

JA i filozofia

1 2 3 4

JA

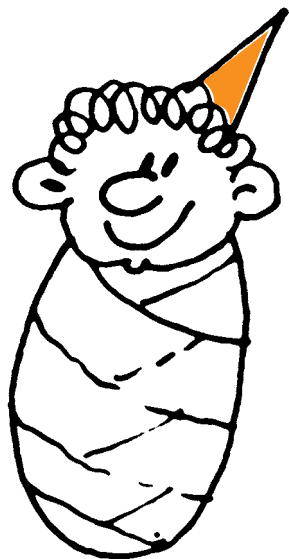
emoc.pl



.....
Uwolnij swój potencjał... i podaj dalej
.....



Narrodziny



Kiedy się rodzimy?

Wydaje się, że to dziwne pytanie. Przecież każdy wie, kiedy się urodził. Jednak filozofia stawia pytanie nie tylko o datę. W tym pytaniu chodzi przede wszystkim o to, kiedy możemy powiedzieć o sobie: „Oto jestem Ja”. Przecież małe niemowlę raczej tak nie powie. Filozofia nie szuka momentu, lecz analizuje proces, który czyni z nas osoby. Niektórzy uważają, że od samego początku naszego życia w brzuchu matki już jesteśmy, inni twierdzą, że dopiero kiedy przychodzimy na świat. Jeszcze inni uważają, że dopiero kiedy możemy powiedzieć o sobie: „jestem” – tak naprawdę się rodzimy. Każde z tych twierdzeń ma swoje argumenty. Warto też pamiętać, że kiedyś ludzie rzadko znali datę swoich urodzin.

Dlaczego świętujemy urodziny?

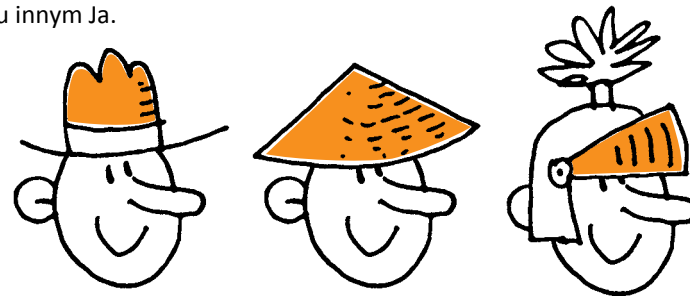
Wszyscy obchodzimy urodziny, świętujemy je, zapraszamy kolegów i koleżanki. To jest nasz dzień, dostajemy prezenty. Czemu to jednak takie dla nas ważne? Kiedyś ludzie nie obchodzili urodzin, lecz imieniny. Z jednej strony wynikało to z roli religii w życiu społeczeństwa. Ważne było, kto jest naszym patronem. Z drugiej, kiedyś nie posiadano dokładnych kalendarzy, a duża część społeczeństwa była niepiśmienna. Życie toczyło się według zmian pór roku i świąt religijnych. Dopiero wraz z rozwojem cywilizacji i znaczącą rolą kalendarza większą wagę zaczęto przywiązywać do daty urodzin, a sama data stała się dla nas czymś podobnym do imienia i nazwiska – częścią naszej osoby.

Narodziny w rodzinie

Jak ważne są nasze narodziny dla otoczenia, rodziny? Mało kto zastanawia się w dzieciństwie, jak wielką zmianę stanowi dla rodziny nasze pojawienie się na świecie. Z naszego punktu widzenia byliśmy „od zawsze”. Jednak dla innych jesteśmy wielką zmianą – i wielką niewiadomą. Początkowo jesteśmy całkowicie zależni od innych, stopniowo stajemy się coraz bardziej samodzielni. To banalne stwierdzenie, ale filozoficznie głębokie – abyśmy mogli być my, muszą być inni. Nie tylko dlatego, że ktoś nas musi urodzić i wychować, ale także po to, byśmy mogli się stać autonomicznymi osobami. Otoczenie i rodzina są gwarancją naszego istnienia i rozwoju, a jednocześnie pozwalają nam stać się nami – indywidualnym Ja.

Czy można urodzić się gdzie indziej?

Jak można zauważyć, filozofia ma skłonność do stawiania dziwnych pytań – trochę jak dziecko, które ciągle pyta dlaczego. Wbrew pozorom pytanie jest jednak poważne. Jaki bym był, gdybym urodził się, na przykład, w Irlandii, Brazylii albo Japonii? Czy lubiłbym pizzę i lody pistacjowe? Spróbujmy spytać z kolei nie o miejsce, ale o czas: czy lubiłbym pizzę, gdybym urodził się w średniowieczu? Chyba nie, bo wówczas pizzy nie było. Czy zatem jako Japończyk dalej lubiłbym lody pistacjowe? Być może, ale jako urodzony w Japonii nie byłbym już tym Ja, który teraz o to pyta. Podobnie jak nie byłbym tym Ja, jeśli urodziłbym się w średniowieczu. Nasze Ja jest tu i teraz. Mówiąc najprościej: gdybyśmy urodzili się gdzie indziej, nie byłibyśmy sobą, lecz po prostu innym Ja.

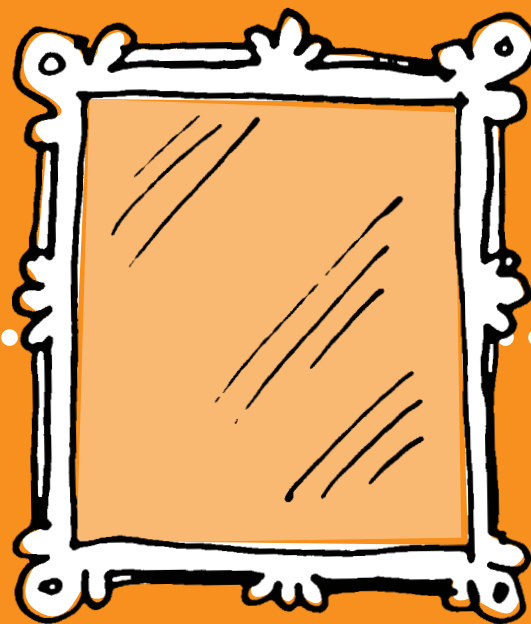
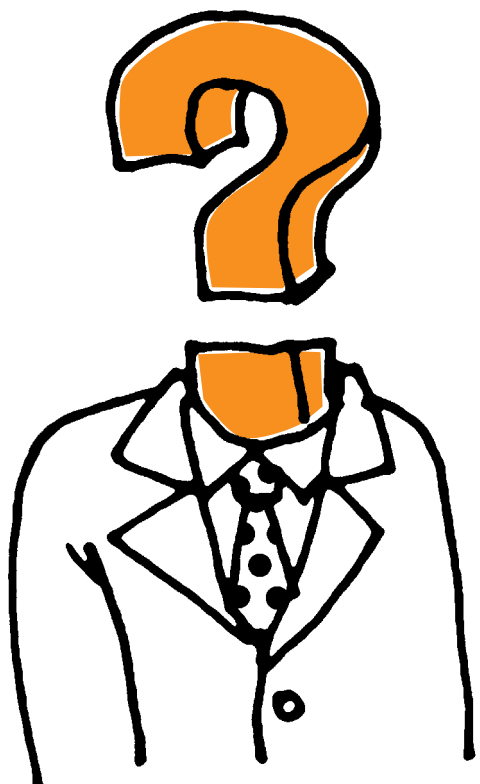


Kto się rodzi?

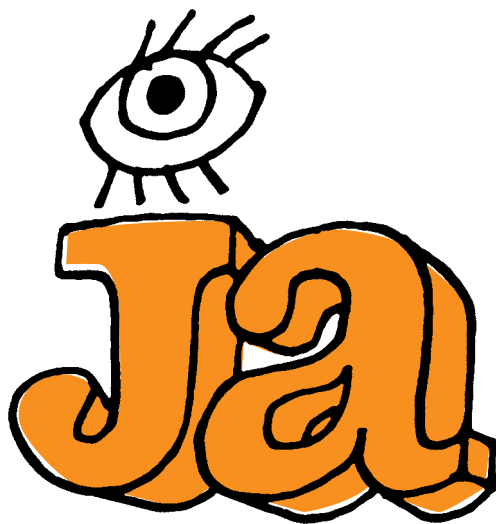
Nasze życie na świecie z reguły rozpoczyna się w szpitalu. Lekarz odbiera poród, pojawia się wraz pierwszym krzykiem jako małe, pomarszczone niemowlę. Mało jeszcze widzimy, nie mówimy. Zdarza się, że jeszcze nie mamy imienia. Kto więc się urodził? Sami jeszcze nie wiemy, że jesteśmy, nie mamy świadomości swojego istnienia. To dla innych jesteśmy tym kimś, sami o sobie jeszcze niczego nie wiemy. Jeśli zapytamy rodzinę, kto się urodził, może odpowiedzieć różnie: moja córka, moja wnuczka, moja siostrzenica. I chociaż właściwie najważniejsze jest to, że to urodziliśmy się my, nikt za nas nie powie: urodziło się przyszłe Ja. To, kto się urodził, zależy w dużej mierze od nas.

Czy rodzimy się tylko raz?

To kolejne dziwne pytanie i kolejne z dużą tradycją. Istnieje koncepcja zwana reinkarnacją – nasze Ja to tak naprawdę dusza, która odradza się w kolejnych ciałach. Rodzimy się wielokrotnie, a każde nasze życie – jeśli jest dobre – pozwala rozwijać się naszemu duchowemu Ja. Filozofia nie rozstrzyga, czy tak jest, czy też nie. O tym, że nasze Ja to tak naprawdę tylko dusza, mówił już Sokrates, a po nim wielu innych. Czy jednak rodzimy się tylko raz? Sami nie pamiętamy dnia swoich narodzin, nie mówiąc już o jakichś wcześniejszych. Nie pamiętamy też ewentualnych poprzednich żyć, choć niektórzy twierdzą, że poznali je pod wpływem hipnozy. Można o tym pomyśleć też jak o filmie, który być może widzieliśmy, ale w ogóle go nie pamiętamy – oglądamy go z przyjemnością i nie znamy zakończenia.



Autorefleksja



Co to znaczy Ja?

Kto zna nas najlepiej? Wydaje się, że my sami. Kiedy myślimy o sobie, o własnym Ja, znamy swoje najszybsze myśli, wiemy o sobie najwięcej. Kiedy jednak ktoś zapytałby nas, kim tak naprawdę jesteśmy, trudno by nam było ująć odpowiedź precyzyjnie. Myślimy wtedy o swojej rodzinie, o naszej szkole, pracy zainteresowaniach. Czy to jesteśmy cali my? Z pewnością po części tak, jednak podobnie mogą mówić o nas też inni – rodzice wiedzą, jak się uczymy, koledzy znają nasze zainteresowania i mocne strony, przyjaciele – nasze tajemnice. Refleksja nad tym, kim naprawdę jesteśmy, to trudna, ale bardzo cenna umiejętność. Wymaga od nas czegoś, o co wbrew pozorom nam najtrudniej – obiektywizmu.

Czy moje Ja się zmienia?

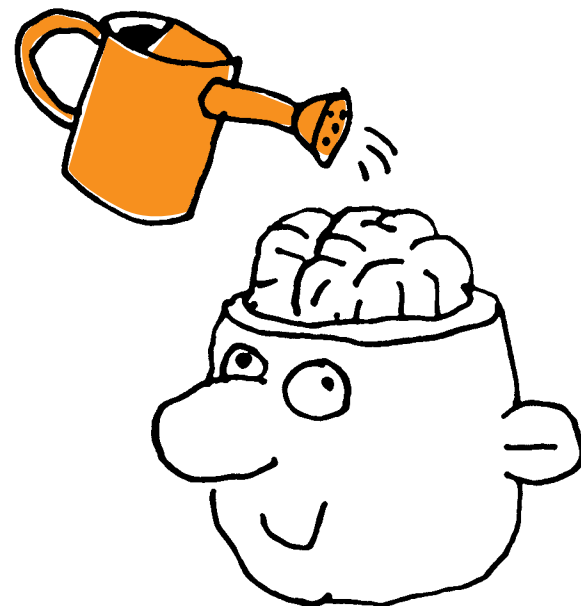
Kiedy mamy lat pięć, piętnaście czy pięćdziesiąt, mówimy o sobie Ja. Zmieniamy się z czasem z wyglądu, dorastamy, zmieniają się nasi znajomi i otoczenie. Zmieniamy się też wewnętrznie – kiedyś lubiliśmy kreskówki i gry komputerowe, później muzykę klasyczną i czytanie książek. Czy to znaczy, że nasze Ja teraz jest inne, niż było kiedyś? A pytając inaczej – czy kiedyś byliśmy kimś innym? Tak dziwnie postawione pytanie pokazuje, jak trudno dokładnie określić, kim jesteśmy. Jeśli tym, co lubimy, to trudno mówić o jednym Ja. Jednak przecież kiedyś to też byliśmy my. Żeby więc zrozumieć, kim jesteśmy, należy szukać głębiej – podobnie jak zmiana ubrania nie czyni z nas innych osób.

Myślę o sobie – czy to egoizm?

Często zdarza nam się myśleć o sobie – czasem głęboko – kim jestem, czasem tak zwyczajnie, codziennie, czy ktoś mnie lubi, czy dobrze wyglądam. Wszystko to nazywamy autorefleksją, czyli namysłem nad samym sobą. Czy to oznacza, że jesteśmy egoistami? Czy to źle, że myślimy o sobie? Najłatwiej odpowiedzieć na to pytanie, odwołując się do myśli greckiego filozofa Arystotelesa, że wszystko jest dobre, byle w umiarze. Refleksja nad sobą jest dla nas bardzo ważna – pomaga nam zrozumieć nasze emocje, relacje z innymi, nasze możliwości, silne i słabe strony. Jednocześnie trzeba pamiętać, że autorefleksja nie służy sama sobie, lecz zrozumieniu siebie, by móc lepiej radzić sobie w świecie.

Pracuję nad sobą

Jeśli znamy swoje mocne i słabe strony, możemy lepiej nad sobą pracować. Co to jednak znaczy i czemu służy? Praca nad sobą to proces złożony, a jego niezwykle ważną częścią jest poznanie siebie. Jeśli chcę się szybciej i lepiej uczyć, muszę dowiedzieć się, jaki sposób przyswajania wiedzy jest dla mnie najłatwiejszy (np. czy jestem wzrokowcem, czy słuchowcem). Podobnie rzecz się ma z relacjami z innymi. Dlaczego jedni mnie lubią, a inni mniej? Dlaczego kłócimy się z kolegami, rodzicami? To wszystko można zrozumieć, a dzięki temu albo zapobiec, albo szybko wyjaśnić – musimy tylko starać się poznać siebie. A jeśli znamy swoje mocne i słabe strony, możemy je wykorzystywać i kontrolować.

