

## JA-CIELESNE – PRÓBA NOWEGO SPOJRZENIA

**Stanisław Kowalik**

Akademia Bydgoska im. Kazimierza Wielkiego

### THE PHYSICAL SELF – AN ATTEMPT AT NEW APPROACH

**Summary.** The article discusses the concept of the physical self and how it evolved. The philosophical sources of the concept are presented. Next, various psychological conceptions of the physical self are analysed (body image, body schema, body boundaries etc.). Finally, I present my own approach to the issue. I attempt to demonstrate that integration of existing physical self conceptions is possible. The processes of embodiment and incorporation are assigned a key role in the model.

### Ja-cielesne przed XX wiekiem

Trudno wskazać na taki moment w kształtowaniu się wiedzy człowieka o samym sobie, w którym nastąpiło obdarowanie rodzaju ludzkiego przymiotem nazywanym bardzo różnie: duszą, umysłem, psychiką, życiem wewnętrznym itd. Prawdopodobnie odróżnienie świata przeżyć wewnętrznych, wyodrębnienie siebie jako rzeczywistości duchowej nastąpiło wraz z ewolucją gatunku ludzkiego i wynikającą z niej coraz większą możliwością doświadczania rozbudowujących się stanów psychicznych. Wprowadzenie powyższego rozróżnienia miało jednak wiele konsekwencji. Między innymi już w najstarszych cywilizacjach musiały pojawić się problemy ściśle związane z ustaleniem wzajemnych relacji między człowiekiem traktowanym jako materialny organizm i człowiekiem pojmowanym jako niematerialny umysł, duch lub psychika.

Jednym z najstarszych świadectw potwierdzających istnienie tego problemu może być egipska tradycja mumifikowania ciał ludzkich. Była ona wyrazem wiary w to, że po śmierci duchowi ludzkiemu nadal potrzebne jest ciało, aby mógł on istnieć w pewnym komforcie (Montserrat, 1998). Rozkładające się ciało osoby nieżyjącej, wzbudzało ambiwalentny stosunek emocjonalny. Z jednej strony wywoływało ono obrzydzenie, chęć pozbycia się go, zerwania z nim wszelkich kontaktów, z drugiej jednak strony ciało to było ciągle bliskie, pociągające z racji tego, że zapewniało możliwość dalszej egzystencji po śmierci. Duch i ciało nie były martwe tak długo, jak długo zapewniona była łączność między nimi a łączność ta była możliwa tylko dzięki mumifikacji ciała. Stąd też brała się nieustająca troska starożytnych Egipcjan o to, aby zapewnić



sobie trwałość cielesną. W ten sposób rozwiązywali oni nie tylko problem lęku przed śmiercią, ale także rozstrzygali konflikt związany z ambiwalentnym stosunkiem do siebie po śmierci.

Wydaje się, że ten właśnie problem stał się źródłem pojawienia się świadomości Ja-cielesnego. Śmierć i związana z nią ewidentna widoczność utraty trwałości ciała, doprowadziła do pytania: a co się dzieje z duchem? Utrwalanie ciała w procesie mumifikacji, a potem w postaci rzeźby lub portretu, wreszcie w sposób jeszcze bardziej symboliczny, poprzez nagrobek z podaniem nazwiska osoby spoczywającej w grobie, mogą być traktowane jako upowszechnione społecznie zabiegi zapewnienia sobie lub osobom bliskim trwania w czasie ciała i duszy. Egipskie pojmowanie cielesności i duchowości jako jedności stworzyło pierwszy sposób rozumienia Ja-cielesnego. Pojmowano je w dosłowny sposób – człowiek był bowiem wyłącznie Ja-cielesnym, dzięki uznaniu tezy: o wzajemnym przenikaniu tego co materialne i tego co duchowe, o wspólnocie losu jednego i drugiego, wreszcie o podobnej wartości obu bytów. Oczywiście wierzenia kolejnych cywilizacji i związane z nimi tradycje pogrzebowe, inaczej sytuowały wzajemne relacje ciała i duszy, jednak były one zawsze wyrazem troski o zapewnienie możliwości trwania osoby pozbawionej własnej cielesności (Coakley, 1998).

Nie tylko śmierć wywoływała problem wzajemnych relacji między ciałem i umysłem. Choroba lub uszkodzenie ciała także uwypuklało to zagadnienie. Jeśli bowiem oba byty traktowano jako ściśle współzależne od siebie, to dla ducha nie mogły być obojętne zmiany cielesne. Z analizy tekstów starożytnych Greków i Rzymian wynika, że byli oni bardzo wyczuleni na niepełnosprawność organizmu. Nawet takie właściwości funkcjonowania organizmu jak leworęczność lub jękanie się, traktowane były jako wyraz mniejszej przydatności społecznej człowieka (Vlahogiannis, 1998). Poziom rozwoju cywilizacyjnego był taki, że ciało i jego sprawność miały podstawowe znaczenie dla egzystencji ludzkiej. Zapewniały możliwość wykonywania pracy, walki i prokreacji. Brak zdolności realizacji tych zadań społecznych, wynikających z niepełnosprawności fizycznej człowieka, traktowano często jako konsekwencję posiadania niepożądanych właściwości psychicznych (np. tchórzostwo) lub jako karę ponoszoną za wcześniej popełnione niegodne czyny (Meskell, 1998). Niekiedy ta niepełnosprawność stawała się podstawą stygmatyzacji (np. w starożytnym Rzymie polegała ona na obcinaniu mężczyznom połowy brody – N. Vlahogiannis, 1998). Mityczna postać Króla Edypa jest doskonałym przykładem sposobu pojmowania wzajemnych relacji między ciałem i umysłem.

Warto w tym miejscu zauważyć, że prawdopodobnie w cywilizacji greckiej znalazły swój początek zupełnie nowe poglądy na temat relacji tego, co cielesne i tego, co duchowe. O ile wcześniej nie dostrzegano jeszcze relacji przyczynowych między tymi dwoma bytami, to starożytni Grecy jasno sformułowali ten problem i próbowali go rozwiązać (Sennet, 1996). Aby jednak problem mógł zostać sformułowany w taki sposób, trzeba było wcześniej bardzo wyraźnie odróżnić od siebie te dwie realności. Można przypuszczać, że teraz dopiero mogło pojawić się jasne rozróżnienie między pojęciem ja i pojęciem własnego ciała oraz próba funkcjonalnego uchwycenia zależności między nimi. Sprawie tej poświęcili wiele uwagi greccy filozofowie (Copleston, 1998).

Początkowo mieli oni również trudności z substancjalnym wyobrażeniem sobie duchowości ludzkiej. Pojmowali ją jako coś, co ma fizyczną postać. Duszę albo umysł wyobrażano sobie jako rodzaj oddechu niewidocznego, ale rzeczywiście istniejącego, jako figurę geometryczną (ostrosłup o podstawie trójkąta), jako ruch itd. (Stachowski, 2000). Umysł lub dusza była więc upostaciowiona, często miała jakiś kształt, jakąś materialną formę i w ten sposób stawała się

bliska ciału, tworzyła wraz z biologicznym organizmem pewną jedność. Epikurejczycy i cyrenejczycy tak właśnie wyobrażali sobie duchowość. I chociaż pierwsi uznawali wyższość duszy nad ciałem, a drudzy przyznawali ciału możliwość dominowania nad duszą, to jednak obie orientacje teoretyczne w podobnym stopniu zalecały troskę zarówno o ciało, jak i o duszę. Wydaje się, że wprowadzone odróżnienie duchowości od cielesności nie było jeszcze wystarczające do tego, aby potrzebne było inne od egipskiego pojmowanie Ja-cielesnego. Można nawet powiedzieć, że nie było ono potrzebne wcale (Copleston, 1998).

Radykalną zmianę w pojmowaniu analizowanej relacji zaproponowała filozofia orficka. A. Synnott (1993) zwraca uwagę, że założenie podstawowe tej doktryny filozoficznej polegało na uznaniu boskiego pochodzenia duchowości ludzkiej. Człowiek nabrał nagle dwoistej natury: miał w sobie coś zwierzęcego (ciało) i jednocześnie coś boskiego (ducha). Ciało potraktowano w tej filozofii jako byt wyposażony w prymitywne instynkty, trudne do ujarznienia, wymykające się jakiegokolwiek kontroli. Boski duch z kolei był wyposażony w mądrość, szlachetność i powściągliwość. Asceza miała być sposobem na rozwijanie w sobie duchowości, a z kolei większa duchowość powodowała, że mniej w człowieku było zwierzęcości. Takie ujęcie problemu zdecydowanie zaostrzyło omawianą relację, wskazało na istnienie sprzeczności między cielesnością i duchowością, rozstrzygało wreszcie o tym, co w tej relacji jest najbardziej wartościowe. Powyższy punkt widzenia dopuszczał jednak możliwość ingerowania w naturę człowieka sił ponadludzkich. Ostatecznie to one rozwiązywały konflikty powstające między duchową i boską częścią natury człowieka. Można powiedzieć, że właśnie te siły pełniły zastępczo rolę Ja-cielesnego.

Idee filozofii orfickiej zostały wykorzystane w znaczący sposób przez Pitagorasa, Platona i Arystotelesa (Tatarkiewicz, 1990). Wszyscy oni przeciwstawiali sobie oba rodzaje bytów, przy czym dość odmiennie rozwiązywali problem relacji ciała i umysłu. Przykładowo Platon twierdził, że „ciało jest grobem duszy”. Utrudnia ono egzystencję ludzką, a przede wszystkim uniemożliwia poznanie rzeczywistości. Dopiero po śmierci następuje wyzwolenie duszy od ciała, co w konsekwencji umożliwia duszy pełnię poznania, a więc także poznania własnego ciała. Uznanie, że ciało jest cieniem, sprowadzało się do częściowego wyeliminowania jednego aspektu natury ludzkiej i w ten sposób znikał problem wzajemnych relacji ciała i ducha. Inaczej rozwiązał tę kwestię Arystoteles. Jego zdaniem, tak jak nie ma sensu pytać: czy kształt wosku i sam wosk są różnymi bytami, tak też nie ma sensu pytanie: czy ciało i dusza są różnymi bytami człowieka. Jest jeden żyjący byt ludzki w którym ciało i dusza pełnią odmiennie funkcje – przy czym nadrzędna, sterująca funkcja w stosunku do ciała przypada duszy. I chociaż nie jest to do końca oczywista interpretacja stanowiska Arystotelesa, należy dodać, że wpływ duszy na ciało odbywa się w sposób automatyczny. Konstrukcja ciała jest taka, że ono właśnie określa i w jakiś sposób ogranicza możliwości wpływu duszy na ciało (Arystoteles, 1988). Metafora zegara jest tu odpowiednia do zastosowania. Nakręcony zegar pracuje według tej samej zasady, niezależnie od tego, jaką wskazuje godzinę.

Mógłbym przywoływać w tym miejscu poglądy kolejnych filozofów, którzy wypowiadali się na temat relacji między ciałem i umysłem, ale nie wpłynęłyby one w istotny sposób na usytuowanie zagadnienia Ja-cielesnego w ramach problematyki *mind-body* (Drwęga, 2002). Zakładane w tych koncepcjach zależności przyczynowe nie stwarzały podstaw do wprowadzenia pojęcia Ja-cielesnego. Boskość ducha umieszczonego w cielesnym sarkofagu, niewystarczające zdolności poznawcze umysłu pozwalające na zaznajomienie się tylko z cieniem ciała, otoczenie duszy cielesną szatą, zegar organizmu wprawiany w ruch przez energię skumulowaną



w odpowiedniej sprężynie to atrakcyjne metafory, które pozornie tylko rozwiązywały problem, ewentualnie umożliwiały odkrywanie nowych jego aspektów. W sumie jednak zakładany w tych koncepcjach obraz psychiki człowieka był uproszczony. Była ona pozbawiona samoświadomości, zdolności kreatywnych i wolicjonalnych w pełnym zakresie. Te uproszczenia nie wywoływały jeszcze zapotrzebowania na posługiwanie się nowymi pojęciami, które inaczej naświetliłyby zagadnienie wzajemnych relacji cielesności i duchowości człowieka.

