

Magdalena Szpunar

## O poezjoterapii i sile bezsilnej poezji

„Z rzeczy świata tego zostaną tylko dwie,  
Dwie tylko: poezja i dobroć... i więcej nic...”

C.K. Norwid

Wychodzenie z traumy zdaniem Marka Wołynna przypomina pisanie wiersza. Ta zbieżność polega na tym, że obie te czynności domagają się właściwego doboru słów, obrazów, ale i właściwego momentu i **przestrzeni**. Proces **zdrowienia** wymaga **czasu**, zbyt wczesne pojawienie się słów, które dotyczą **przeżytego doświadczenia**, może spowodować, że nie będziemy **gotowi** ich przyjąć, a tym samym nie spełnią one oczekiwanej **terapeutyzującej** funkcji. Istotne jest przy tym, by słowa były adekwatne, rezonowały z nami, inaczej zostaną przez nas odrzucone (Wołynn, 2017), szczególnie wtedy, gdy pojawią się przedwcześnie.

**Poruszony** wierszami Friedricha Hölderlina i Georga Trakla, Martin Heidegger zwracał uwagę, że poezja stanowi nasze bycie (Heidegger, 2004), a samych poetów określał mianem pasterzy bycia (Burzyńska, Markowski, 2006, s. 181-182). Cokolwiek by o poezji powiedzieć, zawsze opowiadanie o niej jest bezlitośnie ułomne, gdyż „Poezja żywcem się wymyka wszelkim określeniom. Określenie jest dla niej smutnym rodzajem trumny szklanej, która – przejrzyściejąc – zabija” (Leśmian, 1959, s. 76). Nie próbując zamykać poezji w trumnach znaczeń, zogniskujemy naszą uwagę na jednym z jej wymiarów, rzadko podejmowanym przez badaczy, a mianowicie jej **możliwościach terapeutycznych**. Uznajemy bowiem, że „nauka rozumienia poezji to nauka rozumienia człowieka” (Czermińska, 1992, s. 203). **Terapeutyczne możliwości** poezji postrzegamy w dwóch wymiarach. Pierwszy z nich dotyczy autorów utworów poetyckich, dla których pełni ona funkcję **autoterapeutyczną**, w drugim wymiarze interesuje nas wykorzystanie poezji w trakcie procesu **terapeutycznego**.

Jeśli przyjrzyć się temu, jak powstaje wiersz, trzeba wskazać na kluczową w tym procesie rolę nieświadomości. Według Carla Gustava Junga każde

dzieło **twórcze** „wyrasta z nieświadomych głębi” (Jung, 1981, s. 424). Czasami rodzaj tych głębi może zaskakiwać samego autora, na pewno jednak poezja może – jak zauważył Julian Przyboś – ewokować „wzmożone życie psychiczne u odbiorcy” (Przyboś, 1959, s. 203). **Siła i możliwości** jej oddziaływania zasadzają się na przekazywaniu ludzkiego **doświadczenia**, które obudowane metaforą, podane w poetyckiej formie, staje się bardziej znośne i akceptowalne. Dzięki poezji niczym w lustrze możemy obserwować własne **przeżycia**, to, co zdysocjowane, odszczepione, nieakceptowane, zestrugane z własnego ciała, pozwalając tym samym nazywać nienazwane. **Język** poezji ułatwia **zrozumienie** siebie, własnych stanów **emocjonalnych**, pozwala uzyskać dostęp do tego, co zwykle sami przed sobą zakrywamy i czego nie zauważamy. W przypadku oddziaływania poezji nie sposób mówić o jakichś uniwersaliach czy ramach, które za każdym razem okażą się tak samo skuteczne i efektywne. Bywa bowiem tak, że duże znaczenie **terapeutyczne** mają wiersze nieszczególnie wyrafinowane poetycko, a te wysmakowane lirycznie niespecjalnie oddziałują na odbiorców. Potwierdzają to badania Sławomira Krzyśki (Krzyśka, 2013, s. 51). Badacz ten zauważa, że wierszowość nie decyduje o poetyckości, tak samo jak poetyckość nie determinuje **terapeutycznej** roli wiersza. Podobnego zdania jest Teresa Stańczak, która stwierdza: „Nie ma pełnej zbieżności między wartością literacką a wartością terapeutyczną wierszy. Czasem zupełnie mierne wiersze mają dużą wartość dla biblioterapii” (Stańczak, 1979, s. 277).