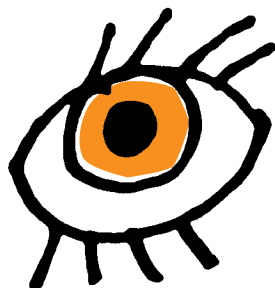


Moje wspomnienia

Każdy z nas ma wspomnienia – te z wczoraj i te z dzieciństwa. Są one bardzo ważną częścią naszej tożsamości. Kiedy myślimy o sobie, często się do nich odwołujemy, analizujemy swoje zachowania, przypominamy chwile szczęśliwe i smutne. Co to jest wspomnienie? Pytanie dziwne, ale odpowiedź wydaje się prosta – to pamięć o jakimś zdarzeniu, w którym uczestniczyliśmy. Suma tych wspomnień kształtuje w naszych oczach obraz naszego Ja. Lecz przecież nie pamiętamy wszystkiego, co nam się przydarzyło. Zapominamy o dawnych znajomych, nie pamiętamy swojego dzieciństwa. Czy to znaczy, że pamiętamy tylko część siebie? Nasze wspomnienia to nie jest zbiór faktów, ale przede wszystkim nasze emocje.

Kto na mnie patrzy?

Zastanawiając się nad sobą, często zadajemy sobie pytanie: Czy jestem ładny? czy inteligentny? czy mam odstające uszy? czy inni mnie lubią? Ułatwia to nam autorefleksję i jest bardzo dobrym sposobem na poznanie siebie. Jeśli zastanawiamy się na przykład, czy jesteśmy inteligentni, pomyślimy przez chwilę, dlaczego właśnie nad tym myślimy, a nie choćby o tym, czy mamy dobry słuch. To ważne, ponieważ pokazuje nam, w których miejscach jesteśmy czuli, co jest dla nas ważne i z czyją opinią się liczymy. Z reguły bowiem pytania, które zadajemy sami sobie, są inną wersją opinii innych o nas.



Podmiot



Co to znaczy podmiot?

Podmiot to termin, z którym spotykamy się w szkole na języku polskim. Często nauczyciel prosi, by wskazać podmiot w danym zdaniu. W filozofii podmiotem jest taka istota, która ma zdolność myślenia o samym sobie, ma świadomość swojej świadomości. Choć brzmi to skomplikowanie, można powiedzieć, że podmiotem jest ten, kto potrafi pytać o siebie. Kamień polny nie pyta o swoje istnienie, on po prostu jest. Motyl ma określone zadania wyznaczone przez biologię i nic nie wiadomo o tym, aby zastanawiał się nad swoim losem (choć często pisarze wkładają w usta zwierząt takie refleksje). Podmiot to ten, kto może powiedzieć: „Ja jestem” i rozumie, co to znaczy.

Ja jako podmiot

Jeśli czytasz te słowa, odnosisz je do siebie, zastanawiasz się nad ich znaczeniem i stawianymi tu pytaniami, to z pewnością jesteś podmiotem. Mówisz o sobie „Ja” i choć trudno jest Ci podać definicję siebie, to próbujesz i nieustannie dokonujesz autorefleksji. To wszystko oznacza, że jesteś podmiotem. Jakie to niesie ze sobą konsekwencje? Jesteś osobą, a co za tym idzie – masz prawa i obowiązki. Masz prawo być sobą, ale też masz obowiązek szanować innych. Ponieważ myślisz o sobie, musisz też myśleć o innych. Wraz z podmiotowością otrzymujemy dar myślenia, co nakłada na nas odpowiedzialność – za nas samych, ale też za nasze otoczenie.

Kto może być podmiotem?

Ja jestem podmiotem, Ty też nim jesteś. Podmiotami są Twoi rodzice, koledzy, znajomi. Wszyscy ludzie są podmiotami i z filozoficznego punktu widzenia przysługują im te same prawa i te same obowiązki. Jednak filozofia na przestrzeni swoich dziejów wskazywała też inne podmioty niż ludzie. Za podmiot można uznawać Boga, współcześnie toczy się też dyskusja, czy zwierzęta są podmiotami. Chodzi tu przede wszystkim o ssaki. Niektórzy filozofowie uważają, że szympansy czy goryle bliskie są podmiotowości, a więc powinny przysługiwać im te same prawa co ludziom. Czy jednak oznacza to, że spoczywałaby na nich też taka odpowiedzialność, jak na nas? Jest to kwestia trudna do rozstrzygnięcia.

Podmiot i świat

Nasze istnienie jako podmiotów niesie ze sobą dużą odpowiedzialność – zarówno wobec innych osób, jak i otaczającego nas świata. Jest to bardzo złożony problem, a zajmuje się nim w dużej mierze dziedzina filozofii zwana etyką. Jako podmioty musimy troszczyć się o naszą wolność, pamiętając jednak, by nie kolidowało to z wolnością innych. Nie możemy dopuścić, by ktoś nas obrażał, ale nie możemy też obrażać innych. Z filozoficznego punktu widzenia, jeśli ograniczamy czyjąś podmiotowość, ograniczamy tym samym naszą własną. Jako istoty myślące odpowiadamy też za środowisko, w którym żyjemy. Warto o tym pamiętać.

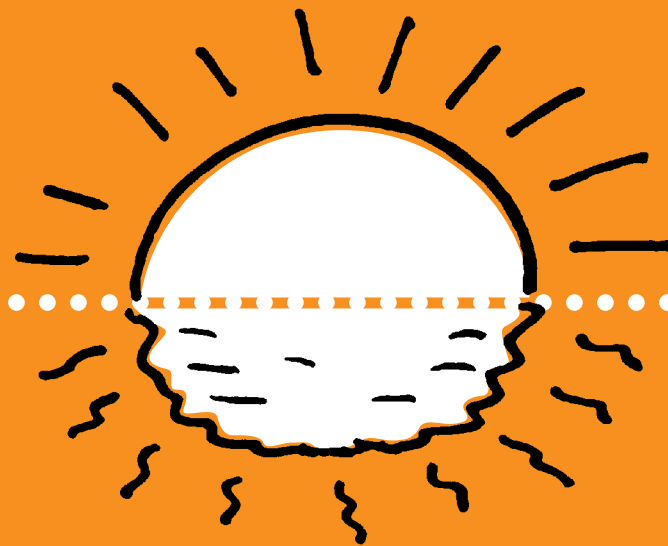


Ja i inne podmioty

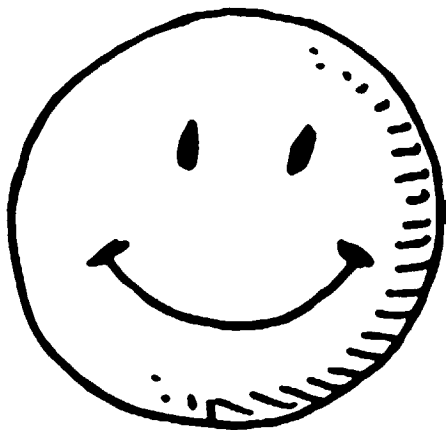
Warunkiem, dzięki któremu możemy mówić o własnej podmiotowości, jest podmiotowość innych osób. Przeprowadźmy taki eksperyment: jako małe dziecko znaleźliśmy się na bezludnej wyspie, wychowały nas zwierzęta, nie znamy innych ludzi. Dorastamy i nagle na naszą wyspę przy pływa statek. Jak potraktujemy przybyszów? Czy potrafimy mówić? Czy rozumiemy, że jesteśmy jednym z przybyszów – człowiekiem? Raczej nie. Nie jesteśmy jednak też przecież zwierzętami. Sytuacja taka jest skrajna, lecz pokazuje, jak ważne dla naszego Ja jest przebywanie z innymi. To dzięki innym podmiotom poznajemy siebie i swoją podmiotowość.

O czym myśli podmiot?

Kiedy jesteś głodny, myślisz o kanapce, kiedy chce Ci się pić, myślisz o wodzie. Tak samo myślą zwierzęta. Czy to znaczy, że kiedy myślimy o takich przyziemnych sprawach, przestajemy być podmiotami? Czy tylko w chwilach „ważnych” myśli jesteśmy nimi? Oczywiście nie. Nasza podmiotowość jest złożona, a każda myśl ważna dla naszego życia. To trochę jak z uczeniem się – czy uczymy się na wakacjach, czytając książkę przygodową albo oglądając film? Nie jest to przecież taka nauka, jak z podręcznikiem przed klasówką, jednak nie można powiedzieć, że na wycieczce niczego się nie uczymy – poznajemy przecież zarówno inne miejsca, jak i siebie w nowych sytuacjach.



Odbicie



Twarz

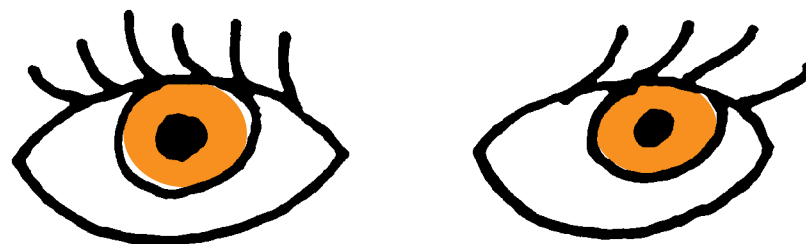
Nasza twarz jest dla nas bardzo ważna. Psychologia pokazuje, jak dla naszej tożsamości, rozwoju i myślenia o sobie ważne jest nasze odbicie. Twarz niesie ze sobą bardzo wiele emocji, to przez nią wyrażamy szczęście, smutek, przyjemność czy złość. Twarz jest też źródłem dumy albo kompleksów – ten ma za duży nos, ta martwi się o wystające kości policzkowe. Twarz jest tą częścią ciała, która (prawie) zawsze jest na wierzchu – jest naszą wizytówką i naszym głównym narzędziem komunikacji z innymi – zarówno poprzez głos, jak też mimikę. I chociaż twarz można trochę zmienić – zrobić makijaż, ozdobić kolczykiem, zmienić fryzurę, to zawsze pozostanie ona częścią nas, wyróżniając wśród innych.

Lustro

Każdy z nas przeglądał się wielokrotnie w lustrze. Spogląda z niego na nas znajoma twarz. Czym jednak jest nasze odbicie? Czy tylko w lustrze się przeglądamy? Na początek odrobina historii – kiedyś dla wielu ludzi jedynym dostępnym lustrem była woda – w misce albo jeziorze. Jak się można domyślić, odbicie takie nie było zbyt dokładne. Bardziej dokładną wiedzę o swoim wyglądzie ludzie czerpali od innych. I to właśnie inni są tak naprawdę naszym lustrem. To w innych się przeglądamy i do nich porównujemy. Samo nasze odbicie w lustrze nic nam jeszcze nie mówi, jeśli nie porównujemy go z innymi twarzami, które widzimy wokół. To w twarzach innych się przeglądamy.

Skąd wiesz, jak wyglądasz?

Filozofia stawia wiele takich dziwnych pytań. Przecież to proste – spoglądam w lustro i wiem. Kiedyś jednak nie było luster. Człowiek, który pierwszy zobaczył swoje odbicie w tafli wody, musiał skądś wiedzieć, że to jego twarz? Jak do tego doszedł? Podobnie jest z małymi dziećmi. Niemowlę spoglądając w lustro, nie wie przecież, że widzi siebie, jednak w pewnym momencie odkrywa, że to właśnie ono. Tak samo jak z mówieniem o sobie – w pewnej chwili dziecko zaczyna rozumieć, co oznacza słowo Ja. Jest to część rozwoju naszej podmiotowości – postrzeganie siebie jako odrębnej istoty, a wygląd jest przecież ważną naszą częścią. Nasza twarz jest tu też wyjątkowa dlatego, że nigdy nie widzimy jej bezpośrednio.



Co to jest normalny wygląd?

Z tym problemem spotykamy się już w szkole, zastanawiając się (i często martwiąc), czy dobrze wyglądamy, czy wszystko z nami w porządku, czy nie mamy odstających uszu, czy nie jesteśmy za wysocy albo za niscy. Bardziej lub mniej świadomie wyrabiamy w sobie poczucie tego, jak „powinno się” wyglądać – jaki wzrost jest tym „normalnym”, jaki kształt powinien mieć nos.



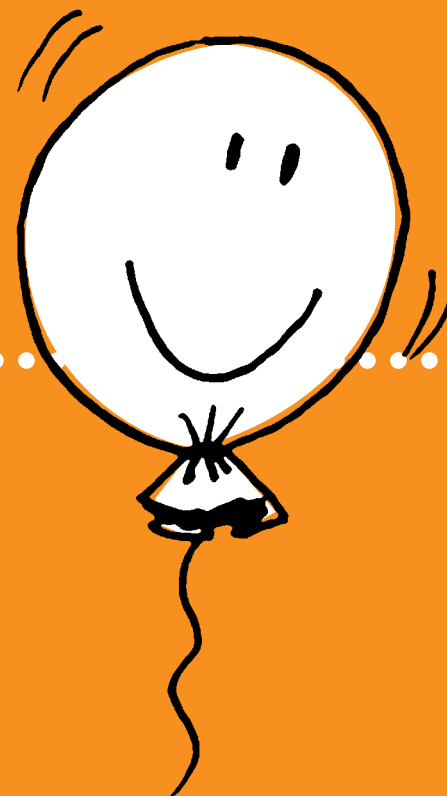
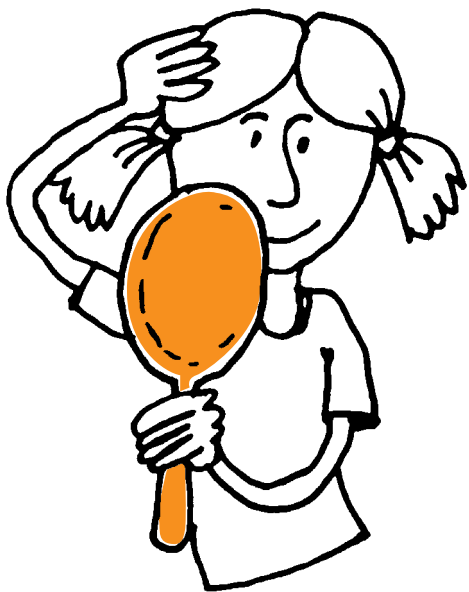
Trzeba jednak pamiętać, że nie ma czegoś takiego jak „obiektywnie normalny wygląd”. Porównujemy się z otoczeniem, z gwiazdami kina. Ale kiedyś inny był kanon piękna i inne normy. I choć sama ta wiedza nie sprawi, że przestaniemy się martwić o swój wygląd, to warto pamiętać, że norma to pojęcie bardzo względne.

Czy można nie wiedzieć, jak się wygląda?