Potrzeba ta wywołana została dopiero przez Kartezjusza, którego oryginalnym wkładem teoretycznym nie było rozróżnienie dwóch interesujących nas realności (a tak interpretuje się niekiedy jego poglądy), a raczej oczyszczenie ich z metaforyczności, jasne odróżnienie i oddzielenie ich od siebie oraz skontrastowanie (Descartes, 1958). Ciągłe toczone są spory filozoficzne w sprawie interpretacji poglądów Kartezjusza na temat istoty dwóch wyróżnionych bytów. Podstawowe różnice między cielesnością oraz duchowością, zakładane przez Kartezjusza, dobrze ilustruje zestawienie opracowane przez L. Meskella (1998) (tabela 1). Łatwo można zauważyć, w jak wielu aspektach różnią się oba rodzaje bytów, a tym samym, jak bardzo złożona jest natura człowieka, jaką zakładał Kartezjusz.

Tabela 1. Różnice między bytem duchowym i bytem cielesnym według Kartezjusza (za: Meskell, 1998, s. 144)

<b>Duchowość</b>	<b>Cielesność</b>
Ja	Inni
wewnętrzność	zewnątrność
głębina	powierzchniowość
realność	wygląd
organizacja	witalność
transcendentność	immanentność
czasowość	przestrzenność
psychologiczność	fizjologiczność
forma	substancja

Trudnością podstawową w koncepcji Kartezjusza było określenie wzajemnych odniesień ciała i ducha. W oparciu o wyżej podane właściwości łatwo można zauważyć, że Kartezjusz dominującą rolę w tej relacji przypisał podmiotowi poznającemu. Zasadniczą jego właściwością są wątpliwości, a naczelnym dążeniem jest zdobycie prawdziwej wiedzy o rzeczywistości. Wiedza o sobie, o własnych doznaniach i przeżyciach potraktowana została jako fundament tego poznania.

Takie rozwiązanie teoretyczne wywołało cały szereg ważnych intelektualno-filozoficznych konsekwencji. Przede wszystkim Kartezjusz umożliwił formułowanie pytań o wzajemne wpływy tego co fizyczne na to co umysłowe i odwrotnie. Były to pytania o charakterze nie tylko spekulacyjnym, ale można było udzielać na nie odpowiedzi na drodze empirycznej. Pojawiły się również nowe kwestie teoretyczne. Koncepcja człowieka intencjonalnie poznającego rzeczywistość i świadomie w niej działającego, była propozycją rewolucjonizującą nasze dotychczasowe my-

ślenie o relacjach *mind-body*. W nowym kontekście teoretycznym musiał zostać sformułowany problem podmiotu poznającego własne ciało, a przede wszystkim określenie specyfiki wrażeń płynących z własnego ciała w stosunku do wrażeń uzyskiwanych ze świata zewnętrznego (Kopania, 2002). Poza tym Kartezjusz stworzył teoretyczną możliwość wyjaśniania tego, co dzieje się z naszym ciałem poprzez odwołanie się do umysłu i odwrotnie. Chociaż on sam interesował się przede wszystkim wpływem tego co psychiczne na to co cielesne, to jednak jego kontynuatorzy podjęli liczne próby wyjaśniania stanów mentalnych poprzez odwołanie się do funkcjonowania organizmu, a szczególnie pracy mózgu. W tym miejscu należy jednak przede wszystkim podkreślić, że chociaż pomysł Kartezjusza nie doprowadził jeszcze do wyodrębnienia kategorii Ja, to jednak stworzył pewnego rodzaju niszę intelektualną dla jej powstania, jako czynnika podmiotowo i intencjonalnie regulującego postępowanie ludzi.

Inspirowane poglądami Kartezjusza pierwsze badania naukowe nad powiązaniem ciała i umysłu miały jednak charakter biologizujący i tak naprawdę sprowadzały się do ustalania korelacji między działalnością mózgu i doświadczanymi przez człowieka stanami psychicznymi. Okazało się, że jest to zbyt redukcjonistyczne stanowisko, nadmiernie upraszczające relacje zachodzące między otoczeniem i psychiką. Przede wszystkim uniemożliwiało ono wyjaśnianie różnic międzyludzkich w tworzeniu obrazu rzeczywistości, emocjonalnym ustosunkowaniu się do niej oraz występujących zmian rozwojowych w doświadczaniu rzeczywistości zewnętrznej. Dlatego też stopniowo problem *mind-body* został poszerzony o problem *mind-society* (Kowalik, 1958). Zaczęto zauważać, że otoczenie nie jest źródłem jednorodnych bodźców. Niektóre z nich mające społeczne pochodzenie mają szczególne znaczenie dla umysłu. Środowisko społeczne może pełnić funkcję konstruującą umysłowość i duchowość ludzką, a organizm pełni w tym procesie funkcję dość biernego pośrednika (A. Comte, E. Spencer, K. Marks).

Faktem jest, że nie wszyscy filozofowie o wymienionej orientacji zakładali pełną determinację przyczynowo-skutkową psychiki przez zewnętrzne środowisko. Pojawiły się koncepcje, które dopuszczały działanie mechanizmu, który można nazwać autodeterminacją lub ograniczoną determinacją przyczynowo-skutkową (Tatarkiewicz, 1990). W tym też kręgu myślenia filozoficznego zaczęto posługiwać się pojęciem Ja. Ta struktura psychiczna była traktowana jako źródło niezależności człowieka od sytuacji, stabilności jego postępowania ewentualnie jego indywidualności w sposobie reagowania na otoczenie. Zawsze jednak genezy tej struktury dopatrywano się w doświadczeniach społecznych uzyskiwanych przez ludzi. Badania nad socjogenezą Ja na pewien czas odsunęły na plan dalszy problem *mind-body*, chociaż należy podkreślić, że problem cielesności nie zniknął zupełnie. Wygląd ludzi tworzących środowisko społeczne uznano za jeden z istotnych czynników mających wpływ na kształtowanie się tzw. Ja-idealnego.

Przełom XIX i XX wieku stał się jednak momentem powrotu zainteresowania filozofów problematyką relacji wzajemnych między ciałem i duchem. Stało się to dzięki pracom E. Husserla (Drwęga, 2002). Twórca fenomenologii sformułował pogląd, zgodnie z którym ciało (organizm) jest na tyle ważne na ile reprezentowane jest ono w naszej psychice, na ile doświadczane jest przez nas fenomenologicznie. Ciało jest doświadczeniem człowieka. W ten sposób kartezjański dualizm został wyraźnie osłabiony, można także powiedzieć, że został ujęty w nowej formule. Może to będzie nadmiernym uproszczeniem stanowiska E. Husserla (1987), ale najkrócej zinterpretuję je w następujący sposób: a) materialnie istniejące ciało zostało zastąpione odczuwaniem własnego ciała, b) doświadczanie swego ciała jako czegoś własnego, spójnego i trwałego prowadzi do wyodrębnienia się Ja-cielesnego, c) Ja-cielesne jest pewnego rodzaju syntezą tego,



co jest materialnym źródłem wrażeń pochodzących z własnego ciała, wyobrażeń na jego temat i przeżyć związanych z odczuwanymi wrażeniami cielesnymi.

Przedstawione wyżej etapy rozwoju myślenia filozoficznego o związkach między naszą cielesnością i duchowością są z pewnością nadmiernym uproszczeniem. Mimo wszystko analiza ta upoważnia do sformułowania kilku ważnych wniosków. Po pierwsze, genezy zainteresowania Ja-cielesnym nie można oddzielić od potocznego, religijnego i filozoficznego zainteresowania wzajemnymi relacjami ciała i ducha. Po drugie, w rozważaniach filozoficznych stopniowo był przygotowywany grunt do zainteresowania się Ja-cielesnym. Wpierw metaforyczny sposób ujęcia tego problemu doprowadził w końcu do wyartykułowania takich ważnych kwestii teoretycznych, jak: wartościowanie własnego ciała, wpływ defektów cielesnych na percepcję człowieka, możliwość przypisania mu odpowiedzialności za podejmowane działania (popędy cielesne), zakres i znaczenie sprzeczności występujących między ciałem i duchem itd. Z kolei pokartezjuszowskie rozwiązania problemu *mind-body* zaowocowały ważnym rozróżnieniem między materialnym ciałem, wrażeniami pochodzącymi z niego oraz aktywnym ich przetwarzaniem przez podmiot poznający. Jednocześnie umysł ludzki zaczęto traktować jako ukształtowaną społecznie, lecz autonomicznie funkcjonującą strukturę, zdolną do twórczego przetwarzania informacji. Ta zdolność zapewniała człowiekowi intencjonalne i podmiotowe określanie własnego działania. Po trzecie, dość powszechnie zaczęto przyjmować tezę, że wrażenia pośredniczą między światem materialnym i duchowym. Taka konstatacja spowodowała, że pojęcie Ja-cielesnego mogło nabrać istotnego znaczenia w dokładniejszym poznaniu związków między naszą cielesnością i duchowością.

Ogólnie można więc powiedzieć, że chociaż przed XX wiekiem pojęcie Ja-cielesnego jeszcze nie istniało, to jednak problematyka, która z tym pojęciem łączyła się była podejmowana. Te prace stały się podstawą do powstania wielu filozoficznych, psychologicznych, socjologicznych i fizjologicznych nurtów badawczych Ja-cielesnego w XX wieku. Warto również zauważyć, że pozafilozoficzne poglądy na temat Ja-cielesnego w mniejszym lub większym stopniu nawiązują do różnych tradycji filozoficznych ujęć *mind-body*. Czasami w większym stopniu koncentrują się na wyjaśnianiu postępowania ludzi, czasami mają przyczynić się do lepszego zrozumienia świata wewnętrznych przeżyć ludzi, niekiedy wreszcie mają ułatwić kreowanie bardziej humanistycznej wizji człowieka.

### **Ja-cielesne w XX wieku**

Początek XX wieku można uznać za ten moment w historii rozwiązywania problemu *mind-body*, kiedy to doszło do jego zasadniczego przekształcenia z zagadnienia filozoficznego w zagadnienie naukowe. Między innymi w tym właśnie czasie neurologia, fizjologia, ale przede wszystkim psychologia zaproponowały posłużenie się ideą reprezentacji ciała, jako takim rodzajem struktury psychicznej, która umożliwiła zorganizowany i kontrolowany proces utrzymywania stabilności posturalnej, wykonywania prostych ruchów, a także realizowania skomplikowanych i długotrwałych działań. Pierwszym badaczem, który zwrócił uwagę na możliwość takiego rozwiązania problemu *mind-body* był H. Head (Fisher, 1990). W 1911 roku wprowadził on pojęcie schematu ciała, traktując go jako mózgową jeszcze, a nie psychologiczną reprezentację ciała. Schemat ten był, wytworzonym w oparciu o doświadczenie ruchowe (zdobywane przede wszystkim dzięki czuciu prioprioceptywnemu), uproszczonym wzorcem

odtworząc budowę morfologiczną ciała oraz określającym potencjalne możliwości zakresu ruchów dostępne poszczególnym częściom ciała. H. Head uważał, że dysponowanie schematem ciała umożliwia aktywne przetwarzanie wrażeń prioprioceptywnych w taki sposób, aby nadać im spójną strukturę (Fisher, Cleveland, 1958; Spionek, 1965). Schemat jest również stabilnym punktem odniesienia dla kolejnych informacji prioprioceptywnych. Dzięki niemu możliwe jest orientowanie się człowieka w położeniu własnego ciała w przestrzeni, możliwe jest także zdawanie sobie sprawy z wzajemnego ułożenia poszczególnych elementów ciała względem siebie, a w konsekwencji możliwe jest wykonywanie aktywności ruchowej, która nie grozi utratą stabilności posturalnej oraz daje szansę na ekonomiczne wykonywanie ruchów celowych. Mówiąc ogólnie, schemat ciała jest ważnym elementem mechanizmu sprzężenia zwrotnego między położeniem ciała znajdującym się w stanie A oraz ruchem, który doprowadza ciało do zmiany jego położenia i wprowadzenia w stan B.

Jeśli schemat ciała chcielibyśmy utożsamiać z Ja-cielesnym (a niektórzy badacze tej problematyki tak postępują), należałoby przyjąć, że Ja-cielesne jest względnie trwałą strukturą neuronalną, która automatycznie – a więc w sposób pozbawiony cech intencjonalności i podmiotowości – koordynuje aktywność ruchową człowieka, przyczyniając się do efektywnego wykonywania działań ruchowych (Gallagher, 1998). W zasadzie od czasów H. Heada nikt nie wątpi, że nie tylko organizmy ludzkie, ale również organizmy zwierzęce dysponują jakąś formą mechanizmu sprzężenia zwrotnego, umożliwiającą organizację działania ruchowego. Zgromadzono wiele dowodów empirycznych na ten temat (Damasio, 2002; Ellis, 1999; Łuria, 1976 i inni). Warto w tym miejscu odwołać się do jednego z nich, ponieważ może on nam uzmysłowić całą złożoność analizowanego problemu, a jednocześnie wykazać, że sprowadzenie Ja-cielesnego wyłącznie do schematu ciała jest zabiegiem nadmiernie redukcjonistycznym.

