

Bogusław Śliwerski

Samowychowanie jako odrodzenie moralne

Przedmiotem analizy jest samowychowanie jako jedno z podstawowych dla współczesnej pedagogiki pojęć ogólnych. W swoich badaniach ukazuję nie tylko jego genezę i znaczenie etymologiczne, ale także związek samowychowania z takimi pojęciami, jak: doskonalenie siebie, asceza, kształcenie siebie, kształtowanie woli i charakteru, samokształcenie, panowanie nad sobą, wychowanie właściwe, kierowanie własnym rozwojem, samorozwój, samosterowanie, samostanowienie, samorealizacja itp. Wiele jest szkół filozoficzno-religijnych, które podkreślały ważność i prymat skierowania przez człowieka uwagi na własne „Ja” czy na doskonalenie własnej psychiki. Przybliżam tu jedynie te koncepcje samowychowania, które stały się niewyczerpanym źródłem dla współczesnej psychologii i pedagogiki, w tym także nurty, które wywodzą się z filozofii hinduskiej i chrześcijańskiej. Zwracam przy tym uwagę na różne praktyki pracy człowieka nad sobą, w tym na dwa przeciwstawne sobie stanowiska teoretyczne, z których jedno traktuje samowychowanie jako *perfectio prima*, gdy dążenie do doskonałości jest wyłącznym motywem postępowania jednostki i celem samym w sobie, drugie zaś jako *perfectio secunda*, gdzie zasadniczym dla samowychowania jest wyjście z samego siebie, osiągnięcie doskonałości niejako *per accidens*.

Niewiele jest w literaturze przedmiotu badań nad istotą jednego z podstawowych dla pedagogiki pojęć, jakim jest samowychowanie. Maria Dudzikowa słusznie uczula nas na potrzebę dostrzeżenia znaczenia tego pojęcia w naukach o wychowaniu, kiedy stwierdza: „Wychodzi się np. z założenia, że samowychowanie towarzyszy automatycznie każdemu procesowi wychowania, o ile traktuje się w nim wychowanek nie tylko jako »obiekt« zabiegów, ale i jako podmiot. Niektórzy zaś w ogóle mówią o »nieświadomym samowychowaniu«, a więc o spontanicznym kształtowaniu się osobowości jako ubocznym efekcie działań skierowanych przez jednostkę »bez myśli o własnym rozwoju« na świat zewnętrzny” (Dudzikowa, 1993, s. 7). Warto zatem temu fenomenowi poświęcić nieco uwagi w kontekście rozwoju teorii wychowania, jak i postrzegania oraz generowania w praktyce związanego z nim procesu wychowania.

Prawdopodobnie po raz pierwszy wystąpiło ono w rozprawie z 1912 r. napisanej przez Marię Hornowską, która tym samym wprowadziła je do nauk psychologicznych i pedagogicznych (Hornowska, 1912). Prowadzone przez zachodnich językoznawców badania rozwoju języka potwierdzają szczególną eksplozję wyrazów prepsychologicznych i psychologicznych z przedrostkiem „samo” u schyłku XIX wieku, toteż nie może dziwić pojawienie się w tym brzmieniu tego pojęcia w naszym kraju na początku XX stulecia (Kozielecki, 1981, s. 28-29). Nie oznacza to jednak, że zagadnieniem samowychowania zaczęto się zajmować dopiero od momentu zaistnienia jego nazwy.

Jest ono bowiem tylko jednym z wielu wyrażeń tego samego zjawiska, jego synonimem, o czym przekonuje nas fakt stosowania przez badaczy zaimka „sam”, który określa, iż dana osoba lub rzecz występuje, działa we własnej osobie, samodzielnie, bez niczyjej pomocy. Na przestrzeni dziejów można odnaleźć jego znaczenie w starożytnych szkołach filozoficznych czy w czasach religii wedyjsko-bramińskiej. Zjawisko to występowało wówczas pod takimi określeniami, jak: doskonalenie siebie, asceza, kształcenie siebie, kształtowanie woli i charakteru, samokształcenie, panowanie nad sobą, wychowanie właściwe, kierowanie własnym rozwojem, samorozwój, samosterowanie, samostanowienie, samorealizacja itp.

Wiele jest szkół filozoficzno-religijnych, które podkreślały ważność i prymat skierowania przez człowieka uwagi na własne Ja czy też cyzelowania własnej psychiki. Poświęcono im szereg odrębnych prac, toteż zasygnalizuję w tym miejscu jedynie koncepcje samowychowania, które stały się niewyczerpanym źródłem dla współczesnych nam psychologów i pedagogów. Mam tu na myśli przede wszystkim nurty, wywodzące się z filozofii hinduskiej i chrześcijańskiej. System hinduskiej jogi, która swój prawdziwy renesans zaczęła przeżywać w Europie i Ameryce Północnej już w XIX wieku, z początkiem zaś XX wieku także i w naszym kraju, odżył w Europie za sprawą wybitnego filozofa Wincentego Lutosławskiego. Ten prastary system filozoficzny powstał w Indiach przed 2 tysiącami lat. Samo pojęcie „joga” w sanskrycie oznacza: ujarzmienie, okiełznanie, przywiązanie, połączenie, zjednoczenie, choć potocznie utożsamianie jest z bliżej nieokreślonym i tajemniczym mistycyzmem czy zbiorem gimnastycznych ćwiczeń (Szyszko-Bohusz, 1978).

Ideę przewodnią tej filozofii stanowi dążenie do osiągnięcia stanu doskonałości duchowej drogą ujarzmienia swojego ciała oraz procesów psychicznych (wyobrażeń, uczuć, myśli) poprzez introspekcję, koncentrację oraz medytację. Stan ostateczny, osiągany przez nielicznych, określane tam jest stanem nieświadomości, stanem wzniesienia się ponad własne „Ja”, stanem samadhi. „System jogi jest w istocie swej metodą zdyscyplinowania ciała i umysłu. Poprzez psychiczny i fizyczny trening (...). Jako tego rodzaju metodę może go zastosować lub posłużyć się nim każdy system filozoficzny bez względu na podejście teoretyczne. Metodą tą mogą się zatem posłużyć nawet zwolennicy ateistycznej filozofii” (Michalska, 1978, s. 12). W istocie, joga była uprawiana nie tylko przez mnichów w aszramach, czyli klasztorach medytacyjnych, ale i przez ludzi prowadzących świecki tryb życia. Według tego podejścia do samowychowania podejmowanie wszelkich ćwiczeń ma tylko wtedy sens, kiedy zostaną wsparte odpowiednią kondycją fizyczną, zdrowiem i sposobem odżywiania się osoby. Ważna jest tutaj nie tylko odpowiednia dieta (wegetarianizm), ale i odpowiedni sposób spożywania posiłków. Opracowany system ćwiczeń tworzy swoistą strukturę samowychowania, które może być utożsamiane z szeroko rozumianą czynnością, działaniem zewnętrznym jednostki mającym na celu wywołanie odpowiednich skutków psychicznych lub jako akt psychiczny (myśli, uczucia, pragnienia) determinujący czynności zewnętrzne.

System ten spopularyzował w naszym kraju Wincenty Lutosławski, opierając go na ćwiczeniach psychofizycznych i uzupełniając je o praktyki religijne, w tym szczególnie modlitwę i spowiedź wraz z komunią. Ćwiczenia jogi miały, zdaniem W. Lutosławskiego, stanowić dla wierzących i praktykujących katolików doskonałe uzupełnienie ważniejszych ćwiczeń religijnych. „Bo trzeba pamiętać, że jakkolwiek Chrześcijaństwo ma semicki początek, to na jego rozwój wpłynęła grecka filozofia i rzymska organizacja prawna. Katolicyzm zatem jest przeważnie aryjską religią” (Lutosławski, 1909, s. 9). Główny cel intensywnej pracy nad sobą upatrywał W. Lutosławski w odrodzeniu moralnym jednostki, uzyskiwaniu przez nią wolności wewnętrznej, co miało zarazem doprowadzić

do wyzwolenia narodu z niewoli zewnętrznej. Idea ta, jak i związany z nią system ćwiczeń kształtujących charakter, znalazła swoje ujście w założonym przez tego wybitnego filozofa stowarzyszeniu *Eleusis* (zob. Podgórska, 1983; Zgierski-Strumiłło, 1983; Lutosławski, 1909), jak i w założonym przez jego ucznia, także członka *Eleusis*, Andrzeja Juliusza Małkowskiego skautingu polskim (Kamiński, 1979).

Pewną próbą nawiązania do psychofizycznych ćwiczeń jogi są, uzupełnione o najnowsze osiągnięcia nauk medycznych i psychologicznych, współczesne nam teorie i metodyki ćwiczeń relaksowo-koncentrujących (Szyszko-Bohusz, 1979), metody psychoterapii (zob. Kratochvil, 1978) czy nawiązujące jednocześnie do założeń psychologii humanistycznej autotreningu samorealizacyjne (Mellibruda, 1977). Ta prastara joga może być uważana za pełny system samowychowawczy, za jedną z najlepiej „technicznie” i integralnie opracowanych pedagogik pracy nad sobą. „Akcentuje bowiem w ściśle zaplanowany i wypróbowany sposób pracę nad psychiką, emocjami i intelektem (w sensie opanowywania, sterowania i rozwijania myśli, intencji i przekonań) oraz nad stanem somatycznym człowieka. Ta dwutorowość działania, tj. na psychikę i na stan somatyczny, jest tu jednak bardzo przemyślnie powiązana, dając przez to wyjątkowe rezultaty tak w sferze tworzenia sylwetki osobowości, zdrowia psychicznego, jak i zdrowia fizycznego w najpełniejszym tego słowa znaczeniu” (Pasek, 1979, s. 269). Jej walorem jest to, że z racji swojej neutralności, może znaleźć oparcie w dowolnych doktrynach filozoficznych. Jej praktyczystyczny charakter upoważnia do utożsamiania jej z samowychowaniem, pojęciem wtedy jeszcze nie ukształtowanym.

