

Jakub Bartoszewski

BYCIE: OD FILOZOFII MOŻLIWOŚCI DO PSYCHOTERAPII KRÓTKOTERMINOWEJ  
EXISTING: FROM PHILOSOPHY OF POSSIBILITY TO SHORT-TERM  
PSYCHOTHERAPY

Wyższa Szkoła Humanistyczno-Ekonomiczna w Sieradzu

### Streszczenie

Bycie stało się podstawą w Heideggerowskiej analityce Dasein. Nicola Abbagnano analizując ludzką egzystencję określał ją mianem bycia, które ze swej natury jest problematyczne, a jednocześnie możliwe do odkrycia poprzez potrójny ruch transcendencji. Fakt ten, pozwolił nam postawić tezę, iż myśl filozoficzna włoskiego egzystencjalisty, jej elementy składowe, tj.: problematyczna egzystencja, możliwość, która zawiera w sobie: otwartość, akceptacja, wybór, mogą prowadzić do psychoterapii krótkoterminowej.

Artykuł składa się z trzech części. W pierwszej naświetliliśmy, w sposób syntetyczny, na czym polega filozofia możliwości. W drugiej zaś podjęliśmy zagadnienie bycia w kontekście otwartości. Trzecia część artykułu została poświęcona psychoterapii krótkoterminowej, a konkretnie starliśmy się wskazać elementy łączące Abbagnanowską filozofię z psychoterapią krótkoterminową.

Podsumowanie pozwoliło nam ponownie spojrzeć na przeprowadzoną „analizę”, a jednocześnie wykazać, iż Abbagnanowska filozofia może prowadzić, w kontekście problematycznej egzystencji i możliwości, do terapii krótkoterminowej.

### Summary

Existing has become the basis in Heideggerian analytic of Dasein. While analyzing human being Nicola Abbagnano stated it as a term of Existing which is by nature questionable and in the same time possible to discover via triple transcendence movement. This fact allowed a thesis that philosophical thought of Italian existentialist, its component elements i.e. questionable existence, capability which contains: openness, acceptance and a choice may lead to short-term (psycho)therapy. In the first section we explained in a synthetic way what is exactly the philosophy of opportunity. In the second component we took the issue of Existing in the context of openness. The third part of the article was dedicated to short-term (psycho)therapy where we namely attempted to point out elements connecting Abbagnano's philosophy with short-term psychotherapy because in our opinion the philosophy of opportunity directs to „overcoming” mistaken assurances about the world, different, „I” based on questionable existence and capability.

The summary approved us to examine conducted “researches” again, simultaneously to demonstrate that Abbagnano’s philosophy can be in the context of questionable existence and capability, new theory in a short-term therapy.

/tłum. S. Garłowska/

**Słowa klucze:** egzystencja, filozofia możliwości, psychoterapia

**Key words:** existence, philosophy of possibility, psychotherapy

## **Wprowadzenie**

Na przełomie XIX i XX wieku nauka o człowieku rozwijała się bardzo żywiłowo. Kierkegaard ogłosił swój manifest antypozytywistyczny negując abstrakcyjne ujęcie człowieka, Dilthey podobnie, jak „Sokrates Północy”, odrzucił pozytywistyczną koncepcję i metodę nauki, tworząc jednocześnie „nową” teorię i metodologię nauk humanistycznych, Husserl analizował ludzką świadomość, zaś Nietzsche „burzył” kulturę chrześcijańską.

W tym samym okresie narodziła się psychologia jako odrębna dziedzina wiedzy. Psychologia „oderwała” się od filozofii, pozbawiając ją „monopolu” na zajmowanie się *animal rationale*. Jednym z zasadniczych wyzwań dla psychologii było określenie ludzkiej psychiki.

W ówczesnym czasie, powszechnie uznawano tezę Griesingera o somatycznym charakterze psychiki. Ujęcie to opierało się na filozofii Kartezjusza, jego radykalnej ontologii, która „zamykała” rzeczywistość przyrody ożywionej i nieożywionej w dualistycznym świecie *res cogitans et res extensa* [1].

