

**Wiktor Czernianin**

Instytut Psychologii

Wydział Nauk Historycznych i Pedagogicznych

Uniwersytet Wrocławski

**Halina Czernianin**

Instytut Nauk Geologicznych

Wydział Nauki o Ziemi i Kształtowania Środowiska

Uniwersytet Wrocławski

# Poezjoterapia jako jedna z metod biblioterapii

**GŁÓWNE ZAGADNIENIA:**

I. Wprowadzenie. I.1. Jak poezja powstaje. I.2. Jak poezja leczy – katharsis. II. Katharsis w poezjoterapii nastawionej na efekt terapeutyczny. II.1. Katharsis w formach twórczości lirycznej nastawionej na efekt terapeutyczny. II.2. Katharsis w poetyckich lekturach nastawionych na efekt terapeutyczny. II.2.1. Poezja i jej piękno. II.2.2. Siła terapeutyczna tkwiąca w poezji. II.2.3. Przeżycie estetyczne. II.2.4. Autopsychoterapia. III. Katharsis w poezjoterapii nastawionej na „oczyszczenie” moralne. III.1. Katharsis w formach twórczości lirycznej nastawionej na „oczyszczenie” moralne. III.2. Katharsis w poetyckich lekturach nastawionych na „oczyszczenie” moralne. IV. Katharsis w poezjoterapii nastawionej na doświadczenie mistyczne. IV.1. Katharsis w formach twórczości lirycznej nastawionej na doświadczenie mistyczne. IV.2. Katharsis w lekturach nastawionych na doświadczenie mistyczne. V. Katharsis w poezjoterapii nastawionej na przeżycie o charakterze czysto estetycznym. V.1. Katharsis w poetyckich lekturach nastawionych na przeżycie o charakterze czysto estetycznym. VI. Katharsis w poezjoterapii nastawionej na hedonistyczne zadowolenie. VI.1. Katharsis w twórczości poetyckiej nastawionej na hedonistyczne zadowolenie. VI.2. Katharsis w poetyckich lekturach nastawionych na hedonistyczne zadowolenie. VII. Zakończenie.

## I. Wprowadzenie

### I.1. Jak poezja powstaje

W sensie psychologicznym wiersz powstaje w nieświadomości. Odkrył ją poeta – jak przyznał to Freud<sup>1</sup>. Natomiast rodzi go dusza (psyche), która – według Junga – obcuje właśnie z nieświadomością<sup>2</sup>. Wytwarza zaś umysł, ponieważ poezja to język – treść w postaci sformułowanych słów, które często wyrażają cierpienie umysłu i duszy, poruszając serce, a więc emocje. Forma to bezpieczne wyobrażenie treści (obraz, dźwięk) i odpowiednie zorganizowanie słów (rytm, metafora, styl). Treść to na przykład silne przeżycia wyrażone w odpowiedniej i bezpiecznej formie, które po tym akcie ekspresji zazwyczaj opadają, a u autora pojawia się zwykle uczucie ulgi i zadowolenia, niekiedy także poczucie wspólnoty w twórczym doświadczeniu<sup>3</sup>. Tak poezja powstaje. Termin „poezjoterapia” zawiera w sobie dwa wyrazy: „poezja” – oznacza wiersz, czyli mowę w szczególny sposób zorganizowaną<sup>4</sup>, natomiast wyraz „terapia” pochodzi, jak wiadomo, z języka greckiego, gdzie *therapeia* oznacza leczenie przez sztuki ekspresyjne, czyli poprzez wiersz, śpiew, taniec. W mitologii greckiej Asklepios, bóg sztuki lekarskiej, był synem Apollona – boga poezji, medycyny i sztuki, co wskazuje na ich więź<sup>5</sup>.

W sensie historycznoliterackim poezja powstała najpierw w antycznej Grecji. Twórczość artystyczną Grecy zaczęli właściwie od dwóch sztuk: jednej, wspomnianej, ekspresyjnej, drugiej konstrukcyjnej. Każda z nich miała wiele składników. Na pierwszą składał się, tworząc jedną całość, zespół poezji, muzyki i tańca, na drugą zaś – zespół architektury, rzeźby i malarstwa<sup>6</sup>.

Osnową sztuki ekspresyjnej był zatem taniec, któremu wtórowały słowa i dźwięki muzyki – stanowiły one jedną sztukę. Sztuka ta polegała na wypowiedaniu uczuć i popędów człowieka zarówno poprzez dźwięki, jak i ruchy; dalej: poprzez słowa, melodię i rytm<sup>7</sup>. W tej wczesnej sztuce ludzie wyładowywali swe uczucia, oczekując, że

<sup>1</sup> P. J. Longo, *Poezja jako terapia*, tłum. M. Bojarun, „Biblioterapeuta. Kwartalnik Polskiego Towarzystwa Biblioterapeutycznego”, Wrocław 2002, nr 2, s. 1. Oczywiście w sensie naukowym odkrywcą między innymi nieświadomości był Zygmunt Freud. Zob. np. *Wstęp do psychoanalizy*, tłum. J. Prokopiuk, Wyd. PWN, Warszawa 1994. O twórczości poetyckiej pisze Freud w słynnym szkicu *Pisarz i fantazjowanie*, zob. Z. Freud, *Dzieła*, t. X, *Sztuki plastyczne i literatura*, rozdz. *Pisarz i fantazjowanie*, tłum. R. Reszke, Wydawnictwo KR, Warszawa 2009, s. 145 i n.

<sup>2</sup> C. G. Jung, *Typy psychologiczne*, tłum. R. Reszke, Wyd. WROTA.KR, Warszawa 1997, s. 188. Jung napisał, że „dzieło twórcze wyrasta z nieświadomych głębi”. Zob. C. G. Jung, *Archetypy i symbole. Pisma wybrane*, wybrał, przeł. i wstępem poprzedził J. Prokopiuk, Wyd. Czytelnik, Warszawa 1981, rozdz. *Psychologia i literatura*, s. 424.

<sup>3</sup> P. J. Longo, op. cit., s. 3.

<sup>4</sup> Hasło *Wiersz*, w: M. Głowiński, T. Kostkiewiczowa, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, *Słownik terminów literackich*, pod red. J. Sławińskiego, Wyd. Ossolineum, Wrocław 1976, s. 488.

<sup>5</sup> P. J. Longo, op. cit., s. 1.

<sup>6</sup> W. Tatariewicz, *Historia estetyki*, t. I, *Estetyka starożytna*, Wyd. Ossolineum, Wrocław 1962, s. 26.

<sup>7</sup> Ibidem.

przyniesie im to ulgę. Służyła ona więc – mówiąc mową ówczesną – do oczyszczania dusz, które Grecy nazywali *katharsis*. Termin ten pojawił się w związku z ich sztuką i utrzymał na stałe<sup>8</sup>. Tak poezja zaczęła leczyć, tak zaczęła się *therapeia*, ponieważ Grecy widzieli w niej dzieło nie umiejętności, lecz natchnienia udzielonego poecie przez boskie moce. Dzięki boskiej interwencji poezja daje wiedzę najwyższego rodzaju: kieruje duszami, wychowuje ludzi, czyni, a przynajmniej może czynić ich lepszymi<sup>9</sup>. Antyczni poeci widzieli źródło poezji w boskim natchnieniu, a jej zadanie – we wzbudzaniu radości, w roztaczaniu czaru, ale też w gloryfikowaniu przeszłości. Temat jej dostrzegali w losach bogów i ludzi; byli przekonani o jej wartości. Twierdzili, że poezji nie można się nauczyć, dlatego poetę umieszczali w gronie wieszczów. Ich stanowisko było pod pewnymi względami zbliżone do tego, które później nazywano romantycznym. Było dalekie od jakiegokolwiek formalizmu<sup>10</sup>.

Ta wczesna poezja była zatem czymś więcej niż sztuką. Związana z kultem i obrzędami, zwłaszcza dionizyjskimi, łączyła się z procesjami, ofiarami, obrzędami, raczej wyrażała uczucia, niż kształtowała rzeczy, była akcją, nie kontemplacją. Wielką poezją epicką prędko otoczyła legenda, albowiem w utworach Homera widzieli Grecy księgi objawione, ponieważ stworzyły one olimpijską religię, pełną mitów, a jej bohaterami byli bogowie tak samo jak ludzie<sup>11</sup>. Oprócz tego Grecy mieli lirykę Safony, Anakreon-ta, Pindara i innych, która w swym rodzaju była równie doskonała, jak epika Homera.

Grecja wydała też jednego po drugim kilku genialnych tragiczków: Ajschylosa, Sofoklesa, Eurypidesa, jakich później nie było przez stulecia. Prawie od początku tragedii sięgała – wedle zgodnej opinii następných pokoleń – szczytów<sup>12</sup>. Wyrosła z obrzędów należących do kultu religijnego i była z nim związana ściślej niż epika i liryka Greków, ale wielkość dała jej myśl, treść, podjęcie zagadnień życia i losu ludzkiego. Początkowo nie miała nic wspólnego z realizmem. We swej wcześniejszej fazie rozgrywała się nie w sferze ludzkiej, lecz na pograniczu sfer ludzkiej i boskiej. Tematem tragedii były mity, ich istotą – zagadnienia stosunku człowieka i boga, wolności i konieczności; rozgrywały się w cudownej, nadludzkiej atmosferze, bez myśli o przedstawianiu i różnicowaniu charakterów, odtwarzaniu rzeczywistości, nie dopuszczały motywów, które mogłyby zamącić tę atmosferę<sup>13</sup>. Była sztuką dla wszystkich. Bardzo silnie oddziaływała na widzów.

## I.2. Jak poezja leczy – *katharsis*

Określił to Arystoteles, wprowadzając pojęcie *katharsis* w swojej słynnej definicji tragedii (w dziele pod tytułem *Poetyka*, rozdział VI), przedstawiając działanie akcji tragicznej na widza jako wzbudzanie doznań litości i trwogi, a zarazem „oczyszczanie” takich doznań – oto jego słowa: „przez litość (*éleos*) i trwogę (*phóbos*) sprowadza

<sup>8</sup> Ibidem, s. 27.

<sup>9</sup> Ibidem, s. 39.

<sup>10</sup> Ibidem, s. 45–46.

<sup>11</sup> Ibidem, s. 31.

<sup>12</sup> Ibidem, s. 59.

<sup>13</sup> Ibidem, s. 58.

oczyszczenie (*kátharsis*) takich afektów<sup>14</sup>. To lapidarne i przez to zagadkowe sformułowanie Arystotelesa w późniejszych czasach stało się przedmiotem wielorakich interpretacji. Wydaje się, że w jego ujęciu *katharsis* była najprawdopodobniej rozumiana nie jako uszlachetnienie uczuć widza, lecz jako wyzwolenie go od nich – losy bohatera tragicznego, pobudzając odbiorcę do niezmiernie intensywnego przeżycia litości i trwogi, pozwalały mu się od nich uwolnić i osiągnąć spokój wewnętrzny; pojęcie *katharsis* nabierało tu sensu psychologicznego (zapewne nie bez inspiracji greckich teorii medycznych)<sup>15</sup>. Właśnie tę korzyść Arystoteles określa wyrazem *katharsis*, do którego objaśnienia przyczyniają się też słowa Platona o słuchaczach poezji, wypowiedziane ustami Gorgiasza, bohatera dialogu nazwanego jego imieniem: „Ogarnia ich trwoga i litość, a przez powodzenie i niepowodzenie w obcych sprawach i osobach, dusza przeżywa coś własnego. Ten wpływ poezji, w ogóle słowa (*logos*) na duszę porównał Gorgiasz z działaniem lekarstw oczyszczających ciało”<sup>16</sup>. Późniejsi interpretatorzy, na przykład z XIX i XX wieku, objaśniali oczyszczające działanie tragedii leczniczo-terapeutycznie, uważając *katharsis* za metaforę lekarską, która oznacza działanie tragedii, a nie cel (bo za cel uważał Arystoteles swoistą przyjemność estetyczną), i tak to objaśnienie formułowali: „w każdej duszy drzemią dyspozycje czy skłonności do rozmaitych afektów. Pod wpływem wrażeń scenicznych uaktywniają się one i wydobywają na wierzch, np. w formie litości i trwogi, a przez to przeżycie ich w iluzji estetycznej przestają nas niepokoić wewnątrz”<sup>17</sup>. *Katharsis* oznacza więc uwolnienie od czegoś, tutaj: od afektów, usunięcie ich – jak przeczyszczającym lekarstwem – z duszy, choć nie na zawsze, tylko do najbliższego zaburzenia harmonii wewnętrznej<sup>18</sup>.

Pojęcie *katharsis* można jednak rozumieć na wiele rozmaitych sposobów, takich jak:

- efekt o charakterze terapeutycznym;
- „oczyszczenie” moralne;
- doświadczenie mistyczne;
- przeżycie o charakterze czysto estetycznym;
- hedonistyczne zadowolenie<sup>19</sup>.

Właśnie według tego porządku rozpatrzmy dalej poszczególne dominujące formy poezjoterapii, a mianowicie **twórczą** i/lub **lekturową**.

<sup>14</sup> *Trzy poetyki klasyczne. Arystoteles. Horacy. Pseudo-Longinos*, przełożył, wstępem i objaśnieniami opatrzył T. Sinko, Wyd. Ossolineum, Wrocław 2006, s. XIX.

<sup>15</sup> Hasło *Katharsis*, w: M. Głowiński, T. Kostkiewiczowa, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, op. cit., s. 185.

<sup>16</sup> Cyt. za: T. Sinko, *Wstęp*, w: *Trzy poetyki klasyczne. Arystoteles. Horacy. Pseudo-Longinos*, s. XX.

<sup>17</sup> *Ibidem*, s. XXI.

<sup>18</sup> *Ibidem*.

<sup>19</sup> Hasło *Katharsis*, w: M. Głowiński, T. Kostkiewiczowa, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, op. cit., s. 185.

## II. Katharsis w poezjoterapii nastawionej na efekt terapeutyczny

### II.1. Katharsis w formach twórczości lirycznej nastawionej na efekt terapeutyczny

Istotą twórczości lirycznej jest potrzeba ekspresji, a poezja stanowi jej najgłębszy wyraz<sup>20</sup>. Jak wiadomo, ekspresja to uzewnętrznienie w sposób artystyczny pewnej rzeczywistości wewnętrznej, świata duchowego, psychiki twórcy. Dlatego domeną tematyczną liryki są wewnętrzne przeżycia, doznania, emocje i przekonania poety, przekazywane głównie za pośrednictwem wypowiedzi monologicznej, o silnym nacechowaniu subiektywnym, podporządkowanej – w omawianej poezjoterapii – przede wszystkim efektowi terapeutycznemu i funkcji ekspresywnej. Według współczesnych badaczy i myślicieli ekspresja twórcza zyskała między innymi wartość osobotwórczą, terapeutyczną i katartyczną<sup>21</sup>. Świadczą o tym na przykład opinie osób niepełnosprawnych o własnej twórczości poetyckiej, oto fragmenty: „[...] sięgam po pióro w momentach wzruszeń, smutku, bólu czy żalu za czymś, co bezpowrotnie minęło. Pisanie traktuję jako swoistą ucieczkę od rzeczywistości w cudowną krainę marzeń, gdzie wszystko jest możliwe”<sup>22</sup>. „Te wiersze są swoistą formą autopsychoterapii oraz dzieleniem się swoim sposobem postrzegania świata i odrobiną nadziei, bez której życie stałoby się trudniejsze”<sup>23</sup>. „Wiersze moje powstały z potrzeby serca. Zawarłam w nich swoje tęsknoty za pięknem i ciepłem. W nich odbywam podróże. Zawierają to, czego nigdy nie mogłam mieć. Mówię o tym, co i jak czuję”<sup>24</sup>.

Centralnym elementem utworu lirycznego nastawionego na efekt terapeutyczny najczęściej bywa podmiot liryczny („ja” liryczne), którego uczucia lub myśli – a więc sytuacja wyznania (liryczna) – stanowią dominantę kompozycyjną. Oto przykład:

ból zżera moje myśli  
połyka nadzieję  
jego piskłeta  
wykluwają się w moim umyśle  
a opiekuńcze ptaki  
wylatują po nowy pokarm

<sup>20</sup> A. Stupin-Rzońca, *Słowo wstępne*, w: *Przesłanie nadziei. Antologia twórczości literackiej osób niepełnosprawnych ruchowo*, część I, *Poezja*, wybór i opracowanie A. Stupin-Rzońca, wyd. Wyższa Szkoła Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej, Warszawa 1997, s. 4–5.

<sup>21</sup> A. Stupin-Rzońca, *Wprowadzenie. O wartości terapeutyczno-rewalidacyjnej twórczości poetyckiej osób niepełnosprawnych*, w: *Przesłanie nadziei*, s. 7–8. Autorka wartość psychoterapeutyczną i osobotwórczą traktuje „jako jakości nierozdzielne”. Zob. przypis 2, s. 8.

<sup>22</sup> Danuta Drożdż, w: *Przesłanie nadziei*, s. 41.

<sup>23</sup> Piotr Grzegorz Gorczyca, *ibidem*, s. 54.

<sup>24</sup> Genowefa Grabowska, *ibidem*, s. 62.

w kokonie bólu  
liczę fale przyptywów  
i odpływów  
morze cierpienia przeżywa sztorm<sup>25</sup>

Jeżeli nawet treścią wypowiedzi poetyckiej jest wspomnienie (odsyłające w przeszłość) lub marzenie (odsyłające w przyszłość), to ważne są one o tyle, o ile tłumaczą terażniejszą sytuację podmiotu. Nastawieniu na „ja” towarzyszy w utworze lirycznym jawna lub zamaskowana dominacja czasu terażniejszego, na przykład:

JĄDRO OGNI  
Spojrzałem wstecz  
nie było po co  
Spojrzałem przed siebie  
dostrzegłem NIC  
zamknąłem oczy  
zobaczyłem CIEMNOŚĆ  
w NIEJ było wszystko  
Do dziś  
nie wiem co<sup>26</sup>

W poezjoterapii dominantą utworów jest sfera osobistych przeżyć jednostki, które dają się sprowadzić do rzeczywistych doświadczeń wewnętrznych twórcy, czyli **tożsamości „ja” lirycznego i poety. Tożsamość ta ma doniosłe znaczenie, gdyż na niej głównie zasadza się efekt terapeutyczny.** Efekt ten wyzwala piszących wiersze od silnych emocji i najczęściej przykrych przeżyć. Natura i psychika człowieka są bowiem tak skomplikowane, że aby wyzwolić w nich siły, które stałyby się podstawą tego, co nazywa się autoterapią, trzeba zastosować subtelne środki<sup>27</sup>. Jednym z nich jest poezja. Utwory takie – szczególnie na sesjach poezjoterapii – są traktowane jako dokumenty przeżyć twórców i często podlegają ocenie według kryteriów szczerości, autentyczności czy prawdziwości. Doświadczenia utrwalone w utworze lirycznym z reguły są relatywizowane do osoby autora, w niej znajdują odniesienie i uzasadnienie. W ten sposób akcent z „poetyckości” utworu przesuwają się tak dalece na jego emocjonalność, że poezjoterapia w świadomości literackiej ogółu odbiorców stanowi swoistą praktykę językową, w której funkcja ekspresywna zdecydowanie dominuje nad estetyczną. Coś jest na rzeczy, skoro środowiska zajmujące się poezjoterapią właśnie zawartą w niej ekspresję uczyniły jej podstawowym i swoistym wyrazem estetycznym: „W wierszach tych jest coś intrygującego – pisze Andrzej Kowal z Krakowskiego Szpitala Neuropsychiatrycznego

<sup>25</sup> Joanna Drażba, „ból zżera moje myśli...”, ibidem, s. 39.

<sup>26</sup> Tadeusz Gorlach, *Jądro ognia*, w: *Zbliżenie z cieniem. Annäherungen an den Schatten*, wyd. Krakowski Szpital Neuropsychiatryczny im. Józefa Bagińskiego w Krakowie, Kraków 1996, [Wiersze pisane przez chorych], s. 23.

<sup>27</sup> A. Hulek, *Przedmowa*, w: W. Krzemińska, *Literatura piękna a zdrowie psychiczne*, Wyd. PZWL, Warszawa 1973, s. 5.

im. Józefa Bagińskiego – co zdumiewa swym wyrazem estetycznym, a co bezpowrotnie zaginęłoby z powodu «braku siły przebicia» udręczonych swą egzystencją pacjentów. Interesujący jest sposób, w jaki pacjenci próbują zmagać się ze swymi przeżyciami, ze swoją chorobą za pomocą niezwykłego narzędzia – poezji<sup>28</sup>. Nie zawsze jednak widzą w niej wartość artystyczno-literacką: „Pamiętajmy – przypomina na przykład Sławomir Krzyśka – że wierszowość nie jest tożsama z poetyckością, a poetyckość nie musi zawierać się w wierszu i to samo dotyczy wartości terapeutycznej wiersza, który nie zawsze ma pełny związek z jego wartością literacką<sup>29</sup>. „Nie ma pełnej zbieżności między wartością literacką a wartością terapeutyczną wierszy. Czasem zupełnie mierne wiersze mają dużą wartość dla biblioterapii – jak to zdarza się z utworami pacjentów opisującymi ich cierpienia i powrót do zdrowia<sup>30</sup>. Wiersz jest zatem pojmowany przede wszystkim jako ekspresja przeżyć, idei, doświadczeń, a nie jako obiektywny wytwór: „należy odnotować pewną różnicę pomiędzy poezją wykorzystywaną w terapii a poezją jako sztuką samą w sobie. Ta pierwsza daje możliwość wyrażenia swoich odczuć oraz kształtowania własnej osobowości, podczas gdy celem drugiej jest wiersz jako taki<sup>31</sup>. W ten sposób idea ekspresji stała się podstawowym założeniem określonego wzorca lirycznego poezjoterapii, który nadaje jej wartość ponadindywidualną, będąc zarazem literacką kodyfikacją.