Innym terminem, o równie starym rodowodzie, wskazującym na moralny charakter samowychowania, jest pojęcie ascezy. Etymologicznie wywodzi się ono z greckiego „askesis”, oznaczając ćwiczenie się, wprawianie do czegoś, praktykowanie, podejmowanie systematycznego wysiłku, oraz z greckiego „askein” – obrabianie, wyrabianie, kształtowanie (Puchalik, 1936; Wiśniewska-Roszkowska, 1983). Jego pierwotne znaczenie było zupełnie świeckie, nawiązywało bowiem do intensywnych i systematycznych ćwiczeń, mających na celu osiągnięcie doskonałości organizmu, jego sprawności, by sięgnąć po olimpijski laur. Ćwiczenia te wymagałyby od sportowców wielu wyrzeczeń, mobilizacji woli w pokonywaniu oporów własnego ciała i psychiki. W epoce wedyjskiej na oznaczenie ascezy stosowano terminy: upasany (ćwiczenia medytacyjne), joga i tapas (wewnętrzny żar ascezy, polegający na zatapianiu się w głębokiej ekstazie dzięki nagromadzonej energii magicznej, oraz ofiara wewnętrzna). Dla wyznawców buddyzmu ważny był osobisty wysiłek, osobiste dążenie, własna nienagannność i doskonałość.

Dużą popularnością po upadku wedyzmu cieszyła się asceza, polegająca na studiach i kontemplacji w samotności, często połączona z umartwianiem ciała. Jeszcze dzisiaj pojęcie ascezy utożsamiane jest z praktykami różnorodnych fakirów, żebraków zadających sobie najrozmaitsze tortury fizyczne (połykanie szkła, chodzenie po rozżarzonych węglach, leżenie na łożu naszpikowanym gwoźdźmi, nakłuwanie różnych części własnego ciała itp.), by zadziwić swoją wytrzymałością na ból i otrzymać datki od zebranych widzów. „Ci żebracy i asceci przez wiele miesięcy trzymają np. ręce uniesione w górę, zaciskają na tak długo dłonie, że aż wrastają w nie paznokcie, (...) albo zapadają w rodzaj snu zimowego, charakterystycznego dla zwierząt. Przed tym snem fakir przygotowuje się starannie — coraz mniej je, pije i zażywa środki przeczyszczające. Niektórzy nawet czyszczą sobie przewód pokarmowy za pomocą długiej kilkumetrowej tasiemki. Ostatnią czynnością przed zapadnięciem w taki sen, który może trwać do sześciu tygodni, jest zatkanie ust, nosa, uszu woskiem oraz cofnięcie języka w głąb gardła dla uszczelnienia dróg oddechowych” (Nasiukiewicz, 1980, s. 5-6).

Przykładów tego typu praktyk w zakresie pracy nad sobą można by w dziejach znaleźć bardzo wiele. Warto na nie zwrócić uwagę, gdyż podobne ćwiczenia występują także w czasach nam współczesnych, czego najlepszą egzemplifikacją są zmagania młodzieży z własną wytrzymałością, a przejawiające się w „rzeźbieniu” własnego ciała w siłowni, wspinanie się na wysokie powierzchnie, tatuowanie różnych części ciała, nacinanie ich, przekłuwanie agrafką itp. Wszystko to tylko po to, by wykazać opanowaniem siebie odmienność czy swoiście pojmowaną nadzwyczajność. Tymczasem prawdziwy jogin, który podejmuje się określonych ćwiczeń, nie czyni tego w sposób autoteliczny, lecz aby osiągnąć doskonałość psychofizyczną.

W okresie PRL-u, kiedy to dominowała ortodoksyjna pedagogika socjalistyczna, sens pojęcia asceza był celowo wypaczony przez przypisywanie mu braku świadomej refleksji jako typowej cechy w chrześcijańskiej koncepcji samowychowania. Pogląd ten wyrażał Heliodor Muszyński, wychodząc z przeświadczenia, że dla chrześcijanina nie ma dylematu, co jest dobre, a co złe, gdyż te prawdy zostały mu objawione jako oczywiste. Zasadniczy wysiłek musi on skoncentrować nad swymi ujemnymi skłonnościami. „Człowiek nie ma doszukiwać się własnego świata wartości, ideałów, zasad i norm, bo świat ten jest mu już dany. Jest on jedynie poddany próbie podporządkowania się wymogom, jakie są mu w związku z tym stawiane. Jedynym jego dylematem jest dylemat posłuszeństwa. Samowychowanie jest tutaj (w tej koncepcji) głównie ćwiczeniem się nad przewyciężaniem własnych słabości, utrudniających wybór pożądaných, a unikanie niepożądanych zachowań” (Muszyński, 1974). Autor ten przeciwstawił ascezie ideę samowychowania socjalistycznego, w toku którego jednostka sama sobie formułuje cele i zadania osobotwórcze, realizuje je i sama je od siebie egzekwuje. Zabiegi te miałyby zachodzić na podłożu refleksji jednostki nad sobą, stawiającej za cel doskonalenie i wzbogacanie własnej osobowości. Ten dychotomiczny podział samowychowania na bierną, negatywną ascezę chrześcijańską i aktywne, pozytywne socjalistyczne doskonalenie siebie jest zbyt dalece posuniętym uproszczeniem, sprzecznym z dorobkiem chrześcijańskiej nauki o doskonaleniu siebie.

Asceetyka katolicka stanowiła dla kilkudziesięciu pokoleń zakonników, kapłanów i wszystkich wyznawców tej wiary niemal jedyną dostępną psychologię, jedyną teorię samowychowania, i nie tylko, opartą na autorefleksji, ale także na bazie praktyk pozytywnych (Sujak, 1972; Hume, 1983; Foerster, 1934). Do chrześcijaństwa pojęcie ascezy zostało wprowadzone w III wieku przez Klemensa z Aleksandrii i Orygenesusa na oznaczenie rozmaitych ćwiczeń, jakie powinni wykonywać ci, którzy chcieli prawdziwie dążyć do doskonałości boskiej i do panowania ducha nad ciałem. Samowychowanie chrześcijańskie wynika z praw i obowiązków osoby względem samej siebie, które mieszczą się w przykazaniu miłości siebie samego. Opierając się na założeniach antropologii filozoficznej, wyszczególnia się trzy najważniejsze grupy takich działań:

- 1) działania osoby ludzkiej względem samej siebie jako substancjalnej całości,
- 2) działania człowieka względem własnego ciała,
- 3) działania człowieka w sferze życia duchowego (Ślipko, 1981, s. 80).

Z pierwszej grupy oddziaływań wynikają dwa podstawowe imperatywy: prawo i obowiązek miłowania samego siebie oraz prawo i obowiązek zachowania życia. Miłość, jaką kochamy siebie, staje się miarą miłości w ogóle, prafarmą i źródłem miłości, jaką powinniśmy żywić dla innych. Będziesz miłował swego bliźniego jak siebie samego. „Wypełnianie tego zadania miłości gwarantuje nam rozwój osobowy i osiągnięcie szczęścia. A tego przecież każdy z nas pragnie. Do tego dąży. Koncentrując miłość na sobie, szukając tylko własnych korzyści,

tracimy zdolność rozwoju osobowego. Stajemy się smutni, niespokojni, osamotnieni. Bo miłość jest gestem życzliwości dla drugiego człowieka, miłość każe zapomnieć o sobie, a służyć innym" (Wistuba, 1981, s. 44). W pełni miłości i autoafirmacji zasadnicze staje się wyjście z samego siebie.

Samowychowanie w aspekcie miłości polega na dążeniu jednostki do uzupełniania stwierdzonych w sobie braków, niedostatków, przekształcając się w naczelną siłę motoryczną rozwoju takich cnót, jak roztropność, sprawiedliwość, męstwo czy wstrzeźliwość. Mamy tu do czynienia z dwoma rodzajami miłości, między którymi istnieje nieprzekazywalna, niedostępna granica. Pierwszą miłością jest miłość pożądania, miłość niższego rzędu, pojmowana jako dążenie do własnych korzyści, własnego szczęścia, do uzupełniania swoich wad. Pragnienie dobra dla samego siebie nie jest blokowane przez dostrzeżone w sobie ułomności, gdyż i te kochamy w sobie, bez względu na to, czy się sobie podobamy czy nie. Afirmacja samego siebie pozwala nam bowiem na przejście do miłości wyższego rzędu, miłości właściwej, miłości przyjaźni. „Prawdziwa jednak miłość polega nie na tym, ażebym to ja dzięki aktom miłości uzupełnił swoje braki, ale żebym z tym przedmiotem, z tą osobą ukochaną stanowił wspólnotę i był naprawdę zjednoczony, nie myśląc o tym, czy mnie to przyniesie jakąś korzyść” (Swieżawski, 1983, s. 185). Określany przez etykę chrześcijańską sens imperatywu miłości samego siebie znajduje swoje potwierdzenie w psychologicznych badaniach nad faworyzującą subiektywną oraz zależnością między samoakceptacją a sympatią wobec innych ludzi (Kozielecki, 1981). Z imperatywu zachowania własnego życia natomiast wynikają zarzuty i potępienie pod adresem podejmowanych przez jednostki czynności o charakterze szeroko rozumianych aktów samobójczych (samobójstwo bezpośrednie, pośrednie, wystawienie życia na niechybną śmierć oraz narażenie życia na śmierć prawdopodobną), dokonywania na sobie samym doświadczeń medycznych czy wreszcie praktyk umartwiania cielesnego, podejmowanych celem moralnego samodoskonalenia siebie lub eksplikacji religijnej w swojej skrajnej formie, o której wspominaliśmy powyżej.

Drugą grupę tworzą działania jednostki względem własnego ciała, uwydatniające ogromną wartość zdrowia i dbałości o zdrowie oraz cielesny aspekt wstydu, konstytuujący człowieka jako istotę płciową. Akcentując moralny nakaz dbałości o własne zdrowie, nie wysuwa się w tym względzie drobiazgowych przepisów, reguł postępowania. Zdrowie nie jest tu pojmowane jako cel sam w sobie, lecz głównie jako środek skutecznego działania. Sprawa dbałości o ciało pozostawiona jest wiernym, ich sumieniu, które wymaga jednak stosownego oświecenia przez dorobek współczesnych nauk medycznych, psychologicznych itp. Dlatego też w wielu podręcznikach wskazuje się na wyniki badań naukowych, określających, jaki jest wpływ sposobu żywienia na stan zdrowia i własnego życia, jaką rolę spełnia ruch i wysiłek fizyczny czy wreszcie, jakie konsekwencje niosą z sobą różnorodne formy życia erotyczno-seksualnego (Ciemniewski, 1926; Foerster, 1934; Korewa, 1946; Wojtyła, 1965). Do sfery aktów związanych z cielesną strukturą człowieka należą:

- 1) poznawanie własnego ciała, jego kształtowanie i dbanie o jego rozwój,
- 2) kierowanie przeżyciami organicznymi, żeby stanowiły podłoże dla rozwoju doznań psychicznych,
- 3) opanowywanie dążeń i pragnień (Pirożyński, 1955, s. 38).