Obcowanie z poezją może być sposobem na porządkowanie tego, „co nam się rozpada” (Gadamer, 2000, s. 156), dlatego też może być ona tak ważna dla tych, którzy zmuszeni są radzić sobie z dojmującymi **doświadczeniami**, różnego rodzaju traumami. W przypadku **osób doświadczających** traumy wojennej poezja może ułatwiać radzenie sobie z negatywnymi następstwami kataklizmu wojny. Jak zauważa Hans-Georg Gadamer: „Każde rozpoznanie jest doświadczeniem rosnącego oswojenia, a przecież wszelkie [...] doświadczenia świata są w końcu formami naszego osvajania ze światem” (Gadamer, 2000, s. 151). Ze względu na to, iż wgląd w siebie bywa trudny, dojmujący, **bolesny**, poezja pozwala łagodniej przez ten proces przechodzić, ułatwiając **rozumienie** siebie i wzmacniając samoocenę. **Umożliwia** ona **spojrzenie** na siebie z **dystansu**, z pozycji zewnętrznego obserwatora, a tym samym pomaga zachować rezerwę wobec tego, co **emocjonalnie** dojmujące, a nawet druzgocące.

Jak trafnie zauważa Marek Szulakiewicz: „Poezja potrafi uczynić coś, czego nie udaje się żadnemu poznaniu: łączy emocje i myśli, konkret i abstrakcje” (Szulakiewicz, 2008, s. 17). Bywa, że **porusza** w nas dawno zastygłe struny, pozwala dotrzeć do wypartego i odszczepionego, konfrontując nas z naszym własnym Cieniem, z tym, czego w sobie nie akceptujemy, co wolilibyśmy z siebie zeszkrobać i potraktować jako nie nasze.

Poeta odsłania nam **świat**, który jest głębszy i szerszy, niż wskazuje na to **codziennosc**. Jak zauważał Stanisław Barańczak: „Czymkolwiek traktuje go świat, poeta reaguje zawsze tak samo: na przekór logice i faktom, lekceważąc pewność przegranej, usiłuje bronić swego przyrodzonego prawa do ludzkiej normalności, do ludzkiej normy, która uporczywie narzuca wszystkiemu, co go otacza i co go próbuje zmiażdżyć” (Barańczak, 1996, s. 154). Poezja nie dba o logikę, nie zabiega o **prawdę**, interesuje ją raczej **piękno**, **zdolność poruszania sumień** i trącania zamarłych strun **wrażliwości**. Jest **językiem emocji**, nie musi więc zabiegać o intersubiektywną komunikowalność, racjonalność, rozstrzygalność i uniwersalność. Pisząc o uczonych przyrodnikach, Jules Henri Poincaré konstatawał: „Uczony nie bada przyrody dlatego, że jest to użyteczne; bada ją, bo sprawia mu to przyjemność, a sprawia mu przyjemność, bo przyroda jest piękna. Gdyby nie była piękna, nie warto by jej było poznawać” (Poincaré, 1911, s. 10). Ta **myśl** znakomicie wpisuje się w działalność poetycką, bowiem tworzenie poezji nie służy temu, co użyteczne i praktyczne, wręcz przeciwnie – powstaje ona, bo jest **źródłem radości** i bywa nośnikiem **piękna**.

**Możliwość** niemal dowolnego odczytania wiersza pozwala odbiorcy odnaleźć w nim siebie, dzięki **zaangażowaniu wyobraźni** i poszukiwaniu podobieństw do własnego **doświadczenia**. Na czytany utwór nakładamy matryce własnych **doświadczeń**, a im więcej punktów zbieżnych, tym bliższy nam się wydaje. Dzięki zanurzeniu w **świecie** przedstawionym w poezji czytelnik i interpretator **doświadczają** „przemiany zainspirowanej obrazami [...] wzbogacają swoją osobowość” (Dudek, 1999, s. 10), odnajdują **nadzieję** tam, gdzie wyłącznie beznadzieja, marazm, niewiara w **możliwość** zmiany swojej **sytuacji życiowej**. Wystarczy, że inaczej popatrzymy na to samo **doświadczenie**, dopuścimy inne interpretacje i **rozumienia**, a zmieni ono swój **sens** i znaczenie. Jak zauważa Kenneth Burke, bez **pomocy** literatury, a tym samym poezji, trudno byłoby **zrozumieć** własne **doświadczenia** (Burke, 1976).

