

Marta Gliniecka

Poszukiwanie sensu życia w obliczu nieuleczalnej choroby

Od makrokosmosu do mikrokosmosu

Człowiek prawdopodobnie jest jedyną istotą świadomą swojego istnienia. Mimo to tylko czasami „patrzac na słońce, księżyc, gwiazdy, przeżywamy tajemnicę naszego życia, zagadkę istnienia”.¹ Doznając nagłego olśnienia, że oto jesteśmy w tajemniczym Wszechświecie – nieskończonym i uporządkowanym na „trzeciej planecie od Słońca” (określenie Szymborskiej). Starożytni Grecy wywodzili sens życia z Kosmosu, który stanowił dla nich uosobienie idealnej harmonii i piękna. Aby pozostawać z nim w zgodzie, należało dążyć do doskonałości. Protagoras wyrażał przekonanie, iż człowiek to mikrokosmos będący odbiciem makrokosmosu (Wszechświata). Życie ludzkie miało wartość, ponieważ stanowiło element sensownej całości świata. Jednocześnie egzystencja, aby zasługiwać na miano sensownej, miała być podporządkowana realizacji ważnych wartości społecznych (sztuka, nauka, polityka, religia) lub indywidualnych (rodzina, praca zawodowa, perfekcja w wykonywaniu jakiejś czynności, doskonałość moralna). To dlatego Grecy dbali o wszechstronny, harmonijny rozwój.² Jednocześnie w świecie starożytnym nie było miejsca dla osób, które nie potrafiły sprostać owym kryteriom doskonałości. Osoby niepełnosprawne, słabe, mało produktywne z punktu widzenia społeczeństwa, strącano ze skały. Dopiero narodziny chrześcijaństwa zrównały ludzi w obliczu Boga i śmierci. Chrystus nadał uniwersalny sens życiu każdego człowieka bez względu na jego wiek, płeć, pochodzenie, czy stan zdrowia.

Wszyscy wielcy nauczyciele duchowi wskazują, że miłość jest najbardziej szlachetnym celem, do którego może dążyć człowiek. Rozwijanie wrażliwości i empatii stwarza niezbędne warunki optymalnego istnienia. Według Dalajlamy³ współodczuwanie jest czymś najcenniejszym na świecie, niezależnie od tego, jakiego jesteśmy wyznania. Kiedy okazujemy współczucie, to każda istota czująca potrafi to

¹ J. Twardowski (2000): *Nie tylko o jeżach. Myśli i opowieści o przyrodzie*, Warszawa, s.10

² K. Piławski (2011): *Każdy z nas jest Bogiem*, „Przegląd”, dostęp online: <http://www.przegladygodnik.pl/pl/arttykul/kazdy-nas-jest-bogiem>

³ J. Popławska (2009): *Wywiad: Dalajlama – Rozmowy istotne*, audycja telewizyjna, TVP Kultura z dnia 15.01.2009.

docenić. Być może pewnym wyjątkiem są komary – jak dowcipnie zauważa mistrz wschodu. Choć i one mają znaczenie dla funkcjonowania świata przyrodniczego. Wydaje się, że ludzkość tym bardziej nie może być czymś bezcelowym, przypadkowym w porządku istnienia, choćby przez sam fakt swojej świadomości. Ważnym pytaniem staje się nie tyle, czy być, ale jak być, czyniąc świat piękniejszym dla każdej istoty.