Potęgowanie przez człowieka zmiany we własnym ciele, zgodnie ze starożytną zasadą: *W zdrowym ciele zdrowy duch*, ma na celu sprzyjanie rozwojowi sił psychicznych i na odwrót. „Nakazując ciału naszemu służyć celom ducha i do uwydatnienia tego za pomocą owych fizjologicznych odruchów, przyzwyczajamy tym samym wszystkie nasze potrzeby fizyczne do zajmowania należnego im stanowiska w ogólnym układzie wszystkich funkcji życiowych.

Wytwarza się w ten sposób element przeciwdziałający pokusie, opanowującej niejednokrotnie człowieka, by nie ciało było sługą duszy, lecz nadużywać sił ducha do sztucznego spotęgowania potrzeb i zadowoleń ciała (...)” (Foerster, 1934, s. 186-187). Troska o ciało powinna być kanalizowana w postaci systematycznie, celowo wykonywanych ćwiczeń, inaczej określanych jako gimnastyka woli, trening, które doprowadzą do nabycia określonej sprawności, nawyku, uniezależnią człowieka w stopniu możliwie najwyższym od okoliczności zewnętrznych. Asceza ciała w swej warstwie praktycznej obejmuje następujące ćwiczenia (treningi):

1) Zwalczanie namiętności, hamowanie zachcianek, które wynikają ze sztucznych potrzeb, jak: palenie tytoniu, alkoholizm, nadużywanie herbaty i kawy, nadużywanie leków, hazard, autoerotyzm, narkomania itp. Od najdawniejszych czasów zalecano okresową wstrzemięźliwość od pewnych pokarmów, ściślejsze półgłodowe diety, specjalne reżimy dietetyczne, formułując na ich użytek obostrzone przepisy dla wszystkich wiernych (np. post) lub zestaw zewnętrznych manier i obyczajów, mających stanowić zarazem o określonej kulturze jednostki (np. czystość i wstrzemięźliwość seksualna).

2) Przestrzeganie zasad w zakresie higieny i postawy ciała regulujących: sposoby spożywania posiłków (np. tempo, regularność, trawienie), trzymanie ciała w prostej postawie (np. niepodpieranie się ręką w czasie siedzenia), wyrobienie sobie właściwego oddechu (np. dbanie o stały dopływ świeżego powietrza w ciągu doby), wypoczynek i rekreację (np. wczesny spoczynek i ranne wstawanie), utrzymywanie ciała w czystości itp.

3) Opanowywanie własnych odruchów przez poddawanie ich kontroli rozumu, dzięki czemu nasze zachowania nie są wynikiem afektu czy wyrazem braku taktu. Chodzi tu zatem nie tylko o panowanie nad własnymi reakcjami niewerbalnymi, jak mruganie oczami, grymas twarzy, ziewanie, kaszel, kichanie, płacz czy śmiech, ale i o świadomość ich psychicznej wartości. Ujarmianie tych reakcji bez ich „uduchowienia” prowadziłyby jedynie do ich bezmyślnego stosowania.

4) Rozwijanie w sobie tendencji do wysiłku polegające na tym, że podejmujemy systematycznie, codziennie jakieś drobne ćwiczenia, zajęcia, by wzmacniać siłę własnej woli oraz umacniać w sobie głębokie poczucie honoru pracy. Postuluje się podejmowanie nawet takich ćwiczeń, na które wcale nie mamy tego dnia ochoty, które są trudne i twarde.

„Osiąganie drobnych zwycięstw nad sobą sprawi, że w chwilach twardej próby będziemy w stanie sprostać wszelkim oporom ciała, jak i ducha. Moralność człowieka podnosi się nie dzięki dokonywaniu bohaterskich czynów w rzeczach wielkich, ale dzięki zwycięstwom nad rzeczami drobnymi. Kto nie zacznie od drobnostek, ten nigdy nie zacznie, gdyż nie posiada na tyle hartu woli, by zacząć. (...) Kto w imię tej zasady w każdej małości dopatruje się wielkości, ten nie zmieni się nigdy w kramarza rzeczy drobnych” (Foerster, 1932, s. 149). Wielokrotne powtarzanie tej samej czynności, nawet jeżeli jest początkowo nie lubiana, przyczynia się do osiągnięcia coraz większej sprawności, dzięki czemu to, co dawniej było przykre, teraz staje się przyjemne. Muszą być tu przestrzegane pewne warunki, by ćwiczenia te prowadziły do rzeczywistych i zasłużonych sukcesów.

Ćwiczenia powinny być skierowane na istotne potrzeby organizmu, nie powinny rujnować naszego zdrowia. Tym samym powzięcie postanowienia, że przez miesiąc będzie się sypiać tylko na podłodze albo przez kilka tygodni nie będzie się jadło w ogóle śniadań, nie tylko doprowadzi do deterioracji stanu psychofizycznego osoby, ale i będzie sprzeczne z chrześcijańską doktryną, zapożyczoną zresztą od Arystotelesa, stosowania umiaru w nabywaniu cnót moralnych. Wśród wymienianych przez ascetykę chrześcijańską kategorii działań samowychowawczych

do najważniejszych zalicza się te, które dotyczą nie osoby jako całości, nie własnego ciała, ale własnej duszy – w tym przede wszystkim rozumu i woli. Problem ten opisywany jest bardzo szeroko i szczegółowo w wielu pracach etyków chrześcijańskich, dotyczących kształcenia charakteru. W świetle chrześcijańskiej koncepcji osoby dusza jest pojęciem ogarniającym swym zasięgiem całość warstw strukturalnych i procesów dokonujących się w osobie. „Dzięki temu w każdym z nich wyraża się i działa ta sama osoba, zarówno kiedy jest świadoma samej siebie, jak też kiedy nurt życia rozwija się w niej poza świadomością. Mocą tego duchowego wyposażenia osoba ludzka konstytuuje się jako najwyższa doskonałość w obrębie czasoprzestrzennego świata i umieszcza się na szczycie właściwej mu hierarchii bytów” (Ślipko, 1981, s. 118). Dusza człowieka ma dwie władze: rozum i wolę. One to stanowią przedmiot ciągłego doskonalenia siebie, pracy nad sobą, co ostatecznie wyraża się w obowiązku kształtowania własnego moralnego charakteru.

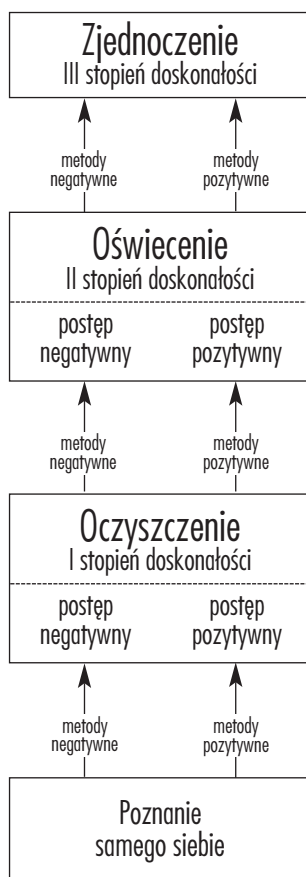
Osiąganie doskonałości duchowej jest możliwe u każdego przeciętnego człowieka, tyle tylko, że wymaga ono od niego poważnego wysiłku. Po pierwsze, musimy uznać autorytet Boga, gdyż Bóg jest doskonałością i drogą prowadzącą do niej. On jest źródłem prawdy, dobra i piękna, toteż chcąc dążyć do doskonałości, musimy bezwzględnie naśladować Jego życie i Jego naukę, rozwijając w sobie cnoty kardynalne: roztropności, sprawiedliwości, umiarkowania i męstwa (Ślipko, 1984, s. 375). Naśladowanie Boga wymaga, z drugiej strony, stanowczego postanowienia, natchnienia woli, bez którego wszelka praca nad sobą zakończy się porażką. Pojawia się jednak pytanie: w jaki sposób możemy dojść do doskonałości? Czy ontyczna zależność człowieka od Boga nie wyklucza możliwości kształtowania samego siebie?

Do doskonałości można dojść przez miłość Boga, skierowanie całej swojej uwagi na Niego i w Jego kierunku skierowanie wszystkich swoich wysiłków. Pierwszym zatem krokiem na drodze do doskonałości jest poznanie przedmiotu naszych pragnień. Dlatego kształcenie rozumu powinno wyprzedzać doskonalenie woli. Sprowadza się ono do zdobywania wiedzy religijno-moralnej, dzięki której nabywamy zasad chrześcijańskiego życia w życiu doczesnym i wiecznym. Mając na celu kształcenie rozumu, powinniśmy starannie dobierać zestaw lektur, nie tylko ograniczonych do życia religijnego, ale i z zakresu filozofii, poezji, literatury klasycznej, sztuki itp. Przede wszystkim zaleca się czytanie Pisma Świętego, a zwłaszcza ewangelii, uwieczniających postać Zbawiciela, listów apostoelskich czy prac najwybitniejszych Ojców Kościoła. Praca nad własnym rozumem jest łatwiejsza od pracy nad wolą, o ile przedmiot dociekań poznawczych został odpowiednio oświecony i przystosowany do odbiorcy.