Człowiek jako byt ożywiony również „składa” się z rzeczy rozciągłej oraz z rzeczy duchowej, świadomej. *Res cogitans* występuje jedynie w człowieku i łączy się z ciałem w szyszynce [1]. Z biegiem czasu, tradycyjna psychologia akademicka, przyjęła, iż należy skupić się jedynie na psychice, która obejmuje procesy poznawcze, emocjonalne oraz procesy motywacyjne z pominięciem *res extensa*. Nicola Abbagnano odrzucił kartezjański dualizm oraz panpsychizm postulując, aby zająć się bytem ludzkim w kontekście jego egzystencji i jego możliwości, które wiążą się z autentycznym ruchem transcendencji: „(...) człowiek może być sobą samym jedynie pod warunkiem wykraczania poza siebie w kierunku potrójnego transcendensu: jaźni, świata, wspólnoty” [2].

Uznając znaczenie egzystencji i możliwości, Abbagnano stwierdza, iż należy zmienić principia badawcze filozofii. Filozofia ma pomagać wydobywać na powierzchnię głęboko ukryte fakty, które zamykają się w potrójnym ruchu transcendencji. Im więcej człowiek ich

wydobędzie, tym lepszą stosuje metodę w rozumieniu swych procesów poznawczych, emocjonalnych, motywacyjnych.

W niniejszym artykule staraliśmy się ukazać, w jaki sposób elementy składowe filozofii możliwości, takie jak: problematyczna egzystencja, możliwość, prowadzą do psychoterapii krótkoterminowej. Podejmując w artykule tak obszerne studium, tj.: filozofię możliwości, nasze badania przeprowadzimy w oparciu o metodę hermeneutyczną, jednocześnie będziemy zmuszeni selekcjonować materiał ze względu na ograniczoną objętość artykułu.

Artykuł więc składać się będzie z trzech części:

W pierwszej przedstawimy zasadnicze principia Abbagnanowskiej myśli zwanej filozofią możliwości, zabieg ten pozwoli nam przejść do drugiego podrozdziału, który został przez nas nazwany: „Otwartość na bycie”.

W części drugiej przedstawimy problematyczną egzystencję, mając jednocześnie na względzie otwartość bytu ku rzeczywistości przyrody, innego i własnego „ja”.

W ostatnim podrozdziale przedstawimy elementy składowe filozofii możliwości prowadzące do psychoterapii krótkoterminowej.

Zakończenie pozwoli nam spojrzeć na niniejszy artykuł w perspektywie podsumowania.

### **Filozofia możliwości**

Filozofia egzystencjalna, z której zrodziła się filozofia możliwości, cierpi na niemożność jasnego, konkretnego i jednoznacznego zdefiniowania człowieka. Egzystencjaliści mimo to starali się określić, kim jest człowiek. Stąd też dla Heideggera człowiek to byt-ku-śmierci, dla Jaspersa byt świadomy, dla Sartre'a byt wolny, zaś dla Abbagnano, człowiek to byt możliwości, gdzie możliwość nie staje przed człowiekiem, ale człowiek dzięki swej egzystencji odkrywa ją.

Jednym z istotnych przejawów Abbagnanowskiej możliwości było transcendowanie siebie oraz transcendowanie ku wspólności. To, czego brakuje „ja”, to „inny”. Właśnie w „ty” człowiek może odkryć własną postawę, która jest wyjściem ku „ty”. Koegzystencja jest zakotwiczona w bycie ludzkim. Nie znaczy to, że człowiek jest na nią skazany. „Ty” jest dane wraz z egzystencją bytu ludzkiego, bo byt ludzki jako bytujący odnosi się do „ty”. Człowiek w swym działaniu jest nastawiony na „innego”, ponieważ człowiek to istota odpowiadająca i odpowiedzialna. „Ty” jest dane „ja” wraz z jego egzystencją, gdyż człowiek nosi w sobie tęsknotę za „ty”. Stąd egzystencja „ja” ukazuje możliwość i koegzystencję. Możliwość i koegzystencja nadto uświadamiają nam narodziny i śmierć. Jednak nie chodzi tu o fenomen

śmierci w sensie zakończenia życia, ale o zerwanie koegzystencjalnych więzi z innym, ze światem a także ze sobą.