W związku z tym, że w poezjoterapii tak wielką rangę przypisuje się ekspresji, a utwór traktuje się jako indywidualny przekaz, **najistotniejszym problemem staje się stosunek dzieła do twórcy**. W tym kontekście frapujące wydają się następujące pytania, które trafnie sformułował Andrzej Kowal: „Czy twórczość poetycka ma tę właściwość, że lęki i obsesje tracą swą moc pod wpływem jej zakłęć? W jakim stosunku pozostają: określone stany emocjonalne i przyporządkowane im określone znaki? Czy zaszyfrowane w poetycki język stany emocjonalne autorów mogą odsonić rzeczywiste ich przeżycia? Na czym polega poetycka trafność opisu w odniesieniu do stanów emocjonalnych? Czy cudze stany psychiczne mogą być poznawane przez poetycki wyraz?”<sup>32</sup>

## II.2. Katharsis w poetyckich lekturach nastawionych na efekt terapeutyczny

Według ustaleń Teresy Stańczak leczenie za pośrednictwem poezji rozwinęło się w odrębną gałąź biblioterapii najpierw w Stanach Zjednoczonych. W 1959 roku w Nowym Jorku założono stowarzyszenie Poetry Therapy Association (Stowarzyszenie Poezjoterapeutyczne), które wydawało własne pismo i organizowało doroczne konferencje<sup>33</sup>.

<sup>28</sup> A. Kowal, *Przedmowa*, w: *Zbliżenie z cieniem*, s. 5.

<sup>29</sup> S. Krzyśka, *Lingwistyka statystyczna w terapii wierszem*, w: *Arteterapia w edukacji i rozwoju człowieka*, red. M. i T. Siemień, Wyd. Nauk. Dolnośląskiej Szkoły Wyższej, Wrocław 2008, s. 13.

<sup>30</sup> T. Stańczak, *Metody biblioterapii*, „Szpitalnictwo Polskie” 1979, nr 23 (6), Warszawa., s. 277–278.

<sup>31</sup> P. J. Longo, op. cit., s. 1.

<sup>32</sup> A. Kowal, op. cit., s. 5.

<sup>33</sup> T. Stańczak, op. cit., s. 277.

Z kolei Perie Longo – dyplomowana poezjoterapeutka amerykańska, która zajęcia grupowego czytania i pisanie poezji w Ośrodku Psychiatrycznym w Kalifornii (Santa Barbara) prowadzi od 1991 roku – podaje, że w 1969 roku psychiatra Jacky J. Leedy (żyjący w latach 1921–2004, autor słynnego zdania: „Poezja jest królewską drogą do podświadomości”) opublikował w USA pierwszą monografię o terapii przez poezję, zatytułowaną *Poetry Therapy* (Poezjoterapia, wykorzystanie poezji w leczeniu zaburzeń emocjonalnych), zawierającą prace wielu pionierów na tym polu<sup>34</sup>. „W tym mniej więcej czasie – czytamy dalej u Perie Longo – coraz więcej osób związanych z instytucjami pomocy społecznej sięgało po poezję przy prowadzeniu zajęć grupowych. Należał do nich Arthur Lerner z Los Angeles, który w latach siedemdziesiątych ubiegłego wieku założył na Zachodnim Wybrzeżu Instytut Poezjoterapii, a w roku 1976 napisał książkę *Poetry in the Therapeutic Experience* (Poezja w doświadczeniu terapeutycznym). W 1980 roku doszło do spotkania wszystkich aktywnych propagatorów terapii z wykorzystaniem poezji w celu opracowania wskazówek w zakresie szkolenia i norm poezjoterapii – co później przybrało formę *Przewodnika metodycznego* (1997) Krajowego Stowarzyszenia Poezjoterapii (The National Association for Poetry Therapy)”<sup>35</sup>. Na stronie internetowej autorki znajdziemy także między innymi informacje o działalności The National for Biblio/Poetry Therapy (Krajowej Federacji Biblio/Poezjoterapeutycznej), publikacjach, czasopismach, na przykład „Journal of Poetry Therapy”, konferencjach.

W Polsce prac z zakresu poezjoterapii jest doprawdy niewiele. Są to raczej fragmenty w podręcznikach biblioterapii bądź arteterapii, rzadziej pojawiają się artykuły<sup>36</sup>. Czasami temat ten bywa podejmowany w przedmowach do zbiorów poetyckich osób niepełnosprawnych lub chorych. Najbardziej interesujące teksty wymieniamy w przypisach do tego artykułu.

<sup>34</sup> P. J. Longo, op. cit., s. 2. *Poetry Therapy*, ed. J. J. Leedy, Lippincott Comp. Philadelphia 1969. Pełny opis bibliograficzny przytaczamy za: T. Stańczak, op. cit., s. 278. Książka nam nieznaną, podobnie jak i pozostałe publikacje. Warto w tym miejscu przypomnieć, że Zygmunt Freud „królewską drogą do nieświadomości” nazwał procedurę interpretacyjną marzeń sennych – por. E. Fiała, *Modele freudowskiej metody badania dzieła literackiego*, Wyd. TN KUL, Lublin 1991, s. 49. Natomiast „podświadomość” jest terminem wprowadzonym do psychologii przez Pierre’a Janet (1859–1947), często błędnie utożsamianym z pojęciem przedświadomości w teorii Freuda, które według niego jest określeniem granicznej sfery psychiki między świadomością a nieświadomością; obejmuje ono treści niebędące obecnie w polu świadomości (treści stłumione – w przeciwieństwie do treści wypartych, należących do sfery nieświadomości), lecz które mogą być łatwo aktywowane, a wówczas powracają do świadomości. Z kolei „podświadomość” w psychologii ogólnej oznacza wyobrażenia, myśli, uczucia i akty woli, które znajdują się poniżej progu pobudliwości i tym samym nie są dostępne świadomości. Dawniej termin ten stosowano w psychoanalizie jako synonim „nieświadomości”, obecnie jednak wyszedł on z użycia. Słowo „podświadomość” jest jednak bardzo rozpowszechnione w polszczyźnie, zarówno w języku potocznym, jak i w literaturze fachowej – por. hasło *Podświadomość*, w: S. Fhàner, *Słownik psychoanalizy*, tłum. J. Kubitsky, Wyd. GWP, Gdańsk 1996, s. 159–160.

<sup>35</sup> Ibidem, dane z 2002 roku.

<sup>36</sup> Np. W. Szulc, *Poezjoterapia. Słowa między muzyką a obrazem*, w: eadem, *Arteterapia. Narodziny idei, ewolucja teorii, rozwój praktyki*, Wyd. Difin, Warszawa 2011, rozdz. 5; eadem: *Poezjoterapia*, w: eadem, *Kulturoterapia. Wykorzystanie sztuki i działalności kulturalno-oświatowej w lecznictwie*, Wyd. Uczelniane Akad. Med. im. K. Marcinkowskiego w Poznaniu, Poznań 1994,



„**Poezja jest królewską drogą do podświadomości**” – aż trudno uwierzyć, że właśnie w tym urzekającym prostotą zdaniu Leedy’ego **zawiera się cała istota poezjoterapii**. Ujawnia się ona spoza zasłon użytych tu metafor poetyckich, bo przecież „poezja” to metafora wszelkiej twórczości poetyckiej, szerzej: jej czytania lub pisania utworów; „królewska droga” to metafora przeżycia estetycznego umożliwiającego terapię; „do podświadomości” to skierowanie wierszy w stronę myśli, emocji, problemów człowieka, często nieuświadomionych; wreszcie słowo „jest” to metafora terapeutycznej mocy poezji, tkwiącej w jej pięknie. Słynne zdanie Leedy’ego o istocie terapii przez poezję można zatem wyjaśnić w ten sposób (tak je intuicyjnie rozumiemy i czujemy): „Twórczość poetycka przez swoje piękno, w którym tkwi siła terapeutyczna, za pośrednictwem głębokich i silnych przeżyć estetycznych związanych z jej czytaniem lub pisaniem prowadzi do zrozumienia siebie i innych, a dzięki temu do autopsychoterapii”. Według tych czterech zagadnień: a) poezja i jej piękno, b) siła terapeutyczna tkwiąca w poezji, c) przeżycie estetyczne, d) autopsychoterapia, rozpatrzmy działanie katharsis w poetyckich lekturach nastawionych na efekt terapeutyczny.

### II.2.1. Poezja i jej piękno

Poezja, jak wiadomo, to dzieło sztuki, którego tworzywo stanowi język. Jest zatem sztuką słowa; owszem **piękną, zwłaszcza wtedy, kiedy wzbudza – piękną formą i/lub piękną treścią – przeżycie estetyczne**. „Bo piękno na to jest, by zachwycało” – pisał Norwid<sup>37</sup> i wiedział, co pisze, albowiem zachwyt, wzruszenie, oczarowanie to tradycyjnie wymieniane, na przykład przez Romana Ingardena, emocje wstępne składające się na pierwszy etap przeżycia estetycznego wzbudzonego przez piękno dzieła sztuki<sup>38</sup>. Pojęcie to jest silnie związane z teorią estetyki, prawdy i dobra. Z teorią estetyki, ponieważ piękno stanowi fundamentalną kategorię estetyczną, określającą te elementy i właściwości przedmiotów estetycznych (w tym wypadku: poezji), w których upatruje się podstawy wartości estetycznych (to jest kategorii piękna, na przykład wzniosłości, tragizmu, komizmu i tym podobnych, wywołujących u czytelników doznania

---

s. 49 i n.; S. Góralczyk, *Poezjoterapia w dysfunkcjach narządów ruchu*, w: *Arteterapia. Od rozważań nad teorią do zastosowań praktycznych*, red. W. Karolak, B. Kaczorowska, Wyd. Akad. Hum.-Ekon. w Łodzi, Łódź 2011, s. 273 i n.; K. Krasoń, *Poezjoterapia*, w: *Literatura dla dzieci i młodzieży (po roku 1980)*, pod red. K. Heskiej-Kwaśniewicz, t. II, Wyd. Uniwersytetu Śląskiego, Katowice 2009, s. 271 i n.; J. Papuzińska, *Terapeutyczna funkcja poezji*, w: *Miejsce literatury i teatru w przestrzeniach terapeutycznych. Werbalne i niewerbalne aspekty wsparcia rozwoju*, praca zbiorowa pod red. nauk. J. Malickiego i K. Krasoń, wyd. Biblioteka Śląska, Katowice 2005, s. 89 i n.; B. Woźniczka-Paruzel, *Biblioterapia w środowisku współzależnych z grup rodzinnych Al-Anon (od teorii do działań praktycznych)*, Wyd. Uniwersytetu Mikołaja Kopernika, Toruń 2002, s. 148 i n. Zob. też czasopisma: „Poezja i Dziecko”, red. nac. i wyd. S. Grabowski, Warszawa 2003–(2006), np. nr 2 z 2004, poświęcony *Poezji dla dzieci wobec cierpienia*; „Guliwer. Dwumiesięcznik o książce dla dziecka”, red. nac. J. Papuzińska, wyd. Fundacja „Książka dla Dziecka”, Warszawa 1991. Zob. również stronę internetową z tytułami innych prac: [http://www.kajros.pl/slalomir\\_krzyska.html](http://www.kajros.pl/slalomir_krzyska.html).

<sup>37</sup> C. K. Norwid, *Promethidion*, w: idem, *Pisma wierszem i prozą*, wybrał i wstępem opatrzył J. W. Gomułcki, PIW, Warszawa 1973, s. 164.

<sup>38</sup> R. Ingarden, *Przeżycie, dzieło, wartość*, Wydawnictwo Literackie, Kraków 1966, s. 11–12.

harmonii, rozładowania napięć i konfliktów i tak dalej) i bodźca do przeżyć estetycznych<sup>39</sup>. Jako przykład niech posłuży znany wiersz Norwida o udręczeniu, który w opinii wielu jest zaskakująco nieprzygnębiający mimo wszechobecnego w nim smutku:

### *Aerumnarum plenus*

1

Czemu mi smutno i czemu najsmutniej,  
Mamże Ci śpiewać ja – czy świat i czas?...  
Oh! bo mi widnym strój tej wielkiej lutni,  
W którą wplątany duch każdego z nas.

2

I wiem, że każda radość tu ma drugą,  
Poniżej siebie, przeciw-radą lżę,  
I wiem, że każdy byt ma swego sługę,  
I wiem, że nieraz błogosławiąc, klnę.

3

Czemu mi smutno? – bo nierad bym smucić  
Ani przed sobą kłamstwa rzucać cień,  
By skryć, jak czego nie można odrzucić,  
By uczcić, czego wyciąć trudno w pień.

4

Więc to mi smutno – aż do kości smutno –  
I to – że nie wiem, czy ten ludzi stek  
Ma już tak zostać komedią-okrutną  
I spać, i nucić śpiąc: „T o – t a k i w i e k!”

5

Więc to mi smutno i tak coraz gorzej,  
Aż od-człowiecza się i pierś, i byt;  
I nie wiem, czy już w akord się ułoży,  
I nie wiem, czy już kiedy będę syt!...

6

I nie wiem – – czy już będę mógł nie wiedzieć,  
Że coraz Żywot mniej uczczony tu –  
Że coraz łatwiej przychodzi powiedzieć,  
Ze snu się budząc: „W r ó c m y ż znów do snu.”<sup>40</sup>

<sup>39</sup> Hasło *Piękno*, w: M. Głowiński, T. Kostkiewiczowa, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, op. cit., s. 305.

<sup>40</sup> C. K. Norwid, *Aerumnarum plenus* [Udręczeń pełen], w: idem, *Pisma wierszem i prozą*, s. 26.

Piękno jest również silnie związane z teorią prawdy w dziele literackim jako zespołem twierdzeń i opinii wpisanych w to dzieło i odczuwanych w świadomości społecznej jako zgodne z rzeczywistością, przede wszystkim jednak z przyjętym poglądem na świat; nie ma ona charakteru logicznego, poza szczególnymi wypadkami nie podlega weryfikacji<sup>41</sup>. Chodzi głównie o prawdę psychologiczną (na przykład w obrębie fikcji literackiej), w niej bowiem tkwi siła terapeutyczna. Posłużmy się przykładem z twórczości Norwida:

### *Harmonia*

1

I nerwów gra, i współ-zachwycenie,  
I tożsamość humoru –  
Łączą ludzi bez sporu.  
Lecz b e z w a l k i n i e ł ą c z y s u m i e n i e!

2

Trudne z łatwym w przeciwne dwie strony  
Rozerwą wprzód człowieka,  
Nim harmonii doczeka –  
Odepchną wprzód, gdzie zmarłych miliony.

3

W gwiazd harmonię poglądać weselej  
Przez wiele lat samotnych,  
Niż w źrenicach błyskotnych  
Wyczytać raz – c o? serca rozdzieli!..<sup>42</sup>

Istnieje też ścisły związek między pięknem a teorią dobra. Umberto Eco pisał, że „piękny» – a wraz z nim «wdzięczny», «ładny», «wzniosły», «cudowny» i «pyszny», i tym podobne wyrażenia – to przymiotnik, którego często używamy, wskazując, że coś nam się podoba. Wydaje się, że w tym znaczeniu piękne równa się temu, co dobre [...]. Jeżeli jednak wydajemy sąd, opierając się na naszym doświadczeniu codziennym, mamy skłonność definiować jako dobre nie tylko to, co nam się podoba, lecz także, co pragnęlibyśmy posiadać [...]. Dobre jest to, co budzi w nas pragnienie. Kiedy uważamy za dobry jakiś szlachetny postępek, my także chcielibyśmy go dokonać lub obiecujemy sobie zrobić coś równie wartościowego, pobudzeni pięknym przykładem tego, co oceniamy jako dobre. Nazywamy również dobrem to, co jest zgodne z zasadą idealną, lecz czego ceną jest cierpienie<sup>43</sup>. Niech znów przemówi Norwid:

<sup>41</sup> Hasło *Prawda w dziele literackim*, w: M. Głowiński, T. Kostkiewiczowa, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, op. cit., s. 335.

<sup>42</sup> C. K. Norwid, *Harmonia*, w: idem, *Pisma wierszem i prozą*, s. 56.

<sup>43</sup> U. Eco, *Wprowadzenie*, w: *Historia piękna*, red. U. Eco, tłum. A. Kuciak, Wyd. Rebis, Poznań 2005, s. 8.

**Wielkość**

1

Wiesz, kto jest w i e l k i m? – posłuchaj mię chwilę,  
 Nauczę ciebie  
 Poznawać wielkość nie tylko w mogile,  
 W dziejach lub w niebie.

2

Wielkim jest człowiek, któremu wystarczy  
 Pochylić czoła,  
 Żeby bez włóczni w ręku i bez tarczy  
 Zwyciężył zgoła!

3

Niższym się stawszysy, on Zawisać poniża,  
 A Zawisać w czwały  
 Leci i czepia mu znamiona k r z y ż a,  
 Wołając: „M a ł y!”

4

I kłamie sobie, jak kłamała pierwej,  
 Gdy on, z westchnieniem,  
 Przyjmuje sławę i niesławę – n e r w y,  
 Prawdę – sumieniem.

5

Ludzie więc chlubią się, że wielkich znali,  
 K'temu jedynie,  
 Iż nie poznają się na wielkim mali  
 Pierwej, aż zginie.

6

Podobnież niedźwiedź: pierw trupa zakopie,  
 By dobył z trumny.

-----  
 Lecz to w Syberii, nie zaś w Europie  
 Bywa rozumnej.<sup>44</sup>

Relacja piękna i dobra określona jest zatem swoistym charakterem każdego z tych dwu typów wartości. Wszelako dokonuje się w ten sposób włączenie wartości moralnych

<sup>44</sup> C. K. Norwid, *Wielkość*, w: idem, *Pisma wierszem i prozą*, s. 66.

w obręb systemu wartości estetycznych. **Właśnie ten stosunek ufundowania szeroko pojętych wartości moralnych (prawdy, dobra) na wartościach estetycznych poezji (piękno) pozwala mówić nie tylko o etosie sztuki słowa, ale o tkwiącej w niej mocy terapeutycznej.**

### II.2.2. Siła terapeutyczna tkwiąca w poezji

Nie przypadkiem odkrywamy, że terapeutyczna moc poezji tkwi również w rozmaitych jej składnikach: w języku, formie, rytmie, brzmieniu (czyli w brzmieniowej organizacji wypowiedzi poetyckiej), metaforze, obrazie poetyckim.

**Język poetycki** zdominowany jest przez funkcję estetyczną jako naczelną funkcję poezji (w ogóle sztuki), realizującą się poprzez celowe dążenie twórcy do wywołania przeżyć estetycznych u czytelników. To ukierunkowanie estetyczne stanowi uniwersalną cechę języka poetyckiego, lecz nie eliminuje z niego innych funkcji, na przykład ekspresywnej, poznawczej czy terapeutycznej. Dlatego język ten charakteryzuje się stałym napięciem między wewnętrzną (estetyczną) celowością komunikatu a jego odsyłaniem na zewnątrz – do przeżyć osoby piszącej, do zachowań odbiorców, do świata rzeczy i zjawisk.

Sztukę słowa jako szeroko pojmowany materiał terapeutyczny niewątpliwie określa psychologiczny charakter stosowanego języka. Chodzi tu o psychologiczne podstawy zachowań językowych, a ściślej – psycholingwistyczne określenie roli języka jako systemu znaków i reguł nimi rządzących, niezależnie od podmiotu używającego języka. Tym systemem znaków człowiek może się posługiwać jako narzędziem poznania i jako narzędziem komunikacji z innymi ludźmi, a także jako narzędziem terapeutycznym, ponieważ słowa mogą mieć taką moc<sup>45</sup>. Terapeutyczne znaczenie słowa nie ulega wątpliwości, zważywszy na szczególną rolę słowa i tekstu w większości rytów religijnych czy społecznych, i to w oderwaniu od warstwy znaczeniowej<sup>46</sup>. W ujęciu biblioterapeutycznym SŁOWO jest zdolne leczyć duszę i może pomóc w leczeniu ciała. Chodzi tu o głębsze i trwalsze oddziaływanie psychologiczne słowa i tekstu, i to w kierunkach i o skutkach przynajmniej częściowo zamierzonych<sup>47</sup>. Bardzo ważne miejsce zajmuje w tym obszarze słowo poetyckie, w ogóle słowo literackie.