Kiedyś za lustro służyła tafla wody, w której odbicie nie było tak wyraźne jak w lustrze. Wiedza ludzi o swoim wyglądzie pochodziła od innych. W niektórych sytuacjach przez lata całe ludzie nie oglądali swojego odbicia. Tak działo się na przykład w klasztorach czy wśród pustelników, żyjących z dala od innych i niekorzystających z jakichkolwiek udogodnień cywilizacji. Czy miało to wpływ na ich myślenie o sobie? Z pewnością po części tak, ale taki był przecież cel – skupienie się na sferze duchowej. A czy my moglibyśmy dzisiaj żyć bez wiedzy, jak wyglądamy? Wydaje się, że to trudne, choć warto może kiedyś, na przykład na wakacjach, spróbować przez jakiś czas unikać spoglądania w lustro.

Jak myślimy o sobie?

Myśląc o swoim wyglądzie, zestawiamy go przede wszystkim z naszym wyobrażeniem o tym, jak „powinno się” wyglądać. Znamy dobrze swoje odbicie, jesteśmy do niego przyzwyczajeni. Od czego jednak zależy, czy się sami sobie podobamy? Dlaczego czasami uważamy, że jesteśmy ładni, czasami, że mamy za bardzo odstające uszy? Okazuje się, że w dużej mierze zależy to od naszego usposobienia – czy jesteśmy ogólnie zadowoleni ze swojego życia, lubimy siebie (i inni nas lubią). Jeśli tak, to o wiele lepiej myślimy też o swoim wyglądzie. A czy bycie lubianym przez innych zależy od wyglądu? Bardziej od naszego charakteru i nastawienia do innych. A oznacza to, że jeśli lubimy innych, a oni nas, to lepiej wyglądamy.



Szczęście



Co to jest szczęście?

Wydaje się, że to proste pytanie. Wszyscy intuicyjnie wiemy, co to znaczy szczęście. Jeśli jednak zastanowimy się nad tym dokładniej, to okaże się, że odpowiedź nie jest taka oczywista. Czy szczęście to dużo prezentów na urodziny, wakacje nad ciepłym morzem, szóstka z klasówki? A może kochająca się rodzina, brak problemów? Wielu filozofów zastanawiało się, czym jest szczęście. Wielu uważało je za najważniejsze w życiu. Możemy powiedzieć najprościej, że szczęście to taki stan emocjonalny, kiedy czujemy się szczęśliwi. Niezależnie od miejsca i okoliczności. Możemy być szczęśliwi w szkole i na wakacjach. Szczęście to w dużej mierze nasze nastawienie do świata.

Czy szczęście jest ważne?

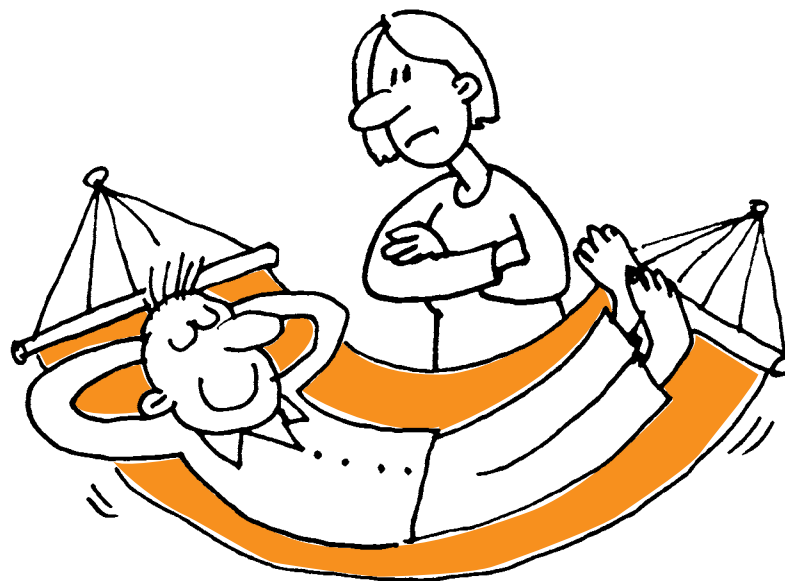
Czy bycie szczęśliwym jest ważne w życiu? Wiele osób uważa, że tak. Jednak różne osoby różnie rozumieją szczęście. Dla niektórych szczęście to spokój, dla innych zdrowie, jeszcze dla innych praca na rzecz ważnej sprawy (na przykład ochrony zagrożonych zwierząt). Każdy z nich inaczej rozumie szczęście, inaczej widzi sposób jego osiągnięcia, jednak wszyscy na pytanie, czy są szczęśliwi, często odpowiedzą, że tak. A czy szczęście jest najważniejsze w życiu? To już trudniejsze pytanie. Czy naszym celem najważniejszym jest dążenie do szczęścia? I tak, i nie. To zależy już od naszego rozumienia drogi do szczęścia.

Jak osiągnąć szczęście?

Przede wszystkim należy zastanowić się, co nam daje szczęście. Wiele myślicieli pokazało, że nie należy mylić szczęścia z przyjemnością. Jeśli dążymy tylko do przyjemności, szybko nam się ona znudzi, a nawet może przynieść dużo przykrości. Jeśli na przykład lubimy jeść lody, to dieta złożona tylko z nich bardzo szybko nam się znudzi, poza tym może przynieść szkody naszemu organizmowi. Szczęście jest pewnym celem, do którego dążenie powinno dawać nam satysfakcję. Ważna jest droga do tego celu, a nie samo jego osiągnięcie. Warto więc zastanowić się dobrze, co chcielibyśmy osiągnąć i starać się podążać drogą ku temu. Wiele osób uważa, że właśnie ta droga i poszukiwania dają prawdziwe szczęście.

Szczęście moje i szczęście innych

Często może się zdarzyć, że to, co rozumiemy przez szczęście, kłóci się z potrzebami innych. Na przykład marzą nam się podróże po świecie – chcemy zwiedzać inne kraje, wędrować przez kontynenty, poznawać nowe miejsca. Co jednak zrobić, jeśli nasza rodzina wołałaby, abyśmy nie wyjeżdżali tak często. Rodzice chcą nas mieć przy sobie, trudno nam będzie też założyć rodzinę. Co w takiej sytuacji robić? Czy porzucić swoją pasję, aby uszczęśliwić innych, czy też realizować własne marzenia, na innych się nie oglądając? To trudne wybory, a w życiu czeka nas takich wiele. Wszystko zależy od sytuacji. Powinniśmy starać się realizować nasze pasje, jednak pamiętajmy, że należy liczyć się też z uczuciami innych.





Czy można dać szczęście?

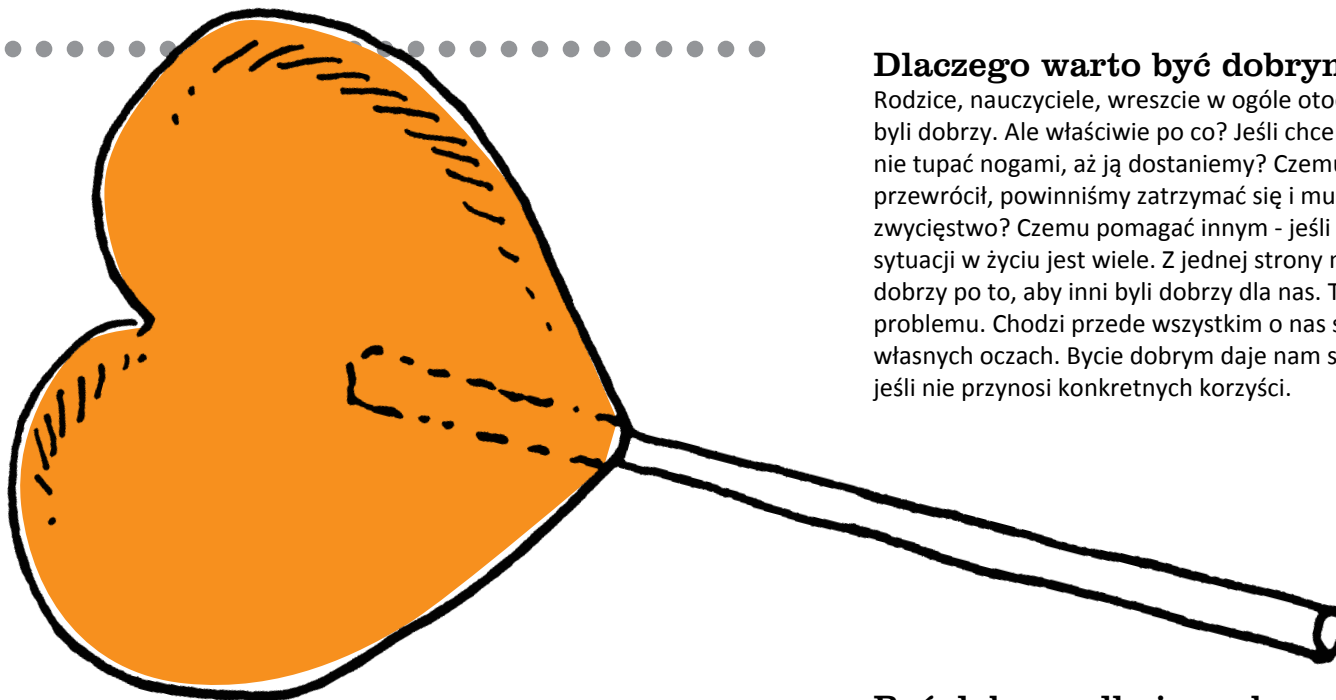
Czy szczęście można komuś ofiarować? Jesteśmy bardzo szczęśliwi, tryskamy energią, wszystko nam się udaje. Niestety nasz najbliższy przyjaciel albo przyjaciółka nie są szczęśliwi. Czy można „oddać” takiej osobie trochę naszego szczęścia? Na pewno nie w taki sposób, jak daje się prezenty – zapakować szczęście w ładne pudełko i podarować komuś bliskiemu. Można jednak starać się pomóc. Będąc szczęśliwymi, mamy dużo pozytywnej energii, która może dać nam możliwość wsparcia dla kogoś, kto boryka się z jakimiś problemami. Szczęście daje poczucie siły i pozwala jasno patrzeć na problemy. Możemy starać się pokazać innym tę jasną stronę. I w takim sensie można mówić o dzieleniu się szczęściem.

Co daje szczęście?

Wiele osób w historii zastanawiało się, co daje człowiekowi szczęście. Pojawiło się kilka głównych nurtów myślenia o szczęściu. Niektórzy uważali, że szczęście to przyjemność, a człowiek powinien korzystać z życia, ile tylko może – jeśli chce się bawić, powinien się bawić. To jednak może szybko się znudzić, a przyjemności nie dają szczęścia na dłuższą metę. Inni uważali, że szczęście to... brak nieszczęścia. W związku z tym sądzili, że nie należy mieć jakichkolwiek rzeczy, bo wówczas tylko się o nie martwimy. Jeszcze inni uważali, że nie należy przywiązywać wagi do zdarzeń ani szczęśliwych, ani smutnych. Los czasem nam sprzyja, czasem nie i nie należy się tym przejmować. Wówczas będziemy szczęśliwi.



Poradnik



Co to jest dobro?

Dobro to jedna z podstawowych wartości etycznych. W starożytności mówiło się o najważniejszej triadzie: pięknu, prawdzie i dobru. Te trzy cechy były najważniejsze wśród innych, a z czasem dobro stało się najważniejszą z nich trzech. To, co piękne i prawdziwe, było też dobre. Jednocześnie bardzo trudno podać krótką definicję tego, co znaczy dobro. Czy są to po prostu dobre uczynki? Bycie uczciwym i szlachetnym? Czy postępujemy dobrze, jeśli pozwalamy koleżce przepisać pracę domową albo nie mówimy prawdy, żeby nie sprawić komuś przykrości? To trudne pytania, a poszukiwanie na nie odpowiedzi jest jednym z najważniejszych celów zarówno filozofii, jak i naszego życia.

Czy rodzimy się dobrzy?

Zastanawiając się nad pojęciem dobra, filozofowie rozważali, czy ludzie rodzą się z natury dobrzy, czy też nie. Czy małe dziecko jest dobre? Trudno mówić o niemowlęciu, że robi coś złego. Ale czy jest dobre? Jeśli w piaskownicy dziecko zabiera innym zabawki, to czy to jest złe? A jeśli daje mamie zerwane kwiatki, to czy robi coś dobrego? Wydaje się, że aby mówić o czynieniu dobra, trzeba mieć tego świadomość – musimy wiedzieć, co to znaczy dobro i zło oraz starać się czynić to pierwsze. Czy jednak rodzimy się dobrzy? Chyba najbezpieczniej uznać, że tego nie wiemy i że niemowlę jest raczej neutralne, a bycie dobrym przysługuje nam jako podmiotom – kiedy to nasze wybory kierują się dobrem.

Dlaczego warto być dobrym?

Rodzice, nauczyciele, wreszcie w ogóle otoczenie wymaga od nas, żebyśmy byli dobrzy. Ale właściwie po co? Jeśli chcemy nową zabawkę, czemu mamy nie tupać nogami, aż ją dostaniemy? Czemu w czasie wyścigów, jeśli kolega się przewrócił, powinniśmy zatrzymać się i mu pomóc, a nie pędzić do mety po zwycięstwo? Czemu pomagać innym - jeśli mają problemy, to ich sprawa. Takich sytuacji w życiu jest wiele. Z jednej strony możemy powiedzieć, że jesteśmy dobrzy po to, aby inni byli dobrzy dla nas. To jednak nie rozwiązuje do końca problemu. Chodzi przede wszystkim o nas samych i nasz wizerunek w naszych własnych oczach. Bycie dobrym daje nam sens i długotrwałe szczęście, nawet jeśli nie przynosi konkretnych korzyści.

Być dobrym dla innych

Bycie dobrym dla innych może przybierać różne formy – możemy komuś pomagać, możemy go wspierać, możemy też czasem krytykować. Jak sprawdzić, czy to, w jaki sposób odnosimy się do innych, jest dobre? Są dwie główne drogi. Możemy kierować się ogólną zasadą, jakimś wskazaniem moralnym, pod które podstawiamy daną sytuację. Taką zasadę zaproponował niemiecki filozof Immanuel Kant, mówiąc, że dobre jest takie postępowanie, które chcielibyśmy, aby było powszechne. Inna zasada odnosi się do oceny konkretnej sytuacji prostą metodą – zadaj sobie pytanie, czy chciałbyś, aby ktoś się zachował wobec Ciebie tak, jak Ty chcesz się zachować. Inaczej mówiąc – nie czyń drugiemu, co Tobie niemiłe.