W wyniku aktywności poznawczej, samokształceniowej człowiek zyskuje mądrość, czyli uzdolnienie i sprawność ułatwiająca mu orientację na cel ostateczny. Jako najwyższa sprawność intelektualna, mądrość kieruje umysłem człowieka i wszystkimi jego dążeniami, stanowi intelektualną podbudowę pod cnoty moralne. Drogą do zdobycia mądrości, poza usilnym poszukiwaniem prawdy, jest także modlitwa i gromadzenie w sobie doświadczeń życia osobistego. „Doświadczeniem życiowym człowiek bardziej wzbogaca się wewnątrz, ale i ono bez wiedzy przynosi swoiste niebezpieczeństwo” (Witek, 1983, s. 275). Cnot moralnych nie można jednak nabyć przy pomocy samego intelektu, gdyż trzeba je w sobie wyćwiczyć, wykonując odpowiednie akty woli oraz działania zewnętrzne. Tak postrzegany sens pracy nad sobą wymaga od jednostki nie tylko ciągłej korekty postępowania według poznawanych i zinternalizowanych prawd, ale też ciągłego uaktywniania innych sprawności moralnych, które współdziałając ze sobą, nadają ludzkiej osobie specjalną doskonałość. „Doskonałością tą jest charakter moralny, czyli zintegrowany i utrwalony zespół postaw moralnie wartościowych” (Kasperkiewicz, 1983, s. 84).

Ze względu na dwa rodzaje stopni w osiągnięciu doskonałości – pozytywny i negatywny – wyróżnia się w asce-tyce chrześcijańskiej dwie kategorie metod samowychowawczych: pozytywną, określaną przez F. W. Foerstera jako ćwiczenie energii czynnej, i negatywną jako ćwiczenie energii hamującej (Foerster, 1934, s. 109). Negatywnym stopniom doskonałości i ich metodom odpowiadają stopnie i metody pozytywne (Puchalik, 1936, s. 226). Punktem wyjścia wszelkiej doskonałości musi być rozpoznanie swojej sytuacji psychologicznej, samopoznanie i po-znanie innych w relacji do Boga celem ustalenia zasadniczych kierunków działania. Jeżeli chcemy rozwijać w sobie cnoty i opanować wady, musimy poznać jedno i drugie poprzez wierne badanie samego siebie, swoich myśli, uczuć, słów, czynów, zasad, skłonności w drodze rozmyślenia, rachunku sumienia i rekolekcji.

Pracę nad sobą w sferze postępu negatywnego osoba powinna rozpocząć od unikania grzechu śmiertelnego (I stopień), by poprzez stałe unikanie przeszkód w miłości, czyli grzechu powszedniego (II stopień), oczyścić się z niedoskonałości, z wszelkiego samolubstwa, lenistwa, wygody, wszelkiego ziemskiego pragnienia (III stopień).



Rysunek 1. Struktura stopni i metod osiągnięcia doskonałości chrześcijańskiej

Samowychowując się, powinniśmy dążyć do eliminowania kardynalnych wad moralnych, takich jak: próżność, łakomstwo, pijaństwo, nieczystość, skąpstwo, chciwość, małoduszność, zawiść, gniewliwość, pycha i nienawiść, które nigdy nie pełnią twórczej roli w kształtowaniu naszego charakteru. Cechuje je pewien anarchizm osobotwórczy, a także odśrodkowy charakter (Ślipko, 1984, s. 379).

Metodami pozwalającymi na walkę z wadami są techniki, ćwiczenia panowania nad sobą, nad swoimi namiętnościami, zmysłami, troskami, gniewem, wyobraźnią, uwagą, myślami, jak np.: opanowanie sztuki milczenia, ćwiczenie się w skupieniu, odmawianie sobie od czasu do czasu przyjemności, przyjmowanie bez sprzeciwu niesprawiedliwej nagany ze strony osób, które powinniśmy otaczać szacunkiem, tłumienie w sobie chęci dowcipkowania, które mogłoby kogoś dotknąć, wewnętrzna pokuta, rachunek sumienia i spowiedź (Ślipko, 1984, s. 379).

„Wszystkie nieuporządkowane skłonności i poruszenie woli można opanować — jak poucza doświadczenie — przez wytrwałe zewnętrzne ćwiczenie woli, np. należy się wystrzegać, by podczas chodzenia po schodach nie trzymać się poręczy; przez parę chwil nie należy otwierać otrzymanych listów i gazet; kiedy na ulicy powstanie zbiegowisko, nie należy zatrzymać się, lecz pójść dalej, wyrzec się każdego dnia wypowiedzania tych słów, którychby chętnie się wymówiło, a które bez szkody można nie wypowiadać; należy przyjąć za zasadę, by nie skarżyć się nigdy na niepogodę i inne przykrości dnia” (Foerster, 1934, s. 124).

Pozytywny charakter samowychowania polega na ćwiczeniu się w cnotach moralnych i teologicznych. Wśród ćwiczeń, praktyk religijnych wyróżnia się takie, jak: pobożność, częsta i gorliwa modlitwa, dobra intencja, spowiedź, komunie święta, rekolekcje. Niemalże znaczenie mają na wskroś indywidualne ćwiczenia się w punktualności, przyzwyczajanie się do pracy w hałasie czy ćwiczenie się w cierpliwości oraz rzetelnym wykonywaniu własnych obowiązków, pracy, realizowaniu podjętych postanowień. Na te ostatnie aspekty ćwiczeń energii czynnej, pozytywnej, był szczególnie uwrażliwiony F. W. Foerster, który twierdził, że: „Z okrzykanej »autonomii« w rzeczywistości posiadamy tylko »auto«, ale nie »nomję«, tzn. posiadamy puszające się ja, bez mocy, któraby uczyniła nas samych prawodawcami naszymi; nie jest to dziełem przypadku. Zanim nie przewyżyczymy słabości woli w poddawaniu się rozkazom popędów i nie ujmijemy w karby owych popędów, nie można mówić o jakiegokolwiek trwałej podstawie wychowania samego siebie” (Foerster, 1932, s. 130).

Ontyczna zależność człowieka od Boga nie wyklucza wolnego działania, gdyż człowiek posiada wolną wolę. Każdy może być w większym lub mniejszym stopniu świadom swego działania, toteż by móc właściwie pracować nad samym sobą, doskonalic siebie, należy w okresie anomii (biernym do 4. roku życia) i heteronomii (okres czynno-bierny od 4. do 12. roku życia i bierno-czynny od 12 do 18 lat) urabiać się pod kierunkiem wychowawców — rodziców, nauczycieli, katechetów, środowiska i mass mediów. Wejście w okres autonomii łączącej się z pełną zdolnością do świadomej pracy nad sobą, choć możliwe dla wszystkich, nie jest jednak powszechnie osiągnięte. „Niestety, trafiają się ludzie, którzy dziesiątki lat już żyją, a jeszcze nigdy poważnie o samowychowaniu nie pomyśleli. Z okresu dziecięctwa umysłowego jeszcze nie wyszli” (Korewa, 1946, s. 19).

Chrystocentrycznego samowychowania nie można utożsamiać z negatywnie traktowaną ascezą, lecz należy w nim uwzględnić jej pozytywne i maksymalistyczny aspekt. „Nie wolno (...) mniemać, iż asceza polega na ucieczce od życia. Wręcz przeciwnie, ma ona człowiekowi zapewnić pełnię życia przez opanowanie doskonałe najtrudniejszych jego dziedzin. Przez ascezę ma człowiek właśnie wejść we wszystkie wartości i przeżywać je w ich jak największej prawdzie, bez złudzeń i bez rozczarowań. Asceza ma gruntowny sens realistyczny, tylko realista

może ją uprawiać” (Wojtyła, 1983, s. 78). Nie oznacza to jednak, że do cnoty moralnej można dojść tylko i wyłącznie dzięki praktycznym, permanentnie stosowanym ćwiczeniom. Należy bowiem uwzględnić i te sytuacje w życiu człowieka, współcześnie określane mianem traumatycznych, które z racji swojego przełomowego charakteru (choroba, cierpienie, utrata bliskiej osoby, nawrócenie) dokonują niemal w jednym momencie przejścia od stanu wady moralnej do przeciwnej jej sprawności lub odwrotnie.

Religijny sens samowychowania utożsamia to zjawisko z aktywnością wewnętrzną człowieka, z jego pracą wewnętrzną odbywającą się w rozumie i woli. Może ona mieć wymiar intraakcyjny, prywatny, ale także i wspólnotowy, publiczny. Po II Soborze Watykańskim etyka wychowawcza wprowadza pojęcie permanentnej formacji, zamiast tradycyjnego doskonalenia siebie, samowychowania, aby uwydatnić, iż proces ten nie może zakończyć się na określonym etapie naszego doczesnego życia, lecz musi trwać nieustannie (Kasperkiewicz, 1983). Pedagogika religijna, stanowiąca równie zwarty jak orientalistyczna joga system samowychowania, z jeszcze większą wyrazistością uświadamia nam, że o istocie tego zjawiska nie może decydować to, czy jest to aktywność zewnętrzna wpływająca na psychikę, czy może odwrotnie. Sens bowiem samowychowania podyktowany jest wymiarem aksjologicznym. Podstawowym dla tego zjawiska pytaniem sensotwórczym jest problem: po co, w imię czego powinniśmy pracować nad sobą? Wchodzi tu zatem w grę nasz stosunek do świata wartości.

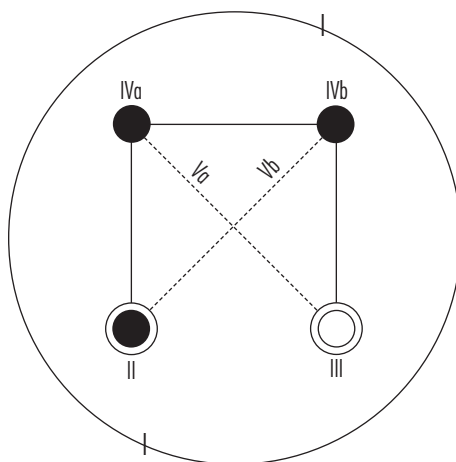
W pedagogice religijnej wskazuje się z całą wyrazistością na niebezpieczeństwo koncentrowania uwagi na samym sobie, stawiania samowychowania jako celu nadrzędnego w życiu lub, co gorsza, redukcji wszelkich spraw, rzeczy i ludzi do rzędu środków niezbędnych w procesie samodoskonalenia. „Jeżeli (...) macie obsesję rozwoju osobowości, to istnieją poważne przesłanki – mówiąc łagodnie – do przypuszczenia, że nigdy tego nie osiągniecie. Bo pełnię osobowości osiąga się wówczas, gdy przedmiot i cel, jaki sobie stawiamy, przewyższa nas. Oczywiście istmieje zły i dobry sposób dążenia do pełni. Zły polega na szukaniu siebie, potwierdzaniu siebie, wpatrywaniu się w siebie; (...). Dobry opisano w Ewangelii przez paradoks: wszystko polega na tym, żeby stracić swe życie po to, by je zachować” (Hume, 1983, s. 38). W istocie bowiem, bycie chrześcijaninem jest konsekwencją jego *esse in Christo*, radykalnego zwrócenia się ku innym, proegzystencją.