Każdy z nas od najwcześniejszych chwil życia tworzy swoją osobistą historię, nadając znaczenie poszczególnym wydarzeniom. Życie stawia nas w różnych sytuacjach, ale to człowiek decyduje o tym, jaką przyjmie postawę wobec konkretnych okoliczności. Pytanie o sens życia pojawia się najczęściej w chwilach rozpacz, w czasie przeżywania choroby czy niezawinionego cierpienia. Victor Frankl – twórca logoterapii⁴, który w czasie wojny był więźniem czterech obozów koncentracyjnych, przekonał się, że dzięki wewnętrznej sile można wznieść się ponad wszystko, co przyniesie los. Poczucie sensu życia pozwala człowiekowi godnie żyć, nawet gdy obiektywne okoliczności życia stają się niesprzyjające. Autor wspomina, jak prowadzenie rozmów z samym sobą pomagało więźniom przez chwilę zapomnieć o otaczającej ich koszmarnej rzeczywistości: „Zewsząd otaczał nas szary świt; szare było niebo nad nami (...) szare były łachmany, które ja i moi towarzysze mieliśmy na sobie; szare były nasze twarze (...). W pewnym momencie poczułem, jak w wyrazie ostatniego gwałtownego sprzeciwu wobec ogólnej beznadziei i nieuchronności śmierci mój duch przebija się przez spowijający nas mrok. Miałem wrażenie, że wznoszę się ponad tę pozbawioną nadziei, bezsensowną rzeczywistość i usłyszałem dobiegające skądś zwycięskie „tak”, będące odpowiedzią na moje pytanie o ostateczny sens ludzkiej egzystencji (...). Po raz kolejny nawiązałem duchowy kontakt z moją ukochaną żoną. Z każdą minutą coraz bardziej namacalnie czułem przy sobie jej obecność (...). Nagle z gałęzi sfrunął cicho ptak, przysiadł przede mną na stercie wykopanej z rowu ziemi i spokojnie mi się przyglądał.”⁵

Znalezienie oparcia we własnym świecie wewnętrznym pomaga nieraz przetrwać najtrudniejsze chwile. Może to również dotyczyć osób nieuleczalnie chorych, które zmagają się z długotrwałym bólem i cierpieniem. Przekonała się o tym Frida Kahlo. Znana artystka meksykańska w wieku 18 lat uległa poważnemu

⁴ Logos to greckie słowo oznaczające sens. Zgodnie z logoterapią dążenie do znalezienia w życiu sensu jest u człowieka najpotężniejszą siłą motywującą.

⁵ V. E. Frankl (2009): *Człowiek w poszukiwaniu sensu*, Warszawa, s. 74.

wypadkowi drogowemu, który uniemożliwił jej podjęcie wymarzonych studiów medycznych. Początkowo Frida przeżywała załamanie, zmagając się z poczuciem pustki, bezsensu. Niespodziewany wypadek wyznaczył jednak nowy kierunek w jej życiu. W czasie długotrwałej rehabilitacji zainteresowała się malarstwem. Zaczęła tworzyć swoje pierwsze szkice, stając się w późniejszym czasie jedną z bardziej znanych malarek XX wieku.⁶ Dążenie do artystycznej wolności pomaga nieraz znosić ograniczenia, jakie wynikają z niepełnosprawności. Joanna Jankowska⁷ pisze w jednym ze swoich wierszy:

Moim życiem jest taniec i śpiew

To Bóg tak postanowił

Ale mój przerywany oddech zaprzecza jego planom.

Autorka jest przekonana, że człowiek rodzi się dla radości. Choroba nie jest karą, polega na przewyciężaniu oporu. Możemy traktować jej obecność jako przypadek, okrutny żart losu albo wyzwanie, coś co zostało nam dane i jednocześnie zadane. Joanna nie może już tańczyć tak często, jakby chciała, ale tworzy poezję. Psycholodzy egzystencjalni wskazują na różnorodność aspektów życia, które stanowią dla ludzi źródła sensu. Mogą to być zarówno kontakty interpersonalne, rozwój osobisty, aktywność twórcza, jak i bezinteresowne działanie na rzecz innych. Wszystko zależy od indywidualnych preferencji, kultury, jak również etapu życia.⁸ Część naukowców wychodzi z założenia, iż to szczęście stanowi główny cel dążeń człowieka. Co ciekawe, badania empiryczne wskazują, że osoby doświadczające poczucia sensu na poziomie realizacji wartości, odczuwają większą satysfakcję życiową niż osoby, które dążą wyłącznie do własnych przyjemności. Być może jak chciał tego ks. Bocheński „to nie szczęście czyni życie sensownym, lecz sens, ład, celowość czynią je szczęśliwym”.⁹

Większość badaczy jest zgodna, iż *poczucie sensu życia wiąże się z nadawaniem znaczenia, wyznaczaniem celów oraz wytyczaniem konkretnego i możliwego do zaaprobowania kierunku działania na przyszłość*. Ważne, aby na coś czekać, mieć nadzieję. Stanowi to często problem w przypadku osób nieuleczalnie chorych, którym ciężki stan zdrowia nie pozwala na planowanie odległej przyszłości.