J. Cole i J. Paillard (1998) prowadzili badania nad dwoma osobami, które w wyniku infekcji centralnego układu nerwowego miały całkowicie zniesioną zdolność czucia własnego ciała. Do infekcji doszło w okresie młodzieńczym, można więc założyć, że badani dysponowali już schematem własnego ciała, ale był on bezużyteczny, ponieważ nie dochodziły do niego wrażenia prioprioceptywne – zakłóceniu uległ więc cały mechanizm sprzężenia zwrotnego odpowiedzialnego za położenie ciała i efektywność wykonywanych ruchów. Neuropatia uniemożliwiała całkowicie podejmowanie jakiegokolwiek aktywności ruchowej. Zaburzenie było tak poważne, że były wyeliminowane nawet proste automatyzmy ruchowe (np. przewracanie się w czasie snu w wyniku niedokrwienia skóry, poczucie utraty równowagi pod wpływem kichnięcia w pozycji leżącej). Sytuacja była dramatyczna do tego stopnia, że opisywane osoby twierdziły, że boją się usnąć w ciemnym pokoju i spały rzeczywiście tylko przy zapalonym świetle. Pod wpływem prowadzonej rehabilitacji pacjenci częściowo nauczyli się kontroli nad własnym ciałem (siedzenie) i wykonywania prostych ruchów (podanie ręki), jednak czynności te mogły być wykonywane tylko w sytuacji zapewnienia możliwości wzrokowego obserwowania własnego ciała. Jednak nawet w takich warunkach pacjenci wykonywali proste czynności przy bardzo dużej koncentracji uwagi. Bardziej złożone ruchy (takie jak trzymanie w dłoni jajka bez upuszczenia go lub zgniecenia) były niemożliwe do opanowania. Z podanych objawów widać wyraźnie, że uszkodzenia neuronów, które doprowadzają informacje prioprioceptywne do korowych ośrodków czuciowych, uniemożliwiły wykonywanie ruchów mimowolnych i dowolnych.

Nie oznacza to jednak, że utracili oni świadomość własnego ciała. Mimo opisanych trudności pacjenci twierdzili, że mają podobną orientację we własnym ciele do tej, jaką mieli przed



chorobą: zdawali sobie sprawę z granic ciała, potrafili określić części ciała oraz prawą i lewą jego stronę, planowali właściwie sekwencję ruchu, który chcieli wykonać (wszystko jednak pod kontrolą wzroku). Jedyną trudność na jaką skarżyli się dotyczyła przestrzeni – gdy była ona mała lub zatłoczona, u badanych pojawiał się lęk przed wykonaniem jakiegokolwiek ruchu. Z opisanego przykładu wynikają trzy ważne wnioski. Po pierwsze, neuropatia nie likwiduje w pełni poczucia własnego ciała. Po drugie, poczucie to może nadal istnieć, dzięki istnieniu schematu ciała, który chociaż ma neurologiczną strukturę, ma także możliwość wywoływania określonych stanów psychicznych (poczucie cielesności). Po trzecie, w utrzymywaniu kontroli nad własnym ciałem dużą rolę odgrywa obraz położenia ciała uzyskany za pomocą wzroku. Wnioski te prowadzą jednoznacznie do konstatacji, że headowskie pojęcie schematu ciała, nie wystarcza do wyjaśnienia wszystkich zależności, jakie zachodzą między cielesnością i psychiką ludzką. Przede wszystkim jednak schemat ciała nie może całkowicie wypełniać istoty Ja-cielesnego.

W latach trzydziestych XX wieku w Wiedniu zorganizowała się grupa badaczy, którą łączyło dążenie do zrozumienia powiązań między cielesnością i umysłowością człowieka w sposób bardziej pełny, niż to proponował H. Head. Grupa ta była zafascynowana wyjaśnieniem bardzo różnorodnych anomalii w spostrzeganiu własnych ciał, ale nie tylko przez osoby z organicznymi uszkodzeniami mózgu, lecz także przez osoby chore psychicznie (np. depersonalizacja) oraz osoby z defektami struktur cielesnych (np. czucie fantomowe u osób po amputacji kończyn). Na czele tej grupy stanął P. Schilder. Poszedł on tropem wytyczonym przez H. Heada, znacznie go jednak modyfikując. Przede wszystkim posłużył się terminem „wizerunek ciała”. Zakładał on, że pojęcie to odnosi się nie tyle do struktur mózgowych, lecz jest względnie trwałą strukturą psychiczną. Jego zdaniem, wyobrażenie ciała jest sposobem myślenia człowieka o własnej cielesności, jest obrazem stworzonym przez ludzki umysł, który to obraz zawiera także elementy oceniające (zadowolenie – niezadowolenie z własnego ciała) oraz elementy antycypacyjne, które umożliwiają przewidywanie położenia ciała po wykonaniu zaplanowanego ruchu. Zdaniem P. Schildera (1935) wyobrażenie ciała kształtowane jest także w oparciu o doświadczenia, ale nie tylko te, których źródłem jest propriocepcja, ale także dane pochodzące z innych zmysłów (np. wzrokowych, węchowych). W tym ujęciu posiadany przez człowieka obraz własnego ciała, traktowany był w sposób elastyczny, tj. w trakcie życia mógł on być stosunkowo łatwo modyfikowany. Ogólnie można powiedzieć, że chociaż koncepcja wizerunku ciała jest znacznie szerszym sposobem odzwierciedlenia swego ciała w porównaniu z koncepcją schematu ciała, to jednak istota obu podejść teoretycznych jest podobna. Chodzi w nich zawsze o dysponowanie zrekonstruowaną mentalnie wiedzą na temat fizycznej rzeczywistości. W tym ujęciu mało istotne jest to, czy reprezentacja odnosi się do obiektów zewnętrznych, czy też do samego siebie. Nasze ciało traktowane jest podobnie jak na przykład drzewo, które spostrzegamy i które może nam się bardziej lub mniej podobać, które możemy wreszcie wykorzystać do realizacji określonego celu. Dzięki wyobrażeniu własnego ciała możemy potraktować siebie jak realność fizyczną, obiekt percepcji i przedmiot refleksji.

Stanowisko przyjęte przez P. Schildera miało wyraźnie holistyczny charakter. Chciał on w pojęcie wizerunku ciała „wtłoczyć” wszystko to, co mogło mieć związek z doświadczaniem własnego ciała, a więc: czucie proprioceptywne, wrażenia dotykowe, wzrokowe, pamięć ruchową, emocje wywołane oceną ciała, umiejętności ruchowe, orientację we własnym ciele, myślenie organizujące czynności motoryczne itd. Wydaje się, że ta propozycja była nie tylko holistyczna, ale była również nadmiernie eklektyczna i jako taka, niczego nie wyjaśniała a stwarzała tylko

pozory, że wszystko powinno być zrozumiałe. Osobiście uważam, że praca P. Schildera doprowadziła do powstania jeszcze większego zamieszania wśród badaczy, kontynuujących dociekania H. Heada.

Przede wszystkim uwidoczniło się to poprzez używanie wielu nowych terminów, służących określeniu tego, czym może być umysłowa reprezentacja własnego ciała. Zaczęto mówić o: poczuciu ciała, wyobrażeniu ciała, pojęciu ciała, koncepcji ciała, granicach ciała, wiedzy o ciele, świadomości własnego ciała itd. (Elian, Marcel, Bermudez, 1998). Zwykle uważa się, że to bogactwo terminologiczne utrudniało postęp w badaniach nad określeniem relacji między ciałem i umysłem w sposób bardziej precyzyjny (Gallagher, 1998). W moim przekonaniu ta tendencja była koniecznością. Przyczyniała się do stopniowego klarowania i precyzowania szczegółów, odnoszących się do rozumienia wizerunku ciała oraz odkrywania nowych jego aspektów. Mimo tego, że każdy z terminów dotyczył mentalnej reprezentacji ciała, to jednak uwydatniały one różnice w poglądach na temat: a) zawartości treściowej, b) zasad organizacji oraz c) pełnionych funkcji przez tę strukturę mentalną (Elian, Marcel, Bermudez, 1998).

Wskazane różnice łączyły się z próbą rozstrzygnięcia następującej kwestii: czy orientacja człowieka w sprawach dotyczących własnego ciała odbywa się w podobny sposób lub inaczej, jak orientacja w otaczającej rzeczywistości. W odniesieniu do tego problemu można wyróżnić dwa stanowiska: centralistyczne i peryferyczne. Pierwsze z nich zakłada, że dzięki wrażeniom priopriocceptywnym istnieje możliwość odróżnienia własnego ciała od innych obiektów materialnych. Za pomocą telereceptorów możemy spostrzegać nasze ciało w taki sam sposób jak spostrzegamy otoczenie fizyczne i innych ludzi, jednak własne ciało rozpoznajemy dodatkowo w specyficzny sposób za pomocą priopriorecepcji. Posługując się rozróżnieniem wprowadzonym przez M. Faucaulta (2000) można powiedzieć, że posiada ono swoją wewnętrzną i zewnętrzną przestrzeń. Każda z nich jest rozpoznawana w inny sposób, ale te dwa rodzaje informacji odnoszone są do tego samego źródła i dlatego pojawia się w nas tendencja do integrowania ich w jedną całość. Synteza tych informacji tworzy wizerunek naszego ciała. Drugie stanowisko zakłada, że istotne w tym procesie jest działanie człowieka w przestrzeni. Wprawianie własnego ciała w ruch możliwe jest dzięki precyzyjnej lokalizacji siebie w określonym miejscu oraz posiadaniu wzorców ruchowych (Schmidt, 1988). Najkrócej można powiedzieć, że ruch ciała jest możliwy dzięki istnieniu tzw. sprzężenia następczego. Najpierw powstaje plan czynności ruchowej, który przekazywany jest do realizacji do układu ruchowego, ale jednocześnie jego replika przekazywana jest do odpowiednich odcinków kory sensorycznej. Dzięki temu może pojawić się antycypacja tego, co za chwilę stanie się z naszym ciałem. Następnie informacje zwrotne pochodzące z obwodowych odcinków ciała są porównywane z wzorcem ruchowym i w ten sposób następuje sprawdzenie poprawności posługiwania się ciałem. W tym procesie najistotniejsze jest utworzenie granicy oddzielającej środowisko od wnętrza naszego ciała. Dzięki niej uzyskujemy możliwość umiejscowienia siebie w przestrzeni, a także zlokalizowania poszczególnych części ciała względem siebie. Wrażenia priopriocceptywne umożliwiają pośrednie (dzięki myśleniu) uzupełnienie i potwierdzenie wiedzy o własnej lokalizacji w przestrzeni. O ile telereceptory informują nas o konsekwencjach podjętego działania zachodzących na zewnątrz ciała (zmiany w środowisku), to prioprioreceptory przekazują informacje o wewnętrznym stanie ciała (odczuwane zmęczenie, ból, wysiłek itd.). Działanie umożliwia ustalenie relacji przyczynowo-skutkowych między zmieniającymi się stanami środowiska i naszego organizmu (Gibson, 1968).



Różnice w przedstawionych stanowiskach teoretycznych można najkrócej podsumować w następujący sposób. Doświadczenie własnego ciała może przyjmować dwojaki charakter. W pierwszym przypadku jest to psychiczna rekonstrukcja budowy organizmu i zewnętrznego wyglądu ciała, która służy przede wszystkim odróżnianiu nas od otoczenia, w którym przebywamy. Ciało wewnętrzne i ciało zewnętrzne traktowane są jako obiektywnie istniejące obiekty rzeczywistości, które są źródłem zróżnicowanych bodźców, stanowiących podstawę do tworzenia wizerunku własnego ciała. Wizerunek ten może ulegać modyfikacji w trakcie życia w takim stopniu, w jakim obiektywnie zmienia się nasze ciało (Butterworth, 1998). O ile wizerunek ten ma charakter świadomy, to można przypisać mu trzy cechy: charakter realności subiektywnej, wieloaspektowość rekonstrukcji oraz ciągłość przebiegających w nim zmian. Ponieważ wszystkie trzy właściwości wizerunku są efektem pracy umysłu podmiotu, dlatego też niektórzy badacze są skłonni tę formę przedstawienia sobie własnej cielesności nazywać Ja-cielesnym. W drugim przypadku zakłada się, że w zasadzie nie istnieje centralna reprezentacja naszego ciała. Jedynie odczuwanie granic własnego ciała oraz zbiór wzorców działań ruchowych można uznać za szczerkowe elementy przedstawieniowe naszej cielesności. Przy czym wyrazistość tych elementów w świadomości może być bardzo zróżnicowana. Zależy ona od częstości skupiania uwagi na tych składnikach ciała, które są zaangażowane w wykonywaniu działań (np. lepsza świadomość prawej ręki u osób z prawostronną lateralizacją lub brak wyraźnie odczuwanych granic ciała u pacjentów z hemiplegią – M. Kinsbourne, 1998). Jak już powiedziałem, łączność między ciałem i umysłem jest możliwa dzięki istnieniu sprzężenia następczego: psychologiczna antycypacja rezultatu działania musi znaleźć potwierdzenie na poziomie fizjologicznych zmian wysiłkowych oraz zmian zachodzących w środowisku. Ciało jest tu materialnym realizatorem naszych zamierzeń, tak więc Ja-wolicjonalne włącza cielesność w swój zakres na zasadzie podporządkowania go sobie i sprawowania nad nim kontroli (Schmitz, 2001).