„Przypomnijmy, choć zdaję sobie sprawę, że nie jest to konieczne – zastrzega się Sławomir Krzyśka – iż poezjoterapię możemy zdefiniować jako wykorzystanie poezji, w szerokim tego słowa znaczeniu, do niesienia pomocy ludziom w rozwiązywaniu ich problemów. Jest to oczywiście nawiązanie pewnej interakcji pomiędzy tymi, którzy «leczą», czyli terapeutami, a tymi, którzy pomocy potrzebują”<sup>48</sup>. Dyspozycja poetycka jest bowiem naturalną cechą człowieka. Zadaniem prowadzącego zajęcia z poezjoterapii jest przekazanie uczestnikom i tej prawdy, pomoc w wyartykułowaniu własnych

<sup>45</sup> E. Ringel, *Nerwica a samozniszczenie*, tłum. S. Lachowski, rozdział VIII, *Psychoterapia dzisiejsza*, Warszawa 1992, s. 140.

<sup>46</sup> S. Krzyśka, op. cit., s. 135.

<sup>47</sup> J. Trzynadłowski, *Biblioterapia – złudzenia i nadzieje*, „Arteterapia” II. Zeszyty Naukowe Akademii Muzycznej we Wrocławiu, 1990, nr 52, s. 53.

<sup>48</sup> S. Krzyśka, op. cit., s. 135.

myśli i ujęciu ich w formę, która odblokuje umysł<sup>49</sup>. Kto powinien prowadzić poezjoterapię? S. Krzyśka (za Witą Szulc) wskazuje, że „każdy, kto chce prowadzić poezjoterapię, musi mieć świadomość, że poezjoterapią należy zajmować się z wielką delikatnością i że nie każdy praktyk ma odpowiednie osobiste kwalifikacje”<sup>50</sup>.

**Forma** jest sposobem istnienia treści, to znaczy sposobem jej przekazywania i „istotnym składnikiem terapeutycznej wartości poezji” – pisze Perie Longo<sup>51</sup>. Albowiem to „forma tworzy porządek z nieporządku, harmonię z dysharmonii, ład z chaosu”<sup>52</sup>. Silne emocje wyrażone w odpowiedniej, bezpiecznej formie zazwyczaj opadają. Jeżeli zaistnieje obawa, że dany temat może wzbudzić nadmiar emocji, spróbujmy – radzi amerykańska poezjoterapeutka – narysować na kartce prostokąt i ograniczyć liczbę słów do przestrzeni w ramce. Dzięki temu emocje nie wymkną się spod kontroli, bo chronić je będzie rama właściwa dla formy poetyckiej<sup>53</sup>.

Wzajemne relacje treści i formy w utworze poetyckim (w ogóle literackim) są znacznie bardziej złożone niż w jakimkolwiek innym rodzaju wypowiedzi. Wynika to z dwóch powodów: po pierwsze – z działania funkcji estetycznej, wprowadzającej do wypowiedzi poetyckiej szczególne intensywne uporządkowanie materiału językowego, które samo w sobie przyciąga uwagę czytelnika; po drugie – utwór poetycki nie odzwierciedla jakiegoś gotowego, ukształtowanego już stanu rzeczy, przeciwnie, przedstawiane w nim zjawiska podlegają organizacji dopiero w toku jego narastania; w nim dopiero stają się treścią uformowaną we wszystkich jej elementach. Widzimy zatem, że forma wiersza odznacza się dwoistością: jest zarówno osiągniętym przez poetę kształtem materiału językowego (relacja forma–język), jak wypracowanym przez niego kształtem tego, co przedstawione w utworze (relacja forma–treść). Pierwszy porządek określa się mianem stylu dzieła poetyckiego, drugi – jako jego kompozycję<sup>54</sup>.

**Rytm** jest jedną z podstawowych przyczyn sugestywnej siły poezji<sup>55</sup>. Także terapeutycznej. Niektórzy badacze twierdzą, że jest on praprzyczyną, duchowym źródłem poetyckiej ekspresji<sup>56</sup>. Dowodzą, że „wiersz wcale nie musi się rymować, musi natomiast mieć rytm. [...]. Rytm występuje w wierszu w wielu formach. Najczęściej odzwierciedla tłumione wewnątrz odczucia, budując z ich natłoku własne doświadczenie [...]. To właśnie tzw. rytmiczność wiersza, wynikająca z powtarzania niektórych

<sup>49</sup> P. J. Longo, op. cit., s. 2. Freud napisał: „W rzeczy samej, mamy niejaki perspektyw w tym względzie – przecież już sami poeci lubują się w zmniejszaniu dystansu pomiędzy specyfiką swej pracy i uniwersalną naturą ludzką, często więc zapewnijają nas, że w każdym człowieku tkwi poeta i że ostatni poeta zginie dopiero wtedy, gdy umrze ostatni człowiek”. Z. Freud, *Pisarz i fantazjowanie*, s. 145.

<sup>50</sup> S. Krzyśka, op. cit., s. 135.

<sup>51</sup> P. J. Longo, op. cit., s. 2.

<sup>52</sup> O. E. Heninger, *Poetry therapy in private practice: An odyssey into the healing power of poetry*, w: *Poetry in the Therapeutic Experience*, ed. A. Lerner, MMB Music, Inc., St. Louis 1994, s. 57. Cyt. za: P. J. Longo, op. cit., s. 3.

<sup>53</sup> P. J. Longo, op. cit., s. 2.

<sup>54</sup> M. Głowiński, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, *Zarys teorii literatury*, PZWS, Warszawa 1967, s. 76.

<sup>55</sup> T. Stańczak, op. cit., s. 277.

<sup>56</sup> P. J. Longo, op. cit., s. 2.

dźwięków bądź wyrazów, pomaga dzięki swojej hipnotycznej właściwości w wykreowaniu «tajemniczego miejsca» – pomostu do nieświadomości, gdzie powstaje wiersz<sup>57</sup>.

W istocie zrytmizowanie wypowiedzi powstaje wówczas, gdy powtarzają się w niej z uchwytą regularnością podobne lub jednakowe zespoły elementów brzmieniowych. Zespołami takimi mogą być na przykład układy wyrazowe o określonej, stałej liczbie sylab, o określonej liczbie i następstwie sylab akcentowanych i nieakcentowanych, o określonej liczbie głównych akcentów<sup>58</sup>. Podstawową jednostką rytmiczną w wierszu jest wers, zazwyczaj wyodrębniony graficznie jako oddzielna linijka tekstu. Powtarzalność rytmiczna ustalona w pewnej części tekstu pozwala odbiorcy przewidywać ciąg dalszy<sup>59</sup>. U niektórych ludzi potrzeba rytmicznej komunikacji ujawnia się najbardziej w poezji, u innych – w śpiewie, muzyce, tańcu. Rytmiczne kołysanie się obserwuje się często u źle pielęgnowanych dzieci i u ciężko chorych psychicznie<sup>60</sup>. Perie Longo wspomina, że jako dziecko siedziała w szkole i często oddawała się marzeniom: „w myślach opuszczałam salę szkolną i kiedy rozpoczynałam wędrówkę, moje stopy zaczęły wybijać rytm. Im bardziej wsłuchiwałam się w ten rytm, tym bardziej stawał się skomplikowany. Moją głowę zaczynały wypełniać słowa i obrazy. Jednak zanim zdołałam przenieść je na papier, nauczyciel zwykle ściągał mnie na ziemię, a fantastyczne uniesienie momentalnie zamieniało się w zawstydzające rozkojarzenie. Dopiero po latach zrozumiałam, że wchodząc w świat rytmu, odkrywałam świat poezji, świat dostępny tylko dla jednostki, dla kreatywnego «ja». Z upływem czasu, pisząc poezje z wieloma różnymi grupami, nauczyłam się szanować to nieokreślone miejsce, gdzie powstaje utwór poetycki (lubię je nazywać Miejscem Tajemniczym), a w każdej jednostce zaś – zdolność do swobodnej i naturalnej wędrówki do owego źródła twórczości<sup>61</sup>.

**Brzmieniowa** organizacja wypowiedzi poetyckiej nie narzuca się bezpośrednio naszej uwadze, czasami jest niedostrzegalna w tym sensie, że przy czytaniu wzrokowym może się w ogóle nie zaktualizować w naszej świadomości, i fakt ten dla zrozumienia i oceny wartości terapeutycznej wiersza może nie mieć żadnego znaczenia. Szczególnie wysoką rangę terapeutyczną brzmieniowa strona utworu poetyckiego może osiągnąć podczas jego głośnego czytania na zajęciach z poezjoterapii, ponieważ głośne czytanie poezji umożliwia lepszy odbiór rytmu i treści wierszy, a i samo słuchanie ma również działanie lecznicze. Z tego względu warto czasami wykorzystywać nagrania utworów poetyckich w wykonaniu dobrych aktorów<sup>62</sup>.

Bywa, że właśnie brzmieniowa strona języka, dźwięk słów samych w sobie, inspirowane do pisania wierszy. Przy nastawieniach krańcowych utworów poetycki może być oceniany przede wszystkim pod względem walorów jego melodii językowej, a oddziaływanie muzyką słów może stać się głównym przeznaczeniem i wartością poezji, także

<sup>57</sup> Ibidem.

<sup>58</sup> M. Głowiński, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, op. cit., s. 156.

<sup>59</sup> Hasło *Rytm*, w: M. Głowiński, T. Kostkiewiczowa, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, op. cit., s. 392.

<sup>60</sup> T. Stańczak, op. cit., s. 277.

<sup>61</sup> P. J. Longo, op. cit., s. 1.

<sup>62</sup> T. Stańczak, op. cit., s. 278.

terapeutyczną. „W tym tkwi, być może – pisze Perie Longo – największa terapeutyczna wartość poezji: słowa nie giną, bo są falami dźwięku. Dokądkolwiek pójdziemy, słowa nie opuszczą nas w drodze: z miejsca do miejsca, z nieświadomości do świadomości, od sprzeciwu do zrozumienia, od cierpienia ku radości oraz – miejmy nadzieję – ku zdrowiu”<sup>63</sup>.

**Metafora** jest zespołem słów, w którym znaczenie jednych zostaje przeniesione na znaczenie pozostałych. Uczestniczące w metaforze wyrazy zespalają się z sobą w nową całość, wykraczającą semantycznie poza zakresy znaczeniowe właściwe im wtedy, gdy występują poza zestawieniami metaforycznymi. Metafora jest więc nową wartością semantyczną w odniesieniu do pierwotnych znaczeń słów. Zależna od kontekstu semantyczna plastyczność słowa jest ogólną właściwością języka, gwarantującą możliwość jego zastosowania w nieskończonej liczbie rozmaitych i zmieniających się sytuacji. Dlatego też metafora występuje w wielu rodzajach mowy, choć uważana jest za szczególnie znamię języka poetyckiego<sup>64</sup>.

Metafora to jeden z zasadniczych środków wyrazu poezji terapeutycznej. Jej siła terapeutyczna zawiera się we właściwościach, które polegają na zdolności metafory przede wszystkim do tworzenia i wydobywania ze słów nowych wartości emocjonalno-obrazowych, umożliwiających wyrażenie i rozładowanie silnych przeżyć.

Przyjrzyjmy się terapeutycznej funkcji metafory na przykładzie wiersza autorstwa osoby niepełnosprawnej:

### *Życie to scena*

Życie jak robak toczy człowieka  
przedstawienia bez prób  
garnitur szyty na miarę  
myśl wyrwana z kontekstu  
na scenie świata grana rola błazna  
nie znam jej: wiem tylko  
że muszę dotrzeć do końca.<sup>65</sup>

Ten smutny liryk składa się z kilku zespołów metafor: „życie to scena”, życie to: „przedstawienia bez prób”, „garnitur szyty na miarę”, „myśl wyrwana z kontekstu”, „na scenie świata grana rola błazna”. Zasadnicze ukształtowanie metaforyczne w tym wierszu polega na swoistym zrównaniu życia ze sceną teatralną. „Życie” pozostaje jednak pojęciem abstrakcyjnym, natomiast wszystko to, co się do niego odnosi w metaforycznych sformułowaniach, odznacza się konkretnością, określa sytuacje i przedmioty

<sup>63</sup> P. J. Longo, op. cit., s. 4.

<sup>64</sup> Hasło *Metafora*, w: M. Głowiński, T. Kostkiewiczowa, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, op. cit., s. 232.

<sup>65</sup> Tadeusz Zdechlik, w: *Przesłanie nadziei*, s. 196. Warto tu przytoczyć inspirującą metaforę Szekspira, wziętą ze sztuki *Jak wam się podoba*: „Świat jest teatrem, aktorami ludzie, / Którzy kolejno wchodzą i znikają”. Cyt. za: E. Goffman, *Człowiek w teatrze życia codziennego*, oprac. i wstęp J. Szacki, tłum. H., P. Śpiewakowie, PIW, Warszawa 1981, s. 5.



znane z bezpośredniej praktyki przedstawień teatralnych. Poprzez związek z nimi „życie” w wierszu zatracą swą abstrakcyjność, przechodzi do sfery działań teatralnych, które je określają. Właśnie ten specyficzny zespół metafor narzuca czytelnikowi pewną wizję życia. Wyraża on także określony stosunek emocjonalny do życia. I tu znajdujemy wymiar terapeutyczny metafor. Otóż sformułowanie metaforyczne „życie jak robak toczy człowieka” niesie w sobie określoną wartość emocjonalną, mianowicie obumieranie, przemijanie człowieka, której dopełnieniem jest puenta o nieuniknioności śmierci: „wiem tylko, że muszę dotrzeć do końca”. Wszystko inne jest grą, rolą do odegrania w teatrze życia. Słowo „scena” ulega tu modulacji, ponieważ jest ono obciążone największym ładunkiem emocjonalnym. Autor wiersza przeniósł „scenę” i jej konotacje w inną sferę zjawisk. Słowo to nie oznacza już części wnętrza teatru, ale pewną właściwość życia – określa jego sztuczność, smutek. Wartość emocjonalno-obrazowa tej metafory stanowi o sile terapeutycznej przytoczonego wiersza.

**Obraz poetycki** – już sama nazwa narzuca skojarzenie plastyczne – wyznaczany jest przez to, że realizuje się w słowie. Można o nim mówić jako o przedstawieniu określonego wycinka rzeczywistości zewnętrznej w jego zależności od podmiotu mówiącego albo jako przedstawieniu świata wewnętrznego tegoż podmiotu, jeśli ujawnia się on nie w formie bezpośredniego wyznania, w którym przeżycia są po prostu nazywane, ale poprzez warstwę mniej lub bardziej zobiektywizowaną. Pełni on w utworze lirycznym bardzo istotne funkcje estetyczne i strukturalne<sup>66</sup>.

Kształtowanie obrazu poetyckiego (obrazowanie) jest też jednym z podstawowych środków wyrazu w poezji terapeutycznej. Przyjrzyjmy się teraz jej przykładom – w niektórych obraz poetycki jest traktowany jako niemal lustrzane odbicie świata empirycznego, na przykład:

### *U lekarza*

- Jak się pani czuje?
- Źle.
- Co pani dolega?
- Życie.
- Bardzo poważna choroba...
- Współczuję.
- Receptę wypisać trzeba...
- Zaaplikuję
- ambicji wzmocniony zastrzyk
- Polecam
- dawkę pracowitości
- i może będą w aptece
- specjalne tabletki radości
- po których inaczej się patrzy.

<sup>66</sup> M. Głowiński, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, op. cit., s. 298.

– Przeciwwskazania:  
Kategorycznie zabraniam  
zgnębienia  
szarej codzienności  
siedzenia  
w więzieniu monotonności.  
Poza tym dużo się śmiać  
płosząc myśli gorzkie...  
– Tak, banalnie proste,  
Lecz jak to zastosować...<sup>67</sup>

Poetka dąży w wierszu do konstruowania obrazu poetyckiego jako pewnego spójnego, samodzielnego systemu przedstawieniowego, w którym wszystkie wchodzące w jego obręb elementy wzajemnie się warunkują. Konsekwentnie rozwija jeden obraz (wizyty u lekarza) jako jednolicie zbudowany świat przedstawiony. Dopiero w końcowych partiach utworu wykorzystuje elementy tego świata („recepty” lekarza) do sformułowania bezpośredniego wyznania lirycznego, właśnie terapeutycznego („lecz jak to zastosować”). Bohaterka liryczna nie określa bezpośrednio tego, jaką wartość emocjonalną ma dla niej konstruowany obraz – wartość owa (terapeutyczna) ujawnia się w związkach zachodzących pomiędzy nią a przedstawionym poprzez obraz światem.

W innych utworach kładzie się nacisk nie na odtworzenie realności w obrazowaniu, lecz na jej artystyczną transformację, na przykład:

### ***Poniedziałek***

I znowu dzień...  
Noc cała – szarpanie  
W pościeli z kolców...  
I znowu dzień...  
Bez słońca  
W ciele znękanym  
Dusza boląca...  
I znowu dzień...  
Chory czekaniem  
Nadziei jałmużna,  
Że kiedyś minie  
Ta jałowizna...  
I znajduję szkatułkę z pocieszeniem.<sup>68</sup>

Poetycki świat przedstawiony jest tutaj mniej samodzielny, przylega bezpośrednio do podmiotu. Już w sam obraz poetycki wchodzą elementy bezpośredniej oceny

<sup>67</sup> Krystyna Leple, w: *Przestanie nadziei*, s. 71.

<sup>68</sup> Krystyna Leple, *ibidem*, s. 70.

emocjonalnej („I znowu dzień... / Noc cała – szarpanie / W pościeli z kółców...”). Niezmiennie obraz jest kontrastowo zestawiany z odmiennymi w tonacji uczuciowej nastrojami smutku i cierpienia, którym daje wyraz podmiot („I znowu dzień... / Bez słońca / W ciele znękanym / Dusza bołaca...”). Bardzo widoczne jest tutaj zastosowanie kompozycji pierścieniowej: eksponowany przez powtarzanie element („I znowu dzień...”) potęguje monotonię „jałowizny” egzystencji chorego. Waler terapeutyczny (niezależnie od wyrażenia emocji) w postaci nadziei na jakieś „pocieszenie” zawiera dopiero puenta.

Choć wiersz ten wyraża depresję, może jednak okazać się pomocny, gdyż w jego zakończeniu pobrzmiwa nuta nadziei, optymizmu. To dobra zasada terapeutyczna, ponieważ uświadamia czytającym, że nie są jedynymi osobami, które cierpią, i że jest ktoś, kto je rozumie, bo sam to przeżył i opisał. Nasuwa się w związku z tym pytanie: kiedy należy stosować poezjoterapię? Wita Szulc wskazuje następujące okoliczności: „dla poprawy obrazu własnej osoby, lepszego zrozumienia ludzkich zachowań i motywacji, zwiększenia szacunku dla siebie, rozbudzania szerszych zainteresowań wykraczających poza własną osobę, ulżenia presji emocjonalnej lub intelektualnej, pokazania, że nie jest się pierwszą ani jedyną osobą, która zetknęła się z danym problemem, wskazania, że istnieje więcej niż jedno rozwiązanie problemu, pomoc przedyskutować dany problem w swobodniejszy sposób, pomoc ułożyć indywidualny plan kierunku działań prowadzących do rozwiązania problemu”<sup>69</sup>.

### II.2.3. Przeżycie estetyczne

Każdy z nas niejednokrotnie zetknął się z estetycznymi wartościami literatury pięknej, na przykład po lekturze opowiadania, które wzruszyło do łez; wiersza, po którego przeczytaniu przyszły refleksje. Zauważamy, że w tak realizowanej roli czytelnika występuje pewne **przeżycie** związane z lekturą i że składają się na nie (uporządkowane przez Rolanda Barthes’a) przyjemności pojawiające się w kontakcie z książką, szerzej – sztuką słowa. Są to między innymi: przyjemność słuchania lub czytania (kod narracyjny), przyjemność przeżywania emocji (kod semantyczny), przyjemność poznawania (kod kulturowy), przyjemność marzenia (kod symboliczny). One właśnie stanowią wspomniane **przeżycie estetyczne**, które jest potężnym motywem sięgania po lekturę, albowiem ludzie czytają dlatego, że chcą wzruszać się i lękać, rozpaczać i współczuć, oburzać i triumfować, zdumiewać i cieszyć<sup>70</sup>. Taki punkt wyjścia, na przykład od emocji czytelnika, apeluje do sfery nieświadomej: poprzez obrazy, metafory, nastrój, a także archetypy wspólne dla całej ludzkiej kultury. Językiem archetypów są często symbole i mity – konkretyzują one to, co niewyraźne i niejasne, świadczą o istnieniu dialogu pomiędzy nieświadomością a świadomością. Symbole mają moc przyciągania

<sup>69</sup> W. Szulc, *Biblioterapia z Internetu*, „Poradnik Bibliotekarza” 2000, nr 11, cyt. za: S. Krzyśka, op. cit., s. 135.

