnego w percepcji, poznaniu, działaniu, estetycznej ekspresji i etycznej auto-kreacji, które razem konstytuują badania humanistyczne, artystyczną

kreację i globalną sztukę doskonalenia naszego człowieczeństwa dzięki lepszemu życiu.

#### IV.

Argument za humanistycznymi badaniami i kultywacją ciała jako pierwotnego i niezbywalnego instrumentu, został – jak sądzę – należyście sformułowany. Powinniśmy zakwestionować założenie, że ciało jest zwykłym środkiem, w odróżnieniu od wyższego celu. Takie lekceważące zaszeregowanie pochodzi z ukrytej dychotomii środka/cele, która musi zostać przezwyciężona. Środki lub instrumenty używane do osiągnięcia czegoś są niekoniecznie poza obrębem celów, którym służą, lecz mogą być ich istotną częścią<sup>13</sup>. W ten sposób ciało tancerza zalicza się tak samo do celów, jak i środków tańca. Bardziej ogólnie, nasze upodobanie w zmysłowym pięknie sztuki posiada ważny wymiar cielesny i nie tylko z tego powodu, że jest nam ono dostępne przez cielesne zmysły (włączając w to zmysł proprioceptywny – zmysł odbierania bodźców z własnego organizmu – który tradycyjna estetyka dotąd ignorowała), ale również dlatego, że emocjonalna wartość sztuki, jak wszystkie emocje, musi być doświadczana cielesnie, aby była doświadczana w ogóle.

Także poza dziedziną sztuki doświadczenie somatyczne przynależy do wyższych celów, a nie tylko do usługowych środków. Chociaż trening sportowy może być środkiem do osiągnięcia zdrowia, cieszymy się nim samym jako częścią tego, co zdrowie w rzeczywistości oznacza – zdolności czerpania radości z mozolnego ćwiczenia. A samo zdrowie cielesne daje przyjemność nie tylko jako środek do wypracowania innych celów, lecz daje przyjemność ze swej istoty, jako przyjemność przyrodzona. Szczęście i przyjemność są często cenione jako najwyższe cele, choć doświadczenie cielesne wyraźnie stanowi ich część składową. Czym jest radość miłości bez pożądania i spełnienia emocji, które są zawsze doświadczane cielesnie, bez znaczenia, jak czysto duchowa jest czyjaś miłość? Jak możemy docenić nawet przyjemność myślenia bez poznania jego wymiaru cielesnego – pulsowania energii, dreszczy podniecenia, napływu krwi, które towarzyszą płomiennym uniesie-

---

<sup>13</sup> John Dewey silnie podkreślił to w 9. rozdz. swej książki: J. Dewey, *Sztuka jako doświadczenie*, przeł. A. Potocki, Wrocław 1975.

niom rozmyślenia? Wiedza, ponadto, jest solidniejsza, jeśli zostanie włączona w pamięć mięśni wyuczonych nawyków i głęboko cielesnego doświadczenia. Jak myśl ludzka nie miałaby sensu bez ucieleśnienia, które sytuuje czujący i myślący podmiot w świecie i tym samym nadaje jego myśli perspektywę i kierunek, tak mądrość i cnota byłyby puste bez wielorakich, w pełni cielesnych doświadczeń, z których one czerpią i dzięki którym same się objawiają we wzorowo urzeczywistnionej mowie, uczynkach i promiennej obecności.

Zakończymy inną podwójną cechą żywego ciała. Ciało jest nie tylko instrumentalnie wartościowe dla udoskonalenia naszego człowieczeństwa, ale także jest częścią składową szlachetnego celu. W edukacji i kultywowaniu wrażliwości somaestetycznej świadomości, aby poprawić nasze myślenie poprzez ciało, poprawiamy nie tylko materialne środki ludzkiej kultury, lecz także nasze możliwości jako podmiotów, aby się nimi cieszyć.

przełożył z jęz. angielskiego *Sebastian Stankiewicz*