Rocznik Filozoficzny Ignatianum
The Ignatianum Philosophical Yearbook
Vol. 32, No. 2 (2026), s. 297–302
PL ISSN 2300–1402
RECENZJE

Józef W. Bremer
ORCID: 0000-0001-9664-8896
Uniwersytet Ignatianum w Krakowie

Andrzej Kapusta, *Filozofia jako terapia. Badania nad doświadczeniem transformacji* (Lublin: Wydawnictwo UMCS, 2025), ss. 375. ISBN 978-83-227-9886-7 (rec.)

Współczesne doradztwo filozoficzne ma na celu pomoc w dążeniu do tzw. życia sokratejskiego, tj. życia, które zakłada uczciwą samoocenę i racjonalne badanie przyjmowanych celów – krótko mówiąc: życia poddawanego analizie. Analiza sokratyczna może prowadzić do rozwiązania bieżących problemów lub do wniosku, że wskazana jest głębsza terapia.

Motywacją do podjęcia przez osobę jakiegoś rodzaju terapii jest zazwyczaj konkretny problem, ale także doświadczenie rozproszonego cierpienia lub stan permanentnego niezadowolenia. Jedną z form terapii może być na przykład filozofia, która umożliwia zmianę sposobu życia. Taką zmianę kojarzymy zwykle z pojęciem „transformacji", ponieważ oznacza ona zmianę jednostki, a nie tylko zmianę otoczenia. Transformacja według autora omawianej pozycji „sugeruje bardziej złożony i fundamentalny proces, obejmujący wewnętrzne i zewnętrzne aspekty istnienia jednostki" (s. 9). Tym samym mówienie o transformacji sprowadza się do mówienia o człowieku i jego relacji ze światem – o tym, co może go spotkać, co prowadzi do kryzysu, a także o tym, co otwiera drogę do skutecznej terapii. Radykalna zmiana jest odpowiedzią na zagrożenie kryzysem, niepowodzeniem, dramatycznymi konsekwencjami związanymi

z procesem transformacji. Pokazuje, że kruchość i destabilizacja są wpisane w nasze życie – objawiają się w sytuacjach granicznych i kryzysach egzystencjalnych. Proponowana przez autora w jego *opus magnum* interdyscyplinarna filozofia transformacji jest bliska filozofii psychiatrii oraz spojrzeniu narracyjnemu. Skupia się ona na doświadczeniowym wymiarze transformacji, „zwracając uwagę na zmiany w postrzeganiu siebie, cielesności, temporalności przeżyć oraz ich konsekwencje w relacjach interpersonalnych" (s. 15). Tym samym prowadzi do określenia człowieka jako *homo transformans*.

Omawiana praca Andrzeja Kapusty jest bardzo obszerna. Składa się z dziewięciu rozdziałów, wstępu i zakończenia. Rozdział I *Mapy i horyzonty transformacji* omawia bliżej takie terminy, jak: horyzont zmiany, transformacja osobowa, epistemiczna skromność, fenomenologia transformacyjna, filozofia transformacyjna. Autor korzysta w tym kontekście z pojęcia transformacji osobowej autorstwa Charlesa Taylora, który w pojęciu osoby wskazuje na dwie konkurujące ze sobą perspektywy teoretyczne: naukowo-kognitywną i praktyczno-moralną (hermeneutyczną). Do tej drugiej Kapusta wraca w rozdziale IV, zaznaczając, że wypracowane przez Taylora podejście można przeciwstawić postawie liberalnego indywidualizmu i refleksyjnemu budowaniu tożsamości reprezentowanemu przez Anthony'ego Giddensa (s. 137, 145).

Rozdział II *Transformacja jako przedmiot badań naukowych* traktuje o pojęciu transformacji i psychologii zmiany, podkreślając interdyscyplinarny charakter badań nad transformacją. Uwzględniono w nim kluczowe psychologiczne teorie transformacji, w tym takie pojęcia jak *self-concept* (pojęcia siebie, odnoszące się do pojęcia tożsamości struktury własnej jaźni) oraz Martina Eriksona *possible selves* („możliwe ja" – związane z procesem stawania się kimś w obszarze istotnym dla koncepcji tożsamości własnej osoby w teraźniejszości). Centralnym elementem prowadzonej przez autora analizy jest krytyczna ocena tych teorii. Bardziej holistyczne i fenomenologicznie ukierunkowane badania ludzkiego doświadczenia tożsamości mogą wzbogacić dotychczasowe refleksje, uwzględniając złożoność i dramatyzm ludzkiej egzystencji. Istotnym elementem jest tutaj także możliwość doświadczenia „radykalnej zmiany w kontekście osobistej transcendencji" (s. 103).

