

Teresa Olearczyk

Człowiek wyrasta z ciszy

Analiza pedagogiczna

**Wydawnictwo Naukowe
Uniwersytetu Ignatianum w Krakowie**

Kraków 2025

Spis treści

Wprowadzenie	7
Rozdział 1. Cisza i metafora drzewa	17
1.1. Drzewo i jego symbolika	21
1.2. Cisza <i>versus</i> hałas	33
1.3. Współczesne rozumienie ciszy i kultury ciszy	37
Rozdział 2. Podmiotowe ujęcie rozwoju człowieka (gleba i korzenie drzewa)	41
2.1. Gleba i otoczenie	43
2.2. Osobowość: od czego zależy?	45
2.3. Dziedziczenie i temperament	48
2.4. Cisza w okresie prenatalnym i postnatalnym	56
2.5. Wyciszenie w okresie postnatalnym	63
2.6. Osobowość i charakter	64
2.7. Moralność	69
2.8. Duchowość	69
2.9. Naukowe zainteresowania duchowością dawniej i dziś	77
2.10. Rola wrażliwości duchowej w życiu człowieka	82
Rozdział 3. Społeczne i przedmiotowe źródła rozwoju człowieka (pień drzewa)	89
3.1. Rodzina jako środowisko wzrostu człowieka	91
3.2. Edukacyjne, kulturowe i medialne (wirtualne) środowiska wychowawcze	98
3.2.1. Edukacja i kultura	100
3.2.2. Sztuka	105
3.2.3. Media elektroniczne	106
3.3. Przyroda – naturalne środowisko życia człowieka	110
Rozdział 4. Środki wspomagające wychowanie do ciszy (rozwój pnia drzewa)	113
4.1. Antropologiczny aspekt ciszy	115
4.2. Środki psychologiczne	117

4.3. Środki pedagogiczne	120
4.3.1. Koncepcja wychowania według teorii rozwoju psychospołecznego Erika Eriksona	120
4.3.2. Pedagogiczna koncepcja wychowania Rudolfa Steinera	123
4.3.3. Janusz Korczak – przykłady praktyk pedagogicznych z wykorzystaniem ciszy	129
4.4. Środki etyczne	131
4.5. Środki duchowo-religijne	135
Rozdział 5. Implikacje wychowania do ciszy dla rozwoju osobowego (gałęzie, korona)	139
5.1. Korzyści płynące z ciszy	142
5.2. Umiejętność skupienia uwagi	146
5.3. Budowanie kultury wspólnotowości	148
5.4. Kształtowanie osobowości	150
5.5. Formowanie dojrzałości duchowej	154
5.6. Akceptacja wartości	155
5.7. Profilaktyka zachowań antyspołecznych	157
Rozdział 6. Elementy wspomagające wykorzystanie ciszy w rozwoju człowieka (od korzeni do korony drzewa)	159
6.1. Koncepcja człowieka i hierarchia potrzeb	162
6.2. Wejście w głębię ciszy	164
6.3. Realizm pedagogiczny nauczyciela	165
6.4. Trzy dobrodziejstwa płynące z ciszy	168
6.5. Cisza jako szansa wzmocnienia komunikacji interpersonalnej i dojrzałości osobowej	170
6.6. Potrzeba ciszy w procesie wychowania	173
6.7. Wnioski dla praktyki wykorzystania ciszy w procesie wychowania	176
Zakończenie	179
Bibliografia	185
Spis ilustracji	204
Indeks osób	205
Summary: Growing Through Silence: A Pedagogical Analysis	209

Wprowadzenie

Cisza jest najlepszym pedagogiem/nauczycielem – nie potrzebuje standardów, programów, reform – a uczy myślenia, refleksji, komunikacji ze swoim wewnętrznym Ja i z Bogiem.