Zerwanie więzi jednocześnie prowadzi do lęku, troski, zaforskania, co w konsekwencji może prowadzić do traktowania „innego” jako dawcy dóbr dla „ja”: „jeżeli inni są dla <ja> cieniami, bądź widmami, samo <ja> nie jest dla siebie niczym innym niż cieniem i widmem; jeżeli inni są degradowani do roli zwyczajnych narzędzi (...), <ja> także degraduje się do roli narzędzia” [3].

Trzeba powiedzieć, że koegzystencja czerpie swe uzasadnienie z odniesienia człowieka do egzystującego „ty”. Jeżeli człowiek jako człowiek jest nastawiony na „innego”, to w takim nastawieniu jest już dana koegzystencja, gdyż koegzystencja to stosunek człowieka do drugiego człowieka.

Innym ważnym przejawem w odkryciu możliwości było Abbagnanowskie rozumienie historyczności. Ku historyczności prowadzi człowieka egzystującego jego wolność, zaangażowanie i otwartość. Brak wolności, zaangażowania i otwartości powoduje rozproszenie egzystencji. „Egzystencja, która unika zaangażowania i otwartości (...) znajduje się pod poziomem historyczności, ponieważ nie urzeczywistnia wartości osoby, świata i wspólnoty, ale je rozprasza w nic nie znaczącej i chaotycznej czystej czasowości”. [2] To, co określamy w filozofii możliwości mianem historii, dokonuje się w wolnym wyborze, zaangażowaniu oraz otwartości, a to z kolei prowadzi do rzeczywistego widzenia świata, siebie i innego.

Historyczność, zdaniem Abbagnano, ukazuje nie tylko przeszłość i teraźniejszość, ale przede wszystkim wolność i możliwość.

Przed człowiekiem więc stoi zadanie odkrycia możliwości, by jednocześnie zaakceptować swą egzystencję i wybrać ją jako autentyczną. Znaczy to, że wybierając egzystencję musimy nieustannie potwierdzać „[...] ten sam wybór”. [4] Jeśli by tak się nie stało, znaczyłoby to, że nasza możliwość „przerodziła” się w niemożliwość i zamknęła się we własnej świadomości, we własnym „ja”.

Nicola Abbagnano starał się przezwyciężyć rzeczywistość ludzką, na którą wpłynęła w sposób znaczący myśl Jaspersa, Sartre’a oraz Heideggera. W dziele *Scritti esistenzialisti* czytamy: „Musimy podkreślić nieco osobliwy los tej formy egzystencjalizmu, która – tak jak Saturn – pożera swoich synów. Bierze ona swój początek od stwierdzenia, że człowiek żyje i oddycha w świecie możliwości, które może wybierać; swój koniec ma natomiast w tym, że nie istnieją możliwości, a jedynie niemożliwość i że nie ma niczego do wyboru. Innymi słowy, te formy egzystencjalizmu wykorzystując pojęcie możliwości jako pewnego rodzaju

bodźca dla wzniesienia ludzkiej egzystencji do poziomu pojmowania, tłumią je lub, co gorsza, uznają, iż one nigdy nie istniały. Pojęcie możliwości u tych filozofów przeradza się w (pojęcie) niemożliwości. Pomyślcie teraz o różnicy, co więcej, o przepaści, jaka dzieli te dwa pojęcia. Niemożliwość jest konieczna (w najwęższym i ścisłym sensie tego słowa): wobec niemożliwości nic nie da się zrobić i niczego stwierdzić. Możliwość jest wolnością i wobec możliwości człowiek może dokonać wyboru” [4].