Być dobrym dla siebie

O tym, że powinniśmy być dobrzy dla innych, wiemy bardzo dobrze. Przypominają nam o tym wszyscy wokół – bądź dobry dla kolegi, bądź dobry dla cioci, bądź dobry dla pieska. Czy jednak ktoś mówił Ci kiedyś, że powinienes być dobry dla siebie? Raczej nie. To dlatego, że większość ludzi zakłada, że dla siebie jest się „oczywiście” dobrym. Tak jednak jest nie zawsze. Czasami można tak bardzo skupić się na innych, że zapominamy o sobie. Pamiętajmy jednak, że my też jesteśmy osobą – jak każdy inny – i wobec samych siebie też mamy zobowiązania moralne. Zapominanie o sobie nie jest dobre. Czasem więc warto zrobić też coś dla siebie – tak jak robimy coś dla innych.

Czy dobro jest najważniejsze?

Jeśli zastanawiamy się nad tym, czy celem życia jest szczęście, to kwestia bycia dobrym wydaje się prostsza. Bycie dobrym jest niezwykle ważne – każdy chce być dobry. Problem jednak polega na tym, że w życiu nie mamy tylko czarno-białych sytuacji. Bardzo często nie wiemy, czy robimy dobrze, czy źle. Łatwo pogubić się w gąszczu problemów i decyzji. Jesteśmy ludźmi i pomyłki są częścią naszego życia. Dobro jest z pewnością najważniejsze, lecz nie należy rozpaczać, jeśli nie zawsze udaje nam się dobrze postąpić. Ważne jest, byśmy starali się żyć jak najlepiej i być dobrymi ludźmi. Aby tak się działo, musimy popełniać błędy. To nic niezwykłego. Ważne, by się na nich uczyć.



Bycie

Co to jest bycie?

Bycie to jedna z najtrudniejszych kategorii w filozofii. Każdy z nas jest, każdy z nas nieustannie doświadcza bycia, jednak jeśli próbujemy opisać, co to właściwie znaczy, nasz umysł wpada w wielką pułapkę braku właściwych słów. Bycie to inaczej istnienie, to to, że jestem. Mówiąc: „Ja jestem”, mówię właśnie, że istnieję. Wszystko, co nas otacza, istnieje, jednak nie wszystko o tym wie i tego doświadcza. Kamienie i tulipany są, lecz raczej nie zdają sobie z tego sprawy. My owszem, a fakt, że możemy myśleć o naszym istnieniu, może przyprawić o gęsią skórę. Z naszego punktu widzenia jesteśmy przecież centrum kosmosu, a jednocześnie wobec ogromu świata nasze istnienie to tylko chwilka.

Ja jestem – co to znaczy?

Co to właściwie znaczy, kiedy mówię, że jestem? Nie, że jestem wysoki, uczesany albo głodny. Po prostu – jestem. Z jednej strony to wszystko, absolutnie wszystko, co nam się przydarza. Na nasze istnienie składa się każda sekunda naszego życia, każda myśl, każdy gest. Możemy mieć poczucie, że sam fakt, że jesteśmy jest bardzo ważny, że powinniśmy wykorzystać jak najlepiej każdą chwilę naszego bycia. Jednocześnie często spędzamy kolejne godziny przed telewizorem, czas ucieka nie wiadomo kiedy. Czy to znaczy, że moje istnienie stało się mniej warte? Na pewno nie. Nasze istnienie wypełnione jest wielkimi myślami i chwilami odpoczynku.

Bycie jako relacja

Nasze istnienie jest dla nas niezwykle ważne. Nasze bycie nie jest jednak zależne tylko od nas samych. Nasze bycie, chociaż jest najbardziej nasze ze wszystkiego, co nam się przydarza, zależy tak samo od nas, jak i od innych. Możemy być, wypełniać nasze życie kolejnymi doświadczeniami, lecz tylko wówczas, jeśli nasze istnienie otoczone jest przez inne istnienia – zarówno te osobowe, jak i przedmiotowe. Mówiąc prościej – możemy być tylko wówczas, jeśli wokół nas jest świat, w którym możemy istnieć oraz inni ludzie, z którymi możemy doświadczać naszej podmiotowości. Gdybyśmy istnieli w wielkiej pustce, a wokół nie byłoby niczego, nasze bycie nie mogłoby się realizować.

Moje bycie – moja sprawa

Nasze bycie jest zależne od świata na zewnątrz i od innych osób. Ale czy jest naszą własnością? Czy możemy nim dysponować jak swoimi włosami? Gdyby nie było innych osób, to staranne uczesanie nie miałoby sensu, bo nikt by go nie mógł docenić. Jednak jeśli chcemy ściąć włosy, to możemy powiedzieć:

„To moja fryzura i moja sprawa”. Czy podobnie możemy powiedzieć o własnym istnieniu? Oczywiście mamy wpływ na nasze życie – wybór studiów i pracy, ale niezależnie od tego dalej istniejemy. Pamiętajmy, że nasze istnienie, czy tego chcemy, czy nie, splecione jest z istnieniem innych – z innymi istnieniami. To, co robimy z własnym życiem, wpływa na innych.

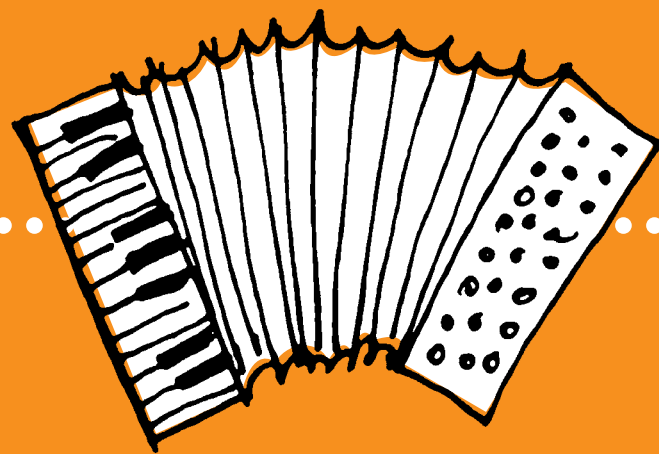
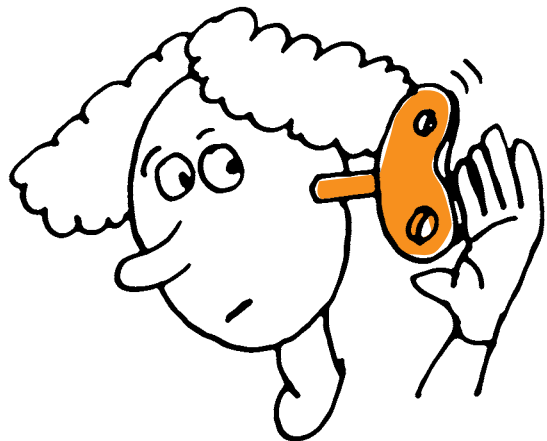
Czy można nie być?

Tak postawione pytanie – kolejne dziwne, jakie stawia filozofia – dotyczy nieco problemu śmierci. Starożytny filozof Parmenides dowodził, że niebytu nie ma. Mówiąc prościej – nie ma tego, co nie istnieje – pustki, nicości, zera. Spróbujmy zastosować ten tok rozumowania do nas samych. Jeśli jesteśmy, to istniejemy. A czy możemy nie istnieć? Oczywiście możemy – nie było nas kiedyś na świecie i kiedyś nas nie będzie. Czy jednak mogliśmy powiedzieć, że nas nie ma? Skoro nas nie było, to nie miał kto myśleć o tym, czy istnieje, czy też nie. Z drugiej strony przecież mamy zdolność myślenia o przyszłości i przeszłości, w której nas nie było. Można więc powiedzieć tak: możemy myśleć, jak to jest nie być, ale nie możemy tego doświadczyć.



Myślenie o istnieniu

Wielu filozofów zastanawiało się nad rolą i sensem naszego istnienia. Każdy z nas na pewno kiedyś zadawał sobie pytanie: „Po co istnieję?” „Jaki jest sens mojego życia?” To naturalne pytania i nie należy przestraszyć się, jeśli nie znajdujemy na nie odpowiedzi. Filozofia pokazuje, że najwartościowsze są poszukiwania – czy to szczęścia, czy dobra, czy też celu istnienia. Zapewne trudno nam będzie znaleźć jedną wyczerpującą odpowiedź na pytania dotyczące naszego istnienia. Na pewno też zagłębianie się w takie rozważania może nas przyprawić o ból głowy. Warto jednak czasem pomyśleć o swoim istnieniu – pozwala to spojrzeć na nas samych jakby z zewnątrz.



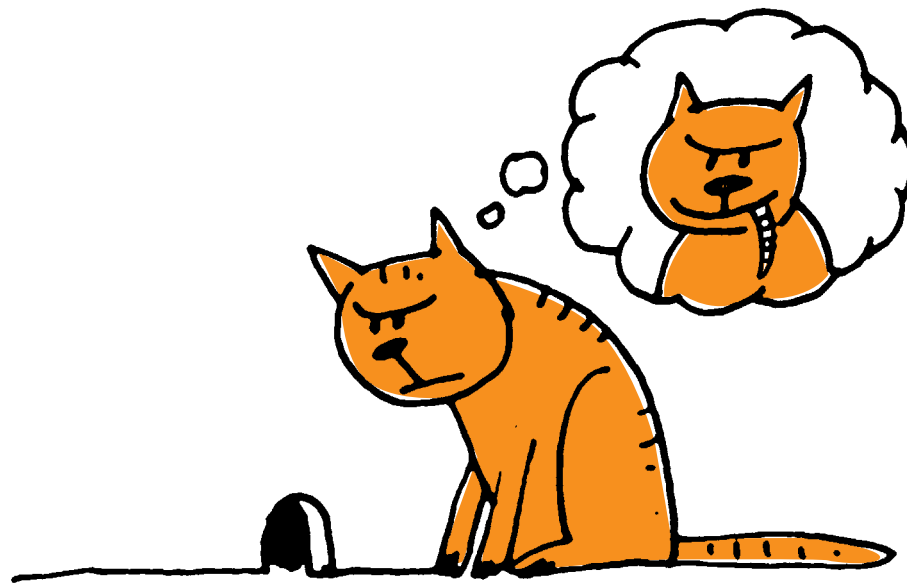
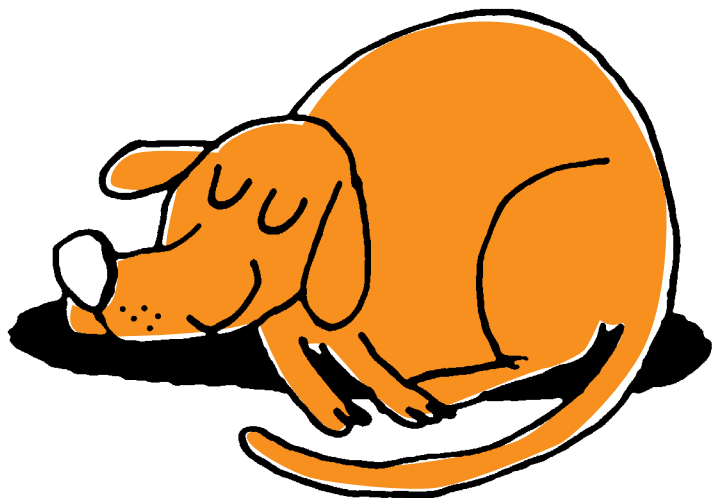
**Bycie w zgodzie
ze sobą i rzetelność**

Bycie sobą

Na pewno spotkaliście się kiedyś ze stwierdzeniem: „Bądź sobą!” Kiedy mamy wystąpić publicznie, bliscy często nam to mówią. Oznacza to, że widzą nasze zdenerwowanie i uznają, że zachowujemy się inaczej niż zazwyczaj, że nie jesteśmy sobą. Ale co to właściwie znaczy? To, kim jesteśmy, wynika w dużej mierze z wpływu naszego otoczenia. Inaczej zachowujemy się na obiedzie rodzinnym, inaczej na imprezie ze znajomymi. W której z tych sytuacji jesteśmy sobą? Przecież tu i tam zachowujemy się różnie. To jednak nie jest sprzeczność. I wśród rodziny, i wśród znajomych możemy być tak samo sobą. Ważne jest tylko to, abyśmy sami przed sobą czuli, że postępujemy zgodnie ze swoją wolą.

Spokój wewnętrzny

Na pewno znasz takie określenie jak „spokój wewnętrzny”. Często mówi się też o „chwili spokoju”. Czy te dwa określenia mają ze sobą związek? Czy „chwila spokoju” daje nam „spokój wewnętrzny”? Choć w obu określeniach używane jest słowo „spokój”, oba odnoszą się do czegoś innego. Ta chwila spokoju oznacza wytnięcie od tego, co przychodzi do nas z zewnątrz – natłoku obowiązków czy spraw do załatwienia. Spokój wewnętrzny to nasze nastawienie do... No właśnie – do czego? Czy do tego, co na zewnątrz? Po części tak. Spokój wewnętrzny to nasz sposób na reagowanie na to, co przychodzi z zewnątrz. Niepoddawanie się zmartwieniom, refleksyjna postawa wobec świata. Jeśli więc chcemy chwili spokoju, zastanówmy się, czy jesteśmy „spokojni wewnątrz siebie”.



Zgodność myśli i działania

Choć może wydawać się to dziwne, często zdarza nam się działać inaczej, niż byśmy chcieli. Taka sytuacja często sprowadza na nas kłopoty i tworzy w nas duże poczucie dyskomfortu. Jeśli zapytamy siebie, czy warto coś ukraść i udawać, że to nasze, odpowiemy sobie, że nie. Z drugiej strony, gdy piszemy wypracowanie na lekcję albo przygotowujemy prezentację, zdarza nam się kopiować teksty z internetu i udawać, że to myśmy je napisali. I chociaż bardzo łatwo jest wykryć takie oszustwo, zdarza nam się tak robić. Dlaczego tak się dzieje? Skąd bierze się ta niezgodność myśli i czynów? Odpowiedź jest prosta – zdarza się tak dlatego, że nasze działania często nie są poprzedzone refleksją. Nie oznacza to, że zawsze trzeba każdy krok przemyśleć, często jednak pozwoli nam to uniknąć przykrych sytuacji.

Co to znaczy rzetelność?

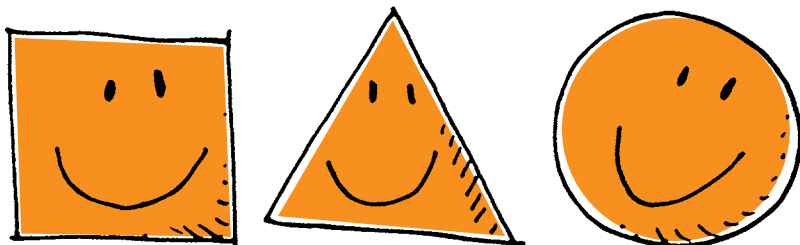
Rzetelność wydaje się pojęciem, któremu daleko do filozofii. Rzetelność kojarzy się z jakimś rzemiosłem – zegarmistrz rzetelnie pracując, dobrze naprawia zegarki – z solidną i dobrze wykonaną pracą. Jaki to ma związek z filozofią i kwestią bycia? Otóż być też można rzetelnie i nierzetelnie. Najprościej wyjaśnić to na przykładzie naszych działań. Możemy rzetelnie wykonać pracę domową albo ją „odwalić”. A co jeśli robisz coś, co jest naprawdę Twoje, co lubisz robić? Jeśli masz nawyk „odwalania” zadań, to może zdarzyć się tak, że nawet swoje pasje będziesz „odwalał”. Jeśli tak się będzie działo, oznacza to właśnie, że Twoje bycie jest nierzetelne.