T. Olearczyk

Codziennosc współczesnego człowieka nieodłącznie wiąże się z hałasem, pośpiechem i stresem. Każdego dnia odbieramy mnóstwo informacji z radia, telewizji, internetu, co staje się coraz trudniejsze dla mózgu, który w trakcie ewolucyjnej historii raczej przybliżał się do myślenia w ciszy i wsłuchiwania się w odgłosy przyrody. Celem niniejszej monografii jest przypomnienie znaczenia ciszy i wskazanie jej wartości. Prawidłowe zrozumienie działania ciszy, tj. sposobu, w jaki prowadzi ona do konstrukcji wewnętrznego modelu rzeczywistości (Anusiewicz 1999), daje człowiekowi szansę na jej przyjęcie i wykorzystanie w procesie rozwoju i wychowania. Cisza to symbol wewnętrznego spokoju i refleksji, pozwala ona człowiekowi na pogłębienie zrozumienia siebie. Wymaga to jednak wiedzy pochodzącej z różnych dyscyplin naukowych: wiedzy o samym człowieku i jego życiu, informacji o rzeczywistej konstrukcji i potrzebach mózgu, układu nerwowego, organizacji struktur mózgu na poziomie neuronowym, wiedzy o reakcjach zachodzących w neuronach, także o skutkach hałasu dla mózgu i systemu nerwowego.

Antropologia filozoficzna podejmuje kwestie związane z naturą człowieka oraz z wynikającą z tej natury ludzką działalnością, zajmuje się wyjaśnianiem miejsca człowieka we wszechświecie i oraz poszukuje odpowiedzi na to, co jest celem jego życia. Niestety współcześnie brakuje miejsca na klasyczną antropologię, za to pogłębia się daleko posunięty irracjonalizm, skutkujący niemal zupełną rezygnacją z prób formułowania uniwersalnej prawdy (Majcherek 2004). Odrzucając prawdę o człowieku, usuwa się także na margines badań fundamentalne pytania o cel i sens ludzkiej egzystencji, o istotę człowieczeństwa oraz warunki wspierające jego prawidłowy rozwój (Chrost 2013: 84). Obecna kultura, preferująca szybkość, naskórkowość, emocjonalność, usuwa sens racjonalnych debat w dochodzeniu do prawdy, co skutkuje wszechobecnym chaosem.

Ponowoczesna cywilizacja, mimo że prezentuje się jako ukierunkowana na człowieka, stanowi potężne zagrożenie dla jego godności i dojrzałości¹. Próbuje wyeliminować każdą niemal myśl nawiązującą do natury człowieka i jego godności. Współczesny człowiek, uwikłany w sieć licznych relacji i wszechobecnej komunikacji, gubi się w nadmiarze bodźców i doznań. Choć wydaje się mu, że żyje w ciągłym kontakcie z innymi, to tak naprawdę doświadcza samotności, czuje się odizolowany od innych ludzi (Olearczyk 2022b: 295–315; Gajda 2003). Głęboko wypaczony antropocentryzm prowadzi

1 Zygmunt Bauman w książce o znaczącym tytule *Ponowoczesność jako źródło cierpienia* (oryg. *Postmodernity and Its Discontents*, Cambridge 1997) ukazuje dobitnie ciemną stronę wolności bazującej na rozmyciu znaczeń, tj. na tym, czym w istocie jest relatywizm: „Bóle, rozterki, zgryzoty typowe dla ponowoczesnego świata łączą się w społeczeństwie, które oferuje ekspansję wolności osobistej w zamian za kurczenie się zakresu bezpieczeństwa jednostkowego losu. Zgryzoty ponowoczesne rodzą się z wolności, nie z ucisku” (Bauman 2000: 15).

człowieka do równie wypaczonego stylu życia w ciągłym biegu i poszukiwaniu doznań. W konsekwencji człowiek nie wie, jak odszukać prawdę o sobie i odwołuje się do różnorodnych ideologii. Dlatego potrzebuje powrotu do antropologii personalistycznej, przedstawiającej prawdę o istocie i przeznaczeniu człowieka, w tym do poszukiwania w rzeczywistości ponowoczesnej szansy na ciszę.

