

Czym jest ciało?

Psychologa mniemania na głębokie pytania

Ciało jest czymś, co posiadamy. Mówimy przecież: „moje ciało”, „moja noga”, „moja głowa”. Ale kim jest ten, który posiada? Jakoś intuicyjnie wierzymy, że jesteśmy gdzieś, w jakimś nieokreślonym centrum, skąd zawiadujemy całym naszym ciałem. Z tej perspektywy ciało wydaje się być czymś różnym od nas, czymś obcym, jakimś przebraniem jedynie. Z tego też powodu ciało często traktuje się jak przedmiot, jak maszynę. Prowadzi to do tego, że nasze ciała nadmiernie eksploatujemy (jak w sporcie zawodowym), nie dajemy mu tego, czego ono potrzebuje (np. odpoczynku, snu, ruchu) lub dajemy to, czego ono w ogóle nie potrzebuje (używki, słodycze, siedząca pozycja). Ciała się modeluje, poprawia, wykorzystuje ponad miarę, sprzedaje...

Czy coś wam to przypomina? Czyż podobnych rzeczy nie robimy wobec dzikiej przyrody? Ją również posiadamy (tak przynajmniej nam się wydaje). Ją też eksploatujemy ponad miarę, cywilizujemy, kształtujemy zgodnie z naszym pomysłem. I co najważniejsze, też jesteśmy od niej oddzieleni.

Między ciałem a dziką przyrodą istnieje bardzo ścisły związek. Jakby na to nie patrzeć, ciało jest najbliższym nam kawałkiem dzikiej przyrody. Łączy nas z całym wszechświatem, bowiem składa się z materii, tej samej, co gwiazdy, drzewa, rzeki, zwierzęta i kamienie. Mało tego – przez nasze ciało nieustannie przepływa cała ta materia. To, co jest chmurą, za chwilę będzie moimi łzami, krwią. To, co jest promieniem słońca, za chwilę będzie moim wewnętrznym ciepłem i energią. To, co jest wiatrem, za chwilę będzie moim oddechem, a gleba wkrótce zamieni się w moje tkanki.

Na co dzień nie jesteśmy tego wszystkiego świadomi, nie widzimy tego związku, bo przecież jesteśmy gdzieś indziej, w jakimś nieokreślonym wewnętrznym centrum. To nasze oddzielenie od własnego ciała i jednocześnie od przyrody jest jednym z naszych największych dramatów. Jakoś wzdragamy się przed tym, że nasze „ja” może mieć wymiar materialny. Materia bowiem jest czymś niższym, niedoskonałym, przemijającym w swoich formach, grubym i marnym. Windujemy się więc gdzieś wyżej, nie przyznając się do tej całej gnuśności. I jak tam już jesteśmy, to już tylko krok do tego, by owej pogardzie wobec materii, czyli wobec własnego ciała i dzikiej przyrody dać wyraz w tych wszystkich okropnych rzeczach, które robimy.

Należy w końcu zapytać, komu to robimy? Czy jakiejś tam przyrodzie, jakiemuś tam ciału? Nie, ostatecznie robimy to sami sobie! Bo trzeba to bardzo wyraźnie powiedzieć: nie posiadamy własnego ciała, tak samo jak nie posiadamy przyrody. **JESTEŚMY** swoim ciałem. **JESTEŚMY** przyrodą. Już najwyższy czas przekroczyć to oddzielenie, wyjść z tej ciemnej kryjówki, w której czujemy się samotni – i połączyć się z sobą i całym wszechświatem. Jako istoty ludzkie jesteśmy istotami materialnymi i nie trzeba wcale od tego uciekać, ani się tego wstydzić czy z tym walczyć. Zanurzając się w swojej cielesności, ponownie odkrywamy związek z całą przyrodą, z całym wszechświatem. Patrząc na płynącą rzekę, na chmury, kładąc się na trawie czy obserwując ptaki, widzimy samych siebie, swoje „większe ja”. Zatem odkrycie siebie w swojej cielesności jest drogą do odkrywania siebie w świecie zewnętrznym. Jestem głęboko przekonany, że ta ponowna integracja na poziomie ciała, a następnie przyrody skutkuje zupełnie innym funkcjonowaniem w świecie. I nie chodzi tu nawet o jakiś szczególny szacunek wobec ciała czy przyrody, bo to wydaje się aż nazbyt oczywiste i szkoda nawet o tym mówić.

Ktoś zapyta jednak, a co z duchem, duszą? Czyż nie jesteśmy też istotami duchowymi? Czy utożsamienie się wyłącznie z czymś materialnym nie sprowadza nas gdzieś na dół, nie redukuje nas do czegoś, co jest wyłącznie materialne? No tak, to dość poważny zarzut. Ale zaręczam wam, że nie ma się czym przejmować, bowiem zarzut ten oparty jest na fałszywej przesłance, jakoby duch i

materia były jakimiś oddzielnymi bytami. Po raz kolejny odzywa się czkawką nasze złudne przekonanie o pierwotnym oddzieleniu. Żyjemy w iluzji oddzielenia i przykładamy tę matrycę do wszystkiego, do czego się tylko da. Wydaje się nam więc, że oddzielone są umysł i ciało, natura i kultura, dobro i zło, duch i materia, światło i ciemność, Bóg i stworzenie. A może jest tak, że żadnego oddzielenia nie ma, więc i duch i materia też nie są czymś różnym. Materia jest przeniknięta duchem, a nawet jest duchem, zaś duch jest w swej istocie materialny. Tak właśnie spostrzegali rzeczywistość nasi dalecy przodkowie.

Można powiedzieć tak: ciało jest naszą szansą na przebudzenie się do czegoś, czym w istocie jesteśmy. Identyfikując się z ciałem, otwieramy szeroko ramiona na całą przyrodę, cały wszechświat i w ten sposób stajemy się całością, która ma duchowy wymiar. Pogodzenie się z własnym ciałem, odkrycie w nim siebie jest pierwszym ważnym krokiem ku Pełni.

Ryszard Kulik

Instytut Psychologii Uniwersytetu Śląskiego