Twórczość

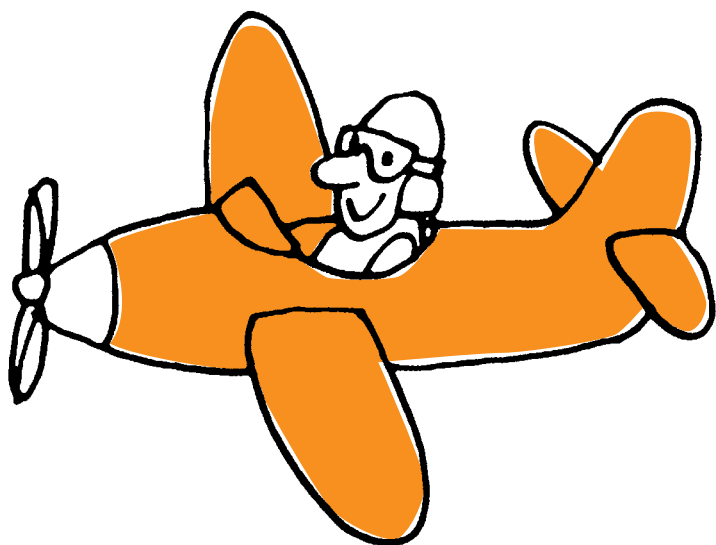
Łatwo powiedzieć: coś tworzyć, ale czy każdy jest twórcą? Przecież nie każdy będzie w życiu malarzem, kompozytorem czy poetą. To prawda, ale twórczość nie jest przypisana do żadnego konkretnego zawodu i może manifestować się w każdej z dziedzin życia. To wspaniale, jeśli masz talent do rysunków, a może potrafisz robić coś innego? Masz łatwość pisania albo wspaniale pieczesz? Może łatwo Ci przychodzi budowanie różnych konstrukcji? A może wkładasz całe serce w taniec? Ważne, żeby w tym, co robisz, dawać coś z siebie i stawać się coraz lepszym. Cokolwiek jest Twoją pasją, rozwijaj ją.

Wyjątkowość bycia

Czy zastanawiałeś się kiedyś nad tym, jak niezwykle jest to, że jesteś Tobą? Wszystko, co myślisz, czujesz, czego doświadczasz, jest tylko Twoje. Nikt inny nie ma dostępu do Twojego wewnętrznego świata i nikt nie wie, co dokładnie siedzi w Twojej głowie. Według niektórych filozofów, jesteśmy odpowiedzialni za ten własny, niepowtarzalny świat i powinniśmy umiejętnie wykorzystywać ten dar. Jak myślisz, co to znaczy odpowiedzialnie i świadomie być sobą? To przede wszystkim dowiedzieć się, co naprawdę się lubi i jakie ma się predyspozycje iżyć, nie naśladując nikogo, najlepiej jak się potrafi. Być sobą oznacza również tworzyć coś tak, jak tylko Ty umiesz. A więc do dzieła!



Ja i moje otoczenie



Ja i przestrzeń

Żyjemy w przestrzeni – to stwierdzenie banalne, ale warto zastanowić się, co znaczy przestrzeń, w której jesteśmy zanurzeni. Możemy pomyśleć, że to wszystko, co nas otacza. Tyle że wszystko to, mówiąc językiem dzieci, bardzo dużo. Jeśli myślimy o sobie w jakiejś przestrzeni, z reguły dokonujemy jakichś ograniczeń – do naszego domu, szkoły, otoczenia. To są dla nas ważne wyznaczniki w przestrzeni, a nie, na przykład, wulkany na Marsie czy życie na dnie oceanu. Więc choć jest to oczywiste, że żyjemy w przestrzeni, to nasze rozumienie tego pojęcia ma już dla nas bardzo duże znaczenie i wiele mówi o nas samych.

Ja i czas

Podobnie jak w przestrzeni, wszyscy żyjemy w czasie. Każdy z nas żyje jednak w nieco innym czasie. Co to dokładnie znaczy? Po pierwsze, urodziliśmy się w różnych „czasach” – Twoi rodzice w innych, starsze rodzeństwo w innych. Wydaje się, że różnica ta nie jest wielka, ale może nieść ze sobą dużą zmianę. Ty bez problemu poruszasz się w internecie. Dlaczego Twoi dziadkowie mają z tym większy kłopot? Przecież tak samo jak Ty mają dostęp do nowych technologii. To właśnie wynik „życia w innych czasach”. Po drugie możemy mieszkać w spokojnej okolicy, gdzie „czas płynie wolniej”, albo w centrum Nowego Jorku, gdzie „wszyscy się spieszą”. Warto więc niekiedy zastanowić się, w jakim czasie żyjesz i w jakim chcesz żyć.

Ja i mikrokosmos

Każdy z nas posiada swój własny mikrokosmos – to ta przestrzeń, w której czujemy się „u siebie”. I nie chodzi tu o własny pokój czy mieszkanie, ale o takie miejsca, które zazwyczaj dobrze znamy i dobrze się tam czujemy. Mikrokosmos to nie muszą być tylko miejsca albo przedmioty ważne dla Ciebie – to także ludzie, którzy nas otaczają, wspomnienia, zapachy z dzieciństwa. Chociaż świat jest wielki, nasz mikrokosmos też jest ogromny – wystarczy tylko na chwilę się zatrzymać i go zobaczyć. Problem bowiem jest taki, że często to, co nam bliskie, jest przez nas niezauważalne – jak okulary na nosie. A chwila refleksji nad swoim otoczeniem może nam pomóc lepiej zrozumieć samych siebie.

Ja i makrokosmos

Jeśli myślisz o swoim otoczeniu i nazwiesz go mikrokosmosem, prędzej czy później zadasz sobie pytanie o makrokosmos – jaka jest Twoja relacja z całym wszechświatem. O tym, że Twoje najbliższe otoczenie ma na Ciebie wpływ wiesz, ale czy wiesz, że ma na Ciebie wpływ również cały świat? To trudne pytanie i wymaga głębszego zastanowienia. Na pewno spotkaliście się z poglądem, że mała zmiana w przeszłości mogłaby radykalnie zmienić teraźniejszość. Podobnie można myśleć o wpływie wszechświata na nas. Chociaż bezpośrednio wybuch jakiejś gwiazdy lata świetlne stąd na nas nie wpływa, to jednak nie jest dla nas bez znaczenia, gdzie w Układzie Słonecznym znajduje się Ziemia, a gdzie Układ Słoneczny w Drozdzie Mlecznej.

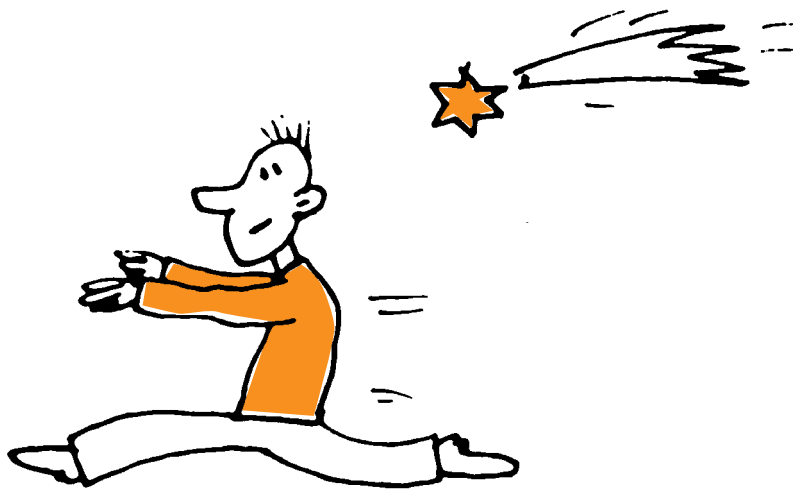


Czy mam wpływ na świat?

Zastanawiając się nad swoim miejscem w świecie, można zadać pytanie o to, jaki mamy na niego wpływ. Jeśli chcielibyśmy być kimś sławnym, to znaczy, że w jakiś sposób chcielibyśmy wpływać na nasze otoczenie – za pomocą muzyki, działalności charytatywnej czy odkryć naukowych. Nie każdy ostatecznie zyskuje taki wpływ, ale każdy ma taką możliwość. Nieświadomie też wpływamy na świat – na pewno na naszych bliskich, z czasem na coraz większą liczbę osób. Jesteśmy częścią sieci społecznej i, podobnie jak inni wpływają na nas, tak my wpływamy na nich. Takie małe cząstki nas krążą gdzieś po świecie – Twoje Ja jest przecież częścią wielkiej całości, jaką jest ludzkość.

Jak świat wpływa na mnie? Determinizm.

Determinizm to bardzo stare pojęcie, sięgające starożytności – oznacza ono, że żadne zdarzenia – ani w świecie, ani nasze zachowania – nie zachodzą bez przyczyny. Nie ma tu mowy o jakimkolwiek przypadku. W ujęciu religijnym jest to koncepcja, która zakłada, że już dawno Bóg albo bogowie zdecydowali o naszych losach, o każdym naszym kroku. W XIX wieku bardzo silne było przekonanie o tym, że gdyby poznać ruch wszystkich cząstek na świecie, można by przewidzieć każde przyszłe zdarzenie. Współcześnie nauka pokazała, że nie jest to w pełni możliwe, jednak warto zastanowić się czasem, jak bardzo nasze Ja jest wolne, a w jakim stopniu wynika z wpływu świata i naszego otoczenia na nas.



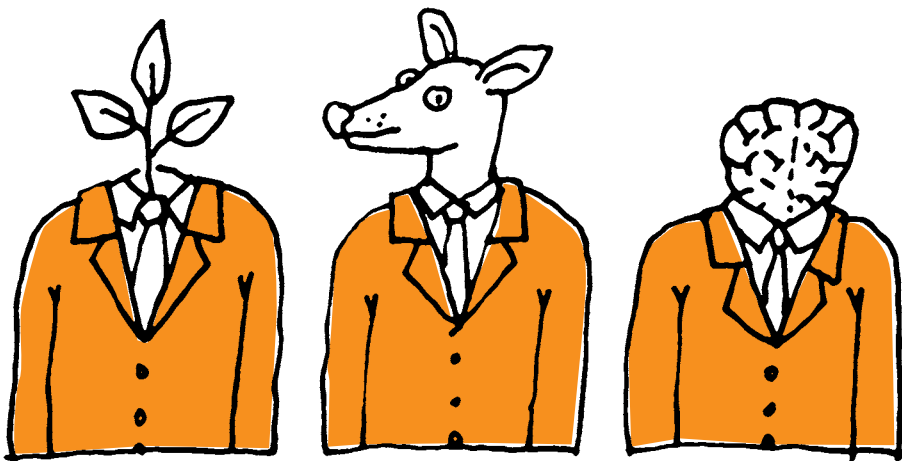
Dusza

Co to jest dusza?

Czym tak właściwie jest dusza? Z pewnością od dziecka słyszeliście o duszy, lecz czym tak właściwie ma ona być? Wiemy, że każdy ma swoją własną duszę, ale czy to oznacza, że jest ona tak samo nasza, jak nasza ręka czy ucho? A może jest to coś takiego jak osobowość – nasza jedyna niepowtarzalna. Ale w takim razie czym różniłaby się od osobowości? Nasza osobowość się zmienia z czasem, dusza ma pozostawać niezmienna. Ucho można stracić, można je przeszczepić, duszy już nie. Problem duszy zajmował filozofów już od starożytności – zastanawiali się oni, czym jest dusza, jakie są jej cechy, czy dusza jest nieśmiertelna. Te pytania są aktualne do dziś.

Dusza w filozofii

Starożytni filozofowie, tacy jak Sokrates czy Platon, rozróżniali trzy rodzaje duszy – roślinną, która umożliwia wegetację (życie rozumiane jako odżywianie się, rośnięcie i rozmnażanie). Drugim rodzajem jest dusza zwierzęca – umożliwia ona poruszanie się czy działanie w grupie. Wreszcie istnieje dusza rozumna, która umożliwia takie myślenie, jakim charakteryzuje się człowiek. I tylko ludzie mają wszystkie te trzy dusze w sobie. Sokrates uważał ponadto, że ciało jest dla duszy tylko chwilowym więzieniem, a śmierć uwalnia duszę z jego okowów. Z kolei francuski filozof Kartezjusz utożsamiał duszę z umysłem, dowodząc, że jest to ten aspekt w nas, który pozwala nam abstrakcyjnie myśleć i jest nieśmiertelny.



Ile mamy dusz?

Jeśli myślimy o duszy, to zakładamy, że każdy z nas ma ją jedną. Jednak starożytni myśliciele uważali, że człowiek ma aż trzy jej rodzaje – każdą odpowiedzialną za inne zadanie. Jedna pozwalała po prostu żyć – rosnąć, oddychać, druga poruszać się, trzecia myśleć. Ta ostatnia była oczywiście najważniejsza. Słyszeliście pewnie też kiedyś historie o tym, że jakiś zły duch w kogoś wstąpił. To oczywiście są sprawy, którymi zajmuje się religia, jednak filozofia interesuje się w tym jedną kwestią – czy, jeśli taka opowieść byłaby prawdziwa, oznaczałoby to, że mamy wówczas dwie dusze na raz? I czy nasze ciało jest nadal nasze? Duszy jeszcze nikt nie złapał i nie zbadał, trzeba się tu oprzeć na własnej intuicji.



Czy dusze wędrują?