W ostatnim czasie pojawiło się wiele interesujących opracowań naukowych dotyczących zagadnienia ciszy. Problematyka ta była podejmowana m.in. przez: Teresę Paszkowską (2020) w publikacji *Silentium. Polisemiczna wartość i sprawność*, Susan Cain (2019) w książce *Ciszej proszę... Siła introwersji w świecie, który nie może przestać gadać*, oraz Małgorzatę Wójcik i Rafała Żaka (2017) w pracy *Cisza*. Termin „cisza” powoli wraca do literatury przedmiotu jako określenie sytuacji psychologicznej lub społecznej. Istnieje wiele definicji, klasyfikacji i hierarchizacji ciszy. Często definiuje się ciszę jako pewien proces powstający pod wpływem braku równowagi wewnętrznej (fizjologicznej lub psychicznej). Cisza ukierunkowuje człowieka na wykonanie działań, które przywracają organizmowi równowagę. Cisza jest wpisana w ludzką kondycję, jest integralną częścią ludzkiego życia, jest niezbędną, aczkolwiek długotrwałą, trwająca wbrew woli człowieka, może być równie niebezpieczna jak nadmierny hałas.

Do szerszego spojrzenia na człowieka jako „przedmiot” badań naukowych współczesnej psychologii niewątpliwie przyczyniły się prace psychologów humanistycznych (głównie Abrahama Masłowa, Rollo Maya i Carla Rogersa) inspirowane filozofią egzystencjalną. Uwrażliwiły one badaczy akademickich na problematykę dotyczącą subiektywnego, przeżyciowego świata. Nie ulega jednak wątpliwości, że odwołanie do indywidualności człowieka niesie wprawdzie ze sobą różne pozytywne skutki, na przykład zachęcając do aktywności, dynamizmu i rozwoju swojego potencjału, ale zbyt egoistyczna

jej interpretacja może także prowadzić do niepożądanych następstw, szczególnie w odniesieniu do relacji małżeńskich czy rodzinnych (Luber 2008: 69; Castells 2009: 135–143). W konsekwencji wielu ludzi przyjmuje postawę zamknięcia na wszelkie wspólnoty, w tym małżeńską oraz rodzinną.

W przeciwieństwie do indywidualizmu w personalizmie człowiek jest postrzegany jako jedyny byt, który spełnia się ostatecznie jako osoba (Gałkowski 1996: 62; Kmiecik-Baran 1988: 1081–1095; Jaroszyński 2007: 473–486), sam posiada siebie i nad sobą panuje, sam za siebie i przed sobą odpowiada. Odniesienie człowieka do świata ma wymiar przyrodniczy, fizyczny i zmysłowy, jednak przez swoją rozumność, relacyjność i samostanowienie oparte na refleksji człowiek ma również wymiar duchowy, pozostaje istotą zdolną do transcendowania – ze względów moralnych – zarówno społeczeństwa, jak i samego siebie (Kowalczyk 1990: 20–49; Osewska 2020). Nie mała wszakże grupa psychologów i pedagogów posługuje się pojęciem osoby w znaczeniu podstawowym, nawiązując wprost i otwarcie do tradycji filozoficznej, w tym głównie do myśli egzystencjalnej i personalistycznej (Gałdowa 1990; Opoczyńska 1999; Przesmycka-Kamińska 1990; Straś-Romanowska 1992).

We współczesnej literaturze psychologicznej można się spotkać także z innym, węższym sposobem ujmowania problematyki rozwoju człowieka definiowanego jako osoba. Chodzi o rozwój w wymiarze podmiotowym (*personal being* – Harré 1986), który jest określany jako rozwój osobowy (Gałdowa 1990), rozwój duchowy (*spiritual development* – Atchley 1997) czy rozwój moralny (*moral order development* – Harré 1986). W tej publikacji zostanie podjęta refleksja nad relacją znaczeniową dwóch pojęć: (1) rozwoju człowieka (osoby), (2) ciszy i jej znaczenia dla rozwoju osobowego. W przedstawionych rozważaniach odwoływać się będą głównie do założeń antropologii filozoficznej, uwzględniając przede wszystkim poglądy reprezentatywne dla filozofii personalistycznej.

Moją główną intencją jest zwrócenie uwagi na aspekty antropologiczne (Osewska 2020), które zdają się ważne i inspirowane w poszukiwaniu jak najpełniejszego obrazu człowieka, uwzględniającego jego wielowymiarowość i jakościową różnorodność, a które mogą okazać się pomocne w głębszym zrozumieniu fenomenu ciszy, a przy tym totalności i integralności ludzkiego rozwoju.