Dotąd rozpatrywane możliwości doświadczenia własnego ciała odwoływały się do koncepcji przedstawieniowych (reprezentacja poznawcza własnego ciała). Należy jednak zauważyć, że początek XX wieku zainicjował zupełnie inne myślenie na ten temat. Można je nazwać myśleniem fenomenologicznym, gdyż nawiązywało ono do filozofii fenomenologicznej albo myśleniem introspekcyjnym, gdyż swoje źródła miało ono w analizie własnych stanów psychicznych związanych z cielesnością. Pojęciem podstawowym w tym myśleniu jest odczucie lub odczuwanie ciała (przeżyciowe doświadczenie własnego ciała). Wydaje się, że badaczem, który jako pierwszy wprowadził do psychologii ten sposób rozpatrywania związków między *mind-body* był W. James (2002). Rekonstruując najważniejsze punkty jego stanowiska można powiedzieć tak: a) wrażenia pochodzące z wnętrza ciała pozostają w swojej pierwotnej formie, czyli nie są przekształcane w spostrzeżenia, a więc w wiedzę (odbieranie faktu bez dowiadывania się czegoś o tym fakcie); b) mogą jednak stać się materiałem, który jednostka może wykorzystać w dwojaki sposób, do konstruowania Ja-przedmiotowego oraz do konstruowania Ja-podmiotowego; c) stopniowe tworzenie ja jest procesem poszukiwania siebie; d) konfrontując doznania pochodzące z własnego ciała z już istniejącym ja, człowiek stopniowo zdobywa wiedzę o sobie jako ciele (Ja-przedmiotowe), uświadamiając sobie ciągłość dopływających wrażeń cielesnych, tworzy on funkcjonalną i substancjonalną tożsamość osobową („Jestem ten sam”, „Moje ciało jest mną”).

Powyższy skrót poglądów W. Jamesa być może słabo uwypukla nowatorskie stanowisko tego badacza w określaniu związku między psychiką i ciałem. Dlatego warto w tym miejscu

zacytować G. Allporta (1988, s. 39), który z dużą elegancją i wnikliwością tak pisał o Ja-cieleśnym: „strumień doznań płynący z wnętrza naszego organizmu – z trzewi, mięśni, ścięgien, stawów, kanałów przedsiolkowych i innych okolic ciała... Zazwyczaj tego strumienia wrażeń doznajemy bardzo mgliście, a często ich sobie nie uświadamiamy. Czasami jednak są one dobrze odtwarzane w świadomości. Tak bywa w stanach ożywienia towarzyszącego wysiłkowi fizycznemu i w chwilach zmysłowej przyjemności lub bólu... Pewien kierunek badań w tej dziedzinie zdobył sobie zdumiewającą popularność – próby zlokalizowania jaźni w stosunku do specyficznych wrażeń cielesnych. Niektórzy ludzie, gdy ich o to zapytać, twierdzą, że odczuwają jaźń w prawej ręce lub trzewiach. Większość jednak wskazuje punkt położony pośrodku linii łączącej oboje oczu, a przy tym lekko cofnięty w głąb głowy”. W tym ujęciu człowiek jest podmiotem wobec samego siebie, a dokładnie wobec własnych doznań cielesnych. Można powiedzieć, że takie rozumienie Ja-cieleśnego polega na przeżywaniu własnego ciała, które z kolei zapewnia nam poczucie identyczności lub tożsamości, tak długo, jak długo doświadczanie ciała nie ulega radykalnej zmianie.

Powyższa formuła określenia związku między ciałem i umysłem stała się prawdziwym wyzwaniem dla badaczy. W. James określił zupełnie nowe horyzonty dla dalszych badań relacji *mind-body*. Odnosiły się one do rozwoju Ja-cieleśnego u dzieci i młodzieży. Zaczęto zajmować się określeniem wpływu doznań prioprioceptywnych na początkowy rozwój psychiczny małych dzieci (1-2 lata) (Butterworth, Hicks, 1977). Pozwalały też inaczej spojrzeć na wiele stanów patologicznych, związanych z anormalnym doświadczaniem własnego ciała, na które wcześniej nie zwracano szczególnej uwagi (np. rozdwojenie jaźni) (Fisher, Cleveland, 1958). Wreszcie przyczyniły się do powstania wielu nowych ujęć teoretycznych Ja-cieleśnego. Ciągłe bowiem ten obszar badawczy, dotyczący analizy stanów przeżyciowych słabo uświadamianych, wymykał się racjonalnemu myśleniu i solidnym badaniom empirycznym. Problematyka ta znajdowała się na granicy rozważań, o których można powiedzieć, że są one jeszcze naukowe. Trzeba więc było jaśniej określić, czym są przeżycia pochodzące z ciała, w jaki sposób powstają i jaką pełnią funkcję. Trzeba było sformułować wiele nowych pojęć na tyle precyzyjnych, aby zbiór zjawisk psychicznych pojawiających się na granicy świadomości i nieświadomości uchwycić w miarę adekwatnie (Atkinson, Thomas, Cleeremans, 2000; Fialova, 2001).

I znowu można postawić pytanie: jakie jest odniesienie tej koncepcji do problemu *mind-body*? Odpowiedź na to pytanie jest oczywiście trudniejsza w porównaniu z wcześniej analizowanymi koncepcjami schematu i wizerunku ciała. Ogólnie można powiedzieć, że analizowana rzeczywistość uległa znacznej komplikacji. Poza wiedzą o własnym ciele (organizmie) i poczuciem rozpoznania i włączenia cielesności w psychologiczną strukturę Ja (jako Ja-przedmiotowego), do analizy został włączony również strumień wrażeń płynący nieprzerwanie z własnego ciała. Te wrażenia, głównie pochodzące z wnętrza naszego organizmu, będące pierwotną formą doświadczania własnego ciała można uznać za główny łącznik między tym co biologiczne i tym co psychologiczne. Można powiedzieć, że wrażenia psychiczne są podstawą dla stworzenia przez człowieka Ja-cieleśnego, podlegają one psychologicznej interpretacji, która w konsekwencji prowadzi do stworzenia nowej jakości psychologicznej: poczucia autonomii lub tożsamości psychofizycznej, sprowadzającej się do rozpoznawania tych wrażeń jako własnych-osobistych, których źródłem jestem ja sam, w przeciwieństwie do innych wrażeń, których źródłem jest świat zewnętrzny. Są to więc moje wrażenia albo też ja sam jestem tymi wrażeniami. W rezultacie tego rozpoznania źródło wrażeń – ciało jest moje albo ja sam jestem tym ciałem, które generuje



te wrażenia. W tym ujęciu wrażenia reprezentują nasze ciało. Z kolei ta reprezentacja dzięki jakiemuś bliżej nieokreślonemu procesowi nabiera szczególnej właściwości, mianowicie podlega upodmiotowieniu. To upodmiotowienie ciała oparte na doświadczeniu ciągłego obcowania z nim, wykorzystywania do działań intencjonalnych oraz obserwowaniu współzależności między zmianami cielesnymi i zmianami odczuć psychicznych powoduje, że związek *mind-body* wydaje się tutaj zdecydowanie bardziej bliski, niż to było w przypadku posługiwania się pojęciami schematu lub wizerunku ciała.

Na koniec omawiania osiągnięć dotyczących związku między ciałem i umysłem, dokonanych w XX wieku, należy wspomnieć o jeszcze jednym podejściu do Ja-cielesnego. Można je nazwać podejściem socjologicznym lub kulturowym. Zasadniczo już w pracy P. Schildera (1935) można odnaleźć tendencję do uwzględniania normy kulturowej, będącej punktem odniesienia w ustosunkowaniu się jednostki wobec własnego ciała. Potem ta teza była od czasu do czasu przywoływana przez psychologów, lecz nigdy nie stała się ona obiektem szczegółowych badań (wspominał o niej przykładowo również W. James). Dopiero w latach osiemdziesiątych zainteresowali się tą kwestią psycholodzy społeczni i socjolodzy. Szczególne zasługi w upowszechnieniu zagadnienia tzw. kulturowej lub społecznej reprezentacji ciała wniósł B. S. Turner (Grogan, 2000).

Najkrócej jego stanowisko można scharakteryzować w następujący sposób. Zbiór ciał ludzkich można traktować jako rodzaj populacji, która podlega ciągłej reprodukcji, a wygląd tych ciał może także być regulowany nie tylko przez odpowiednie prawidłowości opisywane przez genetykę populacyjną, ale również poprzez odpowiednie mechanizmy społeczne (odpowiedni dobór partnerów seksualnych o określonym wyglądzie przyczynia się do uwydatnienia pewnych cech fizycznych w następnych pokoleniach ludzi). Również w czasie jednostkowego życia ludzie dążą do dostosowania własnego wyglądu do obowiązujących w danym społeczeństwie wzorców cielesności (Turner, 1992). Te dwa mechanizmy modyfikowania własnej cielesności (populacyjny i jednostkowy), podporządkowane są realizacji obowiązującego w danej kulturze ideału wyglądu ludzkiego ciała. Może on być odmiennie określany w różnych regionach świata i w różnych okresach historycznych, jednak zawsze pełni tę samą funkcję: umożliwia ludziom dokonanie oceny własnego wyglądu fizycznego. W tym ujęciu istotą Ja-cielesnego jest emocjonalne ustosunkowanie do własnego ciała, wyrażające się przede wszystkim w jego akceptacji lub odrzuceniu. B. S. Turner (1992) zwraca uwagę, że wygląd ciała jest istotnym wyznacznikiem oceny człowieka przez innych ludzi. Co więcej, jego zdaniem, w kulturze współczesnej do wyglądu ludzkiego ciała przywiązuje się coraz większą wagę (nazywając czas obecny okresem zsomatyzowanych społeczeństw).

Wiele badań prowadzonych w ostatnich latach udowodniło, że Ja-cielesne traktowane jako społeczny wizerunek siebie prezentowany innym, jest ważnym regulatorem ludzkiego postępowania (Featherstone, 1991; Fox, 1997; Sparkes, 1997 i inni). W celu dostosowania własnego wyglądu do społecznych wzorców ciała, ludzie poddają się operacjom plastycznym, biorą udział w różnych zajęciach ruchowych, nadużywają środków anabolicznych, stosują najróżniejsze diety odchudzające itd. Bardzo ważne w tym procesie jest dążenie do sprostania fizycznym idealom kobiecości i męskości. Czasami nie mogąc osiągnąć obowiązujących standardów, posuwają się do zachowań destrukcyjnych, narażając siebie na przewlekłe choroby (głodzenie siebie, bieganie doprowadzające do fizycznego wycieńczenia, koncentrowanie uwagi na starzejącym ciele prowadzące do chronicznych stanów lękowych itd.). Innym aspektem tego samego problemu jest rola mass mediów w lansowaniu pożądanych społecznie wzorców ludzkiego ciała. Pod ich

wplywem ludzie – często w sposób nieświadomy – systematycznie eksperymentują z niektórymi częściami własnego ciała (zmiana koloru włosów, tatuowanie skóry, zmiana karnacji twarzy itd.). W ten sposób nasze ciało – przynajmniej na swojej powierzchni – przestaje być naturalnym gwarantem niezmienności naszego ja (Grogan, 2000; Straayer, 1996).