„W rzeczywistości jedyną możliwością, jaka stoi przed człowiekiem, jest – według Heideggera – ta, by zrozumieć lub nie zrozumieć niemożliwości egzystencji (to znaczy śmierć). Jednak także i tu, niezależnie od wyboru, rzeczy nie zmieniają się, jako że niemożliwość egzystencji – niezależnie czy zostanie zaakceptowana i przyjęta czy też się ją zignoruje lub ukryje – takową pozostanie. Gdy Jaspers twierdzi, że wszystkie ludzkie możliwości są związane z pewną sytuacją i de facto zależne od niej – przez co nie pozwala ona zobaczyć z wyprzedzeniem tej sytuacji bez możliwości jej zmiany – głosi on równowartość wszystkich możliwości, redukując je do niemożliwości. Osobiście nie mogę być lub chcieć albo działać inaczej niż to, kim już jestem, ale to, kim jestem nie jest przedmiotem wyboru i nie daje mi innej możliwej alternatywy, jak tylko być tym, kim jestem. Również w tym przypadku jedyny wybór, jaki posiadam polega na tym, by kontynuować bycie tym, kim jestem – wiedząc, kim jestem – lub kontynuować bycie (tym, kim jestem) nie wiedząc tego. Jednakże ten wybór (jak to widać wyraźnie) nie ma żadnych konsekwencji praktycznych. W końcu, gdy Sartre stwierdza, że wszelkie działania ludzkie są równowartościowe, gdyż wszystkie są skazane na niepowodzenie, stąd – w gruncie rzeczy – można upić się samotnością” [4].

Filozofia możliwości opiera się na strukturze, którą nasz autor, nazwał autentyczną egzystencją, ta zaś urzeczywistnia się wówczas, gdy człowiek odkryje, iż w swych decyzjach: „Jest oczywiste, że każdy wybór suponuje pewną ilość możliwości, które są możliwe lub, które przynajmniej za takie uchodzą. Każdy z nas w każdym momencie uważa, że może wykonać tę lub inną rzecz, iż jest w stanie przyjąć taką czy inną postawę, obrać tę albo inną drogę postępowania. Możliwość czynienia i zdolność bycia, w sposób nieodzowny, konstytuuje (naszą) kondycję, aby każdy z nas dopełnił swoich wyborów i podjął własne decyzje. Nikt, naturalnie, nie podejmuje drogi, której nie jest w stanie przebyć, jednak – co oczywiste – bywa często tak, że w ocenie tego, co potrafimy lub, czego nie potrafimy, mylimy się, przez co jesteśmy zmuszeni w pewnym momencie do nieuznania już więcej tego, co na wstępie (możliwym) się jawiło, i do wzięcia pod uwagę innych możliwości. Tak dzieje się we wszystkich ludzkich sprawach, zarówno tych nic nie znaczących, mało istotnych, jak

i doniosłych, decydujących lub jak się mawia – historycznych. Jednakże chciałbym tutaj podkreślić to jedynie, że wolność oznacza wybór, a wybór oznacza możliwość” [4].

### **Otwartość na bycie**

Nicola Abbagnano badał sytuację człowieka w kontekście bycia-z-sobą, jaźnią, światem, jednocześnie określając ją mianem „potrzeby”. Człowiek nie może inaczej „być”, jak tylko zachowując relację z własną egzystencją otwierając się na nią. Byt możliwości bowiem „przechadza się” między problematyczną egzystencją, możliwością, w którą wpisuje się otwartość, doświadczenie, myślenie a wolnym wyborem, transcendując rzeczywistość [5].