We współczesnej rzeczywistości wychowawczej funkcjonuje wiele systemów i modeli wychowawczych, przy czym niektóre z nich konkurują ze sobą². Sytuacja ta generuje subiektywizm i relatywizm moralny, powodując zagubienie i kryzys osoby – szczególnie młodej, szukającej swojej specyfiki i miejsca w świecie (Sztaba 2016: 245–246). Dodatkowo wszechpanująca liberalna ekonomia, której zasady (m.in. rywalizacja i maksymalizacja zysku – tzw. logika rynku) przenoszone są na relacje międzyludzkie, prowadzi m.in. do utylitarystycznego traktowania drugiej osoby. Z kolei zanurzenie w świat wirtualny skutkuje zanikiem zwyczajnych, bezpośrednich relacji. Dlatego współczesne społeczeństwa potrzebują komunikacji personalnej i kultury moralnej³, która kształtowałaby autentyczne

-
- 2 Zarys teorii rozwoju człowieka pozwala dostrzec złożoność psychiki ludzkiej oraz wieloaspektowość tak procesów odkrywania, jak i kształtowania osobowości. Redukcjonizm w rozumieniu tych zagadnień jest zawsze szkodliwy, dlatego też należy z badawczą ostrożnością podchodzić do każdej z wybranych teorii – żadna z nich nie może bowiem rościć sobie prawa do posiadania właściwej, ostatecznie opracowanej naukowo wiedzy o człowieku. Wydaje się wobec tego, że należy uskutecznić podejście integralnie, holistycznie i wieloaspektowe do badanego podmiotu, co jest również celem podejścia pedagogicznego promowanego w niniejszym opracowaniu.
 - 3 „Kultura moralna” – to termin, który należy rozumieć jako część składową kultury danego społeczeństwa, przejawiającą się w świadomości moralnej i umiejętności realizacji obowiązujących norm i wartości moralnych.

relacje osoby odnośnie do samej siebie i innych ludzi, a także do otaczającej ją rzeczywistości (Rodziński 1999).

Począwszy od lat 90. XX wieku wokół problematyki związanej z ciszą zaczęło powstawać interdyscyplinarne pole naukowej debaty, którego celem stał się nie tylko opis, ale także formułowanie praktycznych zaleceń dla nauczycieli i psychologów. Literatura bogata jest w opisy instrumentów badań o charakterze porównawczym. Współcześni badacze wskazują na wzrastającą potrzebę kultury ciszy, która jest niezwykle pomocna w odkrywaniu zrębów kultury moralnej oraz w tworzeniu autentycznych relacji międzyludzkich (Rodziński 2011).

W niniejszej książce wykorzystywane są również różne aspekty symboliki drzewa i zakorzenienia. Rozwój człowieka i proces jego wychowania jest więc osadzony obrazowo i metaforycznie w symbolach powiązanych z drzewem, co należy do pewnej tradycji porządkowania myśli oraz łączenia faktów w ich wzajemnym wpływie.

Nakreślenie celów badań pozwala na sformułowanie problemów badawczych. Zostały one wyrażone pytaniami. Główny problem badawczy brzmi: Jakie jest znaczenie ciszy w procesie wychowania i wzrastania jednostki?

Główny problem zostaje doprecyzowany przez szereg następujących pytań szczegółowych: Co pomaga człowiekowi w jego rozwoju? Jakie znaczenie ma drzewo jako metafora życia człowieka? Jakie znaczenie ma cisza dla integralnego wychowania człowieka? Jakie są podmiotowe źródła ciszy? Od czego zależy osobowość, temperament? Jakie znaczenie ma cisza w okresie prenatalnym i postnatalnym? Jakie są społeczne i przedmiotowe źródła ciszy? Jakie środowiska wspierają rozwój człowieka i kulturę ciszy? Jakie są implikacje wychowania do ciszy dla rozwoju osobowego człowieka?

Poszukiwanie odpowiedzi na powyższe pytania sformułowane w głównym problemie badawczym oraz doprecyzowane w pytaniach szczegółowych – ze względu na specyfikę poznania

pedagogicznego – winno uwzględniać ich walor praktyczny i normatywny. Sformułowano je w ogólnych kategoriach. Nie zawarto w nich precyzyjnych zależności, ponieważ założono ich wielowymiarową eksplorację. W związku z powyższym zaniechano tworzenia wyartykułowanych hipotez, co wiązało się z „przyjęciem trudnej powinności wzmożonego, szczególnie odpowiedzialnego, krytycznego i twórczego wysiłku w głębokim poznawaniu badanych realiów” (Dziaczkowska 2014: 38).