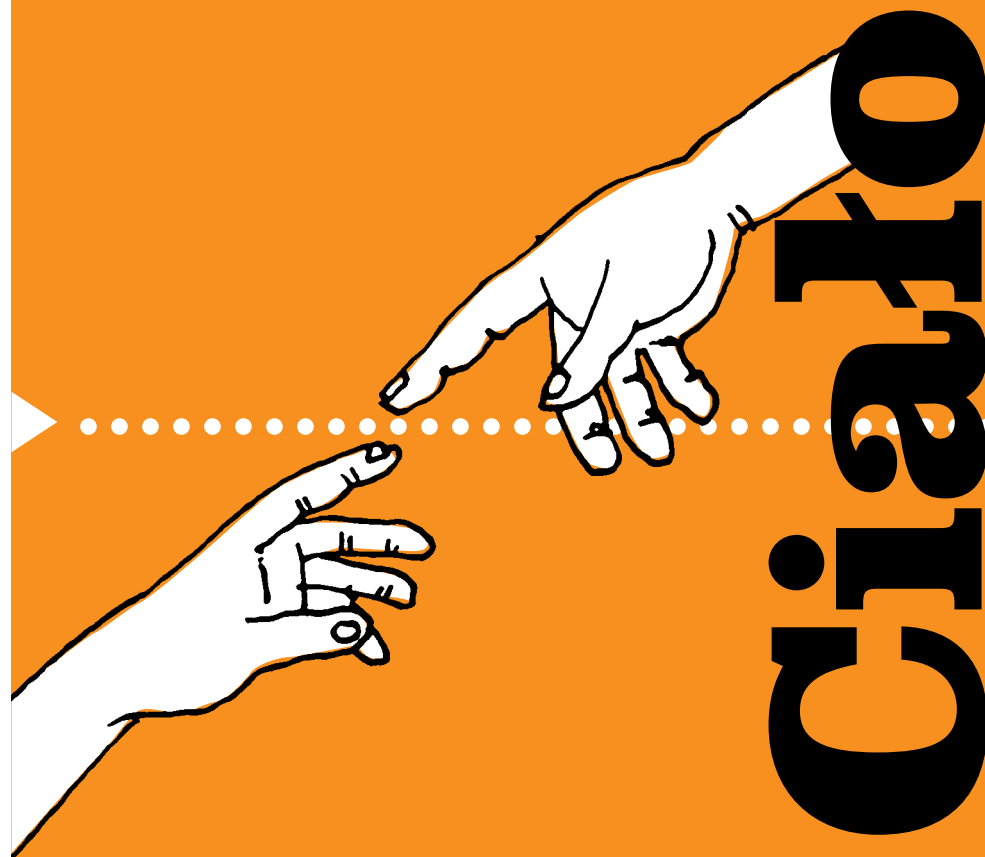
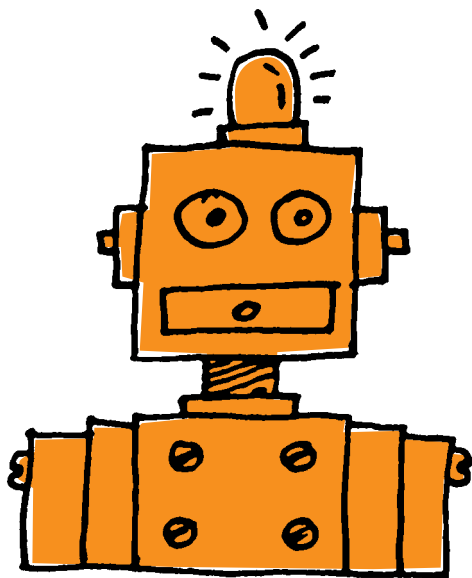
Innym stwierdzeniem dotyczącym duszy, z którym z pewnością się spotkaliście, jest założenie, że dusze wędrują. Koncepcja ta nazywa się reinkarnacją i oznacza, że nasza dusza odbywa wędrowkę, mieszkając w różnych ciałach. Nasze ciało jest tu tylko jednym z przystanków – przed naszymi narodzinami nasza dusza mieszkała w innym ciele, po naszej śmierci odrodzi się w kolejnym. Nie sposób rozstrzygnąć, czy jest to prawda, ale warto znać tę koncepcję, ponieważ pozwala ona zadać kilka ciekawych filozoficznie pytań o duszę. Czy w takim razie uczy się ona czegoś? Raczej nie ortografii, bo tego przecież z mozołem uczymy się od początku. Być może jednak tego, jak być dobrym człowiekiem?

Gdzie mieszka dusza?

Starając się racjonalnie podejść do problemu duszy, filozofowie (i nie tylko oni) zastanawiali się, gdzie mieszka dusza. Kwestia ta jest niezwykle ciekawa i pouczająca, pokazuje też, jak rozwój nauki zmienia nasze myślenie, na przykład o problemie duszy. Czy dusza mieszka w ręce? Raczej nie – kiedy ją tracimy, nasza dusza zostaje z nami. Kiedyś myślano, że dusza mieszka w sercu, współcześnie jednak można przeszczepiać serce, a duszy jednak wówczas nie zmieniamy. Może zatem w głowie – nie można przeszczepić głowy, a bez niej nie da się żyć. Medycyna jednak tak szybko idzie naprzód, że być może wkrótce będzie to możliwe. Jeśli zatem jest w nas dusza, musi mieszkać wszędzie i nigdzie zarazem.

Jeśli duszy nie ma...

Może też być tak, że nie posiadamy duszy. Jakie to miałyby dla nas z filozoficznego punktu widzenia konsekwencje? Jeśli tak by było, to nieśmiertelność moglibyśmy zyskać w zasadzie tylko za sprawą pamięci innych – tworząc epokowe dzieło, które pozwoli nam się zapisać wielkimi zgłoskami w dziejach ludzkości. Zapewne też oznaczałoby to uznanie nas za bliższych zwierzętom, niż wiele osób gotowych jest przyznać. Wydaje się, że trudniejsza w takiej sytuacji byłaby też wiara – nie posiadając jakiejś boskiej cząsteczki w nas (a tym między innymi miałyby być dusza), która umożliwiałaby nam nieśmiertelność, moralność oparta na nadziei nieba mogłaby przestać mieć sens.



Moje ciało

Każdy z nas ma ciało – to oczywiste. Filozofia ma jednak to do siebie, że lubi stawiać pytania o kwestie oczywiste. Bo co to właściwie znaczy – moje ciało? Czy na przykład włosy są częścią mojego ciała? Te, które mamy na głowie, z pewnością tak. A te, które zostawiliśmy u fryzjera kilka lat temu? Czy zostawiliśmy tam kawałek siebie? Brzmi to nieco dziwnie, a jednak skoro nasze włosy są częścią naszego ciała, to przecież tak by właśnie było. A może, jeśli tracimy organiczny związek z jakąś naszą częścią, to ona przestaje być nasza? A komórki, z których się składamy? Mówimy: „to moja ręka”, ale przecież składa się ona z milionów komórek, które nie żyją tak długo jak my, a dalej mówimy o nich „moje ciało”.

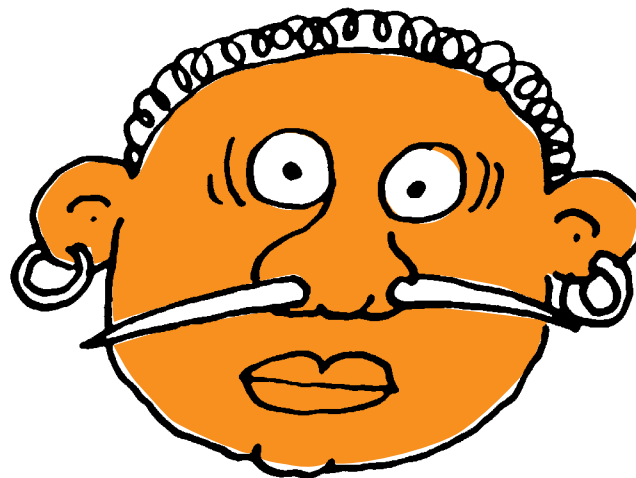
Mam za małe uszy, czyli problemy z akceptacją

Nasze ciało jest wyjątkowe – jest tylko nasze. Nikt nie ma takiego samego jak my zestawu cech – koloru oczu, włosów, długości palców, kształtu nosa. I chociaż przecież znamy siebie od zawsze, to często zdarza się, że coś w nas samych nam się nie podoba. Chcemy zmienić kolor włosów, myślimy o operacji nosa, bo wydaje nam się za duży albo za mały. Skąd się bierze ten brak akceptacji? Wynika on bardzo często z zestawienia dwóch czynników – faktu, że nasze ciało z czasem się zmienia oraz z pewnymi oczekiwaniami, które, jak sądzimy, ma wobec naszego wyglądu świat zewnętrzny, czyli kulturowy kanon urody. Nie ma nic złego w zmianie koloru włosów, ale wszystko w umiarze – nasze ciało to część naszego Ja.



Komórki i zmiana skóry

Kiedy myślimy o swoim ciele, z reguły widzimy je w skali makro – ręce, nogi, głowa. Te składają się jednak z milionów komórek, które są budulcem naszego ciała. Komórki naszego ciała (poza neuronami, z których składa się mózg), nie żyją tak długo jak my. Średnio co siedem lat wymienia się cały zestaw komórek w naszym ciele. Jeśli mamy więc kilkanaście lat, oznacza to, że już dwukrotnie „wymieniliśmy” wszystkie komórki. I chociaż ciągle myślimy: „to moje ciało” – z fizycznego punktu widzenia nie jest to do końca prawda. Oznacza to, że myśląc „moje”, nie mamy na myśli konkretnego obiektu, lecz raczej pewien obraz w naszej głowie.



Moje ciało i mogę z nim robić, co chcę

Być może ktoś kiedyś w Twoim towarzystwie tak powiedział, być może nawet sam je wypowiedziałeś, kłócąc się z rodzicami o to, czy możesz sobie przekłuć uszy albo przefarbować włosy. Spróbujmy zastanowić się nad tym argumentem na sposób filozoficzny. Po pierwsze zatem – czy Twoje ciało jest naprawdę Twoje? Jest częścią Twojego Ja, dbasz o nie. Jednocześnie nie masz na nie całkowitego wpływu – czasem chorujesz, choć nie chcesz. A czy możesz z nim robić, co chcesz? Jako dorosła osoba możesz w zasadzie zrobić ze swoim ciałem, co Ci się podoba, warto jednak pamiętać, że nie pozostaje to bez wpływu na Twoje otoczenie. Jeśli na przykład zrobisz sobie tatuaż, przez pół roku nie będziesz mógł zostać dawcą szpiku.



To nie jest moje ciało

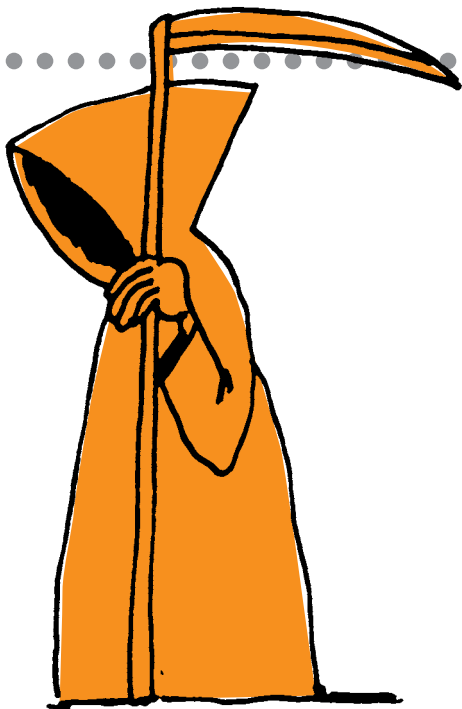
Świadomość tego, że mamy ciało, to bardzo ciekawe zagadnienie medyczne. Jeśli zamkniesz oczy, to wiesz nadal, czujesz, że masz ręce i nogi. Bywają jednak takie choroby, które sprawiają, że przestajemy czuć własne ciało. Nie sposób sobie to wyobrazić, ale jest to straszne uczucie – widzieć swoją rękę, lecz zupełnie jej nie czuć. Jest też taka choroba, która sprawia, że uważamy, że jakaś część naszego ciała nie jest nasza, jest jakby obca. To wszystko są zaburzenia, które swoje źródło mają w mózgu. To właśnie mózg odpowiada za czucie naszego ciała, jak też jego postrzeganie – zarówno jeśli chodzi o jego akceptację i „podobanie się samemu sobie”, jak też w dużo poważniejszych sytuacjach, jak zaburzenia odczuwania własnej cielesności.

Dojrzewanie i starzenie się

Nasze ciało się zmienia. Jest to proces nieuchronny, często bywa też trudny dla nas samych. Dwa najtrudniejsze momenty dla naszego myślenia o własnym ciele to dojrzewanie i starzenie się. W tym pierwszym przypadku zmienia się zarówno nasze ciało (często w sposób nierównomierny, co bywa przyczyną kompleksów), jak też na naszą psychikę działa cała fabryka hormonów, utrudniając niekiedy racjonalny namysł nad samym sobą i otoczeniem. Drugim takim momentem jest starzenie się, kiedy nasze ciało powoli zaczyna tracić swoją siłę i wygląd, który przywykliśmy nazywać Ja. I choć czasem jest to bardzo trudne, warto pamiętać, że nasze Ja to nie jest tylko nasze ciało.



Śmierć



Co to jest śmierć?

Chociaż kwestia śmierci jest niezwykle trudna, nie warto odwracać się do niej i w ogóle unikać o niej myślenia. Często w czasie dojrzewania zastanawiamy się nad śmiercią, choć nie sposób nam sobie dokładnie wyobrazić, czym ona jest. Z czasem umierają nasi bliscy – pradziadkowie i dziadkowie. Musimy się z nią mierzyć sami, każdy z nas przeżywa ją na swój sposób. Kiedyś śmierć była blisko ludzi – z braku lekarstw i wiedzy medycznej ludzie umierali częściej w różnym wieku. Współcześnie nasza kultura próbuje odsunąć od nas to zagadnienie. Podobnie jednak jak życie, śmierć jest częścią natury, a my podlegamy jak na razie jej prawom. Warto więc postawić kilka ważnych pytań w tej kwestii.

Czy śmierć dotyka wszystkich?

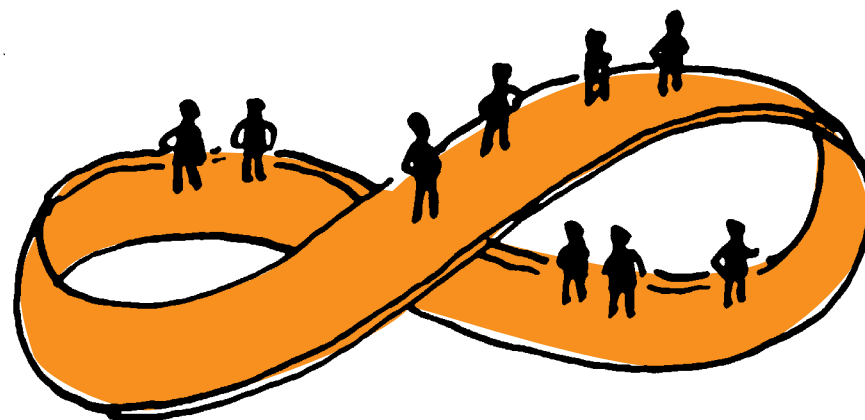
Ucząc się logiki, możemy natknąć się na następujący przykład: wszyscy ludzie są śmiertelni, Sokrates jest człowiekiem, a więc Sokrates jest śmiertelny. Czy jednak wszyscy ludzie są śmiertelni? W kulturze pojawiają się postaci, którym udaje się umknąć śmierci. W mitologii greckiej mamy Syzyfa, który więzi boga śmierci Tanatosa, przez co ludzie przestają umierać. Znamy też Jezusa, który chociaż umarł na krzyżu, to zmartwychwstał, pokonując śmierć. Racjonalnie myśląc, skoro do tej pory ludzie umierali, nas najprawdopodobniej też to czeka. Jednak, logicznie rzecz ujmując, dopóki to się nie stanie, absolutnej pewności mieć nie możemy.