Ukierunkowana na Boga i innych ludzi w życiu doczesnym egzystencja zakłada radykalne odrzucenie własnego „Ja”, eliminację egoizmu. Jak już wcześniej wskazywaliśmy, człowiek ma prawo i obowiązek dążenia do osobistej doskonałości, ale nie dla niej samej. „Egoistyczne, niższe cele niezdolne są na dłuższą metę głębiej i trwalej zaspać serca ludzkiego. Szukając siebie, znajdujemy tylko siebie, ograniczony mikrokosmos. Kto szuka siebie, gubi się. Dlatego młodzież tylko materialistycznie nastrojona nie może się zdobyć na zrozumienie celów wyższych. Bo nie znajdzie wyższej treści życia, nie znajdzie też zatem szczęścia swego. Nie znajdzie go, bo szuka go na fałszywej drodze: szuka go w sobie i pod stopami swymi, wpatruje się w siebie, chce tylko brać i w siebie wchłaniać, a tu tymczasem rzecz ma się przeciwnie: należy dawać i tworzyć i szukać szczęścia poza obrębem własnego ja” (Mazurkiewicz, 1931, s. 77-78). Pogląd ten obowiązuje nie tylko zakonników, ale i wszystkich wiernych spoza tego stanu.

Do dziś utrzymują się dwa przeciwstawne sobie stanowiska teoretyczne, z których jedno traktuje samowychowanie jako *perfectio prima*, gdy dążenie do doskonałości jest wyłącznym motywem postępowania jednostki i celem samym w sobie, drugie zaś jako *perfectio secunda*, gdzie zasadniczym dla samowychowania jest wyjście z samego siebie, osiągnięcie doskonałości niejako *per accidens*. Wśród wyznawców tego pierwszego poglądu, określanego też mianem „abstrakcyjnego” perfekcjonizmu (Folkierska, 1979, s. 109), wytworzył się pewien

powszechny nawyk myślowy, który zakłada dążenie przez jednostkę do doskonałości według ściśle zaplanowanej strategii życia. Doskonalenie siebie stawiane jest przez nich na pierwszym miejscu, przez co wszystkie zjawiska życiowe, irracjonalne, poza- czy ponadosobowe są redukowane do rzędu środków. Dla jednostki samowychowującej się takie cechy, jak siła charakteru, doznanie perfekcji moralnej, nabycie cech psychicznych i fizycznych w stopniu doskonałym są walorami ocenianymi przez nią jako cenne same w sobie. Troską jej myślenia jest ubieganie się o rzeczy trudne i rzadkie zarazem. Dość często osoby takie cechuje pewien arystokratyzm duchowy, izolujący je od pozostałych osób, które nie stawiają sobie zadań szczytowych. „Ubieganie się o doskonałość bywa zwykle równocześnie ustalaniem swojej wyższości wobec tych, którzy tego nie czynią, albo czynią inaczej. (...) Taternicy wysokiej klasy wchodzą na szczyty nie po łatwiejszych, lecz po trudniejszych stokach, przy czym dają im to poczucie wielkiej wyższości w stosunku do amatorów z miasta, którzy wchodzą na ten sam szczyt bez większych trudów, albo co gorsza, wjeżdżają nań kolejką” (Ossowska, 1947, s. 301-302).

Realizacja tak pojmowanego autoperfekcjonizmu może polegać bądź na zbliżaniu się do postawionego przed sobą ideału, bądź na kształtowaniu, rozwijaniu i jego pogłębianiu (Muszyński, 1974, s. 275). Pierwsze z nich polega na przyswajaniu sobie przez jednostkę nowych cech posiadanych przez ów ideał, zwalczaniu w sobie cech nie mieszczących się w nim lub z nim sprzecznych, a wreszcie rozwijaniu w sobie cech właściwych ideałowi, a posiadany przez nią w postaci zaczątkowej. Chcąc stać się człowiekiem doskonałym, trzeba mieć swój ideał, trzeba pragnąć jego realizacji i dążyć do niego całym wysiłkiem, na jaki tylko nas stać. W takiej konwencji definiował i wyjaśniał istotę samowychowania Władysław Okiński, określając je jako „samodzielne, poddane autokontroli urabianie się osobnika w celu osiągnięcia jakiegoś mniej lub więcej uchwytanego (uświadamianego) i mniej lub więcej jasno określonego wzoru (*resp.* ideału) osobowości” (Okiński, 1935, s. 34-35). Tym właśnie, co odróżnia samowychowanie od wszelkich innych wpływów osobotwórczych, jest przyjęcie przez jednostkę wzoru osobowości idealnej, ze stanowiska której będzie oddziaływać na siebie, aby zmienić wzór osobowości aktualnej i *vice versa*.



Rysunek 2. Przebieg czynności samowychowawczych ze stanowiska wzoru osobowości aktualnej i idealnej (Okiński, 1935, s. 90)

Autor ten, konstruując definicję samokształcenia, wyraźnie podkreśla, że poza tym, iż jest to proces samoistny i odrębny od innych procesów, intraakcyjny, to wymaga on jeszcze od jednostki refleksyjności w doborze wpływów zbliżających ją do osiągnięcia wzoru osobowości idealnej. „Gdy więc ktoś z przejęciem budując radioaparat, pochłonięty swoją pracą i jej wynikiem, nie myśli, jak się jego osobowość zmieni wskutek nabycia pewnych umiejętności w toku wykonywania zadania lub, co więcej, nie dąży wyraźnie do zmian swej osobowości, np. w celu urabiania się na radioamatora, nie zachodzi zjawisko, określane w tej rozprawie jako samokształceniowe. Natomiast, jeśli te same zadania podejmuje i wykonywa z tym zamiarem, aby rozwiązać je w celu zmiany swej osobowości lub w toku rozwiązywania zadania uprzytamnia sobie fakt urabiania się według wzoru pewnej osobowości, mamy już wyraźnie do czynienia z samokształceniem” (Okiński, 1935, s. 31). Skupiając uwagę na strukturze osobowości ujmowanej ze swoimi cechami jako wartości autotelicznej i podkreślając, że sens samowychowania polega właśnie na doskonaleniu tych cech, bo warto być człowiekiem nimi „ozdobionym”, nie podaje W. Okiński czynności czy działań prowadzących do tego celu. Podmiot, chcąc stawać się osobą coraz bardziej doskonałą, musi mieć świadomość tego, nabycie jakich nowych cech, wyzbycie się jakich cech negatywnych, wreszcie rozwinięcie jakich dyspozycji dotąd nie ujawnionych, uczyni go lepszym we własnych oczach. Ten specyficzny perfekcjonizm o orientacji „ku sobie” ma swoją starą tradycję, zarówno świecką, jak i religijną.

Przykłady metod i technik osiągania przez jednostki pożądanych stanów doskonałości osobowej odnajdujemy w pracy Mieczysława Kreutza (Kreutz, 1946), w której traktuje on problem samowychowania od strony praktycznej. Praca nad sobą jest zdaniem tego psychologa pośrednio kształtowaniem własnych dyspozycji drogą systematycznego powtarzania w toku całego życia pewnych czynności. Zmiany wewnętrzne można bowiem, sprowadzając ten problem na grunt empirycznej psychologii woli, wywołać tylko przez wpływy zewnętrzne. Dlatego też autor ten nie zwraca uwagi czytelnika na to, w jaki sposób powinien on kształtować swoje dyspozycje psychiczne, gdyż te są tylko czymś hipotetycznym, czego się możemy jedynie domyślać, ale czego nie możemy bezpośrednio doświadczyć, lecz na to, jak może on kierować własnym postępowaniem. Uniknął tym samym konieczności definiowania całego szeregu pojęć związanych z charakterem i jego kształtowaniem.

Zamiast teoretycznego pytania o to, jak kształtować uczciwość, sprawiedliwość, odwagę itp. Kreutz sformułował problem empirycznie, w postaci konkretnych pytań typu, „jak zrobić, by ktoś nie kradł, nie krzywdził drugich, nie dokuczał im, nie pił (...), by pomagał drugim, pracował pilnie, sumiennie wykonywał swe obowiązki itd. Zamiast mówić o kształceniu charakteru, będziemy więc zajmować się tylko kierowaniem postępowania. Ze względów stylistycznych będę jednak używać obu tych określeń synonimowo (...)” (Kreutz, 1946, s. 16). Chociaż wskazówki przedstawione w pracy nad sobą stwarzają doskonałą okazję do osiągnięcia określonego stanu perfekcji, to jednak ich zamiar ma charakter społeczny. Zależy autorowi bowiem na tym, aby każdy członek społeczeństwa postępował w pewien pożądany sposób. O wartości społecznej charakteru nie decydują stopień i jakość rozwoju dyspozycji moralnych, lecz to, czy człowiek postępuje dobrze czy źle. „Gdy ludzie przestaną źle postępować, to bez względu na to, czy ich dyspozycje zmieniły się czy nie — stosunki społeczne gruntownie się poprawią” (Kreutz, 1946, s. 13).