Odkryta przez Abbagnano, właściwa człowiekowi, problematyczna egzystencja i możliwości wskazuje, iż człowiek jest bytem otwartym. Co zatem znaczy „otwartość”? W pierwszym rzędzie chodzi o różnicę między człowiekiem i zwierzęciem. Możemy powiedzieć, że człowiek bytuje-ze-światem, z „innym”, podczas gdy każdy rodzaj zwierząt ograniczony jest do dziedzicznie ustalonego, właściwego swemu gatunkowi środowiska [6, 3]. Człowiek udomowił niektóre zwierzęta, np. psy i koty zmieniając ich środowisko, ale nie zmienił ich natury. Zwierzęta nie postrzegają nadto tak bogatej pełni otoczenia, jaka nam się przedstawia. Zwierzęta zauważają w swym otoczeniu tylko to, co zgodnie z instynktem ma znaczenie dla ich gatunku. Stopień ograniczenia, czy rozległości, prostoty czy złożoności otoczenia bywa, oczywiście, bardzo różny u poszczególnych gatunków zwierząt. Do wszystkich jednak odnosi się zasada, że ich zachowanie ograniczone jest środowiskiem. Określone cechy otoczenia działają jak sygnały i wyzwalają takie zachowanie, jakiego w gruncie rzeczy nie ma potrzeby dopiero się uczyć, gdyż jest ono wrodzone. Narządy zmysłowe zwierząt są wyostrzone na wychwytywanie pewnych zjawisk, toteż kiedy się z nimi spotykają, następuje reakcja przewidziana w instynkcie [3, 6].

Człowiek żyjąc w określonym środowisku może dokonywać różnych, coraz to nowych wyborów. Tylko człowiek jest w stanie doświadczyć, czym faktycznie jest otwartość. Nie znaczy to, że dopiero doświadczywszy świata i „innego”, człowiek doświadcza samego siebie i otwiera się nań. Otwartość jest dla człowieka konieczną drogą do poznania własnego „ja”.

Wyłania się tutaj dość istotny problem, mianowicie: co dokładnie znaczy pojęcie „<ja> otwarte”. Ku czemu właściwie „ja” się otwiera? Odpowiedź musi na pewno brzmieć najpierw tak: „Ja” otwiera się ku własnej problematycznej egzystencji, a później ku coraz to nowym rzeczom, podczas gdy zwierzęta otwarte są tylko na ograniczoną i typową dla gatunku ilość i jakość zjawisk [3].

Historia pytania o bycie, to historia pytania o „ja”. Filozofia Grecka u początków racjonalnych poszukiwań stawiała w centrum kosmos. Ojcowie Kościoła, tacy jak: Bazyli Wielki, czy Grzegorz z Nisy pomijali problem „ja” na rzeczy biblijnej wizji świata. Dopiero Augustyn z Hippony postawił pytanie o „ja”, podając, że to „ja” „jestem, wiem i chcę. Jestem poznający i chcący. Wiem, że jestem i że chcę. Chcę być i wiedzieć” [ 8].

W nowożytności, szczególnie Kartezjusz postawił „ja” w centrum swej myśli filozoficznej, natomiast pytanie o to, czym jest „ja”, nie pojawia się już ani w filozofii Hobbesa, Malebranche’a, ani Spinozy. Dopiero Kant, w przeciwieństwie do Hume’a i jego strumienia asocjacji, starał się wyjaśnić ludzkie „ja” i jego jedność przez odwołanie się do transcendentalnej apercpcji.[8, 3] Freud natomiast odciął się od Kanta i jego idealizmu, pytając o „ja” w nowy sposób.

„Ja” zajmuje pozycję pośrednią między nieświadomym „się” (id) a „ponad-ja” (system wartości wraz z obowiązkami, nakazami i zakazami). Przyznanie „ja” pozycji pośredniej oznacza z jednej strony wprowadzenie relacji między „się” (id) i „ponad-ja”, z drugiej strony, wprowadzenie dystansu i supremacji nieświadomych funkcji „ja.” W końcu „ja” u Freuda staje się częścią „się” (id), względnie nieco zróżnicowaną partycypacją w „się” (id) [8]. Przez to zostaje zburzony potrójny ruch transcendencji, ponieważ „ja” urzeczywistnia się jako niewyjaśniony w swej jedności proces poznawczy.