⁶ M. Linke (2010): *Wiele życiorysów w jednym*, dostęp online: <http://mgzn.pl/arttykul/117/wiele-zyciorysow-w-jednym>

⁷ J. Jankowska (2001): *Wyrok na życie*, Koszalin, s. 43

⁸ P. Oleś (2003): *Wprowadzenie do psychologii osobowości*, tom 11, Warszawa, s. 326.

⁹ M. Środa (2010): *Etyka dla myślących*, Warszawa.

Wydaje się, że czasem wystarczą drobne zmiany, do których można dążyć małymi kroczkami. Każdy człowiek ma wyjątkowe zadanie do wypełnienia. Nie trzeba poszukiwać wielkiej sprawy, czasem warto nauczyć się żyć chwilą obecną, zadowolając się wielością małych, przelotnych radości.¹⁰ Ks. Bocheński podkreśla, że życie ma sens nie tylko wtedy, kiedy do czegoś dążymy, ale także w czasie braku działania. Poczucie sensu zapewnia przede wszystkim kontemplacyjne używanie chwili (podziwianie piękna natury, przeżywanie radości z powodu własnej twórczej pracy).¹¹ Bywają też chwile, kiedy jedynym osiągnięciem staje się godne i szlachetne znoszenie własnego cierpienia. Według Frankla nawet wtedy można doświadczyć spełnienia. „Jeżeli człowiek leży bezsilny i bezradny, wydany na pastwę szybkiego niszczenia (...) i nie może mu przeciwstawić żadnego działania (...) wtedy musi zapytać, jaki jest sens istnienia, sens życia wynikający tylko ze mnie, z siebie samego, oddzielonego od ludzi i rzeczy barierą niemocy”.¹² W takiej sytuacji ujawnia się wielkość człowieka, który potrafi nadać swojemu życiu sens i znamiona ludzkiej siły na przekór przeciwnościom losu.

*Katarzyna Rosicka – Jaczyńska - dawniej osoba znana i poważana w świecie mody, właścicielka firmy Ars – Media, od lat zмага się ze Stwardnieniem Zanikowym Boczny. Obecnie nie jest w stanie poruszać rękoma i nogami. Za pomocą komputera ze specjalnym oprogramowaniem zaczęła pisać, żeby uporządkować myśli, wyciszyć emocje, odnaleźć wewnętrzny spokój. W ten sposób powstała książka. „Ołówek jest cudem, zupełnie niezamierzonym. Czytając recenzje na stronie Empik-u i już setki listów czytelników, jestem zaskoczona (...) odbiorem książki; nie spodziewałam się tylu emocji, które wzbudza (...). Pierwszy raz zrobiłam coś nie dla władzy, podziwu, aprobaty czy sławy. Napisałam Ołówek dla siebie, a teraz otrzymuję mnóstwo listów, że książka bardzo pomaga... Stało się – jestem ołówkiem w ręce Boga”.*¹³

Wiele osób nieuleczalnie chorych odczuwa potrzebę dzielenia się swoimi emocjami z innymi. „Opisywanie własnych doświadczeń sprzyja ich rozumieniu, to nie tylko sposób odreagowania lub przepracowania kłopotliwych emocji, ale także okazja do formułowania celów, precyzowania dążeń i świadomego doboru sposobu

¹⁰ Tamże.

¹¹ J.M. Bocheński (2009), *Sens życia i inne eseje*, Warszawa

¹² J. Szczepański (1984): *Sprawy ludzkie*, Warszawa, s. 317.