<sup>70</sup> A. Baluch, *Propozycje metodologiczne w badaniach literatury dla dzieci i młodzieży*, w: *Po potopie. Dziecko, książka i biblioteka w XXI wieku. Diagnozy i postulaty*, praca zbiorowa pod red. naukową D. Świerczyńskiej-Jelonek, G. Leszczyńskiego i M. Zająca, Wyd. SBP, Warszawa 2008, s. 11.

uwagi, emocjonalnego poruszania i angażowania całego człowieka. Mity z kolei zawierają w sobie głęboką treść, nasyconą energią wewnętrzną, która emanuje na zewnątrz, inspiruje, a także przechowuje pewne tajemnice. Do takich tajemnic mogą należeć urazy i kompleksy wczesnego dzieciństwa, ukryte w obrazach baśniowych. Dzieci chłoną je w sposób podświadomy wraz z przeżyciem estetycznym podczas odbioru – słuchania lub czytania baśni<sup>71</sup>.

Taki proces terapii przebiega przez trzy określone etapy, głęboko tkwiące w naukach psychologicznych, opartych na teorii dynamiki przeżyć estetycznych Caroline Shrodes. Pierwszy etap, przypomnijmy, to **identyfikacja** – daje uczestnikowi terapii przeżycie zastępcze, pozwala mówić o własnych uczuciach z zachowaniem pozorów mówienia o bohaterze. W fazie identyfikacji z postaciami literackimi powinny wystąpić kolejno: ekspresja afektu do bohatera, wyrażenie zgody bądź niezgody z jego opiniami, obawa o jego los, ekspresja homonimiczności (współjedności), przyjemność płynąca z własnego podobieństwa do bohatera. Drugi etap to **katharsis** – odreagowanie napięcia, doznanie oczyszczającej ulgi, kiedy w słowach występują emocje w stosunku do bohatera lub autora. Trzeci etap to **wgląd** – odkrywanie i pogłębianie wewnętrznego świata czytelnika w kontakcie z dziełem literackim<sup>72</sup>. Oryginalność koncepcji Caroline Shrodes polega na stwierdzeniu, że istnieją liczne powiązania między przeżyciem estetycznym a psychoterapią. Obydwie dziedziny poszukują drogi powrotu od marzeń do rzeczywistości. Identyfikacja z postaciami literackimi może doskonalić proces terapeutyczny.

**Przeżycie estetyczne jest podstawowym pojęciem w poezjoterapii.** Jego literacka odmiana wyróżnia się swoistymi cechami. Zaangażowanie wyobraźni i uczuć jest tu ważniejsze niż w innych rodzajach przeżyć estetycznych. Obcując z dziełem poetyckim (literackim), czytelnik obcuje ze światem za pośrednictwem słowa, a w trakcie odbioru wspiera się własną wyobraźnią i myśleniem pojęciowym. Przeżycie to ma zdecydowanie charakter osobisty, działa urokiem skojarzeń i przypomnień. Rozwija się w czasie, część po części, i dopiero w momencie zakończenia recepcji dzieła nabiera charakteru całościowego<sup>73</sup>, ponieważ jego przedmiotem nie jest realny obiekt (na przykład rzeźba, film), lecz przedmiot estetyczny (wiersz), będący wytworem konkretyzacji w świadomości odbiorcy<sup>74</sup>. Odbiorca uzupełnia przeczytany wiersz o wszystkie przeżycia, wzruszenia i sądy, jakie ten utwór w nim wywołuje. Poddaje się sugestiom czytanego dzieła i wzbogaca je własnymi treściami uczuciowymi, a zarazem wprowadza je w świat własnych przeżyć. **Na tym oczywiście zasadza się moc terapeutyczna zawarta w literackim (poetyckim) przeżyciu estetycznym.**

<sup>71</sup> A. Baluch, op. cit.

<sup>72</sup> *Wybrane zagadnienia z pedagogiki specjalnej*, pod red. E. Tomasiak, Warszawa 1997, s. 84.

<sup>73</sup> J. Plisiecki, *Przeżycie estetyczne dzieła literackiego*, w: *Relacje między kulturą wysoką i popularną w literaturze, języku i edukacji*, pod red. B. Myrdzik, M. Karwatowskiej, Wyd. UMCS, Lublin 2005, s. 385–386.

<sup>74</sup> Zob. W. Czernianin, *Przeżycie estetyczne jako kluczowe pojęcie biblioterapii – na przykładzie poglądów Romana Ingardena*, w: idem, *Teoretyczne podstawy biblioterapii*, Wyd. ATUT, Wrocław 2008.

#### II.2.4. Autopsychoterapia

Posługując się ustaleniami Stanisława Sieka, możemy określić autopsychoterapię jako „świadome i celowe stosowanie określonych środków psychicznych wobec samego siebie w celu wywołania we własnej osobowości określonych pozytywnych zmian”<sup>75</sup>. Autor ten zwrócił uwagę na dokonania filozofów w dziedzinie praktyki autopsychoterapii. Literatura filozoficzna zawiera bowiem rozważania, sentencje, rady, jak kierować na przykład swoimi emocjami, jak walczyć z lękiem i niepokojem, jak utrzymywać spokój wewnętrzny, jak ustosunkować się do doznawanych niepowodzeń i przeciwieństw losu, jak kształtować optymistyczne nastawienie do życia i ludzi, jak odnaleźć sens życia<sup>76</sup>.

Wiele tych problemów obecnych jest w poezji, zwłaszcza refleksyjno-filozoficznej, toteż jej czytanie może działać autopsychoterapeutycznie – przede wszystkim dlatego, że znajdujemy tam refleksje dotyczące tych samych problemów, które sami przeżywamy<sup>77</sup>. Problemy te przenikają do liryki filozoficznej w sposób szczególny. Poeci na ogół nie tworzą systemów filozoficznych, ale czynią przedmiotem swoich przeżyć problemy filozoficzne w sposób bezpośredni bądź też wyrażają swój stosunek do podstawowych problemów ludzkiej egzystencji na podstawie zespołu określonych przekonań filozoficznych<sup>78</sup>. Oto przykład refleksyjnego sonetu Adama Asnyka, wyrażającego postawę filozoficzną wobec przemijania, nieubłaganego upływu czasu:

#### *Nad głębiami, XII*

Wzniosłe dążenia, szlachetne pobudki,  
Rozpaczne walki, zgłiszczą i cmentarze,  
Róże miłości, uczuć niezabudki  
I ukochanych jasne przedtem twarze

We mgłach przeszłości nikną, jak sen krótki...  
A czas powoli w pamięci zamaże  
Najdroższe rysy i najcięższe smutki  
I echa wspomnień zgłuszony w dziennym gwarze.

Na próżno serce chce zatrzymać w głębi,  
Gdy szron jesienny kurczy je i ziębi,  
Wdzięczne obrazy błogości dziecięcej;

Próżno chce wskrzeszać bieg minionej chwili  
I tych, co z nami wspólnym życiem żyli:  
To, co już przeszło, nie powraca więcej!<sup>79</sup>

<sup>75</sup> S. Siek, *Autopsychoterapia*, Wyd. ATK, Warszawa 1985, s. 8.

<sup>76</sup> Z. Skorny, *Emocje a korekcyjna funkcja biblioterapii*, „Małe Formy Metodyczne. Bibliotekoznawstwo”, 1988, nr 1, Wyd. DODN, Wrocław 1988, s. 20.

<sup>77</sup> S. Siek, op. cit., s. 320.

<sup>78</sup> M. Głowiński, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, op. cit., s. 309.

<sup>79</sup> Ibidem.

Czytając te teksty, widzimy, że podobne trudności i kłopoty, jakie my przeżywamy, przeżywali także inni ludzie i w innych czasach. Taka lektura stwarza terapeutyczny dystans do siebie oraz do świata i jego spraw. **Właśnie ów dystans, jego zachowanie, działa tak bardzo autopsychoterapeutycznie.**

Działanie katharsis w lekturach poetyckich nastawionych na efekt terapeutyczny polega oczywiście na oddziaływaniu na psychikę, a za jej pośrednictwem – na samopoczucie i stan zdrowia człowieka. Potwierdzają to przedstawione wcześniej określenia funkcji terapeutycznych związanych z poszczególnymi elementami dzieła poetyckiego (literackiego) i z jego recepcją.

### III. Katharsis w poezjoterapii nastawionej na „oczyszczenie” moralne

#### III.1. Katharsis w formach twórczości lirycznej nastawionej na „oczyszczenie” moralne

Przez moralność rozumie się ten i tylko ten system norm, ocen i wzorów postępowania, który uznaje się za słuszny. Zgodnie z takim ujęciem nie każdy system norm i ocen jest moralnością, ponieważ cechą konstytutywną moralności jest jej słuszność lub – jak się czasem określa nieprecyzyjnie – „prawdziwość”. Przyjmujemy, że pojęcie moralności pełni tu funkcję określenia wartościującego ludzkie postawy, intencje i czyny jako dobre lub złe<sup>80</sup>. Moralność rozumiemy zatem bardzo ogólnie jako zbiór zasad (norm), które określają, co jest dobre (prawidłowe, nieszkodliwe), a co złe (nieprawidłowe, szkodliwe). W związku z tym „oczyszczenie” moralne interpretujemy jako postępowanie polegające na uświadomieniu sobie własnych win; jako transgresję, czyli przekraczanie sfer, jako ruch od czegoś, co jest złem, ku czemuś, co jest dobrem. Ten tajemniczy związek zła i dobra, grzechu i świętości jest czymś ważnym w poezji terapeutycznej, pozwala bowiem rozważać naturę człowieka. „Grzech i świętość, zło i dobro jawią się – pisze Stefan Sawicki – i w perspektywie początku, i w egzystencjalnym doświadczeniu – jako dialektycznie związane ze sobą przeciwieństwa w ramach pewnej złożonej, ważnej całości. Ksiądz Jan Twardowski, poeta, mówi: «Dla mnie największym dramatem jest [...] dramat wyboru pomiędzy dobrem a złem. Dramat moralności. Jakie to przerażające, że [...] człowiek może krzywdzić, wywołać wojnę. Ale przecież i w świecie upadającego człowieka można dostrzec tyle poświęcenia, miłości, dobroci, żalu. [...]. Dramat może być oczyszczeniem, trudną drogą do dobra»<sup>81</sup>. Dlatego też z niezwykłym wysiłkiem trzeba przechodzić z pejoratywnie nacechowanego (nieczystego) świata *profanum* do idealnego (czystego) świata *sacrum*. Sfery te są tak diametralnie odmienne, że znalezienie się w jednej z nich wymaga wyzbycia się

<sup>80</sup> Haśło *Moralność*, w: J. Dębowski, A. Drabarek, L. Gawor, S. Jedynak, E. Klimowicz, K. Kosiński, L. Dybel, *Mały słownik etyczny*, pod red. nauk. S. Jedynaka, Oficyna Wydawnicza „BRAN-TA”, Bydgoszcz 1994, s. 142–143.

<sup>81</sup> S. Sawicki, *Poetyka, interpretacja, sacrum*, PWN, Warszawa 1981, s. 181.

właściwości drugiej. Przeciwnieństwem *sacrum* jako sfery świętej jest więc *profanum* – sfera świeckości, w której odbywają się wszystkie codzienne wydarzenia z życia człowieka. Rozdzieleniu tych światów w planie pojęciowym odpowiadają w poezjoterapii twórcze i/lub lekturowe „rytuały oczyszczające”.

Pole tematyczne, na którym pojawiają się w poezjoterapii wspomniane „rytuały oczyszczające”, stanowią motywy, wątki, tematy sakralne, czy wręcz modlitwy poetyckie – stale obecne w tej twórczości. Oczywiście wskazanie problematyki „sakralnej” poprzez opozycję grzechu i świętości nie wyczerpuje zagadnienia katharsis w formach twórczości lirycznej nastawionej na „oczyszczenie” moralne – tylko je przybliża, jest ono bowiem znacznie szersze. Wydaje się, że religijność poezji można rozumieć w dwojaki sposób: odnajdujemy w niej przede wszystkim to, co można by nazwać sakralnym widzeniem człowieka i kontemplację obecności Boga; poezja religijna może być doświadczeniem Boga, często w formie modlitwy poetyckiej jako kolokwium człowieczo-Boskiego, to znaczy – według Andrzeja Jastrzębskiego i Antoniego Podsiada – modlitwy religijnej zaświadczonej w poezji, rozumianej jako poetycka wypowiedź religijna odniesiona bezpośrednio do Boga (lub też do Jego pośredników: Matki Boskiej, aniołów i świętych)<sup>82</sup>. Oto przykład prośby o „oczyszczenie” moralne w modlitwie poetyckiej:

### ***Prośba o spokojną noc***

W tej spokojnej godzinie wieczornej,  
Kiedy kładę się spać,  
Pozwól, o Panie, mój Stwórco i Boże,  
Stanąć przed Tobą jako płótno.  
Pozwól, by dusza ma, która,  
Jak mówisz Ty sam, jest nieśmiertelna,  
Mogła spocząć w pokoju tej nocy.

Wybacz mi wszystko to,  
Co wydało Ci się grzeszne.  
Wybacz słowa, którymi może  
Krzywdziłam bliźniego swego.

Racz spojrzeć na mnie, biedną istotę,  
Chcącą Ci, Jezu, w tym wieczornym mroku  
Powiedzieć wszystko,  
Co gnębi i boli.  
Niechaj się stanie,  
Tak jak Ty chcesz, Panie.  
Dopomóż mi jednak,  
Proszę Cię, usłysz me wołanie.<sup>83</sup>

<sup>82</sup> A. Jastrzębski, A. Podsiad, *Wstęp*, w: *Z głębokości... Antologia polskiej modlitwy poetyckiej*, Wyd. PAX, Warszawa 1966, s. XXVII.

<sup>83</sup> Małgorzata Porada, w: *Przesłanie nadziei*, s. 127.

**Siła terapeutyczna modlitwy (także poetyckiej) wypływa ze skupienia się na niej, wręcz utożsamienia woli człowieka i Boga<sup>84</sup>.** Organicznym elementem modlitwy, miarą jej wartości moralnej jest szczerza wewnętrznie postawa człowieka wierzącego. Pozostając bowiem w kręgu prawdy, autentyczności, szczerości, obracamy się tym samym w sferze tych wartości życia ludzkiego, bez których niemożliwy byłby prawidłowy rozwój osobowości człowieka, a które stanowią niezbędny warunek każdej rzetelnej modlitwy. Modlitwa prawdziwa, szczerza jest możliwa jedynie na gruncie wiary rozumnej, nie tej ślepej, irracjonalnej. Jeżeli zatem na jednym krańcu mamy do czynienia z modlitwą szczerą, prawdziwą, to na drugim może się pojawić zakłamanie, faryzeizm, obłudą. Potwierdzają to historia religii i religioznawstwo, etyka i psychologia, także socjologia, a nawet psychiatria, która ujmuje modlitwę jako właśnie czynnik terapeutyczny<sup>85</sup>.

### **III.2. Katharsis w poetyckich lekturach nastawionych na „oczyszczenie” moralne**

Zalecanie lektury ksiąg religijnych było jednym ze sposobów leczenia „chorych dusz” już przed wiekami. Rzecz raczej znana w biblioterapii, odkąd ona istnieje. „Oczyszczające” moralnie czytanie poezji religijnej jako modlitwy jest tu nieuniknione, choć nie każda zapisana w języku poetyckim modlitwa, zachowująca wartość religijną, ma zdolność wywołania w nas swoistej reakcji natury estetycznej. Również nie każda modlitwa odpowiadająca kryteriom poetyckim jest zadowalająca w sensie religijnym, gdyż religijność bez wątplenia jest pojęciem wieloznacznym<sup>86</sup>. W naszych rozważaniach szczególną wagę ma jej aspekt psychologiczny. Już pobieżna obserwacja wskazuje, że nie każdy poeta, w którego dorobku można znaleźć utwory religijne, tym samym staje się poetą religijnym, co oznacza, że twórczość poetycka, której nieobca jest tematyka religijna, nie musi przejawiać religijności jako konstytutywnego motywu<sup>87</sup>. Na przykład religijność takiego kontrowersyjnego dziewiętnastowiecznego poety francuskiego, jak Charles Baudelaire, którą odkrywamy w jego przejmujących modlitwach poetyckich („Ach, Panie, wlej mi tyle siły i odwagi, / Bym bez wstrętu mógł patrzeć na swe serce i ciało!”), znamionował skrajny indywidualizm i egocentryzm. Dla twórcy *Kwiatów zła* modlitwa miała sens niemal wyłącznie autoutylitarny, nie transcendentny, była dokładnie tym, co sam poeta nazwał „higieną duszy”<sup>88</sup>.

Z kolei jeden z największych polskich poetów religijnych, Cyprian Kamil Norwid, patrzył i rozumiał poprzez *sacrum*. Wszystko widział w sakralnej perspektywie<sup>89</sup>. W takiej uświęconej przestrzeni obecny jest w poezji Norwida człowiek, którego godność, godność osoby, „osoby świętej”, ceni poeta szczególnie wysoko. Widzi go stale w dwóch

---

<sup>84</sup> Zob. W. Czernianin, *O terapeutycznym wymiarze wiary religijnej*, w: idem, *Teoretyczne podstawy biblioterapii*, s. 82.

<sup>85</sup> Ibidem, s. 79.

<sup>86</sup> A. Jastrzębski, A. Podsiad, op. cit., s. XXVII.

<sup>87</sup> Ibidem, s. XXVIII.

<sup>88</sup> Ibidem, s. XXXI.

<sup>89</sup> S. Sawicki, op. cit., s. 186.



perspektywach: doczesnej i wiecznej, jako „Pył marny i rzecz-Bożą”. Z jednej strony uwikłanie w zło i grzech, z drugiej udział w życiu Bożym. Tajemnica skażenia złem i odkupienia leży u podstaw Norwidowej koncepcji człowieka. A w każdym człowieku widzi Norwid przede wszystkim pielgrzymą i kapłaną<sup>90</sup>, jak w wierszu *Pielgrzym*:

1  
Nad stanami jest i s t a n ó w – s t a n,  
Jako wieża nad płaskie domy  
Stercząca, w chmury...

2  
Wy myślicie, że i ja nie Pan  
Dlatego, że dom mój ruchomy  
Z wielbłądziej skóry...

3  
Przecież ja – aż w nieba łonie trwam,  
Gdy ono duszę mą porywa,  
Jak piramidę!

4  
Przecież i ja – z i e m i t y l e m a m,  
I l e j e j s t o p a m a p o k r y w a,  
D o p o k ą d i d ę!...<sup>91</sup>

Pielgrzym jest zawsze w drodze. Bez domu, bez własnej ziemi. Ironią dźwięczą słowa o posiadaniu w ostatniej strofie. Cel wędrówki symbolizuje wieża „stercząca w chmury”, piramida porywana przez niebo, biblijne łono niebios. Wiersz *Pielgrzym* jest utworem o pielgrzymim przeznaczeniu człowieka<sup>92</sup>.

**Lektura tego rodzaju poezji, z ciągłą pamięcią o sakralnym horyzoncie odniesienia, to formuła, w której przeżywamy „oczyszczenie” moralne.** Wyznacza ona tym samym przestrzeń poezjoterapii, określoną ową rozpiętością między *profanum* a *sacrum*, jako miarą postaw moralnych. Na przykład w jednym z „wierszy szpitalnych” księdza Ludwika Szczepaniaka odnajdujemy wyobrażenie Boga Miłości pod postacią prostego człowieka, który opuszcza tereny oficjalnego *sacrum*, aby przebywać przy umierających dzieciach; wyobrażenie to ma charakter i postulat, i uogólnienia wartości głęboko chrześcijańskich, a zarazem humanistycznych:

### ***Gdzie jest Bóg?***

Spotkałem Boga i nie poznałem:  
Był prostym człowiekiem.

<sup>90</sup> Ibidem, s. 187.

<sup>91</sup> C. K. Norwid, *Pielgrzym*, w: idem, *Pisma wierszem i prozą*, s. 64–65.

<sup>92</sup> S. Sawicki, op. cit., s. 187.

Nie chciał ode mnie prawie nic,  
Tylko czasu i współczucia dla chorych.

Uznałem Go za głupca,  
Pobiegłem szukać w zakrystii i kościele.  
Tam mi powiedzieli, że Bóg przed chwilą wyszedł.  
Zdenerwowany spytałem – dokąd?!

Kościelny bezradnie rozłożył ręce,  
Ściszonym głosem, jakby wstydył się, wykrztusił:  
Panie, nie wiem, ale mówią,  
Że On odwiedza umierające dzieci.<sup>93</sup>

Zdaniem Aliny Aleksandrowicz ten doskonały liryk, małe arcydzieło poezji, poprzez zabiegi antropomorfizacji przybliży odbiorcom oraz otacza nimbem majestatu zwykłe, ale przecież podniosłe i serdeczne zachowania<sup>94</sup>. Szeroko rozpięta perspektywa humanizmu chrześcijańskiego, nakazującego czcić Boga poprzez czyn ujawniający się w postawie wobec drugiego człowieka, czyn „bezzyskowny”, wynikający z podporządkowania siebie ludziom słabszym, cierpiącym, bezbronny, spaja w jedną całość wszystkie „cierniowe” wiersze księdza Lucjana Szczepaniaka SCJ. „Cierniowe”, bo mówiące o niezawinionym i udostojnionym cierpieniu, najczęściej nieuleczalnie chorych dzieci. Te wiersze sięgają wnikliwie istoty wartości chrześcijańskich, poszukują wskaźników autentyczności wiary, odrzucają natomiast wartości pozorne, zafalszowane, obliczone na pokaz. Rangi imperatywu moralnego nabiera wskazanie, że Opus Dei powinno być realizowane w trudzie dnia codziennego, cicho i bez rozgłosu. Bóg uobecnia się bowiem w innych ludziach, często biednych, cierpiących, opuszczonych<sup>95</sup>.