W rozdziale III *Rodzaje transformacji* autor omawia najpierw różnorodność doświadczeń transformacyjnych opisanych w literaturze, ukazując ich interdyscyplinarny horyzont badawczy, który obejmuje: psychologię, filozofię, antropologię, socjologię, neurobiologię oraz, jako przykład, konwersję religijną analizowaną w psychologii, filozofii, antropologii i socjologii. W drugiej części tego rozdziału znajdujemy

krytyczne przedstawienie heurystycznych modeli transformacji, z podkreśleniem metody konceptualnej analogii jako narzędzia analitycznego (*reasoning by analogy*).

W rozdziale IV *Od konwersji do autentyczności* Kapusta rozpatruje badania historyczne i koncepcyjne, omawiając najpierw zjawisko konwersji i metanoi, a następnie ich związki z problemem tożsamości, jak jest ona rozumiana we współczesności. Znajduje to uzupełnienie i rozwinięcie w analizach nietzscheańskiej idei „wiecznego powrotu" oraz procesu zmiany i transformacji w terapii Gestalt z jej pięcioma fazami (stagnacji, polaryzacji, dyfuzji, kompresji i ekspansji) jako procesie stawania się sobą i uznawania siebie w całej złożoności wewnętrznych sprzeczności.

W rozdziale V *Doświadczenia transformacyjne w filozoficznej i etycznej perspektywie* autor kładzie nacisk na szeroką gamę doświadczeń transformacyjnych, także na ich nieintencjonalne formy oraz ich wymiar etyczny. Odwołuje się przy tym do filozoficznego wymiaru obecnego w pracy Laurie Ann Paul (*Transformative Experience*, Oxford: Oxford University Press, 2014) z jej koncepcją „radykalnej zmiany" powiązanej ze zmianą samorozumienia, czyli tego, jak pojmujemy samych siebie. W końcowej części tego rozdziału Kapusta podaje bardziej szczegółowe przykłady sytuacji transformacyjnych (doświadczenie śmierci i umierania, tranzycja płciowa). Zwłaszcza proces umierania jest traktowany jako doświadczenie radykalnie zmieniające perspektywę i samoświadomość, niosące ze sobą zarówno cierpienie, jak i możliwość doświadczenia transcendencji. Z punktu widzenia etycznego i fenomenologicznego tranzycja płciowa i umieranie są przykładami doświadczeń transformacyjnych zmieniających życie jednostkowe, a także relacje społeczne i kulturowe.

W rozdziale VI *Doświadczenie transformatywne i „triada sensu"* znajdujemy analizę relacji między narracją a ucieleśnieniem, odwołującą się do „triady sensu": (1) koncepcji i doświadczenia osobowej tożsamości „ja", (2) historii życia oraz (3) osobistej narracji (życie opowiedziane, życie opowiedziane na nowo). Każdy z tych trzech wymiarów ukazuje pewnego rodzaju jedność, ale również zagrożenie dezorganizacji i rozpadu. Kapusta wskazuje na proces wypracowywania nowych znaczeń w optyce transformacyjnej, który obejmuje elementy obcości („poczucie obcości i dezorientacji", „nadwyżka obcości" – Bernhard Waldenfels), niejednoznaczności („podmiot ambiwalentny i niedookreślony") i zaskoczenia, podkreślając znaczenie kryzysów egzystencjalnych w rekonfiguracji sensu. Analizuje zależność pomiędzy cielesnym doświadczeniem a narracją. Jego zdaniem to właśnie spojrzenie fenomenologiczne (Maurice'a Merleau-Ponty'ego i Paula Ricoeura) oferuje kluczowe narzędzia do zrozumienia relacji między tożsamością a narracją w kontekście transformacji.