¹³ M. Ulbich (2012): *Na ostrzu ołówka*, dostęp online: mamycel.pl

postępowania.”¹⁴ Nie ma wątpliwości, że aktywność narracyjna, autobiograficzna ma aspekt terapeutyczny. Prowadzenie dzienników, pamiętników z jednej strony stanowi formę walki z chorobą, z drugiej pomaga wyznaczyć cel życia na danym etapie. Przykładem może być tegoroczny dziennik Jerzego Stuhra „Tak sobie myślę”, który aktor prowadził przez pół roku zmagania z chorobą nowotworową. W czerwcu 2012 r. po ciężkiej chorobie i rekonwalescencji aktor ponownie stanął na deskach warszawskiego Teatru. W jednym z wywiadów powiedział: *Nie planowałem jakiegokolwiek wydawnictwa. Ale od początku choroby odczuwałem potrzebę opisywania jej. Przypatrywania się jej. Zrozumienia, co się ze mną dzieje. Córka przyniosła mi do szpitala duży zeszyt, więc otworzyłem pióro i zacząłem (...). Tłumy pisały, że im pomogłem, że się popłakali, więc przesyłają mi przepisy na uzdrowienie. A ja mówiłem o tym, jakie cele trzeba sobie stawiać w czasie choroby. Że nie można mieć dalekowzrocznych, ale malutkie, bliskie. Np. wyszedłem z psem na spacer - już jest dobrze. Albo zrobiłem dwa przysiady - jest lepiej. A książka notowała to, co było pod powierzchnią: że każdy dzień, to ćwiczenie w cierpliwości.”¹⁵ Prowadzenie dziennika oraz odpowiadanie na listy i telefony innych chorych nie tylko zmobilizowało aktora do walki o własne życie, ale także pomogło mu odkryć sens życia w sytuacji cierpienia.*

Wydaje się, że istnieją dwa rodzaje bólu. Cierpienie fizyczne, na które nie do końca mamy wpływ i duchowe, które pojawia się, gdy skupiamy się wyłącznie na tym, co nas spotyka, nakładając kolejne maski: zniechęcenia, goryczy, a nawet rozpacz. Jan Paweł II¹⁶ pisał, iż cierpienie ludzkie jest zawsze tajemnicą. I bardzo trudno człowiekowi samemu przedzierać się przez jego mroki. Jednocześnie podkreślał, iż osoby cierpiące, które same sobie często wydają się słabe i bezradne, mogą być źródłem mocy dla innych, zarówno zdrowych, jak i tych, którzy cierpią bardziej od nich. Emilia Waśniowska¹⁷ w jednym z ostatnich wierszy, będących świadectwem jej walki z nowotworem, pisała:

*nie obrażam się na Boga
jest na krzyżu obok mnie*

¹⁴ P. Oleś (2003): *Wprowadzenie..., dzieło cyt.*, s. 365.

¹⁵ M. Malatyńska (2012): *Poruszający dziennik Jerzego Stuhra*, dostęp online: <http://www.gazetakrakowska.pl/arttykul/598675,poruszajacy-dziennik-jerzego-stuhra,id,t.html?cookie=1>

¹⁶ K. Wiszniewski, M. Grzybowski (1999) : *Jan Paweł II do Ciebie*, Sandomierz, s.58.

¹⁷ E. Waśniowska (2004): *Nie obrażam się na Boga*, Poznań.

przemijanie
to biologia
przecież wiesz (...)
nie zapytam nigdy miły
o to czemu mnie
to pytanie jest zbyt małe
jest zupełnie złe
i nie chciałabym usłyszeć
a dlaczego niby nie