Odnosząc to ujęcie Ja-cielesnego do problemu *mind-body* można uznać, że nie przyczynia się ono zupełnie do lepszego uchwycenia relacji, którą tutaj analizuję. Punktem odniesienia naszego umysłu wobec ciała, staje się teraz jego wizualny obraz, uzupełniony ewentualnie o zbiór schematycznych wiadomości naukowych o wewnętrznej budowie naszego organizmu. Ciało w większym stopniu nabiera wartości symbolicznej, dzięki której może być wywołany pożądany efekt społeczny, a w coraz mniejszym stopniu staje się składnikiem jedności psychofizycznej. Jeśli miałbym wskazać na jakieś powiązanie społecznej reprezentacji ciała ludzkiego, która podlega internalizacji z problemem *mind-body*, to sformułowałbym następujący wniosek: ocena własnego ciała wynikająca z porównania go ze społecznym ideałem cielesności może być istotną przeszkodą w utrzymaniu naturalnej równowagi między ciałem i umysłem. Społeczny wzorzec cielesności może być traktowany jako alternatywa wobec wrażeń prioprioceptywnych w tworzeniu się Ja-cielesnego. Ciągłe podążanie za tym wzorcem, może też nie sprzyjać utworzeniu trwałego schematu własnego ciała. Wreszcie wiedza naukowa o własnym ciele także może przeszkadzać w naturalnym organizowaniu się, a następnie tradycyjnym interpretowaniu wrażeń płynących z własnego ciała.

Przeprowadzona analiza dokonań naukowych dotyczących związku ciała i umysłu zwróciła uwagę na kilka mechanizmów fizjologicznych i psychologicznych, które mogą odgrywać zasadniczą rolę w przekształcaniu się rzeczywistości obiektywnej w rzeczywistość subiektywną. Każdy z tych mechanizmów albo też rezultat jego działania chętnie określany jest jako Ja-cielesne. Problem polega jednak na tym, że poszczególne ujęcia Ja-cielesnego traktowane są jako alternatywy wzajemnie wykluczające się. Badacze Ja-cielesnego nie umieszczają tej problematyki w kontekście zagadnienia *mind-body* i dlatego też mogą abstrahować od alternatywnych mechanizmów działania Ja-cielesnego. Do wyjątków należy zaliczyć próby integrowania wiedzy wywodzącej się z różnych opcji teoretycznych. W takich przypadkach akcentuje się jednak najwyżej dwa rodzaje mechanizmów działania Ja-cielesnego: mechanizm przedstawieniowy i mechanizm przeżyciowy. Dopuszcza się tutaj możliwość równoległego działania każdego z tych mechanizmów. Z jednej strony przyjmuje się, że strumień wrażeń pochodzących z własnego ciała doprowadza do powstania poznawczej reprezentacji ciała, nazywanej Ja-cielesnym. Z drugiej strony przyjmuje się, że ten sam strumień wrażeń przetwarzany jest w szczególny rodzaj doświadczenia własnej cielesności, nazywanego także Ja-cielesnym. W tym przypadku chodzi jednak o zbiór przeżyć rozpoznawanych jako tożsamość, identyczność lub jedność psychofizyczna. W polskiej literaturze wyjątkowo elegancko kwestię tę przedstawiła E. Trzebińska (1998). Należy jednak podkreślić, że nawet w koncepcjach mających aspiracje integrujące wiedzę o Ja-cielesnym, trudno zauważyć jakieś konstruktywne rozwiązania, które ukazywałyby możliwość współdziałania wyróżnionych mechanizmów psychologicznych. Mówi się często o koniecznym warunku współpracy przedstawieniowego i przeżyciowego Ja-cielesnego, ale na tym postulacie analiza zwykle się kończy (Fialova, 2001; Seraganian, 1993; Turner, 1994).

Taki stan rzeczy nie może wywoływać zdziwienia, jeśli uświadomimy sobie wielkość różnic między tymi dwoma rodzajami Ja-cielesnego. W tabeli 2 próbuję przedstawić najważniejsze z tych różnic, opierając się na wcześniej prowadzonej analizie.



Tabela 2. Różnice między przedstawieniowym i przeżyciowym Ja-cieleśnym

<b>Przedstawieniowe Ja-cieleśne</b>	<b>Przeżyciowe Ja-cieleśne</b>
Struktura: reprezentacja poznawcza	Struktura: poczucie tożsamości
Geneza: bezpośrednie wrażenia	Geneza: przetworzone wrażenia
Mechanizm: przyczynowo-skutkowy	Mechanizm: intencjonalność
Relacja ciała wobec ja: przedmiotowa	Relacja ciała wobec ja: podmiotowa
Funkcja podstawowa: organizacja działania	Funkcja podstawowa: autonomizacja osoby
Zależność: od ciała do umysłu	Zależność: od umysłu do ciała

Powyższe zestawienie udowadnia, że w XX wieku dokonał się istotny postęp w dokładniejszym poznaniu wzajemnych relacji między ciałem i umysłem. Jeśli skonfrontujemy informacje zawarte w tabeli 1, z tym co przedstawia tabela 2, to można uznać, że przynajmniej niektóre właściwości kartezjuszowskiej duchowości zostały znacznie dookreślone, a przez to również związek tego co cielesne i co duchowe stał się trochę bardziej zrozumiały. Nie należy również zapominać o tym, że tabela przedstawia tylko dwa podejścia do Ja-cieleśnego, a w tym opracowaniu omówiłem także inne, dobrze uzasadnione empirycznie możliwości powiązań ciała i umysłu, które są istotnym uzupełnieniem całego zagadnienia.

Mimo tych sukcesów, należy jednak zastanawiać się, czy nauka – a przede wszystkim psychologia – może jeszcze zrobić coś więcej dla rozwiązania problemu *mind-body*. Oczywiście, stawiając takie pytanie, nie zakładam możliwości całkowitego wyjaśnienia przez naukę istoty jednego z najtrudniejszych zagadnień filozoficznych. Uważam jednak, że nauka powinna stopniowo doprowadzić do uchwycenia tych wszystkich mechanizmów i procesów (biologicznych i psychologicznych), które działają w najbliższych obszarach styku zjawisk materialnych ze zjawiskami umysłowymi.

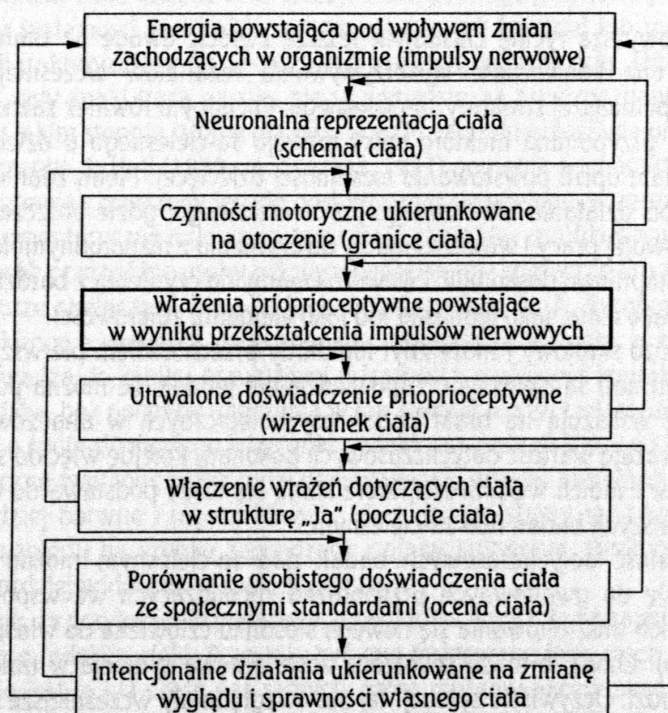
### Ja-cieleśne po XX wieku

Można przywołać trzy rodzaje argumentów, aby zakwestionować wartość dotychczasowej wiedzy o Ja-cieleśnym. Po pierwsze, są to argumenty teoretyczne. Wcześniej wspominałem, że można mówić przynajmniej o pięciu interpretacjach Ja-cieleśnego, traktowanych jako: a) neurologiczny schemat ciała, b) psychologiczny wizerunek ciała, c) granicę oddzielającą ciało od otoczenia, d) poczucie jedności ciała i umysłu oraz e) ocenę ciała dokonywaną z perspektywy społecznych standardów. Każda z opcji interpretacyjnych może poszczycić się określonym zapleczem danych empirycznych oraz przydatnością w różnych dziedzinach praktyki społecznej (rehabilitacja uszkodzeń mózgu, terapia zaburzeń psychicznych, zaburzenia odżywiania, stymulacja rozwoju psychicznego dzieci, trening sportowy itd.). I oczywiście każda z nich może być dalej rozwijana w izolacji od pozostałych. Jednak nie ulega dla mnie wątpliwości, że nie ten kierunek badań Ja-cieleśnego będzie decydował o przyszłości tej problematyki.

Umieszczenie jej w kontekście problemu *mind-body* pokazuje, że niezbędne jest tutaj dążenie do integrowania wyróżnionych struktur i mechanizmów Ja-cieleśnego w jedną, możliwie spójną całość. Przy czym, założenie o równoległym działaniu ich wszystkich w procesie zabezpieczania łączności między ciałem i umysłem nie wydaje się założeniem jedynym, możliwym do przyjęcia. Rzutowanie Ja-cieleśnego na problem *mind-body* pozwala wyobrazić sobie działanie

każdego z wyróżnionych Ja-cieleśnych w układzie sekwencyjnym. Ten układ umożliwia przybliżenie się w największym stopniu do granicy oddzielającej to co cielesne od tego co umysłowe.

Trudno mi jest rozstrzygnąć, czy zamieszczony niżej schemat (rycina 1) adekwatnie odwzorowuje kolejne przejścia w łańcuchu powiązań ciała i umysłu, jednak w świetle przedstawionych wcześniej danych, można sobie wyobrazić następującą sekwencję przekształceń fizyczno-psychicznych. Na poziomie cielesnym produkowane są impulsy nerwowe, które dzięki prioprioreceptorom i drogom aferentnym przekazywane są do odpowiednich struktur mózgowych. Informacje zawarte w tych impulsach są następnie utrwalane w sieci neuronalnej kory mózgowej, tworząc tam schemat ciała. Dzięki istnieniu tego schematu możliwe jest wykonywanie automatycznych ruchów uwzględniających położenie poszczególnych części ciała względem siebie. Z kolei wykonywane ruchy umożliwiają kontakt z otoczeniem, co prowadzi do stopniowego odróżniania siebie od otoczenia. Stopniowo tworzone są granice własnego ciała, umożliwiające wykonywanie ruchów intencjonalnych. Takie ruchy będą możliwe dzięki przekształceniu się impulsów nerwowych we wrażenia. Wydaje się, że w tym punkcie tkwi istota tajemnicy problemu *mind-body* (dlatego na rycinie zaznaczono ten fragment sekwencji pogrubioną kreską). Prezentowany schemat wskazuje tylko na warunki, jakie muszą być spełnione, aby mogło nastąpić przejście zjawisk fizycznych w zjawiska umysłowe, nie ustosunkowuje się jednak do filozoficznych dylematów związanych z problemem *mind-body*.



Rycina 1. Sekwencyjny model Ja-cieleśnego łączącego ciało z umysłem



Ogólnie można powiedzieć, że istnienie organizmu, który znajduje się w ruchu generowanym wewnątrznie, ale przebiegającym w określonym środowisku jest podstawą dla powstania wrażeń odnoszących się do własnego ciała. Poza tym do powstania wrażeń wydaje się niezbędne powstanie przynajmniej ogólnej, neuronalnej reprezentacji ciała, bez której trudno wyobrazić sobie możliwość lokowania w określonej przestrzeni cielesnej. Prawdopodobnie również wizerunek własnego ciała może pojawić się w oparciu o istniejącą mózgową reprezentację własnego ciała (schemat i granice ciała). Doświadczenie własnego ciała jest możliwe nie tylko w bezpośredni sposób, poprzez umiejscowienie wrażeń priopriocceptywnych, a potem również wrażeń dotykowych i wzrokowych w określonych miejscach ciała (proces ten nazwałbym procedurą oznaczania wrażeń cielesnych). Dzięki utworzeniu wizerunku ciała staje się możliwe dalsze przetwarzanie wrażeń cielesnych. Dzięki ich ciągłości występowania, zbieżności w czasie zmian zachodzących we wrażliwościach priopriocceptywnych, dotykowych i wzrokowych (paralelności zmian w stanie organizmu i odczuwanych stanów psychicznych – ból, zmęczenie, podniecenie), a przede wszystkim dzięki intencjonalnie wywoływanym zmianom w otoczeniu pod wpływem działań ruchowych dochodzi do wytworzenia zupełnie nowych jakości psychicznych, umożliwiających personalizację własnego ciała (proces ten nazwałbym cielesnym oznaczaniem siebie). Dopiero teraz możliwe jest dokonanie refleksyjnej oceny siebie w wymiarze własnej fizyczności. Dzięki procedurze świadomego porównywania siebie z istniejącymi standardami społecznymi może dojść do mniej lub bardziej świadomego oddziaływania na własne ciało w celu jego doskonalenia lub destrukcji (proces ten nazwałbym cielesnym ograniczaniem własnej nieoznaczoności społecznej).