Kiedy następuje śmierć?

Kiedyś uważano, że śmierć następuje wówczas, kiedy serce przestaje bić. Jednak wraz z postępem medycyny pojawił się też problem, kiedy następuje śmierć człowieka. Współcześnie uznaje się, że śmierć następuje wówczas, kiedy ustaną wszelkie funkcje mózgu. Problem rodzi się jednak w sytuacjach granicznych. Współcześnie można bowiem sztucznie podtrzymywać fizyczne życie naszego organizmu, mimo że nie wykazuje ono aktywności psychicznej. Czy to oznacza, że żyjemy, czy umarliśmy? Jest to duży problem etyczny, przed którym stoi współczesna nauka. Patrząc na to z innej strony, jeśli wierzymy w nieśmiertelność duszy i życie pozagrobowe, śmierć to tylko chwila przejścia między jednym życiem a drugim.

Czy można żyć wiecznie?

Wieczne życie od zawsze kusiło człowieka, co widać w najróżniejszych mitach i legendach – o eliksirze wiecznej młodości, o cudownych przedmiotach dających nieśmiertelność. Współcześnie temat ten staje się coraz bardziej aktualny, co sprawia, że jest on przedmiotem debaty filozoficznej i etycznej. Są już metody hibernacji człowieka, pojawiają się pomysły, „aby wgrać” swoją osobowość do internetu i w ten sposób, uwolnieni z śmiertelnego ciała, moglibyśmy wieść życie wieczne w cyfrowym świecie. Co prawda nie udało się jeszcze nikogo rozmrozić i przywrócić do życia, nikt też jeszcze nie przeniósł się w świat wirtualny. Wiecznie chyba jednak żyć nie będziemy – wszechświat też ma swój koniec.

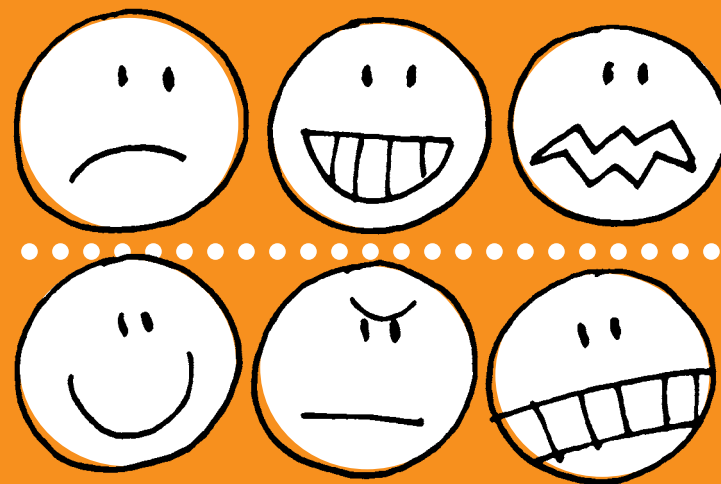


Czy warto myśleć o śmierci?

Myślenie o śmierci to ciężki i przygnębiający temat. Może więc nie warto się nim zajmować, tylko żyć, póki starczy sił i nie martwić o to, na co i tak nie mamy wpływu? Z filozoficznego punktu widzenia nie jest to rozsądne podejście. Śmierć jest ważnym doświadczeniem w naszym życiu i warto zdawać sobie z tego sprawę. Jak w każdej kwestii, należy tu zachować umiar – nie warto udawać, że tematu nie ma, nie warto też poświęcać mu całej naszej uwagi. Refleksja nad tym, czym jest śmierć, jak o niej myśleć i na przykład, jak radzić sobie ze śmiercią bliskich może pomóc nam zrozumieć, kim sami jesteśmy. Świadomość tego, że nasze życie jest skończone, pozwala nam przecież rozwijać się i tworzyć.

Śmierci nie ma

Starożytny filozof Epikur zasłynął między innymi stwierdzeniem, które w uproszczonej wersji można oddać następująco: kiedy jesteśmy my, nie ma śmierci, kiedy jest śmierć, nie ma nas. Zastanawiając się nad tym zdaniem, można dojść do wniosku, że dla nas jako dla naszego Ja śmierci nie ma. Inny filozof, Sokrates, twierdził, że śmierć nie jest końcem życia, lecz tak naprawdę wyzwoleniem duszy z więzienia, jakim jest ciało. Podobnie większość religii świata upatruje w śmierci jedynie momentu przejścia między jednym życiem a drugim, więc śmierć nie jest tu ostatecznym końcem, lecz tylko progiem między jednym światem a drugim. Tyle że przejść go można tylko w jedną stronę.



Uczucia



Emocje, stany uczuciowe, afekty

Filozofia często przywołuje uczucia jako motywacje działań ludzi i ważne składniki naszego życia. Często używamy na zmianę określeń „emocja”, „uczucie”, „afekt”, ale to nie do końca to samo. Psychologowie badający ludzkie reakcje często posługują się słowem „emocja”. Emocje są uniwersalne, czyli takie same dla wszystkich ludzi na całym świecie i możemy je odczuwać nawet nieświadomie. Uczuciami nazywamy ekspresję emocji, czyli sposób wyrażania stanów, jakich doświadczamy. Uczucia są ukierunkowane, co znaczy, że zawsze mają jakiś obiekt. Zdaniem psychologów emocje wyewoluowały, abyśmy mogli szybko podejmować decyzje, gdy nie ma czasu na namysł.

Uczucia w filozofii starożytnej

Pierwsi filozofowie zajmowali się światem, który ich otaczał, a z czasem skierowali się ku człowiekowi. Jednym z aspektów kondycji człowieka są jego uczucia. W kulturze starożytnej Grecji cenione były zarówno piękno fizyczne, jak i wewnętrzne. To ostatnie z kolei często podlegało różnego rodzaju uczuciom. Filozofem, który dużo namysłu poświęcił uczuciom, był Platon. Zastanawiał się on, jak uczucia wpływają na człowieka i które z nich są korzystne, a które nie. Wskazywał, że miłość, jako jedno z najsilniejszych uczuć, może być dla człowieka korzystne, jeśli obiektem tej miłości jest mądrość. Warto pamiętać, że słowo „filozofia” pochodzi od złożenia dwóch słów: *filos*, czyli umiłowanie, oraz *sophia*, czyli mądrość.

Uczucia a wolna wola

Kiedy myślimy o wolnej woli, kierujemy swoją uwagę na rozum. To on pozwala nam oceniać sytuacje i podejmować właściwe decyzje. Nasz umysł nie jest jednak maszyną analityczną i podlega różnego rodzaju uczuciom. Te z kolei wpływają na naszą ocenę różnych sytuacji w życiu. Jeśli kogoś lubimy, jesteśmy skłonni więcej takiej osobie wybaczyć, z kolei mamy o wiele mniej tolerancji dla osoby, wobec której żywimy nieprzyjemne uczucia. Jak to się ma do naszej wolnej woli? Czy to oznacza, że nasze decyzje nie są tak do końca wolne, ale uzależnione od naszych sympatii i antypatii? Problem ten jest istotny, ponieważ wpływa na funkcjonowanie całych grup społecznych, a nawet globalnej gospodarki.

Uczucia a etyka

Etyka zajmuje się istotą dobra i próbuje wskazać człowiekowi właściwe postawy w życiu. Ponieważ uczucia są bardzo ważnym czynnikiem wpływającym na nasze zachowania, również one znalazły się pod lupą analizy etycznej. Czy powinniśmy pomóc bliskiej osobie, czy grupie obcych, jeśli musimy dokonać wyboru? Uczucia kierują nas ku bliskim, jednak z etycznego punktu widzenia nie jest to oczywiste. Bardzo często wskazania etyczne rozciągają się z naszymi intuicjami. Nie oznacza to, że powinniśmy zawiesić swoje uczucia, czy że mącą nam one w głowie. Są one bardzo ważną częścią naszej osobowości i istotne jest, aby po prostu mieć tego świadomość i rozumieć procesy, jakie w nas zachodzą.

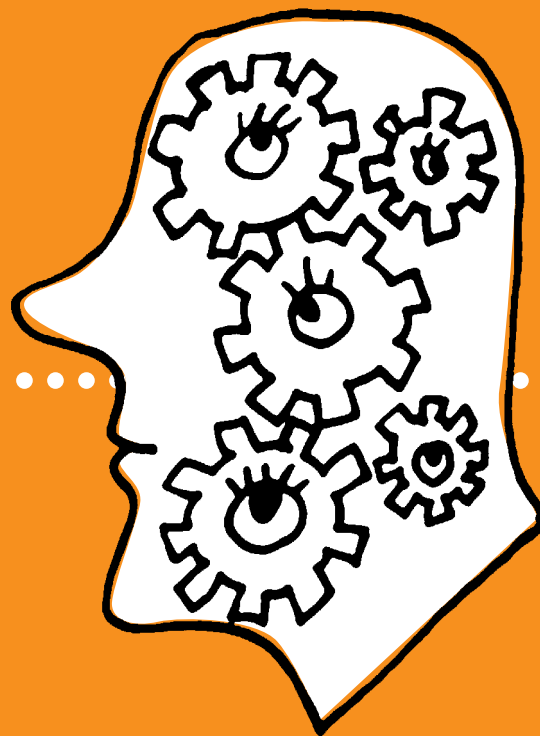
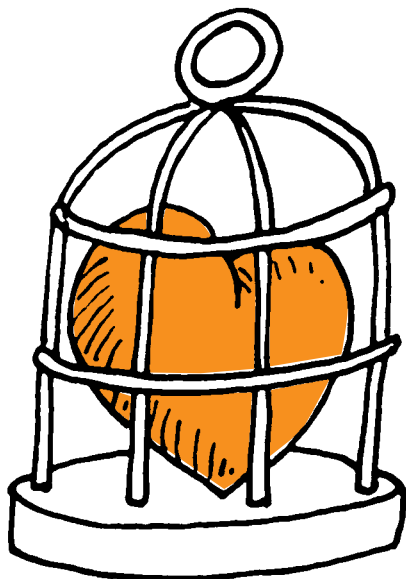


Altruizm

Altruizm jest określeniem postawy człowieka, który bezinteresownie działa na rzecz innych osób. Przez wiele lat uważano, że cecha ta odróżnia człowieka od zwierząt, które miały kierować się tylko własną korzyścią lub korzyścią własnego gatunku. Badania zachowań zwierząt wskazały jednak, że często obserwuje się wśród nich zachowania altruistyczne, na przykład u pszczoł czy mrówek, które są skłonne poświęcić życie w obronie grupy. Wyjaśnienia poszukiwano na poziomie biologicznym, stwierdzając, że takie zachowanie to działanie na korzyść przetrwania grupy o bardzo zbliżonym DNA. To jednak skłoniło myślicieli do refleksji nad altruizmem człowieka. Czy nasze działania, postrzegane jako altruizm, są tak naprawdę bezinteresowne? To ciągle nierozstrzygnięty problem.

Egoizm

Przeciwnieństwem altruizmu jest egoizm. Jest to taka postawa, która skierowana jest na naszą korzyść. Egoizm to inaczej miłość własna. Takie uczucie było od zawsze mocno krytykowane przez filozofów i etyków. Wskazywali oni, że nastawienie na własną korzyść jest szkodliwe dla grupy i stwarza sytuację, w której osoba taka nie uwzględnia potrzeb innych, jest niezdolna do kompromisu. Współcześnie pojawiły się jednak głosy, że w istocie jest to naturalne zachowanie i każda działalność człowieka jest motywowana pobudkami egoistycznymi. Nawet kompromis albo pomoc innym można postrzegać jako zachowanie egoistyczne, skierowane na korzyści w przyszłości (ja komuś pomogę teraz, on pomoże mi w przyszłości).



Siła umysłu i autosugestia



Co znaczy określenie autosugestia?

Jeśli myślimy o pojęciu autosugestii, warto zastanowić się, co dokładnie ono znaczy. Kategoria ta składa się z zestawienia dwóch słów – auto i sugestia. Auto – podobnie jak w słowie autoportret, odnosi się do nas samych. Sugestia to po prostu wpływ. W takim rozszyfrowaniu słowo autosugestia brzmi nieco dziwnie – oznacza wpływ na samego siebie. Jak jednak mamy wpływać na siebie? Jeśli mówimy, że ktoś inny wpływa na nas, oznacza to, że na przykład przekazuje nam swoje wartości i wpływa na nas w taki sposób, że zaczynamy je stosować. Oznacza to też, że do tej pory nie stosowaliśmy tych wartości w pełni. Autosugestia oznaczałaby, że wpływamy sami na siebie – nie przekonujemy, a właśnie wpływamy.

Ciało i dusza

Aby móc zrozumieć, co kryje się pod pojęciem autosugestii, należy cofnąć się do wczesnych rozpoznai filozoficznych dotyczących tego, kim jest człowiek. Już starożytni filozofowie wskazywali, że człowiek składa się z ciała i duszy. Późniejszy wpływ religii bardzo silnie wsparł ten podział, z którego wyłonił się z czasem podział na ciało i duszę lub ciało i umysł. Samo to rozróżnienie wskazuje, że posiadamy niejako dwa obszary nas samych, przy czym to dusza/umysł, jako ten obszar, do którego odnosi się zdolność człowieka do rozumienia świata, jest tym „ważniejszym”. Oznacza to, że dusza/umysł ma wpływ na nasze ciało. Jeśli myślimy więc o autosugestii, mamy na myśli to, że to nasz umysł wpływa na pozostałe obszary naszej istoty – w tym ciało.

Siła umysłu

Idąc za podziałem na umysł i ciało, przyznając ważniejszą rolę temu pierwszemu, można dojść do wniosku, że być może dzięki naszemu umysłowi jesteśmy w stanie kontrolować ciało. I tak jak kontrolujemy je na poziomie potrzeb – chce nam się jeść, ale potrafimy powstrzymać się i poczekać na przykład na obiad – to być może możemy kontrolować je również na innych poziomach. Jeśli chcemy podnieść gorący garnek, to mimo że jest on gorący, potrafimy się przemóc i nakazać ciału przezwyciężyć odruch cofania ręki. Jeśli myślimy o ciele jak o pewnej całości, to co stoi na przeszkodzie, aby móc, na przykład, zwalczyć chorobę siłą umysłu, skoro na ogólniejszym poziomie potrafimy kontrolować swoje ciało.