W filozofii możliwości „ja” jest otwarte na swą egzystencję, a jednocześnie bytuje:

- 1) ze-światem,
- 2) ze-śmiercią,
- 3) z-innym,
- 4) z-historią,
- 5) ze-sobą.

Bytowanie pozwala człowiekowi wchodzić w relację z rzeczywistością realną, a nie, jak np. u Augustyna, Kartezjusza, Kanta, Freuda ze światem własnej świadomości, z której „wyprowadza się” realny byt.

### **Psychoterapia krótkoterminowa**

Teorie terapeutyczne, podobnie jak filozofia, stały się „miejscem walki” między zwolennikami tezy, że należy „uprawiać” je zgodnie z założeniami naukowymi i tymi, którzy takowe podejście odrzucali. Nicola Abbagnano należał do drugiej grupy, ponieważ twierdził, iż bytu ludzkiego nie należy odczytywać w kontekście przesłanek teoretycznych, a jego problematycznej egzystencji, która „objawia” się w historii, świecie, koegzystencji, śmierci.

Każda dziedzina naukowa posiada związane i powszechnie obowiązujące principia, które często przez badaczy uznawane są za uniwersalne. Filozofia możliwości sięga po te zasady, ale przy całej swej rozciągłości nie przejmuje ich jako wartości uniwersalnej. Podobnie terapia racjonalno-emotywna, która naszym zdaniem, „zatrzymuje” się, jak filozofia możliwości, na problematycznej egzystencji, nie rości sobie prawa do uniwersalności.

REBT jedynie zakłada, iż człowiek egzystujący w konkretnym środowisku, odbiera reakcje emocjonalne, które uwarunkowane są świadomymi i nieświadomymi ocenami, interpretacjami rzeczywistości ożywionej i nieożywionej. Najczęstszą postacią świadomych i nieświadomych ocen, interpretacji są twierdzenia, typu: „muszę”, „powiniem”. Twierdzenia te różnią się znacząco od potrzeb, czy preferencji, jednocześnie determinują możliwości człowieka. Filozofia możliwości, naszym zdaniem, elementy te może określić mianem: możliwością niemożliwości. Za przykład tej możliwości niemożliwości niech posłuży nam, idąc za Abbagnano, osoba Kierkegaarda: „(...) życie (Kierkegaarda) zdominowane zostało przez epizod, który dla człowieka o zdrowych zmysłach może wydawać się niezrozumiały lub też o niewielkim znaczeniu, jednak dla niego miał znaczenie decydujące. Zaręczył się z kobietą, którą kochał i która mogła mu zapewnić gwarancję szczęśliwego związku, jednakże po pewnym czasie – bez szczególnego powodu – zdecydował o zerwaniu zaręczyn i o porzuceniu małżeństwa. Jak to możliwe? Otóż, sparaliżowała go świadomość możliwych konsekwencji swego czynu. Konflikty, nieporozumienia, różnice osobowości, braki w wypełnianiu obowiązków i wymagań małżeńskich, a wreszcie brak szczęścia, pomyłki, grzechy – to wszystko może zdarzyć się w życiu małżeńskim” [4]. Możliwość niemożliwości zamyka się, naszym zdaniem, w „muszę”, „powiniem”, „ocenie”, „katastrofizmie”, człowiek odrzuca rzeczywistość realnie istniejącą stając się podobny do Kierkegaarda, który w małżeństwie widział katastrofę, choć nie miał powodów do obaw: „Z tego, co wiemy, Kierkegaard nie miał szczególnych powodów, by się bardziej obawiać (małżeństwa) niż inni, (...). W jednej ze swych znanych książek z przedziwną jasnością opisał tę szczególną formę lęku, którą jest udręka. Nie jest ona – w ogólnym tego słowa znaczeniu – lękiem, ponieważ lęk rodzi się z konkretnego i poznawalnego niebezpieczeństwa. Udręka (...) jest (...) uczuciem, które towarzyszy rozważaniu wymiaru negatywnego i redukcjonistycznego wszelkich możliwości, jakie się pojawiają, także tej odnoszącej się do małżeństwa, jak i do każdego innego planu, inicjatywy lub pracy, w którą możemy się zaangażować” [4].