Omawiając powyższą rycinę chciałbym jeszcze zwrócić uwagę na umieszczone na niej strzałki. Ilustrują one konieczność wykorzystywania rezultatów wcześniejszych procesów w tworzeniu coraz pełniejszej struktury Ja-cielesnego. Chciałbym również zaznaczyć, że chociaż powyższy schemat przypomina niektóre opisy rozwoju Ja-cielesnego u dzieci, to jednak nie jest to kolejny wariant opisu powstawania tożsamości dziecięcej. Moim zdaniem, jest to raczej prawdopodobny opis działania utworzonego już Ja-cielesnego, gdzie poszczególne sekwencje mogą zawodzić w swojej pracy i wówczas mamy do czynienia z różnorodnymi formami patologii albo też mogą się stopniowo doskonalić i wówczas mamy do czynienia z bardziej dobitną formą oznaczania siebie jako ciała, jako jednostki lub jako elementu zbiorowości.

W sposób bardzo skrótowy i może zbyt lapidarny przedstawiłem pierwszy możliwy kierunek dalszych badań nad Ja-cielesnym. Zapowiedziałem jednak, że można podać trzy rodzaje argumentów, które wskazują na braki badań psychologicznych w analizowanym obszarze, a tym samym podważają wartość dotychczasowych dokonań. Przejdę więc do scharakteryzowania drugiego zestawu moich wątpliwości, które staną się także podstawą do określenia możliwych kierunków dalszych badań nad Ja-cielesnym.

Niewystarczalność dotychczasowych badań nad Ja-cielesnym można uzasadniać poprzez odwołanie się do gwałtownych przeobrażeń zachodzących we współczesnej kulturze i wynikającego z nich ukształtowania się nowego stosunku człowieka do własnego ciała (Hillis, 1998; Turner, 1996). Chodzi o to, że stworzona została nowa sytuacja w traktowaniu własnej cielesności przez ludzi. Oczywiście sytuacji tej nie uwzględniały wcześniejsze badania – bo nie mogły. Jednak obecnie, gdy dość wyraźnie zarysowują się nowe problemy związane ze strukturą i funkcjonowaniem Ja-cielesnego, trzeba, być może, poszerzyć dotychczasowy punkt widzenia na te zagadnienia. Należy w tym miejscu zauważyć, że temat, który zamierzam teraz podać

analizie, nie dotyczy bezpośrednio problematyki *mind-body*. Nie oznacza to jednak, że nie może mieć z nim jakiegokolwiek związku. Wystarczy przekształcić dotychczasową formułę *mind-body* i nadać jej postać *society-mind-body*, aby pojawiły się zupełnie nowe możliwości stawiania pytań o Ja-cieleśne. Nim je sformułuję, muszę jednak bardziej konkretnie opisać te zmiany kulturowe, które mogą być wyzwaniem dla badaczy Ja-cieleśnego.

Z jednej strony, pod wpływem odkryć naukowych, systematycznie powiększa się nasza wiedza o zasadach funkcjonowania organizmu. Coraz więcej ludzi zdaje sobie sprawę z tego, że z tej wiedzy należy korzystać w interesie zachowania jak najdłużej dobrego stanu zdrowia. Ruch społeczny promowania zdrowego stylu życia prowadzi wprost do wzrostu zainteresowania własnym ciałem, utrzymywania ciągłej kontroli nad posiadaną sprawnością organizmu oraz stwarzaniem optymalnych warunków dla jego poprawnego funkcjonowania (Rejeski, Thompson, 1993). Jednocześnie wzrasta świadomość zagrożenia różnymi chorobami, a wraz z nią poczucie odpowiedzialności za ich wystąpienie (Davies, 1997; Striegel-Moore, Silberstein, Rodin, 1986). AIDS jest najlepszym przykładem tego, jak obawa przed zarażeniem wirusem może wpłynąć na ukształtowanie nowej obyczajowości związanej z seksem. Ciało dość niespodziewanie stało się obiektem szczególnej troski, ale również zaczęliśmy je traktować w sposób instrumentalny (źródło przyjemnych lub przykrych wrażeń).

Z drugiej strony, współczesny rozwój kultury doprowadził do sytuacji, w której ciało zaczęło traktować jako najważniejszy emblemat, za pomocą którego człowiek może dookreślić własną indywidualność. Najbardziej wyraziste stanowisko w tym względzie sformułował M. Schwalbe (1993). Jego zdaniem, ciało ludzkie oraz rzeczy, które do niego przynależą tworzą system znaków. Dzięki temu systemowi inni ludzie rozpoznają nas jak bardziej lub mniej spójne całości, czyli jednostki charakteryzujące się większą lub mniejszą tożsamością. Utrata tożsamości następuje wówczas, gdy znaki tracą na sile, nie są wyraziste, są nierozpoznawalne. W tym ujęciu nasze ciało jest w takim stopniu istotne dla nas, w jakim stopniu umożliwia ono przypisanie nam określonego znaczenia. S. Hall (1989, za: Sparkes, 1997) pogłębia tę charakterystykę i twierdzi, że współczesny człowiek zmuszony jest do posługiwania się wieloma wizerunkami własnej osoby, przy czym fragmentaryczne autoprezentacje mają charakter zunifikowany, tj. realizowane są w identyczny sposób przez różne osoby pełniące podobne role społeczne lub zajmujące podobną pozycję w strukturze społecznej. Inny badacz tego zagadnienia, A. Escobar (1994) dodaje do tej charakterystyki nowe elementy. Jego zdaniem, osiągnięcia techniki, a szczególnie tzw. cyberkultura doprowadza do zaniku prawdziwej tożsamości: możliwość kontaktowania się za pośrednictwem mediów, bez potrzeby włączenia w ten kontakt naszej cielesności powoduje, że nie musimy dbać już o spójność naszego wizerunku w takim stopniu, jak to było konieczne dawniej. Krajobrazy społeczne tworzone przez ludzi ujawniających własne tożsamości stają się z jednej strony coraz bardziej barwne i nieoczekiwane, ale z drugiej strony też bardziej wieloznaczne i niestabilne ze względu na szybko zachodzące zmiany kulturowe. Fatamorgana wizerunków ludzi jest coraz bardziej widoczna w życiu społecznym.

Mam nadzieję, że przytoczenie powyższych poglądów wyraźnie wskazuje kierunek nowego sposobu myślenia o ludzkim ciele. Przestaje być ono traktowane jako rzecz dana nam w określonej postaci. Nie jest to już część nas samych, którą możemy akceptować lub nie, ale której nie możemy zmieniać. Nasze ciało, w tym XXI-wiecznym systemie myślenia, jest instrumentem, którym możemy się posłużyć, jest dobrem, które możemy wykorzystać, jest wreszcie wartością, którą możemy powiększać albo marnować. Mówiąc ogólnie, ta nowa tendencja w sposobie



traktowania własnego ciała polega na jego uprzedmiotowieniu. Coraz wyraźniej jest to ciało do wykorzystania, niekiedy wręcz przeznaczone „na sprzedaż”. Użytecznościowe posługiwanie się ciałem stwarza nowy zupełnie problem: dbałości o nie, kształtowania go i doskonalenia (Melosik, 1996).

Opisane wyżej zmiany kulturowe związane z traktowaniem własnego ciała można interpretować na wiele sposobów. Społeczne dowartościowanie ciała, a jednocześnie jego uprzedmiotowienie, stworzenie z niego prawie dobra konsumpcyjnego, może w konsekwencji doprowadzić do odebrania ludzkiej cielesności ważnej właściwości: bycia niezastępowalnym składnikiem odczuwania własnej podmiotowości. W ten sposób może dojść do osłabienia naszej tożsamości. Można jednak sformułować równoprawne przypuszczenie: koncentracja na własnym ciele może prowadzić do wzmocnienia wszystkich elementów wchodzących w skład Ja-cielesnego. Poprzez ciągłą manipulację własnym ciałem, w celu uzyskania z niego pożądanych wrażeń proprioceptywnych, możemy pełniej i dokładniej je rozpoznawać, a w konsekwencji kształtować adekwatny wizerunek i poczucie własnego ciała. Podobnych interpretacji można formułować znacznie więcej. Chciałbym zauważyć, że dobrym generatorem do ich wysuwania może być schemat przedstawiony na rycinie 1. Jednak tylko poprzez odpowiednie badania empiryczne można będzie odpowiedzieć na postawione tutaj pytanie: czy kultura, którą niektórzy nazywają kulturą cielesności może przyczynić się do powstania, odmiennych w stosunku do wcześniej opisanych, relacji ciała i umysłu?

W świetle podanych argumentów można zastanowić się, czy dotychczasowe pojmowanie Ja-cielesnego nie powinno ulec dalszemu uzupełnieniu. Wydaje się, że niezależnie od tego, czy będziemy pojmowali je jako umysłową reprezentację własnego ciała, czy też będziemy je rozumieli jako mechanizm służący do upodmiotowienia wrażeń cielesnych, czy wreszcie przyjmimy przedstawiony wyżej sekwencyjny model Ja-cielesnego, to zawsze powstanie konieczność wyraźnego zaakcentowania świadomego kształtowania ciała przez nasz umysł. Proces ten proponuję nazwać ucieleśnianiem własnego Ja. Może ten proces przybierać dość zróżnicowane formy. Przywiązywanie szczególnej wagi do diety, osiągnięcie za pomocą treningu najlepszego wyniku sportowego w biegu na 100 m, poddanie się plastycznemu zabiegowi chirurgicznemu biustu, systematyczne uczestnictwo w zajęciach aerobiku lub uprawiany jogging, włączenie się w proces aktywnej rehabilitacji ruchowej, aby uzyskać maksymalnie dużą samodzielność życiową, narcystyczne kształtowanie własnej muskulatury, to niektóre przykłady procesu ucieleśnienia, traktowanego jako szczególny rodzaj koncentracji człowieka na własnym ciele i podejmowania działań zmierzających do dokonania w nim określonych zmian.

Chciałbym w tym miejscu podkreślić, że ucieleśnienie nie zawsze musi łączyć się z intencjonalnym przekształcaniem własnego ciała. Niekiedy ważna może być sama działalność ruchowa, a nie jej morfologiczne lub funkcjonalne efekty (Harper, 1985; Sachs, Pargman, 1985). Poza tym proces ucieleśnienia może wynikać z braku akceptacji własnego ciała, ale może też być konsekwencją nadmiernej fascynacji własną cielesnością. W pierwszym przypadku ucieleśnienie można traktować jako rodzaj reakcji obronnej lub formę przeciwstawienia się istniejącym trudnościom adaptacyjnym (Biddle, 1997). W drugim przypadku procesowi ucieleśnienia można nadać znaczenie rozwojowe – staje się on szansą pełniejszej integracji psychologicznej, szansą pogłębienia wiedzy o własnych możliwościach posługiwania się ciałem, nawet formą doskonalenia relacji interpersonalnych (Turner, 1992). W obu przypadkach realizowana jest funkcja scalania tego co fizyczne z tym co umysłowe. Oczywiście kierunek tego procesu jest odwrotny

od opisanego w poprzednim paragrafie. W tradycyjnych ujęciach problemu *mind-body* zakładano, że stopniowe gromadzenie doświadczeń, których źródłem było własne ciało prowadzi do włączenia go w struktury Ja. Teraz należy przyjąć, że bezpośrednio doświadczenia związane z ciałem skonfrontowane z obowiązującymi standardami kulturowymi stają się źródłem działań ukierunkowanych na modyfikowanie własnego ciała (*society-mind-body*).

Zwracam uwagę, że obie możliwości integracji psychofizycznej zostały zaznaczone na rycinie 1. Zgodnie z tym schematem należy przyjąć, że o przebiegu procesu ucieleśnienia bezpośrednio decyduje ocena własnego ciała. Nie znaczy to jednak, że tylko ewaluacja własnego wyglądu i sprawności fizycznej jest tutaj istotna. Ja-cielesne jest historią całości dotychczasowych doświadczeń człowieka z własną cielesnością (Sennett, 1996). Utrwalana jest ona kolejno w postaci schematów, granic, wizerunków i poczucia ciała. Proces ucieleśnienia jest zawsze zagrożeniem dla tej historii. Zawsze prowadzi on do zmiany utrwalonego doświadczania swej cielesności. Przykładowo, realizacja ideału społecznego tzw. „napakowanego faceta” poprzez używanie anabolików nie polega tylko na uzyskaniu większej akceptacji własnego ciała. Musi temu towarzyszyć zmiana wrażeń pochodzących z ciała, zmiana granic ciała, zmiana poczucia własnej cielesności itd. Powiem krótko: proces ucieleśnienia wymusza na nas konieczność wykonania nowej identyfikacji samego siebie.