Placebo

Lekarze od dawna znają efekt placebo. Oznacza on, że działa na nas leczniczo substancja, która w istocie nie powinna nas leczyć. Jeśli boli nas głowa i ktoś da nam proszek, mówiąc, że jest to świetny lek na ból głowy, to nawet jeśli jest to tylko witamina C, może pomóc nam zwalczyć ból głowy. Ważne jest tylko, abyśmy wierzyli w skuteczność otrzymanego „leku”. To pokazuje, że nasz umysł jest w stanie wpływać na nasze ciało nawet na głębszym poziomie – odczuwania bólu czy nawet leczenia. Jednak, jak pokazują badania, najważniejszym warunkiem zadziałania efektu placebo jest to, żeby pacjent nie wiedział, że substancja, którą dostał, nie jest prawdziwym lekiem.

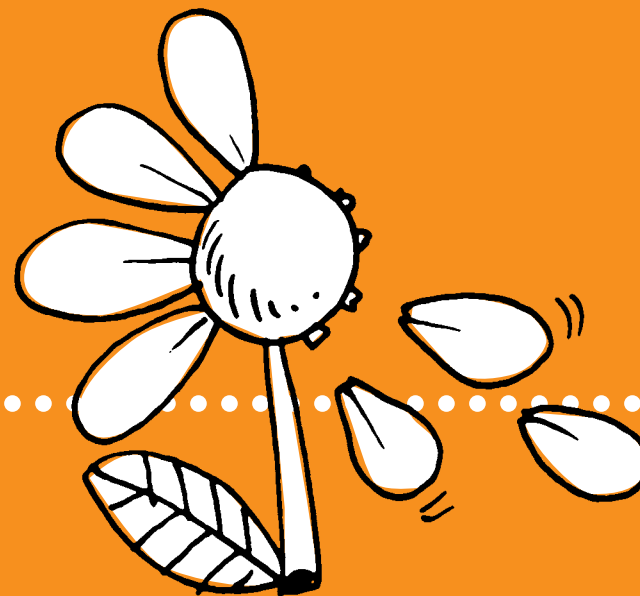
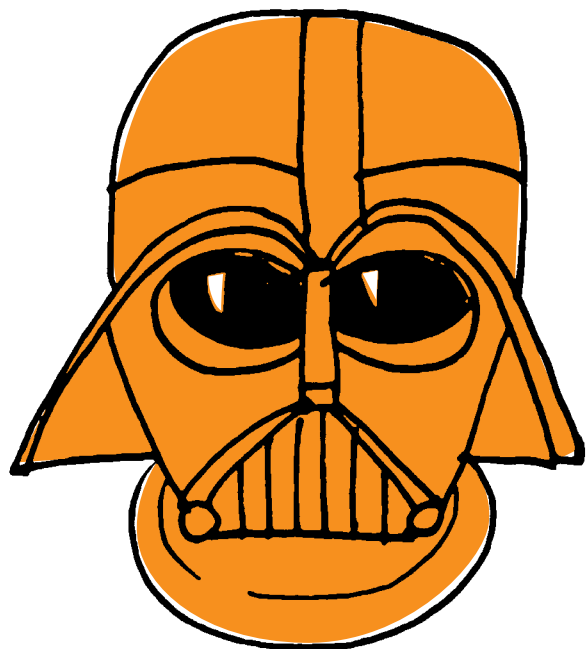


Nocebo

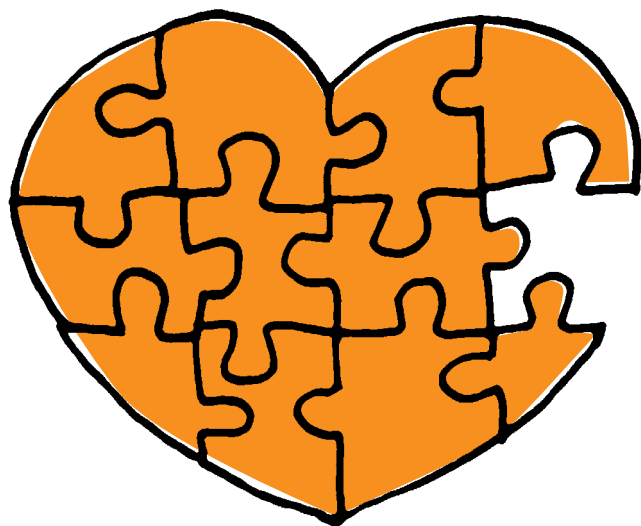
Stosunkowo niedawno lekarze odkryli też efekt odwrotny do efektu placebo – nocebo. Jest to taki efekt, kiedy pacjent, chociaż otrzymuje prawdziwe leki, nie wierzy w ich działanie (uważa, że to go nie wyleczy, że lekarze podają mu lek nieprawdziwy). Lekarze obserwowali w takich przypadkach o wiele gorsze efekty lecznicze lub nawet brak efektów. Mówiąc najprościej, jeśli nie wierzymy w działanie jakiegoś leku, to nawet jeśli powinien, może on na nas nie działać. To pokazuje, jak silny jest wpływ naszych przekonań, czyli właśnie naszego umysłu, na nasze ciało. Czy to oznacza, że moglibyśmy wyleczyć się sami z każdej choroby? W praktyce wiemy, że nie, ale może kiedyś...

Być jak rycerz Jedi

Przykłady pokazujące, jak umysł jest w stanie wpływać na nasze ciało, rozpałały wyobraźnię zarówno filozofów, jak i twórców kultury. Najlepszym tego przykładem są rycerze Jedi z filmu „Gwiezdne wojny”. To właśnie w nim pokazane jest, co oznacza w praktyce całkowita kontrola umysłu nad naszym ciałem. Potrafimy wówczas w pełni, na każdym poziomie, je kontrolować. Jak to osiągnąć? Długą refleksją nad samymi sobą, światem i tym, co oznacza dobro i zło. Brzmi znajomo? Tak, tak – właśnie Sokrates, najsłynniejszy ze starożytnych filozofów, mówił o powinnościach myśliciela jako o konieczności poznawania samego siebie, świata i tego, co dobre i złe. Aby zatem móc myśleć o świadomej autosugestii, należy poprzedzić ją głęboką autorefleksją.



Miłość



Co ma miłość do filozofii?

Miłość jest jedną z najpotężniejszych sił rządzących ludzkim życiem i jedną z największych jego zagadek, nic więc dziwnego, że tak interesuje filozofów. Samo słowo „filozofia” oznacza przecież „umiłowanie mądrości”, tak więc miłość w pewien sposób leży u podstaw filozofii. Wielu filozofów przez wieki próbowało dociec natury miłości, podobnie jak tego, czym jest prawda, czy dobro. Miłość to także kluczowe pojęcie dla etyki chrześcijańskiej, gdzie Bóg jest Miłością i istnieje przykazanie miłości bliźniego. Co ciekawe, są systemy etyczne i filozoficzne, które obchodzą się bez tego pojęcia. A Ty, jak myślisz? Czy świat mógłby istnieć bez miłości?

Miłość platoniczna

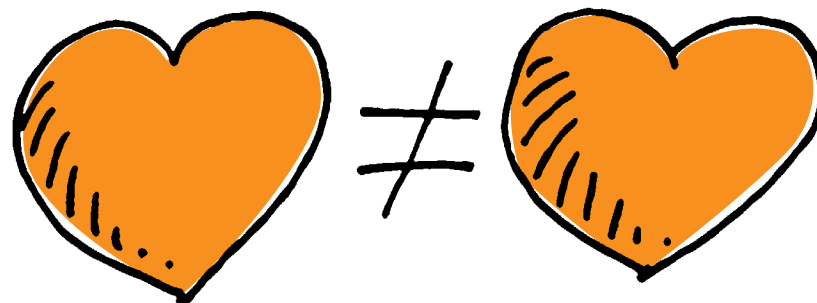
Czasami słyszymy o tym, że ktoś się w kimś kocha platonicznie. Ma to oznaczać wyidealizowane uczucie do nieosiągalnego obiektu. Nie do końca o to chodzi. Słowo „platonicznie” pochodzi od imienia słynnego greckiego filozofa Platona, który definiował miłość jako szukanie dobra i piękna i stopniował jej wartość od miłości do piękna ciała, poprzez miłość do piękna duszy aż po miłość do piękna samego w sobie. Platowska miłość będzie zatem poszukiwaniem idei piękna i dobra w tym, kogo kochamy. Warto jednak dodać, że zdaniem Platona, w dążeniu do najwyższego rodzaju miłości konieczne było przejście wszystkich jej stadiów, zatem miłość cielesna była koniecznym etapem do osiągnięcia najwyższego rodzaju miłości.

Czy miłość to uczucie?

Zdawać by się mogło, że nie ma prostszego pytania. Odpowiedź nie jest jednak tak oczywista, jak się wydaje. Wielu filozofów jest zdania, że miłość to coś więcej niż uczucie, które na ogół jest niezależne od człowieka i jest stanem, w jakim dana osoba się znajduje. Miłość to decyzja, aktywne postanowienie. Niektórzy definiują ją jako pragnienie dobra drugiej osoby i w tym sensie miłość jest postawą, a nie tylko stanem emocjonalnym. Na drugim biegunie znajdują się głosy, które traktują miłość jako proces biochemiczny. To, co odbieramy jako uczucie miłości, jest w istocie reakcją naszego mózgu na zachodzące wewnątrz naszego organizmu procesy chemiczne związane z gospodarką hormonalną. Ponieważ jednak miłość nie ma jednego tylko oblicza (czym innym jest miłość do dziecka, drugiej osoby czy psa), takie ujęcie wydaje się zbyt ubogie.

Kochać nie tak samo

Czy są różne rodzaje miłości, czy tylko różne jej obiekty? Słowem, czy tak samo kochamy babcię, brata i narzeczoną, czy można wyróżnić np. miłość do dziecka, miłość do chłopaka/dziewczyny itp. Aby to rozstrzygnąć, spróbujmy sięgnąć do źródeł namysłu filozoficznego – zadawania pytań i poszukiwania odpowiedzi we własnym doświadczeniu, otoczeniu, a wreszcie rozumie. Kiedy mówimy, że odczuwamy miłość? Kochamy rodziców, dzieci, ukochaną osobę, psa czy Boga. W każdej z tych relacji używamy słowa miłość, jednak intuicyjnie czujemy, że nasze emocje związane z daną relacją mogą być różne. Możemy wskazać pewne wspólne cechy, ale są też znaczące różnice. Rodzice kochają dzieci niezależnie od sytuacji, są gotowi oddać za nie życie. Ukochaną osobę z czasem możemy przestać kochać, psa kochamy za to, że jest. Czy są to różne uczucia? Najbezpieczniej powiedzieć, że miłość ma wiele różnych aspektów.





Miłość, etyka i moralność

Etyka, jako dział filozofii próbujący odpowiedzieć na pytania dotyczące dobra i właściwych postaw, w ujęciu niektórych filozofów opiera się właśnie na miłości. Jednym z ważnych elementów naszej kultury jest chrześcijaństwo, w którego duchu tworzyło wielu filozofów. Warto więc zwrócić uwagę, że w założeniu moralność chrześcijańska opiera się na miłości. Miłości do Boga i miłości bliźniego. To ważne wskazanie, ponieważ jego konsekwencje dla konkretnej osoby są doniosłe. Odwołanie się do miłości jako do najsilniejszego z uczuć oznacza, że nasze życie powinno być podporządkowane potrzebom innych. Miłość oznacza przecież skierowanie się ku innemu, nawet kosztem zawieszenia własnych potrzeb. Dowodem na taką miłość ma być męczeńska śmierć za wiarę. Współcześnie etyka usiłuje oprzeć swoje wskazania na bardziej stabilnych i naukowych fundamentach, miłość jednak nadal pozostaje w niej ważnym wątkiem.

Miłość jako sztuka

Według niemieckiego filozofa Ericha Fromma miłość jest sztuką, w której możemy się doskonalić. Na początku, jako dzieci, otrzymujemy miłość od rodziców i otoczenia. Z czasem uczymy się ją czynnie dawać. Kochać znaczy dawać siebie, a tego każdy człowiek musi się nauczyć. Dojrzała miłość to poznanie i poszanowanie innego, troska o jego dobro, odpowiedzialność za zaspokajanie potrzeb drugiej osoby i czerpanie większej radości z dawania niż z brania. Ale działanie to nie wszystko. Tak samo jak w przypadku każdej innej sztuki, w sztuce miłości ważna jest nie tylko praktyka, lecz także teoria. Dlatego, żeby nauczyć się kochać, musimy najpierw dowiedzieć się, jak to robić.

TEKST: Łukasz Malinowski
ILUSTRACJE: OUZO DESIGN
OKŁADKA: Helena Laube
SKŁAD: Studio Graficzne BOOKMARK

© Copyright by Fundacja emoc.pl
Warszawa 2018
Wszystkie prawa zastrzeżone

www.emoc.pl

stopka

W SERII, UKAZAŁY SIĘ:

- Ja i filozofia. JA
- Ja i filozofia. INNI
- Ja i filozofia. ŚWIAT
- Ja i filozofia. FILOZOFIA
- Ja i komunikacja. LOGIKA
- Ja i komunikacja. JĘZYK
- Ja i komunikacja. KOMUNIKACJA
- Ja i komunikacja. ARGUMENTACJA I PERSWAZJA
- Ja i patriotyzm. PATRIOTYZM
- Ja i patriotyzm. OJCZYZNA
- Ja i patriotyzm. DZIEDZICTWO
- Ja i patriotyzm. POLSKA
- Ja i prawa dziecka. PRAWA DZIECKA W RODZINIE
- Ja i prawa dziecka. PRAWA DZIECKA NA CO DZIEŃ
- Ja i prawa dziecka. PRAWA DZIECKA W KONFLIKCIE Z PRAWEM
- Ja i prawa dziecka. DZIECKO W SZKOLE
- Ja i przestrzeń publiczną. PRZESTRZEŃ PUBLICZNA
- Ja i przestrzeń publiczną. MOJE MIASTO, MOJE OSIEDLE, MOJA ULICA
- Ja i przestrzeń publiczną. MÓJ DOM, MOJE OTOCZENIE
- Ja i przestrzeń publiczną. ZAWODY ZWIĄZANE Z PRZESTRZENIĄ
- Ja i psychologia. PSYCHOLOGIA
- Ja i psychologia. JAK WIDZĘ I CZUJĘ
- Ja i psychologia. MOJE SIŁY, MOJA MOC
- Ja i psychologia. KIM JESTEM
- Ja i wola. PRACA
- Ja i wola. MOJA WOLA
- Ja i wola. SPORT
- Ja i wola. IDEAŁY
- Ja i zrównoważony rozwój. WYMIARY ZRÓWNOWAŻONEGO ROZWOJU
- Ja i zrównoważony rozwój. GOSPODARKA
- Ja i zrównoważony rozwój. ŚRODOWISKO
- Ja i zrównoważony rozwój. SPOŁECZEŃSTWO