## IV. Katharsis w poezjoterapii nastawionej na doświadczenie mistyczne

### IV.1. Katharsis w formach twórczości lirycznej nastawionej na doświadczenie mistyczne

Doświadczenie mistyczne jako ekstatyczne przeżycie wewnętrznej bezpośredniej łączności z rzeczywistością uważaną za Boga lub Absolut siłą rzeczy najlepiej wyraża się

---

<sup>93</sup> Ks. L. Szczepaniak SCJ, *Bo byłem chory...* (Mt 25,36). *Poezje szpitalne*, wstęp, wybór, opracowanie A. Aleksandrowicz, Wyd. DEHON, Kraków 2005, s. 5.

<sup>94</sup> Ibidem, s. 5–6.

<sup>95</sup> Ibidem. Warto wiedzieć, że dwumiesięcznik dla chorych zatytułowany „Wstań”, wydawany przez księży sercanów, w osobnym dziale *Słowa oczekiwane* publikuje wiersze czytelników, nierzadko pacjentów szpitalnych. Utwory tego typu nieczęsto trafiają do druku. Są odbiciem przeżyć skrywanych, rejestrem cierpienia, bezradności, często niezawinionego osamotnienia.

w poezji, jeśli ma choćby w niewielkim stopniu przekazać ogrom i głębię mistycznych doznań i przeżyć, owych „słów wewnętrznych”, których nie może udźwignąć język dyskursywny<sup>96</sup>. „Gdyż – pisał szesnastowieczny mistyk hiszpański święty Jan od Krzyża – są to rzeczy tak głębokie i duchowe, że na ich wyrażenie brakuje słów. Rzeczy duchowe bowiem przewyższają wszelki zmysł”<sup>97</sup>. Zapisy doświadczenia mistycznego niejednokrotnie cechują się znaczną wartością literacką. Przybierają wtedy często postać poetycką – poezji mistycznej. Obszerne komentarze, na przykład właśnie świętego Jana od Krzyża, niewątpliwie rozjaśniają jego mistyczną poezję, w której zaskakują metafory miłosnego zjednoczenia, szokujące śmiałością, zadziwiający oczyszczeniem i ostatecznym spotęgowaniem swej semantycznej przenikliwości i siły, splatające się z metaforyką ognia i światła, przebijające się wspólnym wysiłkiem przez ograniczoną konwencjonalnych znaków<sup>98</sup>. Wczytajmy się w tekst pod tytułem *Śpiew duszy pogrążonej w głębokim zjednoczeniu z Bogiem*:

I

O żywy płomieniu miłości,  
 Jak czule rani siła żaru twego  
 Środka mej duszy najgłębsze istnienie!  
 Bo nie masz w sobie już bólu żadnego!  
 Skończ już! – jeśli to zgodne z twoim pragnieniem!  
 Zerwij zasłonę tym słodkim zderzeniem!

II

O słodkie żaru upalenie!  
 O rano pełna uczucia błogiego!  
 O rękę miłą, o czułe dotknięcie,  
 Co dajesz przedsmak życia wieczystego  
 I spłacasz hojnie wszystkie zaległości!  
 Przez śmierć wprowadzasz do życia pełności!

III

Pochodnie ognia płonącego,  
 W waszych odblaskach jasnych i promiennych,  
 Otchłanie głębin zmysłu duchowego,  
 Który był ślepy, pełen mroków ciemnych,

Jak zauważa A. Aleksandrowicz (s. 6), wiersze szpitalne przejmują rolę pamiętnika lub dziennika, sporządzanego dorywczo, z autentycznej potrzeby uczuć, i mają jednego tylko adresata – siebie samego lub najbliższe osoby. Trzeba dodać, że są formą poezjoterapii.

<sup>96</sup> S. Sawicki, op. cit., s. 190–191. Zob. także antologię poezji księży poetów: Z. Łączkowski, *Wolność nie zniewolona, czyli spacerkiem przez sacrum i profanum*, red. K. Kasprzak, S. Lenart, M. Stępkowska, Wyd. Staromiejski Dom Kultury, Warszawa 1997.

<sup>97</sup> Święty Jan od Krzyża Doktor Kościoła, *Żywy płomień miłości*, z hiszpańskiego przełożył B. Smyrak OCD, Wyd. Karmelitów Bosych, Kraków 2003, *Prolog*, s. 18.

<sup>98</sup> S. Sawicki, op. cit., s. 191.

Teraz z dziwnymi doskonałościami  
Niosą Miłemu żar swój wraz z blaskami!

IV

O jak łagodnie i miłośnie  
Budzisz się, Miły, w głębi łona mego,  
Gdzie sam ukryty przebywasz rozkosznie!  
A słodkim tchnieniem oddechu Twojego  
Pełnego skarbów wieczystych i chwały,  
Jak słodkie wzniecasz miłości zapawy!<sup>99</sup>

**Moc terapeutyczna zawarta jest w ekstazie**, to właśnie ona była najwyższym wtajemniczeniem i właściwym celem nauki Plotyna, greckiego filozofa żyjącego w III wieku naszej ery, czołowego przedstawiciela neoplatonizmu i filozofii mistycznej. „Plotyn, mówiąc o ekstazie, używa mistycznych wyrażen i porównań. Piękno zmysłowego świata zbudziło jaźń z cielesnego uśpienia i sprawiło, że pokochała duszę, umysł i Absolut coraz wznioślejszą miłością, by stać się duszą, umysłem i Absolutem [...]. Do umysłu, czyli do świata idei, dochodzi się przez odrzucenie zmysłowych wyobrażeń, a do Absolutu przez odrzucenie idei: w miarę postępu zanika świadomość intelektualna i intuicyjna, aż w końcu, w chwili właściwej ekstazy, pozostaje już tylko uczucie bezbrzeżnej miłości i bezbrzeżnego szczęścia w błogiej powodzi światła”<sup>100</sup>. Takie przeżycie ekstatyczne ilustruje wiersz *I miałem chwile takiego zachwytu...* Kazimierza Przerwy-Tetmajera, oto jego fragment:

I miałem chwile takiego zachwytu,  
jakbym już nie był więcej częścią bytu...  
[...]

I nic nie czułem, co człowiek czuć może,  
zdało się, szaty Twej dotykam, Boże,  
i złudnie ludzkiej odjęty pamięci,  
przez chwilę byłem, jak są wniebowzięci...<sup>101</sup>

Wiele takich zapisów poetyckich nie ma jednak wartości literackiej i należy do twórczości religijnej rozumianej raczej jako dział literatury dydaktycznej. **W poezjoterapii między wartością poetycką zapisu doświadczenia mistycznego a wartością duchową tego doświadczenia musi zachodzić ścisły związek, albowiem tylko w nim przeżycie poetyckie może stać się analogiczne do przeżycia mistycznego, jako jego dalekie podobieństwo.**

<sup>99</sup> Święty Jan od Krzyża Doktor Kościoła, op. cit., s. 21–22.

<sup>100</sup> A. Krokiewicz, *Wstęp*, w: Plotyn, *Enneady*, przeł. i wstępem poprzedził A. Krokiewicz, PWN, Warszawa 1959, t. I, s. LXIX i LXXI.

<sup>101</sup> Cyt. za: A. Jastrzębski, A. Podsiad, op. cit., s. XLI–XLII.

## IV.2. Katharsis w lekturach nastawionych na doświadczenie mistyczne

Niemiecki mistyk z przełomu XIII i XIV wieku, Mistrz Eckhart, stwierdził, że „w każdym z nas istnieje dwóch ludzi. Jeden zwie się «człowiekiem zewnętrznym» – jest to życie zmysłowe. Temu człowiekowi służy pięć zmysłów, działa on jednak mocą pochodzącą od duszy. Drugi nazywa się «człowiekiem wewnętrznym» – jest to jego życie duchowe”<sup>102</sup>.

Rzeczywistość duchowa może być różnie przedstawiana. Zobaczmy to na przykładzie opisu – dokonanego przez Ericha Auerbacha<sup>103</sup> – swoistości stylu homeryckiego, któremu autor przeciwstawia styl tekstu starotestamentowego, a więc również epickiego i również starożytnego, lecz wywodzącego się z całkowicie odmiennego świata – świata biblijnego. Jak już wspomniano, wielką poezję epicką prędko otoczyła legenda, ponieważ w utworach Homera Grecy widzieli księgi objawione, zawierały one bowiem mity religijne, a ich bohaterami byli zarówno bogowie, jak ludzie. Oczywiście pojmowanie bóstwa przez Greków było zupełnie inne niż pojmowanie bóstwa przez Żydów, trudno zatem wyobrazić sobie większe kontrasty stylu niż te, które istnieją między tymi dwoma tekstami. Tym bardziej interesująco przedstawia się ukazana w nich problematyka duchowa. Do szczegółowej analizy stylistycznej Auerbach wybrał historię Odysa, Penelopy i Euryklei, którą Homer przedstawił w *Odysei*, oraz biblijną przypowieść o Abrahamie i Izaaku ze Starego Testamentu.

W pierwszym wypadku chodzi o wzruszającą scenę z pieśni XIX, w której stara szafarka Eurykleja, niegdyś mamka Odysusza, rozpoznaje go, teraz powracającego, po bliźnie na udzie:

[...], a starka miednik wraz przyniosła śliczny  
Do nóg mycia, i wlała w niego zdroj kryniczny,  
Przymieszawszy coś wrzątku. Odys przy ognisku  
Usiadł, lecz się odwrócił w ciemności od połysku,  
Bowiern pomyślał sobie, że przy tym nóg myciu  
Blizna, jaką ma, łatwo podpadnie odkryciu.  
Starka zaś, przystąpiwszy, poczęła myć pana,  
I zaraz ją poznała. Blizna ta zadana  
Niegdyś białym kłem dzika, jeszcze w owym czasie,  
Gdy bywał w odwiedzinach na górkim Parnasie  
U Autolyka, ojca matki swej rodzonej.<sup>104</sup>

<sup>102</sup> Mistrz Eckhart, *Traktaty. Pouczenie duchowe – Księga Boskich pocieszeń – O człowieku szlachetnym – O odosobnieniu*, tłum. i oprac. W. Szymona OP, Wyd. W DRODZE, Poznań 1987, s. 160. Cyt. za: *Duchowy rozwój człowieka, fazy życia – osobowość – wiara – religijność. Stadialne koncepcje rozwoju w ciągu życia*, pod red. P. Sochy, Wyd. UJ, Kraków 2000, s. 11.

<sup>103</sup> E. Auerbach, *Mimesis. Rzeczywistość przedstawiona w literaturze Zachodu*, przełożył i przedmową opatrzył Z. Żabicki, przedmowa do drugiego wydania M. P. Markowski, Wyd. Prószyński i S-ka, Warszawa 2004, rozdział 1. *Blizna Odysa*, s. 29–48.

<sup>104</sup> Homer, *Odyseja*, tłum. L. Siemieński, wstępem poprzedziła Z. Abramowiczówna, opracował i objaśnieniami opatrzył J. Łanowski, Wyd. Ossolineum, BN, seria II, nr 21, Wrocław 2003, s. 379–381.

W tej właśnie chwili, w której szafarka rozpoznaje bliźnię, pojawia się w tekście obszerna dygresja. Czytelnik zostaje wyczerpująco poinformowany o osobie Autolikosa, narodzinach Odyseusza, młodości, okolicznościach wizyty Odyseusza, jego zranieniu, ozdrowieniu, zatroskaniu rodziców – opis ten niczego nie pozostawia w cieniu i dokładnie kreśli poszczególne przedmioty i łączące je związki. Oto fragment początkowy tej dygresji:

Właśnie się ów Autolyk w Itace znachodził,  
Kiedy córka mu zległa i wnuk się narodził.  
Eurykleja złożyła na kolanach dziada  
Dziecię pod koniec uczyty i tak doń powiada:  
„Autolyku, ot wnuk twój – daj mu jakie imię.  
Wnukaś pragnął, od ciebie niech więc miano przyjmie”.  
I Autolyk tak mówił do córzy i zięcia:  
„Drodzy moi, wynajdę imię dla dziecięcia;  
A ponieważ z niewiasty i mężmi skłócony  
Sierdząc się na ród ludzki w waszem przybył strony –  
Więc zwijmy go Odysem: sierdzistym zwę wnuka”.<sup>105</sup>

I dopiero po siedemdziesięciu wersach takiej dygresji narrator powraca do izby Penelopy; wówczas Eurykleja, która bliźnię rozpoznała jeszcze przed dygresją, w trwodze wypuszcza z rąk do miednicy nogę Odyseusza:

Właśnie starka tę bliźnię pod dłonią spotyka,  
A poznawszy, jak miała nogę jego w rękę,  
Tak puściła – ta w miednik upadła i brzęku  
Narobiwszy, naczynie z wodą przechybnęła.  
Ona trwogą zadrżała, radością spłoneęła,  
Głos jej zastygł, a łyzy się cisną; [...].<sup>106</sup>

Eurykleja chciała wybuchnąć radością, lecz Odyseusz powstrzymał ją cichym pochlebstwem i groźbą; piastunka odzyskała panowanie nad sobą i powściągnęła swój gest. Penelopa, której uwaga za sprawą Ateny odwrócona została od tych wydarzeń, nie spostrzegła jeszcze niczego<sup>107</sup>.

Wydaje się, że dygresja ma intensyfikować napięcie, lecz jej elementy nie są pisane w taki sposób, aby zapierały dech czytelnikom, bądź też słuchaczom. Charakterystyczne dla Homerowej dygresji jest również to, że wypełnia ona cały pierwszy plan; zresztą styl jego zna wyłącznie plan pierwszy, zna wyłącznie teraźniejszość równo-

<sup>105</sup> Ibidem, s. 381.

<sup>106</sup> Ibidem, s. 383.

<sup>107</sup> E. Auerbach, op. cit., s. 29–30.

miernie oświetloną i równomiernie zobiektywizowaną; Homer nie zna jakiegokolwiek „dalszego planu”. To, co opowiada, jest za każdym razem jedyną terażniejszością, wypełnia całkowicie świadomość i scenę wydarzeń. Homer przedstawia nam „tylko spokojny byt i działanie przedmiotów zgodnie z ich naturą” – jak zauważył Fryderyk Schiller<sup>108</sup>. Podstawowy impuls homeryckiego stylu polega na tym, że unaocznia się dokładnie wszystkie zjawiska, czyni się je dotykalnymi i widzialnymi we wszystkich częściach i określa je dokładnie we wszystkich związkach przestrzennych i czasowych. Podobnie dzieje się z wydarzeniami rozgrywającymi się w świadomości bohaterów; również tutaj nie może być żadnych ukryć i niedomówień. Ludzie Homera odsłaniają się bez reszty, także w chwili afektu; czego nie powiedzą innym, powiedzą to sobie w duchu, tak aby czytelnik się o tym dowiedział. Wiele rzeczy strasznych dzieje się w poematach homeryckich, ale nigdy w milczeniu<sup>109</sup>.

Swoistość stylu homeryckiego ujawni się jeszcze wyraźniej, kiedy przeciwstawi mu się tekst starotestamentowy *Moria*, z epizodem ofiary Izaaka:

„A po tych wydarzeniach Bóg wystawił Abrahama na próbę. Rzekł do niego: «Abrahamie!» A gdy on odpowiedział: «Oto jestem» – powiedział: «Weź twego syna jedynego, którego miłujesz, Izaaka, idź do kraju Moria i tam złóż go w ofierze na jednym z pagórków, jakie ci wskażę». Nazajutrz rano Abraham osiodłał swego osła, zabrał z sobą dwóch swych ludzi i syna Izaaka, narąbał drzewa do spalenia ofiary i ruszył w drogę do miejscowości, o której mu Bóg powiedział. Na trzeci dzień Abraham, spojrzawszy, dostrzegł z daleka ową miejscowość. I wtedy rzekł do swych sług: «Zostańcie tu z osłem, ja zaś i chłopiec pójdziemy tam, aby oddać pokłon Bogu, a potem wrócimy do was». Abraham, zabrawszy drwa do spalenia ofiary, włożył je na syna swego Izaaka, wziął do ręki ogień i nóż, po czym obaj się oddalili.

Izaak odezwał się do swego ojca Abrahama: «Ojcze mój!» A gdy ten rzekł: «Oto jestem, mój synu» – zapytał: «Oto ogień i drwa, a gdzież jest jagnię na całopalenie?» Abraham odpowiedział: «Bóg upatrzy sobie jagnię na całopalenie, synu mój». I szli obydwoj dalej. A gdy przyszli na to miejsce, które Bóg wskazał, Abraham zbudował tam ołtarz, ułożył na nim drwa i związawszy syna swego Izaaka położył go na tych drwach na ołtarzu. Potem Abraham sięgnął ręką po nóż, aby zabić swego syna. Ale wtedy Anioł Pański zawołał na niego z nieba i rzekł: «Abrahamie, Abrahamie!» A on rzekł: «Oto jestem». [Anioł] powiedział mu: «Nie podnoś ręki na chłopca i nie czyń mu nic złego! Teraz poznałem, że boisz się Boga, bo nie odmówiłeś Mi nawet twego jedynego syna». Abraham, obejrzawszy się poza siebie, spostrzegł barana uwikłanego rogami w zaroślach. Poszedł więc, wziął barana i złożył w ofierze całopalnej zamiast swego syna. I dał Abraham miejscu temu nazwę «Pan widzi». Stąd to mówi się dzisiaj: «Na wzgórzu Pan się ukazuje».

<sup>108</sup> Ibidem, s. 31.

<sup>109</sup> Ibidem, s. 32.

Po czym Anioł Pański przemówił głośno z nieba do Abrahama po raz drugi: «Przysięgam na siebie, wrocznia Pana, że ponieważ uczyniłeś to, a nie oszczędziłeś syna twego jedynego, będę ci błogosławił i dam ci potomstwo tak liczne jak gwiazdy na niebie i jak ziarenka piasku na wybrzeżu morza; potomkowie twoi zdobędą warownie swych nieprzyjaciół. Wszystkie ludy ziemi będą sobie życzyć szczęścia [takiego, jakie jest udziałem] twego potomstwa, dlatego że usłuchałeś mego rozkazu».

Abraham wrócił do swych sług i wyruszywszy razem z nimi w drogę, poszedł do Beer-Szeby.

I mieszkał Abraham nadal w Beer-Szebie<sup>110</sup>.

Już początek wprawia nas w zadziwienie, gdy porównujemy go ze stylem Homera. Przede wszystkim zadajemy pytanie: gdzie znajdują się obaj rozmówcy? Nie zostało to bowiem powiedziane. Zdajemy sobie sprawę, że nie mogą się oni w każdej chwili znajdować w tym samym miejscu na ziemi, że wobec tego jeden z nich – Bóg – musiał skądś przybyć, że musiał z jakichś wyżyn czy głębin wdrzeć się w sferę ziemską, aby przemówić do Abrahama. Skąd? O tym też nie ma tu wzmianki. Nie przybył przecież, tak jak Zeus czy Posejdon, od Etiopów, u których weselił się przy uczcie ofiarnej. Nie dowiadujemy się również niczego o przyczynie, która skłoniła go, by tak straszliwie doświadczyć Abrahama. Nie omówił jej przecież – jak uczyniłby to Zeus – wraz z innymi bogami w uporządkowanej przemowie wygłoszonej podczas narady; nie poinformowano nas także, co rozważał we własnym sercu; niespodziewanie i zagadkowo pojawia się na scenie z nieznanymi wyżyn i głębin i woła: Abrahamie!<sup>111</sup> Po tym początku Bóg wydaje rozkaz i teraz rozpoczyna się sama opowieść; rozwija się ona bez jakichkolwiek dygresji, w niewielu zdaniach głównych. Rzeczą nie do pomyślenia byłoby tu opisy (a więc obecność przymiotników, epitetów) sprzętów, krajobrazu, osłów czy pachołków, którzy towarzyszą wyprawie Abrahama – wszystko służy wyłącznie celowi nakazanemu przez Boga.

Na tym kontrprzykładzie widać więc, jakie znaczenie mają opisowe przymiotniki i dygresje w poematach Homera: przede wszystkim zapobiegają one jednostronnemu skoncentrowaniu się czytelnika na przedstawianym momencie kryzysu; nawet przy najstraszliwszym wydarzeniu stają na przeszkodzie narastaniu uciążliwego napięcia. W epizodzie ofiary Abrahama zaś napięcie to jest obecne<sup>112</sup>. W poematach Homera zjawiska odtwarzane są w pełnym ukształtowaniu, równomiernie oświetlone, określone czasowo i przestrzennie, powiązane między sobą bez niedopowiedzeń i pojawiające się na pierwszym planie; myśli i uczucia – wypowiedziane, wydarzenia rozwijające się w sposób swobodny i ubogie w napięcia. Z kolei w Biblii spośród zjawisk charakteryzuje się tylko to, co ważne jest dla celu akcji, reszta pozostaje w cieniu; myśli i uczucia nie są wyrażane, sugerują je tylko milczenie i fragmentaryczne wypowiedzi. Całość

<sup>110</sup> *Pismo Święte Starego i Nowego Testamentu*, w przekładzie z języków oryginalnych, opracował zespół biblistów polskich z inicjatywy benedyktynów tynieckich, wydanie czwarte, Pallottinum, Poznań–Warszawa 1989, Księga Rodzaju, Rozdział 22.