Przypomnę, że omawiając sekwencyjny model Ja-cielesnego wyróżniłem trzy rodzaje wyodrębniania się tego ja. Były to:

- oznaczanie siebie na poziomie odczuwanych wrażeń pochodzących z własnego ciała,
- oznaczanie siebie na poziomie tworzonej odrębności własnego ciała,
- oznaczanie siebie na poziomie indywidualizacji własnego ciała w stosunku do ogółu populacji.

Korzystając z tego rozróżnienia można oczekiwać, że proces ucieleśnienia prowadzi do odkrycia różnicy między wcześniejszym stanem ciała i wrażeń z niego pochodzących a aktualnym doświadczaniem własnego ciała na każdym z wyróżnionych poziomów. Tak naprawdę nie wiemy dzisiaj, jakie może wywoływać konsekwencje dla Ja-cielesnego. Dotychczasowe badania – mówiąc dosłownie i w przenośni – zaledwie dotykają powierzchni zagadnienia (uwaga ta nie dotyczy dorobku psychoanalizy, a szczególnie prac W. Reicha (1996) i S. Freuda (1999)). Dotyczą one przede wszystkim wpływu samooceny fizycznej na podejmowanie decyzji o stosowaniu różnych form ucieleśnienia oraz wpływu uzyskanej zmiany wyglądu na wzrost akceptacji ciała. Zaproponowane tutaj bardziej pogłębione rozumienie Ja-cielesnego ukazuje nam jak wiele jeszcze można zrobić w poznawaniu problemu *society-mind-body*.

Trzeci rodzaj argumentów podważających wartość dotychczasowego sposobu myślenia o Ja-cielesnym ma charakter praktyczny. Chcę przede wszystkim powiedzieć o sprawach z którymi zetknąłem się bezpośrednio i których nie udało mi się rozwiązać. Po pierwsze, pracując wiele lat z osobami niepełnosprawnymi i osobami w starszym wieku, miałem możliwość przeprowadzenia obserwacji nad sposobami reagowania na kalectwo fizyczne najbliższych osób. Trzeba zauważyć, że często pojawia się psychiczny opór przed fizycznym kontaktem. Jest on zwykle przełamany na poziomie behawioralnym, ale nie oznacza to wcale, że znika również blokada psychologiczna. Ludzie starają się ją ukrywać, żeby nie ranić osób najbliższych, jednak w czasie szczerych rozmów często ujawniają własną niechęć do niepełnosprawnego partnera życiowego. Czasami nie jest to tylko niechęć, lecz bardziej intensywne emocje negatywne: wstręt do zapachów wydzielanych przez partnera, obrzydzenie w stosunku do śladów na ciele po usuniętej



piersi, lęk wywoływany łuszczącą się skórą itd. Problem, który tutaj sygnalizuję najwyraźniej występuje u starzejących się par małżeńskich. Prowadząc badania na temat percepcji ciała u współmałżonków, przekonałem się, że częstą przyczyną homofobii związanej z procesem starzenia się jest nie tylko obserwacja zmian zachodzących we własnym ciele, ale także w ciele współmałżonków. Nie mogą oni zaakceptować faktu, że nie tylko zniknęła dawniejsza atrakcyjność fizyczna partnera, ale także pojawiły się nowe właściwości cielesne, które blokują popęd seksualny. Należy zauważyć, że istnieje duże różnicowanie w tych reakcjach. Prawdopodobnie, uzależnione jest ono od właściwości fizycznych (np. brak wzroku ogranicza omawianą blokadę) i psychologicznych (np. posiadany wizerunek partnera z okresu jego młodości) starzejących się partnerów, ale przede wszystkim zależy od rodzaju występujących zmian cielesnych (inaczej reagujemy na deformacje ułożenia ciała pod wpływem schorzeń reumatycznych, a inaczej reagujemy na poważne poparzenia skóry). Dotychczasowa wiedza psychologiczna w bardzo niewielkim stopniu pomaga nam wyjaśnić te reakcje, ale przede wszystkim nie nadaje się do wyjaśnienia różnicowania reakcji na różne deformacje ciała (English, 1977; Krueger, 1984).

Po drugie, rozmowy z prostytutkami przekonały mnie, że podobne doświadczenia uzyskują one w czasie kontaktów ze swoimi klientami. Przynajmniej niektóre z nich relacjonują swoje przeżycia w kategoriach specyficznego doświadczania własnej cielesności. Mówią, że w czasie stosunku czują, że ich ciało jest pokryte tworzywem przypominającym skafander pletwonurka albo że nie odczuwają dotyku partnera, wreszcie czasami nie doświadczają zupełnie własnego ciała („Jestem wtedy poza moim ciałem”, „Czuję, że moja skóra nie jest moja”, „Jestem jak martwa”). Podobne reakcje opisują niekiedy również przedstawiciele sportów walki (np. bokserzy), pacjenci korzystający z usług fizjoterapeutów (np. fizjoterapeutów w czasie masażu), chorzy psychicznie z rozpoznaniem schizofrenii paranoidalnej (np. „prądy” wysyłane przez ciała sąsiadów). Częściowo tłumaczą powyższe doświadczenia koncepcje psychoanalityczne (Hajek, 2002). Jednak nie koncentrują się one na tych aspektach przeżyć podmiotu, które odnoszą się do cielesności innych ludzi.

Po trzecie, zajmując się problematyką przeszczepiania narządów, natrafiłem na cały szereg niewytłumaczalnych zjawisk: dlaczego członkowie rodzin dawców narządów do transplantacji mają największe trudności z wyrażeniem zgody na pobranie do przeszczepu gałek ocznych?, dlaczego istnieje tak duża trudność z uzyskaniem zgody na pobranie wielu narządów ze zwłok?, dlaczego dla wielu biorców zasadniczym problemem jest dowiedzenie się kim była osoba, od której otrzymali oni serce?, dlaczego na poziomie racjonalnym akceptujemy transplantację, ale w sytuacji osobistego zaangażowania w celu posłużenia się tą metodą w ratowaniu życia odczuwamy zwykle silny lęk i unikamy tego sposobu leczenia? (Kowalik, Zakrzewska, 1999). Na powyższe pytania powinny dawać odpowiedzi przede wszystkim koncepcje Ja-cielesnego. W rzeczywistości próba zastosowania ich do wskazanej problematyki daje bardzo niewiele. Może tylko niektóre koncepcje psychoanalityczne oferują jakieś propozycje tłumaczenia oporów związanych z przekazaniem i przyjęciem organu należącego do innej osoby i włączeniem go w strukturę własnego ciała (Kowalik, 1996). Jednak sprowadzenie całej problematyki transplantacyjnej do niszczenia zewnętrznej powierzchni ludzkiej jaźni, co może zagrażać utrzymaniu tożsamości psychologicznej, wydaje się nadmiernym uproszczeniem. Wydaje się, że wskazane problemy mają przede wszystkim wymiar interpersonalny w sensie odniesienia własnego ciała do ciał innych osób. Bez precyzyjnego uchwycenia tego związku, trudno będzie rozwijać medycynę transplantacyjną (problem uzyskania akceptacji przeszczepu narządu).

Czwarty problem, który warto w tym miejscu przywołać dotyczy bliźniąt jednojajowych. W tym przypadku od wielu lat prowadzone są intensywne badania nad konsekwencjami życia obok siebie identycznych fizycznie osób (Wright, 1998). Najczęściej problem ten jest rozpatrywany pod kątem trudności uzyskania pełnej tożsamości przez każdego z bliźniaków. Dotychczasowe wyniki badań nie dają jednoznacznej odpowiedzi na pytanie: czy obecność drugiej osoby, identycznej ze mną, komplikuje proces identyfikacji własnego ja. Być może jednak trudności w jednoznacznym interpretowaniu wyników badań wynikają z powodu braku takiej koncepcji teoretycznej, która umożliwiłaby inaczej naświetlić cały problem. Poza tym mogłoby się okazać, że taka teoria zmieniłaby dalsze kierunki prowadzonych badań. W celu lepszego ukazania naszej bezradności poznawczej wobec tych zagadnień, omówię dokładniej rezultaty badań nad bliźniętami syjamskimi (Murray, 2001).

Kilkanaście przypadków takich bliźniąt zostało poddanych badaniom pod kątem posiadania przez nie poczucia Ja-cielesnego. Były to przypadki medycznie bardzo zróżnicowane (od całkowitego zrośnięcia tułowiami i posiadania dwóch rączek oraz trzech nóg do niewielkiego zrostu brzuchami), jednak wnioski z tych badań wydają się dość jednoznaczne. Każde z dzieci posiada własną część ciała oraz część wspólną (na drażnienie której dwójka dzieci reaguje jednocześnie w podobny sposób). Można byłoby więc sądzić, że posiadają one dwa Ja-cielesne, dwa schematy ciała (częściowo rozmyte w miejscu połączenia). Zauważono jednak, że na poziomie podejmowanych działań sytuacja jest znacznie bardziej skomplikowana: dzieci tak samo często ssaty własne kciuki jak kciuki brata lub siostry, przy picciu mleka z butelki, kooperowały ze sobą, podtrzymując wzajemnie butelki, ręka jednego z bliźniąt pomagała, gdy drugie zajęte było jakąś zabawą manipulacyjną. Tak więc do końca nie wiadomo, czy przy czynnościach intencjonalnych nie jest wykorzystywana wspólna struktura Ja-cielesnego (można byłoby mówić o dwóch poziomach organizacji tej struktury: indywidualne Ja-cielesne i wspólne Ja-cielesne). Za ostatnim wnioskiem przemawia dodatkowo zbiór obserwacji nad tymi bliźniętami po operacyjnym zabiegu ich rozdzielenia. Wyraźnie uwidoczniły się u nich problemy tożsamościowe. Nadal utrzymywała się u nich skłonność do ścisłej kooperacji w wykonywaniu działań ruchowych. W przypadkach, gdy jedno z bliźniąt zmarło, u drugiego widoczny był zespół depresyjny, co można było interpretować jako reakcję na utratę części własnego ciała lub stratę bliskiej osoby. Co więcej, w pewnym przypadku, dziecko które otrzymało protezę kończyny dolnej nazwało ją imieniem swej zmarłej siostry. Wszystkie te dane udowadniają, że Ja-cielesne jest ważną strukturą dla bliźniąt syjamskich, ale jednocześnie wskazują, że tradycyjne rozumienie tej struktury jest niewystarczające dla wyjaśnienia ich przeżyć i zachowań.

Przedstawione wyżej sytuacje, często pojawiające się w praktyce psychologicznej łączy jedna, wspólna cecha. Każda z nich zawiera problem ustosunkowania się do własnego ciała przy jednoczesnym uwzględnieniu ciała drugiej osoby. Korzystając ze skrótu, który towarzyszy mi od początku pisania tego tekstu, powiem tak: teraz problem *mind-body* komplikuje się w taki sposób, że można nadać mu nową postać – *body-mind-body*. Konkretyzując ten skrót należy zwrócić uwagę, że niepełnosprawność fizyczna drugiej osoby, starzenie się innych ludzi, fizjoterapeuta dotykający intymnych części ciała, serce pobrane od dawcy, brat bliźniak jest zawsze problemem dla mojego Ja-cielesnego. Przy czym kolejność wymienienia powyższych sytuacji nie jest przypadkowa. Każda kolejna jest coraz większym wyzwaniem dla naszej cielesności, gdyż ciało drugiej osoby w coraz większym stopniu włącza się w nasze Ja-cielesne. Można przyjąć, że istnieje pewne kontinuum dystansu – bliskości fizycznej ciał ludzkich. Gdy na tym kontinuum



zostanie przekroczona pewna granica, wówczas pojawia się konieczność wcielenia ciała drugiej osoby w nasze Ja-cielesne albo też wcielenia siebie w ciało kogoś innego.