**Wartość** poezji w obszarze **terapeutycznym** ma istotny wymiar kompensacyjny. Kompensacja jest zwykle **rozumiana** jako równoważenie jednego

działania innym, jednakże jej psychologiczne znaczenie niesie ze sobą nieco odmienne konotacje. Kompensacja w psychologii rozumiana jest bowiem jako mechanizm **obronny**, który stanowi formę wynagradzania siebie za pewne braki lub postrzegane deficyty, czego przykładem może być **osoba** uważająca się za nieatrakcyjną, która tę nieatrakcyjność kompensuje objadaniem się słodyczami<sup>1</sup>. Kompensacja pełni ważną funkcję, ułatwia bowiem radzenie sobie z tym, co trudne, a czasem niemożliwe do zaakceptowania, stanowi formę **ucieczki w bezpieczną przestrzeń**. Kompensacja, którą poezja może oferować, pozwala wchodzić w role odmienne od tych, do jakich przypisani jesteśmy w **świecie** realnym. Tym samym, **osoba**, która zwykle wchodzi w rolę **ofiary**, **uczy się**, jak się z tej roli wyswobodzić i stosować w swoim **życiu** inne niż nieadaptacyjne strategie radzenia sobie.

Stanisław Frycie i Marta Ziółkowska-Sobecka wskazują, że **dzieci** nieśmiałe, niezaradne, posiadające różnorakie kompleksy poszukują u **bohaterów** literackich zachowań, które kompensują ich własne deficyty (Frycie, Ziółkowska-Sobecka, 1998, s. 11). Naśladując postawy zaobserwowane w tekstach literackich, w tym także poezji, **dzieci uczą się**, w jaki sposób można pokonywać własne deficyty. Co istotne, **wartości** uobecnione w poezji czy innych formach literackich nie są odbierane przez czytelników jako narzucane z góry, hegemoniczne, przymusowe i perswazyjne (Beil, 2000, s. 13), tym samym **siła** ich oddziaływania staje się większa.

Poezja ułatwia proces **uczenia się**, który z racji jej właściwości zasadza się głównie na **emocjach**, które, o czym nierzadko zapominamy, odgrywają ważną rolę w procesach poznawczych, pozwalając **kształtować wrażliwość** odbiorców (Kielar, 1989, s. 236). **Doświadczając emocji** w trakcie czytania wiersza (por. Dudzikowa, 1978, s. 153-154), łatwiej zintegrować je z własną psychiką, a tym samym modyfikować własne. Proces ten jest szczególnie istotny dla młodych ludzi, którzy dopiero **uczą się** samych siebie, **rozpoznawania** i **rozumienia** własnych stanów **emocjonalnych**. Okazuje się, że zwłaszcza **dzieci** wykazują łatwość powielania zachowań opisanych w tekście, co sprzyja procesowi **uczenia się** (Wood, 1995, s. 216). Naśladowanie

1 Kompulsywne objadanie się może stanowić formę wynagradzania siebie za postrzegane deficyty. Oferuje ono chwilową przyjemność, ale poprzez swoją powtarzalność i rutynizację może powodować utrwalenie się nieprawidłowego nawyku, a tym samym utrudnić jego eliminację.

i odwzorowywanie wyczytanych zachowań może w znaczący sposób wpływać na replikację postaw, co określa się mianem „zarażania się zachowaniem” (Bronfenbrenner, 1970).

Poezja staje się **bezpieczną formą wyrażania silnych przeżyć**, dzięki czemu trudne **emocje** znajdują swoje ujście i są kanalizowane w **twórczej** formie, a sam ich autor odczuwa ulgę i zadowolenie (Longo, 2002, s. 3); tym samym realizuje się **terapeutyczna** rola poezji. Jak zauważa Szulakiewicz: „Twórczość jest możliwa, gdy sama rzeczywistość pozwala na pojawienie się w niej czegoś nowego, dopuszcza wydarzenie się bycia inaczej. [...] Uznaje, że świat nie jest całością bezwzględnie dopełnioną, zamkniętą. [...] świat może być jeszcze czymś innym” (Szulakiewicz, 2008, s. 24). I właśnie poezja pokazuje te **światy możliwe**, czasem nie do **pomyślenia**. Poezja pomimo swojego niedopełnienia, niedomknięcia, nierozstrzygalności staje się **wartością** poprzez wytrącanie nas z pewników i ukazywanie odmienności percypowania tego samego **świata**.