Nieracjonalne przekonania, określone jako udręka egzystencjalna, a przez Abbagnano czysta negatywna możliwość, doprowadziła, „ojca egzystencjalizmu” do katastrofizmu.



Katastrofizm uzewnętrzniły również „muszę” i „powinienem”, czego wyrazem jest zaniechanie bycia małżonkiem.

Filozofia możliwości odrzuca katastrofizm, ponieważ prowadzi on człowieka do zamknięcia się we własnym wyimaginowanym świecie. Błędna ocena siebie, innych, wydarzeń wpływa na ludzkie relacje, ale również prowadzi do zamknięcia się we własnym „ja”, gdzie toczy się nieustanna dyskusja między „muszę”, „powinienem”, a „katastrofizmem”, „poddaniem się”, „ocenianiem” siebie i innych.

„Ja”, w filozofii możliwości to nie tylko byt świadomy, jak chciał Kartezjusz, „ja” to egzystencja, inny, świat, czyli bycie ze-sobą, z-innym, ze-światem. Bycie-z, ukazuje potrójny ruch transcendencji, gdzie człowiek staje wobec swej egzystencji, która pozwala mu wybierać między pozytywną lub negatywną możliwością: „To, co jawi się nam jako możliwość *może* się zrealizować, ale *może* również się nie zrealizować. Każda możliwość posiada, by tak rzec, dwa oblicza nierozzerwalnie związane jedno z drugim: oblicze *pozytywne*, które wskazuje coś rzeczywistego, mogącego się udać lub (coś) oczekiwanego; oraz oblicze *negatywne*, które ukazuje coś nierzeczywistego, coś, co (skazane jest na) niepowodzenie albo coś nieoczekiwane. Możemy być pociągnięci do rozważenia, raz po raz, z większą uwagą jednego lub drugiego oblicza, a częściej – naturalnie – pozytywnego; ale drugie z nich zawsze istnieje i jest (nie do) wyeliminowania” [4]. Wybór możliwości polega na akceptacji siebie, świat, innego, śmierci, negatywnych doświadczeń. Tylko wtedy wybieramy świadomie jedną z możliwości, „pokonując” możliwość niemożliwości.

Człowiek bowiem może przezwyciężyć „muszę” i „powinienem”, „katastrofizm”, „poddanie się”, „ocenę”, jeżeli staje przed sobą jako ten, który akceptuje problematyczną egzystencję. Akceptacja własnej egzystencji, naszym zdaniem, pozwala uzmysłowić „ja” procesy, które miały wpływ na postrzeganie rzeczywistości, typu: socjalizacja pierwotna, wzmocnienia pozytywne i negatywne, sytuacje graniczne. Elementy te wpływają na przekonania o świecie, o sobie, o innych, o swych możliwościach. Tak więc przewartościowanie przekonań wymaga od bytu możliwości zaangażowania się w samą możliwość oraz zaakceptowania problematycznej egzystencji, czyli byt racjonalny uzmysławia sobie, iż to nie sytuacja graniczna, socjalizacja pierwotna, czy wtórna, wzmocnienia pozytywne bądź negatywne wywołują u niego udrękę, ale przekonania. Jeśli człowiek zrozumie i zaakceptuje związek pomiędzy przekonaniem a udręką – uczuciami, odkryje pozytywną, jak i negatywną możliwość. To odkrycie pozwoli mu spoglądać na świat nie tylko z perspektywy realności i logiczności, ale przede wszystkim pozwoli mu transcendować rzeczywistość.