Idea ta wymaga zatem nie tylko osobistego zaangażowania się po stronie jednostek, ale i osób określających i egzekwujących owe społecznie pożądane zachowania. Oczywiście, każdy z nas może sam sobie sformułować pożądane kategorie zachowań, które uwzględniałyby społeczny interes, ale jest to tylko pozór indywidualności

samowychowania. W rzeczywistości bowiem Kreutz zaleca klasyczną postać heteronomicznego doskonalenia samego siebie, polegającą na stałym regulowaniu własnych zachowań pod kątem oczekiwań innych osób, gubiąc się we własnej niekonsekwencji. Z jednej strony rekomenduje, że jeśli chcemy zawsze postępować w myśl pewnych zasad, jakie uważamy za słuszne, to powinniśmy tworzyć dzięki pamięci i uczuciom odpowiednie motywy oraz kształtować w sobie przyzwyczajenia i nawyki, z drugiej zaś, by powyższe było w ogóle możliwe, poleca wyzyskiwanie wpływów zewnętrznych, społecznych. Te ostatnie mogą polegać na składaniu publicznych postanowień, stwarzaniu sobie warunków przymusowych przez wykonanie nielubianych czynności pod kontrolą osób kompetentnych czy wstępowaniu do stowarzyszeń o charakterze społeczno-moralnym itp. (Kreutz, 1946, r. VI).

Na system pracy nad sobą składa się, według tego psychologa, następujący zestaw ćwiczeń: ćwiczenia pozytywne, obejmujące planowanie i rozmyślanie codzienne, pracę pozytywną, codzienną samokontrolę, rozmyślania ogólne i lekturę budującą oraz ćwiczenia negatywne, w postaci zmiany warunków zewnętrznych i dostosowania ich do potrzeb samowychowawczych oraz unikania złych wpływów i niekorzystnych sytuacji (Kreutz, 1946, s. 87). Opisane przez Kreutza przykłady zabiegów praktycznych są takimi samymi, jak oferowane przez hinduizm czy chrześcijaństwo, tyle tylko, że pozbawione zostały wszelkiego mistycyzmu. Przykładowo, zamiast jogistycznych medytacji wprowadza on rozmyślanie w sensie logicznym.

Nie negując wartości socjalizacyjnych proponowanych przez tego psychologa praktyk, warto zaznaczyć, że są one wyrazem doktryny kierowania rozwojem osobowości wychowanka z zewnątrz. W ich konsekwencji jednostka musi sobie tworzyć sztuczne sytuacje, często dość typowe, ale bynajmniej nie naturalne, w toku których będzie unifikować swoje postępowanie. Mechanizm takich zabiegów opiera się na następującej zasadzie: „najpierw ktoś w określonej sytuacji dyktuje jednostce, co ta ma robić (sterowanie zewnętrzne), a potem tę samą dyrektywę jednostka dyktuje sama sobie (sterowanie wewnętrzne). Opisany sposób kształtowania mechanizmów sterowania zachowaniem się jednostki polega w istocie na wdrukowaniu w jej pamięć instrukcji, których sens nie ulega żadnej zmianie przez to, że stają się instrukcjami »wewnętrznymi«. Być może zabiegi takie są pożądane we wczesnych okresach życia. Byłoby wszakże przesadą twierdzić, że wytworzony tu został mechanizm wewnętrznego sterowania. Jest to mechanizm tylko pozornie wewnętrzny — tak samo »wewnętrzny« i »samodzielny«, jak program wpisany w pamięć maszyny matematycznej. Ukształtowany tu zostaje mechanizm odtwarzania dyrektyw zewnętrznych, a nie mechanizm decydowania o własnym postępowaniu” (Łukaszewski, 1984, s. 111). Samowychowanie, choć podejmowane indywidualnie, zdeterminowane jest schematami, kategoriami narzuconymi jednostce przez społeczeństwo.

Dyrektywnej koncepcji intraosobowego samodoskonalenia przeciwstawić można stanowisko Sergiusza Hessena, który nawiązując do trójdzielnej platońskiej koncepcji duszy oraz piramidy społecznej, lokuje samowychowanie w najwyższej warstwie bytu — duchowej, będącej ostatnią fazą rozwoju moralnego jednostki, fazą autonomii. U podstaw tej warstwy bytu leży afirmacja wolności. Człowiek jako istota rozumna, wykształcona i wolna rozwija się w działaniu i wysiłku na rzecz nieprzemijających, ponadczasowych wartości dobra, prawdy i piękna. Brak zewnętrznego przymusu jest dopiero początkiem wolności, której pełnię zdobywa się poprzez przełamanie inercji w życiu umysłowo-etycznym oraz nabycie wewnętrznej mocy. Wolność łączy się organicznie z wiernością samemu sobie, wzajemnie się one warunkują. Nie może istnieć wolność bez rozwiązywania zadań życiowych po swojemu, zgodnie ze stałą linią postępowania, również wierność samemu sobie, bycie samym sobą bez wolności

jest karykaturą tworzącej się osobowości. Wolność nie jest stanem osiąganym automatycznie przez jednostkę po przekroczeniu heteronomicznego progu. Jest ona nie tyle faktem, co powinnością, obowiązkiem, zadaniem ponadindywidualnym, które być może nigdy nie zostanie przez jednostkę urzeczywistnione, ale do którego może się ona w mniejszym lub większym stopniu zbliżyć. Im bardziej czynią się zgodne z jej wewnętrzną jaźnią, tym bardziej staje się ona wolna.

Sergiusz Hessen określa wolność jako pozytywny proces twórczy, polegający na dobrowolnym podejmowaniu przez jednostkę obowiązków, podporządkowaniu się własnemu, wewnętrznemu prawu osobowości w miarę nasyćkania wartościami ponadosobowymi. „To uduchowienie psychofizycznej natury człowieka, to jest »nadformowanie« wartościami kultury, czyli formami ducha obiektywnego, nie może być urzeczywistnione od razu przez jakieś ponadczasowe zanurzenie się w pełni ducha (...). Jest ono długim, w czasie odbywającym się procesem wzrostu, odnalezienia własnej jaźni jako osobowości” (Hessen, 1939, s. 100-101).

Na podłożu wcześniejszych procesów pielęgnowania, tresury i urabiania pojawia się samowychowanie jako proces duchowy, pozaspołeczny, intraakcyjny, w którym jednostka przestaje być biernym obiektem oddziaływań zewnętrznych, stając się czynnym podmiotem zabiegów autoformacyjnych. Tak ujęte samowychowanie, w warstwie kultury przyjmuje charakter wykształcenia. Z perspektywy tej warstwy celem wykształcenia człowieka jest włączenie go do kultury, by mógł stać się autonomiczną osobowością, to znaczy istotą obdarzoną samowiedzą i wolnością. Atrybutem autonomii jest poddanie się przez jednostkę własnemu rozumowi i konsekwencji własnego działania oraz krytyczne ustosunkowanie się tak do samego siebie, jak i do otoczenia. „Człowiek, jako istota duchowa, jest realnie najdoskonalszym wytworem rozwoju świata. Ale właśnie dlatego proces światowy, osiągnięty w człowieku swoje szczyty, w nim się jakby odwraca; człowiek odtwarza w sobie całość świata na nowo w sposób idealny, tzn. we własnej świadomości. Tylko dzięki takiemu duchowemu ustosunkowaniu się do świata, jako całości, zdobywa świadomość samego siebie i staje się przez to osobowością” (Hessen, 1939, s. 162).

Każde prawdziwe wykształcenie — zdaniem S. Hessena — jest zawsze urzeczywistnieniem się osobowości, jest jej samokształtowaniem. Samowychowanie jest zatem procesem twórczym, trwającym przez całe życie jednostki, w którym formuje ona swoją osobowość. Z jego istoty wynika, że nie może być ono nigdy zakończone, jest bowiem jak „podróż w kraju ducha, w świecie kultury ludzkiej” (Hessen, 1931, s. 219), w której nigdy nie może się ziszczyć ideał doskonałego dobra, prawdy czy piękna. Im więcej człowiek poznaje, tym bardziej rozbudzone są jego dążenia do poznania rzeczywistości i samego siebie. Osobowość człowieka kształtuje się tylko w miarę, jak ten wychowuje samego siebie. Przy tym autor ten nie traktuje samowychowania jako wartości czy też czynności autotelicznej, gdyż jako takie musiałyby dążenia do samodoskonalności uczynić przedmiotem najwyższej oceny. Tymczasem człowiek, który stawia sobie za cel stać się osobowością, zatracca samego siebie. Jednostka samowychowuje się tylko wówczas, gdy pracuje nad wartościami ponadosobowymi wypełniającymi tę osobowość i nadającymi jej treść życiową (Hessen, 1939, s. 213). W tym znaczeniu samowychowanie jest niczym innym, jak tylko wewnętrznym dążeniem jednostki do podejmowania wolnych czynów, wyrażających i tworzących zarazem jego osobowość, indywidualność.

Jeżeli tak, to samowychowanie jest w życiu człowieka tyle, ile podejmuje on w trakcie jego trwania czynów wolnych. Wśród codziennych postępków czynów wolnych jest stosunkowo niewiele, przytłaczane są one bowiem przez działania stereotypowe. „Gdyby każdy nasz ruch, każdy gest i każde słowo były czynami wolnymi, tj. wyrażały naszą

jaźń, wnosily coś nowego i niezastąpionego do życiowej drogi naszej osobowości, to tempo naszego życia nadzwyczajnie by się zwolniło” (Hessen, 1931, s. 61). Nie twierdzi przy tym S. Hessen, jakoby każdy człowiek, żyjący w stadium kultury, dążył do stawiania sobie celów świadomie i ich osiągnięcia, a więc i samowychowywał się w sposób intencjonalny. Przykładem takich czynów wolnych, które uzewnętrzniają dążenia samowychowawcze jednostki, są czyny moralne spełniane pod kontrolą własnego sumienia. „Ażeby być moralnym, człowiek nigdy nie powinien stawiać moralności za cel swego postępowania, nie powinien nawet myśleć o tym, że postępując tak czy inaczej, postępuje moralnie. Z chwilą gdy moralność wchodzi w zamierzenie działającego, przeradza się niezwłocznie w faryzeuszostwo” (Hessen, 1939, s. 213). Osoba samowychowuje się tylko wtedy, gdy nie troszczy się o siebie, lecz dąży do celów ponadosobowych.