Proces **autoterapii** wymaga użycia subtelnych środków, a poezja stanowi jedną z najmniej inwazyjnych form docierania do siebie (Hulek, 1973, s. 5), a tym samym docierania do innych, bowiem nie **rozumiejąc** siebie, nie sposób **zrozumieć** innych. Ekspresja, której emanacją jest poezja, pozwala odkrywać **wewnętrzne światy** artysty, jego **rozumienie** i **przeżywanie rzeczywistości**. Twórczość liryczna uzewnętrznia **potrzebę** ekspresji, a poezja stanowi jeden z jej najgłębszych wymiarów (Stupin-Rzońca, 1997, s. 4-5). **Poezjowanie**, którym proponuję określać jej uprawianie, ale i czytanie, ułatwia nam dotarcie do naszego **człowieka wewnętrznego**, o którym pisał Mistrz Eckhart. Przypomnijmy jego słowa: „W każdym z nas istnieje dwóch ludzi. Jeden zwie się «człowiekiem zewnętrznym» – jest to życie zmysłowe. Temu człowiekowi służy pięć zmysłów, działa on jednak z mocą pochodzącą od duszy. Drugi nazywa się «człowiekiem wewnętrznym» – jest to jego życie duchowe” (Mistrz Eckhart, 1987, s. 160). Bywa że **człowiek wewnętrzny** jest zaniedbany i zdominowany przez **człowieka zewnętrznego**, **skupionego** na tym, co **tu i teraz**, na efektywności, skuteczności i przyjemności. **Tłamszenie człowieka wewnętrznego** zwykle jest katastrofalne w skutkach, gdyż zawsze dopomina się on o swoją **obecność**, w takiej czy innej formie.

Pierwsza monografia na temat **poezjoterapii**, *Poetry therapy*, ukazała się w 1969 roku (Leedy, 1969). W pracy tej poezja **rozumiana** jest jako sposób dotarcia do głębi siebie. Jest potraktowana jako wysublimowana forma

potrafiąca **komunikować** to, co jest niedostępne dla innych form porozumiewania się. W latach 50. XX wieku w Nowym Jorku powołano do życia stowarzyszenie Poetry Therapy Association, które organizowało konferencje z zakresu **poezjoterapii** oraz wydawało własne czasopismo (Stańczak, 1979, s. 277). W Polsce prac z zakresu **poezjoterapii** jest niewiele, zwykle poświęcone są jej pojedyncze rozdziały w pracach zbiorowych dotyczących biblioterapii bądź też arteterapii.

Już u Platona odnajdziemy słowa odnoszące się do słuchaczy poezji: „Ogarnia ich trwoga i litość, a przez powodzenie i niepowodzenie w obcych sprawach i osobach, dusza przeżywa coś własnego. Ten wpływ poezji, w ogóle słowa (logos) na duszę porównał Gorgiasz z działaniem lekarstw oczyszczających ciało” (Sinko, 1939, s. XX). W starożytnej Grecji dużą wagę przywiązywano do sokratejskiego „Poznaj samego siebie”, a autentyczne, nieudawane odkrywanie siebie stanowiło kluczowy wymiar *poiesis*, rozumianej jako tworzenie za pomocą słów.

Starorzymska sentencja głosiła *Poetis omnia licet dicere – Poetom wolno mówić wszystko*, i rzeczywiście, w wierszu łatwiej wypowiedzieć niewygodne **prawdy**, ostrzec, poddać krytyce, łatwiej artykułować to, co skrywane i **bolesne**. Trudno obrażać się na poetę, że ciska słowami, uzmysławia niełatwe, a poetycka forma, w jaką je ubiera, czyni je łatwiej akceptowalnymi. Poetom poezja pozwala przemieścić własne **emocje**, zbudować z nich figurę **bohatera** i odseparować od siebie, czytającemu zaś ułatwia **wgląd w siebie** i **rozumienie**.

Poezję możemy **rozumieć** jako werbalizację **egzystencjalnego bólu**, **wzruszenia**, **cierpienia**. Forma wiersza pozwala **współodczuwać** i **rozumieć doświadczenie Innego**, ułatwia **ważny wgląd w siebie**, pozwala odkrywać to, co przykryte, i przekraczać własne ograniczenia. Zdaniem Wity Szulc **terapeutyczna** rola poezji opiera się na „szczególnie bliskim kontakcie, jaki powstaje między wierszem a czytelnikiem, symbolicie i ogromnym ładunku emocjonalnym utworów poetyckich oraz biologicznej sile rytmu. Magia poezji polega na jednoznacznym działaniu uczucia, myśli i rytmu. Poezja bywa określana jako najkrótsza droga emocjonalna między pisarzem a czytelnikiem. Refleksyjne wiersze, poruszające problemy sensu życia, oddziałują również na sferę intelektualną. Doprowadzają pacjentów do konstruktywnych sądów na temat doświadczeń życiowych, w których doznali porażek, oraz określenia swoich poglądów” (Szulc, 1994, s. 49). Wielowymiarowość i niejednoznaczność poezji, posiłkowanie się metaforą i swobodnymi skojarzeniami,