<sup>111</sup> E. Auerbach, op. cit., s. 33–34.

<sup>112</sup> *Ibidem*, s. 37.



w najwyższym i nieprzerwanym napięciu skierowana jest ku jednemu celowi, a przez to staje się o wiele bardziej jednolita, pozostaje przy tym zagadkowa i na dalszym planie. Okazuje się bowiem, że poszczególne postacie mogą być przedstawione na dalekim planie – taką postacią jest Bóg w całej Biblii, ponieważ nigdy nie można ogarnąć go w jego obecności tak, jak można było ogarnąć Zeusa; zawsze pojawia się tylko jakiś element wiążący się z jego istotą, on sam zaś ukryty jest w głębi<sup>113</sup>.

Nawet ludzie są w opowieściach biblijnych o wiele bardziej „wyposażeni w głębszy plan” niż ludzie Homerowi; odczuwamy w nich o wiele większą głębię czasową, o wiele większą głębię losu i głębię świadomości, mimo że prawie zawsze są całkowicie zamknięci w zaprzatającym ich wydarzeniu, nigdy nie oddają mu się bez reszty, na tyle, aby utracić trwałą świadomość tego, co dzieło się z nimi kiedy indziej i gdzie indziej; ich odczucia i myśli są bardziej wielowarstwowe i bardziej powikłane. Abraham przypomina sobie – i jest tego stale świadomy – co Bóg mu obiecał i co już spełnił; toteż jego umysł jest głęboko rozdarty między pełnym rozpaczy oburzeniem a pełnym nadziei oczekiwaniem, jego milczące posłuszeństwo jest o wiele bardziej złożone i pełne głębi niż zachowanie postaci homeryckich. W tego rodzaju problematycznej sytuacji duchowej nie mogliby się w ogóle znaleźć bohaterowie Homera, których los określony jest w sposób jednoznaczny.

Poematy Homera, których kultura plastyczna, językowa i przede wszystkim syntaktyczna wydaje się lepiej uformowana, są jednak stosunkowo proste pod względem kreowanego przez nie obrazu; są również proste w szerszym sensie – w odniesieniu do rzeczywistości życiowej, jaką odtwarzają. Radość, którą budzi egzystencja zmysłowa, jest dla nich wszystkim; a uprzytomnienie sobie tej radości jest ich najwyższym dążeniem. Dlatego właśnie obserwujemy bohaterów w ich życiu pełnym uroku, ukazanym w sposób plastyczny na tle obyczajów, krajobrazu i zajęć codziennych. Tak podbijają nas oni swym urokiem, zabiegają o nasze względy, aż wreszcie sami zaczynamy żyć rzeczywistością ich egzystencji – i właśnie dlatego, dopóki czytamy owe utwory lub ich słuchamy, staje się nam całkowicie obojętna świadomość, że to wszystko jest tylko legendą, że to wszystko jest zmyślone. Poematy Homera niczego nie ukrywają, nie wynikają z nich żadne nauki i nie jest w nich utajony żaden podwójny sens<sup>114</sup>.

Wszystko to zupełnie inaczej przedstawia się w opowieściach biblijnych. Ich celem nie jest ewokacja uroków zmysłowych, a jeśli mimo to pierwiastek sensualny okazuje się w nich bardzo żywotny, to dlatego, że w zmysłowym tworzywie życia konkretyzują one procesy etyczne, religijne i duchowe, które są jedynym ich celem. Ów zamysł religijny pociąga za sobą jednak bezwzględne roszczenie do prawdy historycznej. Przypowieść o Abrahamie i Izaaku bynajmniej nie została lepiej poświadczona przez historię niż anegdota o Penelopie, Euryklei i Odyseuszu – i tu, i tam mamy do czynienia z legendą. Wszelako narrator biblijny musiał wierzyć w prawdziwość zarówno tej, jak i innych opowieści o ofierze Abrahama – trwałość uświęconego porządku życia opierała się bowiem na prawdziwości tego rodzaju historii<sup>115</sup>. Poematy Homera

<sup>113</sup> Ibidem.

<sup>114</sup> Ibidem, s. 39.

<sup>115</sup> Ibidem.

tworzą określony, ograniczony czasowo i przestrzennie związek pomiędzy faktami; obok tego związku, ponad nim i poza nim można sobie wyobrazić – łatwo i bezkonfliktowo – całkiem inne powiązania między wydarzeniami. W przeciwieństwie do poematów Homera, Stary Testament zawiera jednak historię świata; zaczyna się u początku wszechrzeczy, w chwili stworzenia świata, i pragnąłby się zakończyć w Dniu Ostatnim, w chwili spełnienia obietnicy, która oznacza koniec świata.

Zresztą świat dziejowy, który tworzy Pismo Święte, nie rości sobie praw tylko do tego, aby być rzeczywistością prawdziwą historycznie; świat ów głosi, że jest światem jedynie prawdziwym, powołanym wyłącznie do panowania. Stwierdzeniu temu nie można zarzucić, że jest zbyt daleko idące, że pretensje do panowania zgłasza tu nie historia, lecz po prostu doktryna religijna, ponieważ opowieści biblijne nie są, jak opowieści homeryckie, opowiedzianą „rzeczywistością”. W opowieści biblijne wciela się nauka i obietnica, są one z nimi stopione nierozłącznie; właśnie dlatego opowieści te są tak mroczne i pełne głębi, zawierają drugi, ukryty sens. Płynące z nich nauki nadają tekstowi tak wielki ciężar, tak bardzo napełniają go treścią, tyle w nich zawiera się wskazówek co do istoty bóstwa i postawy człowieka pobożnego, że wierny musi wciąż na nowo się w nich zatapiać, wciąż na nowo we wszystkich ich szczegółach szukać światła, które mogło tam zostać ukryte<sup>116</sup>.

Im bardziej opowieści biblijne w zestawieniu z opowieściami *Iliady* czy *Odysei* wydają się odrębne i niepowiązane ze sobą na płaszczyźnie poziomej (perspektywa prawdy historycznej), tym silniejszy jest łączący je związek pionowy (perspektywa religijna), który zbiera je wszystkie pod jednym znakiem (Bóg), a którego zupełnie brakuje Homerowi. W każdej z wielkich postaci Starego Testamentu, od Adama aż po proroków, ucieleśniony jest w sposób celowy jakiś element owego pionowego związku: oto Bóg wybrał i ukształtował te postaci, aby wcielić w nie swoją istotę i wolę; jednakże wybór i stopień ukształtowania nie są tu jednorodne, albowiem owo kształtowanie następuje stopniowo, w sposób historyczny i w trakcie ziemskiej egzystencji tych, którzy zostali wybrani. Jak dokonuje się ten proces kształtowania, z jakimi przeżyciami łączy się doświadczeniami, widać to na przykładzie omówionej tu historii ofiary Abrahama<sup>117</sup>. Wszystkie inne miejsca akcji, przebieg i porządek wydarzeń nie mają prawa występować w Piśmie Świętym niezależnie od związku pionowego (perspektywy religijnej); wszystkie sprawy przedstawione na płaszczyźnie poziomej (perspektywa prawdy historycznej) – i w ogóle cała historia ludzkości – są podporządkowane owemu związkowi pionowemu i mieszczą się w jego ramach.

Według Abrahama Maslowa<sup>118</sup> – czołowego amerykańskiego przedstawiciela psychologii humanistycznej – doświadczenia mistyczne, określane przez niego jako doświadczenia szczytowe:

- mogą mieć i mają pewne terapeutyczne następstwa, polegające w ścisłym znaczeniu na usuwaniu objawów, na przykład neurotycznych;

<sup>116</sup> Ibidem, s. 40.

<sup>117</sup> Ibidem, s. 42.

<sup>118</sup> A. Maslow, *W stronę psychologii istnienia*, tłum. I. Wyrzykowska, Wyd. PAX, Warszawa 1986, s. 105.

- jako przejmujące doświadczenie tożsamości mogą zmienić pogląd danej osoby na siebie samą i to w zdrowym kierunku;
- mogą zmieniać jej pogląd na innych ludzi i stosunek do nich na różne sposoby;
- mogą mniej lub bardziej trwale zmieniać jej pogląd na świat bądź na jego aspekty lub części;
- mogą w niej wyzwaląć większą moc twórczą, spontaniczność, ekspresję, indywidualność;
- dana osoba pamięta te przeżycia jako wydarzenia bardzo ważne, pożądane i warte powtórzenia;
- jest również bardziej skłonna odczuwać, iż życie w ogóle jest coś warte, nawet jeśli zazwyczaj bywa monotonne, przyziemne, trudne lub nieprzynoszące zadowolenia, ponieważ przekonała się, że istnieje piękno, zaangażowanie, uczciwość, zabawa, dobroć, prawda i sens. Życie wówczas samo się uzasadnia, a samobójstwo i pragnienie śmierci stają się mniej uzasadnione<sup>119</sup>.

„Można by przedstawić wiele innych następstw *ad hoc* i indywidualnych – pisze dalej Maslow – zależnych od poszczególnej osoby i jej konkretnych problemów, które ona uważa za rozwiązane lub które widzi w innym świetle na skutek swego doświadczenia. Sądzę, że te **wszystkie** następstwa dałyby się uogólnić i wyrazić w sposób zrozumiały, gdyby doświadczenie szczytowe można było porównać do wizyty w czymś, co dana osoba określa jako Niebo, z którego następnie wraca na ziemię. Dodatkowo dalsze skutki takiego doświadczenia, niektóre charakteru powszechnego, inne – indywidualnego, okażą się wtedy nader prawdopodobne”<sup>120</sup>. Wyraził to angielski poeta romantyczny S. T. Coleridge: „Gdyby człowiek mógł przejść we śnie przez Raj i otrzymać w podarunku kwiat na dowód, że jego dusza rzeczywiście tam była, i gdyby znalazł ten kwiat w ręku po przebudzeniu... – ach! I co wtedy?”<sup>121</sup>

## **V. Katharsis w poezjoterapii nastawionej na przeżycie o charakterze czysto estetycznym**

### **V.1. Katharsis w poetyckich lekturach nastawionych na przeżycie o charakterze czysto estetycznym**

Abraham Maslow uważał, że doświadczenia mistyczne, czyli szczytowe, mogą dotyczyć różnych dziedzin aktywności: mogą to być doznania nie tylko religijne, ale też seksualne, mogą wystąpić w trakcie pracy twórczej, a także w kontakcie z naturą, mogą również towarzyszyć wrażeniom estetycznym, głębokiej przyjaźni czy rodzicielstwu. Następstwa takich doświadczeń estetycznych, twórczych, mistycznych miłości oraz

<sup>119</sup> Ibidem.

<sup>120</sup> Ibidem, s. 106.

<sup>121</sup> Ibidem, przypis 2, cyt. za: *Samuel Taylor Coleridge: Selected Poetry and Prose*, ed. E. Schneider, Rinehart, 1951, s. 477. (Fragm. w tłumaczeniu I. Wyrzykowskiej).

innych doświadczeń szczytowych są podświadomie brane za coś naturalnego i są powszechnie oczekiwane przez artystów i nauczycieli sztuki, twórczych dydaktyków, teoretyków religii i filozofii, przez ludzi kochających, rodziców terapeutów i wielu innych<sup>122</sup>. Zajmiemy się teraz jedynie przeżyciami związanymi z doznaniem estetycznymi w lekturach poetyckich.

W tej perspektywie najsilniejsze przeżycia, także katharsis, na przykład wśród młodych ludzi, wyzwalają słuchane teksty poetyckie i teksty piosenek do muzyki lansowanej i wykonywanej przez zespoły młodzieżowe oraz ich wokalistów. Zrodzona przez względy tożsamościowe potrzeba wspólnoty estetycznej – w ujęciu Zygmunta Baumana<sup>123</sup> – to ulubiony rewir przemysłu rozrywkowego: ogromny popyt walnie przyczynia się do wyjaśnienia zdumiewającego i ustawicznego sukcesu tego przemysłu. Dzięki ogromnym możliwościom techniki elektronicznej można tworzyć widowiska, które nieskończenie licznym, fizycznie odległym widzom dają szansę uczestnictwa i skupienia uwagi na wspólnym przedmiocie. Podobnie jak wszystkie przedmioty doświadczenia estetycznego, wskazówki podsuwane przez przemysł rozrywkowy działają przez swoją moc uwodzenia. Przewodnictwo realizuje się raczej przez estetykę niż przez etykę. Jego głównym nośnikiem jest zwykle przykład „znanych osób na widoku”, na przykład idoli<sup>124</sup>. Idol musi błyszczeć dość jaskrawo, żeby olśnić widzów, i robić wystarczająco silne wrażenie, tak by adoratorzy trwali w oczarowaniu choć przez moment. Idole dokonują niewielkiego cudu: sprawiają, że wydarza się to, co niewyobrażalne; wyczarowują „doświadczenie wspólnoty” bez realnej wspólnoty, radość przynależności bez niewygodny bycia spętanym<sup>125</sup>.

Dwa pojęcia są tu najważniejsze: tożsamość i wspólnota estetyczna. Strategia życiowa młodych ludzi, związana z walką o tożsamość opiera się na autokreacji i samostanowieniu; wolność wyboru zaś jest w owej walce jednocześnie orężem i najbardziej upragnioną z nagród<sup>126</sup>. Ich tożsamość pozostaje więc elastyczna i stale otwarta na dalsze eksperymenty i zmianę. Łatwość pozbycia się tożsamości w chwili, gdy przestaje zadowalać, albo konkurencja, jaką stanowią inne, bardziej atrakcyjne tożsamości, pozbawia ją powabu, jest zdecydowanie ważniejsza od „realności” tożsamości aktualnie poszukiwanej lub chwilowo przyswojonej i wykorzystywanej. Te same cechy musi mieć wspólnota estetyczna. Taka wspólnota powinna dawać się równie łatwo rozłożyć, jak dała się złożyć. Musi być i pozostać elastyczna, nie trwać dłużej niż do odwołania i dopóki „przynosi satysfakcję”<sup>127</sup>. Obiektywność wspólnoty estetycznej – rozważanej przez Immanuela Kanta<sup>128</sup> – jest utkana z kruchych nici subiektywnych sądów, jednakże fakt, że są one ze sobą splecione, zabarwia te sądy pozorem obiektywności.

<sup>122</sup> Ibidem, s. 106.

<sup>123</sup> Z. Bauman, *Wspólnota. W poszukiwaniu bezpieczeństwa w niepewnym świecie*, tłum. J. Marjański, Wyd. Literackie, Kraków 2008, s. 89.

<sup>124</sup> Ibidem, s. 91.

<sup>125</sup> Ibidem, s. 94.

<sup>126</sup> Ibidem, s. 87–88.

<sup>127</sup> Ibidem, s. 88.

<sup>128</sup> Z. Bauman zwraca uwagę na następujące dzieło: I. Kant, *Krytyka władzy sądownia*, przekł. oraz przedm. i przypisy J. Gałęcki, tłumaczenie przejrzał A. Landman, PWN, Warszawa 1964.

Tożsamość wydaje się mieć taki sam status egzystencjalny jak piękno: tak jak piękno, spoczywa ona na fundamencie powszechnego, jawnego bądź milczącego porozumienia, wyrażanego w zgodnej akceptacji sądu lub w takim samym zachowaniu wobec jego przedmiotów. Tak jak piękno mieści się w artystycznym doświadczeniu, tak omawiana tu wspólnota estetyczna rodzi się i jest konsumowana w kręgu „młodzieżowej aprobaty”. Tworzące się wokół idoli wspólnoty są chwilowe, do skonsumowania na miejscu i do jednorazowego użytku. Wspólnota estetyczna nie wytwarza między swoimi członkami sieci obowiązków etycznych, a więc zobowiązań długotrwałych. Więzi tworzące się w krótkim jak eksplozja życiu wspólnoty estetycznej, jakiegokolwiek są, tak naprawdę nie wiążą – są dosłownie „więziami bez konsekwencji”; oczywiście mają być „przeżywane”, ale przeżywane „na miejscu”<sup>129</sup>.

Zgoła odmiennie od wcześniej opisanych zachowań przedstawia się sprawa przeżyć estetycznych związanych z indywidualną percepcją tekstów piosenek i muzyki młodzieżowej. Percepcja taka przynosi subiektywne zawężenie perspektywy obrazu postaw estetycznych, jakkolwiek tu także działa katharsis – w intymnym kontakcie z pięknem muzyki i poezji. Helen L. Bonny, muzykoterapeutka, uważa, że to, co jest terapeutyczne albo lecznicze w naszych kontaktach z muzyką, łatwiej opisać w sferze świadomości, a trudniej zaobserwować w konkretnym bezpośrednim zachowaniu<sup>130</sup>. Przyjrzyjmy się temu na przykładzie oddziaływania twórczości artystycznej Czesława Niemena (właśc. Czesława Juliusza Wydrzyckiego), żyjącego w latach 1939–2004, będącego polskim idolem młodzieżowym w latach sześćdziesiątych i siedemdziesiątych XX wieku. Oddziaływania tylko w niewielkiej części udokumentowanego („opisanego w sferze świadomości”) w listach jego fanów, napisanych po śmierci wokalisty, a załączonych do płyty CD *Nasz Niemen*<sup>131</sup>.

„Piosenki wiążą się z naszym życiem” – napisał słynny dziennikarz radiowy Marek Niedźwiecki i trudno się z nim nie zgodzić<sup>132</sup>. Wzruszenie i oczarowanie są pierwszymi emocjami, jakie piosenki zwykle wywołują w słuchaczach – to emocje wstępne przeżycia estetycznego<sup>133</sup>. Takie też pojawiają się w listach: „Miałem 13 lat, kiedy zaśpiewał Pan na Festiwalu Piosenki w Opolu *Dziwny jest ten świat*. Nie wszystko rozumiałem, ale byłem pewien, że w tym momencie dzieje się jakaś ważna historia. Także historia mojego życia”<sup>134</sup>. O oczarowaniu tym przebojem podobnie pisali inni: „Nie spodziewałem się, że piosenki *Dziwny jest ten świat* można słuchać i słuchać. Dzień, w którym pierwszy raz ją usłyszałam, był przełomowy”<sup>135</sup>. I dalej: „Dziękuję Ci,

<sup>129</sup> Z. Bauman, op. cit., s. 97.

<sup>130</sup> H. L. Bonny, *Music and consciousness*, „Journal of Music Therapy” 1975, 12 (3), s. 121–135. cyt. za: W. Szulc, *Muzykoterapia jako przedmiot badań i edukacji*, Wyd. UMCS, Lublin 2005, s. 32.

<sup>131</sup> *List do Czesława Niemena*, w: *Nasz Niemen* [Książka + CD (2)], wyd. firma fonograficzna AGORA, 2009. Na temat oddziaływania twórczości Czesława Niemena zob. m.in.: D. Michalski, *Czesław Niemen. Czy go jeszcze pamiętasz?*, Wyd. MG, Warszawa 2009.

<sup>132</sup> *List do Czesława Niemena*, s. 6.

<sup>133</sup> Zob. W. Czernianin, *Przeżycie estetyczne jako kluczowe pojęcie biblioterapii...*, s. 62.

<sup>134</sup> Marek Niedźwiecki, w: *List do Czesława Niemena*, s. 6.

<sup>135</sup> Aleksandra Kołtko, ibidem, s. 9.

Mistrz! Twoje słowa o ludziach dobrej woli i o tym, że złe słowo może zabić, były pierwszym sygnałem, że w moim życiu właśnie wydarzyło się coś ważnego<sup>136</sup>. Przypomnijmy sobie zatem te słowa:

*Dziwny jest ten świat*

Dziwny jest ten świat,  
gdzie jeszcze wciąż  
mieści się wiele zła.  
I dziwne jest to,  
że od tylu lat  
człowiekiem gardzi człowiek.

Dziwny ten świat,  
świat ludzkich spraw,  
czasem aż wstyd przyznać się.  
A jednak często jest,  
że ktoś słowem złym  
zabija tak, jak nożem.

Lecz ludzi dobrej woli jest więcej  
i mocno wierzę w to,  
że ten świat  
nie zginie nigdy dzięki nim.  
Nie! Nie! Nie!  
Przyszędł już czas,  
najwyższy czas,  
nienawiść zniszczyć w sobie.

Lecz ludzi dobrej woli jest więcej  
i mocno wierzę w to,  
że ten świat  
nie zginie nigdy dzięki nim.  
Nie! Nie! Nie!  
Przyszędł już czas,  
najwyższy czas,  
nienawiść zniszczyć w sobie.