Niektórzy, nawet w obliczu cierpienia, nie zgłaszają pretensji do świata. Nieuzasadnione wydaje im się pytanie: dlaczego ja, bo to brzmi nieprzyzwoicie, równo kocha się życie. Na świecie istnieją rozmaite gatunki istot. Niektóre motyle żyją tylko jeden dzień i spełniają swój los w całym pięknie. Istnieją żółwie z Galapagos, które żyją ponad sto lat. Człowiek nie wie, ile dni zostało mu dane, ale może wykorzystać swój czas najlepiej, jak potrafi. Lew Tołstoj pisał, iż znaczenie życia mierzy się nie czasem lecz głębią. Świadomość kruchości własnego istnienia sprawia, że każda chwila nabiera wyjątkowego znaczenia. „Istnienie ku śmierci nakłada na człowieka odpowiedzialność za jak najpełniejsze wykorzystanie każdej chwili i spełnienie swoich możliwości”.¹⁸ Waśniowska wierzyła, iż każdy odchodzi w chwili, gdy jego wewnętrzna poczwarka przeistoczy się w motyla. Wydaje się, że to od nas zależy, na ile zdążymy się przeobrazić. Janina Ochojska, założycielka Polskiej Akcji Humanitarnej, która od dziecka porusza się na kulach, traktuje niepełnosprawność jako wartość, dobro, które otrzymała. I choć dar ten w żaden sposób nie czyni jej lepszą, to może wewnętrznie wzbogacać. Jak powiedziała w jednym z wywiadów, człowiek może całe życie czekać, aż ktoś wyciągnie do niego rękę albo też wyciągnąć ją do innych, co staje się początkiem spełnionego życia.¹⁹

Ocalić siebie w chorobie, czyli zachować Twarz

Postrzeganie choroby jako wyzwania i daru stało się źródłem siły dla osiemnastoletniej Igi Hedwig, chorej na mukowiscydozę, która w 2006 r. jako pierwsza Polka w historii przeszła udany przeszczep płuc w Wiedniu, przecierając tym samym szlak dla innych chorych. Ta nadzwyczajna osoba, mimo wielu chwil

¹⁸ P. Oleś (2003): Wprowadzenie..., dzieło cyt., s. 323.

¹⁹ P. Pawłowski (2009): *Janina Ochojska: mam dużo marzeń*, dostęp: <http://www.niepelnosprawni.pl/ledge/x/36421>

załamania i zwątpienia w siły własnego ciała, nie tylko zachowała wolę życia, ale też do końca potrafiła wspierać przyjaciół w trudnej i nierównej walce. Wydaje się, że w codziennych zmaganiach pomagało jej postrzeganie choroby przez pryzmat wiary. W pozostawionych przez siebie dziennikach, pisała:

Kiedy spotkasz krzyż na drodze,

Kiedy będzie ciężko ci,

Nigdy nie mów: już nie mogę

Tylko Jezu, pomóż mi.

Po długotrwałej i wyniszczającej walce, Iga otrzymała nowe płuca. „*Pomimo ryzyka złapania od chorych przyjaciół z Rabki infekcji, wsiadała w auto i ruszała do rabczańskie oddziału, w którym przez osiemnaście lat swojego życia czuła się jak w drugim domu. Jechała, aby dać nadzieję tym wszystkim, którzy nie chcieli walczyć, którym przeszczep wydawał się nierealny, którzy byli zmęczeni chorobą i nie wierzyli, że może być lepiej*”.²⁰ Iga Hedwig odeszła w wieku 23 lat, po dwukrotnym przeszczepie płuc i trwającej całe życie walce z mukowiscydozą. Mimo to do końca traktowała życie jako cud, którym pragnęła dzielić się z innymi.

Nikt z nas nie jest samotny we wszechświecie. Obecność drugiego człowieka prowokuje nas do odpowiedzi, a nasza *odpowiedź* jest równocześnie *odpowiedzialnością*. Wydaje się, że za każdym razem, kiedy na naszej drodze pojawia się Inny, szczególnie cierpiący człowiek, stoimy przed rozstrzygającym wyborem. Możemy dodać mu otuchy i wzmocnić jego siłę do walki albo osłabić ją, okazując własną rezygnację. W ostateczności nie chodzi o przetrwanie, ale o zachowanie ludzkiej twarzy, poczucia własnej godności, w obliczu tego, co nam się przytrafia. Przyjmując z odwagą wyzwanie, jakim jest nieuniknione cierpienie, możemy do ostatniej chwili nadawać sens swojemu życiu. I choć nie zawsze mamy wpływ na to, jaka przypadnie nam rola, to od nas zależy, jak ją odegramy.

²⁰ D. Wolanin (red.): *Moje życie jest cudem – dzienniki Igi Hedwig, wspomnienia najbliższych*, Nowy Sącz, s. 87.