odślania w trakcie jej lektury to, co zwykle bywa przez nas pomijane. Zdarza się, że w **myśleniu** o czymś wpadamy w koleiny, nie potrafiąc wyzwolić się z negatywnego **myślenia** o jakimś zdarzeniu czy **osobach**. Poezja pozwala spojrzeć na to samo zdarzenie inaczej. Poprzez rozwijanie **wyobraźni** może wpływać na zmianę negatywnego obrazu siebie, pomaga oddalać złe **emocje**, modyfikować je.

Każdy czyta wiersz w sposób właściwy sobie. Własne **doświadczenia**, **przeżycia**, **emocje** nakładają się na to, w jaki sposób odcytujemy i interpretujemy dany tekst. Istotną rolę w procesie obcowania z poezją odgrywają własne skojarzenia, ponieważ przedmiotem odbioru nie jest fizycznie istniejący obiekt, jak to ma miejsce w przypadku recepcji innych dzieł sztuki: rzeźb, obrazów czy filmów. Dlatego też konkretyzacja wiersza dokonuje się wyłącznie w **umyśle** odbiorcy (Czernianin, 2008). To odbiorca uzupełnia, albo inaczej ujmując, dopowiada luki, białe plamy i niejednoznaczności własnymi **emocjami** i przekonaniami. Proces ten ma charakter dwuwymiarowy, gdyż czytający zwykle poddaje się **emocjom** i nastrojom panującym w wierszu, ale także sam nadbudowuje w nim własne treści.

Sherry Reiter, wykorzystująca w **terapii** poezję, zwraca uwagę, iż zwykle na stres reagujemy buntem, **ucieczką** albo inercją (Reiter, 2009, s. 12). Jej zdaniem istnieje jeszcze inna, twórcza droga radzenia sobie z **kryzysem**, a jest nią pisanie, które przynosi ukojenie i wyzwala. Oczywiście podobny efekt może dać malowanie obrazów, komponowanie **muzyki**, tworzenie rzeźb i inne **formy artystycznej kreacji**.

Biblioterapeuci są zdania, że słowo, które potrafi leczyć **duś**, radzić sobie z **trudnymi doświadczeniami**, może także odgrywać ważną rolę w leczeniu chorób somatycznych. Zwykle badacze mają na myśli **trwałe** i głębokie oddziaływanie słowa (Trznadłowski, 1990, s. 53), które potrafi wykraczać poza aktualność. Aby docenić, jak ważne są przekonania jednostki na temat samej siebie i swojego stanu **zdrowia**, wystarczy sobie **uświadomić**, jak istotną rolę w procesie **zdrowienia** odgrywa samo przeświadczenie o powodzeniu leczenia, bez którego proces **zdrowienia** jest trudny. Z jednej strony słowa bywają **raniące**, kaleczące, zasmucające, z drugiej strony dodają otuchy, **wspierają**, stają się plasterkiem na **rany**. Wita Szulc zaleca **poezjoterapię** wykorzystywać do poprawy obrazu własnej **osoby**, lepszego **rozumienia** siebie i innych, zwiększenia **szacunku** do siebie, poszerzenia własnej perspektywy, ulżenia sobie w różnych **doświadczeniach**, które wydają się nam

jednostkowe, niepowtarzalne. Poezja **uświadamia**, jak wiele **osób** zмага się z podobnymi **problemami**, czasami podpowiada, w jaki sposób można sobie z nimi radzić (Szulc, 2000). Chociaż jak pisał Szulakiewicz, „Poezja nie wyjaśnia, nie proponuje, lecz pochyla się nad misterium świata, jest głosem jednostki adresowanym do innej jednostki” (Szulakiewicz, 2008, s. 25), to od jednostki zależy, w jaki sposób ten głos odczyta.