Aby odpowiedzieć na główny problem badawczy i związane z nim pytania szczegółowe, najpierw zostanie przybliżona istota ciszy oraz jej znaczenie w procesie pogłębiania świadomości samego siebie. Bowiem to w ciszy rodzą się podstawowe pytania egzystencjalne, pytania o świadomość samego siebie, czyli o to, kim jestem, po co żyję. Te trudne pytania powodują, że człowieka nierzadko ucieka od ciszy, od poznawania siebie samego oraz od skutków podejmowanych przez siebie działań. Człowiek swój obraz buduje z detali zbieranych w czasie swojego życia, z rozmaitych wydarzeń, które mają dla niego istotne znaczenie. Dopiero w ciszy ujawnia się konieczność dokonywania „bilansu życia”. W ciszy dokonuje się spotkanie z samym sobą, odkrywanie swojej tożsamości oraz refleksja nad jakością relacji tworzonych z innymi.

Oliver Sacks, wybitny angielski neurolog, w książce *Zobaczyć głos* (1998) ukazuje, jak człowiek radzi sobie z chorobami układu nerwowego. Autor w przystępny sposób opisuje świat ciszy ludzi głuchych, a szczególnie ich wysiłki twórczego adaptowania się do życia z własną ułomnością. Cisza jest zjawiskiem znanym i dostępnym praktycznie każdemu, z drugiej jednak strony jest „obiektem” trudnym do jednoznacznego uchwycenia i prostego opisu, wymykającym się wciąż próbom prostego scharakteryzowania. Dość spojrzeć na szeroki wachlarz stanowisk wobec kwestii obecności i znaczenia ciszy w życiu człowieka. Cisza nie jest rzeczywistością teoretyczną, jakimś abstrakcyjnym konstruktem – jest czymś, co należy

w pierwszym rzędzie do sfery doświadczenia, przeżywania, a to zakłada potrzebę jej uprzedniego zrozumienia. Doświadczenie ciszy odsłania różne elementy istotne dla refleksji pedagogicznej – człowiek jest bowiem osobą stającą się, kształtującą się i kształtowaną (w procesie wychowania jest podmiotem i przedmiotem zarazem). Można już w tym miejscu założyć, że cisza stanowi naturalne *milieu* każdego ludzkiego wzrostu i dojrzewania.

Rozmywanie znaczeń i ponowoczesna „płynność” prowadzą człowieka do sytuacji, w której brak wspólnoty sensu, tj. tzw. „wspólnoty interpretacyjnej”, zagraża istnieniu więzi i komunikacji. Jakkolwiek postęp technologiczny otworzył przed ludźmi nowe możliwości w zakresie porozumiewania się i łączenia w grupy, to nadwyrężone zostało w swoim centrum to, co jest spoiwem i warunkiem nawiązania efektywnego kontaktu, czyli wspólnota w zakresie odczytywania rzeczywistości. Człowiek współczesny jest osamotniony, ponieważ wyczerpał się w swojej uniwersalności ufundowany na podwalinach moralności judeochrześcijańskiej kod kulturowy, który obecnie zastępowany jest kodami innego rodzaju, ugruntowanymi dużo słabiej, np. kodem kultury popularnej. O osamotnieniu ludzi dorastających pisał w tym kontekście m.in. Janusz Mastalski (2007), tytułując rozdział swojej monografii: „W szponach bezsensu” (tamże: 7). Bezsens jest bowiem często dostrzegany w tym miejscu, w którym pojawia się chaos. W tym aspekcie cisza może służyć jako pewne narzędzie w walce o uporządkowanie własnego obrazu świata.

Podjęmę więc próbę wyjaśnienia tego, czym jest i jak funkcjonuje cisza, jakie konsekwencje ma jej brak oraz jej nadmiar. W swoim podejściu do tych zagadnień chcę – na ile to możliwe – całościowo spojrzeć na rolę ciszy z punktu widzenia rozwoju człowieka. Wartość ciszy chcę odczytywać z perspektywy edukacyjnej, tj. z punktu widzenia wartości, które służą właściwemu rozwojowi człowieka. Każde rozumienie treści może

dokonywać się bowiem wyłącznie na odpowiednim tle – cała filozofia dialogu (tak w wydaniu Martina Bubera, jak i Emmanuela Levinasa – zob. Waligóra 2008: 43–66; Drwięga 2019: 66–74; Jędraszewski 1994) podkreśla potrzebę ciszy, która stanowi scenę dla Pytającego, Zapytanego oraz dla padających między nimi pytań (Tischner 2003: 129–130).