W rozdziale VII *Narracje, transformacje, zaburzenia* autor omawia krytycznie badania dotyczące dysocjacji tożsamości (wcześniej nazywanej „osobowością wieloraką") i zaburzeń narracji w schizofrenii (rozbicie i rozproszenie narracyjnego centrum jaźni, prowadzące do trudności w usensowieniu własnych doznań i przeżyć podmiotu). Podkreśla przy tym szerokie możliwości interpretacyjne oraz nieoczekiwane zmiany, jakie oferuje język narracji i poszukiwanie tożsamości jako jądra narracyjnego. W tym kontekście na jaw wychodzą trudności w utrzymaniu ciągłości poczucia własnej osoby w zarządzaniu własną sprawczością, co pokazuje zarazem „widmowy" charakter tożsamości osoby. W związku z tym autor proponuje wielowymiarowe ujęcie tożsamości, łączące aspekty narracyjne i nienarracyjne, co ma umożliwić analizę wyzwań i możliwości związanych z radykalnymi przemianami oraz zaburzeniami psychicznymi. „Ostatecznie triada: doświadczenie – narracja – rozumienie oferuje wielowymiarowe ujęcie tożsamości, które obejmuje zarówno narracyjną strukturę, jak i nienarracyjne aspekty ludzkiego życia" (s. 253).

W rozdziale VIII *Doświadczeniowy i egzystencjalny wymiar transformacji* zamieszczono szczegółowe opisy egzystencjalnego i terapeutycznego wymiaru transformacji sensu, odnosząc się do jaspersowskich sytuacji granicznych ujawniających antynomie ludzkiej egzystencji. Według autora „sytuacja graniczna […] niesie ze sobą głęboką zmianą, która ujawnia złożoność i tragiczność ludzkiej egzystencji" (s. 280). W tym kontekście przywołuje także heideggerowską koncepcję „kryzysu egzystencjalnego", który objawia się odcięciem od świata działań praktycznych oraz izolacją od innych osób. Bada również proces transformacji osobowej w kontekście filozofii i terapii fenomenologicznej oraz egzystencjalnej. Tym samym ponownie wybrzmiewa teza o szczególnym znaczeniu dla człowieka doświadczania sytuacji trudnych czy kryzysowych.

W rozdziale IX Homo transformans *i filozofia transformacji* autor proponuje całościowe podejście badawcze, uwzględniające doświadczenie, narrację oraz działanie, z naciskiem na czasowy wymiar doświadczenia i rolę dzikich sensów, które odnajdujemy w późnej twórczości Merleau-Ponty'ego. „«Dziki» sens i «surowa» rzeczywistość manifestują się jako bezpośrednia, nienarzucająca na byt żadnych filtrów, gdzie świat i my, jako doświadczające podmioty, nie jesteśmy jeszcze oddzieleni wyraźnymi granicami kategorii subiektywnych i obiektywnych" (s. 312). Znajdujemy tutaj wieloaspektowe spojrzenie na doświadczenia transformacyjne, które łączy różnorodne podejścia teoretyczne i metodologiczne definiujące człowieka jako *homo transformans*. „Filozofia transformacji proponuje więc wizję człowieka jako *homo transformans* – istoty stale negocjującej i reinterpretującej własną tożsamość w świetle doświadczeń, w których

splatają się narracja, działanie i horyzont sensu" (s. 337). Tym samym pojawia się możliwość reinterpretacji wcześniej omawianych przykładów transformacji oraz wymiarów transformacji osobowej, odnoszących się do takich pojęć jak: autentyczność, horyzont, widmowość czy filozoficzna terapia.

Andrzej Kapusta ukazuje bardzo rozległe spektrum różnych typów oraz odmiennych spojrzeń na doświadczenie transformacji. Łączy przy tym podejście filozoficzne i terapeutyczne. Rozpoczyna od epistemologicznych i aksjologicznych aspektów tego zjawiska, prowadząc do jego implikacji społecznych, kulturowych oraz wskazując na egzystencję jednostki. W *Zakończeniu* zaznacza, że analizowane przez niego doświadczenia transformacyjne stanowią moment szczególnego wglądu w nieodłączną część ludzkiego życia i rozwoju.