E. Stein (1988) chyba najpełniej i najdokładniej poddała analizie proces wczuwania się w ciało drugiego człowieka. Nawiązując do jej poglądów chciałbym podkreślić, że wcielenie jest tutaj rozumiane trochę szerzej, niż tylko jako zdawanie sobie sprawy z wrażeń cielesnych odczuwanych przez kogoś innego, który znajduje się w określonej sytuacji. Oczywiście w ten sposób możemy interpretować niechęć do cudzego ciała, zakładając, że wczuwanie wywoła w nas jakiś zestaw negatywnych doświadczeń związanych z własną cielesnością. Trudno jednak wykorzystać koncepcję wczucia do wyjaśnienia zachowania bliźniąt syjamskich, a także wielu innych przypadków klinicznych. Raczej wysunąłbym tezę, że zarówno nadmierna odmiennosc cielesna, która utrudnia oznaczenie Ja-cielesnego drugiej osoby (czyli utrudnia wczucie się w jej cielesność), jak również nadmierne podobieństwo, które także może utrudniać wskazany proces, a także może być zagrożeniem dla odróżniania siebie samego jest istotą trudności wcielania, czyli doświadczania czyjejs cielesności nie tylko w oparciu o jego wygląd zewnętrzny.

Zdaję sobie sprawę z tego, że koncepcja wcielenia została tutaj przedstawiona w postaci bardzo ogólnikowej idei. Nie została ona jeszcze przemyślana w takim stopniu, abym wyłożył dokładniej twierdzenia i omówił możliwości zastosowań. Mam jednak nadzieję, że nawet ta krótka analiza przekonała przynajmniej do tego, że ujmowanie problematyki Ja-cielesnego w konwencji *body-mind-body* może okazać się przydatne w przyszłości. Oczywiście trudno teraz przewidzieć, jak będą wyglądały osiągnięcia techniki medycznej w XXI wieku. Nie można jednak wykluczyć, że pojawi się możliwość transplantacji całego ciała, czyli połączenia mózgu jednej osoby z resztą ciała innej osoby, że dojdzie do klonowania ludzi, że rehabilitacja będzie polegała na stosowaniu takich protez, jakich sobie dziś jeszcze nie wyobrażamy, że odnowa biologiczna organizmu będzie zdecydowanie bardziej skuteczna niż obecnie itd. Wówczas tradycyjne ujęcia Ja-cielesnego już nie wystarczą i trzeba będzie odwołać się do koncepcji zakładającej możliwość wcielenia się w kogoś innego lub zabezpieczenia własnego Ja-cielesnego przed skutkami wprowadzenia obcych elementów w nasze ciało. Jednak jak napisał F. Chirpaz (1998, s. 93): „Człowiek myśląc i pragnąc wyjaśnić sobie zarówno zjawiska należące do świata jak i swoją egzystencję, nigdy nie jest istotą całkowicie nową... Tym samym człowiek Zachodu, pragnąc mówić o swoim cielesnym, jest spadkobiercą, jeśli nie określonej koncepcji, to przynajmniej jakiegoś sposobu jej formułowania, stawiania tej problematyki”. Tak więc koncepcje cielesności powstałe przed XXI wiekiem będą nam towarzyszyły w jakiejś postaci ciągle.

#### LITERATURA CYTOWANA

- Allport, G. W. (1988). *Osobowość i religia*. Warszawa: PAX.
- Arystoteles, (1988). *O duszy*. Warszawa: PWN.
- Atkinson, A. P., Thomas, M. S. C., Cleeremans, A. (2000). Consciousness: mapping the theoretical landscape. *Trends in Cognitive Sciences*, 4, 10, 372-382.
- Butterworth, G. E. C. (1998). An ecological perspective on the origins of self. W: J. L. Bermudez, A. Marcel, N. Eilon (red.) *The body and the Self* (s. 87-105). London: Bradford Book.
- Biddle, S. H. (1997). Cognitive theories of motivation and the physical self. W: K. R. Fox (red.) *The physical self. From motivation to well-being* (s. 59-82). Champaign: Human Kinetics.

- Butterworth, G. E., Hicks (1977). Visual proprioception and postural stability in infancy: A developmental study. *Perception* 6, 255-262.
- Chirpaz, F. (1998). *Ciało*. Warszawa: Wyd. IFiS PAN.
- Coakley, S. (1998). Introduction: religion and the body. W: S. Coakley (red.) *Religion and the body* (s. 1-12). New York: Cambridge University Press.
- Cole, J., Paillard, J. (1998). Living without touch and peripheral information about body position and movement. W: J. L. Bermudez, A. Marcel, N. Eilon (red.) *The body and the Self* (s. 245-266). London: Bradford Book.
- Cooley, Ch. H. (1927). *Human nature and the social order*. New York: Charles Scribner's Sons.
- Copleston, F. (1998). *Historia filozofii* (t. I). Warszawa: PAX.
- Damasio, A. R. (2002). *Błąd Kartezjusza*. Poznań: Rebis.
- Davies, C. (1997). Body image, exercise, and eating behaviors. W: K. R. Fox (red.) *The physical self. From motivation to well-being* (s. 143-174). Champaign: Human Kinetics.
- Descartes, R. (1958). *Namiętności duszy*. Warszawa: PWN.
- Drwęga, M. (2002). *Ciało człowieka. Studium z antropologii filozoficznej*. Kraków: Księgarnia Akademicka.
- Elian, N., Marcel, A., Bermudez, J. L. (1998). Self-consciousness and body: An interdisciplinary introduction. W: J. L. Bermudez, A. Marcel, N. Eilan (red.) *The body and the Self* (s. 1-28). London: Bradford Book.
- Ellis, R. D. (1999). Dynamical systems as an approach to consciousness: emotion, self-organization, and the mind-body problem. *New Ideas in Psychology*, 17, 237-250.
- English, R. W. (1977). The application of personality theory to explain psychological reactions to physical disability. W: R. P. Marinelli, A. E. Dell Orto (red.) *The psychological and social impact of physical disability* (s. 90-104). New York: Springer.
- Escobar, A. (1994). Welcome to cyberia. *Current Anthropology*, 35, 211-223.
- Featherstone, M. (1991). The body in consumer culture. W: M. Featherstone, M. Hepworth, B. S. Turner (red.) *The body: Social processes and cultural theory* (s. 170-196). London: Sage.
- Fialova, L. (2001). *Body image jako součást sebepojetí člověka*. Praha: Karolinum.
- Fisher, S. (1990). The evolution of psychological concepts about the body. W: T. Cash, T. Pruzinsky (red.) *Body images: Development, deviance and change* (s. 3-20). New York: Guilford Press.
- Fisher, S., Cleveland, S. E. (1958). *Body image and personality*. Princeton: Van Nostrand.
- Foucault, M. (2000). *Historia seksualności*. Warszawa: Czytelnik.
- Fox, K. R. (1997). The physical self and processes in self-esteem development. W: K. R. Fox (red.) *The physical self. From motivation to well-being* (s. 11-139). Champaign: Human Kinetics.
- Freud, S. (1999). *Życie seksualne*. Warszawa: Wydawnictwo KR.
- Gallagher, S. (1998). Body schema and intentionality. W: J. L. Bermudez, A. Marcel, N. Eilon (red.) *The body and the Self* (s. 225-244). London: Bradford Book.
- Gibson, J. J. (1994). The visual perception of objective motion and subjective movement. *Psychological Review*, 101, 318-323.



- Gibson, J. J. (1968). *The senses considered as perceptual systems*. London: George Allen and Unwin LTD.
- Grogan, S. (2000). *Body image: Psychologie nespokojenosti s vlastnim telem*. Praha: Grada.
- Hajek, K. (2002). *Telesne zakotvene proživani*. Praha: Karolinum.
- Harper, F. D. (1985). Jogotherapy: Jogging as psychotherapy. W: M. D. Sachs, G. W. Buffone (red.) *Running as therapy* (s. 83-92). Lincoln: University of Nebraska Press.
- Hillis, K. (1998). Human, language, machine. W: H. J. Nast., S. Pile (red.) *Places through the body* (s. 52-71). London: Routledge.
- James, W. (2002). *Psychologia*. Warszawa: PWN.
- Kopania, J. (2002). *Etyczny wymiar cielesności*. Kraków: Aureus.
- Kowalik, S. (1996). *Psychospołeczne podstawy rehabilitacji osób niepełnosprawnych*. Warszawa: Interart.
- Kowalik, S. (1985). The psycho-social problem and modern psychology. W: J. Brzeziński (red.) *Consciousness: Methodological and Psychological Approaches* (s. 130-147). Amsterdam: Rodopi.
- Kowalik, S., Zakrzewska, M. (1999). Psychospołeczne uwarunkowania ustosunkowania się ludzi do transplantacji narządów. W: H. Sęk, S. Kowalik (red.) *Psychologiczny kontekst problemów społecznych* (s. 193-203). Poznań: Humaniora.
- Krueger, D. W. (1984). Psychological Rehabilitation of physical trauma and disability. W: D. W. Krueger (red.) *Rehabilitation psychology* (s. 3-14). Rockville: Aspen.
- Łuria, A. R. (1976). *Podstawy neuropsychologii*. Warszawa: PZWL.
- Melosik, Z. (1996). *Tożsamość, ciało i władza*. Poznań-Toruń: Wyd. Edytor.
- Meskell, L. (1998). The irresistible body and the seduction of archaeology. W: D. Montserrat (red.) *Changing bodies, changing meanings* (s. 139-161). London: Routledge.
- Montserrat, D. (1998). Unidentified human remains meanings. W: D. Montserrat (red.) *Changing bodies, changing meanings* (s. 162-197). London: Routledge.
- Murray, C. D. (2001). The experience of body boundaries by Siamese twins. *New Ideas in Psychology, 19*, 117-130.
- Reich, W. (1996). *Funkcja orgazmu*. Warszawa: Wyd. Jacek Santorski.
- Rejeski, W. J., Thompson, A. (1993). Historical and conceptual roots of exercise psychology. W: P. Seragianian (red.) *Exercise psychology: The influence of physical exercise on psychological processes* (s. 3-38). New York: Wiley.
- Sachs, M. L., Pargman, D. (1985). Running addiction. W: M. L. Sachs, G. W. Buffone (red.) *Running as therapy* (s. 231-252). Lincoln: University of Nebraska Press.
- Schilder, P. (1935). *The image and appearance of the human body*. London: Kegan.
- Schmidt, R. A. (1988). *Motor control and learning*. New York: Human Kinetics.
- Schmitz, H. (2001). *Ciałosfera, przestrzeń i uczucia*. Poznań: Garmond.
- Schwalbe, M. (1993). Goffman against postmodernism: Emotion and the reality of the self. *Symbolic Interaction, 16*, 333-350.
- Sennett, R. (1996). *Ciało i kamień*. Gdańsk: Marabut.

- Seragian, P. (1993). Current status and future directions in the field of exercise psychology. W: P. Seragian (red.) *Exercise psychology: The influence of physical exercise on psychological processes* (s. 383-390). New York: Wiley.
- Sparkes, A. C. (1997). Reflections on socially constructed physical self. W: K. R. Fox (red.) *The physical self. From motivation to well-being* (s. 83-110). Champaign: Human Kinetics.
- Spionek, H. (1965). *Zaburzenia psychoruchowego rozwoju dziecka*. Warszawa: PWN.
- Stachowski, R. (2000). *Historia współczesnej myśli psychologicznej*. Warszawa: Scholar.
- Stein, E. (1988). *O zagadnieniu wczucia*. Kraków: Znak.
- Straayer, Ch. (1996). *Deviant eyes, deviant bodies*. New York: Columbia University Press.
- Striegel-Moore, R. H., Silberstein, L. R., Rodin, J. (1986). Toward an understanding of risk factors for bulimia. *American Psychologist*, 41, 246-263.
- Synnott, A. (1993). *The body social. Symbolism, self, and society*. London: Routledge.
- Tatarkiewicz, W. (1990). *Historia filozofii* (t. I). Warszawa: PWN.
- Trzebińska, E. (1998). *Dwa wizerunki własnej osoby. Studia nad sposobami rozumienia siebie*. Warszawa: Wyd. Instytutu Psychologii PAN.
- Turner, T. (1994). Bodies and anti-bodies: Flesh and fetish in contemporary social theory. W: T. J. Csordas (red.) *Embodiment and experience* (s. 27-47). New York: Cambridge University Press.
- Turner, B. S. (1996). *The body and society: Explorations in social theory*. London: Sage.
- Turner, B. S. (1992). *Regulating bodies*. London: Routledge.
- Vlahogiannis, N. (1998). Disabling bodies. W: D. Montserrat (red.) *Changing bodies, changing meanings* (s. 13-35). London: Routledge.
- Wright, L. (1998). *Bliźnięta. Tajemnica tożsamości*. Kraków: Wyd. Literackie.