Pojęcie samowychowania można by sformułować, posilkując się poglądami S. Hessena, jako dośrodkową siłę osobowości, od której poziomu natężenia oraz od obszaru otaczających osobę treści kulturowych — ośrodkowych sił kultury zewnętrznej — zależy stopień osiągniętej wolności, a co za tym idzie i moralności. „Im większy jest promień otaczającej osobnika kultury zewnętrznej, tym bardziej napięta powinna być dośrodkowa siła osobowości, aby na zewnątrz, na powierzchni, dać ten sam wynik: równy poziom moralności i wolnego czynu” (Hessen, 1931, s. 75). Efektem tego dynamizmu, jakby to określili współcześni nam psychologowie osobowości, owej dośrodkowej siły osobowości, jest samorealizacja przez wcielenie wartości absolutnych. Im więcej pokus kultury zewnętrznej otacza jednostkę, tym częściej zmuszona jest ona do samowychowania, czyli zwiększania natężenia wspomnianej dośrodkowej siły osobowości, by być jednostką wolną.

Podobnie lokuje samowychowanie w trzeciej fazie rozwoju moralnego człowieka francuski socjolog moralności Eugene Dupreel (Dupreel, 1969), którego zdaniem każda osoba może przejść w swoim rozwoju moralnym przez trzy fazy: instynktów, świadomości moralnej *sensu stricto* (fazy poznania reguł moralnych) i fazę czystej woli moralnej (ideału moralnego). Fazom tym odpowiadają kolejne rodzaje moralności: niesformułowanej, świadomej i wolnej. Osiągnięcie ostatniej fazy autonomii moralnej jest możliwe tylko przez nielicznych. Bez trudów natomiast poruszają się po niej uczeni, bohaterowie i święci. Człowiek w pełni rozwinięty moralnie:

„1) Zajmuje czynną postawę wobec poświęcenia i zdyscyplinowania, pragnąc ich lub przyjmując je samorzutnie.

2) Skłonny jest ujednoczyć swe postępowanie z własną koncepcją dobra, a to przez uszeregowanie wszelkich reguł w zależności od stopnia ich zgodności z wyznawanym przez siebie ideałem oraz przez uznanie wszystkich swoich posunięć za podporządkowane owemu jednolitemu kodeksowi moralnemu.

3) Wciela w życie autonomię obyczajową czy też wolność moralną, uzależniając uległość w stosunku do pewnych reguł od własnej na nie zgody” (Dupreel, 1969, s. 125).

Osoba zatem, wchodząc w trzecią fazę moralności, staje się odkrywcą lub demiurgiem reguł moralnych, które internalizuje i urzeczywistnia w toku własnego postępowania. Sformułowany przez nią ideał moralny, odmiennie niż u S. Hessena, przekształca się w cel sam w sobie. Nie można jednak posądzać człowieka o faryzeuszostwo, skoro nie podporządkowuje się on całkowicie i świadomie jednemu, ściśle określonemu ideałowi. Autor ten rozróżnia bowiem dwie podstawowe formy ideału: ideał o charakterze społecznym i ideał o charakterze indywidualnym, które nie stapiając się z sobą w jedność, stanowią organiczną całość. Do wyjątków należą jednostki, które swoje życie regulują jedną z wymienionych form ideału. Obie bowiem formy nie tylko, że nie muszą się wzajemnie

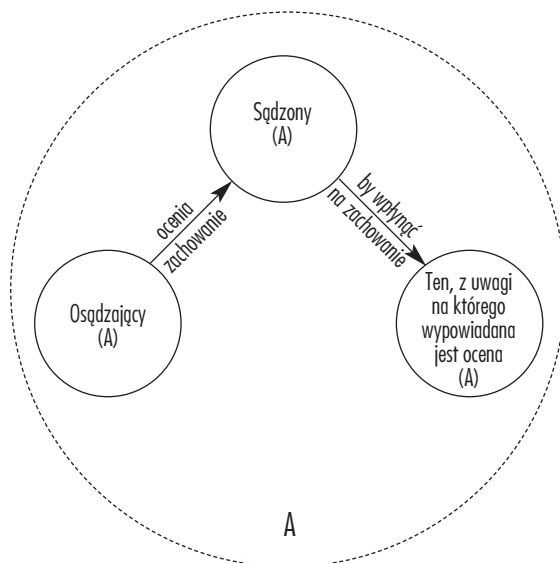
wykluczać, ale przeciwnie, łączą się z sobą i przenikają jedna drugą. „Ideał doskonałości indywidualnej wiąże się (...) z celami moralnymi o charakterze ściśle społecznym. Istnieją precyzyjnie zorganizowane społeczeństwa, w których przywódcy uważają, iż mają do spełnienia misję społeczną, podwładnym swoim natomiast zalecają ideał osobistego doskonalenia się. Tak na przykład w zakonie jezuitów ideał wyrzeczenia się, pokory i posłuszeństwa, obowiązujący członków zgromadzenia jako jednostki, związany jest z ideałem działalności społecznej instytucji rozpatrywanej jako całość. Im bardziej jednostka doskonali się w pokorze i posłuszeństwie, tym instytucja staje się potężniejsza na zewnątrz, a działalność jej bardziej skuteczna” (Dupreel, 1969, s. 145). Przykładem świeckiej społeczności, zabezpieczającej możliwość harmonijnego realizowania ideału ściśle społecznego z ideałem doskonałości indywidualnej, są stowarzyszenia społeczne.

Samowychowanie, określane też inaczej przez E. Dupreela jako doskonalenie samego siebie, przyjmuje zgodnie z wyróżnionymi formami ideału moralnego dwojaką postać. Z jednej strony polega ono na podejmowaniu przez jednostkę czynności, w wyniku których osiąga ona dwie kategorie cnót bezpośrednich: dobroczynność i sprawiedliwość, jako odpowiadające formie ideału ściśle społecznego. Z drugiej zaś na praktykowaniu cnót pośrednich, a mianowicie cnoty honoru lub czci oddawanej osobom i cnoty wzniosłości lub szlachetności duszy, jako świadczących o doskonałości indywidualnej osoby działającej (Dupreel, 1969, s. 232). Rdzeniem samowychowania są czyny moralnie wolne, czyli takie, które są aktem ofiary lub przynajmniej gotowości do jej poniesienia i aktem posłuszeństwa uznawanej przez siebie regule. Eksponowane przez wielu pedagogów pojmowanie samowychowania jako ćwiczeń sprowadzających się do częstego powtarzania określonego rodzaju czynów stanowi samo w sobie, zdaniem E. Dupreela, tylko mechanizm psychiczny, który może być wykorzystany do najrozmaitszych celów. „Równie łatwo można przyzwyczaić się do łamania pewnej reguły moralnej, jak i do jej przestrzegania” (Dupreel, 1969, s. 90). Tak rozumiane samowychowanie uwarunkowane jest postępowaniem moralnym, to znaczy rozwojem świadomości moralnej, której towarzyszyłby świadomy wybór obowiązku lub celu, oraz coraz doskonalszym podporządkowaniem się raz ustalonym regułom.

Rozstrzygające znaczenie ma tu nie tylko czynnik psychologiczny w postaci intensywności uczuć i siły postanowień związanych z uświadomieniem sobie treści reguł moralnych, ale i czynnik społeczny. Moralność bowiem jest w swojej najgłębszej istocie stosunkiem społecznym decydującym o świadomej lub domyślnej zgodzie jednostek na solidarność działań, wzajemną współpracę. Samowychowując się jednostka oddziałuje przede wszystkim na własne sumienie, które E. Dupreel porównał z albumem „(...) do którego zbieracz wkleja z radością tysięczny już z kolei znaczek pocztowy. (...) Podobnie i każdy z naszych czynów zyskuje na wartości moralnej i wzbudza ponownie zainteresowanie jedynie dzięki temu, iż przyczynia się do wzbogacenia lub zubożenia skarbcza duchowego, jakim jest nasza reputacja oraz ocena, jakiej dokonujemy we własnym wnętrzu” (Dupreel, 1969, s. 316). Z teorii tego wybitnego socjologa można wywnioskować, że nie ma czystej postaci samowychowania intraakcyjnego, to znaczy takiego, które odbywałoby się poza jakimikolwiek stosunkami społecznymi. Nawet w tej indywidualnej formie pracy wewnętrznej dopatruje się on ściśle określonego stosunku co najmniej trzech osób, które mogą się połączyć w jedną.

Podmiot osądza swój czyn po to, by wpłynąć na swoje zachowanie, czyli A ocenia A ze względu na A. „Czyniąc wyłącznie osobisty rachunek sumienia, dany osobnik niejako rozdzwaja się, będąc zarówno sędzią, jak i podsądnym. Jeśli rozpatruje w ten sposób czyn dawniejszy, to w czasie takich roztrząsań nie jest już ściśle tą samą

osobą, jaką był w chwili dokonywania danego czynu; korzysta on z doświadczenia i z zimnej krwi, których mogło wówczas brakować. Podobnie też rozważa przyszłość, w której znowu nie będzie już dokładnie tym, kim jest w chwili obecnych rozważań, istotą, która będzie w momencie działania kimś, kogo należy zawczasu wyposażyć w postanowienie lub w zasadę działania” (Dupreel, 1969, s. 15).



Rysunek 3. Samowychowanie jako szczególna postać trychotomicznego stosunku społecznego

Pogląd ten ma szczególne znaczenie dla wszelkich badań nad samowychowaniem. Uzmysławia nam bowiem ową subiektywną barierę, z jaką spotkamy się w chwili, gdy poprosimy respondenta o ujawnienie określonych treści, danych o jego pracy nad sobą. Jego wypowiedź może być wskaźnikiem uświadomienia sobie sprawy lub też wyrazem świadomego selekcjonowania informacji na rzecz podtrzymania o sobie dobrego mniemania. Nigdy jednak nie będzie odzwierciedleniem jego rzeczywistej pracy nad sobą.

Wiele współczesnych nam definicji samowychowania kojarzy je właśnie ze specyficznego rodzaju czynnościami, skierowanymi przez jednostkę na samą siebie. Utożsamienie samowychowania z czynnością znajduje swoje odzwierciedlenie w kategorii gramatycznej tego wyrażenia. Występujący bowiem nie tylko w polskim języku potocznym predykat pierwszego rzędu: „X samowychowuje się” został abstrakcyjnie przekształcony w predykat drugiego rzędu: „samowychowanie”. W wyniku tej transformacji otrzymano rzeczownik odślowny, inaczej też zwany rzeczownikiem odczasownikowym (Malczewski, 1979, s. 147). Polskiemu słowu samowychowanie odpowiadają na przykład w czterech innych językach następujące złożenia: w języku rosyjskim – samowospitanije; w języku czeskim – sebevýchová; w języku niemieckim – Selbsterziehung; w języku angielskim – selfeducation. Jak wynika z powyższego zestawienia wyrazów, zaczerpniętych z czterech języków europejskich, w różnych społeczeństwach

możemy się spotkać z podobnym utożsamianiem samowychowania z czynnością. Dotyczy to także takich wyrazów bliskoznacznych, jak: samodoskonalenie, samokształcenie, samosterowanie, samorealizacja, autokreacja, auto-edukacja itp.