W całym bogactwie zestawionych i rzetelnie przeanalizowanych stanowisk w omawianej książce brakuje jednak poglądów dwóch nieobecnych: Zygmunta Freuda i Ludwiga Wittgensteina (Freuda brakuje w ogóle, Wittgenstein jest jedynie wspomniany mimochodem). Ludwig Wittgenstein postrzegał filozofię nie jako zbiór doktryn, lecz właśnie jako działalność terapeutyczną, mającą na celu uwolnienie umysłu od „oczarowania naszej inteligencji za pomocą języka". Według niego celem filozofii jest rozwianie pseudoproblemów i niejasności pojęciowych poprzez wyjaśnienie „gramatyki" języka, a tym samym przejście od stanu mentalnego zamętu do zrozumienia. Prace późnego Ludwiga Wittgensteina, zwłaszcza jego *Dociekania filozoficzne* (§ 133), ujmują filozofię nie jako poszukiwanie nowej wiedzy czy systemu prawd, lecz jako działanie terapeutyczne mające na celu uwolnienie umysłu od „uroku" wywołanego przez język. Perspektywa ta wykazuje uderzające podobieństwa metodologiczne do psychoanalizy Zygmunta Freuda, przy czym Wittgenstein nazywał siebie „uczniem" Freuda, mimo że miejscami krytycznie odnosił się do jego twierdzeń traktujących psychoanalizę jako naukę.

Zalecając „leczenie rozmową" (*talking cure*), Wittgenstein przyjmował, że – podobnie jak w psychoanalizie – problemy filozoficzne można „odwrócić" poprzez ponowne zbadanie języka, który je wywołuje. Oba podejścia – Freuda i Wittgensteina – sięgają dalej niż na powierzchnię (tego, co zostało powiedziane), aby znaleźć ukryty mechanizm powodujący zamieszanie: czy to wyparte, nieświadome wspomnienie (Freud), czy „błąd gramatyczny" (Wittgenstein). Freud argumentował, że interpretacje psychoanalityczne nie są odkryciami naukowymi, lecz raczej „perswazyjnymi" narracjami, mitami, które pomagają pacjentom przeformułować ich osobistą historię. Podobnie Wittgenstein postrzegał swoją metodę jako przekonywanie filozofa do porzucenia mylącego obrazu

języka, a nie jako udowadnianie jakichś zakładanych teorii. Tym samym stanowiska Freuda i Wittgensteina wpisują się w badania nad doświadczeniem transformacji w takim sensie, jak je rozumie Andrzej Kapusta.

Filozofie Maurice'a Merleau-Ponty'ego, Paula Ricoeura i Ludwiga Wittgensteina, mimo że wywodzą się z różnych tradycji (fenomenologia/hermeneutyka *versus* filozofia analityczna), łączą głębokie podobieństwa tematyczne, nie tylko w ich nacisku na ucieleśnienie oraz w przyjmowanej koncepcji języka jako publicznej, przeżywanej aktywności. Najbardziej uderzającą paralelą jest pojmowanie filozofii jako działania terapeutycznego, którego celem jest rozwiewanie, a nie rozwiązywanie niejasności pojęciowych. Obie tradycje często kładą nacisk na konieczność rezygnacji z tworzenia oderwanych, teoretycznych systemów, a zamiast tego postulują powrót do „samych rzeczy" – czy to w doświadczeniu życiowym (fenomenologia), czy w potocznym używaniu języka (Wittgenstein).

Brak wspomnianych dwóch postaci oraz reprezentowanych przez nich stanowisk filozoficzno-psychoanalitycznych absolutnie w żaden sposób nie umniejsza wartości książki *Filozofia jako terapia. Badania nad doświadczeniem transformacji.* Jej „sokratejskie analizy", objętość, rzetelnie opracowana treść, jasny, fachowy język mówią same za siebie. Niemniej jednak z pewnością ich obecność wzmocniłaby jej interdyscyplinarny charakter, domykając niejako całościowe spojrzenie na złożone zależności między szeroko rozumianą filozofią a różnymi formami terapii.