**Poezjoterapia** analogicznie jak inne formy **terapii** może mieć charakter czynny (tworzenie wierszy), ale także charakter bierny (czytanie i **słuchanie** wierszy). Sam proces **terapii** zwykle dzieli się na trzy fazy. Pierwszą z nich jest *identyfikacja*, która oferuje **osobie terapeutyzowanej** dostęp do **przeżycia** zastępczego, co pozwala **mówić** o swoich **uczuciach**, tak jakbyśmy **mówili** o innej **osobie**. Identyfikacja z postaciami literackimi pozwala na **rozpoznanie** u nich swoich **emocji**, ekspresję homoniczności (współjedności), ale także np. przyjemności z dostrzeżenia własnego podobieństwa do **bohatera**. W drugim etapie – *katharsis*, następuje odreagowanie napięcia, **odczucie** ulgi, zwykle poprzez **emocje** dostrzeżone u **bohatera**. *Katharsis* uwalnia nas od afektów, usuwa zbędne warstwy i osady z **duszy** (Szczeklik, 2003, s. 79), a metoda katarsyczna stosowana w **poezjoterapii** za sprawą swobodnych i nieskrępowanych wypowiedzi ułatwia autentyczny **wgląd w siebie**. Trzecia faza – *wgląd*, pozwala na odkrywanie i pogłębianie własnego **świata**, **rozumienie** siebie, dzięki **kontaktowi** z utworem literackim (Tomasik, 1997, s. 84).

Poezja niesie ze sobą istotną **wartość** nie tylko dzięki oferowanym przez nią **przeżyciom** estetycznym, **wzruszeniom**, ale także dzięki jej **możliwościom** autoterapeutycznym. **Autoterapię** możemy **rozumieć** jako „świadome i celowe stosowanie określonych środków psychicznych wobec samego siebie w celu wywołania we własnej osobowości określonych pozytywnych zmian” (Siek, 1985, s. 8). **Autoterapeutyczna** rola poezji polega głównie na tym, że konfrontuje nas ona z tymi samymi **problemami**, z którymi się zmagamy, choć ukazuje je w nieco innej perspektywie, co pozwala w odmienny sposób spojrzeć na własne **doświadczenie**. Ważnym słowem kluczem jest **dystans**, gdyż to właśnie on działa na nas **autoterapeutycznie**.

Izabela Ślęzak w pracy *Stawanie się poetą. Analiza interakcjonistyczno-symboliczna* analizując biograficzne ścieżki poetów i proces ich konstytuowania, zwraca uwagę, iż pisanie wierszy często jest motywowane właśnie aspektami **terapeutycznymi** (Ślęzak, 2009, s. 64). Spięcie **emocji** w formie wiersza wymusza na autorze **dystans** wobec opisywanych wydarzeń,



a powracanie do zapisanych **przeżyć** pozwala lepiej **poznać** i **rozumieć** samego siebie. Zdaniem socjolożki poezja jest formą **rozmowy** z samym sobą, zapisem **dialogów wewnętrznych**, a tym samym staje się **przestrzenią** przepracowywania własnej biografii.

Jak zauważa Dariusz Kubinowski, we współczesnej humanistyce coraz częściej spotkać możemy „niekonwencjonalne pisarstwo, metodologie synergiczne (lokujące się między nauką, humanistyką, sztuką, etyką i działaniem), artystyczne reprezentacje danych empirycznych, a nawet poezję naukową i powieść metodologiczną czy alternatywne formy raportów badawczych w postaci tekstów multimedialnych i hipermedialnych” (Kubinowski, 2010, s. 172). Szczególną rolę do odegrania wydaje się mieć poezja, która potrafi trafniej odzwierciedlać i obrazować **świat**, a tym samym silniej oddziaływać na **człowieka** niż hermetyczne, dla wielu enigmatyczne teksty naukowe, zwykle adresowane do wąskiego grona uczonych. Niech pointą naszych rozważań stanie się wiersz mojego autorstwa *Ile potrafi bezsilna poezja*, zostawiając czytelnika z przekonaniem, że potrafi i może więcej, niż mu się wydaje.

#### ILE POTRAFI BEZSILNA POEZJA

Ile potrafi bezsilna poezja  
w której siłę nikt nie wierzy  
z której śmieją się i drwią  
bo za słaba do żelbetonowego świata

Ile potrafi wątła poezja  
co ledwie na nogach stoi  
nie potrafi oprzeć się światu  
więc tylko trąca liście i trąca sumienia

Ile potrafi krucha poezja  
co z okruchów chleb  
co sypie się w drobny mak  
lecz kruszy żelbetonowe sumienia