W świetle dotychczasowych analiz okazało się wręcz niemożliwe uzyskanie jednoznacznej odpowiedzi na pytanie: czym jest samowychowanie? Można opisać je jako szczególny rodzaj zachowania się człowieka, zmierzającego do określonego celu. Samowychowanie może być zatem traktowane jako *perfectio prima*, czyli aktywność propodmiotowa bądź jako *perfectio secunda*, czyli aktywność pozapodmiotowa. Temu pierwszemu odpowiada samowychowanie „ku sobie”, zaś drugiemu samowychowanie „od siebie”. Jednostka może samowychowywać się, stosując jedno lub oba podejścia w swoim życiu. To, co jest dla nich wspólne, to przede wszystkim sposób podjęcia decyzji o przystąpieniu do określonego rodzaju działania (heteronomiczny lub autonomiczny), rodzaj jego stymulacji (zewnętrzna lub wewnętrzna) oraz osiągnięte zmiany w osobowości. Samowychowanie, choć wszelkie dane wskazują na to, że jest zjawiskiem wewnątrzpsychicznym, duchowym, odbywa się poza bezpośrednim wpływem kogokolwiek. Nie znaczy to jednak, że uruchamia się ono niejako samoczynnie czy spontanicznie, gdyż zawsze wymaga jakichś bodźców wewnętrznych lub zewnętrznych.

Traktowanie samowychowania jako subiektywnego zjawiska psychicznego sprawia, że nie jest ono zjawiskiem bezpośrednio dostępnym dla podmiotu, jak i jego badaczy. „Obserwator, który zamierza poznać czynności psychiczne innych ludzi, nie jest w stanie zaobserwować samych tych czynności. Obserwuje jednak tak zwaną ekspresję, to jest czynności fizyczne, ruchy, zachowania ludzi, którzy odczuwają ból, lęk lub zdumienie, wierzą lub nie dowierzają” (Zawadzki, 1970, s. 85). Jego opisywanie, wyjaśnianie wymagałoby zatem odwoływania się w dużym stopniu do zdolności introspekcyjnych podmiotu samowychowującego się, a także umiejętności empatycznych badaczy. Prawdopodobnie w tym tkwi niezadawalająca poznawczo wartość dotychczasowych badań nad samowychowaniem.

Bibliografia

- Ciemniewski J. (1926), *Poznanie i kształcenie charakteru*, wyd. 2. Księgarnia św. Wojciecha: Poznań–Warszawa–Wilno–Lublin.
- Dudzikowa M. (1993), *Praca młodzieży nad sobą. Z teorii i praktyki*. Spółka Wydawnicza TERRA: Warszawa.
- Dupreel E. (1969), *Traktat o moralności*. PWN: Warszawa.
- Foerster F. W. (1932), *Szkoła i charakter. Zagadnienia moralno-pedagogiczne życia szkolnego*. Nakł. Księgarni Wydawniczej L. Igła: Lwów.
- Foerster F. W. (1934), *Wychowanie i samowychowanie. Zagadnienia wytyczne dla rodziców, nauczycieli, księży i opiekunów młodzieży*. Nakł. Księgarni Wydawniczej L. Igła: Lwów.
- Folkierska A. (1979), *Typy wartości, ich miejsce i funkcjonowanie w kulturze*. W: H. Świda (red.), *Młodzież a wartości*. Warszawa.
- Hessen S. (1939), *O sprzecznościach i jedności wychowania*. Książnica-Atlas: Lwów–Warszawa.
- Hessen S. (1931), *Podstawy pedagogiki*. Nakładem „Naszej Księgarni”, SP. AKC. ZNP: Warszawa.
- Hornowska M. (1912), *Samowiedza a samowychowanie*. Warszawa–Lwów.
- Hume B. G. (1983), *W poszukiwaniu Boga*. IW PAX: Warszawa.
- Kamiński A. (1979), *Andrzej Małkowski*. PAX: Warszawa.

- Kasperkiewicz K. M. (1983), *U podstaw permanentnej formacji. Problematyka chrześcijańskiej pokory*. Wydawnictwo ATK: Warszawa.
- Korewa A. (1946), *Kształcenie charakteru*. Nakładem Księgarni „Postęp”: Wrocław.
- Kozielecki J. (1981), *Psychologiczna teoria samowiedzy*. PWN: Warszawa.
- Kratochvil S. (1978), *Psychoterapia. Kierunki, metody, badania*. PWN: Warszawa.
- Kreutz M. (1946), *Kształcenie charakteru. Wskazówki praktyczne*. NK: Warszawa.
- Lutosławski W. (1909), *Rozwój potęgi woli przez psychofizyczne ćwiczenia*. Gebethner i Wolff: Warszawa.
- Łukaszewski W. (1984), *Szanse rozwoju osobowości*. KiW: Warszawa.
- Malczewski J. (1979), *Szkolny słownik terminów nauki o języku*. Warszawa.
- Mazurkiewicz K. (1931), *Znaczenie ideałów w samowychowaniu*. W: „Szkota”, z. 4.
- Mellibruda J. (1977), *Poszukiwanie samego siebie*. NK: Warszawa.
- Nasiukiewicz K. (1980), *Joga*. KAW: Warszawa.
- Michalska M. (1978), *Hatha-joga dla wszystkich*. Sport i Turystyka: Warszawa.
- Muszyński H. (1974), *Ideał i cele wychowania*. WSiP: Warszawa.
- Okiński W. (1935), *Procesy samokształceniowe. Próba ustalenia pojęcia samokształcenia ze stanowiska socjologii*. Wydano z Zasiłkiem Funduszu Naukowego Uniwersytetu Poznańskiego: Poznań.
- Ossowska M. (1947), *Podstawy nauki o moralności*. Czytelnik: Warszawa.
- Pasek T. (1979), *Ogólnoregeneracyjne i ogólnousprawniające ćwiczenia relaksowo-koncentrujące wzorowane na jodze i zen*. W: S. Grochmala (red.), *Teoria i metodyka ćwiczeń relaksowo-koncentrujących*. Warszawa.
- Pirożyński M. (1955), *Kształcenie charakteru*, wyd. 3. Londyn.
- Podgórska T. (1983), *Przez odrodzenie osobiste do wyzwolenia narodu. Główne założenia wychowawcze i działalność związku Eleusis przed I wojną światową*. W: „Znak”, s. 342-343.
- Puchalik J. (1936), *Zarys ascetyki i ascetyki ogólnej*. Wydawnictwo Księży Orjanistów: Zduńska Wola.
- Sujak E. (1972), *Sprawy ludzkie*. IW PAX: Kraków.
- Świeżawski S. (1983), *Święty Tomasz na nowo odczytany*. Kraków.
- Szyszko-Bohusz A. (1979), *Funkcja ćwiczeń odprężających w nowoczesnym procesie kształcenia*. Ossolineum: Wrocław—Warszawa—Kraków—Gdańsk.
- Szyszko-Bohusz A. (1978), *Joga — indyjski system filozoficzny, leczniczy i pedagogiczny*. Ossolineum: Wrocław—Warszawa—Kraków—Gdańsk.
- Ślipko T. (1981), *Sens życia — sens dziejów. Refleksja ze stanowiska filozofii i etyki chrześcijańskiej*. W: „Studia Filozoficzne”, 4.
- Ślipko T. (1984), *Zarys etyki ogólnej*. Wydawnictwo Apostolstwa Modlitwy: Kraków.
- Ślipko T. (1981), *Zarys etyki szczegółowej*, t. 1. Wydawnictwo Apostolstwa Modlitwy: Kraków.
- Ślipko T. (1982), *Zarys etyki szczegółowej*, t. 2. Wydawnictwo Apostolstwa Modlitwy: Kraków.
- Wisłuba H. (1981), *Człowiek. Kultura. Znaki czasu*. Olsztyn.
- Witek S. (1983), *Chrześcijańska wizja moralności*. Księgarnia św. Wojciecha: Poznań.
- Wiśniewska-Roszkowska K. (1983), *Asceza, moralność, zdrowie*. IW PAX: Warszawa.
- Wożyła K. (1983), *Elementarz etyczny*. Tow. Naukowe KUL: Lublin.
- Wożyła K. (1965), *Miłość i odpowiedzialność. Studium etyczne*, wyd. 3. Katolicki Ośrodek Wydawniczy „Veritas”: Londyn.
- Zawadzki B. (1970), *Wstęp do teorii osobowości*. PWN: Warszawa.
- Zgierski-Strumiłło T. (1983), *Dziennik 1906*. W: „Znak”, s. 342-343.

Summary

Self-education as a moral rebirth

The subject of the analysis is self-education as one of the fundamental general concepts of the contemporary pedagogy. In my research I present not only the origins and the etymological meaning of the concept of self-education, but also the relation between self-education and such the concepts as self-improvement, asceticism, self-instruction, formation of will and character, self-training, upbringing, management of self-development, self-development itself, self-control, self-determination, self-realization etc. There have been a lot of the philosophical and religious schools which have stressed the importance and the primacy of attention paid by an individual to one's Self or to improvement of one's psyche. Here I look closer only at these theoretical approaches to self-education which have been the inexhaustible source for the contemporary psychology and pedagogy and at the trends which originate from the Hindu and Christian philosophies. I direct my attention to various practical aspects of individual's work on themselves and among them to two opposing theoretical approaches: one of them treats self-education as *perfectio prima*, where the aspiration to perfection constitutes the only motive for individual's conduct and the goal itself, whereas the other treats self-education as *perfectio secunda*, where the departure of one's Self is fundamental and constitutes achieving perfection *per accidens*.

(tłum. Joanna Michalak)