(muzyka i słowa: Czesław Niemen, 1966)<sup>137</sup>

Fani odnajdywali w tym utworze silną podniecie, energię, wiarę w dobro: „piosenka *Dziwny jest ten świat* działa na mnie jak ładowarka, dodaje mi energii<sup>138</sup>. „Jestem 13-latką. Słucham w radiu Festiwalu Polskiej Piosenki w Opolu. Wśród rytmicznych

<sup>136</sup> Ryszard, *ibidem*.

<sup>137</sup> *Nasz Niemen*, s. 27.

<sup>138</sup> Genowefa, *List do Czesław Niemena*, s. 11.

piosenek nagle słyszę pieśń wyjątkową, która elektryzuje: jakiś nieznamy mi piosenkarz śpiewa o tym, że świat jest jakiś dziwny, krzyczy do mnie, że złe słowo zabija jak nóż. Ale, że dobrych ludzi jest więcej niż złych: że dzięki nim świat będzie lepszy i nie zginie! Boże, przecież ten artysta śpiewa do mnie! Jezu! Skąd ON wie, że od piątego roku życia nie mam mamy i ojca, strasznie mi samotno, bieda, a piszę wiersze i nie zgadzam się, żeby z rówieśnikami pójść okradać bogate sąsiedzkie piwnice i komórki<sup>139</sup>. Piosenki Niemena były więc dla słuchających terenem wyładowania doznań i uczuć, działały na nich wprost terapeutycznie: „Ja i mój mąż darzymy się wielką miłością, gdy zasłama w ciążę, byliśmy najszczęśliwymi ludźmi na świecie! Nasza radość nie trwała jednak długo, ponieważ utraciliśmy tę ciążę, byliśmy zrozpaczeni, zagubieni. Nasz smutek potęgował się wieczorem, gdy wracaliśmy do pustego domu. Włączaliśmy nagrania Czesława Niemena (*Bema pamięci żałobny rapsod*, *Chciałbym cofnąć czas* i wiele innych) i wraz z nim zastanawialiśmy się nad istotą życia i nad tym dziwnym światem... Można powiedzieć, że Niemen był naszym terapeutą, który pomógł nam pogodzić się ze stratą dziecka – jesteśmy mu za to bardzo wdzięczni...”<sup>140</sup> „Twoje utwory przynosiły mi ulgę, otwierały przestrzeń duszy, dawały wolność... Dziękuję Ci, bo bez Ciebie i Twojej muzyki świat byłby pusty, a ja nie byłabym tym, kim jestem”<sup>141</sup>. Nawiasem mówiąc, istnieje silna potrzeba przeprowadzenia w Polsce poważniejszych badań arteterapeutycznych nad muzyką młodzieżową; jak na razie to *terra incognita* w naszej muzykoterapii<sup>142</sup>.

Na drugim etapie<sup>143</sup> przeżycie estetyczne słuchaczy utworów Niemena nadal ma charakter uczuciowy i dynamiczny, charakteryzuje ich jednak daleko bardziej postawa aktywna, która jest skupionym odbiorem jakości z początku tylko poruszającej. Jakość ta nie tylko wysuwa się teraz na pierwszy plan, lecz zaczyna zarazem odcinać i odróżniać się od pierwotnego spostrzeżenia („wybija się na przebój piosenkowski”), kształtując pewną całość. Innymi słowy, odbiorcy wspomnianych utworów przede wszystkim rekonstruują porządek w obrębie składników utworu, zarówno słownych, jak i muzycznych, również w jego sferze ideowej. Wszystko, co zostało w ten sposób ukształtowane, zostaje potem uchwycone samo w sobie przez przeżywającego odbiorcę, który nie pozostaje obojętny na to, co uchwycił, ale odpowiada na to różnymi emocjami. Dochodzi zatem do emocjonalnego obcowania przeżywającego odbiorcy z pięknem składników słowno-muzyczno-wokalnych w zaprezentowanych utworach. Na tym polega ich działanie terapeutyczne. Zilustrujmy to dalszymi wypowiedziami z listów: „Dziękuję Panu, że jako jedyny potrafił Pan połączyć w jedno moje trzy wielkie namiętności [w utworze *Bema pamięci żałobny rapsod*]: 1. Patriotyzm i postać

<sup>139</sup> Roman Maciejewski-Varga, *ibidem*, s. 19–20.

<sup>140</sup> Roksana Lenart, *ibidem*, s. 13.

<sup>141</sup> Ewa Korycińska, *ibidem*, s. 16.

<sup>142</sup> Zob. np. W. Szulc, *Muzykoterapia jako przedmiot badań i edukacji*. Co ciekawe, od początkowych słów przeboju Czesława Niemena *Dziwny jest ten świat* zaczyna się w tej książce rozdział pod tytułem *Muzykoterapia wobec konfliktów współczesnego świata*, s. 77. To oczywiście powiedzenie (pokłosie popularności piosenki), a nie świadome nawiązanie do utworu artysty.

<sup>143</sup> Zob. W. Czernianin, *Przeżycie estetyczne jako kluczowe pojęcie biblioterapii...*, s. 62.

Józefa Bema, bohatera powstania; 2. Poezje C. K. Norwida; 3. Muzykę duszy, której jest Pan najlepszym reprezentantem. Jestem Pana dozgonnym dłużnikiem<sup>144</sup>. „Gdy wyszła płyta z tym utworem *Bema pamięci żałobny rapsod* w 1969 r., zorganizowaliśmy w klasie wieczór poezji Norwida z nagraniem Niemena. Sala była pełna palących się świec, zupełnie jak na okładce płyty. Puszczaliśmy ten utwór kilka razy. Ciarki chodziły mi po plecach. Wojtek [kolega z klasy] pod wpływem tego utworu zwariował na punkcie poezji Norwida, zaraził tym całą naszą klasę i chyba szkołę, która już po naszej maturze w 1972 r. przyjęła imię C. K. Norwida<sup>145</sup>. „To Niemen sprawił, że moje pokolenie zainteresowało się sztuką, literaturą, a przede wszystkim poezją Norwida, Leśmiana, Tuwima i wielu innych poetów. Jemu zawdzięczamy także to, że nauczyliśmy się odróżniać dobro od zła<sup>146</sup>. „Tak bardzo brakuje mi tego głosu, który leczył<sup>147</sup>.

W przeżyciach estetycznych odbiorców twórczości artystycznej Czesława Niemena możemy wyróżnić jeszcze trzeci etap, charakteryzujący się pewnego rodzaju emocjonalnym uspokojeniem, bierną postawą, w przeciwieństwie do aktywnej z pierwszych dwóch etapów. Pojawia się na nim kontemplacyjne zadowolenie czerpane z poznania estetycznego, nadbudowanego nad przeżyciem estetycznym<sup>148</sup>. Pozytywna, subiektywna odpowiedź na wartość przybiera postać emocjonalnego uznania, jakim obdarzane są utwory artysty, a także on sam: „Dla mnie Niemen i jego muzyka to najpiękniejsze, co mogło mnie spotkać w młodości<sup>149</sup>. „Moje wspomnienia związane z Niemenem są wciąż w ciepłych kolorach i nie tracą cudownego smaku. To Ktoś Niezwykły. Wielki Człowiek i Czarodziej<sup>150</sup>. „To on otworzył przede mną drzwi do poezji, piękna słowa i czystości dźwięku<sup>151</sup>. Pod tym podpisują się również piszący te słowa.

Niewątpliwie istnieją liczne powiązania między przeżyciem estetycznym wywołanym recepcją utworów piosenkarskich a terapią. Problem ten wiąże się ściśle z zagadnieniem jakości piosenek zarówno pod względem muzycznym, jak i poetyckim, a także wokalnemu wykonawcy. Wartość artystyczna twórczości Czesława Niemena była oceniana bardzo wysoko i dostarczała silnych przeżyć estetycznych jego młodym słuchaczom, wywierając ogromny wpływ (niekiedy terapeutyczny) na całe ich życie: „Szanowny Panie Czesławie... Pan jest wielki, tkwi Pan w naszych sercach i umysłach<sup>152</sup>. Widać jasno, że głównym nośnikiem jego popularności była nie tylko estetyka utworów, ale też etyka (w sferze ideowej), która uczyniła go autorytetem.

<sup>144</sup> Michał, *List do Czesława Niemena*, s. 21.

<sup>145</sup> Wiesiek Rochalski, rocznik 1954, *ibidem*, s. 19.

<sup>146</sup> Gośka, *ibidem*, s. 22.

<sup>147</sup> Urszula, *ibidem*, s. 25.

<sup>148</sup> Zob. W. Czernianin, *Przeżycie estetyczne jako kluczowe pojęcie biblioterapii...*, s. 66.

<sup>149</sup> Rysiek S., *List do Czesława Niemena*, s. 23–24.

<sup>150</sup> Ewa Strzałkowska, *ibidem*, s. 24.

<sup>151</sup> Daria Gris, *ibidem*, s. 17.

<sup>152</sup> Gabriela Skowronek, *ibidem*, s. 7.



## VI. Katharsis w poezjoterapii nastawionej na hedonistyczne zadowolenie

### VI.1. Katharsis w twórczości poetyckiej nastawionej na hedonistyczne zadowolenie

Naturalistyczne źródło hedonizmu wydaje się oczywiste, jak bowiem pisał Zygmunt Freud: „z jednej strony ludzie dążą do braku cierpienia i przykrości, z drugiej zaś pragną przeżywania silnych uczuć przyjemnych. [...]. Tym, co określa cel życia, jest po prostu zasada rozkoszy”<sup>153</sup>. Warto zaznaczyć, że hedonizm filozoficzny określa przyjemność jako najwyższe albo jedyne dobro, które nadto stanowi kryterium moralnej oceny postępowania<sup>154</sup>. Hedonistycznej odmianie poezji erotycznej szczególnie bliskie są poglądy hedonizmu skrajnego, reprezentowanego przez Arystypa z Cyreny (współczesnego Platonowi), podkreślającego pierwszorzędną wartość przyjemności zmysłowych. Narzucają się tu podobieństwa z psychoanalizą Freuda i filozofią Epikura, dlatego jest to takie ważne<sup>155</sup>. Arystyp z Cyreny jest właśnie twórcą doktryny etycznej zwanej hedonizmem, który od jego czasów stał się jednym z ważniejszych kierunków etyki. Termin „hedonizm” pochodzi od greckiego słowa *hedone* oznaczającego przyjemność<sup>156</sup>.

Arystyp utrzymywał, że istnieją dwa stany naturalnych doznań: przyjemności i przykrości. Uważał, że wszystkie istoty żyjące pragną przyjemności, a unikają przykrości. Dowodzi tego fakt, iż każdy od dziecka instynktownie szuka przyjemności, a ucieka przed przykrością; odczuwając przyjemność zaś, nie chce niczego innego. Przyjemności cielesne są przy tym o wiele cenniejsze od duchowych, a cierpienia fizyczne – dotkliwsze od moralnych. Najwyższy cel życiowy stanowi – mająca charakter psychofizyczny – przyjemność cielesna, w swej istocie chwilowa i pojedyncza, trwająca tak długo, jak długo działa bodziec; szczęście zaś jest tylko zespołem takich pojedynczych przyjemności, godnych pożądania samych przez się. Przyjemności różnią się między sobą jedynie intensywnością, natomiast nie różnią się jakością i nie przestają być dobrem, choćby ich źródłem były niedobre czyny. Należy chwycić przyjemność, jaka się nadarza. Niestuszną rzeczą jest wyrzekanie się obecnej przyjemności dla przyszłego szczęścia<sup>157</sup>.

Brak przykrości nie jest jeszcze przyjemnością (jak u Epikura) i odwrotnie – brak przyjemności nie jest przykrością; albowiem przyjemność i przykreść opierają się na ruchu jako czynniku fizycznym, odpowiednio łagodnym lub gwałtownym, a stan nieodczuwania przyjemności czy przykrości nie jest stanem ruchu (to stan pośredni, jak

<sup>153</sup> Z. Freud, *Kultura jako źródło cierpień*, w: idem, *Człowiek, religia, kultura*, tłum. J. Prokopiuk, wstęp B. Suchodolski, Wyd. Książka i Wiedza, Warszawa 1967, s. 248–249.

<sup>154</sup> Hasło *Hedonizm*, w: *Słownik pojęć filozoficznych*, pod red. W. Krajewskiego przy współpracy R. Banajskiego, Wyd. „Scholar”, Warszawa 1996, s. 77.

<sup>155</sup> Zob. Ł. Nysler, *Etyka Epikura a psychoanaliza Zygmunta Freuda*, „Dykcja. Pismo Literacko-Artystyczne” 1996, nr 3–4, s. 134.

<sup>156</sup> A. Krokiewicz, *Etyka Demokryta i hedonizm Arystypa*, PWN, Warszawa 1960, s. 110 i n.

<sup>157</sup> Ibidem.

sen). Psychicznymi czynnikami odczuwania przyjemności są przede wszystkim: świadome rozkoszowanie się doraźną przyjemnością oraz płynące stąd błogie poczucie wolności. To poczucie wolności pozostaje w najściślejszym związku z regułą Arystypa, ażeby nie przywiązywać się do nikogo (do kobiet) i do niczego (do pieniędzy). Taki wybór dyktował proste rozumienie celów i zasad, jakimi należy się kierować w życiu, gdyż faktycznie zawsze zabiegamy o przyjemności, a unikamy przykrości. Przyjemność jest więc jedynym dobrem, a przykreść – jedynym złem. Tym samym Arystyp twierdził o dobru coś zupełnie przeciwnego niż Sokrates, którego był uczniem. Choć podobnie jak on łączył dobro i przyjemność, czynił to w odwrotnym kierunku. Wbrew Sokratesowi bowiem uważał, że nie jedynie dobro – tylko moralne (prawdziwym dobrem jest cnota) – daje przyjemność, ale przeciwnie, to przyjemność jest jedynym dobrem i ona też stanowi kryterium moralnej oceny postępowania; czyli po prostu egoistycznie: dobrem jest moja przyjemność. Na tym polegała nowość tej doktryny. Sensacyjność zaś – na uznaniu przyjemności cielesnej (w tym seksualnej) jako naczelnego dobra i celu życia. Z kolei atrakcyjność – na tym, że hedonizm usprawiedliwiał egoistyczne postępowanie<sup>158</sup>.

Doktryna Arystypa znalazła licznych zwolenników. Jej powodzenie tłumaczą dwa ważne powody: Arystyp nawiązywał w niej do życiowego doświadczenia i był konsekwentny. Nawiązaniem do życiowego doświadczenia było przekonanie Arystypa o powszechności hedonistycznych pragnień w postępowaniu człowieka. Z tego punktu widzenia przyjemność jest jedynym motywem działań ludzkich i ta rzekomo oczywista prawda miała świadczyć o słuszności jego doktryny. Z kolei konsekwencja filozoficzna Arystypa przejawiała się w jego wziętej z Protagorasa sensualistycznej teorii poznania, która głosiła, że prawdę poznajemy tylko za pomocą zmysłów<sup>159</sup>.

Hasło Arystypa, że przyjemność cielesna jest najwyższym dobrem człowieka, straciło swój pierwotny urok już pod koniec IV wieku przed naszą erą. Wszystko wskazuje na to, że główną przyczyną upadku był wewnętrzny fałsz doktryny. Ten fałsz polegał na tym, że Arystyp uznał, iż doznania cielesne są ważniejsze dla szczęścia czy nieszczęścia człowieka niż czyny i że przyznawał przyjemności pierwszeństwo przed rozumem, co oznaczało, że rozum nie panuje nad uczuciami i wolą, lecz im służy. Skrajny hedonizm Arystypa szybko uległ przeobrażeniom. Przyczyniły się one do ewolucji doktryny, która stworzyła podłoże dla nowej hedonistycznej szkoły Epikura sto lat później<sup>160</sup>.

Uświadomienie sobie siły popędu płciowego bez wątpienia potęgowało przeświadczenie hedonizmu historycznego, że najgłębszym pragnieniem uczuciowości i woli ludzkiej jest doznawanie przyjemności. Przyjemność związana z seksualnością – wiedzieli o tym już starożytni – jest mocno zakorzeniona w duszy ludzkiej. W erotykach autorów niepełnosprawnych owa przyjemność pod postacią rozkoszy podniesiona została do rangi wartości terapeutycznej, gdyż rzeczywistość zawsze była czymś gorszym:

---

<sup>158</sup> Ibidem.

<sup>159</sup> Ibidem.

<sup>160</sup> A. Krokiewicz, *Hedonizm Epikura*, PWN, Warszawa 1961.

Powróćmy do chwil miłości,  
Zaczarujmy szarą rzeczywistość.  
Miłością życie zmienmy w baśń.  
Znajdźmy czarodziejski łąd,  
gdzie szczęście w opiece ma dzień i noc.  
Zamknij oczy, podaj dłoń.  
Chodźmy stąd donikąd.<sup>161</sup>

Strategia ta określa aktywność seksualną wyrażającą się w gloryfikacji miłości zmysłowej poprzez dość odważne opisy – wymarzonych lub rzeczywistych – pożądań, pocałunków, pieszczot, stosunków płciowych, seksualnych ekstaz. Stan *hedone* kojarzy się w tej poezji najczęściej ze stanem upojenia chwilą rozkoszy w ekstazie seksualnej:

Różowoszara noc  
spływam cała w dół  
i jestem tylko wysuniętym języczkiem  
rozedrganym pieszczotą języka  
Pulsuję konwulsyjnie rozchylona  
w kokonie rozżarzonego czekania  
na tę sekundę  
która zawiera w sobie całą wieczność  
Jego dotyk przeszywa na wylot  
Przedłużyć przedłużyć to pragnienie  
ten głód którym teraz jestem  
Przedłużyć wydłużyć przeciągnąć  
odczekać tę tysięczną część sekundy  
aby poczuć całym istnieniem  
to pierwsze i ostatnie wejście  
wypełnione do granic posiadaniem i oddaniem  
Zamykam go w sobie najszczelniej  
znieruchomiła spełnieniem  
Cisza  
i ledwie dostrzegalny ruch  
Dotrzeć w to najczulsze miejsce  
Jeszcze jedno przesunięcie  
I wygięta jak napięta cięciwa  
z uwagą aby się nie ześliznąć  
w takt pulsowania zaczynam ten taniec  
półkul wracających w to samo miejsce  
Unoszące opadaniem nagłego pchnięcia

---

<sup>161</sup> Jolanta Ucherr-Walencik, w: *Przesłanie nadziei*, s. 188.

Ruchy w pozornej grze zatrzymań  
głodne tego jednego do przodu  
Zastuchana poddaje się cała  
aż do rozchodzącego się echem  
naglego zatrzymania w krzyku  
w pełnym zjednoczeniu przejść  
jednego w drugie<sup>162</sup>

Poetycki wizerunek miłości zmysłowej, jaki zawiera ta liryka erotyczna, to często manifestacja buntu zrodzonego ze sprzeciwu wobec niepełnosprawności, ze wszystkimi jej duchowymi i cielesnymi przykrościami. Rzeczywistość biologicznych nieuchronności otrzymuje w ten sposób wymiar witalistyczny. Świadomość tej opozycji, zdrowie–choroba, życie–śmierć, programowe opowiedzenie się po stronie hedonistycznego bieguna jednostkowej egzystencji było już obecne w twórczości chorej na serce i zmarłej przedwcześnie poetki Haliny Poświatowskiej (1935–1967). Zjawiska te wyznaczają pierwszą płaszczyznę jej liryki i decydują o jej zmysłowym charakterze. Miłość przedstawiana jest u niej często jako namiętna pochwała instynktu biologicznego:

przyszłość świata jest w naszych ramionach  
ach ona jest w naszych gorących ramionach  
w naszych udach pragnących bezwstydnym  
w naszych żyznych piersiach  
ze czcią wymawiamy imiona  
Tais Fryne i Judyty ulicznicy żydowskiej<sup>163</sup>

Trzeba dodać, że ta odważna zmysłowość, wynikająca ze świadomości silnej opozycji życie–śmierć, manifestuje się w liryce miłosnej Poświatowskiej na rozmaite sposoby.

Jedną z płaszczyzn, na których realizuje się nadrzędność hedonistycznej interpretacji ludzkiej seksualności, jest w poezji osób niepełnosprawnych sfera dramatu ich marginalizacji, poświadczona szukaniem doświadczenia normalności w tak przedstawianej miłości. Zderzenie wyobraźni doznającego podmiotu z rzeczywistością społeczną i dramat z tego wynikający, który polega na sprzeczności między potocznym osądem niepełnosprawnych, opartym na pozorach zewnętrznych, a prawdą wewnętrznego doświadczenia jednostki poddanej owemu osądowi, znajduje szczególny wyraz w poezji, także erotycznej, w której ukazane hedonistyczne zadowolenie staje się terapią.

<sup>162</sup> Barbara Sawczak, *ibidem*, s. 157.

<sup>163</sup> H. Poświatowska, *Poezje wybrane*, wstęp S. Stabro, Ludowa Spółdzielnia Wydawnicza, Warszawa 1976, s. 15.