Ile potrafi pokurczone słowo  
co rośnie z człowiekiem dzień za dniem

Ogromny postęp **nauki** nie przyniósł ze sobą rozwiązania **wszystkich problemów człowieka** i egzystencjalnych bolączek. W konfrontacji z wieloma **doświadczeniami** jednostki **nauka** nadal pozostaje bezradna, tym samym zostawiając **człowieka** osamotnionym wobec **pytań**, z którymi zmuszony jest się mierzyć. Zracjonalizowany dyskurs **naukowy**, **walka** o prymat jednej teorii nad drugą, gubi po drodze istotę – **człowieka**. Nauki społeczne i humanistyczne, które z zasady powinny być najbliżej **człowieka**, zaabsorbowane utrzymaniem własnego *status quo* tracą go z horyzontu. Tam, gdzie **nauka** staje się bezradna, z **pomocą** przychodzi poezja, która choć przez wielu odbierana jako słaba, bezsilna, o niewielkiej **mocy** sprawczej, potrafi rozsądzać system od środka i być realnym **wsparciem** dla pogrążonych w beznadziei.

## BIBLIOGRAFIA

- Barańczak S. (1996). *O pisaniu wierszy*. W: tenże, *Poezja i duch Uogólnienia. Wybór esejów 1970-1995*. Kraków: Znak.
- Beil B. (2000). *Dziecko grzeczne i niegrzeczne. Dlaczego dziecku potrzebne są wartości?* Tłum. A. Czarnocki. Warszawa: Instytut Wydawniczy Pax.
- Bronfenbrenner U. (1970). *Czynniki społeczne w rozwoju osobowości*. „Psychologia Wychowawcza”, nr 1.
- Burke K. (1976). *Literature as equipment for living*. W: T.W. Hatten (ed.), *Drama: Principles and Plays*. New York.
- Burzyńska A., Markowski M.P. (2006). *Teorie literatury XX wieku. Podręcznik*. Kraków: Znak.
- Cywiński A. (2022). *List (głównie) o wojnie z perspektywy dziecka w poezji Anny Świrszczyńskiej – kontekst pedagogiczny*. W: M. Paluch (red.), *Lekcje pokoju w czasie (po)wojennym*. Kraków: Oficyna Wydawnicza „Impuls”.
- Czermińska M. (1992). *Interpretacja tekstu poetyckiego w szkole jako dialog*. W: J. Rutkowiak (red.), *Pytanie, dialog, wychowanie*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Czernianin W. (2008). *Przeżycie estetyczne jako kluczowe pojęcie w biblioterapii – na przykładzie poglądów Romana Ingardena*. W: tenże, *Teoretyczne podstawy biblioterapii*. Wrocław: Wydawnictwo Atut.
- Dudek W. (1999). *Słowo wstępne*. W: J. Karpowicz (red.), *Psychologia literatury. Zaproszenie do interpretacji*. Warszawa: Eneteia.
- Dudzikowa M. (1978). *Wychowanie w toku procesu lekcyjnego*. Warszawa: Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne.