Pomocą w „przewycięzeniu” automatycznych myśli, typu: „muszę być kochany i akceptowany”, „powiniennem zawsze być kulturalny”, „jestem do niczego”, „ale ze mnie fajtłapa” jest uświadomienie sobie, iż te przekonania prowadzą do negacji naszych możliwości, są to determinanty, które wymagają określonego działania. Inaczej mówiąc człowiek w wielu sytuacjach nie jest w stanie odkryć możliwości, które „zaciemniają” przekonania, koniecznym staje się poddanie irracjonalnych przekonań w wątpliwość. Zabieg ten może jednocześnie doprowadzić do odkrycia, iż nie „muszę” a „mam” możliwość bycia tu i teraz, działając bez względu na ocenę, wymagania, czy katastrofizm.

Odkrycie możliwości prowadzi do akceptacji problematycznej egzystencji oraz „znielowania”, a nawet odrzucenia nieracjonalnych przekonań, które determinowały potrójny ruch transcendencji.

### **Zakończenie**

Problematyka podjęta w niniejszym artykule prowadzi do wskazania, iż na gruncie filozofii egzystencjalnej zrodziła się filozofia możliwości, która zwraca uwagę na realny wybór między możliwościami w kontekście problematycznej egzystencji. Jednocześnie podkreśla, że „ja” może realnie podchodzić do siebie, innego i świata, jeśli oprze się na potrójnym ruchu transcendencji, który pozwoli mu odkryć możliwość, czyli człowiek by nie uwikłać się we własne „automatyczne myśli” winien nieustannie weryfikować swe spojrzenie na rzeczywistość w kontekście problematycznej egzystencji, która również odkrywa przed człowiekiem możliwość, stając się źródłem weryfikującym błędnych przekonania.

Bycie nadto, w myśli filozoficznej Nicola Abbagnano, pozwala człowiekowi dotrzeć, a zarazem przewyciężyć przekonania, typu: „muszę”, „powiniennem”, a nawet „katastrofizm”, prowadząc jednocześnie jednostkę ku rzeczywistości realnej, a nie do świata myśli, które w skutek błędnie odczytywanej możliwości ograniczają ludzkie bycie, skazując je na zamknięcie w świecie własnej świadomości.

### **Adres do korespondencji**

Dr Jakub Bartoszewski

Wyższa Szkoła Humanistyczno Ekonomiczna,

ul. Mickiewicza 6, 98-200 Sieradz

### **Piśmiennictwo:**

1. Bartoszewski J. Filozofia przyrody, Kartezjusz i porządek życia społecznego. Wiedza i Edukacja. Lublin 2010: 49-50.
2. Abbagnano N. Koegzystencjalna struktura egzystencji. tłum. A. Nowicki. W: Filozofia egzystencjalna: pod red. L. Kołakowski. K. Pomian. Warszawa 1965: 303.
3. Bartoszewski J. Nicola Abbagnano filozofia możliwości. Ruch Filozoficzny 2011; 1: 67-84.

4. Abbagnano N. Esistenzialismo come filosofia del possibile. W: Tenze, Scritti esistenzialisti. UTET. Torino 1988: s. 571-574.
5. Invrea D. La possibilità trascendentale di N. Abbagnano. W: Il soggetto esistente. Taylor. Torino 1960 s.117-122.
6. Panenberg W. Kim jest człowiek? Współczesna antropologia wobec teologii. Rue Surcouft, Paris 1978 s.15-16.
7. Augustyn z Hippony. Wyznania. tłum. Z. Kubiak, Hachette, Warszawa 1992 s.320.
8. Möller J. Człowiek w świecie. Zarys antropologii filozoficznej. tłum. M. Kaczmarowski, Rue Surcouft, Paris 1969 s.73-76.