## VI.2. Katharsis w poetyckich lekturach nastawionych na hedonistyczne zadowolenie

Michał Głowiński zauważył, że „dzieło projektuje zachowanie swoich czytelników, stanowiąc skierowany do nich apel”<sup>164</sup>. Projektowanie to w hedonistycznej poezji erotycznej koresponduje ze sposobami wyrażania miłości i oddziaływania na czytelników. Przyjrzyjmy się więc sposobowi wyrażania miłości, czyli składnikom układu komunikacyjnego: autor–czytelnik, na przykładzie młodopolskiej poezji erotycznej<sup>165</sup>. Postulaty znaczeniowe jakby przewidywały w niej współdziałanie czytelnika w aktualizacji erotyków, między innymi przez wybór określonego języka miłosnego, głównie jego leksyki i tradycji stylistycznej. Zresztą autorzy erotyków już przez konstrukcję bohaterów i bohaterek erotycznych znacznie zacieśnili – i to w sposób wyraźny – obraz swojego Czytelnika Modelowego<sup>166</sup>. Sygnały zawężające audytorium to sformułowania w rodzaju „dziewczyno”, „młodzieńcze”. Ponadto teksty te dość jasno, choć pośrednio określają swojego Czytelnika Modelowego, podejmując tematykę seksualną z wystarczającym marginesem jednoznaczności, dotyczy ona bowiem młodych osób płci obojga (inicjacje seksualne, opisy pierwszych zachwytych rozkoszami zmysłowymi, aktów miłosnych i tym podobne).

...Teraz żądza zaciska ci ząbki  
Oczy ślepi i obraca w słup,  
W szmatki targasz muślinowe rąbki,  
Dreszcz cię wstrząsa od głowy do stóp.

Piękna jesteś z tą chucią na twarzy,  
Z tym szaleństwem rozpiętej krwi,  
Gdy twe ciało drga i ogniem parzy  
I wraz z moim, jak w obręczy tkwi.

Z tym oddechem, co z ust twoich bucha  
I płomieniem całuje mą twarz,  
Z tą swobodą rozkutego ducha

I w tym świecie, który taki nasz;  
Tu nie dojrzy nas nikt, nie podsłucha –  
Kochaj – ściskaj – szalej – potem marz!...<sup>167</sup>

<sup>164</sup> M. Głowiński, *Gry powieściowe. Szkice z teorii i historii form narracyjnych*, PIW, Warszawa 1973, s. 216.

<sup>165</sup> W. Czernianin, *Młodopolski erotyk hedonistyczny. Problemy poetyki*, Wyd. TART, Wrocław 2000, s. 206.

<sup>166</sup> Termin ten i myśli z nim związane są wzięte od Umberta Eco z jego książki *Lector in fabula. Współdziałanie w interpretacji tekstów narracyjnych*, tłum. P. Salwa, PIW, Warszawa 1994, s. 72 i n.

<sup>167</sup> Bogusław Butrymowicz (1872–1965), *Z dziejów miłości*, w: *Studia o Bogusławie Butrymowiczu*, wstęp, wybór i opracowanie Z. Andres, W. Czernianin, Wyd. Antykwa, Wrocław 2006, s. 72–73.

Tym samym owe teksty postulują niejako własnego adresata jako niezbędny warunek swojej potencjalności znaczeniowej. Tak więc autorzy erotyków z jednej strony zakładają, z drugiej zaś ustanawiają kompetencje swojego Czytelnika Modelowego. W istocie tekst poetycki staje się dla innego czytelnika (na przykład starszego pokolenia) lekturą inną lub nieczytelną. Takie wrażenie potęgują często stosowane środki gramatyczne: zaimki osobowe „ja”, „ty” oraz rzeczownikowe określenia płci (domyślne i wypowiedziane), zdolne wyrażać zarówno nadawcę, jak i odbiorcę tych tekstów poetyckich, gdyż rozlokowane na osi „ja”–„ty” mogły być odbierane jako **role** jego uczestników. W takich wypadkach zaimki osobowe oznaczające faktycznie postaci miłosne lub podmioty wypowiedzi stanowiły sposób na **wprowadzenie** do akcji miłosnej Czytelnika Modelowego w **roli wirtualnego uczestnika**. Bierna przyjemność płynąca z takich lektur poetyckich nastawionych na hedonistyczne zadowolenie może oddziaływać terapeutycznie w zależności od nastawienia czytelnika.

## VII. Zakończenie

Poezja stanowi bodziec stymulujący duchowy rozwój człowieka. Terminem duchowości można objąć takie stany umysłu i działań, jak tożsamość indywidualna i społeczna, procesy wartościowania i podłoże zachowań moralnych, wiara i religijność, rozmaite aspekty rozwoju świadomości i osobowości<sup>168</sup>. Podsumowując to, co mówiliśmy o poezji w związku z terapią, można stwierdzić, że autorzy (szczególnie niepełnosprawni) poprzez tworzone przez siebie wiersze uzyskują katharsis. Utwory ich mają charakter konfesyjny, ukazują świat wewnętrzny, wyznania przedstawiane są najczęściej w liryce bezpośredniej. Bez wątpienia tym, co łączy owe liryki, jest podkreślana rola i znaczenie ekspresji; ważny jest aspekt osobotwórczy. Agnieszka Stupin-Rzońca, pisząc o wartości terapeutyczno-rewalidacyjnej twórczości poetyckiej osób niepełnosprawnych, podkreśla, że „dzięki twórczości mogą się realizować podstawowe potrzeby psychiczne, m.in. wyrażanie siebie i ekspresji, poczucia własnej wartości i znaczenia, samorealizacji i przeżyć estetycznych. Rozwijają się także procesy poznawcze, emocje i uczucia, motywacja, wola działania i aktywna postawa wobec życia. Twórczość prowadzi też do ukierunkowania i rozszerzania zainteresowań poznawczych. Jest ponadto elementem komunikacji ludzkiej”<sup>169</sup>. Przede wszystkim zwraca uwagę na to, że uprawianie sztuki umożliwia samorealizację, jest także szansą wybicia się i nobilitacji, a przynajmniej wyłonienia się z tłumu i odniesienia sukcesu. Ponadto przyczynia się do uświadomienia sobie przez osoby niepełnosprawne ich możliwości, ujawnienia zdolności i talentów, a przez to odzyskania zaufania do siebie i podwyższenia poczucia własnej wartości<sup>170</sup>. W ten sposób poezjoterapia, pozostając na gruncie sztuk pięknych, zyskuje szansę włączenia własnych osiągnięć do dorobku biblioterapii czy szerzej: psychoterapii.

<sup>168</sup> *Duchowy rozwój człowieka...*, s. 11.

<sup>169</sup> A. Stupin-Rzońca, *Wprowadzenie...*, s. 7, przypis 1.

<sup>170</sup> *Ibidem*, s. 8.

**Bibliografia (według kolejności cytowań)**

- P. J. Longo, *Poezja jako terapia*, tłum. M. Bojarun, „Biblioterapeuta. Kwartalnik Polskiego Towarzystwa Biblioterapeutycznego”, Wrocław 2002, nr 2.
- Z. Freud, *Wstęp do psychoanalizy*, tłum. J. Prokopiuk, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 1994.
- Z. Freud, *Dzieła*, t. X, *Sztuki plastyczne i literatura*, rozdz. *Pisarz i fantazjowanie*, tłum. R. Reszke, Wydawnictwo RR, Warszawa 2009.
- C. G. Jung, *Typy psychologiczne*, tłum. R. Reszke, Wyd. WROTA, KR, Warszawa 1997.
- C. G. Jung, *Archetypy i symbole. Pisma wybrane*, wybrał, przeł. i wstępem poprzedził J. Prokopiuk, Wyd. Czytelnik, Warszawa 1981.
- M. Głowiński, T. Kostkiewiczowa, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, *Słownik terminów literackich*, pod red. J. Sławińskiego, Wyd. Ossolineum, Wrocław 1976.
- W. Tatarkiewicz, *Historia estetyki*, t. I, *Estetyka starożytna*, Wyd. Ossolineum, Wrocław 1962
- Trzy poetyki klasyczne. Arystoteles. Horacy. Pseudo-Longinos*, przełożył, wstępem i objaśnieniami opatrzył T. Sinko, Wyd. Ossolineum, Wrocław 2006.
- Przesłanie nadziei. Antologia twórczości literackiej osób niepełnosprawnych ruchowo*, część I, *Poezja*, wybór i opracowanie A. Stupin-Rzońca, wyd. Wyższa Szkoła Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej, Warszawa 1997.
- A. Stupin-Rzońca, *Słowo wstępne*, w: *Przesłanie nadziei. Antologia twórczości literackiej osób niepełnosprawnych ruchowo*, część I, *Poezja*, wybór i opracowanie A. Stupin-Rzońca, wyd. Wyższa Szkoła Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej, Warszawa 1997.
- A. Stupin-Rzońca, *Wprowadzenie. O wartości terapeutyczno-rewalidacyjnej twórczości poetyckiej osób niepełnosprawnych*, w: *Przesłanie nadziei. Antologia twórczości literackiej osób niepełnosprawnych ruchowo*, część I, *Poezja*, wybór i opracowanie A. Stupin-Rzońca, wyd. Wyższa Szkoła Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej, Warszawa 1997.
- Zbliżenie z cieniem. Annäherungen an den Schatten*, wyd. Krakowski Szpital Neuropsychiatryczny im. Józefa Bagińskiego w Krakowie, Kraków 1996.
- A. Hulek, *Przedmowa*, w: W. Krzemińska, *Literatura piękna a zdrowie psychiczne*, PZWL, Warszawa 1973.
- W. Krzemińska, *Literatura piękna a zdrowie psychiczne*, PZWL, Warszawa 1973.
- A. Kowal, *Przedmowa*, w: *Zbliżenie z cieniem. Annäherungen an den Schatten*, wyd. Krakowski Szpital Neuropsychiatryczny im. Józefa Bagińskiego w Krakowie, Kraków 1996.
- S. Krzyńska, *Lingwistyka statystyczna w terapii wierszem*, w: *Arteterapia w edukacji i rozwoju człowieka*, red. M. i T. Siemień, Wyd. Nauk. Dolnośląskiej Szkoły Wyższej, Wrocław 2008.
- T. Stańczak, *Metody biblioterapii*, „Szpitalnictwo Polskie” 1979, nr 23 (6), s. 277–278.
- Poetry Therapy*, ed. J. J. Leedy, Lippincott Comp., Philadelphia 1969.
- W. Szulc, *Arteterapia. Narodziny idei, ewolucja teorii, rozwój praktyki*, Wyd. Difin, Warszawa 2011.

- W. Szulc, *Kulturoterapia. Wykorzystanie sztuki i działalności kulturalno-oświatowej w leczeniu*, Wyd. Uczelniane Akad. Med. im. K. Marcinkowskiego w Poznaniu, Poznań 1994.
- S. Góralczyk, *Poezjoterapia w dysfunkcjach narządów ruchu*, w: *Arteterapia. Od rozważań nad teorią do zastosowań praktycznych*, red. W. Karolak, B. Kaczorowska, Wyd. Akad. Hum.-Ekon. w Łodzi, Łódź 2011.
- K. Krasoń, *Poezjoterapia*, w: *Literatura dla dzieci i młodzieży (po roku 1980)*, pod red. K. Heskiej-Kwaśniewicz, t. II, Wyd. Uniwersytetu Śląskiego, Katowice 2009, s. 271–276.
- J. Papuzińska, *Terapeutyczna funkcja poezji*, w: *Miejsce literatury i teatru w przestrzeniach terapeutycznych. Werbalne i niewerbalne aspekty wsparcia rozwoju*, praca zbiorowa pod red. nauk. J. Malickiego i K. Krasoń, wyd. Biblioteka Śląska, Katowice 2005.
- B. Woźniczka-Paruzel, *Biblioterapia w środowisku współzależnych z grup rodzinnych Al-Anon (od teorii do działań praktycznych)*, Wyd. Uniwersytetu Mikołaja Kopernika, Toruń 2002.
- C. K. Norwid, *Pisma wierszem i prozą*, wybrał i wstępem opatrzył J. W. Gomułicki, PIW, Warszawa 1973.
- R. Ingarden, *Przeżycie, dzieło, wartość*, Wydawnictwo Literackie, Kraków 1966.
- U. Eco, *Wprowadzenie*, w: *Historia piękna*, red. U. Eco, tłum. A. Kuciak, Wyd. Rebis, Poznań 2005.
- E. Ringel, *Nerwica a samozniszczenie*, tłum. S. Lachowski, Warszawa 1992.
- J. Trzynadłowski, *Biblioterapia – złudzenia i nadzieje*, „Arteterapia” II. Zeszyty Naukowe Akademii Muzycznej we Wrocławiu, 1990, nr 52.
- O. E. Heninger, *Poetry therapy in private practice: An odyssey into the healing power of poetry*, w: *Poetry in the Therapeutic Experience*, ed. A. Lerner, MMB Music, Inc., St. Louis 1994.
- M. Głowiński, A. Okopień-Sławińska, J. Sławiński, *Zarys teorii literatury*, PZWS, Warszawa 1967.
- E. Goffman, *Człowiek w teatrze życia codziennego*, oprac. i wstęp J. Szacki, tłum. H. i P. Śpiewakowie, PIW, Warszawa 1981.
- W. Szulc, *Biblioterapia z Internetu*, „Poradnik Bibliotekarza” 2000, nr 11.
- A. Baluch, *Propozycje metodologiczne w badaniach literatury dla dzieci i młodzieży*, w: *Po potopie. Dziecko, książka i biblioteka w XXI wieku. Diagnozy i postulaty*, praca zbiorowa pod red. naukową D. Świerczyńskiej-Jelonek, G. Leszczyńskiego i M. Zająca, Wyd. SBP, Warszawa 2008.
- Wybrane zagadnienia z pedagogiki specjalnej*, pod. red. E. Tomasik, Warszawa 1997.
- J. Plisiecki, *Przeżycie estetyczne dzieła literackiego*, w: *Relacje między kulturą wysoką i popularną w literaturze, języku i edukacji*, pod red. B. Myrdzik, M. Karwatowskiej, Wyd. UMCS, Lublin 2005.
- W. Czernianin, *Przeżycie estetyczne jako kluczowe pojęcie biblioterapii – na przykładzie poglądów Romana Ingardena*, w: idem, *Teoretyczne podstawy biblioterapii*, Wyd. ATUT, Wrocław 2008.
- S. Siek, *Autopsychoterapia*, Wyd. ATK, Warszawa 1985.



- Z. Skorny, *Emocje a korekcyjna funkcja biblioterapii*, „Małe Formy Metodyczne. Bibliotekoznawstwo” 1988, nr 1.
- J. Dębowski, A. Drabarek, L. Gawor, S. Jedynek, E. Klimowicz, K. Kosior, L. Dybel, *Mały słownik etyczny*, pod red. nauk. S. Jedynaka, Oficyna Wydawnicza „BRANTA”, Bydgoszcz 1994.
- S. Sawicki, *Poetyka, interpretacja, sacrum*, PWN, Warszawa 1981.
- A. Jastrzębski, A. Podsiad, *Wstęp*, w: *Z głębokości... Antologia polskiej modlitwy poetyckiej*, Wyd. PAX, Warszawa 1966.
- W. Czernianin, *O terapeutycznym wymiarze wiary religijnej*, w: *Teoretyczne podstawy biblioterapii*, Wyd. ATUT, Wrocław 2008.
- Ks. L. Szczepaniak SCJ, *Bo byłem chory... (Mt 25,36). Poezje szpitalne*, wstęp, wybór, opracowanie A. Aleksandrowicz, wyd. DEHON, Kraków 2005, s. 5.
- Z. Łączkowski, *Wolność nie zniewolona, czyli spacerkiem przez sacrum i profanum*, red. K. Kasprzak, S. Lenart, M. Stępkowska, Wyd. Staromiejski Dom Kultury, Warszawa 1997.
- Święty Jan od Krzyża Doktor Kościoła, *Żywy płomień miłości*, z hiszpańskiego przełożył B. Smyrak OCD, Wyd. Karmelitów Bosych, Kraków 2003.
- A. Krokiewicz, *Wstęp*, w: Plotyn, *Enneady*, przeł. i wstępem poprzedził A. Krokiewicz, t. I, PWN, Warszawa 1959.
- Mistrz Eckhart, *Traktaty. Pouczenie duchowe – Księga Boskich pocieszeń – O człowieku szlachetnym – O odosobnieniu*, tłum. i oprac. W. Szymona OP, Wyd. W DRODZE, Poznań 1987.
- Duchowy rozwój człowieka, fazy życia – osobowość – wiara – religijność. Stadialne koncepcje rozwoju w ciągu życia*, pod red. P. Sochy, Wyd. UJ, Kraków 2000.
- E. Auerbach, *Mimesis. Rzeczywistość przedstawiona w literaturze Zachodu*, przełożył i przedmową opatrzył Z. Żabicki, przedmowa do drugiego wydania M. P. Markowski, Wyd. Prószyński i S-ka, Warszawa 2004.
- Homer, *Odyseja*, tłum. L. Siemieński, wstępem poprzedziła Z. Abramowiczówna, opracował i objaśnieniami opatrzył J. Łanowski, Wyd. Ossolineum, BN, seria II, nr 21, Wrocław 2003.
- Pismo Święte Starego i Nowego Testamentu*, w przekładzie z języków oryginalnych, opracował zespół biblistów polskich z inicjatywy benedyktynów tynieckich, wydanie czwarte, Pallottinum, Poznań–Warszawa 1989.
- A. Maslow, *W stronę psychologii istnienia*, tłum. I. Wyrzykowska, Wyd. PAX, Warszawa 1986.
- Samuel Taylor Coleridge: Selected Poetry and Prose*, ed. E. Schneider, Rinehart, 1951.
- Z. Bauman, *Wspólnota. W poszukiwaniu bezpieczeństwa w niepewnym świecie*, tłum. J. Margański, Wyd. Literackie, Kraków 2008.
- I. Kant, *Krytyka władzy sądzienia*, przekł. oraz przedm. i przypisy J. Gałęcki, tłumaczenie przejrzał A. Landman, PWN, Warszawa 1964.
- H. L. Bonny, *Music and consciousness*, „Journal of Music Therapy” 1975, 12 (3).
- W. Szulc, *Muzykoterapia jako przedmiot badań i edukacji*, Wyd. UMCS, Lublin 2005.
- List do Czesława Niemena*, w: *Nasz Niemen [Książka + CD (2)]*, wyd. firma fonograficzna AGORA, 2009.

- D. Michalski, *Czesław Niemen. Czy go jeszcze pamiętasz?*, Wyd. MG, Warszawa 2009.
- Z. Freud, *Człowiek, religia, kultura*, tłum. J. Prokopiuk, wstęp B. Suchodolski, Wyd. Książka i Wiedza, Warszawa 1967.
- Słownik pojęć filozoficznych*, pod red. W. Krajewskiego przy współpracy R. Banajskiego, Wyd. „Scholar”, Warszawa 1996.
- Ł. Nysler, *Etyka Epikura a psychoanaliza Zygmunta Freuda*, „Dykcja. Pismo Literacko-Artystyczne” 1996, nr 3–4.
- A. Krokiewicz, *Etyka Demokryta i hedonizm Arystypa*, PWN, Warszawa 1960.
- A. Krokiewicz, *Hedonizm Epikura*, PWN, Warszawa 1961.
- H. Poświatowska, *Poezje wybrane*, wstęp S. Stabro, Ludowa Spółdzielnia Wydawnicza, Warszawa 1976.
- M. Głowiński, *Gry powieściowe. Szkice z teorii i historii form narracyjnych*, PIW, Warszawa 1973.
- W. Czernianin, *Młodopolski erotyk hedonistyczny. Problemy poetyki*, Wyd. TART, Wrocław 2000.
- U. Eco, *Lector in fabula. Współdziałanie w interpretacji tekstów narracyjnych*, tłum. P. Salwa, PIW, Warszawa 1994.
- Studia o Bogusławie Butrymowiczu*, wstęp, wybór i opracowanie Z. Andres, W. Czernianin, Wyd. Antykwa, Wrocław 2006.

## Summary

**Wiktor Czernianin, Halina Czernianin**

### **Poetry therapy as a method of bibliotherapy**

MAIN ISSUES: I. Introduction. I.1. As poetry emerges. I.2. How poetry heals – catharsis. II. Catharsis in poetry therapy aimed at therapeutic outcome. II.1. Catharsis in the forms of lyrical creation aimed at therapeutic outcome. II.2. Catharsis in poetic reading aimed at therapeutic outcome. II.2.1. The beauty of poetry. II.2.2. Therapeutic power of poetry. II.2.3. Esthetic impressions. II.2.4. Autopsychotherapy. III. Catharsis in poetry therapy aimed at moral refinement. III.1. Catharsis in the form of lyrical creation aimed at moral refinement. III.2. Catharsis in poetic reading aimed at moral refinement. IV. Catharsis in poetry therapy aimed at mystic experience. IV.1. Catharsis in the form of lyrical creation aimed at mystic experience. IV.2. Catharsis in reading aimed at mystic experience. V. Catharsis in poetry therapy aimed at purely esthetic experience. V.1. Catharsis in poetic reading aimed at purely esthetic experience. VI. Catharsis in poetry therapy aimed at hedonistic contentment. VI.1. Catharsis in lyrical creation aimed at hedonistic contentment. VI.2. Catharsis in poetic reading aimed at hedonistic contentment. VII. Conclusion.