- Frycie S., Ziółkowska-Sobecka M. (1998). *Kształcenie literackie w okresie wczesnoszkolnym*. Warszawa: Wydawnictwo WSP TWP.
- Gadamer H.G. (2000). *Sztuka i naśladownictwo*. W: tenże, *Rozum, słowo, dzieje. Szkice wybrane*. Tłum. M. Łukasiewicz. Warszawa: PIW.
- Głowiński M., Kostkiewiczowa T., Okopień-Sławińska A., Sławiński J. (1976). *Słownik terminów literackich*. Wrocław: Wydawnictwo Ossolineum.
- Heidegger M. (2004). *W drodze do języka*. Tłum. J. Mizera. Warszawa.
- Hulek A. (1973). *Przedmowa*. W: K. Krzemińska, *Literatura piękna a zdrowie psychiczne*. Warszawa: Wyd. PZWL.
- Ingarden R. (1966). *Przeżycie, dzieło, wartość*. Kraków: Wydawnictwo Literackie.
- Jung C.G. (1981). *Archetypy i symbole. Pisma wybrane*. Tłum. J. Prokopiuk. Warszawa: Czytelnik.
- Kielar M. (1989). *Dziecko jako odbiorca literatury*. W: B. Żurakowski (red.), *Miejsce dziecka w komunikacji literackiej*. Warszawa–Poznań: PWN.
- Krzyńska S. (2013). *Aksjologiczne i terapeutyczne konteksty recepcji poezji dla dzieci. Przykład modelowania matematycznego wierszy dla dzieci w wieku wczesnoszkolnym*. Poznań: UAM.
- Kubinowski D. (2010). *Naukowa eksterminacja humanistów*. W: M. Jaworska-Witkowska, L. Witkowski (red.), *Pedagogika i zarządzanie edukacją i rozwojem. W perspektywie troski o uniwersytet i kulturę humanistyczną*. Toruń: Wydawnictwo Adam Marszałek.
- Kulawik A. (1997). *Poetyka. Wstęp do teorii dzieła literackiego*. Kraków: Antykwa.
- Leedy J.J. (1969). *Poetry therapy*. Philadelphia: J.B. Lippincott Co.
- Leśmian B. (1959). *Szkice literackie*. Warszawa: PIW.
- Longo P.J. (2002). *Poezja jako terapia*. Tłum. M. Bojarun. „Biblioterapeuta. Kwartalnik Polskiego Towarzystwa Biblioterapeutycznego”, nr 2.
- Mistrz Eckhart (1987). *Traktaty. Pouczenie duchowe – Księga Boskich pocieszeń – O człowieku szlachetnym – O odosobnieniu*. Tłum. i oprac. W. Szymona OP. Poznań: Wydawnictwo W Drodze.
- Napiórkowski M. (2014). *Upamiętnienie*. W: M. Saryusz-Wolska, R. Traba, J. Kalicka (red.), *Modi memorandi. Leksykon kultury pamięci*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Norwid C.K. (1973). *Promethidion*. W: tenże, *Pisma wierszem i prozą*, wybrał i wstępem opatrzył J.W. Gomulicki. Warszawa: PIW.
- Papuzińska J. (1982). *Współczesne problemy książki i czytelnictwa*. W: S. Frycie, I. Kaniowska-Lewańska (red.), *Kultura literacka w przedszkolu*, cz. 1. Warszawa: WSiP.
- Poincaré H. (1911). *Nauka i metoda*. Tłum. M. Horwitz. Warszawa: G. Centnerszwer i S-ka.
- Przyboś J. (1959). *Linia i gwar*, t. II. Kraków: Wydawnictwo Literackie.

- Reiter S. (2009). *Writing Away the Demons: Stories of Creative Coping Through Transformative Writing*. St. Cloud.
- Sinko T. (1939). *Wstęp*. W: *Trzy poetyki klasyczne. Arystoteles. Horacy, Pseudo-Longinos*. Lwów: Wydawnictwo Zakładu Narodowego im. Ossolińskich.
- Stańczak T. (1979). *Metody biblioterapii*. „Szpitalnictwo Polskie”, nr 23 (6).
- Stupin-Rzońca A. (1997). *Przesłanie nadziei. Antologia twórczości literackiej osób niepełnosprawnych ruchowo*, cz. I: *Poezja*. Warszawa: Wyższa Szkoła Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej.
- Szczeklik A. (2003). *Katharsis*. Kraków: Znak.
- Szulakiewicz M. (2008). *Poezja i filozofia – o otwieraniu świata*. W: J. Banaszak, W. Trzeciakowski (red.), *Religijne inspiracje Lieberta, Bąka, Brandstaettera i Wojtyły*. Bydgoszcz: Wydawnictwo Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego.
- Szulc W. (1994). *Kulturoterapia. Wykorzystanie sztuki i działalności kulturalno-oświatowej w lecznictwie*. Poznań: Wydawnictwa Uczelniane AM.
- Szulc W. (2011). *Biblioterapia z Internetu*. „Poradnik Bibliotekarza”, nr 11.
- Ślęzak I. (2009). *Stawanie się poetą. Analiza interakcjonistyczno-symboliczna*. „Przeгляд Socjologii Jakościowej”, t. I, nr 1.
- Tagore R. (1999). *Poezje*. Tłum. J. Kasprówic. Toruń: C&T.
- Tomasik E. (1997). *Biblioterapia jako jedna z metod pedagogiki specjalnej*. W: E. Tomasiak (red.), *Wybrane zagadnienia z pedagogiki specjalnej*. Warszawa: Wyższa Szkoła Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej.
- Trznadłowski J. (1990). *Biblioterapia – złudzenia i nadzieje*. „Arteterapia. Zeszyty Naukowe Akademii Muzycznej we Wrocławiu”, nr 52.
- Wolynn M. (2017). *Nie zaczęło się od ciebie. Jak dziedziczona trauma wpływa na to, kim jesteśmy i jak zakończyć ten proces*. Warszawa: Wydawnictwo Czarna Owca.
- Wood D. (1995). *Społeczne interakcje jako tutoring*. W: A. Brzezińska, G. Lutomski, B. Smykowski (red.), *Dziecko wśród rówieśników i dorosłych*. Poznań: Wydawnictwo Zysk i S-ka.