We wcześniejszych moich publikacjach omówiłam formy językowe – ciszę i milczenie (Olearczyk 2010) – przynależne do mowy werbalno-gestycznej, które w sposób naturalny wzmacniają porozumienie interpersonalne. Opisałam też doświadczenia ciszy dające się rozpatrywać nie tylko w kontekście językowym, ale osobistym (Olearczyk 2022a). Tym razem przedmiotem podjętych badań jest rozwój, czyli proces, w którym narastające stopniowo zmiany ilościowe doprowadzają do zmian jakościowych – w efekcie czego jednostka przechodzi od jednych form funkcjonowania do innych, z reguły bardziej złożonych.

Przyjęłam, że rozwój życiowy człowieka można zobrazować metaforą drzewa, a zatem w tym kontekście można używać określenia „drzewo życia”. W tym drzewie istotne są podstawowe jego składniki: a) korzenie wyrastające w glebie, b) pień, c) gałęzie, d) korona. Na tych składnikach „drzewa życia” są skoncentrowane moje analizy rozwoju człowieka, ale – co równie ważne – w każdym z tych składników wskazywana jest rola ciszy, kultura ciszy, korzystna rozwojowo rola ciszy. Mając to na uwadze, w zasadniczej części książki wpiern obszernie uzasadniam wybór drzewa i jego symboliki (Rozdział 1: Cisza i metafora drzewa), a w kolejnych rozdziałach – zgodnie z metaforą drzewa – analizuję rozwój człowieka wzbogacony obecnością ciszy: od gleby i korzeni (Rozdział 2: Podmiotowe ujęcie rozwoju człowieka), w początkowej fazie rozwoju pnia (Rozdział 3: Społeczne i przedmiotowe źródła rozwoju człowieka), w procesie dalszego rozwoju pnia (Rozdział 4: Środki wspomagające wychowanie do ciszy), w rozrastaniu się gałęzi

i korony drzewa (Rozdział 5: Implikacje wychowania do ciszy dla rozwoju osobowego). W ostatnim rozdziale (Rozdział 6: Elementy wspomagające wykorzystanie ciszy w rozwoju człowieka) podsumowuję rozważania na temat roli ciszy w rozwoju człowieka.

Podstawowymi źródłami wykorzystanymi w niniejszej publikacji są wyniki moich wcześniejszych poszukiwań badawczych odnoszących się do roli ciszy w procesie wychowania człowieka (Olearczyk 2010, 2014, 2016, 2022a, 2024), ale przede wszystkim analiza treści obszernej literatury (wymienionej w Bibliografii), głównie z zakresu antropologii filozoficznej, psychologii rozwoju człowieka, teorii wychowania oraz z nią związanych pedagogiki społecznej i pedagogiki kultury.

* * *

W tym miejscu pragnę skierować serdeczne podziękowania Recenzentom tej książki: Pani prof. dr hab. Bożenie Sieradzkiej-Baziur za wnikliwą i życzliwą recenzję, Księdzu dr. hab. Markowi Jeziorańskiemu, prof. KUL – za trud włożony w przygotowanie recenzji, naukową przenikliwość oraz za cenne uwagi, które pomogły udoskonalić tekst. Panu prof. dr. hab. Stanisławowi Palce dziękuję za merytoryczne uwagi w recenzji, poświęcony czas na dyskusje i duchowe wsparcie w moich chwilach zwątpienia. Państwa zaangażowanie w nadanie monografii ostatecznego kształtu znacznie wykraczało poza rolę recenzentów. Dzięki licznym i szczegółowym wskazówkom fragmenty tej publikacji zostały doprecyzowane i uzupełnione o kolejne wartościowe treści. Słowa wdzięczności kieruje również do Pana dr. Romana Małeckiego, który koordynował całość procesu wydawniczego.